

ناممکن روحانی مشکلات لا علاج جسمانی بیماریاں

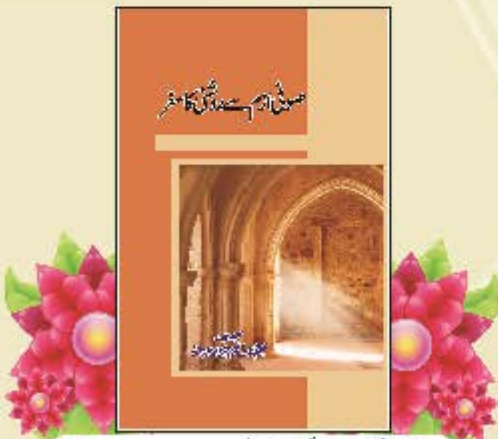
آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عمیقری سے دوستی

انشاء اللہ
حضرت حکیم صاحب
کاسفری شیڈول
فیصل آباد (کلینک)
جہانیاں (درس)
انک (کلینک)
بہاولپور (کلینک)
مظفر گڑھ (کلینک)
سکھر (درس)
گجرات (درس)

تاریخ اور مقام کیلئے اندرونی
صفحات ملاحظہ فرمائیں

معذرت

حکیم صاحب کی مصروفیات کی وجہ سے مندرجہ ذیل
شہروں میں حاضری نہ ہو سکے گی۔
کراچی، پشاور، کوئٹہ، ہارغ آزاد کشمیر



صوفیاء کی پاکیزہ زندگی کی اجلی صفات اور ایمان افروز
حکایات پر مشتمل حیرت انگیز اور لا جواب کتاب

● کینسر، ہیپاٹائٹس اور موذی امراض کا روحانی نسخہ
● ٹھنڈا الرجی، نزلہ کھانسی سر درد سے یقینی نجات
● خوشگوار ازدواجی زندگی آپ کے بس میں
● قرآن سے مال جان کی حفاظت کا واقعہ
● مونگ پھلی کے چھلکوں سے جھانپاں ختم
● دل کی ہر بیماری کا علاج درود شریف
● غموں کو خوشیوں میں بدلنے والا عمل
● پھول اور ان کے شفاء بخش اثرات
● فقیر کی دعا سے سب کام بن گئے
● ڈپریشن انسانی خوشیوں کا قاتل
● جنات نے بھینسیں چوری کر لی
● چنا انسانی بدن کیلئے مکمل غذا

لاکھوں لوگ اس ویب سائٹ سے گھر بیٹھا لکھنوں کے سلسلے میں استفادہ کرتے ہیں

Facebook.com/ubqari Website: www.ubqari.org

ایسی دوا جو ہر گھر ہر فرد اور ہر موسم کی ضرورت ہے

ستر شفا میں جس طرح نام ہے اسی طرح کام ہے واقعی یہ ستر سے زائد لا علاج، پیچیدہ اور انوکھی بیماریوں کیلئے سو فیصد شفاء ہے اور تعجب کی بات یہ ہے کہ ایک ماہ کی دوائی کم قیمت اور کھانے میں یوں آسان کہ صرف چھوٹے چنے کے برابر توڑ کر پانی سے نگل لیں۔ ایسے اجزاء جو صدیوں سے آزمودہ اور تجربہ شدہ ہیں۔ ☆ معدے کی گیس، تجیر، کھٹے ڈکار، بد ہضمی، اچھا رہے ایسے تمام عوارضات چاہے نئے ہوں یا پرانے قابل علاج ہوں یا لا علاج، بس ایک خوراک منہ میں ڈالیں اور صحت کی کرن دیکھیں۔ ڈھیروں لا علاج مریض جو مہنگے ٹیسٹوں سے عاجز آ چکے تھے بڑے بڑے پرہیزان کے سامنے بے حیثیت ہو گئے تھے۔ انہوں نے جب ”ستر شفا میں“ کی صرف ایک ڈبیہ میں سے صرف چند خوراکیں استعمال کیں تو فوری نفع، فوری فائدہ، فوری رزلٹ ملا۔ ☆ فوڈ الرجی، پرانی قے، حاملہ کی ایسی قے جو کسی طور پر ختم ہونے کا نام نہ لیتی ہو جس نے حاملہ کو آدھ مو کر دیا ہو۔ ایسے میں ”ستر شفا میں“ امید کی کرن بن جاتی ہے۔ آپ نے کوئی غذا کھائی وہ باسی تھی یا پھر آپ بد ہضمی کا شکار ہو گئے یا موسم برسات میں ہیضہ ہو گیا۔ الٹی ابکیائیاں اور متواتر دست نے بے جان کر دیا۔ تسلی کریں، گھبرانے کی ضرورت نہیں، صرف ایک خوراک لیں، پھر قدرت کا معجزہ دیکھیں۔ نہ صرف فوڈ الرجی، ہیضہ اور موسمی اثرات سے حفاظت ہوگی بلکہ جسم کی ضائع شدہ قوتوں کی فوری بحالی کیلئے بھی یہ ایک انوکھا تریاق ہے۔ جسم کی قوتیں کسی بھی بیماری حادثے میں ضائع ہو گئی ہوں یا امیر جنسی میں آپ نڈھال ہو گئے ہیں اس کی چند خوراکیں اپنا فوری اور دائمی اثر دکھاتی ہیں۔ ☆ جسم میں کسی قسم کا انفیکشن ہو آپ ”ستر شفا میں“ ایسے استعمال کریں جیسے ڈاکٹر انٹی بائیوٹک استعمال کراتے ہیں انٹی بائیوٹک کے سائیڈ ایفیکٹ ہوں گے لیکن خالص قیمتی جڑی بوٹیوں سے تیار شدہ یہ اعلیٰ درجہ کی دوائی جراثیم کش ہے اعتماد سے استعمال کریں۔ ☆ مسلسل تجربات کے بعد یہ بات سامنے آئی ہے کہ یہ دوائی دل کے والوکھولنے میں اتنی لا جواب ہے کہ خود ہمیں حیرت ہوئی ایک صاحب نے کمر کے درد کیلئے استعمال کی جہاں کمر کا درد درست ہوا وہاں ایک لا جواب فائدہ یہ ہوا کہ ان کے دل کے 2 والو بند تھے وہ کھل گئے انہیں افاقہ ہوا تو انہوں نے پھر ٹیسٹ کرایا تو دل کے والو کھلے تھے اور کھل گئے تھے پھر اسے ایسے بے شمار مریضوں نے استعمال کیا اور واقعی فائدہ ہوا۔ دل کے بائی پاس اور آپریشن سے بچ گئے۔ ☆ گردے کی پتھری پتے کی پتھری پتے کی سوزش کے لئے یہ دوائی انوکھے فوائد دیتی ہے۔ ایسے مریض جو بار بار گردے کی پتھری یا گردے کے دوسرے مسائل مثلاً گردے کا مکرنا چھوڑ رہے ہیں۔ خون میں یوریا، پوٹاشیم اور کربوئن کی مقدار بڑھ رہی ہے اور پیشاب رک رک کر آ رہا ہے یا مسئلہ ڈائلیسس تک پہنچ گیا ہے تو فوراً آپ ”ستر شفا میں“ استعمال کرنا شروع کر دیں۔ کچھ عرصہ توجہ، دھیان اور اعتماد سے استعمال کریں لا جواب فوائد حاصل ہوں گے۔ اسی طرح جوڑوں کا درد، جسم کا درد، پھوڑے کی طرح دکھتا ہو، جسم بے چین اور بے قرار رہتا ہو دل چاہتا ہو کہ مجھے کوئی دبانے خدمت کرے یا کام کرنے سے اعصاب تھک جاتے ہوں اور پٹھے گھنچ جاتے ہوں تو فوری فائدہ کیلئے آپ بس ”ستر شفا میں“ استعمال کریں۔ ایسے صنعت کار، تاجر، دفتری کام کرنے والے، دماغی یا جسمانی محنت کرنے والے، گھریلو خواتین اور طالب علم سب کیلئے یہ اعلیٰ درجے کی طاقت اور پیل بھر میں فریش کرنے والی انوکھی لا جواب دوا ہے۔ ☆ ذہنی پریشانی اور خاص طاقت سے محروم مرد یا جوان یہ دوائی اعتماد اور بھروسے سے استعمال کریں۔ آپ کو دوائی اپنے کراماتی فوائد سے محروم نہیں کرے گی۔ آپ قوت خاص سے مایوس ہیں یا اپنی قوتیں خود کھو چکے ہیں بس کچھ دن آپ ”ستر شفا میں“ استعمال کریں پھر اس کا کمال دیکھیں۔ ☆ خون کی کمی کو دور کرتی ہے، ایسے جسم جو پیلاہٹ کا شکار ہو گئے ہوں یا ایسی حاملہ خواتین جو حمل کے دوران یا بعد میں خون کی کمی کا شکار ہوں یا بچے خون کی کمی کا شکار ہوں آپ نے کسی کو خون دیا ہے یا کسی حادثے یا بیماری سے آپ کا خون ضائع ہو چکا ہے بس آپ ”ستر شفا میں“ استعمال کریں اور قدرت ربی کا کرشمہ دیکھیں۔ دائمی نزلہ زکام، چھینکلیں، موسم سرما اور موسم بہار کی پولن الرجی ان تمام عوارضات میں ”ستر شفا میں“ نہایت مفید ہے حتیٰ کہ ناک کی بند ہڈی خراٹوں کی تکلیف، سوتے وقت ناک بند ہو جانا، ان تمام عوارضات میں آپ بھروسے سے ”ستر شفا میں“ استعمال کریں۔ ☆ قبض، بواسیر، مقعد کی جلن، سوزش، مبتلا افراد کو جب بھی ”ستر شفا میں“ دی تو یہ مجبور کرتی ہے کہ اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کیا جائے کہ ایسے مجبور مریض آخر اتنی جلدی کیسے تندرست ہو جاتے ہیں۔ ☆ ایسے مریض جو بار بار اجابت یا کھانا کھاتے ہی ٹوائٹ کا رخ کرتے ہیں بغیر ہضم غذا جسم سے نکل جاتی ہے یا غذا جزو بدن نہیں بنتی یا منہ میں بدبو مسلسل رہتی ہے، قریب کوئی نہیں بیٹھ سکتا، منہ سے بدبو آتی ہے۔ ”ستر شفا میں“ توجہ سے استعمال کریں۔ ☆ ایسی خواتین جن کے ہارمونز کا مسئلہ ہے ایام کھل کر نہیں آتے یا پھر تکلیف سے یا بے قاعدگی سے آتے ہیں رانیں، سرین اور پیٹ بڑھتا جا رہا ہے۔ جسم بے ڈول ہو رہا ہے حتیٰ کہ موٹاپے کا شکار مرد بچے یا خواتین ہوں سب کیلئے یکساں مفید ہے۔ ☆ درد کان کا ہو یا داڑھ کا، جوڑوں کا ہو یا لنگڑی کا سب کیلئے ”ستر شفا میں“ اعلیٰ درجے کی دوا ہے، بس چند خوراکیں ہی صحت کا پیام دے کر مطمئن کر دیتی ہیں۔ ☆ ”ستر شفا میں“ خون میں کیوسٹرول کم کر کے، چربی بیلے مادے ختم کر کے جسم کو بے شمار بیماریوں سے بچاتی ہے اور بلڈ پریشر کو نارمل کرتی ہے۔ ایسے مریض جو مسلسل لو بلڈ پریشر میں مبتلا ہوں وہ بھروسے کیساتھ ”ستر شفا میں“ استعمال کر سکتے ہیں۔ ☆ نسواں زپان، گڈکا اور کسی بھی قسم کی نشہ آور چیز سے چھٹکارا پانے کیلئے آزمودہ اور مسلسل تجربات کے بعد نہایت کارآمد ہے۔ اگر نسواں یا پان کی عادت ہو اس کو منہ میں رکھیں کچھ عرصے کے بعد عادت چھوٹ جائے گی۔ ☆ مسوڑھوں کی سوجن کیلئے نہایت کارآمد ہے۔ مسوڑھوں سے خون آنے، پیپ آنے کو ختم کرتی ہے۔ ☆ پرانا ٹائیفائیڈ، بخار، ملیریا، جوان نہ چھوڑتا ہو یا بار بار آ جاتا ہو، جسم سے جاتا ہی نہ ہو تو آپ تسلی کریں گھبراہٹیں نہیں یہ دوائی آپ کو مایوس نہیں کرے گی۔ ☆ دماغی کمزوری، یادداشت کی کمی کیلئے بوڑھے، جوان، مرد و عورتوں کیلئے واقعی آزمودہ، تجربہ شدہ اور مایوس لوگوں کیلئے نئی امید ہے۔ ☆ شوگر کے مریضوں کو جب ان کے اعصاب، دل، دماغ، جگر، معدہ، مثانہ، پٹھے اور خاص طاقت میں کمزوری ہو گئی ہو ایسے میں اگر وہ ”ستر شفا میں“ اپنی ادویات کے ساتھ لیتے رہیں تو جہاں تمام کمزوری ختم ہوگی وہاں کچھ عرصہ استعمال کرنے سے شوگر کی ادویات سے ہمیشہ کیلئے جان چھوٹ جائے گی۔ ☆ پراسٹیٹ گلینڈ جسے عام طور پر پیشاب کے غدود کہتے ہیں اس دوائی سے ختم ہو جاتے ہیں اگر اسے بیماری سے پہلے استعمال کیا جائے تو پراسٹیٹ کی تکلیف ہو ہی نہیں سکتی۔ ☆ دمہ، ڈسٹ الرجی، کھانسی، ریشہ بالکل ختم ہو جاتا ہے، اہلیز بھی چھوٹ جاتا ہے۔ ☆ نگاہ تیز کرنے اور عینک اتارنے کا آخری حل اور علاج۔ ☆ آپ حالت صحت میں بھی استعمال کر سکتے ہیں کوئی سائیڈ ایفیکٹ نہیں۔ مقدار خوراک: چھوٹے چنے کے برابر پانی کے ہمراہ دن میں 2 سے 5 بار حسب طبیعت کھانے سے پہلے یا بعد بچوں کیلئے کالی مرچ کے برابر 2 سے 5 بار پانی کے ہمراہ۔ ڈبی کا ڈھکنا ہمیشہ سختی سے بند رکھیں۔ دوائی سالہا سال تک خراب نہیں ہوگی۔ (قیمت -/250 روپے علاوہ ڈاک خرچ)

عَبْقَرِی

ماہنامہ
لاہور
جنوری
2012ء
مرکز روحانیت و امن کا ترجمان

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (ایڈیٹر) (پی ایچ ڈی) (امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الہی شمشی میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

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

عَبْقَرِی کے نقالوں سے ہوشیار

عَبْقَرِی سے ملتے جلتے رسالے اسی انداز کے عنوانات اور عَبْقَرِی کے طرز کے مضامین نقل کر کے لاکھوں قارئین کی آنکھوں میں دھول جھونکنے کی ناکام کوشش کر رہے ہیں۔ قارئین! اس دھوکہ دہی کی کوشش کو ناکام بنائیں۔ جو ہا کر یا بک سٹال ماہنامہ عَبْقَرِی مانگنے پر ماہنامہ عَبْقَرِی کے بجائے اس قسم کا دوسرا رسالہ دے یا ادارہ عَبْقَرِی کی طرف کوئی دوسرا رسالہ منسوب کرے اس کی ادارہ عَبْقَرِی میں اطلاع کریں تاکہ اس کے خلاف قانونی کارروائی کی جاسکے اور آئندہ عَبْقَرِی کے نام پر دھوکہ دہی نہ ہو۔

نوٹ: آن لائن فیس بک پر عَبْقَرِی کی مقبولیت سے پریشان ہو کر کچھ جعل ساز دھکی انسانیت کو جعلی عاملوں کا حضرت حکیم صاحب سے تعلق اور ملتے جلتے ناموں سے دھوکہ دے رہے ہیں ایسے تمام لوگوں سے ہوشیار رہیں۔ (ادارہ عَبْقَرِی)

صفحہ نمبر	عنوان	صفحہ نمبر	عنوان
2	قرب الہی کا سب سے اعلیٰ مقام حال دل	26	اولیاء کا چور کیا تھا انوکھا معاملہ
3	درس روحانیت و امن	27	جنات کے پھینسیں چوری کر لیں
4	صحابہ کی انصاف پسندی	28	رزق حرام نے خاندان تباہ کر دیئے
5	آپ کا بچہ وقت مانگتا ہے	29	قارئین کے سوال قارئین کے جواب
6	قرآن سے مال جان کی حفاظت کا واقعہ	30	خواب اور روشن تعبیر
7	ڈپریشن انسانی خوشیوں کا قاتل	31	فقیر کی دعا سے سب کام بن گئے
8	سردی کا عروج اور تندرستی کے راز	32	خواتین پوچھتی ہیں؟
9	صفر المظفر کی فضیلت سے استفادہ	33	سبز چٹوں والی سبزیوں کے فوائد
10	شیخ کمال الدین عقیلیؒ کے وظائف	34	قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں
11	سنگترہ اور مسمی سے بیماریوں کا علاج	36	چنا..... انسانی بدن کیلئے مقوی غذا
12	طبی مشورے	37	میری زندگی کے تجربات
14	لا زوال حسن کیلئے بہترین غذائیں	38	اس طرح چلو جسے تمہارے سر پر تاج ہو
15	توبہ کے ذریعے اولاد کی نعمت	39	جنات کا پیدائشی دوست
16	خوشگوار ازدواجی زندگی آپ کے بس میں	40	پینتیس کروڑ سال کا کیرٹا
17	نماز کے ارکان سے کو لیسٹرول میں کمی	41	میری دنیا جڑ رہی ہے
18	ہر دلعزیز بننے کا انوکھا راز	42	مراقبہ کے حیرت انگیز کمالات
19	غموں کو خوشیوں میں بدلنے والا عمل	43	پھول اور ان کے شفاء بخش اثرات
20	روحانی بیماریوں کا روحانی علاج	44	مشروب یا زہر! فیصلہ خود کریں
22	ٹھنڈا لہجہ نزلہ کھانسی سردی سے یقینی نجات	45	دل کی ہر بیماری کا علاج درد و شریف
23	گردوں کے علاج کا خواب میں ملا عمل	46	جنات نے مہمانان رسول کا اکرام کیا
24	نفعی پانی گھریلو پھنسیں اور آزمودہ یقینی علاج	47	ماپیں علاج مریضوں
25	اللہ الصمد اور دودھ پینا کے آزمودہ عمل		کیلئے آزمودہ ادویات

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

عَبْقَرِی ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

رجسٹریشن نمبر: RP/6237/L/S/10/1534

عَبْقَرِی جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہا سال سے عَبْقَرِی لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے برتن جوتے فرنیچر رضائیاں کمبل اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹریلر کے ذریعے عَبْقَرِی کے دفتر چلیں ملٹی پلیر شریک

(رقم بھیجنے والے وضاحت کریں کہ زکوٰۃ ہے یا صدقہ)

خط و کتابت کا پتہ: ”عَبْقَرِی“ مرکز روحانیت و امن 78/3 قریبہ چوک

نزد گوگانیلام گھریلو سابقہ یونائیٹڈ بیکری عبقری اسٹریٹ مزنگ چوکی لاہور

فون/ فیکس 042-37552384, 37597605, 37586453

نقشہ: مزنگ چوکی (قرطبہ چوک نزد عابد مارکیٹ) گوگانیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ

بیکری کیساتھ عَبْقَرِی اسٹریٹ کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے۔ موبائل: 0322-4688313

E-mail: contact@ubqari.org Website: www.ubqari.org

قرب الہی کا سب سے اعلیٰ مقام

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: کیا تم میں سے کسی کو یہ پسند ہے کہ جب وہ گھر جائے تو وہاں تین حاملہ اونٹنیاں موجود ہوں جو بڑی اور موٹی ہوں؟ ہم نے عرض کیا: یقیناً۔ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جن تین آیتوں کو تم میں سے کوئی شخص نماز میں پڑھتا ہے وہ تین بڑی اور موٹی اونٹیوں سے بہتر ہیں۔ (مسلم)

ف: چونکہ عربوں کے نزدیک اونٹ نہایت پسندیدہ چیز تھی خاص طور سے وہ اونٹنی جس کا کوہان خوب گوشت سے بھرا ہوا اس لیے آپ ﷺ نے اونٹ کی مثال دی اور فرمایا کہ نماز میں قرآن کریم کا پڑھنا اس پسندیدہ مال سے بھی بہتر ہے۔

حضرت ابو ذر رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کو یہ ارشاد فرماتے ہوئے سنا: جو شخص ایک رکوع کرتا ہے یا ایک سجدہ کرتا ہے اس کا ایک درجہ بلند کر دیا جاتا ہے اور اس کی ایک غلطی معاف کر دی جاتی ہے۔

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: بندہ نماز کے دوران سجدہ کی حالت میں اپنے رب کے سب سے زیادہ قریب ہوتا ہے لہذا (اس حالت میں) خوب دعائیں کیا کرو۔ (مسلم)

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا جب تم گھر میں داخل ہو تو دو رکعت نماز پڑھ لیا کرو یہ دو رکعتیں تمہیں گھر میں داخل ہونے کے بعد کی برائی سے بچالیں گی۔ اسی طرح گھر سے نکلنے سے پہلے دو رکعت پڑھ لیا کرو یہ دو رکعتیں تمہیں گھر سے باہر نکلنے کے بعد کی برائی سے بچالیں گی۔ (بزار، الزوائد)

حال دل

ٹینشن کا مرض زیادہ کیوں ہے اس کی کیا وجہ ہے، ٹینشن کے امراض کیوں بڑھتے جا رہے ہیں؟ مصیبتیں کیوں بڑھتی جا رہی ہیں؟ ٹینشن کی گولیاں کیوں زیادہ استعمال کی جا رہی ہیں؟ اس کے کئی اسباب ہیں۔ ایک سبب اخبار اور خبریں بھی ہیں، وہ کچھ اس طرح کہ ملک کے ایک مایہ ناز اخبار کے ایک پرانے ورکر نے ایک انوکھی بات سنائی کہنے لگے چالیس سال سے اخبار کے شعبے سے منسلک ہوں خبریں چھاپتا ہوں، خبریں بناتا ہوں، خبریں لکھتا ہوں، آج تک ہمارے شعبے سے منسلک جتنے بھی افراد ہیں وہ سب ٹینشن کے مریض ہو چکے ہیں اور ہوئے ہیں۔ حتیٰ کہ مجھے یہ یقین ہو گیا ہے کہ نیا کوئی ورکر یا اخبار میں کام کرنے کیلئے کوئی فریش آدمی آتا ہے اور انہیں دیکھتا ہوں اور بعض کو میں کہتا ہوں ٹینشن تو نہیں..... کہتے ہیں کہ ہم فریش ہیں..... ٹینشن آپ کو ہوگی تو میں انہیں پیشگوئی کر دیتا ہوں کہ تمہیں کچھ عرصے کے بعد ٹینشن ہو جائے گی لیکن وہی لوگ ہیں جو بعد میں کہتے ہیں کہ آپ نے کس وجہ سے مجھے یہ بات کہی تو میں انہیں کہتا ہوں دراصل بات یہ ہے اخبار میں غیبت چھپتی ہے پردہ دری کسی مسلمان کا راز فاش کیا جاتا ہے، کسی مسلمان کی پگڑی اچھالی جاتی ہے اور بہتان لگایا جاتا ہے یا مظلوم کی فریاد، جرم، جرائم چھاپے تو جاتے ہیں ان کی مدد نہیں کی جاتی۔ یہ وہ چیزیں ہیں جن مابعد اثرات صرف اور صرف ٹینشن اور نفسیاتی بیماریاں ہیں قارئین کیا یہ بات ٹھیک ہے آپ کی کیا رائے ہے؟

اور یہ بات صرف مجھے ایک شخص نے نہیں بتائی، یہ بات مجھے اخبار کے ہا کر نے بتائی، کالم نگار نے بتائی، کاپی پیسٹ کرنے والے اس کے کمپوزر..... اخبار کے متعلق جتنے بھی افراد ہیں میں وقتاً فوقتاً ان سے پوچھتا رہتا ہوں سب نے یہ بات مجھے بتائی اور سب یہی کہتے ہیں کہ بات ٹھیک ہے۔

اب آپ ہی بتائیں کہ بات کیسے ٹھیک ہے؟

درس روحانیت و امن

محکم دلائل سے مزین و متنوع و منفرد موضوعات پر مشتمل مفت آن لائن مکتبہ

آپ ﷺ نے فرمایا: تم دنیا میں اس طرح رہو جیسے کوئی مسافر یا رہ گزر رہا ہے۔

کرے اور سو جائے۔ بس فرمایا کہ یہ آج کا دن سارا ایسے ہے جیسے اس نے حضور سرور کونین ﷺ کی غلامی میں گزارا اور آپ ﷺ کی صحبت میں گزارا یا اور ایسے گزار دیا کہ آقا کا چہرہ تھا اور اس کی آنکھیں تھیں (اللہ اکبر)

پاس رہ کر بھی دور: ایک وہ شخص ہے جس نے آج کا دن کملی والے حضور سرور کونین ﷺ کی اتباع میں نہیں گزارا آپ ﷺ کی فرمانبرداری میں نہیں گزارا۔ اس کی مثال ایسی ہے کہ جیسے کوئی شخص حضور سرور کونین ﷺ کو دیکھ رہا آقا کا چہرہ انور ہے اللہ کی قسم ساری کائنات کا حسن اس پر فدا ہو جائے ”والضحیٰ“، ”واللیل اذا سجی“، ”سرور کونین (ﷺ) کا چہرہ انور ہے اور اس شخص کی آنکھیں ہیں لیکن اس کو فائدہ نہیں ہوا یہ ممکن ہے ہاں! ممکن ہے۔ ابو جہل نے کم تو نہیں دیکھا تھا حضور سرور کونین (ﷺ) کو۔ ابو جہل کو کوئی فائدہ ہوا؟

غلامی کی موت حقیقی شہادت: یاد رکھئے گا! میرے آقا کا چہرہ انور دیکھنے کے لئے پہلے ایمان کا ہونا ضروری ہے اور آپ ﷺ کی غلامی شرط اور غلامی کا تاج ہونا ضروری ہے اور پھر میرے آقا کو تو دیکھ نہیں صرف ایک جھلک دیکھ لے۔ اللہ کی قسم! اللہ تجھے معاف کر دے گا اور یاد رکھیں! ماں کہے کہ پہاڑ سے چھلانگ لگا اور تونے لگادی خود کشی ہو گئی اور باپ کہے، کوئی بڑا کہے چھلانگ لگا دے سمندر میں یہ خود کشی

درس سے پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! کچھ ماہ پہلے فون پر ملاقات کا ٹائم لینے کے بعد میں اپنی والدہ اور ہمیشہ کے ساتھ آیا تھا۔ کچھ مسئلے مسائل تھے آپ نے وظیفہ عنایت کیا اور ساتھ ہی فرمایا تھا کہ 14 جمعراتیں درس میں شرکت کریں اور انشاء اللہ دعائیں قبول ہوئیں۔ شروع شروع میں دل نہیں چاہتا لیکن جب مسائل نے شدت اختیار کی تو آپ کی بات بار بار میرے کانوں میں سنائی دینے لگی، چنانچہ میں نے پکی نیت کر کے درس میں شرکت کی۔ الحمد للہ میری دنیا ہی بدل گئی، میری سوچ کا زاویہ ہی بدل گیا، اگرچہ میں قرآن کا حافظ ہوں لیکن کبھی نمازیں پڑھ لیا کرتا تھا کبھی چھوڑ دیا کرتا تھا لیکن آپ کا درس سن کر اللہ عزوجل اور اس کے حبیب ﷺ سے محبت (باقی صفحہ نمبر 27 پر)

درس کی سی ڈی اور کیسٹ کے

حصول کیلئے تفصیل آخری صفحے پر

کہیں چپکے چپکے رونا کہیں دل سے بات کرنا، کوشش، محنت، اللہ سے مانگنا، احتیاط، بار بار احتیاط، قدم قدم پہ احتیاط کرتے رہیں! مانگتے بھی رہیں۔ یا اللہ! میں کمزور ہوں، تو خود مجھے سلجھا دے۔ اے اللہ! میں ناتواں ہوں، تو مجھے راستے خود سمجھا۔ اے اللہ! مجھے حقیقت آتی نہیں۔ اے اللہ! تو مجھے خود بتا۔ یا اللہ! میں کیا کروں۔ یا اللہ! میں کیسے کروں، یا اللہ! میری راہیں سلجھا۔ اللہ! مجھے راستہ دکھا۔ اللہ سے مانگیں اور خوب مانگیں۔ اے اللہ! میں مخلوق، میری کوشش مخلوق، اے اللہ! تو خالق ہے، تو دینے والا ہے، تو مجھے عطا کر دے، تیرے خزانے میں کمی نہیں ہے۔ یا اللہ! تو دے دے گا تو میرا کام بن جائے گا، اگر تو محروم کر دے گا، میں برباد ہو جاؤں گا۔ یا اللہ! تو میری بربادی نہیں چاہتا۔ اگر میں پریشان و برباد ہو گیا اور بے برکتی والے اعمال کرتے کرتے میری زندگی گزر گئی تیرے حبیب ﷺ کو تکلیف ہوگی، تو اپنے حبیب ﷺ کی تکلیف کو برداشت نہیں کر سکتا۔ اللہ سے مانگیں اور بار بار بیٹھ کر مانگیں۔ اپنی نسلوں کے لئے اعمال اور ایمان مانگیں، اپنی نسلوں کے لئے احتیاطیں مانگیں، اپنی نسلوں کے لئے مانگیں۔ جو مانگتا ہے اس کو ملتا ہے، جو نہیں مانگتا وہ محروم رہتا ہے۔ (ختم شد)

نیا درس

اپنی نسبت کو پہچانیں: قابل احترام دوستو! اللہ جل شانہ نے ہمیں نسبتوں کے ساتھ جوڑا ہے یہ حقیقت ہے کہ ہمیں نسبتوں کے ساتھ جوڑا ہے، وہ کیسے؟ کبھی آپ اس بات پر غور کریں اور سنجیدگی سے غور کریں یا تو ہماری نسبت، جنت کے ساتھ ہے یا خدا نخواستہ اللہ نہ کرے مومن کی نسبت جہنم کے ساتھ ہے، آج کا دن جنتی کے ساتھ گزارا یا پھر آج کا دن برباد ہو گیا۔

حضور ﷺ کی محفل میں وقت گزارنے کا طریقہ: بقول ایک اللہ والے کے اگر کوئی شخص یہ چاہتا ہے کہ سارا دن حضور ﷺ کی غلامی میں بیٹھا رہے اور آپ ﷺ کی محفل میں بیٹھا رہے اور ہم سب ہی ضرور چاہتے ہیں..... کیوں نہیں چاہتے..... تو فرمایا ”آج کا دن حضور سرور کونین ﷺ کی غلامی میں گزارے صبح اٹھے اور شام ہو جائے اور اس دوران اس سے کوئی گناہ نہ ہو نا فرمانی نہ ہو اور حضور سرور کونین ﷺ کی زندگی کے مطابق آپ ﷺ کے طریقوں کے مطابق وقت گزارنے کی فکر

بلاوجہ کے اعتراضات کا وبال: میں نے ایک شخص کو دیکھا کہ اپنے مذہب سے دور ہو کے بہت دور چلا گیا میں سمجھتا ہوں بس (اللہ معاف) کرے۔ اس کی بنیاد یہ تھی کہ ہر کسی پہ اعتراض کرتا تھا میرے ساتھ سفر کیا اس نے ملتان تک کا ہر چیز پہ اعتراض کرتا رہا۔ میں نے کہا تو یہ چھوڑ دے ہر شخص میں کوئی خوبی بھی ہوتی ہے خامیاں بھی ہوتیں ہیں اس کو چھوڑ دے کہنے لگا: میں حق بیان کر رہا ہوں کہ اس میں یہ خامی ہے اس میں نہ ہوتی تو یہ بہتان بن جاتا۔ واقعی ایسا ہوا پھنس گیا اور بہت دور چلا گیا۔

ایک دفعہ ملا میں نے کہا: کیا حال ہے کہنے لگا: مجھے حق اب ملا ہے ہائے! میں نے کہا: دروازے ایسے بند ہوئے کہ کفر کو حق سمجھ رہا ہے ایسے دروازے بند ہو گئے ایسا دل سیاہ ہو گیا۔ درگزر کو اپنائیے: فرمایا: مومن کا مزاج درگزر کا ہوتا ہے۔

لٹا اپنی ہستی بھلا کرتے کرتے

ڈوب ہی دیا تھا تجھے ناخدا نے

لگی پارکشتی خدا کرتے کرتے

اعمال کا اثر نسلوں پر: میرے دوستو! زندگی کی وہ کیفیات زندگی کے وہ اعمال حاصل کریں جن سے برکتیں آئیں وہ اعمال اختیار کریں گھروں میں سلام کو عام کریں۔ جب رزق کو ضائع کیا جاتا ہے رزق کی بے برکتی آتی ہے، جب اعمال نبوی ﷺ کو چھوڑا جاتا ہے پھر اللہ کی طرف سے عذاب ٹوٹتے ہیں پھر بلائیں ٹوٹتی ہیں اور یاد رکھنا! بعض اوقات ایک نسل بعض اوقات کئی نسلوں پر اور بعض اوقات ایک گناہ کرنے والا گناہوں کی زندگی گزار کے چلا جاتا ہے جبکہ اس کی نسلوں پہ اس کا عذاب آتا ہے۔ کیسے آتا ہے؟

آپ میڈیکل کے لوگوں سے پوچھیں بعض بیماریاں ایسی ہیں۔ گلو یا آتشک اور سوزاک گناہ کوئی کرتا ہے لیکن اس کو بھگتنی نسلیں ہیں، لوے لنگڑے، اچانچ بچے پیدا ہوتے ہیں۔ چیز میں یہ چیزیں منتقل ہو رہی ہیں۔ کمال ہے گناہ تو اس نے کیا بھگت اس کی نسلیں رہی ہیں۔ یاد رکھئے گا! گناہ کی زندگی ایمان و اعمال سے دوری کی زندگی بے برکتی والے اعمال یہ نسلیں بھگتنی ہیں اور برکت والے اعمال ایمان و اعمال اور تقویٰ اس کی برکات نسلوں تک جاتی ہیں۔

اہل بیتؑ کی انصاف پسندی

ابن سرور محمد اویس

”کیا فرمایا ”کھائے“ کیوں شامل نہیں کیا؟“ میں نے عرض کیا ”میرے نزدیک یہ حرف ناصبہ نہیں“ فرمایا یہ بھی ناصبہ ہے چنانچہ میں نے اس کا اضافہ بھی کر دیا۔“

علم نحو عربی گرامر کا ایک ایسا بنیادی علم ہے جس کے بغیر عربی زبان سیکھنا ممکن نہیں اس علم کی ایجاد کا تمغہ بھی حضرت علی رضی اللہ عنہ کو حاصل ہے جیسا کہ قصہ مذکورہ ہے معلوم ہوا البتہ ابوالاسود دحمہ رحمۃ اللہ علیہ سے یہ بھی روایت ہے کہ اس کی ابتداء عمر فاروق رضی اللہ عنہ نے کی تھی اور انہوں نے یہ بتایا تھا کہ ہر ایک فاعل مرفوع مفعول منصوب اور مضاف الیہ مجرور ہوتا ہے۔

حضرت عمر رضی اللہ عنہ کی

حضرت علی رضی اللہ عنہ سے محبت

مسجد نبوی ﷺ میں ایک آدمی امیر المؤمنین حضرت عمر بن خطاب رضی اللہ عنہ کے قریب بیٹھا فضول باتیں کر رہا تھا کہ ایک دم حضرت علی رضی اللہ عنہ کے خلاف سخت زبان استعمال کرنے لگا اس پر حضرت عمر رضی اللہ عنہ کو غصہ آیا اور سخت لہجہ میں اس شخص سے فرمایا ”کیا تم ان صاحب قبر والے کو پہچانتے ہو؟“ اس نے ہنس کر کہا ”جی ہاں کیوں نہیں یہ نبی ﷺ ہیں جن کا نام محمد بن عبد اللہ بن عبد المطلب ہے“ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے فرمایا ”اور جس علی رضی اللہ عنہ کا تم تذکرہ کر رہے ہو وہ علی بن ابی طالب بن عبد المطلب اور رسول اللہ ﷺ کے پچازاد بھائی ہیں لہذا تم ان کا ذکر اچھے الفاظ اور خیر خواہی سے کرو کیونکہ اگر تو نے علی رضی اللہ عنہ کو اذیت پہنچائی تو درحقیقت تم نے ان صاحب قبر ﷺ کو اذیت پہنچائی۔

ہوشیار رہیں.....!

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

www.ubqari.org- facebook.com/ubqari

پتہ: دفتر ”عبرقی“ مرکز روحانیت واسن 78/3 قرطبہ چوک نزد گواگنلام گھر سابقہ یونائیٹڈ ٹیکری عبقری اسٹریٹ مزنگ چوگی لاہور۔ فون: 37552384- (042) 37597605۔ نوٹ: عبرقی کی طرف سے روحانی و جسمانی معاملے کیلئے کسی شہر میں کوئی اور نمائندہ مقرر نہیں ہے۔

وہ یہودی اس مقدمہ کے فیصلہ سے بہت متاثر ہوا اور تعجب کے ساتھ کہنے لگا ”امیر المؤمنین خود مجھے اپنے قاضی کے پاس لے کر آئے اور ان کے قاضی نے بھی ان ہی کے خلاف فیصلہ سنادیا“ میں گواہی دیتا ہوں کہ اللہ کے سوا کوئی معبود نہیں اور محمد ﷺ اللہ کے رسول ﷺ ہیں۔

علم وحکمت اور ملفوظات تفکر و تضرع کا فیضان برسر رہے تھے لوگ آپ کے ارد گرد حلقہ بنائے علمی استفادہ کر رہے تھے کہ اس دوران ایک آدمی نے عرض کیا ”یا امیر المؤمنین! آپ رضی اللہ عنہ ہمیں فقیہ (عالم) کے اوصاف سے آگاہ کیجئے“ چنانچہ حضرت علی رضی اللہ عنہ دو زانوں ہو کر بیٹھے اور فرمایا کہ ”میں تمہیں حقیقی فقیہ سے آگاہ کرتا ہوں“ حقیقی فقیہ وہ ہے جو لوگوں کو اللہ کی رحمت سے مایوس نہ کرے ان امور کی اجازت نہ دے جو خدا تعالیٰ کی نافرمانی کا ذریعہ بنتے ہیں اللہ تعالیٰ کی خفیہ تدبیر سے انہیں بے خوف نہ کرے اور قرآن سے بے رغبتی ظاہر کرتے ہوئے نہ چھوڑے ایسی عبادت میں کوئی بھلائی نہیں جس میں فقاہت نہ ہو اور اس فقہ میں کوئی بھلائی نہیں جس میں پرہیزگاری نہ ہو اور اس تلاوت میں کوئی خیر و بھلائی نہیں جس میں تدبر نہ ہو۔

علم نحو کے موجد

ابوالاسود دہلی بیان کرتے ہیں کہ ایک میں حضرت علی رضی اللہ عنہ کی خدمت میں حاضر ہوا تو دیکھا کہ منتظر نظر آ رہے ہیں میں نے اس فکر اور پریشانی کی وجہ پوچھی تو فرمایا ”میں نے تمہارے شہر والوں کو دیکھا کہ بولنے میں غلطی کرتے ہیں لہذا میرا خیال ہے کہ عربی زبان کے اصول و قواعد کے بارے میں کچھ تحریر کردوں میں نے عرض کیا کہ اگر آپ ایسا کر دیں تو ہمیں زندگی عطا فرمادیں گے اور یہ زبان ہم میں باقی رہ جائے گی۔

تین دن کے بعد میں دوبارہ حاضر خدمت ہوا تو حضرت علی رضی اللہ عنہ نے ایک کاغذ میرے سامنے رکھا جس پر تحریر تھا:۔

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

”کلام تین قسم کا ہوتا ہے اسم، فعل، حرف، اسم وہ ہے جو مسمی کی خبر دے اور فعل وہ ہے جو مسمی کی حرکت بتائے اور حرف وہ ہے جو معنی کی خبر دے لیکن اسم و فعل نہ ہو۔“

پھر فرمایا کہ اگر تجھے کوئی نئی بات معلوم ہو تو اس میں اضافہ کر دینا اور یہ کہ چیزیں تین قسم کی ہوتی ہیں ظاہر، پوشیدہ، نہ ظاہر نہ پوشیدہ، پھر میں واپس چلا گیا اور میں نے بھی کچھ اضافہ کیا ازاں جملہ ان لیت لعل حروف ناصبہ تھے۔ میں نے ان کی اقسام تیار کیں اور اسے آپ کی خدمت میں پیش

حضرت علی رضی اللہ عنہ کی انصاف پسندی

ایک مرتبہ حضرت علی رضی اللہ عنہ کی زرہ گم ہو گئی تلاش کرنے پر وہ ایک یہودی کے پاس سے برآمد ہوئی آپ رضی اللہ عنہ نے زرہ کا مطالبہ کرتے ہوئے فرمایا: ”یہ زرہ میری ہے میں نے یہ نہ فروخت کی ہے اور نہ کسی کو بہہ کی ہے۔“ یہودی کہنے لگا ”یہ میری زرہ ہے کیونکہ یہ میرے قبضے میں ہے۔“ حضرت علی رضی اللہ عنہ نے اسے قاضی کے پاس چلنے کو کہا تو وہ آمادہ ہو گیا اور دونوں قاضی شریح رحمۃ اللہ علیہ عدالت میں پہنچ گئے۔ شریح رحمۃ اللہ علیہ نے حضرت علی رضی اللہ عنہ سے مقدمہ کی کارروائی شروع کرتے ہوئے کہا: ”امیر المؤمنین! آپ فرمائیں آپ کیا کہتے ہیں؟“

”یہ زرہ میری ہے“ میں نے یہ زرہ نہ تو کسی کو بیچی ہے اور نہ ہی کسی کو بہہ کی ہے۔“ حضرت علی رضی اللہ عنہ نے دعویٰ دائر کرتے ہوئے فرمایا: پھر شریح رحمۃ اللہ علیہ یہودی کی طرف متوجہ ہوئے اور اس کا بیان طلب کیا تو اس نے کہا ”یہ میری زرہ ہے اور میرے قبضہ میں ہے۔“

”آپ کے پاس کوئی گواہ ہے؟“ حضرت شریح نے حضرت علی رضی اللہ عنہ سے پوچھا۔

”جی ہاں! یہ قیصر (حضرت علی رضی اللہ عنہ کا غلام) اور حسن (رضی اللہ عنہ) اس بات کے گواہ ہیں کہ یہ زرہ میری ہے۔“ حضرت علی رضی اللہ عنہ نے فرمایا۔

”بیٹے! گواہی باپ کے حق میں قابل قبول نہیں لہذا میرا فیصلہ یہ ہے کہ زرہ اس یہودی کی ہے۔“ قاضی شریح رحمۃ اللہ علیہ نے اپنا فیصلہ سنادیا۔

وہ یہودی اس مقدمہ کے فیصلہ سے بہت متاثر ہوا اور تعجب کے ساتھ کہنے لگا ”امیر المؤمنین خود مجھے اپنے قاضی کے پاس لے کر آئے اور ان کے قاضی نے بھی ان ہی کے خلاف فیصلہ سنادیا“ میں گواہی دیتا ہوں کہ اللہ کے سوا کوئی معبود نہیں اور محمد ﷺ اللہ کے رسول ﷺ ہیں۔ اے امیر المؤمنین! یہ زرہ آپ ہی کی ہے لہذا آپ اسے لے لیجئے۔

حضرت علی رضی اللہ عنہ اور فقیہ کی تعریف

حضرت علی رضی اللہ عنہ خراب کے قریب تشریف فرما کلمات

مسمط زیر لاہور

آپ کا بچہ وقت مانگتا ہے

آج کے جدید باپ کی عام تصویر یہ ہے کہ اس کے پاس ایک اچھی اور مضبوط ملازمت ہے۔ وہ اپنے خاندان کو زیادہ سے زیادہ مالی طور پر آسودہ حال دیکھنا چاہتا ہے اور اس نے دن رات ایک کر رکھا ہے لیکن بچوں کیلئے اس کے پاس وقت نہیں ہے

بچوں کو کامیاب اور اچھا انسان بنانے کے حوالے سے ہم اپنے بڑے بوڑھوں سے یہ مشہور ضرب المثل سنتے آئے ہیں کہ ”دوسو نے کو نوالہ اور دیکھ شیر کی نگاہ سے“ لیکن سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ سائنس اور کمپیوٹر ٹیکنالوجی کے اس جدید دور میں کیا یہ قدیم مجاہدے آج بھی ویسے ہی پُر اثر اور سچے ہیں جیسے صدیوں سے سمجھے جاتے رہے ہیں؟ کیا بچوں میں ہماری اقدار روایات اور قواعد و ضوابط کی پابندی زیادہ نمایاں نظر آتی چاہیے؟ یا پھر کمپیوٹر اور دیگر شعبہ جات زندگی میں مہارت ہمارے بچوں کی امتیازی خصوصیات ہونی چاہئیں؟ حقیقت یہ ہے کہ اس بارے میں شاید ہمارے اپنے ذہنوں میں کوئی واضح خانہ نہیں ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ہم اپنے بچوں کو غیر واضح، غیر متوازن اور بے مقصد مستقبل کی طرف دھکیل رہے ہیں۔

آج کے جدید باپ کی عام تصویر یہ ہے کہ اس کے پاس ایک اچھی اور مضبوط ملازمت ہے۔ وہ اپنے خاندان کو زیادہ سے زیادہ مالی طور پر آسودہ حال دیکھنا چاہتا ہے اور اس نے دن رات ایک کر رکھا ہے لیکن بچوں کیلئے اس کے پاس وقت نہیں ہے جبکہ ملازمت پیشہ ماں کا یہ حال ہے کہ وہ چاہتی ہے کہ اس کے بچوں کو جدید دور کی تمام سہولتیں حاصل ہوں۔ معیار زندگی زیادہ سے زیادہ بلند ہو اور اس کے بچے اچھے اور مہنگے سکولوں میں تعلیم حاصل کریں چنانچہ اس دوڑ دھوپ میں اس کا بھی زیادہ وقت گھر سے باہر ہی گزرتا ہے اس میں کوئی شک نہیں کہ بچوں کو اچھے سکولوں میں تعلیم دلانے اور ان کی مادی ضروریات کی تکمیل کیلئے مالی اور معاشی استحکام ضروری چیز ہے لیکن کیا والدین کی ذمہ داریاں اور فرائض صرف یہاں تک ہی محدود ہیں؟ کیا اس بات کی ضمانت دی جاسکتی ہے کہ ہنگی تعلیم دلانے سے وہ ہمیشہ کامیاب اور اچھے انسان بنیں گے؟ افسوس کی بات یہ ہے کہ ہم میں سے اکثریت کے پاس سوچنے کیلئے اتنا بھی وقت نہیں رہا۔

بچوں کے بعض ماہرین نفسیات کی رائے میں وہ بچے جو عام سکولوں میں پڑھتے ہیں لیکن انہیں والدین کی خصوصی توجہ حاصل رہتی ہے وہ مہنگے سکولوں میں پڑھنے والے بچوں کے

مقابلے میں (جنہیں والدین کا وقت نہیں ملتا) کہیں زیادہ بہتر نتائج حاصل کرتے ہیں۔ موجودہ سائنسی دور میں جب بچوں کی دلچسپی کیلئے سینکڑوں تفریحی مشاغل اور ان کے کیریئر کیلئے کئی شعبے موجود ہیں انہیں متعدد چیلنجوں کا سامنا ہے ایسے حالات میں انہیں والدین کی خصوصی توجہ کی ضرورت پہلے دور کے مقابلے میں کہیں زیادہ بڑھ گئی ہے اور وقت نے ثابت کر دیا ہے کہ بچوں کی بہتر تعلیم و تربیت اور انہیں نظم و ضبط اور قواعد و ضوابط سکھانے کیلئے مناسب سرزنش یا ڈانٹ ڈپٹ بھی ضروری ہے۔ انہیں اچھائی اور برائی کی تمیز سکھانی پڑتی ہے اور اس کیلئے کچھ اصولوں کا تعین کرنا اور انہیں خصوصی وقت دینا پڑتا ہے۔ صرف مہنگے یا اچھے سکولوں میں داخلے دلوا کر یا ان کی دیگر مادی ضروریات کی تکمیل کر کے والدین ان کی تمام ذمہ داریوں سے بری الذمہ قرار نہیں دیے جاسکتے۔

ہمیں اس بات پر غور کرنا پڑے گا کہ اس روش سے کہیں ہم اپنے بچوں کو زندگی کے اصل مقصد سے دور تو نہیں لے جا رہے؟ اور کیا اس طریق کار سے بچوں کی بہتر شخصیت سازی ہونا اور انہیں ایک اچھا انسان بنانا ممکن ہے؟ حقیقت یہ ہے کہ موجودہ وقت اس بات کا تقاضا کرتا ہے کہ جس قدر ہو سکے والدین نہ صرف بچوں کو اپنا وقت دیں بلکہ ان کی رہنمائی میں ہر طرح سے ان کی مدد کریں تاکہ ان کی شعوری اور فکری صلاحیتیں زیادہ کھل کر سامنے آسکیں۔

بچوں کی ایک معروف سائیکاٹرسٹ کا کہنا ہے کہ ”مادی خوشیوں کی اس چوہا دوڑ میں والدین کی اکثریت ذہنی اور جسمانی طور پر اس قدر مصروف رہتی ہے کہ وہی بچے ان کی توجہ سے محروم رہتے ہیں جن کیلئے وہ ساری محنت اور جدوجہد کر رہے ہوتے ہیں۔ ان کے پاس اتنا وقت ہی نہیں بچتا کہ وہ اپنے بچوں کی مصروفیات، مسائل اور دلچسپیوں اور مشاغل وغیرہ کے بارے میں جان سکیں۔ چنانچہ لازمی طور پر بچے نہ صرف اچھائی اور برائی کے تصور سے آگہی حاصل نہیں کر پاتے بلکہ کامیاب شخصیت کی تعمیر کیلئے دیگر کئی بنیادی اور انتہائی ضروری چیزوں سے بھی ناواقف رہتے ہیں۔

حقیقت یہ ہے کہ اگر کوئی ماں اپنے بچے کو صحت کے بنیادی

اصول، معاشرتی ادب و آداب، لحاظ و مروت، بڑوں کی عزت و تکریم، چھوٹوں سے محبت جیسی بنیادی باتیں نہیں سکھاتی تو اس کا بچہ کبھی بھی ایک اچھا انسان نہیں بن سکتا۔ ایسا بچہ جسے اس کے ماں باپ نے یہ ساری باتیں سکھائی ہوں وہ اختلافی معاملات میں بڑوں سے ناراضگی اور چڑچڑے پن کا مظاہرہ تو کر سکتا ہے لیکن وہ گستاخی کی حد تک نہیں اترتا۔ ایک عام گلی کے بچے اور شرفاء کے بچوں میں یہی اصل فرق ہوتا ہے یہی وہ اہم نکتہ ہے جسے والدین کو اچھی طرح ذہن نشین کر لینا چاہیے۔ بہت چھوٹی عمر ہی سے بچوں کو ان کے کیریئر کے بارے میں اعتماد میں لیں انہیں بتائیے کہ اگر کوئی ڈاکٹر، انجینئر، جج، پروفیسر وغیرہ بننا چاہتا ہے تو اسے قدر کی نگاہ سے دیکھا جاتا ہے۔ بچوں کے معاملے میں اس طرح فیصلے کیا کریں کہ بچوں کو فیصلے میں شرکت کے ساتھ اپنے بااختیار ہونے کا بھی احساس ہو۔ وہ چاہتے ہیں کہ ان سے بھی بڑوں جیسا سلوک اور رویہ اختیار کیا جائے۔ آپ کا کمال یہ ہے کہ ان سے متعلق کوئی بھی فیصلہ کرتے وقت آپ انہیں محسوس نہ ہونے دیں کہ کوئی فیصلہ ان پر مسمط کیا جا رہا ہے ورنہ بچوں میں غصہ، ناراضگی، ڈپریشن اور اعتماد کی کمی جیسی چیزیں پیدا ہونے لگتی ہیں جو بہت زیادہ بڑھ جائیں تو بچوں میں کئی نفسیاتی پیچیدگیوں کا باعث بن سکتی ہیں۔

والدین کا کام ہے کہ بچوں کی سرگرمیوں پر ہمیشہ نظر رکھیں اور اگر ان میں کوئی ایسی منفی سرگرمی کو پروان چڑھتا دیکھیں تو فوراً اس کی روک تھام کریں۔ بچوں کی تربیت اس نہج پر ہونی چاہیے کہ ان کی دلچسپیوں کا محور تعمیر اور مثبت سرگرمیاں ہوں یہ بات والدین کے ذہن میں ذہنی چاہیے کہ ”شیر خوار بچے کے مقابلے میں چھ سات برس کے بچے پر کہیں زیادہ توجہ دینے اور نظر رکھنے کی ضرورت ہوتی ہے کیونکہ اس عمر کا بچہ سوچنے اور محسوس کرنے کی واضح صلاحیت رکھتا ہے۔“

خاندان کی نظروں میں محبوب بننے کیلئے

جس عورت کا خاندان اسے اچھا نہ جانتا ہو 7 دن لگا تار یہ عمل کرے اول غسل کرے پھر دو رکعت نماز نفل پڑھے۔ دونوں رکعت میں ایک مرتبہ سورہ فاتحہ ایک مرتبہ سورہ اخلاص نماز کا سلام پھیر کر کھڑے ہو کر 3 ہزار مرتبہ بِسْمِ اللّٰہِ بِسْمِ اللّٰہِ پڑھے پھر چوتھے دن سے پانچ ہزار مرتبہ بِسْمِ اللّٰہِ پڑھے اسی طرح سات دن پورے کرے۔ انشاء اللہ خاندان کی نظروں میں نہایت عزت والی اور محبوب بن جائیگی۔ (خالد محمود احمد پور شریہ)

ابن زب بھکاری

اسلام اور رواداری

قسط نمبر 67

پیغمبر اسلام کا غیر مسلموں

سے حسن سلوک

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں ان کا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا؟ آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

آتش پرست کا قبول اسلام

شمعون نامی ایک آتش پرست حضرت حسن بصری رحمۃ اللہ علیہ کا پڑوسی تھا اور جب وہ مرض الموت میں مبتلا ہوا تو آپ رحمۃ اللہ علیہ نے اس کے یہاں جا کر دیکھا کہ اس کا جسم آگ کے دھوئیں سے سیاہ ہو گیا ہے۔ آپ رحمۃ اللہ علیہ نے تلقین فرمائی کہ آتش پرستی ترک کر کے اسلام میں داخل ہو جا، اللہ تعالیٰ تجھ پر رحم فرمائے گا۔ اس نے عرض کیا کہ میں تین چیزوں کی وجہ سے اسلام سے برگشتہ ہوں۔ اول یہ کہ جب تم لوگوں کے عقائد میں حب دنیا کی چیز ہے تو پھر تم اس کی جستجو کیوں کرتے ہو؟ دوم یہ کہ موت کو یقینی تصور کرتے ہو تو دنیا میں رضائے الہی کیلئے کام کیوں کرتے ہو؟ اور یہ کہ موت کو یقینی تصور کرتے ہوئے اس کا سامان کیوں نہیں کرتے؟ سوم یہ کہ جب تم اپنے قول کے مطابق جلوۂ خداوندی کے دریا کو بہت عمدہ تصور کرتے ہو تو پھر دنیا میں رضائے الہی کے خلاف کام کیوں کرتے ہو؟ آپ رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا یہ تو مسلمانوں کے افعال و کردار ہیں لیکن آتش پرستی میں تفسیح اوقات کر کے تمہیں کیا حاصل ہوا؟ مومن خواہ کچھ بھی ہو کم خدا کی وحدانیت کو تسلیم کرتا ہے لیکن تو نے ستر سال آگ کو پوجا ہے اور اگر ہم دونوں آگ میں گر پڑیں تو وہ ہم دونوں کو برابر جلانے لگی یا تیری پرستش کو ملحوظ خاطر رکھے گی۔ لیکن میرے مولائے وہ طاقت ہے کہ اگر وہ چاہے تو مجھ کو آگ ذرہ برابر نقصان نہیں پہنچا سکتی اور یہ فرما کر اپنے ہاتھ میں آگ اٹھالی اور کوئی اثر دست مبارک پر نہ ہوا۔ شمعون نے اس کیفیت سے متاثر ہو کر عرض کیا کہ میں تو ستر سال سے آتش پرستی میں مبتلا ہوں اور اب آخری وقت میں کیا مسلمان ہوں گا۔ لیکن جب آپ رحمۃ اللہ علیہ نے اسے اسلام لانے کیلئے دوبارہ اصرار فرمایا تو اس نے عرض کیا کہ میں اس شرط پر ایمان لا سکتا ہوں کہ آپ رحمۃ اللہ علیہ مجھے یہ عہد نامہ تحریر کر دیں کہ میرے مسلمان ہوجانے کے بعد اللہ تعالیٰ مجھے تمام گناہوں سے نجات دیکر مغفرت فرما دے گا۔ چنانچہ آپ نے اسی مضمون کا اس کو عہد (باقی صفحہ نمبر 11 پر)

قرآن سے مال جان کی حفاظت کا واقعہ

رابعدوقاص راولپنڈی

ایک ڈاکو نے فیض نظامی صاحب کی جیب کی تلاشی لیتے ہوئے ان کی جیب میں جو نقدی تھی نکال لی تھی۔ دوسرے ڈاکو نے کتابوں کی الماری کی طرف اشارہ کرتے ہوئے پوچھا کیا اس میں صرف کتابیں ہیں؟ شاہین صاحب کی اہلیہ نے کہا ”قرآن مجید“ ہے۔

بچوں کی تعلیم کے بانی تھے۔ ان کو تعلیم کے سلسلے میں بار بار باہر کے ممالک میں جانا پڑتا تھا۔ انہوں نے کوئی 25 سال پیشتر میرے والد کو ایک ایمان افروز واقعہ سنایا۔ فرمانے لگے بہت پہلے میں اعلیٰ تعلیم کے سلسلے میں امریکہ کی یونیورسٹی (غالباً کیلیفورنیا) میں مقیم تھا۔ وہاں میں نے ایک مرتبہ کئی امریکیوں کو پاکستانی ڈشیں کھانے کی دعوت دی۔ میں نے کئی ڈشیں اپنے ہاتھ سے تیار کیں۔ یاد رہے کہ ان دنوں بہت کم پاکستانی امریکہ میں رہتے تھے اور پاکستانی کھانے بہت نایاب تھے۔ امریکی دوستوں نے خوب مزے لے لے کر پاکستانی کھانے کھائے اور دل کھول کر داد دی۔ امریکیوں میں ایک ہیڈ لائبریرین بھی مدعو تھی۔ وہ اتنی خوش ہوئی کہ اس نے ہمیں درج ذیل واقعہ سنایا۔

اس نے بتایا کہ آپ لوگ اس یونیورسٹی کی لائبریری کی شاندار عمارت دیکھتے ہیں۔ کوئی ایک صدی پہلے اسی جگہ پر لائبریری کی بالکل مختلف بلڈنگ تھی۔ اس بلڈنگ میں خدا جانے کس طرح آگ لگ گئی۔ آگ نے پوری عمارت کو گھیرے میں لے لیا۔ آپ کو علم ہے کہ امریکیوں کو کتابوں سے بہت زیادہ عشق ہوتا ہے ان دنوں جو ہیڈ لائبریرین تھی اس کا کچھ یہی حال تھا۔ چنانچہ اس نے لائبریری میں سے زیادہ سے زیادہ کتابیں بچانے کی کوشش کی اور جان پر کھیل کر لائبریری میں گھس گئی۔ ایک شوکیس میں سے اس کے ہاتھ صرف ایک کتاب لگی۔ اندھیرے اور دھوئیں کی لپیٹ میں وہ یہ کتاب کسی نہ کسی طرح باہر لے آئی۔ باہر اس نے اور دیگر امریکیوں نے دیکھا کہ وہ کتاب قرآن پاک یعنی اللہ کی کتاب تھی۔ سبحان اللہ! جب نئی عمارت تیار ہو گئی تو باقاعدہ ایک شوکیس میں قرآن مجید کے اس مقدس نسخے کو احترام کے ساتھ رکھ دیا گیا۔ شوکیس پر اب بھی یہ تحریر موجود ہے کہ تباہ شدہ لائبریری کی جملہ کتابوں میں سے باقی ماندہ صرف ایک کتاب قرآن پاک.....!

مونگ پھلی کے چھلکوں سے جھانپنا ختم

مونگ پھلی کے چھلکوں کا سفوف بنا کر ہموں خالص پڑولیم جیلی میں ملا کر چہرے کی جھانپناؤں پر کچھ عرصہ مستقل لگانا، انشاء اللہ جھانپناؤں ختم ہو جائیں گی۔ (ابن وقفا قاری)

ہمارے ایک عزیز فرخ نظامی صاحب کے مکان میں پانچ ڈاکو گھس گئے۔ انہوں نے چادریں اوڑھی ہوئی تھیں اور ان کا لب و لہجہ سندھی تھا۔ وہ کار پر آئے تھے ان کا چھٹا ساتھی باہر کار میں بیٹھا رہا۔ ڈاکوؤں نے گھر میں داخل ہو کر تلاشی لینا شروع کر دی۔ اسی اثناء میں نظامی صاحب کے بڑے بھائی اکرام نظامی صاحب کی آنکھ کھل گئی۔ وہ اٹھے تو ڈاکوؤں نے ریوالتور دکھا کر ان پر قابو پالیا۔

اس کے بعد ان کے دوسرے بھائی فیض نظامی صاحب کی بھی آنکھ کھل گئی۔ مگر ڈاکوؤں نے انہیں بھی گولی مارنے کی دھمکی دے کر خاموش کرادیا پھر انہوں نے تینوں بھائیوں کو کمرے میں بند کر دیا اور ان کی والدہ سے گھر کی چابیاں حاصل کر لیں۔ انہوں نے گھر کا کونہ کونہ چھان مارا تا کہ انہیں کوئی زیور یا نقدی مل جائے مگر انہیں سخت مایوسی ہوئی فرخ صاحب کی اہلیہ کے کمرے میں ایک آہنی سیف پڑا ہوا تھا انہوں نے اسے توڑا تو اس میں سے بھی کوئی کام کی چیز نہ نکلی۔ اس پر ان کی اہلیہ نے ڈاکوؤں سے کہا کہ بھائی یہ اللہ والوں کا گھر ہے یہاں تمہیں اللہ کے نام کے سوا کچھ نہیں ملے گا۔“

ایک ڈاکو نے فیض نظامی صاحب کی جیب کی تلاشی لیتے ہوئے ان کی جیب میں جو نقدی تھی نکال لی تھی۔ دوسرے ڈاکو نے کتابوں کی الماری کی طرف اشارہ کرتے ہوئے پوچھا کیا اس میں صرف کتابیں ہیں؟ شاہین صاحب کی اہلیہ نے کہا ”قرآن مجید“ ہے۔ ڈاکو نے قرآن مجید کو احترام سے اٹھایا اور اسے بوسہ دے کر رکھ دیا۔ ڈاکو چلے گئے تو سب نے دیکھا کہ قرآن شریف کے اوپر وہ رقم رکھی ہوئی تھی جو ایک ڈاکو نے فیض نظامی صاحب کی جیب سے نکالی تھی۔ ایک ڈاکو نے گھر سے جاتے وقت فرخ صاحب کی عمر والدہ کے احترام سے پاؤں چھوئے۔ جاتے وقت اس کے الفاظ تھے ”آپ میری ماں ہیں“ ایک اور ڈاکو نے گھر کی تلاشی کے دوران میں اسے جو بالیاں ملیں تھیں وہ فرخ صاحب کی والدہ کے حوالے کر دیں اور خاموشی سے چلے گئے۔

امریکہ میں جلتی ہوئی لائبریری میں حفاظت قرآن

میرے والد کے ایک دوست صدیق اکبر مخدوم صاحب مرحوم (ایم ایس فکرس علیگ) پاکستان میں گونگے بہرے

ڈیپریشن انسانی خوشیوں کا قاتل

نادیہ بٹ، اسلام آباد

ڈیپریشن میں مبتلا افراد کے سر پر کسی بھی افسوسناک واقعہ یا کسی چیز کے واقع ہونے کا خوف مستقل سوار رہتا ہے اور یہ خوف اور درد وہ اس وقت تک محسوس کرتے رہتے ہیں جب تک کہ انہیں اس بات کا اچھی طرح یقین نہ ہو جائے کہ وہ جو سوچ رہے ہیں وہ غلط ہے

ہم سب یہ بات اچھی طرح جانتے ہیں کہ دکھ اور سکھ ہماری زندگی کا لازمی حصہ ہیں اگر دکھ نہ ہوں تو ہمارے لیے خوشی کی پہچان کرنا بھی ممکن نہ ہو۔ دنیا میں شاید ہی کوئی ایسا شخص ہوگا جو خوشی اور غم کے احساسات سے واقف نہ ہو۔ البتہ اتنا ضرور ہے کہ خوشیوں کی ہم خواہش کرتے ہیں جبکہ دکھ اور پریشانیوں سے ہمارا نہ چاہتے ہوئے بھی واسطہ پڑ جاتا ہے لیکن ہمارے صحت مند فرد ہونے کی علامت یہ ہے کہ ہم حقائق کو قبول کرتے ہوئے کسی بھی تلخ یا افسوسناک واقعے کو بھلا کر خوشیوں کی تلاش کا سفر جاری رکھتے ہیں لیکن ڈیپریشن کے دوران ایسا کرنا ممکن نہیں رہتا۔ انسان پر دکھ اور پریشانیوں مستقل طور پر مسلط ہو جاتی ہیں۔ یہاں تک کہ پھر مریض کے سامنے کسی بڑی سی بڑی خوشی کی بھی کوئی حیثیت نہیں رہتی۔ اس قسم کو عام الفاظ میں ڈیپریشن کہا جاتا ہے۔

طبی ماہرین کا کہنا ہے کہ ڈیپریشن صرف ایک عام مرض ہی نہیں بلکہ ذیابیطس کی طرح ایک حیاتیاتی بیماری ہے البتہ اتنا فرق ضرور ہے کہ اس مرض کی علامات نفسیاتی ہیں۔ دراصل اس کی وجہ انسانی ذہن میں ہونے والی حیاتیاتی کیمیائی تبدیلیاں ہیں جو اسے زندگی سے مایوس اور بیزار بنا دیتی ہیں۔

ایک عام مشاہدے کے مطابق معاشرے کا ہر طبقہ اس مرض کی یکساں زد میں ہے۔ انتہائی امیر اور انتہائی غریب افراد بھی اس کا شکار ہوتے ہیں۔ یہ ایک الگ بات ہے کہ 90 فیصد افراد محض یہ سوچ کر علاج کی طرف راغب نہیں ہوتے کہ لوگ کہیں یہ نہ سمجھ بیٹھیں کہ انہیں کسی دماغی مسئلے کا سامنا ہے یا وہ ذہنی خرابی کا شکار ہیں۔ صرف 10 فیصد افراد ایسے ہیں جو اسے نہ صرف ایک مرض سمجھتے ہیں بلکہ اپنا علاج کرانا بھی ضروری خیال کرتے ہیں۔ کراچی کے ایک جنرل پریکٹیشنر کے مطابق ہمارے ہاں مردوں کے مقابلے میں عورتوں میں ڈیپریشن کا رجحان کہیں زیادہ ہے۔ 4 خواتین میں سے ایک خاتون اور سات مردوں میں سے ایک مرد اپنی زندگی میں ڈیپریشن کا کبھی نہ کبھی سامنا ضرور کرتا ہے۔

بعض لوگوں کے خیال میں ایسی خواتین جن کے شوہروں کی آمدنی کم ہوتی ہے یا جن کے معاشی حالات انتہائی خراب ہوتے ہیں انہیں ڈیپریشن کا زیادہ خطرہ رہتا ہے لیکن ڈاکٹر

ہمارے ہاں ایک اور افسوسناک پہلو یہ بھی ہے کہ آپ ڈاکٹر کے نسخے کے بغیر ہر قسم کی دو امیڈیکل سٹور سے لے سکتے ہیں یہ انتہائی احمقانہ بات ہے کہ کوئی شخص یہ تجویز کر لے کہ مجھے چونکہ کسی مسئلے میں ایک مخصوص دوا سے آرام آ گیا تھا لہذا یہ دوا ہر بیماری کیلئے مفید ہے۔

ڈاکٹروں نے کئی ایسے شواہد بھی جمع کر لیے ہیں جن کے مطابق ڈیپریشن کے دوران جسم کا مدافعتی نظام بھی شدید باؤ کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس کیفیت میں مریض کے دل کی دھڑکن غیر معمولی تیز ہو جاتی ہے، بلڈ پریشر، انسولین اور کلیسٹرول کی سطح بڑھ جاتی ہے یہاں تک کہ جسم میں خون کے تھکے (Blood Clotting) بھی زیادہ تیزی سے بننے لگتے ہیں جس کے نتیجے میں لوگوں کو امراض قلب کے علاوہ اور بھی کئی مسائل کا سامنا کرنا پڑ سکتا ہے۔

ڈیپریشن کے اسباب مختلف لوگوں میں مختلف ہوتے ہیں۔ اس کی کئی شکلیں اور کئی درجے ہیں لیکن عام طور پر تین قسم کے ڈیپریشن ہمارے ہاں زیادہ عام ہیں۔ طبی ڈیپریشن یا میجر ڈیپریشن، ڈس تھیمیا اور مینک ڈیپریشن۔

میجر ڈیپریشن کے شکار مریضوں کی سماجی زندگی بری طرح متاثر ہوتی ہے اور ان کے علاج کیلئے بھی خاصا وقت لگتا ہے۔ تاہم یہ بات حوصلہ افزا ہے کہ تمام قسم کے ڈیپریشن قابل علاج ہیں لیکن یہ بہت ہی اچھی بات ہوگی کہ ابتدا ہی میں ڈاکٹر سے مدد لے لی جائے۔ ماہرین کے خیال میں خواتین میں مردوں کے مقابلے میں ڈیپریشن زیادہ ہونے کی کئی وجوہات ہیں۔ سب سے بڑی وجہ یہ ہے کہ خواتین بہت حد تک سماجی تعاون سے محروم رہتی ہیں جبکہ مردوں کا معاملہ ذرا مختلف ہے۔ وہ اپنی کاروباری پریشانیاں، گھریلو پریشانیاں یہاں تک کہ ازدواجی معاملات پر بھی آپس میں کھل کر بات کر لیتے ہیں کیونکہ دل کی بھڑاس نکالنے کیلئے ان کے پاس ہر وقت کوئی نہ کوئی موجود ہوتا ہے جبکہ خواتین گھروں میں تنہائی کا شکار رہتی ہیں یہاں تک کہ ایک ہی گھر میں رہنے والی خواتین میں بھی ایک دوسرے سے تعاون اور ہمدردی کے مظاہرے کم ہی ہوتے ہیں۔

خدا خواستہ اگر آپ میں ڈیپریشن کی کوئی علامت پائی جاتی ہے تو ان تمام باتوں کے باوجود یہ چیز ذہن میں رکھیں کہ ”ڈیپریشن کا علاج خود آپ کے ہاتھوں میں ہے“، معالج آپ کا ہاتھ تھام سکتا ہے لیکن صحت مندی کی طرف چلنے کیلئے پہلا قدم آپ کو خود اٹھانا پڑے گا۔ بہادر بنیں اور قدم اٹھانے کیلئے تیار ہو جائیں۔

سردی کا عروج اور تندرستی کے راز

(ڈاکٹر ناصر الدین سید)

چاہیے۔ رات کو سوتے وقت پیٹ پر فلائین کی گرم پٹی لپیٹ لیں ایک ضروری چیز پاؤں کو گرم رکھنا چاہیے۔ پاؤں گرم رہیں تو جسم ٹھنڈا نہیں ہوتا۔

جنوری ورزش کا مہینہ ہے جو اس سالوں کو خوب ورزش کرنی چاہیے اگر کھیل میں حصہ نہ لے سکیں تو پیڈل سیر کیا کریں۔ بعض حضرات صبح بیدار ہوتے ہی بستر سے نکل کر کھلی ہوا کا رخ کرتے ہیں ایسا کرنا مناسب نہیں ہے۔ بستر سے اٹھنے کے بعد گرم لباس پہن کر کھلی ہوا میں سیر کیا کریں۔

جنوری میں ایک مفید تدبیر نمکین گرم پانی کے غرارے کریں۔ گرم پانی میں نصف چمچ نمک ڈال کر غرارے کریں۔ سردیوں میں پیشاب کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔ اس سے پریشان نہیں ہونا چاہیے۔ غذا میں تلے ریوڑی وغیرہ استعمال کریں۔ اس سے فائدہ ہوتا ہے۔

جوڑوں کا درد: جنوری میں نزلہ، زکام، دمہ اور نمونیا وغیرہ مختلف امراض ہوتے ہیں مگر اس ماہ کا مخصوص مرض جوڑوں کا درد ہے۔ جب تک اس مرض کے حقیقی سبب کو دور نہ کیا جائے مریض کو فائدہ نہیں ہوگا۔ جوڑوں کا درد گھٹنے، ٹخنے، کندھے، کہنی، کلائی اور انگلیوں میں ہوتا ہے۔ اس درد کے مختلف اسباب ہیں۔ بالعموم تو بدن میں تیزیانی مادہ کے زیادہ ہونے سے ہوتا ہے۔ تیزیانی مادہ خون میں شامل ہو کر بدن کے مختلف جوڑوں میں درد ہو جاتا ہے جس سے درد کی شکایت ہو جاتی ہے۔ مرض کے اصلی سبب کو معلوم کر کے اس کے مطابق علاج کرنا چاہیے۔ مریض کو بستر پر لٹانا چاہیے تیزیانی مادے کی وجہ ہو تو حسبِ نسخہ بڑا مفید ہے۔ صبح و شام گاؤنی دورتی، معجون سورنجان چھ ماشے کھائیں بعد از غذا ستر شفا سٹیم استعمال کریں۔ تر پھلا چھ ماشے رات پانی میں بھگو کر علی الصبح پانی چھان کر پلائیں۔ جوڑوں کے درد میں حب گوگل بھی مفید ہے۔ گوگل ایک تولہ چاندی کے ورق دو ماشے پنے کے برابر گولیاں کھائیں ایک گولی خوراک ہے۔ خون کی خرابی سے شکایت ہو تو معجون عشبہ فائدہ مند ہے۔ غذائیں: بکری کا شوربا، پنے کا شوربا، مونگ کی دال کا شوربا، مونگ کی دال، دلیہ، گاجر، مولیٰ، شلغم، کدو، سیب، دودھ اور کھاراسوڈا وغیرہ دیں۔

دانتوں کی پیلاہٹ دور کرنے کیلئے

ایک چائے کا چمچ میٹھا سوڈا، ایک چمچ پسا ہوا نمک اور ایک چمچ پسا ہوا سہاگہ لیکر تینوں کو کس کر لیں۔ روزانہ اس سے دانت صاف کریں۔ انشاء اللہ دانتوں کی پیلاہٹ دور ہو جائیگی نیز منہ سے پیاز کی بودور کرنے کیلئے تھوڑا سا دھنیا چبائیں یا شکر کھالیں۔ (ا۔ب۔ احمد پور شرقیہ)

پندرہ برس بعد دمہ کے شکار ہوئے دس سال تک اس کی تکلیف اٹھاتے رہے بالآخر پانچ ماہ اپنا علاج کرانے بعد مکمل صحت یاب ہوئے۔ اب یہاں دو باتیں قابلِ توجہ ہیں ایک تو یہ کہ اس قسم کی بے احتیاطی سے کیا کچھ ہو سکتا ہے آج کل پاکستان میں موسم سرما شروع ہو چکا ہے۔ بہت سے لوگ اس موسم سے متاثر بھی ہو رہے ہوں گے۔ اگر آپ کسی بھی ایسے عمر رسیدہ شخص جو کھانسی یا سانس کی تکلیف میں مبتلا ہو اس مرض کی بابت دریافت کریں گے تو معلوم ہوگا کہ یہ مرض ٹھنڈ لگنے کی ہی وجہ سے ہوا تھا۔ آج کل نوجوانوں کی اکثریت ایسی ہے جو اس موسم کو کسی خاطر ہی میں نہیں لاتے بنا کسی گرم چیز کے ٹھنڈی ہوا میں گھومتے پھرتے ہیں بے شک جوانی میں خون گرم ہوتا ہے اس لیے محسوس ہی نہیں ہوتا مگر اس کے اثرات بڑھی ہوئی عمر میں جا کر ملتے ہیں۔ کچھ عرصہ قبل ایک ایسے صاحب کا علاج کیا تھا جو اپنی شادی کے ایک برس بعد سردیوں میں شام کو نہا کر موٹر سائیکل پر گھومنے نکل گئے تھے۔ اس وقت جو ہوا لگی اس کے اثرات آہستہ آہستہ بڑھتے چلے گئے۔

پندرہ برس بعد دمہ کے شکار ہوئے دس سال تک اس کی تکلیف اٹھاتے رہے بالآخر پانچ ماہ اپنا علاج کرانے بعد مکمل صحت یاب ہوئے۔ اب یہاں دو باتیں قابلِ توجہ ہیں ایک تو یہ کہ اس قسم کی بے احتیاطی سے کیا کچھ ہو سکتا ہے دوسرے یہ کہ مستقل علاج کی وجہ سے یہ مرض جڑ سے ختم ہوا۔ سرد موسم میں احتیاط کرنا ضروری ہوتا ہے۔ بالخصوص یہ موسم جھوٹے بچوں اور بوڑھے افراد کیلئے نقصان دہ ہو سکتا ہے۔

بوڑھے افراد تو پھر بھی خود احتیاط کر سکتے ہیں مگر بچوں کو کرانا پڑتی ہے۔ بوڑھے افراد خاص طور پر سانس اور کھانسی کی تکلیف میں مبتلا ہوا کرتے ہیں اور اگر ایسے افراد سگریٹ نوش بھی ہوں تو سونے پر سہاگہ ہو جاتا ہے۔ کھانسی کسی پل قرار نہیں لینے دیتی۔ کھانسی ہوتی رہتی ہے سینہ پر بلغم جما ہوا ہوتا ہے مگر بہ شکل خارج ہوا کرتا ہے اسی وجہ سے سانس میں دشواری ہو جاتی ہے اس عمر میں آکر سگریٹ نوشی چھوڑنا دشوار ترین کام ہو جاتا ہے اور رہ کر وہ زمانہ یاد آیا کرتا ہے جب یہ نشہ شروع کیا تھا اب اگر آج کے نوجوانوں کو یہ بات سمجھائی بھی جائے تو سمجھنا بہت مشکل ہے۔ پہلے پہل تو شوق میں ایک آدھ سگریٹ پی لی جاتی ہے پھر یہ بتدریج بڑھتی جاتی ہے حالانکہ ہر پیکٹ پر وزارت صحت کی وارننگ موجود ہوتی ہے مگر اس طرف توجہ ہی نہیں دی جاتی۔

جنوری میں گرم لباس زیب تن کرنا چاہیے۔ گرم کپڑے انسانی جسم کو سردی سے محفوظ رکھتے ہیں مگر لباس زیادہ تنگ یا چست نہ ہو لباس ڈھیلا اور کھلا ہونا چاہیے تاکہ جسم کے اعضاء آسانی سے حرکت کر سکیں تنگ کالر بھی نقصان دہ ہے۔ سردیوں میں لباس میں اعتدال ہو نہ تو باپن کا ثبوت دینے کیلئے فقط قمیض پتلون پر اکتفا کریں اور نہ اس قدر بھاری لباس زیب تن کریں کہ نقل و حرکت میں دشواری ہو زیادہ بھاری لباس سے انسان نازک ہو جاتا ہے اور سردی کا مقابلہ کرنے کی قوت کم ہو جاتی ہے۔ لباس میں گرم بنیان، قمیض، کوٹ یا اچکن پہنیں زیادہ سردی محسوس ہو تو سویٹر کا اضافہ بھی کر سکتے ہیں۔ سینے اور پیٹ کو بالخصوص سردی سے بچانا چاہیے۔ جن حضرات کا معدہ خراب ہو انہیں خصوصاً پیٹ گرم رکھنا

شیخ کمال الدین مخفی کے وظائف

روزگار کیلئے

جو شخص روزگار کے سلسلے میں پریشان ہو اور بہت زیادہ کوشش کے باوجود اسے روزگار نہ ملتا ہو تو اس کیلئے یہ عمل تیرہ ہدف ہے۔ عمل یہ ہے۔ چاند دکھائی دینے کے بعد پہلی جمعرات اور جمعہ کے دن روزہ رکھے۔ جمعرات کا روزہ کھولنے کے بعد جو رات آئے اس میں سات مرتبہ سورہ یوسف پڑھے۔ جمعہ کے دن روزہ کی حالت میں جمعہ کی نماز کے بعد مندرجہ ذیل آیات با وضو ایک سفید کاغذ پر لکھ کر موم جامہ کر کے آیت لکھ کر اپنے دائیں بازو پر باندھے (عورت بائیں بازو پر باندھے) اور عصر کی نماز سے قبل ایک مرتبہ سورہ یوسف پڑھے۔ اس کے بعد افطار سے قبل بعد نماز عصر ایک مرتبہ سورہ یوسف پڑھے۔ عشاء کی نماز کے بعد بھی ایک مرتبہ سورہ یوسف پڑھے۔ سونے سے قبل پہلے پچاس مرتبہ درود شریف پڑھے اس کے بعد ایک سو مرتبہ لا الہ الا اللہ سبحان اللہ و بحمدہ سبحان اللہ العظیم پڑھے۔ آخر میں پھر پچاس مرتبہ درود شریف پڑھے جو آیت عرق گلاب میں زعفران حل کر کے لکھی جائے گی وہ یہ ہے۔ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ ۝ وَقَالَ الْمَلِكُ اَتُنَوِّنِیْ بِہٖ اَسْتَخْلِصُہٗ لِنَفْسِیْ ۚ فَلَمَّا کَلَمَہٗ قَالَ اِنَّکَ الْیَوْمَ لَدُنَّیْنَا مَکِیْنٌ اٰمِیْنٌ ۝ قَالَ اَجْعَلْنِیْ عَلٰی خَزَآئِنِ الْاَرْضِ ۚ اِنِّیْ حَفِیْظٌ عَلَیْہِمْ ۝ وَکَذٰلِکَ مَکَّنَّا لِیُوسُفَ فِی الْاَرْضِ ۚ یَتَّبِعُوْہَا مِنْہَا حَیْثُ یَشَآءُ نَّصِیْبُ بِرَحْمَتِنَا مَنْ نَّشَآءُ وَلَا نُنْصِیْبُ اَجْرَ الْمُحْسِنِیْنَ ۝ (یوسف)

بھولی ہوئی چیز یاد آنے کیلئے

(54-56)

اگر کوئی چیز رکھ کر بھول گئے اور یاد نہیں آ رہی ہے اور اس کی وجہ سے طبیعت پریشان ہو تو ایک رومال میں سات گرہ لگائیں اس کے بعد سورہ الم نشرح پوری سورہ پڑھ کر ایک گرہ کھولیں۔ اسی طرح ایک بار سورہ الم نشرح پڑھ کر ایک ایک گرہ کھولتے جائیں اور اسی طرح سات گرہ کھولیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس عمل

شوگر کیلئے آسمان روحانی علاج

رَبِّ اَدْخِلْنِیْ مُدْخَلَ صِدْقٍ وَّاَخْرِجْنِیْ مُخْرَجَ صِدْقٍ وَّاَجْعَلْ لِّیْ مِنْ لَّدُنْکَ سُلْطٰنًا نَّصِیْرًا ۝ جسے شوگر کی بیماری ہو وہ اس دعا کو 41 مرتبہ روزانہ پڑھے انشاء اللہ کے فضل و کرم سے ٹھیک ہو جائیگا۔ یہ عمل ہمارا آزمایا ہوا ہے ہم نے آج تک جس کسی کو بھی دیا اللہ نے اس کو شفاء دی ہے۔ فوری فوائد کیلئے یقین اور توجہ بہت ضروری ہے۔ (ملیجہ)

اگر کوئی شخص کسی جسمانی بیماری میں مبتلا ہو یا خارش کھانسی یا کسی اندرونی بیماری سے پریشان ہو تو با وضو روزانہ گیارہ بار آیہ الکرسی پڑھ کر اپنے دونوں ہاتھوں پر دم کر کے (پچونک مار کے) تمام جسم پر سر سے پاؤں تک پھیر لے اور گیارہ مرتبہ با وضو آیہ الکرسی پڑھ کر پانی پر دم کر کے پی لے

کو ناپیں اگر ڈورا ناپ سے چھوٹا رہ جائے تو شیاطین کے اثر سے بیماری ہے اور اگر ڈورا ناپ سے بڑا (لمبا) ہو جائے تو سحر ہے یا جن کے اثر سے مرض ہے اور اگر ڈورا ناپ کے برابر ہے تو مرض جسمانی ہے۔ ڈاکٹر حکیم سے علاج کرائے۔

سفر میں حفاظت

اگر کوئی شخص سفر پر جا رہا ہو اور چاہتا ہو کہ سفر میں حفاظت رہے اور ہر قسم کے جانی و مالی نقصان سے محفوظ رہے تو با وضو ایک بار آیہ الکرسی اور تین بار سورہ اخلاص پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لے۔ انشاء اللہ تعالیٰ سفر سے واپسی تک بڑھنے والا امن و امان میں رہے گا۔

اگر اپنے وطن میں رہتے ہوئے کوئی شخص صبح کو ایک بار آیہ الکرسی اور تین بار سورہ اخلاص پڑھ لے تو صبح سے شام تک ہر طرح کی مصیبت و پریشانی سے محفوظ رہے گا اور رات کو پڑھ کر دم کر لے تو صبح تک چوری ڈاکے قتل اور مصیبت سے محفوظ رہے گا۔

جسمانی امراض سے نجات کیلئے

اگر کوئی شخص کسی جسمانی بیماری میں مبتلا ہو یا خارش کھانسی یا کسی اندرونی بیماری سے پریشان ہو تو با وضو روزانہ گیارہ بار آیہ الکرسی پڑھ کر اپنے دونوں ہاتھوں پر دم کر کے (پچونک مار کے) تمام جسم پر سر سے پاؤں تک پھیر لے اور گیارہ مرتبہ با وضو آیہ الکرسی پڑھ کر پانی پر دم کر کے پی لے۔ اگر کوئی دوسرا مریض ہے تو پڑھ کر اس کے دونوں ہاتھوں پر دم کر دے تاکہ وہ اپنے تمام جسم پر پھیر لے اور گیارہ بار پڑھ کر پانی پر دم کر کے مریض کو دے دے کہ وہ اس میں سے تھوڑا تھوڑا پانی پیتا رہے۔ انشاء اللہ چند دن میں مرض سے نجات حاصل ہوگی۔

سفر میں کامیابی

اگر کوئی شخص تذبذب کا شکار ہو کہ یہ سفر کامیاب ہوتا ہے یا ناکام رہتا ہے تو اس کیلئے سفر میں جانے سے قبل با وضو ایک ہزار بار یا خفا حفظ پڑھ کر گھر سے روانہ ہو تو انشاء اللہ تعالیٰ سفر میں ہر قسم کے حادثات سے حفاظت رہے گی اور سفر ہر طرح سے کامیاب رہے گا۔

مرض، آسیب، سحر، جن معلوم کر نیک طریقہ

مریض کا ایسا کپڑا لے جس میں اس نے رات گزاری ہو پہلے اس کپڑے کو گز یا بالشت سے ناپ لے اس کپڑے پر نشان لگا دے۔ پھر مندرجہ ذیل عزیمت پڑھ کر دم کر کے کپڑے کو رکھ دے۔ ذرا دیر کے بعد پھر کپڑے کو ناپے اگر کپڑا گھٹ جائے تو بیماری شیاطین کے اثر سے ہے اور اگر کپڑا گھٹ جائے بیماری جن سحر یا جادو کے سبب سے ہے اور کپڑا سابقہ ناپ کے مطابق برابر رہا تو مرض جسمانی ہے۔ وہ عزیمت یہ ہے۔

☆ سورہ فاتحہ مکمل تین مرتبہ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ ۝ وَالصَّفَتْ سے لے کر لفظ ”لا زب“ تک ایک بار۔ (آیت نمبر 11)

☆ سورہ جن شروع سے لے کر لفظ ”شطط“ تک (آیت نمبر 1) ایک بار۔

☆ سورہ الفلق آخر تک ایک بار۔

☆ سورہ الناس آخر تک ایک بار۔

مریض کا حال معلوم کرنا

اگر مریض کا حال معلوم کرنا چاہتے ہو تو مندرجہ ذیل عزیمت پڑھ کر مریض پر دم کرے اگر مرض بڑھ جائے تو آسیب ہے اگر کم ہو جائے تو جادو ہے اور اگر بدستور مرض رہے تو بیماری ہے۔ عزیمت یہ ہے۔

☆ الحمد شریف (پوری سورہ فاتحہ) سات مرتبہ۔

☆ آیہ الکرسی سات مرتبہ۔

☆ سورہ کافرون آخر تک سات مرتبہ۔

☆ سورہ اخلاص آخر تک سات مرتبہ۔

☆ سورہ فلق آخر تک سات مرتبہ۔

☆ سورہ الناس آخر تک سات مرتبہ۔

مرض معلوم کرنے کا طریقہ

مریض کے پاؤں کے ناخن سے سر کے بالوں تک ایک ڈورا (دھاگہ) ناپ لیں۔ پھر گیارہ بار درود شریف پڑھیں۔ درود شریف کے بعد سورہ مزمل سات بار پڑھیں۔ آخر میں گیارہ بار درود شریف پڑھ کر ڈورے پر دم کریں پھر ڈورے

وٹامن ای کے کرشمے

اپنی لڑکی حالت اور معالجین کے چہرے دیکھ دیکھ کر میں بے جان سا ہو گیا تھا۔ ایک روز میں نے طے کر لیا میری نوجوان شادی شدہ لڑکی کی شدید علالت کی اطلاع ملنے پر ہم اس کے گھر پہنچے تو سب کو بے حد متفکر پایا۔ وہ بخار میں جھن رہی تھی۔ مقامی ڈاکٹروں نے اسے کراچی لے جانے کا مشورہ دیا۔ ہم اسے اپنے ساتھ لے آئے اور ہسپتال میں داخل کر دیا۔ طول طویل امتحانوں کے بعد پتہ چلا کہ لڑکی کے قلب کی اندرونی جھلی پر دردم آگیا ہے، چنانچہ ڈاکٹروں نے اس کے علاج کیلئے پنسلین تجویز کی۔ اسے 24 گھنٹوں میں پنسلین کے دو کروڑ بوٹ دیئے جانے لگے۔ اس کے علاوہ بھی دوسری ضد حیوی دوائیں اور گولیاں وغیرہ کھائی جارہی تھیں۔ میں بذات خود اپنی صحت کے سلسلے میں خاصا محتاط رہتا ہوں، باقاعدہ ورزش کے ساتھ ساتھ سادہ، تازہ اور غذائیت بخش چیزیں کھاتا ہوں۔ اس کے علاوہ حیاتین اور ضروری نمکیات بھی استعمال کرتا ہوں۔ میں بالخصوص حیاتین ای کی افادیت کا قائل ہوں۔ یہ حیاتین رگوں اور شریانوں کو صاف رکھتی ہے۔ اس طرح قلب پر کوئی بوجھ نہیں پڑتا۔

اپنی لڑکی حالت اور معالجین کے چہرے دیکھ دیکھ کر میں بے جان سا ہو گیا تھا۔ ایک روز میں نے طے کر لیا کہ اپنی لڑکی کو حیاتین ای اور جست کھلاؤں گا، چنانچہ میں نے اللہ کا نام لے کر ان کا استعمال کر دیا۔ اس وقت مرہض کی کیفیت یہ تھی کہ جو دوائیں اسے دی جارہی تھیں ان کی وجہ سے اس کے جسم میں سخت خارش رہی تھی۔ معالجین اس سلسلے میں کچھ نہیں کر پارہے تھے بس یہی کہہ دیا کرتے تھے کہ یہ پنسلین کے علاج کی علامت ہے اور اسے یہ تکلیف اٹھانی ہی ہوگی۔

میں نے ایک روز حیاتین ای کے کپسول میں سوراخ کیا اور نکلے والے تیل کو کھلی کے مقامات پر لگا دیا اس سے فوری طور پر آرام ہو گیا تاہم یہ آرام وقتی تھا۔ جب میں نے یہ کیفیت دیکھی تو اسے حیاتین ای کے کپسول کھلائے۔ جوں ہی یہ کپسول معدے میں پہنچا اور خون میں یہ حیاتین جذب ہوئی کھلی کی شکایت رفع ہو گئی اور جسم میں پرے چلنے اور دوڑنے کا غائب ہو گئے۔ اس کے بعد میری بیٹی کی طبیعت تیزی سے سنبھلنے لگی۔ خود ڈاکٹر صاحبان حیران تھے، لیکن انہیں کیا پتا کہ یہ کرشمہ

قدرت کے دو اہم غذائی اجزاء کا تھا۔ (صفحہ 22)

اس سے بھی زیادہ حیرت انگیز طبی تجربات اور نسخے حاصل کرنے کیلئے ”معان اور مریضوں کے تجربات“ کا مطالعہ کریں۔

ڈاکٹر شفیق الرحمن، کوئٹہ

سنگترہ اور مسمیٰ سے بیماریوں کا علاج

یہ پھل قبض کشا ہیں، آنتوں میں تحریک پیدا کر کے فضلات کا اخراج کرتے ہیں یہ پھل پیشاب آور ہیں ان میں حیاتین (وٹامن) خاصی مقدار میں ہوتے ہیں اور ان کے استعمال سے امراض نہیں ہوتے ان پھلوں میں وٹامن سی (حیاتین ج) کافی تعداد میں ہیں

مواد (پروٹین) چکنائی، نشاستہ دار اجزاء، چونا (کیلشیم)، فاسفورس اور فولاد ہوتا ہے۔ حیاتین الف اور ب بھی سنگترہ میں ہے۔ طب یونانی کی رو سے سنگترہ بڑا مفید پھل ہے یہ بڑا لطیف ہے اور مناسب غذا ہے خون کو صاف کرتا ہے دل اور معدہ کیلئے مقوی ہے۔ سنگترہ میں ایک خصوصیت یہ ہے کہ یہ گھبراہٹ اور وحشت کو دور کرتا ہے اور تفریح پیدا کرتا ہے پیاس بجھاتا ہے جگر اور معدہ کی سوزش میں فائدہ مند ہے۔ یہ پیشاب آور بھی ہے شراب کے نشہ کو اتارنے میں سنگترہ بڑا موثر ہے، سنگترہ کا رس پینے کی بجائے سنگترہ کو گودہ سمیت کھانا چاہیے سنگترہ کی پھانک پر چینی چھڑک کر کھائیں تو بے حد لذیذ ہوتا ہے۔

سنگتروں کے چھلکے

سنگترے کا چھلکا معدہ کیلئے مفید ہے، بعض حضرات کیلئے یہ امر تعجب کا باعث ہوگا کہ مارملیڈ سنگترے کے چھلکے سے تیار کیا جاتا ہے اس بنیاد پر مارملیڈ معدہ کیلئے فائدہ مند ہے جو حضرات جام کے شائق ہیں انہیں مارملیڈ استعمال کرنا چاہیے مارملیڈ تو گراں چیز ہے سنگترے کے چھلکا کا مرہب بازار سے ارزاں ملتا ہے خود بھی تیار کر سکتے ہیں۔ سنگترے کے چھلکے کے باریک ٹکڑے کریں اور مرہب ڈال لیں۔ سنگترے کے تازہ چھلکے کو چہرے پر لگانے سے چھائیاں دور ہو جاتی ہیں، سنگترے کے چھلکے کو خشک کر کے دوسری دواؤں کے ساتھ ملا کر چہرے پر لگاتے ہیں۔ چھلکے جاووروں کو کھلائیں تو دودھ کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔ سنگترہ کو زلہ کھانسی اور گلے کی خرابی کی صورت میں استعمال نہیں کرنا چاہیے۔

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

نامہ تحریر کر دیا۔ اس کے بعد نعمون صدق دل کیساتھ مشرف بہ اسلام ہو گیا اور استدعا کی کہ میرے مرنے کے بعد آپ رحمۃ اللہ علیہ اپنے ہاتھ سے غسل دیکر قبر میں اتاریں اور عہد نامہ میرے ہاتھ میں رکھ دیں تاکہ روز محشر مؤمن ہونے کا ثبوت میرے پاس رہے اور یہ وصیت کر کے کلمہ شہادت پڑھتا ہوا دنیا سے رخصت ہو گیا۔ اسی شب آپ رحمۃ اللہ علیہ نے خواب دیکھا کہ نعمون بہت قیمتی لباس اور زریں پہنے ہوئے جنت کی سیر میں مصروف ہے اور جب آپ رحمۃ اللہ علیہ نے اس سے سوال کیا کہ کیا گزری؟ تو اس نے عرض کیا کہ خدا نے اپنے فضل سے میری مغفرت فرمادی اور جو اعانات مجھ پر کیے وہ ناقابل بیان ہیں۔ لہذا آپ رحمۃ اللہ علیہ کے اوپر کوئی بار نہیں آپ رحمۃ اللہ علیہ اپنا عہد نامہ واپس لے لیں کیونکہ اب اس کی حاجت نہیں اور صبح جب آپ رحمۃ اللہ علیہ بیدار ہوئے تو وہ عہد نامہ آپ رحمۃ اللہ علیہ کے ہاتھ میں تھا۔

پاکستان میں بہترین ترشادہ پھل پیدا ہوتے ہیں، ترشادہ پھل کا خانوادہ بڑا وسیع ہے اس میں لیو، سنگترہ، چکوترہ، مالٹا، کیو، مسمیٰ وغیرہ شامل ہیں غذائیت کی تکمیل کیلئے ان کا استعمال ضروری ہے۔ ان پھلوں کی خوشبو طبیعت کو فرحت بخشی ہے۔ یہ پھل قبض کشا ہیں، آنتوں میں تحریک پیدا کر کے فضلات کا اخراج کرتے ہیں یہ پھل پیشاب آور ہیں ان میں حیاتین (وٹامن) خاصی مقدار میں ہوتے ہیں اور ان کے استعمال سے امراض نہیں ہوتے ان پھلوں میں وٹامن سی (حیاتین ج) کافی تعداد میں ہیں۔ زلہ، زکام کی صورت میں یہ پھل نہ کھائیں البتہ کمی کھا سکتے ہیں۔ مسمیٰ کی قاشیں کر کے آگ پر سینک کر استعمال کریں، دائمی زلہ، قے اور دست کی صورت میں ترشادہ پھل بڑا فائدہ مند ہے۔ لیو پر نمک لگا کر کھائیں، خون کی صفائی، دل اور معدہ کی تقویت کیلئے ترشادہ پھل مفید ہے۔

شہروں میں مالٹا وغیرہ کے رس پینے کا رواج ہے اکثر حضرات پھلوں کا رس پیتے ہیں، طبی نقطہ نگاہ سے رس کی بجائے پھل کو استعمال کریں رس پھل کے تمام مفید اجزاء پر مشتمل نہیں ہوتا پھل کے گودا میں کئی مفید اجزاء اور حیاتین ہوتے ہیں جنہیں ہم ضائع کر دیتے ہیں۔ پھل کا گودا قبض کشا ہے اور معدہ کی اصلاح کرتا ہے جن حضرات کو تیزابیت کی شکایت ہے انہیں مالٹا یا کیو کی بجائے مسمیٰ کا استعمال کرنا چاہیے خاندان مغلیہ کے تاجداران کو باغات اور پھلوں سے بڑا ذوق و شوق تھا مغل بادشاہوں کو یہ شوق وراثت میں ملا تھا۔ مغل بادشاہ ہندوستانی پھلوں میں سے سنگترہ کے بڑے شائق تھے آئین اکبری میں اسے سونترہ سے موسوم کیا گیا ہے۔ محمد شاہ رنگیلا سنگترے کی پھانکوں کے باریک سفید چھلکے اور بیج نکالتے اور اس گودہ کو چینی کے شربت میں ایک گھنٹہ تک بھگایا بنے دیتے پھر اس میں عرق گلاب کا اضافہ کرنے کے بعد اس مشروب کو پی لیتے اور گودہ کو کھا لیتے بادشاہ نے اس مرکب کو راحت جان کا نام دیا تھا۔ سنگترہ کی قاشوں کو برف میں ٹھنڈا کر کے کھایا جائے تو بے حد لذیذ ہوتا ہے۔

غذائی اجزاء: سنگترہ اور کنو نرنگی کی قسم ہے۔ جدید غذائی تحقیق کے مطابق سنگترہ کا شمار ترشادہ پھلوں میں ہوتا ہے ان پھلوں میں بالخصوص حیاتین ج (وٹامن سی) ہوتا ہے، سنگترہ میں کمی

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج

بال جھڑ رہے ہیں ☆ مہا سے اور نشانات ☆ ناف کے مقام پر درد ☆ منہ سے بدبو ☆ بادام کی کھلی

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

چہرے پر دانے

میری عمر 14 سال ہے۔ میرے چہرے پر بہت سے دانے نکلے ہوئے ہیں۔ کیل بھی ہیں اور آنکھوں کے گرد سیاہ حلقے بھی بنے ہوئے ہیں۔ کوئی ایسا نسخہ تجویز کریں جس میں شامل اشیاء آسانی سے دستیاب ہوں۔ (مصطفیٰ شوروٹ)

مشورہ: آپ خون صفاء دن میں تین بار استعمال کریں۔ تین ہفتے کے بعد خط لکھیں۔ غذا نمبر 11 استعمال کریں۔

بادام کی کھلی

میری عمر 20 سال ہے میرے بال روکھے ہیں۔ بال نہ صرف گرتے ہیں بلکہ خشکی بھی بہت ہے اور بال کے دو منہ بھی ہیں۔ میں نے بالوں کے مسائل میں پڑھا کہ بادام کی کھلی استعمال کریں۔ لیکن طریقہ معلوم نہیں کہ کس طرح کرنی ہے۔ براہ مہربانی طریقہ استعمال بتادیں۔ (میمونہ لاہور)

مشورہ: بادام کی کھلی کو کوٹ کر باریک کر لیں اور چھپچھپا کر ویش حسب ضرورت رات کو گرم پانی میں بھگو دیں۔ صبح بالوں کی جڑوں میں لگائیں اور پانی بہا دیں۔

بال سفید ہو رہے ہیں

میری عمر 16 سال ہے۔ میرے سر کے بال سفید ہو رہے ہیں۔ پہلے نزلہ بھی رہتا تھا لیکن اب نہیں ہے۔ میں کوئلڈرینک کا استعمال بھی کثرت سے کرتا ہوں اس وجہ سے تو یہ مسئلہ نہیں ہے؟ (ہدایت اللہ راولپنڈی)

مشورہ: نزلہ زکام میں کوئلڈرینک، لسی، شربت، دہی، جوس، سرد اشیاء سے پرہیز ضروری ہے۔ سرد مزاج باغی امراض والوں کو بھی ان چیزوں سے پرہیز رکھنا چاہیے۔ غذا نمبر 12 استعمال کریں۔

پیٹ بڑھ گیا

میری شادی کو سولہ ماہ کا عرصہ گزر چکا ہے اور میرا ایک بیٹا بھی ہے جو سات ماہ کا ہے۔ پہلے میں سمارت تھی جب بیٹا پیدا ہوا تو اس کے بعد جسم تھوڑا پھول گیا اور پیٹ زیادہ بڑھ گیا ہے۔ میں پیٹ کی وجہ سے باہر جانے سے کتراتا ہوں۔ (ایلا لاہور)

دانت کھٹے ہو جاتے ہیں

اکثر میرے دانت کھٹے ہو جاتے ہیں جس سے مجھے سخت تکلیف ہوتی ہے روٹی چبانا مشکل ہو جاتا ہے۔ ایسا اس وقت ہوتا ہے جب میں کوئی ترش چیز کھا لیتی ہوں مگر وہی چیز سب گھروالے کھاتے ہیں انہیں تو کچھ نہیں ہوتا۔ آج کل بھی میں سخت تکلیف میں ہوں۔ (دجیہہ..... سکھر)

مشورہ: گرم تو سے سے اترتی ہوئی پھلکے چپاتی کا نوالہ دانتوں کے درمیان رکھ کر چبائیں۔ چار پانچ نوالے چبانے سے دانتوں کی کھٹاس جاتی رہے گی اور آپ آرام سے کھانا کھا سکیں گی۔ سچا منجن باقاعدگی سے استعمال کریں۔

ناف کے مقام پر درد

تین چار سال سے ناف کے مقام پر درد رہتا ہے۔ زیادہ وزنی کام کروں تو سینے میں ایک گولہ سا بن جاتا ہے۔ کھانا کھاتے ہی پیٹ پھول جاتا ہے۔ پیٹ میں ہلکا ہلکا درد بھی رہتا ہے۔ پیشاب بہت زیادہ آتا ہے۔ درد کم نہیں بھی محسوس ہوتا ہے۔ پیٹ کے اندر سے مختلف قسم کی آوازیں بھی آتی ہیں۔ میں اس بیمار سے بہت پریشان ہوں۔ (شفیق حیدر آباد)

مشورہ: اسپغول کی بھوسی 1 چائے والی چمچی 1 گلاس پانی میں ملا کر صبح وشام پی لیں۔ غذا میں سبز پانچا کر روٹی سے کھائیں۔ مرچ مصالحہ اور کھٹائی سے پرہیز کریں۔ غذا کے بعد عرق بادیان دو اونس دن میں تین بار پیئیں۔ غذا نمبر 11 استعمال کریں۔

منہ سے بدبو

میرے منہ سے شدید بدبو آتی ہے۔ ڈاکٹر کہتے ہیں کہ یہ بدبو دانتوں سے نہیں بلکہ معدہ اور ناک سے آتی ہے مجھے اس بدبو سے چھڑکارا دلوانا۔ (ساجدہ سیالکوٹ)

مشورہ: آپ باضم خاص اور جو ہر شفاء مدینہ دی گئی ہدایات کے مطابق کھانے سے گھنٹہ قبل یا بعد کھائیں۔ نمک کے نیم گرم پانی سے غرغری کریں اور یہی پانی ناک میں وضو کی طرح دیں۔ غذا نمبر 11 استعمال کریں۔

بال جھڑ رہے ہیں

سوال: گزشتہ دو تین ماہ سے میرے سر کے بال بہت تیزی سے گر رہے ہیں، بالوں میں خشکی بھی ہے اور بالوں میں پہلی جیسی چمک اور ملائمت بھی نہیں رہی۔ بال روکھے اور بے رونق سے لگتے ہیں۔ بالوں کے تیزی سے گرنے کی وجہ سے میں سخت پریشان ہوں۔ براہ مہربانی کوئی آسان سا گھر یلو نسخہ تجویز کریں۔ (عمران جیلانی، فیصل آباد)

جواب: آملہ، جھوٹی پڑ، سیکا کائی، ریٹھا، بیری کے پتے اور بالچڑھرایک 12 گرام لے کر 250 ملی گرام پانی میں رات کو بھگو دیں۔ صبح اس پانی میں تلوں کا تیل 200 ملی لیٹر ملا کر ہلکی آچ پر پکائیں جب پانی نصف رہ جائے تو تیل کو الگ کر کے چھان کر کسی بوتل میں بھر لیں۔ اس تیل کو رات کو ہلکے ہاتھ سے بالوں کی جڑوں میں انگلیوں سے مساج کریں۔ غذا نمبر 11 استعمال کریں۔

مہا سے اور نشانات

سوال: میرے اور میری چھوٹی بہنوں کے چہرے پر آئے دن دانے نکل آتے ہیں جن میں جلن اور خارش ہوتی ہے۔ یہ دانے چند روز میں از خود ختم ہو جاتے ہیں لیکن بعض دانوں کے نشانات رہ جاتے ہیں جو چہرے پر بد نما لگتے ہیں۔ آپ کوئی ایسا نسخہ بتائیں جس کے استعمال سے ایک تو دانے نہ نکلیں اور دوسرے نشانات بھی ختم ہو جائیں۔ (مزل راولپنڈی)

مشورہ: آپ 25 گرام تین ایک لیموں کا رس اور چند قطرے عرق گلاب ایک پیالی میں ڈال کر مکس کر کے پیٹ بنالیں۔ اب اس مرکب کو کریم کی طرح چہرے پر لپ کریں۔ جب خشک ہو جائے تو سادے پانی سے چہرہ دھو لیں۔ مذکورہ تکلیف میں خون صفاء شربت ایک ایک پیچ صبح شام پینا بھی مفید ہے۔ نشانات دور کرنے کیلئے ہلدی کو باریک پیس کر دہی میں ملا کر کریم لگا کر پندرہ منٹ بعد چہرہ سادہ پانی سے دھو لیں۔ غذا نمبر 11 استعمال کریں۔

نہیں ہوئی ہے۔ یہ انجکشن مضر ہیں انبوالی زندگی کیلئے ٹھیک نہیں ہیں اس کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں۔ (شازبہ بھولوال)

مشورہ: آپ ”پیشیدہ کورس“ کچھ عرصہ استعمال کریں اور ٹیسو کے پھول پانی میں جوش دیکر نیم گرم رہنے پر اس میں بیٹھا کریں (ایام کے دوران ٹیسو کے پانی میں نہ بیٹھیں) (کڑوں نہ بیٹھیں وزن نہ اٹھائیں) ورزش نہ کریں۔ غذا نمبر 11 استعمال کریں۔

بے اولاد جوڑوں کیلئے حیرت انگیز خوشخبری

ماپوس لا علاج بے اولاد ادا دوا جی جوڑے کے جن کے مردوں میں نقص ہو ان کیلئے حکیم صاحب کی طرف سے دم کیا ہوا شہد کلام الہی کے فیضان سے معطر قیمتی تحفہ تفصیلات کیلئے عقبري کے دفتر خطا جمع جوابی لفافہ بھیج کر ایک بروشر منگوائیں جس میں آپ کو عام ملنے والی سستی سبزی کا حیرت انگیز استعمال کہ جس سے اب تک بے شمار جوڑے اولاد زینہ کی دولت سے فیض یاب ہو چکے ہیں اور اس بروشر میں موجود سالہا سال سے آزمودہ روحانی عمل کا تحفہ کہ اس روحانی عمل کی تاثیر آج تک کبھی خطا نہیں گئی۔ ساری دنیا پھر کر تھک ہار کر آنے والوں نے بھی جب یقین اور اعتماد سے اس کو اپنایا اللہ تعالیٰ نے ان کے آنگن کو اولاد زینہ کی دولت سے ہرا بھرا کر دیا۔ شہد ہمراہ لائیں ورنہ عقبري کے دفتر سے خرید لیں۔ باقی تفصیلات اور روزانہ استعمال کیلئے ایک مختصر دوائی شہد کے ہمراہ ملے گی۔ نوٹ: دم کیلئے وقت لینے کی ضرورت نہیں بس آپ شہد دے جائیں اور چند دنوں بعد دم کیا ہوا شہد لے جائیں۔ مرض کی نوعیت کے مطابق کم از کم 3، 5 یا 6 ماہ استعمال کریں۔ (حکیم محمد طارق محمود چندی چغتائی عفا اللہ عنہ)

سر میں درد

سر میں شدت کا درد ہوتا ہے جو پورے سر میں پھیل جاتا ہے۔ خاص طور پر کلاس میں وقفہ کے بعد ہوتا ہے۔ (محمود علی لاہور)

مشورہ: معلوم ہوتا ہے کہ آپ صبح نامکمل ناشتہ کرتے ہیں۔ صبح پیٹ بھر کر ناشتہ کریں۔ خاص طور پر گرم روٹی پر خاص دیسی گھی ڈال کر کھائیں۔ دیسی انڈا کھائیں۔ بادام اور شہد بھی مفید ہے۔ چائے پی سکتے ہیں۔ غذا نمبر 12 استعمال کریں۔

پیٹ بڑھ رہا ہے

میری عمر 24 سال ہے۔ میرا پیٹ بڑھ رہا ہے۔ مجھے بھوک بہت لگتی ہے۔ میں باہر کے کھانوں کی شوقین ہوں۔ ڈاکٹر کہتے ہیں کہ ڈائٹنگ کرو۔ میں بھوک برداشت نہیں کر سکتی۔ (بیگم شید کراچی)

مشورہ: ڈائٹنگ نہ کریں صبح ہاف بوائل انڈا، ٹوس، رس، چائے دو پہر رات کو دیسی چوزہ، دیسی مرغ، باربی کیو، چپاتی، سبزیاں اور سبز یوں کا سوپ لیں۔ پیپٹہ، خربوزہ، سیب، جیری، بیر، مالٹا، موسمی، پکچی، آلوچہ مفید ہیں۔ مسوری، دال، چنے کی دال، ارہر کی دال، مٹر، پالک، متھی، ٹماٹر، بیٹنگن کھا سکتی ہیں۔ صبح و شام تیز دواک، سونے سے پہلے نازل دواک اور تھوڑی سی پیٹ گھٹانے کی ورزش ضروری ہے۔ غذا نمبر 11 استعمال کریں۔

درد ایام

چار سال سے ایام میں شدید تکلیف کی شکایت ہے یہ تکلیف اتنی شدید ہوتی ہے کہ اس کی وجہ سے التلیاں آنے لگتی ہیں ڈاکٹر انجکشن لگاتے ہیں گولیاں کھاتے ہیں مگر مجھے جب تک دو انجکشن نہیں لگتے آرام نہیں آتا انجکشن کی وجہ سے میری نظر بری طرح متاثر ہوتی ہے میری عمر 20 سال ہے اور شادی ابھی

مشورہ: صبح و شام ایک گھنٹہ تیز چلیں ایک ماہ کے بعد دوبارہ حال نکلیں۔ چاول اور دالوں سے پرہیز ضروری ہے۔ شدید بھوک پر بھوک رکھ کر غذا کھائیں۔ غذا نمبر 11 استعمال کریں۔

بیروں میں بدبو اور پسینہ

موزے پہننے سے میرے بیروں سے ہر وقت بو آتی ہے اور اگر چیل پہن لوں تو پسینے کی وجہ سے چلانیں جاتا۔ مہربانی فرما کر مجھے کوئی دوا بتادیں۔ (عصر شہزاد نواب شاہ)

مشورہ: میٹھے عمدہ آڑو کھائیں۔ پھلکڑی کے پانی سے پیر دھوئیں۔ گرم چیزیں نہ کھائیں۔ غذا نمبر 11 استعمال کریں۔

پیٹ پھول گیا

میری عمر 13 سال ہے۔ میرا پیٹ بہت زیادہ پھول گیا ہے اور ہر کوئی مجھے موٹا کہتا ہے۔ (ملک زاہد ملتان)

مشورہ: آپ کی عمر کھیل کود کی ہے کم از کم دو گھنٹے روزانہ فٹ بال یا کرکٹ کھیلیں۔ دوا کی ضرورت نہیں ہے۔ چاول سے اور فاسٹ فوڈز سے پرہیز کریں۔

دائمی زکام

نزلہ رہتا ہے ناک کا گوشت بڑھ گیا ہے۔ رات کو ناک بند ہو جاتی ہے۔ سردی ہو یا گرمی چھینکیں آتی ہیں، بلغم بہت آتا ہے۔ (موسیٰ خان کراچی)

مشورہ: آپ کچھ عرصہ جو ہر شفاء مدینہ اور بنفشہ تہوہ استعمال کریں۔ تین چنگی لاہوری نمک پانچ تازہ نیم کے پتے، ایک گلاس پانی میں جوش دے کر چھان کر نیم گرم پانی وضو کی طرح ناک میں دیں۔ غذا نمبر 12 استعمال کریں۔

حضرت حکیم صاحب کا 2012ء کا سفری شیڈول (انشاء اللہ تعالیٰ)

جگہ اور اوقات کا شیڈول عقبري کے مقامی نمائندے سے معلوم کریں		مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ	
فیصل آباد	کلینک	بروز ہفتہ اتوار مورخہ 7، 8 جنوری 2012	رابطہ کیلئے: حاجی جاوید صاحب: 0333-7655898 چوہدری نیاز صاحب: 03467166234
جہانپاں	درس	بروز ہفتہ مورخہ 14 جنوری 2012	
انک	کلینک	بروز ہفتہ اتوار مورخہ 4، 5 فروری 2012	
بہاولپور	کلینک	بروز ہفتہ اتوار 11، 12 فروری 2012	رابطہ کیلئے: حاجی جاوید صاحب: 0333-7655898 چوہدری نیاز صاحب: 03467166234
مظفر گڑھ	کلینک	بروز ہفتہ اتوار 18، 19 فروری 2012	
سکھر	درس	بروز جمعہ ہفتہ اتوار مورخہ 16، 17، 18 مارچ 2012	
گجرات	درس	بروز ہفتہ مورخہ 31 مارچ 2012	

غذا نمبر 1: کدو، گھیا توری، ٹینڈے، جو کا دلیہ، گندم کا دلیہ، ساگودانہ، کچھڑی، بندڑس، ڈبل روٹی، کھیرے، کھیرے کا سالن، موگی کی پتلی دال، بغیر چھنے آٹے کی سادہ روٹی، بکری کا گوشت شوربے والا، دیسی مرغی کا گوشت شوربے والا، خرف کا ساگ، دہی، میٹھا، براؤن بریڈ، سلاہ، امروڈ، گندڑی، انار، تربوز، گرماسردا، خربوزہ، حلہ، کدو، پیپٹہ، کیلا، چمکا اسپنول، مربہ، آملہ، مربہ، ہری، مربہ، گاجر، پیٹھے کا حلہ، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، عرق سوفٹ، عرق پودینہ، دودھ، سوڈا، آڑو، انگور، ماء العسل (شہد میں پانی ملا ہوا)، شکر، پالک، پیٹھا، خرف کا ساگ، بکری کا دودھ۔

غذا نمبر 2: چھوٹا گوشت، سادہ روٹی، دیسی مرغی کا گوشت، سبزیاں، ہر قسم کی دیسی انڈے، آلیٹ، پرندوں کا گوشت، ہریہ نہاری، پائے، دال، موگی، دیسی گھی کی چوری، دودھ، یاد دودھ سے بنی ہوئی چیزیں، کھجور تازہ، چھوہارے، روغن زیتون، انجیر، شہد، جھنے، کباب، پیاز کی سلا، ناریل، منقہ، روغن زیتون کا پراٹھا، بادام، پیپٹہ، چلغوزہ، کاجو، مچھلی، کاجو، حلہ، پیٹھے کا حلہ، دال کا حلہ، لوٹک کا تہوہ، کلونجی، خوبانی خشک، مربہ، تمام قسم جو کا ستواؤٹ کا گوشت، کشمش، انگور، آم، گلقد، دودھ میں ملا ہوا۔

لا زوال حسن کیلئے بہترین غذائیں

صفورا خیری، لالہ موسیٰ

دانوں سے نجات حاصل کرنے کا ایک آزمودہ اور جلد اثر کرنے والا طریقہ یہ ہے کہ پس کارس لیوم کے رس کے ساتھ ملا کر دن میں ایک بار لگایا جائے دانوں کے ساتھ ان کے بننے کا عمل بھی ختم ہو جائیگا، ہو سکتا ہے کہ جلد پر جلن خارش یا کھچاؤ کا احساس ہو لیکن یہ نسخہ بہت تیزی سے اثر کرتا ہے

سبز چائے: سبز چائے میں Flavonoids اور Anti Oxidents کی کثیر مقدار پائی جاتی ہے جلد کو سورج کی مضر شعاعوں اور ماحول میں موجود فری ریکل کیمیائی عناصر سے بچاتی ہے۔ یہ داغ دھبے اور جھانپوں کا بہترین علاج ہے دن میں دو مرتبہ پانی میں پیسہ چائے کی چند پیتاں ابال کر پینے سے جسمانی اور جلدی صحت کیلئے مفید ہے۔

والیں: پروٹین حاصل کرنے کا بھرپور منبع دالیں ہیں، پروٹین جلد کی قدرتی چمک کو بحال کرتی ہیں۔ گرتے بالوں کو روکنے کیلئے ان میں Blotin کی وافر مقدار موجود ہے۔ اپنی ڈائٹ میں بالوں کا استعمال ضرور شامل کیجئے۔ اس کے علاوہ چنے یا لال مسوری دال کو بھگو کر پیس کر دودھ اور عرق گلاب میں ملا کر لگانے سے سکن برن ٹھیک ہو جاتا ہے۔ روزانہ پیک ٹرانسپورٹ میں سفر کرنے والی خواتین کو چھٹی کا ایک دن اپنے لیے مخصوص کر لینا چاہیے اور سورج کی پیش سے ہونے والی ہر نقصان اس ایک دن میں پورا کر سکتی ہیں ایسے تمام گھریلو ٹوٹکے جلدی ہوئی اور داندار جلد کیلئے اکیس ثابت ہوتے ہیں۔

خوبانی کا تازہ رس: خوبانی کا تازہ رس چہرے پر پندرہ منٹ تک لگائیے یہ سن برن اور خارش شدہ جلد کو تقویت دیتا ہے اس کے علاوہ ایگزیم اور کھینچی چھٹی جلد کیلئے بھی زود اثر مانا جاتا ہے۔ روزانہ مسلسل دس دن تک لگانے سے نتیجہ ظاہر ہونے لگے گا۔

ایلو ویرا گیہو: بے شمار فوائد کی وجہ سے اسے معجزاتی یا جادوئی پودا بھی کہا جاتا ہے۔ اس کارس خارش جلد کیلئے انتہائی فائدہ مند ہے۔ کیل مہاسوں اور اسکن پیلمینٹیشن کے مسائل بھی ایلو ویرا سے ٹھیک کیے جاسکتے ہیں تیس سے چالیس ملی لیٹر ایلو ویرا کا جوس پینے سے آپ کی جلد کراثی خوبصورتی حاصل کر سکتی ہے لیکن یاد رکھیے آپ یہ رس ایلو ویرا سے خود نکالنے سے گریز کریں بلکہ میڈیکل سٹور پر دستیاب محفوظ شکل میں موجود رس خریدیے۔

ایلو ویرا میں کچھ ایسے نقصان دہ اجزاء بھی پائے جاتے ہیں جو جلد پر خارش یا مہدہ کی تکالیف کا باعث سبب بن سکتے ہیں لہذا ہمیشہ کیسٹ کی دکان پر دستیاب محفوظ ایلو ویرا کا انتخاب کیجئے۔ گھگیو اور کا گودا پیسٹ بنا کر بالوں میں لگائیے بال نرم

قدرت نے ہمیں اپنے اپنے خزانے سے ایسی غذائیں عطا کی ہیں جو صحت و تندرستی کیلئے ناگزیر سمجھی جاتی ہیں چہرے کی جلد کی خوبصورتی بھی انہی خزانوں سے ان گنت فوائد حاصل کر سکتی ہے۔ کچھ غذائیں جلد کیلئے انتہائی فائدہ مند ثابت ہوئی ہیں۔ صحت مند جلد کی جھانپوں جھریوں کیل مہاسوں اور داغ دھبوں سے پاک ہوتی ہے۔ ایسی خوبصورت جلد آپ بھی حاصل کر سکتی ہیں اور وہ بھی روزمرہ عام استعمال کی فطری غذاؤں سے آپ نتیجہ دیکھ کر خود حیران رہ جائیں گی۔

نارنگی: اس میں موجود وٹامن سی سورج کی الٹرا وائلٹ شعاعوں سے محفوظ رکھتا ہے، جھریوں سے بچاتا ہے جھریاں دراصل جلد Collagen کے بننے سے اپنا راستہ ہموار کرتی ہیں روزانہ ایک سنگتھ یا مالٹا کھائیں اور اس کے چھلکوں کو سکھا کر پاؤڈر بنا کر کسی ایئر ٹائٹ جار میں محفوظ کر لیں اور روزانہ دودھ سے اس کا پیسٹ بنا کر چہرے پر لگالیں۔ چند ہی دنوں میں چونکا دینے والا روپ سو روپ آپ کے سامنے ہوگا۔

سورج مکھی کے بیج: جلد کیلئے ضروری فیٹی ایسڈز جو جلد کی قدرتی نمی اور آئل میں اضافہ کرنے کیلئے اہم ہیں ان بیجوں میں مناسب تعداد میں پائے جاتے ہیں۔ جلد کا ٹیکچر اور بالوں کی مضبوط بڑھاتے جبکہ بلیک ہیڈز بننے کے عمل کو بتدریج ختم کر دیتے ہیں ہفتے میں دو بار تین چائے کے بیج سورج مکھی کے بیج کھالیں یا پھر کھانا سن فلاور کوئنگ آئل میں بنالیں۔

پیتا: یہ ایک کم حار اور والی غذا اور وٹامن اے کا بھرپور ذخیرہ ہے۔ اس میں ایک اینٹی آکسیڈنٹ تاثیر پائی جاتی ہے جس میں جلد کو جوان رکھنے کی خصوصیت ہے۔ روزانہ ایک پیالہ تقریباً دو سے دو سو پیاس گرام پیتا استعمال کیجئے۔

گندم جو اور گیہوں: بنی گروپ میں شامل وٹامن کیلئے انتہائی ضروری ہے یہ قوت مدافعت کے ساتھ جلد میں مردہ خلیات کی جگہ نئے خلیات بناتے ہیں۔ ان کا ایک بنیادی جز Niacin ہے جس میں جلد کے خلیات میں غذائیت کو جذب کرنے اور توانائی کے حصول کی طاقت میں اضافے کی صلاحیت ہوتی ہے۔ اگر آپ کی ڈائٹ میں بیکری کی بریڈ شامل ہے تو اس کی جگہ گندم گیہوں یا جو کو دیجئے۔ ایسے مسکٹس اور پاستا خوراک میں شامل کریں جو ان غذائی اجناس سے تیار کردہ ہوں۔

ملائم اور گرنے ٹوٹنے سے محفوظ رہتے ہیں۔

چہرے پر گھیکو ار کا استعمال اسے پرکشش و جاذب نظر بناتا ہے اور کوئی مصنوعی کاسمیٹکس چہرے کی تابانی میں تا دیر تاثر نہیں چھوڑتی۔

قدرتی غذائیں: جنہیں آپ براہ راست جلد پر لگا سکتے ہیں مہنگی کریموں کے متبادل کے طور پر آپ بھی آسانی دستیاب قدرتی اجزاء کو براہ راست جلد پر استعمال کر سکتی ہیں۔ منرلز اسٹریچٹ اور قدرتی ملائمت سے بھرپور یہ قدرتی اجزاء جدید کاسمیٹکس سا اثر رکھتی ہے۔

خالص بادام کا تیل: اسے جلد کی فطری نمی بحال اور برقرار رکھنے کیلئے شہرت حاصل ہے خشک اور کھینچی جلد پر اس سے مساج کیجئے۔ چہرے کے ساتھ دیگر کھلے حصے جیسے ہاتھ گردن اور پاؤں پر بھی مساج کیا جاسکتا ہے۔ جلد کی غذائی ضروریات پوری کرنے کے ساتھ زخم کے نشانات بھی بھرتا ہے۔ خشک موسم میں اس کی افادیت سے بھرپور فائدہ حاصل کیا جاسکتا ہے جب بھی جلد کی نورٹنگ کیلئے مصنوعات کا انتخاب کریں پراڈکٹ کے اجزاء میں بادام کے تیل کو خریداری کی لسٹ بھی ضرور شامل کر لیں۔

چہرے کے بہت سے بنیادی مسائل مرد و خواتین دونوں میں یکساں پائے جاتے ہیں، دانے بلیک ہیڈز اور خارش چہرے کے علاوہ بازوؤں اور ٹانگوں پر بھی نمودار ہو سکتی ہیں۔ جلدی مسائل فطری غذائی اجزاء سے درست کیے جاسکتے ہیں۔ قدرتی طریقہ علاج ناصرف سستے بلکہ آسانی استعمال کیے جاسکتے ہیں۔

دانوں سے نجات حاصل کرنے کا ایک آزمودہ اور جلد اثر کرنے والا طریقہ یہ ہے کہ پس کارس لیوم کے رس کے ساتھ ملا کر دن میں ایک بار لگایا جائے دانوں کے ساتھ ان کے بننے کا عمل بھی ختم ہو جائیگا، ہو سکتا ہے کہ جلد پر جلن خارش یا کھچاؤ کا احساس ہو لیکن یہ نسخہ بہت تیزی سے اثر کرتا ہے آپ یہ ترکیب دن میں دو بار بھی دہرا سکتی ہیں اس کا انحصار جلد کی حالت پر ہوگا۔

عقبري ادویات سے نقصان

عقبري دواخانہ کی ادویات نہایت احتیاط سے تیار کی جاتی ہیں۔ اگر کسی کو اس سے نقصان یا علامات میں کمی بیشی ہو یا فائدہ نہ ہو تو یہ اس دوا کا نقص نہیں ہے بلکہ طریقہ استعمال اور مواقع استعمال کا فرق ہے کیونکہ ہزاروں میں سے کسی ایک کو نقصان ہونا یا فائدہ نہ ہونا دوا کا نقص نہیں بلکہ طبیعتوں کا فرق ہوتا ہے۔ لہذا اس شکل میں کسی قسم کا کوئی کلیم قابل قبول نہیں ہوگا۔ حسب طبیعت مقدار کم یا زیادہ کر لیں۔ (ادارہ)

دوسرا موقع

مزارشہد حسین

توبہ کے ذریعے اولاد کی نعمت

زندگی سیکنڈ چانس (دوسرے موقع) کو استعمال کرنے کا نام ہے۔ یہ ایک ایسی حقیقت ہے جو فرد کیلئے بھی اتنی ہی صحیح ہے جتنی قوم کیلئے۔ فردی 1987ء میں ایک مضمون شائع ہوا ہے اس کا عنوان ہے: Dare to Change Your Life (اپنی زندگی کو بدلنے کی جرأت کرو) اس مضمون میں کئی ایسے واقعات دیئے گئے ہیں جن میں ایک شخص کو ابتداء میں ناکامی پیش آئی۔ وہ نقصانات اور مشکلات سے دوچار ہوا مگر اس نے حوصلہ نہیں ہٹایا۔ ایک موقع کو کھونے کے باوجود اس کی نظر دوسرے موقع پر لگی رہی۔ یہ تدبیر کارگر ہوئی۔ ایک بار ناکام ہو کر اس نے دوسری بار کامیابی حاصل کر لی۔

مضمون کے آخر میں مضمون نگار نے لکھا ہے کہ زندگی دوسرے مواقع سے بھری ہوئی ہے۔ دوسرے موقع کو استعمال کرنے کیلئے جو کچھ درکار ہے وہ صرف یہ صلاحیت ہے کہ آدمی اس کو پہچانے اور حوصلہ مندانہ طور پر اس پر عمل کرے۔

زندگی سیکنڈ چانس (دوسرے موقع) کو استعمال کرنے کا نام ہے۔ یہ ایک ایسی حقیقت ہے جو فرد کیلئے بھی اتنی ہی صحیح ہے جتنی قوم کیلئے۔ پوری تاریخ اس حقیقت کی تصدیق کرتی ہے۔ دور اول میں اسلام کو مکہ میں موقع نمل سکا۔ اس کے بعد اسلام نے مدینہ شریف کے موقع کو استعمال کر کے اپنی تاریخ بنائی۔ مغربی قومیں صلیبی جنگوں میں اپنے لیے موقع نہ پاسکیں تو انہوں نے علمی مواقع کو استعمال کر کے دوبارہ کامیابی کا مقام حاصل کیا وغیرہ..... موجودہ دنیا میں اکثر ایسا ہوتا ہے کہ آدمی پہلے موقع کو کھودیتا ہے۔ کبھی اپنے ناقص تجربہ کی وجہ سے اور کبھی دوسروں کی سرکشی کی وجہ سے۔ مگر پہلے موقع کو کھونے کا مطلب ایک موقع کو کھونا ہے نہ کہ سارے مواقع کو کھونا۔ پہلا موقع کھونے کے بعد اگر آدمی مایوس نہ ہو تو جلد ہی وہ دوسرا موقع پالے گا جس کو استعمال کر کے وہ دوبارہ اپنی منزل پر پہنچ جائے۔ جن مواقع پر دوسرے لوگ قابض ہو چکے ان کو ان سے چھیننے کی کوشش کرنا عقلمندی نہیں عقل مندی یہ ہے کہ جو مواقع ابھی باقی ہیں ان پر قبضہ حاصل کرنے کی کوشش کی جائے۔

عقربى شمالی علاقہ جات میں

گلت: نارتھ نیوز ایجنسی مدینہ مارکیٹ گلت۔ گاگوچ، غدر: جاوید اقبال ہیلپ لائن نیوز ایجنسی مین روڈ، گاگوچ، غدر۔ ہنزہ: ہنزہ نیوز ایجنسی علی آباد ہنزہ۔ سکروو: سودے بکس اسٹور، لنک روڈ سکروو۔ سکروو: بلتستان نیوز ایجنسی نیا بازار سکروو۔

ایک حدیث رسول ﷺ کا مفہوم ہے کہ ہرنگی سے نجات کا راستہ استغفار ہے۔ ایک اور حدیث کا مفہوم ہے کہ مرنے والوں کیلئے سب سے بہتر تحفہ استغفار ہے۔ استغفار کی کثرت نے کس طرح کئی بے اولاد جوڑوں کو اولاد عطا کی یہ خود ان ہی کی زبانی معلوم ہوا

آئے کہ جس دن ہم دونوں کا ایک ایک لاکھ استغفار ختم ہوا اللہ پاک نے اسی دن ہمیں اولاد کی خوشخبری سنائی۔ ہمیں ایک ایک لاکھ استغفار کرنے میں کوئی دو مہینے کے قریب لگے۔ بس کیا اللہ کے کرم کا شکر ادا کیا جائے کہ اس نے ہمیں زندہ سلامت تندرست عطا کیا۔ قربان جاؤں آقائے دو جہاں ﷺ کے نسخے کے.....!

☆ ایک اور سعودی صاحب نے بتایا کہ میری شادی کو کوئی تین سال ہو گئے تھے اور ہمیں اولاد کی بہت ہی تڑپ تھی ہم بھی حسب طریقہ ڈاکٹروں وغیرہ کو دکھانے لگے مگر کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ میری پریشانی دیکھ کر ایک دن مجھ سے میرے ایک دوست نے کہا کہ تم اکثر شرت سے استغفار کرو۔ میں روزانہ مسجد میں سات سو مرتبہ استغفار کرنے لگا۔ مسجد میں اس لیے کہ یکسوئی ہوتی ہے۔ گھر میں ہزار کھیڑے کبھی فون تو کبھی کچھ کبھی اور اللہ پاک کی شان کہ چار سال میں میرے تین بچے ہو گئے۔

کینسر ہپاٹائٹس، رسولی، ٹی بی اور دوسرے

موذی امراض کیلئے میرا تجربہ شدہ روحانی نسخہ

☆ اول و آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھنا ہے۔
☆ بسم اللہ الرحمن الرحیم 786 مرتبہ ☆ سورۃ فاتحہ 101 مرتبہ ☆ سورۃ الرحمن 7 مرتبہ ☆ سورۃ قریش 1001 مرتبہ ☆ آیت کریمہ 313 مرتبہ ☆ چاروں قل 4000 مرتبہ (یعنی ہر سورۃ ایک ہزار مرتبہ) ☆ آیۃ الکرسی 41 مرتبہ ☆ آیت الشفاء (التوبہ 14، یونس 57، النحل 41، الاسراء 82، الشعراء 80، تم السجدہ 44) 33 مرتبہ۔ یہ سب پانی پر دم کر کے وہ پانی اکیس دن تک مریض کو پلائیں۔ نوٹ: پانی پینے کا طریقہ یہ ہے۔ پانی دن میں تین مرتبہ با وضو پینا ہے۔

فجر کی نماز کے بعد، ظہر کی نماز کے بعد، عشاء کی نماز کے بعد۔ ہر دفعہ پانی پیتے وقت اکیس مرتبہ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ اور سات مرتبہ سورۃ فاتحہ پڑھ کر پانی پر دم کریں اور پانی پی لیا کریں۔ اکیس دن کے بعد کسی اچھی لیبارٹری سے ٹیسٹ کروائیں تو انشاء اللہ آپ کو یہ بیماری نہیں ہوگی۔ (ایم آر مروت)

کئی سالوں سے ہم سب کی یہ عادت ہو گئی ہے کہ کسی بھی پریشانی کیلئے نبی کریم ﷺ کی بتائی ہوئی دعاؤں کو اپنانے کے بجائے ادھر ادھر کے چکر اور مشکل وظیفوں کی تلاش میں ہو جاتے ہیں۔ حالانکہ سب سے آسان اور سہل طریقہ سنت کا طریقہ ہے۔ ایک حدیث رسول ﷺ کا مفہوم ہے کہ ہرنگی سے نجات کا راستہ استغفار ہے۔ ایک اور حدیث کا مفہوم ہے کہ مرنے والوں کیلئے سب سے بہتر تحفہ استغفار ہے۔ استغفار کی کثرت نے کس طرح کئی بے اولاد جوڑوں کو اولاد عطا کی یہ خود ان ہی کی زبانی معلوم ہوا۔

☆ میرا بڑا لڑکا جس فرم میں سروس کرتا ہے وہاں سے اکثر مختلف دفاتروں میں جانا پڑتا ہے۔ ایک دن جب وہ صبح آفس پہنچا تو معلوم ہوا کہ اسی وقت کسی صاحب سے ملنے جانا ہے تاکہ ان کو کوئی فائل دکھائی جاسکے۔ وہ تمام کاغذات لیکر متعلقہ دفتر پہنچا تو وہ صاحب کسی میٹنگ میں تھے۔ وہاں چندا اور حضرات بھی ان کا انتظار کر رہے تھے۔ اتنے میں بات کچھ دعاؤں کی طرف نکل گئی۔ انہی میں سے ایک صاحب جو سعودی تھے (یہ واقعہ سعودی عرب کا ہے) کہنے لگے کہ میں خود آپ کو اپنا واقعہ سناتا ہوں وہ یہ کہ میری شادی کو کئی سال ہو گئے تھے اور ہماری اولاد نہیں تھی۔ میں نے اور میری بیوی نے ہر قسم کے ڈاکٹری، گھریلو، جینی، دانیوں کے علاج کئے مگر کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ ایک دفعہ ہمیں کسی نے ایک ڈاکٹر کا بتایا ہم دونوں وہاں گئے تو ڈاکٹر نے ہماری تمام پچھلی رپورٹیں اور نسخے دیکھ کر بڑے افسوس سے صاف کہہ دیا کہ آپ دونوں دعا کریں ڈاکٹر رپورٹوں کے مطابق آپ کے ہاں اولاد نہیں ہو سکتی، ہم دونوں انتہائی صدمے اور غم کی کیفیت میں گھر آ گئے۔ پھر ایک دن کسی نے ہمیں ایک شیخ کا بتایا ہم دونوں اسی غم کی حالت میں ان کے پاس پہنچ گئے انہیں سب بتایا تو انہوں نے کہا کہ مایوسی کی کوئی بات نہیں اللہ تعالیٰ کی قدرت کامل ہے آپ دونوں دعا کے ساتھ استغفار کی کثرت کریں۔ ہمیں بہت تسلی دی اور کہا کہ جب آپ دونوں کا ایک ایک لاکھ (الگ الگ) استغفار ہو جائے تو میرے پاس آئیے گا شاید کسی کو یقین نہ

خوشگوار ازدواجی زندگی آپ کے بس میں

جس طرح گھر میں خواتین کا رول بہ حیثیت ماں اور بیوی بڑی سماجی اہمیت کا حامل ہے اسی طرح مردوں کا یہ گھریلو رول بہ حیثیت باپ اور شوہر برابر کا اہم ہے۔ اس سلسلے میں شوہر یا بیوی دونوں میں سے کسی کو خود کو برتر، افضل یا خود مختار کل تصور نہیں کرنا چاہیے

یہی سبب ہے کہ جب ہم کہتے ہیں کہ ”خاتون آپ پر بہت کچھ منحصر ہے“ تو اس سے ہماری مراد یہ ہوتی ہے کہ آپ شوہر کو ڈھالنے میں بہت اہم رول ادا کرتی ہیں۔ اس سلسلہ میں زن و شوہر کے درمیان ذہنی قربت اور تعاون کا انحصار چھوٹی چھوٹی گھریلو باتوں پر ہوتا ہے جو بظاہر اہم نہیں معلوم ہوتیں لیکن بہت اہم ہوتی ہیں۔ ماہرین کی رائے میں چند اہم عوام درج ذیل ہیں:-

☆ زن و شوہر کا رویہ اور گھریلو عادتیں۔ ☆ کام اور اوقات کار میں تعاون، گھریلو مشاغل اور دلچسپیاں۔ ☆ ایک دوسرے کیلئے خلوص اور فکر۔ ☆ مزاج میں یکسانیت اور باہمی ہمدردی جس کا اظہار عمل کے ساتھ ساتھ کبھی کبھی زبانی بھی کرنا چاہیے۔ ☆ توصیف باہمی اور حوصلہ افزائی۔ ☆ ایک دوسرے کی حفاظت اور دیکھ بھال جس سے اعتماد میں اضافہ ہوتا ہے۔ ☆ ایک دوسرے پر مالی، اخلاقی، جنسی اور نفسیاتی بھروسہ اور یکلی اعتماد۔

خاتون ماہر نفسیات کی رائے اور مشورہ

امریکی مشہور ماہر نفسیات خاتون ڈاکٹر لروڈ نے سردمہری سے پیش آنے والے شوہروں اور بیویوں کیلئے گھریلو اور ازدواجی ماحول میں گرما گرمی اور رونق پھر سے لوٹانے کیلئے اپنے تجربات اور مشاہدات کی روشنی میں چند دلچسپ اور مفید تجاویز اور مشورے پیش کیے ہیں جو خواتین اور مردوں دونوں کیلئے یکساں طور پر سودمند اور مفید ثابت ہوئے ہیں۔ ان کا سب سے پہلا مشورہ تو یہ ہے کہ شوہر اور بیوی دونوں ایک دوسرے کو اپنی مشکلات، مسائل، الجھنوں، خوشیوں، کامیابیوں اور ناکامیوں کے بارے میں اعتماد میں لیں اور مطلع رکھیں نیز ایک دوسرے سے مشورے کرتے رہیں ان کے مشوروں کی ترتیب اس طرح سے ہے:-

کلی رفاقت اور ساتھ اس سے مراد بچوں کی نگہداشت، گھریلو کاموں اور مسائل میں تعاون، کتابوں کے مطالعے میں تبادلہ خیال اور ٹیلی ویژن پروگراموں میں پسند و غیرہ کو حتی الامکان یکساں بنانے کی کوشش، ایک دوسرے کی خوشی دکھ، الجھن، اور جذبات میں گہری شمولیت ہے۔ چھوٹی چھوٹی

ازدواجی زندگی کو بد مسرت بھرپور اور ہم آہنگی بنانا زن و شوہر میں سے کسی ایک کی ذمہ داری نہیں بلکہ ایسے خوشگوار سے ماحول کیلئے دونوں کی عملی ذہنی اور نفسیاتی ہم آہنگی اور تعاون لازمی ہے۔ اس طرح کا خوشگوار گھریلو ماحول نہ صرف عمدہ اور کامیاب گہشتی، ازدواجی زندگی اور صحت کیلئے ضروری ہے بلکہ گھر کے عمدہ ماحول یا زن و شوہر میں گہری رفاقت کا یہ احساس شوہر کی پیشہ ورانہ کارکردگی اور بچوں کی نفسیاتی اور اخلاقی تربیت پر بھی دور رس طور پر اثر انداز ہوتا ہے۔ اسلام نے بھی جو لوگوں کی مادی، اخلاقی اور روحانی سر بلندی کا پیام بر ہے زن و شوہر کے درمیان گہری مفاہمت ہم آہنگی محبت اور تعاون پر زور دیا ہے اس کا واضح سبب یہ ہے کہ ایچھے اور صحت مند معاشرے کا آغاز گھر کی چار دیواری یا خاندان سے ہوتا ہے۔

جس طرح گھر میں خواتین کا رول بہ حیثیت ماں اور بیوی بڑی سماجی اہمیت کا حامل ہے اسی طرح مردوں کا یہ گھریلو رول بہ حیثیت باپ اور شوہر برابر کا اہم ہے۔ اس سلسلے میں شوہر یا بیوی دونوں میں سے کسی کو خود کو برتر، افضل یا خود مختار کل تصور نہیں کرنا چاہیے۔ عموماً یہ غلطی مردوں سے سرزد ہوتی ہے کہ وہ گھر میں ہر معاملے میں عورت کو محکوم اور خود کو حاکم دیکھنا پسند کرتے ہیں۔ حالانکہ اس کے بے شمار نقصانات ہیں۔ گھریلو اور ازدواجی زندگی میں بد مزگی یا عورتوں کی مظلومیت اور گھٹن کا اثر بچوں، خود شوہر اور بیوی کی صحت، نفسیاتی عوامل اور کارکردگی پر پڑتا ہے۔ اس کے مضراثرات سے خاص طور پر بچوں کے طرز عمل، عادات، اخلاق اور نفسیات کو بہت نقصان پہنچ سکتا ہے۔

خاتون! آپ پر بہت کچھ منحصر ہے.....!!!

چونکہ مرد کام کاج اور ملازمت کی غرض سے زیادہ تر گھر سے باہر رہتے ہیں اس لیے گھر کو حقیقی معنے میں گوشہ عافیت بنانے میں بڑا حصہ عورت یا بیوی کا ہوتا ہے لیکن وہ بے چاری مرد کے تدبیر، تعاون اور خلوص عمل کے بغیر آخر کیسے اس ذمہ داری میں کامیاب ہو سکتی ہے؟ خواتین کو شوہر کے تعاون کی بہت ضرورت ہوتی ہے لیکن یہ تعاون اور خلوص اور فکری ربط حاصل کرنا بھی تو اپنی جگہ تربیت اور شعور کا طالب ہوتا ہے۔

الجھنوں کو باہمی طور پر حل کر کے ان بڑی الجھنوں سے بچایا جاسکتا ہے جو بعد کو پیش آ سکتی ہیں۔ مردوں کیلئے ملازمت گھر کی اقتصادی بہبود کیلئے ناگزیر ہے اس لیے وہ زیادہ وقت اسی تنگ و دو میں صرف کرنے پر مجبور ہیں۔ اسے دور کرنے میں انہیں کئی طرح کی الجھنوں، تلخیوں، کامیابیوں یا ناکامیوں کا سامنا ہوتا ہے۔ ان کے تمام احساسات میں بیویاں شوہروں کو مشورہ دے سکتی ہیں یا کم سے کم ہمدردانہ باتوں سے ان کا ذہنی بوجھ ہلکا کر سکتی ہیں۔ اس میں شوہروں کو بھی بیویوں کی رائے اور ہمدردانہ جذبات کی قدر کرنی چاہیے اور انہیں یہ احساس دلانا چاہیے کہ ان کی رائے اور ہمدردی بہت اہم ہے۔ ڈاکٹر لروڈ نے بتایا ہے میرے اس مشورے پر عمل کر کے کئی گھر ماحول کو حیرت انگیز طور پر خوشگوار بنا چکے ہیں۔ مثلاً اگر شوہر کسی بک کا مطالعہ کر رہا ہے تو بیوی بور ہو کر چڑچڑا پن نہیں کرتی اور جب بیوی سلائی یا کڑھائی میں لگی ہوتی ہے تو شوہر گھر کے چھوٹے موٹے کام کر کے اس کی مدد کرتا ہے بلکہ اب تو کئی گھروں میں ان مشوروں سے ایسا بھی ہوتا ہے کہ بیوی شوہر کے بک کے مطالعہ کے اوقات میں اسے کافی یا کیک بنا کر کھلاتی ہے اور جب بیوی کپڑے دھوتی ہے یا کڑھائی بناتی کرتی ہے تو شوہر بچوں کو پڑھاتا ہے۔ بیوی کبھی ہے کہ ”اچھا میں تمہارے ساتھ کیم بورڈ کھیلوں گی تم میرے ساتھ سہیلی کے گھر چلو“ لیجئے سارا جھگڑا ہی ختم!

حضور نبی کریم ﷺ کی سواریاں

آپ ﷺ کی زندگی میں صرف سات گھوڑوں کو یہ اعزاز نصیب ہوا کہ آپ ﷺ نے ان پر سواری کی ان کے نام یہ ہیں:-
السلک: یہ آپ ﷺ کا پہلا گھوڑا تھا۔ ☆ المرتجز: یہ ایک اعرابی سے خریدا گیا تھا۔ ☆ اللزاز: یہ اسکندر یہ کے بادشاہ مقوقس نے بھیجا تھا۔ ☆ الطرب: یہ ربیعہ بن ابراہم رضی اللہ عنہ نے آپ ﷺ کو پیش کیا۔ ☆ الورد: یہ تیم داری رضی اللہ عنہ نے بطور ہدیہ پیش کیا تھا۔ ☆ یعسوب الجیف: یہ دونوں بھی آپ ﷺ کے جنگی گھوڑے تھے۔
اونٹنی قصواتھی اسے جدعاء اور عضباء بھی کہتے ہیں۔ یہ وہ اونٹنی ہے جس پر آپ ﷺ نے ہجرت فرمائی تھی۔

دعا: دعا عبادت کا مغز ہے۔ ☆ دعا بلاؤں کو مٹاتی ہے۔ ☆ دعا کا چھوڑنا گناہ ہے۔ ☆ لوگوں میں کمزور وہ ہے جو دعائے کرے۔ ☆ دعا رحمت کی کنجی ہے۔ لہذا ہمیں چاہیے کہ زیادہ سے زیادہ دعا مانگیں اپنے لیے گھر والوں کیلئے سب مسلمانوں کیلئے مجاہدین اسلام کیلئے۔ انشاء اللہ بہت فائدہ ہوگا۔

(فیہم الحن، وسیم زہیر)

ایک بہن (پوشیدہ)

نماز کے ارکان سے کو لیسٹرول میں کمی روحانی کیفیت

اب وہ واپس ہمارے گھر آگئے ہیں اور ہم سب مل جل کر لمبی خوشی رہ رہے ہیں اور ہمارے گھر سے تمام جھگڑے ختم ہو گئے ہیں حکیم صاحب تسبیح خانہ اور درس نے تو میری زندگی ہی بدل دی ہے جب سے میں نے اسباب کو چھوڑ کر اعمال کو اپنایا ہے میرے ایسے ایسے ناممکن کام ایسی ایسی ناممکن خواہشات پوری ہوئی ہیں اور ہوری ہیں کہ میں بتا نہیں سکتی مجھے خود یقین نہیں آتا۔ میرے پیپر سے پہلے میں بہت زیادہ بیمار ہو گئی تھی جس کی وجہ سے میری کوئی تیاری نہ ہو سکی لیکن میں نے صرف اللہ سے مانگا ابھی کل کی بات ہے کہ میرا پیپر تھا اور میں بہت سخت پریشان تھی جب سب جلدی جلدی رٹے لگا رہے تھے میں نے اپنے اللہ سے باتیں کیں اور پھر ایسا ہوا کہ ایگزامینز نے مجھ سے کچھ پوچھے بنا میرے اچھے نمبر لگا دیئے اور شاباش بھی دی بس میری کاپی پر ایک سیلٹ لکھا دکھ کر مجھے واپس بھیج دیا۔ حکیم صاحب آپ پلیز دعا کیجئے گا کہ میں باقی پیپر میں بھی پاس ہو جاؤں اور حکیم صاحب سورہ کوثر کی برکات تو نہ ہی پوچھیں۔ پہلے میں ٹیوشن پڑھاتی تھی اور اپنا خرچہ پورا کرتی تھی لیکن پھر اللہ کی طرف سے ہی سب بچوں نے چھوڑ دیا اب حکیم صاحب بنا محبت کے ہی اللہ مجھے غیب سے نواز رہا ہے۔ بس جو تھوڑے بہت پیسے ہوں برکت کی تھیلی میں رکھ دیتی ہوں سورہ کوثر کا اہتمام کرتی ہوں اور کام کرتی جاتی ہوں لیکن پیسے ختم نہیں ہوتے۔ میری زندگی اعمال نے آسان بنا دی ہے۔

حکیم صاحب میرا ایک جوان مسئلہ تھا وہ میرے والد صاحب کا تھا ان کیلئے بھی میں نے پچھلے پورا سال درس میں بہت دعائیں کی تھیں حکیم صاحب ان کی سچی توجہ بھی مجھے ملی ہے اور حالات کیسے بدلے ہیں میں تو دنگ ہی رہ گئی ہوں۔ اب وہ واپس ہمارے گھر آگئے ہیں اور ہم سب مل جل کر لمبی خوشی رہ رہے ہیں اور ہمارے گھر سے تمام جھگڑے ختم ہو گئے ہیں۔ حکیم صاحب والد صاحب کی محبت ملنے کے بعد بھی میری بے قراری ختم نہیں ہوئی کوئی غلا ہے میرے اندر کوئی کمی ہے کوئی لا حاصل جتنو ہے جو مسلسل میرے اندر چل رہی ہے مجھے بے چین رکھتی ہے۔ حکیم صاحب مجھے آج پتہ چلا ہے کہ مجھے عشق حقیقی کی تلاش ہے مجھے میرے اللہ سے ملادیں۔ حکیم صاحب دعا کریں مجھے میرا اللہ مل جائے وہی ہی میری اصل تلاش ہے۔ میں بہت دور ہوں اپنے خالق سے میں بہت گنہگار ہوں میں نے اپنے پیدا کر نیوالے کا حق ادا نہیں کیا مجھے میرے اللہ سے ملادیں۔

کھانا کھانے کے بعد ہمارے خون میں اس کی مقدار اچانک بڑھ جاتی ہے۔ کو لیسٹرول کو جمنے سے پہلے تحلیل کرنے کا ایک سادہ اور فطری طریقہ اللہ تعالیٰ نے نماز پچنگا نہ کی صورت میں عطا کیا ہے

لیو پولڈ دیس پر اذان و جماعت کے منظر کا اثر

لیو پولڈ دیس اپنی کتاب میں قاہرہ میں مؤذن کی اذان اور جماعت کی نماز کے منظر نے ان کے دل و دماغ پر جو اثر ڈالا اس کو بیان کرتے ہوئے لکھتے ہیں:

”مجھے اندازہ ہوا کہ مسلمانوں کا اندرونی اتحاد یکسانی اور ہم آہنگی کتنی گہری ہے اور ان کو تقسیم اور متفرق کرنے والی چیزیں کتنی مصنوعی سطحی اور بے اثر ہیں اپنے عقیدہ طرز فکر، حق و باطل کی تیز بہتر اور صحیح زندگی کے مزاج اور بناوٹ کو سمجھنے میں وہ ”ایک انسان“ کی مانند تھے۔ مجھے ایسا لگا کہ میں نے پہلی بار ایک ایسی سوسائٹی میں قدم رکھا ہے جس میں انسانوں کے درمیان رشتہ اور تعلق کی بنیاد اقتصادی مصالح یا رنگ و نسل پر نہ تھی بلکہ اس سے زیادہ گہری مضبوط اور پائیدار چیز پر تھی وہ زندگی کے متعلق اس مشترک نقطہ نظر کا رشتہ تھا جس نے انسانوں کے درمیان سے علیحدگی اور بے تعلقی کی تمام دیواروں کو گرا دیا تھا۔

اذان دے کر نماز پڑھنے کے اثرات

ایک غیر ملکی اڈے پر کچھ ساتھی اترے ان میں کچھ ہمارے علاقے کے بھی تھے نماز کا وقت ہو چکا تھا۔ چنانچہ انہوں نے اذان دی۔ اذان کے دوران مسافروں میں سے ایک مسافر آکر ان کے قریب بیٹھ گیا جب انہوں نے نماز شروع کی تو ان کے ساتھ شریک ہو گیا۔ آخر میں اس نے بتایا کہ اذان اور نماز کے دوران اس نے بہت سکون پایا۔ اس مذہب میں داخل ہونے کی کیا شرائط ہیں۔ ساتھیوں نے اس کو سب چیزیں بتائیں اور وہ وہیں مسلمان ہو گیا اور بہت مطمئن تھا۔

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

ایجنسی ہولڈر حضرات کی شکایات کا ازالہ
ایجنسی ہولڈر حضرات کو رسالہ کتابیں یا ادویات ملنے میں پریشانی یا مشکلات ہوں یا اس کی بہتری کیلئے کوئی تجویز ہو تو اپنے فون نمبر کے ساتھ عبرقی کے پتے پر تفصیلاً لکھیں۔ ازالہ کیا جائے گا۔ (ادارہ)

تعدیل ارکان کے بغیر ڈھیلے ڈھالے طریقے پر نماز پڑھنے کا کوئی روحانی فائدہ ہے اور نہ طبی و جسمانی جبکہ درست طریقے سے نماز کی ادائیگی کو لیسٹرول لیول کو اعتدال میں رکھنے کا ایک مستقل اور متوازن ذریعہ ہے۔

قرآنی احکامات کی مزید توضیح سرکار مدینہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی اس حدیث مبارکہ سے بھی ہوتی ہے۔ ترجمہ: ”پیشک نماز میں شفاء ہے۔“ (ابن ماجہ)

جدید سائنسی پیش رفت کے مطابق وہ چربی جو شریانوں میں جم جاتی ہے رفتہ رفتہ ہماری شریانوں کو تنگ کر دیتی ہے اور اس کے نتیجے میں بلڈ پریشر، امراض قلب اور فالج جیسی مہلک بیماریاں جنم لیتی ہیں۔

عام طور پر انسانی بدن میں کو لیسٹرول کی مقدار 150 سے 250 ملی گرام کے درمیان ہوتی ہے۔ کھانا کھانے کے بعد ہمارے خون میں اس کی مقدار اچانک بڑھ جاتی ہے۔ کو لیسٹرول کو جمنے سے پہلے تحلیل کرنے کا ایک سادہ اور فطری طریقہ اللہ تعالیٰ نے نماز پچنگا نہ کی صورت میں عطا کیا ہے۔ دن بھر میں ایک مسلمان پر فرض کی گئی پانچ نمازوں میں سے تین یعنی فجر، عصر اور مغرب ایسے اوقات میں ادا کی جاتی ہیں جب انسانی معدہ عام طور پر خالی ہوتا ہے چنانچہ ان نمازوں کی رکعات کم رکھی گئیں جبکہ دوسری طرف نماز ظہر اور نماز عشاء عام طور پر کھانے کے بعد ادا کی جاتی ہیں اس لیے ان کی رکعتیں بالترتیب بارہ اور سترہ رکھیں تاکہ کو لیسٹرول کی زیادہ مقدار کو حل کیا جائے۔

نماز کے ذریعے کو لیسٹرول لیول کو اعتدال میں رکھنے کی حکمت دور جدید کی تحقیقات ہی کے ذریعے سامنے نہیں آئی بلکہ اس بارے میں تاجدار حکمت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی حدیث مبارکہ بھی نہایت اہمیت کی حامل ہے۔ حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ارشاد فرمایا: ”اپنی خوراک کے کو لیسٹرول کو اللہ کی یاد اور نماز کی ادائیگی سے حل کرو۔“ (مجمع الزوائد)

اگر ہم رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے ارشاد اور عمل کے مطابق صحیح طریقے پر پانچ وقتی نماز ادا کریں تو جسم کا کوئی عضو ایسا نہیں جس کی احسن طریقے سے ہلکی پھلکی ورزش نہ ہو جائے۔

ہر دلعزیز بننے کا انوکھا راز

سوراجلیل کراچی

نہ صرف اپنی ذات میں بلکہ اپنے شعبے سے متعلق بھی وہ چند کمزوریوں کی خود نشاندہی کر دے گا لیکن کیا کیا جائے اس حضرت انسان کا کہ وہ عام طور پر تنقیدی رویہ اختیار کرتا ہے۔ کم لوگ ہیں جو تنقید برائے تعمیر کا راستہ منتخب کرتے ہیں اس کی ذات میں بہت سی خوبیاں ہیں آپ ایک دو کی نشاندہی بھی کریں اور پھر آپ دیکھیں گے کہ وہ خود اس بات کا اعتراف کرے گا کہ وہ سمجھتا ہے کہ اس میں بھی فلاں خامیاں بھی ہیں۔ نہ صرف اپنی ذات میں بلکہ اپنے شعبے سے متعلق بھی وہ چند کمزوریوں کی خود نشاندہی کر دے گا لیکن کیا کیا جائے اس حضرت انسان کا کہ وہ عام طور پر تنقیدی رویہ اختیار کرتا ہے۔ کم لوگ ہیں جو تنقید برائے تعمیر کا راستہ منتخب کرتے ہیں ایک ماہر نفسیات اپنی کتاب میں اسی پہلو پر روشنی ڈالتے ہوئے لکھتا ہے کہ ایک شخص اس کے پاس آیا اور اپنی بیوی کی شکایت کرنے لگا۔ شکایت کیا بلکہ شکایتوں کے ڈھیر کہیں۔ چند منٹ میں اس نے یہ ثابت کر دیا کہ اس کی بیوی دنیا کی نالائق ترین عورت ہے اور اب وہ اس نتیجے پر پہنچا تھا کہ وہ اسے طلاق دے دیگا۔ اس کے خیال میں اب اس کے علاوہ کوئی اور صورت باقی نہیں بچی تھی۔

ماہر نفسیات نے اس کی باتیں غور سے سنیں اور پھر کہا کہ دیکھو تمہاری بیوی میں اتنی ساری برائیاں ہیں لیکن کچھ اچھائیاں بھی تو ہوں گی کیونکہ دنیا میں کوئی شخص ایسا نہیں جس میں برائیاں ہی برائیاں ہوں۔ ماہر نفسیات نے اسے کاغذ اور قلم دیا اور کہا کہ اس پر اپنی بیوی کی چند اچھائیاں بھی لکھو اور پندرہ منٹ تک ماہر نفسیات کمرے سے باہر چلا گیا۔ جب وہ واپس آیا تو اس شخص نے چار خوبیاں لکھی تھیں جو اس کی بیوی میں موجود تھیں۔

اب ماہر نفسیات نے اسے بتایا کہ اس پر یہ واضح ہو گیا ہے کہ تم دونوں میاں بیوی بھی اسی غلطی کا شکار ہو جس میں عام ازدواجی جوڑے نظر آتے ہیں۔ تم دونوں ایک دوسرے کو غیر ضروری طور پر نیچا دکھانے کی کوشش میں لگے رہتے ہو۔ ایک دوسرے پر تنقید کرنے کے عادی ہو اور صرف ایک دوسرے کی خامیوں اور کمزوریوں پر نظر رکھتے ہو۔ تم ایک دوسرے پر تنقید کا کوئی موقع ضائع نہیں جانے دیتے لیکن تم چاہو تو اپنی یہ بری عادت تبدیل کر سکتے ہو۔ صرف ان چار خوبیوں کو لے لو جو اس وقت تم کو اپنی بیوی میں نظر آرہی ہیں اور ان کے علاوہ بھی اپنی بیوی میں خوبیاں تلاش کرو جو ہو سکتا ہے کہ دل میں تم انہیں تسلیم کرتے ہو لیکن زبان پر نہیں لانا چاہتے۔ شاید اس سے تمہاری

کیا آپ کا شمار ایسے لوگوں میں ہوتا ہے جو دوسروں کی خامیوں پر نظر رکھتے ہیں؟ اگر ایسا ہے تو آپ اپنے بارے میں یہ خوش فہمی دل سے نکال دیں کہ لوگ آپ کو پسند کرتے ہیں؟ یا لوگ آپ کی قدر کرتے ہوں گے۔ اگر آپ کا رویہ ہر وقت ناقدانہ رہتا ہے تو آپ دوسروں سے یہ توقع رکھنی چھوڑ دیں کہ وہ آپ کے اچھے کاموں کو سراہتے ہوں گے اور آپ کا دل سے احترام کرتے ہوں گے۔ اسی طرح اگر آپ یہ سوچتے ہیں کہ دوسروں کو ان کی خامیاں بتائیں گے اور وہ اس کی اصلاح کر لیں گے تو شاید آپ غلطی پر ہیں۔ اس کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ آپ لوگوں کے روشن پہلوؤں کی ذاتی خوبیوں اور اچھائیوں کو تلاش کرنے کی عادت ڈالیں۔ پھر آپ دیکھیں گے کہ وہ لوگ خود بخود اپنی کمزوریوں اور عیوب کا اعتراف کر لیں گے۔

اگرچہ یہ مثال ہم بچپن سے سنتے آئے ہیں لیکن ہو سکتا ہے کہ ہمارے کئی ساتھیوں نے نہ سنی ہو اس لیے اسے بیان کرنا ہی بہتر ہوگا۔ ایک تجارتی مشیر کا کہنا تھا کہ شروع میں جب اس نے یہ پیشہ اختیار کیا تو اسے اس میں بہت کامیابی ہوئی۔ وہ کسی بھی جگہ پہنچ کر ذرا سی دیر میں لوگوں کی خامیوں کو تلاش کر لیتا اور ان کو بتا دیتا کہ ان کے کام میں کیا کیا خامیاں اور کیا کیا عیب ہیں لیکن اس کا کہنا ہے کہ اسے یہ دیکھ کر تعجب ہوا کہ لوگ اس بات کو ناپسند کرتے تھے اور ناگواری کا اظہار کرتے تھے حالانکہ اس کا ارادہ کوئی ان کی دل آزاری کرنا نہ تھا ہوتا تھا بلکہ وہ چاہتا تھا کہ اس خامی کو دور کرنے سے وہ کمپنی یا وہ شخص زیادہ کامیاب ہو سکتا ہے۔ اس کا کہنا ہے کہ اپنے معاشرتی حلقے میں بھی لوگ اس کی صحبت کو ناپسند کرنے لگے اور بعض تو مشتعل بھی ہو جاتے تھے تب اس نے اپنے ایک اور دوست سے مشورہ کیا جو ہر دلعزیز سمجھا جاتا تھا۔ اس نے اسے بتایا کہ جب کبھی میں کسی تجارتی حلقے میں جاتا ہوں تو سب سے پہلے یہ دیکھتا ہوں کہ میز مینوں کے کام میں کون کون سی خوبیاں ہیں اور پھر میں انہیں ان خوبیوں پر مبارکباد دیتا ہوں اور ان سے درخواست کرتا ہوں کہ وہ میرے ساتھ تعاون کر کے مزید ایسی خوبیاں اور کامیابی کی راہیں تلاش کر سکتے ہیں۔

سچی بات یہ ہے کہ یہ سمجھنا مشکل نہیں کیونکہ یہ طریقہ زیادہ مؤثر ثابت ہوتا ہے اگر آپ کسی شخص کو یہ طہینان دلائیں کہ

انا کو تسکین ملتی ہے۔ ماہر نفسیات نے اس سے کہا کہ دیکھو ایک دوسرے کو نیچا دکھانے کی بجائے ایک دوسرے کو بلند کرو اور اسے سمجھاؤ کہ وہ بھی یہی رویہ اختیار کرے۔ صرف چند ہفتے اس پر عمل کر کے دیکھو اور پھر مجھے نتیجے سے آگاہ کرو۔ ماہر نفسیات کا کہنا ہے کہ پھر اس شخص کے دل میں کبھی بیوی کو طلاق دینے کا خیال پیدا نہیں ہوا۔ اگر آپ کسی کے عمل کو پسند کرتے ہیں تو اس سے کہیں کہ آپ کا یہ کام مجھے بہت پسند ہے۔ اگر آپ کسی کے عمل کو پسند کرتے ہیں تو اس سے کہیں کہ آپ کا یہ کام مجھے بہت پسند ہے۔ اگر آپ کسی کے عمل کو پسند کرتے ہیں تو اس سے کہیں کہ اس کا یہ رویہ انتہائی متاثر کن ہے اور آپ اس کی قدر کرتے ہیں۔ یہ ایک طرح کی حوصلہ افزائی ہوتی ہے جو اچھائیوں پر نہ صرف دوسروں کو قائم رہنے میں مددگار ثابت ہوتی ہے بلکہ انہیں مزید اچھے رویوں اور اچھی عادات اختیار کرنے کی تحریک دیتی ہے۔ دیکھا یہی گیا ہے کہ زیادہ تر لوگ اس بات کے شاکاں کرتے ہیں کہ ان کے دفتر میں فیکٹری میں یا جہاں بھی وہ کام کرتے ہیں ان کے افسران اور ان کے ساتھیوں میں کیا برائیاں ہیں کم لوگ ایسے ہیں جو اچھائیوں کو تلاش کرتے ہیں۔

اس بات سے یہ نہ سمجھ لیا جائے کہ شخص اور ہر جگہ میں صرف اچھائیاں اور خوبیاں ہی ہوتی ہیں اور برائیاں یا عیوب یکسر نہیں ہوتے اور نہ ہمارا یہ مقصد ہے کہ لوگوں اور ماحول میں موجود خامیوں کو یکسر نظر انداز کر دیا جائے اور انہیں دور کرنے کی کوشش ہی نہ کی جائے۔

کہنے کا مقصد صرف اتنا ہے کہ انسان خواہ کیسے بھی ہوں اور کہیں بھی ہوں سب یکساں ہیں۔ اگر آپ ان سے لڑتے ہیں ان کی مخالفت کرتے ہیں اگر آپ ہمیشہ اس تلاش میں رہتے ہیں کہ لوگوں میں کون کون سی خامیاں اور کیا کیا کمزوریاں ہیں تو آپ ہمیشہ دشواریوں کا شکار رہیں گے اور لوگ آپ کو ناپسند کریں گے۔ لیکن اگر آپ خود میں یہ عادت ڈالیں گے کہ لوگوں، جگہوں اور خیالات میں خوبیاں اور اچھائیاں کیا کیا ہیں؟ تو آپ لوگوں کو اپنا دوست بنائیں گے لوگ آپ کو پسند کریں گے اور یہ بھی کہ وہ خود اپنی کمزوریوں کا نہ صرف اعتراف کریں گے بلکہ انہیں دور کرنے کی کوشش بھی کریں گے۔

مسافران آخرت

عقربى کے مخلص ساتھی محمد آصف کا نوزائیدہ بیٹا رضائے الہی سے دنیا سے رخصت ہو گیا ہے۔ اللہ پاک سے دعا ہے اللہ پاک ان کو بہترین نعم البدل عطا فرمائے۔ آمین۔

غموں کو خوشیوں میں بدلنے والا عمل

امجد حسین لاہور
لبی عمر کی اللہ کے ہاں حیثیت

جب اسے خدا کے دین پر 50 سال گزرتے ہیں تو اللہ تعالیٰ اس کے حساب میں تخفیف فرمادیتے ہیں رسول اللہ ﷺ فرماتے ہیں کہ بچہ جب تک بلوغت کو نہ پہنچے اس کی نیکیاں اس کے ماں باپ کے نامہ اعمال میں لکھی جاتی ہیں اور برائی نہ اس پر نہ اس کے والدین پر۔ بلوغت پہنچتے ہی قلم اس پر چلنے لگتا ہے اس کے ساتھ فرشتوں کو اس کی حفاظت کرنے اور درست رکھنے کا حکم مل جاتا ہے۔

☆ جب بندہ اسلام پر 40 سال کی عمر کو پہنچتا ہے تو خدا تعالیٰ اسے تین بلاؤں سے نجات دے دیتا ہے جنوں سے جذام سے اور برص سے.....

☆ جب اسے خدا کے دین پر 50 سال گزرتے ہیں تو اللہ تعالیٰ اس کے حساب میں تخفیف فرمادیتے ہیں۔

☆ جب وہ 60 سال کا ہو جاتا ہے تو اللہ تعالیٰ اپنی رضامندی کے کاموں کی طرف اس کی طبیعت کا پورا میلان فرمادیتے ہیں اور اسے اپنی طرف راغب کردیتے ہیں۔

☆ جب وہ ستر سال کا ہو جاتا ہے تو آسمانی فرشتے اس سے محبت کرنے لگتے ہیں۔

☆ جب وہ 80 سال کا ہو جاتا ہے تو اللہ تعالیٰ اس کی نیکیاں تو لکھتا ہے لیکن برائیوں سے تجاؤ فرمالیتا ہے۔

☆ جب وہ 90 سال کی عمر کو پہنچتا ہے تو اللہ تعالیٰ اس کے اگلے پچھلے گناہ بخش دیتا ہے اس کے گھر والوں کیلئے اسے سفارشی اور شفع بنادیتا ہے وہ خدا کے ہاں ”امین اللہ“ کا خطاب پاتا ہے اور زمین میں خدا کے قیدیوں کی طرح رہتا ہے۔

☆ جب بہت بڑی ناکارہ عمر کو پہنچ جاتا ہے جب کہ علم کے بعد بے علم ہو جاتا ہے تو جو کچھ بھی وہ اپنی صحت اور ہوش کے زمانے میں نیکیاں کیا کرتا تھا سب اس کے نامہ اعمال میں برابر لکھی جاتی ہیں اور اگر کوئی برائی ہوگئی ہو تو وہ نہیں لکھی جاتی۔ (تفسیر ابن کثیر)

صدقے والے عمل سے گھر میں سکون

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ نے ہمیں صدقے والا عمل بتایا میں نے وہ عمل شروع کر لیا میری سوچوں میں بھی نہیں تھا کہ اللہ میری ہر حاجت پوری فرمائیں گے۔ میرے گھر میں ماشاء اللہ کافی سکون ہو گیا ہے ہم دل سے آپ کیلئے دعا گو ہیں۔ اللہ آپ کو جزائے خیر دے۔ (مسز ابرار)

رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا جس شخص کو کوئی غم و حزن یا کسی قسم کی تکلیف پہنچے اور وہ یہ دعا پڑھے تو اس کے غموں کے بادل چھٹ جائیں گے اور مصائب و مشکلات کی جگہ خوشی و مسرت کی لہر دوڑ جائے گی

شریف کا مقصد یہ ہے کہ آپ ﷺ نے فرمایا کہ اے لوگو! جو بھی اچھا کام ہو خواہ اس کاعلق دنیا کے ساتھ ہو یا دین کے ساتھ اس کی ابتدا میں بسم اللہ پڑھا کر ویسے مسجد میں داخل ہوتے وقت بسم اللہ پڑھیں! اگر آپ تاجر ہیں تو تجارت کی ابتداء کے وقت بسم اللہ پڑھیں! اگر آپ دکاندار ہیں تو دکان کھولتے وقت اگر آپ طالب علم ہیں تو کتاب کھولتے وقت اگر آپ ڈرائیور ہیں تو گاڑی چلاتے وقت اگر آپ استاد ہیں تو سبق پڑھاتے وقت بسم اللہ پڑھیں۔ حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ آپ ﷺ نے فرمایا جب بندہ وضو کرتا ہے اگر ابتداء میں بسم اللہ والحمد للہ پڑھتا ہے تو جب تک وضو کیا تھا رہے گا فرشتے اس کے نامہ اعمال میں نیکیاں لکھتے رہیں گے۔

ہزاروں نیکیاں: بسم اللہ کا پڑھنا کارثواب! بسم اللہ کا لکھنا ذریعہ نجات اور بسم اللہ کا وظیفہ باعث برکات ہے! اس کی تلاوت کے اجر و ثواب کا ذکر کرتے ہوئے مشہور صحابی رسول حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا جو شخص بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ کی تلاوت کرتا ہے تو اللہ تعالیٰ بسم اللہ کے ہر حرف کے بدلے میں اس کے نامہ اعمال میں چار ہزار نیکیاں درج فرمادیتا ہے اور اس کے چار ہزار گناہ معاف فرمادیتا ہے اور اس کے چار ہزار درجات بلند فرمادیتا ہے۔

کھانے میں برکت: ایک صحابی نے عرض کیا ”یا رسول اللہ! ہم کھانا کھاتے ہیں لیکن سیر نہیں ہوتے یعنی پیٹ نہیں بھرتا“ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا شاید تم جدا جدا کھاتے ہو صحابی رضی اللہ عنہ نے عرض کیا جی ہاں! فرمایا بسم اللہ کہہ کر اٹھٹھل کر کھایا کرو واللہ تمہارے کھانے میں برکت دیگا۔ (ابوداؤد)

بسم اللہ گھر میں داخل ہوتے وقت: ایک حدیث میں ہے کہ جب کوئی گھر میں داخل ہوتے وقت اور کھانا کھاتے وقت بسم اللہ پڑھتا ہے تو شیطان اپنے ساتھیوں سے کہتا ہے کہ یہاں تمہارے لیے نہ کھانا ہے نہ رات گزارنے کیلئے جگہ! اور اگر آدمی گھر میں داخل ہوتے وقت اور کھانا کھاتے وقت بسم اللہ نہیں پڑھتا تو شیطان اپنے ساتھیوں سے کہتا ہے تمہارے لیے کھانا ہے اور رات گزارنے کا انتظام ہو گیا۔ (مسلم، ابن ماجہ)

(فاطمہ ثار)

غموں کو خوشیوں میں بدلنے والی دعائے نبوی ﷺ

اَللّٰهُمَّ اِنِّیْ عَبْدُكَ وَابْنُ عَبْدِكَ وَابْنُ اَمَّتِكَ نَاصِیْتِیْ بِبَدِّكَ مَاضِیْ حُكْمُكَ عَذْلٌ فِیْ قَضَاءِكَ اَسْأَلُكَ بِكُلِّ اِسْمٍ هُوَ لَكَ سَمِیْتُ بِهِ نَفْسُكَ اَوْ اَنْزَلْتَهُ فِیْ كِتَابِكَ اَوْ عَلَّمْتَهُ اَحَدًا مِّنْ خَلْقِكَ اَوْ اسْتَأْثَرْتُ بِهِ فِیْ عِلْمِ الْغَیْبِ عِنْدَكَ اَنْ تَجْعَلَ الْقُرْآنَ الْعَظِیْمَ رِیْعَ قَلْبِیْ وَ نُورَ صَدْرِیْ وَ جَلَاءَ حُزْنِیْ وَ ذَهَابَ هَمِّیْ۔ (مناجات مقبول)

فائدہ: رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا جس شخص کو کوئی غم و حزن یا کسی قسم کی تکلیف پہنچے اور وہ یہ (اوپر لکھی) دعا پڑھے تو اس کے غموں کے بادل چھٹ جائیں گے اور مصائب و مشکلات کی جگہ خوشی و مسرت کی لہر دوڑ جائے گی۔ صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین نے یہ سن کر عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ ہم وہ دعا سیکھ لیں آپ ﷺ نے فرمایا کہ ہاں اسے ضرور یاد کرلو۔

آپریشن ولادت یا ہر مشکل کے وقت کی دعا

اول و آخر ایک مرتبہ درود شریف

اَللّٰهُمَّ الطُّفُّ بِیْ فِیْ تَبَسُّمٍ كُلِّ عَسِیْرٍ فَاَنْ تَبَسُّمٍ كُلِّ عَسِیْرٍ عَلَیْكَ یَسِیْرُ تین مرتبہ
یَا لَطِیْفُ۔ یَا لَطِیْفُ۔ یَا لَطِیْفُ۔ اَلطُّفُ بِیْ بِلَطْفِكَ الْخَفِیِّ یَا لَطِیْفُ كَفِّیْ عَنْ هَذِهِ الْمُصِیْبَةِ (تین مرتبہ)

حلال رزق و روزگار کیلئے

روزانہ مغرب کی نماز کے بعد ایک مرتبہ سورۃ الواقعہ۔ اگر مالی حالات بہت زیادہ خراب ہیں تو پھر تین مرتبہ ضرور پڑھیں۔

☆ عشاء کی نماز کے بعد یَا وَهَّابُ جَلَّ جَلَالُہ 1100 مرتبہ پڑھیں 41 راتیں۔

☆ عصر کی نماز کے بعد حَسْبُنَا اللّٰہُ وَنِعْمَ الْوَكِیْلُ 500 مرتبہ پڑھیں۔ 41 دن۔

تسمیہ کی عجیب فضیلت

(محمد باعلی سکیم الملتان)

آپ ﷺ نے فرمایا کہ ہر اچھا کام جس کی ابتداء اللہ کے نام کے ساتھ نہ ہو وہ کام دم بریدہ ہے برکت ہوتا ہے۔ اس حدیث

کالے جادو سے ڈسی دکھ بھری کہانیاں

روحانی بیماریوں کا روحانی علاج

کالے جادو سے تڑپنے سے سلسلے کے خط اور شافی علاج

ابو کے حالات

والدین کا اعتماد

کاروبار میں دل نہیں لگتا

بے خوابی

کیا کوئی جادو ہے؟

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

میرے ابو اور تایا کو روٹی اور جگہ تو دے دی مگر پیار و شفقت اور رہنمائی سے محروم رکھا جس کی وجہ سے ابو آوارہ گردی کرنا شروع ہو گئے نہ پڑھ سکے اور نہ کوئی کام سیکھا، بس گاڑی چلائی سیکھ لی۔ پہلے تو جیسے تیسے گزارہ ہوتا رہا لیکن اب ان کے بچے جوان ہو گئے ہیں تو ہاتھ بہت تنگ ہے۔ کوئی حل بتائیں۔ (طیبہ خان، بھون)

مشورہ: آپ ہر نماز کے بعد 13 مرتبہ سورہ قمر پڑھ کر دعا کر لیں۔ اول آخر 3، 3 مرتبہ درود شریف پڑھیں۔ نرمی اور خوش گفتاری، مسائل کو حل کرنے میں ہمیشہ مدد کرتی ہے۔

ہمارے گھر خون گرتا ہے

میرا مسئلہ یہ ہے کہ ہمارے گھر میں تقریباً ڈیڑھ سال سے خون کے قطرے پڑتے ہیں جب ہم صفائی کرتی ہیں تو وہ قطرے ہمیں نظر آتے ہیں۔ ہمیں ایک اللہ والے نے بتایا کہ آپ کے گھر پر بہت سخت کالا جادو ہوا ہے جس وقت سے ہمارے گھر میں قطرے گر رہے ہیں ہمارے گھر کے حالات بہت زیادہ خراب ہو گئے ہیں میرے بھائی اور ابو جو کام پہلے کرتے تھے وہ سب چھوٹ گئے ہیں اور جو نیا کاروبار کرتے ہیں اس میں بھی نقصان ہو رہا ہے ہمیں سمجھ نہیں آتی کہ ہم کیا کریں کیونکہ ہمارے سر پر قرضہ بھی بہت ہے ایک بھائی ملک سے باہر گیا ہے لیکن وہ وہاں پر بھی ناکام ہیں۔ تھوڑے دن پہلے ابو کا ایک سیڈنٹ ہو گیا تھا اللہ نے بہت کرم کیا بس اب کچھ سمجھ نہیں آ رہی رہنمائی فرمائیں کہ اب کیا کیا جائے۔ (عطیہ بٹ، ملتان)

مشورہ: گھر میں نماز کا باقاعدہ اہتمام کیا کریں۔ سورہ بقرہ کی بکثرت تلاوت کیا کریں۔ اللہ فضل و کرم فرمائے گا۔

اولاد کی نعمت

میرا مسئلہ کچھ یوں کہ میری شادی کو تقریباً بیس سال ہو گئے ہیں لیکن اولاد کی نعمت سے محروم ہوں۔ ڈاکٹر سے ہم نے چیک اپ کروایا ہے ان کی رپورٹس کے مطابق ہم دونوں بالکل ٹھیک ہیں اس کے باوجود اولاد نہیں آپ سے گزارش

میری بیٹی شوہر سے جھگڑا کرتی ہے

میری ایک بی بی بیٹی ہے جو اپنے گھر میں ایڈجسٹ نہیں ہو پائی، شوہر سے جھگڑا کرتی ہے۔ اس کیلئے وظائف بھی پڑھے، صدقہ بھی کیا لیکن مشکلات کا کوئی حل نہیں نکلتا؟ (نسرین، کراچی)

جواب: بدعالمیات کے اثرات ہیں جو شادی سے پہلے کے معلوم ہو رہے ہیں۔ اسی وجہ سے آپس میں میاں بیوی میں اختلافات و لڑائی جھگڑے رہتے ہیں۔ حالات میں بہتری کیلئے وظیفہ حاضر خدمت ہے۔ سُبْحَانَ اللّٰہِ وَبِحَمْدِہِ سُبْحَانَ اللّٰہِ الْعَظِیْمِ 232 دفعہ روزانہ بعد نماز عشاء پڑھیں۔ اول و آخر درود شریف ابراہیمی تین تین مرتبہ پڑھیں اور 28 دن تک جاری رکھیں۔ پانی پر دم کر کے پلائیں۔

والدین کا اعتماد

میں نے میٹرک کا امتحان فرسٹ ڈویژن میں پاس کیا تھا اور مجھے سرکار شپ بھی ملا تھا اب میں نے ایف ایس سی سینڈ ایئر کے امتحان دیئے ہوئے ہیں۔ مجھے ڈاکٹر بننے کا بہت شوق ہے لیکن مجھ سے ایک غلطی ہوئی جس کی وجہ سے میری والدہ مجھے آگے نہیں پڑھا رہی ہیں۔ اصل وجہ یہ ہے کہ میری ایک دوست نے میری دوستی ایک لڑکے سے کروادی جس سے میں نے آج تک صرف فون پر بات کی ہے لیکن دیکھا نہیں ہوا اور نہ کبھی ملی ہوں اس بات کا میری والدہ کو علم ہو گیا ہے جس کی وجہ سے انہوں نے میرا کالج جانا بند کر دیا ہے لیکن میں مزید پڑھنا چاہتی ہوں کوئی حل بتائیں۔ (ہیہہ کامران، راولپنڈی)

جواب: والدین کے اعتماد کو دھوکا دینا غلط بات ہے۔ اپنی والدہ سے اس بات کی معافی مانگئے۔ یَا سَلَامُ یَا فَتَا حُ بکثرت پڑھا کریں۔ نماز کی پابندی فرمائیں۔

ابو کے حالات

میرے والد صاحب دو سال کی عمر میں ہی یتیم ہو گئے تھے پھر میری دادی امی نے دوسری شادی کر لی۔ میرے ابو سے بڑے میرے تایا بھی ہیں۔ میرے دوسرے دادا ابو نے

بے خوابی

سوال: میں بے خوابی کی شکایت میں مبتلا ہوں۔ رات کو دیر تک نیند نہیں آتی۔ صبح کے دو تین گھنٹہ کی نیند آتی ہے۔ میری عمر 38 سال ہے۔ اس کے علاوہ کوئی اور تکلیف نہیں ہے۔ نیند کی کمی کی وجہ سے میری صحت اور دفتری کام متاثر ہو رہے ہیں۔ براہ مہربانی کوئی حل بتادیں۔

جواب: آپ روزانہ سر میں سونے سے پہلے روغن کدو کی مالش کیا کریں۔ اس کے علاوہ رات سونے سے پہلے آنکھیں بند کر کے سورہ بقرہ کی ابتدائی آیات الم سے لے کر یومن بالغیب تک پڑھیں۔ چند ایک بار پڑھنے سے ہی نیند آجائیگی۔

کیا کوئی جادو بندش ہے؟

میری بہن کی ابھی تک شادی نہیں ہوئی ہے۔ رشتے آتے ہیں اور واپس چلے جاتے ہیں کیا کوئی جادو بندش یا کوئی رکاوٹ ہے؟ (خالد محمود، راولپنڈی)

جواب: بدعالمیات کے اثرات ہیں اسی وجہ سے شادی میں رکاوٹیں و بندش ہے۔ حالات میں بہتری کیلئے وظیفہ حاضر خدمت ہے۔ یَا وَارِثُ یَا بَاسِطُ یَا عَزِیْزُ یَا لَطِیْفُ 1100 مرتبہ روزانہ بعد نماز عشاء پڑھیں، اول و آخر درود شریف ابراہیمی تین تین مرتبہ پڑھیں اور 41 دن تک جاری رکھیں۔

کاروبار میں دل نہیں لگتا

شوہر کا بہت اچھا کاروبار چلتا تھا۔ اب آئے دن نقصان ہو جاتا ہے۔ کاروبار میں ان کا دل بھی نہیں لگ رہا ہے۔ (ریحانہ کوثر، ٹیکسلا)

جواب: بدعالمیات کرا کے کاروبار آمدنی میں رکاوٹیں کرا دی گئی ہیں، جملن و حسد ہے۔ اسی وجہ سے نقصانات ہو رہے ہیں اور گھریلو اختلافات بڑھ رہے ہیں۔ حالات میں بہتری کیلئے وظیفہ حاضر خدمت ہے۔ یَا اللّٰہُ یَا رَزَّاقُ یَا جَامِعُ 114 مرتبہ روزانہ بعد نماز عشاء پڑھیں۔ اول و آخر درود شریف ابراہیمی تین تین مرتبہ پڑھیں اور 41 دن تک جاری رکھیں۔

ہے کہ کوئی وظیفہ بتائیں۔ (احمد علی کوئٹہ)

مشورہ: يَا كَرِيْمُ يَا سَلَامُ يَا وَارِثُ يَا بَاقِيَا 313 مرتبہ بعد نماز عشاء پڑھ کر دعا کر لیا کریں۔ نماز کی پابندی فرمائیں۔ اللہ تعالیٰ فضل و کرم فرمائے گا۔

بال بہت گر رہے ہیں

میری عمر 20 سال ہے۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے بال بہت زیادہ گر رہے ہیں ان میں خشکی بھی بہت ہے اور تیزی سے سفید ہو رہے ہیں۔ بہت علاج کروائے ہیں ہر طرح کا تیل استعمال کیا ہے لیکن بال گرنا بند نہیں ہو رہے اب تو آدھے بال رہ گئے ہیں اور وہ بھی تیزی سے سفید ہو رہے ہیں پچھلے تین سال سے یہ مسئلہ ہے۔ مجھے کچھ بتائیں کہ میرے بال گرنا بند ہو جائیں۔ آپ يَامُصَوِّرُ يَا رَحْمٰتُمن پڑھیں۔ نماز کی پابندی فرمائیں۔

استحان میں فیل

میں ہم جماعت فیل ہو گیا ہوں اب دوبارہ پیپر دینا چاہتا ہوں اس کیلئے آپ سے رابطہ کیا ہے میری خواہش ہے کہ میں زیادہ سبق یاد کروں اور اچھے نمبروں سے پاس ہو جاؤں اس کیلئے مجھے کوئی حل بتائیں۔ (محمد شبیر شیخ پورہ)

مشورہ: ہر نماز کے بعد 13 مرتبہ سورۃ الم شرح پڑھ کر دعا کیا کریں۔ اللہ تعالیٰ آپ کو علمی کامیابی نصیب فرمائے۔

بچوں کے ساتھ شوہر کا سخت رویہ

محترم حکیم صاحب! میری شادی کو سات سال ہو چکے ہیں۔ ایک بیٹی اور ایک بیٹا ہے۔ بیٹی چھ سال اور بیٹا چار سال کا ہے۔ میرے شوہر کا رویہ بچوں کے ساتھ نہایت سخت ہے۔ ذرا ذرا سی بات پر انہیں غصہ آ جاتا ہے اور معصوم بچے ان کے غصے سے سہم جاتے ہیں۔ میں انہیں سمجھانے کی کوشش کرتی ہوں تو وہ کہتے ہیں کہ تمہارے لاڈ و پیار سے بچے بگڑ جائیں گے۔ (ج۔ و۔ اسلام آباد)

مشورہ: رات سونے سے پہلے اکتالیس مرتبہ سورۃ بقرہ 2 کی آیت نمبر 115 اول آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر شوہر کا تصور کر کے دم کر دیں اور ان کے مزاج میں مثبت تبدیلی اور رویے میں بہتری کیلئے دعا کریں۔ تین ماہ تک یہ عمل جاری رکھیں۔ ناغے کے دن شاکر کے بعد میں پورے کریں۔

پڑھائی سے بیزاری

میں بی اے میں پڑھتا ہوں کچھ عرصے سے میرا رجحان پڑھائی کی طرف سے ہٹ گیا ہے۔ پڑھنے بیٹھتا ہوں تو

تھوڑی دیر بعد پڑھائی سے دل اچاٹ ہو جاتا ہے۔ مطالعے کے دوران بھی میرا ذہن دوسرے کاموں کی طرف مشغول رہتا ہے۔ یادداشت بھی بہت کمزور ہو گئی ہے۔ میں پڑھائی میں اس بے دلی و بیزاری سے بہت پریشان ہوں۔ (ارسلان حیدر لاہور)

مشورہ: آپ صبح و شام اکیس اکیس مرتبہ اَللّٰهُمَّ افْتَحْ عَلَيْنَا جَنَّاتَكَ وَانْشُرْ عَلَيْنَا رَحْمَتَكَ يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْاِكْرَامِ تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر ایک چھپے شہد پر دم کر کے پینیں اور اپنے اوپر بھی دم کر لیں۔ پڑھائی میں یکسوئی اور دل لگانے کیلئے ہر فرض نماز کے بعد اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں خشوع و خضوع سے دعا کریں۔ یہ عمل ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

شادی..... بندش یا جادو

میری دو بیٹیاں ہیں۔ ایک بیٹی کی شادی تیس سال کی عمر میں ہوئی جبکہ دوسری بیٹی کی عمر اس وقت 35 سال ہو چکی ہے۔ اس کے رشتے پچیس سال کے بعد نا شروع ہوئے لیکن کہیں بھی بات طے نہیں ہو سکی۔ میری بیٹی نے گریجوایش کیا ہوا ہے گھر کے دوسروں کا مومن کے علاوہ سلائی کڑھائی وغیرہ بھی کر لیتی ہے کوئی کہتا ہے کہ بندش ہے اور کوئی جادو بتاتا ہے۔ (جیلہ خانوال)

جواب: عشاء کی نماز کے بعد 10 مرتبہ سورۃ احزاب 33 کی آیات نمبر 71-70 گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے مقصد کے حصول کیلئے دعا کریں۔ یہ عمل چالیس روز تک جاری رکھیں۔ ہر جمعرات کے دن حسب استطاعت صدقہ خیرات کر دیں۔ بیٹی سے کہیں کہ وہ وضو بے وضو کثرت سے یا وَهَابُ کا درود کرتی رہا کرے۔

وضو سے علاج

میں گزشتہ دو سال سے شدید احساس کمتری میں مبتلا ہوں۔ ہمیشہ اپنی کمزوریوں کے متعلق خیالات آتے رہتے ہیں۔ میری جاب پبلک ڈیلنگ کی ہے جس کی وجہ سے میرا لوگوں کے ساتھ ملنا، اٹھنا بیٹھنا اور قریبی رابطہ زیادہ رہتا ہے۔ ایسے میں اپنے متعلق اس طرح کے خیالات نے میری شخصیت پر بہت منفی اثرات ڈالے ہیں۔ سیدھے سادے کاموں کے متعلق بھی میں کفیوژ ہو جاتا ہوں۔ کام کرنے سے پہلے یہ خیال غالب رہتا ہے کہ یہ مجھ سے نہیں ہو سکتا گا۔

جواب: ہر نماز کے بعد 101 مرتبہ اسم الہی ”یا اللہ“ اول آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دعا کریں۔

یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔ احساس کمتری سے نجات کیلئے ہر وقت با وضو رہنا بھی ایک مفید عمل ہے۔ آپ زیادہ وقت با وضو رہیں۔ تاہم وضو قائم رکھنے کیلئے طبیعت پر جبر نہ کریں۔ اگر وضو ٹوٹ جائے تو دوبارہ کر لیں۔

دعائیں اور خیر و برکت

میں اپنے والدین کا اکڑنا بیٹا ہوں میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں ایک کمپنی میں چھ سال سے ڈپٹی مینجر پر کام کر رہا ہوں۔ میرے بعد آنے والے ریگور ہو گئے ہیں لیکن میں ابھی تک ڈپٹی مینجر پر ہی ہوں۔ برائے کرم درس میں میرے لیے دعا کروادیں کہ اس ادارہ میں میری ملازمت مستقل ہو جائے تاکہ الاؤنس اور سالانہ بونس کے علاوہ میڈیکل کی سہولت بھی مجھے مل سکے۔ معاشی پریشانی کی وجہ سے کئی طرح کے مسائل کا سامنا ہے۔ مجھے کوئی وظیفہ بھی عنایت کریں۔

مشورہ: معاشی خوش حالی گھر میں خیر و برکت اور آپس میں محبت و حسن سلوک کیلئے بطور وظیفہ رات سو تے وقت گیارہ مرتبہ يَسَارُ ذَا قُ گیارہ مرتبہ يَسَارُ حَنِيمُ گیارہ مرتبہ يَسَارُ حَمْنُ اور گیارہ مرتبہ سورۃ عمران کی آیت نمبر 37 اِنَّ اللّٰهَ يَرْزُقُ مَنْ يَّشَاءُ بِغَيْرِ حِسَابٍ 0 پڑھ کر گھر کے چاروں کونوں میں پھونک مار دیا کریں۔ عمل کی مدت نوے روز ہے۔ ہر وقت کثرت سے اسمائے الہیہ یَسَاحُیْ یَاقُیُومُ کا ورد کیا کریں۔ ہر جمعرات کو کم از کم 50 روپے خیرات کر دیا کریں۔ گھر میں بزرگوں کو سلام کریں اور ان کی خدمت کریں۔ بزرگوں کی دعائیں رزق میں برکت و اضافہ اور گھریلو خوش حالی کا سبب ہیں۔ درس میں انشاء اللہ آپ کیلئے دعا کر دی جائے گی۔

جنت میں پہنچانے والا عمل

طبرانی شریف کی روایت ہے کہ ایک صحابی رضی اللہ عنہ نے اللہ کے محبوب ﷺ کی خدمت میں حاضر ہو کر عرض کیا اے اللہ کے نبی ﷺ مجھے کوئی ایسا عمل بتا دیجئے جس کے کرنے سے مجھے جنت مل جائے نبی علیہ الصلوٰۃ والسلام نے فرمایا: غصہ نہ کیا کر! اللہ رب العزت اس عمل کی وجہ سے تجھے جنت عطا فرمادیں گے۔ حدیث میں آتا ہے جو جنت میں اپنے محل اور اونچے درجات چاہتا ہے اس کو چاہیے کہ جو توڑے اس سے وہ جوڑے جو خرم کرے اسے وہ عطا کرے جو ظلم کرے اس کو معاف کر دے۔ یعنی ان تین کاموں کے کرنے والے بندوں کو اونچے محل اور اونچے درجات نصیب ہو گئے۔ (ضیاء حسین جھنگ صدر)

ایک 13 سالہ بچہ درخت سے گرا ٹانگ پر زخم آ گیا، انہی کے گھر اس وقت ایک مڈائف موجود تھیں، بچے کو دیکھا چوٹ بھی لگی اور شدید زخم بھی تھا، مڈائف نے مشورہ دیا آپ بچہ کو ڈاکٹر کے پاس نہ لے جائیں میں نسخہ دیتی ہوں وہ کریں نسخہ کیا تھا وہ لا جواب علاج تھا۔ بچے کے والد نے کہا کہ آپ ایک تولہ کا فور ایک تولہ سفید پھلکڑی، دو تولے ہلدی، ان اشیاء کو پیس لیں۔ اب یہ تمام پاؤڈر بن جایگا۔ اس کو زخم پر چھڑک دیں بلکہ نمک دانی میں ڈالیں اور زخم اور چوٹ کی جگہ پر اتنا چھڑکیں کہ ایک تہہ بن جائے۔ پھر سفید ممل کا کپڑا نیا نیا پٹی بنا کے لپیٹ دیں۔ ایک گھنٹے بعد دوا بالکل غائب ہو گیا۔ ایک ہفتے بعد زخم کا نشان تک نہ تھا۔ روزانہ دو پٹی اتاریں اور نئی لگائیں۔ روزانہ ایک گلاس دودھ میں ایک تولہ ہلدی، ایک دیسی انڈا پینٹ کر لائیں، ایک چمچ گائے کا گھی ڈالیں۔

السلام علیکم ورحمہ اللہ وبرکاتہ! میری بہت مشکل سے بہت سالوں بعد لکچرار کی نوکری ہوئی، لیکن شہر سے باہر میں لاہور میں رہتی ہوں لیکن میری نوکری اوکاڑہ کے ایک دیہات بصیر پور میں ہوگئی۔

وہاں ہوٹل تو تھا لیکن گھر میں اکیلے بھائی کا کہنا تھا کہ روز آنا جانا ہے اور اکیلے نہیں والدہ کو ساتھ لیکر جانا ہے۔ میں روز صبح چار بجے والدہ کے ساتھ بس میں بیٹھتی اور شام پانچ بجے یا اس سے بھی زیادہ ٹائم تک واپس آتی۔ شدید سردی دھند کے دن بھی ایسے گزارے والدہ کا جوڑوں کا مرض ابھرنے لگا۔ روز صبح بس میں روتی جاتی اور دوامول خزانے پڑھتی جاتی۔ پھر میں نے 313 دوامول خزانے بانٹنے کا ارادہ کیا اور منت مانی کہ میری پوسٹنگ لاہور میں ہو جائے تو میں 313امول خزانے تقسیم کروں گی۔

3 ماہ میں بہت مشقت کی، دعا کی، دو انمول خزانے کو جاری رکھا تو اللہ تعالیٰ نے مدد فرماتے ہوئے میری تبدیلی لاہور کو روانہ۔ شکر ہے اس ذات پاک کا اور دو انمول خزانے کی برکت کا.....! (نورِ قادراً لاہور)

خسرہ کیلئے مجرب نسخہ
 حکیم سعید احمد بہاولپور

ہوا شانی: خوب کلاں 10 گرام، مقہ 5 دانے، گاؤ زبان 5 گرام، لوگ 4 دانے، الاچی خورد 3 دانے، انجیر آدھا دانہ۔ ان چیزوں کو کس کر کے دس پڑیاں بنالیں، روزانہ ایک پڑی کو ابال کر پانی کو چھان لیں دو گچھے دن میں 5-6 دفعہ دیں، دو تین دن میں بخار اتر جائیگا، خسرہ کے دانے بھی ختم ہو جائیں گے۔

ٹھنڈ، الرجی، نزلہ، کھانسی، سردی، سردی سے یقینی نجات

سردرد سے ہمیشہ کیلئے نجات پائیں

سر میں لکتنا شدید درد ہو، خواہ آدھے سر کا ہو، سردی یا گرمی میں ہو۔ ہلدی ایک تولہ، پھلکڑی ایک تولہ، دارچینی ایک تولہ، دیسی انڈے کی زردی ایک عدد، کوری مٹی کی کوٹھی لے لیں۔ اس میں تمام اشیاء کو ڈال کر خوب گرئیں، بہت باریک ہو جائے تو سفید ممل کے کپڑے پر پسی ہوئی اشیاء کو انگلی سے پھیلائیں اس ممل کی پٹی کو جس پر دو پھیلائی ہے جس فرد کو درد ہے اس کی پیشانی پر کان کی لوح تک لگا دیں۔ یہ دو تین دن اسی وقت سے استعمال کرنی ہے۔

وہ پٹی اتار کر اسی مقررہ وقت پر لگائے، نئی دوا، نئی پٹی..... خیال رکھئے بازو ہوں، پٹی لگاتے وقت درد شفاء بڑھتی رہیں۔ تین دن عمل کریں زندگی میں دوسری بار درد نہیں ہوگا۔

ہمیشہ کیلئے دے سے نجات پائیں

دیس مرغی جس کی عمر 1 سال ہو دو یا تین سال ہو جائے تو بہتر ہے مرغی ہونا لازمی ہے۔ ذبح کر کے اس کو صاف کر لیں۔ اب آدھا کلو گائے کا گھی میں اس مرغی کو ڈالیں۔ پتیلہ چولہے پر رکھیں، دھکن کو آٹا گوندہ کر اس کا منہ بند کر دیں۔ بھاپ باہر نہ نکلے، جیسی آجی پر دو گھنٹے پکائیں۔ دو گھنٹے بعد پتیلا آگ سے اتاریں۔ ایک گھنٹہ بعد اس کا دھکن کھول لیں۔

مرغی کا گوشت بچوں کو کھلا دیں، گھی کو نکال لیں اب ایک پاؤمین ایک پاؤ گندم کا آٹا ایک پاؤ چاسکو کا آٹا لے لیں (چاسکو پیس کر آٹا بنا ہوگا) جو گھی مرغی سے نکالا تھا۔ بھونٹتے وقت یہ خیال رکھیں کہ چکنائی اس قدر کم ہو کہ ہاتھ میں آٹا لیں تو ہتھیلی پر چکنائی محسوس نہ ہو۔ حسب ذائقہ شکر کی چاشنی بنائیں اور اس میں جو میٹوں آٹے ہیں ڈال دیں۔ اب ایک چھٹانک چاروں مغز ایک جھٹانک بادام ایک پاؤ خشخاش شامل کریں۔ تیار شدہ دوا صبح نہار منہ 4 چمچ چائے سے کھالیں۔ ویسے بھی کھا سکتے ہیں۔

ناشتہ 3 گھنٹے بعد کریں۔

یہ نسخہ ایک بار کافی ہے۔ دو سے چار مرتبہ استعمال کر سکتے ہیں۔ دمہ کا بہترین لا جواب علاج ہے بہت لوگوں نے اس کو استعمال کیا ہے اطمینان اور یقین سے استعمال کریں۔

سردی کی آمد کے ساتھ ہی تین خوفناک مرض ہر گھر میں داخل ہوتے ہیں ان امراض سے نجات اللہ نے اپنے نبیوہ جات میں رکھ دی ہے جو افراد اس نسخے کو استعمال کریں گے، وہ کبھی ان بیماریوں کا شکار نہیں ہوں گے۔ بچے جوان اور معمر افراد کیلئے یکساں مفید ہے۔ قارئین سے گزارش ہے عبقری کے نسخہ جات کو بہت مستقل مزاجی، دھیان سے یقین و اعتماد کے ساتھ استعمال کریں اب تک راقمہ نے جو عبقری کے نسخہ جات پہ عمل کیا پھر ان پر ریسرچ کی تو لا علاج امراض کا نسخہ ملا۔ انشاء اللہ عبقری کو وہ تختے جلد لوٹا دیں گے۔

یہ نسخہ جنوری میں ہفتے میں ایک بار فروری میں تین مرتبہ اس ترتیب سے استعمال کریں۔ ان خوفناک مرض سے یوں نجات پائیں گے جیسے کو اچھڑدیکھ کر بھاگتا ہے۔

چھوہارے ایک پاؤ، بادام شیریں آدھا پاؤ، کھجور ایک پاؤ،
خشک خوبانی ایک پاؤ، پستہ ایک چھٹانک، سونف ایک
چھٹانک، اخروٹ مغز آدھا پاؤ، خشک ناش ایک چھٹانک، ناریل
آدھا پاؤ، مصری حسب ضرورت..... چینی نڈا لیں۔

خالص دودھ تین کلو تمام اشیاء دھو کر کاٹ کر دودھ میں ڈال کر پتیل میں چولہے پر پکنے کیلئے رکھ دیں۔ انتہائی دھبی آج پر پکنے دیں۔ دو کلو دودھ رہ جائے گا، دودھ کا رنگ چائے جیسا ہوگا۔ دودھ ٹھنڈا کریں پھر پھان لیں۔ تمام اشیاء نکال دیں۔ جتنے افراد ہیں ان کو مصری ڈال کر دیتے۔ کھانا وغیرہ عصر کے وقت کھالیں۔ ہر فرد کو ایک کپ دودھ دیجئے۔ یہ ہے وہ لا جواب سیرپ، بہترین غذا..... اور ڈاکٹر کے پاس جائے بغیر دوا..... راقمہ یہ سیرپ بچپن سے استعمال کرتی آئی ہے۔ والدین استعمال کرواتے تھے اب میں اپنے بچوں کو یہی سیرپ پکا کر دیتی ہوں۔ میرا بیٹا اسلام آباد میں زیر تعلیم ہے دو ہفتہ کی تعطیل میں آتا ہے یہ سیرپ اس کو کثرت سے پلاتی ہوں۔ یہ سیرپ اتنا مقوی ہے کہ بیٹا اسلام آباد میں ٹھیک رہتا ہے۔ ایک مرتبہ راقمہ علیل تھی، ایک مرتبہ یہ سیرپ نہ دے سکی اسی سال میرا بیٹا سر دیوں میں بہت بیمار، نزلہ کھانسی سے پریشان رہا۔ ڈاکٹر سے علاج کروایا لیکن افاقہ نہیں ہوا۔ عبقری نسخہ جات کو تلاش کر کے قارئین کو تھما دیتا ہے عبقری کا ہے حدِ محنت طلب کام ہے، قارئین قدر کر س۔

عقبري آپ کے شہر میں

کراچی: رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ - پشاور: طلسم نیوز تازینا شرف روڈ، 091-2573666۔ **راولپنڈی:** کمانڈ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 051-5505194۔ **لاہور:** شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 042-7236688۔ **سیالکوٹ:** ملک اینڈ سنز ریلوے روڈ، 0524-598189۔ **امیٹ آباد:** طبیب بک سنٹر 0344-9381998۔ **ملتان:** ادارہ اشاعت الخیر ملتان، 0322-6748121۔ **رحیم یار خان:** امانت علی اینڈ سنز، 068-5872626۔ **خانپور:** طاہر شیشتری مارٹ۔ **علی پور:** ملک نیوز ایجنسی، 0684-7684684۔ **ڈیرہ غازی خان:** عمران نیوز ایجنسی، 064-2017622۔ **جھنگ:** حافظ طلحہ اسلم، قرآن محل سہیلانٹ ٹاؤن 0314-3401441۔ **حاصل پور:** اسلام الدین غنی لاری اڈا حاصل پور 0622-442439۔ **درگاہ پاکپتن:** مہر آباد نیوز ایجنسی ساہیوال روڈ پاکپتن 0333-6954044۔ **کھڑکھوٹ:** محمد اقبال صاحب، حدیقہ اسلامی کینٹ ہاؤس۔ **مظفر گڑھ:** مولانا محمد یوسف الحلیب نیوز ایجنسی، 0333-6031077۔ **گجرات:** خالد بک سنٹر مسلم بازار، 0333-8421027۔ **چشتیان:** حافظ اظہر علی، مین بازار چشتیان 0300-6989035۔ **شوگر کوٹ کینٹ:** حبیب اللہ عظیم کلینک اسلامپور والے، 0302-7296211۔ **بہاولپور:** ابو محادیہ، قاسمی نیوز ایجنسی 0333-6367755۔ **بورپالہ:** سید شج احمد شہید تحصیل والی گلی 0300-7591190۔ **وہاڑی:** فاروق نیوز ایجنسی ٹھیکلی کلاونی، 0301-6661714۔ **بھیرہ شریف:** شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ، 0301-6799177۔ **ٹوبہ ٹیک سنگھ:** حاجی محمد سلیمان جگ نیوز ایجنسی 0462-511845۔ **وزیر آباد:** شاہد نیوز ایجنسی، 0345-6892591۔ **ڈسکہ:** نیاب نیوز ایجنسی، 0300-6430315۔ **حیدر آباد:** الحلیب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-3037026۔ **سکھر:** الفتح نیوز ایجنسی مہران مرکز، 071-5613548۔ **کوئٹہ:** خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-7812805۔ **حضر:** غلام نعیم پشاور سنٹر حضور ضلع اک، 0301-5514113۔ **انک شہر:** فخر اقبال کلینک مقصود احمد شہید 0321-5247893۔ **میلکی:** امتیاز احمد صاحب نیو شوکت کاتھ ہاؤس، 0321-7982550۔ **خان پور:** چوہدری فقیر محمد صاحب، انیس بک ڈپو، 068-5572654۔ **واہ کینٹ:** حبیب الابریری اینڈ شیشتری میڈیا چوک، 0514-543384۔ **فیصل آباد:** ملک کاشف صاحب، نیوز ایجنٹ اخبار مارکیٹ، 0300-6698022۔ **بہاولنگر:** المدینہ بکڈ پوٹیشنل بازار بہاولنگر 0333-6320766۔ **صادق آباد:** عاصم منیر صاحب، چوہدری نیوز ایجنسی، 068-5705624۔ **قلعہ دیدار سنگھ:** عطاء الرحمن ملک میڈیکل سٹور، سول ہسپتال قلعہ دیدار سنگھ، 0300-7451933۔ **بھکر:** ممتاز احمد، نیوز ایجنٹ چشتی چوک، 0300-7781693۔ **کوٹ ادو:** عبدالملک صاحب، اسلامی نیوز ایجنسی، 0333-6008515۔ **کنڈیاریو:** ماشاء اللہ ٹریڈنگ کارپوریشن 0333-3436222۔ **منڈی بہاؤ الدین:** آصف میگزین اینڈ فریم سنٹر 0345-5861514۔ **احمد پور شریف:** بخاری نیوز ایجنسی، 0302-7768638۔ **نارووال:** محمد اشفاق صاحب، 0333-9748847۔ **نارووال:** محمد اشفاق صاحب، 0302-7768638۔ **ہاؤس نیوز ایجنسی:** ضیاء شہید چوک ظفر وال۔ **جہانیاں:** حاضری ☆☆☆☆ فی نزد خانہ، 0300-6422516۔ **گوجرانوالہ:** رحمن نیوز ایجنسی، 0333-7646085۔ **سرگودھا:** احمد حسن، مدنی کینٹ اینڈ جنرل سٹور مدنی مسجد 0301-6762480۔ **چکوال:** عمران فاروق، 0333-5778810۔ **سرگودھا:** چکوال، 0301-6762480۔ **لیاقت پور:** بدر نیوز ایجنسی مین بازار 0345-8709947۔ **گوجرانوالہ:** الفلاح اسلامک نیوز ایجنسی 0332-5878032۔ **تونسہ شریف:** اسلامی کتب خانہ کالج روڈ 0345-2508728۔ **حضر:** ہلال خوشبوئل میڈیکل چوک 0314-2192166۔ **امیٹ آباد:** آصف غنیل فریدی طبیب بک سنٹر۔ **میانوالی:** نور شہب مکمر 0333-9836818۔ **کوہاٹ:** عزیز نیوز ایجنسی 0922-511760۔ **مری:** حمید برادرز مال روڈ 051-3411116۔ **رائے وٹہ:** محمد سلیم پاکستان نیوز ایجنسی 35390737۔ **ساہیوال:** مختار احمد زمیندار نیوز ایجنسی۔ **مانسہرہ:** تنولی نیوز ایجنسی کشمیر روڈ۔ 03449580095۔ **سلوانی:** الوباب کتب خانہ 0300-5665317۔

گردوں کے علاج کا خواب میں ملا عمل

میں نے اپنی بیوی سے پوچھا مجھے صحیح بات بتاؤ۔ اُس نے جواب دیا: ”کچھ نہیں“۔ میں نے کہا مجھے صحیح بات بتاؤ، میرے اصرار پر میری بیوی نے بتایا کہ ڈاکٹر نے کہا ہے اس کے گردے ختم ہو گئے ہیں اس کی خدمت کرو **قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی جی نہیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر کلیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)**

نارنگ میں ایک دیندار ہمدرد ڈاکٹر تھا اُس نے میری بیوی کے کان میں ایک بات بتائی وہ رونا شروع ہو گئی۔ میں نے اپنی بیوی سے پوچھا مجھے صحیح بات بتاؤ۔ اُس نے جواب دیا: ”کچھ نہیں“۔ میں نے کہا مجھے صحیح بات بتاؤ، میرے اصرار پر میری بیوی نے بتایا کہ ڈاکٹر نے کہا ہے اس کے گردے ختم ہو گئے ہیں اس کی خدمت کرو چونکہ وہاں کاروبار چھوڑ کر آیا تھا میں نے کہا غریب آدمی ہوں نقصان ہو گیا ہے پھر میں دوبارہ سعودیہ چلا گیا۔

جب میں دوبارہ سعودیہ میں گیا تو اُس ڈاکٹر کے بھائی نے ڈاکٹر کو بتادیا کہ وہ دوبارہ آ گیا ہے۔ ڈاکٹر مجھے ملنے گھر آ گیا۔ ڈاکٹر نے اصرار کیا کہ تم نے مرنا ہے لہذا گھر جا کر مرؤ اپنی میت کو خراب مت کرو۔ 16 دن بعد میں واپس آ گیا۔ جہاز میں ایئر ہوسٹس اعلان کر رہی تھی کہ ہم 32 ہزار فٹ کی بلندی پر ہیں۔ اے سی بہت زیادہ ٹھنڈک کر رہا تھا۔ میں نے بٹن دبایا کرسی دراز ہو گئی اور میں سکون سے اپنے اوپر چادر لیکر لیٹ گیا۔ میں ابھی لیٹا ہی تھا کہ مجھے نیند آ گئی اور میں سو گیا۔ مجھے خواب آیا۔ خواب میں آواز آئی کہ تمہارا اللہ اور اُس کے نبی ﷺ پر ایمان نہیں؟ اللہ تعالیٰ نے شہد میں علاج رکھا ہے 80 موزی بیماریوں کا اور حدیث ہے کہ کلونجی میں سوائے موت کے ہر مرض کا علاج ہے اور جا کر شہد اور کلونجی (اس طریقے) پر ملا کر استعمال کرو۔ جب میں ایئر پورٹ سے باہر آیا تو لوگوں نے پوچھا کیا لائے ہو؟ میں نے کہا کچھ نہیں۔ بس میرا علاج کرو۔ ایئر پورٹ پر ہی ایک بندے سے میں نے کہا مجھے شہد لا دو ایک کو کھا مجھے کلونجی لا دو۔ ایک آدمی نے کہا کہ خالص شہد نہیں مل رہا۔ میرا ایک دوست سرگودھا میں تھا میں دوسرے دن اُس کے پاس چلا گیا۔ اُس نے مجھے پوچھا کیوں آئے؟ میں نے کہا شہد نہیں مل رہا؟ میں بہت پریشان ہوں۔ اس نے کہا پریشان ہونے کی ضرورت نہیں۔ اس نے اپنے آدمیوں سے کہا شہد ڈھونڈ کر لاؤ۔ شام کو اس کے آدمی شہد ڈھونڈ لائے اور میں وہاں سے چھ کلونجی لے کر واپس آیا۔ شہد لا کر گھر میں میں نے وہ نسخہ اسی طرح بنایا جس طرح مجھے خواب میں بتایا گیا تھا۔ کلونجی دو کلو لی اسے صاف کر کے اس میں پانی ڈال کر اس کو دھو لیا اس میں سے مٹی نکل گئی پھر اس میں پانی صاف بھر دیا۔ (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

اللہ دتہ نامی بزرگ نے اپنی آپ بیتی عقبري کے دفتر میں انٹرویو دیتے ہوئے سنائی، ان کو گردوں کے لا علاج امراض سے کیسے نجات ملی یہ انہی کی زبانی سنتے ہیں:-

میرے گردے پہلے خراب ہو گئے تھے ہلکی ہلکی درد ہوتی رہتی تھی بعد میں آہستہ آہستہ زخم ہو گئے گردے میں جب زخم ہوئے تو میں جدے میں ڈرانیور تھا۔ اس دوران میں ایک مجنون بناتا تھا اس مجنون کا فائدہ یہ تھا کہ جب بھی کھاتا تھا میرا پیٹ صاف ہو جاتا تھا۔ اس کا نسخہ حسب ذیل ہے:-

سکمونیاں ایک تولہ۔ بادام کی گریاں ایک پاؤ۔ گلقد ایک پاؤ۔ سکمونیاں اور بادام کی گریاں پین کریک جان کر لیں۔ بعد میں بادام کی گریوں کا پاؤڑ بنانا ہے۔ اس مجنون کا مجھے بہت فائدہ ہوا جب میں کھاتا تھا تو میرے پورے معدے کی صفائی ہو جاتی تھی۔ آہستہ آہستہ لوگوں کو سعودیہ میں پتہ چلنا شروع ہو گیا۔ میں نے نیوٹھ گھر میں بنانا شروع کر دیا اور اس کے ایک پاؤ کی قیمت 35 ریال رکھ دی۔ جس سے میری روزی چل پڑی۔ دو تین شیشی لوگ لے جاتے تھے جس سے مجھے اچھی خاصی آمدن ہو جاتی تھی۔ جس سے میں کھانا کھاتا، مکان کا کرایہ بھی دیتا تھا اور اس کے علاوہ بھی میرے بچے جاتے تھے۔ جب میرے گردے زیادہ خراب ہو گئے تو درو بھی زیادہ ہونے لگی۔ پھر پیشاب میں پس آنا شروع ہو گئی۔ میں بڑا تنگ رہا۔ ڈاکٹروں سے مشورہ کیا۔ جدہ کے بڑے ڈاکٹر سے مشورہ کیا جو امریکہ سے پڑھ کر آیا تھا۔ وہ میرا ہمسایہ تھا جس سے میری اچھی خاصی سلام دعا تھی۔ اسکی ایک گورنمنٹ ہسپتال میں ڈیوٹی تھی۔ میں گورنمنٹ ہسپتال گیا اس نے ٹیسٹ لیے اور کہا کہ آپ کے گردے ختم ہو گئے ہیں۔ آپ کے ایک گردے میں دس زخم ہیں اور دوسرے گردے میں آٹھ زخم ہیں۔ آپ اس طرح کریں آپ چپ کر کے گھر واپس پاکستان چلے جائیں۔ آپ کا علاج نہیں ہو سکتا۔ میں سترہ سال سعودی عرب رہا تھا۔ پھر میں پاکستان واپس آ گیا۔ میرا کاروبار ختم ہو گیا۔ سعودیہ میں میرا پٹرول پمپ تھا جو میں نے ڈرائیوری سے پیسے کم کر ٹھیکے پر لیا تھا کہ سعودیہ کے شہر جیزان میں واقع تھا۔

میں نے پاکستان میں آ کر لاہور، مرید کے اور نارنگ منڈی میں چیک کر دیا سب نے مجھے جواب دے دیا۔



نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

آپ کے ارادے کمزور ہیں اس لیے اب تک اتنا مالی نقصان ہونے کے باوجود ملنا نہیں چھوڑا۔ اس قسم کے تعلقات ہمیشہ نقصان کا سبب بنتے ہیں آپ ایک مرتبہ مستحکم ارادہ کریں اور اپنے ارادے پر قائم بھی رہیں۔ اہل خانہ کی پسند پر شادی کر لیں اس کے بعد ان خاتون کی طرف سے مکمل طور پر توجہ ہٹ جائے گی۔

بہت دکھ ہوتا ہے

میری بڑی بیٹی یونیورسٹی کی طالبہ ہے۔ چھوٹی کالج میں پڑھتی ہے جب یہ 5 سال کی تھی تو اسے دماغ کے دورے پڑنے لگے تھے لیکن علاج کے بعد ٹھیک ہو گئی اب اس کے مزاج میں حساسیت زیادہ ہے۔ میں اس کا بہت خیال رکھتی ہوں لیکن اس کے باوجود بڑی ناراض ہوتی ہے کہ آپ تو مجھ سے محبت ہی نہیں کرتیں۔ اس پر مجھے بہت دکھ ہوتا ہے۔ (نسرین جاوید، کراچی)

مشورہ: عام طور پر مائیں ان بچوں کو زیادہ توجہ دیتی ہیں جو کسی نہ کسی لحاظ سے کمزور ہوں۔ آپ کے ساتھ بھی ایسا ہی ہے۔ بچوں میں انصاف کرنا ضروری ہے ورنہ محرومیاں جنم لیتی ہیں۔ آپ بڑی بیٹی کا بھی خیال رکھیں۔ اس سے دوستی اور ہمدردی سے پیش آئیں۔ اگر چھوٹی بیٹی کو بیماری کی وجہ سے زیادہ توجہ دینا چاہتی ہیں تو دیں لیکن اس طرح کہ دوسرے بچوں کو محسوس نہ ہو۔

نہ ہنسی آتی ہے نہ رونے

مجھے نہ ہنسی آتا ہے نہ رونا، بس غصہ آتا رہتا ہے۔ گھر میں تقریباً سب ہی لا پرواہ قسم کے ہیں۔ ایک میں ہی ملازمت کرتی ہوں اور وہ بھی رات نو بجے سے صبح نو بجے تک یعنی 12 گھنٹے ہسپتال میں ڈیوٹی دیتی ہوں زیادہ وقت جاگتے ہی گزرتا ہے۔ میں نرس ہوں جب صبح گھر آتی ہوں تو سکون نہیں ہوتا۔ صحت خراب ہو رہی ہے۔ بھائی بہت غیر ذمہ دار ہیں۔ (آمنہ کریم، اسلام آباد)

مشورہ: کم خوش نصیب ہوتے ہیں جن کو کوئی خیال رکھنے والا ہو ورنہ تو ہر انسان کو خود اپنا خیال رکھنا ہوتا ہے۔ آپ کے مزاج پر منفی اثرات ہونے کا سبب رات کی نیند پوری نہ ہونے کے علاوہ گھر کے لوگوں کا رویہ اور غیر ذمہ داری بھی ہے، اپنے معاملات کو سمجھتے ہوئے بہتری کی کوشش کریں۔ پہلا قدم بھائیوں پر ذمہ داری سونپنے کا ہے اس کیلئے انہیں کہیں جاب دلاؤں۔ گھر میں اپنے آرام و سکون کا بندوبست کرتے ہوئے اہل خانہ کو احساس دلائیں کہ آپ کو آرام کرنا ہے اور پھر ذہن

سے تمام منفی باتیں نکال کر بے فکری سے سو جائیں۔ ذہن پرسکون ہوگا تو مزاج پر بھی اچھا اثر پڑے گا۔

شکوکے شکایات سے گریز

آج کل سکول کی چھٹیاں ہیں۔ بچے سارا دن گھر سر پر اٹھا کر رکھتے ہیں۔ ان شرارتوں سے میرا سکون ختم ہو گیا ہے۔ شام کو ان کے والد سے دن بھر کی روداد کہتی ہوں تو وہ ان کی پٹائی کرتے ہیں۔ بچے تھوڑی دیر رو کر گھر سے باہر نکل جاتے ہیں۔ باہر کھیل کر واپس آتے ہیں تو میری ان سے بات تک نہیں ہوتی وہ تھکے ماندے سونے کیلئے بے چین ہوتے ہیں۔ میں چاہتی ہوں کہ میرے بچے میرا کہنا مائیں ان کی شکایتیں نہ کرنی پڑیں۔ (س.....ملتان)

مشورہ: بچوں کی شرارتوں اور معمولات سے ظاہر ہو رہا ہے کہ وہ کم عمر ہیں۔ ان کے پاس چھٹیوں میں کوئی مصروفیت نہیں اس لیے وہ شرارتیں کرتے ہیں۔ آپ اپنے اور ان کے درمیان ایسے تعلقات قائم کریں کہ وہ آپ کی بات سنیں، توجہ دیں۔ فرمانبرداری کے ساتھ رہیں لیکن ایسے رویے کی توقع کرنے سے قبل ان کے والد سے شکایات کرنی ختم کر دیں۔ دن بھر کے بعد شام میں ان سے ملاقات ہو تو وہ بچوں کو پیٹنے کے بجائے پیار و محبت سے پیش آئیں، سب مل کر ساتھ بیٹھیں۔ ساتھ کھانا کھائیں۔ اچھی باتیں کریں تاکہ ان کی اچھی تربیت ہو اور مزاج پرسکون رہے۔ چھٹیوں میں بعض سکول اور ادارے بچوں کو مصروف رکھنے کیلئے پروگرام ترتیب دیتے ہیں۔ اس سلسلے میں معلومات حاصل کی جاسکتی ہیں۔

ارادے کمزور ہیں.....!

میرا چھوٹا سا کاروبار ہے۔ عمر 26 سال ہے ایک خاتون جو بار بار مجھے خود سے ملنے پر مجبور کرتی ہے میرے لیے مسئلہ بن گئی ہے۔ ان کی عمر 30 سال ہے۔ وہ شادی شدہ بھی ہے اب تک ہزاروں روپے کسی نہ کسی بہانے سے لے چکی ہے۔ میں بار بار ارادہ کرتا ہوں کہ اب رقم نہ دوں گا اب ان سے نہ ملوں گا مگر خود کو روک نہیں پارہا۔ حالانکہ وہ خود جب چاہتی ہیں مجھ سے ملنا چھوڑ دیتی ہے۔ (ج.....اوکاڑہ)

مشورہ: آپ کے ارادے کمزور ہیں اس لیے اب تک اتنا مالی نقصان ہونے کے باوجود ملنا نہیں چھوڑا۔ اس قسم کے تعلقات ہمیشہ نقصان کا سبب بنتے ہیں آپ ایک مرتبہ مستحکم ارادہ کریں اور اپنے ارادے پر قائم بھی رہیں۔ اہل خانہ کی پسند پر شادی کر لیں اس کے بعد ان خاتون کی طرف سے مکمل طور پر توجہ ہٹ جائے گی۔

میں متاثر کیوں ہوا؟

میری عمر 30 سال ہو گئی ہے اب میں ہمت ہار چکا ہوں۔ ذرا سی غفلت پر ملازمت سے فارغ کر دیا گیا۔ حالانکہ اسی دفتر میں لوگ بڑی بڑی غلطیاں اب بھی کر رہے ہیں۔ مجھے کوئی نظر انداز کرنے کو تیار نہیں۔ کبھی میری غلطی رہی اور کبھی لوگوں نے نقصان پہنچایا۔ ہر صورتوں میں میں ہی متاثر ہوا۔ (عثمان، سکھر)

مشورہ: غلطی اپنی ہو یا دوسروں کی فارغ وقت گزارنے سے اس کا احساس ختم نہیں ہوتا۔ ناکامیاں، محرومیاں وقتی ہوتی ہیں جو لوگ ان سے سبق حاصل کر کے خود کو بہتر بناتے ہیں ان کے حالات اچھی سمت میں بدل جاتے ہیں۔ پھر انہیں کسی طرح کا چھپتا دا نہیں رہتا۔ لوگوں سے غیر ضروری مراعات حاصل کرنے کی کوشش نہ کریں آپ کیلئے جو ذرا سی غفلت ہے ادارے کیلئے بڑی غلطی ہو سکتی ہے۔ ان کے بارے میں نہیں سوچنا چاہیے جنہوں نے نقصان پہنچایا بلکہ انہیں دیکھیں جو خود کو اور دوسروں کو فائدہ پہنچا رہے ہیں۔

نفسیاتی امراض کیلئے بہترین علاج

ہالینڈ کے ماہر نفسیات کا کہنا ہے کہ لفظ اللہ کا ذکر افسردگی اور ذہنی تناؤ کے شکار مریضوں کیلئے بہترین علاج ہے۔ ڈچ پروفیسر گزشتہ تین برس سے مریضوں پر تجربے کر رہے ہیں ان میں بیشتر مریض غیر مسلم تھے جب انہیں لفظ اللہ صاف طور پر بولنے کی تربیت دی گئی تو اس کا غیر معمولی نتیجہ برآمد ہوا۔ ماہر نفسیات کے مطابق اللہ کا ہر حرف نفسیاتی امراض میں موثر ہے۔ جو مسلمان بلاناغہ قرآن مجید کی تلاوت اور ذکر اللہ کرتے ہیں وہ خود کو ان بیماریوں سے محفوظ رکھ سکتے ہیں۔ (سعدیہ عامر، سرگودھا)

اللہ الصمد اور درود تحینا کے آزمودہ عمل

ان کی کزن نے انہیں یہ وظیفہ بیٹے کیلئے دیا اور اللہ تعالیٰ نے انہیں بیٹے کی نعمت سے نوازا۔ چودہ سال میں میرے سامنے انہوں نے جس جس عورت کو بھی یہ وظیفہ پڑھنے کیلئے دیا اللہ نے سب کو بیٹوں سے نوازا۔ یہ درود تحینا کا عمل ہے

باہر تھا۔ مگر ہر لمحہ انہوں نے اللہ ہی سے مانگا؛ بالکل بھکاری بن کر۔ اللہ تعالیٰ نے غیب سے ان کی مدد کی اور پھر کامیاب آپریشن اور کامیاب علاج کے بعد آج الحمد للہ وہ صحت مند ہیں اور یہ ساری کرامات اللہ الصمد وظیفے کی ہیں۔ انہوں نے سوا کروڑ دفعہ یہ وظیفہ پڑھا۔ میں اس واقعہ کی چشم دید گواہ ہوں۔

درود تحینا کے کمالات

میری دوست شیرازی بشارت نے انہیں یہ وظیفہ بیٹے کیلئے دیا اور اللہ تعالیٰ نے انہیں بیٹے کی نعمت سے نوازا۔ چودہ سال میں میرے سامنے انہوں نے جس جس عورت کو بھی یہ وظیفہ پڑھنے کیلئے دیا اللہ نے سب کو بیٹوں سے نوازا۔ یہ درود تحینا کا عمل ہے۔ حمل کے دن اوپر ہوں، پرگینسی ٹیسٹ کروانے کے آدھ گھنٹے کے بعد بھی پڑھائی شروع کروادیں۔ پانچ خواتین مقررہ ٹائم میں تین دن تک روزانہ ایک ہزار مرتبہ پڑھیں جو خواتین پہلے دن پڑھیں گی وہ متواتر پابندی سے تین دن پڑھیں گی۔

درود تحینا سے عزت بچ گئی

میری والدہ کے چچا زاد بھائی پر بینک ٹھن کیس بن گیا۔ ان کے بچنے کی کوئی صورت نظر نہیں آ رہی تھی۔ بینک منجر جملوث تھا وہ بھاگ گیا۔ انتہائی پریشان کن حالات تھے۔ گھر کے بڑوں، بچوں نے نہایت توجہ اور فکر سے درود تحینا ہزاروں کی تعداد میں پڑھا اور اللہ تعالیٰ نے عزت کے ساتھ بغیر رسوائی کے اس کیس سے نجات دلادی۔

درود تحینا سے ویزہ لگ گیا

میرے چھوٹے چچا جنہوں نے انگلینڈ میں ہی شادی کی اور ایک بیٹے کے باپ بنے تو ان کا ویزہ ایکسپائر ہو گیا۔ گورنمنٹ نے پاکستان واپس بھیج دیا، ان کی اہلیہ نے اپیل کی مگر نام منظور ہوگئی، میرا آنکھوں دیکھا حال ہے کہ انہوں نے اللہ کے در کا بھکاری بن کر صبح، دوپہر، شام بس ایک ہی دھن میں درود تحینا پڑھا اور ان کا ویزہ لگ گیا۔ انگلینڈ میں اب بھی انہیں کوئی مشکل نوکری کی طرف سے یا بچوں کے مسائل ہوں تو وہ فوراً درود تحینا کا اہتمام کرتے اور کرواتے ہیں اور تمام مسائل حل ہو جاتے ہیں۔

اللہ الصمد کے کمالات

حضرت مولانا مفتی عبدالحمید رحمۃ اللہ علیہ کے صاحبزادے کی اچانک اور جوانی کی وفات سے ان کے شاگرد احباب کے علاوہ ان کے والد محترم شدید صدمے سے دوچار ہوئے جبکہ ان کے چاروں بچے بہت چھوٹے تھے، بچوں کی صحت اور تربیت کے متعلق مفتی صاحب بہت پریشان تھے۔ قاری رشید صاحب میرے بھائی کے استاذ محترم تھے ہمارے اور ان کے گھروالوں کے آپس میں تعلقات تھے۔

مفتی عبدالحمید صاحب بڑھاپے اور بیماری میں اپنے چھوٹے بیٹے قاری عبدالوحید کے ساتھ بیت اللہ تشریف لے گئے اور اللہ تعالیٰ سے رورو کر اپنے پوتے پوتیوں کیلئے دعائیں کیں اور پاکستان آکر ذرا کار اور وظائف کا خصوصی اہتمام کیا جن میں میں اور میری والدہ شریک ہوئی تھیں۔ اللہ الصمد کا وظیفہ شروع کیا۔ 5 عورتیں 5 مرد حضرات ہوتے اور روزانہ ایک لاکھ ہوتا، دس دن میں مکمل کرتے لاکھوں کی تعداد میں یہ وظیفہ پڑھا۔ پھر اللہ تعالیٰ نے اپنے نام کی برکت سے ان کے دل کی دعا قبول کی اور بچوں کی زندگی کھرتی اور سنورتی چلی گئی۔ بڑا بیٹا ماشاء اللہ حافظ عالم بنا، دونوں بیٹیاں بھی حافظہ عالمہ خوشحال گھرانوں میں نیک گھڑ، سعادت مند، بیویاں اور بہنیں ہیں۔ اللہ تعالیٰ نے مفتی صاحب کی دعاؤں اور وظائف کو قبول کیا۔ یہ اتنی بڑی تبدیلی ایک معجزہ تھی۔

بلڈ کینسر سے یقینی نجات ملی

قاری یونس صاحب میرے بھائی کے دوست اور لاہور صدر میں ایک مسجد میں خطیب اور امام ہیں۔ ڈیڑھ سال قبل ان کے جوان سال بھائی کو بلڈ کینسر ہو گیا۔ مرض آخری سٹیج پر تھا۔ لاہور اور اسلام آباد کے تمام بڑے ہسپتالوں نے انہیں لا علاج قرار دے دیا۔ مگر قاری صاحب نے ہمت نہیں ہاری بڑے بڑے علماء کرام کی خدمت میں اپنے بھائی کو لے کر جاتے دعا کرواتے، دم کراتے۔ نیک اللہ والوں کی دعاؤں سے مختلف ایسی علاج کرواتے ہوئے کچھ فافہ پھر پھر ڈاکٹرز سے رجوع کیا۔ ڈاکٹرز نے 20 لاکھ آپریشن کا مانگا۔ قاری صاحب انتہائی درویش صفت اور سفید پوش انسان تھے اتنا پیسہ ان کے بس سے

عقبري کی ادویات آپ کے شہر میں

علاج معالجے کے سلسلے میں ادارہ کا کوئی نمائندہ مقرر نہیں نوٹ: اعتماد سے صرف عقبري ہی کی ادویات خریدیں۔

لکھی ہوئی قیمت سے زیادہ ہرگز ادانہ کریں۔
 احمد پور شرقیہ: فارابی دواخانہ 22272198-0622272198-ٹاک: مکتبہ ظفر اقبال 0321-5247893-علمی بک ڈپو ایک 057-2602020-باغ آزاد کشمیر: بلال میڈیکل سنٹر 0312-5619880-اکی ضلع ماسٹرہ شالیمار سویت خان محمد-0300-2753463-بہاولنگر: المدینہ سٹیشنرز-0333-6320766-بہاولپور: قاضی نیوز، 0333-6367755-عقبري ہاؤس بہاولپور: فون نمبر: 0301-6367755-پور پالا: تنویر احمد 118/M پور پالا 0673352712-پشاور: افتخار اللہ جان 0314-9007293-پشاور: شاہ ہومیو ایڈ ہرل سنٹر 0333-9161237-ٹاک: صوفی سز یونانی میڈیسن کینی 0963511209301-8790927-جنگل صدر: غلام قادر ہراج 0333-6756493-چچانیاں: محمودیہ کتب خانہ 0321-7359861-چکوال: مکہ موبائل 0333-5783167-حیدرآباد: محمد اقبال قریشی 0300-3790255-راولپنڈی: اسلامیہ ٹریڈرز-0333-5648351-ڈھڈیال آزاد کشمیر: الجبال اسلامی بک وکیٹ ہاؤس 0302-5898995-ڈیرہ اسماعیل خان: خواجہ ٹریڈرز 0966-710887-سلاواولی: الوباب کتب خانہ 0300-5665317-سرگودھا: میاں احمد حسن 0301-6762480-سکسر: زلفی ٹریڈرز 057-5625019-شیخوپورہ: حکیم ناصر حسین 0321-4716370-فیصل آباد: نور کا تھ سنٹر 13-0300-6684306-نگری ضلع لورالائی: خواجہ اشافی کلینک 0828-601084-کنڈیادو: ماشاء اللہ پیسٹی سائیڈ 0300-3215348-کراچی: عقبري اکیڈمی 0300-3218560-کوئٹہ: غزنوی کتب خانہ 081-2824617-مچرات: غوثیہ گفٹ سنٹر 0302-6292132-گوجرانولہ: شافی دواخانہ 0300-6453745-گلگت: عمر خطاب اینڈ برادرز-لاہور: غوری برادرز 0324-4280213-ملتان: ادارہ اشاعت الخیر 0322-6748121-منڈی بہاؤ الدین: حذیفہ دواخانہ-0345-6810615-مظفر گڑھ: الحبيب نیوز ایجنسی 0333-6031077-ملکی: امتیاز احمد-0321-7982550-میانوالی: مکتبہ جاوید 0303-7523280-چشتیاں: اکبر بوٹ ہاؤس 0321/0300-6989035-ٹارووال: قاری عبدالرشید 0322-4861522

حضرت حکیم صاحب سے موبائل پر رابطہ (بیرون ملک)
 حضرت حکیم صاحب ہر ہفتے کی شام 7 بجے سے 9 بجے تک صرف بیرون ملک کی کالیں سنیں گے۔ قارئین کا اندرون ملک رسالہ خط اور ملاقات کے ذریعے حکیم صاحب سے رابطہ ہے، بیرون یہ ذرائع نہیں ہیں۔ براہ کرم اندرون ملک سے کال نہ کریں بیرون ملک مجبور لوگوں کا حق نہ ماریں۔ اندرون ملک موصول کالیں کاٹ دی جائیگی۔ مجبوری کی صورت میں پیشگی معذرت۔ موبائل: 0343-8710009

اولیاء کا چور کیسا تھا انوکھا معاملہ

تب جا کر ابن سباط مطمئن ہوا۔ معاً اسے خیال آیا کہ وقت گزرتا جا رہا ہے تو اس نے بوڑھے چور کو ایک گالی دیکر جلدی کرنے چلنے اور بھاگنے کا کہا بہر حال جب حویلی سے باہر نکلے تو باہر تو کوئی نہیں تھا اور وہ دونوں بھاگنے لگے ابن سباط اس اپنے بزرگ ساتھی کو گالیاں بکتا اور جلدی چلنے کا کہتا رہا پچھلے کسی شمارے میں شیخ جنید بغدادی رحمۃ اللہ علیہ سے متعلق ایک مضمون چھپا تھا جس میں شیخ جنید بغدادی رحمۃ اللہ علیہ کو یہ مقام کیسے ملا تھا؟ شاید کچھ یوں تھا کہ شیخ جنید بغدادی رحمۃ اللہ علیہ بہت بڑے بزرگ تھے ولایت سے پہلے وہ بغداد کے بہت بڑے پہلوان تھے انہیں کوئی بچھاڑ ہی نہیں سکتا تھا کہ ایک اڈھیر عمر کے شخص نے چیلنج کر دیا جب آئے سانسے ہوئے ہزاروں کی تعداد میں تماشائی موجود اور حاکم وقت بھی موجود کہ اس شخص کے سامنے جب شیخ صاحب ہوئے تو اس شخص نے کہا کہ میں سید ہوں میری جوان بیٹیاں ہیں میں تم سے التجا کرتا ہوں کہ تم مقابلہ میں ہار جاؤ تاکہ مجھے انعام کی رقم مل سکے اور اس رقم سے میں اپنی بیٹیوں کے ہاتھ پیلے کر سکوں لگا ہر دمومن سے بدل جاتی ہیں تقدیریں اور واقعی کہ تقدیر بدل گئی اور ستم بغداد مقابلہ میں ہار گئے لوگوں نے ماننے سے انکار کر دیا دوبارہ کشتی ہوئی دوسری دفعہ بھی اکھاڑے میں جنید بغدادی چت پڑتے تھے تیسری چوتھی مرتبہ بھی وہی نظارہ.....

کسی نے بعد میں پہلوان سے پوچھا کہ پہلوان یہ بات تو سمجھ میں نہیں آتی یہ آپ بار بار کیوں چت (چاروں شانے چت) ہو جاتے ہیں تو حضرت شیخ جنید بغدادی رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ جب اس شخص نے مجھ سے التجا کی تو میرے دل میں اللہ نے ڈال دیا کہ چت گر جاؤ تو جب میں گرا تو مجھے جنت کا نظارہ ہوا جب جب میں گرا ہوں تو بار بار وہی جنت کا نظارہ ہوتا رہا۔ شیخ بغدادی رحمۃ اللہ علیہ پہلوانی چھوڑ کر اللہ کے حضور میں ہر وقت سجدہ ریز رہنے لگے۔ اللہ نے انہیں ہر نعمت سے نوازا مگر اللہ مہربان کی قربت سے کوئی بھی نعمت پہنچتی ذاتی طور پر پکڑے کی تجارت کرتے تھے ایک بہت بڑا محل نما گھرانہ کے استعمال میں تھا۔ ابن سباط بہت بڑا چور تھا جس سے حکومت وقت بھی تنگ آچکی تھی عدالت نے اسے سزائے موت دینے کا فیصلہ کر لیا تھا کیونکہ اس سے پہلے ابن سباط کا ایک ہاتھ چوری کے جرم میں کاٹا گیا تھا اس بد مزاج کردار کو ختم کر دینے کا عدالت نے فیصلہ کر لیا تھا جس رات کی صبح کو اسکی گردن اڑائی تھی ہاتھ کٹا شیطان جیل توڑ کر

ہوا تو اسی طرح وہ بھی بدل کر شہر کی جاسوسی کرنے اور اپنے بھاگنے کے متعلق معلومات کیلئے آیا تو ناگہا اس کی نظر اس حویلی پر پڑی لوگ اندر جا رہے تھے اسے فوراً خیال آیا کہ آج کتنے دنوں بعد تک لوگ افسوس (مال چوری ہونے کا) کرنے آ رہے ہیں تو اس نے دل میں سوچا کہ چلو اس حویلی کے مالک کو تو دیکھ لوں کہ وہ کس طرح کی شکل و صورت رکھتا ہے جب وہ اندر داخل ہوا تو اس حویلی کا صحن جو کہ بڑا ہی وسیع و عریض تھا لوگوں سے بھرا پڑا تھا لوگ شاید مالک مکان کے انتظار میں تھے اور لوگ احترام میں کھڑے ہونا شروع ہو گئے اور ابن سباط تو حیران رہ گیا ارے یہ تو ہی بوڑھا ہے جو اس رات مومن بنی اٹھائے آ گیا تھا اور خود کو چور کہہ رہا تھا اور میں اس بزرگ کی توہین کر رہا تھا مگر انہوں نے جواباً ایسی کوئی بات نہیں کی ان بزرگ ہستی کے اس رویہ نے اس کی دنیا ہی بدل دی۔ اصل دنیا تو کوئی اور ہے جس کا اسے پہلے علم نہیں تھا اور اب علم ہو گیا۔

پیارے بچو! ابن سباط جو کہ بغداد کا مشہور معروف چور تھا عدالت نے باز نہ آنے پر اس کا ایک ہاتھ کاٹنے کا حکم دیا مگر یہ ہاتھ کٹا شیطان تھا باز نہ آیا مگر ایک حادثاتی ملاقات (ایک بزرگ شیخ جنید بغدادی رحمۃ اللہ علیہ) نے اس کی دنیا ہی بدل دی اور اس نئی دنیا میں آکر اس نے بالکل نئی زندگی اختیار کی۔

ابن سباط عقیقی دیر زندہ رہا اس دنیا کی بود و باش اختیار کر کے ابن سباط رحمۃ اللہ علیہ ہو گئے اللہ مہربان ہمیں بھی کوئی ایسا ہی بزرگ ملا دے۔ آمین ثم آمین۔

گنچے پن کا شرعیہ علاج

رتن جوت، ریٹھا، آملہ سکا کاٹی، امرتیل ان چیزوں کو ہم وزن لے کر باریک کر لیں، مٹھین میں باریک نہ کریں اس طرح تاثیر ختم ہو جائیگی۔ ان کو کس کر کے ایک کلو سروس کے تیل میں ڈال دیں اور تیل پانچ دن بعد استعمال کریں اس وقت تک تیل کا رنگ سرخ ہو جائیگا۔ چند عرصہ مستقل استعمال سے آپ کے گرتے بال رک جائینگے اور گرے ہوئے بال بھی دوبارہ آگ آئینگے۔

جوڑوں کے درد کیلئے آسان نسخہ

عقرقرحا، سوڈہ ہم وزن ہیں کراس میں چھوٹا شہد ملا کر گولیاں بنائیں ایک رتی کی ایک گولی ہو۔ رتن بادی اور جوڑوں کے درد کیلئے بہت مفید ہے۔ رات کو سوتے وقت ایک گولی دودھ سے لیں۔ (سید شہباز بخاری، احمد پور شرقیہ)

ایک مخدوم شیر عالم سہانی اے اللہ تیرا شکر ہے!

تو نے ہمیں کیا کچھ عطا نہیں کیا، بھرپور زندگی عطا کی ہے تیری رحمت کی امید نے موت کا ڈر بھی ختم کر دیا ہے اے پروردگار! تو نے ہمیں کتنی نعمتیں عطا کی ہیں ہم تو اسے گن بھی نہیں سکتے، شکر یہ کرنے کیلئے میرے مالک لاعداد الفاظ کہاں سے لائیں، اتنے اشک کہاں سے لائیں جو تیری ایک نعمت کے بدلے بہا سکیں! اتنا وقت زندگی کا کہاں سے لائیں جو صرف تیری نعمتوں کا شکر یہ ادا کر سکے! اتنا سانس کہاں سے لوں جو تیری نعمتوں کا شکر کر سکے۔ ایک ایک نعمت تیری موجودگی کا احساس دلاتی ہے اے سورج کو بنانے والے چاند کو روشنی دینے والے تو ہر جگہ موجود ہے۔ زندگی کا سفر اب جوں جوں موت کے قریب ہو رہا ہے، تیری نعمتوں کا شمار کون کر سکتا ہے تو نے ہمیں کیا کچھ عطا نہیں کیا، بھرپور زندگی عطا کی ہے۔ تیری رحمت کی امید نے موت کا ڈر بھی ختم کر دیا ہے اسی جہاں کی خوبصورتی، جنت کی بشارت، مسلمان کے اندر نیلا ولولہ اور نیا جذبہ پیدا کر دیا ہے۔ کافر موت سے ڈرتا ہے، مسلمان اس زندگی سے ڈرتا ہے کہ کہیں اس سے غلطی اس دنیا میں نہ ہو جائے کہ وہ اپنے رب کو ناراض کر بیٹھے، ہر سانس کے آنے جانے سے یہ احساس ہوتا ہے کہ تو انسان کی شرگ سے بھی قریب ہے کیونکہ سانس بھی تو شرگ سے آتی ہے۔ اے اللہ! جتنی تو نے اپنی رحمت سے ہمیں حسین زندگی عطا کی ہے میری خواہش ہے میری موت بھی اتنی حسین ہو کیونکہ وہ آپ سے ملنے کا ایک سبب ہے آپ کی رحمت کا نظارہ دیکھنے کا ایک ذریعہ ہے، کتنے خوبصورت انداز میں آپ نے اس جہاں کا نقشہ بھی بچھا ہے جسے تیرے نیک بندے دیکھیں گے جب تک سانس ہے میں تو آپ کی نعمتوں کا شکر یہ ادا کرتی رہوں گی۔ اے عطا کر نیوالے میں اپنی اولاد کیلئے روشن مستقبل، اچھی عاقبت، لمبی زندگی اور پارسا نہ زندگی کی دعا کرتی ہوں، مجھے امید ہے کہ ایک ماں کے دل سے نکلی ہوئی دعائیں تو پلک جھپکتے تیرے پاس پہنچ جاتی ہے تو نے ماں کو جنت کا درجہ دیکر اس کی دعاؤں کو اولیت دی ہے کیونکہ یہی تیری شانِ ربی ہے تو اپنے وعدے کو پورا کرتا ہے۔

(بقیہ درس سے پانے والے)

گوئی ہے۔ میں پہلے سگریٹ پیتا تھا لیکن اب سرکارِ دو جہاں ﷺ کی ناراضگی ذہن میں آ جاتی ہے میں نے سگریٹ چھوڑ دی ہے۔ ڈاڑھی کی نیت کر کے ڈاڑھی بھی رکھ لی ہے۔ الحمد للہ دو تین روز سے تہجد بھی پڑھ رہا ہوں اب ہر وقت یہی خوف رہتا ہے کہ کہیں یہ ہدایت مجھ سے چھن نہ جائے۔ (عبدالواسطہ مشتاق)

غلام مرتضیٰ ڈیہو پٹوں عاقل جنات نے بھینسیں چوری کر لیں

میں نے سوچا یہی وہ بھینسیں ہیں میں ان کے قریب جانے لگا چند قدم اٹھائے ہی تھے کہ جو دو جوڑے بھینسوں کے تھے مجھے پانچ نظر آنے لگے اور آواز بھی تیز ہونے لگی اور آہستہ آہستہ اتنے ہو گئے کہ میں گن نہیں سکا اور وہ میری طرف آنے لگے میرا ایک دوست جس کا نام ریاض احمد ہے۔ انہوں نے بتایا کہ ہمارے ہاں گرمیوں کے موسم میں بھینس چوری ہو گئیں، پتہ لگا کہ وہ کوئی نہ کوئی چھوڑ کر چلا جائے گا، ہم رات کو انتظار کرتے تھے۔ ایک مرتبہ شام کو جب سورج اپنی روشنی کو دم مٹا کر رہا تھا کہ سامنے ایک جوڑا بھینسوں کا آ رہا ہے وہاں پر گھنگھر وہی بج رہے ہیں۔ میں نے سوچا یہی وہ بھینسیں ہیں میں ان کے قریب جانے لگا چند قدم اٹھائے ہی تھے کہ جو دو جوڑے بھینسوں کے تھے مجھے پانچ نظر آنے لگے اور آواز بھی تیز ہونے لگی اور آہستہ آہستہ اتنے ہو گئے کہ میں گن نہیں سکا اور وہ میری طرف آنے لگے تیزی سے، میں گھبرا گیا اور بھاگنے لگا وہ بھی میرے پیچھے بھاگتے چلے آئے میں تیز بھاگتا تو وہ بھی تیز..... میں گھبرا کر سامنے ایک لڑکے سے ٹکرا گیا اور نزدیک ہی دکان میں گھس گیا اور بیہوش ہو کر گر پڑا۔ چند منٹ کے بعد ہوش آیا تو میں نے انہیں سارا قصہ سنایا وہ کہہ رہے تھے یعنی لڑکے کہ یہاں پر تو کچھ نہیں تھا۔ تمہارے پیچھے بھی کچھ بھی نہیں..... میں نے قسم اٹھا کر ان سے بات کی پھر مجھے دس دن سے بھی زیادہ بخار رہا۔ بڑی کوششوں سے میری طبیعت سنبھلی اب دن کو کام کرنے کے بعد سورج ڈوبنے سے پہلے گھر پہنچ جاتا ہوں۔

دوسرا قصہ بھی ان کی بہن کا ہے اس کی یعنی ریاض احمد کی بہن بہت چھوٹی نہ سہی لیکن 8 سال کی تھی اور مدرسے میں تعلیم حاصل کرتی تھیں اس لڑکی کا گھر مدرسے سے دور تھا شام کو یہ مدرسے جاتیں تھیں ایک دن ان کو سبق لینے کے بعد کچھ دیر ہوئی یہ اپنی سہیلیوں کے ساتھ نزدیک ایک بیر کا درخت تھا کہ نیچے کھڑی ہوئیں تھیں کہ اچانک ایک موٹا اور بہت بھاری وزن اٹھا کر لڑکی کی طرف پھینکا تو لڑکی رونے لگی۔ تھوڑی دیر بعد بیہوش ہو گئی، کافی فقیروں کو اللہ والوں کو دکھایا۔ انہوں نے یہی کہا کہ یہ خوش قسمت ہے اس لیے اسے چھوڑ دو۔ ایک دفعہ لڑکی کا بھائی کراچی کا مکانے کی نیت سے گیا ہوا تھا۔ رات کو اس کی بہن نے خواب میں دیکھا کہ میرا بھائی کراچی سے آ رہا ہے اور کوچ میں ان کا ایک سیڈنٹ ہوا ہے۔ صبح کو اٹھ کر ماں کو بتایا پھر ماں نے کہا لڑکی خیر کی زبان کبھی بولی ہے۔ کچھ ہی دیر بعد ٹیلیفون آیا کہ ریاض

ہر مقصد میں کامیابی کیلئے
یہ عمل میرا آزمایا ہوا ہے، میں نے جب بھی کیا ہے سو فیصد زلٹ ملے ہیں۔ صبح کی نماز کے بعد سومرتیہ اول و آخر درود شریف سورۃ توبہ کی آخری آیت کا در کریں۔ آیت یہ ہے:-
حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ (حزب ابی ذریرہ اسماعیل خان)

رزق حرام نے خاندان تباہ کر دیے

آہستہ آہستہ سب ختم ہو گیا سب کچھ بک گیا معاملہ ادھار پر آ گیا لیکن وہ بھی کب تک پیسے تو چاہیے تھے گھر میں چوری کر ڈالی اور وہ بھی ماں کا زیور دو تولہ بیچ ڈالا۔ (چور کے گھر دیوانہ بن جاتا) وہ پیسہ بھی ختم ہو گیا۔ پھر سود پر پچاس ہزار لے لیا وہ بھی سر پر چڑھا ہوا ہے

(ع-ج-لاہور)

ہو تو آپ رکھیں اگر زور ہو تو ہمارا اور پیسے ہی گائے یا بھینس بچہ دیتی ہے تو اگر وہ مادہ ہو تو اس کی ماں کے پاس رہنے دیا جاتا ہے اور وہ زور ہو تو اس کی ماں کو دکھائے بغیر ٹھیکیدار کے حوالے کر دیا جاتا ہے جو کہ اسی وقت پیدا ہونے والے بچے کو ذبح کر کے لوگوں کو دھوکہ دیکر چھوٹے گوشت کا کہہ کر بڑا گوشت فروخت کرتے ہیں کیونکہ اس دھوکہ دہی سے وہ پیسے کماتے ہیں خیر اس فیملی نے جب پہلی مرتبہ دس سال پہلے ٹھیکہ لیا تو اس شخص کا تقریباً ایک سال بعد بیٹا پیدا ہوا مگر اس کا جب چیک اپ کیا گیا تو معلوم ہوا کہ بچے کے دل میں سورنخ ہے اس شخص کو کچھ کچھ سمجھ گئی کہ حرام کا کمایا ہوا پیسہ اب بچے کے علاج پر لگے گا۔ مگر اس نے پھر بھی ٹھیکہ نہیں چھوڑا بلکہ پیسے کا لالچ دیکر اپنے چھوٹے بھائی کو اس شرط پر راضی کیا کہ ٹھیکہ میرا کام تیرا منافع آدھا آدھا۔ بھائی بھی اچھا بھلا ٹیڈر تھا مگر پیسے میں بڑی کشش ہے کیونکہ ہمارے نبی ﷺ کا فرمان ہے ”میری امت کا فتنہ مال اور اولاد ہے۔“

بھائی نے بھی ٹیڈرنگ چھوڑی اور آدھے منافع کے لالچ میں ڈیری فارمنگ کا کام سنبھال لیا۔ اس نے بھی بشکل ایک سال کام کیا کہ بہت شدید بیمار ہو گیا علاج کرواتے کرواتے بالآخر ڈاکٹروں نے فائل فیصلہ دیا کہ یہ شخص اب ساری زندگی اپنے منہ سے کچھ کھائیں پائیکا کیونکہ اللہ تعالیٰ نے اسے ایسی بیماری میں مبتلا کر دیا کہ وہ اپنے منہ سے صرف چیز چبا سکتا تھا مگر اللہ تعالیٰ کی طرف سے اس کے حلق سے نیچے اترنے کا حکم نہیں تھا۔ ڈاکٹروں نے پیٹ سے پائپ گزار کر معدہ میں فٹ کر دیا۔ اب اس کو جب بھی بھوک لگتی تو کبھی دودھ کبھی شربت اس پائپ میں ڈالتا جاتا۔ پورے دن کی اس کی خوراک صرف 2 کلو دودھ تھا اور بس۔ پھر اس کے پیٹ کی وہ جگہ گل گئی تو ڈاکٹروں نے دوسری سائینڈ سے آپریشن کے ذریعے پائپ فکس کر دیا اب وہ شخص جہاں بھی جاتا پائپ اس کے ہاتھ میں ہوتا۔ پھر اس بندے نے اپنے بھتیجے کو لالچ دیکر کام کھینے تیار کیا کیونکہ ٹیڈر بھائی اب چار پائی پر تھا بھتیجے کے کام سنبھالنے کی دیر تھی کہ دو ماہ بعد اس کے باپ کو ہارٹ اٹیک ہوا تو اٹھارہ سالہ بیٹے کی ساری کمائی باپ کے علاج اور میڈیسن پر خرچ ہو رہی تھی اس لڑکے کی ماں کے دل کو بھی ایک انجان ڈر اور خوف نے گھیر رکھا تھا مگر غرت اور اپنے جیٹھ

محترم حکیم صاحب! میری پہلے نوکری تھی چار پیسے جمع ہوئے تو اپنے کاروبار کا بھوت سوار ہو گیا، نوکری کو لات ماری اور اپنا کام شروع کر دیا۔ میری معاملے داری ٹھیک نہیں تھی بات بے بات جھوٹ، ہیرا پھیری میری عادت بن چکا تھا بے برکتی ہی بے برکتی اور کیوں نہ ہوتی کاروبار ٹھپ لوگوں سے لے کر انویسٹمنٹ کی وہ بھی غرق ہو گئی، خرچے اپنی جگہ تھے آہستہ آہستہ سب ختم ہو گیا سب کچھ بک گیا معاملہ ادھار پر آ گیا لیکن وہ بھی کب تک پیسے تو چاہیے تھے گھر میں چوری کر ڈالی اور وہ بھی ماں کا زیور دو تولہ بیچ ڈالا۔ (چور کے گھر دیوانہ بن جاتا) وہ پیسہ بھی ختم ہو گیا۔ پھر سود پر پچاس ہزار لے لیا وہ بھی سر پر چڑھا ہوا ہے۔ آج یہ حالات ہو گئے ہیں کہ آپ کے درس میں یا کہیں بھی جاؤں پورا لاہور پیدل ہی جاتا ہوں، بس ایک ٹیوشن پڑھا رہا ہوں وہ بھی صرف 4000 روپے میں۔ اس رقم سے میرے بیٹے کا دودھ اور اپنانی کچھ کھانے پینے کا خرچ پورا نہیں ہوتا۔

محترم حکیم صاحب! مجھ سے بہت بڑی غلطی ہو گئی ہے اور یہی وجہ ہے کہ نوبت یہاں تک آ گئی ہے۔ اللہ نے سارے گناہوں پر پردہ بھی ڈالا ہوا ہے۔ میں بہت توبہ کرتا ہوں اللہ سے لیکن بات نہیں بن رہی۔ قرض لینے والے گھر پر آ گئے جس سے سود پر پیسے لیے وہ بھی نہیں دیئے جارہے۔ لوگ پولیس میں پرچے کروا رہے ہیں۔ میں کیا کروں؟ کہاں جاؤں؟ خدا را میری رہنمائی فرمائیں۔

انجام قدرت

(بنت حبشہ چغتائی)

جو واقعہ حاضر خدمت ہے وہ لاہور میں بسنے والی ایک فیملی کا ہے اور زیادہ پرانا بھی نہیں اس کی ابتدا 10 سال پہلے ہوئی اور وہ فیملی اب تک اللہ تعالیٰ کی پکڑ میں ہے۔

15 سال پہلے جب پہلی مرتبہ انہوں نے ٹھیکہ لیا (تواصل میں چھوٹا گوشت مہنگا ہے نسبت بڑے گوشت کے) اور چند پیسے کمانے کی خاطر ٹھیکہ دار ڈیری فارم والوں سے ٹھیکہ مار لیتے ہیں کہ جیسے ہی گائے اور بھینس بچے پیدا کرے گی تو اگر وہ بچہ مادہ

کے سخت رویہ کی وجہ سے وہ بیٹے کو کھل کر منع نہیں کر سکتی تھی مگر دے لفظوں میں بیٹے کو منع کرتی کہ دیکھو تمہارے تائے کا بیٹا اور پھر تمہارے چاچو تمہارے سامنے ہیں اب تمہارا باپ بھی دل کا مریض ہو چکا ہے میرا سہارا تم ہی ہو یہ کام چھوڑ دو تو بیٹا یہی کہتا کہ ہر جگہ نوکری کی کوشش کر رہا ہوں جیسے ہی کہیں نوکری ملتی ہے یہ کام چھوڑ دو گا ابو کی دوائی کیلئے بھی تو پیسے چاہیے۔ مگر اسے دوسری نوکری ملنے کی نوبت ہی نہ آئی ایک دن ڈیری فارم پر جاتے ہوئے اس کی بانیک کی بریک فیل و گئی اور اس کی بانیک بے قابو ہو کر ایک آئل ٹینکر سے ٹکرائی وہ گئی اور پیچھے بیٹھاس کا ایک دوست موقع پر جان کی بازی ہار گئے اور ماں کو جو ایک انجان سا ڈر لگا رہتا تھا وہی آج ہو گیا کہ اس کا اٹھارہ سالہ بیٹے کی لاش جو کہ شدید چوٹوں کی وجہ سے پہچانی نہیں جا رہی تھی ماں کے سامنے تھی۔ حقیقت میں یہ لڑکا نہ صرف فرامبردار بلکہ پورے محلے کا راج دار اور بے حد حسد تھا جس کی لاش بھی پہچان میں نہیں آ رہی تھی۔ اس دن ماں کو کوئی ڈر بھی نہیں تھا اور وہ کھلے عام کہہ رہی تھی میں تمہیں منع کرتی تھی یہ کام چھوڑ دو۔ جس نے بھی کیا کوئی سکھی نہیں دیکھا تمہاری دوسری نوکری کی نوبت ہی نہیں آئی۔ اس کے ٹھیکہ سال بعد وہ چچا بھی فوت ہو گیا اور اس شخص نے وہ ٹھیکہ تو چھوڑ دیا ہے مگر اس کا خمیازہ آج تک بھگت رہا ہے۔

ان کے گھر میں اتنی نعمت ہے کہ کوئی ایک دن بھی نہیں ٹھہر سکتا۔ لڑکیاں زیادہ ہیں عورتیں گھر میں بیچ بچھیل کر اور ایسے چھوٹے موٹے کام کر کے پیٹ کی دوزخ کو پال رہی ہیں۔ وہ دل کا مریض ایک ہول پر گوشت بنا کر اپنی میڈیسن پوری کرتے ہیں اس شخص کا بڑا بیٹا پکا چور بن چکا ہے۔ آج دس سال ہو چکے ہیں مگر ان کے حالات ابھی تک گردش میں ہیں۔ وہ بیوہ اپنے تین بچوں کے ساتھ اپنے بھائیوں کی طرف سے خرچے کی منتظر رہتی ہے۔ کوئی بچہ بھی پڑھائی میں نہیں۔ لڑکے کو فخر گھوم لیتے ہیں لڑکیاں مزدوریاں کرتی ہیں۔ کوئی بھی سکھی نہیں۔ اللہ تعالیٰ کل مومن مسلمانوں کیساتھ ہمیں بھی ایسی دولت سے اپنی حفظ و امان میں رکھیں جو دنیا کے ساتھ آخرت کی تباہی کا سامان بھی ہے۔ یہ محض رحم خداوندی اور نبی کریم ﷺ کی دعاؤں کے طفیل امت بچی ہوئی ہے ورنہ ہم لوگ قوم شعیب علیہ السلام سے بھی خیانت کرنے میں بازی لے چکے ہیں۔

سارا دن خوشگوار گزارنے کیلئے عجیب ٹوکہ

صبح سویرے نیند سے بیدار ہونے کے بعد اپنی دونوں ہتھیلیوں کو دیکھیں اور اس کے بعد دعا کی طرح الحمد للہ پڑھ کر اپنے چہرے پر پھیر لیں، سارا دن کاموں میں برکت اور دن اچھا گزارے۔ (غلام نبی بٹ لاہور)

مناقب صحابہ و اہل بیت

قطب

حضرت ابوسعید خدری رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ میں نے حضور نبی اکرم ﷺ کو منبر پر فرماتے ہوئے سنان لوگوں کا کیا ہوگا جو یہ کہتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ سے نسبی تعلق قیامت کے روز ان کی قوم کو کوئی فائدہ نہیں دیگا۔ کیوں نہیں! اللہ کی قسم بے شک میرا نسبی تعلق دنیا و آخرت میں باہم ملا ہوا ہے اور اے لوگو! بے شک (قیامت کے روز) میں تم سے پہلے حوض پر موجود ہوں گا پس جب تم آگئے تو ایک آدمی کہے گا یا رسول اللہ ﷺ میں فلاں بن فلاں ہوں پس حضور اکرم ﷺ نے فرمایا: اس کا فلاں بن فلاں کہنا یا یہ ثبوت کو پہنچے گا اور رہا نسب تو تحقیق اس کی پہچان میں نے تمہیں کرا دی ہے لیکن تم میرے بعد تم احداث کرو گے اور اٹھ پاؤں پھر جاؤ گے۔ (احمد، حاکم)

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ حضور ﷺ نے فرمایا: تم میں سے بہترین وہ ہے جو میرے بعد میری اہل کیلئے بہترین ہے۔ (حاکم ابویعلیٰ)

ام المؤمنین حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا بیان کرتی ہیں کہ حضور نبی کریم ﷺ جب سیدہ فاطمہ الزہراء کو آتے ہوئے دیکھتے تو انہیں خوش آمدید کہتے، پھر ان کی خاطر کھڑے ہو جاتے، انہیں بوسہ دیتے ان کا ہاتھ پکڑ کر لاتے اور انہیں اپنی نشست پر بٹھا لیتے اور جب سیدہ فاطمہ رضی اللہ عنہا آپ ﷺ کو اپنی طرف تشریف لاتے ہوئے دیکھتیں تو خوش آمدید کہتیں، پھر کھڑی ہو جاتیں اور آپ ﷺ کو بوسہ دیتیں۔ (نسائی، ابن حبان)

حضور نبی اکرم ﷺ کے آزاد کردہ غلام حضرت ثوبان رضی اللہ عنہ نے فرمایا کہ حضور نبی اکرم ﷺ جب سفر کا ارادہ فرماتے تو اپنے اہل و عیال میں سے سب کے بعد جس سے گفتگو فرما کر سفر پر روانہ ہوتے وہ حضرت فاطمہ رضی اللہ عنہا ہوتیں ور سفر سے واپسی پر سب سے پہلے جس کے پاس تشریف لاتے وہ بھی حضرت فاطمہ رضی اللہ عنہا ہوتیں۔ (احمد ابوداؤد)

حضرت برید رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ کو عورتوں میں سب سے زیادہ محبت حضرت فاطمہ الزہراء رضی اللہ عنہا سے تھی اور مردوں میں سے حضرت علی المرتضیٰ رضی اللہ عنہ سب سے زیادہ محبوب تھے۔ (ترمذی، نسائی، حاکم)

قارئین کے سوال

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

جنوری کے سوالات

محترم قارئین السلام علیکم! میرے دو مسئلے ہیں میں جب بس میں سفر کرتا ہوں، سفر چاہے تھوڑا ہو یا زیادہ مجھے الٹی آجاتی ہے، میں اس وجہ سے بہت پریشان ہوں، کاروبار نہیں کر سکتا۔ مجھے شرمندگی الگ سے اٹھانی پڑتی ہے اور کمزوری بہت زیادہ ہو جاتی ہے۔ قارئین سے گزارش ہے کہ اس کا کوئی نسخہ یا دوائی بتائیں۔

☆ قارئین میرا دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ میں کافی عرصہ سے بیرون کار ہوں، کاروبار کرنے کیلئے رقم نہیں، غربت کی وجہ سے بہت پریشان والدین ضعیف العمر میرے بچے چھوٹے چھوٹے ہیں میں چاہتا ہوں میرے آرڈر گورنمنٹ ہائی سکول میں چوکیداری کی سیٹ پر ہو جائے۔ قارئین سے گزارش ہے کہ کوئی روحانی عمل یاد دلاتائیں۔ (محمد صدیق حلیل ضلع جھنگ)

☆ قارئین السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ میری زبان میں لکنت ہے، ویسے تو میں ٹھیک بولتی ہوں، لیکن کبھی بکھار زبان ہکلانا شروع ہو جاتی ہے جس کی وجہ سے بہت شرمندگی ہوتی ہے۔ مہربانی فرما کر مجھے کوئی وظیفہ یا نسخہ بتایا جائے جو آسان ہو اور اس کے علاوہ میں پڑھائی میں تھوڑی سی کمزوری ہوں آج سبق یاد کیا اور کل ادھا بھول جاتا ہے۔ براہ مہربانی مجھے ان دونوں مسئلوں کے بارے میں بتائیں اور جلد بتائیں۔ (ف پوشیدہ)

☆ قارئین السلام علیکم! میری بیٹی جس کی عمر 7 سال ہے۔ اس کے ساتھ مسئلہ یہ ہے کہ چاہے گرمی کا موسم ہو یا سردی کا رات کو سو تے ہوئے بستر پر پیشاب کر دیتی ہے۔ ہم نے کافی جگہ سے اس کا علاج کروایا لیکن مسئلہ جوں کا توں ہے۔ قارئین سے گزارش ہے اس کے حل کیلئے کوئی طبی یا روحانی نسخہ عنایت فرمائیں۔ شکریہ! (قاری عبدالرشید نارووال)

(بقیہ: روحانی محفل سے فیض پانے والے)

کہا۔ اس میں موجود روحانی محفل سے مجھے امید کی کرن نظر آئی۔ ہم بہنوں نے باقاعدگی سے بھائیوں کی نوکری کیلئے روحانی محفل کا اہتمام کیا ابھی بمشکل دو ماہ بھی مکمل نہ کیے ہو گئے کہ ایسی جگہ دونوں بھائیوں کو نوکریاں ملیں کہ ہم سوچ بھی نہیں سکتے تھے اور تنخواہ بھی ہماری سوچ سے زیادہ..... مجھے یقین ہے کہ ہماری دعا اللہ نے روحانی محفل کی وجہ سے قبول کی۔ (شائستہ ارم، جہلم)

دسمبر کے جوابات

1۔ بھائی محمد الیاس صاحب آپ کے ساتھ جو مسئلہ ہوا ہے بالکل یہی مسئلہ میری ایک سہیلی کے ساتھ بھی ہوا تھا۔ اُس نے ایک کتاب سے درج ذیل نسخہ لیکر استعمال کیا کچھ عرصہ مستقل استعمال سے اس کے بال پہلے جیسے ہو گئے آپ بھی اعتماد سے یہ نسخہ استعمال کریں اور دعائیں دیں۔ نسخہ: روغن بادام، تارامیرا تیل، انڈے کا تیل نکال کر تینوں تیل ہم وزن لیکر آپ اس کا مساج روزانہ صبح و شام کریں۔ ہر قسم کے کیمیکل ملے شیمپو اور مصنوعی اشیاء سے پرہیز کریں۔ (مار یہ فہم، کراچی)

☆ محترم الیاس صاحب آپ طب نبوی ہینز آئل اور ہینز پاؤڈر چند ڈبیاں مستقل مزاجی سے استعمال کریں۔ انشاء اللہ چند ماہ بعد آپ کو خود بخود واضح تبدیلی محسوس ہوگی۔ یہ میرا اور میرے خاندان والوں کا آزمایا ہوا ہے۔ (بشیر احمد لاہور)

2۔ بھائی آپ ایسا کریں خون صفاء ادارہ عبقری سے منگوا کر یا ہمدرد کا سیرپ مصفی خون چند ماہ استعمال کریں انشاء اللہ آپ کا رنگ بھی نکھرنا شروع ہو جائے گا اور آپ کے دانوں کا مسئلہ بھی ٹھیک ہو جائے گا۔ (رحمانہ قدیر اسلام آباد)

☆ آپ یا خالق یا ماصور یا جمیل صبح و شام تین تین تسبیح اول و آخر گیر بار درود شریف پڑھ کر پانی پر دم کر کے یہی پانی استعمال کریں۔ کھانا پکاتے ہوئے بھی یہی پانی اس میں ڈالیں آپ کی جلد بھی صاف ہوگی اور اس کے ساتھ ساتھ روحانی طور پر بھی آپ کی خوبصورتی میں اضافہ ہوگا۔ یہ نسخہ عبقری میں بھی چھپ چکا ہے اور بہت سے لوگوں نے اس سے بہت فوائد بھی حاصل کیے ہیں آپ بھی کریں اور دعائیں دیں۔ (محمد علی ملتان)

☆ چہرے کے دانوں کیلئے میرا آزمودہ ہے ایلو ویرا یعنی کے گھگیو ارا کا گودا لیکر روزانہ اپنے چہرے پر کریم کی طرح ملیں حیرت انگیز نفع ہوگا۔ (جویریہ علی لاہور)

3۔ طارق بھائی! آپ روزانہ کم از کم دو گھنٹے دھوپ نکلنے کے بعد دھوپ میں بیٹھیں۔ نہانے کے بعد تولیہ بالکل استعمال مت کریں۔ اس کی جگہ سرسوں کا تیل لیکر جسم پر مساج کریں۔ ٹھنڈی اشیاء سے پرہیز کریں۔ (غلام رسول، جہلم)

نفس کی خلاف جنگ

یہ خواب میں کئی سال سے بار بار اور وقفے وقفے سے دیکھ رہی ہوں میں خود کو پرانے دور میں کسی جنگجو فوج کا سپہ سالار دیکھتی ہوں، ایک صحرا میں دونوں طرف سے فوجیں آتی ہیں اور پھر جنگ شروع ہو جاتی ہے۔ بہت سے لوگ مارے جاتے ہیں اور میری فوج ہار جاتی ہے۔ دوسری فوج کے سپاہی مجھے اور میرے چند بچے گھچے سپاہیوں کو گرفتار کر کے لے جاتے ہیں جس بادشاہ کی فوج مجھے گرفتار کر کے لے جاتی ہے اس کی دس بارہ ملکہ ہوتی ہیں۔ فوج بادشاہ کے حکم کے مطابق مجھے اس کی ایک ملکہ کے حوالے کر دیتے ہیں مگر وہ ملکہ مجھے رکھنے سے انکار کر دیتی ہے۔ اس طرح میں باری باری ہر ملکہ کی غلامی میں جاتی ہوں اور ٹھکرائی جاتی ہوں۔ پھر کوئی غیبی آواز مجھے کہتی ہے کہ میں یہاں سے بھاگ جاؤں ورنہ ان ماکاؤں کا گناہ مجھ پر ہوگا۔ میں قلعے سے بھاگنے کی کوشش کرتی ہوں مگر میں پکڑی جاتی ہوں اور تب سپاہی مجھے بادشاہ کے سامنے اس کے دربار میں پیش کرتے ہیں۔ بادشاہ دوسری طرف منہ کر کے بیٹھا ہوتا ہے اور اس کے کچھڑی بال اور داڑھی لمبی ہوتی ہے اور جیسے ہی وہ بادشاہ میری طرف منہ کر کے مجھے دیکھنے لگتا ہے تو میری آنکھ کھل جاتی ہے اور میں کبھی اس کی شکل نہیں دیکھ پاتی۔ (ماہینہ راولپنڈی)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق یہ جنگ دراصل نفس اور ضمیر کی ہے۔ آپ اس وقت دنیاوی ماحول سے مغلوب ہیں اور آپ کا ضمیر اس ماحول کی قید سے نکلنے اور دینداری اختیار کرنے پر آمادہ کر رہا ہے۔ لہذا آپ نیک اعمال کی پابندی کریں اور گناہوں سے توبہ کر کے اللہ پاک کی رحمت کو اپنی طرف متوجہ کریں۔

آئینی اثرات

مجھے ایسا محسوس ہوتا ہے کہ کوئی چیز اچانک مجھے میرے دونوں ہاتھوں سے پکڑ کر کھینچ رہی ہے۔ میں نے خود کو ہوا میں بس اڑتا ہوا محسوس کیا۔ خواب کے دوران اڑتے ہوئے میں نے محسوس کیا کہ کوئی غیبی آواز کہہ رہی ہے کہ یاسی یا قیوم پڑھو۔ میں نے خواب کے دوران یاسی یا قیوم پڑھنا شروع کیا تو اس چیز نے مجھے چھوڑ دیا۔ جونہی میں نے یہ ورد ختم کیا تو اس چیز (میں خواب کی کیفیت میں اسے کوئی آئینی چیز ہی سمجھ رہا تھا) نے دوبارہ مجھے کھینچنا شروع کر دیا۔ میں نے دوبارہ یا حی یا قیوم کا ورد شروع کیا تو اس چیز نے مجھے دوبارہ چھوڑ دیا اور اس کے فوراً بعد میری آنکھ کھل گئی۔ (فہد اہور)

ہاتھی کی کھال

میں دیکھتی ہوں کہ میری دوست (ر) کا بھائی ایک ہاتھی کے بچے کی کھال اتار رہا ہوتا ہے۔ (میری دوست کے بھائی کی عمر تیرا سال ہے) جب وہ کھال اتار لیتا ہے تو ہاتھی کے بچے پر ہاتھ پھیر کر اس کو بکرا بناتا ہے اور کھال اور بکرا لیکر چلا جاتا ہے اور میں گھر کے باہر صفائی کرنے لگتی ہوں کہ ہمارے گھر کے ساتھ والی اکیڈمی میں بہت سے لڑکے پڑھنے آتے ہیں ان میں وہ لڑکا بھی ہوتا ہے جسے میں حقیقت میں پسند کرتی ہوں۔ محلے میں بچے کھیل رہے ہوتے ہیں اور عورتیں کھڑی باتیں کر رہی ہوتی ہیں کہ وہ لڑکا جسے میں پسند کرتی ہوں میرے قریب آتا ہے اور ہاتھ بڑھا کر مجھے گلاب کا پھول دیتا ہے۔ میں اس سے کہتی ہوں دیکھو مجھے سب کے سامنے پھول مت دو محلے والے باتیں بنائیں گے اور وہ خاموشی سے چلا جاتا ہے اور میں کافی دیر باہر کھڑی اس کا انتظار کرتی ہوں لیکن وہ نہیں آتا پھر میری آنکھ کھل گئی۔

تعبیر: آپ کے خواب کی تعبیر یہ ہے کہ آپ کیلئے بہترین رشتہ آئیگا لیکن اگر جذباتی پن اور بے احتیاطی سے کام لیا تو یہ موقع ہاتھ سے نکل جانے کا اندیشہ ہے۔ نیز اس بات کا بھی اشارہ ہے کہ جس لڑکے کو آپ پسند کرتی ہیں وہ آپ کا تو نہ بنے گا لیکن آپ کی رسوائی کا سبب ہو سکتا ہے آپ استغفار کثرت سے پڑھا کریں۔

نسخہ برائے جریان

ہوالہ: کشتہ سچا موتی دو ماشہ، کشتہ مرجان دو ماشہ، کشتہ عقیق دو ماشہ، ایک پاؤ چینی، چھوٹی الائچی تین ماشہ لکڑی سب کو یکجا کر لیں۔ ایک چمچ صبح وشام دودھ کے ساتھ مسلسل دس دن تک کھائیں۔

انشاء اللہ ہمیشہ کیلئے اس موزی مرض سے چھٹکارا حاصل کر لیں گے۔ یہ نسخہ میں نے آج تک جس کسی کو بھی دیا ہے اللہ نے اس کو شفاء دی ہے۔ (محمد رمضان نیازی صادق آباد)

ہم آپ کے تاثرات کے منتظر ہیں

سارے عالم کو محبت و رواداری اور امن و سلامتی کی مہکتی خوشبوؤں سے معطر کرنے والے عقبري کو قارئین نے کیا پایا؟ عقبري نے ان کو کیا دیا؟ قارئین آپ زندگی کے جس شعبے سے بھی چاہے وہ سیاسی سرکاری پرائیویٹ یا کسی تجارتی شعبہ سے ہوں، عقبري کے سلسلے میں اپنے قیمتی تاثرات ہمیں ضرور لکھیں۔ ہم آپ کے تاثرات کے منتظر ہیں۔ (ادارہ)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ پر پرانے آئینی اثرات محسوس ہوتے ہیں۔ آپ روزانہ سورہ بقرہ مکمل کسی بھی وقت اپنے کمرے میں آواز کے ساتھ پڑھ لیا کریں۔ عمل اکتالیس دن بلا ناغہ کر لیں۔ انشاء اللہ اثرات دور ہو جائیں گے۔

مرحوم رشتہ داروں سے ملاقات

میں نے دیکھا کہ ایک گھر میں میری امی کی بڑی تائی (جن کا انتقال ہو چکا ہے) اور میری امی کی چچی کی بڑی بہن (یہ زندہ ہیں) مل کر رو رہی ہیں کسی کی انتقال پر اس گھر میں میں اپنی امی کی پھوپھی کے ساتھ پودوں کے پاس بیٹھی ہوں ہمیں دیر ہو جاتی ہے پھر میرے ابو کہتے ہیں چلو رکشہ میں میرے امی ابو دونوں بیٹیوں کو لے جاتے ہیں اور میں رہ جاتی ہوں اور سوچتی ہوں کہ یہ لوگ تو چلے گئے ہیں میں گھر



میں آ جاتی ہوں تو میری امی کی پھوپھی کہتی ہیں کہ ہمارے ساتھ چلی جانا۔ پھر منظر بدل جاتا ہے اور میں اپنے آپ کو اپنے ابو کے گھر میں دیکھتی ہوں اور اپنی چھوٹی بیٹی کے بارے میں پوچھتی ہوں تو اس وقت میری چھوٹی بہن اسے گود میں لیکر آ رہی ہوتی ہے۔ پھر منظر بدل جاتا ہے اور میں اپنے آپ کو اپنی امی کی کزن (جن کا انتقال ہو چکا ہے) کے ساتھ پارک میں ہوں اس پارک میں میری امی کی بڑی تائی (جن کا انتقال ہو چکا ہے) ان کی بیٹی اور بہو بھی ہیں تو میری امی کی کزن مجھے وہاں لے جاتی ہیں۔ پھر ہم ایک بلند گج جو پارک ہی میں ہے اس کا دروازہ کھولتے ہیں تو ہمیں ایک مسجد نظر آتی ہے، میں امی کی کزن سے کہتی ہوں کہ یہ مسجد عورتوں کیلئے بنائی گئی ہے تاکہ عورتوں کو سہولت ہو لیکن جب ہم اندر جھانکتے ہیں تو وہاں مرد وضو کر رہے ہوتے ہیں تو امی کی کزن کہتی ہیں کہ آہی جائیں گی عورتیں۔ اس کے بعد سلسلہ ختم ہو گیا۔ (ماہینہ شیخوپورہ)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ مذکورہ مرحومین کیلئے نفلی عبادت یا مالی صدقہ کر کے ایصال ثواب پہنچائیں۔ انشاء اللہ آپ کو دینی اور دنیاوی ترقیاں نصیب ہوں گی۔

فقیر کی دعا سے سب کام بن گئے

نصیر احمد ایبٹ آباد

عائشہ طاہرہ سلطانی
عقبري نے زندگی میں سکون بھر دیا

آپ یقین کریں کہ ماشاء اللہ میں نے اتنی پڑھائی کی ہے کہ اب میں اللہ سے جو بھی دعا مانگوں اللہ تعالیٰ وہ قبول فرما لیتے ہیں محترم حکیم صاحب السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ عقبري سے مجھے وہ سکون ملا ہے جو شاید دنیا بھر کی دولت سے بھی نہ مل پاتا۔ عقبري ملنے سے پہلے میری زندگی دکھوں سے بھری ہوئی تھی ہر روز ایک نئی ٹینشن ملتی تھی۔ میں گھریلو جھگڑوں میں اتنی الجھی ہوئی تھی کہ میرا دل کرتا تھا کسی نہ کسی طرح اپنی زندگی کا خاتمہ کر لوں۔ پھر مجھے عقبري رسالہ کی شکل میں ایک رہنما ملا۔ جس میں سے میں نے مختلف وظائف اور عملیات اور طبی نسخہ جات استعمال کیے۔ اس میں موجود روحانی محفل نے میری زندگی میں سکون بھر دیا۔

میرے گھر میں موجود ایسے افراد جن کو میں ایک نظر بھی نہ بھاتی تھی اور وہ ہر وقت مجھے اذیتیں دیتے رہتے تھے آہستہ آہستہ خود بخود اپنے عزائم سے باز آ گئے۔ آپ یقین کریں کہ ماشاء اللہ میں نے اتنی پڑھائی کی ہے کہ اب میں اللہ سے جو بھی دعا مانگوں اللہ تعالیٰ وہ قبول فرما لیتے ہیں۔

عقبري میگزین میں دو انمول خزانہ کا پڑھا وہ میں نے عقبري کے دفتر سے منگوا یا اور اس کتابچے میں دی گئی ترکیب سے پڑھا۔

اب میں کوئی بھی کام بنانے کیلئے انمول خزانہ کی منت مان لوں تو وہ کام پورا ہو جاتا ہے اور میرے اللہ نے مجھ پر اتنی کرم نوازی کی ہے اللہ مجھے اپنی پناہ میں رکھے اور میرے اہل وعیال کو بھی اپنی حفاظت میں رکھے۔ آمین!

بعض دفعہ میں سوچتی ہوں کہ میں نے اپنی اتنی زندگی گزاری اور اللہ تعالیٰ مجھے معاف کرے اور نیکی کے راستے پر چلنے کی توفیق دے بس اب تو ایک ہی خواہش ہے کہ حج یا عمرہ کر کے آؤں۔ دل بہت چلتا ہے کہ روضہ رسول ﷺ اور خانہ کعبہ میں جا کر اتنے آنسو بہاؤں کہ اپنی پچھلی زندگی کی تمام باتیں اللہ سے معاف کرا لوں۔ اللہ تعالیٰ مجھے معاف کرے میں اللہ تعالیٰ کی حقیر بندی اور حضور ﷺ کی غلام مجھے اللہ تعالیٰ قیامت کے دن اپنے دیدار اور رسول کریم ﷺ کی شفاعت نصیب کرے آمین۔

ابھی تھوڑے دن کی بات ہے کہ میں اپنی منہ کے دیور کے ہاں ایک تقریب میں گئی وہاں سے واپسی پر مجھے پتہ ہی نہ چلا میرا ایک بندہ سونے کا گر گیا اور اب یہ پتہ نہیں کہاں گرا گھر آ کر میں نے برقعہ اتارنے کے (باقی صفحہ نمبر 41 پر)

سارے گھر والے حیران تھے کہ یہ کیا ماجرا ہے؟ دوسرے دن صبح سویرے شہر سے ایک آدمی آیا اس نے ماموں کو کہا کہ مکان تعمیر کرنا ہے اس کے ساتھ چلے ماموں نے اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کیا اور ساتھ ہو لیے۔ مزدور بھی ساتھ لے لیا، کام شروع کر دیا

ایک صاحب نے اپنے ماموں کا قصہ کچھ اس طرح بیان کیا کہ اس کے ماموں ایک پہلوان ٹائپ انسان تھے۔ راج (مستری) کا کام کرتے تھے۔ چند دن کام نہ ملا۔ شہر کا چکر لگاتے رہے، کمایا ہوا خرچ کر ڈالا۔ ایک دن شہر سے واپس ہوئے تو دیکھا کہ چند ساتھی گاؤں سے باہر پتھروں پر بیٹھے ہوئے گپیں لگا رہے ہیں۔ یہ بھی ان کے پاس چلے گئے سلام ودعا کے بعد پوچھا کہ کیا خاص باتیں کر رہے ہو کیا مجھے بھی بتاؤ گے؟ انہوں نے کہا کیوں نہیں بیٹھو اور سن لو۔ وہ بولے ہم نے پیدل حج جانے کا پروگرام بنایا ہے۔ تم نے بھی اگر جانا ہے تو تیاری کرو اور ایک دن مقرر کر کے روانہ ہو جائیں گے۔

پیسے کسی کے پاس نہیں کوئی مال مویشی فروخت کر کے چلے جائیں گے، کہنے لگے کہ ماموں یہ بات سن کر تڑپ گئے، دل ہی دل میں اللہ تعالیٰ سے مدد مانگنے لگے۔ شام کا وقت تھا گھر والے ملکی کی روٹی پکانے میں مصروف تھے گھر میں ایک ہی گندھی پیاز پڑا ہوا تھا۔ میرے ماموں نے گندھی اٹھائی اور جیب میں ڈال لی۔ روٹی پکنے کا انتظار کرنے لگے۔ خیال تھا کہ پیاز کا ٹکڑا کرسی کے ساتھ روٹی کھائیں گے۔ گھر سے باہر ایک جگہ پر جا کر بیٹھ گئے۔ آگے سے راستہ گزرتا تھا۔ دیکھا کہ عام کپڑوں میں ایک شخص چلا آ رہا ہے، سردائیں بائیں مار رہا ہے، ایسا لگتا کہ گردن میں ہڈی نہیں نزدیک آیا تو ماموں نے بیٹھنے کا کہا، وہ بیٹھ گیا۔

ماموں نے پوچھا کہ پانی پینا ہے یا سی؟ وہ بولا سی لے آؤ؛ ماموں ایک بڑے کٹورے میں سی لائے اور پیش کر دی، فقیر نے پینے کے بجائے ہاتھ دھو کر کٹورہ خالی کر دیا۔ ماموں نے سوچا کہ اس کو پسند نہ آئی ہوگی اس لیے ہاتھ دھو لیے، ماموں نے کٹورہ دھویا اور دودھ سے بھر کر پیش کیا۔ اس شخص نے دودھ سے بھی ہاتھ دھو لیے۔

ماموں سمجھ گیا کہ یہ کوئی مجذوب یا فقیر ہے۔ ماموں نے گھر والوں کو کہا کہ کبھی نیم گرم کر کے دیں۔ وہ پیالہ میں ڈالا اور لا کر سامنے رکھ دیا۔ فقیر نے اس سے بھی ہاتھ دھو لیے اور ماموں کے جیب میں پڑی پیاز کی گندھی مانگ لی۔ ماموں نے نکال کر بخوشی پیش کر دیا۔ ماموں حیران ہوئے کہ اس

نے کھانے کی پاک چیزوں سے ہاتھ کیوں دھوئے ہیں؟ روٹی کا پوچھا تو اس نے انکار کر دیا۔ پیاز کی گندھی ہاتھ میں رکھ کر سفر پر روانہ ہو گیا۔

سارے گھر والے حیران تھے کہ یہ کیا ماجرا ہے؟ دوسرے دن صبح سویرے شہر سے ایک آدمی آیا اس نے ماموں کو کہا کہ مکان تعمیر کرنا ہے اس کے ساتھ چلے ماموں نے اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کیا اور ساتھ ہو لیے۔ مزدور بھی ساتھ لے لیا، کام شروع کر دیا

سارے گھر والے حیران تھے کہ یہ کیا ماجرا ہے؟ دوسرے دن صبح سویرے شہر سے ایک آدمی آیا اس نے ماموں کو کہا کہ مکان تعمیر کرنا ہے اس کے ساتھ چلے ماموں نے اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کیا اور ساتھ ہو لیے۔ مزدور بھی ساتھ لے لیا، کام شروع کر دیا

پاؤں گرم ہونے پر خارش ہونے لگتی ہے۔ ہاتھوں کی انگلیاں بھی سوج جاتی ہیں۔ ہاتھ کی پوریں بھی ابھری ابھری لگتی ہیں میں مری میں رہتی ہوں اگر سردی کے موسم میں کہیں اور چلی جاؤں تو میرے ہاتھ پاؤں ٹھیک ہو جاتے ہیں۔ اس کیلئے بتائیے میں کیا کروں؟ (ش۔ب۔مری)

مشورہ: ایک بڑا شائع کاٹ کر پانی میں خوب ابالے۔ اس میں تھوڑا سا نمک ملائیے اور رات کے وقت گرم پانی میں پاؤں جھگو کر بیٹھیے۔ پانی ٹھنڈا ہو جائے تو پاؤں نکال کر صاف کر لیجیے، مگر دوسرے پانی سے نہیں بلکہ کپڑے سے صاف کر کے معمولی سا زیتون کا تیل لگائیے۔ سوئی موزے پہن کر سو جائیے۔ ایک چمچ شہد، ایک چمچ لیموں کا رس اور ایک چمچ چھوٹی چمچ زیتون کا تیل ملا کر یہ لپ دن میں کسی وقت ہاتھوں کی پوروں پر کیجئے 10 منٹ بعد ہاتھ پانی سے دھو لیجئے۔ امید ہے کافی فرق پڑے گا۔

زیادہ پیشاب کی شکایت

میرے چار بچے ہیں باری باری رات کو پیشاب کیلئے اٹھتے ہیں میرے شوہر اور سر بھی رات کو چھ سات بار اٹھ کر پیشاب کیلئے جاتے ہیں۔ مجھ سے کسی نے کہا ہے تل کے لڈو بنا کر کھلاؤ اس سے یہ شکایت دور ہو جائیگی۔ چھوٹا بچہ چھ سال کا ہے۔ بعض دفعہ وہ بستر پر پیشاب کر دیتا ہے۔ مارنے پیسنے سے بھی باز نہیں آتا۔ براہ کرم میرا یہ مسئلہ حل کر دیجئے۔ (مسز خان پشاور)

مشورہ: آپ شام کے وقت بچوں کو ٹھوس غذا دیجئے۔ مغرب کے بعد کسی کو چائے، دودھ وغیرہ نہ دیا جائے، پیشاب کر کے بچوں کو بستر میں جانے دیں، تل کے لڈو مفید ہوتے ہیں، گڑ کے شیرے میں تل اور میوہ ڈال کر لڈو یا برنی بنائی جاتی تھی جو سردی کی شدت کو بھی روکتی اور مٹانے کو طاقت دیتی تھی۔

لڈوؤں کیلئے آپ ایک پاؤں ناریل لے کر کدو کوش کر لیجئے اور ایک پاؤں اچھا صاف مٹھ لے کر اس کے بیج نکالے، سفید دھلے ہوئے تل ایک پاؤں لیکر صاف کر لیجئے ان تینوں کو ملا کر کوٹے اور ان کے بچپیں لڈو بنا کر رکھ لیجئے صبح نہار منہ بچوں کو ایک لڈو کھلائیے اور چند منٹ بعد ناشتہ کرائیے۔ رات کو سونے سے پہلے ایک لڈو کھلا دیجئے، بڑوں کو دو لڈو کھلائیے اس سے جسم میں طاقت آئیگی، اعصاب مضبوط ہونگے، مثانہ مضبوط ہوگا، سردی کے موسم میں مسلسل یہ لڈو کھلائے جائیں تو فائدہ ہوگا۔ تلوں کے لڈو سوچی کوکھی میں بھون کر تل، میوے اور چینی ڈال کر بنائے جاتے ہیں، کچھ لوگ گڑ کا شیرہ پکاتے ہیں، اس میں تل اور میوہ ملاتے ہیں اور بھونی ہوئی

خواتین پوچھتی ہیں؟

ام اوراق

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

بالوں کا گھمبیر مسئلہ

میرے بالوں کا مسئلہ بہت گھمبیر صورت اختیار کرتا جا رہا ہے، میرے بال دن بدن کمزور اور روکھے ہوتے جا رہے ہیں جس کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں، پہلے میرے بال بہت گھنے اور لمبے تھے لیکن پچھلے چند ماہ سے بہت زیادہ تعداد میں گرنا شروع ہو گئے ہیں جس کی وجہ سے میں بہت زیادہ پریشان ہوں براہ مہربانی مجھے کوئی مشورہ دیں۔ شکریہ! (آسیہ شفیق لاہور)

مشورہ: گھنے بالوں کا مسئلہ کچھ زیادہ ہی نظر آ رہا ہے۔ کئی خطوط آئے جن کے بال گر رہے ہیں اچھے سے اچھے شیمپو اور صابن کے استعمال کے بعد بھی بالوں کی نشوونما نہیں ہو رہی۔ کچھ کا مسئلہ یہ ہے کہ بالوں کی چمک ختم ہو گئی ہے اور وہ ٹوٹ رہے ہیں۔ باوجود احتیاط کے بال لمبے نہیں ہوتے اور بے جان نظر آتے ہیں۔ بالوں کی خوبصورتی کا تعین ان کی لمبائی اور ان کے گھنے پن سے کیا جاتا ہے کچھ خواتین کے گھیرے بال دیکھ کر رشک آتا ہے۔ چھدرے بالوں والی خواتین چاہتی ہیں ان کے بال گھنے ہو جائیں۔ ان کو معلوم نہیں بالوں کا گھنا ہونا موروثی ہوتا ہے۔ پیدائشی طور پر کم بال ہوں تو ان کو احتیاط کے ساتھ دیکھ بھال کر کے سنبھالا جاتا ہے۔ باریک بال ہوں تو ان کو آپ گرنے سے بچا سکتے ہیں۔

ناقص غذا، خراب پانی، سوڈے والے صابن اور خراب شیمپو استعمال کرنے سے بھی بال گر تے ہیں، کوئی غم لاحق ہو تو اس سے بھی بال گرنے شروع ہو جاتے ہیں۔ بچے کو دودھ پلانے کے دوران بھی غذا کی کمی سے بال تیزی سے گر تے ہیں جو لوگ سر میں بال بالک مساج نہیں کرتے، ان کے بال بھی بے رونق اور خشک ہو جاتے ہیں۔ بال انسانی شخصیت کی کشش کا باعث ہوتے ہیں۔ یہ کشش برقرار رکھنے کیلئے بالوں کی دیکھ بھال بہت ضروری ہے۔ ذہنی تناؤ اور دباؤ سے وہ سب سے پہلے متاثر ہوتے ہیں۔ آج کے دورِ نت نئے شیمپو کے اشتہار آتے ہیں ان سے متاثر ہو کر خواتین انہیں استعمال کرتی ہیں اور بسا اوقات نقصان اٹھاتی ہیں۔

پہلے زمانے میں سرسوں کی کھل سے سردھویا جاتا اور سرسوں کا خالص تیل سر پر لگایا جاتا تھا۔ اس سے بال سیاہ، چمکیلے اور گھنے

رہتے تھے، سفید بھی نہیں ہوتے تھے۔ بادام کی کھل سے بھی بال دھوئے جاتے تھے اور ناریل کا تیل لگایا جاتا تھا۔ بنگال میں ناریل کا تیل استعمال کرنے سے بال بے حد لمبے اور پرکشش ہوتے تھے۔ چمبیلی کے تیل میں مختلف جڑی بوٹیاں ملا کر تیل بنایا جاتا تھا۔ آنولے اور ریٹھے سے بھی سردھویا جاتا، پیری کے پتے تیس کر سردھونے سے بھی بال مضبوط اور گھنے ہوتے تھے۔ وقت کے ساتھ ساتھ یہ ساری باتیں ختم ہوئیں اب خشک بالوں کیلئے کریم، شیمپو، سر میں خشکی کیلئے اینٹی ڈنڈر ف شیمپو، پکنے بالوں کیلئے لیسن شیمپو، سادے بالوں کیلئے شیمپو بے شمار اقسام کے دستیاب ہیں۔ اب ڈاکٹر کہتے ہیں بالوں کیلئے وٹامن اے، بی، سی، ڈی، ای، کلورین، سلفر، آئیوڈین اور زنک ضروری ہے۔ حیاتین کی ایک خاص مقدار بالوں کی صحت کیلئے ضروری ہے۔ تازہ سبزیاں، سلاڈ اور پھل کھانے سے بالوں کو وٹامن وغیرہ کی مطلوبہ مقدار مل جاتی ہے۔ وٹامن کی گولیاں کھانے کے بجائے اگر آپ غذا پر زور دیں تو سارے مسئلے حل ہو جاتے ہیں۔ تازہ ہوا، اچھی غذا اور بالوں کی مناسب دیکھ بھال سے بال گرنے بند ہو جاتے ہیں۔ سب سے آسان اور بے ضرر علاج آملہ ہے۔ رات کو مٹی بھر آنولے ایک پیالے میں بھگو دیجئے صبح آنولے ل کر چھلنی میں چھان لیجئے۔ پانی سر میں لگائیے اور چند منٹ مساج کیجئے پھر سادہ پانی سے دھو لیجئے۔ ایک ماہ کے استعمال سے آپ بالوں میں نمایاں چمک اور زماہٹ محسوس کریں گے۔

بالوں کی صحت کیلئے سب سے مفید چیز یہ ہے کہ آپ پابندی سے نماز پڑھیے۔ سجدہ کرنے سے دوران خون سر کی جانب ہوتا ہے اور اس سے بھی بال مضبوط ہوتے ہیں۔ اعصابی اور ذہنی تناؤ نماز ہی سے دور ہوتا ہے۔ تناؤ ختم ہوگا تو آپ کے بالوں کی صحت روز بروز بہتر ہوگی۔

بال دو چار ہفتوں میں نہیں بڑھ جاتے۔ آپ اطمینان اور سکون سے وقت گزارئیے، آملے سے سردھویں اور تیل کا مساج

سردی میں انگلیاں کیوں سوجتی ہیں؟

کیجئے۔ آپ کو خود ہی اس بے ضرر علاج سے فائدہ محسوس ہوگا۔ سردی کے موسم میں پاؤں کی انگلیاں سوج جاتی ہیں، پھر

سبز پتوں والی سبزیوں کے فوائد

کرن نازلاہور

میں نے ٹرین میں اسلام قبول کیا؟

دہلی سے چندی گڑھ جاتے ہوئے ٹرین میں ہندو سوار ہوا تھا لیکن ٹرین میں ایک اللہ والے نے آکر مجھے دعوت دی اور میں نے اسلام قبول کر لیا۔ ایمان قبول کرنے کے بعد مجھے ایسا لگا جیسے میں آج ہی پیدا ہوا ہوں، میں نے کلمہ پڑھ کر ایسا محسوس کیا جیسے کوئی جان لیوا گھٹن سے چھٹکا رہا تھا۔ 18 نومبر 2003ء سے آج تک ہر لمحہ مجھے مولانا صاحب کے اس قول کی سچائی دکھائی دے رہی ہے کہ مسلمان تو ہر بچہ پیدا ہوتا ہے مگر اللہ نے آپ کو بانیِ نیچر (فطرتاً) مسلمان رکھا ہے مجھے اسلام قبول کر کے اجنبی پن محسوس کرنے کے بجائے بہت اپنائیت اور مناسبت معلوم ہوئی۔ مولانا صاحب کو بھی میرے اسلام قبول کرنے کی بڑی خوشی ہوئی۔ انہوں نے بتایا کہ ہم جیسے درمیانی درجہ سے کے لوگ فرسٹ اے سی میں تو دور کی بات تھوڑے سی میں بھی سفر نہیں کرتے میں تو ہمیشہ سلیپر کلاس میں سفر کرتا ہوں پہلے سے واپسی طے نہ ہونے کی وجہ سے ہمارے رفیق محمد بارون صاحب نے اگست کرائی میں رزرویشن کرادیا کہ دہلی اور چندی گڑھ کے پروگرام میں شرکت ہو جائیگی ایک روز پہلے رزرویشن کرانے کے باوجود انہوں نے ٹکٹ تک مجھے نہیں دیا اور سیدھے گاڑی میں چھوڑنے آئے فرسٹ اے سی کے ڈبے میں جانے لگے تو میں بار بار کہتا رہا کہ یہ فرسٹ اے سی ہے۔ مفتی صاحب نے ان سے کہا کہ وہ ہرگز فرسٹ اے سی میں سفر نہیں کریں گے۔ بھائی عبدالعزیز نے مسلم نہ کہا میں مولانا صاحب کو راضی کر لوں گا۔ بھائی عبدالعزیز نے بولے کہ جہاز میں تین گھنٹے سفر کے دوران ڈاکٹر قاسم جیسے بڑے آدمی مسلمان ہو گئے اب آپ کے ساتھ تین آدمی ہونگے اور سولہ گھنٹے کا ناٹم ہوگا اگر کچھ روپے خرچ ہو کر تین وی آئی پی مسلمان ہو گئے تو سودا اکتنا سستا ہے۔ مولانا صاحب نے بتایا کہ عبدالعزیز کی اس تقریر نے مجھے مطمئن کر دیا۔ میں نے مولانا صاحب سے کہا کہ میں آپ کو فرسٹ اے سی میں دیکھ کر ذرا عجیب محسوس کرتا ہوں مگر بعد میں خیال ہوا کہ کسی شردھاو عقیدت مند نے ٹکٹ کرایا ہوگا مگر اسلام قبول کرنے کے بعد اب محسوس ہوا کہ کسی عقیدت مند نے نہیں بلکہ میرے کریم مالک نے مجھ پیار سے اور بے چین بندے کیلئے آپ کو رہنما کر اسے ڈبے میں سوار کیا تھا۔ کیونکہ اگر آپ آج اس ٹرین میں سوار نہ ہوتے تو مجھے اسلام جیسی نعمت نہ ملتی۔ (صفحہ نمبر 167)

”اگر آپ اسلام قبول کر نیوالے نو مسلم بہن بھائیوں کی مزید اثر انگیز اور لادینے والی آپ بیتیاں پڑھنا چاہتے ہیں تو کتاب ”نسیم ہدایت کے جھونکے“ کا مطالعہ کریں

گرم اور سرد مزاج دونوں افراد کیلئے یکساں مفید ہے۔ فوری ہضم ہونے میں مفید ہے۔ معدے کی سوزش اور پیشاب کی جلن دونوں میں نافع ہے۔ نزلہ سینہ اور پھیپھڑوں کے درد اور بخار میں اس کا کھانا بہت مفید ہے اور ہے جن عورتوں کو حیض کا خون بار بار آتا ہو ان کیلئے مفید ہے۔ عورتوں کے دودھ کی مقدار میں اضافہ کرتی ہے۔ جسمانی خون کی کمی اور اعصابی کمزوری کیلئے بے حد مفید سبزی ہے۔

پالک: گرم اور سرد مزاج دونوں افراد کیلئے یکساں مفید ہے۔ فوری ہضم ہونے میں مفید ہے۔ معدے کی سوزش اور پیشاب کی جلن دونوں میں نافع ہے۔ نزلہ سینہ اور پھیپھڑوں کے درد اور بخار میں اس کا کھانا بہت مفید ہے۔ گرمی کی وجہ سے ہونے والے یرقان اور کھانسی کو رفع کرتی ہے۔ پالک کے پانی سے غرغہ کرنا حلق (سنگھڑی) کے درد کو آرام دیتا ہے۔ خون کو صاف کرتی ہے۔ دوسرے تمام ساگوں کی نسبت زیادہ نافع ہے اور غذائیت کے لحاظ سے چولائی اور بھوٹا کے ساگ سے بھی زیادہ بڑھی ہوئی ہے۔ صفراء کی وجہ سے اگر کسی بھی قسم کا جنون یا چڑچڑاہٹ ہو تو پالک کو بکرے کے گوشت میں پکا کر استعمال کریں۔ سر میں درد ہو یا مسلسل رہتا ہو تو بکرے کی سری میں پکا کر استعمال کریں اسے اگر مونگ کی دھلی ہوئی دال میں پکا کر کھایا جائے تو پیشاب کی سوزش اور پیشاب نہ آنے کی وجہ کو دور کرتی ہے۔

باتھو: یہ ایک خورد و پودا ہے اور عام طور پر گندم کے کھیتوں میں از خود آتا ہے۔ اسے بھی بطور ساگ پکا کر کھایا جاتا ہے جو اپنے طبی خواص کیلئے بہت سے امراض کیلئے سودمند ہے۔ حلق کے ورموں کو تحلیل کرتا ہے جن لوگوں کو گرمی کی وجہ سے کھانسی اور سہل کا عارضہ ہو ان کیلئے مناسب ہے۔ ایسے اصحاب کو روغن بادام میں پکا کر کھانا چاہیے۔ غذا کو جلد ہضم کرتا ہے اور قبض کو دور کر کے پاخانہ لاتا ہے۔ ملین ہونے کی وجہ سے جگر کے سدے کھولتا ہے اور یرقان کیلئے فائدہ مند ثابت ہوتا ہے سرد مزاج والوں کو چاہیے کہ جوش کر کے روغن زیتون میں بھون کر اور گرم مصالحہ ملا کر کھائیں۔ اسے جوش دیکر اس کے جوشاندے کے استعمال سے مٹانے کی پتھری ٹوٹ جاتی ہے ایسی گرم دوائیں جو مصلح نہ ہوں کے ساتھ کھانے سے قوت باہ بڑھتی ہے اس کے پتوں کو جوش کر کے وہ پانی پینے سے رکھا ہو پیشاب کھل جاتا ہے۔ باتھو غذا کی خواہش کو بڑھاتا ہے اور بھوک لگاتا ہے۔

سبزیاں نہایت غذائیت بخش خصوصیات رکھتی ہیں جس کی وجہ سے ان کو حفاظتی خوراک میں شامل کیا جانے لگا ہے۔ موجودہ دور کے ماہرین خوراک اب سبزیوں خصوصاً سبز پتوں کو بطور ساگ استعمال کرنے کے مشورے دینے لگے ہیں۔ تحقیق کے مطابق اس کی بڑی وجہ یہ ہے کہ یہ حیاتین نمکیات اور سیلولوز سے بھرپور ہوتے ہیں۔ ان پتوں میں چمکدار سبز رنگ حیاتین اور کلوروفل کی نشاندہی کرتا ہے اور یہ سبز پتے اپنے کاربوہائیڈریٹ کی بدولت انسان کو اچھی خاصی توانائی فراہم کرتے ہیں۔ اپنی مخصوص توانائی کی وجہ سے ان پتوں کو دونوں میں کم از کم دوسرے کسی نہ کسی طرح ضرور استعمال کرنا چاہیے۔ بطور سلاڈ یا ان کا سالن ساگ کی شکل میں پکا کر استعمال کرنا انسانی صحت کیلئے نہایت سودمند ہوتا ہے۔ یہ سبز پتے اپنے اندر موجود ریشوں اور دیگر اجزاء کی وجہ سے قبض کشا اثر رکھتے ہیں جس کی وجہ سے انسان کا نظام انہضام درست طور پر کام کرتا ہے اور بہت سے ایسے امراض سے انسان کو بچائے رکھتا ہے جو خرابی معدہ کے سبب پیدا ہوتے ہیں۔ ان پتوں میں موجود نمکیات اور حیاتین کی موجودگی غذا کو ہضم ہونے تازہ اور مصفاہ خون کی فراہمی میں مدد و معاون ہوتے ہیں۔ سبزیوں کے ان پتوں میں میتھی، چولائی، شلغم، مولی، پالک اور باتھو وغیرہ کے پتے زیادہ مستعمل ہیں۔ ان کے خواص درج ذیل ہیں:-

میتھی: یہ بنیادی طور پر پیشاب آور اور خرچ بلغم ہے۔ گردوں میں جب سوزش کی وجہ سے پیشاب کم آ رہا ہو تو پیشاب لاتی ہے۔ اس طرح بلغم کو خارج کر کے پھیپھڑوں کی اندرونی جھلی کی تندرستی کو برقرار رکھتی ہے اور توانائی فراہم کر کے آئندہ ملہب (ورم) ہونے سے محفوظ رکھتی ہے۔ میتھی کے استعمال کے دو طریقے ہیں۔ ایک طریقہ اس کے پتوں کو بطور سالن پکا کر کھانے کا ہے اور دوسرا طریقہ اس کے پتے اور شاخیں سکھا کر کام میں لانا ہے۔ یہی ہوئی میتھی کا ایک چائے والا چھچھ پانی کے ساتھ کھانے سے اسہال اور پیچش کو فائدہ دیتا ہے۔ اگر اسے پانی میں ملا کر گرم کر کے شہد ملا کر پیاجائے تو کھانسی کیلئے مفید ہے۔ میتھی کے مسلسل استعمال سے بواسیر کا خون بند ہو جاتا ہے اور اکثر اوقات سے گر جاتے ہیں۔ ریح کو ختم کر کے والی اور پیشاب

قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں

قارئین! آپ بھی غل غلٹنی کریں آپ نے کوئی روحانی جسمانی نسخہ ٹوکھ آزمایا ہو اور اس کے فوائد سامنے آئے ہوں یا آپ نے کوئی حیرت انگیز واقعہ دیکھا یا سنا ہو تو عقرب کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں اپنے معمولی سے تجربے کو بھی بیکار نہ سمجھئے یہ دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہو سکتا ہے اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ۔ چاہے بے رابطہ ہی لکھیں صفحات کے ایک طرف لکھیں نوک پلک ہم خود ہی سنوار لیں گے۔

سردرد جاتا رہا

(پرنس (ر) غلام قادر ہراج)

میرے بیٹے محمد خلیف الرحمن جس نے ابھی ایف ایس سی کا امتحان دیا ہے عرصہ دو سال سے سردرد کی تکلیف میں مبتلا تھا پہلے دیسی نسخے استعمال کیے عارضی آرام آتا رہا پھر انگریزی ادویات / ٹیسٹ وغیرہ پر ہزاروں روپے خرچ کیے مگر عارضی فائدہ ہوتا رہا۔ پھر اچانک ایک دن حکیم صاحب میرے ادارہ میں تشریف لائے ان کا یہ دورہ اچانک تھا۔ صرف دو تین گھنٹے پہلے فون پر رابطہ ہوا تھا میری کتنی خوش نصیبی تھی کہ لوگ ان کی زیارت و محفل کیلئے ترستے ہیں اور وہ میرے پاس تشریف لائے۔ اس دوران میرا بیٹا محمد خلیف الرحمن بھی وہاں موجود تھا جو کہ ننگے سر تھا۔ حکیم صاحب کی نگاہ جو نبی میرے بیٹے پر پڑی تو فرمایا ”خلیف الرحمن! اللہ والے! ایک بات یاد رکھنا کہ آئندہ تم نے ننگے سر نہیں پھرنا“ اُس دن سے بچے ننگے سر باہر نہیں نکلا اور اس دن سے لیکر آج تک اس کے سر میں تکلیف بھی نہیں ہوئی۔ اللہ والوں کی زبان میں کتنی تاثیر ہوتی ہے۔ انہیں تو بچے کی سردرد کی تکلیف کے بارے کچھ بھی نہیں کہا تھا مگر انہوں نے ازراہ شفقت ایک سنت پر عمل کی نصیحت کی اور سنت نبوی ﷺ پر عمل کرنے کے صدقے بچے کے سردرد کی تکلیف جاتی رہی۔

دوائی کیسے پہنچی اسے کون لایا؟

ایک ماہ قبل کا واقعہ ہے میرے گھر میرے بستر پر ”کسیر البدن“ کی ڈبی پانی گئی پتا چلا کہ ہمسائے دے گئے ہیں جنہیں کوئی اجنبی میرے لیے دے گیا ہے۔ میں نے فوراً بذریعہ فون دفتر ماہنامہ عقرب کی لاہور رابطہ کیا وہاں سے لاعلمی کا اظہار کیا گیا۔

حکیم صاحب سے التماس ہے کہ اس بارے مجھے رہنمائی فرمائیں کہ یہ دوائی بغیر مانگے کس طرح میرے پاس پہنچی؟ یہ بذریعہ ڈاک بھی نہیں آئی، میں نے کسی کو لانے کیلئے بھی نہیں کہا تھا۔ یہ الگ بات ہے کہ مجھے اس کی اشد ضرورت تھی۔ اس کی قیمت کس نے ادا کی؟ اور کون وہاں لایا یہ ابھی تک معلوم نہیں ہوا۔

ایک بات نے کایا پلٹ دی

غالباً 1982ء کی بات ہے میں کلاس میں پڑھا رہا تھا اسی دوران ڈاک کیے آیا اور اس نے میرا لفافہ میرے حوالے کیا۔ میں نے اسے کھولنے کیلئے ابتدا ہی کی تھی کہ میرے ایک ساتھی ٹیچر صوفی عبدالستار صاحب باز کی طرح جھپٹے اور میرا لفافہ میرے ہاتھوں چھین کر باہر لے گئے۔ میں نے ناراضگی کی شکل میں انہیں کہا کہ لفافہ میرا ہے اور تم نے کیوں چھینا ہے؟ جواباً فرمانے لگے۔ ”یہ وقت امانت ہے خیانت نہ کرو“ انہوں نے میرے ضمیر کو ایک ایسی ضرب لگائی اور اس دن کے بعد آج تک میری یہ کوشش رہی ہے کہ بچوں کو پڑھانے کیلئے جو وقت امانت سمجھتا ہوں اس میں خیانت نہ کروں اگر کبھی کچھ کوتاہی ہو جائے تو اوور ٹائم لے کر کی دور کردوں۔

میرے آزمودہ طبی و روحانی تجربات

(سہیل احمد سکھر)

خارش کا نسخہ: مجھے کافی عرصہ سے خارش تھی میں نے کئی نسخہ جات استعمال کیے لیکن فائدہ وقتی ہوتا تھا پھر مجھے کسی نے یہ نسخہ استعمال کرنے کا کہا میں نے کچھ عرصہ استعمال کیا تو مجھے خارش سے نجات مل گئی۔ اس کے بعد میں نے جس کسی کو بھی یہ نسخہ دیا اللہ نے سب کو شفاء دی۔ نسخہ درج ذیل ہے:-

ہوالاشانی: گندھک، یلا تھوٹھا، بانجی پارہ تمام 50،50 گرام لیں۔ طریقہ استعمال: سب کو پوس کر گائیں یا بھینس کے مکھن میں حل کریں اس کے بعد پارہ بھی حل کریں اور خارش زدہ جگہ پر لگائیں۔ (نوٹ: پارہ اور نیلا تھوٹھا زہریلے احتیاط سے صرف خارش زدہ جگہ پر لگائیں کہیں منہ میں نہ چلا جائے۔)

فرشتوں کی عبادت کا ثواب

جو بندہ سورۃ الانعام کی پہلی تین آیات صبح و شام پڑھے گا چالیس ہزار فرشتے قیامت تک عبادت کریں گے اور اس کا ثواب بندے کے نامہ اعمال میں لکھا جائے گا۔ اس پر اللہ پاک ایک فرشتہ مقرر کر دیتے ہیں جو شیطان کا وسوسہ ڈالنے پر اس کے منہ پر کڑوا مارتا ہے تو شیطان اور بندے کے درمیان پردے گر جاتے ہیں قیامت کے دن اللہ تعالیٰ فرمائیں گے

اے بندے! آ میرے عرش کے سائے میں تجھے اپنی جنت کے میوے کھلاؤں، حوض کوثر سے پانی پلاؤں، سبیل کے چشے سے تجھے نہلاؤں۔

ان آیات سے مجھے بہت فائدہ حاصل ہوئے ہیں جس دن یہ آیات نہیں پڑھتا اس دن میرا دل بے چین رہتا ہے۔

☆ جو شخص ہر فرض نماز کے بعد آیہ اکرسی پڑھے تو اس کے اور جنت کے درمیان صرف موت کا پردہ ہے۔ (الحديث)

☆ جو شخص صبح کی نماز کے بعد 10 مرتبہ تعوذ پڑھے اللہ پاک ایک فرشتہ مقرر کر دیتا ہے جو اس سے شیطان کو دور کرتا ہے۔

☆ جو شخص ظہر کی نماز کے بعد یہ درود شریف 100 مرتبہ پڑھے تو وہ مقروض نہیں ہوگا اگر مقروض ہے تو قرض بے باک ہو جائیگا اور قیامت میں کسی نعمت کا سوال نہیں ہوگا اور نہ کسی قسم کے قصور کا محاسبہ ہوگا۔ (حديث)۔ درود شریف یہ ہے:-

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ
☆ جو بندہ بسم اللہ کے ساتھ سورۃ اخلاص 10 مرتبہ صبح کی نماز کے بعد پڑھے گا شیطان چاہے کتنی کوشش کرے اسے غلط کام پر نہیں ڈال سکتا۔ ☆ ایک صحابی نے حضور ﷺ سے عرض کیا کہ دشمن کے حملے کے خوف سے ہم سو نہ سکے۔ آپ ﷺ نے فرمایا اگر آپ (حلم لَا يُنْصَرُونَ) پڑھ لیتے تو آرام سے سو جاتے وہ حملہ کرنے کی جرأت نہ کرتے۔

☆ جو شخص سورۃ یسین لکھ کر پانی میں حل کر کے پی لے گا اللہ پاک اس کے دل میں ہزار نعمتوں کو ہزار نوروں کو ہزار بقیوں کو ہزار برکتوں کو داخل کر دیں گے اور ہزار جسمانی بیماریوں کو دور کر دیں گے۔ ☆ جو بندہ 41 مرتبہ سورۃ الکھل کو اناج وغیرہ پر دم کرے گا تو رزق کبھی کم نہیں ہوگا۔ ☆ جو بندہ 41 مرتبہ سورۃ قریش پڑھ کر غلہ یا دیگر وغیرہ پر دم کرے گا تو وہ کافی ہو جائیگا۔ ☆ جو بندہ سالن وغیرہ بناتے وقت دائیں ہاتھ سے چھپ کو گھماتے ہوئے یہ آیت پڑھے گا تو انشاء اللہ ذائقہ دار بنے گا۔ آیت یہ ہے:- لَيْسَ لَهَا مِنْ دُونِ اللَّهِ كَاشِفُهُ (سورۃ القمر ۲۷ پارہ)

☆ جو بندہ بخار کی حالت میں دائیں ہاتھ کی شہادت کی انگلی کمر کے نیچے رکھ کر اذان اور اقامت پڑھے تو انشاء اللہ بخار

میرے خاندانی طبی مجربات

(شہنازی بی ٹی نوشہرہ)

محترم حکیم صاحب یہ نسخہ جات سالہا سال سے ہمارے خاندان میں استعمال ہو رہے ہیں اور ہمیں ان سے بہت فوائد حاصل ہوتے ہیں اور ہمارا ان پر بہت زیادہ اعتماد ہے۔ بادی و مصفی شوگر کیلئے: چرائیہ، کرائیہ، کوڑتر، گلو، نیم، پتر، شاترہ، ہریڑ، سبز، آملہ، ہموزن، پیس کر ایک ماشہ خوراک صبح، شام پانی کے ساتھ استعمال کریں۔

گیس، پیٹ درد کیلئے مجرب ترین نسخہ: سونف، اجوائن، کالا نمک، نوشادر، پودینہ، سنڈھ، کالی مرچ، انار دانہ، ہموزن، لیکر سونف بنالیں۔ ایک ماشہ خوراک کھانے کے ایک گھنٹہ بعد استعمال کریں۔

سردرد کا آسان ترین علاج: دال ماش اچھی طرح صاف کر کے دھو لیں اور سوکھا کر پیس لیں، نہار منہ پانی یا دودھ سے کھانے سے کمر در دھیک ہو جاتا ہے۔

دھتی آکھ کا سب سے علاج: سیب کا قدرے ٹکڑا لے کر چاقو سے چھیل کرغذہ سا کر کے دھتی ہوئی آکھ پر رکھ کر اوپر سے ململ کی صاف پٹی باندھ دیا کریں آرام آجائیگا۔

سردرد کا علاج: سیب ایک یا دو عدد لے کر چاقو سے چھیل لیں، پھر نمک لگا کر نہار منہ خوب چبا کر کھالیں، تین چار روز کے استعمال سے شدید سے شدید سردرد کو آرام آجائیگا۔

سرچکرا نا: گرم پانی میں ایک لیموں، نیچو کر پینے سے جگر کی گڑبڑ کی وجہ سے سرچکرا نا اور آنکھوں کی چکا چوند دور ہو جائیگی۔

دانت درد: لونگ کا سفوف ایک چھوٹا پیچہ بھر ایک لیموں کے رس میں خوب ملا کر دانتوں پر ملنے سے درد دور ہو جاتا ہے۔

شہد سے نڈھال طبیعت فوری بحال کیجئے

شہد میں فوری عافیت بخشنے اور نڈھال اور گرگی طبیعت کو چند منٹ میں بحال و نہال کرنے کی پوری صلاحیت موجود ہے۔ جب آپ کی طبیعت نڈھال ہو یا آپ کمزوری محسوس کر رہے ہوں تب بلا تامل ایک چمچہ شہد چاٹ لیجئے فوراً طبیعت بحال ہو جائیگی طبیعت میں گراوٹ نام کو بھی نہ رہے گی۔

باغات کا خالص شہد قارئین کی سہولت کو مد نظر رکھتے ہوئے ایک کلو اور 330 گرام کی لا جواب پیکنگ میں دستیاب ہے۔

330 گرام کی پیکنگ صرف 200 روپے۔

ایک کلو: 600 روپے۔

شہد کے مزید حیرت انگیز فوائد کے لئے ادارہ ”عقبري“ کی ”شہد کی کرامات“ کتاب کا مطالعہ ضرور فرمائیں۔

الحمد للہ جو بھی لیکر گیا ہے تعریفیں ہی کرتا ہے۔ نزلہ زکام کھانسی میں کئی کئی مرتبہ کا آزمودہ اور مجرب ہے۔ میرے پاس اکثر و بیشتر موجود رہتا ہے کیونکہ سردیوں کے علاوہ بھی ہر موسم اور ہر عمر میں فائدہ مند ہے۔ چونکہ یہ تجربہ شدہ شربت ہے۔ اس لیے آج میں خلوص دل سے ”عقبري“ کے قارئین کیلئے نسخہ اور ترکیب ساخت پیش کر رہا ہوں تاکہ اس سے استفادہ کرنے پر میرے حق میں دعا گور ہیں۔

اس نسخہ میں ادویات زیادہ ہیں اسی وجہ سے بے مثال ہے۔ اب سب سے پہلے میں نسخہ لکھ دیتا ہوں پھر بنانے کا مکمل طریقہ تحریر کرتا ہوں۔ نسخہ: ہنشدہ، سپستان، پرسیا، شان، آملہ، سونف، مٹھی تمام 48 گرام۔ زوفا، گلنار، فارسی، برگ بانسہ، نیلوفر، برگ حنا، سنہل، صندل، بورہ، گل سرخ، گاؤ زبان 2-2 تولے (24 گرام)۔ بہدانہ، ختم، عطمی، میتی، ختم خیارین، کاسنی، عشبہ، کلونگی، لاجبٹی، خور، دارچینی، عاقر قرحا، ایک ایک تولہ (12 گرام)۔ قسط شیریں 5 تولے، لونگ ست پودینہ، تین تین گرام، شہد دس تولے (120 گرام)

بنانے کی ترکیب: سب سے پہلے بہدانہ کسی پیالی میں ڈال کر تھوڑے پانی میں بھگو دیں۔ باقی ادویات کو دودلیٹر پانی میں رات بھر بھگو دیں۔ شہد اور ست پودینہ علیحدہ رکھیں۔

رات بھر بھگو دینے کے بعد صبح ہلکی آنچ پر پکے دیں جب آدھا لیٹر پانی رہ جائے تو ہاتھ یا کسی چیز سے اچھی طرح مل کر چھان لیں۔ ایک کلو چینی کی گاڑھی چاشنی تیار کر کے یہ پانی اس میں ڈال دیں۔ ہلکی آگ پر دوبارہ پکائیں۔ پھر

بہدانہ کو ہاتھ سے مل کر وہ پانی بھی ڈال دیں۔ جب شربت تیار ہو جائے تو آگ سے اتار کر شہد شامل کرادیں۔ جب شربت تیار ہو جائے تو آگ سے اتار کر

شہد شامل کر دیں پھر ست پودینہ ڈال کر اوپر ڈھکن سے ڈھانپ دیں جب بالکل ٹھنڈا ہو جائے تو 3-4 ماشے مینا بانی سلفیت ملا کر اچھی طرح کس کر کے بوتلوں میں محفوظ کر لیں اور ڈھکن کو مضبوط رکھیں۔ انشاء اللہ ایک سال تک

شربت خراب نہیں ہوگا۔ دن میں 2-3 مرتبہ ایک ایک چھوٹا چمچ پی لیا کریں۔ رات کو ایک دو چمچ تھوہ یا کھولتے پانی میں ڈال کر سوتے وقت پی لیا کریں۔ سوتے وقت اگر

ناک کے اندر سرسوں کا تیل لگا دیا کریں تو بہت فائدہ ہوگا۔ پرہیز: ٹھنڈی اشیاء، زیادہ چینی اشیاء اور ترش اشیاء سے مکمل پرہیز کریں، چاول چند دن نہ کھائیں تو بہت بہتر ہوگا۔ انشاء اللہ زکام اور اس سے متعلقہ تمام شکایات خدا

کے حکم سے دور ہونگے۔

دور ہو جائیگا۔ ایک دفعہ میں نماز پڑھ کر گھر جا رہا تھا تو ایک دکاندار نے مجھے آواز دی کہ حافظ صاحب میرے دوست کو بخار ہے اس پر دم کریں تو میں نے اذان اور اقامت اس کی کمر پر پڑھیں تو بعد میں جب ملاقات ہوئی تو میں نے ان سے طبیعت معلوم کی تو انہوں نے کہا کہ الحمد للہ میں بالکل ٹھیک ہوں۔

☆ اگر سر میں یا پیٹ یا کسی دوسرے عضو میں درد ہو تو 3 مرتبہ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ کیں ہاتھ کی شہادت کی انگلی سے لکھیں انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔

☆ جو بندہ سوتے وقت سورۃ الکہف کی 102 سے لیکر 110 تک پڑھ کر سو جائیگا تو انشاء اللہ شیطانی وسوسات سے محفوظ رہیگا۔

☆ ایک دفعہ کا واقعہ ہے کہ اونٹ چرانے والا اونٹ لے جا رہا تھا تو ایک شخص نے کہا کہ کسی بھی اونٹ کی طرف اشارہ کرو تو میں اس اونٹ کو نظر لگا کر گردوں گا تو اس نے اونٹ کو غور سے دیکھا تو اونٹ اسی وقت گر گیا تو اونٹ والے سورۃ القلم کی آخری آیت پڑھی تو اونٹ اسی وقت کھڑا ہو گیا۔

☆ ایک غیر مسلم سے کسی نے مسجد کا رخ معلوم کیا تو اس غیر مسلم نے انگلی سے اشارہ کیا کہ اس راستہ سے چلیں مسجد آجائیگی تو جب اس غیر مسلم کا انتقال ہوا اور اس کے رشتہ داروں نے اسے جلایا تو اس کی انگلی کو آگ نہیں لگی۔

سردی سے بچاؤ کیلئے لا جواب شربت فیض

(غلام محمد زبئی، پشاور)

سردیاں آچکی ہیں، موسم کے بدلنے سے موسمی بیماریاں بھی آنے لگتی ہیں سردیوں کے آنے اور موسم سرما میں اکثر زکام کھانسی کی شکایت رہتی ہے، زکام کی وجہ سے گلے کی تکلیف اور بخار کی تکلیف بھی ہونے لگتی ہے۔ بدن کے درد کی شکایت بھی اسی وجہ سے رہتی ہے۔ بچوں کے علاوہ بڑے اور بوڑھے بھی تکلیف میں رہتے ہیں، کہتے ہیں اگر زکام کی حالت میں پرہیز کیا جائے احتیاط کی جائے تو تین دنوں میں زکام اکثر ٹھیک یا کمی ہو جاتی ہے اور اگر پرہیز کی طرف توجہ نہ دی جائے تو زکام بگڑ جاتا ہے۔ نزلہ کھانسی کی شکایت ہو جاتی ہے اور اکثر زکام خراب ہونے کی وجہ سے مہینوں تک علاج کے باوجود بھی ٹھیک ہونے کا نام نہیں لیتا۔ موجودہ دور میں ہر ممکن علاج دریافت ہے اس کے باوجود پرانا یونانی علاج قابل اعتماد اور قابل بھروسہ ہے میں ہر سال یہ نسخہ ضرور بناتا ہوں گھر کے علاوہ اکثر لوگ یہ شربت لے جاتے ہیں۔

چنا..... انسانی بدن کیلئے مقوی غذا

حکیم آفتاب احمد قرشی

خانہ ساز شیمپو

شیمپو کا استعمال اور ان کی تشہیر عروج پر ہے، لیکن یہ بات بھی اپنی جگہ درست ہے کہ ہر کوئی انہیں خریدنے کی سکت نہیں رکھتا۔ اس کا مناسب اور بہتر علاج ہے کہ گھر ہی پر نباتاتی شیمپو تیار کر کے استعمال کیے جائیں۔

(۱) دو انڈوں کی زردیاں سفیدی سے الگ کر لی جائیں اب ان میں اسی کا اصلی اور تازہ تیل اور گنے کا خالص سرکہ دو دو کھانے کے چمچے اچھی طرح ملا کر بالوں میں اسے لگایا جائے۔ ایک گھنٹے بعد نیم گرم پانی سے سر دھو لیا جائے۔ یہ شیمپو خاص طور پر بھوسی اور خشکی کے لیے بہت مفید ہوتا ہے۔

(۲) ریٹھے کا چھلکا۔ کا کاٹی اور املہ (۱۰۰-۱۰۰ گرام) کو کوٹ کر ایک لیٹر پانی میں 24 گھنٹے بھگو دیں اور پھر اچھی طرح ابال کر چھان کر شیمپو کی طرح بالوں میں خوب لگا کر دھولیں۔ (۳) ریٹھے کا چھلکا، کا کاٹی، املہ، میتھی دانہ، چائے کا چورا 25، 25 گرام رات کو اچھی طرح لوہے کے برتن میں بھگو کر صبح جوشاندے کو چھان کر بالوں میں لگائیں۔ اس سے بال صاف ہونے کے علاوہ مضبوط، سیاہ اور گھنے بھی ہوں گے۔

(۴) کریمیا، بابونہ، کپور کچہری 100، 100 گرام مونٹا مونٹا کوٹ کر ایک لیٹر کھولتے پانی میں رات بھر بھگو کر صبح چھان کر اس پانی سے بال شیمپو کریں۔ اس سے بال صاف اور مضبوط بھی ہوں گے۔

(۵) املی ۵۰ گرام رات کو ۲ پیالی تیز گرم پانی میں بھگو دیں۔ صبح خوب مل کر چھان کر اس میں بے چھنے گندم کا آنا (کھانے کے دو چمچے) ملا کر دھبی آج پری کی طرح پکائیں اور نیم گرم حالت میں بالوں اور ان کی جڑوں اور سر کی جلد پر اچھی طرح لگا کر آدھا گھنٹے بعد پانی سے اچھی طرح دھولیں۔ جلد پر بھی پکنائی اور بھوسی دور ہونے کے علاوہ بال خوب صاف اور نرم ہو جائیں گے۔

بالوں میں جو نیس پڑنے کی صورت میں بھی نباتاتی اشیاء سے جو شیمپو تیار کیے جاتے ہیں وہ نہ صرف بال صاف کرتے ہیں بلکہ جوڑوں کا خاتمہ بھی کرتے ہیں۔

اس سے بھی زیادہ حیرت انگیز معلومات کیلئے عقبري کی فائل پڑھنا نہ بھولیں!

☆..... عقبري کی سابقہ فائل.....☆

گھر یلو ناچاتیوں رزق کی تنگی پریشانیوں سے نجات کیلئے اور صدیوں کے چھپے صدری رازوں اور طبی معلومات سے مکمل طور پر استفادہ کیلئے عقبري کے گزشتہ سالوں کے تمام رسالہ جات مجلد دیدہ زیب فائل کی صورت میں دستیاب ہیں۔ یہ رسالہ جات نسلوں کا روحانی، جسمانی، نفسیاتی معالج ثابت ہونگے۔

(قیمت فی جلد- 500 روپے علاوہ ڈاک خرچ)

پنے کا پانی یا شوربا پیشاب آور اور قبض کشا ہے۔ چنا خون کو صاف کرتا ہے اور اس کے کھانے سے چہرے کا رنگ نکھرتا ہے بدن کو گندے اور فاسد مادوں سے پاک کرتا ہے۔ پھیپھڑوں کیلئے مفید غذا ہے۔ گردے کے سدے کو ہلاتا ہے اس کے کھانے سے بدن فربہ ہو جاتا ہے

پنے کی اقسام: ہمارے ہاں پننے کی دو قسمیں پائی جاتی ہیں سیاہ اور سفید پننے۔ ویسے تو سرخ اور پیلے پننے بھی ہوتے ہیں طبی لحاظ سے سیاہ پننے مفید و موثر ہیں۔ پننے استعمال کرنے کے مختلف طریقے ہیں مگر سب سے بہتر پننے کا شوربا ہے۔ کالے پننے کا شوربا طبیب مریضوں کیلئے بھی تجویز کرتے ہیں۔ پکاتے وقت بار بار چنوں کو نہ ہلائیں۔

پنے کا پلاؤ بھی اچھی غذا ہے۔ چاول کے ساتھ پکانے سے پننے چاول کی غذائی کمی کو دور کر دیتے ہیں۔ پننے کو گوشت کے ساتھ پکا کر استعمال کرتے ہیں۔ گوشت کے ساتھ پکانے سے یہ گوشت کو گلا دیتا ہے پننے پکاتے وقت اس میں زیرہ ڈالیں تاکہ پیٹ میں نفخہ پیدا نہ کرے۔

پنے کا حلوہ ضعف باہ کے مریضوں کو تیار کر کے کھلاتے ہیں۔ عام طور پر آلو پننے بکتے ہیں یہ ثقیل ہوتے ہیں پننے کو پانی میں ابلانے سے اس کے غذائی اجزاء پانی میں حل ہو جاتے ہیں۔ اس کو گلا یا نہیں جاتا۔ پھر اس میں آلو شامل کر دیئے جاتے ہیں جو ثقیل ہوتے ہیں البتہ بھنے ہوئے پننے کھا سکتے ہیں۔ دودھ پننے میں تیار کردہ حریرہ آواز کھولنے کیلئے مفید ہے۔ قدیم اور جدید غذائی تحقیق کے مطابق چنا غذائی اجزاء اور حیاتین (وٹامن) سے بھرپور ہے۔ ان خوبیوں کی بنا پر چنا نہ صرف غربوں، سفید پوش طبقہ کی غذا ہے بلکہ اسے بادشاہوں کی بارگاہ میں بھی مقبولیت کا شرف حاصل ہے۔ مغل بادشاہ چنا اور اس کا آنا استعمال کرتے تھے۔ بیسن پننے کا آٹا ہے اس سے روٹی تیار کی جاتی ہے۔ پنجابی میں اسے سسی روٹی کہتے ہیں۔ پھلسمیری میں چالیس روز تک بیسن کی روٹی کھلاتے ہیں۔ آخری مغل بادشاہ بہادر شاہ ظفر بیسن کی روٹی کا بڑا شوقین تھا۔ بادشاہوں کے علاوہ عوام بھی پننے کو کثرت سے استعمال کیا کرتے تھے اور اس سے انواع و اقسام کے کھانے تیار کرتے تھے۔

گردے کیلئے مجرب ترین نسخہ

میٹھا سوڈا تین گرام کے گیارہ پیکٹ بنالیں، ایک پیکٹ مریض کو صبح نہار منہ پانی سے دیں اور دن میں تقریباً زیادہ سے زیادہ پانی پیا جائے چاہے پیاس ہو یا نہ ہو۔ اگر مرض پرانی ہے تو یہ نسخہ اکتالیس دن استعمال کریں۔ ورنہ گیارہ دن میں انشاء اللہ آرام ہوگا۔

قدیم اطباء نے پننے کو بے حد مقوی قرار دیا ہے اس سے بدن میں صالح خون پیدا ہوتا ہے بدن میں خاص قوت کو بڑھاتا ہے۔ مغرب کی جدید تحقیقات نے بھی اس امر کی تصدیق کی ہے۔ جدید تحقیق کے مطابق اناج میں سب سے زیادہ مقوی غذا چنا ہے ایک چھٹانک پننے میں دو سو چھ غذائی حرارے (کیلوریز) قوت ہوتی ہے۔ چنا میں حیاتین ای ہے۔ اس حیاتین کی کمی سے مردوں میں خاص طاقت کم ہو جاتی ہے اولاد نہ ہونے تک نوبت جا پہنچتی ہے۔ عورتوں میں بھی اندرونی اعضاء کمزور ہو جاتے ہیں اور حمل گرنے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ طب یونانی اور طب جدید دونوں اس امر پر متفق ہیں کہ چنا مقوی غذا ہے۔ ایک ماہر غذایات نے تو پننے کے غذائی اجزاء کو انڈے کی زردی کے برابر قرار دیا ہے۔ پننے کو انڈے کی جگہ استعمال کیا جاسکتا ہے۔ قدرت نے پننے کو دیگر غذائی اجزاء سے سرفراز کیا ہے اس میں 17 فیصد کمی اجزاء (پروٹین)، چکنائی، نشاستہ دار اجزاء چونا اور فاسفورس ہے۔ فولاد کی وافر مقدار چنا میں ہے، حیاتین الف، ب، ای اور ایگزیک الیڈ اور مکمل غذا ہے۔ چنا بدن کی خاص قوت کو بڑھاتا ہے۔ پننے کا پانی یا شوربا پیشاب آور اور قبض کشا ہے۔ چنا خون کو صاف کرتا ہے اور اس کے کھانے سے چہرے کا رنگ نکھرتا ہے بدن کو گندے اور فاسد مادوں سے پاک کرتا ہے۔ پھیپھڑوں کیلئے مفید غذا ہے۔ گردے کے سدے کو ہلاتا ہے اس کے کھانے سے بدن فربہ ہو جاتا ہے۔ آواز کو صاف کرتا ہے۔ غرض کہ چنا گونا گوں اوصاف کا حامل ہے۔

بیسن پننے کا آٹا ہے۔ مختلف امراض ذیابیطس، برص وغیرہ میں بیسن کی روٹی تجویز کرتے ہیں۔ بیسن چہرے کے اٹن میں بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ اس کے اٹن سے چھائیاں اور چہرے کا رنگ گورا ہوتا ہے۔ اکثر حضرات موسم بہار میں چھولیا استعمال کرتے ہیں۔ سبزی کے طور پر پکاتے ہیں اور اس کی ہولیں بھی کھاتے ہیں۔ بعض حضرات اس بات سے آگاہ نہیں ہوتے کہ وہ خشک بوٹ کھا رہے ہیں۔ فصل میں چنا کثرت سے پیدا ہوتا ہے۔ فصل کے جبالے باشندے چنا کو بیج کے طور پر کھیر دیتے ہیں۔ بارش کی صورت میں وافر مقدار میں چنا زمینوں میں پیدا ہوتا ہے۔ اس اعتبار سے چنا کا شمار سبزی میں بھی ہوتا ہے۔

میری زندگی کے تجربات

حلقہ کشف المحجوب

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

(آئندہ حلقہ کشف المحجوب 22 جنوری بروز اتوار کو ہوا)

اگر برتن لبریز ہو اور دودھ سے مکمل بھرا ہوا ہو تو اس میں سے اور کوئی چیز جائے گی ہی نہیں۔ اسی لیے اللہ والے سائیکین اور متعلقین کو ہر وقت ذکر میں مشغول رکھتے ہیں تاکہ ان کے دل کا برتن ہر وقت بھرا رہے جب وہ ذکر سے بھرا رہے گا تو دنیا کے خیالات اور تصورات دل میں جگہ نہیں پائیں گے۔ میں اکثر کہا کرتا ہوں کہ تنہائیوں میں ذکر سے اپنے دل کے مکے کو اتنا بھریں کہ چھلکنے لگے اور پھر مخلوق کو یہ چھلکتا ہوا دیں تاکہ اپنا مکہ خالی کر دیں۔ یہ حضرت شیخ عبدالقادر جیلانی رحمۃ اللہ علیہ کا ملفوظ ہے۔ پیر علی جوہری رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ اللہ موجودات اور معدومات کا جاننے والا ہے۔ موجودات کا مطلب جو موجود ہے اور معدومات کا علم وہ علوم یا اشیاء جو فنا ہو گئیں اور مٹ گئیں۔ اللہ کا علم کامل اور ناقابل تقسیم ہے۔ اللہ اپنے علم میں سے چاہے تو ایک ذرہ اپنے خاص بندوں کو عطا فرما دے۔ ضمناً ایک بات عرض کرتا چلوں کہ یہ جو آیت ہے ایک نعبہ و دایا کہ تسنیں اس میں ساری کائنات کے مخفی علوم پڑے ہیں۔ اللہ ان مخفی علوم کو جانتا ہے اور ظاہری علوم کو بھی..... یہ زمین شیشہ ہے جیسے شیشے میں آگے پیچھے نظر آتا ہے اسی طرح اللہ پاک جس کو اپنا علم عطا فرماتے ہیں اس کو زمین کے نیچے کی کائنات صاف نظر آنے لگتی ہے اور تمام چھپے ہوئے خزانے اس کے مسائل کھل جاتے ہیں۔ یہ مثال اس لیے عرض کر رہا ہوں کہ اس علم کو اس باب میں جو ہم پڑھ رہے ہیں۔ پیر علی جوہری رحمۃ اللہ علیہ نے علم الہی فرمایا ہے۔ یہ ہے علم الہی..... جس کو اللہ عطا فرما دے۔ علم الہی ہی علم نافع ہے۔ یعنی نفع والا علم۔ مسنون دعا بھی ہے کہ اللہ! نفع والا علم عطا فرما جو مجھے تیری پہچان آسان کر دے۔ اللہ نے زمین کے اندر جتنے بھی خزانے رکھے ہوئے ہیں وہ سارے خزانے اور ان کی کنجیاں سورہ فاتحہ میں ہیں اور جس کے سینے پر اللہ پاک سورہ فاتحہ کھول دیتے ہیں زمین اس کیلئے شیشہ بن جاتی ہے اور وہ زمین کے خزانے اور مظاہر و قدرت ایسے دیکھتا ہے کہ ہم سوچ نہیں سکتے۔

رضیہ سلطانہ نے چاول پتیلے میں ڈال کر چولہا بند کر دیا کہ نماز پڑھ کے چاول پکاؤ گی اور فوراً وضو کر کے نماز پڑھنی شروع کر دی جب نماز سے فارغ ہو کر دوبارہ باورچی خانے میں گئی تو کیا دیکھتی ہے کہ چاول پتیلے میں تیار ہیں اور ہلکی ہلکی بھیننی خوشبو آ رہی ہے

ہوا کہ اس نے یہی آیت پڑھ پڑھ کر دم کرتی رہی اور ایک گھنٹے میں اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے بخاری تیزی بھی ختم ہو گئی اور آہستہ آہستہ بخار بھی ختم ہو گیا۔ اب یہ عمل میری بیوی ہمیشہ کرتی ہے اور اللہ کے کام کی برکت سے شفاء ہو جاتی ہے۔

نماز کی برکت سے چاول تیار ہو گئے

میری بیوی کی بڑی بہن یعنی میری سالی کا عین جوانی میں انتقال ہو گیا یہ دو واقعے میری بیوی کے چشم دید اور سچ ہیں اس لیے تحریر کر رہا ہوں۔ میری سالی قرآن مجید ناظرہ کے بعد پھر تجوید کے ساتھ بھی پڑھا اور نماز کی بہت پابندی تھی اور ہمیشہ با وضو رہتی تھی اور قرآن تجوید کیساتھ بہت اچھا پڑھتی تھی اور اسی وجہ سے محلے کی مسجد و مدرسہ میں میری سالی کو بطور معلم رکھ لیا کہ بچوں کو قرآن شریف اچھے مخارج اور صحیح تلفظ سے پڑھائے اور نماز کی اتنی پابندی کے گھر میں کوئی مہمان آجائے اور نماز کا وقت ہو جائے تو سب کو کہے کہ اذان ہو رہی ہے نماز کی تیاری کر لو۔ ایک دن ظہر کی اذان سے قبل چاول صاف کر کے گھی میں پیاز لال کر کے چاول ڈالنے ہی تھے کہ ظہر کی اذان ہو گئی اور رضیہ سلطانہ نے چاول پتیلے میں ڈال کر چولہا بند کر دیا کہ نماز پڑھ کے چاول پکاؤ گی اور فوراً وضو کر کے نماز پڑھنی شروع کر دی جب نماز سے فارغ ہو کر دوبارہ باورچی خانے میں گئی تو کیا دیکھتی ہے کہ چاول پتیلے میں تیار ہیں اور ہلکی ہلکی بھیننی خوشبو آ رہی ہے اور رضیہ سلطانہ نے سب کو بتایا کہ دیکھو چاول خود بخود تیار ہو گئے۔ چولہا بھی بند پڑا ہوا تھا مگر چاول بالکل تیار.....

لڑکی کی جلد شادی کیلئے

مندرجہ ذیل دعا لڑکی خود پڑھے۔ 40 روز تک ایک تسبیح (100 دانے) روزانہ عشاء کے بعد یا اللہ. یا اللہ. یا اللہ. کہے۔ ”آکھ ہو کیکر سنبل ہو باسرو“ ان سب کو اپنے باران رحمت سے نیکیاں سیراب فرما۔ (نوٹ: ان ہندی الفاظ کے معنی ہیں کہ یا اللہ کیکر کو باران رحمت سے سرسبز کر اور جس طرح سنبل کے درخت کو پھل عطا فرمایا اسی طرح اس غیر شادی شدہ کو بھی سرسبز کر دے) انشاء اللہ چالیس روز کے اندر اندر شادی کا مسئلہ حل ہو جائے گا۔ انشاء اللہ نیک اور صالح رشتہ ملے گا۔ (مسز محمد حسن اعجاز کراچی)

رتن جوت اور کھوپرے کے تیل کا کمال

یہ عمل عبقری میں پہلے بھی چھپ چکا ہے اور مجھے شفاء کیسے ملی ہیں بھی چھپ چکا ہے مگر یہ میں اپنی آنکھوں سے دیکھ چکا ہوں اسی لیے تحریر کر رہا ہوں:-

میری خالہ کی بیٹی کا چھوٹا بیٹا دو سال کا ہوگا اس کا پاؤں گرم کھولتی ہوئی چائے سے جل گیا۔ نخنے کے سے اوپر پانچ چھ انچ کا حصہ متاثر ہوا تھا۔ ڈاکٹروں سے دوائیاں لالا کر تھک گئی، مہنگی مہنگی کریمیں لگا کر تھک گئی مگر وہ زخم ٹھیک نہیں ہوتا تھا۔ سفید سفید پیپ کی طرح جلد ہو گئی تھی اور پانی کی طرح رستہ تھا۔ ایک دن بعد نماز عصر بہن کے گھر آ گئی میں بھی وہاں بیٹھا ہوا تھا۔ باتوں کے دوران کہنے لگیں خالہ بھائی یہ زخم ٹھیک نہیں ہوتا کچھ تو بتاؤ کہ زخم ٹھیک ہو جائے۔ ڈاکٹروں کے پاس جا کر تنگ آ گئے ہیں، مہنگی مہنگی کریمیں لگا کر تھک گئے ہیں میں نے کہا کہ محترم حکیم صاحب کا نسخہ ہے معمولی سا مگر پابندی سے کرو انشاء اللہ جان چھوٹ جائے گی۔

پھر میں نے یہ نسخہ دیا کہ رتن جوت کو بار یک پاؤں کی طرح پیس کر رکھ لو اور زخم پر خوب اچھی طرح کھوپرے کا تیل لگا کر پھر اس کے اوپر رتن جوت کا سفوف خوب اچھی طرح چھڑک دو تاکہ کوئی جگہ خالی نہ رہے اور ساتھ میں وعدہ بھی لیا کہ پابندی سے کرنا۔ قارئین! اللہ نے ایک ہفتے میں ہی اس کا کام کر دیا اور اس کے بچے کا زخم بالکل ٹھیک ہو گیا۔

بخاری کی تیزی ضد غصہ کیلئے روحانی نسخہ

میرے پاس ایک کتاب تھی اس میں یہ عمل لکھا ہوا تھا کہ بخاری تیزی ضد غصہ کیلئے یہ آیت پڑھ کر دم کرتے رہیں اور یہ کتاب میں نے اپنی بیوی کو دیدی اس نے اپنے پاس رکھی ہوئی ہے۔ جان محمد بروہی گوٹھ میں کوئی بھی اچھا ڈاکٹر نہیں ہے اور میرے دونوں بچوں کو بخار بہت تیز ہو جاتا تو ہم دونوں میاں بیوی بہت پریشان ہوتے اور پیسے نہ ہونے کی وجہ سے اور بھی پریشان ہوتے۔ ایک دن میرے بیٹے عبدالرحمن کو بخار بہت تیز ہو گیا اور میرے پاس پیسے بھی نہیں تھے کہ اس کی دوائی لے آتے۔

میں نے غصے میں اپنی بیوی کو کہا کہ میں نماز پڑھنے جا رہا ہوں اللہ تعالیٰ سے دعا کروں گا اور تم وہ آیت پڑھ پڑھ کر پھونکتی رہو شفاء اللہ تعالیٰ ہی دے گا۔ بس بیوی پر اس بات کا ایسا اثر

اس طرح چلو جسے تمہارے سر پر تاج ہو

ڈاکٹر وسیم اسلام آباد

حقیقت یہ ہے کہ بے تنکے انداز جسم کے ساتھ دنیا سے دو چار ہونا آسان نہیں ہے جب آپ بے ڈھنگے طریقے سے جھک کر چلتے ہیں یا جسم بھینچا ہوا ہوتا ہے تو آپ کے جسم کا وزن ریڑھ کے مہروں سے لے کر زریں کمر کے عضلات اور رباطات تک پر پڑتا ہے اپنے اوپر کرم کیجئے! اب جب آپ لباس زیب تن کر رہے ہوں تو آئینے میں دیکھ کر اپنی دج پر تنقیدی نگاہ ڈالیے۔ اس سے بہتر یہ ہوگا اگر آپ کی انا اجازت دے کہ آپ خاندان اور دوستوں سے پوچھیے کہ آپ کے کھڑے ہونے اور چلنے پھرنے کا انداز کیسا ہے۔ ممکن ہے کہ ان کی تنقید آپ کیلئے خوش آئند نہ ہو تو دل گیر نہ ہو جائیے۔ اگر آپ کی توند نگی ہوئی ہو یا آپ کے شانے پشت کی طرف سے کوہان کی طرح باہر کی طرف نکلے ہوئے ہوں تو اپنے اوپر ایک اور مہربانی کیجئے۔ یعنی ہیرس ایم ڈی کی ایک بات مانیے جو نیو یارک کے اس مرکز کے ایک ڈائریکٹر ہیں جس میں معمر لوگوں کو جسمانی تربیت دی جاتی ہے۔ انہوں نے ایک کتاب لکھی ہے ”پچاس سال سے زیادہ عمر والوں کی تندرستی کی رہنما“ ڈاکٹر ہیرس کہتے ہیں کہ بے ڈھنگے جسم کی صحیح کی جاسکتی ہے خواہ عمر کچھ ہی ہو۔

حقیقت یہ ہے کہ بے تنکے انداز جسم کے ساتھ دنیا سے دو چار ہونا آسان نہیں ہے جب آپ بے ڈھنگے طریقے سے جھک کر چلتے ہیں یا جسم بھینچا ہوا ہوتا ہے تو آپ کے جسم کا وزن ریڑھ کے مہروں سے لے کر زریں کمر کے عضلات اور رباطات تک پر پڑتا ہے اور ریڑھ کا ستون اور زیادہ خمیدہ ہو جاتا ہے۔ اس سے جسم اور زیادہ بے ڈھنگا ہو جاتا ہے۔ کمر جلد تھک جاتی ہے اور اس میں درد ہونے لگتا ہے اس ہیئت کو طبی اصطلاح میں تحدب امای کمر کے سامنے کی طرف مڑ جانے سے پشت میں گڑھا پڑ جانا کہتے ہیں۔

تمام حرکات کی اساس: ڈاکٹر گلوب کے بقول راست قامتی اور کمر کی مضبوطی کی فکر کونمائش اور نشینی یا قیث قرار دینا بہت غلط بات ہے وہ کہتے ہیں ”راست قامتی کی جسم کے گل کاموں میں ضرورت ہے جس میں کھڑا بیٹھا ہونا، جھکنا یا سیدھا ہونا اور چلنا پھرنا وغیرہ جملہ جسمانی اشکال و حرکات شامل ہیں۔“

اب پھر آئینے پر آئیے اس مرتبہ دیکھیے کہ آپ سیدھے کھڑے ہونے کی حالت میں کیسے معلوم ہوتے ہیں یعنی ایسی حالت میں کہ جسم کا وزن اسی مقام پر پڑ رہا ہو جہاں اس کو پڑنا چاہیے تھا۔

سیدھے اور مضبوطی کے ساتھ کھڑے ہو جائیے لیکن اس طرح کہ بدن میں لچک باقی رہے پھر جسم کو ڈھیلا چھوڑ دیجئے۔ سامنے سیدھے دیکھیے اور اپنے وزن کو برابر برابر پیر کے

دونوں انگوٹھوں پر ڈالیے، انگلیوں اور ایڑیوں پر نہیں۔ آپ کو اس قابل ہونا چاہیے کہ سامنے جھکے بغیر ایڑیوں کو اٹھا سکیں۔

زریں کمر کو لمبے کو قدرے سامنے اور اوپر کی طرف جھکائیے یہ خیال کیجئے کہ آپ سُرین کے درمیان کسی سیکے کو دبائے ہوئے ہیں اس وقت میں آپ ان کو بھینچا ہوا محسوس کریں گے۔ (اپنے گھٹنوں کو جھکنے نہ دیجئے) جب آپ اس وضع پر قائم ہو جائیں گے تو آپ کے سُرین اندر کو پیچک جائیں گے اور کمر کا خم قدرے کم ہو جائے گا۔ ڈاکٹر گلوب کہتے ہیں کہ کمر کے خم کا سیدھا ہو جانا ایک کھیل کا نام ہے۔ سینے کو اُبھاریے اور جب آپ سینے کو اونچا کر لیں گے تو آپ کے شانے طبعی طور پر پیچھے گھوم جائیں گے اور آپ کا شکم اندر دب جائے گا بھینچا ہوا سینہ اور سامنے کی طرف لٹکا ہوا پیٹ سانس کو پورے طور پر آسانی کے ساتھ لینے میں حارج ہوتا ہے لیکن کمر کو خراب نما ہونے نہ دیجئے اور شکم کو اندر کی طرف کھینچے رکھیے۔ یہ ہیئت اس سپائی کی طرح ہوتی ہے جو ایمیشن کی حالت میں کھڑا ہو کھڑے ہونے کے فوری انداز میں بہت زیادہ تناؤ اور سختی ہوتی ہے آپ کو بدن اتنا سخت نہیں کرنا چاہیے۔ آپ کا مقصد صرف بدن کو سیدھا رکھنا ہونا چاہیے اکڑا ہوا بالکل نہیں، یعنی آپ کے کھڑے ہونے کا انداز ایسا ہو کہ آپ کے جسم پر اگر خرابی خط کھینچا جائے تو وہ کان کی پشت سے شروع ہو کر شانوں پر سے گزرتا ہو اور ریڑھ کی آخری ہڈی تک پہنچے اور پھر سرین کے اوپر سے گزرتا ہوا گھٹنے سے ٹخنے تک پہنچے۔ اگرچہ ایسا معلوم ہوتا ہے کہ اس مقام پر مقصد پورا ہو گیا لیکن آپ کو اس سلسلے میں چند باتوں کو ذہن میں رکھنا ہوگا

سیدھے کھڑے رہنا، کو لمبے کو ٹیڑھا رکھنا اور سینے کو اونچا رکھنا لقیہ تمام چیزیں خود بخود اپنی اپنی جگہ پر ٹھیک بیٹھ جائیں گی۔ ممکن ہے کہ شروع میں صحیح طور سے کھڑا ہونا تکلیف دہ اور غیر فطری معلوم ہو اور زریں کمر میں کھنچاؤ بھی محسوس ہو لیکن مشق کو جاری رکھنے سے اپنے وقت پر سب کچھ ٹھیک ہو جائے گا۔ خوش قامتی ایک ہنر کی طرح ہے جیسے کسی سائیکل کو چلانا اور دوسرے تمام ہنروں کی طرح اس کی بھی مشق کرنا پڑتی ہے اس کی پرواہ نہ کیجئے کہ آئینے میں آپ کا جسم کتنا بے ڈول نظر آتا ہے۔ ارادے کی معمولی سی پختگی سے آئینے میں آپ کا عکس صحیح ہو جائے گا۔ ایک مرتبہ کوشش کرنے کا ارادہ کر لیجئے پھر آپ درحقیقت حیرت زدہ

ہو جائیں گے کہ کتنی تھوڑی سی تکلیف سے بدن سیدھا اور صحیح ہو گیا۔ خوش قامتی کا آخری تہملہ بدن کو کھینچنا، مالش کرنا اور عضلات کی ورزش کرنا ہے۔ جن لوگوں کی عمر پچاس سال سے متجاوز ہو ان کیلئے مالش خصوصیت کے ساتھ مفید ہے۔ بعض لوگوں کیلئے ماہرین کسی مضبوط ڈنڈے یا دیوار کی گھر سے لٹکنے کا بھی مشورہ دیتے ہیں اس سے عضلات بلا تکلف کھینچے ہیں اور ٹھیک کام کرنے لگتے ہیں پشت کا خط سیدھا ہو جاتا ہے اور اعصاب اور مہروں پر سے دباؤ ملتا ہے۔ فرش پر لڑھکنا بھی مفید ہے، عضلات کو طاقت پہنچنے سے گھٹنوں کی لچک میں اضافہ ہوتا ہے اور جسم صحیح وضع پر رکھے میں عضلات کو مدد ملتی ہے۔ جب آپ اپنے جسم اور ڈیل ڈول کو صحیح کرنے کی طرف متوجہ ہوں تو ٹھیک طور پر سانس لینے کو نہ بھولیں۔

قامت کو درست کرنے اور شکم کے عضلات کو قوی کرنے کیلئے یہ بہترین ورزشیں ہیں ان ورزشوں کو اس طرح شروع کیجئے پشت کے بل لیٹ جائیے گھٹنوں کو کھڑا کر لیجئے، پیروں کے تلوں کو فرش پر بچھا ہوا رکھیے اور پھر ذیل کی ہدایات کے مطابق ورزش کیجئے: ☆ اسی پوزیشن پر لیٹے ہوئے ہاتھوں کو سینے پر باندھ لیجئے، شکم کے عضلات کو کس لیجئے، پانچ سیکنڈ تک اسی حالت پر رہیے اس ورزش کو پانچ مرتبہ دہرائیے۔ ☆ کہنوں کو فرش سے لگا دیجئے، پھر ان سے زریں کمر کو ڈھکیلی پانچ سیکنڈ تک ایسا کیجئے، پھر ذرا اٹھ جائیے اس ورزش کو دس مرتبہ کیجئے۔ ☆ ایک چھوٹے تنکے کو گردن کے نیچے رکھ لیجئے، پورے طور پر اندر اور باہر کی طرف آہستگی سے سانس لیجئے اور اس دوران میں شکم کے عضلات کو سیکڑے اور سمیٹ رکھیے ذرا رک رک کر 10 مرتبہ کیجئے۔ ☆ ہاتھوں کو سر کے نیچے رکھ لیجئے، سینے کو اُبھاریے اور شکم کے عضلات کو سیکڑے، شکم کو اوپر کی طرف کھینچئے، پانچ سیکنڈ تک اسی حالت میں رہیے، پھر ذرا رک رک کر پانچ مرتبہ ایسا ہی کیجئے۔ ☆ کچھ کمری قدر اٹھ کر بدن کوتان لیجئے اس طرح کہ دونوں ہاتھ گردن کے پیچھے ہوں شانے اٹھے ہوئے ہوں اور بالائی پشت فرش سے دو انچ دور ہو پانچ سیکنڈ تک اسی حالت پر رہیے پھر ذرا سا سستا کر اس ورزش کو پانچ مرتبہ کیجئے۔

کینسر کے زخم کیلئے

کمیلادوگرام، پونا شیم پر میگنیٹ، کافور دوگرام، مہندی پچاس گرام، ان سب کو پیس کر ملا لیں اس میں پانی ڈال کر مرہم بنالیں اور پھر زخم پر باندھیں، انشاء اللہ زخم بہت جلد ٹھیک ہو جائیگا۔

ماہواری: ماہواری اگر صحیح نہیں ہوتی تو اس دوران گاجر کے بیج روزانہ ایک چنگی پانی سے رات کو لیں۔ انشاء اللہ بہت جلد آرام آجائیگا۔ (ڈاکٹر محمد صادق سکھر)

جنات کا پیدائشی دوست

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

تو آپ کو ایک ایسی اسلامی چیز دیتا ہوں جو یقیناً آپ کو زندگی کے وہ کمالات دے جو آپ کو اور آپ کی نسلوں کو سدا اور صدیوں یاد رہے محمد شاہ رنگیلا بادشاہ ایک دم چوکنا ہو کر بیٹھ گیا۔ اپنے تاج کو اتار کر ایک طرف رکھ دیا اور کانوں کو قریب لے گیا تو پنڈت بھوگا رام بولا شہنشاہ اعظم آپ کے قرآن میں ایک لفظ ہے قہار یہ ایک ایسا لفظ ہے جس کو آپ یاقہاڑ جب بھی پڑھیں گے یہ شیر جادوگر بدکار جنات اور جادوگروں پر ایک ننگی تلوار ثابت ہوگی۔ آپ کے اوپر جادو کسی نے کر دیا آپ اس کو توڑنے پر تیار ہیں کوئی جن آپ کا گھر در اور دولت کا دشمن ہے اور آپ چاہتے ہیں اس جن سے چھٹکارا مل جائے تو ہرگز ہرگز پریشان نہ ہوں آپ فوراً اس اسم یاقہاڑ کو اپنی زندگی کا ساتھ بنالیں! پاک ناپاک ہر وقت اس کو وحد کی حالت میں پڑھیں، یعنی ڈوب کر پڑھیں اور بے قراری بے چینی سے پڑھیں۔ بس جب بھی پڑھیں گے آپ کو اس کا کمال ملے گا تھوڑے عرصے میں یا زیادہ عرصے میں لیکن کمال ضرور ملے گا۔ وہ ہندو بوڑھا جن کہنے لگا یہ گفتگو میں نے خود سنی اور اس کے بعد محمد شاہ رنگیلا نے اپنی بھری دربار میں یہ واقعہ سب کو سنا دیا۔ اس کے دربار میں ہندو بھی تھے، مسلمان بھی تھے اور سکھ بھی تھے بوڑھا ہندو جن رو کر کہنے لگا مجھے یاد ہے رنگیلا کے دور میں جنات پر اس اسم کی وجہ سے جو قبر برسواہ شاید پھر زندگی میں کبھی کسی پر نہ برسواہ اس لیے میری خواہش ہے کہ آپ جنات کے پیرومرشد ہیں اور آپ کو علامہ لاہوتی پر اسرار ہی ایسے نہیں کہا جاتا جنات کے قبائل در قبائل آپ کے مرید اور غلام ہیں لیکن براہ کرم اسم یاقہاڑ کے کمالات انسانوں تک نہ پہنچنے دیجئے۔ اگر وہ انسانوں تک پہنچ گئے تو انسانوں نے جنات کی نسلوں کی تسلیں جلا کر رکھ دیں گی۔

کیونکہ شریف جنات کم اور شریر جنات بہت زیادہ ہیں۔ میں نے جب بوڑھے ہندو جن کی یہ بات سنی تو میں نے ان کا شکریہ ادا کیا کہ آپ نے مجھ ایک ایسا تاریخی واقعہ سنایا جس نے مجھے کافی تجربہ دیا لیکن میں یہ وعدہ نہیں کرتا کہ میں یہ واقعہ انسانوں تک نہ پہنچاؤں کیونکہ انسانوں کا درد میری

دوسری سے نکلتا تیسری میں..... ایسے تمام معاملات میں یاقہاڑ کا اکتالیس دفعہ کا لکھا ہوا نقش نہایت مؤثر اور آزمودہ ہے آپ کیلئے ایک بات اور انوکھی ہوگی جنات بھی ایک دوسرے پر بہت جادو کرتے ہیں۔ مجھے ایک پڑھے لکھے عالم جو کہ سہارن پور کے ایک بڑے مدرسے میں اٹھارویں صدی میں پڑھے تھے انہوں نے بتایا کہ یاقہاڑ کا یہ نقش جب تک ہم اپنے گھروں میں لگاتے ہیں کسی جن کا جادوئی وار ہمارے اوپر اثر نہیں کرتا اور اگر ہم اتار دیں تو اس کا وار اثر کرتا ہے۔

لہذا ہم بہت اہتمام سے یاقہاڑ کا نقش گھروں میں ہر جگہ لگاتے بھی ہیں اپنے بچوں کے گلے میں ڈالتے بھی ہیں اور اس کو دھو کر اس کا پانی پیتے ہیں حتیٰ کہ اپنے کھانے پینے کی ہر چیز میں یہ پانی ڈالتے ہیں اور پانی بڑھاتے چلے جاتے ہیں مہینوں یہ نقش پیتے ہیں جب نقش بوسیدہ ہو جاتا ہے مزید لکھ کر اس میں ڈال دیتے ہیں اور پانی بڑھاتے جاتے ہیں اپنے گھروں میں چھیننے بھی مارتے ہیں۔ اس عالم جن کی بات سننے کے بعد میں نے اس کو ایک بات سنائی کہ میرے پاس ایک واقعہ ایسا ہوا کہ جنات گھر میں پتھر مارتے تھے مٹی کے ڈھیلے مارتے، گائے بھینس کا گوبر حتیٰ کہ بلی اور کتے کا پاخانہ جگہ جگہ گھر میں بکھیر دیتے، جگہ جگہ پیشاب کر دیتے گھر بھر میں ایک عجیب و غریب افونت تھی اور غلاظت تھی اس عفونت اور غلاظت کی وجہ سے گھر میں رہنا دو بھر تھا۔ دنیا کا ہر علم اور اس کی کوشش کر کے دیکھ لی تھی کوئی فائدہ نہیں ہوا بہت عامل آئے کچھ تو ایسے تھے اپنا بیگ بھی چھوڑ کر بھاگ گئے جنات نے انہیں رہنے نہیں دیا اور جنات خود ان کے پیچھے پڑ گئے۔ (جاری ہے)

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر علم کو چھپا کر قبر میں آخر لوگ کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں، غلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف، عملیات یا طب و حکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہذا جو فرد دیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کر کے ملاقات کریں، پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط و کتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔ (بندہ حکیم محمد طارق محمود چغتائی)

پینتیس کروڑ سال کا کیڑا

نجیب ارسلان

جذبہ ہمدردی پیدا کیجئے

محمد ہارون کراچی

ظاہری حسن کے ساتھ ساتھ اندر بھی حسن ہونا چاہیے اور اگر وہ دونوں چیزوں کو انسانوں کی بھلائی کیلئے استعمال کرے

تغیری شخصیت کے رجحانات اس وقت انسان کے دل میں پیدا ہوتے ہیں جب وہ دوسرے افراد کو ترقی کرتے اور کامیاب ہوتے دیکھتا ہے اور وہ چاہتا ہے کہ وہ بھی ایک عظیم شخصیت بنے اور دوسرے عظیم شخصیات کی طرح کامیابی و کامرانی حاصل کر کے لوگوں کو اپنی جانب متوجہ کرے اور لوگوں کی بہتری اور بھلائی کیلئے کام کرے اور وہ اس طرح اپنے آپ کو عظیم ترین مقصد کیلئے مصروف کر لیتا ہے اور سوشل ورک کرنے لگتا ہے اس کا رخ نظر انسانوں کی بھلائی ہوتا ہے۔ ظاہری حسن کے ساتھ ساتھ اندر بھی حسن ہونا چاہیے اور اگر وہ دونوں چیزوں کو انسانوں کی بھلائی کیلئے استعمال کرے تو وہ ایک روز ایک عظیم ترین شخصیت بن سکتا ہے اور لوگ اس شخصیت کو بے حد پسند کرتے ہیں اور پھر اس کے ساتھ مل کر انسانوں کی بہتری کیلئے کام کرنے لگتے ہیں اس طرح معاشرے کی بھلائی اور بہتری کا مشترکہ طور پر کام شروع ہو جاتا ہے اور آہستہ آہستہ پورا معاشرہ فعال اور خوشحال ہونے لگتا ہے اور لوگ دکھوں سے دور ہو کر سکھ کا سانس لینے لگتے ہیں اور وہ معاشرے کو اچھا اور خوشگوار بنانے کیلئے ایک بہترین خدمت ہے۔ اسے جاری رہنا چاہیے تاکہ آنے والی نسلیں بھی اسی بہترین تگ و دو میں مصروف رہیں اور انسانیت کی بھلائی کیلئے ہمیشہ کیلئے زیادہ سے زیادہ کام ہو۔ ان رجحانات کو ہمیشہ جاری رہنا چاہیے۔ دراصل انسان کی زندگی کا اولین مقصد ہی یہی ہے۔ اس مقصد کو کبھی ختم نہ ہونا چاہیے اور آگے ہی آگے بڑھتے رہنا چاہیے جس طرح انسانی نسل آگے بڑھتی ہے اس لیے اس مقصد کا آگے بڑھنا بھی ضروری ہے تاکہ معاشرہ ہمیشہ اچھے لوگوں پر مشتمل رہے تاکہ زیادہ سے زیادہ اچھے لوگ معاشرے کو بہتر سے بہتر بناسکیں۔

خطرے کے وقت کا کروچ اپنی پچھلی ٹانگوں سے دولتیاں جھاڑتا ہے اور دشمن کو بھگا دیتا ہے۔ دن بھر کا کروچ بل میں رہتا ہے۔ بالعموم رات کے وقت باہر نکلتا ہے۔ اندھیرے میں اپنے آپ کو بہت محفوظ سمجھتا ہے۔ اس کے سر پر تین عام آنکھیں اور دو مرکب آنکھیں ہوتی ہیں

سے نکلتی ہے۔ بہت سے کیڑے مکوڑے کھانے والے جانور محض بدبو کی وجہ سے کا کروچ کو نہیں کھاتے۔ مجموعی طور پر کا کروچ بہت صاف جانور ہے۔ باقاعدہ میک اپ کرتا ہے اور اپنے ہاتھ پاؤں اور مونچھیں وغیرہ صاف کرنے میں کئی گھنٹے صرف کر دیتا ہے۔

عام طور پر یہ کہا جاتا ہے کہ کا کروچ ہیضہ اور ٹائیفائیڈ کے جراثیم پھیلاتا ہے۔ سائنسدانوں کی نظر میں یہ ایک بے بنیاد الزام ہے جس کا حقیقت سے کوئی تعلق نہیں۔ جنگلوں میں رہنے والے بعض کا کروچ جسامت میں چھوٹے پنندوں کے برابر ہوتے ہیں۔ ان کے جسم کی لمبائی اڑھائی سے تین فٹ ہو جاتی ہے۔

خطرے کے وقت کا کروچ اپنی پچھلی ٹانگوں سے دولتیاں جھاڑتا ہے اور دشمن کو بھگا دیتا ہے۔ دن بھر کا کروچ بل میں رہتا ہے۔ بالعموم رات کے وقت باہر نکلتا ہے۔ اندھیرے میں اپنے آپ کو بہت محفوظ سمجھتا ہے۔ اس کے سر پر تین عام آنکھیں اور دو مرکب آنکھیں ہوتی ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ یہ دور دور تک دیکھ سکتا ہے۔ ویسے اگر اسے اندھا کر دیا جائے تو بھی کسی نہ کسی طرح روشنی کو پہچان لیتا ہے۔ مونچھیں اس کی رہنمائی کرتی ہیں اور روزمرہ کے افعال انجام دینے میں اسے بہت مدد دیتی ہیں۔ اوپر ہم نے کا کروچ کی سخت جانی کا ذکر کیا تھا اس ضمن میں یہ بتانا دلچسپی سے خالی نہ ہوگا کہ اگر اسے برف میں دبا دیا جائے تو برف کھلنے پر بھاگ کھڑا ہوتا ہے۔ بعض اوقات اگر آپ اس پر پاؤں رکھ دیں تو بھی یہ نہیں مرتا اور جونہی پاؤں اٹھایا جائے صحیح سلامت اپنے راستے پر چل دیتا ہے۔ ضرورت کے وقت یہ اپنے جسم کو سکڑ لیتا ہے۔ اس خاصیت کی وجہ سے کا کروچ اپنے جسم سے کہیں چھوٹے سوراخوں میں گھس جاتا ہے۔ کا کروچ بہت تیزی سے اپنی نسل پھیلاتا ہے۔ مادہ 303 دنوں میں 180 انڈے دیتی ہے۔ بچے ایک ماہ میں جوان ہو جاتے ہیں اور دوبارہ نسل بڑھانے لگتے ہیں۔ اوسط عمر ایک سال ہے۔ ایک مرتبہ روٹی

ماہرین حشرات الارض نے ایک کھوہ میں سے 475000 مردہ کا کروچ نکالے جو صرف ایک جوڑے کی اولاد تھے۔

کا کروچ جسے ہمارے ہاں لال بیگ کہا جاتا ہے زمین پر بسنے والے قدیم ترین جانوروں میں سے ہے۔ 17 کروڑ برس پہلے جب کرۂ ارض پر طویل قامت حیوانوں کا دور شروع ہوا جنہیں ہم ڈائینوساروں کے نام سے یاد کرتے ہیں تو یہ ننھا سا کیڑا انہیں خوش آمدید کہنے کیلئے موجود تھا۔ سائنسدانوں کا کہنا ہے کہ اس کی چھوٹی چھوٹی تیز آنکھیں 35 کروڑ سال سے کائنات کی تبدیلیوں کا مشاہدہ کر رہی ہیں۔ آئیے ہم اس ننھے سے کیڑے کی زندگی پر ایک نظر ڈالیں۔

کا کروچ بلا کا سخت جان ہے، تپتے ہوئے صحراؤں سے لے کر انتہائی سرد اور برفانی علاقوں تک ہر جگہ پایا جاتا ہے۔ کتاہوں، کابوؤں، میزوں، کرسیوں اور گھر کیلئے استعمال کی دوسری چیزوں میں اکثر چھپا رہتا ہے۔ یہاں تک کہ بعض اوقات ریڈیو کھولیں تو اندر سے نکل کر بھاگ جاتا ہے۔ یہ گھروں، کھلے میدانوں، نہری علاقوں اور جنگلوں وغیرہ میں رہتا ہے اور پرندوں اور جانوروں کی محفوظ شدہ خوراک پر ہاتھ صاف کرتا ہے۔ کا کروچ کی سخت جانی کی ایک وجہ یہ بھی ہے کہ یہ ہر چیز کھا جاتا ہے۔ پودوں کی کوئٹیں، جوتے، پرانی چیزوں پر لگی ہوئی پھپھوندی، کپڑوں پر مکھن اور گھی کے داغ، وارنش، کپڑے دھونے کا صابن، نرم لکڑی وغیرہ اس کی دل پسند خوراک ہیں۔ یہاں تک کہ یہ اپنی اتاری ہوئی کھال تک چٹ کر جاتا ہے۔ بھوکا ہو تو اپنے انڈے تک کھانے سے نہیں چوکتا۔ کا کروچ ایک ماہ تک خوراک اور پانی کے بغیر زندہ رہ سکتا ہے، دو ماہ تک صرف پانی پر گزارا کر سکتا ہے، پانچ ماہ تک اسے پانی کے بغیر صرف خشک خوراک ملتی رہے تو بھی صحیح سالم رہتا ہے۔ ہمارے ہاں مکانوں، دکانوں اور فصلوں کے علاوہ کا کروچ گاڑیوں میں بھی عام ملتا ہے۔ گاڑی کے ڈبوں میں نشستوں کے نیچے اور دروازوں میں ان کے قبیلے کے قبیلے آباد ہوتے ہیں جو مسافروں کی پھٹکی ہوئی گنڈیریوں، مونگ پھلی کے چھلکوں، کاغذ کے پرزوں اور روٹی کے ٹکڑوں پر گزارا کرتے ہیں۔

کا کروچ سے عموماً بدبو کی وجہ سے نفرت کی جاتی ہے۔ یہ بو اکس کے بجائے ایک ذریعہ ہے اور جسم کے بعض غدودوں

ادارہ اشاعت الخیر اور عقبري

”عقبري“ کی ایجنسی اور اس سے متعلقہ معاملات اور عقبري کی آزمودہ ادویات کیلئے ادارہ اشاعت الخیر اردو بازار بیرون بوہڑ گیٹ ملتان کے درج ذیل نمبرز پر رابطہ فرمائیں۔

061-4514929, 0300-7301239

عقبري کے تمام سابقہ شمارے بھی دستیاب ہیں۔

میری دنیا اُجڑ رہی ہے

اس ماہ کا دیکھی خط

ایٹری کی ڈھیروں ڈاک سے صرف ایک خط کا انتخاب نام اور جگہ مکمل تبدیل کر دینے میں تاکہ رازداری رہے۔ کسی واقعہ سے مماثلت محض اتفاقی ہوگی۔ اگر آپ اپنا خط شائع نہیں کرنا چاہتے تو اعتماداً ورتلی سے لکھیں آپ کا خط شائع نہیں ہوگا۔ وضاحت ضرور لکھیں

طریقے سے ادا نہ کر پاتے۔ مجھ سے شادی سے پہلے انہی کی برادری میں سے کوئی اپنی بیٹی دینے کا ارادہ رکھتا تھا لیکن میرے شوہر کو کوئی دلچسپی نہیں تھی ان میں۔ حکیم صاحب میں اپنے شوہر سے یہ بات آج تک نہیں کہہ سکی کہ آج تک مجھے وہ خوشی نہیں ملی جو قانون فطرت کے مطابق شوہر سے بیوی کو ملتی ہے۔

میرے شوہر نے بہت سارے میٹس کرائے دنیا جہاں کا علاج کروایا، حکیموں سے ڈاکٹروں سے پاکستان کے ہر شہر کے علاوہ بیرون ممالک سے بھی گمرنتیجہ ہمیشہ زیر و بی رہا۔

لیکن ان کی محبت ان کا پیار مجھے کبھی حرف شکایت زبان پر بھی نہیں لانے دیتا تھا۔ پندرہ سال سے ہم اولاد جیسی نعمت سے محروم ہیں۔ مجھے عجیب و غریب قسم کے خواب آتے ہیں، کبھی سمندر دیکھتی ہوں کبھی بڑی بڑی نہریں دیکھتی ہوں، اتنی بڑی کہ خوف آتا ہے کبھی پانی حد سے زیادہ سرخ مٹی کی طرح ہوتا ہے اور لگتا ہے ابھی تیز ہوا چل رہی ہوتی ہے کہ ابھی پانی کے اندر گر جاؤں گی، کبھی بہت بڑی نہر دیکھتی ہوں جس کا پانی سیاہ رنگ کا ہوتا ہے اور اوپر پرالی کے تنکے سارے پانی میں بکھرے ہوتے ہیں مجھے لگتا ہے ابھی گر جاؤ گی تو پھر اچانک دوسری طرف چلی جاتی ہوں اکثر پرانا جنگل جس میں پرانے درخت ہوتے ہیں اس میں پرانے گڑھے ہی گڑھے ہوتے ہیں جنگل میں پرانا قبرستان ہے جو دور سے نظر آ رہا ہے جہاں میں کھڑی ہوں وہاں ایک بہت پرانی سفید رنگ کی قبر ہے جو جگہ جگہ سے ٹوٹ رہی ہے۔ کبھی کبھی بہت گندگی دیکھتی ہوں اکثر ڈراؤنی شکل کا آدمی ہوتا ہے جو مجھے تنگ کرتا ہے، میری عزت خراب کرنے کی کوشش کرتا ہے پر میں بڑی مشکل سے خود کو بچاتی ہوں، مدت سے میں سو نہیں سکی ہو، جیسے ہی سوتی ہوں یہ سلسلہ شروع ہو جاتا ہے، میرے شوہر نے دوج اور بہت سارے عمرے اللہ کے فضل سے ادا کیے ہیں۔ گھر میں برکت نہیں، طبیعت ہر وقت خراب رہتی ہے، کوئی کام کرنے کو دل نہیں چاہتا، بھوک پیاس مرگنی ہے، چہرے پر سیاہیاں، آنکھوں کے گرد حلقے کا لے

سیاہ ہو گئے ہیں۔

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ میں اپنی زندگی سے مایوس ہو چکی ہوں، آپ کا ماہنامہ عقربق پڑھا، آخری امید کی کرن ہے اس لیے آخری بار قسمت آزمائے کیلئے آپ کو خط لکھ رہی ہوں۔ حکیم صاحب میں بہت سارے مسائل کا شکار ہوں۔ آج تک اپنے مسائل کسی بہن بھائی ماں سے شہر نہیں کیے تھیں ہی کاٹ اور جھیل رہی ہوں، حد سے زیادہ قدرتی طور پر بچپن سے ہی حساس ہوں تھوڑی بات پر بہت زیادہ پریشان اور فکر مند ہو جاتی ہوں۔

میری امی جان کے گھر میں خون کے چھینٹے، پانی کے چھینٹے کبھی روز تین چار دفعہ بکرے کا گوشت موٹا موٹا قیمہ بنا ہوا گھر سے نکلا ایک دفعہ چھینٹوں کی کھانے کی بھوی میں سے چاکلو کی مقدار میں گوشت اور ایک دفعہ دیوار پر بہت سارا خون پڑا۔ ہمارے صحن میں امرود کا درخت ہے اس کے نیچے بکری بندھی ہوئی تھی اس درخت پر اور بکری پر خون گرا، کچھ ہی دنوں میں درخت سوکھ گیا اور بکری بھی مر گئی۔ ہمارے بچا جان انہی دنوں اچانک ایک دن بیمار ہوئے دوسرے دن فوت ہو گئے۔

ہماری گائیں ساری خراب ہو گئی، بھینس لیتے تو وہ مرجاتی، بکری کے بچے پالنے وہ سارے مرجاتے، ابھی تک یہی حال ہے۔ اس وقت امی جان کے گھر کا یہ حال ہو گیا ہے ناگھر میں برکت ہے نا پیسہ ملتا ہے، بیماریاں گھر سے جاتی نہیں ہے، بچیاں ساری بیمار کمزور لاغر ہو جاتی ہیں، سارے گھر کے افراد جو بہت اچھے طریقے سے پیار و محبت سے رہتے تھے اب ایک دوسرے کی بات تک برداشت نہیں کرتے۔ ایک دوسرے کا گلہ دبانے تک نوبت کاٹ کھانے کو دوڑتے ہیں، بھائی چھ سال سے آسٹریلیا میں ہیں، اچھا کماتا ہے پر پتہ نہیں چلتا وہ پیسہ کہاں جاتا ہے۔ اس صورتحال کو آٹھ سال ہو چکے ہیں۔

میرا دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے بچا کی وفات سے پہلے ہی میری منگنی اور نکاح ہو چکا تھا اس کے بعد میرے شوہر میرے والدین کے گھر سب بہن بھائیوں کے ساتھ رہنے لگے۔ میرے شوہر مجھ سے بہت محبت کرتے تھے، بہت پیار تھا ان کو مجھ سے..... پہلے دن سے ہی وہ ایک مسئلے کا شکار تھے وہ حقوق صحیح

شوہر کا حال یہ ہے جس نے نو سال بڑے پیار و محبت سے میرے گھر والوں کے ساتھ گزارے ہیں، اچانک پتہ نہیں کیا ہو گیا ہے ڈیڑھ سال سے میرے گھر والوں سے لڑ جھگڑ کر جو کچھ میرے والدین کے گھر میں لیا تھا ساری چیزیں اٹھا کر اپنے والدین کے گھر جا کر رکھ دی ہیں، اب جو کمزور ہوا ہے اپنے بھائی اور باپ کو دے رہا ہے، جو وہ کہتے ہیں وہ کرتا جا رہا ہے، نا اپنا خیال ہے نا اپنی صحت کا خیال ہے نا میرا خیال ہے نہ پیار نا محبت، فون کرتا ہے چند سیکنڈ کا..... بات کروں تو کاٹ کھانے کو آتا ہے سمجھانے کی کوشش کروں تو آگے سے چیخنا شروع ہو جاتا ہے۔ کان ترس گئے ہیں کہ کبھی وہ پیار سے بات کرے، کرائے کے گھر میں رہتی ہوں تین تین ماہ کا کرایہ ادا نہیں کر سکتی جب بھی کرایہ کی بات کرتی ہوں تو لڑائی، خرچہ مانگو تو لڑائی شروع ہو جاتی ہے۔ کہتا ہے نا میں اپنے بہن بھائیوں سے مل سکتی ہوں نا انکی خوشی، غمی میں شریک ہو سکتی ہوں اگر میں نے ان سے یعنی اپنے گھر والوں سے علیحدہ ہو کر رہنا ہے تو ٹھیک ہے ورنہ وہ مجھے چھوڑ دینگے، میرے بہن بھائی دو سال پہلے جو اس کی جان تھے آج ان کو دیکھنا تو دور کی بات ان کا نام لینا بلکہ نام سننا گوارا نہیں ہے۔

محترم حکیم صاحب! میں آج بھی اپنے شوہر سے پہلے دن کی طرح محبت کرتی ہوں اور میں ہمیشہ ان کے ساتھ رہنا چاہتی ہوں، میں ہر حال میں خوش ہوں، اللہ کی رضا پر راضی ہوں، میرے شوہر اس شرط پر مجھے اپنے پاس بلائے پر راضی ہوئے ہیں کہ میں اپنے گھر والوں کو چھوڑ دوں، میرے لیے دعا کریں کہ میرے شوہر پہلے کی طرح محبت کریں اور ہمارے سارے مسائل حل ہو جائیں۔ میری دنیا اُجڑ رہی ہے ایسا کیوں ہو رہا ہے؟ میرے پاس سوائے دعاؤں کے اور کوئی سرمایہ نہیں جو آپ کی خدمت میں پیش کروں۔

(قارئین! ابھی زندگی کے سلگتے خط آپ نے پڑھے، یقیناً آپ دکھی ہوئے ہوں گے۔ پھر آپ خود ہی جواب دیں کہ ان دکھوں کا مداوا کیا ہے؟)

(بقیہ: عقربق نے زندگی میں سکون بھر دیا)

بعد دیکھا تو میرا ایک کان خالی ہے میں واپس اٹنے پاؤں واپس گئی ادھر جہاں میں بیٹھی تھی نا اللہ وانا اللہ را جھونکا کر در کرتی ہوئی میں گئی اور دعا مانگی نا اللہ تو چاہے گا تو مل جائے گا۔ میں سمجھی تھی کہ باہر کہیں گر گیا ہے مگر اچانک میرے دل میں خیال آیا کہ کیوں نہ ہیں 21 دفعہ دو انمول خزانے کی منت مان لوں مل جائیں گے میں نے اسی وقت منت مانی آپ یقین کریں جوں ہی منت مانی اسی جگہ پر جہاں ہم نے پہلے تلاش کیا تھا چوہے کے نیچے بندہ پڑا ہوا تھا جیسے وہاں احتیاط سے رکھا ہے میں نے اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کیا۔ فوراً سارے کہنے لگے کہ یہ تو معجزہ ہو گیا۔

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبہ سے علاج

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

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

مراقبہ سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ ایک سال پہلے مجھے عقبري کا شمارہ اپنی ایک دوست سے بطور گفٹ ملا۔ میں نے اسے عام سار سالہ سمجھ کر رکھ لیا۔ ایک دن ایسے ہی سرسری پڑھنا شروع کیا تو میں حیران رہ گئی، اتنا زبردست میگزین میں نے آج تک نہیں پڑھا۔ اس میں موجود طبی و روحانی نسخوں نے ہماری زندگیوں میں انقلاب برپا کر دیا ہے۔ عقبري میں موجود مراقبہ کے عمل نے مجھے چار سال پرانی بیماری سے نجات دلا دی۔ حکیم صاحب میرا ماہواری کا نظام بالکل خراب تھا میرا ماہانہ کبھی بالکل ہی بند ہو جاتا تھا جس کی وجہ سے میرا رنگ میلا اور چہرے پر بال آنے شروع ہو گئے تھے میں نے بہت علاج کروائے لیکن وقتی فائدہ ہوتا۔ ایک دن میں نے مراقبہ کا عمل آخری حل سمجھ کر شروع کر دیا، اور کچھ عرصہ مستقل مزاجی اور یقین سے کیا۔ حکیم صاحب صرف تین ماہ ہی میں نے مراقبہ کا عمل کیا تھا کہ مجھے محسوس ہوا کہ میرا ماہواری نظام درست ہو رہا ہے اور اب الحمد للہ میں بالکل ٹھیک ہوں۔ (رش۔ سیالکوٹ)

مراقبہ کے حیرت انگیز کمالات

تسلیج خانے میں حضرت حکیم صاحب کی زیر نگرانی ہر ماہ مراقبہ ہوتا ہے جس میں مرد و خواتین کثیر تعداد میں شریک ہوتے ہیں۔ خواتین کیلئے پردہ کا علیحدہ انتظام ہوتا ہے۔ جس میں مراقبہ کی حیرت انگیز کیفیات سامنے آتی ہیں جن میں سے کچھ حصہ درج ذیل ہے۔

حقیقت میں اس کمرے میں نبی کریم ﷺ موجود ہیں اور اس کمرے میں روحانیت کا احساس تھا لیکن میں سوچوں میں ڈوبی ہوئی باہر نکل گئی۔ (ع۔ م۔ لاہور)

مراقبہ کی کیفیت

میں نے دیکھا کہ مراقبہ میں شامل سب خواتین پر سنہری رنگ کا نور ترش سمت سے پڑ رہا ہے۔ سب کا دل اس نور سے منور ہو رہا ہے۔ اس کے بعد دیکھا کہ پانچواں آسمان ہے۔ مراقبہ کی سب خواتین میرے ساتھ وہاں پر موجود ہیں۔ آسمان پر گہرے سرخ رنگ کے پھولوں سے اللہ ہولکھا ہوا ہے آگے جاتی ہیں سامنے سے حضرت ابراہیم علیہ السلام نبی کریم ﷺ کے ساتھ تشریف لاتے ہیں۔ وہ سب خواتین کو ایک ایک پھول دیتے ہیں۔ یہ وہی پھول ہوتے ہیں جن سے آسمان پر اللہ ہولکھا ہوا ہے۔ میں اس پھول کو سونگتی ہوں اس کی خوشبو پہلے ہلکی سے پھر تیز سے تیز تر ہوتی چلی جاتی ہے۔ حضرت ابراہیم علیہ السلام ہمیں اپنے ساتھ لے جاتے ہیں سامنے بڑے سے تختہ پر نبی کریم ﷺ تشریف فرما تھے۔ ان کے دائیں ہاتھ حضرت حسین رضی اللہ عنہ بیٹھے تھے اور ان کے بائیں ہاتھ حضرت حسن رضی اللہ عنہ بیٹھے تھے۔ آپ حضرت حسن رضی اللہ عنہ سے فرماتے ہیں کہ ان کو اپنی والدہ کے پاس لے جاؤ۔ سب خواتین ان کے ساتھ چل پڑتی ہیں۔ ایک پردہ کے پاس جا کر وہ رک جاتے ہیں اور ہمیں جانے کا کہتے ہیں اور وہ واپس چلے جاتے ہیں۔ (ر۔ ح۔ لاہور)

جسم کو خوبصورت بنانے کا مجرب عمل

جسم کو خوبصورت بنانے کا یہ مجرب عمل مجھے ایک بزرگ سے ملا تھا جسے میں نے خود بھی آزمایا ہے یہ عمل آپ صبح و شام یا ایک بار بھی کر سکتے ہیں: - وَ اِذَا بَطَشْتُمْ بَطَشْتُمْ جَبَّارِیْنَ 21 مرتبہ پڑھ کر وضو وضو پانی یا کسی کریم جو استعمال کرتے ہوں اس پر دم کر لیں۔ 21 روز کا عمل ہے۔ یہ ہر طرح کے جسم کو ٹھیک کر سکتا ہے مثلاً جادو کے ذریعے منہ کا ٹیڑھا ہونا یا کوئی داغ دھبے پڑنا، اس پانی کو پی بھی سکتے ہیں۔ بس اس پانی کو زمین پر گرانے سے گریز کیا جائے تاکہ اس کی بے رحمتی نہ ہو۔ (محمد یونس)

ایک دن میں نے مراقبہ کیا تو کیا دیکھتی ہوں کہ نبی کریم ﷺ کی زیارت ہوتی ہے اور مسجد نبوی ﷺ میں پہلے پہنچتی ہوں، سلام عرض کرتی ہوں، درود شریف پڑھتی ہوں اور اس کے بعد اگلا منظر شروع ہوتا ہے کہ میں اسی جگہ پہنچتی ہوں جہاں مدینہ پاک میں اُحد پہاڑ کے قریب 70 صحابہ کرام رضی اللہ عنہم اجمعین تدفین ہیں وہاں جاتی ہوں اور زمین کے اندر جا رہی ہوں، قبرستان میں تو یوں لگا کہ جیسے دنیا اور زمین کے اندر صرف یہ زمین ایک پردہ سی تھی کیونکہ اندر جاتے ہی بڑے بڑے محلات نظر آنے لگے جیسے ایک کے بعد دوسرا (یکے بعد دیگرے) لیکن خاص پتہ نہیں چلا کہ سب کس کے ہیں کچھ چہرے نظر آئے مردوں کے، کوئی شاید بڑی عمر کا ہو لیکن اکثریت چھوٹی عمر کے ہیں۔

بس ہر مراقبہ میں کچھ اسی ہی طرح کی ترتیب ہوتی ہے اور سب سے آخر میں ایک بہت بڑا قلعہ سا نظر آتا ہے اس میں کوئی روشنی نہیں بس ہلکی سی روشنی ہوتی ہے جیسے چاندنی سی رات ہو اور وہاں سے ایک بہت بڑا جلوس سا گزر رہا ہے جنہوں نے کالے رنگ کے لباس پہنے ہوئے ہیں ان میں ہر عمر کے افراد موجود ہیں اور سب کے چہرے اور نگاہیں نیچے کی طرف ہیں۔

ایک اور سب سے بڑی بات کہ ایک دن گھر میں مجھے کسی نے کوئی بات کی جس سے میرا دل بہت زیادہ دکھا اور میں ڈرائنگ روم میں جا کر رونے لگی اور روتے روتے درود شریف پڑھنے لگی اور آنکھیں بند کر لیں۔ اتنے میں دیکھتی ہوں کہ اس کمرے میں ہی ہوں تو کمرے میں تیز ترین بہت زیادہ روشنیاں آتی ہیں۔ وہ تمام روشنیاں سفید ہوتی ہیں اور ان روشنیوں میں سے نبی کریم ﷺ تشریف لاتے ہیں اور میری طرف قدم اٹھاتے ہیں میں حیران پریشان کہ یہ میں کیا دیکھ رہی ہوں، کہاں میں گہکا، غریب، مسکین سی بندی اور کہاں اتنی بھری ہستی تو اتنے میں گھر کے ٹیلی فون کی گھنٹیاں بجنے لگیں مجھے ڈر ہوا کہ کہیں کوئی اور کمرے میں نہ آجائیں، لائٹ جلتی ہوئی دیکھ کر میں نے اتنے میں آنکھیں کھول دیں اور باہر جانے لگتی ہوں تو ایسا احساس تھا کہ جیسے

حکیم نور احمد

پھول اور ان کے شفاء بخش اثرات

کچنال یعنی کچنار کا چٹ پٹہ سالن دنیا بھر میں شوق سے کھایا جاتا ہے۔ جو بدہضمی، مروڑ، دائمی قبض اور دل کی دھڑکن کو فائدہ دیتا ہے۔

اس کے پھول صبح کے وقت خالی پیٹ تین سے گیارہ عدد تک ناشتہ کر لیے جائیں تو دل مضبوط، کچا پاخانہ خارج ہونا بند، گیس کم اور پتلا خون گاڑھا ہو کر نسیر، پچش، سل اور خون تھوکنے کو شفاء ہو جاتی ہے۔

کچنال یعنی کچنار کا چٹ پٹہ سالن دنیا بھر میں شوق سے کھایا جاتا ہے۔ جو بدہضمی، مروڑ، دائمی قبض اور دل کی دھڑکن کو فائدہ دیتا ہے۔ اس کے پھول صبح کے وقت خالی پیٹ تین سے گیارہ عدد تک ناشتہ کر لیے جائیں تو دل مضبوط، کچا پاخانہ خارج ہونا بند۔

اطباء نے ہر سال کو سردی، گرمی خزاں اور بہار چار موسموں میں تقسیم کیا ہے۔ دسمبر سے فروری تک سخت سردی کا موسم ہوتا ہے آسمانی اور زمینی تغیرات کے ساتھ یہ موسم کبھی اپریل کے شروع تک قائم رہتا ہے اس موسم میں بھوک کم، معدہ بوجھل اور سر کے چکر آنے کی شکایت عام ہوتی ہے۔ بار بار دست اور قے آنے کی شکایت اکثر سننے میں آتی ہے اس کی وجہ یہ ہے کہ سردیوں میں ہر شخص اپنی حیثیت کے مطابق طاقتور غذا زیادہ سے زیادہ کھانے کی کوشش کرتا ہے۔ موسم بہار میں بھاری کپڑے بدن سے اتارنے شروع ہو جاتے ہیں سردی سے بچاؤ کیلئے پیٹ کے اندر خون زیادہ جمع ہوتا ہے جو ہلکی بھاری غذا کو ہضم کرنے میں مدد دیتا ہے۔ موسم بہار میں خون کی آمد باہر کی طرف زیادہ رہتی ہے جس سے بیرونی حصہ گرم ہونا شروع ہو جاتا ہے۔ اس عمل سے ہمارے معدے اور آنتوں کی ہلکی پھلکی جلد ہضم ہو جانے والی غذا کی ضرورت ہوتی ہے۔ سمجھدار لوگ اس موسم میں حلوہ پوری، پراٹھا اور چائے چھوڑ کر دہی کی تلی لی بنا کر یا دہی دودھ کا ناشتہ شروع کر دیتے ہیں اور علاج معالجہ کے لیے بھی قدرتی اشیاء کی طرف رجوع کرتے ہیں۔ موسم بہار کا ایک قدرتی علاج گلاب کا پھول ہے جو خون کے جوش کو کم کر کے طبیعت میں فرحت اور سکون پیدا کرتا ہے۔ اس کے علاوہ سفید رنگ والے سیبوتی کے پھول انچ بھر چوڑی اور دو تین انچ لمبی سرخ پنکھڑیوں والے لال رنگ کے آدھ آدھ چھٹانک وزنی سنبل کے درخت کے سڑکوں پر جا بجا بکھرے پھول ہمارے معدہ آنتوں کی صفائی جگر کو طاقت دینے اور کمر گردوں میں انگی ہوئی ریح اور کچھاؤ دور کرنے کیلئے بے حد مفید ثابت ہوتے ہیں۔ صبح سویرے سیر کرتے ہوئے دو چار گلاب یا سیبوتی کے پھول کا ناشتہ کر لیں تو بدن مضبوط اور قبض دور ہونے کے ساتھ طبیعت میں فرحت پیدا ہوتی ہے۔ ان پھولوں سے دل کو طاقت ملتی ہے اور رگوں میں جمی ہوئی چربی کم ہونی شروع ہو جاتی ہے۔ اس کے علاوہ ضرورت کے مطابق پروٹین، فاسفورس، فولاد اور خون صاف کرنے والے نمکیات اور حرارے بھی حاصل ہو جاتے ہیں۔

سنبل کے موٹے موٹے پھول جو اس موسم میں بکثرت ملتے ہیں گردوں اور مثانہ کو خاص طور پر طاقت دیتے ہیں۔ ان پھولوں میں گیارہ فیصد کھجی اجزاء اور تین فیصد گلوکوز موجود ہوتی ہے۔ سفید رنگ سو باجنہ کے پھول انڈوں کے برابر پروٹین مہیا کرتے ہیں۔ ان پھولوں سے جوڑوں میں جھجے ہوئے زہریلے فضلات پیشاب کے راستے بدن سے خارج ہو جاتے ہیں۔ ہضم کے اعضاء کی بادی دور ہو کر بھوک کھل جاتی ہے۔ سو باجنہ کے پھولوں کو سادہ یا گوشت میں پکا کر کھائیں تو اس چٹ پٹے سالن سے بدن میں حیاتین ب اور حراروں کی کافی مقدار حاصل ہو جاتی ہے۔

شہر سے زار و درلہلہا تہ کھیتوں میں آسمانی رنگ کے السی کے پھول ہمارے سانس لینے والے اعضاء کو ریشہ، بلغم اور زہریلے فضلات سے پاک کرنے کیلئے صحت بخش خوشبو فضا میں بکھیرتے رہتے ہیں۔ اس سے نزلہ زکام کے ستائے ہوئے اور سل دمہ والے تنگ حال مریض ان نیلے رنگ کے پھولوں کو سونگھیں تو سانس لینے کی نالیاں صاف ہو کر بیماری میں افاقہ ہو جاتا ہے۔ السی کے پھول روزانہ آدھ سے سوا تولہ تک کھانے سے مفت کا ناشتہ ہونے کے علاوہ جوڑ مضبوط اور قدرت کے کیمیا گر کا بنایا ہوا عمدہ نباتاتی گھی بھی تھوڑی مقدار میں حاصل ہو جاتا ہے۔ اس سے اعصابی تنکلیں اور بدن کا ٹوٹنا بھی بند ہو جاتا ہے۔

اسی موسم میں کچنار کے پھول پیٹ کی گیس، سختی، بھوک کی کمی اور ڈکاروں کا آتے رہنا بند کرنے کیلئے مفید ہیں۔ سویا کے پودے میں کاری نیو اجزاء قدرت نے کوٹ کوٹ کر بھر دیئے ہیں۔ اس جا بجا کاشت ہونے والی گھاس کے ننھے ننھے تیز خوشبودار پھول اور بیج دو تین انچ چوڑی چھتری کے مانند دکھائی دیتے ہیں۔ اس کے پھولوں کی خوشبو سے ہوا خارج، اچھارہ اور پیٹ کی سختی دور ہو جاتی ہے۔ ننھے بچوں کا پیٹ درڑ مروڑ اور ہڈیوں کی پرورش کیلئے یہ جادو اثر گھاس بہت ہی کارآمد اثرات رکھتی ہے۔ اس کا ساگ پکا کر کھانے سے گیس دور پیٹ ہلکا اور ریح کھل کر خارج ہوتی ہے۔

قارئین کے نام اہم اعلان

1۔ الحمد للہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔ اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔ اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔ تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں۔

2۔ ایڈیٹر کی کتابیں رسالہ آپ کی نظر سے گزرنا حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔ بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ ہم آپ کے بے حد شکر گزار ہوں گے۔ ایڈیٹر کی کتابیں دراصل تالیفات ہیں جس کیلئے دوسری کتب اور رسائل اور جرائد سے استفادہ کیا گیا ہے یہ وضاحت کرنا لازم سمجھتے ہیں کہ جس کتاب سے حوالہ لیا گیا ہے مولف کا انکے تمام نظریات سے متفق ہونا ضروری نہیں۔ (ادارہ)

3۔ حکیم صاحب کو موصول ہونیوالی ڈاک میں سے بعض کیساتھ جوابی لفافہ نہیں ہوتا لہذا ان کا جواب نہیں دیا جاتا۔ قارئین! جوابی لفافہ ساتھ ضرور ارسال کیا کریں۔

نوٹ: بعض قارئین اخبارات و رسائل سے تحریریں من وعن نقل کر کے اپنے نام سے ارسال کرتے ہیں۔ ایسا ہرگز نہ کریں۔ ورنہ اسنادہ ان کی قلمی تحریر بھی شائع نہیں کی جائیگی۔

اس ماہ کی موصول منتخب تحریریں

بندہ خدا، واہ کینٹ۔ محمد مدثر، کراچی۔ بیگم مخدوم شیر عالم سہبائی، ملتان۔ ڈاکٹر محمد بخش، سندھ۔ رفعت خانم، فیصل آباد۔ شہناز، گوجرانوالہ۔ حکیم محمد سلیم، دیناپور۔ سرخاب جاوید، لندن۔ میاں عبدالغفار ندیم، مظفر گڑھ۔ رشیدہ خانم۔ بنت یونس، گجرات۔ محمد امین، لاہور۔ محمد صادق سکھر۔ مسز خالدہ اسلام آباد۔ نسرين غياث، بہاولنگر۔ سید رحمان علی شاہ، مردان۔ امتیاز محمد موسوی، اٹک۔ بیگم منظور حویلی، لکھا۔ محمد عثمان، فیصل آباد۔ محمد ضیاء السلام، بٹ۔ بشیرہ احمد شاہ، قاری محمد نواز، گلگت۔ صالحہ شبیر سلاووالی، زہرہ بیگم، لاہور۔ ماسٹر حکیم اللہ ورسک، دیڑپان۔ ذکیہ اقتدار، بہاولنگر۔ فرحت، لاہور۔ محمد منصور، شاہ نواز، گوجرانوالہ۔ رابعہ قمر۔

زہر ہے جس کے نتیجے میں اگر ایک گھنٹے میں چار لیٹر کولا مشروب پینے سے موت واقع ہو سکتی ہے۔ دو ڈھائی لیٹر پینے سے بے ہوشی طاری ہو سکتی ہے۔
رنگدار مادے

سرخ امانتہ اور براؤن بورڈ میکس قابل ذکر ہیں۔ جو تحقیقات کے مطابق کینسر کا باعث بنتے ہیں اور انسانی صحت کیلئے مضر اثرات رکھتے ہیں۔

پیشی اور کولا کے عمومی نقصانات

ذہنی صحت پر اثر سے بچے کو خدشہ بنا ڈالتے ہیں ماں باپ کو تنگ کرنا اور آپس میں مار کٹائی کا رجحان زیادہ ہو جاتا ہے اور ذہانت میں کمی آ جاتی ہے۔

☆ بچوں کی جسمانی صحت پر اثر کر کے پہلی صورت میں بظاہر موٹاپا لیکن اندرونی طور پر کمزور اور سست جبکہ دوسری صورت میں بھوک کے مارے جانے سے پہلی رنگت کا لاغری بچہ جس کی آنکھوں کے گرد حلقے اور چہرے پر مردنی ہوگی۔

☆ ان مشروبات کا کثرت سے استعمال جگر کے امراض کا باعث بنتا ہے جو کہ اس مرض کی الکحل مشروبات کے بعد دوسری بڑی وجہ ہے۔

☆ لمبے عرصے تک استعمال سے معدے کی جھلی کو نقصان ہائی بلڈ پریشر اور شوگر کی بیماری میں زیادتی ہو جاتی ہے۔ شوگر کے مریضوں کیلئے ڈائیٹ کو لا بھی حد درجہ مضر اثرات رکھتا ہے۔

☆ حاملہ عورت میں ان مشروبات کا استعمال بچے کی جسمانی بناوٹ میں خرابی کے علاوہ معدور بچوں کی پیدائش کا سبب بن سکتا ہے جس کی شرح ہمارے معاشرے میں بڑھ رہی ہے۔

متبادل صحت مند مشروبات

دودھ کے مشروبات سادہ یا ذائقہ دار مثلاً الائچی اور بادام پستے کی کتزن کے ساتھ مشروبات ☆ اورک اور شہد کے ساتھ ☆ کھجور کے مرکب کے ساتھ ☆ ملک شیک، آم، کیلا، سیب، لسی سادہ یا ذائقہ دار ☆ خشخاش بادام کے ساتھ ☆ ٹھنڈے پانی کے مشروبات ☆ سکنجبین، گڑ، لیموں اور نمک کیساتھ ☆ آلو بخارے اور املی کا شربت ☆ تخم ملنگا اور گوند کثیر ☆ دیگر مشروبات مثلاً شربت الائچی، شربت بزوری وغیرہ ☆ تازہ جوسز مثلاً گاجر کا جوس، سیب اور گاجر کا جوس، انار، بنہ قبوہ۔

اگر آپ کے بیت الخلا کا نکاس بند ہو جائے تو رات پیشی یا کولا کی لیٹر یا ڈیڑھ لیٹر والی بوتل ڈال دیں۔ صبح فلاش کریں تو نکاس کھل چکا ہوگا۔

مشروب یا زہر.....! فیصلہ خود کریں

میاں عامر انک شہر

لمبے عرصے تک استعمال سے معدے کی جھلی کو نقصان ہائی بلڈ پریشر اور شوگر کی بیماری میں زیادتی ہو جاتی ہے۔ ☆ حاملہ عورت میں ان مشروبات کا استعمال بچے کی جسمانی بناوٹ میں خرابی کے علاوہ معدور بچوں کی پیدائش کا سبب بن سکتا ہے

☆ میں کوک پیو گ، مجھے پیپی چاہیے، اس قسم کے جملے آپ کو اکثر سننے کو ملیں گے۔ ان مشروبات کی کسی بوتل میں اگر اکھڑا ہوا دانت یا ناخن ڈال دیا جائے تو دودن میں گل کر اور دو ہفتے میں اندر مل ہو جائے گا جبکہ یہی دانت ہڈیاں اور ناخن انسان کے مرنے کے بعد ہزار ہا سال تک محفوظ حالت میں مل سکتے ہیں۔ صحت کیلئے حد درجہ خطرناک ہونے کے باوجود کیا وجہ ہے کہ بچے دیوانہ وار ان مشروبات کا مطالبہ کرتے ہیں۔

اس مطالبے کی وجہ ان کمپنیوں کی طرف سے انتہائی سحر انگیز اور گمراہ کن اشتہار بازی ہے جس میں معصوم بچے مشہور کرکٹرز، فلم ستارز اور من پسند ہیروؤں کو انتہائی جذباتی انداز میں یہ مشروب پیتے ہوئے دیکھ کر ان کے انداز میں ان کی نقالی کی کوشش کرتے ہیں۔ یہ چکا چونڈ نھنے منے بچوں کو مرعوب کر کے ان مشروب کا عادی بنا ڈالتی ہیں۔

ان کمپنیوں کا کہنا ہے کہ ہم آدھا منافع اس بات پر خرچ کرنے کیلئے تیار ہیں کہ عوام کوئی اور مشروب مانگنے کی بجائے پیشی یا کوک کا نام لے کر مشروب طلب کریں۔ ظاہر ہے اس اشتہار بازی کا خرچ استعمال کرنے والے ہی کی جیب سے پورا کیا جاتا ہے۔ پیشی یا کوک کیا ہے؟ یہ مشروب جن چیزوں کا مرکب ہیں شاید انہیں باریک انگریزی میں ڈھکن کے اندر ملاحظہ کر سکیں۔ یہ کیمیائی مادے درج ذیل ہیں:-

کاربن ڈی آکسائیڈ

قدرت اس زہریلی گیس کو جو خون کے ایک فضلے کی مانند ہے سانس کے ذریعے پھپھوروں سے باہر نکالتی ہے لیکن پیشی اور کوک کولا میں پانی میں اس گیس کو گڑا کر جذب کیا جاتا ہے جسے ہم منہ کے ذریعے اپنے معدے میں اتار دیتے ہیں اس گیس کو پانی میں گزرنے کے فعل سے کاربائلک بنتا ہے اور ان مشروبات کی تیزابیت کا درجہ 3.4 ہوتا ہے یعنی انسانی جسم کی تیزابیت سے تین یا چار درجے تیز۔ اس درجے کی تیزابیت ہڈیوں اور دانتوں کو گھول کر رکھ دیتی ہے۔ انسانی ہڈیاں 30 سال کے بعد بنتا بند ہو جاتی ہیں یعنی انسانی ڈھانچہ ہونے کی وجہ سے ہمارے انسانی نظام اور معدے پر دو چنڈ بوجھ بڑھ جاتا ہے۔ ایک تیزابیت کی وجہ سے اور دوسرا

فاسفورک ایسڈ

اس کا تیزابی مادہ ہمارے جسم کی ہڈیوں اور دانتوں سے کالشیم کے مادے کا اخراج کرتا ہے۔ مسلسل استعمال سے ہڈیوں کی شکست و ریخت ہونے کی وجہ سے ہڈیوں کا درد کمزور اور بعض اوقات معمولی چوٹ سے ہڈیوں کا ٹوٹ جانا عام علامت ہے۔ اس بیماری کو ہڈیوں کی کمزوری کہا جاتا ہے۔

کیفین

یہ اعصابی نظام کو تحریک دینے والی نشہ آور دوا ہے جس کے استعمال سے آدمی وقتی طور پر بیدار، تازہ دم اور خوش محسوس کر سکتا ہے۔ پانچ چھ گھنٹے میں اس کا اثر ختم ہونے پر کمزوری، سستی، اضمحلال اور بوریٹ محسوس کرتا ہے۔

کیفین کے زیادہ استعمال سے ہیجان، بے چینی، رعشہ، دل کی تیز دھڑکن کے ساتھ دل کی چال میں تبدیلی آ سکتی ہے۔ سر درد کے ساتھ دردوں تک کی نوبت آ سکتی ہے۔ کیفین کی مقدار عام بوتل میں 35 سے 50 ملی گرام تک جبکہ ڈیڑھ لیٹر کی بوتل میں 200 ملی گرام تک موجود ہوتی ہے۔

سوڈیم بنیزو میٹ

یہ مضر کیمیائی مادہ مشروبات کو سڑنے سے روکتا ہے لیکن اس کا کثرت سے استعمال ہائی بلڈ پریشر کا باعث بنتا ہے۔

ایستھائی لین گلائی کول

یہ مشہور اینٹی فریز ہے جو گاڑیوں میں پانی کو جمنے سے بچانے کیلئے ڈالا جاتا ہے۔ یہ سکھیا سے ملتا جلتا آہستہ عمل کرنے والا

دانتوں کے درد کیلئے درود شریف

دانتوں کی کئی بیماریاں ہوتی ہیں۔ ان کو چھوڑ دیا جائے تو ان سے کئی اور بیماریاں جنم لیتی ہیں۔ کچھ ایسی بھی جو جان لیوا ثابت ہوتی ہیں۔ لوگ مایوس ہو جاتے ہیں۔ ڈاکٹر اور طبیب جواب دے دیتے ہیں۔ منہ کا ذائقہ جاتا رہتا ہے اور لوگ کھانے پینے سے قاصر ہو جاتے ہیں۔ اس مرض کو زائل کرنے کیلئے یہ درود شریف اکسیر اعظم ہے۔ اللہ تعالیٰ ہر حالت میں شفاء دے دیتا ہے۔ خرچ کچھ بھی نہیں آتا شفاء مکمل اور ثواب اس کے علاوہ۔ جن کے منہ سے بدبو آتی ہو چاہے دانتوں کی وجہ سے ہو چاہے کسی پیاز اور مولیٰ وغیرہ کے کھانے سے ہو وہ بھی ایک سانس میں گیارہ مرتبہ اس درود پاک کو پڑھ کر فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔ درود پاک یہ ہے:-
اللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَى النَّبِيِّ الطَّاهِرِ.

دل کی بیماری کیلئے درود پاک

یہ درود بھی ہے اور مکمل شفاء بھی ہے۔ دل کے درد اور جملہ امراض قلب کیلئے ایک لاجواب دوا ہے۔ بالخصوص دل دھڑکنے، دل تڑپنے، دل ڈوبنے، دل بھڑکنے اور دھڑکنے، دل بیٹھنے کیلئے مجرب نسخہ کیا ہے۔ یہ درود پاک 315 مرتبہ روزانہ پڑھنے چاہئیں۔ اللہ تعالیٰ دل کے ہر مرض سے شفاء عطا فرمائے گا۔ آج کل دل کی بیماری عام ہے۔ تندرست اگر پڑھتے رہیں تو دل کے امراض سے انشاء اللہ محفوظ رہیں گے۔ درود پاک یہ ہے:-
اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَآلِهِ وَصَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ طَبِّ الْقُلُوبِ وَذَوَائِهَا وَنُورِ الْبَصَارِ وَصَيَّائِهَا وَعَلَى آلِهِ وَآصْحَابِهِ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ.

ہائی بلڈ پریشر کیلئے گراں قدر تحفہ

اس جدید دور میں جہاں انسان کو مشینی آسائشوں اور الیکٹرانک میڈیا سے بہت سی راحتیں میسر ہوئیں ہیں وہاں انہی کی وجہ سے بہت سی ایسی بیماریاں بھی جنم لے رہی ہیں جو دور قدیم میں نہ تھیں۔ ان میں سے ایک ہائی بلڈ پریشر بھی ہے یہ ایسا خطرناک مرض ہے جو ایک چلتے پھرتے انسان کو بے بس حواس باختہ اور زندگی سے عاجز بنا دیتا ہے ایسے مجبور اور بے بس حضرات کیلئے عقربی کی تیار کردہ ”فشاری“ ایک لاجواب حیرت انگیز دوا درواہ ہے۔ اس کے چند ماہ کا مستقل استعمال ہائی بلڈ پریشر کو ہمیشہ کیلئے جڑ سے ختم کر دیتا ہے۔

قیمت:- 200/- روپے علاوہ ڈاک خرچ

ہائی بلڈ پریشر کیا ہے؟ اس کیلئے ماہنامہ عقربی کی گراں قدر کتاب ”ہائی بلڈ پریشر کا سائنسی روحانی علاج“ پڑھنا نہ بھولیں!

ع،م۔ چوہدری

دل کی ہر بیماری کا علاج درود شریف

اسے کثرت سے پڑھنے والا کا دل روشن ہو جاتا ہے اور اسے سچے خواب نظر آنے لگتے ہیں۔ خواب میں بزرگوں کی زیارت ہوگی۔ اگر شدید قسم کے بیمار آدمی کے سر ہانے درود مبارک کو سو مرتبہ پڑھا جائے

رہے گا۔ جو شخص صبح و شام یا ہر نماز کے بعد اس درود شریف کی تلاوت کرتا رہے گا وہ ذلت سے نکل کر عظمت میں آجائے گا۔ ادنیٰ سے اعلیٰ مرتبہ پر پہنچے گا۔ اگر کسی حاکم یا افسر کے پاس جائے گا تو عزت پائے گا۔ اسے کثرت سے پڑھنے والا کا دل روشن ہو جاتا ہے اور اسے سچے خواب نظر آنے لگتے ہیں۔ خواب میں بزرگوں کی زیارت ہوگی۔ اگر شدید قسم کے بیمار آدمی کے سر ہانے درود مبارک کو سو مرتبہ پڑھا جائے اور اس کے بعد نبی کریم ﷺ کے واسطے سے بیمار کی صحت یابی کی دعا کی جائے تو اللہ قبول فرمائے گا۔ درود شریف یہ ہے:-
اللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِكْ عَلَى حَبِيبِكَ الْمُصْطَفَى وَعَلَى آلِهِ وَسَلِّمْ.

ایک عظیم درود پاک

حضرت شیخ یوسف بن اسماعیل نبہانی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ شیخ محمد صالح کی وہ تحریر جو صاحبزادہ عبدالحی نے مجھے دکھائی اس میں حضور نبی کریم ﷺ کا یہ درود پاک اس کی فضیلت اور سند درج ہے۔ اس کے مطابق اس درود شریف کی بزرگی کا اندازہ اس سے لگایا جاسکتا ہے کہ اسے ایک دفعہ پڑھنے سے ایک ہزار بار درود شریف پڑھنے کا ثواب ملے گا۔ درود پاک یہ ہے:-

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ نِ النَّبِيِّ الْأُمِّيِّ وَآلِهِ بِقَدْرِ حُسْنِهِ وَجَمَالِهِ وَنُورِهِ وَكَمَالِهِ وَسَلِّمْ تَسْلِيمًا.

کان کے درد سے نجات کیلئے

کئی بچے کان کے درد سے تڑپ تڑپ کر روتے رہتے ہیں۔ ان کے والدین طرح طرح کی دوائی استعمال کرتے ہیں۔ لوگ بھی کان کے مرض کے علاج کروانے بڑے بڑے ڈاکٹروں کے پاس جاتے ہیں مگر یہ ایک ایسا درد ہے کہ جو کان درد کیلئے مکمل شفاء ہے۔ شفاء القلوب بذکر الحجاب از مولوی نبی بخش حلوانی رحمۃ اللہ علیہ میں درج ہے کہ حضور ﷺ نے فرمایا کہ اگر کسی کے کان میں گرانی ہو تو یہ درود پاک پڑھے۔
اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِي الْأَوَّلِينَ وَالْآخِرِينَ وَفِي الْمَلَاءِ الْأَعْلَى إِلَى يَوْمِ الدِّينِ.

گھر میں خوشحالی اور سکون کیلئے

اس درود پاک کو روزانہ گھر میں ایک مرتبہ پڑھنے سے گھر میں خوشحالی اور سکون رہتا ہے اگر کوئی رشتہ دار بیوی یا اولاد کسی مسئلے میں تنگ کرتی ہو تو 11 مرتبہ یہ درود شریف پڑھ کر پانی پر پھونک کر پانی پلا دیں۔ ہر طرف سے مخالفت ختم ہو جائے گی اور ماحول موافق ہو جائے گا۔ حضرت خواجہ حسن بصری رحمۃ اللہ علیہ کا ارشاد ہے کہ جو شخص چاہتا ہو کہ اسے حوض کوثر سے بھر بھر کر جام پلائے جائیں تو اسے یہ درود پڑھنا چاہیے۔
اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ وَأَصْحَابِهِ وَأَزْوَاجِهِ وَذُرِّيَّتِهِ وَأَهْلِ بَيْتِهِ وَأَصْهَارِهِ وَأَنْصَارِهِ وَأَشْيَاعِهِ وَمُحِبِّيهِ وَأُمَّتِهِ وَعَلَيْنَا مَعَهُمْ أَجْمَعِينَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ 0

درود قرآنی

اس درود پاک کے الفاظ یہ ہیں اے اللہ! قرآن کے حروف کے برابر نبی اکرم ﷺ پر درود بھیج، اسی لیے اسے درود قرآنی کہا جاتا ہے۔ اس درود پاک کے بے پناہ فوائد ہیں۔ مختصر یہ کہ اس درود پاک کے پڑھنے سے دل میں حضور ﷺ کی بے پناہ محبت پیدا ہو جاتی ہے۔ قرآن پاک کی تلاوت سے پہلے اور آخر میں سات سات مرتبہ پڑھنے سے وہ شخص اور اس کا گھر ہمیشہ خوشحال اور پرسکون رہے گا۔ خشک سالی میں مسجد میں جمع ہو کر اجتماعی طور پر سو الاکھ مرتبہ یہ درود شریف پڑھنے سے رحمت خداوندی کا بادل آسمانوں پر چھا کر برس جاتا ہے۔ اس درود شریف کو تین مرتبہ صبح و شام پڑھنے سے اس قدر رحمتیں نازل ہوتی ہیں کہ جو احاطہ کتنی سے باہر ہیں۔ درود قرآنی یہ ہے:-
اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِهِ وَأَصْحَابِهِ بِعَدَدِ مَا فِي جَمِيعِ الْقُرْآنِ حَرْفًا حَرْفًا وَبِعَدَدِ كُلِّ حَرْفٍ أَلْفًا.

درود مصطفیٰ ﷺ

اس درود پاک کا عمل نیک صفات سے مصنف ہو جائے گا۔ کثرت سے پڑھنے والا رسول اکرم ﷺ کی محبت میں محو

(داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ پھلت)

جنات نے مہمانان رسولؐ کا اکرام کیا

دیکھتے دیکھتے وہ بلی حافظ صاحب کے سینہ پر سوار ہو گئی اور انسانوں کی طرح بولنے لگی! اس نے کہا کہ مولانا کلیم سے کہنا کہ آپ کے مدرسہ کے لوگ ہمیں بہت ستارے ہیں اور ہمارے ساتھیوں کو مارتے ہیں ہم ایک زمانے سے وہاں رہتے ہیں

اعلان کیا گیا محسوس ہوا کہ ایک مخلوق یہاں رہتی تھی جس کی وجہ سے اس جگہ پر دہشت سی محسوس ہوتی تھی وہ مخلوق یہاں سے چلی گئی اور عجیب سا خلا محسوس ہونے لگا اس کے بعد سے آج تک نہ کوئی سانپ نکلا اور نہ کسی طالب علم کو اثر وغیرہ کی پریشانی ہوئی۔

ابھی چند مدارس میں جانا ہوا تو ذمہ داران مدرسہ نے شکایت کی کہ طلباء مدارس کے ساتھ عوام کا بڑا سوتیلہ سلوک رہتا ہے خاص طور پر جہاں مدارس کی اپنی مساجد نہیں ہیں یا مدارس مساجد میں چل رہے ہیں وہاں کے نمازی تو بس ہر وقت ذرا ذرا سی بات پر بلکہ بے بات بچوں کے ساتھ کھارت آمیز اور ظالمانہ سلوک کرتے ہیں مجبوراً مسجد کی نماز کی فضیلت سے محروم کر کے ان کی جماعت الگ مدرسہ کے کمرے میں کرنی پڑتی ہے یہ طلباء مدارس مہمانان رسولؐ ہیں اس مبارک مقدس اور اللہ کیلئے محبوب ترین نسبت کا جنات جتنی قوم تو ایسا احترام کرے کہ ایک اعلان میں سینکڑوں سال کی اپنی رہائش چھوڑ کر ذرا سے اشارہ پر جگہ خالی کر دے اور نبیؐ سے محبت کا دعویٰ کرنے والے ہم غلامان رسولؐ ان مہمانان رسولؐ کو حقیر اور بے سہارا سمجھ کر ان کو کھارت سے دیکھتے ہیں حتیٰ کہ مساجد جہاں پر سب سے زیادہ حق اگر کسی کا ہے تو ان مہمانان رسولؐ کا۔ ان کے ساتھ تازہ بنا طریقہ سے ہم پیش آئیں کتنے افسوس کی بات ہے۔

ایک عجیب عمل

حضور اکرمؐ نے حضرت فاطمہ رضی اللہ عنہا سے ارشاد فرمایا کہ جو مسلمان مرد یا عورت وتر کے بعد دو سجدے اس طرح کرے کہ ہر سجدے میں پانچ مرتبہ ”سُبُّوحٌ قَبُّوسٌ رَبُّ الْعَالَمِینَ وَالرَّحْمٰنُ“ پڑھے اور دونوں سجدوں کے درمیان بیٹھ کر ایک مرتبہ آیت الکرسی پڑھے تو قسم ہے اس ذات کی جس کے قبضہ میں محمدؐ کی جان ہے کہ اللہ تعالیٰ اس شخص کی وہاں سے اٹھنے سے پہلے مغفرت فرما دیں گے اور ایک سوچ اور ایک سو عمروں کا ثواب دینگے اور اس کی طرف اللہ تعالیٰ ایک ہزار فرشتے بھیجیں گے جو اس کیلئے نیکیاں لکھنی شروع کر دیں گے اور اس کو سوغام آزاد کرنے کا ثواب بھی ملے گا اور اس کی دعا اللہ تعالیٰ قبول فرمائیں گے اور قیامت کے دن ساٹھ اہل جہنم کے حق میں اس کی شفاعت قبول فرمائیں گے اور جب مرے گا تو شہادت کی موت مرے گا۔ (معین الدین)

(بقیہ: گردوں کے علاج کا خواب میں ملا عمل)

دس بارہ گلو پانی بھر دیا۔ ساری رات اس کو بھگور کھا۔ صبح اٹھ کر اسے جیسی آگ پر چڑھا دیا۔ جب پانی بھرا ہوا لکھانے لگا۔ ایک گھنٹہ پانی بالے کھاتا رہا۔ اس سے کلوچی کے دانے ملنے سرخی مائل ہو گئے۔ کپڑے سے پانی پن کرکین بھر کر رکھ لیا۔ صبح اٹھ کر کلوچی کا پانی دو گلاس لے کر اتنا شہد ڈالا کہ ٹنٹھا ہو گیا۔ اُس کے بعد لی لیا۔ تین بار شفاء من جانب اللہ پڑھ کر وہ پانی نہارمنی لی لیتا۔ تقریباً ایک ہفتہ میں نے پانی پیا تو مجھے محسوس ہوا کہ جب میں پیشاب کرنے جاتا تھا تو پیشاب میں ایسے جیسے سفید رنگ کا پاؤ ڈر نکل رہا ہو۔ دراصل وہی اندر بیماری تھی جس نے گردے کو نقصان پہنچایا ہوا تھا۔ وہی کرکین وہی پاؤ اور وہی کرکین اور وہی پاؤ شیم تھے جو کلوچی کے پانی اور شہد کی برکت سے پیشاب کے ذریعے نکلتا شروع ہو گئے جنہیں ڈاکٹرا سسر مشین سے نکالتا تھا۔ پھر میں لاہور آیا سی ڈاکٹر کے پاس۔ میں نے ڈاکٹر کو کہا کہ میں آگے سے کافی صبح ہو گیا ہوں۔ انہوں نے جب مجھے چیک کیا اور پرانا ریکارڈ دیکھا تو کہنے لگے یہ ہوئی نہیں سکتا تم نے کیا کیا ہے۔ میں نے سارا واقعہ بتا دیا۔ انہوں نے مجھ سے طریقہ پوچھا جو میں نے بتا دیا۔ میں نے مستقل استعمال جاری رکھا۔ تقریباً دو مہینے کے بعد میرے گردے صحت یاب ہونا شروع ہو گئے۔ دو مہینے کے بعد شہد بھی ختم ہو گیا اور پانی بھی ختم ہو گیا۔ میں نے وہ پانی فریج میں رکھا ہوا تھا۔ جب ضرورت پڑتی تھی نکال کر شہد ملا کر پی لیتا تھا۔ دن میں صرف ایک دفعہ پانی نہارمنی۔ آہستہ آہستہ میرے گردوں کی سوچ ختم ہو گئی۔ پہلے میرے گردے اتنے متورم ہو گئے تھے کہ جب میں پہلو کے بل لیٹتا تو گردوں کی دسم سے مجھے جھن محسوس ہوتی اور گردے دہتے ہوئے محسوس ہوتے۔ پہلے چل پھر نہیں سکتا تھا اللہ نے مجھے صحیح کر دیا میں چلنا پھرنا شروع ہو گیا۔ میں نے یہ نسخہ دو تین اور لوگوں کو بتایا وہ بھی ٹھیک ہو گئے۔ ایک وکیل عباس لاہور میں تھا وہ بہت زیادہ پریشان تھا۔ میں نے اس کی بیوی کو بتایا کہ یہ والا نسخہ استعمال کرو۔ اُس کو بھی اللہ نے آرام دے دیا۔ اُس نے کہا اس بندے سے مجھے ملاؤ۔ میرے پاؤں کا ایکسٹنٹ ہوا تھا میں اس سے ملنے نہ جا سکا۔ جو بھی مجھے کہتا کہ میرے گردے میں پتھری ہے میں اسے کہتا کہ ایک تول کلوچی اور شیشیم جیسے پتھری میں باقی ملی جاتی کہتے ہیں۔ رات کو کلوچی ایک کپ پانی میں بھگو رکھیں اور صبح اسے سو دانی کی طرح گھوٹ کر پی لیں۔ تقریباً دو سے تین ہفتے استعمال سے پتھری نکل جاتی ہے۔ قارئین! آج مجھے پانچ سال ہو گئے ہیں میرے گردے بالکل صحت یاب تندرست اور میں شفاء یاب ہوں چلنا پھرنا اور اس وقت عبقری کے دفتر بیٹھا انٹرویو دے رہا ہوں اور میں بالکل صحت یاب ہوں۔ مجھے گردوں کی کوئی تکلیف نہیں۔

نوٹ: عبقری کے قارئین کو یہ تحفہ ہمارے ایک عمر بزرگ پیر محمد طہیر الحسن آف مرید کے نے عبقری کے ایڈیٹر سے ملاقات کے وقت تعارف کر دیا پھر پیر صاحب نے قارئین کی محبت اور عبقری سے والہانہ محبت کو سامنے رکھتے ہوئے اللہ تعالیٰ صاحب کو اسے گاڑی میں ڈھالنا اور عبقری کے دفتر لے آئے۔ ایڈیٹر عبقری نے ان سے جو باتیں میں وہ بار بار صحیح لیکن من جن عبقری کے قارئین کی خدمت میں پیش ہیں۔ گردے نکل ہو گئے ہوں پریشان نہ ہوں طب نبویؐ کا یہ عمل تحفہ استعمال کریں۔ آزمائیں اور فائدہ اٹھائیں۔ پیر محمد طہیر الحسن ہاشمی صاحب کا نمبر۔ 0321-4308601 اگر کسی نے معلومات لینی ہو۔

ادویات اور کتابیں منگوانے والے

ایک خط لکھیں یا فون کریں کتاب / دوائی VP بذریعہ ڈاک آپ کے پاس ہوگی رقم دے کر کتاب / دوائی ڈاک کیے سے حاصل کریں۔

نوٹ: بعض احباب جلدی کرتے ہیں مستعد شاف نا انصافی یا کسی کو نظر انداز نہیں کرتا باری آنے پر پارسل جلد کیا جاتا ہے۔

آرڈر کیلئے صرف اسی نمبر کو ڈائل کریں۔

042-37597605

حضرت شیخ الحدیث مولانا محمد زکریا کاندھلوی رحمۃ اللہ علیہ سے کیے گئے وعدہ کی تعمیل میں اس حقیر نے پھلت کے تاریخی ادارہ مدرسہ فیض الاسلام (جس کا موجودہ نام جامعۃ الامام ولی اللہ ہے) کے لیے دور ڈھوپ شروع کی چند طلباء کو دارالافتاء میں رکھا گیا مدرسہ جو کچھ زمانہ قبل جامع مسجد سے حضرت مولانا محمود احمد پھلتی استاذ شیخ الہند کی خانقاہ جس کو مرزا جی کی بارگاہا جاتا تھا کے کھنڈر میں چند کمرے بنا کر منتقل کیا گیا تھا مدرسہ میں روز روز سانپ نکلنے رہتے تھے اور مقيم طلباء کو جنات جو اس کھنڈر میں رہتے ہوں گے طرح طرح سے پریشان کرتے تھے۔

اتفاق سے عزیز کی حافظ محمد ادریس جو اس حقیر کے شروع سے رفیق ہیں کو کسی دینی دعوتی ضرورت سے راجستھان سفر پر بھیجا جے پور میں ان کا قیام حضرت شاہ عبدالرحیم مہدی رحمۃ اللہ علیہ کے مہمان خانہ میں تھا مہمان خانہ میں وہ اکیلے تھے دروازہ بند تھا اچانک انہوں نے دیکھا کہ ایک سفید رنگ کی بلی وہاں ہے اور دیکھتے دیکھتے وہ بلی حافظ صاحب کے سینہ پر سوار ہو گئی اور انسانوں کی طرح بولنے لگی! اس نے کہا کہ مولانا کلیم سے کہنا کہ آپ کے مدرسہ کے لوگ ہمیں بہت ستارے ہیں اور ہمارے ساتھیوں کو مارتے ہیں ہم ایک زمانے سے وہاں رہتے ہیں آپ وہاں مدرسہ چلا کر ہمیں پریشان نہ کریں اور اپنا مدرسہ کہیں اور بنالیں یہ کہہ کر وہ بلی چلی گئی حافظ صاحب نے صبح کو حضرت شاہ عبدالرحیم رحمۃ اللہ علیہ سے رات کے واقعہ کا ذکر کیا حضرت شاہ صاحب نے فرمایا کہ اب آپ مدرسہ میں جا کر جس طرف زیادہ سانپ وغیرہ نکلنے ہیں وہاں کھڑے ہو کر یہ کہنے کہ: اے قوم جنات! ہم لوگ مہمانان رسولؐ کے لیے یہاں ایک مدرسہ چلا رہے ہیں اور ان کے قیام گاہ یہاں بنانا چاہتے ہیں اس لیے آپ لوگ یہاں سے جگہ خالی کر دیں اور اپنا ٹھکانہ کہیں اور بنالیں حسب الحکم حافظ ادریس صاحب نے پھلت پہنچ کر اس کھنڈر کے خاص مقام پر جہاں زیادہ سانپ نکلنے تھے اعلان کیا: ایک وارث رسولؐ کے حکم سے میں اعلان کر رہا ہوں کہ ہم لوگ مہمانان رسولؐ کیلئے یہاں ایک مدرسہ چلا رہے ہیں اس کی ایک قیام گاہ یہاں بنانا چاہتے ہیں آپ لوگ یہاں سے جگہ خالی کر دیں اور اپنا ٹھکانہ کسی اور جگہ بنالیں کئی استاذ بھی ساتھ تھے سب کا تاثر یہ تھا کہ جیسے ہی یہ

مایوس خاندانی مشکلات کا پُر تاثیر روحانی علاج (تصحیح شدہ جدید ایڈیشن)

پریشانیوں کی صد انا چاقیوں کا دکھڑا علاج بیماریوں کی بوچھاڑ خاندانی مشکلات میں گھرے لوگ آج ان تمام چیزوں سے اب بالکل مایوس ہو گئے ہیں تو ایسے لوگوں کیلئے بھی رحمت کے دروازے کھلے ہیں۔ یقیناً کمی میرے لینے میں ہے اس کریم کے دینے میں کوئی کمی نہیں نہ کسی عامل کی ضرورت نہ کسی کو بتانے کی حاجت اولیاء کے ایسے مجرب وظائف جو تیر بہدف ہیں۔ کتاب میں وہی سب کچھ ہے جو ہر دکھی دل کی چاہت، ناامید اور مایوس بیماریوں کے لیے شفاء کا پیغام ہے۔ عوام و خواص میں مقبول کتاب جو عرصہ دراز سے مارکیٹ میں ختم ہو گئی تھی مگر قارئین کا بھرپور اصرار تھا کہ اس کتاب کی دوبارہ اشاعت کی جائے آپ کے اس اصرار کے پیش نظر قرآن وحدیث کے اعمال پر مشتمل کمالات کی جامع حیرت انگیز فائدوں سے بھرپور کتاب کو مکمل حوالہ جات اور تصحیح جدید کے بعد دوبارہ پیش کیا جا رہا ہے۔ (قیمت علاوہ ڈاک خرچ -/170)

صوفی ازم سے روشنی کا سفر

تصوف کی تاریخ صدیوں پر محیط ہے لیکن گزرتے وقت کے ساتھ اس کا روشن چہرہ دھندلاتا چلا گیا اور رقص و سرور اور من گھڑت قصے کہانیوں کو تصوف کی حقیقت سمجھ لیا گیا۔ آخر تصوف کی حقیقت کیا ہے؟ یہ کتاب روشنی کا ایسا سفر ہے جو اولیاء اللہ کی حقیقی زندگی ان کی اجلی صفات قیمتی اقوال اور ایمان افروز حکایات پر مشتمل ہے۔ یہ انمول کتاب صوفیاء کی روشن زندگی کی روشن شمع آپ کی زندگی میں بھی روشن کر دے گی۔ صوفیاء کا معاشرے میں کیا کردار تھا؟ صوفی کا دوسرے صوفیاء سے تعلق کا معیار کیا تھا؟ وہ من کی زندگی کے ساتھ تن کی زندگی کو کیسے لے کر چلتے تھے؟ یہ سب آپ پڑھیں گے اس کتاب میں جو یقیناً صوفیاء کا حقیقی رخ آپ کے سامنے رکھے گی اور آپ یقیناً اس کاوش کو ضرور سراہیں گے۔ دلچسپ بات یہ کہ کتاب کا موضوع خشک لیکن کتاب کا اسلوب نہایت آسان منفرد اور دلچسپ ہے۔ صوفیاء کی ازدواجی زندگی کیسی ہوتی تھی؟؟؟ ایک ایسا اچھوتا موضوع جو صوفیاء کی زندگی سے خارج سمجھا جاتا ہے۔ یہ عنوان آپ کیلئے باعث حیرت..... دلچسپی کا باعث اور صوفیاء کی زندگی کا ایک نایاب رخ پیش کرے گا۔ (قیمت علاوہ ڈاک خرچ -/250)

مشکلات سے نجات پانے والوں کے روحانی تجربات (جلد اول)

یہ سنتے آئے ہیں کہ اعمال کرنے اور نیکی کرنے سے جنت ملتی ہے لیکن کیا ان اعمال صالح سے اور نیکی سے دنیا بھی ملتی ہے؟؟؟ جی ہاں! ایسا آج کے اس پر فتن دور میں بھی ممکن ہے۔ اللہ وہی ہے اس کی طاقت وقوت بھی وہی ہے جو صحابہؓ اور اہل بیتؑ کے دور میں تھی۔ دراصل ہم نے اس یقین کو چھوڑ دیا ہے جو اولیاء و صالحین کا اللہ کے نام سے اپنے سب مسائل حل کروانے کا تھا۔ زیر نظر کتاب اسی منفرد اور اچھوتے موضوع پر مشتمل ہے کہ کیسے ہر طبقے کے افراد نے جن میں مرد بھی ہیں اور خواتین بھی اپنے دنیاوی مسائل چھوٹے چھوٹے روحانی ٹوکوں سے حل کروائے۔ اس کا ہر ہر سچا واقعہ آپ کے یقین اور ایمان کیلئے جاں فزاں اور روح کیلئے بیش بہا ٹانک ہے، جو اللہ کی ذات سے ملنے کا یقین اور مال سے نہیں بلکہ اعمال سے ہونے کا یقین عطا کرتا ہے۔ یہ کتاب دراصل ان واقعات و مشاہدات کا مجموعہ ہے جو درس روحانیت و امن کے بعد ہونیوالی مجالس مجذوبی میں لوگ حضرت حکیم صاحب کی موجودگی میں بتاتے ہیں۔ اس انمول کتاب میں کیا ہے؟ آئیے! انتہائی مختصر انداز میں اس کا تعارف ملاحظہ فرمائیں! ☆ ایک صاحب پھل کی ریڑھی لگاتے ہیں ایک دن بارش ہونے کی وجہ سے کوئی گا ہک نہ آیا۔ انہوں نے کوئی آیت پڑھی کہ کچھ ہی دیر میں ایک ہی شخص سارا پھل لے گیا۔ وہ عمل کیا تھا جو پھل فروش نے ریڑھی پر بیٹھے بیٹھے کیا؟ کاروباری حضرات کیلئے ایک انوکھا راز۔ محترم قارئین! یہ صرف ایک صفحہ کا مختصر تذکرہ ہے۔ ایسے حیرت انگیز سچے واقعات جاننے کیلئے ”مشکلات سے نجات پانے والوں کے روحانی تجربات“ جلد اول کا مطالعہ کریں اور حیرت کے سمندر میں ڈوب جائیں۔ (قیمت علاوہ ڈاک خرچ -/300)

فیوض درس

قیمت فی سی ڈی ویکسٹ

40 روپے علاوہ ڈاک خرچ

حضرت حکیم صاحب کا ہفت روزہ ایمان افروز اور دلگذاور درس جن کے فیض سے امت کا ہر طبقہ مستفید ہو رہا ہے لاکھوں لوگوں کی زندگیاں راہ بغاوت سے راہ معرفت پر آچکی ہیں وہ خود ہدایت کا ذریعہ بن رہے ہیں اور گھریلو الجھنیں حیرت انگیز طریقے سے حل ہوئیں اب ہر درس کیسٹ کے علاوہ سی ڈی میں بھی دستیاب ہے خصوصاً ان لوگوں کیلئے جو چاہنے کے باوجود درس میں شرکت نہیں کر سکتے اب گھر بیٹھے اپنے ایمان کو تازگی بخش سکتے ہیں اور دوسروں کو بھی ہدیہ کر سکتے ہیں۔ آپ یہ درس ویب سائٹ پر بھی سن سکتے ہیں۔
www.ubqari.org

فطرت کو آواز دیں
اسی بایونگ سے نجات

بدلتے موسم میں
تحفظ ضروری ہے

نزلہ زکام ریشہ کھانسی چھینکیں، الرجی، دمہ، خراہٹ، نمونیا

آخر لا علاج کیوں ہیں؟؟؟ پھر بدلتے موسم میں اس میں لوگ مبتلا کیوں ہوتے ہیں؟ یوں رت بدلی، یوں الرجی میں مبتلا ہوئے اور پھر سارا گھر دواؤں سے اٹ گیا وقتی علاج کے بعد جب تک دوائی کا اثر تب تک فائدہ یوں اثر ختم فائدہ ختم۔ بچے بڑے بوڑھے جو ان سب اس میں مبتلا ہوئے۔ آئیے! ہم آپ کو فطرت سے روشناس کراتے ہیں اور فطرت نے جڑی بوٹیوں کے ذریعے انسانیت کو بے ضرر شفاء دی ہے جو ہر غریب سے غریب شخص کی پہنچ سے بالکل قریب ہے۔ کیا آپ چاہتے ہیں ان تمام بیماریوں سے چھٹکارا پانا؟ تو پھر اعتماد سے عبقری کی مندرجہ ذیل ادویات ان بیماریوں سے یقینی اور دائمی چھٹکارے کیلئے استعمال کریں۔ ”شفائے حیرت سیرپ“ نام حیرت کام حیرت اور شفاء حیرت، بس چند گھونٹ ہی ایسا کمال دکھاتے ہیں کہ تمام بیماریاں ختم۔ ”بفشقی قہوہ“ قہوہ کیا ہے صدیوں سے آزمودہ بے ضرر جڑی بوٹیوں کا نچوڑ، آپ قہوے کے پتے ابا لیتے ہو اپنے جسم کے انگ انگ سے ریشہ الرجی یوں نکال کر رکھتے ہیں آزمائیں فائدہ پائیں اور پرسکون زندگی گزاریں۔ ”جوہر شفاء مدینہ“ بس موت کے علاوہ ہر مرض کا علاج اور بدلی رت کی سوغات یعنی الرجی اور رعشہ کسی بھی شکل میں ہو چند خوراکیں اپنا اثر اور فوری اثر دکھاتی ہیں۔ ”ناک شفاء ڈراپر“ بڑھی ہوئی ہڈی، چھینکوں کا طوفان، نزلہ دمہ، کھانسی کیسے دور نہ ہو، چند قطرے ناک میں ڈالیں چاہے بچے ہوں یا جوان۔ بیماریوں نے نڈھال کر دیا، دماغ کمزور، نظر کمزور، جسم اور اعصاب کمزور تو پھر ”اکسیر البدن“ ان سب کو فوری کنٹرول کرے۔ آپ بیک وقت تمام دوائیں استعمال کریں یا ان میں سے چند بہر حال فائدہ ہی فائدہ ہے نفع ہی نفع ہے۔ آئیے! گھر بیٹھے اپنی بیماریوں کا شافی علاج آسانی سے آپ کی دہلیز تک۔ اعتماد اور یقین ہی ان بیماریوں سے شفا کی اثرات دیتا ہے۔ بے یقین کو نہیں۔ آئیے یقین سے شفا یابی پائیں۔