عقل و ڈپریش

علامہ جان علی کاظمی

ایلیا یونیورسٹی

prof.jan12@gmail.com

عقل

امام علیؑ فرماتے ہیں"دوسروں کو اذیت دینے سے خود کو روکنا کمال عقل اور بدن کی راحت کی نشانی ھے"۔

عقل کی تعریف

امام علیؑ فرماتے ہیں" علم عقل کا چراغ ہے"۔
ایک اور جگہ امامؑ نے فرمایا" کائنات میں سب سے بدترین بیماری کم عقلی ہے۔بدترین اس لیئے ہے کیونکہ اس سے دنیا و آخرت دونو برباد ھو جاتے ہیں"۔
نبیؐ فرماتے ہیں"عقل باندھنے کا نام ہے"۔ یعنی جتنا نفسانی خواہشات پر کنٹرول ہو گا اتنی ہی عقل زیادہ ہوتی ہے۔
عقل کو بڑھانےاور ڈپرشن کےعلاج کے دو طریقے ہیں۔
١_ علاج بل غذا۔
٢_ علاج بل قرآن۔

آئمۂ نے بعض لوگوں کو دعا تعلیم فرمائی اور بعض لوگوں کو علاج بل غذا کی تعلیم فرمائی۔جب اس معاملے پہ لوگوں نے امامؑ سے سوال کیا کے مولا بعض لوگوں کو آپ نسخہ دے دیتے ہیں کے یہ دوا اس طرح استعمال کرنی ہے اور بعض کو باقاعدہ قرآن کی آیات سے جواب دیتے ہیں اس میں کیا فرق ہے؟ تو آئمۂ نے اس پہ ایک مفصل گفتگو فرمائی کے قرآن سے شفاء انسان کے جسم کے ساتوں اعضاء کے پاک ہونے کی شرط پہ ہے تو جو مومن ہوا کرتے تھے ان کےقلب کی نورانیت کو دیکھتے ہوئےانکو علاج بل قرآن کی تعلیم دیا کرتے تھےاور باقی جو لوگ

تھے مومن یا غیر مومن جو اتنے کامل نہ ہوتے انکوعلاج بل غذا اور دوسرے حوالوں سے نسخے دیا کرتے تھے۔

اربعین

اربعین سنت انبیاءہے۔پروردگار سے جب موسٰیؑ نے عظیم الشان چیز مانگی تو اللہ تعالٰی نے فرمایا کہ اربعین نکالیں تو حضرت موسٰیؑ نے کوہ طور پہ اربعین نکالا۔اسی طرح ۔نبی اکرمؐ کی بھی سنت ہےانہوں نے بھی اربعین نکالا جس کے بعد اللہ تعالٰی نے انہیں جناب زہراؑ سے نوازا۔یعنی سردار انبیاءؑ کو بھی اگر اللہ کسی عظیم الشان نعمت سے نوازتا ہے تو اسکو بھی فرماتا ہے کہ اربعین نکالو یہ سنت الہی

ہے سنت انبیاء ہے۔مگر افسوس کہ
مسلمانوں میں یہ سنت ترک ہو گئ ہے۔
ہم اس سے غافل ہو گئے ہیں۔اربعین پہ
بہت ساری احادیث ہیں جس پر آیت
اللّٰہ عظمٰی نے احادیث لکھی ہیں صرف
اربعین پر احا دیث کو جمع کیا گیا ہے۔
یعنی یہ اتنا اہم موضوع ہے۔اللّٰہ کے
پاک نبؐی فرماتےہیں کے چالیس دن اگر
کوئ پاک رہے تو حکمت کے چشمے
پھوٹیں گے یعنی اربعین کا جو سلسلہ
ہے چالیس دن اگر کوئ لقمہ حرام بھی
نہ کھا ئےاور نہ ہی شبعہ ناک(جس کے
پاکیزہ ہونے میں شک ہو) غذا کھائے تو
بزات خود خدا اس کے دل میں علم
نازل فرماتا ہے۔ اربعین حسینی پہ

جانے سے پہلے علماء اربعین نکالا کرتے تھے تا کہ امام زمانہ کی زیارت نصیب ہو اور خود مولا حسینؑ کی بھی زیارت نصیب ہو۔ اگر انسان کے اندر غصہ ہو حسد ہو تکبر ہو یا کوئی بھی نفسیاتی بیماری ہو تو اسکے لیے اربعین نکال سکتے ہیں۔

کوئی بھی انسان کے اندر کمزوری ہے حافظہ کو بڑھانا ہے تواربعین نکال سکتے ہیں مثلاً زیارت عاشورہ کا اربعین نکال سکتے ہیں۔

چاروں قل ہیں جو چالیس دن ہر روز ستر بار پڑھیں۔انکی غذا صرف پھل ہو اس سے بہت سے لوگ شفاء پا چکے ہیں۔کینسر کے مریض جگر کے مریض

اس عمل سے شفاء پا چکے ہیں ۔کیونکہ چالیس دن کے بعد نئے cells بننا شروع ہو جاتے ہیں۔البتہ پھلوں کا بھی ماہرین غذا جوانتخاب کریں وہی کھائیں۔جن پھلوں سے تمام ضروری وٹامن ملتے ہیں۔

ار بعین نکال کر عقل اور حافظہ بڑھائیں

طب اھل بیت میں مزاج شناسی کے مطابق دوا تجویز کی جاتی ہے ۔طب اہل بیت کا مقصد ہے کہ انسان کی عقل قوی ہو جائے اگر انسان کی عقل قوی ہو جائے تو انسان ہر بیماری سے بچ سکتا ہے۔عقل نہ ہونے کی وجہ سے انسان خطائیں کرتا ہے۔

امام علیؑ فرماتے ہیں کائنات میں سب سے زیادہ افضل ترین مادی نعمت عقل ہے۔

حضرت عمیؑ نقل فرماتے ہیں کہ جب بھی کوئ نبی امت کے لیئے بھیجا جاتا تھا تو اس نبی کی عقل تمام تر لوگوں سے قوی ہوتی تھی۔اسی طرح سے اگر کوئ رہبر بننا چاہتا ہے عالم بننا چاہتا ہے تو اسکی عقل تمام تر لوگوں سے قوی ہونی چاہیے۔عقل بڑھانے کے لیے ایک تو اعتکاف بیٹھیں جو کہ کم از کم ۳ دن کا ہونا چاہیئے اور دوسرا حوالہ ہےکہ اربعین نکالیں۔

عقل کو تباہ کرنے والی چیزیں

احادیث میں آیا ہے کے عقل کی دشمن

شہوت ہے۔شہوت کی بھی اقسام ہوتی ہیں۔۱۔پیٹ کی شہوت:

پیٹ کی شہوت کامطلب اگر آپکو ایک روٹی کی بھوک لگی ہو اور آپ دو روٹیاں کھا لیں تو آپکا نظام انہضام خراب ہوتا ہے۔

۲۔شہوت کلام:

امام علیؑ فرماتے ہیں کہ عاقل وہ ہے جو اپنی زبان پر قابو رکھے۔انسان جتنا زیادہ بولے گا اتنا ہی کم عقل ہو گا ۔

۳۔ آنکھوں کی شہوت:

کسی کی گندی تصویریں دیکھنے سے بھی عقل کم ہوتی ہے۔

۴۔ نفسانی شہوت:

نفسانی شہوت سے انسان موزی

امراض میں مبتلا ہو جاتا ہے ۔
اسی لئے تمام شہوتوں پر کنٹرول کرنا چاہئے۔
امام علیؑ فرماتے ہیں کے عقل خدا کی طرف سے باطنی رسول ہے۔اور تم شہوت کی وجہ سے اللّٰہ کے نبی کو قتل کرتے ہو۔

عقل کو نابود کرنے والی چیزیں

١۔ زیادہ کھانا
٢۔عجب ثانی۔یعنی ناز کرنا اپنے آپ پہ۔
٣۔ریا کاری۔
عقل اور ڈپرشن کا کا آپس میں ربط ہے۔اگر عقل کم ہو گی تو حب دنیا بڑھے گی اور حب دنیا سے ڈپرشن ہوتا ہے۔

عقل کی اہمیت

امام علیؑ فرماتے ہیں: عقل کی آفت خود پسندی ہے نبی ص فرماتے ہیں عقلمند کا سونا جاہل کی پوری رات عبادت کرنے سے زیادہ افضل ہے۔
عقلمد کا کھانا ۔جاہل کے مستحب روزہ رکھنے سے زیادہ افضل ہے۔
جن کے پاس عقل نہیں ہے وہ حیونات سے بدتر ہیں۔
امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں جس طرح چلنے کے لیے نور(آ نکھ) کی ضرورت ہے اسی طرح انسان کے باطن کو چلانے کے لیے عقل کی ضرورت ہے۔
عقل باطن کا نور ہے
نبی ص فرماتے ہیں۔جس کے پاس عقل

نہیں ہے اس کی عبادت اسے فائدہ نہیں دے گی

جن چیزوں سے عقل بڑھتی ہے:

۱۔کدو کا حلوہ۔

۲۔سیلری۔ Celery

۳۔انجیر۔ناشتے میں ۳ سے ۴ دانے

۴۔زعفران اور شہد ملا کر اگر گرمی ہے تو ۷ دن اور اگر سردی ہے تو ۱۴ دن استعمال کریں۔

۵۔ ادرک اور شہد

٦۔خرفہ ،ارسلین یا قلفُی۔

۷۔کندر: ایک دم سےنہ نگلیں چباتے رہیں۔

۸ ۔رحم اور محبت خدا کی مخلوق سے۔

۹۔بہ   بہ Quince کھانے سے عقل
بڑھتی ہے
امام علی علیہ السلام نے
فرمایا: زیادہ
سوچنے سے عقل و حکمت زیادہ ہوتی
ہے
روزانہ تلاوت
نبی ﷺ نے فرمایا۔روزانہ پچاس آیات
کی
تلاوت کرنے سے حافظہ بڑھتا ہے۔
تجارت کریں اس سے عقل بڑھتی ہے۔
چالیس دن میں ایک دفعہ گوشت
لازمی
کھائیں اس سے عقل بڑھتی ہے
دین حیا،عقل،

آدمؑ جب زمین پر آئے تو جبرائیلؑ نے فرمایا:
اللہ نے حکم دیا ہے تین میں سے ایک چیز آپ سے واپس لے لیں۔عقل،حیا یا دین
آپ نے فرمایا:عقل مجھے دے دو باقی سب لے لو۔جبرائیل نے حیا و دین کو واپس جانے کا حکم دیا۔دین و حیا نے فرمایا:خدا نے ہمیں حکم دیا ہے ہم عقل کیساتھ رہیں گے۔حیا و دین عقل ہی کے ساتھ رہے
جو شخص چوبیس گھنٹے میں ایک بھی نصحیت نہ سنے تو اس کی عقل کم ہو جاتی ہے۔

عقل کو ضعیف کرنے والی چیزیں

امام علی علیہ السلام فرماتے ہیں یہ
چیزیں
نسیان کا باعث بنتی ہیں عقل کم کرتی
ہیں
کھٹا سیب کھانے سے،دھنیا کھانے
سے،پنیر
کھانے سے،چوہوں والی غزائیں کھانے
سے،قبرستان کی تختیاں پڑھنے
سے،پھانسی
پر لٹکاتے وقت دیکھنے سے،جوؤں کو
نکال
کر نہ مارنے سے،کھڑے پانی میں
پیشاب
کرنے سے،سر کے پیچھے سے حجامت
کروانے سے،پرانا اور زیادہ گوشت

کھانے
سے،جو شخص نادان لوگوں کے ساتھ
رہتا
ہے،جو شخص بہودہ گفتگو زیادہ کرتا
ہے
اس کی عقل کم ہو جاتی ہے
احادیث میں ہے دستر خوان پر
زیادہ بیٹھیں مگر کم کھائیں ۔دستر
خوان پر بیٹھے سے عمر کم نہیں ہوتی
انسان جب کھاتا ہے۔تو اس کی رپوٹ
دماغ کو چار یا پانچ منٹ بعد پہنچتی
ہے اسے لیے طب اسلامی میں جب
تھوڑی بھوک رہ جائے غذا چھوڑ دینی
چاہے۔
خدا نے اس کا فلسفہ یہ رکھا ہے۔

انسان صبر کرے۔

عقل کی فضیلت

حدیث میں ہے کہ کچھ اصحاب نبیؐ کے سامنے ایک مسلمان کی بہت تعریفیں کر رہے تھے کہ وہ بہت عابد ہے بہت زاہد ہے بہت نیک ہے۔آپؐ نے فرمایا اسکی عقل کیسی ہے ۔اصحاب کہنے لگے کے یا رسول اللّٰہ ہم اسکی اتنی تعریفیں کر رہے ہیں اور اسکی عقل کیوں پوچھ رہے ہیں تو آپؐ نے فرمایا اگر اسکی عقل کامل نہیں ہے تو کئ بار ایسا ہوتا ہے کے اسکی عبادت سے اسکو اتنا نقصان ہوسکتا ہے کہ اتنا ایک فاسق فاجرگنہگار کواسکے گناہوں کا نہیں ہوتا تو یہاں پہ سوال کیا کہ

کیسے کسی کو عبادت سے نقصان ہو
سکتا ہے تو فرمایا کہ شیطان بھی
بہت زیادہ عبادات کیا کرتاتھا لیکن
اسکی عقل ناقص تھی اسی لیئے اسنے
اپنی دنیا و آخرت تباہ و برباد کر لی۔
اور عقل کیسے بڑھتی ہے حدیث میں
ہے کے عقل کوبڑھانے کے لیئے ۷۵
چیزوں کو سمجھنا ضروری ہےحدیث
میں ہے کہ یاھشام عقل کو پہچان اور
اسکےلشکر کو پہچان تا کہ تو شیطان
کے دھوکے میں نہ آسکے۔آپؑ نے فرمایا
کہ پچھتر چیزیں انسان کی عقل کو
کامل بناتی ہیں اور پچھر چیزیں انسان
کی عقل کو برباد کرتی ہیں یعنی یہ
حدیث اتنی اہم ہے کہ ہر انسان کو

چاہیئے کہ علم حاصل کرے اور اپنی عقل کو قوی کرے۔اگر اسکی عقل کامل نہیں تو اسکی عبادتوں کا وہی حشر ہو گا جو شیطان کاہوا اسکا وہی حشر ہو گاجو ا بو موسٰی اشعری کا ہوا کہ اس بدبخت نے وہ نقصان پہنچایا مولا علؑی کو کے اتن انقصان منافقین نے نہیں پہنچایا ۔کیونکہ اسکی عقل ناقص تھی۔اسی لیئے نبیؐ نے فرمایا کہ اسکی عقل کیسی ہے۔ممکن ہے ایک انسان کی عقل ناقص ہو تو اسکی عبادت کا نقصان اسکوملے گا کہ اتنا نقصان ایک گناہگارکے گناہ کا نقصان نہیں ہوتا۔اب اس حدیث کی کتنی اہمیت ہے کہ ہر مومن مومنہ ہر مسلم

مسلمہ ہر عورت مرد پر لازم ہے کہ وہ
علم حاصل کریں اور اپنی عقل کو قوّی
کریں۔دنیا میں اہم ترین چیز ذہنی
سکون ہے ایمان ہے ۔دنیاوی چیزوں کے
عاشق نا بنیں اس کےعاشق بنیں
جسکوفنا نا ہو یعنی خدا کی ذات۔اسی
لیئے جو بھی کام آپ اللہ کی رضا کے
لیئے کریں گے تو اسکو فنا نہیں ہو گی۔
غفلت سے بھی عقل کم ہوتی ہے ایک
لمحے کی غفلت بھی عقل کو کم کرتی
ہے۔لیکن اگر آپ ذکر خدا میں مشغول
رہیں تو اسکا مطلب کہ آپکی عقل بڑھ
رہی ہے۔حدیث میں ہےکہ اگرکوئی سو
گائے خداکی راہ میں قربان کرے تو
اس سے بھی افضل ہے کہ وہ سو مرتبہ

خدا کی قدرتوں کو دیکھتے ہوئے خلوص نیت سے کہے سبحان اللہ ۔ذکر کی اتنی فضیلت ہے۔

حسد

۔حسد انسان کی عقل کونابود کر دیتا ہے۔حسد کو ختم کرنے کے لیئے جس کے اندر حسد ہو وہ ایک ہزار ایک مرتبہ سبحان اللہ کا وظیفہ کرے انشاء اللہ حسدختم ہو جائے گا

عقل کیسے بڑھتی ہے

۔ایک چیز جس سے عقل بڑھتی ہے نصیحت سننا۔ہر انسان محتاج ہے نصیحت کا۔مولا علیؑ فرماتے ہیں کہ نصیحت سے دل زندہ ہوتے ہیں ۔اگر انسان چوبیس گھنٹوں میں پانچ منٹ

نصیحت سن لے تو اسکی عقل بڑھتی ہے۔مگر یے عقل نصیحت کبھی نہیں سنتا وہ نصیحت کرنے پر ناراض ہو جاتا ہے۔

عقل کیسے کم ہوتی ہے

۔زیادہ کھانے سے بھی عقل کم ہوتی ہے۔کنجوس کو عقل نہیں ملتی سخی کو عقل ملتی ہے۔اسکےبعد فرمایا کہ گناہ سے عقل کا خون ہوتا ہے۔چاہے گناہ چھوٹا ہو یابڑا۔اس سے عقل کم ہوتی ہےفکر کرنے سے عقل بڑھتی ہے۔ہم چوبیس گھنٹےگپوں میں بیٹھے رہتے ہیں ٹی وی پہ بیٹھے رہتے ہیں فکر ہی نہیں کرتے ۔آج کل نئ بیماری آگئ ہے واٹس ایپ۔جن لوگوں نے فری واٹس

ایپ نکالا ہے یہ خود ایک بہت بڑا
ڈرامہ ہے۔امریکہ میں ایک بہت بڑی
شخصیت کے گھر گئے ہم وہ ڈاکٹر تھے۔
ہم نے پوچھا آپکے گھر میںwifi
ہےانہوں نے کہانہیں ہے ہم نے کہاہمارے
پاس واٹس ایپ ہے آپ کے پاس ہےکہا
یہ واٹس ایپ تو ہم نے لوگوں
کومشغول رکھنے کے لیئے بنائی ہے مگر
ہم نے اپنے بچوں کوگھر میں کبھی
واٹس ایپ استعمال نہیں کرنے دی
ہمارے بچے ڈاکٹر بنیں گے ہمارے بچے
حکمران بنیں گے ۔یہ تو بے کار لوگوں
کے لیئے ہے جنکو وقت کی عزت نہیں
ہے۔حدیث میں ہے کہ جسکو وقت کی
عزت نہیں اسے خدا عزت نہیں دیتا۔یہ

لوگوں کو پتہ نہیں ہے کہ یہ دشمن کی
سازش ہے ۔کہ لوگوں کو جاہل رکھو اور
اپنےگھرمیں وہ wifi بھی نہیں رکھتے۔
wifi سےradiation ہوتی ہے جو
انسان کومزید بیماربنا دیتی ہے۔اللّٰہ نے
خودقرآن میں وقت کی قسم کھائی
جسنے وقت کی عزت نہیں کی اللّٰہ
اسے ذلیل کریگا۔اسراف عقل کا قاتل ہے
آپ وہ چیزیں دیکھیں جن سے عقل
بڑھتی ہے۔عقل مند اور بے وقوف میں
پہچان کرنی ہو تو اسکی تعریف کریں
اگر عقل مند ہو گا تو آپکو تعریف
کرنےسے روک دے گا اور اگر بے وقوف
ہو گا توبہت خوش ہو گا۔ تعریف سننے
سے بھی عقل کم ہوتی ہے۔اور عقل مند

با وفا ہوتا ہے۔دوسری بات انسان اپنی جہالت کا اعتراف کرے اللہ تعالٰی کو یہ بات انتہائ پسند ہے۔ مگر جو انسان ابو جہل کی طرح ضد مرے کہ ۔نہیں میں غلطی پہ نہیں ہوں تواللہ تعالٰی اسے عقل کا نور نہیں دیتا۔معافی مانگنا عقل کی دلیل ہے۔اگر آپ عاقل ہیں توساتوں اعضاء پہ آپکامکمل کنٹرول ہوناچاہیئے۔کوئ عضو اور اسکی لزت کو آپ کنٹرول کر لیں تو اتنی ہی آپکی عقل بڑھ جاتی ہے۔ بچوں کی تربیت اس طرح کی جائے کہ انہیں کنٹرول کرنا سکھایا جائے کھانے میں کنٹرول ورزش کرنا بتایا جائے۔بچہ چاہے تین سال کا ہو یا پانچ سال کا اسکی عقل

کو آپ بڑھا سکتے ہیں روزہ کی بات کریں تو۔میرے نزدیک ہم جوروزے رکھتے ہیں وہ صرف صبح کاکھانا دوپہر کا کھانا نہیں کھانا اور پھر رات کا کھانا ۔ہماری عقل نہیں بڑھتی ۔ایک شخص حضرت محمدؐ کی خدمت میں حاضر ہوا کہا کہ یا رسول اللہ میری بیٹی نے روزہ رکھا ہے فرمایا اس نےروزہ نہیں رکھا اس شخص نے کہا میں جھوٹ نہیں بولتا اسنے فجر کے وقت کھایا اور ابھی تک بھوکی کچھ نہیں کھایاحضورؐ نے اس بچی کو کہا الٹی کرے اسنے الٹی کی تواسکے منہ سے غلیظ خون اور گوشت نکلا وہ آدمی حیران رہ گیا کہ ہم نے تو

گوشت نہیں کھا یا ۔ نبی پاکؐ نے فرمایا
تمہاری بچی نے غیبت کی ہے تو روزہ
کیسا۔یعنی ہم صرف پیٹ کا روزہ
رکھتے ہیں حقیقت میں ساتوں اعضاء
کاروزہ ہونا چاہیئے۔اور اس سے ہی
عقل بڑھےگی۔کنٹرول کرنے کو ہی عقل
کہتے ہیں۔ عصر کے وقت سونے سے
عقل کم ہوتی ہے ۔علم اخلاق کا ہونا
بھی بہت ضروری ہے۔قرآن کریم میں
بھی ہے کہ کم عقل یا بے عقل ہیں جو
وہ تمام مخلوق خدا میں بد ترین
مخلوق ہے۔ ایک اور جگہ ارشاد ہوا کہ
جہنم میں جانے والے یہ کہیں گے کہ
کاش ہم نے دنیا میں اپنی عقل
کوپرورش دیتے تو ہم آج جہنم میں نہ

جاتے۔عقل مند وہ ہے جو اپنے گناہ کی فوراً معافی مانگتا ہے۔اسی طرح ہم واجبات سے زیادہ مستحبات کو انجام دینے پہ ترجیح دیتے ہیں جبکہ یہ گناہ ہے۔پہلے واجب ادا کریں ۔ایسے ہی اگر ہم نے کسی کاحق غصب کیا ہےتو سب سےپہلے اسکاحق اسکو واپس کریں گناہ سے توبہ کرنا واجب ہے۔عقل یہ ہے کہ پہلے واجب ادا کرو پھر مستحب۔

حسد

• اگرآپ کسی سےحسد کرتے ہیں تو اس سےاس انسان کو کوئی نقصان نہیں ہوتا نقصان ہر طرح آپکو ہی ہوتاہے۔آ ج کے زمانے کی research سے بھی یہ بات ثابت ہوئی ہے کہ جب آپ حسد

کرتے ہیں توآپکے جسم سے
hormonesنکلتے ہیں جو زیادہ مقدار
میں نکلنے کی وجہ سے stress
hormones بن جاتے ہیں ۔جس سے
آپ جس انسان۔سےحسد کرتے ہیں اسے
اپنا دشمن سمجھنے لگتے ہیں۔اوربھی
بہت سی بیماریاں ہوتی ہیں heart
fail, اور قوت مدافعت بھی ختم ہو
جاتی ہے۔اسی لیئے حسد سے تباہی و
بربادی ہوتی ہے ۔حدیث میں ہے کہ
حسد ایمان کو اس طرح ختم کرتا ہے
جیسے آگ لکڑی کو۔
•علم انسان کے نفس کو حیات دیتا ہے۔
اب اگر بیوی ساس سےحسد کر رہی ہے
تو شوہر بےچارہ تو درمیان میں پھنس

جائے گا اگر تو وہ عقل مند ہو گا تو ہی انصاف کر پائے گا ۔اگر عاقل نہیں ہو گا تو یا ادھر زیادہ چلا۔جائے گا یا اِدھر۔ شادی کے بعد ہی تو پتہ چلتا ہے کہ انسان عادل ہے یا نہیں ۔یہی امتحان ہوتا ہے شادی کے بعد۔اسی لیئے ہم شادی کے لیئے کورس کرواتے ہیں ۔سب سے پہلا گناہ جو کہ زمین پر ہوا وہ حسد ہے۔شیطان نے آدمؑ سے حسد کیا۔ اگر حسد کا علاج نا کیا جائے تو انسان اللّٰہ کا دشمن بن جاتا ہے۔

• یہ جو احادیث بیان کی جاتی ہیں یہ انسان کا ایمان بچاتی ہیں

حسد کی وجوہات

حسد کی وجہ کیا ہے۔ حسد کی وجہ

خوف ہے۔کبھی شیطان بیوی کوخوف
دلاتا ہے کبھی ساس کو خوف ہوتا ہے
کہیں بیوی ہمارے بیٹے کو ہم سے الگ
نہ کر دے اوربیوی کو خوف ہوتاہے
کہیں ماں کے پیچھے لگ کے دوسری
شادی نا کرلے۔اگر ان کی توحید کمزور
نا ہوتی تو خوف میں نا آتا۔سب سے
بڑی وجہ جو میاں بیوی کی لڑائی کی
بنتی ہے وہ ہے طہارت۔اگر دونوں آپس
میں پیار بھی کریں توطہارت کاخاص
خیال رکھیں۔طہارت انسان کی عقل کو
بڑھانے والی چیز ہے۔جب میاں بیوی
آپس میں ملیں تو وضو کر کے ملیں تو
آپ کے بچے سہی و سالم پیداہوں گے۔

- طہارت کے اصول

- ظاہری طہارت
- باطنی طہارت
- ظاہری طہارت ہے کے جب بھی نجس ہوئے فوراً غسل کر لیا جائے۔اس سے آپ جسمانی بیماریوں سے بچیں گے اور رزق بھی بڑھے گا۔
- باطنی طہارت یہ ہےکہ جب بھی انسان وضو کرے تو جیسے مثال کے طور پر ہاتھ دھو رہا ہے تو ساتھ ساتھ جتنے بھی اس ہاتھ سے گناہ کیئے ہیں انکی معافی بھی مانگتا جائے۔توبہ کرتا جائے ۔توبہ باطنی طہارت ہے۔ایسے ہی کلی کرتے وقت بھی توبہ کا عمل دھرائے۔اور جیسے جیسے وضو انجام دےساتھ ساتھ توبہ کا عمل بھی کرتا

جائے۔

- نبیؐ نے فرمایا عاقل جب بولتا ہے تو یا تو ذکر کرتا ہے یا پھر نصیحت اور اگر وہ چپ رہتا ہے تو فکر کرتا ہے۔
- طہارت خیال
- طہارت خیال میں شیطان کے ساتھ مناظرہ کرنا سیکھیں اگر آپنے مناظرے میں شیطان کو ہرا دیا تو آپ کے خیال کی بھی طہارت ہو جائے گی۔اس لیئے ہمیں علم حاصل کرنے کی ضرورت ہے زیادہ سے زیادہ۔آپکے پاس اتنا علم ہونا واجب ہے کہ آپ شیطان کے ساتھ مناظرہ کر سکیں۔
- جب آپکاخیال پاک نہیں ہو گا توشیطان آپکے خیال کو اغوا کر لیگا

توہم پرستی کی طرف لے کے جائے گا۔
مزہب پرستی اور فرقہ پرستی قرآن
اوردیگرصحائف کے خلاف ہے۔حضرت
عیسٰی فرماتے ہیں کہ خیال کو پاک
کرو کہ دنیا بہشت بن جائےگی۔خیال
اگر گندہ ہوجائے تو انسان کو شیطان
بنا سکتاہے۔اور یہی خیال اگر پاک ہو
جائے تو انسان کو فرشتہ بنادیتا ہے۔اگر
خیال کی تربیت نہ کی جائے تو ایک
نجس وحشی درندہ بن جاتا ہےجو ہر
کسی پرحملہ کرتا ہے۔اگر آپ نے خیال
کو آوارہ چھوڑ دیاتویہ وحشی کتے
کی طرح ہرکسی پرحملہ کریگا۔

• خیال کوپاک کرنے کیلئے اس پر عقل
کو سوار کریں۔اگر آپ کسی کے لیئے

کچھ کر نہیں سکتے تو آپکے پاس
خیال کا خزانہ تو ہے آپ۔فکر تو کر
سکتے ہیں ۔اللہ آپکی فکر کرنے کی
محنت کو کبھی ضائع نہیں کرتاجب
آپ فکر کرتے ہیں توآپ کو آپ کے
مسلے کا حل خداکی طرف سے
ملتاہےاورآپکو بہت خوشی ہوتی ہے ۔

طہارت کو کیسے برقرار رکھیں

جب طہارت ہو جائے تو طہارت پر قائم
کیسے رہیں۔تو اس دعا کو زیادہ سے
زیادہ پڑھیں تا کہ دوبارہ گناہوں میں
نہ پڑیں۔

« یَا اللهُ یَا رَحْمَانُ یَا رَحیمُ یَا مُقَلَّبَ
الْقُلوُبِ ثَبِتْ قَلْبِی عَلی دِینِک»

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں جہاں

گناہوں میں پڑنے کا ڈر ہو تو یہ دعا زیادہ سے زیادہ پڑھیں۔گناہوں سے محفوظ رہیں گے۔

بستر کا رُخ

بستر قبلہ رخ نہ ہو سوتے وقت اس سے میاں بیوی میں شدید اختلافات ہوں گے

شادی کا مقصد

goal setting

شادی کامقصد ہے کہ انسان کا ایمان پورا ہونا ہے۔شادی کے بعد اپنے goals جو زندگی میں کرنا ہے وہ لکھ کے رکھ لیں۔اور immidiate action لیں ۔
اگر انسان خود شناسی کر لے تو کبھی میاں بیوی میں لڑائی نہیں ہوتی۔گول

سیٹنگ میں انسان کو مہینے میں کچھ بری عادتیں ترک کر دینی چاہیئے اور کچھ اچھی عادتیں اپنا لینی چاہیئے۔میاں بیوی اللہ تعالٰی کا ایک اسم لے لیں اوردونوں ورد کریں اوراس ورد کوعادت بنا لیں۔اور صرف زکر ہی نہ کریں عمل بھی کریں۔
اکثر جو لوگ طلاق دیتے ہیں انہیں کینسر ہوتا ہے کیونکہ وہ رحم نہیں کرتے اور رحم کےبغیر کوئی بھی انسان جنت میں نہیں جا سکتا۔فرض کریں ہمارے اندر کوئی گندی عادت آ بھی گئی ہے اور وہ کوشش کرنے کے باوجود بھی نہیں جارہی تواسے ختم کرنےکا نسخہ ہے۔کوئی بھی برا کام انسان

تکرار عمل کی وجہ سے کرتا ہے۔خوش قسمت و مقدس لوگ وہ ہوتے ہیں جوجائز لزت کو بھی حاصل نہیں کرتے اور پھر بعد میں اسی لزت کی وجہ سے وہ گناہ کرتے ہیں۔جیسا کہ خارجی تھے۔امام علیؑ نے اسی لیئے تمام خارجیوں کو ختم کر دیا۔جیسا کہ ابن ملجم تھا وہ جائز لزت یعنی نکاح بھی نہیں کرتا تھا پھر بعد میں اسی عورت قطام کی وجہ سے وہ امام کا قاتل بنا۔ خود شناسی اللہ کو پہچاننا ہے۔اگر انسان نے خود کونہیں پہچانا تو سارے گناہوں کی وجہ یہی بنے گی کہ آپنے خود شناسی نہیں کی۔

میں کیا تھا میں کیا ہوں ۔پہلے میں کیا

تھا اب کیسا ہوں اور آئندہ مجھے کیسا ہونا چاہیئے۔اسکے لیئے ظاہری علوم کے ساتھ ساتھ باطنی علوم بھی حاصل کرنے چاہیئے۔

اسراف

اسراف کی وجہ سے بہت سے گھر ٹوٹ جاتے ہیں ۔کیونکہ بہت سے لوگ اسے گناہ ہی نہیں سمجھتے۔اسکے لیئے حدیث بھی ہے کہ اسراف کرنے والاشیطان کا دوست ہے۔آج اسراف بے انتہا کیا جا رہا ہے ۔ اور اس سے طلاق کی شرح میں اضافہ ہو رہا ہے۔اسراف گناہ کبیرہ ہے یہ کوئی چھوٹا گناہ نیہں ہے۔ اسراف کی وجہ سے ہم قاتل بن جاتے ہیں ۔مثلاً ہم جو کھانا بچ جائے

اسے کچرے کےڈبے میں ڈال دیتے ہیں
وہی بچا ہوا کھا نا اگر ہم کسی بھوکے
غریب کو دے دیں تو وہ سیر ہو جائے
گا۔۔عورتیں میک اپ میں۔اتنا اسراف
کرتی ہیں۔جبکہ ایک عورت کے میک
اپ کا خرچہ ایک غریب خانوادے سے
کئی گنا زیادہ ہے۔تو یہ اسراف ہے۔میک
اپ سے دمہ کی بیماری لگتی ہے۔ہم
فقیروں کو پرانے کپڑے دیتے ہیں اور
اسے چیرٹی سمجھتے ہیں۔جبکہ خدا
کی راہ میں اپنی محبوب ترین چیز
دینی چاہیئے ۔قرآن میں ارشاد ہوا کہ
اللّٰہ۔مسرفین کو پسند نہیں کرتا۔نبیؐ
فرماتے ہیں کہ اگر کوئی کھجور کھا کے
اسکی گٹھلی پھینک دے تو یہ اسراف

ہوگا۔اگر ہم وضو کر رہے ہیں تو ہمیں ہاتھ دھو کر پانی بند کرنا چاہیئے اگر کلی کرنی ہے تو کلی کر کے نل بند کرناچاہیئے پانی کا اسراف نہیں کرناچاہیئے۔ ایک طرف سے توہم عبادت کر رہے ہیں مگر دوسری طرف سے گناہگار بن رے ہیں۔ایسے ہی کھجور کی۔گٹھلی میں۔شفا ہے اس سے دل کی رگیں کھلتی ہیں۔آپریشن کے بغیر۔

اسراف کے نقصانات

اسراف کو گناہ کبیرہ میں قتل کے ساتھ بیان کیا گیا ہے یا پھر ظلم کےساتھ۔ اسراف ان گناہوں میں سے ہے جن سے نعمتیں واپس چلی جاتی ہیں۔ اسراف کرنے سے عقل بھی ضائع ہوتی

ہے۔اسراف کی وجہ سے انسان کی دعا
قبول نہیں ہوتی۔حدیث میں ہے کے
لوگ قتل ہو رہے ہیں مر رہے ہیں
تمہارے اسراف سے۔اسراف انسان کو
بے رحم بنا دیتا ہے۔در اصل ہمیں اپنے
دلوں میں رحم۔پیدا کرنا چاہیئے۔ تا کہ
ہم اسراف جیسی لعنت سے بچ سکیں۔
ایک گھر میں ۲ ۳ پنکھے رکھے ہوئے
ہیں۔یہ اسراف ہے۔حکمران اور علماء
جب تک نہیں بدلیں گے معاشرے میں
تب تک انقلاب نہیں آسکتا۔اگر آپ امام
زمانہ کا انتظار کر رہے ہیں تو اسراف
سب سے بڑی رکاوٹ ہے انکے ظہور
میں۔کسی چیز کابھی اسراف آپکے لیئے
نقصان دہ ہے۔اسراف سے ضمیر مردہ

ہو جاتے ہیں۔روحانیت ختم ہو جاتی ہے۔اپنے جسم کو اسراف سے لزت نہ دیں بلکہ روح کو لزت دیں کسی یتیم کی مدد کر کے کسی بیوہ کی مدد کر کے ۔یتیموں کی مدد سے انسان روحانی معراج پر پہنچ جاتا ہے۔
آج کی ضرورت ہے کہ میڈیا یتیم جو کہ شام۔میں عراق میں آفریقہ میں ہیں ان کے حالات دکھائے تا کہ ہمیں پتہ چلے کہ ہم کتنا قتل کر رہے ہیں اپنے اسراف سے۔
حدیث میں ہے کہ علم حاصل کرنا جہاد جتنا ثواب رکھتا ہے پھر فرمایا علم حاصل کرنا صدقہ دینے جتنا ثواب رکھتا ہے۔کیونکہ علم سے عقل بڑھتی۔

ہے۔اگر آپکے پاس علم زیادہ ہے تو عقل زیادہ ہے۔

عقل نظری

جو بات ہم سنتے دیکھتے ہیں،پڑھتے ہیں وہ عقل نظری ہے۔مثال کے طور پر کوئی ہمیں نقشہ دیتا ہے۔ہم نقشہ پڑھ لیتے ہیں فلاں جگہ خزانہ ہے۔ہم خزانہ حاصل نہیں کر سکتے چاہیے جتنا ہے ہم اس کا مطالعہ کر لیں جب تک عملی طور پر وہاں نہیں جائیں گے۔

عقل فعالی یا عقلِ عملی

جب انسان کو علم حاصل ہو گیا۔ہم نے علم حاصل کر لیا۔نبی ص فرماتے ہیں: دو رکعت نماز توجہ سے پڑھنے سے گناہ معاف ہو جاتے ہیں۔ہم نے

حدیث سن لی۔لیکن جب تک ہم عملی طور پر نماز پڑھیں گے نہیں ہمیں فائدہ حاصل نہیں ہو گا ۔اس عمل کو عقل فعالی کہتے ہیں

عقل کا ٹیسٹ

اکثر انسان کی عقل وہم کی تابع ہے۔وہ سمجھتے ہیں کہ ہم عاقل ہیں مگر وہ عاقل نہیں ہوتے۔آپ الٰہی لیبارٹری میں اپنا ٹیسٹ خود کر سکتے ہیں یعنی خدا کی لیبارٹری میں جہاں قرآن اور حدیث سے ٹیسٹ کیا جاتا ہے تو پتہ چل جائے گا کہ آپ عقل کے تابع ہیں یاوہم کے۔ اگر آپ وہم کےتابع ہیں تویقیناً آپکے لئیے تباہی ہے بربادی ہے ۔ اور اگر آپ عقل کے تابع ہیں تو آپکے

لیئے خوشیاں ہیں ،کامیابیاں ہیں۔اگر آپکو پوری رات ایک مردہ کے ساتھ گزارنی پڑے تو آپ کیا کرینگے ڈریں گے یا پھر سوجائیں گے؟
اگرآپ ڈرگئے تو آپ وہم کے تابع ہیں کیونکہ ایک میت آپکی محتاج ہوتی ہے وہ آپکا کچھ نہیں بگاڑ سکتی پھر بھی آپ اس سے ڈر رہے ہیں۔اگر آپ عقل کے تابع ہوتے تو آپ ہرگز نہ ڈرتے۔اسی طرح ہم خطائیں کرتے ہیں ۔اسی لیئے جب عقل کی بجائے ہم پر وہم کی حکومت ہوتی ہے تو اکثر ہماری
دوستیاں ہماری دشمنیاں بھی وہم کی تابع ہوں گی۔اسی لیئے ہماری زندگیاں برباد ہو جاتی ہیں۔ہمارے رشتے ہماری

شادیاں سب وہم کی تابع ہیں۔اگر ہم رشے کریں یاکسی سے دوستی کریں تو عقل کے تابع ہو کر کریں تو ہمارے تعلقات کبھی نہیں ٹوٹتے۔

طب اہل بیت میں پہلاسبق ہی عقل کے بارے میں ہے۔اگر عقل قوّی ہو جائے تو تقریباً 90% بیماریاں ختم ہو سکتی ہیں۔

ڈپریشن کی دو وجوہات ہیں۔

1_ دنیاوی نقصان یا حب دنیا۔

امام علیؑ فرماتے ہیں حب دنیا سے عقل ضعیف ہو جاتی ہے۔

اسی طرح امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں کے دنیا میں ایسے بھی لوگ ہیں جن کے پاس دنیا کی ساری دولت ہو

بادشاہی ہو اور صبح کو اٹھے تودیکھا کے ان سے سب کچھ چھن گیا ہے اور وہ زرہ برابر بھی غم نہیں کھائیں گے وہ ایسے ہی سمجھیں گے کے مچھر کے دو پر تھے وہ ہمارے کاندھے سے اتر گئے۔ ایسے لوگوں کی زیارت کرنے کا میں مشتاق ہوں۔

2۔جن سے شدید محبت کرتے ہوں۔
فنا سے محبت انسان کی فطرت ہے کے ظاہری حسن دیکھ کر اس سے پیار کرنا عقل کے ناقص ہونے کا ثبوت ہے۔عقل کہتی ہے کے جسکو تو محبوب بنانے جا رہا ہے وہ کیا خدا کا وفادار ہے اگر وہ خدا کا وفادار نہیں تو تیرا وفادار کیسے ہو گا۔لہٰزا لاکھوں لوگ برباد

ہوئے۔ کیونکہ وہ وہم کے تابع ہیں۔
امام علیؑ فرماتے ہیں کہ ہر گناہ عقل کا خون ہے۔عقل چونکہ رسول اللہؐ ہے تو آپ رسول کا خون کر رہے ہیں۔

عقل مند کی پہچان

رسولؐ نے فرمایا اگر کسی سے کوئی معاملہ کر رے ہو تو اسے پرکھنے کے لیئے کے وہ عقل مند ہے یا نہیں چھے چیزوں کے زریعے پرکھے،
1_ اسکے ساتھ سفر کر کے دیکھو۔
2_ پیسہ دے کر آزماؤ۔
3_زیادہ دولت آجائے تو وہ کیا کرتا ہے غریبوں پے خرچ یا پھر اپنا living status اور زیادہ بہتر کرنے پے۔
4۔فقر ۔کہ جب وہ فقر میں آتا ہے تو

کیا کرتا ہے_
5_ حکومت۔
6_معزولی۔
تکبر بھی عقل کی نابودی کا باعث بنتا ہے۔
امام علیؑ فرماتےہیں کہ تعجب ہے اس آدم کی اولاد پر جسکی ابتداء نجس قطرے سے ہے اورانتہا لاش مردار پر ہے وہ دو نجاستوں کے درمیان کھرا ہے پھر بھی وہ تکبر کرتا ہے۔
نبی پاکؐ فرماتے ہیں کہ ہر چیز کی زکوٰۃ ہے اور عقل کی زکوٰۃیہ ہے کہ کوئی آپکو گالی دے اور آپ پر احسان کریں اس کے لیئے دعا کر رہے ہیں تو یہ آپکی عقل کی زکوٰۃ ہے۔حقیقت میں

انسان کسی چیز کا مالک نہیں مالک صرف خدا ہے۔ جن لوگوں کے دل میں یہ مرض ہے کے پیسہ آئے گا تو خوش ہو جائیں گے اور پیسہ چلا جائے گا تو وہ ڈپریشن میں چلے جاتے ہیں۔دولت کو ہرگز مقصد حیات نہ بنائیں اگر ایسا کرینگے تو آپکے لیئے ڈپریشن ہی ڈپریشن ہے۔آپ اپنا مقصد حیات عقل کو قوی کرنا بنائیں تو آپکی دنیا بھی سنور جائے گی اور آخرت بھی۔احتمال ضرر سے آپ بلکل ڈپریشن میں نہیں جائیں گے۔اسلام کہتا ہے احتمال ضرر لازمی ہے۔ڈپریشن سے بچنے کا سب سے آسان فارمولا جو قرآن،حدیث نے بتایا وہ ہے ہر کام قربت الاللہ کریں ۔فانی

چیز کو اگر زندگی کا مقصد نہیں
بنائیں گے تو کبھی ڈپریشن نہیں ہو گا۔

واقعہ

یہاں ایک واقعہ بیان کرتا ہوں ۔ایک
مرتبہ حضورؐ گزر رہے تھے اپنے اصحاب
کے ساتھ ایک گائوں آیا وہاں نبیؐ رک
گئے فرمایا مجھے دودھ چاہئیے وہاں
ایک چرواہا بکریاں چرا رہا تھا تو
اصحاب اسکے پاس گئے اورکہا اکہ نبیؐ
کو دودھ ضرورت ہے کچھ دودھ دے
دو۔چرواہے نے کہا معزرت کے ساتھ میں
دودھ بیچتا ہوں میں آپکو دودھ نہیں
دےسکتا۔نبی پاکؐ نے اسےبڑی دعائیں
دی دودھ نہ دینے کےباوجود بھی۔پھر
وہ اگلے گائوں چلے گئے ۔اصحاب نبی

کے کہنے کے بغیر ہی دودھ لینے چلے گئے وہ ایک سخی مومن تھا کہتا دودھ کیامیں تو جان بھی دے دوں۔ بکری ذبح کر کے دے دیتا ہوں۔اللّٰہ کے پیارے رسول ص نے فرمایا۔بکری نہ زبح کرو بس دودھ چاہیئے رسولؐ خدا نے اسکو صرف اتنی دعا دی کے یا اللہؓ اسکو اتنا رزق دے جتنا اسکو ضرورت ہو

اصحاب پریشان ہوگئے کہ بخیل کے لیئے اتنی بڑی دعائیں اور اس کے لیے چھوٹی سی دعا۔نبی ص نے فرمایا افضل ترین رزق وہ ہے کہ اتنا ملے جتنا ہمیں ضرورت ہے۔اگر یہ ہمارا عقیدہ ہو جائے تو ہم در در کی ٹھوکریں نہ کھائیں۔ہم اپنا عقیدہ بدل لیں تو ہم

ڈپریشن سے بچ سکتے ہیں۔

فیملی ڈپریشن

فیملی ڈپریشن میں بھی یہی ہے کہ اگر مرد کی عقل قوی ہے تو معاملات کو خوش اسلوبی سے طے کرلیتا ہے۔یہ ساری باتیں سارے مسائل دو وجہ سے ہوتے ہیں۔ایک تو شریک حیات کے انتخاب میں نا تقوٰی دیکھا جاتا ہے نا ہی عقل ۔جائداد اور حسن دیکھا جاتاہے۔اب جب ان سب مسائل میں گھرے ہوئے ہوں تو ایک حدیث ہےکہ اگر عقل زیادہ ہے تو اطاعت الٰہی بھی زیادہ ہوتی ہے۔اللّٰہ تعالٰی نے مرد کی اطاعت واجب کی ہے عورت پہ ۔آپ پوری دنیا میں سروے کر لیں اگر ماں

اطاعت کرے گی تو بچےبھی اسے
دیکھ کر اطاعت کریں گےاگر بیوی نے
شوہر کی بات نہ مانی تو بچے دونوں
کی نہیں مانیں گے۔اگر بیوی بد اخلاق
ہو تو آپ صبر کریں کیونکہ آدھا ایمان
صبر پہ ہے اور اگر اچھی ہے تو شکر
کریں دونوں صورتوں میں آپ کو
خوش رہنا چاہیئے۔

کلچر

نہ ہمارا ٹھیک ہے نہ تمھارا کلچر بلکہ
الھی کلچر ٹھیک ہے۔جو انبیاء علیہ و
معصومین ع کا کلچر ہے وہی ٹھیک ہے۔

مومنین و فیملی کے درمیان تفرقہ کا سبب

دونوں خاندانوں میں تفرقہ کا سبب

سوء زن (غیبت) ہے ۔
مولا علیؑ فرماتے ہیں۔عقلمند وہ ہے جو دوسرے کے عیبوں کو ظاہر نہیں کرتا بلکہ چھپاتا ہے۔
اب اگر زوجہ اپنے خاندان کے عیب اپنے والدین کو نہیں بتائے گی تو لڑائی و تفرقہ نہیں ہو گا۔اسی طرح اگر ایک مومن دوسرے مومن کا احترام کرے گا اور اس کی غیبت نہیں کرے گا تو تفرقہ و لڑائی نہیں ہو گی۔تیسرا اصول معاف کرنے سے تفرقہ و ڈپریشن ختم ہو جاتی ہے۔وفاداری سے تفرقہ و لڑائی ختم ہوتی ہے۔

ڈپریشن و عقل

ڈپریشن کی وجہ سے% 60 بیماریاں

ہوتی ہیں۔ڈپریشن کی وجہ سے انسان
دل کا مریض ہو جاتا ہے۔اگر انسان کی
عقل کو قوی کر دیا جائے تو اسکے
دماغ کو سکون ملے گا دل کو بھی
سکون ہو گا تو انسان ڈپریشن سے بچ
سکتاہے۔ایک حدیث میں ہے کہ جسکی
عقل نہیں اسکا دین نہیں۔یعنی عقل
اور دین کا ربط ہے آپس میں۔ضرورت
اس بات کی ہے کہ یہ جان لیا جائے کہ
کونسی چیزیں عقل کو قوی کرتی ہیں
اور کونسی چیزیں ضعیف کرتی ہیں۔
امام علیؑ فرماتے ہیں کے عقل سے بڑھ
کے کوئی امیری نہیں۔اگر عقل نہیں تو
انسان فقیر ہے۔
حضور اکرمؐ فرماتے ہیں کہ اگر کوئی

انسان عقل مند ہے تو اسکے لیئے ایمان زیادہ اہمیت کا حامل ہو گا۔اگر کم عقل ہے تو پیسہ زیادہ اہمیت کا حامل ہو گا۔ پیسہ انسان کا سکون برباد کر دیتا ہے۔ ایک اور حدیث میں ہے کے جہنم میں جانے والے یہ کہیں گے کہ کاش ہم دنیا میں نصیحت کی باتیں سنتے اور اپنی عقل کو قوی کرتے۔بے بیوقوف کبھی عقل اور نصیحت کی بات نہیں سنتا۔ اور جو عقل مند ہے وہ التماس کرتا ہے وہ گڑگڑاتا ہے کہ مجھے کوئ نصیحت کرے مجھے کوئ ادب سکھائے۔

فیملی ڈپریشن کے اسباب۔

اس میں ایک چھوٹی سی مثال ہے کے اگر باہر کے کسی ملک میں گاڑی چلانا

ہےتو آپکو پہلے کلاسز لینی پڑیں گی
پھر آپکو لائیسنس ملے گا پھر آپ گاڑی
چلا سکتے ہیں۔جبکے میاں بیوی کی
گاڑی جو کہ ساری عمر کا معاملہ ہے
آئندہ نسلوں کی بات ہے اسکے لیئے نہ
تو کوئی درس دیتا ہے نہ ہی کوئ
لائیسنس نہ ہی کوئی ٹریننگ یعنی کہ
جب آپ بغیر کورس کے زندگی کی
گاڑی چلائیں گے بغیر علم کے جس میں
آپکو علم نہیں ہے کہ بیوی کا حق کیا
ہے شوہر کا حق کیا۔ہے ساس سسر کا
حق کیا ہے سالی سالے کا حق کیا ہے
تواسی وجہ سے ٹکراؤ ہوتے ہیں اسی
وجہ سے ایکسیڈنٹ ہوتے ہیں اسی
ٹکراؤ کا نتیجہ ڈپریشن ہے۔

میاں بیوی میں سے اگر کوئی شکی مزاج ہے تو اسکے لیئے بھی عقل کا قوی ہونا لازمی ہے۔اگر میاں کے گھر والوں کے اور اخلاق ہےاور بیوی کے گھر والوں کے اور اخلاق ہیں تو ضروری ہے کے کورس لیا جائے تا کہ دونوں فیملیز کو سمجھے۔اسی لیئے رشتہ لینے سے پہلے احتمال ضروری ہے۔ سب سے پہلے اسکی ماں کو دیکھیں کہ وہ شوہر کی فرمانبردار ہے،پھر بہن بھائیوں کو دیکھے کہ انکا اخلاق کیسا ہے۔احتمال جتنا کریں گے اتنی عقل بڑھے گی

شادی میں فاطمہ زہراؑ کی شرکت

اگر اسلام کے مطابق شادی کی جائے تو

اس میں مجلس رکھی جائے۔جس میں فاطمہ زہراؑ بھی تشریف لاتی ہیں اور جس شادی میں زہراؑ آئیں وہ کیا کبھی ناکام ہو سکتی ہے۔

عورت کے پاؤں دھوئیں

جب شادی ہو تو احادیث میں ہے پہلا کام دو رکعت نماز پڑھے اور دلہن کے پاؤں دھوئے۔
(پاؤں دھونے سے دلہن کو یقین و اعتماد ہو گا اپنے خاوند پر یہ بہت ہی پیارا طریقہ ہے اسلامی)

ڈپریشن کو ختم کیسے کریں

اگر احتمال کے باوجود بھی شوہر یا بیوی میں کوئی ایسا رویہ اختیار کرے تو پھر در گزر کریں۔اگر درگزر

کرنے کی عادت اپنا لیں ڈپریشن سے نکلا جا سکتا ہے۔جیسا کہ پہلے بتایا گیا ہے کہ معاف کرنا عقل کی زکوٰۃ ہے۔ان سب سے بچنے کے لیئے آپ نکاح پڑھانے میں جلد بازی نہ کریں۔

نورانی حدیث جھگڑوں کا خاتمہ

امام علیؑ سے نبی ص نے فرمایا: یا علیؑ اگر تجھ سے کوئی بُرائی کرے تو آپ کیا کرو گے؟
امام علیؑ نے فرمایا: میں اُسے معاف کر دوں گا۔پھر فرمایا:اگر کوئی دوسری بار بُرائی کرے تو کیا کرو گے۔مولا علّیؑ نے فرمایا: میں اُسے معاف کر دوں گا۔ پھر فرمایا:اگر تیسری بار کوئی بُرائی کرے تو کیا کرو گے: مولا علیؑ نے

فرمایا: جب تک وہ بُرائی کرتا رہے گا
میں اُس سے اچھائی کرتا رہوں گا۔
رسول ص نے فرمایا: کیوں؟
مولا علیؑ نے جواب دیا۔میرے آقا جب
وہ اپنی بُری عادت کو نہیں چھوڑ رہا
ہے تو میں اپنی اچھی عادت کو کیوں
چھوڑ دوں
کوشش کریں صبح کا آغاز اہل بیتؑ کی
دعاؤں و زیارات سے کریں۔اس سے
پورے دن میں برکت رہے گی۔
اگر بیوی اطاعت گزار و بااخلاق نہیں
یا شوہر بااخلاق نہیں ؟
آیت اللّٰہ مظاہری فرماتے ہیں:
اگر بیوی و شوہر اطاعت گزار ہیں اور
دونوں بااخلاق ہیں۔تو خدا کا شکر ادا

کریں اور دو رکعت نماز شکرانہ پڑیں
اگر دونوں میں سے ایک بداخلاق و
اطاعت گزار نہیں ہے تو صبر کریں۔پورا
اسلام دو چیزوں میں ہے صبر میں یا
شکر میں ہے
دونوں حصّوں میں خدا کا شکر کریں۔
خدا فرماتا ہے جو صبر کرتا ہے میں اس
کو بغیر کسی حساب کے جنت عطا کر
دیتا ہوں اور جو شکر کرتا ہے اس میں
اور اضافہ کر دیتا ہوں۔

علماء کا واقعہ بداخلاق زوجہ

قم (ایران) میں ایک مرجع(عالم) تھے
انہوں نے چار دیگر علماء کو اپنے گھر
میں دعوت پر بلایا جس میں امام
خمینی اور آیت اللّٰہ گلپاگانی بھی

موجود تھے۔چاد مجتہد تھے اور خود
بھی مجتہد تھے۔جو میزبان مجتہد
تھے ان کی بیوی بہت غصہ والی تھی
اس کو کسی بات پر غصہ آ گیا اور
اپنی شوہر کو گالیاں دینی شروع کر
دی۔ساتھ اس مجتہد کے بھائی بھی
تھے ان کو بہت غصہ آیا۔پہلے تو اکیلے
میں گالیاں دیتی تھی اب مہمانوں کے
سامنے شروع ہو گئی ہے۔چار مجتہد
سن رہے تھے۔اس مجتہد کے بھائی کو
بہت غصہ آیا اور کہا دے دو اسے طلاق
اور ہزاروں عورتیں مل جائیں گی آپ
کو سب کے سامنے ذلیل و رسوا کر رہی
ہے۔وہ مجتہد مسکرائے اور بھائی سے
کہا : اگر میں اسے طلاق دے دوں تو

مجھ میں اور اس میں فرق کیا رہے گا۔
عقل کی زکوٰۃ یہ ہے ۔کہ معاف کر دو۔
مجھے غصہ نہیں آ رہا کیونکہ میں نے
علم حاصل کیا ہے۔حلم کے زریعے غصہ
پر قابو پا لیا ہے۔
اور بھائی کو کہا ۔نبی ص نے فرمایا:
جو اپنے شوہر،یا اپنی بیوی کے غصہ پر
صبر کرے گا خدا اسے ایک ہزار شہدوں
کے برابر ثواب عطا کرے گا
میں غصہ اس لیے نہیں کر رہا ہوں
مجھے ثواب ایک ہزار شہیدوں کا مفت
میں مل رہا ہے بغیر زخمی ہوئے تو
میں غصہ کیوں کروں۔اگر شوہر و
بیوی نیک ہیں تو شکر کریں اگر
بداخلاق ہیں تو صبر کریں ۔

گالیاں دینے سے تمہاری بے عزتی نہیں ہو جاتی ۔عزت کا مالک خدا و رسول ص ہیں ۔عزت اس کی ہے جو گالی پر صبر کرتا ہے اور زلت اس کی ہے جو گالی دیتا ہے۔لوگوں نے انبیاء ع کو گالیاں دی۔مولا علیؑ کو ممبروں پر ستر سال تک گالیاں دیتے رہے بنی امیہ والے ۔مولا علیؑ کی شان میں و عزت میں کمی نہیں ہوئی ۔

ازواجی زندگی کا کورس

اگر کوئی ازدواجی زندگی گزارنے سے متعلق کورس کرنا چاہتا ہے تو وہ بھی ہم کرواتے ہیں۔جو لوگ ہم سے کورس کر کے گئے ان کی طرف سے آج تک کبھی شکائت نہیں ملی۔ان کی زندگیاں

بہت اچھی گزر رہی ہیں۔جو لوگ کورس کرنا چاہتے ہیں تو ہمارے پاس لکھا ہوا بھی موجود ہے۔/audio video میں بھی موجود ہیں۔english میں بھی اور اردو میں بھی۔ہم certificate بھی دیتے ہیں۔کوئی بھی انسان دنیا میں شادی کے بغیر مکمل نہیں ہے۔

شادی کے بعد عبادت کا ثواب زیادہ کیوں؟

شادی کے بعد کی نماز کی ایک رکعت 70 رکعت کے برابر ہے۔ساس سسر بھی ماں باپ کا درجہ رکھتے ہیں۔اگر ہم ان کو اپنے ماں باپ کا درجہ دیں تو ہی ہمیں perfection ملتی ہے۔تبھی

ہماری ایک رکعت ستر رکعت کے برابر ہوتی ہے۔

ساس و سسر سے الگ رہنا

اگر عورت ساس سسر سے الگ ہونے کی خواہش رکھتی ہے تو آگے جا کے اسکے ساتھ بھی ایسا ہی ہو گا۔حدیث میں ہے کہ انکی خدمت گناہوں کا کفارہ ہے۔ساس سسر کی خدمت نہ کر کے آپ اپنے گناہوں کا کفارہ ادا کرنے سے محروم ہو جائیں گے۔بیوی جتنی بھی محبت کرے اپنے شوہر سے وہ اتنی خالص نہیں ہو سکتی جتنی کہ ماں باپ کی محبت خالص ہے۔یعنی ماں سے بیٹے کو جدا کرنا بہت بڑا ظلم ہے جو کے اس پہ بھی ہو گا اور آخرت

میں بھی گناہ ملے گا۔اور اسکے علاوہ عمر کم ہو جاتی ہے اگر عمر بڑھانا ہے تو ماں باپ کی خدمت کرو۔اسکے علاوہ اور بھی نقصانات ہیں الگ ہونے کے ماں باپ کو 60 70 سال کا تجربہ ہوتا ہے بچے پالنے کا یعنی مفت کےتجربہ کار ہوتے ہیں۔کئی اموات بچوں میں صرف اسی وجہ سے ہوتی ہیں کہ دلہن اکیلی رہنا چاہتی ہے۔تو اس طرح ایک تجربہ کار سے آپ محروم ہو جاتے ہیں۔اکٹھے رہنے میں برکت بھی ہوتی ہے اور اگر بزرگ گھر میں ہوں تو آفتیں جو آنے والی ہوتی ہیں واپس ہو جاتی ہیں۔دنیا میں سب سے دکھی ترین طبقہ وہ ہے جنکو اولاد

کی بے وفائی کا سامنا کرنا پڑا۔سورۃ بقرہ میں ارشاد ہوا کے اپنے والدین کے ساتھ احسان کرو۔والدین کا اتنا بلند مقام ہے کہ اگر آپ مستحب حج پے جا رہے ہیں اور آپکے والدین نے منع کیا تو اسکے باوجود آپ حج کرنے گئے تو آپکا حج قبول نہیں ہو گا۔یہ بہت بڑی خطاء ہے اور اس خطاء کی وجہ یہ ہے کے شادی کے مقصد کو نہیں سمجھا۔ شادی کا اصل مقصد perfection ہے۔ جب تک آپ قربانی نہیں دیں گے ساس سسر کو ماں باپ کا درجہ نہیں دیں گے تو آپ مکمل نہیں ہوں گے۔میاں بیوی کے درمیان جھگڑے کی وجہ

میاں بیوی میں لڑائی کی وجہ

مجادلہ ہے مجادلہ مطلب چھوٹی
چھوٹی باتوں پر جھگڑا کرنا۔ایک
دوسرے کے عیبوں کو ختم کرنے سے
ہی perfection ہے۔کوشش کریں کہ
ایسے دروس حاصل کریں جن سے
عیوب ختم ہو جائیں۔اصل میں شادی
کا مقصد عیوب کو ختم کرنا ہے۔جب
تک انسان کی شادی نہ ہو اسے پتہ ہی
نہیں چلے گا میں کتنا خود غرض ہوں
کتنا لا پرواہ ہوں۔حدیث میں ہے کہ
جب تک انسان کا نکاح نہیں ہوتا تب
تک انسان کا دین بھی آدھا ہے ایمان
بھی آدھا ہے۔حدیث میں ہے کے ایک
عام مومن کا احترام کعبۃاللّٰہ کے
احترام سے زیادہ ہے۔جب تک بیوی

شوہر کا احترام کرتی رہے گی کوئی جھگڑا نہیں ہو گا۔دلی احترام اور قربانی شرط اول ہے فیملی ڈپریشن کو ختم کرنے کے لیئے۔اور اسکے بعد معاف کرنا۔یہ چیزیں ایمان کو کامل بناتی ہیں۔ایک حدیث میں ہے کہ ایمان تین چیزوں سےمکمل ہوتا ہے عقل کامل ہو جائے تو ایمان کامل ہو جاتا ہے۔دوسرا حلم اور تیسری چیز ہے علم الٰہی۔شادی کا مقصد ہے خود کو بھی جہنم کی آگ سے بچائو اور اپنی بیوی کو بھی۔جو انسان جتنا عقل مند ہو گا اتنی ہی خدا کی اطاعت کریگا۔بے رحمی کی وجہ سے عقل ضعیف ہوتی ہے۔بے وقوف ہمیشہ بےرحم ہوتا ہے۔بے وقوف ہمیشہ

بزدل ہوتا ہے۔لیکن جو عقل مند ہوتا ہے
وہ شجاع اور بہادر ہوتا ہے۔نبی پاکؐ کے
زمانے میں دو پہلوان لڑ رہے تھے تو
ایک نے دوسرے کو نیچے گرا دیا تو
نبیؐ نے پوچھا یہ کیا ہو رہا ہے۔لوگوں
نے کہا کہ آقا یہ پہلوان ہیں یہ لڑ رہے
ہیں تو نبیؐ نے فرمایاوہ شخص پہلوان
نہیں ہے جو دو تین لوگوں کو گرا دے
پہلوان وہ ہوتا ہے جو اپنے غصے پر
قابو رکھے۔غصہ پیدا ہوتا ہے اگر عقل
قوی نہ ہو تو ۔عقل مند وہ ہے جسکو
اگر پتہ چل گیا ہے کے مجھے بخار ہے
تو وہ فوراً ڈاکٹر کے پاس جائے اسکا
علاج کروائے۔

معاف کریں

میاں بیوی میں جب بھی کوئی جھگڑا
و لڑائی ہو جائے تو معاف کر دیں ۔
معاف کرنے کی اگر عادت بن گئی تو
کبھی بھی لڑائی جھگڑے فیملی
ڈپریشن نہیں ہوں گے۔خاندان میں جب
بھی لڑائی ہو ایک دوسرے کو معاف کر
دیں۔آپ دوسروں کو معاف کرو گے تو
خدا بھی آپ کو معاف کر دے گا۔
شادی میں جب ساس و سُسر کو اپنے
والدین کا درجہ نہیں دیں گے تو انسان
مقصد شادی حاصل نہیں کر سکے گا۔
انسان کو سکون نہیں ملے گا۔شادی کا
مقصد ہی قربانی دینا ہے۔جو دلھن اپنے
ساس و سسر کا احترام کرتی ہے وہ
جب دلھن لیکر آئے گی تو اس کا بھی

احترام کیا جائے گا۔
ساس و سسر بھی والدین کی جگہ ہیں۔ان کی خدمت کریں۔ماں باپ بچوں سے زیادہ محبت کرتے ہیں۔ماں و باپ کی نافرمانی سے عمر کم ہوتی ہے اور ان کی خدمت سے عمر زیادہ ہو جاتی ہے۔ساس و سسر کو جب دلھن عزت نہیں دیتی الگ رہتی ہے پھر وہ ایک عظیم ہستی سے محروم رہ جاتی ہے۔اکھٹا رہنے سے رزق میں برکت ہوتا ہے۔بہت سی آفات سے انسان محفوظ رہتا ہے۔اور اگر ساس ہو تو اس کا تجربہ بھی ہوتا ہے وہ بچوں کی تربیت و دیکھ بھال ایک اچھے طریقہ سے کرتی ہے۔کیونکہ اس نے پہلے سے بچوں

کی تربیت کی ہوتی ہے۔
اللّٰہ فرماتا ہے:ماں باپ پر احسان کرو۔
والدین کی اتنی فضیلت ہے حج واجب بھی والدین کی وجہ سے ترک کر سکتے ہیں۔
اکثر لڑائی مجادلہ کیوجہ سے ہوتی ہے۔
مجادلہ کا مکمل علاج "روحانی بیماریاں"
اس میں موجود ہے۔
مرد و عورت پر واجب ہے ایک دوسرے کے عیب کسی دوسرے کو نہ بتائیں بلکہ دونوں اپنے عیبوں کو ختم کریں ۔
حدیث میں ہے جب تک انسان شادی نہیں کرتا اس کا دین آدھا ہوتا ہے۔
اخلاقی دروس سکھیں ۔

نبی ص فرماتے ہیں: مومن کا احترام کعبہ کے احترام سے زیادہ ہے۔
جب تک زوجہ اپنے شوہر اور شوہر اپنے زوجہ کا احترام کرتا رہے گا تو جھگڑے نہیں ہوں گے۔ایک دوسرے کو معاف کرتے رہیں گے تو لڑائیاں نہیں ہوں گی۔
ساس بہو و بیٹی سمجھے اور بیٹی ساس کو والدہ سمجھے تو جھگڑا نہیں ہو گا

غصہ

جسکو پتہ ہے کہ مجھ میں غصہ ہے اور وہ پھر بھی علاج نہیں کر رہا تو وہ بیچارہ کم عقل ہے۔ہر انسان اپنا غصہ چیک کر سکتا ہے کہ میرے غصے

کا level کیا ہے۔پہلے انسان کو غصہ آتا ہے تو صرف زبان چلاتا ہے پھر ہاتھ ر اسکے بعد جب غصہ حد سے بڑھتا ہے تو انسان کی عقل ختم ہو جاتی ہے پھر وہ خود اپنی بھی جان لے سکتا ہے اور کسی دوسرے کی بھی۔غصہ دیوانگی ہے ۔غصہ ایک emotion ہے اگر یہ آپ پر حاوی ہو جائے تو آپکی دنیا بھی تباہ اور آخرت بھی تباہ۔اس پہ کنٹرول نہ کیا جائے تو یہ ایک آگ کی طرح میاں بیوی کے تعلق کو جلا دے گا۔اسی لیئے طب اہل بیتؑ میں ہے کہ عقل کو قوی کیا جائے۔جب عقل قوی ہو جائے گی تبھی آپ غصے پہ قابو پا سکیں گے۔فرمایا معرفت نفس کا علم حاصل

کرو تو ڈپریشن سے بچ جائو گے۔

غصہ کا علاج

اگر اسباب جسمانی ہیں تو کچھ غذائیں وٹامننز اور مینرل والی کھانے سے ختم ہو جائے گا۔اگر کوئی نفسیاتی بیماری ہے۔نفس کی بیماری ہے تو ان دعاؤں کے ساتھ نیک اعمال بھی کرنا پڑھیں گے

اسپند Peganum harmala

امام علی علیہ السلام فرماتے ہیں ۔
اسپند کھاؤ جو بہتر بیماریاں کا علاج ہے۔جس میں سے ایک غصہ بھی ہے۔ انسان کو سرور و سکون دیتا ہے

بٹیر

نبی ﷺ نے فرمایا۔بٹیر کا گوشت

کھائیں غصہ کو کم کرتا ہے (اس کے انڈے بھی صحت کے لیے بہت فائدہ مند ہیں)

ٹھنڈا پانی

جب غصہ آئے ٹھنڈا پانی پی لیں اس سے غصہ کم ہو جاتا ہے

اگر رشتہ داروں میں سے کسی پر آئے ان کا ھاتھ پکڑ لے ۔غصہ ٹھنڈا ہو جائے گا کیونکہ ان کا خون ایک ہے۔

زمین پر ھاتھ

جب غصہ آئے تو زمین پر خاک پر ھاتھ رکھیں ۔اور نفس کو نصحیت کریں۔اے نفس نہ کر کل اسی مٹی میں جانا ہے

کدو

کدو زیادہ کھائیں ۔غصہ کم کرتا ہے

لال کشمش

لال کشمش کھائیں صبح ناشتہ سے پہلے اکیس دانے غصہ کو کم اور عقل کو زیادہ کرتی ہے

آلو سیاہ

ایک پھل ہے جو آلو بخارا کی طرح ہوتا ہے۔غصہ کو کم کرتا ہے۔صبح ناشتہ سے پہلے ۔پانچ سے زائد نہ کھائیں

زیتون کا تیل

زیتون کا تیل استعمال کریں۔غصہ کم کرتا ہے۔

اللّٰہ فرماتا ہے اگر میرے غضب سے بچنا چاہتے ہو تو میرے بندوں پر غصہ نہ کرو۔

نبی ص فرماتے ہیں اگر تم لوگوں کو

معاف کرو گے تو اللّہ تم کو عزت دے گا
امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں غصہ کا پینا سب سے بہتر عمل ہے۔کیونکہ مصیبت جس قدر سخت ہوتی ہے اُسی قدر اس کا اجر و ثواب بھی زیادہ ہوتا ہے۔پھر فرمایا: جو شخص اپنے غیض و غصہ کو ضبط کرتا رہتا ہے،خدا اس کی عزت کو دنیا و آخرت دونوں میں زیادہ فرماتا ہے۔جس نے غصہ کو ضبط کیا روز قیامت خدا اس کے دل کو ایمان سے بھر دے گا

ضروری نوٹس بچوں کی صحت کے لیے

بازار میں بہت سی مشینری ہوتی ہے۔ جو اسی فیصد ناقص ہیں اور بہت سے

ممالک میں مشینریاں ہیں۔گوگل میں سرچ کر لیں۔جو خراب رپوٹ دیتی ہیں۔کافی ممالک میں سرچ ہوئی ہے۔ بچہ ناقص ہیں انہیں گرا لیا جائے۔فلاں فلاں بیماری ہے جبکہ حقیقت اس کے برعکس ہوتی ہے۔مشینری خراب ہونے سے یا ناقص مشینری کی وجہ سے رپوٹ غلط دی۔ بچہ صحیح تھا سلامت تھا ضائع کروا دیا۔اپنے بچوں کو ضیاع نہ کریں۔

بچوں کے لیے بہترین دوا طب اہل بیتؑ

اگر کسی بچے کو جو بھی بیماری ہے اس کو سویق جو اور سویق ستو دیں۔ صبح اور شام دیں۔سویق سنجد ہو تو بہتریں ہے۔ماں کو دیا جائے اس سے

بچہ ماں کے پیٹ میں صحت مند پیدا ہو گا۔اگر کوئی بیماری ہو گی ختم ہو جائے گی۔کوئی نقص نہیں ہو گا

سویق بنانے کا طریقہ

جو یا ستو لے لیں۔نیچرل ہوں چھلکے سمیت ان کو پیس لیں اور گرم کریں توے پر ۔اتنا کم بھی نہ ہو کے کچا رہ جائے اور نہ اتنا زیادہ بھون لیں کہ جل جائے ۔پھر اس کو تھوڑا تھوڑا کر کے چٹکی چٹکی کر کے خشک کھائیں اور اس کے دو گھنٹے تک پانی نہ پئیں۔ بہت ہی زبردست ہے۔(سویق کی اقسام و طریقوں پر کتاب موجود ہے۔سویق کیا ہے؟)

مولا علیؑ فرماتے ہیں سب سے بڑی

مولا علیؑ فرماتے ہیں: دنیا کی سب سے بڑی تجارت عملِ صالح ہے
سب سے بڑی تقوٰی یہ ہے مومن حرام و شک و شعبہ والی غذا کو بھی ترک کر دے
سب سے بڑی میراث اپنی والاد کو با ادب بنانا ہے
سب سے بڑا نفع ثواب ہے

تربیت اولاد

ماں و باپ کی آپس میں اختلافات کیوجہ سے اولاد کی تربیت میں بہت اثر پڑتا ہے۔اس سے بچہ کر تربیت خراب ہو جاتی ہے۔دونوں میں عقل کی بات مانی چاہے۔جو عقل نے بتایا ہے اس کے مطابق تربیت کیجائے۔اس سے

دونوں میں اختلاف بھی ختم ہو جائے گا۔
میاں بیوی میں اختلافات کورس نہ کرنے کیوجہ سے ہوتے ہیں۔لہذا لازمی کورس کر لیں۔جس سے ایک دوسرے کے حقوق و فرائض سے آگاہی ہو۔
جب اولاد ہو جاتی ہے تو اب بچے کی تربیت کا مسلہ بن جاتا ہے۔ان کو بچے کی تربیت کا کورس کرنا چاہیے تا کہ ڈپریشن نہ ہو۔اولاد آپ کی دشمن نہ بن جائے جس سے بہت خطرناک ڈپریشن ہو جاتا ہے۔اس میں والدین کی اپنی غلطی ہوتی ہے۔والدین نے اولاد کی تربیت اچھے طریقے سے نہیں کی ہوتی ۔تربیت نہ ہونے کیوجہ سے

بیٹا ،باپ کو مار دیتا ہے،قتل کر دیتا ہے۔بچے کی تربیت نہ کی جائے تو بچہ قاتل والدین ہو جاتا ہے۔(کتاب انشاء اللّٰہ اردو میں کر دیں گے) انسان کو تفکر و تدبر کرنا چاہیے۔

اولاد بہت بڑا سرمایہ دنیا و آخرت ہے۔ انسان اگر گناہ گار بھی ہے تو اچھی اولاد کی تربیت کرتا ہے تو خدا اسے بخش دیتا ہے۔

تربیت کا آغاز

جب انسان شادی کرتا ہے تو انتخاب شادی ہی میں تربیت اولاد شروع ہو جاتی ہے۔

نبی ص فرماتے ہیں عقل سے بڑھ کر کائنات میں کوئی خوبصورت اشیاء

نہیں ہے سب سے پہلے خدا نے عقل و نور کو خلق کیا۔عقل ہی نور ہے۔
جب ہم شریک حیات کا انتخاب کرتے ہیں تو ہم نے اگر صورت دیکھی ،پیسہ دیکھا تو پھر تربیت نہیں ہو گی۔اگر ہم نے اس کی سیرت دیکھی اس کی عقل دیکھی،اس کی پاکیزگی دیکھی تو بچوں کی تربیت بہت اچھی ہو گی۔
احادیث میں ہے کبھی بے عقل عورت کا دودھ نہ پلائیں اگر بے عقل عورت کا دوسھ پئے گا تو بیوقوف ہو گا اور اگر بے عقل عورت سے شادی کر لی تو اس کے اثرات اس کے بچوں میں بھی ہوں گے
استاد

بچوں کی تربیت کے لیے ایسا سکول و کالج ہو جس میں اچھا استاد ہو۔
بچے کی تربیت کے لیے ضروری ہے ایک اچھا استاد ہو

زبان و عمل سے تربیت

اب جیسے والدین ہوں گے ویسے ہی انکی اولاد ہو گی۔اگر خود کو کنٹرول کیا ۔غصہ نہ کیا۔گالیاں نکالی تو بچہ بھی وہی سیکھا گا۔اگر آپ نے کسی چیز کے ٹوٹنے یا ضائع ہونے کی صورت میں غصہ کی جگہ صلوٰات پڑھا تو بچہ بھی یہی سیکھے گا اسی طرح اگر والدین باادب و نمازی ہوئے تو اولاد بھی باادب و نمازی ہو گی ۔
بچہ کو ڈرانا نہیں چاہے اس سے بچہ

بزدل ہو جاتا ہے۔جو کبھی ٹھیک نہیں ہوتا

گھر کے قوانین

گھروں میں جھگڑے ہوتے ہیں۔اس لیے ہوتے ہیں گھر کے قوانین نہیں معین ہوتے۔ڈیوٹی معین نہیں ہوتے۔ہر شخص کو اپنی زمہ داری و حقوق کا پتہ نہیں ہوتا۔اور قوانین کی سزا بھی اسلامی ہونا چاہیے۔مثال کے طور پر اگر بچہ کوئی غلطی کرتا ہے تو اس کو جرمانہ دینا ہو گا۔دو رکعت نماز پڑھ لے،تلاوت کر لے۔اسی طرح مکمل قوانین بنائے جائیں۔گھر میں کلینڈر کیطرح آویزاں ہونا چاہیے۔رات کو سب مل بیٹھیں اور

اپنی اپنی غلطیاں کا اعتراف کریں۔
جھگڑے فتنہ و فساد نہیں ہوں گے۔

انسان کے اندر چار طرح حالتیں

faculties ہیں۔ .

1.faculty of wisdom

اس faculty کو طب اہل بیت میں قوی کرنے پر ترجیح دی جاتی ہے -

کیونکہ اسکے قوی ہونے سے سب تکالیف مصیبتیں ختم ہو جاتی ہیں

faculty of anger.

Faculty of sex .

temptation faculty

اگر ان چار چیزوں کو ہم نے سمجھ لیا تو سمجھیں ہم کامیاب ہو گئے۔اسی کو ہی

معرفت نفس کہتے ہیں۔نیند کی پانچ قسمیں ہیں کچھ قسمیں ایسی ہیں جن سے انسان کی عقل بڑھتی ہے۔اور کچھ ایسی ہیں جن سے عقل کم ہوتی ہے۔اگر آپ ٹھیک وقت پر سوئے تو عقل بڑھتی ہے۔ اور غلط وقت پر سونے سے عقل کم ہوتی ہے۔

اگر عقل بڑھانی ہو اور غصہ کم کرنا ہو تو لال اور کالی دونوں کشمش صبح ناشتے میں کھائیں۔

زیتون کا تیل کھانے سے بھی غصہ کم ہوتا ہے۔خرفہ۔ سیلری۔ادرک ان سے بھی عقل بڑھتی ہے ۔

امام حسنؑ نے فرمایا عقل آپکی حفاظت کرتی ہے۔اور مال کی حفاظت

تمہیں کرنا پڑتی ہے۔
اگر کتاب میں کسی قسم کے تلفظ کی غلطی ہے تو آگاہ کریں۔شکریہ
prof.jan12@gmail.com

ghulammustafa187@gmail.com