

دُخْرَانُ مَسْلَمٍ
لَا هُوَ مُلَمٌ
ماہنامہ

تقویٰ ولایت کی کنجی ہے

شیخ الاسلام ادراک مفتاح القوادی کا خصوصی خطاب

جنوری 2026ء



ہے قصد کہ اب کریں اک جہاں نو آباد

38th

FOUNDATION DAY

5TH JANUARY 1988-2026

MINHAJ-UL-QURAN
WOMEN LEAGUE

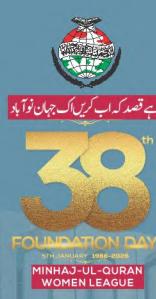




”منہاج القرآن ویمن لیگ کی دین میں کے فروع کے لیے سرگرمیاں قابل تعریف اور قابل تقلید ہیں۔

منہاج القرآن ویمن لیگ نے شیخ الاسلام دامت برکاتہم العالیہ کی فکر کی نمائندگی کرتے ہوئے پوری دنیا میں علم و شعور کے چاراغ روشن کیے ہیں۔ میں انہیں 38 ویں یوم تاسیس پرمبارک بادپیش کرتا ہوں اور ان کی توفیقات میں اضافہ کے لیے دعا گو ہوں۔ ۶۶

پروفیسر ڈاکٹر حسین محمد اللہین قادری
چیئر مین سپریم کونسل منہاج القرآن انٹرنشنل



”منہاج القرآن ویمن لیگ پاکستان سمیت دنیا بھر میں اسلام کے علم، امن، اعتدال اور روداری والے پیغام کو عام کر رہی ہیں۔ اصلاح احوال و باطن کے لیے ان کی تبلیغی و تدریسی مساعی اس دور میں قابل تعریف اور قابل تحسین ہے۔ اللہ رب العزت ہماری بہنوں کی خدمت دین انجام دینے کی توفیقات میں اضافہ فرمائے۔ 38 ویں یوم تاسیس پرمبارکباد دیتا ہوں۔ ۶۶

پروفیسر ڈاکٹر حسین محمد اللہین قادری

صدر منہاج القرآن انٹرنشنل

بیگم رفت: حبیب قادری

قرۃ العین فاطمہ

فہرست

| | | |
|----|---|--|
| 06 | (اداری) (اللہ پر یقین کی طاقت اور صبر و شکر کی ایمیٹ) | |
| 08 | خطاب | تقویٰ ولایت کی بخشی ہے شیعہ اسلام کا اکابر محدث ہبہ القادری |
| 18 | فلسفہ صوم | ڈاکٹر فیض احمد فیض |
| 26 | ”دعا اور آداب دعا“ | سعد یار کریم |
| 33 | تئیینی، تکریر و روحاںی، سنگ میل کے 38 سال | ثنا و حیدر |
| 44 | صائم نور | موسم سرماں اور تماہی رحمت |
| 55 | فقیہ مسائل: روزوں کی حفاظت کیوں ممکن ہے؟ | مفتی عبدالقیم خان ہزاروی |
| 62 | غذیجہ بول | گلہست: کھوکھ کے طبی و غذائی فوائد |
| 67 | وٹاکف | |
| 69 | Healthy Eating Habits (Hadia Saqib) | |

خواتین میں بیداری شعور و آگہی کیلئے کوشش

ماہنامہ لاہور

دختران اسلام

جلد: 33 شمارہ: 01 / ۱۴۴۲ھ ربیعہ شعبان / جنوری 2026ء

ایڈیٹر

شاء و حيدر

مجالس مشاورت

لبی مشتاق، نور اللہ صدیق
ڈاکٹر شاہدہ مغل، ڈاکٹر فرح سہیل
مسنفر یہودیہ حجاج، ڈاکٹر اقبال چشتی

رائٹرز فورم

ڈاکٹر نعیم انور نعیمی، آسیہ سیف
سعد یار کریم یہودیہ سحرش
جویریہ وحید، سمیتہ اسلام

کبیوڑا پر بیٹھنے والے احمد گرفج، عبدالسلام
فونگر ان: قاضی محمود الدین اسلام

مجلہ دختران اسلام میں آنے والے جملہ پر ایسے یوں اشتہار خلوص نیت سے شائع کئے جاتے ہیں، ادارہ کی کسی کار و بار میں
شراکت ہے اور نہ ہی ادارہ فریقین کے درمیان کسی بھی قسم کے لیے دین کا ذمہ دار ہوگا۔

سالانہ خریداری
700 روپے

آسٹریلیا، کینیڈا، مشرقی ایشیا، یورپ، افریقہ
مشرق و سطی، جنوب مشرقی ایشیا، یورپ، امریکہ
بدال شترک

قیمت فی شمارہ
60 روپے

رابطہ: ماہنامہ دختران اسلام 365 ایمیڈیا ماؤن لاہور | فون نمبر: 042-51691111 | فیکس نمبر: 042-35168184

Visit us on: www.minhaj.info

E-mail: sisters@minhaj.org



عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ قَالَ: مَكْتُوبٌ فِي السُّرُورَةِ لَقَدْ أَخَذَ اللَّهُ الْلَّذِينَ تَعْجَلَ فِي جَنَاحِهِمْ عَنِ الْمَضَاجِعِ مَا لَمْ تَرَ عَيْنَ، وَلَمْ تَسْمَعْ أَذْنَ وَلَمْ يَخْطُرْ عَلَى قَلْبِ بَشَرٍ، وَلَا يَعْلَمُهُ مَلَكُ مُقْرَبٍ، وَلَا تَبِي مُرْسَلٌ قَالَ: وَنَحْنُ نَقْرُوْهَا: «فَلَا تَعْلَمُ نَفْسٌ مَا أَخْفَى لَهُمْ مِنْ قُرْبَةٍ أَغْيَبَنَ جَزَاءً بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ» (السَّجْدَة، ٣٢: ١٧). [رواهة]

الحاكم. وقال: هَذَا حَدِيثٌ صَحِيفٌ لِلإِسْنَادِ.

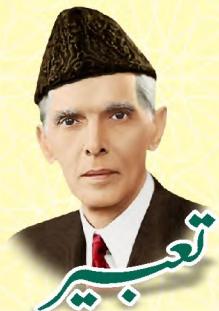
”حضرت عبد الله بن مسعود رضي الله عنه“ سے مردی ہے کہ تورات میں لکھا ہے کہ اللہ تعالیٰ نے تہذیب کاروں کے لئے ایسی نعمتیں تیار کر رکھی ہیں جو کسی آنکھ نے دیکھنی نہیں، کسی کان نے سنی نہیں، کسی انسان کے دل میں ان کا خیال (تک) نہیں آیا، نہ ہی انہیں کوئی مقرب فرشتہ جاتا ہے اور نہ ہی کوئی نبی مرسل۔ اب ان مسعود رضي الله عنه فرماتے ہیں کہ ہم بھی قرآن پاک میں اس (مفہوم) کے ہم ممکنی آیت تلاوت کرتے ہیں: ”سو کسی کو معلوم نہیں جو آنکھوں کی خشکی ان کے لئے پوشیدہ رکھی گئی ہے، یہ ان (انعام صالح) کا بدلہ ہو گا جو وہ کرتے رہے تھے۔“

(المہاجن السوی، ص: ٥٣٦)

إِنَّا فَعَلْنَا لَكَ فَتْحًا مُبِينًا. يَعْلَمُ لَكَ اللَّهُ مَا تَقْلِمُ مِنْ ذَنِبٍ وَمَا تَأْخُرُ وَيَعْلَمُ عَمَّا عَلَيْكَ وَيَهْدِيْكَ صِرَاطًا مُسْتَقِيمًا وَيُنْصَرِكَ اللَّهُ نَصْرًا عَزِيزًا. هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السُّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيُزَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ وَلَهُ جَنُودُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَكَانَ اللَّهُ عَلَيْهِ حِكْمَةٌ ۖ لَيَذْخِلَ الْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ جَنَّتَ تَجْرِي مِنْ تَعْجِلَهَا الْأَنْهَرُ خَلِدِينَ فِيهَا وَيُكَفِّرُ عَنْهُمْ سَيِّلَاهُمْ وَكَانَ ذَلِكَ عِنْدَ اللَّهِ فَوْزًا عَظِيمًا.

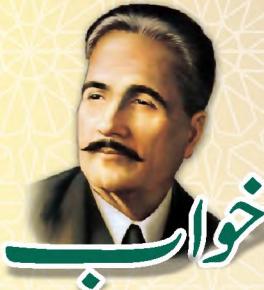
(الثَّقَة، ١: ٢٨)

”(اے حبیب کرم!) بے شک ہم نے آپ کے لیے (اسلام کی) روشنی فیض (اور غلبہ) کا فیصلہ فرمادیا۔ (اس) لیے کہ آپ کی عظیم جدوجہد کامیابی کے ساتھ مکمل ہو چکے۔ تاکہ آپ کی خاطر اللہ آپ کی انتہا (کے ان تمام افراد) کی اگلی پیچھی خطا نہیں معاف فرمادے (جنہوں نے آپ کے حکم پر چجادہ کیے اور قرباً یا دیں) اور (یوں اسلام کی فیض اور انتہا کی پیشی کی صورت میں) آپ پر اپنی انتہا (ظاہراً و باطنًا) پوری فرمادے اور آپ (کے واسطے سے آپ کی انتہا) کو سیدھے راستے پر ثابت قدم رکھے۔ اور اللہ آپ کو نہایت باعزت مدد و نصرت سے نوازے۔ وہی ہے جس نے مونوں کے دلوں میں تکینیں نازل فرمائی تاکہ ان کے ایمان پر مزید ایمان کا اضافہ ہو، اور آسانیوں اور زیمن کے سارے نکار اللہ ہی کے لیے ہیں، اور اللہ خوب جانشے والا، بڑی حکمت والا ہے۔ (یہ سب نعمتیں اس لیے جمع کی ہیں) تاکہ وہ مونوں مرودوں اور مونوں عورتوں کو پہنچوں میں داخل فرمائے جن کے نیچے نہریں رواں ہیں (وہ) ان میں بیشتر بہنے والے ہیں۔ اور (مزید یہ کہ) وہ ان کی لغزشوں کو (بھی) ان سے دور کر دے۔ جیسے اس نے ان کی خطا نہیں معاف کی ہیں۔ اور یہ اللہ کے نزدیک (مونوں کی) بہت بڑی کامیابی ہے۔“



تعجبیر

ستمبر 1945ء کو عید الفطر کے موقع پر
قائد اعظم نے فرمایا: ہمارا پروگرام قرآن کریم میں
موجود ہے۔ تمام مسلمانوں پر لازم ہے کہ قرآن
غور سے پڑھیں۔ قرآنی پروگرام کے ہوتے ہوئے
مسلم لیگ مسلمانوں کے سامنے کوئی دوسرا پروگرام
پیش نہیں کر سکتے۔“



خواہ

خودی ہے زندہ تو دریا ہے بے کرانہ ترا
ترے فراق میں مفطر ہے موج نیل و فرات
خودی ہے مُرہدہ تو مانندہ کاہ پیش نہیں
خودی ہے زندہ تو سلطان جملہ موجودات
(کلیات اقبال)



نکاح

اے دختران اسلام! آج اسلام کی بیٹیوں کو قرونِ اولیٰ کے کمال کی طرف لوٹانے کی ضرورت
ہے۔ اج سیدہ فاطمۃ الزہرا کے کردار کو زندہ کرنے کی ضرورت ہے اج سیدہ عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا
اور سیدہ خدیجہ الکبریٰ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے کردار کو اپنانے کی ضرورت ہے۔ مسلمان بیٹیاں اگر اس عظیم
کردار کو حرزِ جاں بنا لیں تو دنیا کی کوئی طاقت امت مسلمہ کی نشاط ہانیہ کو روک نہیں سکتی۔

(قول شیخ الاسلام ڈاکٹر محمد طاہر القادری، مجلہ منہاج القرآن آرٹیکل کلمات حکمت) (شیخ الاسلام ڈاکٹر محمد طاہر القادری)

اللہ پر یقین کی طاقت اور صبر و شکر کی اہمیت

اسلام ایک ایسا نویر ہدایت ہے جو مایوسی کے اندر ہیروں کو روشنی عطا کرتا ہے، بے یقینی کو یقین کی قوت بخشتا ہے، ظالم کے مقابلے میں مظلوم کو اظہارِ حق کی توانائی عطا کرتا ہے، جم德ِ مسلسل کی تحریک پیدا کرتا ہے۔ اسلام مایوسی نہیں یقین کا نام ہے، اسلام جمود نہیں تحرک کا نام ہے، اسلام کمزوری نہیں قوت کا نام ہے۔ جب انسانی زندگی سے یقین اور تحرک نکل جاتا ہے تو درحقیقت یہ ظاہری حیات کا اختتام ہوتا ہے۔ اللہ رب العزت نے اس ساری کائنات کو ایک خاص تحرک کے ساتھ قائم فرمایا ہے، چاند، سورج، ستارے، سیارے اور یہ اربوں، کھربوں کھلکھلائیں سب اپنے متعینہ راستوں پر روز اول سے روای دواں ہیں، جس دن کائناتِ ارضی کی یہ قدرتی روانی ساعت بھر ٹھہر گئی تو کرہ ارض کا وہ آخری لمحہ ہو گا المذا مو من و مومنات کے لئے لازم ہے کہ وہ ایک ایمانی تحرک اور یقین کے ساتھ زندگی بسر کریں، حالات موافق ہوں یا ناموافق اللہ کی قدرت کاملہ پر بھروسہ کرتے ہوئے جد و جہد کرنا خود پر لازم ٹھہرائیں، اللہ رب العزت نے اس تحرک کو آزمائش کے ساتھ جوڑا ہے، جہاں آزمائش ہو گی وہاں ایک خاص قسم کی ارزی بھی ہو گی جو انسان کو تھکنے اور جھکنے نہیں دیتی۔ آزمائش اور مزاحمت سے بہتری کے دروازے کھلتے ہیں، اسی لئے اللہ رب العزت نے اہل حق کے لئے آزمائش لازم کر دی، اگر ہم قرآن مجید میں قصص القرآن پر نظر دوڑائیں تو ہمیں اللہ رب العزت کے محبوب پیغمبر مزاحمت اور آزمائش کے پیچ کھڑے نظر آئیں گے

کیونکہ اللہ رب العزت اپنے سب سے پیارے بندوں کو آزمائشوں سے آزماتا ہے اور پھر اللہ رب العزت نے استقامت والوں کو ہی کامیاب اور انعام یافتہ بندے قرار دیا۔ سورہ البقرہ میں ارشاد باری تعالیٰ ہے ”اور ہم ضرور بالضرور تمہیں آزمائیں گے کچھ خوف اور بھوک سے اور کچھ والوں اور جانوں اور پھلوں کے نقصان سے“ اس مختصر سی آیت مبارکہ میں اللہ رب العزت نے انسانی زندگی کی ساری حقیقتیں کھول کر بیان فرمادیں، انسان کی کامیابی یہ نہیں ہے کہ اس نے بہت ساری دنیا جمع کر لی اور ایک آسودہ حال زندگی کے خواب کو عمل کی تعبیر دے دی۔ اللہ رب العزت کے نزدیک ایک کامیاب انسان وہ ہے جو ہر حال میں اللہ رب العزت کا اطاعت گزار اور شکر گزار بندہ نظر آئے اور پھر آزمائشوں پر صبر کرنے والوں کے لئے اللہ رب العزت نے بڑے بڑے انعامات کا اعلان بھی فرمایا۔ حضرت فضیل بن عیاض سے کسی نے پوچھا کہ آپ نے بندگی کس سے سیکھی؟ فرمایا: میں نے بندگی کے اصول اپنے غلام سے سیکھے ہیں، وہ بیان کرتے ہیں کہ میرا ایک غلام تھا میں جب اسے خدمت کے لئے بازار سے خرید کر لایا تو غلام سے پوچھا یہی تھمہارا نام کیا ہے؟ اس نے کہا جو جی میں آئے اُسی نام سے بلا لیا کریں، غلاموں کے بھی بھلا کوئی نام ہوتے ہیں، میں جب غلام ہو گیا تو نام میں کیا رہا۔ میں نے پوچھا کہ اتنے کیا ہو؟ تاکہ جو تمہاری پسند ہو اس کا اہتمام کر دیا کروں، اس نے کہا جو آپ چاہیں کھلادیں غلام کی پسند اور ناپسند کیا۔ فرمایا: پہنچتے کیا ہو؟ کہا غلام کو جو لباس دے دیں وہ پہن لے گا۔ حضرت فضیل بن عیاض نے فرمایا وہ میرا غلام ہو کر مجھے ایسے جواب دیتا تھا اور ہم خود کو اللہ کا غلام قرار دے کر عجز و نیاز کے ساتھ سر کیوں نہیں جھکا دیتے کہ وہ اللہ جو ہمارا مالک ہے، ہمارا رازق ہے وہ ہمیں جس حال میں رکھے ہم اس میں صبر و شکر کی تصور کیوں نہ بنیں؟ آج اگر ہم دل و جان سے یہ بات تسلیم کر لیں کہ ہر چیز کا مالک اللہ ہے اور وہ بہتر جانتا ہے کہ اس نے اپنے بندے کو کس حال میں رکھنا ہے اور پھر صبر و رضا کے ساتھ ہم اللہ کی رضا پر راضی ہو جائیں تو پھر ہمارے جیسا کوئی کامیاب انسان نہیں ہے، لہذا زندگی میں ان نعمتوں پر غور کریں جو بن مانگے اللہ نے ہمیں عطا کر کی ہیں۔ اگر ہم ان دستیاب نعمتوں کا شکر کرنے لگ جائیں تو زندگی اسی طرح گزر جائے، شکوئے کے لئے ہمیں ایک لمحہ بھی میسر نہ آئے۔

(ایڈیٹر: دختر ان اسلام)

تقویٰ ولایت کی کنجی ہے

شیخ الاسلام ڈاکٹر محمد طاہر القادری کا فکر انگیز خطاب

ترتیب و تدوین: شناع و حیدر



ارشاد باری تعالیٰ ہے:

إِنْ أَوْلَيْأَوْكَدَ إِلَّا إِنْتَقُونَ۔ (الانفال، 8: 34)

”اس کے اولیاء (یعنی دوست) تو صرف پرہیز گار لوگ ہوتے ہیں۔“

اللہ رب العزت نے اس آیت مبارکہ میں ولایت اور تقویٰ دونوں کو لازم و ملزم قرار دیا ہے۔ تقویٰ کے بغیر ولایت کا کوئی وجود نہیں۔ تقویٰ ہی بندے کو ولایت کے مقام پر فائز کرتا ہے۔ عام طور پر تقویٰ کا مطلب اللہ سے ڈرنا ہے لیکن یاد رہے کہ اللہ تعالیٰ کی ذات بابرکات کا ڈر اس طرح کا نہیں کہ جیسے ہم زندگی میں مختلف چیزوں سے ڈرتے ہیں کیونکہ اس طرح کے ڈر سے موانت کی بجائے وحشت اور خوف پیدا ہوتا ہے۔ بندہ اپنے ماں اور مولا کے قریب ہونے کے بجائے دور ہوتا چلا جاتا ہے جبکہ ولایت دوری نہیں بلکہ قرب چاہتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ جو ولی ہوتا ہے وہ اللہ سے دور نہیں بلکہ اس کے قریب ہوتا ہے۔

تقویٰ کیا ہے؟

اب اس امر پر غور کرنا ہو گا کہ تقویٰ کو نسادر ہے جو قربت کو بڑھاتا اور دوری کو مٹاتا ہے؟ تقویٰ کا مختصر اور جامع معنی یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ جس جگہ پر، جس مقام پر اور جس کام میں ہمیں دیکھنا چاہتا ہے،

وہاں پر ہم حاضر ہوں اور جہاں پر وہ ہمیں نہیں دیکھنا چاہتا، وہاں حاضر نہ ہوں۔ یعنی جس مقام پر وہ چاہتا ہے کہ ہم موجود ہوں، وہاں سے ہم غائب نہ ہوں اور جس مقام پر وہ چاہتا ہے کہ ہم موجود نہ ہوں، وہاں ہم حاضر نہ ہوں۔ اگر یہ دو چیزیں انسان کی زندگی میں آ جائیں تو اسے تقویٰ کہتے ہیں اور ان کا حامل انسان متفقی ہے۔

اب کسی کے متفق ہونے کے لیے کسی خاندان کی شرط نہیں، کسی امیری غربی، کسی شہر اور محلے، کسی قبیلے اور گاؤں، کسی قدوتی اور گورے والے رنگ اور زبان و بولی کی شرط نہیں۔ جس شخص میں اس نے اس طرز پر تقویٰ پالیا تو اسی لمحے اس نے اس کے ساتھ دوستی کر لی، اور جس کے ساتھ اللہ نے اپنی دوستی کا فیصلہ کر لیا، وہ ولی ہو گیا۔

ہماری زندگی میں کئی کام ایسے ہیں کہ جن کے بارے میں اللہ چاہتا ہے کہ وہ کام ہم کریں اور کئی کام ایسے ہیں کہ جن کے بارے میں اللہ چاہتا ہے کہ وہ کام ہم نہ کریں۔ مثلاً: نماز کا وقت آگیا، اب اللہ چاہتا ہے کہ ہم اللہ کے حضور اس کی بارگاہ میں موجود ہوں، اگر ہم وقت نماز اللہ کی بارگاہ سے غیر حاضر رہے تو تقویٰ نہ رہا۔ اسی طرح اللہ چاہتا ہے کہ ہم سخت کلامی نہ کریں، کسی پر تہمت اور الزام نہ لگائیں، گالی گلوچ نہ کریں، ایک دوسرے کے ساتھ کرخت لب و لبجھ سے بات نہ کریں۔ اگر ہم میں سے کوئی گالی گلوچ اور طعن و تشنیع کر رہا ہے، دوسرے بندے پر سختی کر رہا ہے، الزام تراشی کر رہا ہے، برا بھلا کہہ رہا ہے، اس سے نفرت کر رہا ہے تو لازمی بات ہے کہ یہ امور اور افعال اللہ کو پسند نہیں، امداد ان افعال کا مرتكب ہونے سے ہم حامیین تقویٰ نہ رہے۔

اسی طرح اللہ تعالیٰ چاہتا ہے کہ ہمارے دل میں دنیا، جاہ و منصب اور مال و دولت کی طلب و حرص اور لالج نہ ہو، اگر اس نے ہمارے دل کو حرص والا لج اور طلب و رغبت کی جگہ پر موجود پالیا تو یہ تقویٰ اور ولایت نہیں ہے۔ اس کے بر عکس اللہ تعالیٰ چاہتا ہے کہ میرا بندہ دنیا سے بے نیاز ہو، مجھ سے محبت کرے، میرے بندے میں تواضع و انکساری ہو، اس کے دل میں صدق و اخلاص ہو، اس کے پاس وفا، تقویٰ، طہارت اور پاکیزگی ہو، جب یہ سب کچھ وہ اپنے بندے میں موجود پاتا ہے تو اس بندے کو متفقی کے لقب سے ملقب کرتا ہے۔

جب اللہ رب العزت کسی کا ولی ہو جاتا ہے تو وہ ہر روز ستر مرتبہ اپنے اس بندے کے دل کو دیکھتا ہے۔ وہ بندے کے دل کو اس لیے دیکھتا ہے کہ اس کا دل میری یاد سے غافل نہ رہے۔ جس شخص کے دل کو اللہ رب العزت ستر مرتبہ روزانہ کی بیاندہ پر دیکھے اور اگر اس دل کو اپنی یاد سے غافل پائے تو سوچنے کا مقام ہے کہ کیا وہ اس کے ساتھ تعلق اور دوستی قائم رکھے گا؟

انسانی جسم کے تمام اعضاء، دل، آنکھ، پیٹ، ہاتھ، پاؤں، کان، جسم و جان، سوچ و فکر، دماغ الغرض جسم کے ہر ظاہری اور باطنی عضو کا تقویٰ ہے۔ جب انسان کو تقویٰ نصیب ہو جائے اور وہ بندہ اپنے حال کی گمراہی کرے تو وہ تقویٰ بندے کو ولایت تک پہنچاتا ہے اور ولایت سے جوڑتا ہے۔

ولایت کے دو معانی ہیں اور قرآن مجید میں بھی دو جگہ اس کا ذکر آیا ہے۔ ایک مقام پر فرمایا:

اللَّٰهُ أَوْلَٰئِإِلَٰهٖ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْرَجُونَ.

”خبردار! بے شک اولیاء اللہ پر نہ کوئی خوف ہے اور نہ وہ نجیہ و غمگین ہوں گے۔“ (یونس، 10: 62)

دوسرے مقام پر فرمایا:

اللَّٰهُ وَلِيُّ الَّذِينَ أَمْنُوا يُحْرَجُهُمْ مِنَ الظُّلُمَٰتِ إِلَى الْفُورِ.

”اللہ ایمان والوں کا کار ساز ہے وہ انہیں تاریکیوں سے نکال کر نور کی طرف لے جاتا ہے۔“ (ابقرہ، 2: 257)

پہلی آیت مبارکہ کے مطابق بندہ؛ اللہ کا ولی ہے اور دوسری آیت کے مطابق اللہ؛ بندے کا ولی ہے۔ یعنی بندہ بھی ولی ہے اور اللہ بھی ولی ہے۔ معلوم ہوا کہ ولایت خالق اور مخلوق کے درمیان ایک دو ہرے رشته کا نام ہے۔ یک طرف تعلق سے ولایت نہیں بنتی۔ لہذا جب تک بندہ؛ اللہ کا دوست اور اللہ؛ بندے کا دوست نہ ہو جائے اور دوستی دونوں اطراف سے قائم نہ ہو جائے، تب تک ولایت وجود میں نہیں آتی۔

ولی؛ اللہ کے اوصیہ و نوہی کا نگران ہوتا ہے

اب سوال پیدا ہوتا ہے کہ بندہ؛ اللہ کا ولی کیسے ہوتا ہے؟ اور اللہ؛ بندے کا ولی کیسے ہوتا ہے؟ اس کے جواب میں ولی کا معنی سمجھنا ضروری ہے: ولی کا ایک معنی نگران ہے۔ اگرچہ یا پچ سیم ہو جائے تو اس کا ایک ولی ہوتا ہے جو اس کی گمراہی کرتا ہے، اس کا دھیان رکھتا ہے اور اس کے معاملات کو سنوارتا ہے۔ اسی طرح نکاح کی تقریب میں لڑکی کی طرف سے ایک ولی بناتے ہیں، وہ ولی؛ لڑکی کی نمائندگی کرتا ہے، اسے بھی نگران کہتے ہیں۔ اب سوال یہ ہے کہ اگر بندہ؛ اللہ کا ولی ہو تو وہ کس شے کا نگران ہوا؟ اور اگر اللہ؛ بندے کا ولی ہو تو وہ بندے کی کس شے کا نگران ہوا؟

بندہ جب اللہ کا ولی ہوتا ہے تو وہ اپنی زندگی میں اللہ کے ہر حکم کا نگران اور پھرے دار ہے، یعنی ولی وہ ہے جو اللہ کے اوامر و نواہی کا پھرے دار ہوتا ہے۔ اگر ہم رات کے وقت کسی کو پھرے دار مقرر کریں اور وہ رات کو سوچائے تو کیا ہم اسے اپنا پھرے دار مانیں گے؟ نہیں، بلکہ ایسے بندے کو نگران و پھرے دار رکھیں گے جو ہمارے تفویض کردہ امور کی صحیح نگرانی کرے۔ معلوم ہوا کہ نگرانی اور غفلت ساتھ ساتھ نہیں چل سکتے۔ اسی طرح نگرانی اور نافرمانی بھی ساتھ ساتھ نہیں چلتے۔ بندہ نگران ہو گا یا پھر نافرمان ہو گا۔ اگر بندہ اللہ کے حکم کا نگران ہے تو پھر اللہ کے حکم کا نافرمان نہیں ہو سکتا۔

ولی کبھی غافل و بے ادب نہیں ہوتا

پس بندے کے اللہ کے ولی ہونے کا معنی یہ ہے کہ وہ اللہ کے ہر امر کی نگرانی کرتا ہے اور دیکھتا ہے کہ کس کام میں اللہ راضی ہوتا ہے اور کس کام میں ناراض ہوتا ہے۔ بندہ دیکھتا ہے کہ کون سا عمل مجھے اللہ کے قریب لے جائے گا اور کون سا عمل اللہ سے دور کر دے گا۔ وہ اللہ کے قریب اور اس سے دور لے جانے والے امور کی نگرانی کرتا ہے، اللہ کی رضا اور ناراضگی کے معاملے کی نگرانی کرتا ہے، اس کی اطاعت اور معصیت کے معاملے کی نگرانی کرتا ہے۔ پھر بندہ ایسا کام نہیں کرتا جس میں اللہ کی نافرمانی ہو۔ اگر اللہ کے کسی حکم کی نافرمانی ہو گئی تو گویا بندہ اللہ کے امر کا نگران اور پھرے دار نہ رہا۔ اس لیے ولی کبھی شریعت کی خلاف ورزی نہیں کر سکتا۔ جو شخص شریعت کے خلاف زندگی بسر کرے یا شریعت کے خلاف ایک قدم بھی اٹھائے، وہ ولی نہیں ہے۔

حضرت سلطان العارفین بایزید بسطامیؒ سے لوگوں نے کہا کہ فلاں شخص بہت بڑا ولی ہے۔ آپ نے فرمایا: چلو پھر اس کی زیارت کو چلتے ہیں۔ مریدین کو ساتھ لے کر طویل سفر طے کرنے کے بعد جب اس شہر میں پہنچ جہاں لوگوں میں مشہور و مقبول ولی رہتا تھا تو حضرت بایزید بسطامیؒ نے اس وقت دیکھا جب وہ مسجد میں داخل ہو رہا تھا۔ لوگوں میں مشہور ولی کو ایک ہی نظر میں دیکھنے کے بعد حضرت بایزید بسطامیؒ نے اپنے شاگردوں اور مریدوں سے اسی وقت کہا کہ چلو واپس چلتے ہیں۔ انہوں نے کہا: حضور! آپ اتنا طویل سفر کر کے آئے ہیں، اس سے سلام دعا بھی نہیں کیا اور واپس چلنے کا حکم فرمائے ہیں۔ آپ نے فرمایا: ہم اس کی ولایت دیکھنے آئے تھے مگر یہ ولی نہیں ہے۔ پوچھا: وہ کیسے؟ فرمایا: ولایت اور دوستی مولا سے ادب کا رشتہ ہے۔ جسے اللہ کے گھر کا ادب نہیں ہے، اسے اس مولا کا ادب کیا ہو گا؟ میں نے اسے مسجد میں اس حال میں داخل ہوتے ہوئے دیکھا کہ اس نے پہلے بایاں پاؤں مسجد کے اندر رکھا۔ سو جسے اس کے گھر کا ادب معلوم نہیں، وہ اس کی دوستی کا ادب کیا جانتا ہو گا؟

دوسری روایت میں ہے کہ آپ نے فرمایا کہ میں نے اسے دیکھا کہ جب اس نے تھوکا تو اس کا رخ قبلہ کی سمت تھا۔ جسے اپنے مولا کے گھر کی سمت کا بھی ادب نہیں، اسے اپنے مولا کی دوستی کا ادب کیا ہو گا اور وہ اپنے مولا کی دوستی کے راز کیا جانے؟

عام آدمی اور ولی میں فرق ہی یہ ہے کہ عام آدمی بے دھیانی کرتا ہے، جبکہ ولی بے دھیان نہیں ہوتا۔ اس لیے کہ وہ مالک کے تعلق، دوستی، محبت، ادا اور وفا میں اتنا فنا ہوتا ہے کہ اگر وہ چاہے بھی تو بے دھیانی نہیں کر سکتا۔ یعنی ولی سے مالک کی نسبت میں بے ادبی ہو ہی نہیں سکتی۔ وہ اللہ کے امر، اس کے ادب، اس کی شریعت اور اس کے حکم کی اتنی گلگرائی کرتا ہے کہ بے دھیانی اس کے پاس سے بھی نہیں گزرتی۔

میرا ایک گارڈ تھا، ایک مرتبہ وہ سُچ پر ڈیوٹی کر رہا تھا کہ خطاب کے دوران وہ وجود میں آگیا۔ میں نے اسے ڈیوٹی سے فارغ کر دیا اور کہا: اگر وجد کرنا ہے تو فقیر بن اور اگر گن میں بننا ہے تو دھیان کر۔ یعنی گن میں کا کام وجود کرنا نہیں بلکہ دھیان رکھنا ہے۔ یہ دھیان کیا ہے؟ جیسی ڈیوٹی ہو، اسی طرح کا دھیان ہوتا ہے۔ اسی طرح ولی بھی ایک ڈیوٹی پر ہے اور اس کی ڈیوٹی یہ ہے کہ ہر وقت اپنے محبوب اور دوست کا دھیان رکھے۔ وہ ہر وقت یہی دیکھتا رہتا ہے کہ میرا دوست کس شے میں راضی ہوتا ہے۔۔۔؟ اسے کیا کام پسند ہے اور کیا ناپسند ہے۔۔۔ اس کے کہنے کے مطابق وہ سوتا، جاتنا، چلتا، پھرتا، کھاتا، پیتا اور پہنچتا ہے۔ یعنی ولی ہمہ وقت اپنے دوست اور محبوب کی رضا و خوشنودی کے دھیان میں فنا رہتا ہے اور جسے محبوب کے دھیان کے سوا کسی شے کا خیال ہی نہ ہو وہ اس کے امر کو کیسے توڑ سکتا ہے۔

بعض لوگ جہالت کی وجہ سے اور بعض اپنی نفس پرستی کو چھپاتے ہوئے یہ تصور کرتے ہیں کہ ولی شریعت سے بے نیاز ہوتا ہے۔ وہ سمجھتے ہیں کہ شریعت کی پیروی تو مولویوں اور ظاہر بینوں کا کام ہے، ولی تو اس سے بلند ہوتا ہے۔ یاد رکھیں! یہ تصور سراسر گمراہی ہے۔ حضور نبی اکرم ﷺ سے بڑا کوئی ولی نہیں اور نہ ہو سکتا ہے، جب اللہ کا نبی شریعت کے خلاف نہیں ہو سکتا تو اس کی امت کے ولی کی کیا مجال ہے کہ شریعت کو پس پشت ڈال دے۔ ایک ولی تو کیا اگر دس کروڑ ولی بھی ہو جائیں تو تا جدار کائنات ﷺ کے نعلیں اقدس کی گرد کے برابر نہیں ہو سکتے۔ جو شریعت کو پس پشت کرتا ہے، وہ شریعت کو نہیں کرتا بلکہ صاحب شریعت کو پس پشت کرتا ہے۔ لہذا ولی کا معنی یہ ہے جو ہمہ وقت اللہ اور اس کے رسول ﷺ کے ہر امر کا گلگران رہے۔ ولی سے اللہ کے حکم کی خلاف ورزی ہوتی ہی نہیں۔

اللہ بھی اپنے ولی کے احوال کا گلگران ہے

اب آئیے! ولی کے دوسرے مفہوم کی طرف کہ اللہ بھی ولی ہے۔ ارشاد فرمایا:

اللَّهُ وَلِلَّٰهِ الدِّيْنُ امْنُوا يُخْرِجُهُمْ مِّنَ الظُّلْمِتِ إِلَى النُّورِ.

”اللَّهُ ايمان والوں کا کار ساز ہے وہ انہیں تاریکیوں سے نکال کر نور کی طرف لے جاتا ہے۔“ (البقرة، 2: 257)

اس کا مطلب ہے کہ اللہ بھی نگران ہے۔ جیسے ولی اپنے مولا کے ہر ہر حکم کا نگران اور پھرے دار ہے، اسی طرح اللہ بھی اپنے ولی کی زندگی کو اپنی پسند کے مطابق رکھنے پر پھرے دار اور نگران ہے۔ یعنی جب اللہ کسی بندے کو اپنا ولی بناتا ہے تو پھر اسے اپنی حفاظت میں لے لیتا ہے، اپنے ولی کے دل میں ایسی کوئی خواہش نہیں آنے دیتا جو اسے پسند نہیں، وہ اپنے ولی کی زبان سے اسی کوئی بات لکھنے نہیں دیتا جو اسے پسند نہیں، اپنے ولی کی زندگی میں ایسا کوئی کام صادر نہیں ہونے دیتا جو اسے پسند نہیں، اپنے ولی کی زندگی میں ایسا قال اور حال نہیں آنے دیتا جو اسے ناپسند ہو۔

لہذا ولی کی زندگی کے سارے معاملات پر اللہ تعالیٰ خود نگران ہوتا ہے۔۔۔ اسے اپنی طاعت پر قائم رکھتا ہے، معصیت سے بچاتا رہتا ہے، اس کے دل کی حفاظت کرتا ہے، اس کی سوچ کی حفاظت کرتا ہے، اس کے ہر قول و فعل کی حفاظت کرتا ہے۔۔۔ اس کے اسوہ، وظیرہ اور مزاج کی اس قدر حفاظت کرتا ہے کہ ولی کا مزاج بھی اللہ کی رضا کے مطابق ڈھل جاتا ہے۔

اللہ کو صرف اخلاقِ محمدی طالبِ کلّیم پسند ہیں، وہ چاہتا ہے کہ میرا ولی میرے محبوب کے اخلاق، اسوہ، شیوه زندگی اور میری رضا کا پیکر بن جائے۔ ولی کی زندگی میں پائے جانے والے یہ پہلو وہ ہیں جن کی اللہ تعالیٰ نگرانی کرتا ہے۔ الغرض بندہ اللہ کی رضا کا نگران رہتا ہے اور اللہ اپنی رضا کے مطابق بندے سے اپنے اور دنوازی پر عمل درآمد کرنے کی توفیق کا نگران رہتا ہے۔

نفس اور روح کے مابین دل پر تبضہ کی جگہ

اللہ تعالیٰ نے بندے کو دو چیزوں ”جسم اور روح“ کا مرکب بنایا ہے: انسان کے جسم کا ذکر کرتے ہوئے فرمایا:

إِنَّ خَالِقَمْ بَشَرًا مِّنْ صَلْصَالٍ مِّنْ حَمَّا مَسْتُونٍ.

”میں سند رسیدہ (اور) سیاہ بودار، بجنتے والے گارے سے ایک بشری پیکر پیدا کرنے والا ہوں۔“ (الجح، 15: 28)

پھر فرمایا:

فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُّوْحِي فَتَقَعُوا لَهُ سِجِّدِينَ.

”پھر جب میں اس کی (ظاہری) تشكیل کو کامل طور پر درست حالت میں لا چکوں اور اس پیکر (بشری کے باطن) میں اپنی (نورانی) روح پھونک دوں تو تم اس کے لیے سجدہ میں گر پڑنا۔“ (الجہر، 15: 29)

پتہ چلا کہ جسم کا تعلق اس مٹی کی دنیا سے ہے اور اس میں وہی خاصیتیں ہیں جو عالم ملکوت، عالم لاہوت اور عالم جبروت کی ہیں۔ روح ایک نور ہے جبکہ جسم ایک مادہ ہے۔ اللہ نے مادے کے پر دے میں نور کا چراغ جلا یا ہے۔ اب جسم یہ چاہتا ہے کہ میرے اندر موجود دل پر میرا قبضہ ہو اور وہ میرے جیسا ہو جائے۔ یعنی دل کی خوبیاں، صلاحیتیں اور صفات میرے جیسی ہوں جبکہ دوسری طرف روح بھی جنگ لڑ رہی ہے کہ دل میرے جیسا ہو جائے۔ اگر دل جسم جیسا ہو جائے تو سیاہ ہو جائے گا اور اگر روح جیسا ہو جائے تو روشن ہو جائے گا۔

جسم اور روح کی آپس میں یہ جنگ جاری رہتی ہے۔ جسم؛ دل کو اپنے جیسا بنانے کی جنگ لڑتا رہتا ہے اور اس کا اپنا لشکر اور فوج ہے جس کے ذریعے وہ دل کو کنڑوں کرنا چاہتا ہے۔ روح؛ دل کو اپنے جیسا کرنے کی جنگ لڑتی ہے، اس کے پاس بھی اپنا لشکر ہے۔ گویا دل میدان جنگ ہے جہاں ہر وقت ایک معرکہ رہتا ہے اور اس معرکہ کے دوران دل کبھی ادھر جاتا ہے اور کبھی ادھر جاتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ہم ہر وقت کہتے ہیں کہ کیا کروں، دل نہیں لگتا۔۔۔ نماز کی بڑی کوشش کرتا ہوں مگر دل نہیں جنتا۔۔۔ تلاوت کرتا ہوں، اس میں دل نہیں لگتا۔۔۔ عبادت کرتا ہوں مگر دل کو سکون نہیں ملتا۔ یعنی جب کبھی اچھی محفل میں آجائیں تو دل آخرت کی طرف پرواز کرنا شروع کر دیتا ہے اور اللہ کی طرف رجوع کر دیتا ہے اور جب بڑی صحبت میں بیٹھیں تو دل تباہی کی طرف پرواز کرنا شروع کر دیتا ہے اور شیطان کے بہکاوے میں آ جاتا ہے۔

الغرض دل تقویٰ کی طرف بھی جاتا ہے اور فتن و فجور کی طرف بھی جاتا ہے، دل نیکی اور اطاعت کی طرف بھی جاتا ہے اور گناہ و معصیت کی طرف بھی جاتا ہے، یعنی دل دونوں طرف کی ہوا کی کشش میں رہتا ہے۔ ایک طرف مال، دولت، دنیا، عزت، جاہ و منصب، شہوت، غرور، تکبر، نفرت، بڑا پن اور میں ہے، دل کبھی ادھر جھکتا ہے جبکہ ایک دنیا و سری طرف بھی ہے جس میں اللہ کا ذکر، اس کی طاعت، عبادت، سجدہ، فاقہ، عشق، مسقی، حضور ﷺ کی اتباع، متابعت، قرب اللہ، توکل ہے، دل ادھر بھی جھکتا ہے۔ گویا ادھر حرص، ادھر بے نیازی، ادھر لائج ادھر زہد، ادھر دنیا کی پستی ادھر روح کی بیاندی، ادھر دنیا ہے اور ادھر آخرت ہے۔ الغرض دل دنیا میں جس طرح کی مجلس میں جاتا ہے، ادھر اڑنے لگتا ہے۔

دل کبھی اسفل سفلیں بنتا ہے، کبھی احسن تقویم بنتا ہے، کبھی بلندی کی طرف اڑتا ہے کبھی پستی اور گراوٹ کی طرف جاتا ہے، دل کو ایک طرف جسم چھیخ رہا ہے تو دوسرا طرف روح چھیخ رہی ہے۔ بالآخر جس نے قبضہ کر لیا، دل اسی کے حق میں چلا گیا۔ اس کو اس مثال سے سمجھیں کہ اگر کوئی شہر کی حفاظت کرنے والا گھوڑے پر سوار ہو جائے تو گھوڑا اس سے شہر کی حفاظت کی خدمت کروائے گا، اگر اسی گھوڑے پر بیٹھ جائے تو یہی گھوڑا لوگوں کی جان بچانے کے طور پر استعمال ہو گا اور اگر کوئی اسے قتل و غارت کے لیے استعمال کرے تو گھوڑے کی کیا مجال جو سوار کے حکم پر نہ چلے۔ لہذا جو سوار ہو جائے، گھوڑا اسی کا ہے۔ اسی طرح جو دل پر قبضہ کر لے، دل اسی کا ہے۔ گناہ قبضہ کر لے تو دل گناہ کا، اگر اس کی طاعت اور بندگی قبضہ کر لے تو دل اس کی طاعت کا، اگر جسم قبضہ کر لے تو دل جسم جیسا تاریک، اگر روح قبضہ کر لے تو دل روح جیسا روش۔

یہی وجہ ہے کہ کئی لوگوں کے دل ناسوٰتی ہوتے ہیں، کئی لوگوں کے دل انسانی ہوتے ہیں۔ کئی لوگوں کے دل حیوانی ہوتے ہیں۔ اور کئی لوگوں کے دل شیطانی ہوتے ہیں۔ دل اگر پستی کی طرف چل پڑے تو شیطانی ہے اور اگر بلندی کی طرف چل پڑے تو انسانی ہے۔ اسی طرح کئی لوگوں کے دل روحانی اور رحمانی بھی ہوتے ہیں۔ کئی لوگوں کے دل ملکوتی اور جبروتی ہوتے ہیں۔ کئی لوگوں کے دل گناہوں کی گندی فضاء میں لت پت پھرتے ہیں اور کئی لوگوں کے دل فرشتوں سے بھی بلند ملا اعلیٰ کی ہواؤں میں اڑتے ہیں۔

یہ جسم و روح کی جنگ ہے اس میں انسان کو اختیار ہے کہ وہ دل کو کس کے حوالے کرتا ہے۔ اس جنگ میں ہم چاہیں تو روح کو فتح دلادیں، چاہیں تو جسم کو فتح یا ب کر کے دل اس کے حوالے کر دیں۔

جسم اور روح کی غذا

جسم اور روح کی غذا الگ الگ ہے۔ ان دونوں کو جس قدر ان کی غذا ملے گی اتنے ہی یہ طاقتوں ہوں گے اور دل کو اپنے قبضہ میں کرنے کے قابل ہوں گے۔ جسم چاہتا ہے کہ زیادہ کھائے اور طرح طرح کے بعام سے لطف اندوں ہو جبکہ روح اس ملا اعلیٰ سے آئی ہے جہاں طرح طرح کے پکوان نہیں ہیں۔ جسم چاہتا ہے زیادہ سوئے جبکہ روح اس وطن سے آئی ہے جہاں سونے کا تصور ہی نہیں تھا۔ گویا روح کی خوراک اور تھی، جسم کی خوراک اور ہے، جسم کی خوراک وہ ہے جو ہم کھاتے پیتے ہیں مگر روح کی خوراک مولا کا ذکر کرو اس کی قربت ہے۔ روح کی خوراک اس کی طاعت، اس کا سجدہ،

اس کی عبادت، ذکر اور اس کا نور ہے اور روح اس میں مست ہے۔ جس قدر جسم کو خوراک ملتی ہے، وہ تو انہا ہوتا ہے، اسی طرح روح کو جتنا نور ملتا ہے وہ اتنا تو انہا ہوتی ہے۔

جسم چاہتا ہے دل بھی میری طرح غافل ہو جائے جبکہ روح چاہتی ہے کہ دل میری طرح شاغل ہو جائے۔ جب روح دل پر قابض ہو کر دل کو اپنے جیسا بنالے تو دل پر روح کا رنگ چڑھ جاتا ہے اور روح ترقی کر کے سر بن جاتی ہے اور دل ترقی کر کے روح بن جاتا ہے۔ یعنی دل؛ روح کے مقام پر آ جاتا ہے اور روح سر کے مقام پر اور اس طرح دل منزلیں طے کرتا چلا جاتا ہے۔ جب انسان کا دل؛ روح کے رنگ میں رنگا جائے تو فرش پر چلنے والا انسان عرشی بن جاتا ہے اور جب فرشی انسان کا من اندر سے عرشی بن جائے تو سمجھ لیں وہ انسان ولی اللہ ہو گیا ہے۔ اس کا تن فرشی ہوتا ہے مگر من عرشی ہو جاتا ہے۔ جب یہ کیفیت نصیب ہو جائے تو اس کیفیت اور حالت کو ولایت کہتے ہیں اور ایسے انسان کو ولی کہتے ہیں۔

علامتِ ولایت

ولی کی علامت اور نشانی کیا ہے؟ ولی کی نشانی یہ ہے کہ اس کا دل سُنی ہو جاتا ہے۔ حضرت عبد اللہ بن جعفر رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ ایک سفر کے دوران میں ایک خلستان سے گزرا، جہاں میں نے ایک جوان دیکھا جس کے چہرے پر معرفت اور ولایت کے آشنا تھے۔ میں اس کے پاس بیٹھ گیا۔ میں نے اسے بغور دیکھا تو یوں لگا کہ اس نے کئی دن سے کھانا نہیں کھایا۔ میرے پاس تین روٹیاں تھیں، میں نے تینوں روٹیاں اس جوان کو دے دیں کہ وہ انھیں کھا کر اپنی بھوک مٹا سکے۔ اس نے وہ روٹیاں لے کر اپنے پاس رکھ لیں۔ تھوڑی دیر میں ایک ستائیا اور اس جوان کے قریب بیٹھ گیا۔ اس جوان نے ایک روٹی اٹھائی اور کتے کو ڈال دی۔ کتنے نے روٹی کھائی اور پھر جوان کی طرف دیکھنے لگا۔ اس نے دوسری روٹی بھی کتے کو ڈال دی۔ کتنے نے دوسری روٹی بھی کھائی اور پھر اس جوان کی طرف دیکھنے لگا۔ اس نے تیسرا روٹی بھی اس کتے کو ڈال دی۔ کتنے نے تیسرا روٹی کھائی اور سیر ہو کر واپس بھاگ گیا۔

حضرت عبد اللہ بن جعفر رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ میں اس جوان کے قریب گیا اور کہا: اے جوان! آپ ان تینوں روٹیوں میں سے ایک روٹی کتے کو دے دیتے، دو اپنے لیے رکھ لیتے۔ بہت زیادہ کرتے تو اس کو دو دے دیتے اور ایک اپنے لیے رکھ لیتے، آپ نے تینوں روٹیاں اس کو دے دیں، اب آپ خود کیا کریں گے؟ اس جوان نے کہا کہ اس توفیق کی لذت پر اللہ کا شکر ادا کروں گا۔ یعنی اس نے جو توفیق دی اب دن بھر اس کی لذت میں رہوں گا اور شکر ادا کروں گا۔ اس جوان نے کہا کہ میں نے ساری روٹیاں اس کتے کو اس لیے دیں کہ ہماری یہ زمین خلستان ہے، یہ زمین کتوں کی زمین نہیں ہے۔

ہمارے قصہ کے ارد گرد دور تک کتے نہیں ہوتے۔ میں نے جب اس کتے کو دیکھا تو میں سمجھ گیا کہ یہ کتاب کہیں دور سے روئی کی تلاش میں آیا ہے اور بھوکا تھا۔ اس کے پار بار سر اٹھانے سے مجھے اندازہ ہوا کہ اس کی بھوک ابھی ختم نہیں ہوئی۔ مجھے شرم آئی کہ خود اپنے لیے روئی رکھ لوں اور کتے کو بھوکا واپس بھیج دوں۔

اس واقعہ کو بیان کرنے کا مقصد یہ ہے کہ ولی کتے کے جذبات کا اتنا خیال کرتا ہے تو انسان کے جذبات کا کس قدر خیال رکھتا ہو گا۔ ولی کا شیوه اور طیرہ یہ ہے کہ وہ کسی انسان کا دل نہیں توڑتا۔ کسی کو گالی نہیں دیتا۔ کسی کو حقیر نہیں جانتا۔ کسی کو اونے توئے نہیں کرتا۔ کسی کے ساتھ سخت لبجھ میں بات نہیں کرتا۔ ولی لینے والا نہیں ہوتا بلکہ دینے والا ہوتا ہے۔ ولی کا ہاتھ اور پر ہوتا ہے، نیچے نہیں ہوتا۔ ولی معاف کرنے والا ہوتا ہے۔ ولی کنجوس نہیں ہوتا۔ لہذا جس کو کنجوس دیکھو، اس کو غلطی سے بھی ولی نہ سمجھو۔ اس لیے کہ جب ولایت کے باب میں بندے اور اللہ کا دوہر ارشتہ قائم ہو جاتا ہے تو ولی کی عادات بدل جاتی ہیں اور بشری و انسانی گھٹیا عادات کی جگہ ملکوتی عادات آجائی ہیں۔

حضرت شیقق پیغمبر مصطفیٰ مدینہ طیبہ میں حضرت جعفر الصادق رضی اللہ عنہ کی زیارت کے لیے حاضر ہوئے تو سید نا امام جعفر الصادق پیغمبر مصطفیٰ مدینہ طیبہ نے فرمایا: شیقق تم بلخ (افغانستان) سے آئے ہو۔ تمہارے ہاں فوت (ولی کی عادت) کا معنی کیا ہے؟ یعنی ولی کا طریقہ کیا ہے؟

حضرت شیقق پیغمبر مصطفیٰ مدینہ طیبہ نے جواب دیا کہ وہاں ولی کی فوت کا معنی یہ ہے کہ ملے تو شکر کرے، نہ ملے تو صبر کرے۔ آپ نے فرمایا کہ ہمارے شہر یعنی مدینہ میں کتوں کا یہی حال ہے۔ کتوں کو ملے تو شکر کرتے ہیں، دم ہلاتے ہیں اور اگر نہ ملے تو صبر کرتے ہیں۔

حضرت شیقق پیغمبر مصطفیٰ مدینہ طیبہ نے کہا تو پھر حضرت آپ رضی اللہ عنہ کے ہاں فوت کیا ہے؟ فرمایا: ہمارے ہاں فوت یہ ہے کہ ملے تو بانٹ دے، نہ ملے تو شکر کرے۔

ملے تو بانٹ دینا سمجھ میں آتا ہے مگر نہ ملنے پر شکر سمجھ نہیں آتا؟ اس کا مطلب یہ ہے کہ ولی نہ ملنے پر شکر اس لیے کرتا ہے کہ اگر حرام ملے تو عذاب ہے اور اگر حلال ملے تو حساب ہے۔ ولی کو اگر نہیں ملتا تو شکر اس لیے کرتا ہے کہ حساب سے بچ گئے۔ کیونکہ مولیٰ کی بارگاہ کا حساب بڑا سخت ہے، وہ شکر کرتے ہیں کہ مولا تو نہ دے کر حساب سے بچالیا۔

یہ ولی کا شیوه زندگی ہے۔ جو اللہ کی دوستی کے رنگ میں رنگ جاتے ہیں، ان کے شیوے اور طور طریقے بشری اور ناسوتی نہیں رہتے بلکہ ملکوتی ہو جاتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ ہمیں اولیاء کے نقش قدم پر چلنے کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین۔ بجاہ سید المرسلین طیب اللہ عنہ



فلسفہ رصوہ

ڈاکٹر نعیم انور نعمانی



ارشاد باری تعالیٰ ہے کہ
یا ائیہا الَّذِینَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْکُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِینَ مِنْ قَبْلِکُمْ لَعَلَّکُمْ تَتَّقُونَ۔
(البقرہ: 183)

”اے ایمان والو! تم پر اسی طرح روزے فرض کئے گئے ہیں جیسے تم سے پہلے لوگوں پر فرض کئے گئے تھے تاکہ تم پر ہیزگار بن جاؤ۔“

روزے کا مقصد انسان میں پر ہیزگاری کو پیدا کرنا ہے۔ روزہ انسان میں تقویٰ کے ذریعے اعمال صالحہ اور اخلاق کریمانہ پیدا کرتا ہے۔ انسان کا کل وجود اقوال ارمغہ، اعمال صالحہ اور اخلاق کریمانہ کا نام ہے۔ ایک انسان میں انسانیت یہ ہے کہ اس میں دوسرے لوگوں کا درد ہو دوسرے انسانوں سے اس کا تعلق نفع رسانی، ہمدردی اور خیر خواہی کا ہو۔ انسان دوسروں کی تکالیف کو اپنی تکلیف سمجھے۔ دوسروں کی پریشانی کو اپنی پریشانی سمجھے، دوسروں کے دکھ کو اپنا دکھ سمجھے، دوسروں کے رنج کو اپنارنج اور دوسروں کے غم کو اپنا غم سمجھے۔ دوسرے انسانوں کی مصیبت اس کو پریشان کر دے اور کسی بھی آفت و مصیبت میں یہ دوسرے انسانوں کا مددگار بنے اور ان کا خدمت گزار بنے۔ ہر انسان کی ضرورت میں دوسرے انسانوں کا سہارا بنے۔ ہر

حاجتمند کی حاجت کو رفع کرے۔ ہر ضرورت کی ضرورت کو پورا کرے اسی جذبے اور عمل کا نام انسان ہے اور اسی جذبے اور عمل کی حقیقت کا نام انسانیت ہے۔

روزہ اور بڑائی سے دوری

انسان جب روزہ رکھتا ہے تو اس کے آداب کو بجالاتا ہے۔ روزے کے آداب یہ ہیں: روزہ رکھ کر انسان کسی کے ساتھ فخش کلامی نہ کرے۔ کسی کے ساتھ بڑائی و جھگڑا نہ کرے۔ کسی کو کسی قسم کی گا لیاں نہ دے۔ اپنی زبان کو بدزبان نہ بنائے۔ اپنے اخلاق کو بد خلقی کاشکارا نہ کرے چھوٹے بڑے کی تیزی کرے۔ اگر کوئی اس کو گالیاں دیں تو اس سے الجھے بغیر اسے نظر انداز کرے۔ اگر مجبوراً اس کو جواب دینا ہی پڑے تو کہہ دے میں حالت روزہ سے ہوں روزے کی حالت مجھے تم سے انقام لینے سے روکتی ہے۔ اگر میں حالت روزہ میں تمہاری زیادتیوں کا جواب زیادتی کی صورت میں دوں تو یہ عمل میرے روزے کے عمل کو بے معنی اور بے فائدہ اور بے شر کر دے گی۔ اسلئے حضرت ابو ہریرہ سے مروی ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا:

عن أبي هريرة ﷺ قال رسول الله ﷺ و الصيام جنة۔

”رسول اللہ ﷺ نے فرمایا روزہ ڈھال ہے۔“

و اذا كان يوم صوم احدكم فلا يرفث لا يصخب فان سا به احد او قاتله فليقل ان امر صائم (صحیح بخاری، کتاب الصوم، باب ہل یقول انى صائم اذا شتم، 2: 673، الرقم: 2: 1805) (صحیح مسلم، کتاب الصیام باب فضل الصیام، 2: 807، الرقم: 2: 1151) ”اور روزہ ڈھال ہے اور جس روز تم میں سے کوئی روزے سے ہو تو نہ فخش کلامی کرے اور نہ جھگڑے اور اگر اس روزے دار کو کوئی گالی دے یا اس سے جھگڑا کرے تو یہ اسے صرف یہ کہہ دے کہ میں حالت روزہ میں ہوں۔“

روزہ فخش کلامی اور بڑائی سے روکتا ہے

اب یہ حدیث مبارکہ ہمیں روزے دار کا احترام اور انسانی اکرام کا عمل سیکھتا ہے۔ ایک انسان کے حق عزت اور حق احترام پر سب سے بڑا اور بڑا عمل یہ ہے کہ روزہ رکھ کر فخش کلامی کرے۔ زبان سے بے حیائی کا اظہار کر کے زبان سے نازیبا باتیں کرے۔ زبان کو لغویات میں شاغل کرے۔ لا یصحب کا معنی ہے کہ جب وہ حالت روزہ میں ہو تو وہ روزہ دوسرے انسانوں کو جوڑنے کا حکم دیتا ہے۔ جبکہ یصحب کا عمل دوسرے سے لڑنے کے لیے آمادہ کرتا ہے۔ یصحب کا لڑنے، جھگڑنے کا معنی میں استعمال

ہوتا ہے اس لئے ایک روزے دار کے لیے مناسب نہیں ہے کہ وہ روزہ بھی رکھے اور ساتھ ہی ساتھ لڑا کی اور جھگڑے کو بھی اپنا معمول بنائے۔ جھگڑے اور تنازع کبھی بھی قوم کو سنوارتے نہیں اور عموماً اس جھگڑے اور تنازع کی بنیاد کا لگوچ بنتی ہے۔ اس لئے فرمایا اگر کوئی تم سے لڑنے کے لیے گالی دیتا ہے اور اپنی فتنہ پرور طبیعت کی وجہ سے تم سے بکواسات کرے اور مغلظات بولے اور یوں تمہارے جذبات کو مشتعل کرے اور تمہارے احساسات اور غیرت پر حملہ کرے اور تمہاری عزت و تقدس کو پا مال کرے اور تمہیں اپنی گالیوں کے ذریعے ذلیل و رسوا کرنا چاہے تو تمہاری طرف سے ان گالیوں کا جواب گالیوں سے نہ دیا جائے۔ بلکہ تم نے ان گالیوں پر صبر کرنا ہے، خود کو روکنا ہے۔ اور ضبط نفس سے کام لینا ہے خود کو بھی سمجھانا ہے اور اسے بھی بتانا ہے کہ انی امر و صائم۔ اے گالی گلوچ کرنے والے میں بھی تمہاری گالیوں کا جواب دے سکتا ہوں۔ میں بھی اپنی زبان کو تیری زبان کے مشابہ کلام سے ملوث کر سکتا ہوں مگر میں تیری گالیوں پر خاموشی اختیار کرتا ہوں صبر سے کام لیتا ہوں۔ اس لئے کہ میں اس وقت حالت صوم میں ہوں۔ اور روزہ مجھے کہتا ہے کہ کسی کو گالی مت دو۔ کسی کو برا بھلامت کہو۔ کسی کی عزت مت اچھالو۔ کسی پر تھمت مت لگاؤ۔

روزہ اور ضبط نفس

روزہ مجھے کہتا ہے کہ کسی پر خواخواہ ازام تراشی نہ کرو کسی کے باعصم دامن کو تھمت زدہ نہ کرو۔ کسی کو خواخواہ رسوانہ کرو اس لئے میں ضبط نفس سے کام لیتا ہوں۔ اپنے نفس کو انتقام سے روکتا ہوں۔ تمہاری گالیوں کے جواب پر قدرت رکھنے کے باوجود ضبط سے اور صبر سے کام لیتا ہوں۔ اس لئے کہ اللہ کے رسول کا میرے لئے اور سب کے لیے یہی حکم ہے کہ روزہ دار کسی قسم کی گالی گلوچ نہ کرے۔ اسی طرح اگر کوئی شخص گالیاں دینے سے بھی آگے بڑھ جائے اور آپ سے بلاوجہ لڑنا شروع کر دے میں میں اور توں توں کا سلسلہ شروع کر دے بد تیزی اور بد لحاظی کا بر تاؤ کرنے لگے اور خواخواہ اچھنے اور لڑنے لگے تو روزے کی حالت میں ایسی جذباتی اور عداویٰ حالت میں بھی خود پر کنڑوں رکھے۔ ضبط نفس کا مظاہرہ کر کے اپنے اعضاء و جوارح کو اپنے قابو میں رکھے۔ اس عداویٰ ماحول میں بھی کوئی جا رحانہ قدم نہ اٹھائے۔ مر نے مارنے اور خون خرابے کا ماحول ہر گز قائم نہ کرے بلکہ خود کو سمجھائے اور اسے بھی بتائیں کہ:

ان امر و صائم میں حالت صوم میں ہوں۔ اس حالت میں مجھے لڑنے سے منع کیا گیا ہے۔ اس لئے باری تعالیٰ نے روزے کو ڈھال بنایا ہے۔ رسول اللہ ﷺ نے اس کی خبر دیتے ہوئے ارشاد فرمایا:

”روزہ ڈھال ہے اور دوزخ کی آگ سے بچاؤ کے لیے محفوظ قلعہ ہے۔“

روزے کو باری تعالیٰ نے گناہوں سے بچنے کے لیے ڈھال بنایا ہے۔ جیسے انسان حالت حرب میں زرہ پہن لیتا ہے تو وہ انسان کو دشمن کے حملوں سے بچانے کے لیے ایک ڈھال بن جاتی ہے۔

روزہ برائیوں سے بچاؤ کے لیے ڈھال ہے

اس زرہ کی وجہ سے دشمن کا حملہ کار گرنہیں ہوتا اور زرہ انسان کو زیادہ اور مہلک نقصان سے بچاتی ہے۔ اور وہ ڈھال انسان کی زندگی کی حفاظت کا باعث بن جاتی ہے۔ اسی طرح جب کوئی انسان روزہ رکھتا ہے تو یہ روزہ انسان کے لئے گناہوں سے بچنے کے لیے ایک ڈھال بن جاتا ہے۔ روزہ اس دنیا میں انسان کو گناہوں سے بچاتا ہے اور آخرت میں دوزخ سے بچنے کے لیے ایک ڈھال سے بھی زیادہ ایک قلعہ کی طرح پناہ گاہ بن جائے گی۔ انسان اس روزے کے سبب دوزخ کے عذاب سے فیجے جائے گا۔

روزہ اور تعلیم صبر

روزے کا عمل سراسر صبر کا عمل ہے۔ روزہ رکھ کر انسان اپنی جائز خواہشات کو اللہ کی رضا اور خوشنودی کی خاطر چھوڑ دیتا ہے۔ وہ رب کی رضا کی خاطر دن بھر نہ کچھ کھاتا ہے اور نہ کچھ پیتا ہے۔ خود کو حالت صوم اور حالت صبر میں رکھتا ہے۔ پیاس لگتی ہے اسے برداشت کرتا ہے بھوک لگتی ہے اس پر صبر کرتا ہے۔ اس لئے حضرت ابو ہریرہ روایت کرتے ہوئے کہتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا:

الصيام نصف الصبر۔ (سنن ابن ماجہ، کتاب الصيام، 1: 555، الرقم 1745)

”روزہ آدھا صبر ہے۔“

ہر حال میں اللہ کی رضا کے مطابق اپنی زندگی بس رکنا اور خود کو اللہ کی اطاعت میں فنا کر دینا صبر کامل ہے۔ شریعت کے مطابق ظاہر احکام کے مطابق اپنی زندگی بس رکنا اور محض فرمابنداری کی زندگی کو اختیار کرنا نصف الصبر ہے۔ آدھا صبر ہے۔ صبر کامل یہ ہے کہ انسان اپنی خواہش کو اپنے مولا کی خواہش کے تابع کر دے اور اپنی مرضی کو خدا کی مرضی میں فنا کر دے۔

روزے کا عمل انسان کے اندر انسانی اقدار کو زندہ اور تابندہ کرتا ہے۔ روزہ انسان کو اس قول کذب سے بچاتا ہے جو قول معاشرے کو تباہ کر دیتا ہے اور روزہ انسان کو وہ قوت و طاقت دیتا ہے کہ وہ قول صدق کے ساتھ اپنی زندگی بسر کرتا ہے۔

روزہ اور جھوٹ سے اعراض

حضرت ابو ہریرہ سے مردی ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا:

عن أبي هريرة ﷺ قال قال النبي ﷺ من لم يذتّح قول الزور و العمل به فليس الله حاجة ان يدع طعامه و شرابه۔ (صحیح بخاری، کتاب الصوم، 6732)

”رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا جو شخص حالت روزہ میں جھوٹ بولنا اور اس پر برے عمل کو ترک نہ کرے تو اللہ تعالیٰ کو اس کی کوئی ضرورت نہیں کہ وہ کھانا پینا چھوڑ دے۔“

یہ حدیث مبارکہ ایک روزے دار کو خلق صدق اختیار کرنے کی ترغیب دے رہی ہے، خلق کذب اس کے معاملات حیات کو ترک کرنے کے لیے آمادہ کر رہی ہے۔ اگر انسان کی زبان جھوٹ پر کا رہنڈ رہے۔ اور جھوٹ انسان کی زندگی پر چھایا رہے۔ جھوٹ سے مملو ہوں۔ انسان کا تعارف ایک جھوٹے اور مکار کا ہو جائے تو فرمایا یہ شخص کے روزے محض دکھلاؤے کے روزے ہیں۔ یہ روزے صرف نمود و نماکش کے ہیں۔ ان روزوں میں حقیقی روزے کی روح نہیں ہے۔ ان روزوں میں صرف بھوکا اور پیاسا رہنا ہے۔ ایک طرف جھوٹ بھی مسلسل جاری رہے اور ایک طرف روزہ بھی جاری رہے تو یہ دو متضاد چیزیں ہیں۔ روزہ اپنی اصل روح کے ساتھ رکھا جائے تو یہ روزہ انسان کے لئے جھوٹ نہ بولنے کے لیے ڈھال بن جاتا ہے۔ روزہ انسان کے اندر ایک زندہ کردار پیدا کرنا ہے۔

روزہ اپنے روزے دار کو ایک اعلیٰ کردار کی حمانت عطا کرتا ہے۔ روزے میں اگر زبان بولتی رہے اور اس زبان پر نہ کھانا آئے اور نہ پینا آئے مگر یہ زبان مسلسل جھوٹ بولتی رہے تو یہ لسان کذب روزے کی روح اور جڑ کو کاٹ دیتی ہے۔ روزے کی اصل حقیقت کو دفن کر دیتی ہے۔ اسلئے فرمایا روزے کے ذریعے اللہ کا مقصود تم کو محض بھوکا اور پیاسا رہنا نہیں ہے بلکہ اللہ کا مقصود اس روزے کی حالت میں تمہاری روح کو جسم پر غالب کرنا ہے جب جسم پر روح کے اثرات غالب آ جاتے ہیں تو پھر انسان صرف صدق ہی صدق کو اختیار کرتا ہے۔

انسانی شہوات اور روزہ کا کنڑوں

انسانی زندگی میں گناہ انسانی شہوات کی بناء پر ظاہر ہوتے ہیں۔ انسان کے اندر شہوات کا ایک سمندر

ہے۔ انسان اپنی شہوات اور خواہشات کے ہاتھوں مجبور ہو جاتا ہے۔ انسان میں شہوات کبھی شہوات مالیہ کی صورت میں ظاہر ہوتی ہیں اور کبھی یہ خواہشات نفسانی کی صورت میں عیاں ہوتی ہیں اور کبھی شہوات دنیوی کی صورت میں تغلب پاتی ہیں غرضیکہ شہوات انسانی نے انسان کی آزادی کو غلامی میں بدل دیا ہے۔ انسان بندہ خدا بننے کی بجائے بندہ شہوات بن جاتا ہے ان شہوات کو متوازن بنانے کے لیے باری تعالیٰ نے انسانوں پر روزوں کو فرض کیا ہے۔

شہوات انسانی کا عروج انسانی زندگی کے شباب و نوجوانی میں ہوتا ہے۔ اس لئے رسول اللہ ﷺ نے نوجوانوں کو مخاطب ہوتے ہوئے ارشاد فرمایا:

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ يَا مَعْشِرَ الشَّبَابِ مِنْ إِسْتِطَاعَ الْبَعَثَةَ فَلِيَتَزَوَّجْ فَإِنَّهُ أَغْضَ لِلْبَصَرِ وَأَحْسَنَ لِلْفَرَجِ وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ فَإِنَّهُ لَهُ وَجَاءَ۔ (متفق علیہ) (صحیح بخاری، کتاب النکاح باب من لم يستطع البعثة فليصم، 5: 1950، الرقم: 4779) (صحیح المسلم، کتاب النکاح، باب استحباب النکاح لمن تافت نفسه، 2: 1018، الرقم: 1400)

”حضرت عبد اللہ بن مسعودؓ سے مروی ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا۔ نوجوانو! جو تم میں سے عورتوں کے حقوق ادا کرنے کی طاقت رکھتا ہے تو وہ ضرور نکاح کرے کیونکہ یہ نکاح نگاہ کو جھکاتا اور شرمنگاہ کی حفاظت کرتا ہے اور جو اس کی طاقت نہ رکھے تو اس کے لیے ضروری ہے کہ وہ روزے رکھے بے شک یہ اس کے لیے برائی سے بچاؤ کا ذریعہ ہے۔“

؎ گناہ کی وجہ شہوت نفسانی ہے

یہ حدیث مبارکہ اہل ایمان پر واضح کرتی ہے انسان اپنی شہوات سے مجبور ہو کر گناہ کی طرف راغب ہوتا ہے۔ انسان کے اس رجحان اور میلان کو قابو کرنے کے لیے لازم ہے کہ انسانی وجود میں سر کش شہوات کو اللہ اور اس کے رسول کے احکامات کے تابع کیا جائے۔ شہوات نفسانی کا بہترین علاج نکاح ہے۔ نکاح کا عمل اللہ کے حکم سے ہے اور نکاح کا عمل سنت رسول ﷺ اور انبیاء ﷺ اور ائمہ علیہم السلام سے سنت صحابہ اور سنت ائمہ کبار ہے۔ جو اس کی استطاعت نہ رکھے اس کے لیے حکم ہے کہ روزہ رکھے روزہ رکھنے کا عمل اس کی شہوات پر ضبط کے بندھ بندھ دے گا اور اس کی شہوات کو طہارت دے دے گا۔ اس لئے روزہ ان شہوات و خواہشات کے باب میں وجہ کی کیفیت رکھتا ہے اور روزہ بری خواہشات اور بری شہوات کو توڑتا ہے اور ان کو کمزور کرتا ہے۔ انسان روزے کے باعث ایسی بری شہوات پر سواری نہیں کرتا۔ اور اپنی شہوات کے گھوڑے سرپٹ دوڑتا نہیں۔ روزہ ان شہوات کو توڑتا ہے۔

کر کمزور کر دیتا ہے جس کے باعث انسان گناہوں سے محفوظ ہو جاتا ہے اس لئے روزے کے بارے میں یہی بیان کیا گیا ہے کہ

الصیام جنة۔

”روزہ ڈھال ہے۔“

یہ روزہ بری خواہشات و شہوات سے انسان کو محفوظ رکھتا ہے۔
حضرت ابو ہریرہ روایت کرتے ہیں کہ

عن ابی هریرۃ ان لبی ﷺ صعدت البندر قفال امین امین - قیل رسول اللہ انک حین صعدت البندر قلت آمین آمین آمین قال ان جبرائیل اتانی قفال من احدک شهر رمضان ولم یغفر له فدخل النار فابعدہ اللہ قل امین فقلت امین و من ادرک ابویہ احدا هما فلم یدھیا فیات فدخل النار فابعدہ اللہ قل آمین فقلت امین و من ذکر ت عنده فلم یصل علیک فیات فدخل النار فابعدہ اللہ قل امین فقلت امین - (ابن خزیمہ، اصحح، 3: 192، الرقم: 907، صحیح ابن حبان، 3: 188، الرقم: 1888)

”حضرت ابو ہریرہ سے مروی ہے کہ رسول اللہ ﷺ من بر پر تشریف فرمائے تو تین بار آمین آمین فرمایا عرض کیا گیا یا رسول اللہ ﷺ آپ من بر پر جلوہ افروز ہوئے تو آپ نے آمین آمین آمین فرمایا (اس کی کیا وجہ ہے) آپ ﷺ نے فرمایا: جبراً کیل میرے پاس حاضر ہوئے۔ اور کہنے لگے جس شخص نے ماہ رمضان پایا اور اس کی مغفرت نہ ہو سکی تو وہ آگ میں گیا اسے اللہ تعالیٰ اپنی رحمت سے دور کر دے۔ اے حبیب خدا آپ آمین کہیں اس پر میں نے آمین کہا اور جس شخص نے ماں باپ دونوں کو پایا یا ان میں سے کسی ایک کو پایا اور ان کے ساتھ نیکی نہ کی اور مر گیا تو وہ آگ میں گیا اللہ تعالیٰ اسے اپنی رحمت سے دور کر دے اے حبیب خدا آپ آمین کہیں تو میں نے آمین کہا اور وہ شخص جس کے پاس آپ کا ذکر کیا گیا اور اس نے آپ پر درود نہ پڑھا اور اسی حالت میں مر گیا تو وہ بھی آگ میں گیا اللہ تعالیٰ اسے اپنی رحمت سے دور کر دے۔ اے حبیب خدا آپ آمین کہیں تو میں نے آمین کہا۔“

خلاصہ کلام

رمضان المبارک کے روزے انسان کے لیے اللہ کی بارگاہ سے سالانہ ایک ماہ پر مشتمل اخلاقی و روحانی اور انسانی و معاشرتی کورس ہے جس کے ذریعے انسان کو اپنی خواہشات اور شہوات کو اپنے تابع اور اپنے کمزول اور اپنے ضبط و اختیار میں کرنے اور رکھنے کی تربیت دی جاتی ہے۔ اور روزے کے ذریعے یہ

تربیت دی جاتی ہے کہ کوئی خواہشات و شہوات کا انتخاب کرنا ہے اور کوئی شہوات و خواہشات کو ترک کرنا ہے۔ روزے کے ذریعے کن کن انسانی تدریوں کو اپنانا ہے اور کن کن بری عادتوں کو چھوڑنا ہے۔ روزہ انسان کو صبر کی تربیت دیتا ہے۔ روزہ انسان کو صدق کا درس دیتا ہے اور روزہ انسان کو جھوٹ سے کلیتی لا تعلقی اختیار کرنے کی ترغیب دیتا ہے۔ روزہ انسان کے وجود کو گناہوں سے بچاتا ہے اور روزہ انسان کو اللہ کی فرمانبرداری کی راہ پر گامزن کرتا ہے۔ نافرمانی و معصیت سے بچاتا ہے۔ روزہ انسان کو دوسرے انسانوں کے جملہ حقوق ادا کرنے کی تربیت دیتا ہے اور انسانی حقوق کے احترام اور ان کی ادائیگی کا تقاضہ کرتا ہے، روزہ انسان کو انسان سے ملتا اور جوڑتا ہے۔ روزہ انسان کو اخلاق سے اور اخلاق رزیلہ سے بچاتا ہے لغو بیہودہ بالتوں سے روزہ انسان کو روکتا ہے۔ روزہ انسان کو غیبت اور چغل خوری کے مرض سے محفوظ کرتا ہے۔ روزے کا عمل انسان کو گناہوں سے دھوڈیتا ہے۔ روزہ انسان کو پاک و صاف کر دیتا ہے اور اس کے وجود سے انسانوں کے متعلق گناہوں اور اس کے وجود سے رب کے احکامات سے متعلق گناہوں کو مٹا دیتا ہے۔

اس لئے رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا:

اذا صبت فليصم سبعك ويعدك و لسانك عن الكذب والباطل ودع اذى الخادم۔ (مصنف ابن أبي شيبة، باب ما يأمر به الصائم، رقم: 8880)

”جب تو روزہ رکھے تو ایسا روزہ رکھ کہ تیرے کان بھی روزہ رکھیں کہ وہ اچھی بات سنیں اور تیری آنکھ بھی روزہ رکھے (تیری آنکھ اللہ کے انوار کو دیکھے) اور تیری زبان بھی روزہ رکھے (کہ وہ ہمیشہ قول خیر کہے) اور زبان تلاوت قرآن کرے۔“

تیرا کا ان، تیری آنکھ، تیری زبان پر گناہ و کذب چھوڑ دیں اور ہر گناہ سے تیر اوجو دلا تعلق ہو جائے۔ اور اذیت و تکلیف دہی سے تو کنارہ کش ہو جائے تو یہ تیر اروزہ ہے۔

گویا روزے کے عمل اور رمضان المبارک نے ایک انسان کو صحیح معنوں میں انسان بنادیا ہے۔ اب اس انسانیت کو اس نے سارا سال قائم رکھنا ہے اور دوسرے انسانوں کے لیے ہمدرد اور خیر خواہ اور نفع رسال بننا ہے۔

باری تعالیٰ ان قرآنی افکار کو سمجھنے اور ان کو اپنی زندگیوں میں اختیار کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین



”دعا اور آدابِ دعا“

سعدیہ کریم اسلامک اسکار

”دعا اور آدابِ دعا“ شیخ الاسلام ڈاکٹر محمد طاہر القادری کی ایک نادر اور معنکہ الآراء تصنیف ہے۔ یہ کتاب پچاسی اور اس پر مشتمل ہے جس میں پیش لفظ کے بعد پانچ بندیاں عنوانات کے تحت مختلف ذیلی عنوانات قائم کیے گئے ہیں اور دعا کے مفہوم، آداب، شرائط اور دعائیں لگانے کے طریقہ کار کی مکمل وضاحت کی گئی ہے۔ کتاب کے آخر پر مأخذ و مراجع کی فہرست بھی موجود ہے۔ جس سے بوقت ضرورت متعلقہ آیت و حدیث یا اقتباس کی تصدیق کی جاسکتی ہے اور مزید معلومات حاصل کرنا ممکن ہوتا ہے۔

اس کتاب کی وجہ تالیف بیان کرتے ہوئے ڈاکٹر صاحب لکھتے ہیں کہ

”بارگاہ الوہیت میں دعا کرنا اللہ تعالیٰ کے محبوب و مقرب بندوں کا پسندیدہ عمل رہا ہے کیونکہ انسان کی فطرت میں یہ امر و دیعت کر دیا گیا ہے کہ وہ اپنی زندگی کی پریشانیوں اور مصیبتوں میں اپنے خالق و مالک کی طرف متوجہ ہو اور ہمیشہ اس کی مدد کا طالب اور آرزومند رہے۔“

دعا بندی طور پر اللہ اور بندے کے درمیان رابطہ کا بہترین ذریعہ ہے۔ دعا کرنے والے کے لیے دعا کے معنی اور مطالب کو سمجھنا از حد ضروری ہے تاکہ دعا تبولیت کے مکمل یقین اور اعتماد کے ساتھ کی جاسکے۔

دعا کے لغوی مفہوم کو عربی گرامر کے حوالے سے بیان کیا گیا ہے کہ دعا کا مادہ دع، وہ ہے اور یہ باب نصر سے ہے۔ دعا اصل میں ”دعاؤ“ تھی۔ الف زائدہ کے بعد آخر کلمہ میں ہونے کی وجہ سے واؤ کو ہمزہ سے بدل دیا گیا اور یہ دعاءً بن گیا۔

اس کے لغوی معنی بلانا، پکارنا، عبادت کرنا، مدد طلب کرنا اور سوال کرنا وغیرہ کے ہیں۔ دعا کے لغوی مفہوم کی وضاحت و صراحت کے لیے مختلف قرآنی سورتوں کے حوالے مع تراجم بیان کیے گئے ہیں اور یہ بتایا گیا ہے کہ اللہ تعالیٰ خود اپنے بندے کو بار بار دعائیں لگانے کا حکم دیتا ہے اور دعائیں لگانے والوں کے لیے دوزخ کی وعید سنائی گئی ہے کیونکہ دعائے مانگنے اللہ کی بندگی سے انکار کے مترادف ہے۔

دعا کی اصطلاحی تعریف امام ابن حجر العسقلانی کے حوالے سے بیان کی گئی ہے کہ

”اللہ کی بارگاہ میں غایت درجہ تواضع، محتاجی اور عاجزی و انکساری کا اظہار کرنا دعا کہلاتا ہے۔“

مختصر آیہ کہ گناہوں کو ترک کر دینے کا نام دعا ہے۔ یہ محبوب سے ملاقات کے شوق کی ترجمانی کرتی ہے اور اگر دعا کا سلسلہ قائم رہے تو اللہ اور بندے کا معاملہ ٹھیک رہتا ہے۔

دعا کی اہمیت و فضیلت

حضرت علی رضی اللہ عنہ کے قول کی روشنی میں دعا کی اہمیت و فضیلت بیان کی گئی ہے۔ انہوں نے فرمایا کہ

”میں نے اپنے پروردگار کو اپنے ارادوں کے ٹوٹنے سے پچھا نا یعنی انسان اپنی مرضی اور ارادے سے کچھ نہیں کر سکتا۔ وہ اپنی زندگی کے ہر موڑ پر اپنے خالق و مالک کی مدد اور نصرت کا محتاج رہتا ہے اور اپنی ہزارہا کو ششوں، عقل و دانش اور فہم و فراست کے باوجود اپنے ارادے کو مکمل کرنے میں ناکام رہتا ہے۔ دعا ہماری آرزوؤں، خواہشوں اور ارادوں میں قوت و توانائی پیدا کرتی ہے اور راہِ عمل کی مشکلات اور رنج و آلام کو دور کرنے میں اہم کردار ادا کرتی ہے۔“

قرآنی آیات کی روشنی میں دعائیں لگانے والوں کے لیے اللہ تعالیٰ کی ناپسندیدگی کو وضاحت کے ساتھ بیان کیا گیا ہے اور بتایا گیا ہے کہ اللہ تعالیٰ کو بندے کا دعا مانگنا اتنا پسند ہے کہ وہ خود بار بار قرآن مجید میں اس کی ترغیب دیتا ہے تاکہ بندے کی دعا جاری رہے اور مالک کی عطا کا شلسلہ بھی ٹوٹنے نہ پائے۔ اس سلسلے میں حدیث پاک بھی بیان کی گئی ہے کہ حضرت عبد اللہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی

کریم اللہ علیہ السلام نے فرمایا:

اللہ تعالیٰ سے اس کا فضل مانگو بے شک اللہ تعالیٰ کو پسند ہے کہ اس سے مانگا جائے اور بہترین عبادت
(صبر کے ساتھ) فراغی کا انتظار ہے۔

دعانہ مانگنے والوں کے لیے حضور ﷺ کا یہ قول مبارک بھی نقل کیا گیا ہے کہ
جو شخص اللہ تعالیٰ سے دعائیں مانگتا اللہ تعالیٰ اس پر غضب فرماتا ہے۔

دعا کی بارگاہ الوهیت میں قدر و قیمت ہے

اس کا نہ کرہ حدیث مبارکہ کی روشنی میں کیا گیا ہے اور وضاحت کی گئی کہ اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں دعا
سے زیادہ محترم و مکرم کوئی چیز نہیں ہے۔ مزید یہ بھی واضح کیا گیا ہے کہ
دعا ہر عبادت کا مغز ہے۔

- دعا کے ذریعے تمام حاجات پوری کی جاتی ہیں۔
- دعا انسان کی بنیادی ضرورتوں کی کفیل ہوتی ہے۔
- دعا کے ذریعے شرک سے بچنا ممکن ہوتا ہے۔
- دعا بخشش و مغفرت کا ذریعہ ہے۔

شر اکٹ دعا

شر اکٹ دعا سے مراد ہے کہ کن کن آداب کو ملحوظ رکھا جائے تو دعائیں قبول ہوتی ہیں۔ حالانکہ اللہ
تعالیٰ تو ہر مانگنے والے کو عطا فرمانے والا ہے۔ شر اکٹ دعا کے عنوان کے ذیل میں درج ذیل شر اکٹ ذکر کر کی
لکھیں ہیں۔

- ۱۔ دعا اخلاص نیت کے ساتھ کی جائے۔
- ۲۔ رزق حرام کمانے اور کھانے سے دعائیں قبول نہیں ہوتیں۔ اس لیے رزق حلال کو قبولیت دعا
کی بنیادی شر اکٹ قرار دیا گیا ہے۔
- ۳۔ گناہوں سے توبہ کرنا اور اللہ سے معانی مانگنا بھی دعا کرنے سے پہلے ضروری ہے۔
سمجھانے کے لیے بنی اسرائیل قوم کا ایک واقعہ بھی نقل کیا گیا ہے۔ جس میں بتایا گیا ہے کہ اگر
دعا مانگنے والوں میں کوئی چغل خور موجود ہو تو اللہ تعالیٰ اس کی وجہ سے باقی تمام لوگوں کی دعائیں
بھی قبول نہیں فرماتا۔
- ۴۔ اس لیے دعا مانگنے سے قبل تمام شر اکٹ کو ملحوظ رکھنا ضروری ہے۔

دعا کے آداب کے عنوان کے تحت بھی بہت سے آداب ذکر کیے گئے ہیں۔ امام غزالیؒ کے حوالے سے دعا کے ظاہری اور باطنی آداب کا ذکر کیا گیا ہے۔ باطنی آداب میں توبہ، حضور قلب توکل علی اللہ اور ناممیدی سے دوری شامل ہیں۔ جبکہ ظاہری آداب میں نماز، روزہ، صدقہ و خیرات، طہارت، قبلہ رہ ہونا، خوشبوگانہ، پست آواز رکھنا، ہاتھوں کو اٹھانا، دعا کے بعد ہاتھ چہرے پر پھیرنا، حمد و شناور درود و سلام کو مقدم رکھنا شامل ہیں۔

اس کے علاوہ یہ بھی ضروری ہے کہ قبولیت دعائیں عجلت اور بے صبری نہ دکھائی جائے اور دعا نیم الفاظ کو تین مرتبہ دہرایا جائے۔ اپنے نیک اعمال کو یاد کرنا چاہیے۔ مقبول اوقات میں دعا مانگی جائے۔

مقبول ترین اوقات دعا

قرآنی آیات کی روشنی میں دعا کی قبولیت کے اوقات کا تذکرہ کیا گیا ہے۔ مقبول ترین اوقات دعا درج ذیل ہیں:

- ۱۔ سحری کا وقت
- ۲۔ عرفہ کا دن
- ۳۔ رمضان کا مہینہ
- ۴۔ جمعہ کا دن
- ۵۔ سجده کی حالت
- ۶۔ اذان اور اقامت کے درمیان
- ۷۔ فرض نماز کے بعد

احادیث مبارکہ کی روشنی میں ان اوقات کی اہمیت اور ان میں قبولیتِ دعا کا تذکرہ کیا گیا ہے۔

فرض نمازوں کے بعد کی قرآنی دعائیں

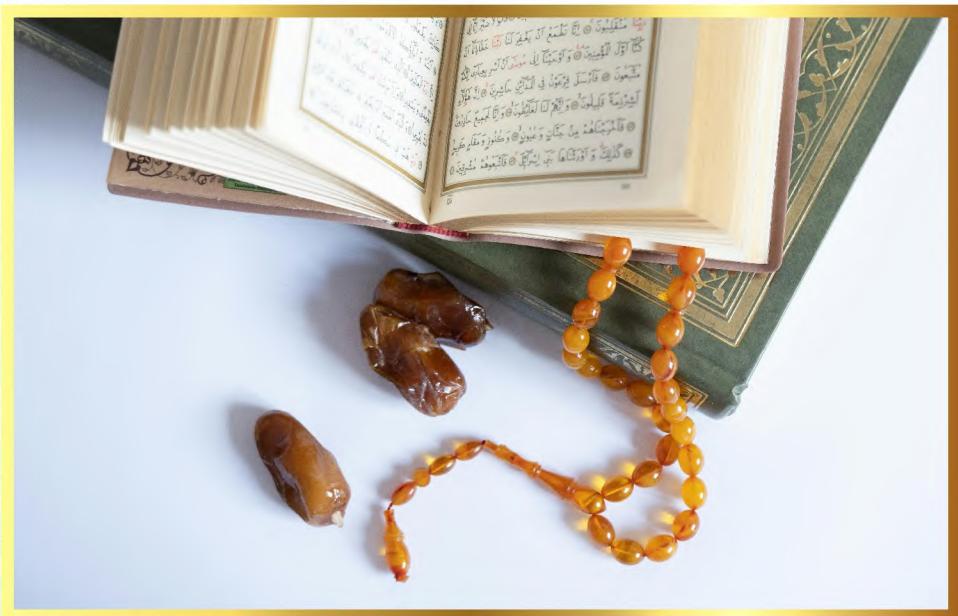
فرض نمازوں کے بعد پڑھی جانے والی دعاؤں کو بیان کیا گیا ہے جو اللہ تعالیٰ نے خود قرآن کریم کے ذریعے اپنے بندوں کو سکھائی ہیں۔

۱۔ ان میں سب سے پہلی دعاء بسم اللہ الرحمن الرحيم ہے جس کے پڑھنے سے ہر کام میں برکت ہوتی ہے اور برے کاموں سے دوری نصیب ہوتی ہے۔

۲۔ دوسری دعا کے طور پر سورہ الفاتحہ کو بیان کیا گیا ہے کیونکہ یہ ایک دعا نیہ سورہ مبارکہ ہے اور قرآن و حدیث سے اس کی اہمیت مسلمہ ہے۔

۳۔ دنیا و آخرت کی بھلائی کے لیے دعا ذکر کی گئی ہے۔

- ۳۔ استقامت اور ثابت قدی کے لیے قرآنی دعا کا ذکر ہے جو سورہ آل عمران کی آیت نمبر ۸ میں ہے۔ دوسری دعا سورہ الاعراف کی آیت نمبر ۱۲۶ میں نازل ہوئی ہے۔
- ۴۔ نقصان سے بچنے اور نجات حاصل کرنے کے لیے قرآنی دعا ذکر کی گئی ہے جو سورہ الاعراف کی آیت نمبر ۲۲ میں ہے اور دعا ہے حضرت آدم علیہ السلام کے نام سے مشہور ہے۔
- ۵۔ نماز میں استقامت کے لیے حضرت ابراہیم علیہ السلام کی دعا ذکر کی گئی ہے جو سورہ ابراہیم کی آیت نمبر ۶۰ میں ہے۔



- ۶۔ کینہ اور بخش سے نجات کے لیے سورہ الحشر کی آیت نمبر ۱۰ میں موجود دعا کو ذکر کیا گیا ہے۔
- ۷۔ مر جو میں کی مغفرت کے لیے قرآنی دعا ذکر کی گئی ہے جو سورہ المونون کی آیت نمبر ۹ میں ہے۔
- ۸۔ اس کے علاوہ سورہ البقرہ کی آخری آیت میں موجود دعا کو بھی مغفرت کی دعا کے طور پر ذکر کیا گیا ہے۔
- ۹۔ نیک اور نرینہ اولاد کے حصول کے لیے بھی قرآنی دعا ذکر کی گئی ہے جس کا ذکر سورہ آل عمران کی آیت نمبر ۳ میں موجود ہے۔
- ۱۰۔ علم میں اضافہ کے لیے سورہ طہ کی آیت نمبر ۱۱۳ میں موجود دعا کو ذکر کیا گیا ہے۔
- ۱۱۔ آخرت کی رسوانی سے بچنے کے لیے سورہ آل عمران کی آیت نمبر ۱۹۳ میں موجود دعا کو ذکر کیا گیا ہے۔
- ۱۲۔ انتراح صدر یا سینہ کھولنے کے لیے موسیٰ علیہ السلام کی دعا کو ذکر کیا گیا ہے جو قرآن مجید کی سورہ طہ میں موجود ہے اور آیت نمبر ۲۸ سے ۲۵ تک مشتمل ہے۔

۱۳۔ فتح و نصرت کے لیے سورہ الاعراف کی آیت نمبر ۸۹ میں موجود دعا کو ذکر کیا گیا ہے۔ اس کے علاوہ فرض نمازوں کے بعد کی ”مسنون دعائیں“ کے عنوان کے تحت احادیث مبارکہ سے دعائیں نقل کی گئی ہیں۔

اس کے بعد یہ بتایا گیا ہے کہ کن لوگوں کی دعائیں جلد بارگاہ الٰہی میں قبول ہوتی ہیں۔ ان تمام لوگوں کو احادیث مبارکہ کی روشنی میں منتخب کیا گیا اور احادیث کے حوالوں کے ساتھ ذکر کیا گیا ہے کہ درج ذیل لوگوں کی دعائیں جلد قبول کر لی جاتی ہیں۔

۱۔ مظلوم، مسافر اور والد کی دعا

۲۔ غائب شخص کی دعا (یعنی جو کسی کی غیر موجودگی میں اس کے لیے کی جائے)

۳۔ روزہ دار اور عادل حکمران کی دعا

۴۔ مجاہد، حاجی، بیمار اور عفو و در گزر کرنے والے کی دعا

روزمرہ کی چند کی چند مسنون دعاؤں کا ذکر بھی کیا گیا ہے جو مسلمان کو مانگنی چاہئیں۔ ان میں اذان سننے کے بعد کی دعا، مسجد میں داخل ہونے کی دعا، مسجد سے نکلنے کی دعا، گھر میں داخل ہونے کی دعا، گھر سے باہر نکلنے کی دعا، بازار میں داخل ہونے کی دعا، سفر کی دعا، سفر سے واپسی کی دعا، قبروں کی زیارت کی دعا، مریض کی عیادت کی دعا، کھانا شروع کرنے کی دعا، کسی کے ہاں کھانا کھانے کی دعا، چھینکتے وقت کی دعا، بیت الخلاء میں داخل ہونے کی دعا، بیت الخلاء سے نکلنے کی دعا، نیا چاند دیکھنے کی دعا، آئینہ دیکھنے کی دعا، نیا باب پہننے کی دعا کو ذکر کیا گیا ہے۔

اس کے علاوہ سونے اور جاگنے کی مسنون دعائیں اور دعائے نور کو ذکر کیا گیا ہے۔

غرضیکہ اس پوری کتاب میں بڑی تفصیل کے ساتھ دعا کا مفہوم اور اس کی غرض و غایت اور طریقہ کی وضاحت کی گئی ہے۔

حاصل کلام

اس تمام بحث سے مختصر آئیہ بات سمجھ آتی ہے کہ دعائیں انسانیاء کرام کی سنت ہے اور اللہ تعالیٰ کے ہاں یہ عمل نہیات محبوب اور پسندیدہ ہے۔ ہمارے نبی حضرت محمد ﷺ بھی دعا فرماتے اور امت کو بھی اس کی تلقین فرماتے رہے۔

حمد باری تعالیٰ

اللٰہ! میں ہوں بس خطا وار تیرا
مجھے بخش! ہے نام غفار تیرا

مرض لادوا کی دوا کس سے چاہوں
تو شافی ہے میرا میں بیار تیرا

کہاں جائے، جبکہ نہ ہو کوئی تجھ بن
کسے ڈھونڈے، جو ہو طلب گار تیرا

خبر یجیو! میری اس دم سے اللٰہ!
کھلے جب کہ بخشش کا بازار تیرا

نہ ڈر دشمنوں سے رہا، مجھ کو جب سے
کہا تو نے میں ہوں مدد گار تیرا

اللٰہ رہے وقت مرنے کے جاری
بہ قدمیت دل لب پہ اقرار تیرا

نہیں دونوں عالم سے کچھ مجھ کو طلب
تو مطلوب، میں ہوں طلب گار تیرا

نہ ڈر فوج عصیاں سے، گرچہ بہت ہے
کہ ہے رحم حق کا مددگار تیرا

(حاجی امداد اللہ مہاجر مکی)

تبلیغی فکری و روحانی سنگ میل کے 38 سال

شناو حیدر ایڈیٹریٹر خراں اسلام



منہاج القرآن ویمن لیگ کا 38واں یوم تاسیس محض ایک تبلیغی سنگ میل نہیں، بلکہ اس فکری و روحانی سفر کی یاد دہانی ہے جس کی بنیاد باتی تحریک، شیخ الاسلام ڈاکٹر محمد طاہر القادری نے رکھی۔ آپ نے دین کے ہمہ گیر فہم، علم و تربیت کی ہم آہنگی اور معاشرے میں خواتین کے باوقار، مؤثر اور تعمیری کردار کے واضح تصور کے ساتھ ایک ایسی تحریک کی داغ بیل ڈالی جو وقت کے ساتھ ایک عالمی پیغام میں ڈھل چکی ہے۔ یہ دن ہمیں یاد دلاتا ہے کہ یہ تحریک محض دنیا بھر میں اداروں کا نام نہیں، بلکہ فکر، کردار اور خدمت کا وہ تسلسل ہے جو نسل در نسل منتقل ہو رہا ہے۔

الفاظ اس احسان عظیم کا احاطہ نہیں کر سکتے جو ہم مادر تحریک مختارہ رفتہ جبیں قادری کے لیے اپنے دلوں میں رکھتے ہیں۔ آج تحریک کی صورت میں جو فکری بالیدگی، تبلیغی استحکام اور روحانی ثمرات ہمیں نظر آتے ہیں، ان کی بنیاد شیخ الاسلام کے ساتھ ساتھ مادر تحریک کی بصیرت، دانائی اور بے لوث قربانیوں پر استوار ہے۔ ان کی خاموش جدوجہد، بے مثال استقامت اور مخلصانہ سرپرستی نے ایسی نسل کی تربیت کی جو

ایمان میں مضبوط، خدمت میں پیش پیش اور اطاعت و وفا میں اپنی مثال آپ ہیں۔ منہاج القرآن ویمن لیگ بھی وہ بیج ہے جو انہوں نے برسوں پہلے بویا اور آج وہ ایک تناور شجر کی صورت ثمر آور ہو چکا ہے۔

دعا ہے کہ اللہ رب العزت انہیں بے حساب اجر عطا فرمائے، صحت و عافیت کے ساتھ طویل عمر سے نوازے، اور انہیں ہم سب کے لیے ہمیشہ ہدایت، حوصلے اور روشنی کا سرچشمہ بنائے رکھے۔ ان کی خدمات کو صدقۃ جاریہ بنادے جو نسل در نسل جاری و ساری رہے۔ (آئین)

یہ محض خرایج تحسین نہیں، بلکہ ان تمام دلوں کی دعا ہے جو بدلتے، ان تمام زندگیوں کی آواز ہے جو سنوریں اور منہاج القرآن ویمن لیگ کی ان تمام بیٹیوں کا اعتراف ہے جنہیں مقصد، پہچان اور راستہ ملا۔

۔ چراغِ راہ بنیں جن کی دعاؤں کی حرارت
وہی تو نسلوں کے مقدار سنوار جاتے ہیں

کسی بھی تحریک یا ادارے کے یوم تاسیس کے موقع پر مختلف رہنماؤں اور سینیٹر شخصیات کے پیغامات محض رسمی کلمات نہیں ہوتے بلکہ یہ فکری تسلسل، نظریاتی وابستگی اور تنظیمی سمت کے تعین کا ذریعہ بنتے ہیں۔ یہ پیغامات ماضی کی جدوجہد کو حال کی ذمہ داریوں سے جوڑتے اور مستقبل کے سفر کے لیے رہنمائی فراہم کرتے ہیں۔ بالخصوص یہ کلمات کارکنان کے حوصلے کو جلا بخشتے، ان کے عزم کو مضبوط کرتے اور انہیں اس عظیم مشن سے دوبارہ جوڑ دیتے ہیں جس کی بنیاد اخلاص، قربانی اور مقصدیت پر رکھی گئی ہوتی ہے۔

منہاج القرآن ویمن لیگ کے 38 دیں یوم تاسیس کے پر مسیر موقع پر مختلف رہنماؤں کی جانب سے مبارکباد کے درج زیل پیغامات موصول ہوئے۔

چیزیں سپریم کونسل ڈاکٹر حسن محی الدین القادری

”منہاج القرآن ویمن لیگ کی دینا متنیں کے فروع کے لیے سرگرمیاں قابل تعریف اور قابل تقلید ہیں۔ منہاج ویمن لیگ نے شیخ الاسلام دامت برکاتہم العالیہ کی فکر کی نمائندگی کرتے ہوئے پوری دنیا میں علم و شعور کے چراغ روشن کیے ہیں۔ میں

انہیں 38ویں یوم تاسیس پر مبارک باد پیش کرتا ہوں اور ان کی توفیقات میں اضافہ کے لیے دعا گو ہوں۔“

صدر منہاج القرآن انٹر نیشنل ڈاکٹر حسین مجی الدین القادری

”منہاج القرآن ویمن لیگ پاکستان سمیت دنیا بھر میں اسلام کے علم، امن، اعتدال اور رداداری والے پیغام کو عام کر رہی ہیں۔ اصلاح احوال و باطن کے لیے ان کی تبلیغی و تدریسی مساعی اس دور میں قابل تعریف اور قابل تحسین ہے۔ اللہ رب العزت ہماری بہنوں کی خدمت دین انعام دینے کی توفیقات میں اضافہ فرمائے۔ 38ویں یوم تاسیس پر مبارکباد دیتا ہوں۔“

خرم نواز گندپور، ناظم اعلیٰ منہاج القرآن انٹر نیشنل

”منہاج القرآن ویمن لیگ حضور ﷺ کی تعلیمات اور فروعِ عشقِ مصطفیٰ ﷺ کے لیے اہم کردار ادا کر رہی ہے۔ فروعِ علم و امن اور اصلاح احوال کے لیے ان کی کوششیں ہر اعتبار سے قابل تحسین ہیں۔ میں منہاج ویمن لیگ کو 38 ویں یوم تاسیس پر مبارک باد پیش کرتا ہوں۔“

نور اللہ صدیقی نائب ناظم اعلیٰ میڈیا فیسرز

”منہاج القرآن ویمن لیگ نے علم کے فروع اور دکھلی انسانیت کی خدمت کے لیے 3 دہائیوں میں جو عملی کردار ادا کیا ہے ایسی محنت اور کارناموں کا کوئی اور غیر سرکاری تنظیم دعویٰ بھی نہیں کر سکتی۔ منہاج القرآن ویمن لیگ منہاج القرآن کا تعلیم یافتہ نظریاتی چہرہ ہے میں 38ویں یوم تاسیس پر اپنی بہنوں کو ان کی شاندار خدمت پر خراج تحسین پیش کرتا ہوں۔“

شیخ حماد مصطفیٰ المدنی القادری

”منہاج القرآن ویمن لیگ نے اسلامی تعلیمات کو دنیا کے ہر گوئے میں عام کرنے کے لیے اہم کردار ادا کیا ہے۔ منہاج ویمن لیگ نے حضور سیدی شیخ الاسلام کے علمی آفکار اور نظریات کو پوری دنیا میں احسن انداز میں پہنچایا ہے۔ اس عظیم

کارنا مے پر میں ویمن لیگ کی تمام ماؤں اور بہنوں کو مبارک باد پیش کرتا ہوں اور دعا کرتا ہوں کہ اللہ تعالیٰ انہیں آجر عظیم سے نوازے۔ آمین۔“

منہاج القرآن ویمن لیگ کے 38 ویں یوم تاسیس کے موقع پر معزز خواتین رہنماؤں کی جانب سے موصول ہونے والے پیغامات اس یوم تاسیس کی ایک نمایاں اور خوبصورت پہلو ہیں۔ ان پیغامات میں فکری پختگی، تنظیمی بصیرت اور عملی تجربے کی وہ جھلک نمایاں ہے جو خواتین کی قیادت کو ایک مضبوط، باوقار اور بااثر پیغام دیتی ہے۔ یہ پیغامات نہ صرف خواتین کارکنان کے لیے حوصلہ و رہنمائی کا ذریعہ ہیں بلکہ اس امر کا ثبوت بھی کہ ویمن لیگ کی قیادت شعور، استقامت اور مقصد سے جڑی ہوئی ہے۔

Dr. Ghazala Qadri

(President, Minhaj-ul-Quran Women League International)

On this momentous occasion of the 38th Foundation Day of Minhaj-ul-Quran Women League (MWL), I extend my heartfelt congratulations and gratitude to all our members, teams, and supporters across the globe.

This day marks 38 years of unwavering dedication to spreading the message of Deen, empowering women, promoting knowledge and learning, and creating a positive, faith-inspired change in society. All the successes are a the result of your tireless efforts, sincere intentions, and steadfast commitment to the mission of Minhaj-ul-Quran. Each one of you, from local teams to international representatives, has played a vital role in making MWL a platform for women to learn and practice Deen in a moderate way.

As we celebrate this milestone, let us renew our intentions and strengthen our resolve to continue this journey of service with even greater zeal. May Allah (SWT) bless all of you for your dedication and grant us the strength to fulfill our mission with sincerity and excellence.

Mrs. Fizzah Hussain Qadri

On the occasion of the 38th Foundation Day of Minhaj-ul-Quran Women League (MWL), I would like to congratulate and express my deepest gratitude to every member, representative, and supporter of this noble mission.

For 38 years, MWL has stood as a symbol of empowerment, education, and spiritual growth, offering women a platform to not only strengthen their own connection with Deen but also contribute to society as leaders and changemakers. This journey of nearly four decades has been possible because of your commitment, hard work, and faith in our shared vision.

Every milestone we celebrate today is a testament to your dedication and determination to spread the message of Islam in a balanced and impactful way. Whether through dawah efforts, educational initiatives, or community service projects, each of you has left an indelible mark on this mission.

As we commemorate this achievement, let us look forward with hope and purpose. There is still much to do to reach more women, create new opportunities for learning and growth, and strengthen our collective bond of sisterhood .

I pray that Allah (SWT) continues to bless our efforts, accept our services, and grant us the strength and guidance to carry this mission forward for generations to come.

ڈاکٹر شاہدہ نعماںی (سینٹر ممبر، منہاج القرآن ویکن لیگ، ممبر سپریم کونسل)

”عورت معاشرے کی بنیادی اکائی ہے اور کسی بھی معاشرتی نظام میں اس کا کردار نہایت اہم اور فیصلہ کن ہوتا ہے۔ دور حاضر میں خواتین کی تعلیمی و تربیتی، معاشری و معاشرتی، اخلاقی و روحانی نشوونما اور شعور کی بیداری کے حوالے سے منہاج القرآن ویکن لیگ ایک منفرد، درختان اور قابل فخر باب کی حیثیت رکھتی ہے۔ اس عظیم جدوجہد کا سہرا بلاشبہ شیخ الاسلام ڈاکٹر محمد طاہر القادری کے سر ہے، جنہوں نے خواتین کی تعلیمی و تربیتی اور تعمیر شخصیت کے میدان میں انقلابی کردار ادا کیا۔

منہاج القرآن ویکن لیگ کے 38ویں یوم تاسیس کے پُرمصہر موقع پر میں تمام دابستگان کو دل کی گہرائیوں سے مبارکباد پیش کرتی ہوں اور دعا گو ہوں کہ رب کائنات ہمیشہ مشن مصطفوی طیلیلہم کے قافلے کا حصہ بنائے رکھے اور اپنے عظیم قائد کے ساتھ کیے گئے عہد و فا کی تجدید کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین۔“

محترمہ لبیا مشتاق (سربراہ کوارڈینیشن کو نسل منہاج القرآن ویکن لیگ)

”منہاج القرآن ویکن لیگ چمنستانِ منہاج کا تابندہ ستارہ ہے جو معاشرے کی خواتین کے اندر دین کے فہم، خدمت دین کا جذبہ، مصطفوی معاشرے کے قیام اور شعور کو بیدار کرنے میں ہر لحظہ ہر قدم پر چمکتا نظر آتا ہے۔ عصر حاضر میں سیدہ کائنات حضرت فاطمۃ الزہراء سلام اللہ علیہا کے اسوہ کی پیروی کا علم اٹھائے ہوئے بطور خاتون دین اسلام کی آبیاری میں منہاج القرآن ویکن لیگ اپنی مثال آپ ہے

دنیا میں اسکی کوئی نظریہ نہیں ملتی۔ منہاج القرآن ویمن لیگ کے 38 ویں یوم تاسیس کے موقع پر میں ان تمام ماؤں، بہنوں اور بیٹیوں کو مبارکباد پیش کرتی ہوں جو اس قافلے (جس کی منزل مکین گنبدِ خضری ہیں) میں شریک ہیں اور اپنے جذبوں کو زندہ رکھتے ہوئے خدمتِ دین میں اپنا بہترین کردار ادا کر رہی ہیں۔ اللہ رب العزت سے دعا ہے کہ صحبت و تربیت شیخ میں اسی طرح ہمارے جذبوں کو تازگی اور حدت ملتی رہے جس سے خدمتِ دین اور اصلاح احوال امت کا علم بلند رہے اور سیدہ کائنات سلام اللہ علیہا کی مقبول غلامی نصیب ہو۔ آمین“

حافظہ سحر عنبرین صاحبہ (ڈائریکٹر نفامت دعوت و تربیت منہاج القرآن ویمن لیگ)

”خالق کائنات کی شاہکار تخلیق انسان ہے مگر کائنات کا حقیقی حسن خاتون (عورت) ہے۔ کائنات میں رنگ و نور خاتون کے وجود سے ہے۔ کائنات کے وسیع کینوس میں منہاج القرآن ویمن لیگ، انسانی تہذیب کی بانی ہیں۔ واضح رہے کہ اسلامی تہذیب کی ترقی میں منہاج القرآن ویمن لیگ کا رول انہتائی اہم ہے کہ ان کے ہی دم سے معاشرے میں خوبصورتی اور نفاست کا غصہ احساس جا بجا ملتا ہے۔ انسان کی تاریخ میں ایک صارخ معاشرے کی تعمیر و تشكیل اور اس کے ارتقاء کے ضمن میں خواتین نے ہمیشہ ایک ثابت کردار ادا کیا ہے۔ جہد مسلسل، بہت و حوصلہ، جرأت و فاداری غیر متزلزل کردار، علم و آگہی اور عمل پیغم کے جوہر سے آر استہ داعیان دین دعوت یہی عظیم مائیں یہنیں اور بیٹیاں ہیں، منہاج القرآن ویمن لیگ کے پلیٹ فارم سے بنت سیدہ کائنات حضرت سیدہ زینب سلام اللہ علیہا کے پاکیزہ کردار و عمل، جرات و بہادری اور حق پرستی سے روشنی حاصل کرتے ہوئے خواتین کے بہترین سیرت و کردار کی تشكیل کو ممکن بنایا جا رہا ہے، عہدِ رسالتِ تہذیب طیلیلۃٰ نبیم میں برپا ہونے والے ”مصطفوی انقلاب“ کو عہد موجود میں اپنی انفرادی و اجتماعی، انفرادی و خاندانی، دینی و دنیوی زندگی میں نافذ کرنے کی تعلیم دی جا رہی ہے۔ منہاج القرآن ویمن لیگ کے 38 ویں یوم تاسیس پر میں دنیا بھر سے ویمن لیگ کی وابستگان، عہدیداران اور کارکنان کو صد ہامبار ک باد پیش کرتی ہوں اور اس مصطفوی مشن کی ترویج و ترقی کے لئے ہمہ وقتِ دعا گو ہوں۔“

عائشہ مبشر (مبرکو ارڈنیشن کو نسل منہاج القرآن ویمن لیگ)

”منہاج القرآن ویمن لیگ ایک ایسا مینارہ نور ہے جس نے عصرِ حاضر کے گدلاعے ہوئے چشموں کو پاکیزگی عطا کی۔ اس پلیٹ فارم کو معاشرے میں متحرک کر کے نسل

نو، خواتین اور بچوں کے دلوں کی بخوبی زمینوں کو آقامتلہ علیہ السلام کے عشق سے سیراب کر دیا اور اس پلیٹ فارم سے جوڑے ہر فرد کو فکرو نظر کی متانت اور علم و عمل کی ایک ایسی طاقت عطا کر دی جس نے معاشرے میں انہیں علم نافع کا ترجمان، عمل صالح کا پیکر اور معاشرتی تغیر کا پاسبان بنا دیا۔“

شناور حیدر۔ ایڈٹر ڈاکٹر ان اسلام

”آج کے پر فتن دوڑ میں منہاج القرآن ویمن لیگ کسی نعمت سے کم نہیں۔ شیخ الاسلام ڈاکٹر محمد طاہر القادری نے منہاج القرآن ویمن لیگ کے قیام کے ذریعے امت مسلمہ کی خواتین پر ایک عظیم احسان کیا ہے۔ منہاج القرآن ویمن لیگ خواتین کو دینی، روحانی، اخلاقی، معاشرتی اور علمی تربیت فراہم کرنے میں اپنی بے مثال خدمات سرانجام دے رہی ہے۔ خواتین کو ان کے حقوق و فرائض اور معاشرتی ذمہ داریوں نیز ہنر سکھنے کے بارے میں آگئی دینے میں بھی ویمن لیگ کا کردار نمایاں ہے۔ 38 سال پر محیط اس شاندار سفر پر دنیا کے سب سے بڑے تنظیمی نیٹ ورک کے رہبر و رہنمای شیخ الاسلام پروفیسر ڈاکٹر محمد طاہر القادری اور ویمن لیگ سے منسلک ہر بہن نیز ڈاکٹر ان اسلام کی ٹیم، قارئین اور رائٹرز کو دل کی گہرائیوں سے مبارکباد پیش کرتی ہوں۔ منہاج القرآن ویمن لیگ کا 38 ویں یوم تاسیس بہت مبارک“

صاحہ نور (زوٹل نگران سنترل پنجاب)

”منہاج القرآن ویمن لیگ وہ منظم پلیٹ فارم ہے جو مجددۃ العالیہ الحاضرہ حضور شیخ الاسلام مدظلہ العالی کے ویرثن کے تحت دنیا بھر میں مصطفوی معاشرے کے قیام کے لیے جدوجہد کر رہی ہے۔ دوسرے حاضر میں پیغام مصطفیٰ علیہ السلام کی قدیل بن کر خواتین معاشرہ کو منزل آشنا کر رہی ہیں۔ منہاج القرآن ویمن لیگ منہاج القرآن کا وہ تعلیم یافتہ اور نظریاتی اور روشن چہرہ ہے جو دین کی تعلیمات کو نہ صرف پاکستان بلکہ پوری دنیا کے ہر گوشے میں عام کرنے کے لیے اپنا اہم کردار ادا کر رہی ہے۔ 38 ویں یوم تاسیس کے موقع پر رب العزت کی بارگاہ میں دعا ہے کہ منہاج القرآن ویمن لیگ کی توفیقات میں مزید اضافہ فرمائے۔ آمین“

منہاج القرآن ویکن لیگ مختلف شعبہ ہائے زندگی سے تعلق رکھنے والی خواتین کیلئے ایسا منفرد اور بہترین پلیٹ فارم ہے جس سے مسلک ہو کر زندگی کے ہر گوشے کے متعلق رہنمائی حاصل کی جاسکتی ہے۔ جہاں معاشرے میں عشق رسول ﷺ کے پرچا اور دین اسلام کی اعتدال پسندی، امن، محبت، مزہبی ہم آہنگی اور بھائی چارے کے فروغ کے لیے منہاج القرآن ویکن لیگ کوششیں ہیں وہیں کردار نہ رہ سلام اللہ علیہا، جرأت زینب سلام اللہ علیہا اور حکمت عائشہ سلام اللہ علیہا کی بھی آمین ہے۔ خدمت دین کی فی جہات متعارف کروانے کے حوالے سے منہاج القرآن ویکن لیگ کا جذبہ اور ولولہ ہمیشہ قابل تحسین اور قابل تقلید ہے میں 38 دین یوم تاسیس کے موقع پر منہاج القرآن ویکن لیگ کی مرکزی ٹیم اور جملہ تنظیمات کو مبارکباد پیش کرتی ہوں اور دعا گو ہوں کہ اللہ پاک مزید کامیابیاں اور استقامت عطا کرے۔ آمین

نصرت امین (زوال ناظمہ اسلام آباد)

منہاج القرآن ویکن لیگ کا یوم تاسیس ہمارے ایمان اور انسانیت کی خدمت کے سفر میں ایک سنگ میل ہے۔

اپنے قیام کے بعد سے، منہاج القرآن ویکن لیگ امید اور تحریک کی ایک کرن ہے، جو علم پھیلانے، روحانی ترقی کو فروغ دینے اور سماجی اصلاح کو فروغ دینے کے مشن کے تحت زندگی کے تمام شعبوں سے تعلق رکھنے والی خواتین کو متحد کرتی ہے۔ اس تنظیم نے ان گنت خواتین کو با اختیار بنایا ہے کہ وہ بڑے پیمانے پر اپنے خاندانوں، برادریوں اور معاشرے میں با معنی حصہ ڈالیں۔

اچھے ہم اپنے پیارے قائد شیخ الاسلام ڈاکٹر محمد طاہر القادری کے وڈن کو خراج تحسین پیش کرتے ہیں، جن کی رہنمائی نے ہمارے راستے کو تکمیل دیا ہے۔ ہم ہر اس بہن کی لگن اور محنت کو بھی تسلیم کرتے ہیں جو ماضی اور حال میں اس مشن کا حصہ رہی ہے۔ آپ کی شرائیں آنے والی نسلوں کے لیے راہیں روشن کرتی رہیں گی۔

آئیے ہم اپنی مشترکہ اقدار کے لیے اپنی وابستگی کا اعادہ کریں اور خود کو اس عظیم مقصد کے لیے وقف کریں۔ ہم مل کر ایک ایسی دنیا کے لیے کوششیں جاری رکھیں گے جو امن، انصاف اور مساوات کے اصولوں کی عکاسی کرے جیسا کہ اسلام نے سکھایا ہے۔

اللہ تعالیٰ ہماری کوششوں میں برکت عطا فرمائے، ہماری کاوشوں کو قبول فرمائے، اور ہمیں اس مقدس مشن پر ثابت قدم رکھے۔ آمین

نصرت رعانا ڈار (زوال نگران منہاج القرآن ویمن لیگ کراچی)

مُجَدِّدُ الْبَيْتَةِ الْحَاضِرَةِ ڈاکٹر محمد طاہر القادری دامت برکاتہم العالیہ کی قیادت میں منہاج القرآن ویمن لیگ مسلم معاشرے میں خواتین کا دینی، ملی، معاشرتی اور علمی شعور اجاگر کرنے میں کوشان ہے۔ اس جہد مسلسل کے 38 سال مکمل ہونے پر دنیا بھر میں موجود منہاج القرآن ویمن لیگ کی وابستگان، کارکنان و رفیقات کو صمیم قلب سے مبارکباد۔

حراد لبراعون (زوال ناظمہ منہاج القرآن ویمن لیگ چنوبی پنجاب)

ہم اپنے عظیم مربی، رہنما، شیخ اور عظیم قائد کی شگر گزار ہیں کہ جنہوں نے ہمیں منہاج القرآن ویمن لیگ جیسا ہمہ جہت اور مستحکم پلیٹ فارم عطا فرمایا۔ جس کی وساطت سے ہم ایک خطہ ہی نہیں ساری دنیا میں اسوہ سیدہ کائنات سیدہ فاطمۃ الزہرا سلام اللہ علیہا اور اسوہ امہات المؤمنین پر عمل پیرا ہو کر علم دین، عشق رسول ﷺ امن عالم اور فلاح انسانیت کے علم تھامے شرق تا غرب مصطفوی معاشرہ کی تشكیل میں سرگرم عمل ہیں۔ ہم پر عزم ہیں کہ ہم امت کی ماوں کی تربیت کے ذریعے ایک ایسی اعلیٰ کردار اور باعلم نسل پر وان چڑھائیں گی جو ہمارے عظیم قائد کے امت مسلمہ کی نشاط ثانیہ کے سنبھارے خواب کی تعبیر میں حسین کردار ادا کریں گے۔ منہاج القرآن ویمن لیگ کی دنیا بھر میں بننے والی ذمہ داران، رفقاء وابستگان اور کارکنان بہنوں کو ویمن لیگ کا 38 والی یوم تاسیس مبارک ہو۔

ان معزز شخصیات اور منہاج القرآن ویمن لیگ کی رہنماؤں کے ان فکر انگیز، محبت بھرے اور رہنمائی سے مزین پیغامات نے اس یوم تاسیس کی معنویت کو دو چند کر دیا۔ دراصل یہ پیغامات محض الفاظ نہیں بلکہ ایک عظیم تسلسل کی یاد دہانی ہیں، جو علم، تربیت، کردار سازی اور اجتماعی خدمت کے اصولوں پر قائم ہے۔ منہاج القرآن ویمن لیگ کا یہ سفر خواتین کو فکری پیچگی، روحانی بالیدگی اور عملی قیادت کی جانب لے جانے کا سفر ہے، جس میں ہر پیغام ایک مشعل راہ اور ہر رہنمائی ایک نیا حوصلہ عطا کرتی ہے۔

آخر میں اس عہد کی تجدید کرتے ہیں کہ ہم اس عظیم امانت کو اسی خلوص، نظم اور فکری بصیرت کے ساتھ آگے بڑھائیں گے جس کی بنیاد 38 برس پہلے رکھی گئی۔

چراغِ فکر جلیں گے تو راستے بنیں گے
یہی چراغِ ہمیں منزاوں تک لے جائیں گے

اللہ تعالیٰ ہمیں اس مشن کو خلوصِ نیت، استقامت اور اخلاق کے ساتھ جاری رکھنے کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین۔

محلہ حجج

خواتین میں بیداری شعور و آگہی کے لیے کوشش

ماہنامہ خشندر ان اسلام لاہور کی سالانہ خریداری حاصل کریں

زیر سرپرستی: شیخ الاسلام ڈاکٹر محمد طاہر القادری مدظلہ

نی شمارہ: 60 روپے بیکم رفت: جیں قادری سالانہ خریداری: 700 روپے

اپنے علاقے میں موجود پبلک لائبریریز، کالجز، سکولز، عوامی مقامات، دوست احباب اور علاقے کی موثر شخصیات کو سالانہ خریداری کی صورت میں تحفہ بھجوائیں۔

042-5169111-3 - 111-140-140 Ext: 149

Whatsapp: 0324-4895887 - 0300-8105740

[www\[minhaj.info](http://www[minhaj.info), Email: sisters@minhaj.org

مکہ مسما اور ہماری صحت

صائمہ نور زدن گران سینزل پنجاب

کوئی تو ہے جو نظامِ ہستی چلا رہا ہے، وہی خدا ہے

کائنات کا وجود اور اس میں ہونے والے تغیرات، جیسے مینہ برسنا، آندھیوں کا آنا، کہیں چلچلاتی دھوپ، اور کبھی دھوپ میں ہی بارش کا ہونا، ایسے ہی دریاؤں کا سوکھنا، آتش فشاوں کا پھٹنا، دن اور رات کی آنکھ چھوپی، ماہ و سال کا گزرننا اور اس کے بدلتے اثرات، یہ سب اللہ جل شانہ کے وجود پر دلیل ہیں کہ کوئی ہے جو ان انتظامات کو سنبھال رہا ہے، اور کوئی ہے جس کے ہاتھ میں ان تمام چیزوں کی ڈور ہے، تبھی تو سمندر کی حدود قائم ہیں، اور وہ اپنی حد سے آگے نہیں بڑھتا، سورج روزانہ نئی جگہ سے طلوع ہوتا ہے، لیکن کبھی مغرب سے طلوع نہیں ہوا، پادل پانی ہی برساتا ہے، آگ جلاتی ہی ہے، یہ تمام چیزیں اللہ رب العزت کے حکم کی محتاج ہیں، اور اسی کے فیصلے پر کاربند ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ قرآن کریم میں اللہ جل شانہ نے ارشاد فرمایا:

إِنَّا كُلَّ شَيْءٍ خَلَقْنَاهُ بِقَدَرٍ۔ (آل عمران: ٢٩)

”بے شک ہم نے ہر چیز کو ایک مقررہ اندازے کے مطابق بنایا ہے۔“ اور ان تمام چیزوں کی تخلیق اور ان کے مسخر ہونے میں غور و فکر کی دعوت دیتے ہوئے ارشاد فرمایا:

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْخِتَّارِ لَذِكْرٌ لِّأُولَئِكَ الْجَبَابِ۔ (آل عمران: ۱۹۰)

”بے شک آسماؤں اور زمین کی تخلیق میں اور شب و روز کی گردش میں عقل سلیم والوں کے لیے (اللہ کی قدرت کی) نشانیاں ہیں۔“

اسی طرح موسموں کا بدلتا بھی اللہ تبارک و تعالیٰ کی قدرت کاملہ کا مظہر ہے کہ کبھی سخت گرمی کا موسم جو جھلسا دینے والی ٹوکے ساتھ آتی ہے جو برف تک کو پکھلا دے اور کبھی تخت بستہ سردی، جو مائع کو بھی جادے۔ کبھی ہر طرف ہریاں کی پوشک اور ٹھیک اور رنگ برنگے پھول اور کبھی اداسی بکھیرتا خشک اور زرد پتوں کا موسم، یہ تمام حالات بھی اللہ جل شانہ کی طرف ہی سے ہیں، ان میں سے ہر موسم اپنی ایک منفرد اور الگ خصوصیت اور شاخت رکھتا ہے اور انسان کے لیے بہت غور و فکر کرنے کی چیزیں ہیں۔

سردی کا وجود

سردی کے وجود کے پیچھے بھی اللہ جل شانہ کی ایک حکمت پہنچا ہے، اور ایک نظام اس کے پیچھے کار فرما ہے۔ حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا:

إِشْتَكَّتِ النَّارُ إِلَى رَبِّهَا، فَقَالَتْ: «رَبِّ أَكَّلَ بَعْضَهُ بَعْضًا»، فَأَذِنَ لَهَا بِنَفْسَيْنِ نَفَسٍ فِي الشَّيْطَانِ وَنَفَسٍ فِي الصَّيْفِ، فَأَشَدُّ مَا تَجِدُونَ مِنَ الْحَرِّ وَأَشَدُّ مَا تَجِدُونَ مِنَ الرَّمَرِيرِ۔

”نبی کریم ﷺ نے فرمایا: ”جہنم نے اللہ تعالیٰ سے درخواست کی کہ اے میرے پروردگار! میرا بعض حصہ بعض کو کھا رہا ہے، لہذا مجھے سانس لینے کی اجازت عنایت فرمائیں، اللہ تعالیٰ نے اسے دو سانس لینے کی اجازت دے دی، ایک سانس سردی میں اور ایک سانس گرمی میں، تم لوگ جو سردی کی ٹھنڈک محسوس کرتے ہو وہ جہنم کے (ٹھنڈا) سانس لینے کی وجہ سے ہے اور جو گرمی کی تپش محسوس کرتے ہو وہ جہنم کے (گرم) سانس لینے کی وجہ سے ہے۔“

موسم سرما مومن کے لیے بہار

موسم سرما بے شک خشکی سے بھر پور موسم ہے، لیکن مومن کے لیے یہ بہار کا کام کرتا ہے، جس طرح بہار میں ڈھیروں پھول کھلتے ہیں، اور ہر طرف ہرے بھرے

پیروں کی دلکشی و رعنائی انسان کو اپنی طرف کھینچتی ہے، اسی طرح سردوں میں اعمال صالحہ پر بکثرت قادر ہونا، ان پر اجر کا بڑھ جانا، اس کی دیگر فضیلیتیں مومن کو وہی مزہ اور فائدہ پہنچاتی ہیں، جیسا لطف انسان بہار کے موسم میں اٹھاتا ہے، وہ نیکیوں کے باغات میں خوب چرتا ہے، اور اعمال صالحہ کے میدانوں میں خوب دوڑیں لگاتا ہے، چنانچہ ابو سعید خدری رضی اللہ عنہ رسول اللہ ﷺ کا یہ ارشاد نقل کرتے ہیں کہ:

الشَّيْطَانُ رَبِيعُ الْمُؤْمِنِ قَصْمَرْ تَهَارُكَ فَصَامَ وَ طَالَ لَيْلَةَ قَقَامَ۔

”سردی کا موسم مومن کے لیے بہار ہے، سردوں کا دن چھوٹا ہوتا ہے، چنانچہ وہ اس میں روزہ رکھتا ہے، اور رات لمبی ہوتی ہے، چنانچہ وہ اس میں قیام کرتا ہے۔“

ایسے ہی حضرت عمر رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ:

”سردی کا موسم عبادت کرنے والوں کے لیے غنیمت کا موسم ہے۔“

نیز مشہور تابعی عبید بن عمير لیشیؓ جب سردی کا موسم آتا تو فرماتے:

”اے اہل قرآن! تمہاری نمازوں کے لیے راتیں لمبی ہو گئی ہیں، اور تمہارے روزے رکھنے کے لیے دن چھوٹے ہو گئے ہیں، المذا اسے غنیمت جانو۔“

ایسے ہی موسم سرما میں بوجہ مشقت مختلف اعمال کا اجر بھی بڑھا دیا جاتا ہے، اور ان پر اللہ تبارک و تعالیٰ ڈھیروں اجر عنایت فرماتے ہیں، چنانچہ نبی کریم ﷺ کا ارشاد ہے کہ:

أَلَا أَدْلُكُمْ عَلَى مَا يَنْحُوا اللَّهُ بِهِ الْخَطَايَا، وَيَرْفَعُ بِهِ الدَّرَجَاتِ؟ إِسْبَاغُ الْوُضُوءِ عَلَى النَّكَارِ، وَكَثْرَةُ الْخُطُولِ إِلَى الْبَسَاجِدِ وَ اتِّنْظَارُ الصَّلَاةِ بَعْدَ الْعَصَلَةِ، فَذَلِكُمُ الرِّتَاطُ۔

”کیا میں تمہیں ایسا عمل نہ بتاؤں جس کے ذریعے سے اللہ تعالیٰ گناہ معاف کر دے اور درجات بلند کر دے؟ صحابہ کرامؓ نے عرض کیا: یا رسول اللہ! ضرور بتلائیے! آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: (سردی وغیرہ کی) مشقت اور ناگواری کے باوجود کامل وضو کرنا، ایک نماز کے بعد دوسری نماز کا انتظار کرنا اور مساجد کی طرف کثرت سے قدم بڑھانا، پس یہی رباط (یعنی اپنے نفس کو اللہ کی اطاعت میں روکنا) ہے۔“

سردی کی شدت کی وجہ سے اکثر زم گرم بستر کو چھوڑ کر اٹھ کر وضو کرنا اور مسجد جانا ایک شاق امر ہے، اسی لیے نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے اسے گناہوں کی مغفرت اور درجات کی بلندی کا سبب بتلایا ہے۔ معلوم ہوا کہ سردی کا موسم کثرت کے ساتھ عبادات کرنے کے لیے ایک بہترین موقع ہے۔

اسلام کی ایک امتیازی خصوصیت یہ بھی ہے کہ اس نے اپنے معتقدین کو زندگی گزارنے کے تمام احسن طریقے سکھائے ہیں، کوئی بھی شخص اسلام کے متعلق یہ نہیں کہہ سکتا کہ فلاں معاملہ میں ہم اسلام کو رہنمای نہیں پاتے، بلکہ دنیوی و آخری، داخلی و خارجی تمام چیزوں کے متعلق اسلام ہمیں تعلیمات سے روشناس کرتا ہے۔ موسم سرما بھی ان تعلیمات سے خالی نہیں۔ نبی کریم ﷺ نے، نیز خلفاء اربعہ اور اسلاف امت نے اس موسم میں بھی احکاماتِ الہی کی طرف توجہ دلائی ہے، چنانچہ سب سے پہلے یہ جان لیں کہ تمام موسم، ان میں آنے والے حالات، اور ان کا انسانی زندگی پر اثر یہ سب اللہ تبارک و تعالیٰ کی طرف سے ہے، کسی موسم کی اپنی کوئی خوبی نہیں کہ اس کے آتے ہی راحتیں میسر ہو جائیں، اور کسی موسم کی خود کارستی نہیں کہ اس کے دوران صعبوٰتیں پیدا ہو جائیں، یہ سب محض ارادہ خداوندی سے ہے، اس لیے سردی ہو یا گرمی ہمیں موسم یا زمانہ کو برا بھلا نہیں کہنا چاہیے۔ حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ نبی کریم ﷺ کا ایک ارشاد نقل کرتے ہیں کہ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا:

قالَ اللَّهُ: يَسْبُبُ بَنْوَ آدَمَ الدَّهْرَ وَ آنَا الدَّهْرُ، يَبِدِّي الْيَوْنَ وَ النَّهَارَ۔

”(حدیث قدسی) رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: اللہ جل شانہ فرماتے ہیں: ”بنی آدم زمانے کو برا بھلا کہتا ہے، جبکہ میں زمانہ ہوں، رات دن کا پلٹنا میرے ہاتھ میں ہے۔“ اسی طرح موسم سرما میں ہونے والے موسمی بخار کی وجہ سے کئی لوگ یہاں ہو جاتے ہیں، اور نادانی میں یہاں پریوں کو بھی کوئے لگ جاتے ہیں، جبکہ نبی کریم ﷺ نے اس سے بھی منع فرمایا ہے، چنانچہ آپ ﷺ نے ام سائب رضی اللہ عنہا کو بخار کو برا کرنے سے منع فرمایا، اور اس کی وجہ بھی بتلائی کہ یہ گناہوں کو ایسے دور کرتا ہے جیسے بھٹی لو ہے سے زنگ کو دور کرتی ہے۔

اعمال صالحہ

موسم سرما میں نبی کریم ﷺ نے کثرت سے اعمال صالحہ کرنے کی ترغیب دی ہے، نیز موسم سرما اعمال صالحہ کی ادائیگی کے لیے، اور قضا روزوں کے لیے ایک

بہترین سہولت ہے، جس میں کم مشقت برداشت کرتے ہوئے انسان اجر عظیم کا مستحق بن سکتا ہے، چنانچہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ”الصَّوْمُ فِي الشَّيْطَانِ الْغَنِيَّةِ الْبُتَارِدَةِ۔“ یعنی ”سردیوں میں روزہ رکھنا ٹھنڈی غنیمت ہے۔“

نادر اور مفلس لوگوں کے ساتھ ہمدردی

آخر، ایثار اور ہمدردی یہ ایسے جذبے ہیں جو اسلام نے ہی متعارف کروائے ہیں۔ دوسروں کے ساتھ بھلائی کرنے کی جیسی ترغیب اسلام دیتا ہے، اور کوئی نہیں دیتا۔ بھائی چارگی، صلح رحمی، رحم دلی، اسلام کی اہم تعلیمات ہیں، جن میں اسلام صرف مسلمانوں کو ہی خاص نہیں کرتا، بلکہ غیر مسلموں حتیٰ کہ چوپاپیوں تک کو اس میں شامل کرتا ہے۔ ایسے ہی سردی کے موسم میں بعض غریب افراد ایسے ہوتے ہیں جو اپنے لیے گرم لباسوں کا انتظام نہیں کرپاتے، نبی کریم ﷺ نے اپنی امت کو ایسے نادر اور مفلس لوگوں کی مدد کرنے کی ترغیب دی ہے، چنانچہ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا:

أَئِيمَّا مُسْلِمٍ كَسَامُشِلِّيَّا ثُوبَاعَلِيٰ عَزِّيٰ كَسَاهَ اللَّهُ مِنْ خُصُّ الْجَنَّةِ۔

”جو کوئی مسلمان کسی دوسرے مسلمان کو کپڑا پہنائے گا، اللہ رب العزت اسے جنت کا لباس پہنائیں گے۔“

سردی کی شدت سے پناہ

ہر چیز میں خیر و شر دونوں پہلو موجود ہوتے ہیں، نبی کریم ﷺ نے ہر چیز میں اللہ تبارک و تعالیٰ سے خیر و عافیت طلب کی ہے، جبکہ اس چیز کے شر سے پناہ مانگی ہے۔ ایسے ہی سردی کے شر سے بھی نبی کریم ﷺ نے پناہ چاہی ہے، چنانچہ حضرت ابو سعید خدری و حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہما نقل کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ:

”اگر سخت سردی کا دن ہو، اور اس وقت کوئی بندہ یہ دعا: “لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، مَا أَشَدَّ بَرَدَهَا الْيَوْمُ، اللَّهُمَّ أَجِنِّي مِنْ زَمَهِرِيَّ جَهَنَّمَ“ پڑھے، تو اللہ جل شانہ جہنم سے ارشاد فرماتے ہیں: ”میرے بندے نے تیرے زمہری نامی علاقے سے پناہ مانگی ہے، اور میں تجھے گواہ بناتا ہوں کہ میں نے اسے پناہ دی۔“

قانونِ الہی ہے کہ ہر تنگی آسانی لیے پھرتی ہے، ایسے ہی فقهاء کے بیہاں ایک اصول متعارف ہے کہ ”الْبَشَّةُ تَجْلِبُ الْتَّيَسِيرَ“، کہ مشقت آسانی کو کھینچتی ہے، لہذا جہاں موسم سرما چند سختیوں کو اپنے دامن میں لیے پھرتا ہے، وہیں ڈھیروں راحتیں بھی یہ اپنے دامن میں لیے ہوئے ہے۔ شریعت نے جائزے کے اس موسم میں پیش آئے والی پریشانیوں اور مشقتوں کا علاج بھی بعض سہولتوں کی صورت میں دیا ہے، جس میں سے چند درج ذیل ہیں:

ا: گرم پانی کا استعمال

سردیوں میں پانی ٹھنڈا ہوتا ہے، جو جسم انسانی کو بیمار کرنے میں ایک بڑا کردار ادا کرتا ہے، لیکن شریعت مطہرہ نے سردی کی حالت میں ٹھنڈے پانی کے استعمال کرنے کو لازم نہیں قرار دیا، بلکہ گرم پانی استعمال کرنے کی بھی سہولت دی۔ تاہم گرم پانی کی عدم دستیابی کی صورت میں ٹھنڈے پانی کے استعمال کرنے پر بیش بہا فضائل بھی بیان کیے۔ ایک روایت میں سردی کی حالت میں اعضاے وضو کو مکمل دھونا، اور وضو اچھی طرح کرنے کو گناہوں کو مٹانے کا ذریعہ بیان کیا گیا ہے۔

ب: تمیم کرنا

یہ بھی شرعی سہولیات میں سے ہے کہ سخت سردی کی حالت میں اگر گرم پانی دستیاب نہ ہو، اور ٹھنڈے پانی کے استعمال سے مرض کے بڑھنے یا جان جانے کا خطرہ ہو تو ایسی حالت میں تمیم کر کے پاکی حاصل کی جائے۔ غزوہ ذات اللہ علیہ نے رخصت پر عمل کرتے ہوئے ایسے ہی تمیم کر کے نماز پڑھائی۔ نبی کریم ﷺ کو اس واقعہ کی اطلاع ہوئی تو آپ مسکرانے لگے، اور کچھ بھی نہ فرمایا۔

ج: موزوں پر مسح کرنا

شریعت کی طرف سے ایک سہولت یہ بھی دی گئی ہے کہ اگر سردی ہو یا عام حالات میں بھی موزوں پر مسح کرنا چاہیں تو یہ جائز ہے، البتہ فقهاء نے موزوں پر مسح کرنے کے لیے چند شرائط بیان کی ہیں، اگر ان شرائط کا خیال رکھا جائے تو

موزوں پر مسح کرنا جائز ہے۔

۲۴: گھر میں نماز پڑھنا

جماعت کے ساتھ نماز پڑھنا سنتِ موكدہ ہے، اور اس کے فضائل میں کئی احادیث، نیز اس کے ترک کرنے پر کئی وعیدیں بھی احادیث میں آتی ہیں۔ لیکن فقہاء نے چند صورتوں میں گھر میں نماز پڑھنے کی اجازت دی ہے۔ انہی صورتوں میں سے ایک صورت سخت سردی کا ہونا ہے، اگر سخت سردی ہو تو گھر میں نماز پڑھنے کی گنجائش ہے، جیسا کہ نافع حضرت ابن عمر رضی اللہ عنہ سے نقل کرتے ہیں کہ: ”انہوں نے ایک مرتبہ ”ضجنان“ نامی جگہ میں سردی کی ایک رات میں اذان دی، اور پھر فرمایا کہ اپنے اپنے خیموں میں نماز پڑھ لو، اور پھر حضور ﷺ کا فعل ذکر کیا کہ آپ ﷺ بھی بارش اور سردی کی رات میں یہ حکم دیا کرتے تھے۔“

موسم سرما اور حفاظتی اقدامات

موسم سرما کو انسان کی صحت کا دشمن بتایا گیا ہے، اور اس سے بچاؤ کے لیے احتیاطی تدابیر اپنانے کی ترغیب بھی دی گئی ہے، چنانچہ سلیم بن عامرؓ، حضرت عمر رضی اللہ عنہ کے بارے میں نقل کرتے ہیں کہ جب سردیاں آتیں تو سیدنا عمر رضی اللہ عنہ اپنے ماتحتوں کو خط لکھتے، جن کا مضمون یہ ہوتا:

”سرما آپنچا، جو ایک دشمن ہے؛ اس کے مقابلے کے لیے اونی کپڑے، موزے اور جرایں وغیرہ تیار کرو، اون ہی کا لباس پہنو اور اوپر بھی اونی چادریں اوڑھو؛ کیونکہ سرما وہ دشمن ہے جو جلد داخل ہوتا ہے اور دیر سے جان چھوڑتا ہے۔“

اللہ رب العزت نے اون اور اس کے رویں کو اپنی نعمت میں شار کیا ہے، جس سے انسان سردیوں میں اپنے لیے لباس تیار کرتا ہے، لہذا ایسے موعدوں پر انسان کو مناسب گرم لباس کا انتظام کرنا چاہیے، تاکہ وہ اللہ کے دیے ہوئے اس جسم کو مزید طاعات میں لگاسکے۔

موسم سرما کا پیغام

اللہ تبارک و تعالیٰ نے زمین و آسمان کی پیدائش اور دن رات کی تبدیلی میں اہل عقول کے لیے کئی عبرت کی نشانیاں رکھی ہیں۔ موسموں کا آتا، ماہ و سال کا گزرناء، ہرے

بھرے درختوں کا سوکھ کر جھٹنا، پتوں کا ٹوٹ کر گرنا، یہ بتاتا ہے کہ ہر عروج کو زوال ہے، کوئی بھی چیز ابدی نہیں۔ موسم سرما یہ پیغام دیتا ہے کہ جس طرح میرے آنے سے درختوں کی دلکشی اور رعنائی عنقاء ہوئی، ان کے پتے جھٹ گئے، اور خس و خاشک بن کر کچرے کے ڈھیروں پر پڑے، ایسے ہی انسان کا ایک وقت مقرر ہے، جس کے آتے ہی ساری لذتیں بے کار ہو جائیں گی، اور اس وقت وہ ساری تمباکوں اور تمام خواہشات کو چھوڑ کر اپنی اصل منزل کی طرف گامزن ہو جائے گا، لہذا انسان کو چاہیے کہ اپنی حقیقی منزل کو پہچانے اور اس کی تیاری کرے، قبل اس کے کہ فرشتہِ اجل لبیک کہہ دے۔ اللہ رب العزت سے دعا ہے کہ وہ اس موسم سرما کو ہمارے لیے خیر کا باعث بنائے، آمین۔



چونکہ ٹھنڈی ہوائیں اور بڑھتا ہوا درجہ حرارت سردیوں کی آمد کی نشاندہی کرتا ہے، اپنی صحت کو برقرار رکھنے کے لیے فعال اقدامات کرنا ضروری ہے۔ موسمی پیاریوں سے لے کر موسم کی وجہ سے جسمانی سرگرمیوں میں کمی تک، سرد مہینے اکثر صحت کے مختلف چیلنجز لاتے ہیں۔ تاہم، صحیح احتیاطی تدابیر اور طرز زندگی میں ایڈ جسمیٹ کے ساتھ، آپ اپنے مدافعتی نظام کو مضبوط بنائے سکتے ہیں اور سردیوں کے موسم میں ترقی کی منازل طے کر سکتے ہیں۔

سردیوں کے موسم میں صحت مند رہنے کے 10 اہم نکات

اس دوران آپ کو صحت مند اور مضبوط رکھنے کے لیے یہاں دس موثر تجویز ہیں۔

متوازن غذا کو برقرار رکھیں: ایک غذا یت سے بھر پور اور متوازن غذا کا استعمال سال بھر اہم ہے، لیکن یہ خاص طور پر سر دیوں کے دوران اہم ہے۔ اپنے کھانوں میں کافی مقدار میں پھل، سبزیاں، سادا اتاج، دلی پتی پروٹین اور صحت مند چکنائی شامل کریں۔ اپنے مدافعتی نظام کو تقویت دینے کے لیے موسمی پیداوار اور وٹا من سی، وٹا من ڈی اور زنک سے بھر پور غذاوں کا انتخاب کریں۔

ہائیڈریڈر ہیں: اگرچہ موسم سرد ہے، ہائیڈریٹ رہنا ضروری ہے۔ اپنے جسم کے افعال کو سہارا دینے کے لیے روزانہ مناسب مقدار میں پانی پائیں۔ گرم جڑی بوٹیوں والی چائے، سوپ اور شوربے بھی گرمی اور سکون فراہم کرتے ہوئے آپ کے سیال کی مقدار میں حصہ ڈال سکتے ہیں۔

نیند کو ترجیح دیں: معیاری نیند مجموعی صحت اور مضبوط مدافعتی نظام کے لیے ضروری ہے۔ ہر رات 7-9 گھنٹے کی نیند کا مقصد بنائیں۔ سونے کے وقت کا معمول بنائیں، اپنے سونے کے کمرے کو آرام دہ اور سونے کے لیے سازگار رکھیں، اور اپنی نیند کے معیار کو بہتر بنانے کے لیے سونے سے پہلے اسکرین کا وقت محدود کریں۔

روزانہ ورزش: سرد درجہ حرارت یا ناموافق موسمی حالات کی وجہ سے سر دیوں کے دوران جسمانی سرگرمیاں کم ہو سکتی ہیں۔ تاہم، انڈور ورزش تلاش کرنا یا موسم سرما کے کھیلوں میں مشغول ہونا فشنیس کی سطح کو برقرار رکھنے میں مدد کر سکتا ہے۔ یہاں تک کہ سادہ سرگرمیاں جیسے انڈور یوگا، واک، یا گھریلو ورزش آپ کو متحرک رکھ سکتی ہیں اور آپ کے موڑ کو بڑھا سکتی ہیں۔

اچھی حفاظان صحت کی مشق کریں: سر دیوں میں اکثر سردی اور فلو کے معاملات میں اضافہ ہوتا ہے۔ اپنے ہاتھوں کو بار بار صابن اور پانی سے کم از کم 20 سینٹ تک دھوئیں، ضرورت پڑنے پر پینڈ سینینشا نز کا استعمال کریں، اور جرا شیم کے پھیلاؤ کو روکنے کے لیے اپنے چہرے کو چھونے سے گریز کریں۔

وقت مدافعت بڑھانا: صحت کی دیکھ بھال کرنے والے پیشہ ور سے مشورہ کرنے کے بعد سپلیمنٹس پر غور کریں۔ وٹا من ڈی، سی، اور زنک سپلیمنٹس آپ کے مدافعتی نظام کی مدد کر سکتے ہیں، خاص طور پر سیاہ، سرد مہینوں کے دوران جب سورج کی نمائش محدود ہوتی۔

سردی سے بچاؤ: ہائپو تھر میا یا فراست بائٹ جیسی یہاریوں سے بچنے کے لیے موسم کے مطابق مناسب لباس پہنیں۔ ضرورت پڑنے پر کپڑے، ٹوبیاں، دستانے، سکارف اور واٹر پروف جوتنے پہنیں۔ اپنے گھر کو گرم اور اچھی طرح سے موصل رکھیں۔

تناو کو کمزور کریں: ونٹر بلیوز یا سیز ٹل ایفیکٹیو ڈس آرڈر (SAD) دماغی صحت کو متاثر کر سکتا ہے۔ تناو کے انتظام کی تکنیکوں پر عمل کریں جیسے مراقبہ، یوگا، گھری سانس لینے کی مشقیں، یا ایسے مشاغل جو آپ کو خوشی دیتے ہیں۔ پیاروں کے ساتھ وقت گزارنا یا ضرورت پڑنے پر پیشہ ورانہ مدد لینا بھی فائدہ مند ثابت ہو سکتا ہے۔

سماجی سرگرمیاں: سرد موسم کے باوجود سماجی روابط برقرار رکھیں۔ حفاظتی رہنمای خطوط پر عمل کرتے ہوئے، دوستوں اور خاندان کے ساتھ بات چیت کرنا، یا تو عملی طور پر یا ذائقی طور پر، تہائی اور تہائی کے احساسات سے نمٹنے میں مدد کر سکتا ہے۔

ویکسین کروائیں: اپنے آپ کو اور دوسروں کو قابل علاج بیماریوں سے بچانے کے لیے فلواور دیگر تجویز کر دہ ویکسین لینے پر غور کریں۔ ضروری ویکسین کے بارے میں رہنمائی کے لیے اپنے ہمیلتھ کیس سینٹر زپر موجود میڈیکل سٹاف سے مشورہ کریں۔



موسم سرما کے مسائل

موسم سرما کے مسائل میں نزلہ و زکام، سانس کی بیماریاں، خشک جلد، اور سردی کی وجہ سے ہونے والی جسمانی تکاوٹ شامل ہیں۔ سرد موسم مدافعتی نظام کو کمزور کر سکتا ہے اور وٹا منڈی کی کمی کا باعث بن سکتا ہے، جبکہ خشک ہوا جلد کی خشکی اور سانس لینے میں دشواری پیدا کر سکتی ہے، خاص طور پر دمہ کے مریضوں کے لیے۔

بیماریاں: نزلہ، زکام، برونا کا نیٹس، اور نور و اوئر سس جیسی عام بیماریاں عموماً پھیلیتی ہیں۔

سانس کی مشکلات: ٹھنڈی ہوا میں سانس لینے سے پھیپھڑوں میں ہوا کی گزر گا ہیں تاگ ہو سکتی ہیں، جس سے سانس لینے میں دشواری ہوتی ہے، بالخصوص دمہ کے مریضوں کو۔

خشک جلد: سردی، کم نبی اور گرم شاور کی وجہ سے جلد خشک، خارش والی اور پھٹی ہوئی ہو سکتی ہے۔

مدافعی نظام میں کمی: سرد موسم مدافعی خلیوں کی کار کردگی کو سوت کر سکتا ہے اور سورج کی روشنی کی کمی کی وجہ سے وٹامن ڈی کی سطح کم ہو سکتی ہے، جس سے بیماریوں کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔

وزن میں اضافہ: سردیوں کے دوران سرگرمی کم ہونے اور زیادہ کھانے کی وجہ سے وزن بڑھ سکتا ہے۔

موسم سرما کا افسردگی (SAD): کم دن اور قدرتی روشنی کی کمی کی وجہ سے کچھ لوگوں میں موڈ میں تبدیلی آسکتی ہے۔

حل اور بچاؤ

صحت مند طرز زندگی: متوازن غذا کھائیں، پانی زیادہ پیئیں، باقاعدگی سے ورزش کریں اور نیند پوری لیں۔

جلد کا خیال رکھیں: جلد کو خشک ہونے سے بچانے کے لیے موسچرا ایزر کا استعمال کریں اور بہت زیادہ گرم شاورز سے پرہیز کریں۔ زیادہ گرم پانی جلد پر اثر انداز ہو سکتا ہے۔

سانس کی حفاظت: دمہ اور سانس کی دیگر بیماریوں والے افراد کو سرد موسم میں احتیاط کرنی چاہیے، ہوا کو نبی دار رکھنے کے لیے ہو سکے تو *humidifier* کا استعمال کریں اور گھر کے اندر صفائی کا خیال رکھیں۔

مدافعی نظام کو مضبوط کریں: وٹامن ڈی کے لیے دھوپ میں وقت گزاریں، اپنی غذا میں لہسن اور پیاز جیسی چیزیں شامل کریں، اور صحت مند چکنائی کا استعمال کریں۔

فعال رہیں: سرد موسم میں بھی متحرک رہیں، جیسے کہ گھر کے اندر ورزش کرنا یا گرم کپڑے پہن کر باہر سیر کرنا۔

فقہی سائل

روزون کی حفاظت کیونکر ممکن ہے؟

مفتی عبدالقیوم خان ہزاروی

سوال: اللہ تعالیٰ رمضان المبارک میں امت محمدی ﷺ کو کن تحائف سے نوازتا ہے؟

جواب: حضرت جابر بن عبد اللہ رضی اللہ عنہما بیان کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: میری امت کو ماہ رمضان میں پانچ تحفے ملے ہیں جو اس سے پہلے کسی نبی کو نہیں ملے:

۱- **إِذَا كَانَ أَوَّلُ نَيْلَةَ مِنْ شَهْرِ رَمَضَانَ نَظَرَ اللَّهُ تَعَالَى عَزَّوَجَلَ إِلَيْهِمْ وَمَنْ نَظَرَ اللَّهُ إِلَيْهِ لَمْ يُعْيَّنْ بُهْبُهًا أَبَدًا.**

”جب ماہ رمضان کی پہلی رات ہوتی ہے تو اللہ تعالیٰ ان کی طرف نظر التفات فرماتا ہے اور جس پر اللہ کی نظر پڑ جائے اسے کبھی عذاب نہیں دے گا۔“

۲- **فَإِنَّ خُلُوفَ أَفْوَاهِهِمْ حِينَ يُسُونُ أَطْيَبُ عِنْدَ اللَّهِ مِنْ رِيحِ الْبَسْكِ.**

”شام کے وقت ان کے مnde کی بو اللہ تعالیٰ کو سکتوري کی خوشبو سے بھی زیادہ اچھی لگتی ہے۔“

۳- **فَإِنَّ السَّلَائِكَةَ تَسْتَغْفِرُ لَهُمْ فِي كُلِّ يَوْمٍ وَلَيْلَةٍ.**

”فرشته ہر دن اور رات ان کے لئے بخشش کی دعا کرتے رہتے ہیں۔“

۴۔ **فَإِنَّ اللَّهَ عَزَّوَجَلَّ يَأْمُرُ جَنَّةً فَيَقُولُ لَهَا: اسْتَعِدِي وَتَنْعِي لِعِبَادِي أَوْ شَكُّوَانْ يَسْتَرِي حُوَا مِنْ تَعْبِ الدُّنْيَا إِلَى دَارِي وَكَمَا مَقَى.**

”اللہ عزوجل اپنی جنت کو حکم دیتے ہوئے کہتا ہے: میرے بندوں کے لئے تیاری کر لے اور مزین ہو جا، قریب ہے کہ وہ دنیا کی تھکاوٹ سے میرے گھر اور میرے دارِ رحمت میں پہنچ کر آرام حاصل کریں۔“

۵۔ **إِذَا كَانَ آخِرُ لَيْلَةَ غُرْبَةً لَهُمْ جَنِينَعَا.**

”جب (رمضان کی) آخری رات ہوتی ہے ان سب کو بخش دیا جاتا ہے۔“ ایک صحابی نے عرض کیا:

أَهِيَ لَيْلَةُ الْقُدْرِ فَقَالَ: لَا, أَلَمْ تَرَى الْعَبَادَ يَغْتَلُونَ فَإِذَا فَرَغُوا مِنْ أَعْتَالِهِمْ وَفُوا أَجُورَهُمْ.

”کیا یہ شبِ قدر کو ہوتا ہے؟ آپ ﷺ نے فرمایا: نہیں۔ کیا تم جانتے نہیں ہو کہ جب مزدور کام سے فارغ ہو جاتے ہیں تب انہیں مزدوری دی جاتی ہے۔“ (بیہقی، شعب الایمان، 3: 303، رقم: 3603)، (منذری، الترغیب والترحیب، 2: 56، رقم: 1477)

سوال: روزے کے مقاصد کیا ہیں؟

جواب: روزے کے بہت سے مقاصد ہیں جن میں سے چند درج ذیل ہیں:

1- تقویٰ کا حصول

جب نفس اللہ تعالیٰ کی رضامندی کی امید اور اس کے دردناک عذاب کے خوف کی وجہ سے حلال چیزوں سے رکنے پر آمادہ ہو جاتا ہے تو وہ بدرجہ اولیٰ حرام چیزوں سے بھی باز رہے گا۔ لہذا روزہ ہمیں حرام چیزوں سے بچنے کی تربیت دیتا ہے جس سے ہم فرمان باری تعالیٰ کے مطابق متین بن سکتے ہیں۔

2- نعمت کا شکر ادا کرنے پر آمادہ کرنا

روزہ نفس کو کھانے پینے جیسی کئی نعمتوں سے روک کر ان نعمتوں کی قدر کرنے کا احساس بیدار کرتا ہے اور ہمیں شکر گزار بندے بننے پر آمادہ کرتا ہے۔

3- نفس کو مغلوب کرنا اور شہوت کو کم کرنا

روزہ نفسانی خواہشات کو کم کر کے نفس کو مغلوب کرتا ہے۔ ارشادِ نبوی ﷺ ہے:

مَنِ اسْتَطَاعَ ابْنَائَةَ فَلِيَتَرْوَهُ فَإِنَّهُ أَعْظُمُ لِلْبَصَرِ وَأَحْصَنُ لِلْفَمِ وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ فَإِنَّهُ لَهُ وِجَاءُ.

”جو عورت کا مہر ادا کر سکتا ہو وہ نکاح کر لے کیونکہ یہ نظر کو جھکاتا ہے اور شر مگاہ کے لیے اچھا ہے اور جو ایسا کرنے کی طاقت نہ رکھتا ہو تو وہ روزے رکھ کیونکہ یہ شہوت کو گھٹاتا ہے۔“

(بخاری، الصَّحِّحُ، 2: 673، رقم: 1806)

4- مسَاكِينُ پَرْ شَفْقَةٍ وَمَهْرَبَانِ

روزہ دار جب تھوڑے وقت کے لیے بھوک اور پیاس برداشت کرتا ہے تو اُسے ہمیشہ اس تکلیف میں رہنے والے انسانوں کے بارے میں احساس ہوتا ہے اور غرباء و مسَاكِینُ پَرْ شَفْقَةٍ وَمَهْرَبَانِ کا جذبہ پیدا ہوتا ہے۔

5- روزہ کے ذریعہ اللہ تعالیٰ سے خاص اجر حاصل کرنا

روزہ ایسی عبادت ہے جو اللہ تعالیٰ اور بندے کے درمیان راز ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ اسے خاص اپنے لیے رکھا ہے۔ حضرت ابو ہریرہ اور حضرت ابو سعید خدراوی رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ يَقُولُ: إِنَّ الصَّوْمَلِ وَأَنَّا أَجْزِيَ بِهِ.

”اللہ تعالیٰ فرماتا ہے کہ روزہ خاص میرے لیے ہے اور میں ہی اس کی جزا دوں گا۔“ (مسلم، الصَّحِّحُ، باب فضل الصِّيَامِ، کتاب الصِّيَامِ، 2: 807، رقم: 1151)

سوال: روزہ کی حفاظت کیسے ممکن ہے؟

جواب: اگر روزہ کو احکام و آداب کی مکمل رعایت کے ساتھ پورا کیا جائے تو بلاشبہ گناہوں سے محفوظ رہنا آسان ہو جاتا ہے۔ اللہ اگر کسی نے روزہ کے لوازم کا خیال نہ کیا اور گناہوں میں مشغول رہتے ہوئے روزہ کی نیت کی، کھانے پینے، خواہش نفسانی سے باز رہا لیکن حرام کمانے اور غبیت کرنے سے باز نہ آیا تو اس سے فرض تو ادا ہو جائیگا، مگر روزہ کے برکات و ثمرات سے محرومی رہے گی۔ حضرت ابو عبیدہ بن جراح رضی اللہ عنہ سے مردی ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا:

الصَّوْمُ جُنَاحٌ مَا لَمْ يَحْرُقْهُ.

”روزہ ڈھال ہے جب تک کوئی اس کو چھاڑ نہ ڈالے۔“

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا:
مَنْ لَمْ يَدْعُ قَوْلَ الزُّورِ وَالْعَمَلِ بِهِ، فَلَيْسَ اللَّهُ حَاجَةً فِي أَنْ يَدْعُ طَعَامَهُ وَشَرَابَهُ.

”جو شخص روزہ رکھ کر جھوٹی بات اور غلط کام نہ چھوڑے تو اللہ کو کچھ حاجت نہیں کہ وہ (گناہوں کو چھوڑے بغیر) محض کھانا پینا چھوڑ دے۔“
 (بخاری، الصیح، کتاب الصوم، باب من لم يدع قول الزور و العمل به في الصوم، 2: 673، رقم: 1804)

کھانا پینا اور جنسی تعلقات چھوڑنے ہی سے روزہ کامل نہیں ہوتا بلکہ روزہ کی حالت میں فواحش، منکرات اور ہر طرح کے گناہوں سے بچنا بھی ضروری ہے المذا مندرجہ بالا احادیث سے ثابت ہوا:

روزہ دار روزہ رکھ کر جھوٹ، غیبت، چغلی اور بدکلامی سے پرہیز کرے۔
 آنکھ کو مذموم و مکروہ اور ہر اس چیز سے بچائے جو یادِ الہی سے غافل کرتی ہو۔
 کان کو ہر ناجائز آواز سننے سے بچائے۔ اگر کسی مجلس میں غیبت ہوتی ہو تو انہیں منع کرے ورنہ وہاں سے اٹھ جائے۔ حدیث میں ہے کہ غیبت کرنے والا اور سننے والا دونوں گناہ میں شریک ہیں۔

بوقت افطار اتنا نہ کھائے کہ پیٹ تن جائے۔

افطار کے بعد دل خوف اور امید کے درمیان رہے۔ کیا معلوم کہ اس کا روزہ قبول ہوا یا نہیں لیکن اللہ کی رحمت سے مایوس نہ ہو۔ پس اعضاء کو گناہوں سے بچانا ہی درحقیقت روزہ کی حفاظت ہے۔

سوال: کیا انجیکشن یا ڈرپ لگانے اور انسولین لگانے سے روزہ ٹوٹ جاتا ہے؟

جواب: انجیکشن، ڈرپ یا کوئی اور چیز جو غذا یا دوا میں شامل ہو اور دماغ یا معدہ تک اثر انداز ہو، اس کے استعمال سے روزہ ٹوٹ جائے گا۔ اگر شدید پیار ہے تو اسے ویسے ہی روزہ نہ رکھنے کی اجازت بلکہ حکم ہے۔ وہ لازمی طور پر افطار کرے اور معاف کی ہدایات کے مطابق دوا و غذا کو استعمال کرے۔ حتیٰ کہ اگر پیاری کی شدت یا جان جانے کا خوف ہو تو روزہ رکھنا شرعاً منوع ہے اور روزہ رکھنے کی صورت میں مریض گناہ گار بھی ہو گا۔

اسی طرح انسولین بھی ایک دوا ہے، جو جسم کے کئی نظاموں پر اثر انداز ہوتی ہے۔ اس لیے روزے میں انسولین لینا جائز نہیں۔ طبی معاچ سے مشورے کے بعد کوشش کریں کہ سحری کے وقت اور افطاری کے بعد انسولین لگوا لیں۔

سوال: کیا روزے کی حالت میں انہیلر لینا جائز ہے؟

جواب: انہیلر (Inhaler) صرف آسیجن نہیں بلکہ اس میں دوائی ملی ہوتی ہے جو دل اور معدے تک بطور دوا اثر انداز ہوتی ہے۔ اس لئے اس سے پرہیز کریں۔ اگر سانس کا مریض اس کے بغیر رہ نہیں سکتا اور سانس کی شدید تکلیف میں بیٹلا رہتا ہے تو روزہ افطار کر لے اور اگر رو بصحت ہونے کی توقع نہ ہو تو نی روزہ فطرانے کی مقدار (دو کلو گندم، آٹا، یا اس کی قیمت) فقیر، مسکین کو فدیہ دے۔ یہ فدیہ وہ خواہ ہر دن دے یا یکمشت ادا کر دے، کسی ایک کو دے یا زیادہ کو دے، جائز ہے۔

سوال: کیا کسی مریض کو حالت روزہ میں خون دینا جائز ہے؟

جواب: جس شخص کو خون دیا جا رہا ہے، اسے تو لازمی طور پر روزہ افطار کرنا ہے البتہ خون کا عطیہ دینے والا شخص اپنی صحت کا خیال کرے۔ خون دینے سے روزہ تو نہیں ٹوٹا البتہ کمزوری لاحق ہو جاتی ہے۔ اس لئے خون دینے والے کو اپنی صحت کے مطابق ایسا قدم اٹھانا چاہئے جس سے اس کا روزہ بھی برقرار رہے اور شدید نفاذت بھی نہ ہو۔ ہاں اگر ایک جنسی ہے تو ظاہری بات ہے کہ کسی انسان کی جان بچانا فرض ہے، لہذا بایں صورت ضعف برداشت کرے۔

سوال: کیا رمضان کے روزے کے دوران دانت نکلوانے کی صورت میں روزہ ٹوٹ جاتا ہے، جبکہ دانت سے خون بھی نہ نکلا ہو؟

جواب: دانت نکلوانے سے روزہ نہیں ٹوٹے گا بشرطیکہ کوئی ایکیشن نہ لگایا جائے اور نہ کوئی ایسی دوا استعمال کی جائے جو گلے کے اندر جائے، نہ ہی خون کا کوئی قطرہ یا کوئی بھی چیز گلے کے اندر جائے۔ اس صورت میں روزہ نہیں ٹوٹے گا۔ دانتوں سے خون نکل کر حلق میں داخل ہو جائے یا خود اسے نگل لیا جائے، ایسی صورت میں خون اگر تھوک پر غالب ہے تو روزہ ٹوٹ جائے گا۔ اس صورت میں صرف قضا واجب ہوگی، کفارہ نہیں اور اگر تھوک خون پر غالب ہو تو روزہ نہیں ٹوٹے گا۔

سوال: کیا روزے کی حالت میں مسواک یا ٹوٹھ پیسٹ سے دانت صاف کرنا جائز ہے؟

جواب: روزے کی حالت میں مسواک یا ٹوٹھ پیسٹ سے دانت صاف کرنا جائز ہے بشرطیکہ ٹوٹھ پیسٹ کے اجزاء حلق سے نیچے نہ جائیں۔ البتہ مسواک سے دانت صاف کرنا سنت ہے۔ مسواک کے سوکھے یا تر ہونے یا خشک ہونے سے کوئی فرق نہیں پڑتا۔

سوال: اگر دھواں، غبار، عطر کی خوبیوں یا دھونی حلق یا دماغ میں چلی جائے تو کیا اس سے روزہ ٹوٹ جاتا ہے؟

جواب: روزہ دار کے حلق میں غبار، عطر کی خوبیوں، دھونی یا دھواں چلے جانے سے روزہ نہیں ٹوٹتا لیکن اگر کسی روزہ دار نے غبار یا دھویں کو قصدًا اپنے حلق میں داخل کیا تو اس کا روزہ ٹوٹ جائے گا۔

سوال: کیا قے سے روزہ ٹوٹ جاتا ہے؟

جواب: قے آنے سے روزہ نہیں ٹوٹتا خواہ کم ہو یا زیادہ لیکن اگر خود اپنے فعل اور کوشش سے قصدًا قے کی جائے اور منہ بھر کر ہو تو روزہ ٹوٹ جاتا ہے اور اگر کم ہو تو نہیں ٹوٹے گا۔ حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ نبی کریم ﷺ نے فرمایا:

مَنْ ذَرَعَهُ الْقَيْئُ فَلَيَسْ عَلَيْهِ قَضَاءٌ، وَمَنِ اسْتَقَاءَ عَنْهُ فَلَدِيقُضٌ.

”جس شخص کو (حالتِ روزہ میں) از خود قے آ جائے تو اس پر قضاء نہیں اور (اگر) جان بوجھ کر قے کی تو وہ (اس روزہ کی) قضاء کرے۔“ (ترمذی، السنن، کتاب الصوم، باب ما جاء فیمن استقاء عَمَّا، 3: 98، رقم: 720)

سوال: کیا آنسوؤں کی نمکین منہ میں جانے سے روزہ ٹوٹ جاتا ہے؟

جواب: آنسو محض منہ میں جانے سے روزے پر کوئی فرق نہیں پڑتا۔ فتاویٰ عالمگیری کے فقہاء کے مطابق آنسو قطرہ در قطرہ منہ میں گئے اور تھوک کے ساتھ نگل لیے تو روزہ فاسد نہیں ہوگا، لیکن اگر آنسو اتنے زیادہ تھے کہ تھوک پر غالب آگئے اور ان کی نمکین پورے منہ میں محسوس ہوئی تو روزہ ٹوٹ گیا اس کی قضاء کی جائے گی۔

سوال: کیا مسافر رکھ سکتا ہے؟

جواب: مسافر کو بحالتِ سفر روزہ ترک کر دینا مباح ہے بشرطیکہ سفر اتنا لمبا ہو جس میں قصر واجب ہوتی ہے، اور اگر سفر میں دشواری نہ ہو تو اس کا سفر میں روزہ رکھنا افضل ہے۔ آج کل کے دور میں ریل گاڑی، کار، ہوائی جہاز وغیرہ میں سفر

معتدل ہی ہوتا ہے لہذا جو شخص روزہ رکھنے کی طاقت رکھتا ہو اور اسے روزہ رکھنے میں کوئی دشواری بھی پیش نہ آتی ہو تو اس کے لئے بہتر ہے کہ روزہ رکھے۔ اللہ رب العزت نے قرآن حکیم میں ارشاد فرمایا:

أَيَّامًا مَعْدُودَاتٍ فَئِنْ كَانَ مِنْكُمْ مَرِيضاً أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّهُ مِنْ أَيَّامٍ أُخْرَ وَعَلَى الَّذِينَ يُطِيقُونَهُ فِدْيَيْهُ طَعَامٌ مِسْكِينٌ فَئِنْ تَطَوَّعَ خَيْرًا فَهُوَ خَيْرٌ لَهُ وَأَنْ تَصُومُوا خَيْرٌ لَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ۔

”(یہ) گنتی کے چند دن (بیس) پس اگر تم میں سے کوئی بیمار ہو یا سفر پر ہو تو دوسرے دنوں (کے روزوں) سے گنتی پوری کر لے، اور جنہیں اس کی طاقت نہ ہو ان کے ذمے ایک مسکین کے کھانے کا بدلہ ہے، پھر جو کوئی اپنی خوشی سے (زیادہ) یتکی کرے تو وہ اس کے لئے بہتر ہے، اور تمہارا روزہ رکھ لینا تمہارے لئے بہتر ہے اگر تمہیں سمجھ ہو۔“ (البقرة، 2: 184)

اس سلسلے میں جہور فقہاء کا موقف ہے کہ مسافر کو روزہ رکھنے یا چھوڑنے کا اختیار ہے۔ اس لئے صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین حضور نبی اکرم ﷺ کے ساتھ مہ رمضان میں جب سفر پر روانہ ہوتے تو ان میں سے کچھ روزہ دار ہوتے اور کچھ روزہ نہ رکھتے۔ روزے دار روزہ چھوڑنے والوں کو اور روزہ چھوڑنے والا روزے دار کو مورد الزام نہیں ٹھہراتا تھا۔ حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہ سے مردی ہے:

لَا تَعْبُدْ عَلَى مَنْ صَامَ وَلَا عَلَى مَنْ أَفْطَرَ۔ قَدْ صَامَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ فِي السَّفَرِ، وَأَفْطَرَ۔

”(حالت سفر میں) صائم (روزہ دار) اور مفتر (روزہ نہ رکھنے والے) کو برا بھلا مت کہو کیونکہ رسول اللہ ﷺ نے کبھی سفر میں روزہ رکھا اور کبھی نہیں رکھا۔“ (مسلم، الصحيح، کتاب الصیام، باب جواز الصوم والفتر فی شهر رمضان للسافر، 2: 785، رقم: 1113)

**سوال: رمضان کے قضا روزے لگاتار رکھنے چاہیے یا وقفہ سے رکھنے چاہیے
وضاحت فرمادیں؟**

جواب: رمضان کے روزوں کی قضاء واجب ہے اور اس میں وسعت رکھی گئی ہے، وقت کی کوئی قید نہیں ہے۔ لہذا قضاء روزے لگاتار رکھیں یا سال میں وقفہ وقفے کے ساتھ، دونوں طرح جائز ہیں۔

کھجور کے طبی و غذائی فوائد

خدیجہ بتوں

طاقت کا خزانہ کھجور اور گڑ کے لذوں

سردی کے موسم میں گھر میں تیار کردہ کھجور اور گڑ کے لذوں سے اپنے جسم کو گرم اور توانا رکھیں۔ آرُن، کیلیشیم، فاہر اور قدرتی شکر سے بھرپور یہ لذوں قوت مدافعت کو بڑھاتے ہیں، ہاضمے کو بہتر بناتے ہیں اور تھکاوت کو دور کرتے ہیں۔

سردیوں کے آغاز کے ساتھ ہی جسم کو گرم رکھنے اور بیماریوں سے بچنے کے لیے غذائی تبدیلیاں ضروری ہیں۔ کھجور اور گڑ سے بنے لذوں ایک مزیدار اور صحت بخش آپشن ہیں۔ خاص بات یہ ہے کہ انہیں گھر میں آسانی سے بنایا جا سکتا ہے اور بچوں سے لے کر بوڑھوں تک ہر کوئی اسے پسند کرتا ہے۔

کھجور قدرتی شکر، آرُن، کیلیشیم اور وٹامن ز سے بھرپور ہوتی ہے۔ سردیوں میں ان کا استعمال فوری توانائی فراہم کرتا ہے اور قوت مدافعت کو بڑھاتا ہے۔ دوسری طرف، گڑ گرمی فراہم کرتا ہے، خون کو صاف کرتا ہے، اور ہاضمے میں مدد کرتا ہے۔

| | |
|--------------|----------------|
| نرم کھجور | 250 گرام |
| گڑ | 150 گرام |
| گھی | 2 کھانے کی چیخ |
| بادام | حسبِ ضرورت |
| کاجو | حسبِ ضرورت |
| ناریل پاؤڈر | حسبِ ضرورت |
| الاچھی پاؤڈر | حسبِ ضرورت |

ترکیب

لڑو بنانے کے لیے پہلے 250 گرام کھجور کے چیخ نکال کر باریک کاٹ لیں۔ پھر 150 گرام گڑ پین لیں۔ ایک پین میں 2 کھانے کے چیخ گھی ڈالیں اور اس میں کٹی کھجور اور گڑ ڈال دیں۔ مکلی آٹھ پر اس وقت تک ہلاکیں جب تک مرکب گاڑھا نہ ہو جائے۔ اگر آپ چاہیں تو اس میں بادام، کاجو، ناریل کے براۓ اور الاچھی پاؤڈر بھی شامل کر سکتے ہیں۔ جب مرکب ٹھنڈا ہو جائے تو اسے چھوٹے لڑو کی شکل دیں اور کسی باکس میں محفوظ کر لیں۔

صحت کے فوائد

کھجور اور گڑ کے لڑو سردیوں میں جسم کو قدرتی گرمی فراہم کرتے ہیں۔ ان میں موجود آئرن اور کیلائیٹم ہڈیوں کو مضبوط بناتے ہیں اور خون کی کمی کو روکنے میں مدد دیتے ہیں۔ یہ لڑو تھکاٹ اور کمزوری کو بھی دور کرتے ہیں، دن بھر توانائی برقرار رکھتے ہیں۔ مزید، یہ بچوں کے لیے ایک صحت مند ناشستے کا آپشن ہیں، جو تجارتی مٹھائیوں سے کہیں بہتر ہے۔

سردیوں کے موسم میں، جب جسم کو اضافی غذائیت اور گرمی کی حرارت ہوتی ہے، کھجور اور گڑ کے لڑو روایتی ہندوستانی غذا کا ایک ایک اہم حصہ بن سکتے ہیں۔ یہ نہ صرف مزیدار ہیں بلکہ صحت کے لیے بھی مفید ہیں۔ اگر آپ موسم سرما میں اپنے آپ

کو اور اپنے افراد خانہ کو صحت مند رکھنا چاہتے ہیں تو ان لڑو کو اپنی روزمرہ کی خوراک میں ضرور شامل کریں۔

سردیوں کی خاص سوگات

موسم سرما اپنے ساتھ کچھ سوگات بھی لاتا ہے جس کے لیے اکثر لوگ اس موسم کا بے صبری سے انتظار بھی کرتے ہیں۔ خشک میوہ جات، گاجر کا حلوا اور کشیری چائے سردیوں کی خاص سوگات ہیں جو اس موسم کا مزہ دو بالا کر دیتی ہیں۔

آج ہم آپ کو ایک ایسے مزے دار، صحت بخش اور آسانی سے بننے والے لڑو کی ریسپی بتلنے والے ہیں جو سردیوں کے اس موسم میں آپ کی صحت کو بھی بہتر رکھنے میں مددگار ثابت ہو گی۔

لڑو کی خاص بات یہ ہے کہ اس میں چینی کا استعمال بھی نہیں ہوتا اور یہ توانائی سے بھرپور ہوتے ہیں۔ تو چلیں اس کی ترکیب جانتے ہیں۔



لڑو بنانے کی ترکیب

لڑو بنانے کے لیے سب سے پہلے بادام، پستہ، کاجو اور اپنی پسند کے خشک میوہ جات لیں۔ خشک میوہ جات کی مقدار کا فیصلہ اپنی پسند کے حساب سے کریں یعنی اگر آپ کو بادام یا پستہ پسند ہے تو آپ اسے زیادہ مقدار میں لے سکتے ہیں۔

ایک برتن میں دیسی گھی کا ایک کھانے کا چچہ گرم کر لیں اور اس میں بادام، پستہ اور کاجو ڈال دیں اور اسے دھیمی آنچ پر ہلکہ سا بھون لیں کہ اس میں سے خوشبو آنا شروع ہو جائے۔

اگ بند کر کے خشک میوے کو ٹھنڈا کر کے اسے موٹا موٹا کاٹ لیں یا آپ اسے کوٹ بھی سکتے ہیں۔ لیکن اس بات کا خیال رکھیں کہ آپ اسے بہت زیادہ باریک نہ کریں۔

اب ایک کپ کھجور لے لیں اور اس کی گھٹلیاں الگ کریں اور کھجور کو بھی چاپ کر لیں۔ اگر آپ کو انجیر پسند ہے تو کھجور کے ساتھ انجیر کو بھی چاپ کر لیں۔

آپ کئے ہوئے خشک میوے میں کھجور شامل کر کے اسے اچھی طرح مکس کر لیں۔ مکھر کو تھوڑا تھوڑا لے کر اس کے لذو بنائیں اور آخر میں اس پر پس ہوا کھوپرا چھڑک لیں۔ ان لذو کو کسی ایزٹ ٹائٹ جار میں رکھ لیں

سردیوں میں کھجور کھانے کے 8 فوائد

اگرچہ لوگوں میں یہ خیال پھیلا ہوا ہے کہ ہر میٹھا ذائقہ رکھنے والی چیز غیر صحت مند ہوتی ہے۔ تاہم گلوکوز سے بھرپور ایک خشک پھل ایسا بھی ہے جو صحت کے لیے انتہائی مفید ہے۔ جی ہاں یہ کھجور ہے۔

کھجور کے اندر صحت کے لیے کئی ایسے فوائد ہیں جو خاص طور پر موسم سرما میں اسے کھانے سے انسان کو بہت سے امراض سے محفوظ رکھتے ہیں۔

اگر آپ موسم سرما میں صحت کے حوالے سے مختلف مسائل مثلا نزلہ، ٹھنڈ، جوڑوں کے درد، الرجی اور فلو کا شکار رہتے ہیں تو آپ کو لازمی طور کھجور کا استعمال کرنا چاہیے۔

صحت کے امور سے متعلق ویب سائٹ "بولڈ اسکائی" پر کھجور کے آٹھ ایسے فوائد پیش کیے گئے ہیں جن کو جان کر آپ سردیوں میں کھجور کھانے پر مجبور ہو جائیں گے:

1- جسم کی گرماش

کھجور کو ریشے، فولاد، کیلشیٹ، وٹامن اور میگنیشیٹ کا اچھا ذریعہ شمار کیا جاتا ہے اور یہ سب عناصر سردیوں میں انسانی جسم کو گرم رکھنے میں مدد دیتے ہیں۔

2. ٹھنڈ کے اثر اور نزلے کا علاج

اگر آپ ٹھنڈ کے اثر سے نزلے میں مبتلا ہیں تو آپ دو سے تین کھجوریں، دو عدد چھوٹی الائچی اور چند ٹکڑے لال مرچ کو لے کر گرم پانی میں ڈال کر کچھ دیر ابال لیں اور پھر چھان کر سونے سے پہلے اسے مشروب کے طور پر استعمال کریں۔

3. دے کا علاج

کھجور کے ذریعے دے اور سانس سے متعلق دیگر الرجیوں کا بھی علاج ممکن ہے جن کا شمار سردیوں کے موسم میں پھیلے عمومی عام مسائل میں ہوتا ہے۔ اس مقصد کے لیے روزانہ صبح اور شام کھجور کے ایک یا دو دانے پابندی سے کھنا چاہئیں۔

4. جسم کو طاقت دینا

کھجور میں موجود قدرتی شکر انسانی جسم کو فوری توانائی دینے میں مددگار ہوتی ہے۔

5. قبض کا علاج

چوپ کہ کھجور ریشے سے بھر پور ہوتی ہے لہذا اسے رات بھر پانی میں بھگو کر صبح اس کو Blender میں پیس لیں اور نہار منہ پی لیں۔ یہ عمل قبض کے علاج میں بہت مفید ثابت ہو گا۔

6. دل کی صحت کا تحفظ

ریشے سے بھر پور ہونے کے پیش نظر کھجور دل کی صحت کی حفاظت کرتی ہے۔ یہ دل کی دھڑکن کی رفتار اعتدال اور کنڑوں میں رکھتی ہے۔ اس کے علاوہ دل کے دوروں کے خطرات سے بھی بچاتی ہے۔

7. جوڑوں کے درد میں کمی

کھجور انسان کے جوڑوں کے درد اور سو جن کی تکلیف میں کمی کرتی ہے باخصوص سردیوں کے موسم میں جب کہ یہ مسئلہ بکثرت پھیلا ہوتا ہے۔

8. بلند فشارِ خون کو کم کرنا

کھجور میں موجود میگنیشیم اور پوٹاشیم بلند فشارِ خون کو کم کرنے کے لیے قدرتی عامل ہیں۔ اس واسطے روزانہ 5 سے 6 کھجوریں کھانے کی ہدایت کی جاتی ہے۔

وظائف



رمضان المبارک کے سعادت بھرے شب و روز سے کما حقہ فائدہ اٹھانے اور قرب الہی کے حصول کے لئے شیخ الاسلام ڈاکٹر محمد طاہر القادری کے بتائے ہوئے مندرجہ ذیل معمولات کو باقاعدگی سے اپنے شب و روز کا حصہ بنائیں:

نماز پنجگانہ باجماعت ادا کریں۔

مکمل نماز تراویح باجماعت ادا کریں۔

سحری کھانے سے قبل نماز تہجد ادا کریں۔ اس کی کم از کم 2 اور زیادہ سے زیادہ 12 رکعات ہیں۔

حتی الامکان فضائل و برکات والی دیگر نفلی نمازیں ادا کریں۔ مثلاً:

نماز اشراق: اس کا وقت طلوع آفتاب سے مبیس منٹ بعد شروع ہوتا ہے۔ اس کی کم از کم 2 اور زیادہ سے زیادہ 6 رکعات ہیں۔

نماز چاشت: اس کا وقت آفتاب کے خوب طلوع ہو جانے پر ہوتا ہے۔ جب طلوع آفتاب اور آغاز ظہر کے درمیان کل وقت کا آدھا حصہ گزر جائے تو یہ چاشت کے لئے افضل وقت ہے۔ اس کی کم از کم 2 اور زیادہ سے زیادہ 12 رکعات ہیں۔

نماز اوائیں: یہ مغرب اور عشاء کے درمیان کی نماز ہے جو کم از کم 2 طویل رکعات یا 6 مختصر رکعات سے لے کر زیادہ سے زیادہ میں 20 رکعات پر مشتمل ہے۔

روزانہ خشوع و خضوع اور تدبر کے ساتھ قرآن حکیم مع ترجمہ ”عرفان القرآن“ کی تلاوت کریں۔

درج ذیل وظائف روزانہ ایک ایک ہزار مرتبہ پڑھیں:

دروود شریف: **اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدِ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ.**

استغفار: **أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الْعَظِيمَ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَمْدُ لِلَّهِ الْقَيُّومُ وَأَتُوْبُ إِلَيْهِ.**

کلمہ طیبیہ: **لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ مُحَمَّدُ رَسُولُ اللَّهِ.**

پہلے عشرے میں ہر نماز کے بعد رَبِّ اغْفِرْ وَارْحَمْ وَأَنْتَ خَيْرُ الرَّاحِمِينَ کا ورد ایک سو مرتبہ کریں۔

دوسرے عشرے میں ہر نماز کے بعد أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ رَبِّيْ مِنْ كُلِّ ذَنْبٍ وَأَتُوْبُ إِلَيْهِ کا ورد ایک سو مرتبہ کریں۔

تیسرا عشرے میں ہر نماز کے بعد أَلَّهُمَّ أَجِزْنَا مِنَ الدَّارِيَا مُجِيْرِيَا مُجِيْرِيَا مُجِيْرِيَا ورد ایک سو مرتبہ کریں۔

حضور نبی اکرم ﷺ نے شب قدر میں درج ذیل دعا پڑھنے کی تلقین فرمائی ہے: **أَلَّهُمَّ إِنَّكَ عَفْوٌ تُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّي.** لہذا آخری عشری کے ہر طاق رات میں کثرت کے ساتھ اس کا ورد کریں۔

علاوہ ازیں ہماری کتاب ”القیوپات الحمدیہ“ میں درج فرض نمازوں کے بعد کئے جانے والے بقیہ وظائف کو اپنا معمول بنائیں اور ہر فرض نماز کے بعد سُبْحَانَ اللَّهِ، **الْحَمْدُ لِلَّهِ، اللَّهُ أَكْبَرُ** کی ایک تسبیح کریں۔ آیہ الکرسی اور مذکورہ بالا استغفار پڑھیں۔

رحمتوں اور سعادتوں بھرے اس مہینے میں کثرت کے ساتھ صدقات و خیرات کو اپنا معمول بنائیں اور محتاجوں و ضرورت مندوں کی مدد کریں۔

دعا ہے کہ اللہ اور اس کے حبیب مکرم ﷺ کی رضا حاصل کرنے کے لئے ہماری توفیقات میں اضافہ ہو۔ آمین



HEALTHY EATING HABITS

HADIA SAQIB HASHMI

A Muslim woman today carries multiple responsibilities. She nurtures her home, raises children, contributes professionally, maintains relationships, and strives to remain spiritually grounded. These roles complement each other, and Islam honors them as vital responsibilities.

Yet, the physical and mental health required to fulfill these roles is often overlooked, especially when it comes to nutrition. Islam emphasizes strength, balance, and preservation of well-being because a woman's health directly affects her family, her work, and her society.

The Role of Women in Islam: Strength, Not Self-Neglect

Islam places immense value on women as pillars of the family and society. Mothers serve as the first educators of their children, instilling values, emotional stability, and moral guidance. Caretakers of the home provide spaces of comfort, order, and spiritual nourishment, ensuring that

family life remains balanced and harmonious. Contributors to society use their knowledge, skills, and labor to advance communities and serve the greater good.

These roles demand clarity of mind, emotional stability, patience, and physical energy. The Prophet ﷺ emphasized this holistic balance when he said:

“Indeed, your body has a right over you, your family has a right over you, and your Lord has a right over you.” (Bukhari)

This hadith reinforces that caring for one's body is not separate from fulfilling Islamic responsibilities; it enables women to perform all their duties efficiently and compassionately.

Why Nutrition Matters: Fuel for Mind, Mood, and Motherhood

Modern research confirms what Islam encouraged centuries ago: nutrition directly influences mental clarity, emotional balance, and overall performance.

Nutrition and Mental Clarity

The female brain consumes nearly 20% of daily energy. Without adequate protein, iron, healthy fats, and complex carbohydrates, women may experience brain fog, irritability, poor concentration, and reduced decision-making ability. For working mothers managing multiple responsibilities, these deficits can affect both professional and domestic performance.

Nutrition and Emotional Regulation

Fluctuating blood sugar due to skipped meals or high-sugar foods can lead to mood swings, anxiety, and impatience, particularly in interactions with children. A consistently nourished body supports a calmer nervous system, enhancing the quality of emotional and social interactions at home and in the workplace.

Studies demonstrate that poor nutrition results in lower productivity, decreased confidence, and social withdrawal. Islam encourages *ihsan*, excellence in every task, which is only achievable when women maintain physical and mental balance.

Essential Nutrients for Working Women

Women's bodies require specific nutrients to support energy, cognitive function, and emotional stability, particularly given the demands of caregiving and professional life.

| Nutrient | Benefits | Food Sources |
|---------------------|--|---|
| Protein | Supports muscle health, energy, and mood stability | Eggs, chicken, lentils, yogurt |
| Iron | Prevents fatigue, supports brain function | Red meat, spinach, dates, legumes |
| Omega-3 Fats | Enhances cognition and emotional balance | Fish, flaxseed, walnuts |
| Complex Carbs | Provides steady energy, prevents crashes | Oats, whole grains, brown rice |
| Calcium & Vitamin D | Supports bone and muscle function | Milk, yogurt, cheese, sunlight exposure |
| Hydration | Essential for cognition and emotional regulation | Water, herbal teas, soups |

Practical Tip: Incorporating these nutrients in small, consistent meals throughout the day is more effective than eating large, irregular meals.

Daily Eating Timings for Busy Schedules

Structured meal timing helps women maintain energy, mood, and concentration throughout the day.

| Time | Purpose | Example |
|-----------------------------|---------------------------------------|---|
| Morning (6:30–8:00 am) | Mental alertness, emotional stability | Eggs + whole-grain bread, yogurt + fruit, dates + nuts |
| Midday (12:00–2:00 pm) | Sustained energy for work | Balanced meal: protein + vegetables + grains; moderate caffeine |
| Afternoon (4:00–5:30 pm) | Prevent fatigue & irritability | Light snack: fruit, nuts, homemade snacks |
| Evening (7:00–8:30 pm) | Recovery & family interaction | Light nourishing meal; avoid heavy fried foods |

Regular meals prevent blood sugar dips, fatigue, and irritability, which helps women remain calm, focused, and patient at home and work.

Sunnah-Based Eating Habits for Health and Balance

The Prophet ﷺ offered guidance that complements modern nutrition science:

- Moderation in eating: Eat to satisfaction, not fullness. Overeating can slow the body and mind.
- Consistent nourishment: Avoid long periods without food except during worship or fasting.
- Hydration: Drink water in small sips throughout the day to optimize digestion and energy.
- Sunnah foods: Dates, milk, honey, olive oil, nuts, and fruits provide energy, immunity, and cognitive support.

Incorporating these practices ensures that women maintain physical energy, mental clarity, and emotional balance, enabling them to fulfill multiple responsibilities.

The Mother's Plate Shapes the Child's Future

Children unconsciously adopt their mother's eating habits, emotional responses, and relationship with food. A mother who practices mindful eating demonstrates:

- Self-respect and self-care: Modeling balanced living shows children that personal health matters.
- Emotional regulation: A nourished body supports a calm mind, influencing household harmony.
- Balanced living: Mindful meals teach moderation and the value of nutrition, shaping long-term health habits.

This aligns with Islam's tarbiyah principle, which emphasizes holistic nurturing through daily habits and lifestyle choices, not just verbal instruction.

Balancing Roles Without Guilt

Islam encourages women to seek ease, preserve health, and maintain balance. Allah says:

“Allah does not burden a soul beyond what it can bear.” (Qur'an 2:286)

Eating healthily and mindfully allows women to fulfill spiritual, familial, and professional responsibilities without exhaustion or guilt. Proper nourishment supports energy for worship, patience with children, focus at work, and engagement in society.

Conclusion

A healthy Muslim woman is preparing to give her best to her family, her workplace, and her community. Her food directly affects:

- Mental clarity: Improves decision-making, problem-solving, and creativity.
- Emotional patience: Supports calm interactions with children and colleagues.
- Professional productivity: Maintains consistent energy and focus.
- Family harmony: Promotes a peaceful and nurturing home environment.



- Social engagement: Enhances confidence and positive interaction within the community.

By combining scientific understanding with Islamic principles, Muslim women can reclaim nourishment as an act of responsibility, worship, and strength, empowering them to thrive in every aspect of life.

Scientific References & Further Reading

1. World Health Organization (WHO). Healthy Diet Fact Sheet.
2. Harvard T.H. Chan School of Public Health. Nutrition and the Brain.
3. National Institute of Mental Health (NIMH). Nutrition and Mental Health.
4. American Journal of Clinical Nutrition. Women's Nutritional Requirements Across the Lifespan.
5. UNICEF & WHO. Maternal Nutrition and Child Development.

۶۶ منہاج القرآن ویکن لیگ حضور ﷺ کی تعلیمات اور فروع عشق مصطفیٰ ﷺ کے لیے اہم کردار ادا کر رہی ہے۔ فروع علم و امن اور اصلاح احوال کے لیے ان کی کوششیں ہر اعتبار سے قابل تحسین ہیں۔ میں منہاج القرآن ویکن لیگ کو 38 ویں یوم تاسیس پر مبارکباد پیش کرتا ہوں۔ ۶۶



ہے تصدکہ اب کریں اک جہان نو آباد



خرم نواز گنڈاپور
ناٹم اعلیٰ منہاج القرآن انٹرنیشنل



۶۶ منہاج القرآن ویکن لیگ نے علم کے فروع اور دلکشی انسانیت کی خدمت کے لیے 3 دہائیوں میں جو عملی کردار ادا کیا ہے ایسی محنت اور کارناموں کا کوئی اور غیر سرکاری تنظیم دعویٰ بھی نہیں کر سکتی۔ منہاج القرآن ویکن لیگ منہاج القرآن کا تعلیم یافتہ نظریاتی چہرہ ہے میں 38 ویں یوم تاسیس پر اپنی بہنوں کو ان کی شاندار خدمت پر خراج تحسین پیش کرتا ہوں۔ ۶۶



ہے تصدکہ اب کریں اک جہان نو آباد



نور اللہ صدیقی
نائب ناظم اعلیٰ میڈیا افیئرز



ہے قصد کہ اب کیں اک جہان نوآباد

38th
FOUNDATION DAY
5TH JANUARY 1988-2026
MINHAJ-UL-QURAN
WOMEN LEAGUE



”منہاج القرآن ویمن لیگ اس دور میں مصطفوی تعلیمات کو دنیا کے کوئے کوئے میں پہنچا رہی ہے۔ اس تاریخی موقع پر میں اپنی تمام بیٹیوں اور بہنوں کو 38 ویں یوم تاسیس پر مبارکباد دیتا ہوں۔ اللہ رب العزت سے دعا ہے کہ ہماری بہنوں اور بیٹیوں کی اس محنت کو شرفِ قبولیت بخشے اور اجر عظیم سے نوازے۔“

شیخ الاسلام ادکلنگ محمد طاہر القادری
بانی و مرپرست اعلیٰ منہاج القرآن انگلیش