# حضرات کے مسائل

خواجہ شمس الدین عظیمی

# حضرات کے مسائل

خواجہ شمس الدین عظیمی

# فہرست

حضرات کے مسائل .......... 0
اولاد نہیں ہوتی .......... 23
الرجی کا علاج .......... 23
ایک سو پچاس چھینکیں .......... 23
اندرونی بخار .......... 24
احساس کمتری .......... 24
استغنا اور کیلوریز .......... 25
ایب نارمل زندگی .......... 25
آوارہ لڑکا .......... 26
آٹھ علاج .......... 26
ایمان کی روشنی .......... 27
اقتدار کی جنگ .......... 27
برے خیالات .......... 28
بجلی کے جھٹکے .......... 28
بیوہ عورت .......... 29
بخار .......... 29
روحانی علاج یہ ہے .......... 30
بچوں کی نفسیات .......... 30

بدعقیدہ ........................................ 30
بزدلی کی تصویر ........................................ 31
پرانی پیچش ........................................ 31
پولیو کا علاج ........................................ 31
پراسرار بیماری ........................................ 32
پیٹ کی تکلیف ........................................ 32
پسینہ آنا ........................................ 32
پیدائشی دماغی معذور ........................................ 33
ترقی نہیں ہوتی ........................................ 33
ٹائی فائیڈ کے اثرات ........................................ 34
ٹانگیں کپکپاتی ہیں ........................................ 34
ٹانگیں کمزور ہیں ........................................ 34
جادو کا توڑ ........................................ 35
جلد بازی سوال ........................................ 35
جنسی مسائل ........................................ 36
جسم اچھل اچھل جاتا ہے ........................................ 36
جن ........................................ 36
چاند گرہن ........................................ 37
حسد کی عادت ........................................ 37

حاسد بہنوئی ........................................ 37
خوف........................................ 38
خود سے باتیں کرنا........................................ 38
خوفناک شکلیں نظر آتی ہیں ........................................ 38
خیالی پلاؤ........................................ 39
خون میں کمزوری ........................................ 39
دنیابیزاری........................................ 39
دماغ کے اوپر خول چڑھ گیا ہے ........................................ 40
دستخط کیجئے اور مسئلہ حل........................................ 40
دل میں درد ........................................ 40
دمہ ........................................ 41
دریااور سبزہ زار........................................ 41
دماغ کے اعصاب........................................ 42
دماغی توازن........................................ 42
ذہنی سکون........................................ 42
ذہنی الجھنیں........................................ 43
روح سے ملاقات ........................................ 43
روح کاالارم........................................ 44
روحانی غذا ........................................ 44

زنانی آواز ........................................ 44
زبان ساتھ نہیں دیتی ........................................ 45
زبان کھل جائے گی ........................................ 45
سایہ ........................................ 46
سانس کی بیماری ........................................ 46
سوچوں میں ڈوبے رہنا ........................................ 47
سیلاب اور سیمنٹ ........................................ 47
شوہر لندن میں ہیں ........................................ 48
شباب آمیز کہانیاں ........................................ 48
طلبہ متوجہ ہوں ........................................ 49
عشق کا سمندر ........................................ 49
فحش خیالات ........................................ 50
فالج ........................................ 50
قلب کی سیاہی ........................................ 50
قوت ارادی ........................................ 51
کرایہ دار ........................................ 51
کلر تھراپی ........................................ 51
گردوں میں پتھری ........................................ 52
گیس کا مرض ........................................ 52

لنگڑی کا درد ........................................ 52
ملازمت میں ترقی ........................................ 53
مستقل خارش ........................................ 53
مالی پریشانیاں ........................................ 54
مردے نظر آنا ........................................ 54
منگیتر کی نفرت ........................................ 54
نماز پڑھنے کو دل نہیں چاہتا ........................................ 55
نعمت یا زحمت ........................................ 55
ہڈیوں کی بیماری ........................................ 55
ہیروئن ........................................ 56
ہمنوا دل ........................................ 56
آسیب اور بنفشہ کے پتے ........................................ 57
آنتوں میں خشکی ........................................ 57
ایک نارمل سوچ ........................................ 57
اسکرین پر تصویر الٹ دیں ........................................ 58
انسان اور شیطان ........................................ 58
آدمی کے اندر درخت ........................................ 59
باغ، دریا، سبزہ زار ........................................ 60
پلکیں کیوں جھپکتی ہیں ........................................ 60

پائیریا ........ 60
توانائی کی لہریں ........ 61
ٹیلیفون ........ 61
جن بھوت کا سایہ ........ 62
جنسی خیالات ........ 62
جینئس آدمی ........ 62
چلی جا یہاں سے ........ 63
چاندی کا کٹورا ........ 63
حلول ........ 64
خوبصورت اور شریف دلہن ........ 64
خمیرہ مروارید ........ 64
خصوصی دعا ........ 65
دماغی کمزوری ........ 65
دانت پیسنا ........ 66
دمہ ........ 66
ڈبے کا دودھ ........ 67
رنگ اور روشنی سے علاج ........ 67
روٹی کے تین ٹکڑے ........ 67
زندگی کا طرز عمل ........ 68

سردی سے نیند آجاتی ہے........ 69
سوچ کا زاویہ ........ 69
سنہری رنگ اور کبوتر کا پر........ 69
ستارہ روشن ہے ........ 70
سینے میں چھری........ 70
سر کا آدھا حصہ گنجا ہو گیا ہے........ 71
شیطان کی باتیں ........ 71
شعور اور مٹھاس ........ 71
شگفتہ چہرہ........ 72
ضمیر کی ملامت ........ 72
طوطا پیر ........ 73
طالبات اور طلباء........ 73
عرش کے نیچے........ 74
عظیم طاقت........ 74
غصہ ........ 75
فہم و فراست کا چشمہ........ 75
فالج نہیں ہوتا........ 75
قوت ارادی مسائل کا حل........ 76
کوئی گلا دباتا ہے........ 76

کرایہ دار ........................................ 77

کاروبار میں برکت ........................................ 77

کاروبار میں بندش ........................................ 77

کمر میں درد ........................................ 77

گردے متاثر ہیں ........................................ 78

گھر میں دل نہیں لگتا ........................................ 78

گردن ہلتی ہے ........................................ 79

گیس کا مرض ........................................ 79

مسئلے دو حل ایک ........................................ 80

مزاج میں بچپنا ........................................ 80

مقناطیسی لہریں ........................................ 80

مثانہ میں پانی ........................................ 81

مرگی کا دورہ ........................................ 82

مطمئن رہیں ........................................ 82

نروس نہیں ........................................ 82

ناشکری اور برکت ........................................ 83

نماز میں یکسوئی ........................................ 83

ناشکری ........................................ 84

نقطے اور پرانا نزلہ ........................................ 84

نشہ کی گولیاں ........ 85
نرم دل........ 85
ناگہانی مصیبت........ 85
نشہ سے نجات........ 86
وظیفوں کا بوجھ ........ 86
ہڈی بڑھنا........ 86
یااللہ ........ 87
آنکھ کی بینائی زائل ہو چکی ہے ........ 87
انگلیاں کانپتی ہیں ........ 87
اس کے فراق میں ........ 88
ابا ماریں گے ........ 88
اللہ کے دوست ........ 89
آنکھوں کا ہم نوا دل ........ 89
اللہ کے دوستوں کو خوف نہیں........ 90
آنکھوں سے چنگاریاں........ 90
ایسی حرکتیں سرزد ہو جاتی ہیں ........ 91
بادی بواسیر کا علاج........ 91
بھگندر کا علاج ........ 92
بھوت پریت کا اثر........ 92

بھنگ، چرس اور ہیروئن ........................................ 93
بادل کی گرج، بجلی کی چمک ........................................ 93
بہادر اور دلیری ........................................ 94
بھوک نہیں لگتی ........................................ 94
پاپا ہسپتال میں داخل ہیں ........................................ 94
پرانے نزلہ کا علاج ........................................ 95
پسینہ پسینہ ہو جاتا ہوں ........................................ 95
پیر پکڑے گھر بیٹھا رہتا ہوں ........................................ 96
پریشانی، مالی درماندگی اور روزگار ........................................ 96
پھونکیں ........................................ 96
پرانا نزلہ ........................................ 97
پتہ نہیں میں کیا ہو گیا ہوں ........................................ 98
پلک جھپک جائے تو کوئی حرج نہیں ........................................ 98
تنگدستی، بیروزگاری، معاشی بدحالی ........................................ 99
تباہی کا راستہ ........................................ 99
تباہی کے گڑھے میں ........................................ 99
تین گلوکوز کی بوتلیں ........................................ 100
ٹائم اسپیس سے آزاد ........................................ 100
ٹیڑھی گردن ........................................ 101

ٹھیک ہو جاتا ہوں ........ 101
ٹھنڈی ہوا کی شدید طلب ........ 102
ٹوٹا پھوٹا انسان ........ 102
جڑی بوٹیوں میں حیرت ناک اثرات ........ 103
جسمانی کج روی ........ 103
جنات کا گروہ ........ 104
جسم میں آگ ........ 104
چہل قدمی ........ 104
حق باہو ........ 105
حقیقی کل کبھی نہیں آتی ........ 105
خونی بواسیر ........ 106
خوبصورت مرد ........ 106
خیالات کی فلم ........ 107
دعا مقبول ہونے کا طریقہ ........ 107
دس سال پہلے ........ 108
دواؤں سے علاج ........ 108
دنیا میں جنت ........ 109
دماغ میں زبان ........ 109
دستِ غیب ........ 110

دماغ پر بجلیاں گرائی گئی ہیں............................................................ 110
دس علاج ایک بیماری............................................................ 111
دل کی بیماری............................................................ 112
دن میں پندرہ مرتبہ پیشاب آتا ہے............................................................ 112
ڈپریشن............................................................ 112
روحانی قوت کیا ہوتی ہے؟............................................................ 113
روزانہ 25 الٹیاں آتی ہیں............................................................ 113
رقص و سرور............................................................ 115
ذہنی خلفشار............................................................ 115
ذہنی انتشار............................................................ 115
زندگی سے مایوس............................................................ 115
سفید داغ، روحانی علاج............................................................ 116
سر درد کا علاج............................................................ 117
سفلی عمل کا توڑ............................................................ 117
سات سال سے ہاتھ کانپتے ہیں............................................................ 117
سر بہت بڑا ہے............................................................ 118
ساٹھ ہزار روپے............................................................ 118
سوا لاکھ مرتبہ کلمہ طیبہ............................................................ 119
ساٹھ ہزار روپے............................................................ 119

مسلسل بول ........................................ 120
سونگھنے کی حس ختم ہوگئی ہے ........................................ 120
مسلسل بول ........................................ 121
شادی میں رکاوٹ ........................................ 121
صحیح اور غلط کام ........................................ 121
صاحبزادہ کی شادی ہوئی ........................................ 121
صحت مند زندگی ........................................ 122
ضد اور غصہ ........................................ 122
طلباء کے مسائل ........................................ 123
عجیب وغریب ........................................ 123
عینک کا فلسفہ ........................................ 124
غم اور تبسم ........................................ 124
غیر فطری عمل ........................................ 124
فہم وفراست ........................................ 125
فحش کتابوں کا مطالعہ ........................................ 125
قرض خواہ جان کے دشمن ........................................ 125
قلندر باباجی اولیاءؒ ........................................ 126
قرض اور سفلی ........................................ 126
قانون قدرت ........................................ 127

قرض کا انبار ........................................ 127

کچھ نہیں، کچھ بھی نہیں ........................................ 128

کرکٹر اور بیٹنگ ........................................ 129

کینسر کس طرح پیدا ہوتا ہے ........................................ 129

کھچیاں ٹانگیں ........................................ 130

کمزور حافظہ ........................................ 130

گرمی میں بھی لحاف اوڑھتا ہوں ........................................ 130

گھن ........................................ 131

لرزہ ........................................ 132

لوگ مجھے لڑکی سمجھتے ہیں ........................................ 132

لاکھوں پتی بننے کا عمل ........................................ 132

لاعلاج مرض کا علاج ........................................ 133

مسائل روزگار ........................................ 134

معالج کا مشورہ ........................................ 135

نوکری کی تلاش ........................................ 135

نو نمبر کی انگوٹھی ........................................ 135

نئی طاقت ........................................ 136

نادیدہ طاقت ........................................ 136

ناسور کا علاج ........................................ 136

نافرمان اولاد ........ 137
نروس بریک ڈاؤن ........ 137
واپسی مشکل ہے ........ 137
ہمارے ابا جی ........ 138
احساس کمتری ........ 138
اداسی چھائی رہتی ہے ........ 139
اسطخودوس ........ 139
السر ........ 140
اعصابی مریض ........ 140
اندھیرا ........ 140
اندھیرا ........ 141
آنکھ میں ناسور ........ 141
آنکھ میں چوٹ ........ 141
آندھی ........ 142
امراض قلب ........ 142
بایاں حصہ کمزور ........ 143
باریک آواز ........ 143
بیماریوں کا مجموعہ ........ 144
بارش ........ 144

بخار، الٹیاں ........ 144
برکت ........ 145
باادب بانصیب، بے ادب بے نصیب ........ 145
بہترین انسان ........ 145
پیٹ میں کیڑے ........ 146
پاس ہو جاؤں ........ 146
پیچیدہ امراض ........ 146
پاکیزہ انسان ........ 147
پیٹ میں کیڑے ........ 147
تسخیر ہمزاد ........ 148
تشخیص ........ 148
ٹی بی ........ 149
جسم میں جھٹکے لگتے ہیں ........ 149
جنس میں ردوبدل ........ 150
چڑیوں کو باجرہ ڈالیں ........ 150
حسرت ویاس ........ 150
حسد ........ 151
خاتون وزیر اعظم ........ 151
داڑھی کے بال ........ 152

درود خضری ........................................ 152
ریڈیو۔ٹی وی ........................................ 152
روزگار ........................................ 153
روشنی ........................................ 153
روشن حافظہ ........................................ 153
زوردار جھٹکا ........................................ 154
سانپ کا خوف ........................................ 154
سبز روشنی مراقبہ ........................................ 154
سرخ شعاعیں ........................................ 155
سونف ........................................ 155
سنگین مسئلہ ........................................ 155
سورۃ الکوثر ........................................ 156
سورہ لہب ........................................ 156
سردرد ........................................ 156
سمجھ بوجھ سے کام لیں ........................................ 157
شہوانی خیالات ........................................ 157
شہد ........................................ 157
شمال رخ ........................................ 158
شوہروں کی تربیت ........................................ 159

شک ................................................................ 159

صراط مستقیم................................................................ 160

عصر کے بعد................................................................ 160

عجوہ کھجور................................................................ 161

فجر کی چالیس نمازیں................................................................ 161

فضل و کرم................................................................ 161

فرض شناس ................................................................ 162

فلم................................................................ 162

قلندر باباولیاءؒ کی 27 ویں................................................................ 162

قدرت کا تماشہ ................................................................ 163

قوت ارادی................................................................ 163

کَیفَ خَلَقَت ................................................................ 163

کارٹون ................................................................ 164

کام میں دل نہ لگنا................................................................ 164

کالا بکرا تین مرغے ................................................................ 164

کھانسی نزلہ کی شکایت رہتی ہے ................................................................ 165

کاروبار ................................................................ 165

کوئی عامل نہیں چھوڑا................................................................ 166

کمر میں درد کا علاج................................................................ 166

کشش ........ 167
کمزور حافظہ ........ 167
کندھوں پر کوئی سوار رہتا ہے ........ 167
گھبراہٹ اور قے ........ 168
گردوں میں جلن ہوتی ہے ........ 168
گھریلو معاملات ........ 169
گرم جلیبی ........ 169
گنج دور ہونے کیلئے ........ 170
گوشت پوست کے کمپیوٹر ........ 170
گریجویٹ ........ 170
لکنت ........ 171
لکنت ........ 171
میرا لڑکا آوارہ ہوگیا ........ 171
معاشی مسائل ........ 172
موکلات اور ذہنی عذاب ........ 172
مثانہ میں غدود ........ 172
موت کا انتظار ........ 173
مفلوج شخصیت ........ 173
مایوس نہ ہوں ........ 174

مکافاتِ عمل ........................................ 175

ماورائی طاقت اور روحانی علاج ........................................ 176

مراقبہ اور ماورائی تصویریں ........................................ 176

مشین مین ........................................ 177

میرا جسم بوجھ ہے ........................................ 177

نماز میں یکسوئی ........................................ 178

نیند نہیں آتی ........................................ 178

نامعلوم بیماری ........................................ 179

نزلہ ........................................ 179

ھوالشافی ........................................ 180

نشہ کی عادت ........................................ 180

نارمل باپ ........................................ 180

والد کی بیماری اور کاروباری پریشانی ........................................ 181

وہم کا مرض ........................................ 181

ہونٹ ........................................ 181

ہر وقت غصہ ........................................ 182

ہڈی بڑھ گئی ........................................ 182

ہمت مرداں ........................................ 182

ہائی بلڈ پریشر ........................................ 183

یَاسَلَامُ.................................................................................................... 183

یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ.................................................................................................... 184

یَارَحِیْمُ.................................................................................................... 184

یَافَتَّاحُ.................................................................................................... 184

www.ksars.org

# اولاد نہیں ہوتی

سوال: میری شادی کو چار سال گزر گئے ہیں لیکن ابھی تک اولاد سے محروم ہوں۔ میری عمر 22 سال اور بیوی کی عمر 25 سال ہے۔ آپ سے عرض ہے کہ کوئی علاج تجویز فرمائیں۔

جواب: خالص السی کا تیل ایک نیلے رنگ کی بوتل میں بھر لیں۔ اگر نیلے رنگ کی بوتل نہ مل سکے تو کسی بھی ٹرانسپیرنٹ بوتل پر وہ پلاسٹک چڑھا لیں جو اگر بتیوں کی پیکٹ پر چڑھی ہوئی ہے۔ اس تیل کو چالیس دن تک ایسی جگہ پر رکھیں جہاں دن بھر اس پر دھوپ پڑتی رہے۔ اگر درمیان میں مطلع ابر آلود ہو جائے تو یہ دن شمار کر کے دنوں کی تعداد بڑھا دیں۔ نیلی شعاعوں سے تیار کردہ اس تیل کو رات کو سوتے وقت اور صبح نہار منہ دائروں کی صورت میں کمر پر ریڑھ کی ہڈی کے جوڑ پر مالش کریں جو دونوں کولہوں کے درمیان ہوتا ہے۔ وہ تمام حضرات جن میں جرثوموں کی کمی ہو اس طریقے سے فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔

# الرجی کا علاج

سوال: آج سے 2 سال پہلے نزلہ ہوا۔ اس کے بعد سارے جسم پر سرخ سرخ نشانات پڑ گئے، ہونٹ نیلے ہو گئے۔ ڈاکٹروں نے اس کو الرجی قرار دیا اور کہا کہ یہ لاعلاج مرض ہے۔ یکایک یہ مرض ختم ہو گیا اور نشانات بھی مٹ گئے مگر 3 ماہ پہلے یہ مرض پھر عود کر آیا ہے۔ بدن پر خارش ہوتی ہے اور شام ہوتے ہی سارے جسم پر سرخ رنگ کے نشانات پڑ جاتے ہیں اور ان میں جلن ہوتی ہے۔ رات بھر یہ تکلیف رہتی ہے۔ صبح کو خود بخود ختم ہوتی ہے۔ البتہ آنکھوں، پلکوں، ہاتھوں، پیروں اور انگلیوں میں اذیت ناک خارش ہو جاتی ہے۔

جواب: مرض جس قدر پیچیدہ اور شدید ہے اس کا علاج اتنا ہی سہل اور آسان ہے۔ سونف صاف کر کے رکھ لیجئے۔ صبح، دوپہر، شام کھانے کے بعد چار چار ماشہ یعنی ہتھیلی بھر کر پھانک لیا کیجئے اور اس کے بعد نیم گرم پانی پی لیجئے۔ نیم گرم پانی پینا اپنا معمول بنا لیں۔

# ایک سو پچاس چھینکیں

سوال: پورے سال ناک سے پانی بہتا ہے اور چھینکیں آتی رہتی ہیں۔ یہ صبح کے وقت شروع ہوتی ہیں اور زوال کے وقت تک تقریباً سو ڈیڑھ سو چھینکیں آ جاتی ہیں۔ سورج ڈھلنے کے ساتھ ساتھ یہ چھینکیں ختم ہو جاتی ہیں۔ ہر وقت جسم تپتا رہتا ہے۔ اٹھتے بیٹھتے لڑکھڑا جاتا ہوں۔ آنکھوں کے سامنے اکثر و بیشتر اندھیرے کا ایک پردہ آ جاتا ہے۔ دماغ سن رہتا ہے۔ معلوم ہوتا ہے کہ جسم کھوکھلا ہے۔ خود کو ہوا میں اڑتا ہوا محسوس کرتا ہوں۔ گردن کے پٹھوں اور کمر میں شدید جلن اور درد رہتا ہے۔ حافظہ جواب دے گیا ہے اور سر کے بال تیزی سے جھڑ رہے ہیں۔

جواب: دس سیر کالے چنے لے کر گھر میں صاف کر کے پسوا لیں۔ صبح، دوپہر، شام کھانے سے پہلے اس آٹے کی ایک روٹی پکوا کر کھا لیا کریں۔ کھانے سے پہلے روٹی پر مکھن چپڑ لیا کریں۔ مکھن خالص ہونا چاہئے۔ دس سیر چنوں کا آٹا آپ کے مرض کا مکمل علاج ہے۔

# اندرونی بخار

سوال: آج سے چھ سال قبل جب میری عمر گیارہ سال تھی تو مجھے ٹائی فائیڈ ہوا۔ بیماری کے دوران ایک جگہ گیا جہاں کیلے تقسیم کئے گئے جیسے ہی کیلا میرے حلق سے نیچے اترا مجھ پر غشی طاری ہو گئی، کچھ ہوش نہ رہا کہ کیا ہوا۔ جب آنکھ کھلی تو ہسپتال میں تھا، بے ہوشی کی حالت میں مجھ پر کیا بیتی مجھے نہیں معلوم البتہ گھر والے کہتے ہیں کہ آنکھیں چڑھ گئی تھیں اور گردن اکڑ گئی تھی۔ جب ہسپتال سے چھٹی ملی تو ڈاکٹر نے بتایا کہ مجھے دماغ کی ٹی بی ہو گئی ہے۔ دوسرے ڈاکٹروں نے کوئی وضاحت نہیں کی، علاج ہوتا رہا۔ ایک دن جب میں سو کر اٹھا تو اچانک چکرا کر گر گیا، گھر والوں نے اٹھا کر لٹایا اس وقت میرے بائیں حصہ پر فالج کا اثر ہوا۔ علاج سے فالج کا اثر ختم ہو گیا اور اب میں آرام سے چل پھر سکتا ہوں لیکن اب بھی سوتے وقت عجیب حالت ہو جاتی ہے، دماغ گھومتا ہے، دل گھبراتا ہے اور ایسا محسوس ہوتا ہے جیسے بستر ہوا میں اڑ رہا ہو۔ اکثر اس خوف کی وجہ سے نیند کوسوں دور چلی جاتی ہے۔ جب میں رات کو کسی گاڑی میں سفر کرتا ہوں تو یہی حالت ہو جاتی ہے اور کئی گھنٹوں تک حواس قابو میں نہیں آتے سفر کے بعد بھی ایسا محسوس ہوتا ہے جیسے اب بھی گاڑی میں سفر کر رہا ہوں۔

جواب: یہ ساری علامات اندرونی بخار کی ہیں۔ بخار کے ساتھ بلڈ پریشر کا بھی پتہ چلتا ہے۔ کیلا کھانے سے ٹھنڈ کی وجہ سے بخار دماغ کی طرف چلا گیا اور دماغ کے خلیے متاثر ہو گئے جس کی بناء پر بے ہوشی طاری ہو گئی۔ اب بھی بخار کے اثرات موجود ہیں۔ نہایت توجہ اور پرہیز کے ساتھ مرض کے خاتمہ کے لئے پورا علاج ہونا ضروری ہے۔ دوا دارو کے علاج کے ساتھ ساتھ روحانی علاج یہ ہے:

جب بھی کوئی مشروب پانی، چائے یا دودھ پئیں ایک بار بِسۡمِ اللّٰهِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِيۡمِ۔ هُوَاللّٰهُ الۡخَالِقُ الۡبَارِئُ الۡمُصَوِّرُلَهُ الۡاَسۡمَآءُ الۡحُسۡنٰى پڑھ کر دم کر کے پئیں۔ سمندر جھاگ، نہایت باریک پیس کر کاغذ میں پڑیا بنا کر تکیہ کے نیچے رکھ دیں۔ یہ پڑیا ہر 24 گھنٹے کے بعد تبدیل کر دیں۔ ایک پڑیا میں ایک تولہ میدہ کی طرح باریک پسا ہوا سمندر جھاگ کافی ہے۔ چالیس روز کے علاج سے انشاءاللہ بخار سے نجات مل جائے گی۔

# احساس کمتری

سوال: میں احساس کمتری کا مریض ہوں۔ مجھ میں خود اعتمادی بالکل نہیں ہے۔ چلتا ہوں تو ایسا محسوس ہوتا ہے کہ میری چال بہت خراب ہے...........لوگ مجھ دیکھ کر میرا مذاق اڑاتے ہیں۔ کسی سے بات کرتا ہوں تو دل میں یہی خیال رہتا ہے کہ مجھ سے بڑا ہے۔ میں کالج میں سائنس کا طالب علم ہوں کلاس میں سر مجھ سے کوئی سوال کرتے ہیں یا حاضری کے لئے رول نمبر پوچھتے ہیں تو میں بہت زیادہ گھبرا جاتا ہوں، زبان لکنت آ جاتی ہے۔ حلق سے آواز نہیں نکلتی۔ عظیمی صاحب! کلاس میں کھڑے ہو کر جواب دینے کے تصور سے ہی میری روح فنا ہو جاتی ہے۔ میں گھر سے بھی بہت کم باہر نکلتا ہوں۔ ہر وقت مایوس اور افسردہ رہتا ہوں۔

جواب: احساس کمتری اور نروس نیس کے لئے سرخ رنگ بہت مفید ہے۔ نیز نارنجی رنگ بھی جس سے دل کی پریشانی دور ہو کر سکون ملتا ہے، استعمال کیا جاتا ہے۔ ایک چھوٹی سی ٹوکری میں نارنگیاں بھر کر کمرے میں رکھ لی جائیں اور روزانہ نارنگیوں پر چند منٹ نگاہ کو مرکوز رکھا جائے۔ اس کے ساتھ صبح سویرے اٹھتے ہی ایک بڑے آئینے کے سامنے تن کر کھڑے ہو کر اپنے سراپا پر ٹکٹکی باندھ کر دیکھیں اور دو تین منٹ تک آہستہ آہستہ دل میں یہ الفاظ دہرایئے ''ہر چیز دلفریب اور خوشگوار ہے' میں کسی سے کمتر نہیں ہوں جو چاہوں وہ کر سکتا ہوں۔'' یہ عمل کرنے کے بعد چند منٹ تک کمرے میں چہل قدمی کریں اور پھر آئینے کے سامنے کھڑے ہو کر وہی عمل دہرائیں۔ اس طرح یہ عمل روزانہ تین دفعہ کیا جائے۔ علاج کی مدت ایک کم چالیس روز ہے۔

# استغنااور کیلوریز

سوال: ہمارے گھر میں روپے پیسے کی کمی نہیں ہے۔آرام وآسائش کی ہر چیز مہیاہے لیکن پھر بھی حال یہ ہے کہ گھر کاماحول گھٹا گھٹاسا معلوم ہوتا ہے اور اس کے مکین بجھے بجھے سے لگتے ہیں۔امراض اور جسمانی عوارض نے گھر کے لوگوں کو اپنا مستقل نشانہ بنار کھاہے۔ کبھی کوئی بیمار ہو جاتا ہے اور کبھی کسی کو کوئی مرض آن پکڑتا ہے۔بے سکونی نے گھر پر ڈیرے ڈال رکھے ہیں۔افراد خانہ پر چڑچڑاپن سوار رہتا ہے اور بات بات پر تیز کلامی کی نوبت آجاتی ہے۔ایک جاننے والے نے بتایا کہ ہمارے گھر پر کسی نے کچھ کرادیا ہے۔تاکہ ہم لوگوں کو سکون نہ ملے۔ہم نے جادو کے توڑ کے لئے کئی عمل خود بھی کئے اور عاملوں سے بھی کروائے لیکن ابھی تک اس کا کوئی توڑ نہیں ہو سکا ہے۔آپ سے درخواست ہے کہ اپنے علم کی روشنی میں اس صورتحال کاتدارک کریں۔

جواب: انسان جس ماحول میں زندگی گزارتا ہے اس کے اثرات کاذہن اور جسم پر مرتب ہونالازمی امر ہے۔اگر ماحول میں الجھاؤ نہیں ہے، ذہنی استغنا موجود ہے تو انسان کے اندر روشنیوں کاذخیرہ کم خرچ ہوتا ہے۔ یہ وہی روشنیاں ہیں جو لائف اسٹریم کی حیثیت سے ہر آدمی کے اندر ذخیرہ ہوتی ہیں۔ان روشنیوں کااعتدال سے خرچ ہوناہی صحت بخش زندگی کی علامت ہے۔سائنس بھی ہمیں بتاتی ہے کہ توانائی (کیلوریز) بنتی اور استعمال ہوتی رہتی ہے۔آدمی کو اصولی طور پر اس دنیامیں بنیادی ضروریات کے علاوہ کچھ نہیں چاہئے۔اب یہ اس کی مرضی ہے کہ وہ خود کو کس حدتک دنیوی معاملات میں الجھالیتا ہے۔

مثلاًایک کمرہ جس میں صرف ایک چارپائی بچھی ہوئی ہے اور ایک دوسرا کمرہ ہے جس میں صوفہ سیٹ، دیوان، میز، قالین وغیرہ ہیں۔ قانون یہ ہے کہ جب ہم کسی چیز کی طرف متوجہ ہوتے ہیں یااسے دیکھتے ہیں تو اس چیز کا عکس ہمارے دماغ کی اسکرین پر پڑتا ہے اور اس عمل میں کیلوریز خرچ ہوتی ہیں۔ جب ہم دوسرے کمرے میں موجود ہوتے ہیں تو اس وقت وہ انرجی جسے زندگی کا ایندھن بنناچاہئے، صوفہ سیٹ اور قالین وغیرہ کی نذر ہو جاتی ہے۔ علی ہذا القیاس، زندگی میں کام آنے والی انرجی بے شمار وسائل کے حصول، اس کی فکر، رکھ رکھاؤاور اس کے استعمال میں خرچ ہو جاتی ہے اور ترقی اور اسٹیٹس کاعفریت آدمی کو نگل کر موت کے منہ میں ڈال دیتا ہے۔

آپ کے گھر میں جو صورتحال درپیش ہے اس کے تجزیہ سے یہ بات ازخود سامنے آجاتی ہے کہ زندگی کو خوشی، سکون اور صحت سے ہمکنار کرنے کے لئے ضروری ہے کہ آدمی کے اندر ذہنی استغناء موجود ہو۔ذہن میں استغناء کو جگہ دینے کے ساتھ ساتھ معاشی وسائل اور ذرائع کو مخلوق خدا کے لئے وقف کریں تاکہ روپے پیسے کی طرف سے ایک توازن پیداہو۔یہ عمل استغناء کے حصول میں بہت معاون ثابت ہو گا۔

# ایب نارمل زندگی

سوال: میرا چھوٹابھائی جس کی عمر دس سال ہے آج سے تقریباًایک مہینہ پہلے اپنی والدہ کے ساتھ صدر گیا۔وہاں بس اسٹاپ پر بس کے ہارن سے اس قدر خوفزدہ ہوا کہ ہاتھ پاؤں سن اور حلق خشک ہو گیا، رنگ بھی پیلاپڑ گیا۔اس کے بعد حال یہ ہوا کہ اس کا حلق خشک رہنے لگا اور وہ ہر وقت پانی پینے لگا۔ بار بار پیشاب کی حاجت ہونے لگی۔ والدہ نے بھائی کو اسی وقت ہسپتال پہنچایالیکن ڈاکٹروں نے اسے نارمل قرار دے دیا۔دوسرے تیسرے دن پھر بھائی پر وہی دورا پڑا۔اور اسی طرح ہاتھ پاؤں سن ہو گئے، حلق خشک ہو گیا۔ایک عجیب بات یہ ہے کہ اگر کوئی گانا دورے کے وقت گایاجارہاہو تو وہی گانادوبارہ سننے پر رونے لگتا ہے۔خاص طور پر صبح کے وقت یہ دورہ شدت اختیار کرلیتا ہے۔آنکھوں کے پپوٹے بھاری ہو جاتے ہیں اور دورہ شروع ہو جاتا ہے، ہر وقت خوفزدہ رہتا ہے، اسے ایک وہم یہ بھی ہے کہ اس پر اثر ہے، گھٹن کی وجہ سے ہر وقت ٹہلتار ہتا ہے۔ کبھی پیٹ میں درد، کبھی سینے میں درد اور کبھی سر میں درد کی شکایت کرتا ہے۔ای سی جی ٹھیک ہے۔پیشاب اور خون کے ٹیسٹ بھی نارمل ہیں۔اس کے باوجود بھائی ہر وقت دل پر ہاتھ رکھے دھڑکن چیک کرتار ہتا ہے۔دل کی دھڑکن اتنی تیز ہو جاتی ہے کہ آواز صاف سنائی دیتی ہے۔ہم سے اس کی یہ حالت دیکھی نہیں جاتی۔

جواب: بہت سارے مور کے پر جمع کر کے ان پروں میں سے ہڈی الگ کرلی جائے۔ نقش ونگار سے مزین جوپر باقی رہ جائیں۔ان سے قرآن پاک کی آیت ما کذب الفواد مارای لکھیں۔طریقہ یہ اختیار کریں کہ کسی خوشنویس سے دوہرے خط میں موٹے قلم سے یہ آیت چکنے کاغذ پر لکھوالیں۔یہ دوہراخط اتنا کھلا ہونا

چاہئے کہ اس میں مور کے پر آسانی کے ساتھ چپک جائیں۔اس سفید کاغذ کو سیاہ مخمل کے کپڑے پر رکھ کر فریم کرالیں اور صاحبزادے سے کہیں کہ وہ دن رات میں بار بار کچھ وقفہ دے کر اس آیت پر نظر جمائیں۔ کھانوں میں میٹھی چیزوں کا استعمال زیادہ کریں اور خاص طور پر عصر کے بعد سورج غروب ہونے سے پہلے ایک چھٹانک گرم جلیبی کھائیں۔ جلیبی ٹھنڈی نہیں ہونی چاہئے۔اور جلیبی میں شیرہ زیادہ ہونا چاہیئے۔دعا اور دوا کے اصول پر اس علاج سے 40 روز میں انشاءاللہ (abnormality) ختم ہو جائے گی۔

# آوارہ لڑکا

سوال: میرا شادی شدہ لڑکا ہے اور آوارہ مزاج ہو گیا ہے۔ہر وقت فاحشہ عورتوں کے ساتھ رہتا ہے۔بہت کوشش کی ہے لیکن راہ راست پر نہیں آتا۔ اب غیر ملک جانے کی کوشش کر رہا ہے آپ سے دعا ہے کہ اس کے لئے کوئی وظیفہ تجویز فرمائیں تاکہ اس عورت کا خیال اس کے دل سے نکل جائے اور برائی والا راستہ چھوڑ کر نیکی کی طرف جائے۔اپنی منکوحہ عورت سے تعلقات قائم کرلے۔

جواب: رات کو جب آپ کا بیٹا گہری نیند سو جائے تو ان کی بیوی ان کے قریب بیٹھ کر، کھڑی ہو کر یا لیٹے لیٹے ایک مرتبہ سورہ تبت یدا ابی لہب پوری سورت پڑھ دیا کریں اور خود بھی بات کئے بغیر سو جائیں۔ عمل کی مدت چالیس روز ہے۔

# آٹھ علاج

جواب: رات کو سونے سے پہلے گھڑی دیکھ کر 11 بج کر 11 سیکنڈ پر لکڑی کی پیڑی یا چوکی پر شمال رخ بیٹھ جائیں اور وضو کریں۔ وضو میں پیر دھونے کی بجائے پیروں کا مسح کریں۔(اگر پیر گندے ہوں تو وضو سے پہلے دھو کر اچھی طرح صاف کرلیں۔وضو میں نہ پیر دھوئیں)

وضو کرنے کے بعد.......... کھڑے ہو کر نماز کی طرح ہاتھ باندھ لیں، آنکھیں بند کر کے ایک بار "یاودود" پڑھیں اور گیارہ بار درود شریف، پھر ایک دفعہ یاودود پڑھیں اور گیارہ بار درود شریف اسی طرح تیسری بار یاودود پڑھ کر گیارہ بار درود شریف پڑھا جائے یعنی تین بار یاودود پڑھنے کے بعد تینتیس بار درود شریف پڑھنا ہے اس کے بعد پیڑی سے اتر آئیں۔ تخت کے اوپر یا زمین پر دری یا چادر بچھا کر اس طرح لیٹ جائیں کہ پیر شمال کی جانب رہیں۔ دونوں ہاتھ سینے پر رکھ کر آنکھیں بند کرلیں اور یہ تصور کریں کہ گردن سے ناف تک پیٹ کے اوپر صاف شفاف سفید رنگ کھلے منہ کی ایک بوتل رکھی ہوئی ہے۔اس بوتل میں روشنی بھری ہوئی ہے۔ذہن کی پوری طاقت سے بوتل میں اس روشنی کو گھمائیں۔

1۔ معاشی درماندگی، بدحالی اور پریشانی دور کرنے کے لئے جار میں زرد رنگ روشنیوں کو گھمائیں، روشنیوں کو گھمانے کا وقفہ دس منٹ کافی ہے۔

2۔ ایسے میاں بیوی جو بے اولاد ہیں اور کسی بھی قسم کے علاج سے ان کی مراد پوری نہ ہوتی ہو۔ جار میں بینگنی رنگ کی روشنیوں کو گھمائیں۔روشنیوں کو گھمانے کا وقفہ 15 منٹ ہے۔

3۔ احساس کمتری میں مبتلا خواتین و حضرات بوتل یا جار میں نیلی روشنیوں کو گھمائیں۔یہ دماغی کمزوری اور ذہنی پسماندگی کا بھی موثر علاج ہے۔

4۔ آج کل لڑکیوں کی شادی ایک گھمبیر مسئلہ بنا ہوا ہے۔اس مسئلہ کا حل یہ ہے کہ پہلے معیار زندگی کے عفریت سے خود کو آزاد کر کے بوتل یا جار میں 5 منٹ جامنی رنگ کی روشنی کو گھمائیں اور 5 منٹ نارنجی روشنیوں کو گردش دیں۔

5۔ طالبات اور طلباء فہم و فراست میں اضافہ اور ذہن روشن کرنے کے لئے بوتل میں آسمانی رنگ کی روشنیوں کو گھمائیں لیکن یہ عمل کوئی بھی طالب علم یا طالبہ سترہ سال کی عمر سے پہلے نہ کرے۔ جن طلباء و طالبات کی عمر 17 سال سے کم ہے وہ عشاء کی نماز کے بعد اول آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ سو بار یاعلیم کا ورد کر کے دعا کریں۔

6۔ حرص اور لالچ سے نجات پانے کے لئے بوتل یا جار میں سنہری رنگ کی روشنیوں کو گردش دیں اس کے لئے 14 منٹ کا وقفہ کافی ہے۔

7۔ اعصابی ٹوٹ پھوٹ کو کنٹرول کرنے کے لئے بوتل یا جار میں 5 منٹ نیلی روشنیوں کو گھمائیں اور 5 منٹ سبز روشنیوں کو گردش دیں۔ نروس بریک ڈاؤن اگر لو بلڈ پریشر کی وجہ سے ہو تو پہلے 5 منٹ بوتل میں سرخ رنگ روشنیوں کو گھمائیں اور پھر 5 منٹ گہری نیلی روشنیوں کو گردش دی جائے۔

8۔ بڑھے ہوئے پیٹ کو کم کرنے اور موٹاپا کم کرنے کے لئے بوتل یا جار میں سیاہ رنگ روشنیوں یعنی رات کی تاریکی کو گردش دیں۔ اس علاج کا وقفہ 15 منٹ ہے۔

## ایمان کی روشنی

سوال: میں ایک پیٹرول کمپنی میں کام کرتا ہوں اور میرے ساتھ ایک صاحب جو انڈیا کے ہیں لیکن ہندو ہیں، بہت شریف آدمی ہیں، خوش اخلاق ہیں اور وہ ایک سال سے بہت پریشان ہیں، ان کا ایک بیٹا ہے جس کی عمر 12 سال ہے۔ اس بچے کی آنکھ کے اندر درد اور پورے سر میں درد ہوتا ہے۔ اور یہ درد ہر وقت رہتا ہے، کبھی سر درد کم ہوتا ہے لیکن آنکھ میں درد رہتا ہے۔ انہوں نے بہت علاج کروایا۔ انڈیا میں بہت بڑی بڑی میڈیکل انسٹیٹیوٹ میں چیک اپ کروایا۔ کسی نے بتایا کہ مسقط میں کوئی دم کرتا ہے۔ وہاں گئے لیکن فائدہ نہیں ہوا تو ہم سے کہنے لگے کہ آپ ہمارے لئے کیا کچھ کر سکتے ہیں تو کریں۔ مہربانی ہو گی۔ میں نے ان سے کہا کہ میں خواجہ صاحب کا کالم پڑھتا ہوں اور ان سے لوگوں کو بہت فائدہ ہوا ہے۔ میں ان کو خط لکھتا ہوں اور ان کے وظیفے قرآنی آیات کے ہوتے ہیں۔ آپ کس طرح پڑھیں گے وہ کہنے لگے کہ آپ باباجی کو لکھیں وہ جس طرح کہیں گے ہم اس طرح کریں گے۔ امید ہے آپ اس مسئلے کا حل ضرور نکالیں گے اور میں آپ کے لئے دعا کرتا رہوں گا۔ اس آدمی کی پریشانی دیکھی نہیں جاتی۔ ایک غیر مذہب کو شاید اللہ تعالیٰ ایمان کی روشنی دے دے۔ (آمین)۔ بچے کا نام راجیو مکرجی ہے۔

جواب: رنگ اور روشنی کے علاج کے طریقہ پر راجیو مکرجی کو چار قسم کے پانی پلائیں۔ نیلی شعاعوں کا پانی صبح شام، زرد شعاعوں کا پانی کھانے سے پہلے، سرخ شعاعوں کا پانی کھانے کے بعد، سبز شعاعوں کا پانی کھانے کے بعد۔ رات کو سوتے وقت پانی کی خوراک 2,2 اونس ہونی چاہئے نو انچ بارہ انچ 9 x 12 سفید پکے شیشے پر نیلا رنگ پینٹ کرا کے 24 گھنٹے وقفہ وقفہ سے دکھائیں۔ روزانہ عصر اور مغرب کے درمیان سورج غروب ہونے سے پہلے ایک چھٹانک گرم گرم جلیبی کھلائیں۔ جلیبی کے ساتھ شیرہ زیادہ ہونا چاہئے۔ صبح، دوپہر، شام اور رات اَلْحَقُّ اَلْنُوْرُ پڑھ کر انگلیوں پر دم کر کے آنکھوں پر پھیریں۔ علاج کی مدت چالیس روز ہے۔ علاج کے دوران روزانہ دو روپے خیرات کریں۔

## اقتدار کی جنگ

سوال: میں زندگی سے بہت مایوس ہوتا جا رہا ہوں۔ میں نے بہت کوشش کی اپنے آپ کو سدھارنے کی لیکن ناکام رہا۔ دوستوں کی غلط صحبت نے غلط راہ پر ڈال دیا۔ شروع شروع میں تو بہت لطف آیا لیکن اب حال بہت خراب ہے۔ نظر دن بدن کمزور ہوتی جا رہی ہے۔ یادداشت کمزور ہو گئی ہے۔ قوت ارادی بالکل ختم صحت تو خیر ختم ہو گئی ہے۔ دیکھنے والے دیکھ دیکھ کر حیران ہوتے ہیں۔ یہ سب کچھ میں نے آپ کو مفصل طور پر لکھ دیا ہے۔ اب آپ کی مرضی ہے کہ میرے لئے کچھ تجویز کریں یا سزا کے طور پر ایسے ہی چھوڑ دیں۔ محترم! اگر میری تربیت صحیح ہوئی ہوتی تو میرا یہ حشر ہر گز نہ ہوتا کیونکہ مجھ اور میرے جیسے ہزاروں لوگ جن میں میرے دوست بھی ہیں۔ جنہیں یہ بھی نہیں معلوم کہ نماز عشاء میں کتنی رکعت ہوتی ہیں۔ اس کے برعکس کون کون سی نئی فلمیں آئیں ہیں اور کون سی اس ماہ آنے والی ہیں۔ یہ تمام باتیں عام معلومات کی طرح معلوم رہتی ہیں۔ دراصل میں کہنا چاہ رہا ہوں کہ اگر والدین اپنے بچوں کو شروع سے تمام باتیں بتائیں، انہیں اچھے برے کی تمیز سکھائیں تو ہم جیسے لوگ یوں بے راہ روی اختیار نہ کریں۔ ہمارے یہاں تو یہ ہوتا ہے کہ جب بچہ تقریباً ماہ ڈیڑھ ماہ کا

ہوتا ہے تو ماں اسے آیاؤں پر چھوڑ دیتی ہیں اور خود فنکشن اور پارٹیاں اٹینڈ کرتی ہیں۔ یا والدین میں ہر وقت لڑائی اور نفرت بچوں کے ذہن کو مفلوج کر دیتی ہے۔ بچے ذہن کو مصروف رکھنے کے لئے یا تو دوستوں میں بیٹھتے ہیں یا فلمیں دیکھتے ہیں۔ والدین کو اتنی بھی فرصت نہیں ہوتی کہ وہ یہی دیکھ لیں کہ ہمارے بچوں کی مصروفیات کیا ہیں۔ ماں باپ کو موردالزام ٹھہراتی ہے اور باپ کو ماں میں کوئی خوبی نظر نہیں آتی۔ اس طرح بچہ بڑا ہو جاتا ہے۔ آگے آپ خود سمجھ لیں کہ کیا حال ہوتا ہو گا۔

جواب: میں پہلے بھی کئی مرتبہ لکھ چکا ہوں کہ والدین کی لڑائی جھگڑے اور آپس کی تکرار سے گھر جہنم بن جاتا ہے۔ بچوں کے اندر سے خوشگوار زندگی گزارنے کا یقین ٹوٹ جاتا ہے۔ بچے سہمے رہتے ہیں اور کچے ذہن، کج روی کا شکار ہو جاتے ہیں مگر حال یہ ہے کہ کوئی گھر ایسا نظر نہیں آتا جہاں شوہر اور بیوی میں اقتدار کی جنگ نہ ہو۔ آپ ایسا کریں کہ ہر نماز کے بعد 100 بار یاشافی یاکافی پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیا کریں اور عشاء کے بعد پندرہ منٹ تک سبز روشنی کا مراقبہ کریں۔

## برے خیالات

سوال: میں ماشاءاللہ حافظ قرآن ہوں اور سترہ سال کا صحت مند نوجوان ہوں۔ غلط دوستوں کی صحبت میں مجھے ایک ایسی عادت پڑ گئی ہے جس نے میری ذہنی پاکیزگی کو ختم کر دیا ہے۔ میں اس قبیح عادت سے خود کو بچانا چاہتا ہوں مگر شیطان غالب آ جاتا ہے۔ گندے اور غلیظ خیالات سے نجات پانے کے لئے تعویذ بھیج دیجئے۔

جواب: قوت ارادی سے اس عادت کو چھوڑا جا سکتا ہے۔ کمزور قوت ارادی کو بحال کرنے کے لئے سب سے اچھا طریقہ ارتکاز توجہ ہے۔ سونے سے پہلے وضو کر کے ایسی جگہ بیٹھ جائیں جہاں شور و غل اور ہنگامہ نہ ہو۔ ایک سو مرتبہ درود شریف پڑھ کر بند آنکھوں سے اپنے دل کے اندر دیکھنے کی کوشش کیجئے۔ یہ مراقبہ روزانہ آدھا گھنٹہ ایک ماہ تک کیجئے اور حالات سے مطلع کیجئے۔

## بجلی کے جھٹکے

سوال: آج سے 3 سال قبل میں ایک پیچیدہ نفسیاتی بیماری کا شکار ہوا۔ نیورولوجسٹ مجھ کو انواع و اقسام کی نیند آور دوائیں دے کر سلاتے رہے۔ مجھے بارہ بجلی کے جھٹکے بھی لگائے گئے۔ بالآخر ایک طویل عرصے کے بعد میں تحلیل نفسی کے ذریعے صحت یاب ہو گیا۔ اب مجھے دو شکایات ہو گئی ہیں۔ آپ کوئی ایسا موثر نسخہ لکھ دیں جس سے مجھے فائدہ ہو جائے۔ پہلے یہ کہ میری دور کی نگاہ بیماری شروع ہونے کے ساتھ اچانک کمزور ہو گئی۔ اب میں چشمہ اتارتا ہوں تو طبیعت سست ہو جاتی ہے اور سر میں درد ہونے لگتا ہے۔ دوسرے میرے سر کے آدھے سے زیادہ بال سفید ہو گئے ہیں۔ کسی علاج سے فائدہ نہیں ہوتا۔

جواب: نیولے کے سر کی ہڈی (کھوپڑی) حاصل کر لیں اور اس کھوپڑی کو رات کو سوتے وقت اور دن میں چار مرتبہ چہرے اور سینے پر ملیں۔

## بیوہ عورت

سوال: بارہ سال پیشتر میں نے ایک بیوہ عورت سے شادی کی تھی۔ ہم دونوں میں بہت محبت تھی کچھ عرصہ سے میں یہ دیکھ رہا ہوں کہ وہ میری ذات سے بیزاری محسوس کر رہی ہے۔ بات بات پر جھگڑنا اس کا معمول بن گیا ہے۔ دل چاہتا ہے اسے طلاق دے دوں لیکن اپنی بچی کی خاطر خود کو مجبور پاتا ہوں۔ براہ کرم کوئی ایسا وظیفہ یا طریقہ بتا دیجئے کہ ہم دونوں میں پہلے جیسی محبت ہو جائے۔

جواب: جس کمرہ میں آپ اور آپ کی بیگم سوتی ہیں اس کمرے میں سوائے پلنگ اور ایک میز کے دوسری کوئی چیز نہیں ہونی چاہئے۔ دوسرا سامان ہو تو سب ہٹا دیجئے۔ بازار سے ایک گلدان خریدیئے اور ساتھ پلاسٹک کی بنی ہوئی ٹہنیاں۔ یہ ٹہنیاں گلدان میں ڈال کر میز کے اوپر رکھ دیجئے۔ روزانہ گلاب کا ایک پھول اس گلدان میں رکھ لیجئے۔ ہر چوبیں گھنٹے کے بعد گلاب کا پھول بدلنا بہت ضروری ہے۔ گلاب کے پھول کا رنگ ہلکا گلابی ہونا چاہئے۔ اس کے ساتھ اپنا اور اپنی بیگم صاحبہ کا فوٹو بڑے سائز میں بنوا کر الگ فریم کروالیں اور اس فوٹو کو ایسی جگہ لگا دیجئے جہاں پلنگ پر لیٹے وقت بار بار نظر پڑتی رہے۔ انشاءاللہ مسئلہ حل ہو جائے گا۔ اللہ تعالیٰ طلاق کو ناپسند کرتا ہے۔

## بخار

سوال: چند ماہ پیشتر مجھے بخار ہو گیا تھا اور میں نے خود اس کا علاج کیا لیکن کوئی افاقہ نہیں ہوا اور مرض میں زیادتی ہو گئی۔ تو ڈاکٹر سے رجوع کیا۔ تقریباً ڈیڑھ ماہ تک علاج ہوتا رہا لیکن کسی قسم کا کوئی افاقہ نہیں ہوا۔ ڈاکٹر کے مشورے پر میں نے ملیریا پیراسائیٹ چیک کروایا اور انہوں نے کہا کہ آپ کو ملیریا نہیں ہے۔ ٹائی فائیڈ ہے۔ مجھے بڑی تشویش ہوئی، میں نے پھر ہسپتال سے رجوع کیا۔ انہوں نے میرا اینٹی بائیوٹیک دوا سے علاج تجویز کیا۔ تقریباً دو ماہ تک ان کے زیر علاج رہا۔ اسی دوران ڈاکٹر نے مجھے روٹی کھانا بالکل منع کر دیا اور میں بالکل ڈاکٹر کی ہدایت پر عمل کرتا رہا۔ ساڑھے تین ماہ بعد بخار تو اتر گیا لیکن میرے جسم میں بہت کمزوری ہو گئی۔ اب تقریباً چھ ماہ ہو گئے ہیں۔ کمزوری کا کوئی علاج نہیں ہو رہا ہے اور کوئی دوا میرے اوپر اثر نہیں کر رہی ہے۔ کبھی قبض ہو جاتا ہے، کبھی جگر خراب ہو جاتا ہے، کبھی معدے کا نظام درہم برہم ہو جاتا ہے اور اعصابی تناؤ بھی بہت رہتا ہے۔ ایک دن طبیعت سنبھلتی ہے تو دوسرے دن بہت زیادہ بگڑ جاتی ہے۔ میں جی تو رہا ہوں مگر مردہ بدست زندہ ہوں۔ ایسا محسوس ہوتا ہے جیسے میں صدیوں کا بیمار ہوں۔ آج سے تقریباً چھ سات ماہ پیشتر میری صحت قابل رشک تھی۔ دوست احباب میری صحت پر رشک کرتے تھے۔ بیمار ہونے سے پیشتر میں نے ایک بار اپنا وزن کرایا تھا تو 135 پونڈ تھا اور اب گھٹ کر صرف 115 پونڈ رہ گیا ہے۔ پہلے میری طبیعت میں بڑا شوخ پن تھا اور اس کے مقابلے میں آج کل میرے اندر چڑچڑا پن آ گیا ہے۔ مرضی کے خلاف کوئی بات ہوتی ہے تو دماغ میں الٹے سیدھے خیالات آنے لگتے ہیں۔ خود ہی پشیمان بھی ہوتا ہوں۔ میرا روزمرہ کام ایسا ہے کہ اس میں دماغ اور آنکھوں کا کام زیادہ ہے۔

جواب: آپ نے تیز دوائیں زیادہ استعمال کی ہیں۔ چونکہ آپ خود سر اور خود پسند ہیں اس لئے اس کا ہر وقت امکان رہتا ہے کہ آپ ڈاکٹر کی ہدایت کے بغیر بھی دوائیں کھاتے رہے ہیں۔ ہر چیز اعتدال میں مفید ہوتی ہے۔ دواؤں کا ری ایکشن ہونے کی وجہ سے یہ صورت حال واقع ہوئی ہے۔ آپ کے لئے میرا مشورہ ہے کہ علاج میں معالج کی ہدایت پر عمل کریں۔ فی الوقت آپ کے لئے یونانی علاج مفید ثابت ہو گا۔ ڈاکٹری علاج کی بجائے یونانی طریقہ علاج سے استفادہ کریں۔

# روحانی علاج یہ ہے

تین عدد سفید چینی کی پلیٹوں پر زردہ رنگ اور عرق گلاب سے

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ الرٰتِلْکَ اٰیَاتُ الْکِتَابِ الْمُبِیْنِoالرَّحِیْمُ اَلرَّحِیْمُ اَلرَّحِیْمُ یَا حَفِیْظُ یَا حَفِیْظُ یَا حَفِیْظُ

لکھ کرایک صبح،ایک شام اورایک رات کو پانی سے دھو کرپئیں چالیس روز تک آپ کے لئے دوااور دعا دونوں ضروری ہیں۔

# بچوں کی نفسیات

سوال: لاہور۔بھائی بچپن سے میرے ہی پاس پلا بڑھا ہے۔ہمارے والد ملک کی تقسیم کے وقت شہید ہو گئے تھے۔میری شادی ہوئی تو میں بھائی کو اپنے ساتھ لے کر آئی۔میرے شوہر باوجود ہمدرد ہونے کے بہت زیادہ سخت طبیعت ہیں۔صرف پڑھائی کی خاطر بھائی کو اس قدر مارتے ہیں کہ اس کے ہاتھ پاؤں سوج جاتے ہیں۔تھپڑوں سے کانوں پر ورم آجاتا ہے۔مجھ سے یہ حالت دیکھی نہیں جاتی۔ہماری اپنی کوئی اولاد نہ تھی۔اور شوہر کو بچوں کی نفسیات سے دور کا بھی واسطہ نہ تھا۔نتیجہ یہ ہوا کہ اس نے اپنی ہر برائی کو ان سے چھپانا شروع کردیا۔خدا خدا کرکے بھائی نے ایف۔اے پاس کیا لیکن بری سوسائٹی نے اسے کہیں کا نہ چھوڑا۔گھر میں دیر سے آتا تو میں شوہر سے جھوٹ بول دیتی کہ وہ تو کب کا سویا ہوا ہے۔آہستہ آہستہ وہ پینے پلانے لگا۔میں نے اس کو بہت سمجھایا مگر بے سود۔اب وہ پکا شرابی اور شاید اور بھی بہت کچھ ہے۔اس کی عمر بھی کافی ہو گئی ہے۔میں نے اس کی شادی نہیں کی۔نہ ہی وہ خود شادی میں دلچسپی لیتا ہے۔اگر ہم اس کی شادی کر بھی دیں تو آنے والی کی زندگی برباد ہو جائے گی۔

جواب: رات کو جب بھائی گہری نیند سو جائے آپ اپنے کمرہ میں بیٹھ کر تین سو مرتبہ واماالسائل فلا تنھر پڑھ کر بھائی کا تصور کرکے پھونک ماردیا کریں اور بات کئے بغیر سو جائیں۔ایک نیند لینے کے بعد بات کرنے میں کوئی حرج نہیں ہے۔

# بدعقیدہ

جواب: عقیدہ جب خراب ہو جاتا ہے توانسان کے دماغ میں ایسے وسوسے اور خیالات آنے لگتے ہیں۔جن میں خدا رسول اور مذہب سے بیزاری پائی جاتی ہے اور یہ بیزاری غیر اختیاری ہوتی ہے۔عقیدہ کی خرابی اور ضمیر کی ملامت سے نظر نہ آنے والا ایک متعفن پھوڑا باطن میں پیدا ہو جاتا ہے جس کی وجہ سے آدمی اتنا بے چین ہو جاتا ہے کہ اس کی مثال بڑی سے بڑی بیماری میں بھی نہیں ملتی۔اللہ تعالیٰ ہم سب کو اپنے حفظ وامان میں رکھے۔آپ کو ایک وظیفہ لکھا جا رہا ہے۔توجہ اور یکسوئی کے ساتھ اس پر عمل کریں۔

دھلے ہوئے کھدر یا لٹھے کا ایک کرتا سلوایا جائے۔یہ کرتا سارے جسم پر ایک ایک بالشت زائد ہو اور ٹخنوں تک پہنچا ہو آستینیں بھی ایک ایک بالشت کھلی ہوئی ہوں۔کسی ایسے کمرے میں جس میں اندھیرا ہو۔(اگر اندھیرا نہ ہو تو کر لیا جائے) یہ کرتا پہن کر پندرہ منٹ تک ٹہلئے اور ٹہلتے وقت الحمد للہ رب العالمین الرحمن الرحیم o مالک یوم الدین o پڑھتے رہیے۔پندرہ منٹ کے بعد اندھیرے ہی میں کرتا اتار کر تہہ کرکے اسی کمرے میں کسی محفوظ جگہ رکھ دیں۔جب تک عقائد درست نہ ہوں اس وقت تک یہ عمل کیا جائے۔صرف اندھیرا شرط ہے۔

## بزدلی کی تصویر

میں بزدلی کی حد تک صلح جو واقع ہوا ہوں اگر کہیں دو افراد بحث و تکرار، تلخ کلامی یا ہاتھا پائی کر رہے ہوں تو میرا دل زور زور سے دھڑکنا شروع ہو جاتا ہے اور اگر یہی بات میرے ساتھ پیش آ رہی ہو تو بس مت پوچھئے کیا حال ہوتا ہے۔ میری زندگی کے اس افسوس ناک پہلو کی انتہا یہ ہے کہ میں بزدلی کی تصویر بن جاتا ہوں۔ میرا مدمقابل مجھے سرعام برا بھلا کہتا ہے۔ دھمکیاں حتیٰ کہ گالیاں دے جاتا ہے مگر میں جوابی کارروائی کی بجائے چپ چاپ کھڑا رہتا ہوں اور اگر کوشش کر کے جواب دیتا بھی ہوں تو ایسا کہ جو مدمقابل کو ناگوار نہ گزرے اور میرے سخت جواب کی وجہ سے میری پٹائی نہ ہو جائے بس اسی پٹائی سے خوفزدہ رہتا ہوں۔ بحث و تکرار میں بھی میرا رویہ انتہائی مدافعانہ ہوتا ہے اتنا زیادہ مدافعانہ کہ سننے والے اس بات کو فوراً بھانپ لیتے ہیں اور پھر اس کے بعد ان کی نظروں میں میرے لئے تمسخر کے سوا کچھ نہیں ہوتا۔ میرا مسئلہ اور صورت حال دونوں ہی مضحکہ خیز ہیں مگر اس کے باوجود حل طلب ہیں اور میں بے بس ہوں۔ آج کی اس بے عزتی کے بعد میں نے اپنے دل میں عہد کیا ہے کہ میں اپنی اس کمزوری پر ضرور قابو پاؤں گا اور اس بزدلی کو ختم کر کے رہوں گا۔

جواب: مسئلہ کا حل آپ کے اس خط میں موجود ہے۔ ''میں نے عہد کر لیا ہے کہ اپنی اس کمزوری پر ضرور قابو پاؤں گا۔'' اس عہد پر قائم رہیں۔ مسئلہ یقیناً حل ہو جائے گا۔ روزانہ ورزش کا اہتمام بھی کیجئے۔

## پرانی پیچش

سوال: میں پچھلے ایک سال سے پیٹ کی بیماری اور یرقان کا شکار ہوں۔ ساتھ میں پرانی پیچش بھی ہے۔ اب حالت یہ ہے کہ کبھی کبھی پیٹ میں بھاری پن اور جلن ہوتی ہے۔ اعصاب میں تناؤ، سر میں شدید درد اور دماغ بھاری ہو جاتا ہے۔ پورے بدن اور ہاتھ پاؤں میں سوئیاں چبھتی ہوئی محسوس ہوتی ہیں۔ مرض کی شدت ہوتی ہے تو فضا دھندلی دکھائی دیتی ہے۔ ہر قسم کا علاج کرا چکا ہوں اور اب بھی علاج جاری ہے لیکن مستقل فائدہ نہیں ہوا ہے۔ عجیب بات یہ ہے کہ دیکھنے میں تندرست نظر آتا ہوں۔ لیکن ان امراض نے پریشان کر رکھا ہے کوئی عمل تجویز فرمایئے جو میں علاج کے ساتھ ساتھ جاری رکھوں۔

جواب: رات کو 11 مرتبہ سورہ اخلاص پڑھ کر ہاتھ کے انگوٹھوں پر دم کیجئے اور آنکھوں پر ایک مرتبہ پھیر لیجئے۔ سیدھا انگوٹھا سیدھی آنکھ پر اور الٹے ہاتھ کا انگوٹھا الٹی آنکھ پر۔ یہ عمل سوتے وقت چالیس دن تک کیجئے انشاءاللہ آپ کی تحریر کردہ شکایتیں بہت جلد رفع ہو جائیں گی۔

## پولیو کا علاج

سوال: شادی کے تین سال بعد ایک لڑکا پیدا ہوا تو اسے پولیو ہو گیا۔ ہر طرح کا علاج کرایا۔ آکوپنکچر، فزیو تھراپی اور الیکٹرو تھراپی لیکن فائدہ نہیں ہوا۔ ٹانگیں گھٹنوں سے نیچے پتلی اور کمزور ہیں۔ گھٹنے کی ہڈی مڑ گئی ہے۔ ڈاکٹر نے لوہے کے جوتے تجویز کئے ہیں اور کہا ہے کہ اب ٹانگوں میں طاقت آنا ناممکن دکھائی دیتا ہے۔ کوئی ایسا علاج تجویز کریں کہ جس سے کم از کم چلنے پھرنے کے قابل ہو جائے۔ بیٹے کی بیماری سے میں ذہنی طور پر مفلوج ہو گیا ہوں۔

جواب: تین انچ چوڑے اور چھ انچ لمبے آئینے (منہ دیکھنے کا آئینہ) کے چودہ ٹکڑے بنوائیں۔ آئینے کی چوڑائی کی مناسبت سے کپڑے کی ایک چوڑی سی پٹی لیں۔ اس پٹی میں برابر آئینے کے یہ چودہ ٹکڑے لگا دیں۔ بچہ جس پلنگ پر سوتا ہے اس کی پائنتی کی طرف اس پٹی کو اس طرح لٹکائیں کہ بچہ جس طرف بھی منہ کرے اس کو آئینے میں اپنی شکل نظر آئے۔ دوسرا کام یہ کریں کہ چھ انچ اونچے مربع لکڑی کے دو گٹکے بنوائیں اور یہ دونوں گٹکے سرہانے کی طرف چارپائی کے دونوں پایوں کے نیچے رکھ دیں۔ مقصد یہ ہے کہ سرہانہ پائنتی سے اونچا رہے۔ یہ دونوں علاج یقین اور دلجمعی سے اس وقت تک جاری رکھیں جب تک کہ اللہ تعالیٰ بچے کو شفائے کلی عطا کریں۔ ہمیں یقین ہے کہ انشاءاللہ آپ کا بچہ تندرست ہو جائے گا۔

## پر اسرار بیماری

سوال: تقریباً 21 سال سے ایک عجیب وغریب اور تکلیف دہ بیماری میں مبتلا ہوں۔ میرے سر کی رگوں میں زبردست کھنچاؤ پیدا ہوتا ہے۔ ایسا لگتا ہے جیسے کوئی کھینچ رہا ہو۔ ساتھ ہی سر میں شر شر کی اور کانوں میں بھی اسی طرح کی آوازیں آتی ہیں۔ گذشتہ دو سالوں میں بے ہوشی کے پانچ دورے پڑ چکے ہیں۔ تین دورے بیماری کی حالت میں اور دو دورے سوتے میں پڑے۔ دورے کی کیفیت یہ ہوتی ہے کہ مٹھیاں بھینچ جاتی ہیں۔ ہاتھ اکڑ کر غلیل کی طرح ہو جاتے ہیں۔ منہ سختی سے بند ہو جاتا ہے اور زبان دانتوں کے درمیان آکر زخمی ہو جاتی ہے۔ منہ سے ایسی آوازیں نکلنے لگتی ہیں جیسے گائے کو ذبح کرتے وقت نکلتی ہیں۔ اس وقت میری عمر چالیس سال ہے اور اکیس سال سے اس بیماری کا علاج کر رہا ہوں۔

جواب: جب آدمی پر بے ہوشی کا دورہ پڑتا ہے۔ ابتداء کسی طرح ہو، خواہ اچانک بیداری میں ہو یا سونے کی حالت میں اس کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ زندگی میں کام کرنے والی روشنیاں ام الدماغ میں جمع ہو جاتی ہیں اور چونکہ ان کے نکلنے کا راستہ مسدود ہو جاتا ہے اس لئے ان روشنیوں کے دباؤ کی وجہ سے دماغ میں خلیوں کے اندر کی دیواریں ٹوٹ جاتی ہیں اور راستہ کہیں کہیں سے زیادہ کھل جاتا ہے، خلیوں میں ایک سمت رو کا تصرف بڑھ جاتا ہے یہاں تک کہ خلیے کسی قسم کی یادداشت سے خالی ہو جاتے ہیں۔ ایک طرف تو یہ ہوتا ہے اور دوسری طرف رو کا ہجوم اتنا ہو جاتا ہے کہ دماغ کام کرنا چھوڑ دیتا ہے۔ دماغ جب کام کرنا چھوڑ دیتا ہے اور اس کے اوپر دباؤ زیادہ ہوتا ہے تو اعصاب متاثر ہو جاتے ہیں اور ان میں تشنج کی کیفیت واقع ہو جاتی ہے۔ نتیجہ میں چہرہ کے اعصاب اور جسمانی دوسرے پٹھے کھنچ جاتے ہیں۔ آپ نے جو علامات لکھی ہیں اس مرض کا نام مرگی ہے لیکن یہ کوئی ایسا مرض نہیں ہے کہ جو نا قابل علاج ہو۔

9 انچ 12 انچ کے شیشے پر (شیشہ سے مراد آئینہ نہیں ہے) سرخ رنگ پینٹ کرالیں۔ اور اس شیشہ کو ایسی جگہ رکھ دیں جہاں بار بار آپ کی نظر پڑتی رہے۔ بار بار نظر پڑنے کے علاوہ بھی اس شیشہ کو غور سے دیکھیں۔ جب تک اس بات کا یقین ہو کہ اب دورہ نہیں پڑے گا۔ یہ علاج جاری رکھیں۔

## پیٹ کی تکلیف

سوال: چند ماہ پہلے میں شدید بیمار ہو گیا۔ بیماری سے نجات تو مل گئی لیکن پیٹ کے شدید درد نے آ پکڑا۔ ہر طرح علاج کیا، قسم قسم کی دوائیں کھائیں لیکن کسی چیز سے فائدہ نہ ہوا۔ اب درد میں تو کچھ کمی ہو گئی ہے لیکن چار چار روز قبض رہتا ہے۔ دوا استعمال کرنے سے بے وقت تمام تھوڑی سی اجابت ہو جاتی ہے۔ وہ بھی پیٹ میں شدید درد کے ساتھ اس بیماری سے پہلے میں بالکل ٹھیک ٹھاک تھا لیکن بیماری کے بعد پیٹ کی تکلیف نے میرا جینا حرام کر رکھا ہے۔

جواب: صاف وشفاف شیشے کی سفید رنگ کی بوتل لیں اسے خوب اچھی طرح تیز گرم پانی سے دھو کر دھوپ میں سکھا لیں اور اس میں ایک چوتھائی خالی بوتل چھوڑ کر آب مقطر (ڈسٹلڈ واٹر) بھر کر مضبوط کارک لگا کر بوتل کے اوپر زرد رنگ کا سیلوفین پیپر اس طرح چپکائیں کہ بوتل اطراف اور نیچے اوپر سے کاغذ کے اندر آ جائے۔ اس بوتل کو صبح گیارہ بجے سے دو بجے تک کھلی دھوپ میں رکھا رہنے دیں اور دونوں وقت کھانے سے آدھا گھنٹہ پہلے یہ پانی دو دو گھونٹ پی لیں۔ ایک مرتبہ کا تیار کیا ہوا پانی دو روز تک کارآمد رہے گا۔ یہ علاج ایک ماہ تک کر لیں۔

## پسینہ آنا

سوال: پیدائشی طور پر میرے ہاتھ، پیروں اور بغلوں میں بے حد پسینہ آتا ہے یوں سمجھ لیں کہ جسم پر سے پانی کے قطرے ٹپکتے رہتے ہیں۔ لکھنے پڑھنے کا کوئی کام کرنے میں بہت دشواری پیش آتی ہے۔ کاغذ یا گتہ ہاتھ کے نیچے رکھ کر لکھنا پڑتا ہے۔ گرمیوں میں پندرہ بیس منٹ میں پورا رومال تر ہو جاتا ہے۔ اس کے برعکس سردیوں میں پسینہ کم آتا ہے۔ معالج کہتے ہیں کہ اس کا کوئی علاج نہیں ہے کیونکہ آپ کی گردن کے پاس جو غدود ہیں وہ بہت حساس ہیں۔ اسی لیے زیادہ پسینہ آتا ہے۔ میں نے اور بھی حساس لوگوں کو دیکھا ہے۔ انہیں پسینہ اس طرح نہیں آتا۔ اس وقت میری عمر 26 سال ہے۔ ہاتھوں میں پسینہ نہیں آتا تو اس

وقت ہتھیلیوں میں بے حد تپش ہوتی ہے۔ اکثر لوگ جب مجھ سے ہاتھ ملاتے ہیں تو کہتے ہیں کیا تمہیں بخار ہے جبکہ میں بالکل نارمل ہوتا ہوں۔ میری اس بیماری کا شافی علاج بتائیں۔

جواب: آپ جب بھی پانی پئیں یہ عمل پڑھ کر دم کر لیں۔

بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ
یَا حَفِیۡظُ یَا حَفِیۡظُ یَا حَفِیۡظُ
یَاوَدُوۡدُ یَاوَدُوۡدُ یَاوَدُوۡدُ
یَابَدِیۡعُ یَابَدِیۡعُ یَابَدِیۡعُ یَابَدِیۡعُ
الۡعَجَائِبِ بِالۡخَیۡرِ یَابَدِیۡعُ

اس کے علاوہ 90 دن تک نمک، مرچ، گوشت، انڈا، گرم مصالحہ وغیرہ سے بالکل پرہیز کریں۔

## پیدائشی دماغی معذور

سوال: میرا لڑکا ذہنی طور پر معذور ہے۔ بات نہیں کر سکتا، سمجھ سکتا ہے لیکن زبان نہیں چلتی اور جب چلتا ہے تو لنگڑا کر چلتا ہے، توازن ٹھیک نہیں رہتا۔ میں ایک فوجی پینشنر ہوں۔ آمدنی کا ذریعہ بھی اچھا نہیں ہے۔ ملک سے باہر علاج نہیں کرا سکتا۔ عرض ہے کہ مشورہ عنایت فرمائیں۔

جواب: کالے تلوں کا تیل اپنے سامنے نکلوا کر، اس تیل پر گیارہ ہزار مرتبہ الرضاعت عمانویل پڑھ کر دم کریں۔ گیارہ ہزار مرتبہ گیارہ دنوں میں پورا کیا جائے۔ بارھویں روز سے رات کو سوتے وقت اور دن میں کمر میں ریڑھ کی ہڈی کے جوڑ پر اور گردن کی جوڑ پر ہلکے ہاتھ سے دائروں میں مالش کریں۔ روزانہ دودھ میں پکا کر عمدہ قسم کی دو کھجوریں رات کو سوتے وقت کھلائیں۔ نوے (90) دن تک۔

## ترقی نہیں ہوتی

سوال: چند سال پہلے میں عیوب کا مجموعہ تھا لیکن شکر ہے کہ اب میں ان کو دور کرنے میں کامیاب ہو گیا ہوں۔ بحمد للہ میرے اندر اب کوئی خامی نہیں رہی لیکن اس کے باوجود مشکل یہ درپیش ہے کہ میرے حالات خراب تر ہوتے جا رہے ہیں اور ترقی کے بجائے تنزلی کی طرف مائل ہیں، ایسا کیوں ہے؟

جواب: اللہ تعالیٰ نے آپ کو اس بات کی توفیق دی کہ آپ اپنے عیوب کو دور کرنے میں کامیاب ہو گئے۔ یہ اللہ تعالیٰ کی کرم نوازی ہے لیکن آپ کا یہ سوچنا کہ آپ عیوب سے بالکل پاک ہو گئے ہیں اور آپ سے غلطی کا صدور ممکن نہیں ہے، قدرت کے لئے ناپسندیدہ ہے۔ قدرت ایسی طرز فکر کو بنظر استحسان نہیں دیکھتی۔ آپ اپنی طرز فکر کو بدل لیں اور ہر نماز کے بعد ایک تسبیح استغفار کی پڑھا کیجئے۔ حالات ٹھیک ہو جائیں گے۔

## ٹائی فائیڈ کے اثرات

سوال: میرا چھوٹا بھائی جس کی عمر تقریباً 25 سال ہے۔ آج سے 5 سال پہلے اسے ٹائی فائیڈ ہوا تھا۔ ٹائی فائیڈ سے پہلے اس کی یہ حالت تھی کہ صفائی کے لئے تین تین مرتبہ ہاتھ دھوتا تھا لیکن پھر بھی اس کو صفائی کا یقین نہیں آتا تھا۔ ٹائی فائیڈ کے بعد حالت یہ ہو گئی ہے کہ اگر ہاتھ دھونے بیٹھتا ہے تو کہتا ہے نل کیسے بند کروں۔ اگر کوئی سمجھاتا ہے تو کہتا ہے کہ تم نے درمیان میں کیوں دخل دیا۔ لہٰذا میں ہاتھ دوبارہ پاک کروں گا۔ اس طرح صرف ہاتھ دھونے میں 15 منٹ لگ جاتے ہیں۔ اگر بیت الخلاء میں جائے تو کم از کم ایک گھنٹے سے پہلے باہر نہیں نکلتا۔ اگر باہر جانا ہو تو کہتا ہے کہ گیٹ سے باہر کیسے نکلوں گا۔ رک رک کر کافی دیر بعد باہر نکلتا ہے۔ اگر کوئی چیز رکھنے کو یا اٹھانے کے لئے کہا جائے تو کہتا ہے کیسے رکھوں یا کیسے اٹھاؤں۔ کبھی یہ کہتا ہے کہ اچھا میں دل مضبوط کر کے اٹھا لیتا ہوں یا پھر کہتا ہے کہ نہیں اٹھاتا خود اٹھا لو، امی اس کو سمجھاتی ہیں تو کبھی مان جاتا ہے اور کبھی کہتا ہے کہ کیا کروں میں جلدی کام کرنا چاہتا ہوں لیکن ہوتا نہیں اگر امی اس کی باتوں سے ناراض ہو جائیں۔ تو رونے لگتا ہے اور کہتا ہے کہ امی میں کیا کروں کرنا چاہتا ہوں لیکن ہوتا نہیں ہے۔

جواب: گھر میں سورج مکھی کا پودا لگا لیں۔ مالی سے کہیں کہ بڑا پودا منتقل کر دے۔ صبح سورج نکلنے سے پہلے بھائی کو سورج مکھی کے سامنے بٹھا دیں اور اس سے کہیں کہ پھول کی طرف دیکھتا رہے۔ دو گھنٹے تک یہ عمل جاری رکھے۔ یہ کوئی پابندی نہیں کہ کرسی یا چارپائی پر بیٹھے، جیسے بھی آرام ملے وہ دو گھنٹے تک بیٹھ کر پھول کو دیکھتا رہے۔ علاج کی مدت دو ماہ دس دن ہے۔

## ٹانگیں کپکپاتی ہیں

سوال: ذہن ماؤف رہتا ہے۔ کام کرنے میں دل نہیں لگتا۔ کسی محفل میں اور خاص کر اگر کسی لڑکی سے بات کرنے لگوں تو گھبراہٹ طاری ہونے لگتی ہے اور ٹانگیں کپکپانے لگتی ہیں۔ لیکن کبھی کبھی اپنے اندر ایک جوش سا محسوس کرنے لگتا ہوں اور پھر بڑے بڑے فیصلے بھی کر لیتا ہوں کہ یہ کروں گا، وہ کروں گا۔ لیکن تھوڑی دیر کے بعد سب ٹھنڈا پڑ جاتا ہے اور پہلے جیسی حالت ہو جاتی ہے۔

جواب: ایک 9 انچ x 9 انچ کا سفید گتہ لے کر اس پر اپنے ہاتھ سے نارنجی رنگ کر دیں۔ چاہے واٹر کلر استعمال کریں یا آئیل پینٹ، مقصد یہ ہے کہ رنگ کچھ دنوں کے بعد مدہم نہ پڑے۔ اس رنگ شدید گتے کو اپنی خواب گاہ میں کسی ایسی جگہ لٹکا دیں جہاں آپ کی نظر بار بار پڑتی ہو۔ آتے جاتے ارادتاً اس گتے کو دیکھا کریں۔ خاص طور پر رات کو سونے سے پہلے دس سے پندرہ منٹ تک اس کو نظر جما کر دیکھیں۔ تین ماہ تک اس معمول پر کاربند رہیں غیر مستقل مزاجی، مستقل مزاجی میں تبدیل ہو جائے گی۔ ہر نماز کے بعد دو منٹ تک آنکھیں بند کر کے یا اللہ پڑھا دیں۔

## ٹانگیں کمزور ہیں

سوال: میرا ایک ماموں زاد بھائی ہے جس کا پیدائشی طور پر دماغی توازن ٹھیک نہیں ہے۔ نہ تو بول سکتا ہے اور نہ جواب دے سکتا ہے البتہ بات سمجھ لیتا ہے۔ اور اپنے رشتہ داروں کو بھی پہچانتا ہے۔ کبھی کبھی تو بہت تنگ کرتا ہے۔ کوئی ڈاکٹر، حکیم اور درویش نہیں چھوڑا۔ لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ آج کل ماموں اسے علاج کے لئے ہالینڈ لے گئے ہیں۔ مگر وہاں اس کی حالت پہلے سے بھی زیادہ بگڑ گئی ہے۔ ٹانگیں اس حد تک کمزور ہو گئی ہیں کہ اس کے لئے اب خاص قسم کے بوٹ بنوائے گئے ہیں۔ ڈاکٹروں کا خیال ہے کہ بوٹوں سے چلنے میں مدد ملے گی۔ میرے ماموں اب بالکل مایوس ہو چکے ہیں اور لکھتے ہیں کہ اب وہ پہلے سے بھی زیادہ تنگ کرتا ہے اور ہاتھا پائی تک پر اتر آتا ہے۔ اس وقت اس کی عمر پندرہ سال کے قریب ہے۔ میرے ماموں کو دنیا کی ہر چیز میسر ہے۔ مگر وہ

دن رات اپنے اس بیٹے کی فکر میں گھل رہے ہیں۔ برائے مہربانی آپ میرے اس بھائی کے لئے علاج بتائیں۔ اگر ہمارا بھائی ٹھیک ہو جائے تو یہ ہمارے لئے دنیا کی سب سے بڑی نعمت ہو گی۔

جواب: گیارہ ہزار مرتبہ یَاحَیُّ قَبْلَ کُلِّ شَیٍٔ یَا حَیُّ بَعْدَ کُلِّ شیٍٔ پڑھ کر زیتون کے تیل پر دم کر کے ریڑھ کی ہڈی کے جوڑ پر جو کولہوں کے درمیان ہوتی ہے مالش کریں۔اور ٹانگ کی جوڑوں پر بھی مالش کی جائے۔

## جادو کا توڑ

سوال: میرے ایک عزیز کو دن میں کئی دفعہ ایسا محسوس ہوتا ہے جیسے اس کی ٹانگوں، پیروں اور کمر پر کیڑے رینگ رہے ہوں۔ بدن میں سوئیاں چبھتی محسوس ہوتی ہیں۔وہ اس بیماری سے نجات حاصل کرنے کے لئے ہر ممکن تدبیر کر چکے ہیں۔ آج کل تعویذ بھی پہنے ہوئے ہیں اور وظائف بھی پڑھتے ہیں۔ کوئی ایسا علاج تجویز فرمایئے جس سے انہیں مستقل آرام آ جائے۔

جواب: اپنے عزیز سے کہیں کہ صبح بہت سویرے اٹھ کر فجر کی نماز پڑھیں اور سورہ فلق پڑھتے پڑھتے کشتی میں سوار ہو کر ایک ساحل سے دوسرے ساحل تک دریا پار کر لیں۔ دوران سفر بات کرنا منع ہے۔ دریا پار کرنے کے بعد پانی کے کنارے مشرق کی طرف منہ کر کے اکڑوں بیٹھ جائیں اور انگشت شہادت سے ہامان، ہاروت، ماروت لکھ کر ہاتھ سے مٹا دیں۔ لکھنے اور مٹانے کا یہ عمل ہر حال میں سورج نکلنے سے پہلے کیا جائے۔ اگر یہ نہ ہو سکے تو آبادی کے باہر کنوئیں کے پانی میں اپنا چہرے کا عکس دیکھا جا سکتا ہے۔ کراچی میں رہنے والے کوئی صاحب اگر اس کیفیت میں مبتلا ہوں تو وہ کیماڑی سے کشتی میں بیٹھ کر منوڑا تک سفر کر سکتے ہیں اور وہاں ساحل سمندر پر عمل کر سکتے ہیں۔ علی ہذا القیاس لاہور میں دریائے راوی کے ایک کنارے سے دوسرے کنارے تک اور دوسرے دریاؤں کے قریب رہنے والے حضرات دریا کے ایک کنارے سے دوسرے کنارے تک سفر کر کے یہ عمل کر سکتے ہیں۔ خدانخواستہ اگر کسی کے اوپر جادو یا سحر کا اثر ہو گیا ہے تو وہ بھی اس عمل سے ختم ہو جاتا ہے۔ اس عمل کے لئے پیشگی اجازت لینے کی ضرورت نہیں ہے۔ ہر شخص کو کھلی اجازت ہے۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کا حامی اور مددگار ہے۔

## جلد بازی سوال

میں بہت جلد باز اور جذباتی ہوں۔ ہر کام اور ہر بات میں تیزی سے کرتا ہوں، جس کی وجہ سے عموماً لوگوں سے لڑائی ہو جاتی ہے۔ بعد میں اپنی غلطی پر افسوس کرتا ہوں۔

براہ کرم کوئی وظیفہ بتائیں تاکہ مجھ میں سوچ سمجھ کر کام کرنے کی صلاحیت پیدا ہو جائے۔

جواب: صبح سورج نکلنے سے پہلے اور رات کو سوتے وقت 21,21 مرتبہ یا علیم پڑھ کر پانی پر دم کر کے پی لیا کریں۔ عمل کی مدت 90 دن ہے۔ جو کام کریں پہلے سوچ لیا کریں۔ غور و فکر کے بغیر کوئی کام نہ کیا کریں۔

# جنسی مسائل

سوال: فحش لٹریچر پڑھ کر میں نے خود کو برباد کر دیا ہے۔ کئی برس سے اپنے آپ کو ضائع کر رہا ہوں اور نقصانات سے آگاہ ہونے کے باوجود اس قبیح عادت کو ترک کرنے سے عاجز ہوں۔ اس عادت کے نتیجہ میں میرا وزن قد کی نسبت بہت کم ہے۔ چہرہ زرد اور خشک ہے۔ آنکھوں کے گرد گہرے حلقے پڑ گئے ہیں۔ اٹھتے بیٹھتے سر چکراتا ہے اور آنکھوں تلے اندھیرا چھا جاتا ہے۔ للہ کوئی ایسا طریقہ بتادیں کہ میں اس قبیح عادت سے نجات حاصل کر لوں۔ آپ کا میرے اوپر بہت بڑا احسان ہو گا۔

جواب: ہر وقت باوضو رہیں لیکن باوضو رہنے کے لئے اپنے اوپر جبر نہ کریں کیونکہ فطرت عمل (بول براز اور ریاح) روکنے سے آدمی بیمار ہو جاتا ہے۔ اور اس کا دل و دماغ پر بہت برا اثر پڑتا ہے۔ جب وضو ساقط ہو جائے، دوبارہ وضو کر لیں۔ چلتے پھرتے، اٹھتے بیٹھتے یاحفیظ کا ورد کریں۔ کھانوں میں اعتدال کو مد نظر رکھیں۔ ایسی غذائیں نہ کھائیں جو جذبات میں ہیجان پیدا کرتی ہیں اور معدہ کے اوپر بار بنتی ہیں۔

# جسم اچھل اچھل جاتا ہے

سوال: تین سال سے اس مرض میں مبتلا ہوں کہ جب رات کو سوتا ہوں تو تھوڑی دیر بعد میرے پاؤں سے لے کر سر تک کبھی سر سے سینہ تک کوئی نادیدہ چیز مجھے دباتی ہے۔ اس وقت مجھ میں بستر پر ہلنے کی یا آواز نکالنے کی طاقت بھی نہیں رہتی اور یہ صورت ایک دو منٹ سے دو تین منٹ تک رہتی ہے۔ کبھی کبھی ایک رات میں تین چار مرتبہ بھی ایسا ہوتا ہے۔ دبانے کے وقت تو کوئی چیز یا صورت نظر نہیں آتی البتہ ایک آواز سننے میں آتی ہے۔ اگرچہ اس وقت بیہوش ہوتا ہوں پھر بھی کچھ کچھ ہوش رہتا ہے جس سے پتہ چلتا ہے کہ اب مجھ پر یہ ہو رہا ہے اس وقت میں دل میں آیۃ الکرسی پڑھتا رہتا ہوں۔ اور جب یہ چھوڑ دیتا ہے تو سارا جسم اچھل جاتا ہے جیسے سخت مصیبت سے آزادی ملی ہو۔ اور جب کبھی اچانک نیند سے بیدار ہو جاتا ہوں تو کمرہ میں ہر چیز انسانی صورت میں نظر آتی ہے۔

جواب: جتنے خلیے دماغ میں روٹین کی زندگی گزارنے کے لئے کھلے ہوئے ہوتے ہیں ان سے زیادہ خلیے کھل گئے ہیں۔ اس کا علاج نمک کے استعمال میں کمی اور روزانہ شہد کا استعمال ہے۔ دن میں تین مرتبہ شہد کھایئے اور چند روز کے لئے نمک چھوڑ دیجئے۔

# جن

سوال: میں حافظ قرآن ہوں۔ کبھی کبھی رات کو ایسا ہوتا ہے کہ کوئی چیز دبا لیتی ہے۔ محسوس ہوتا ہے کہ میں جاگ رہا ہوں مگر اس چیز کے دفاع کی قوت بالکل سلب ہو جاتی ہے اور اس دوران یوں ہوتا ہے کہ میں اپنا ہاتھ منہ میں ڈال کر انگلی کو دانتوں سے چباتا ہوں تو یوں لگتا ہے کہ جیسے میرے ہاتھ میں خون نہیں اور کبھی اس دوران روتا ہوں، آواز نہیں نکلتی، خوفناک آوازیں نکلتی ہیں۔ اگر کوئی آواز دے تو جلدی چھٹکارا ہو جاتا ہے ورنہ میرے اندازے کے مطابق کم از کم پانچ منٹ تک اس عذاب میں مبتلا رہتا ہوں۔ رات سوتے وقت 6 کلمے، سورہ فاتحہ، سورہ بقرہ کی ابتدائی آیات، آیت الکرسی تا ختم رکوع اور سورہ بقرہ کی آخری آیات پڑھ کر سونا ہمارے سارے گھر والوں کا معمول ہے بلکہ ہمارے خاندان کے بچے کو سب سے پہلے یاد کرایا جاتا ہے اور بچے بھی پڑھتے ہیں۔ ہاں اگر معمولات کے ساتھ سورہ جن پڑھ لیا کروں تو بالکل ٹھیک رہتا ہوں اگر کسی دن پڑھنا بھول جائے اور جلدی نیند آجائے تو اس دباؤ کا ہونا لازمی امر ہے۔ اس دباؤ کے بعد سورہ جن پڑھ کر سوتا ہوں یعنی سورہ جن لازماً پڑھنا پڑھتی ہے۔ جواب ارشاد فرمائیں۔

جواب: سورہ جن پڑھنے سے جب آپ ٹھیک رہتے ہیں تو سورہ جن پڑھ لیا کریں، پریشان ہونے کی کیا بات ہے۔

## چاند گرہن

سوال: میرے بائیں پاؤں کی پنڈلی دائیں پاؤں کی نسبت بہت پتلی ہے۔ والدہ مرحومہ کے کہنے کے مطابق جب میں چھوٹا تھا تو چاند گرہن میں آ گیا تھا۔ جس کی وجہ سے یہ نقص پیدا ہو گیا۔ میں نے کراچی کے ایک ماہر ڈاکٹر کو دکھایا۔ انہوں نے دیکھنے کے بعد کہا کہ پاؤں کے عضلات کمزور رہ جانے کی وجہ سے یہ نقص پیدا ہو گیا ہے۔ لیکن علاج سے بھی کوئی فرق نہیں ہوا۔

جواب: کالے تلوں کا تیل اپنے سامنے نکلوائیں۔ تیل کی مقدار کم سے کم آدھ سیر ہونی چاہئے۔ کل شئی یرجع الی اصلہ 11 ہزار مرتبہ پڑھ کر اس تیل پر دم کریں اور تیل کو کسی بوتل میں محفوظ کر دیں۔ بوتل پر کارک لگا کر رکھیں۔ مندرجہ بالا آیت روزانہ ایک نشست میں ایک ہزار بار پڑھنا ضروری ہے۔ جب نشست ختم کریں تو کارک کھول کر بوتل میں دم کر دیں اور کارک لگا دیں۔ روٹی پر چپڑ کر کھائیں اور یہ تیل 3 ماشہ روزانہ ہلکے ہاتھ سے متاثرہ عضلات پر مالش کریں۔

## حسد کی عادت

سوال: مجھے حسد کرنے کی عادت ہے۔ بہت کوشش کے باوجود عادت نہیں چھوٹتی۔ آپ کوئی عمل بتایئے جس سے یہ عادت چھوٹ جائے۔ دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ جب کوئی مصیبت یا امتحان سر پر آتے ہیں تو مجھے نماز پڑھنے کا خیال آتا ہے اور میں نماز پڑھنا شروع کر دیتا ہوں اور جب مصیبت ٹل جاتی ہے تو میرا دل نماز سے ہٹ جاتا ہے۔

جواب: فجر کی ادائے نماز کے بعد یا رات کو سونے سے پہلے تین سو مرتبہ **نَصْرٌ مِنَ اللّٰهِ وَفَتْحٌ قَرِيبٌ** پڑھ کر اپنے اوپر پھونک مار لیا کریں۔ قرآن پاک کی اس آیت کی برکت سے حسد جیسی روحانی بیماری سے آپ کو نجات مل جائے گی۔

## حاسد بہنوئی

سوال: ہم سب اپنے بہنوئی کی وجہ سے بہت پریشان ہیں۔ انہوں نے ہم سب کا جینا حرام کر دیا ہے۔ جھوٹ بولنا اور غیبت کرنا ان کی عادتیں ہیں۔ بہت گندے رہتے ہیں۔ میکے اور سسرال میں ہر کسی سے ان کی لڑائی رہتی ہے۔ بد نظر بھی ہیں۔ بہت فضول خرچ اور بد اندیش آدمی ہیں۔ حاسد بھی ہیں، قرض لے کر کبھی واپس نہیں کرتے۔ واپس مانگا جائے تو لڑنے لگتے ہیں۔ خدارا آپ مجھے پڑھنے کے لئے کوئی ایسا وظیفہ بتائیں جس سے ہمارے بہنوئی راہ راست پر آ جائیں۔

جواب: اللہ تعالیٰ نے سیدنا حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام سے فرمایا ہے کہ تمہیں داروغہ بنا کر نہیں بھیجا گیا۔ آپ بھی خواہ مخواہ بہنوئی کی اصلاح کا بیڑہ نہ اٹھائیں۔ اپنی توجہ اپنی اصلاح کی طرف مبذول کریں۔ بہنوئی خود اپنے اعمال کے ذمہ دار ہیں۔ البتہ ان کی بیگم اگر اپنے شوہر کی اصلاح کرنا چاہتی ہیں تو وہ رات کو سوتے وقت اول آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ 41 مرتبہ سورہ اخلاص پڑھ کر بات کئے بغیر بستر میں چلی جائیں اور اپنے شوہر کا تصور کرتے کرتے سو جائیں............اس عمل کی مدت نوے دن ہے۔ ناغہ کے دن شمار کر کے بعد میں پورے کر لیں۔

# خوف

سوال: بات کرتے ہوئے خود بخود منہ بھینچ لیتا ہوں۔ بہت کوشش کرتا ہوں مگر اس حرکت سے نجات نہیں ملتی۔ کوئی کام کرتے وقت یا خالی بیٹھنے پر بھی طرح طرح کے منہ بناتا رہتا ہوں جو دیکھنے میں بہت برا معلوم ہوتا ہے۔ ہر وقت ایک انتظار کی کیفیت میں رہتا ہوں۔ جیسے کوئی اچھی بات وقوع پذیر ہونے والی ہو۔ ایک انجانا خوف بھی طاری رہتا ہے کہ ملازمت چھوٹ جائے گی۔ میرے بچوں کا کیا ہوگا۔ غرض کہ ہر طرح سے پریشان رہتا ہوں آپ کو اللہ تعالیٰ اس کا اجر دے۔ آپ مجھے کچھ ایسا بتا دیجئے کہ میری (خود پر طاری کی ہوئی) پریشانیاں دور ہو جائیں اور میں اللہ پر بھروسہ کرکے دنیا کا سامنا بہادری سے کر سکوں اور یہ احساس کمتری، منہ بنانا، منہ کا بھینچ لینا سب ختم ہو جائے۔

جواب: صبح سویرے کسی درخت کے تنے سے ٹیک لگا کر کھڑے ہو جائیں۔ اس طرح کہ پوری ریڑھ کی ہڈی درخت کے تنے سے مس ہوتی رہے۔ اس وقت ننگے پیر رہیں اور نظریں سیدھے پیر کے انگوٹھے پر رہیں۔ دس منٹ تک اسی طرح کھڑے رہیں اور پھر اپنے اور کاموں میں مشغول ہو جائیں۔ ایک دفعہ جس درخت کا انتخاب کر لیں۔ چالیس دن تک اسی کو استعمال کریں۔

# خود سے باتیں کرنا

سوال: میں اپنے آپ سے باتیں کرتا رہتا ہوں۔ ان باتوں میں کبھی کسی دوسرے فرضی مخاطب سے خطاب کرتا ہوں اور کبھی اپنا مخاطب خود ہوتا ہوں۔ باتیں کرتے ہوئے ماحول کی خبر نہیں رہتی اور بعد میں جب اپنی اس حرکت کی طرف خیال جاتا ہے تو غصہ اور جھنجھلاہٹ میں خود کو ملامت کرتا ہوں۔ ہر وقت اپنے آپ کو یہ سمجھاتا رہتا ہوں کہ مجھے اپنے آپ سے باتیں نہیں کرنی چاہئیں اور یہ پاگل پن ہے وغیرہ وغیرہ۔ خود کو سمجھا کر اطمینان حاصل ہو جاتا ہے لیکن کچھ دیر بعد گفتگو کا سلسلہ دوبارہ شروع ہو جاتا ہے۔

جواب: صبح سویرے ایک آئینے کے سامنے بیٹھ جائیں جس میں آپ اپنے سراپا کو کم از کم سینے تک ضرور دیکھ سکیں۔ اب آئینے میں اپنے عکس کو مخاطب کر کے گفتگو شروع کر دیجئے۔ قریباً پندرہ منٹ تک آپ اپنے عکس سے کوئی فرضی یا جو بھی دل میں آئے باتیں کرتے رہیں۔ اس کے بعد اٹھ کر روزمرہ کے کاموں میں مشغول ہو جائیں۔ پندرہ دن میں آپ خود کلامی کی مشکل سے نجات پا لیں گے۔ یہ علاج پیراسائیکلوجی کے ایک اصول کی بنیاد پر تلقین کیا جارہا ہے۔

# خوفناک شکلیں نظر آتی ہیں

سوال: کچھ عرصہ پہلے میں نے ایک صاحب کے بتائے ہوئے وظیفہ کا ورد شروع کیا کچھ دن بعد میں نے محسوس کیا کہ وظیفہ پڑھتے وقت میرے جسم میں سنسنی سی دوڑنے لگتی ہے۔ پہلے پہل میں نے اس پر کوئی توجہ نہ دی لیکن بعد میں یہ کیفیت بڑھ گئی۔ ایک دن محسوس کیا کہ دوران ورد میرا جسم ہوا میں اڑ رہا ہے۔ گویا اس میں وزن نہیں ہے۔ میں نے گھبرا کر قریب رکھی ہوئی میز کا سہارا لیا۔ اسی وقت میری کیفیت بحال ہو گئی۔ رات کو جب میں سونے کے لئے لیٹا تو یوں محسوس ہوا جیسے خواب ایک ریل کی طرح نگاہوں کے سامنے سے گزر رہے ہیں۔ میں رات بھر نہ جانے کیا کیا دیکھتا رہتا۔ پہاڑ، دریا، باغات اور آسمانی مناظر ایک دن لیٹے لیٹے یوں جھٹکا لگا جیسے بجلی کا شاک لگ جاتا ہے۔ دماغ سن ہو کر رہ گیا اس کے بعد رات کو یوں محسوس ہوتا جیسے کوئی میرے کمرے کے باہر چہل قدمی کر رہا ہو۔ میں قدموں کی چاپ واضح سنتا تھا۔ بیٹھے بیٹھے لگتا کہ کوئی پشت کی طرف سے گزر گیا ہے۔ دیکھنے پر کوئی نظر نہ آتا۔ ایک دن وظیفہ پڑھتے پڑھتے عجیب و غریب شکلیں نظر آنے لگیں۔ ان شکلوں کو دیکھ کر میں ڈر گیا اور وظیفہ پڑھنا بند کر دیا۔ اگرچہ اب ان کیفیات و تجربات کی شدت میں کمی آگئی ہے۔ لیکن اب بھی کبھی کبھی نت نئے تجربات اور محسوسات ہو جاتے ہیں۔ آپ سے اس معاملہ میں رہنمائی کا طالب ہوں۔

جواب: آپ نے جو وظیفہ پڑھا تھا اس کی رجعت ہو گئی تھی۔ وظیفہ کی رجعت کا مطلب لاشعوری کیفیات کا شعور میں آ جانا ہے۔ یہ بہت اچھا ہوا کہ آپ نے وظیفہ کا ورد ترک کر دیا ورنہ اگر مسلسل ورد جاری رکھا جاتا تو کسی بڑے نقصان کا سبب بن سکتا تھا۔ اسی لیے کہا جاتا ہے کہ کوئی وظیفہ کسی ایسے استاد کی نگرانی اور اجازت کے بغیر نہیں پڑھنا چاہئے جو واقعتاً وظائف کا عامل ہو۔ آپ کو چاہئے کہ مزید کسی وظیفے کو نہ پڑھیں۔

## خیالی پلاؤ

سوال: میرا ذہن ہر وقت بے کار باتوں میں الجھا رہتا ہے۔ کچھ یاد کرنے بیٹھوں تو جمائیاں بہت آتی ہیں۔ ہر وقت کاہلی اور سستی چھائی رہتی ہے۔ ذہن ہر وقت خیالی پلاؤ پکاتا رہتا ہے کہ یہ ہو جائے گا وہ ہو جائے گا۔ بعض اوقات تو ذہن میں اتنا انتشار پیدا ہو جاتا ہے کہ دل چاہتا ہے کہ سر دیوار سے دے ماروں۔ اس خط کا جواب دے دیں کیونکہ اگر میرا یہی حال رہا تو کسی دن میرا سر پھٹ جائے گا۔ خدا کے واسطے میرے مستقبل کو تباہ ہونے سے بچا لیجئے۔

جواب: رات کو عشاء کی نماز کے بعد ایک سو ایک بار "یا علیم" پڑھ کر مراقبہ کریں۔ مراقبے میں بند آنکھوں سے نارنجی روشنیوں کا تصور کریں۔ تصور یہ ہونا چاہئے کہ نارنجی رنگ کی روشنیاں سر میں داخل ہو کر پورے جسم میں سے ہو کر پیروں کے ذریعے زمین میں اتر رہی ہیں۔ یہ عمل روزانہ بلاناغہ تین ماہ تک کریں۔

## خون میں کمزوری

سوال: میرے شوہر پچھلے تین چار سال سے ایک عجیب کیفیت سے دوچار ہیں۔ اس مرض یا کیفیت کی صحیح تشخیص نہیں ہو پائی کیونکہ مختلف اندازوں سے اب تک جو علاج ہوا ہے اس کے حوصلہ افزاء نتائج مرتب نہیں ہوئے۔ معاملہ یہ ہے کہ میرے شوہر کی کہنیوں، ہاتھوں کی انگلیوں اور گھٹنوں میں اتنا شدید درد ہوتا ہے کہ وہ چلنے پھرنے سے معذور ہو جاتے ہیں۔ وہ کہتے ہیں کہ کبھی ایسا محسوس ہوتا ہے کہ کوئی ان کے پاس لیٹا ہوا ہے یا باہر سے اندر آ رہا۔ کبھی یوں لگتا ہے کہ کسی نے انہیں زور سے دھکا دیا ہے کیونکہ وہ زور سے گر جاتے ہیں۔

جواب: گزشتہ دور میں نمک بہت زیادہ استعمال کیا گیا جس کی وجہ سے خون میں اور گردوں میں کمزوری واقع ہو گئی ہے۔ ایک ہفتہ تک نمک بالکل ترک کریں۔ اور ایک ہفتے کے بعد میڈیکیٹڈ سالٹ استعمال کرائیں۔ انشاءاللہ چند ہفتوں میں ساری شکایات رفو ہو جائیں گی۔

## دنیا بیزاری

سوال: میں بہت دکھی اور غریب آدمی ہوں۔ بیروزگار ہوں اور کافی عرصہ سے بیمار ہوں۔ میں نے ڈاکٹروں اور حکیموں سے بہت علاج کرایا ہے لیکن کچھ فائدہ نہیں ہوا۔ دن بدن کمزور ہو رہا ہوں اور کبھی تو میں اپنے آپ کو ٹی بی کا مریض سمجھنے لگتا ہوں۔ میرا خیال ایکسرے کرانے کا ہے لیکن غریبی کا یہ حال ہے کہ ایکسرے کے لئے پیسے نہیں ہیں۔ ناکامی نے مجھے دنیا سے بیزار کر دیا ہے۔ میرے والد اتنے خشک مزاج اور عاقبت نااندیش ہیں کہ میری شادی کی فکر میں ہیں۔ میں یہ شہر چھوڑ دینا چاہتا ہوں۔ مجھے کوئی ایسا نسخہ یا وظیفہ بتایئے کہ جس کی برکت سے اللہ تعالیٰ صحت عطا فرمائیں۔

جواب: آپ کو کوئی ایسی بیماری لاحق نہیں کہ آپ خودکشی کے بارے میں سوچ کر اپنا وقت خراب کریں۔ آپ کے گردوں اور مثانے میں گرمی ہو گئی ہے۔ اس کا علاج بہت آسان ہے۔ عصر کے بعد گاجروں کے قتلے چپس بنا کر پانی میں اسقدر پکائیں کہ قتلے اچھی طرح گل جائیں۔ انہیں ساری رات آسمان کے

نیچے رکھا رہنے دیں۔ صبح دودھ اور چینی شامل کر کے نہار منہ کھالیں۔ آدھے گھنٹے تک کوئی چیز نہ کھائیں۔ 21روز کے اس علاج سے آپ صحت مند ہو جائیں گے۔

## دماغ کے اوپر خول چڑھ گیا ہے

سوال: مجھے یوں محسوس ہوتا ہے جیسے میرے دماغ پر ایک خول چڑھ گیا ہے اور ساری صلاحیتیں اس میں مقید ہو گئی ہیں، باہر نہیں آسکتیں۔ پہلے جیسی یادداشت نہیں رہی اور نہ ہی دماغ میں وہ تیزی ہے جو کسی کام کو کرنے کے لئے ضروری ہوتی ہے۔ ہر وقت بے خیالی رہتی ہے اور دماغ تھکا ہوا محسوس ہوتا ہے۔

جواب: نصف شب گزرنے کے بعد تنہائی میں آسمان کے نیچے ننگے پیر اور ننگے سر کھڑے ہو جائیں۔ دونوں ہاتھ سر پر رکھ لیں اور آنکھیں بند کر کے تقریباً 10منٹ کھڑے رہیں۔ انشاءاللہ دو ہفتوں میں ذہنی صلاحیتیں معمول کے مطابق کام کرنے لگیں گی۔

## دستخط کیجئے اور مسئلہ حل

سوال: بچپن اور جوانی کے ابتدائی دور میں مجھے ہر قسم کی روحانی مسرت حاصل تھی۔ لیکن پچھلے چار پانچ سالوں سے میں سخت ذہنی کشمکش میں مبتلا ہوں۔ مجھے یہ روگ کھائے جا رہا ہے کہ تعلیمی میدان میں مجھے وہ درخشاں کامیابیاں حاصل نہیں ہوئیں جو گذشتہ دور میں میرا خاصہ تھیں۔ مجھے یہ بھی علم ہے کہ میری ذہنی نشوونما میں کوئی فرق نہیں آیا کیونکہ میری معلومات عامحیرت انگیز طور پر بڑھ چکی ہے۔ تعلیمی لحاظ سے اوسط کامیابیوں نے مجھے ذہنی مریض بنا دیا ہے۔ نتیجتاً موجودہ دور کی معمولی سی ناانصافی بھی برداشت نہیں کر سکتا۔

جواب: رات کو سونے سے پہلے آدھ گھنٹہ تک مختلف زاویوں سے اپنے دستخط کیجئے۔ زیادہ سے زیادہ چالیس روز میں مسئلہ حل ہو جائے گا۔

## دل میں درد

سوال: عید کے دوسرے دن میں گھر کی صفائی کر رہا تھا کہ اچانک دل میں ہلکا سا درد اٹھا۔ میں سمجھا معمولی بات ہے تھوڑے دن کے بعد پھر درد اٹھا تو میں نے ڈاکٹروں سے علاج کروایا اور درد بند ہو گیا۔ مگر کچھ دن کے بعد پھر درد ہونے لگا تو دوسرے ڈاکٹر کو دکھایا۔ اس نے کہا کہ پٹھے چڑھ گئے ہیں مگر جب فائدہ نہیں ہوا تو تیسرے ڈاکٹر کو دکھایا اور درد ٹھیک ہو گیا۔ مگر کچھ دن کے بعد اتنا شدید درد اٹھا کہ لگتا تھا کہ کوئی چیز دل میں سے اوپر سے نیچے کی طرف ٹکرا رہی ہے۔ اور دل آگ کی طرح گرم ہو گیا ہے۔ براہ مہربانی کوئی روحانی علاج بتائیں۔ میں آپ کا بہت شکر گزار ہوں گا۔ یقین جانئے میں جتنا پریشان ہوں کبھی زندگی میں اتنا پریشان نہیں ہوا۔

جواب: جب بھی پانی، چائے، دودھ یا شربت پئیں تین بار ''ریا حین ماء'' پڑھ کر دم کر کے پئیں۔ ضروری ہے کہ ہارٹ اسپیشلسٹ سے ای سی جی کرا لیں اور اس کے مشورے پر پورا عمل کریں۔

## دمہ

جواب: قانون تخلیق کے تحت آدمی دراصل روشنیوں کا مجموعہ ہے اور ان روشنیوں کے توازن کا نام ہی صحت ہے۔ روشنی ایک قسم کی نہیں ہوتی بلکہ انسانی زندگی میں دور کرنے والی روشنیوں کی بے شمار قسمیں ہیں۔ سمجھنے کے لئے ہم ان روشنیوں کو مختلف رنگوں کا نام دے سکتے ہیں۔ یہ روشنیاں دماغ میں ٹوٹ کر بکھرتی ہیں اور ٹوٹنے اور بکھرنے کے بعد دماغ کے کئی ارب خلئے ان سے متاثر ہو کر حواس کی تخلیق کرتے ہیں۔

دمہ اور ضیق النفس کا مرض بھی روشنیوں میں عدم توازن کی بناء پر ہوتا ہے۔ وہ روشنیاں جو پورے جسم میں خون کو گردش دینے کی ذمہ دار ہیں ان میں توازن نہیں رہتا نتیجہ میں خون کی کثافت جو مسامات کے ذریعے نکلنی چاہئے وہ پوری طرح خارج نہیں ہوتی اور جب یہ خون پورے جسم میں دور کر کے پھیپھڑوں میں پہنچتا ہے تو پھیپھڑوں کی جالیوں میں یہ کثافت جمع ہونا شروع ہو جاتی ہے۔ اس کثافت میں ابتداءً تعفن ہوتا ہے اور پھر وائرس پیدا ہو جاتے ہیں۔ جب پھیپھڑے ان کیڑوں سے بھر جاتے ہیں تو پھیپھڑے کا پمپنگ سسٹم خراب ہو جاتا ہے جس کی وجہ سے سانس لینے میں دشواری پیش آتی ہے۔ یہ تو دمے کی روحانی تشریح ہوئی، علاج اس کا یہ ہے کہ رنگ اور روشنی کے علاج کے طریقہ پر نارنجی رنگ کی شعاعوں سے تیار کیا ہوا السی کا تیل سینے پر پھیپھڑوں کی جگہ دائروں میں مالش کریں۔ مالش رات کو سوتے وقت اور صبح پانچ پانچ منٹ ہلکے ہاتھ سے کریں۔ اس کے ساتھ ساتھ نارنجی رنگ اور گہرے نیلے رنگ کا پانی تیار کر کے ایک ایک اونس صبح شام پئیں۔ تیل اور پانی تیار کرنے کا طریقہ پچھلے دنوں کئی بار شائع ہو چکا ہے۔ غذاؤں میں کھٹی اور ٹھنڈی چیزوں سے پرہیز کریں اور صاف اور کھلی ہوا میں رہا کریں۔

## دریا اور سبزہ زار

سوال: چند سالوں سے میری دماغی حالت عجیب ہو گئی ہے۔ یوں لگتا ہے کہ خیالات یلغار کر رہے ہیں۔ اور میرا دماغ خیالات کی موجوں میں بے بس ادھر ادھر بہہ رہا ہے۔ اس بلائے ناگہانی سے میری قوت فیصلہ اور صلاحیتیں مفلوج ہو گئی ہیں۔ خواہ کوئی جگہ ہو، اس کی کوئی بھی اہمیت ہو، خیالات میں گھرا رہتا ہوں۔ ان خیالات کی رو سے مجھے ذلالت اور گمراہی میں ڈال دیا ہے۔ بے اختیار پاکیزہ نفس اور مقدس حضرات کے متعلق ایسے برے برے خیالات کے دریا پر بند باندھنا چاہتا ہوں لیکن کامیابی نہیں ہوئی۔ ویسے میں ہر لحاظ سے ایک نارمل شخص ہوں، میری صحت بھی ٹھیک ہے لیکن ان خیالات کے ہاتھوں بے بس اور مجبور ہوں۔

جواب: اپنے پورے سراپا کا ایک پوسٹ کارڈ سائز نیگیٹیو بنوائیے۔ فوٹو گرافر کو ہدایت کر دیں کہ وہ اس نیگیٹیو پر کسی قسم کا نشان یا رنگ نہ لگائیں۔ اپنے اس نیگیٹیو کی فوٹو کی طرح فریم کر کے دیوار پر لٹکا کر چار فٹ کے فاصلے سے دن رات میں وقفہ وقفہ سے 2 گھنٹے تک دیکھا کریں۔ خیالات کی یلغار سے دماغ کو نجات مل جائے گی۔

اس عمل کے دوران اگر چلتے، اٹھتے، بیٹھتے کوئی معکوس خیال آئے تو اسے "رد ہر گز نہ کریں" آتا ہے تو آنے دیں خود ہی گزر جائے گا۔ قانون یہ ہے کہ جب کسی خیال کو رد کیا جاتا ہے تو وہ اور زیادہ گہرا ہو جاتا ہے۔ جب بھی اس قسم کا کوئی خیال آئے ذہن کو دوسرے کسی خیال کی طرف موڑ دیں مثلاً آپ کو آگ کا خیال آتا ہے آپ یہ نہ کریں کہ آگ کا خیال نہیں آنا چاہئے بلکہ آپ اس خیال کو رد کرنے کی بجائے کسی باغ، دریا یا سبزہ زار کے بارے میں سوچنا شروع کر دیں۔ اس طریقہ کار اور نیگیٹیو بینی سے آپ معکوس خیالات کے حملوں سے محفوظ ہو جائیں گے۔ علاج شروع کرنے سے پہلے ماہر نفسیات کی اجازت لے لیں۔

## دماغ کے اعصاب

سوال: میرے بھائی کو چکر آتے ہیں اور بے ہوش ہو جاتا ہے۔ بتاتا ہے کہ کوئی اسے مارنے آرہا ہے۔ کافی دیر تک اس کی یہی حالت رہتی ہے۔ ڈاکٹروں کو دکھایا، حکیموں اور مولاناؤں کا بھی علاج کرایا لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ اب بالکل ناامید ہو کر آپ کو لکھ رہی ہوں کہ آپ کوئی وظیفہ بتا دیں۔

جواب: آپ کے بھائی کا دل کمزور ہو گیا ہے۔ اس کی وجہ سے دماغ کے اعصاب بھی متاثر ہوتے ہیں۔ اس کا علاج یہ ہے۔ ایک سیر خالص شہد پر تین ہزار مرتبہ ماکذب لفوانمارای پڑھ کر دم کریں اور یہ شہد تین وقت ایک ایک چمچی صبح شام رات کھلائیں۔ نیند کا خاص خیال رکھیں۔ 24 گھنٹے میں دس گھنٹے سونا ضروری ہے۔

## دماغی توازن

سوال: نہایت دکھ کے ساتھ لکھ رہا ہوں۔ میرے والد صاحب 12 سال سے پاگل ہیں۔ میں نے پاکستان کی کوئی ایسی جگہ نہ چھوڑی جہاں ان کو لے کر نہ گیا ہوں۔ لاہور کے پاگل خانے میں بھی تین سال تک داخل رکھا۔ بہت تعویذ گنڈے کروائے لیکن کوئی افاقہ نہیں ہوا۔ والد صاحب کی کیفیت یہ ہے کہ اکیلے باتیں کرتے رہتے ہیں، خود سوال کر کے خود ہی جواب دیتے ہیں۔ ویسے کسی کو کچھ نہیں کہتے۔ البتہ راتوں کو اٹھ کر بھاگتے ہیں۔ کبھی گھر کے صحن ہی میں ایسے بھاگتے ہیں گویا کسی کا تعاقب کر رہے ہوں۔ عجیب بات یہ ہے کہ ہمارے گاؤں میں ان کا پاگل پن زیادہ نمایاں ہوتا ہے۔ کسی اور جگہ پاگل پن میں خاص کمی آجاتی ہے۔

جواب: زعفران، عرق گلاب میں حل کر کے اس سے سفید چینی کی پلیٹ پر بسم اللہ الرحمٰن الرحیم لکھ کر، دھو کر صبح نہار منہ والد صاحب کو پلایا کریں۔ بسم اللہ شریف کی برکت سے ان کا دماغی توازن درست ہو جائے گا۔ یقین رکھیں اللہ تعالیٰ قادر مطلق ہیں۔ ان کے لئے کوئی کام مشکل نہیں۔

## ذہنی سکون

سوال: میں سوتیلے پن کا بچپن سے شکار ہوں۔ یعنی ماں کی ممتا سے محروم رہا۔ جیسے تیسے پل کر جوان ہو گیا۔ میٹرک تک تعلیم صرف اپنی لیاقت کی بناء پر حاصل کی۔ گھریلو بد سلوکی کی وجہ سے باہر نکلا تو ایک پرائیویٹ سروس مل گئی۔ جس سے میری زندگی کے کچھ سال پر سکون گزرے کیونکہ تنخواہ معقول ملتی تھی لیکن 1971ء کے آخر میں دکھی اور مظلوم بھائیوں کا درد لے کر اٹھ کھڑا ہوا۔ جس کا سبب میری سابقہ گھریلو زندگی ہی تھی۔ اس کام میں میرا ضمیر بہت مطمئن رہا لیکن بے لوث کوئی بھی کام کیا جائے تو اس میں نباہ بہت مشکل ہوتا ہے۔ لہٰذا چار سال بعد سروس تک سے ہاتھ دھو بیٹھا۔

پھر ادھار وغیرہ لے کر عرب چلا گیا۔ وہاں بھی قسمت نے ساتھ نہ دیا اور ایک سال بعد تقریباً کورے کا کورا واپس لوٹ آیا۔ واپس آنے کے بعد ایک رکشہ قسطوں پر لے لیا۔ جس کا کبھی حادثہ کبھی فنی خرابی، کبھی میں خود بیمار...... دو ڈھائی سال کے بعد اعصاب جواب دے گئے۔ تو اسے بھی اونے پونے بیچ دیا۔ اور روپے قرض خواہوں کو ادا کر دیئے۔ پھر بھی کئی ہزار کا قرض سر پر رہا۔ ایک سال مارا مارا پھرنے کے بعد تقریباً ایک ماہ سے پونے چار سو روپے ماہوار پر ایک پرائیویٹ سروس ملی ہے جب کہ خدا نے دو بچوں سے بھی نوازر کھا ہے۔ جب اپنے بیوی بچوں کے مستقبل کا خیال آتا ہے تو خودکشی جیسے حرام فعل تک کے متعلق سوچنے پر مجبور ہو جاتا ہوں۔ کبھی کبھار ذہن میں بہت برا خیال آتا ہے کہ جب سے شادی کی ہے ان دنوں سے زیادہ ناکامیاں ہی دیکھ رہا ہوں۔ کہیں شادی ہی منحوس نہ ہو۔ خدا کے لئے مجھے جینے کے قابل بنایئے۔ سب سے بڑا مسئلہ باعزت روزگار کا ہے۔ میں اپنے لئے نہ سہی بیوی بچوں کے لئے تو کچھ کر سکوں۔

جواب: آپ فجر کی ادا نماز کے بعد سو مرتبہ یاوہاب پڑھ کر دعا کیا کریں۔ اس وظیفے کو نوے دن تک جاری رکھیں۔ انشاءاللہ آپ کو ذہنی سکون نصیب ہو جائے گا۔

## ذہنی الجھنیں

سوال: بچپن سے ہی میری عادت ہے کہ میں بہت زیادہ سوچتا ہوں یعنی بہت زیادہ بلکہ حد سے زیادہ سوچنے کا عادی ہوں۔ کوئی بھی واقعہ یا کوئی بھی معمولی بات ہو یا کوئی بھی چھوٹا سا مسئلہ ایک دفعہ میرے ذہن میں آجائے تو بس اس سے پیچھا چھڑانا مشکل ہو جاتا ہے۔ اس پر سوچتا رہتا ہوں۔ خوب غور و غوض کرتا ہوں اور سوچتے سوچتے بالکل گہرائی میں ڈوب جاتا ہوں۔ بس یوں سمجھئے کہ سوچ سوچ کر ایک رائی کے دانے کو بھی پہاڑ بنا لیتا ہوں اور یہ تو آپ جانتے ہیں کہ جو جتنا زیادہ سوچتا ہے اتنا ہی زیادہ ڈوبتا ہے۔ بس یہی معاملہ میرے ساتھ ہے۔ سوچتے سوچتے ایک معمولی سا مسئلہ بھی ایک بہت بڑی الجھن بن جاتا ہے اور پھر جیسے جیسے سوچتا ہوں ویسے ویسے اور زیادہ الجھنوں میں پھنستا جاتا ہوں۔ یعنی الجھنیں یکے بعد دیگرے بڑھتی چلی جاتی ہیں۔ جس کی وجہ سے ذہنی سکون بالکل ختم ہو گیا ہے اور میں مستقل طور پر ذہنی الجھنوں کا مریض بن گیا ہوں۔

جواب: قانون تخلیق کے تحت انسانی ذہن تین پرت کا مجموعہ ہے۔ ہر پرت کے محسوسات ایک دوسرے سے بالکل الگ ہیں۔ ان تینوں میں ایک پرت وہ ہے جو خیال کو تصور بنا کر جسد خاکی میں منتقل کرتا ہے۔ جسد خاکی تصورات کو معنی کا لباس پہنا کر خوشی اور غم کے نقش و نگار ترتیب دیتا ہے۔ اس کو اگر ایسی معلومات فراہم کی جائیں جو خوشی کا پیش خیمہ ہوں تو اس کے اندر خوشی کے طوفان اٹھ کھڑے ہوتے ہیں۔ اگر ایسی اطلاعات فراہم کی جائیں جن کا تعلق رنج و غم سے ہو تو اس کے اندر مایوسی، بے کیفی، احساس کمتری، زندگی سے بیزاری اور نت نئی الجھنیں جنم لینے لگتی ہیں۔ یہ پرت بالکل غیر جانبدار رہتا ہے۔ اس کو جیسی اطلاعات فراہم کر دی جاتی ہیں وہ ان کو مظاہر میں پیش کر دیتا ہے۔ اطلاع فراہم کرنے والا پرت جب فطرت سے کٹ جاتا ہے یا اس میں فطرت کے اصولوں سے دوری واقع ہو جاتی ہے تو وہ ایسی اطلاعات دینا شروع کر دیتا ہے جو فطرت کے خلاف اور غیر حقیقی ہوتی ہیں۔ فطرت میں مایوسی، احساس شکستگی، خودکشی کا رجحان خود کو اور لوگوں سے کمتر یا برتر سمجھنا، خواہ مخواہ کی الجھنوں میں گرفتار رہنا، کہیں نہیں ہے۔ یہ سب غیر فطری چیزیں ہیں۔ فطرت ہمیشہ پر سکون رہتی ہے۔ فطرت سے دوری ہی انسانی مشکلات و مصائب کا سبب بنتی ہے۔ فطرت سے قریب آ جایئے، سارے مسائل خود بخود حل ہو جائیں گے۔ طریقہ یہ ہو گا کہ صبح اندھیرے اٹھئے اور جھٹ پٹے میں کم سے کم دو میل روزانہ ٹہلئے۔ زیادہ سے زیادہ تین ہفتے میں آپ الجھنوں سے نجات حاصل کر لیں گے۔ لیکن فطرت سے قریب ہونے کا یہ طریقہ کم سے کم تین ماہ جاری رکھئے۔

## روح سے ملاقات

سوال: 10 مہینے ہوئے کہ 36 یا 37 سال کی عورت سے میری شادی ہو گئی۔ وہ پہلے بھی دو جگہ شادی کر چکی ہے مگر ہر دو جگہ سے طلاق ہوئی۔ میرے گھر آ کر اسے دورے پڑنے لگے تو زمین پر لوٹنے لگی کہ میں نہیں رہتی۔ میں شاہ عقیق کے مزار پر جاؤں گی۔ میں اسے مزار پر لے گیا۔ پانچ مہینے سے مسلسل وہیں پر ہے۔ اس کا کہنا ہے کہ موجودہ گھر نہیں جاؤں گی۔ اس پر کسی نے تعویذ گنڈہ کر دیا ہے۔ میں جب اس گھر میں جاتی ہوں تو میرا دل چاہتا ہے کہ کپڑے پھاڑ دوں اور کہیں باہر چلی جاؤں۔ پہلی دفعہ کے بعد بھی وہ یہی سب کچھ کر چکی ہے۔ گھر میں کئی دفعہ کپڑے پھاڑ دیئے ہیں۔ اسے لوہے کی زنجیر سے باندھ دیا گیا۔ پھر تعویذ گنڈوں سے ٹھیک ہو گئی۔ جب سے میرا نکاح ہوا ہے میں تنگدست رہنے لگا ہوں۔ چند لوگوں کا کہنا ہے کہ تم اس عورت کے ساتھ پریشان رہو گے جبکہ مجھے اپنی بیوی سے بہت محبت ہے اور میں اس کے بغیر گھر میں غمگیں رہتا ہوں۔ وہ بھی کہتی ہے کہ تم مجھے طلاق مت دو تم بھی برباد ہو جاؤ گے اور میں بھی برباد ہو جاؤں گی۔ میں گھر میں رہنے کے لئے کہتا ہوں تو رونے لگتی ہے۔

جواب: آپ شاہ عقیق کے مزار پر چلے جائیں۔ وہاں کچھ دن قیام کریں اور کثرت سے درود شریف پڑھتے رہیں۔ روزانہ فجر اور عشاء کی نماز کے بعد مزار کے سیدھی طرف بیٹھ کر مراقبہ کریں۔ مراقبہ میں یکسوئی کے بعد جب شاہ عقیق کی روح سے ملاقات ہو تو ان سے دعا کی درخواست کریں۔ انشاءاللہ یہ مسئلہ احسن طریقہ سے حل ہو جائے گا۔

## روح کا الارم

جواب: رات کو سونے سے پہلے بلند آواز سے 10 مرتبہ کہئے: محمد طارق! مجھے فلاں وقت، اتنے بج کر اتنے وقت پر جگا دینا۔ یہ کہہ کر کسی سے بات کئے بغیر سو جایئے۔ مقررہ وقت پر ضرور آنکھ کھلے گی۔ لیکن جونہی آنکھ کھلے فوراً اٹھا جایئے، پھر لیٹے نہ رہیے۔ اس طرح آپ نماز فجر بھی ادا کر سکیں گے اور وقت مقررہ پر مراقبہ بھی کر سکیں
گے۔

## روحانی غذا

سوال: گزارش ہے کہ منفی خیالات، شیطانی وسوسوں، ناگہانی آفات، لوگوں کے حسد وغیرہ سے محفوظ رہنے کے لئے کچھ ورد تحریر فرمادیں تا کہ دل کو تقویت رہے کہ روحانی غذا مل رہی ہے۔ کمزور دل انسان مایوسی کے دریا میں ڈوب جاتا ہے۔ مجھے ہزاروں قسم کے لوگوں سے سابقہ پڑتا ہے۔ کوئی تعریف کرتا ہے، کوئی نقصان پہنچانے کی دھمکی دیتا ہے، کوئی کورٹ میں کیس کرنے کی دھمکی دیتا ہے، کوئی وکیل کے ذریعے نوٹس بھیجتا ہے۔ ان سب سے مامون رہنے اور دل کو تقویت حاصل ہونا ضروری ہے۔

جواب: ہر نماز کے بعد سو مرتبہ نصر من اللہ وفتح قریب پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیا کریں۔ انشاءاللہ آپ دشمنوں کے شر اور حسد سے محفوظ رہیں گے۔
پڑوس کے لوگوں کی خراب ذہنیت سے بچنے اور دشمنوں کے شر سے محفوظ رہنے کے لئے فجر کی ادا نماز کے بعد سو مرتبہ نصر من اللہ وفتح قریب پڑھ کر پانی پر
دم کریں اور اپنے سب بچوں کو پلا دیا کریں۔ انشاءاللہ آپ کے بچے دشمنوں کے شر سے محفوظ رہیں گے۔

## زنانی آواز

سوال: میں لڑکا تو ہوں لیکن میری آواز بالکل لڑکیوں جیسی پتلی، باریک اور ہلکی ہے۔ میں زیادہ تیز بول ہی نہیں سکتا۔ جتنا تیز بولنے کی کوشش کرتا ہوں آواز اتنی ہی حلق میں اٹک جاتی ہے اور اگر نکلتی بھی ہے تو لڑکیوں کی طرح باریک ہوتی ہے۔ سب رشتہ دار اور دوست مجھے فلمی گلوکاراؤں کے نام سے بلاتے ہیں۔ نور جہاں اور ناہید اختر سے میری آواز ملاتے ہیں۔ دو چار لوگوں میں بیٹھ کر باتیں نہیں کر سکتا۔ اس وجہ سے میں زیادہ تر گھر پر پڑا رہتا ہوں۔ اور شدید احساس کمتری کا شکار ہو گیا ہوں۔ ہر وہ لڑکا جس کی آواز مردوں جیسی ہو مجھے اپنے آپ سے بلند لگتا ہے۔ اور میں اپنے آپ کو اس سے کمتر سمجھتا ہوں۔ اسی لئے کالج میں داخلہ نہیں لیا کیونکہ سکول میں ہی سب لڑکوں کی آواز بدل گئی تھی لیکن میں ایک بدنصیب تھا جس کی آواز وہی رہی۔ ڈاکٹروں کو بھی میں نے اپنا حلق دکھایا لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ اب کبھی دو آوازیں نکلتی ہیں۔ ایک باریک اور ایک ذرا موٹی۔ وہ بھی حلق کا پورا زور لگانے سے جس سے حلق دکھنے لگتا ہے۔

اس کے علاوہ مجھ سے ایک بڑی غلطی یہ ہوئی کہ میں دیومالائی کہانیوں پر مشتمل ڈائجسٹ پڑھ کر میں بہک گیااور میں نے اپنے آپ کو ضائع کرنا شروع کر دیا۔ یعنی میں اپنی مردانہ قوت ضائع کرنے لگالیکن کچھ ہی دنوں میں نے اس بری عادت سے توبہ کر لی۔

جواب: ایک کھلے منہ کا کوراگھڑا لیجئے۔ صبح سویرے اٹھ کر اس وقت جب سب گھر والے سو رہے ہوں چھت پر یا کسی مخصوص کمرے میں اور گھڑے کے اندر منہ ڈال کر دونوں ہاتھ گھڑے کے کناروں پر اس طرح رکھ لیں کہ چہرے کا آدھا حصہ ہاتھوں کے اندر آ جائے اور بلند آواز سے سورہ رحمٰن کی تلاوت کریں۔ سورہ رحمٰن اگر یاد نہ ہو تو حفظ کر لیں۔ کوئی بڑی سورہ نہیں ہے۔ آسانی سے یاد ہو جائے گی۔ جب تک آپ کی آواز کی نسوانیت ختم نہ ہو یہ عمل جاری رکھیں۔

# زبان ساتھ نہیں دیتی

سوال: میں اپنی جان ختم کرنے کے درپے ہوں اگر آپ نے بھی مایوس کیا تو مجھے کوئی نہیں بچا سکتا۔ میں بچپن ہی سے احساس محرومی کا شکار ہوں۔ تھوڑی سی ڈانٹ پر رو پڑتا ہوں۔ کسی کو مجھ سے پیار نہیں ہے۔ خوبصورت ہوں نہ ہی میرے چہرے پر کوئی رونق ہے۔ دبلا پتلا سا لڑکا ہوں، کوئی مجھ سے سیدھے منہ بات تک نہیں کرتا۔ ہر وقت لوگ مجھ پر طنز کے زہریلے تیر چلاتے ہیں۔ آپ خود اندازہ کر لیں کہ اس وقت میری کیا حالت ہوتی ہوگی کمزور دیکھ کر ہر کوئی لڑنا شروع کر دیتا ہے۔ اگر کوئی گھر میں مہمان آئے تو میں شرما کر دوسرے کمرے میں چلا جاتا ہوں۔ اگر کوئی مہمان لڑکی بات کرے تو بھی شرما جاتا ہوں۔ اس لئے ہر کوئی مجھ سے بھاگتا ہے۔ کسی لڑکی سے مجبوری کی حالت میں بات کرتا ہوں تو زبان ساتھ نہیں دیتی، لڑکھڑانے لگتی ہے۔ اس وقت میری حالت دیکھنے کی ہوتی ہے۔ بہت علاج کرایا مگر کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ مجھے اپنا مستقبل تاریک نظر آ رہا ہے۔ عمر 23یا24 سال ہے لیکن لگتا ہے کہ میں دس بارہ سال کا ہوں۔ گھر میں ہر وقت لڑائی جھگڑا رہتا ہے۔

جواب: رات کو سونے سے پہلے اول وآخر گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ 100 بار اللہ لا الہ الا ھوالحی القیوم پڑھ کر بستر میں لیٹ جائیں۔ آنکھیں بند کر لیں اور گلابی رنگ روشنی کا مراقبہ کرتے کرتے سو جائیں۔ صبح نہار منہ اور رات کو وظیفہ پڑھنے سے پہلے عمدہ قسم کی ایک دو کھجوریں کھائیں۔ یہ عمل تین ماہ تک بلاناغہ کریں۔ ہر جمعرات کو شام کے وقت دو روپے خیرات کریں۔

# زبان کھل جائے گی

سوال: اس سال عیدالفطر کے پانچویں یا چھٹے روز میرے والد صاحب پر فالج کا حملہ ہوا جس سے بائیں طرف کا سر سے لے کر پاؤں تک کا سارا جسم ناکارہ ہو گیا لیکن بروقت علاج کرانے پر آہستہ آہستہ ٹانگ اور دھڑ بھی ٹھیک ہو گیا لیکن بازو بالکل ناکارہ ہو گیا اس دوران ہم نے ہر جگہ سے اور ہر طرح کا علاج کرایا۔ بازو ویسے تو ناکارہ تھا لیکن ہر وقت بہت درد رہتا شاید بازو بھی آہستہ آہستہ ٹھیک ہو جاتا لیکن دو ہفتہ پہلے فالج کا ایک اور حملہ ہوا۔ جس سے چہرہ بائیں طرف سے پھر ٹیڑھا ہو گیا اور زبان بھی بالکل بند ہو گئی۔ منہ ہی منہ میں کچھ کہتے ہیں اور ہمیں سمجھ نہیں آتا کہ والد صاحب کیا کہنا چاہ رہے ہیں۔ بازو تو پہلے ہی نکارہ تھا اب ٹانگ بھی تقریباً ناکارہ ہو گئی ہے۔

فالج سے پہلے انہیں شوگر اور ہائی بلڈ پریشر کی بیماریاں تھیں۔ فالج کے بعد شوگر تو بالکل ختم ہو گئی ہے لیکن بلڈ پریشر کی بیماری ابھی ہے۔ گزارش ہے کہ آپ میرے والد صاحب کے لئے جلد از جلد کچھ کریں اور کسی بہت قریب کے جمعہ کی اشاعت میں میرے خط کا جواب دے دیں۔ میرے والد صاحب کے لئے محفل مراقبہ میں دعا بھی کرا دیں۔ پانی تک نہیں پی سکتے۔ کبھی کبھار بڑی مشکل سے ایک دو گھونٹ پیتے ہیں کھانا نہیں کھا سکتے، کبھی کبھار بڑی مشکل

سے ایک آدھ نوالہ کھا لیتے ہیں۔ دوائیاں اور گولیاں بھی نہیں کھا سکتے جب کھائیں گے نہیں تو کیسے آرام آئے گا۔ بالکل ہڈیوں کا ڈھانچہ بن گئے ہیں۔ ہم سے یہ سب دیکھا نہیں جاتا، پلیز آپ ان کے لئے جلد از جلد کچھ کریں۔

جواب: صاف شفاف سفید پکے شیشے کی برنی میں سفید لاہوری نمک کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر کے ڈالیں۔ سفید چمک دار کاغذ پر بسم اللہ الرحمٰن الرحیم الٓر تلک اٰیات الکتاب المبینo الرحیم الرحیم الرحیم لکھ کر برنی میں ڈال کر مضبوط ڈھکن لگا دیں۔ یہ برنی لکڑی کے اسٹول پر ایسی جگہ رکھ دیں جہاں والد صاحب کی نظر بار بار پڑتی رہے۔ والد صاحب سے کہیں کہ وہ برنی کے اندر نمک کو بار بار دیکھیں۔ انشاءاللہ زبان کھل جائے گی۔

## سایہ

سوال: میرا لڑکا غلام حسین جس کی عمر تقریباً 12 سال ہے۔ رات کو ڈر جاتا ہے حالانکہ میرے ساتھ کمرے میں سوتا ہے میں نے اسے سمجھایا ہے کہ ڈرنے اور خوفزدہ ہونے کی کوئی ضرورت نہیں، میں موجود ہوں۔ ڈرنا کم ہمت اور بزدل لوگوں کا کام ہے لیکن وہ کہتا ہے کہ یہ سب ٹھیک ہے لیکن مجھے نظر آتا ہے کہ کمرے کے باہر کوئی کھڑا ہے اور کبھی دیکھتا ہوں کہ کوئی صحن میں چل رہا ہے پھر یکایک یہ سایہ غائب ہو جاتا ہے۔ پہلے میں اسے وہم سمجھتا تھا لیکن لڑکا برابر یہ شکایت کر رہا ہے۔

جواب: ایسا کیوں ہوتا ہے اور سایہ کیا ہے؟ اس پر انشاءاللہ آئندہ روشنی ڈالی جائے گی۔ آپ بچے کو غذاؤں میں نمک کم سے کم کھلائیں اور ہو سکے تو ایک ہفتہ مطلق نمک نہ کھلائیں۔ پھر آہستہ آہستہ نمک کھلائیں لیکن کم۔ اس کے برعکس میٹھی چیزیں قدرے زیادہ کھلائیں۔ ہفتہ دس دن میں سایہ نظر آنا اور ڈر خوف کی کیفیت ختم ہو جائے گی۔

## سانس کی بیماری

سوال: میں گذشتہ 18 ماہ سے سانس کی بیماری میں مبتلا ہوں علاج کیا لیکن دواؤں سے ری ایکشن ہو گیا۔ پریشان ہو کر دواؤں کا استعمال چھوڑ دیا ہے۔ رات گئے تک انتہائی تکلیف اور گھبراہٹ کے عالم میں پورے گھر میں گھومتا رہتا ہوں۔ ایسا لگتا ہے کہ میرے گلے میں موجود غدود اور سانس کی نالی میں انتہائی لیس دار کوئی شئے جمی ہوئی ہے۔ جو پھیپھڑوں تک گئی ہوئی ہے اس لیس دار رطوبت کی وجہ سے سانس لینا میرے لئے انتہائی دشوار ہوتا ہے۔ یہ تکلیف خاص طور پر رات کے وقت زیادہ ہو جاتی ہے عجیب بات یہ ہے کہ بلغم گلے میں سے نہیں نکلتا۔

جواب: رنگ اور روشنی سے علاج کے طریقے پر نارنجی رنگ کا پانی تیار کر کے صبح شام 2,2 اونس پئیں اس کے ساتھ ساتھ

بِسۡمِ اللّٰهِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِيۡمِ

یَا فَارِقُ یَا فَارِقُ یَا فَارِقُ
یَا فَارِقُ یَا فَارِقُ یَا فَارِقُ
یَا فَارِقُ یَا فَارِقُ یَا فَارِقُ

چینی کی پلیٹوں پر زردے کے رنگ سے لکھ کر پانی سے دھو کر دن میں تین مرتبہ پئیں۔ایسی فضا میں وقت گزاریں جو گرد وغبار سے بالکل پاک ہو۔ کھٹی اور سرد چیزوں سے پرہیز کریں۔زیادہ گرم اور زیادہ سرد جگہ پر رہنا بھی اس مرض میں ناسازگار ہے۔

## سوچوں میں ڈوبے رہنا

سوال: میرے بھائی ان دنوں پریشان ہیں۔ہر وقت سوچوں میں ڈوبے رہتے ہیں اور صحت روز بروز خراب ہوتی جارہی ہے۔ان کی اس حالت کا ذمہ دار ان کا ایک دوست ہے جسے وہ بہت چاہتے ہیں لیکن وہ دوست حد سے زیادہ خود غرض ہے۔بھائی کی وجہ سے پورا گھر اس شخص کی بے انتہا عزت کرتا ہے لیکن اس کا حال یہ ہے کہ نہ صرف یہ بھائی سے سیدھے منہ بات نہیں کرتا بلکہ دیگر دوستوں کے سامنے ان کے ساتھ نہایت توہین آمیز انداز میں پیش آتا ہے۔ان سب باتوں کے باوجود بھائی شام کو تھکے ہارے واپس آتے ہیں تو آرام کے بجائے اپنے مطلب پرست دوست کی ایک جھلک دیکھنے نکل جاتے ہیں اور پھر رات گئے گھر لوٹتے ہیں۔تشویشناک

بات یہ ہے کہ دوست کی بے رخی کے باوجود بھائی گھر والوں سے دور اس نامعقول شخص کی طرف کھنچتے جارہے ہیں۔میں آپ سے دست بستہ التجا کرتی ہوں کہ کوئی ایسا روحانی علاج بتادیں کہ ہمارا کھویا ہوا بھائی ہمیں واپس مل جائے ورنہ ان کا مستقبل برباد ہوجائے گا اور اس بات کا والدین کو کس قدر صدمہ ہوگا اس کا اندازہ آپ بخوبی کرسکتے ہیں۔

جواب: جب تک آپ کے بھائی کا ذہن نارمل ہو روزانہ رات کو سوتے وقت 41 مرتبہ آیت الکرسی عظیم تک پڑھ کر پانی پر یا دودھ پر یا چائے پر دم کر کے پلادیا کریں۔

## سیلاب اور سیمنٹ

سوال: پچھلے سال بارش کی وجہ سے کراچی میں سیلاب آگیا تھا۔یہ تو آپ کو معلوم ہی ہے۔ہمارے شیر شاہ کے علاقے میں بھی پانی آیا اور ہمارا مکان دس فٹ

تک ڈوب گیا۔ہم نے کھلی چھت پر ساری رات بارش میں گزاری چونکہ ہمارا مکان پہلے ایک چھوٹی سی بیٹھک اور ایک کمرے پر مشتمل تھا۔خیر جب بارش ختم ہوئی تو والد صاحب نے کمرے کے اوپر ایک اور کمرہ بنانے کا ارادہ ظاہر کیا۔والد صاحب خود مستری بن گئے اور ہم تین بھائی مزدور۔کچھ دنوں میں چار دیواری کھڑی کر کے سیمنٹ کی چادریں ڈال دیں۔کمرہ تیار ہوگیا شاید سیمنٹ کی گرمی سے والد صاحب کے پاؤں خراب ہوگئے۔جب پیروں میں پھنسیاں زیادہ نکل آئیں تو ڈاکٹر کے مشورہ پر انہیں سیونتھ ڈے ہسپتال میں داخل کردیا لیکن نتیجہ وہی ڈھاک کے تین پات نکلا۔انجکشن، ٹیبلٹ، کیپسول اب بھی استعمال ہورہے ہیں۔دن بھر اچھے رہتے ہیں اور شام کو تیز بخار ہوجاتا ہے۔آپ کوئی ایسا علاج بتائیں جس سے پیر بھی ٹھیک ہوجائے اور روز روز کے بخار سے بھی جان چھوٹ جائے۔

جواب: تین چھوٹے کاغذوں پر

۷۸۶

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| ل | ل | ل | ل | ل |
| ل | ل | ل | ل | ل |
| ل | ل | ل | ل | ل |
| ل | ل | ل | ل | ل |
| ل | ل | ل | ل | ل |

لکھ کر ایک تعویذ صبح، ایک شام اور ایک رات پانی سے دھو کر پلائیں۔ علاج کی مدت چالیس روز ہے۔

## شوہر لندن میں ہیں

سوال: امید ہے کہ اپنی غم زدہ بہن سمجھ کر میری مدد فرمائیں گے۔ آپ مجھ جیسے ہزاروں بے سہارا لوگوں کے دکھ بانٹتے ہیں۔ میری بھی مدد کریں۔ میری کہانی یوں ہے کہ میری شادی کو پانچ سال ہو گئے ہیں مگر ایک دن سکون نہیں ملا ہے۔ شادی کے تین ماہ تک میرے شوہر ٹھیک رہے اس کے بعد الٹی سیدھی باتیں کرنے لگے۔ ماں باپ کو گالیاں دیتے۔ دیوروں کے ساتھ باتیں کرتے پھر ان کے والد نے ان کو لندن بھیج دیا۔ سات ماہ بعد بچی پیدا ہوئی تو پھر ان پر دورہ پڑا کہ قرآن پاک گھر سے اٹھا کر مسجد کی دیوار پر رکھ دیئے۔ غلاف اتار پھینک دیا۔ جائے نماز، تسبیح جنگل میں پھینک آئے۔ پردوں کے کپڑے اور اسلامی کتابوں کو آگ لگادی۔ انکے والد نے ان کو دوبارہ لندن بھیج دیا ہے۔ میرا کوئی آسرا نہیں ہے۔ ایک والدہ تھیں وہ اللہ کو پیاری ہو گئیں۔ اب میری بچی بھی چھ ماہ کی ہو گئی ہے۔

جواب: آپ کے شوہر دماغی مریض ہیں ان کا باقاعدہ علاج ہونا چاہئے۔ محض دم درود سے علاج پر تکیہ نہ کریں۔ ہسپتال میں داخل کرا کے علاج کرائیں۔ آپ کے شوہر برطانوی شہریت رکھتے ہیں۔ ان کا وہاں بہترین علاج ہو سکتا ہے۔ اس کے بجائے کہ آپ انہیں یہاں بلائیں۔ کوشش کر کے آپ وہاں چلی جائیں اور وہاں رہ کر ان کا پورا علاج کرائیں۔ صحت یابی کے لئے ہر نماز کے بعد ایک سو ایک بار یا اللہ یا رحمن یا رحیم پڑھ کر دعا کیا کریں۔

## شباب آمیز کہانیاں

سوال: میری عمر 17 سال ہے اور میں طالب علم ہوں۔ میرے ذہن میں طرح طرح کے مذہبی اور اس کے ساتھ ساتھ غلط قسم کے خیالات آتے ہیں۔ جس کی وجہ سے میرا ذہن بھاری رہنے لگا ہے۔ میں ہر وقت اداس رہتا ہوں کسی کام میں جی نہیں لگتا۔ محسوس ہوتا ہے کہ زبان گنگ ہو گئی ہے۔ ہاتھ پیر ٹھنڈے پڑ گئے ہیں۔ بعض اوقات اتنے چکر آتے ہیں کہ میں سر پکڑ کر بیٹھ جاتا ہوں۔ نماز میں دل لگانا چاہتا ہوں مگر خیالات کی یلغار میں اضافہ ہو جاتا ہے۔

جواب: پندرہ بیس سال کی عمر میں چونکہ آدمی کے اندر میکانکی تبدیلیاں ہوتی رہتی ہیں۔ اس وجہ سے خیالات ایب نارمل ہو جاتے ہیں۔ یہ کوئی تشویشناک بات ہرگز نہیں ہے۔ آپ کو جب جنسی جذبات سے متعلق خیالات آئیں تو ان سے گھبرایئے نہیں ان کو خوشی خوشی قبول کیجئے کیونکہ یہ فطری تقاضہ ہے۔ البتہ یہ کام آپ ضرور کریں کہ جب جذبات میں شدت پیدا ہو تو خیالات کی رو میں بہنے کی بجائے ذہن کا رخ قدرت کی پھیلائی ہوئی نشانیوں کی طرف موڑ دیں مثلاً یہ کہ آپ پھولوں، درختوں، پرندوں، ندیوں، سرسبز پہاڑیوں، دریا اور سمندر کی لہروں میں دلچسپی لیجئے کیونکہ یہ خیالات غیر فطری نہیں ہیں اس لئے آپ کا فطرت سے قریب آجانا آپ کے ذہنی بار کو ختم کر دے گا۔ اس سلسلے میں روحانی علاج یہ ہے کہ آپ رات کو سونے سے پہلے شباب آمیز کہانیاں، رومان پرور

ناول اور فحش لٹریچر ہر گز نہ پڑھیں۔ زیادہ سے زیادہ وقت اپنے آپ کو مشغول رکھیں۔ جس چیز میں بھی آپ کی دلچسپی ہو مثلاً کھیلنا، ڈرائنگ، پینٹنگ، مطالعہ، سیر و تفریح وغیرہ۔

## طلبہ متوجہ ہوں

سوال: میں طالب علم ہوں، پڑھنے میں بالکل دل نہیں لگتا۔ جیسے ہی کتاب کھولتا ہوں سر چکرانے لگتا ہے۔ کالج میں لیکچر سنتے وقت دماغ سن ہو جاتا ہے۔ اگرچہ تعلیمی کام دلچسپی اور ذوق و شوق سے کرتا ہوں لیکن منتشر خیالی اور دماغی بوجھ کی وجہ سے احسن طریقہ سے انجام نہیں دے پاتا۔ مختلف علاج کرائے لیکن فائدہ نہیں ہوا۔

جواب: سب کاموں سے فارغ ہو کر جب آپ سونے کے لئے بستر پر لیٹیں تو چت لیٹ کر آنکھیں بند کر لیں اور سامنے نظر جما کے خود کو دیکھنے کی کوشش کریں اور آپ کا چہرہ سامنے آ جائے تو بہت اچھا ہے ورنہ اپنا پورا نام لے کر یہ جملے تین بار دہرائیں۔

''اے..........(پورا نام) پڑھنے لکھنے میں تمہارا دل لگتا ہے۔ نہایت توجہ اور ذوق و شوق سے پڑھتے ہو اور جو کچھ پڑھتے ہو اسے سمجھتے ہو یاد رکھتے ہو۔''

یہ جملے دہرانے کے بعد گفتگو کئے بغیر سو جائیں۔ 21 روز کے اندر آپ کی موجودہ الجھن بالکل ختم ہو جائے گی۔ کھانے میں گرم جلیبی اور اس کا شیرہ فائدہ مند ہے۔ جلیبی اور اس کے ساتھ تھوڑا سا شیرہ ضرور استعمال کریں۔

## عشق کا سمندر

سوال: دو سال قبل اپنے کالج کی ایک لڑکی سے جنون کی حد تک محبت کر بیٹھا اور اپنے گھر والوں کو اس کے گھر بھیج کر بات پکی کر لی۔ لڑکی بھی شادی کے لئے تیار تھی۔ اور میں تو بذات خود عشق کے سمندر میں ڈوبا ہوا تھا مگر چونکہ میں انتہائی مذہبی اور مشرقی ہوں اس لئے میں نہیں چاہتا کہ میری منگیتر کالج میں یا دوسری جگہ

میک اپ کر کے جائے۔ میں نے ابھی تک اسے منع بھی نہیں کیا ہے۔ دوسری طرف میری حالت یہ ہے کہ جب وہ میک اپ کرتی ہے تو میں سمجھتا ہوں کہ کسی دوسرے مرد کے لئے ہے، کہیں آتی جاتی ہے تو دل کو کھٹکا ہوتا ہے کہ کہیں کسی دوسرے مرد کے ساتھ شادی نہ ہو جائے۔ سمجھ میں نہیں آتا کہ کیا کروں۔ مجھے اپنی منگیتر کا گاڑی چلانا بھی پسند نہیں ہے۔ ایک وجہ یہ بھی ہے کہ وہ ہر آتے جاتے مرد کو گھور کر دیکھتی ہے۔ ہم دونوں ڈاکٹر ہیں اور بہت جلد ہماری شادی ہونی والی ہے۔

جواب: آپ نفسیاتی مریض ہیں۔ جب تک اس مرض کا علاج نہ ہو جائے شادی نہ کریں۔ ورنہ بہت زیادہ مشکلات پیش آئیں گی۔ ایک طریقہ یہ بھی ہے کہ اپنے خیالات اور اپنی حالت سے منگیتر کو باخبر کر دیں تاکہ اگر وہ آپ سے شادی کرنا بھی چاہے تو خود کو آئندہ پیش آنے والے حالات کے لئے تیار کر لے۔ خدارا بغیر علاج کے اپنی زندگی اور منگیتر کی زندگی کو عذاب ناک نہ بنائیں۔

## فحش خیالات

سوال: میں بہت سے امراض کا شکار ہوں۔ میرے اندر خون کی کمی ہے۔ میں دوسروں سے کمزور ہوں، کم سنتا ہوں، نظر میں ضعف ہے اور یادداشت کمزور ہے۔ میرے ذہن میں فحش خیالات گھومتے رہتے ہیں جس کی وجہ سے صحت پر برا اثر پڑ رہا ہے میں ہر وقت صحت اچھی بنانے کی فکر میں رہتا ہوں۔ لیکن کامیابی نہیں ہوتی اگر کوئی بتادے کہ یہ چیز فائدہ مند ہے تو وہ چیز روزانہ استعمال کرتا ہوں۔ میں فٹ بال کا بے حد شوقین ہوں اور بہت اچھی فٹ بال کھیلتا ہوں۔ میں ایک اچھے کلب کی نمائندگی بھی کرتا ہوں۔ چاہتا ہوں کہ ایک بہترین کھلاڑی بن جاؤں اور ملک وملت کا نام فٹ بال میں روشن کروں۔

جواب: آپ کے مسائل کی بنیادی وجہ خوداعتمادی کی کمی ہے۔ عدم اعتماد نے آپ کے ذہن میں بے یقینی کا ایک ایسا جال بن دیا ہے۔ جس سے اعصابی ٹوٹ پھوٹ زیادہ ہوتی ہے اور یہی اعصابی دباؤ بیماریوں کا سبب بن گیا ہے۔ آپ اپنی صلاحیتوں پر اعتماد کرتے ہوئے اس طریقہ پر عمل کریں۔

چھ انچ چوڑی اور مناسب لمبی نارنجی رنگ کی دو پٹیاں لیں اور انہیں دونوں بازوؤں پر لپیٹ کر باندھ لیں۔ صرف نہاتے ہوئے پٹیاں اتاریں باقی اوقات باندھے رہیں۔ دو ماہ کے اندر آپ کی تکالیف کا ازالہ ہو جائے گا۔

## فالج

سوال: میرے ایک عزیز جن کی عمر تقریباً 35 سال ہے۔ ملازمت کے سلسلے میں سعودی عرب گئے تھے۔ چند مہینوں بعد ان پر فالج کا حملہ ہوا اور شدید بیماری کی حالت میں انہیں واپس لایا گیا۔ ہر قسم کا علاج کروایا گیا لیکن عرصہ 2 سال سے ان کے جسم کا بایاں حصہ مفلوج ہے۔ دو ماہ قبل علاج کی غرض سے لاہور گئے وہاں جسم کا دایاں حصہ بھی مفلوج ہو گیا۔ آج کل وہ کراچی میں ہیں۔ اب ان کے جسم کا دایاں حصہ کسی قدر کام کرنے لگا ہے لیکن بایاں حصہ بدستور مفلوج ہے اس کے ساتھ ساتھ عرصہ 2 سال سے انہیں دورے بھی پڑتے ہیں۔ جسم اکڑ جاتا ہے۔ آنکھیں ابل پڑتی ہیں اور پیاز سنگھانے سے افاقہ ہوتا ہے۔ اگر آپ فالج اور دورے کے لئے علاج تجویز کریں تو ہم ہمیشہ آپ کے ممنون رہیں گے۔

جواب: مرض پرانا ہو گیا ہے چونکہ مریض کی دیکھ بھال تیمارداری اور علاج انسانی فریضہ ہے۔ اس سے مایوس کبھی نہیں ہونا چاہئے۔ اللہ تعالیٰ رحیم وکریم ہے۔ کبھی کبھی ان کی قدرت کاملہ سے معجزے کا ظہور بھی ہو جاتا ہے۔

ثابت لاہوری نمک (شیشہ نمک) کی چوکور ڈالیاں بنالیں۔ نمک کی ان ڈالیوں کو پکے شیشے کی ایک برنی میں بھر دیں۔ اور گیارہ دن میں گیارہ ہزار مرتبہ (یعنی روزانہ ایک ہزار بار)

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِo الٓرٰ تِلْکَ اٰیَاتُ الْکِتَابِ الْمُبِیْنِo اَلرَّحِیْمُ اَلرَّحِیْمُ الرَّحِیْمُo

پڑھ کر نمک کے اوپر دم کر دیں۔ اور مضبوط ڈھکن لگا دیں۔ شیشے کی یہ برنی مریض کے سرہانے لکڑی کے اونچے سٹول پر رکھ دیں۔ اپنے عزیز سے کہیں کہ ارادہ کے ساتھ بار بار برنی کے اندر رکھے ہوئے نمک کو دیکھا کریں۔

## قلب کی سیاہی

سوال: میں پانچ وقت کا نمازی تھا۔ مذہبی محفلوں میں شرکت کرتا تھا۔ قرآن بھی کچھ یاد تھا۔ پھر وقت نے ایسا پلٹا کھایا کہ اب پانچ وقت میں سے ایک وقت کی بھی نماز ادا نہیں کرتا۔ نہ قرآن یاد رہا ہے نہایت غلیظ گالیاں زبان پر چڑھ گئی ہیں جو ہر وقت بکتا رہتا ہوں۔ اتنے گناہ کئے ہیں کہ دل سیاہ ہو گیا ہے۔ میں آپ کو خدا کا واسطہ دیتا ہوں مجھے کوئی ایسا طریقہ بتائیں کہ میرے قلب کی سیاہی ڈھل جائے۔

جواب: اپنی والدہ یا کسی اور سے کہیں کہ جب آپ رات کو گہری نیند سو جائیں تو وہ آپ کے سرہانے کھڑے ہو کر ایک بار سورۃ فاتحہ (الحمد شریف) پوری سورہ اتنی آواز سے پڑھ دیں کہ آپ کی نیند خراب نہ ہو۔ اور اس وظیفہ کو چالیس روز تک بلاناغہ جاری رکھیں۔

## قوت ارادی

سوال: میری قوت ارادی بے حد کمزور ہے اور اسی طرح ایک حادثے میں خود اعتمادی کو بھی شدید دھچکا لگا ہے۔ مثلاً انگلیاں چٹخانے کی انتہائی عادت ہے لیکن بے حد کوشش کے باوجود اس عادت سے چھٹکارا نہ پا سکا جو بھی پروگرام بناتا ہوں اسے پورا نہیں کر سکتا چوبیس گھنٹے اپنے آپ سے لڑتا رہتا ہوں۔ رقم باوجود کوشش کے ہاتھ میں نہیں رہتی۔ فضول خرچی کے بے حد عادت ہے یہی وجہ ہے ہمیشہ مقروض رہتا ہوں۔

جواب: چاندی کی انگوٹھی میں چمکدار نیلا نگینہ پہنئے انگوٹھی میں نیچے کا حصہ خالی رہنا چاہئے تاکہ نگینہ انگلی سے مس ہوتا رہے۔

## کرایہ دار

سوال: 1970ء سے میں پریشان ہوں۔ ارمان بہت تھے کہ اپنی ماں کو آج تک سکھی نہیں دیکھا، میں یہ کروں گا، وہ کروں گا۔ مگر قدرت کو شاید منظور نہ تھا آج تک ایک بھی خوشی زندگی میں نصیب نہیں ہوئی۔ میری سب سے بڑی پریشانی کا حل اگر آپ بتادیں تو بڑی مہربانی ہوگی۔ ورنہ خدا جانے میں کب دلبرداشتہ ہو کر موت کی تلاش میں نکل کھڑا ہوں۔ میری والدہ صاحبہ انڈیا میں رہتی ہیں۔ وہاں ان کا ایک مکان ہے۔ اس مکان میں چھ کرایہ دار ہیں۔ وہ کرائے دار بہت کم کرایہ دیتے ہیں۔ چھ روپے ماہانہ پر بسے ہوئے ہیں۔ مکان بالکل ٹوٹ پھوٹ گیا ہے۔ والدہ بیچاری میری بہنوں کے ساتھ میری ایک خالہ کے ہاں رہائش پذیر ہیں۔ میرے تایا کے لڑکے چاہتے ہیں کہ کرایہ دار زمین چھوڑ دیں تو مکان دوبارہ بنوا کر کرایہ پر اٹھادیں۔ اخراجات کے لئے کرایہ کافی ہوگا لیکن کرایہ دار کسی حالت میں بھی زمین نہیں چھوڑ رہے ہیں۔ ہم لوگ اس ذہنی اذیت میں دو سال سے گرفتار ہیں۔ ان کرایہ داروں میں ایک صاحب خود کو پیر جی کہلاتے ہیں اور ان کی کافی جائیداد ہے۔ اب وہ جگہ خالی کرنے کے دس ہزار مانگ رہے ہیں۔ باقی سارے کرایہ داروں کو بھی انہوں نے ہی بہکایا ہے۔ ورنہ وہ تو چھوڑ بھی دیتے۔ ہماری والدہ کو وہ کہتے ہیں کہ بڑھیا کے پاس لاکھوں روپے پڑے ہوئے ہیں۔ خدا کے نام پر آپ ہماری مدد کریں۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد تین سو مرتبہ وَاَلْقَتْ مَافِیْهَا وَتَخَلَّتْ پڑھ کر آنکھیں بند کر لیں اور کرایہ داروں کا تصور کر کے پھونک دیا کریں۔ عمل کی مدت نوے دن ہے۔

## کلر تھراپی

سوال: آج سے تقریباً 4 سال پہلے میرے دادا نے آنکھ کا آپریشن کروایا تھا۔ آنکھ کا آپریشن تو کامیاب رہا مگر تب سے اب تک وہ کان کے درد کی شدید تکلیف میں مبتلا درد کی نوعیت کچھ اس قسم کی ہوتی ہے کہ کان میں ٹیس اٹھتی ہے۔ اور پھر یہ ٹیس کنپٹی اور آدھے سر میں پھیل جاتی ہے کچھ کھانے کے لئے منہ تک نہیں کھول سکتے۔ دو تین دن تک ایسا ہوتا ہے پھر خود بخود دو تین دن آرام رہتا ہے۔ شروع میں تو صحت اچھی تھی اس لئے درد برداشت کر لیا، مگر اب بڑھاپے اور کمزوری کے باعث ساری رات جاگ کر گزارتے ہیں۔ اس چار سال کے عرصے میں بے شمار ڈاکٹروں کا علاج ہو چکا ہے۔ علاج کے دوران تکلیف میں کچھ کمی ہوتی ہے مگر تکلیف دوبارہ شروع ہو جاتی ہے۔ اب آپ کی خدمت میں حاضر ہوئے ہیں۔

جواب: رنگ اور روشنی سے علاج کے ذریعہ پر صبح شام نیلی شعاعوں کا پانی اور دونوں وقت کھانے سے قبل نارنجی شعاعوں کا پانی 2,2اونس ایک ماہ تک پلائیں۔

## گردوں میں پتھری

سوال: میں کئی ماہ سے گردے کی پتھری کے مرض میں مبتلا ہوں، عمر 62 سال ہے۔ڈاکٹری علاج کیا لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ پیشاب رک کر آتا تھا کمر میں درد تھا۔دائیں جانب گردے کے مقام پر بھی درد تھا۔چند ماہ پہلے یونانی دوا کا نسخہ اخبار میں شائع ہوا تھا۔میں نے بھی یہ نسخہ کچھ دن استعمال کیا جس سے مجھے بہت فائدہ ہوا۔اس نسخے کو میں نے ایک بٹوے میں رکھ لیا تھا۔ابھی دوا جاری تھی کہ ایک جیب کترے نے بٹوا چرا لیا اور اس طرح نسخہ بھی میرے پاس نہیں رہا۔اگر آپ اس نسخے کو دوبارہ روحانی ڈاک میں شائع کردیں تو نہ صرف مجھے فائدہ ہوگا بلکہ دوسرے ضرورت مند بھی فائدہ اٹھاسکیں گے۔میں آپ کا بے حد مشکور ہوں گا۔

جواب: حجرالیہود، سنگ سرماہی، شورہ قلمی جوا کھار، ہر ایک ایک ماشہ نہایت باریک پیس کر موٹے کپڑے میں چھان کر میدہ کی طرف کرلیں۔یہ مقدار ایک خوراک ہے صبح و شام عرق گاؤزبان عرق بادیان شربت بزوری ہر ایک پانچ پانچ تولہ کے ساتھ پندرہ روز تک استعمال کریں۔

## گیس کا مرض

سوال: رات کو سوتا ہوں تو کبھی یوں محسوس ہوتا ہے کہ زبان پر دانے نکل آئے ہیں اور کبھی لگتا ہے کہ زبان پر سوجن آگئی ہے۔ایسا بھی ہوتا ہے کہ زبان خشک ہوکر جگہ جگہ سے کٹ جاتی ہے۔سوتے میں دم گھٹتا محسوس ہوتا ہے اور لگتا ہے کہ کسی نے پورا جسم شکنجے میں جکڑ لیا ہے۔

جواب: آپ کو گیس کی شکایت ہے اس کے تدارک کے لئے کھانا کھانے کے بعد ایک چٹکی کلونجی کھالیا کریں۔پانی کے ساتھ اس علاج کو تین ماہ جاری رکھیں، چاہے تکلیف پہلے ہی ختم ہوجائے۔

## لنگڑی کا درد

سوال: تقریباً 6ماہ سے بائیں ٹانگ میں کولہے سے لے کر ایڑی تک درد ہوتا ہے یہ درد اس وقت ہوتا ہے جب کھڑا رہوں یا کچھ دور تک چلوں، ٹانگ سن ہوجاتی ہے اور اس شدت سے درد محسوس ہوتا ہے کہ چل نہیں سکتا۔کھڑا بھی نہیں ہوا جاتا۔اس درد نے مجھے مجبور اور بے بس کردیا ہے۔

جواب: یہ عرق النساء کا درد ہے اس کے لئے صاف و شفاف ہرے رنگ کی شیشی میں گردن تک خالص السی کا تیل بھر کر ایسی جگہ رکھ دیں جہاں سارا دن دھوپ رہتی ہو پورے 40 دن رات شیشی کو اس جگہ رہنے دیں۔چالیس روز کے بعد شیشی کو اٹھالیں بادل آجائیں یا بارش آجائے تو یہ دن چالیس دن میں شمار نہیں ہونگی۔تیل تیار ہونے پر متاثرہ ٹانگ کے گھٹنے پر مالش کریں۔اللہ نے چاہا تو ایک ہفتہ مالش کے بعد کبھی پھر درد نہ ہوگا۔

# ملازمت میں ترقی

سوال: میں سولہ سال سے ملازمت کر رہا ہوں۔ میرے کام سے دفتر کے متعلقہ حکام نہ صرف مطمئن ہیں بلکہ تعریف کرتے ہیں لیکن اتنی مدت گزرنے کے بعد مجھے ابھی نہ مستقل کیا گیا ہے، نہ ترقی دی گئی ہے۔ میری سمجھ میں یہ بات نہیں آتی کہ میں نماز پنجگانہ ادا کرتا ہوں اور جب سے مجھ پر روزے فرض ہوئے ہیں آج تک کوئی روزہ قضا نہیں ہوا۔ اس کے باوجود مجھے ناکامیوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔

جواب: اگر آپ نماز روزہ کے اس لئے پابند ہیں کہ اس طرز عمل سے سارے مسائل آپ کے حسب منشاء نتیجہ خیز ہوں گے تو یہ روش فکر غلط اور نادرست ہے۔ نماز روزہ انسان کے اوپر فرض ہے، زندہ رہنے کے لئے کھانا پینا بھی فرائض میں داخل ہے۔ خورد و نوش کا فریضہ ہمارے جسمانی نظام کو بحال رکھتا ہے۔ نماز روزہ اور ارکان اسلام کی بجا آوری سے ہماری روح تقویت حاصل کرتی ہے۔ ہم اس طرح بھی کہہ سکتے ہیں کہ نماز روزہ کی ادائیگی خالق اور مخلوق کے درمیان قربت کا ذریعہ ہے لیکن اگر ہم نماز اس لئے ادا کریں کہ ہماری پریشانیاں دور ہو جائیں تو یہ ناقص عمل ہوگا۔ اللہ تعالیٰ نے قرآن پاک میں ارشاد فرمایا ہے پس نماز پڑھنے والوں کے لئے ان کی نمازیں ہلاکت کا موجب ہوتی ہیں جبکہ وہ نمازیں پڑھتے ہیں اور بے خبر ہیں کہ وہ کیا کر رہے ہیں۔ آپ کی تحریر اس بات کی غمازی کرتی ہے کہ نماز روزہ کی طرف آپ کی توجہ خالصتاً اللہ کے لئے نہیں بلکہ دنیوی الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات حاصل کرنے کے لئے ہے۔ جب یہ طرز کسی ذہن میں در آتی ہے تو نماز کا مقصد فوت ہو جاتا ہے اور روح کے اوپر جمود طاری ہو جاتا ہے۔ روح کا یہ جمود انسانی شعور کو بے چین اور بے قرار کر دیتا ہے۔ شعور کی بیتابی انسانی صلاحیتوں کو اس حد تک محتاج کر دیتی ہے کہ وہ اپنے مسائل و معاملات میں بے بس ہو کر رہ جاتا ہے۔ یہی صورت آپ کے ساتھ در پیش ہے۔ آپ اپنی طرز فکر کا محاسبہ کیجئے۔ نماز صرف اللہ کے لئے پڑھئے بلکہ قائم کیجئے۔ انشاءاللہ طرز فکر کی تبدیلی سے آپ کے سارے مسائل خود بخود حل ہو جائیں گے۔

# مستقل خارش

سوال: میں گذشتہ کئی سالوں سے خارش کے مرض میں مبتلا ہوں۔ بڑے بڑے اسپیشلسٹ کو دکھایا مگر ہر جگہ سے مایوس ہوا۔ مرض یہ ہے کہ میرے جسم پر بال بہت ہیں اور بالوں کی جڑوں میں ہر وقت خارش ہوتی رہتی ہے۔ دیکھنے میں جلد بالکل نارمل نظر آتی ہے بعض حصوں میں ہلکی ہلکی سرخ رنگت آجاتی ہے خاص طور پر سینے اور سر میں سر کے بالوں کی جڑوں میں سے ہر وقت ایک سفید سفید رطوبت نکلتی ہے۔ یہ رطوبت سوجی کی طرح سے جم جاتی ہے اور اس سے خارش ہوتی ہے۔ میرے سر کے تمام بال گر چکے ہیں گویا یہ کہ اب بھنوؤں اور داڑھی سے بال بھی گرنا شروع ہو گئے ہیں۔ ہر جگہ سے مایوس ہو کر آپ کا سہارا تلاش کیا ہے۔

جواب: سرخ مرچ اور ہر قسم کا گوشت، گوشت میں انڈا بھی شامل ہے، کھانا چھوڑ دیں۔ کھانوں میں نمک نہ ہونے کے برابر کھائیں۔ رات کو سوتے وقت ایک چمچہ زیتون کا تیل پئیں

اور روزانہ سارے جسم پر روغن زیتون کی مالش کریں۔ ایک گھنٹہ گزرنے کے بعد غسل کریں۔ صابن کسی بھی قسم کا استعمال نہ کریں۔ صابن کی جگہ بیسن استعمال کریں۔ نیم کے پتے پانی میں خوب اچھی طرح جوش کر کے اس پانی سے غسل کریں۔ نیم کے پتے اگر دستیاب نہ ہوں تو نہاتے وقت پانی میں ڈیٹول ڈال لیں۔

# مالی پریشانیاں

سوال: میری عمر تقریباً پچاس سال ہے۔ ہوش سنبھالنے کے بعد سے زندگی کا بیشتر حصہ پریشانیوں میں گزارا ہے۔ اللہ کا شکر ہے کہ اچھی جگہ ملازم ہوں۔ معقول تنخواہ ہے لیکن مالی پریشانیاں پیچھا نہیں چھوڑتیں۔ صحت بھی گرتی جارہی ہے جب بھی بہتر صورت حال پیدا ہونے کے امکانات ہوتے ہیں کچھ ایسے مسائل پیدا ہو جاتے ہیں کہ پریشانیوں سے نجات کی راہیں مسدود ہو جاتی ہیں۔ کوئی کام بغیر الجھن کے انجام پذیر نہیں ہوتا۔ اس وقت جس مکان میں رہائش پذیر ہوں اسے فروخت کرنا چاہتا ہوں، گاہک آتے ہیں وعدہ کرتے ہیں لیکن دوبارہ صورت نہیں دکھاتے۔ لہٰذا گزارش ہے کہ کوئی ایسا وظیفہ تجویز فرمائیں کہ مکان حسب خواہش جلد فروخت ہو جائے۔ دوم کوئی ایسا وظیفہ مستقل ورد کے طور پر تجویز فرمادیں جس کے ذریعہ اللہ صحت و تندرستی عطا فرمائے اور کشائش رزق اور خیر و برکت عطا فرمائے۔

جواب: اللہ تعالیٰ فرماتا ہے اے آل داؤد، شکر کو اپنا معمول بنالو کیونکہ شکر کرنے والے بندے بہت قلیل ہیں۔ یہ بھی فرماتا ہے کہ اللہ تعالیٰ اسراف کرنے والوں کو ناپسند کرتا ہے۔ بات تلخ ہے لیکن اس کا اظہار ضروری ہو گیا ہے۔ آپ کے اندر یہ دونوں باتیں موجود ہیں۔ آپ شکر نہیں کرتے، شکر یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ کی نعمت کا صحیح استعمال کیا جائے۔ آپ سے دانستہ یا غیر دانستہ حق تلفی ہوئی ہے۔ نعمت کا صحیح استعمال نہ ہونے سے آپ اسراف کے مرتکب ہوتے ہیں۔ وظیفہ پڑھنے کی ضرورت نہیں ہے۔ اپنی طرز فکر کا محاسبہ کیجئے۔ حالات خود بخود ٹھیک ہو جائیں گے۔

# مردے نظر آنا

سوال: میرے بڑے بھائی جن کی عمر 28 تھی۔ تین ماہ قبل اللہ کو پیارے ہو گئے۔ ذہنی لگاؤ کی وجہ سے دن رات انہیں کا خیال دماغ پر چھایا رہتا ہے۔ اس ذہنی دباؤ کی وجہ سے السر کا مریض ہو گیا ہوں۔ چاروں طرف اپنے بھائی کی تصویر نظر آتی ہے اور ایک پل کو سکون نہیں آتا۔ ان کی وفات کا ایک ایک منظر میری آنکھوں کے سامنے گھومتا ہے۔ کوئی ایسا وظیفہ بتائیں جس سے ذہنی حالت معمول پر آ جائے۔

جواب: روزانہ بعد نماز عشاء 100 مرتبہ کل نفس ذائقۃ الموت پڑھیں۔ زیادہ سے زیادہ دو ہفتوں میں بھائی کی موت کے صدمے کی شدت کم ہو جائے گی۔

# منگیتر کی نفرت

سوال: میرے دونوں کندھوں کی ہڈیاں بہت زیادہ ابھری ہوئی ہیں۔ بائیں کی نسبت دائیں کندھے کی ہڈی زیادہ باہر نکلی ہوئی ہے۔ مہربانی فرما کر آپ مجھے اس کا علاج بتادیں۔ دوسری بات یہ ہے کہ میرے چہرے پر چیچک کے داغ ہیں۔ والدین نے میری منگنی بچپن ہی میں کر دی تھی۔ اب میری منگیتر نہ صرف یہ کہ میرے سامنے نہیں آتی بلکہ مجھے دیکھ کر نفرت کرتی ہے اور منہ پھیر لیتی ہے۔ حالانکہ میں کوئی برا کام بھی نہیں کرتا جس کی وجہ سے نفرت کرتی ہو۔ نفرت کی جو وجہ میری سمجھ میں آتی ہے وہ یہ ہے کہ اس کے مقابلہ میں کم خوبصورت ہوں۔ کوئی علاج بتادیجئے تاکہ اس کی نفرت محبت میں بدل جائے۔ آپ کو اپنا بزرگ سمجھ کر حال دل لکھ رہا ہوں۔

جواب: سب کاموں سے فارغ ہو کر رات کو سونے سے پہلے اول و آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ ایک سو مرتبہ بسم اللہ الرحمٰن الرحیم ○ بسم اللہ الواسع جل جلالہ پڑھ کر آنکھیں بند کر بیٹھ جائیں اور اپنی منگیتر کا تصور کریں۔ دس منٹ تصور کرنے کے بعد کوئی کام کئے بغیر سو جائیں۔ اس عمل کی مدت چالیس کے اوپر ایک روز ہے۔

# نماز پڑھنے کو دل نہیں چاہتا

سوال: میں پانچوں وقت کی نماز اور قرآن مجید پابندی سے پڑھتا تھا لیکن دو برس سے نہ نماز پڑھنے کو جی چاہتا ہے اور نہ قرآن پاک کی تلاوت کی طرف طبیعت مائل ہوتی ہے۔ میری خواہش ہے کہ پہلے کی طرح نماز اور قرآن کا پابند ہو جاؤں۔

جواب: صبح سویرے اٹھئے جس طرح سے بھی ممکن ہو۔ 90 روز تک روزانہ پابندی سے نماز فجر باجماعت ادا کیجئے اور جماعت سے فارغ ہو کر تھوڑا تھوڑا قرآن پاک کی تلاوت مسجد کے صحن میں بیٹھ کر کیجئے۔ 100 روز کے بعد آپ ہمیشہ کیلئے نماز اور قرآن پاک کی تلاوت کے عادی ہو جائیں گے۔

# نعمت یا زحمت

سوال: پچھلے چندماہ سے میرے ساتھ گاہے گاہے جو صورتحال پیش آرہی ہے اس نے مجھے حیران و ششدر کر دیا ہے۔ اکثر یہ ہوتا ہے کہ میں تنہائی میں لیٹا ہوں اور کسی موضوع پر سوچ رہا ہوں۔ یکایک کوئی غیر متوقع اور غیر معمولی خیال ذہن میں وارد ہوتا ہے پھر کچھ دن بعد وہ خیال حیرت انگیز طور پر حقیقت کا روپ دھار لیتا ہے۔ دو مثالیں حاضر خدمت ہیں۔ ایک دن یکایک خیال آیا کہ مجھے اپنے سامنے والوں سے بات چیت بند کر دینی چاہئے۔ میں حیران رہ گیا کہ یہ عجیب و غریب خیال میرے ذہن میں کہاں سے آگیا۔ چند روز بعد سامنے والوں نے کسی بات پر کہا کہ تم آئندہ ہم سے بات نہ کرنا اور اس طرح ہماری بات چیت بند ہو گئی۔ پچھلے دنوں میں نے ایک فیکٹری میں ملازمت کے لئے انٹرویو دیا۔ مجھے انٹرویو میں کامیاب قرار دیتے ہوئے دوسرے دن کام پر آنے کے لئے کہا گیا۔ جب میں گھر آیا تو لیٹے ہوئے اچانک خیال آیا کہ کہیں فیکٹری میں آگ نہ لگ جائے اور میں اس آگ میں نہ پھنس جاؤں۔ یہ سوچ کر نہ جانے کیوں خوف کی ایک ہلکی سی لہر میرے اندر دوڑ گئی۔ پھر بھی ہمت کر کے اگلے روز فیکٹری چلا گیا۔ کام کرتے ہوئے تھوڑی دیر گزری تھی کہ اچانک آگ آگ کا شور اٹھا اور میں جس حصہ میں کام کر رہا تھا وہ حصہ آگ کی لپیٹ میں آگیا۔ آگ بہت تیز تھی۔ میں ہمت سے کام لیتے ہوئے آگ کے حلقے سے بچ نکلنے میں کامیاب ہو گیا۔ میری کشفی قوت میرے لئے ذہنی انتشار کا سبب بن گئی ہے۔ ایک طرف یہ ایک ایسی صلاحیت ہے جو لاکھوں میں کسی کے پاس ہوتی ہے اور دوسری طرف اس سے پیدا ہونے والی ذہنی کشمکش مجھے سخت حیران و پریشان رکھتی ہے۔ آپ سے راہنمائی کی درخواست ہے۔

جواب: کتنی عجیب بات ہے کہ وہ صلاحیت اور قوت جس کے لئے لوگ برسوں ریاضت اور مشقیں کرتے ہیں۔ آپ کے اندر قوت کی طرف سے کسی محنت و مشقت کے بغیر بیدار ہو گئی ہے لیکن وجہ پریشانی بنی ہوئی ہے۔ روحانیت میں یہ بات ابتدائی قانون کی حیثیت رکھتی ہے کہ اگر شاگرد کی فکری اور ذہنی تربیت کے بغیر اس کے اندر صلاحیت بیدار کر دی جائے تو یہ صلاحیت اس کے لئے سخت ذہنی خلفشار کا سبب بن سکتی ہے۔ بالالفاظ دیگر ایسی حالت میں نعمت زحمت کا روپ دھار سکتی ہے یہی وجہ ہے کہ کسی بھی ماورائی علم کو سیکھنے کے لئے کسی ماہر استاد کینگرانی ضروری ہوتی ہے ایسا استاد جو انسانی ذہن کی جزئیات کا ضروری علم رکھتا ہو۔

# ہڈیوں کی بیماری

سوال: ہم اپنے بڑے بھائی کی تکلیف سے بہت پریشان ہیں۔ میرے بھائی کے جگر پر ورم آ گیا تھا۔ لیکن پھر یہ بیماری ٹھیک ہو گئی۔ اس کے دو یا تین سال کے بعد ان کے ٹخنوں کی ہڈیوں میں درد ہو گیا۔ جو ابھی تک موجود ہے۔ کافی علاج کروایا مگر کوئی فائدہ نہ ہوا۔ ذہن بھی بہت کمزور ہے۔ لکھنا پڑھنا سکھایا

مگر یہ سب بھول جاتے ہیں۔ کوئی چیز یاد نہیں رہتی۔ غصہ بے حد آتا ہے۔ چڑچڑا پن بھی بہت زیادہ ہے۔ ہنستے بھی بالکل نہیں، کبھی کبھی بس مسکرا دیتے ہیں۔ التجا ہے کہ کوئی ایسا علاج بتائیں کہ وہ پوری طرح صحت مند ہو جائیں۔

جواب: بھائی کو پینے کے لئے جب بھی کوئی مشروب دیں اس کے اوپر ایک مرتبہ بسم اللہ الرحمن الرحیم۔ ان اللہ علیٰ کل شئی قدیر پڑھ کر دم کر دیا کریں۔ علاج کی مدت نوے دن ہے۔

# ہیروئن

سوال: میرا منجھلا بیٹا جس کی عمر تقریباً بائیس سال ہے کچھ عرصہ پہلے تک بڑا نیک تھا اور فرمانبردار تھا۔ سب کے لئے اس کے دل میں محبت تھی۔ مگر اب برے لڑکوں کی صحبت نے اسے بھی خراب کر دیا ہے، کسی کا کہنا نہیں مانتا، یہاں تک کہ ماں باپ کے سمجھانے بجھانے سے بھی اس پر کچھ اثر نہیں ہوتا۔ نرمی سے سختی سے ہر طرح سمجھا کے دیکھ لیا مگر وہ وہی کرتا ہے جو چاہتا ہے۔ برے لڑکوں کی دوستی نے اس کو منشیات کی عادت میں مبتلا کر دیا ہے۔ زیادہ منع کرنے اور سمجھانے سے غصہ ہو جاتا ہے۔ چیخنے چلانے لگتا ہے۔ مر جانے کی دھمکی دیتا ہے۔ اپنے آپ کو کوسنے لگتا ہے۔ پہلے اس کی صحت اچھی تھی مگر اب کافی گر گئی ہے۔ دو ایک بار ہیروئن پیتے رنگے ہاتھوں بڑے بھائی نے پکڑا تو کہنے لگا میں عادی نہیں ہوں۔ بس یونہی دوست نے پلا دی۔

دو چار کش کبھی کبھار شوق میں لگا لیتا ہوں۔ اس کے بعد اس کو نشہ کے مہلک اثرات بتائے اور برے دوستوں کی بری صحبت کے نتائج سے آگاہ کیا۔ ہر طرح سمجھایا۔ نرمی سے بھی، پیار سے بھی، سختی سے بھی اور ڈانٹ ڈپٹ کر کے بھی غرض یہ کہ جو بھی طریقہ سمجھ میں آیا۔ اسی طرح سمجھایا مگر وہ کسی طرح نہیں مانتا۔ اب تو کام کاج میں بھی پہلے جیسی دلچسپی نہیں لیتا۔ دردمندانہ گزارش ہے کہ آپ کوئی ایسا روحانی علاج بتائیں کہ جس کی برکت سے میرا بیٹا نیک راستے پر واپس آ جائے اور پہلے کی طرح اس کے دل میں گھر کے افراد کے لئے پیار و محبت پیدا ہو جائے۔ تمام بری عادتیں چھوڑ دے اور میں جس اذیت ناک پریشانی میں مبتلا ہوں۔ اس سے مجھے سکون نصیب ہو۔

جواب: رات کو جب آپ کا بیٹا گہری نیند سو جائے، 19 مرتبہ سورہ لہب پوری پڑھ کر بیٹے کا تصور کر کے دم کر دیا کریں۔ چالیس روز تک اس کے ساتھ ساتھ نشہ چھڑانے کے ہسپتال میں علاج کرائیں اور ہسپتال سے فارغ ہونے کے بعد کسی دوسرے شہر لے جائیں تاکہ دوستوں کی صحبت سے کم از کم تین ماہ تک بچا رہے۔ ہسپتال میں دوران علاج اس کے پاس 24 گھنٹے گھر کا کوئی آدمی ساتھ ساتھ رہے۔ ہوتا یہ ہے کہ دوست مزاج پرسی کے بہانے وہاں آ کر نشہ آور چیز دے جاتے ہیں اور علاج پورا نہیں ہوتا۔ نوانچ بارہ انچ کے سفید شیشے کے اوپر نیلا رنگ پینٹ کرا کے، بیٹے کو بار بار دکھائیں۔

# ہمنوا دل

سوال: میں نماز کا پابند ہوں۔ گناہوں سے حتی الواسع بچنے کی کوشش کرتا ہوں لیکن ذہن میں برے برے خیالات آتے ہیں اور دل بھی ان خیالات کا ہمنوا بن جاتا ہے۔ میرا ضمیر مجھے بہت شرمندہ کرتا ہے۔ خدارا کوئی ایسا عمل بتا دیں جس سے نماز میں یکسوئی اور برے خیالات سے چھٹکارا مل جائے۔

جواب: ایک روز حضور سرور کائنات صلی اللہ علیہ وسلم صحابہ کرامؓ کے سامنے آنے والی امت کے فضائل بیان فرما رہے تھے۔ مجلس میں سے کسی حضرت نے کہا یا رسول اللہ ﷺ ہمارے ماں باپ آپ پر قربان۔ کیا ہمارے بعد آنے والے مسلمان ہم سے بھی اچھے ہوں گے؟ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو یہ بات ناگوار گزری اور فرمایا۔ اللہ کی قسم! اگر تم لوگ گناہ کرنا چھوڑ دو تو اللہ تعالیٰ تمہاری جگہ دوسری قوم پیدا فرمائے گا۔

میرے عزیز! ہماری سرشت میں گناہ کا ارتکاب داخل ہے اگر ہمارے اندر گناہ کا ارتکاب نکل جائے تو ہمارے اندر احساس ندامت نہیں رہے گا۔ احساس ندامت سے ہی بندہ اللہ کے سامنے عاجزی اور انکساری کرتا ہے۔ نماز میں یکسوئی اور خیالات میں کمی کے لئے نماز سے پہلے (سو) مرتبہ یا حی یا قیوم پڑھ کر پانچ منٹ آنکھیں بند کر کے یہ تصور کریں کہ اللہ آپ کو دیکھ رہا ہے۔ جیسے جیسے وقت گزرے گا نماز میں گداز پیدا ہو گا اور ذہن یکسو ہو جائے گا۔

## آسیب اور بنفشہ کے پتے

سوال: کچھ دنوں پہلے میں اپنے بھائی کے ساتھ دوسرے گاؤں میں ایک کام کے سلسلے میں جا رہا تھا۔ راستے میں میرے بھائی نے پیشاب محسوس کیا اور قریب کی ڈھلوان میں ایک درخت کے نیچے فراغت حاصل کی۔ اس کے بعد سے بھائی کو کبھی ہلکا اور کبھی تیز بخار ہو جاتا ہے۔ تھوڑے وقفے کے لئے بخار اترتا ہے لیکن پھر چڑھ جاتا ہے۔ جسم ٹوٹا محسوس ہوتا ہے۔ کہتا ہے کہ کبھی کبھی آنکھوں کے سامنے رنگوں کے دائرے آجاتے ہیں۔ بخار کی دوا بھی استعمال کی لیکن بخار نہیں اترتا۔ لوگ کہتے ہیں کہ اس پر سایہ ہو گیا ہے۔

جواب: یہ ایک مرض ہے جو مخصوص گیس سے لاحق ہوتا ہے۔ یہ گیس کبھی کبھی زمین کے کسی خطے سے نکلتی ہے۔ آپ اپنے بھائی کو بنفشہ کے پتوں کی چائے بنا کر پلائیں۔ کچھ دنوں اس کے استعمال سے مذکورہ شکایت دور ہو جائے گی۔ بنفشہ کی چائے کا مطلب یہ ہے کہ پانی کھولا کر چائے کی پتی کی بجائے بنفشہ کے پتے ڈال کر دم دے دیں اور چھان کر چینی ملا کر پلا دیں۔ بنفشہ کی چائے سے گیس کے اثرات ختم ہو جائیں گے۔ انشاءاللہ۔

## آنتوں میں خشکی

سوال: میرے والد صاحب کافی عرصہ سے صاحب فراش ہیں۔ دن بدن کمزور ہوتے چلے جا رہے ہیں۔ بھوک نہیں لگتی، قبض کی شدید شکایت ہے۔ حکیموں اور ڈاکٹروں کا متفقہ فیصلہ ہے کہ والد بزرگوار کے آنتوں میں خشکی ہے لیکن تاحال کسی دوا سے فائدہ محسوس نہیں ہوا۔ آپ سے درخواست ہے کہ ہماری رہنمائی فرمائیں کیونکہ والدہ کا انتقال ہو چکا ہے اور صرف ایک ہی سایہ ہے میرے سر پر۔ یہاں میں بتاتی چلوں کہ میں اپنے والدین کی اکلوتی لڑکی ہوں۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد ایک مٹکا پانی پر 101 مرتبہ سورہ لہب کی آیت تبت یدا سے واامراتہ تک پڑھ کر دم کریں اور والد صاحب کو پینے کے لئے صرف یہی پانی استعمال کرائیں۔ اس کے علاوہ دوسرا پانی قطعی نہ پئیں۔ 24 گھنٹہ گزر جانے کے بعد اگر کچھ پانی بچ جائے تو اسے کسی کیاری یا درخت کی جڑ میں ڈالیں اور اگلے 24 گھنٹوں کے لئے نیا پانی تیار کریں۔ علاج کی مدت 21 روز ہے۔ اس دوران دوسرا پانی نہ پیا جائے۔

## ایک نارمل سوچ

سوال: میرے ذہن میں ہر وقت ایسے امور سے متعلق خیالات آتے رہتے ہیں کہ جس سے مجھے دنیا و آخرت میں نفع حاصل ہو۔ میرے ذہن میں حصول مقصد کیلئے جنگ جاری رہتی ہے۔ میری سوچ سب لوگوں سے ہٹ کر ہے۔ امیر لوگوں سے نفرت ہے۔ خوبصورت اور ذہین لوگوں سے باتیں کرتے ہوئے ڈر لگتا ہے اور بہت ہی شدید احساس کمتری محسوس ہوتی ہے حالانکہ میری شکل و صورت بھی اچھی ہے۔ تعلیمی زندگی میں ہمیشہ اچھے نمبروں سے کامیابی حاصل کی ہے۔ نویں کلاس میں ''سیکنڈ ٹاپ'' کیا تھا اور کالج میں تقریباً 10 ٹاپ کے لڑکوں میں سے ایک ہوں۔ مگر سوچتا ہوں کہ مجھے کچھ نہیں آتا کوئی کچھ پوچھے گا اور جواب نہ دیا تو عزت نہیں رہے گی۔ کیونکہ

مجھے اپنی عزت کا بہت خیال ہے۔ بعض اوقات فلم دیکھنے بھی سب سے چھپ کر جاتا ہوں کیونکہ امی نے لوگوں کو نیک کام کرنے کی بہت ترغیب دی تھی اور نعتوں کی انجمن بھی قائم کی تھی۔ مگر اب دل برائی کی طرف زیادہ مائل رہتا ہے۔ نماز میں اور عام زندگی میں ہر وقت نہایت بے ہودہ.......... خیالات آتے ہیں۔ اسی ذہنی کشمکش میں کئی کئی گھنٹے اکیلا پیدا چلتا رہتا ہوں۔ میں کچھ کرنا چاہتا ہوں۔ کوئی بہت بڑا کام مگر مجھے نہیں معلوم میں کیا کرنا چاہتا ہوں۔ مجھے شہادت کی بہت تمنا ہے۔

دل بہت کمزور ہے ذرا سی بات خاص طور پر بعض اوقات صنف نازک سے آنکھیں ٹکرانے کی صورت میں بہت ہی زور سے دھڑکتا ہے۔ قوت فیصلہ کی بہت ہی کمی ہے ہمیشہ بات کا منفی پہلو دیکھتا ہوں۔ جی چاہتا ہے کہ پیدل دنیا کے سفر پر نکل جاؤں۔ مجھے ''محبت'' سے چڑ ہے چاہے کیسی بھی ہو۔ تنہائی پسند ہوں، نماز میں دل نہیں لگتا، خوشی پانے کا اور لطف اٹھانے کا سلیقہ نہیں ہے، کسی بات پر خوشی نہیں ہوتی۔ دنیا سے دل بھر گیا ہے۔ کسی کو بیرون ملک جاتا ہوا دیکھ کر اپنے سفر کے متعلق خیالوں میں کھو جاتا ہوں۔ مستقبل کی فکر لگی رہتی ہے۔ اسکول اور کالج کے زمانے میں بہت (INACTIVE) زندگی گزاری ہے۔ مایوس ہو کر آپ سے رجوع کر رہا ہوں۔

جواب: رات 2 بجے بیدار ہو جائیں۔ باوضو ہو کر مصلے پر قبلہ رخ بیٹھ کر گیارہ بار درود شریف پڑھیں اور پھر ایک تسبیح یاحی یاقیوم کا ورد کریں۔ پھر گیارہ بار درود شریف کا ورد کریں۔ یہ عمل تین بار کریں یعنی پورے عمل میں 66 بار درود شریف اور 300 بار یاحی یاقیوم پڑھا جائے گا۔ اس عمل کے بعد آنکھیں بند کر کے تصور کریں کہ آپ کی پیشانی پر ایک روشن نقطہ ہے اور اس روشن نقطے میں سے روشنیاں پھوٹ رہی ہیں۔ مراقبہ کا دورانیہ دس منٹ ہے اور عمل کی مدت 66 دن ہے۔

## اسکرین پر تصویر الٹ دیں

سوال: آج سے کوئی چار سال پہلے پڑوس کی ایک لڑکی میں دلچسپی لینا شروع کی تو میرے خیر خواہوں نے مجھے باز رکھنے کی کوشش کی اور کہا کہ لڑکی کا خاندانی بیک گراؤنڈ ٹھیک نہیں ہے اور لڑکی خود بھی اچھے چال چلن کی مالک نہیں ہے۔ پھر میں نے صرف اس سے تعلقات رکھنے کے لئے دوستی کر لی اور اب ایسا لگتا ہے جیسے میں کسی جال میں پھنس گیا ہوں۔ اللہ سے سچے دل سے توبہ کر چکا ہوں لیکن اس کا خیال دل سے الجھ کر رہ گیا ہے۔ میری معاشی زندگی بھی اس سے بے حد متاثر ہو رہی ہے لیکن اس کی محبت دل میں رچ بس گئی ہے۔ میں خود کو ایک بہت بڑا مجرم سمجھتا ہوں۔ لیکن اس لڑکی کے خیال سے اپنی جان نہیں چھڑا سکتا۔

جواب: آدھی رات گزرنے کے بعد وضو کر کے شمال رخ آلتی پالتی کر کے بیٹھ جائیں۔ سو مرتبہ یااللہ کا ورد کر کے آنکھیں بند کر لیں۔ بند آنکھوں سے یہ تصور کریں کہ آپ کے سامنے ایک پردہ (اسکرین) ہے اور اس اسکرین پر مذکورہ لڑکی کی تصویر ہے۔ یہ تصور قائم کرنے میں آپ کو دو تین ہفتے لگ جائیں گے۔ جب لڑکی کی تصویر آپ کے مشاہدہ میں آجائے تو ذہن کی طاقت سے اسکرین پر تصور کو الٹ دیں۔ ایک دفعہ یہ عمل کر لینے سے آپ کے دل سے لڑکی کا خیال نکل جائے گا۔

## انسان اور شیطان

سوال: میں ایک طویل عرصے سے ذہنی کشمکش میں مبتلا ہوں جس کی وجہ سے اعصابی طور پر کافی کمزوری محسوس ہوتی ہے۔ ذہن میں ایک جنگ بپا ہے۔ اخلاقی مذہبی اور روحانی قدروں شیطانی قدروں کے ساتھ، دنیا کی تمام شیطانی قدریں مجھے اپنے جیسا بنانا چاہتی ہیں۔ ایک قوت کہتی ہے کہ سچ بولنا اچھا ہے، دوسری کہتی ہے کہ جھوٹ بولنا۔ یہ قوت میرے اندر سے ہر قسم کا تقدس نکال دینا چاہتی ہے۔ اللہ سے پناہ مانگتا ہوں لیکن ساتھ ہی محسوس ہوتا ہے کہ یہ سب

بے سود عبادت کرتا ہوں تو اضطرابی کیفیت بڑھ جاتی ہے۔ طبیعت میں منفی رجحان غالب ہے مثلاً نور کی بجائے روشنی کا تصور قائم ہونے کے اندھیرے کا لفظ منہ سے نکلتا ہے۔ میری خواہش ہے کہ میرے دل سے ماسوائے اللہ سب کچھ نکل جائے اور میرے راستہ میں شیطانی قوتیں نہ آئیں۔

جواب: کوئی بھی بشر اس وقت تک بشر ہے جب تک اس کے اندر شیطانی قوتیں برسرِ عمل ہیں۔ شیطانی طاقت اگر اس کے اندر سے نکل جائے تو یہ بشر نہیں رہے گا۔ فرشتہ بن جائے گا۔ آدمی کا شرف یہی ہے کہ شیطانی طاقت سے برسرِپیکار ہو کر ان کو رد کر دے اور رحمٰن کے راستے پر رکاوٹوں کے باوجود قدم بہ قدم بڑھتا جائے۔ آپ کو شیطانی وسوسے کیوں آتے ہیں یا نہیں آنے چاہئیں آپ کا کام صرف اتنا ہے کہ اللہ کے راستے پر چلتے رہیں۔ میرے عزیز دوست آپ اس بات پر غور کریں کہ راستہ میں اگر کہیں گندگی ہے اس گندگی کی وجہ سے ہم راستہ چلنا چھوڑ نہیں دیتے۔ اس گندگی اور تعفن کو نظرانداز کر کے آگے بڑھ جاتے ہیں۔ شیطانی وسوسے آتے ہیں تو آنے دیجئے، خود گزر جائیں گے۔ آپ انہیں رد نہ کیجئے۔ ہر وقت یاحی یا قیوم کا ورد کرتے رہئے۔ اچھے لوگوں کی صحبت میں بیٹھئے ان کی باتوں کو غور سے سنئے اور ان پر حتی المقدور عمل کیجئے۔ لوگوں کو سلام کرنے میں پہل کیجئے۔ اللہ تعالیٰ آپ کا حامی و ناصر ہو۔

## آدمی کے اندر درخت

سوال: کئی سالوں سے حال یہ ہے کہ کسی کو نظر بھر کر دیکھوں یا کسی کی طرف ذہنی مرکزیت کے ساتھ متوجہ ہوتا ہوں تو جسم کو ایک جھٹکا لگتا ہے اور محسوس ہوتا ہے کہ پورے جسم میں کرنٹ دوڑ گیا ہے۔ اس کیفیت کی وجہ سے کسی سے بات کرتے ہوئے گھبراتا ہوں اور لوگوں سے نظریں چراتا ہوں۔ ذہنی حالت یہ ہے کہ ذرا ذرا سی غیر معمولی بات پر آنسو جاری ہو جاتے ہیں۔ آدھ گھنٹہ سے زیادہ پڑھ نہیں سکتا۔ دماغ سن ہو جاتا ہے اور دل پر دباؤ محسوس ہوتا ہے۔ کالم روحانی ڈاک میں پیچیدہ اور لاعلاج امراض اور مسائل کا حل دیکھ کر خط لکھ رہا ہوں۔ تجزیہ و علاج سے نوازیں۔

جواب: روحانیت کی رو سے نظر کا قانون یہ ہے کہ جب ہم کسی چیز کی طرف متوجہ ہوتے ہیں یا کسی چیز کو دیکھتے ہیں تو اس چیز یا جاندار کی صفات ہمارے اندر دور کر جاتی ہیں۔ مثال کے طور پر جب ہم آگ کو دیکھتے ہیں تو آگ کی خصوصیات ہمارے اندر سے دورہ کرتی ہیں۔ ہم آگ کی گرمی کا احساس اپنے اندر محسوس کرتے ہیں۔ اسی طرح ایک سرسبز و شاداب درخت کو دیکھ کر فرحت و شگفتگی کی لہر ہمارے اندر دوڑ جاتی ہے۔ حالانکہ ہم درخت کو نہیں چھوتے۔ یہ صلاحیتیں اور صفات دراصل روشنیاں ہیں اور یہ روشنیاں ہی ہمارے اندر سے دورہ کرتی ہیں۔

ہمارے جسم کے اوپر روشنیوں کا ایک جال ہمہ وقت مصروفِ عمل رہتا ہے۔ یہی روشنیاں ہماری زندگی ہیں۔ انہی روشنیوں سے ہمارے حواس ٹھوس جسم کی حیثیت اختیار کرتے ہیں۔ ہمارے جسم پر ان روشنیوں کے کئی پرت ہوتے ہیں ہر پرت کی ایک مخصوص وولٹیج ہوتی ہے۔ جب تک یہ مخصوص وولٹیج برقرار رہتی ہے آدمی کے حواس برقرار رہتے ہیں لیکن جب اس میں کمی بیشی ہوتی ہے تو حواس میں ٹوٹ پھوٹ شروع ہو جاتی ہے۔ برقی نظام میں کمزوری کے بہت سے مظاہرے ممکن ہیں جن میں سے ایک وہ بھی ہے جو آپ محسوس کرتے ہیں۔ قانون کے مطابق جب آپ کسی شخص کی طرف متوجہ ہوتے ہیں تو اس کے اندر گردش کرنے والی روشنیاں آپ کے پرت کے اندر دور کر جاتی ہیں کیونکہ آپ کے پرت میں روشنیاں معمول کے مطابق کام نہیں کر رہی ہیں۔ اس لئے آپ کے حواس کو جھٹکا لگتا ہے۔ پرت میں روشنیوں کا توازن زیادہ خراب نہ ہونے کی وجہ سے کرنٹ دوڑتا ہوا اس وقت محسوس ہوتا ہے جب آپ زیادہ دیر تک دماغ کو کسی چیز کی طرف متوجہ رکھتے ہیں۔ حواس میں معمول کے مطابق طاقت نہ ہونے کی وجہ سے آپ ایسی باتیں برداشت نہیں کر پاتے جو دماغ پر ذرا سا بھی بار بنتی ہیں۔ روشنیوں کے نظام کو معمول پر لانے کے لئے بسم اللہ الرحمٰن الرحیم یاحی قبل کل شئی یاحی بعد کل شئی۔ ایک کاغذ پر لکھ کر شہد میں ڈال دیں اور یہ شہد دن میں کم از کم تین بار استعمال کریں۔ اس کے ساتھ ساتھ ایک بڑے کاغذ پر موٹے قلم سے بہت خوشخط اللہ لکھیں اس کاغذ کو کسی گتے پر چپکا دیں۔ رات کو سونے سے پہلے اس گتے کو ایسی جگہ رکھیں جہاں کوئی اور شخص نہ ہو۔ گہری نگاہ سے اسم "اللہ" پر نظر جمائیں اور آنکھیں بند کر کے تصور کریں کہ اللہ کا نور بارش کی طرح آپ کے اوپر نازل ہو رہا ہے۔ تقریباً دس منٹ بعد آنکھیں کھول دیں اور بات کئے بغیر سو جائیں۔

41 دن تک یہ عمل کریں لیکن شہد کا استعمال دو ماہ تک جاری رکھیں۔

## باغ، دریا، سبزہ زار

سوال: چند سالوں سے میری دماغی حالت عجیب ہو گئی ہے۔ یوں لگتا ہے کہ خیالات یلغار کر رہے ہیں۔ میرا دماغ خیالات کی موجوں میں بے بس ادھر ادھر بہہ رہا ہے۔ اس بلائے ناگہانی سے میری قوت فیصلہ اور صلاحیتیں مفلوج ہو گئی ہیں۔ خواہ کوئی جگہ ہو، اسکی کوئی بھی اہمیت ہو، خیالات میں گھرا رہتا ہوں۔ ان خیالات کی رو سے مجھے ذلالت اور مقدس حضرات کے متعلق ایسے برے برے خیالات آتے ہیں کہ دل چاہتا ہے کہ دل کو آگ لگادوں۔ میں نے بہت کوشش کی، ارادے کی قوت سے خیالات کے دریا پر بند باندھنا چاہتا ہوں لیکن کامیابی نہیں ہوئی۔ ویسے میں ہر لحاظ سے ایک نارمل شخص ہوں، میری صحت بھی ٹھیک ہے۔ لیکن ان خیالات کے ہاتھوں بے بس اور مجبور ہو کر آپ سے رجوع کر رہا ہوں۔

جواب: اپنے پورے سراپا کا ایک پوسٹ کارڈ سائز نیگیٹیو بنوایئے۔ فوٹو گرافر کو ہدایت کر دیں کہ وہ اس نیگیٹیو پر کسی قسم کا نشان یا رنگ نہ لگائیں۔ اپنے اس نیگیٹیو کو فوٹو کی طرح فریم کرا کے دیوار پر لٹکا کر چار فٹ کے فاصلے سے دن میں وقفہ وقفہ سے 2 گھنٹہ تک دیکھا کریں۔ خیالات سے نجات مل جائے گی۔

اس عمل کے دوران اگر چلتے اٹھتے بیٹھتے کوئی معکوس خیال آئے تو اسے ردھر گزنہ کریں، آتا ہے تو آنے دیں۔ خود ہی گزر جائے گا۔ قانون یہ ہے کہ جب کسی خیال کو رد کیا جاتا ہے تو وہ اور زیادہ گہرا ہو جاتا ہے۔ جب بھی اس قسم کا کوئی خیال آئے ذہن کا رخ دوسرے کسی خیال کی طرف موڑ دیں مثلاً آپ کو آگ کا خیال آتا ہے آپ یہ نہ کریں کہ آگ کا خیال نہیں آنا چاہئے بلکہ آپ اسی خیال کو رد کرنے کی بجائے کسی باغ، دریا یا سبزہ زار کے بارے میں سوچنا شروع کر دیں۔ اس طریقہ کار اور نیگیٹیو بینی سے آپ معکوس خیالات کے حملوں سے محفوظ ہو جائیں گے۔

## پلکیں کیوں جھپکتی ہیں

سوال: میری پلکیں بہت جلدی جلدی جھپکتی ہیں۔ ہزار کوشش کرتا ہوں کہ ایسا نہ ہو مگر پلکوں کا جلد جھپکنا ختم نہیں ہوتا تقریباً چھ سال سے یہی حال ہے اور اس کی وجہ سے لوگوں کے سامنے شرمندگی اٹھانا پڑتی ہے۔ ایسا کیوں ہوتا ہے اس بات پر روشنی ڈالتے ہوئے علاج تجویز فرمادیں۔

جواب: تخلیق کا قانون یہ ہے کہ جب تک آنکھوں کے پردے حرکت نہ کریں اور ڈھیلوں پر ضرب نہ لگائیں۔ بصارت کا عمل پورا نہیں ہوتا۔ جب آنکھ کا جلدی غلاف حرکت کرتا ہے تو ڈھیلوں پر ہلکی ضرب لگاتا ہے اور آنکھ کو ایک لمحہ کے لئے روشنیوں اور مناظر سے منقطع کر دیتا ہے۔ مادی اشیاء کا احساس ہلکی ضرب کے بعد روشنیوں سے انقطاع چاہتا ہے اور اس اثناء میں ذہن کو بتادیتا ہے کہ میں نے کیا دیکھا ہے جیسے ہی یہ کوئی تصویری خاکہ ہمارے ذہن میں داخل ہوتا ہے فکر انسانی اسے سمجھنے کی کوشش کرتی ہے اگر ایک مخصوص وقفہ تک یہ عمل پورا نہ ہو تو پلک جھپکنے کا عمل صادر ہوتا ہے تاکہ فکر کو اپنا کام کرنے کے لئے لمحہ بھر کی مہلت مل جائے۔ قدرتی طور پر پلکیں جھپکانے کا ایک وقفہ مقرر ہے لیکن اگر اس وقفہ میں فکری عمل پورا نہیں ہوا تو پلکیں کم وقفہ سے جھپکنے لگتی ہیں فکر کو تیز رفتار کرنے کے لئے عمل تلقین کیا جارہا ہے۔ اس پر ایک ماہ تک عمل کریں۔

رات کو سونے سے پہلے آلتی پالتی مار کر بیٹھ جائیں اور تصور کی نگاہ سے جھانکیں دیکھیں کہ دماغ میں ایک روشن نقطہ ہے اس روشن نقطہ کو دائرہ کی شکل میں Clockwise گردش دیں۔ دس منٹ تک گردش دینے کے بعد کسی سے بات کئے بغیر سو جائیں۔

## پائیریا

سوال: میرے دانتوں سے اکثر خون نکلتا رہتا ہے۔ کوئی سخت چیز کھانے سے مسوڑھوں سے خون رسنے لگتا ہے۔ صبح سویرے اٹھنے پر منہ سے بدبو کے بھبکے نکلتے ہیں۔ دو ماہ بعد میری شادی ہونے والی ہے۔ اگر دانتوں کی یہی حالت رہی تو میری ازدواجی زندگی بری طرح متاثر ہو گی۔ کوئی وظیفہ یا دوا تجویز کر دیں کہ دانتوں کے اس موذی مرض سے نجات مل جائے گی۔

جواب: دانتوں کے امراض کا تعلق براہ راست معدہ سے ہوتا ہے۔ معدہ کا نظام اگر صحیح ہے اور دانتوں کی صفائی کا پورا اہتمام کیا جائے تو دانتوں کے امراض نہیں ہوتے۔

آپ کو جو مرض لاحق ہے طبّی اصطلاح میں پائیریا کہلاتا ہے۔ پائیریا میں مسوڑھوں کے اندر رطوبت جمع ہو کر سڑ جاتی ہے۔ اور یہ رطوبت پیپ ملے خون کے ساتھ خارج ہوتی رہتی ہے۔ معدہ کی درستگی اور دانتوں کی صفائی کے انتظام کے ساتھ ساتھ صبح سورج نکلنے سے پہلے پالک کے پتے پر ائی جل سی ایک مرتبہ دم کر کے پالک کو خوب چبائیں۔ چباتے وقت اس بات کا خیال رکھیں کہ لعاب حلق کے اندر نہ جائے۔ پالک کے پتے کو چبا کر تھوک دیں۔ یہ عمل دن میں تین بار دہرائیں۔ دانتوں کی صفائی کے لئے برش استعمال نہ کریں۔ ٹوتھ پیسٹ انگلی سے ملیں اور انگلی سے ہی مسوڑھوں کا مساج کریں۔ رات کو سونے سے پہلے اور صبح نہار منہ

## توانائی کی لہریں

سوال: میں ذہنی اعصابی اور جسمانی طور پر بہت زیادہ کمزور ہوں۔ میری عمر 19 سال ہے اور میں طالب علم ہوں۔ میں جو کچھ پڑھتا ہوں ایک دن سے زیادہ یاد نہیں رہتا۔ میری دور کی نظر بھی بہت کمزور ہے۔ چشمہ کی عادت ڈالنے کی بہت کوشش کی لیکن کامیاب نہ ہوا۔ میرا جسم ہڈیوں کا ڈھانچہ نظر آتا ہے۔ شکل ٹھیک ٹھاک ہے لیکن ذرا بھی کشش نہیں ہے۔ جسم بے انتہا ڈھیلا ہے۔ اسی لئے میں کہیں جاتا نہیں کیونکہ شرمندگی سی ہوتی ہے۔ میں کسی غلط عادت میں بھی مبتلا نہیں ہوں۔ میرے والد بھی دبلے پتلے اور کمزور آدمی ہیں۔ شاید اسی وجہ سے میں کمزور ہوں۔ چاہتا ہوں کہ صحت مند ہو جاؤں اور دماغی طور پر ہر وقت حاضر رہا کروں نیز میری شخصیت پر کشش اور وجیہہ ہو جائے۔

جواب: صبح سورج نکلنے سے پہلے شمال کی سمت منہ کر کے کھڑے ہو جائیں۔ آہستہ آہستہ سانس اندر لیں۔ سانس اندر کھینچتے ہوئے تصور کریں کہ صحت و توانائی لہروں کی صورت میں اندر داخل ہو رہی ہے۔ جب سینہ سانس سے بھر جائے تو دل ہی دل میں ایک مرتبہ یارحیم یامرید یااللہ کا ورد کریں۔ اس کے بعد سانس روکے بغیر باہر نکال دیں۔ اس عمل کو سات مرتبہ کریں۔ کچھ عرصہ بعد جب عادت ہو جائے تو گیارہ مرتبہ کریں۔ غذا مچھلی اور کچی سبزیاں زیادہ کھائیں۔ ناقص غذاؤں سے پرہیز ضروری ہے۔

## ٹیلیفون

سوال: میرا مسئلہ کچھ یوں ہے کہ میں گزشتہ تین ماہ سے احساس کمتری کا شکار ہوں۔ تقریر وغیرہ کروں تو آواز میں کپکپی طاری ہو جاتی ہے۔ کوئی ٹیلی فون ریسیو کروں تو گھبرا جاتا ہوں۔ اگر کوئی بزرگ کوئی خط یا رسید لکھنے کو کہے تو ہاتھ کانپنے لگتے ہیں۔ دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ سوتے جاگتے ذہن جنسی خیالات کا مرکز بنا رہتا ہے۔ ان جنسی خیالات نے مجھے اندر سے کھوکھلا کر دیا ہے۔ براہ کرم کوئی ایسا وظیفہ بتا دیجئے کہ میرے دونوں مسئلے حل ہو جائیں۔

جواب: میرے دوست! آپ نے خود کو اپنے ہاتھوں ضائع کیا ہے۔ اور یہی عمل آپ کو احساس کمتری میں مبتلا کئے ہوئے ہے۔ آپ ایسا کریں کہ ہر وقت چلتے پھرتے اٹھتے بیٹھتے یاحفیظ کا ورد کریں۔ رنگ اور روشنی کے علاج کے طریقے پر نیلے رنگ کا پانی تیار کریں۔ اور یہ پانی صبح دوپہر اور شام ایک پیالی پی لیا کریں۔ رات سوتے وقت مراقبہ کریں۔ مراقبہ میں یہ تصور کریں کہ آپ اپنے اندر موجود دل کو دھڑکتا ہوا دیکھ رہے ہیں۔ جب یہ تصور قائم ہو جائے تو یہ خیال کیجئے کہ آپ کے دل کے اندر نیلے رنگ کی روشنیاں بھری ہوئی ہیں اور یہ نیلی روشنی آپ کے سینے کو روشن کر رہی ہے۔

## جن بھوت کا سایہ

سوال: رات کو جب سونے کی تیاری کرتا ہوں مجھے ابھی نیند آرہی ہوتی ہے کہ اچانک میرا جسم بالکل ساکت ہو جاتا ہے اور مجھ میں ہلنے جلنے کی سکت باقی نہیں رہتی۔ عجیب عجیب آوازیں سنائی دیتی ہیں جس سے میں ڈر جاتا ہوں حالانکہ اس وقت میں جاگ رہا ہوتا ہوں۔ایک دو دفعہ میں نے ہمت کر کے آنکھ بھی کھولی لیکن مجھے ایسی ویسی کوئی چیز نظر نہیں آئی جس سے یہ اندازہ ہو کہ مجھ پر جن یا بھوت کا سایہ ہے۔ یہ حالت ہمیشہ اندھیرے میں ہوتی ہے۔ بلب کی روشنی میں نہیں ہوتی۔اس کیفیت میں سانس لینے میں بھی دقت ہوتی ہے۔میری عمر سولہ سال ہے اور میں فرسٹ ائیر کا طالب علم ہوں۔

جواب: گھر میں بازار کا پسا ہوا نمک بالکل استعمال نہ کیا جائے۔ثابت لاہوری نمک گھر میں پیس کر کم سے کم مقدار میں استعمال کریں۔ سوتے وقت کمرے میں نیلے رنگ کا بلب روشن رکھیں۔ صبح اور رات کو سوتے وقت شہد کا ایک چمچ لے کر اس پر ایک بار (اَلرَّضَاعَتْ عَمَا نَوِیْلُ) دم کر کے استعمال کریں۔ نیلی شعاعوں کا پانی صبح اور شام پی لیا کریں۔

## جنسی خیالات

سوال: میں ایک 25 سال کا نوجوان ہوں اور ہر وقت میرے ذہن میں بری خیالات کی یلغار رہتی ہے۔ مہربانی فرما کر کوئی علاج بتائیں جس سے میرے جنسی خیالات ٹھیک ہو جائیں۔

جواب: رات کو سونے سے پہلے غسل کر کے مصلیٰ پر بیٹھ کر جامنی رنگ روشنی کا مراقبہ کریں۔ کھانوں میں گوشت سے پرہیز کریں۔ ترکاریاں سبزیاں کھائیں اور گوشت میں انڈا بھی شامل ہے۔ پرہیز اور علاج کی مدت چالیس روز ہے۔

## جینئس آدمی

سوال: میں آپ کا کالم ''روحانی ڈاک'' گذشتہ آٹھ سال سے پڑھتا آرہا ہوں۔ مین نے آپ کے کالم میں یہ بات پڑھی تھی کہ انسان کے دماغ میں دو کھرب خلئے کام کرتے ہیں اور ان میں سے عام طور پر دو سو خلئے کام کرتے ہیں۔ ''جینئس'' آدمی کے دماغ میں 250 خلئے ہیں جو کام کرتے ہیں۔ میں چاہتا ہوں کہ میرے دماغ میں بھی 250 خلئے متحرک ہوں، کیا میں کسی مخصوص سانس کی مشق کے ذریعے یا کسی اور عمل کے ذریعے اپنے دماغ کے 250 خلئے متحرک کر کے جینئس بن سکتا ہوں۔

جواب: اس کے لئے ضروری ہے کہ آپ باقاعدہ کسی روحانی استاد کی شاگردی قبول کریں اور اس کی راہنمائی میں مراقبہ کریں۔ انشاءاللہ آپ کے خلئے متحرک ہو جائیں گے۔

# چلی جا یہاں سے

سوال: میرا ایک چھوٹا بھائی جس کی عمر تقریباً 23 سال ہے۔ اپنی صحیح حالت میں نہیں ہے۔ جب وہ چھوٹا تھا تو خاموش سا رہتا تھا۔ اس کے بعد جب اس نے ہوش سنبھالا تو وہ اکثر خود اپنے آپ سے ہی محبت کرنے لگا۔ آہستہ آہستہ اس کی یہ عادت بہت بڑھ گئی اب وہ اپنے آپ کو کمرے میں مقید کر لیتا ہے اور باتیں کرتا رہتا ہے۔ یا پھر راہ چلتے اکیلے میں وہ باتیں کرتا رہتا ہے۔ میں نے اکثر چھپ کر اس کی باتیں سنی ہیں۔ وہ کسی لڑکی سے مخاطب ہو کر کہتا ہے کہ میں نے تجھے منع کیا تھا تو کیوں آئی ہے، جا یہاں سے چلی جا۔ اور پھر وہ اس کو سخت غصہ میں ڈانٹتا ہے۔ کبھی کبھی تو وہ گالیاں بھی دے دیتا ہے اور بعض اوقات اپنی پرانی باتیں یاد کر کے ہنستا رہتا ہے۔ اس کے علاوہ وہ اپنے جسم کا کوئی حصہ کبھی بھی ننگا نہیں کرتا اور اگر اسے کوئی ہاتھ بھی لگائے تو اس سے لڑ پڑتا ہے۔ ہمیشہ سب سے الگ تھلگ رہنے کی کوشش کرتا ہے۔ میں نے ایک مرتبہ اپنے بھائی سے پوچھا کہ وہ کس سے باتیں کرتا ہے تو اس نے بتایا کہ ایک لڑکی آتی ہے جس کے بال لمبے لمبے اور کھلے ہوئے ہوتے ہیں اور میرے پاس بیٹھ جاتی ہے۔ اس کی شکل آج تک نظر نہیں آئی ہے اور وہ جب بھی آتی ہے تو میں اسے ڈانٹ کر کہتا ہوں کہ جا چلی جا یہاں سے۔ مگر وہ بات کرنے پر مجبور کرتی ہے اس کے علاوہ میرے بھائی میں ایک اور عادت بھی ہے کہ وہ ہمیشہ کسی نہ کسی عادت میں مبتلا رہتا ہے مثلاً پہلے وہ ہمیشہ اپنی قمیض کا کالر مروڑتا رہتا تھا کافی مشکلوں کے بعد یہ عادت چھڑائی پھر اس کے بعد ہمیشہ اس کے ہاتھ میں کوئی نہ کوئی اخبار ہوتا تھا جسے وہ مسلتا رہتا تھا۔ یہ عادت چھڑائی اب اس کی دو تین سال سے یہ عادت ہے کہ وہ اپنے ہاتھ میں روپے کا نوٹ لئے پھرتا ہے اور اسے مسلتا رہتا ہے۔ صرف ایک ہاتھ سے۔ چاہے بازار ہو یا گھر ہو یا کوئی محفل ہو اس کا یہ عمل ہمیشہ جاری رہتا ہے اور خاص طور پر جب وہ اکیلے میں بات کر رہا ہوتا ہے تو اس کے مسلنے کی رفتار زیادہ تیز ہو جاتی ہے۔ میرا بھائی نہ جانے کس اذیت میں مبتلا ہے بعض اوقات تو وہ اتنی اچھی باتیں کرتا ہے کہ ہم حیران ہو جاتے ہیں سمجھ میں نہیں آتا کہ اسے کیا بیماری ہے۔ شاید کسی نے جادو وغیرہ کر دیا ہے۔ آپ اس کا علاج رنگ اور روشنی سے تجویز کر دیں تاکہ میں آسانی کے ساتھ کر سکوں۔

جواب: یہ خالص نفسیاتی کیس ہے۔ کسی سائیکالوجسٹ کو دکھا کر علاج کرائیں۔ تعجب ہے کہ آپ اپنے بھائی کی حالت بچپن سے دیکھ رہے ہیں اور گھر میں کسی نے اس کے علاج کی طرف توجہ نہیں دی۔ نفسیاتی علاج کے ساتھ ساتھ رنگ و روشنی سے علاج کے طریقہ پر:

نیلی شعاعوں کا پانی۔ 2 اونس صبح و شام

زرد شعاعوں کا پانی۔ 2 اونس کھانے سے قبل

سرخ شعاعوں کا پانی۔ 2 اونس کھانے کے بعد پلائیں۔ اور رات کو ایک چمچہ خالص شہد پر ایک بار (اَلرَّضَاعَتْ عَمَا نَوِیْلُ)۔ کھانوں میں نمک اور کھٹاس سے پرہیز کریں۔

# چاندی کا کٹورا

سوال: میرے بیٹے کو بہت غصہ آتا ہے ہر وقت دانتوں سے ناخن کاٹتا رہتا ہے۔ صبح سویرے اٹھ کر پارک میں جاتا ہے۔ پھولوں سے بہت دلچسپی ہے۔ پندرہ سال کی عمر میں دو تین مختلف اسکولوں میں داخل کروایا گیا۔ ماسٹر سے ٹیوشن بھی پڑھائی جاتی ہے لیکن ایک سے دس تک گنتی بھی نہیں سیکھ سکا۔ تمام مشہور دماغی امراض کے ماہرین سے علاج کروایا۔ دماغ کا ایکسرے بھی ہو چکا ہے۔ دماغ میں کوئی نقص نہیں۔ برائے کرم ایسا کوئی علاج بتایئے کہ جس سے خدا اس کو شفا دے۔ اللہ کا دیا ہوا ہمارے پاس سب کچھ ہے۔ بس اس بچہ کی وجہ سے سارا گھر پریشان ہے۔

جواب: چاندی کا ایک کٹورا اور ایک رکابی بنوالیجئے۔ تین ماہ تک چاندی کے کٹورے یا پیالے میں پانی پلایئے۔ اس بات کی کوشش کیجئے کہ پانی اور کھانے کا استعمال چاندی کے ان برتنوں کے علاوہ دوسرے کسی برتن میں نہ کیا جائے۔ کھانوں میں نمک کی مقدار کم کر کے چوتھائی کر دیں۔ بازار کا پسا ہوا نمک ہر گز نہ کھایا جائے۔ لاہوری ثابت نمک گھر میں پیس کر استعمال کریں۔

# حلول

سوال: گھر میں ایک ہنگامہ برپا رہتا ہے۔ والد صاحب اور والدہ کی نوک جھونک مستقل عذاب ہے۔ آپس کی لڑائی اور طنز و تشنیع کا انجام علیحدگی کے سوا اور کچھ نظر نہیں آتا۔ دل چاہتا ہے کہ یہ انجام دیکھنے سے پہلے خودکشی کر لوں۔ ذہنی سکون نہ ہونے سے معاشی ابتری کا شکار ہوں۔ قرض کے بارے ذہنی کشاکش اور دماغی کشمکش میں مبتلا کر دیا ہے۔ شراب پینے کی خواہش مجھے اکساتی ہے۔ ان مصروفیات سے آپ اندازہ کر سکتے ہیں کہ شیطان میرے اندر کس طرح حلول کر گیا ہے۔ یہ بھی عرض کر دوں کہ میں نے ملازمت کر کے تعلیم حاصل کی ہے۔ زندگی کی نامرادیاں ہمیشہ میرا خیر مقدم کرتی ہیں۔ مہربانی فرما کر کوئی علاج بتائیں۔

جواب: عشاء کی نماز پڑھیئے۔ جب نماز پڑھ چکیں تو کسی گوشہ میں بیٹھ جائیں اور آنکھیں بند کر لیں۔ اللہ تعالیٰ کی طرف پوری طرح متوجہ ہو جائیں۔ اس وقت یہ تصور زیادہ سے زیادہ گہرا ہونا چاہئے کہ میں اللہ تعالیٰ کے حضور میں اکیلا حاضر ہوں۔ اللہ تعالیٰ کے علاوہ اور کوئی آس پاس نہیں ہے۔ اب ذہن سے اللہ تعالیٰ کے حضور التجا کیجئے کہ یہ ہیں میری مشکلات، انہیں فوراً دور کر دیجئے۔ قرض، کاروباری کمزوری، صحت، حالات کی تنگی، خاندان کے مسائل، قوت فیصلہ کی کمی، طبیعت کی ناخوشی اور بے چینی۔ ان تمام مشکلات کو اسی طرح ذہن میں رکھ کر اللہ تعالیٰ سے فوری طور پر ان کے حل کرنے کی التجا اور دعا کیجئے۔ انشاءاللہ زیادہ سے زیادہ ایک ہفتہ میں غیب سے تمام آسانیاں فراہم ہونا شروع ہو جائیں گی۔

# خوبصورت اور شریف دلہن

سوال: میں نے اپنے بیٹے کی شادی اسی سال کی ہے چند یوم تو میرا لڑکا اپنی بیوی کے ساتھ خوش و خرم رہا، پھر اچانک اس کے رویہ میں تبدیلی آ گئی۔ وہ اپنی بیوی سے بالکل بات چیت نہیں کرتا۔ اسے اپنے کمرے میں نہیں آنے دیتا۔ میرے لڑکے کے اس رویے سے میری بہو بہت پریشان ہے۔ بے چاری روتی رہتی ہے۔ میں بھی اپنے لڑکے کے سسرال والوں کے سامنے بہت شرمندہ ہوں۔ میرا لڑکا اپنی بیوی کو طلاق کی دھمکی بھی دے چکا ہے۔ لڑکی نہایت شریف اور خوبصورت ہے۔ علاوہ ازیں عمر بھی زیادہ نہیں ہے۔ میرے لڑکے کے دل میں اس کی بیوی کی محبت پیدا ہو جائے اور دونوں میاں بیوی خوش و خرم زندگی گزاریں۔ براہ کرم کوئی ایسا وظیفہ عنایت فرمادیں کہ مندرجہ بالا مقاصد حاصل ہو جائیں کیونکہ میرے لڑکے کی بیوی بہت پریشان ہے۔ مجھ سے اس لڑکی کی پریشانی اور حالت دیکھی نہیں جاتی۔

جواب: اپنی بہو سے کہیں کہ وہ صبح بہت جلدی بیدار ہو کر کھلی چھت پر، مشرق کی طرف منہ کر کے بیٹھ جائے۔ جیسے ہی سورج طلوع ہونے کا وقت ہو۔ (یہ بات پہلے سے معلوم ہونی چاہئے کہ سورج کتنے بج کر کتنے منٹ پر طلوع ہو گا) افق کے اس پار آنکھیں کھول کر دیکھنا شروع کر دے۔ ایک منٹ تک پلک نہ جھپکائے۔ ایک منٹ کے بعد بسم اللہ الرحمن الرحیم ایک بار اور گیارہ مرتبہ یادرود پڑھ کر پانی پر دم کر دے۔ (سفید چینی کے پیالہ میں پانی پہلے سے رکھ لے) اور یہ پانی اپنے شوہر کو پلادے۔ 21 روز کے اس عمل سے اللہ نے چاہا تو میاں بیوی اپنی ازدواجی زندگی خوب اچھی گزاریں گے۔ کامیاب ہونے پر گیارہ آدمیوں کو کھانا اللہ کے نام پر کھلادیں۔

# خمیرہ مروارید

سوال: میں خود موٹر سائیکل چلاتا ہوں اور مجھے کوئی خوف یا ڈر محسوس نہیں ہوتا لیکن جب میں کسی اور صاحب کے پیچھے بیٹھتا ہوں تو بلاوجہ ایک خوف محسوس ہوتا ہے۔ یہاں تک کہ بعض اوقات ہاتھ پیر مارنا شروع کر دیتا ہوں۔ چلانے والا اکثر پوچھتا ہے کہ کیوں بھائی کیا ہوا ہے۔ لیکن شرمساری کے باعث

کوئی جواب نہیں بن پاتا۔ بعض اوقات بڑی گاڑیوں میں یہ خوف بڑی شدت سے محسوس ہوتا ہے اور سمجھتا ہوں کہ ایک بڑا حادثہ ہونے والا ہے۔ اس طرح میرے دل کی حالت بے تحاشا تیز ہو جاتی ہے۔ آنکھوں کے سامنے اندھیرا چھا جاتا ہے اور ایک انجانا خوف محسوس ہوتا ہے۔ یہ خوف اس قدر غالب ہوتا ہے کہ کافی دیر ابنارمل رہتا ہوں۔ رگیں تن جاتی ہیں اور کچھ عجیب کیفیت ہو جاتی ہے۔

جواب: کسی بااعتماد دواساز یا حکیم سے خمیرہ مروارید تیار کروا کر کئی ماہ تک استعمال کریں۔ اور رات کو سوتے وقت ایک چمچہ خالص شہد کا استعمال کریں۔ کم سے کم نمک استعمال کریں اور نیلی شعاعوں کا پانی تیار کر کے 2 اونس پی لیا کریں۔

## خصوصی دعا

سوال: کالم روحانی ڈاک میں آپ کی تجویز کردہ ''خصوصی دعا برائے روزگار'' نظر سے گزری۔ میرے حالات دن بدن ابتر ہوتے جا رہے ہیں اور میں معاشی پریشانیوں کی دلدل میں پھنس کر رہ گیا ہوں۔ آپ سے درخواست ہے کہ مجھے بھی اس وظیفے کی اجازت مرحمت فرمائیں۔

جواب: آپ کو اس عمل کی اجازت ہے۔ اللہ تعالیٰ آپ کی مشکلات آسان فرمائیں۔ اور وہ عمل یہ ہے کہ رات کو بعد از نماز عشاء اول و آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ 41 مرتبہ آیت الکرسی عظیم تک پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے روزگار کے لئے دعا کریں۔

## دماغی کمزوری

سوال: میرا دماغ بہت کمزور ہے جو کچھ پڑھتا ہوں بھول جاتا ہوں۔ دماغ کی کمزوری کے باعث میں ہر وقت کھویا کھویا سا رہتا ہوں۔ مہربانی فرما کر دعا بتا دیں جس سے دماغی کمزوری دور ہو جائے۔

جواب: فجر کی نماز ادا کر کے وہیں بیٹھے بیٹھے گیارہ بار

يَا حَفِيظُ يَا حَفِيظُ يَا حَفِيظُ
يَاشَافِي يَاشَافِي يَاشَافِي
يَا كَافِيُ يَا كَافِيُ يَا كَافِيُ

پڑھ کر دم کر کے نہار منہ پی لیا کریں۔ اس کے بعد آدھے گھنٹے تک کچھ نہ کھائیں یہ عمل بلاناغہ چالیس روز تک کرنے سے دماغی کمزوری دور ہو جاتی ہے۔

# دانت پیسنا

سوال: کافی عرصہ سے مجھے خواب کی حالت میں دانت چبانے یعنی دانت پیسنے کی عادت ہے۔اس عادت کو چھوڑنے کے لئے کئی دفعہ شعوری ترکیبیں آزما چکاہوں مگر کامیابی نصیب نہ ہو سکی۔لوگ کہتے ہیں کہ جس کے دشمن زیادہ ہوں وہی خواب میں دانت پیستا ہے۔مہربانی فرماکر اس عادت کو چھوڑنے کی ترکیب بتائیں۔

جواب: جب آپ رات گہری نیند سو جائیں گھر کے کوئی صاحب آپ کے سرہانے کھڑے ہو کر اتنی آواز سے کہ نیند میں خلل واقع نہ ہو۔ایک مرتبہ سورۃ مریم کی پہلی آیت کھٰیٰعص (کاف ہا یا عین صاد) پڑھ کر دیا کریں۔اس علاج کی مدت اکیس روز ہے۔نیلی شعاعوں کا پانی تیار کر کے 2 اونس صبح اور شام ملادیا کریں۔

# دمہ

سوال: مجھے پچھلے آٹھ سال سے دمہ کی شکایت ہے بعض اوقات تو سانس بھی بند ہوتا ہوا معلوم ہوتا ہے۔بے انتہا تکلیف میں ہوں۔ہومیو پیتھی علاج سے کچھ فائدہ محسوس ہوا لیکن چند ہفتوں کے بعد پھر وہی کیفیت ہو گئی خدا دشمن کو بھی یہ مرض نہ دے۔ برائے کرم میرے مرض کو رفع فرمادیں تمام زندگی دعائیں دوں گا۔

جواب: مرض کو رفع کرنا بیمار کو صحت دینا اللہ کا کام ہے میں صرف اللہ کے بھروسہ پر علاج تجویز کر دیتا ہوں۔اللہ تعالیٰ کے بیان کردہ قانون کے تحت آدمی روشنیوں کا مجموعہ ہے۔ان روشنیوں کے اوپر ہی اس کی زندگی اور صحت کا دارومدار ہے بہت سے امراض روشنیوں کی کمی سے وجود میں آتے ہیں۔

روشنی ایک قسم کی نہیں ہوتی بلکہ انسانی زندگی میں دور کرنے والی روشنیوں کی قسمیں بے شمار ہیں ہر روشنی کا الگ الگ نام رکھنا انسانی فکر سے باہر ہے۔ سمجھنے کے لئے ہم ان روشنیوں کو مختلف رنگوں کا نام دیتے ہیں۔دمہ اور ضیق النفس کا مرض بھی روشنیوں میں عدم توازن کی بناء پر ہوتا ہے۔وہ روشنیاں جو پورے جسم میں خون کو گردش دینے کی ذمہ دار ہیں۔ان میں توازن نہیں رہتا نتیجے میں خون کی کثافت جو مسامات کے ذریعہ نکلنی چاہئے وہ پوری طرح خارج نہیں ہوتی اور جب یہ خون پورے جسم میں دور کر کے پھیپھڑوں میں پہنچتا ہے

پھیپھڑوں کی جالیوں میں یہ کثافت جمع ہوتی رہتی ہے اس کثافت میں ابتداً تعفن پیدا ہوتا ہے اور پھر وائرس Virus پیدا ہو جاتے ہیں۔

جب پھیپھڑے ان سے بھر جاتے ہیں تو پھیپھڑوں کا پمپنگ سسٹم خراب ہو جاتا ہے جس کی وجہ سے سانس لینے میں دشواری پیش آتی ہے اور اسی کو دمہ کا نام دیا جاتا ہے۔اس مرض کا روحانی علاج یہ ہے:

| | | | |
|---|---|---|---|
| س | ر | ش | ك |
| ق | ع | ل | ت |
| خ | م | ف | ت |
| ن | ص | د | ض |

چینی کی تین عدد سفید پلیٹوں پر زردے کے رنگ سے یہ نقش لکھیں۔ایک پلیٹ صبح نہار منہ دوسری عصر کے وقت اور تیسری پلیٹ رات کو سونے سے قبل چار بڑے چمچے پانی سے دھو کر پی لیں۔90 دن اس علاج کی مدت ہے۔

احتیاط۔ مریض کو صاف ہوا اور گرد و غبار سے پاک فضا میں رہنا چاہئے۔ مرطوب ہوا کھٹی اور ٹھنڈی چیزیں اس مرض میں نقصان دہ ہیں۔ زیادہ سردی اور زیادہ گرمی سے بچاؤ ضروری ہے۔ اس علاج کے ساتھ ساتھ صبح بہت سویرے بیدار ہو کر کسی درخت کے نیچے کھڑے ہو جائیں۔ یہ عمل ہر حال میں سورج طلوع ہونے سے پہلے کیا جائے۔

درخت میں سے ایک پتہ توڑ کر سیدھے نتھنے سے سونگھ کر پھینک دیں پھر دوسرا پتہ درخت میں سے توڑ کر الٹے نتھنے سے سونگھ کر پھینک دیں۔ اس کے بعد لکھی ہوئی پلیٹ کو دھو کر پی لیں۔ درخت کا پتہ سونگھنے کا عمل صرف ایک بار کریں۔ سوتے وقت اور صبح نیم گرم پانی میں نمک ملا کر ایک گلاس پانی سے غرارے کریں۔

## ڈبے کا دودھ

سوال: آپ کی توجہ اس مسئلے کی طرف مرکوز کرانا چاہتا ہوں کہ میں بہت کمزور ہوں۔ رنگ بھی زرد ہے۔ کئی ڈاکٹروں کے مشوروں سے ایکسرے کرا چکا ہوں۔ رپورٹ یہ ہے کہ مجھے کوئی بیماری نہیں ہے۔ وٹامنز کھا کر عاجز آ گیا ہوں مگر چہرہ کی زردی اور کمزوری بحال نہیں ہوتی۔ ہزاروں لوگ آپ سے فائدہ اٹھاتے ہیں، میرے اوپر بھی رحم کیجئے۔

جواب: ڈبے کے دودھ میں ایک انڈے کی زردی پھینٹ کر صبح ناشتہ سے پہلے پی لیا کریں۔ دودھ اچھی قسم کا ہونا چاہئے اور چلتے پھرتے ہر وقت یاحی یاقیوم پڑھا کریں۔ 40 دن کے بعد آپ کا چہرہ سیب جیسا سرخ اور خوشنما ہو گا اور کمزوری ختم ہو جائے گی۔

## رنگ اور روشنی سے علاج

سوال: میں نزلے کی بیماری میں مبتلا ہوں۔ اس بیماری کی وجہ سے میری نظر کمزور ہو گئی ہے اور ہر وقت سر میں شدید درد رہتا ہے۔ علاج کرانے سے ٹھیک ہو جاتا ہے۔ لیکن کچھ دنوں بعد دوبارہ بہنا شروع ہو جاتا ہے۔ اب تو میری آنکھیں بھی ہر وقت درد کرتی رہتی ہیں۔ رات کو نیند بھی بہت دیر سے آتی ہے۔ معالج کہتے ہیں کہ جگر اور معدہ کا فعل صحیح نہیں ہے۔

جواب: ایک صاف شفاف سفید رنگ کی بوتل لے کر اس پر گہرے نیلے رنگ کا ٹرانسپیرنٹ کاغذ اس طرح چپکا دیں کہ بوتل اوپر، نیچے اور اطراف میں کاغذ کے اندر آ جائے۔ اگر ایسا کاغذ دستیاب نہ ہو تو ٹرانسپیرنٹ پلاسٹک شیٹ سے بھی کام لیا جا سکتا ہے۔ اس بوتل میں آب مقطر ایک چوتھائی جگہ چھوڑ کر پانی بھر لیں اور منہ کارک سے بند کر کے کسی ایسی جگہ پر رکھ دیں جہاں دھوپ پڑتی رہے۔ اس طرح کہ دن کے دس گیارہ بجے سے چار بجے تک بوتل پر دھوپ پڑتی رہے۔ ایک ہی دن میں پانی تیار ہو جائے گی۔ یہ پانی ایک ایک اونس صبح شام استعمال کیجئے۔ اس کے علاوہ اسی طریقے پر زرد رنگ کا پانی تیار کیجئے اور 24 گھنٹے میں ایک مرتبہ پیجئے۔ غذا میں ٹھنڈی، کھٹی اور مصالحے دار چیزوں سے پرہیز کیجئے۔

## روٹی کے تین ٹکڑے

سوال: میرا مسئلہ ان صاحب یا صاحبہ سے ملتا جلتا ہے جن کے مسئلے کا عنوان ہے۔ گھر میں رکھی ہوئی چیزیں دیکھتے ہی دیکھتے غائب ہو جاتی ہیں۔ یہ مسئلہ 24 دسمبر کے جمعہ ایڈیشن میں شائع ہوا تھا۔ جس طرح یہ صاحب خوف اور دہشت کا شکار ہو جاتے ہیں اسی طرح میں بھی ان دیکھی ہستی کی طرف سے عجیب و

غریب باتیں محسوس کر کے یاد کر کے خوفزدہ ہو جاتا ہوں۔ اس بات کا انکشاف مجھے آج سے دو ڈھائی مہینے پیشتر ہوا تھا۔ جب میں کوئی وظیفہ پڑھ کر رات کے وقت بستر پر لیٹا تو کمرہ اچانک خوفناک منظر پیش کرنے لگا۔ در و دیوار سے دہشت اور ہیبت برستی نظر آتی تھی مجھے ایسا محسوس ہوا کہ کوئی میرے بدن کو شکنجے میں کس رہا ہے جس کی وجہ سے مجھے کافی تکلیف بھی محسوس ہوئی اور بستر ہلنے لگا۔ اس کے ساتھ میری دائیں آنکھ زور زور سے پھڑکنے لگی۔ آنکھ کے سامنے کبھی کبھی روشنیاں جلتی بجھتی محسوس ہوتی تھیں۔ دوسرے دن جب رات کو دوبارہ اپنے بستر پر لیٹا تو پھر ان ساری باتوں میں اور زیادہ شدت پیدا ہو گئی۔ لہٰذا میں ڈر کے مارے رات کے دو ڈھائی بجے اپنے کمرے سے اٹھ کر دوسرے کمرے میں چلا گیا اور ساری رات سورہ یٰسین پڑھتے ہوئے گزار دی۔ سورہ یٰسین پڑھنے سے وقتی سکون محسوس ہوا لیکن بعد میں پھر وہی حرکتیں ہونے لگیں۔ یہ ہستی جو کوئی بھی ہے مجھے اپنے کمرے یا گھر میں نہیں رہنے دیتی۔ میں جب بھی اپنے کمرے میں بیٹھنے یا سونے کے لئے جاتا ہوں عجیب عجیب طریقوں سے مجھے ڈرایا جاتا ہے۔ اس ڈر اور خوف کی وجہ سے میں نے گھر میں سونا ہی چھوڑ دیا ہے۔ میں گھر سے باہر سیڑھیوں کے نیچے سوتا ہوں پیچھے کچھ دنوں سے اس ان دیکھی چیز سے میری زبانی گفتگو بھی ہوئی تھی۔ یہ بات سن کر آپ مجھے مخبوط الحواس نہیں سمجھ لیجئے گا۔ یقین کیجئے۔ قبلہ کہ بالکل ایسا ہی ہوا تھا اور اب تو گفتگو یا بات چیت روز کا معمول بن گئی ہے یہ ہستی اپنی گفتگو میں مجھے نماز یا

قرآن سے روکتی ہے اور کسی بھی اچھے کام کو نہیں کرنے دیتی لہٰذا میں نے تنگ آ کر وظائف تو کیا نماز اور قرآن پڑھنا بھی چھوڑا ہوا ہے۔ اور وظائف پڑھنے سے تو آئندہ کے لئے توبہ کر لی ہے۔ میں مختلف علمائے دین سے بھی عمل کرا چکا ہوں سب نے جنات کی کارستانی قرار دیا ہے اور کہا ہے کہ ہر وظیفے کے پیچھے کوئی نہ کوئی موکل یا جن موجود ہوتا ہے۔ انہوں نے مجھے تعویذ، دم کیا ہوا پانی جو کہ پینے اور گھر میں چھڑکنے کے لئے مجھے دیا تھا۔ اب اس نادیدہ ہستی کی عجیب و غریب حرکتوں میں مزید اضافہ ہو گیا ہے اور آج کل بھی گھر سے باہر سیڑھیوں کے نیچے سوتا ہوں اور فجر کے وقت ڈرتے ڈرتے اور خدا کو یاد کرتے ہوئے گھر میں داخل ہوتا ہوں۔

جواب: مٹی کی دو کوری پلیٹیں لے کر ایک پلیٹ میں روٹی کا ٹکڑا رکھ دیں۔ (روٹی کے تین ٹکڑے کر لیں اور یہ ٹکڑے چھری سے کریں۔ ایک ٹکڑا پلیٹ میں رکھ دیں۔ دو ٹکڑے محفوظ کر لیں)۔ اوپر سے پلیٹ ڈھانپ دیں اور یہ دونوں پلیٹیں کھلے آسمان کے نیچے رکھ دیں۔ صبح سورج نکلنے سے پہلے پلیٹ کھول کر، روٹی کے ٹکڑے پر خوب اچھی طرح شہد لگائیں۔ دوسرے دو ٹکڑوں پر بھی ہلکا سا شہد لگا کر کتے کے سامنے ڈال دیں۔ علاج کی مدت چالیس روز ہے۔ کھٹاس نمک اور فرج میں رکھی ہوئی چیزوں سے پرہیز کریں۔ ہر گز کوئی وظیفہ نہ کریں۔

# زندگی کا طرز عمل

سوال: ہر وقت سستی و پریشانی میں گرفتار رہتا ہوں۔ نماز پڑھتے وقت نیند کا غلبہ ہو جاتا ہے۔ کسی کام کی طرف متوجہ ہوتا ہوں تو سر چکرانے لگتا ہے۔ اعصابی کمزوری کا مریض ہوں۔ آنکھیں بہت کمزور ہیں۔ آنکھوں سے پانی بہتا رہتا ہے۔ دماغ برے اور گندے خیالات کی آماجگاہ بن کر رہ گیا ہے۔ جتنا جھٹکتا ہوں اتنی ہی قوت سے شیطانی وسوسوں میں مبتلا ہو جاتا ہوں۔ کبھی خیال آتا ہے کہ خودکشی کر لوں تا کہ اس عذاب ناک زندگی سے نجات مل جائے۔ پلیز میری مدد کیجئے۔ میں کیا کروں کہاں جاؤں؟

جواب: اللہ تعالیٰ قرآن پاک میں انسان کے بارے میں چار باتیں ارشاد کی ہیں۔ 1۔ انسان جلد باز ہے۔ 2۔ انسان ناشکرا ہے۔ 3۔ انسان جاہل ہے۔ 4۔ اور ظالم ہے۔ ان الفاظ کی روشنی میں اپنی ذات کو پرکھیئے اور ہمیشہ خوش رہیئے۔ کیونکہ اللہ تعالیٰ کا منشا یہ ہے کہ انسان ان باتوں کو سامنے رکھ کر ناشکری، جلد بازی، جہالت اور ظلم سے باز رہے۔ آپ جس دن ان باتوں سے الگ ہو گئے تو صرف خوشی باقی رہ جائے گی۔ جب زندگی کا طرز عمل اس بنیاد پر مستحکم ہو جاتا ہے تو پھر کوئی بات ناخوش نہیں کر سکتی اور یہی حل ہے تمام مسائل کا۔ جلد بازی اور ناشکری کا نتیجہ ذہنی کشاکش اور دماغی کشمکش ہوتا ہے۔ وجہ معلوم نہ ہونا جہالت ہے اور جہالت میں گرفتار رہنا اپنے اوپر ظلم کرنا ہے۔

## سردی سے نیند آجاتی ہے

سوال: عرصہ دراز سے سر میں چکروں اور کچھ عرصہ سے مختلف قسم کے امراض میں مبتلا ہوں۔ غالباً آٹھویں جماعت کا طالب علم تھا جب مجھے چکر آتے تو ہر چیز گھومتی ہوئی محسوس ہوتی تھی اور چند منٹ کے بعد طبیعت ٹھیک ہو جاتی تھی۔ طبیعت ٹھیک ہونے کے بعد سردی لگتی تھی اور سردی سے جسم کپکپانے کے بعد نیند آجاتی تھی۔ اب سے تقریباً آٹھ مہینے پہلے مجھے بخار ہوا۔ جو ٹائی فائیڈ میں تبدیل ہو گیا۔ ٹائی فائیڈ کے بعد یرقان ہو گیا۔ اس کے دوران ایک مرتبہ میرے جسم کا درجہ حرارت 106 ڈگری فارن ہائیٹ تک جا پہنچا۔ سر کے پچھلے حصہ میں اور کمر میں ریڑھ کی ہڈی میں کوئی چیز ہلتی ہوئی اور کبھی دماغ میں کوئی پگھلتی ہوئی محسوس ہوتی ہے۔ اس دوران پنڈلیوں میں خلاء واقع ہو جاتا ہے لگتا ہے کہ باقی جسم سے ٹانگوں کا رشتہ باقی نہیں رہا۔ ڈاکٹروں، حکیموں اور عامل حضرات کا علاج کرا چکا ہوں۔ اب میرے پاس کچھ نہیں رہا کہ علاج پر خرچ کر سکوں۔ اس لئے آپ کی خدمت میں مسائل لے کر حاضر ہوا ہوں۔

جواب: گردوں اور مثانہ پر ورم ہے۔ میری اس تشخیص کے مطابق علاج کرائیں۔ انشاء اللہ فائدہ ہو گا۔ علاج کے ساتھ ساتھ جب بھی پانی پئیں۔ تین مرتبہ اَلْمَلِکُ الْقُدُّوْسُ اَلرَّحْمٰنِ الرَّحِیْم پڑھ کر دم کر لیا کریں۔ اس عمل کو 90 یوم تک کریں۔ نیلی شعاعوں کا پانی تیار کر کے 2 اونس صبح اور شام پی لیا کریں۔

## سوچ کا زاویہ

سوال: مجھے سوچنے کی عادت بہت زیادہ ہے اور میں ہر وقت اپنے کو پریشان سا محسوس کرتا ہوں۔ نہ تو مجھے کوئی کاروباری پریشانی ہے اور نہ ہی گھریلو، بس میں ہر وقت خود کو تنہا سمجھتا ہوں اور عرصہ 6 ماہ سے کچھ زیادہ ہی الجھ گیا ہوں۔ پہلے میں نماز بھی پابندی سے ادا کرتا تھا لیکن نماز میں بھی خیالات پیچھا نہیں چھوڑتے۔ کسی جگہ بھی
سکون نہیں ملتا اور نہ ہی کسی کام کو جی چاہتا ہے۔ سخت پریشان ہوں خدا کے لئے کوئی حل بتائیں۔

جواب: سوچنے کی عادت تو بہت اچھی بات ہے جتنے بڑے بڑے فلسفی گزرے ہیں اور جتنے فلسفے وجود میں آتے ہیں سب سوچ کا نتیجہ ہیں۔ جو لوگ سوچتے نہیں ہیں ان کی زندگی بے مصرف ہوتی ہے۔ آپ یہ مت سوچئے کہ مجھے خیالات نہ آئیں، خیالات کو آنے دیجئے۔ مثلاً نماز میں آپ کو یہ خیال آتا ہے کہ فلاں فلم بہت اچھی تھی۔ آپ اس خیال کو رد نہ کریں بلکہ فلم کے اندر قدرتی مناظر (باغات) کو اپنے انداز سے یاد کریں اور اس باغ میں یہ معنی پہنا دیں کہ جنت میں بھی باغ ہوتا ہے۔ وہاں بھی رنگ رنگ کے پھول ہوتے ہیں وغیرہ وغیرہ۔

چند ہفتوں کی مشق کے بعد سوچ کا زاویہ تبدیل ہو جائے گا اور آپ خیالات سے لطف اندوز ہونے لگیں گے۔

## سنہری رنگ اور کبوتر کا پر

سوال: میری عمر 19 سال ہے مجھے ایک لڑکی سے محبت ہو گئی ہے۔ میرا یہ حال ہے کہ اگر میں اسے ایک دن نہ دیکھوں تو مجھے چین نہیں آتا۔ ایسا محسوس ہوتا ہے کہ میرے اندر کسی چیز کی کمی ہے اور میرے دماغ میں اس قدر کھنچاؤ ہو جاتا ہے کہ مجھے کچھ دکھائی نہیں دیتا۔ بس میں بستر پر لیٹ جاتا ہوں اور سر میں درد شروع ہو جاتا ہے۔ ہر وقت اسی کے خیال میں کھویا رہتا ہوں۔ کہیں دل نہیں لگتا نہ جانے اللہ تعالیٰ کا یہ کیسا امتحان ہے کہ مجھے دن اور رات کہیں کسی وقت بھی چین نہیں ہے۔ میں نے نماز میں اس قدر دعائیں مانگیں اور اتنا رویا ہوں کہ اے میرے خدا مجھے اس کی محبت سے نجات دے وہ غفور الرحیم ہے اور رحم

کرنے والا ہے، ضرور سنے گا۔ آپ میرے لئے اللہ سے دعا کیجئے کہ خدا مجھے اس بیماری سے نجات دے۔ ورنہ میں اپنی جان موت کے حوالے کر دوں گا۔ میرے مسئلے کو اخبار میں جلد شائع کریں۔

جواب: سفید کبوتر کا پر لے کر کسی جگہ کچی زمین میں بو دیں اور زمین پر آلتی پالتی مار کر بیٹھ جائیں۔ اور اس پر کے اوپر نظر جمائیں۔ جب نظر 30 سیکنڈ ٹھہر جائے گی تو پر کے چاروں طرف ایک رنگین ہالہ دکھائی دے گا۔ اس رنگین ہالہ میں روشنی کی ایک لہر زرد، ایک لہر سبز، ایک لہر نیلی، ایک سرخ اور ایک لہر سفید ہو گی۔ جب ذرا اور دیر نظر ٹھہرے گی تو ایک بہت واضح سنہری رنگ کی لہر چاروں طرف گھومتی ہوئی نظر آئے گی۔ جب آپ کو سنہری رنگ نظر آئے تو اس لڑکی کا تصور کریں۔ جس کے خیال نے آپ کی راتوں کی نیند حرام کر دی ہے اور تین بار وَاَلْقَتْ مَافِیْھَا وَتَخَلَّتْ پڑھ کر پھونک ماریں۔ صرف ایک بار یہ عمل کرنے سے آپ کا ذہن یکسو ہو جائے گا۔

## ستارہ روشن ہے

سوال: مجھے پچھلے سال یرقان ہوا تھا جو کہ بروقت علاج کروانے سے بالکل تندرست ہو گیا تھا مگر جب میں نے تعلیم مکمل کی اور مجھے ملازمت ملی ہے نہ جانے مجھے کیا ہو گیا ہے نہ طبیعت خراب ہوتی ہے نہ کوئی درد وغیرہ محسوس ہوتا ہے مگر متواتر چھ مہینے سے ایسا محسوس ہوتا ہے کہ جیسے میں ادھ موہ ہوں۔ میرے بدن میں جان نہیں ہے دل کرتا ہے کہ بستر پر ہی لیٹا رہوں۔ اب جس وقت میں آپ کو خط لکھ رہا ہوں میری یہ حالت ہے کہ پورا وجود اس طرح تھکا تھکا سا ہے جیسے میں نے منوں مٹی ڈھوئی ہو۔ تقریباً چھ مہینے سے یہی کیفیت ہے۔ میری جوانی کی عمر ہے مگر خدا کی قسم بوڑھوں سے بدتر ہوں ڈاکٹر اور حکیموں سے رجوع کیا سبھی کہتے ہیں کہ تمہیں کوئی بیماری نہیں ہے اور واقعی میں صورت سے بیمار لگتا بھی نہیں ہوں مگر جو اذیت میں جھیل رہا ہوں وہ کسی عذاب سے کم نہیں ہے۔ ایک بزرگ سے ملا انہوں نے فرمایا کہ تمہارا ستارہ روشن ہے مگر تمہارے خاندان میں کسی نے تم پر شیطانی عمل کر کے تمہیں ہر طرح سے نفسیاتی اور بدنی بیمار کر دیا ہے۔ انہوں نے تعویذ دیئے وہ بھی استعمال کر چکا ہوں مگر میری حالت وہی ہے جو پہلے تھی۔ اب آپ کہیں گے کہ یہ بزرگ نے دل میں وہم پیدا کر دیا ہے مگر قبلہ وہم کی بات تو صرف عقل و موقوف ہے۔ میں پڑھا لکھا آدمی ہوں اور میں واقعتاً ایسا محسوس کرتا ہوں کہ میں نہ جانے جس اذیت میں گرفتار ہوں پھر عرض کر رہا ہوں کہ مجھے ایسا محسوس ہوتا ہے کہ میں اندر سے سلگ رہا ہوں۔ خدارا مجھے اس کیفیت سے نجات دلا یئے۔

جواب: آپ کا جگر متاثر ہے اس تشخیص کے مطابق یونانی علاج کرایئے۔ اللہ تعالیٰ شفاء عطا کرینگے۔ آپ کے لئے معالج کی ہدایت پر پرہیز کرنا بھی ضروری ہے میری دانست میں آپ بدپرہیزی کرتے ہیں۔ نیلی شعاعوں کا پانی تیار کر کے 2 اونس صبح اور شام پی لیا کریں۔

## سینے میں چھری

سوال: میرے والد صاحب کو خدا جانے کیا بیماری ہے۔ ہر طرح کا علاج اور چیک اپ ہو چکا ہے۔ کئی دفعہ ای سی جی بھی ہوا ہے لیکن بیماری کی تشخیص نہیں ہو سکی ہے۔ تکلیف یہ ہے کہ ان کے دل میں درد رہتا ہے۔ دل کی جگہ پر ایسا محسوس ہوتا ہے جیسے کسی نے چھری گھونپ رکھی ہو۔ رات بھر بے چین رہتے ہیں اور جب سونے کے لئے لیٹتے ہیں تو سر کو مسلسل جھٹکے لگتے ہیں جس کی وجہ سے رات بھر سو نہیں سکتے۔ کئی کئی راتیں بغیر سوئے گزر جاتی ہیں۔ ان کی تکلیف دیکھ کر تمام گھر والے بھی رات جاگتے رہتے ہیں۔ والد صاحب کس بیماری میں مبتلا ہیں۔ از راہ کرم اس کی نشاندہی فرمائیں اور علاج تجویز کریں۔

جواب: آپ کے والد صاحب کو گیس کا مرض لاحق ہے۔ پیٹ میں گیس بننا بند ہو جائے تو تحریر کردہ ساری تکلیفیں ختم ہو جائیں گی۔ دوا اور دعا کے اصول پر اس کا موثر علاج یہ ہے کہ روحانی علاج میں سے حبس ریاح کا علاج دو عدد چینی کا سفید پلیٹوں پر زردے کے رنگ اور عرق گلاب سے لکھ کر رنگ اور روشنی سے علاج کے طریقے پر زرد رنگ کی شعاعوں کے پانی سے دھو کر دونوں وقت کھانے سے آدھا گھنٹہ پہلے دھو کر پلائیں۔ خوراک کی مقدار دو دو اونس ہونی

چاہئے۔ کھانوں میں بادی ثقیل اور چکنی غذاؤں سے پرہیز کرایا جائے۔اس کے بعد آپ والد صاحب سے درخواست کریں کہ رات کا کھانا کھانے کے بعد دو میل ضرور ٹہلیں

## سر کا آدھا حصہ گنجا ہو گیا ہے

سوال: کچھ عرصے سے میرے سر، بھنوؤں سے سینے کے بال اور داڑھی مونچھوں کے بال گر رہے ہیں۔ سر کا آدھا حصہ بالکل گنجا ہو گیا ہے۔پہلے خارش ہوتی ہے پھر بھوسی اور خشکی کے ساتھ بال گر جاتے ہیں۔ بال اسی قدر کمزور ہیں کہ پورا بال بھی نہیں گرتا بلکہ ٹکڑے ہو کر گرتے ہیں علاج سے مایوس ہو کر آپ کی خدمت میں حاضر ہوا ہوں۔ براہ کرم اس کا علاج بھی بتا دیجئے اور یہ بھی بتائیے کہ اس مرض کا سبب کیا ہے۔

جواب: وجہ یہ ہے کہ پیدائشی طور پر والدہ کا دودھ کمزور تھا اور آپ کو دودھ اتنا ملا بھی نہیں جتنا ملنا چاہئے تھا جس حد تک دودھ کی طاقت کم ہو گئی تو بال بھوسی بن کر اڑ گئے۔اس کا علاج بہت سہل ہے ایک بکری خرید لیجئے۔ بکری کے دودھ کے جھاگ صبح دوپہر شام جسم پر بالخصوص ان جگہوں پر جہاں بال ہوتے ہیں ملئے ساتھ ساتھ بکری کا دودھ پینے میں بھی استعمال کریں۔ جلد بازی سے کام نہ لیں۔ تین ماہ کے اس علاج سے نہ صرف یہ کہ بال گرنا بند ہو جائیں گے بلکہ نئے بال آ جائیں گے اور محفوظ رہیں گے۔

## شیطان کی باتیں

سوال: جناب میری عمر 15 سال ہے اور میں عرصہ ایک سال سے ایک غلیظ قسم کی بیماری کا شکار ہوں۔ میں نے پوری کوشش کی کہ اس بیماری سے نجات حاصل کر لوں لیکن پھر شیطان کی باتوں میں آ کر غلطی کر بیٹھتا ہوں۔ میں اللہ کے فضل و کرم سے پانچ وقت کا نمازی ہوں۔ میں نے کئی دفعہ پوری کی پوری راتیں اللہ کی عبادت میں گزار دیں لیکن پھر بھی اس عادت سے نجات نہیں حاصل کر سکتا۔ میرا شمار کلاس کے اچھے ذہین لڑکوں میں ہوتا ہے۔پہلے میں اسکول کی ہر چیز میں حصہ لیتا تھا لیکن اب میں اس بیماری کی وجہ سے احساس کمتری میں مبتلا ہو گیا ہوں۔ مجھے کوئی ایسا وظیفہ یا طریقہ بتائیں کہ میں اس خراب بیماری سے نجات حاصل کر لوں۔ مجھے اس بیماری سے شدید نفرت ہو گئی ہے۔ یہ بیماری مجھے اندر ہی اندر کھوکھلا کر رہی ہے اور ذہنی جسمانی طور پر ناکارہ کر رہی ہے۔

جواب: چالیس روز تک چلتے پھرتے اٹھتے بیٹھتے وضو بے وضو یا حی یا قیوم کا ورد کریں اور رات کو سونے سے پہلے بستر پر چت لیٹ کر انگشت شہادت سے سینہ کے اوپر کلمہ شہادت لکھیں اور یہ تصور کرتے کرتے سو جائیں کہ مجھے اللہ دیکھ رہا ہے اور اس کی رحمت کی بارش ہو رہی ہے۔

## شعور اور مٹھاس

سوال: میں اگر موت کی خبر یا کوئی اور بری خبر سن لوں تو ہاتھ پیر بے جان ہو جاتے ہیں۔ ایسا محسوس ہوتا ہے کہ اب میں بھی ختم ہونے والا ہوں۔ انہی خیالات میں سانس پھولنے لگتا ہے اور دل کی دھڑکن تیز ہو جاتی ہے۔ یہ کیفیات بعض اوقات اتنی شدید ہوتی ہیں کہ میں چپکے چپکے رونا شروع کر دیتا ہوں تب کہیں طبیعت میں سکون محسوس ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ مجھے گیس یعنی تبخیر معدہ کی شکایت بھی ہے۔

جواب: اَللّٰہُ نُوْرُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ کے مصداق ہر چیز روشنیوں کے تانے بانے سے مرکب ہے اور روشنی مقدار ہے۔ جب ہم بات کرتے ہیں یا کچھ پڑھتے ہیں تو یہ بھی دراصل روشنی ہے پڑھنے یا بات کرنے سے روشنیوں کا ذخیرہ ہوتا ہے یا روشنی ENERGY خرچ ہوتی ہے زیادہ خرچ ہونا بھی بیماری ہے اور

روشنیوں کا اعتدال سے زیادہ ذخیرہ ہونا بھی شعور کے لئے بار بن جاتا ہے اور اس سے قسم قسم کے مسائل اور بیماریاں پیدا ہو سکتی ہیں۔ آپ کا حال بھی یہی ہے آپ نے بہت زیادہ وظائف پڑھے ہیں اور روشنیوں کا ذخیرہ زیادہ ہونے کی وجہ سے یہ شکایتیں وجود میں آئی ہیں۔ مسئلہ کا حل یہ ہے کہ سب کچھ پڑھنا چھوڑ دیں اور میٹھی چیزیں زیادہ کھایا کریں تاکہ شعور مٹھاس سے تقویت پاتا ہے۔ رات کو ایک چمچہ خالص شہد کا لے کر اس پر ایک بار اَلرَّضَاعَتُ عَمَانُوئِیل دم کر کے استعمال کریں۔

## شگفتہ چہرہ

سوال: میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں یتیم ہوں تقریباً 10 سال سے کوئی ٹھکانہ نصیب نہیں ہوتا کبھی کوئٹہ، کبھی حیدرآباد اور کبھی کراچی جس کام میں ہاتھ ڈالتا ہوں کوئی نہ کوئی ایسی بات ہو جاتی ہے کہ چھوڑنا پڑتا ہے اپنا کام کرتا ہوں تو نقصان ہو جاتا ہے۔ مسائل سے تنگ آ چکا ہوں، خود اعتمادی ختم ہو چکی ہے۔ اللہ تعالیٰ رزق دے اور پریشانیاں دور فرمادے۔ (آمین)

جواب: صبح سویرے بیدار ہو کر فجر کی نماز باجماعت ادا کریں اور شمال رخ کھڑے ہو کر دعا کی طرح ہاتھ باندھ لیں، ایک بار سورۃ اخلاص پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ میں تین بار چہرے پر پھیر لیں۔ پھر دعا کی طرح ہاتھ باندھ لیں اور ایک مرتبہ سورہ اخلاص پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ تین مرتبہ سورہ اخلاص پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے 9 مرتبہ چہرے پر پھیر لیں۔ عمل کی مدت چالیس روز ہے اگر کسی روز آنکھ نہ کھلے یا کوئی مجبوری ہو جائے اور سورج نکل آئے تو ناغہ کر دیں۔ یہ عمل صرف سورج طلوع ہونے سے پہلے کرنا ہے۔ چلتے وقت ہمیشہ سیدھے ہو کر چلیں ڈھیلے جسم سے نہ چلیں۔ چہرہ شگفتہ رکھیں۔ بے رونق چہرہ دوسرے لوگوں کو متاثر نہیں کرتا۔ کاروباری زندگی بہت زیادہ ضروری ہے۔

## ضمیر کی ملامت

سوال: عظیمی صاحب! ہماری پریشانی یہ ہے کہ والد صاحب کچھ عرصے سے رات کو سوتے ہوئے ڈر جاتے ہیں۔ ڈرتے ہوئے ان کے منہ سے بے ربط الفاظ ادا ہوتے ہیں اور جب تک انہیں بیدار نہ کیا جائے، مسلسل ڈرتے ہیں ہمارا اندیشہ یہ ہے کہ ہمارے والد صاحب کے اوپر کسی نے جادو کر دیا ہے۔ ایک بات اور عرض کر دوں کہ والد صاحب جب ڈرتے ہیں تو کچھ ایسی سہمی سہمی آوازیں منہ سے نکالتے ہیں کہ گھر والے بھی خوف زدہ ہو جاتے ہیں۔ عامل حضرات کا یہ کہنا ہے کہ جادو کسی نے نہیں کیا ہے۔ ان کے اوپر اثر ہے اور آسیب زیادہ تر سوتے وقت پریشان کرتا ہے۔

جواب: آپ کے والد صاحب سے کچھ ایسی حرکات سرزد ہو گئی ہیں۔ جن سے ان کا ضمیر ملامت کرتا رہتا ہے اس کے ساتھ ساتھ ان کے دماغ پر گھر کے معاملات کا بھی بہت دباؤ ہے اور اس دباؤ کی وجہ سے ان کے اوپر خوف مسلط رہتا ہے۔ دن میں مصروفیت کی وجہ سے یہ خوف دبا رہتا ہے اور گہری نیند میں خوف اور ضمیر کی ملامت، تصویروں کا روپ اختیار کر کے ڈراؤنے خواب بن کر نظر آتی ہے۔ آپ کے والد صاحب اور آپ سب گھر والے اپنا محاسبہ کریں اور قدروں کو جن سے لوگوں کی دل آزاری ہوتی ہے چھوڑ دیجئے۔ حالات اچھے نہیں ہیں۔ آپ کے والد صاحب کا شعور ہر وقت لرزتا رہتا ہے۔ تدارک نہیں کیا گیا تو کسی بھی وقت شعور میں تعطل واقع ہونے کا اندیشہ ہے۔

# طوطا پیر

سوال: میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں عرصہ 9 سال سے یہاں متحدہ عرب امارات میں مقیم ہوں۔ دو تین یا چار سال کے وقفوں میں اپنے ملک جاتا رہتا ہوں۔ لوگ پردیس میں اتنا عرصہ گزارنے کے بعد اپنے گھر جا کر خوشی و مسرت محسوس کرتے ہیں لیکن بھائیوں کے ذہن پر برا اثر پڑ رہا ہے۔ ان کی تعلیم متاثر ہو رہی ہے۔ والدہ صاحبہ نماز روزے کی پابند ہیں۔ میں خود اس گھر میں جانے سے اس لئے ڈرتا ہوں کہ اب مجھ میں یہ سب تماشا دیکھنے کی ہمت نہیں ہے اور دوسری صورت گھر میں والد صاحب سے ٹکراؤ کی ہے۔ جس کا شکار میرا بڑا بھائی ہو چکا ہے۔ مجھے اس ٹکراؤ سے اپنا گھر جہنم سے بھی بدتر معلوم ہوتا ہے۔ گھر میں ایک دو منٹ رہنے کو جی نہیں چاہتا۔ سارا دن بھٹکتا رہتا ہوں اس کی واحد وجہ میرے والد صاحب اور ان کے پیر و مرشد ہیں۔ سارا زمانہ اگر کہے کہ دن ہے اور پیر صاحب کہیں کہ رات تو وہ رات کہیں گے۔ پیر صاحب ان کو دونوں ہاتھوں سے لوٹ رہے ہیں۔ والد صاحب کو اس قدر بے وقوف بنایا ہوا ہے کہ ان کو پورے خاندان اور سوسائٹی میں ایک آدمی بھی اچھا نہیں کہتا۔ ہم یہاں دن رات محنت کر کے پیسے بھیجتے ہیں۔ پیر صاحب خود اپنی زبان سے کہتے ہیں کہ تمہارا اوالد اتنا مخلص مرید ہے کہ تم جتنا پیسہ روانہ کرتے ہو وہ سب کا سب لا کر مجھے دے دیتا ہے۔ پیر صاحب کی داڑھی ہے نہ مونچھ۔ پانچ وقت میں سے ایک نماز بھی نہیں پڑھتے۔ اپنے مریدوں سے کہتے ہیں کہ دل صاف رکھو بس کافی ہے۔ لوگوں کے سامنے اپنی کرامات بیان کرتے رہتے ہیں۔ یہ بھی کہتے ہیں کہ میری نافرمانی سے خدا ناراض ہو جاتا ہے اور پھر اس کے اوپر ادبار برستا ہے۔ اس آدمی نے ہماری گھریلو زندگی تباہ کی ہوئی ہے۔ والدہ صاحبہ اور گھر کے دوسرے افراد پیر صاحب کو بالکل پسند نہیں کرتے۔ جس کی وجہ سے والدہ اور والد صاحب گھر میں لڑائی جھگڑا اور گالی گلوچ کرتے ہیں۔

اگر والد کو میری ضرورت نہیں ہے تو کیا ہوا میرے بہن بھائیوں اور ماں کو میری اشد ضرورت ہے۔ میں برسر روزگار ہوں۔ تھوڑا پیسہ بھی ہے۔ یہ میری مختصر یا لمبی داستان ہے خدارا میری کسی بھی صورت میں مدد کیجئے میں شدید انتشار اور پریشانی میں مبتلا ہوں۔ آپ کا زندگی بھر احسان مند رہوں گا۔

جواب: ڈرافٹ والد صاحب کے نام نہ بھیجیں۔ انہیں اتنا پیسہ دیں کہ جس میں ان کے ضروری اخراجات پورے ہوتے رہیں۔ پیر صاحب کو جب پیسے نہیں ملیں گے وہ خود ہی اپنے مخلص مرید سے بے نیاز ہو جائیں گے۔ والد صاحب چونکہ شعوری طور پر پیر صاحب کے معمول بن چکے ہیں۔ اس لئے ان سے اس سلسلہ میں کچھ کہنا مناسب نہیں ہے۔ کچھ وقت گزرنے پر انشاء اللہ وہ خود صراط مستقیم پر گامزن ہو جائیں گے۔

# طالبات اور طلباء

سوال: خواجہ صاحب! ہم نے ایف اے کا امتحان دینا ہے جو بھی سبق یاد کرتے ہیں وہ بھول جاتا ہے۔ مہربانی فرما کر کوئی وظیفہ بتائیں جس کی وجہ سے اللہ تعالیٰ امتحان میں کامیابی عطا فرمائیں۔

جواب: رات کو سوتے وقت وضو کر کے 300 بار یا علیم پڑھ کر دس منٹ تک آنکھیں بند کر کے یہ تصور کریں کہ مجھے اللہ دیکھ رہا ہے۔ اس کے بعد یہ دعا کریں۔ یہ عمل امتحان کا نتیجہ آنے تک جاری رکھیں۔ ہر انگریزی مہینے کی ستائیسویں تاریخ کو حسب استطاعت کچھ خرچ کر کے حضور قلندر بابا اولیاءؒ کی روح کو ایصال ثواب کر دیں۔ جن خواتین و حضرات نے قلندر باباؒ کی ستائیسویں کو اپنا معمول بنا لیا ہے اللہ نے انہیں بہت برکت دی۔ ان کے گھروں میں ہر طرح کی خوشحالی آ گئی ہے۔

# عرش کے نیچے

سوال: عظیمی صاحب! ہم اپنے گھر میں 3 بھائی اور ایک بہن کمانے والے ہیں۔ مگر گھر میں برکت نہیں ہے۔ گھر کا ہر فرد ایک دوسرے کو کاٹنے کو دوڑتا ہے۔ دو بھائیوں کا آپس میں بڑا اختلاف بھی رہتا ہے۔ ہر وقت پریشان رہتے ہیں۔ مہربانی فرما کر کوئی روحانی وظیفہ بتائیں۔

جواب: آپ سب حضرات وخواتین کے لئے میرا مشورہ ہے کہ آپ ہر وقت یاحی یاقیوم کا ورد کریں۔ ظہر کی نماز کے بعد ایک سو بار یااللہ یارحمان یارحیم پڑھ کر پانچ منٹ تک آنکھیں بند کر کے بیٹھ جائیں۔ بند آنکھوں سے یہ تصور کریں کہ ''میں عرش کے نیچے ہوں اور میرا سر اللہ کے حضور جھکا ہوا ہے۔''

اس مراقبے کو بلاناغہ تین ماہ جاری رکھیں۔ ساری پریشانیاں از خود دور ہو جائیں گی۔ خواتین ناغہ کے دنوں میں بھی یہ عمل کر سکتی ہیں۔ جو شخص بھی یہ عمل کرے اس کے اوپر لازم ہے کہ دوران عمل غصہ نہ کرے۔ ہر چھوٹے بڑے کے ساتھ نہایت نرمی اور شفقت کے ساتھ پیش آئے۔ کوشش کریں کہ حسب استطاعت کچھ نہ کچھ خیرات بھی ہوتی رہے۔ خیرات میں افضل عمل یہ ہے کہ بھوکے کو کھانا کھلائیں۔ پریشانیوں سے نجات، شادی میں رکاوٹ اور آپس میں اختلاف دور کرنے کے لئے جو صاحب بھی یہ عمل کرنا چاہتے ہیں۔ انہیں میری طرف سے اجازت ہے جو صاحبان دماغی عارضہ میں مبتلا ہوں یا دماغی عارضہ میں مبتلا رہ چکے ہوں وہ اس عمل کو نہ کریں۔

# عظیم طاقت

سوال: کمانے کے قابل نہیں ہوں لہٰذا مجھ پر ہر وہ ظلم ہو رہا ہے جو ایک عورت کر سکتی ہے۔ بچے خاموش تماشائی بنے رہتے ہیں۔ میری رگوں میں چونکہ شریف ماں باپ کا خون گردش کر رہا ہے لہٰذا صبر اور خاموشی پر اکتفا کر رہا ہوں۔ کسی کے آگے ہاتھ پھیلانا اپنا شیوہ نہیں لہٰذا علاج سے قاصر ہوں اور اس دن کا انتظار کر رہا ہوں جب اس دار فانی سے میرا آب و دانہ ختم ہو گا۔ جب سے ہوش سنبھالا ہے جستجو میرا مشغلہ ہے۔ پیسہ کی کوئی کمی نہ تھی لہٰذا ہندوستان کے ہر گوشہ سے مذہبی کتابیں منگواتا، پڑھتا اور ایک دن منزل پر پہنچنے کی کوشش کرتا ہوں۔ ہر دین کی کتابیں اور ان کی تفاسیر پڑھیں۔ پاکستان آنے کے بعد صرف مذہب اسلام کو ہی پڑھنے کا موقع ملا۔ دوسرے مذاہب مثلاً ہندو، جین، بدھ، یہودیت، عیسائیت کی بنیادیں ایک ہی ہیں مگر ان پر تعمیر مختلف طریقوں سے کی گئی ہے تاکہ ان مذاہب کی انفرادیت قائم رہے۔ ہر مذہب کے پیشواؤں نے اپنے مذہب کا بیڑہ غرق کیا۔ صرف اپنے مطلب کی برآوری کی خاطر۔

آپ کا فرمانا ہے کہ آیات قرآنی کا ورد درد کی دوا ہے۔ گو کہ میرا اس پر ایمان نہیں ہے کیونکہ میں بغیر ثبوت کے اندھی تقلید کا قائل نہیں۔ میں اللہ پر بھی ایمان اسی وقت لایا جب عقل اور حالات کی کسوٹی پر اس کو پرکھ لیا۔ اور عقل نے اس بات کی تصدیق کر دی کہ وہ تنہا ہے۔ بڑی حکمت اور قوت والا ہے۔ کائنات کے ذرہ ذرہ کو اسی نے پیدا کیا اور جب چاہتا ہے جس کو چاہتا ہے فنا کر دیتا ہے کسی کو جوابدہ نہیں۔ اس کی خوشی اور قہر کسی کے اعمال کا پابند نہیں۔ لیکن یہ ضروری نہیں کہ وہ ہماری نیکیوں کو نیکی اور بدیوں کو بدی شمار ہی کرے۔ وہ اپنی مرضی کا مالک ہے شاید لوگوں نے بادشاہوں کے طریقے دیکھ کر ہی کہا ہے کہ اللہ بڑا بادشاہ ہے۔ یعنی بادشاہوں کے طریقے سے بھی بڑا بادشاہ۔ کیونکہ بادشاہ اپنے ہی بنائے ہوئے قوانین پر عمل کرنے کا پابند یا مجبور نہیں ہوتا۔ بہر حال آپ اپنے یقین کی بنیاد پر اگر مجھے کوئی مشورہ دیں تو انتہائی مشکور ہوں گا۔ میں نے مختصراً یہ کوشش کی ہے کہ میں اپنے حالات، صحت، خیالات اور ایمان بیان کر کے آپ کی سوچ کی کچھ رہنمائی کر سکوں۔ اگر مشورہ کے لئے مزید کچھ معلوم کرنا چاہتے ہیں تو مطلع فرمائیں۔ شکریہ۔

جواب: جس اللہ کو آپ نے (بقول خود) عقل کی کسوٹی پر پرکھ کر اللہ کو خالق مانا ہے۔ تو وہی اللہ قرآن کی سورہ حشر کی آیتوں میں فرماتا ہے: اور اگر ہم قرآن کو پہاڑوں پر نازل کر دیتے تو پہاڑ ڈوب جاتا۔ پھٹ جاتا اللہ کے خوف سے۔''

دوسری جگہ ارشاد ہے۔ ''ہم نے اپنی امانت سماوات اور ارض اور جبال پر پیش کی۔ مگر سب نے یہ کہہ کر انکار کر دیا کہ ہماری اتنی سکت نہیں ہے کہ ہم اس عظیم امانت کو اپنے کاندھوں پر اٹھا سکیں۔ اور اگر ہم نے آپ کی سونپی ہوئی یہ امانت اپنے کاندھوں پر اٹھائی تو ہم ریزہ ریزہ ہو جائیں گے۔''

ان دونوں آیتوں سے یہ بات ثابت ہوگئی ہے کہ قرآن کے الفاظ میں ایک عظیم طاقت مخفی ہے۔ یہ مخفی طاقت ہی یقین کی بنیاد پر اللہ کی مخلوق کو فائدہ پہنچاتی ہے۔البتہ قرآن پاک سے فائدہ اٹھانے کے لئے یقین کا ہونا ضروری ہے۔ جب آپ کا یقین بحال ہو جائے لکھ دیجئے۔ آپ کے مسئلہ کا حل پیش کر دیا جائے گا۔

## غصہ

سوال: والد صاحب کا برتاؤ کبھی بھی میرے ساتھ ہمدردانہ نہیں رہا۔ کیونکہ وہ بہت غصہ ور شخص ہیں۔ میرا خیال ہے کہ شاید والدہ صاحبہ بھی ان کے غصہ کی وجہ سے طلاق لینے پر مجبور ہوئی تھی۔ ویسے اللہ بہتر جانتا ہے۔

تقریباً سولہ برس ہوئے والد صاحب نے دوسری شادی ہندوستان جا کر کی۔ سوتیلی والدہ نے بچپن میں مجھ پر بہت سختیاں کیں اور خواجہ صاحب! اس وقت بھی میں آپ کو یہ بتاتے ہوئے آبدیدہ ہو رہا ہوں کہ میری سوتیلی ماں مجھے عجیب و غریب الزامات پر مارتی تھی۔ مثلاً یہ کہتی تھی کہ جھاڑو کو سلام کرو۔ میں جھاڑو کو سلام نہیں کرتا تھا تو اور بھی مارتی تھی اور ساتھ میں والد صاحب بھی شامل ہو جاتے تھے لیکن میں نے جھاڑو کو سلام نہیں کیا۔

میٹرک کے بعد میں نے نوکری شروع کر دی اور گھر میں پیسے دینے لگا۔ میری شادی میری اپنی کوشش سے ہی ہوئی کیونکہ والدین کا کوئی ارادہ نہیں تھا۔ شادی کے کچھ ہی عرصہ بعد گھر میں کشیدگی شروع ہوگئی۔ میری سگی والدہ، والد، بھائی سب ہی مجھ سے نفرت کرتے ہیں۔

آپ کو اندھیرے میں امید کی کرن جان کر خط لکھ رہا ہوں۔ امید ہے کہ آپ جواب ضرور دیں گے۔ کیا ہمارے موجودہ مکان میں کوئی خاص بات ہے کہ جس کی وجہ سے یہاں پر ہر وقت کشیدگی رہتی ہے۔ اور تو تو میں میں ہوتی رہتی ہے؟

جواب: گھر کے افراد کے درمیان حسن سلوک پیدا ہونے کے لئے انهم یکیدون کیداoواکید کیداًoسو مرتبہ پڑھ کر تکیوں پر دم کریں لیکن یہ احتیاط لازمی ہے کہ ایک کا تکیہ دوسرا استعمال نہ کرے۔ یہ عمل چالیس روز کریں۔

## فہم و فراست کا چشمہ

سوال: مجھے ہر وقت ورد کرنے کے لئے کوئی ایسا وظیفہ بتا دیں جس سے میں بے حد عقل مند اور ذہین ہو جاؤں گو کہ یہ خواہش سب کی ہوتی ہے مگر میری یہ خواہش شدت اختیار کرتی جا رہی ہے۔ خدا کے لئے جواب ضرور دیں۔ میرا خیال ہے کہ خدا کے واسطے سے بڑا کوئی واسطہ نہیں ہوتا۔

جواب: رات کو سونے سے پہلے سیدھے لیٹ جائیں۔ آنکھیں بند کر کے یہ تصور کریں کہ آپ کے اوپر نور کی بارش ہو رہی ہے اور اس ہی تصور میں سو جائیں۔ اس عمل سے فہم و فراست کے چشمے ابل پڑیں گے۔ انشاءاللہ

## فالج نہیں ہوتا

سوال: میرے بھائی سخت علیل ہیں اس وقت ان کی حالت یہ ہے کہ وہ نہ بول سکتے ہیں، نہ چل سکتے ہیں اور جسم کا کنٹرول مکمل طور پر ختم ہو گیا ہے حتیٰ کہ وہ خود کروٹ بھی نہیں بدل سکتے۔ ڈاکٹر بتاتے ہیں کہ انہیں (PARKINSINISIM) پارکنسن ہے۔ یہ بیماری اس طرح شروع ہوئی کہ سب سے پہلے ان کے سیدھے ہاتھ میں درد ہوا۔ اس کے بعد ان کی چال خراب ہو گئی یعنی وہ اس طرح چلنے لگے کہ وہ پاؤں رکھنا کہیں چاہتے تھے لیکن پڑتا کہیں اور تھا یعنی

ایک سیدھی لائن بنائی جائے تو اس میں نہیں چل سکتے تھے۔اس دوران ان کا مختلف معالجین سے علاج ہوتا رہا۔سب نے شبہ ظاہر کیا کہ انہیں فالج ہے اور فالج کی دوا چلتی رہی لیکن چونکہ فالج نہیں تھا اس لئے کوئی فائدہ نہیں ہوا بلکہ چال مزید خراب ہوتی رہی اور اس دوران وہ بتاتے تھے کہ میرا سر بھی بھاری بھاری رہتا ہے۔اسی دوران کسی غلط دوا کی وجہ سے ان کی حالت خراب ہو گئی پھر انہیں لیاقت ہسپتال میں داخل کرادیا لیکن وہاں بھی مرض تشخیص نہ ہو سکا۔ان کی طبیعت اور زیادہ خراب ہو گئی اور یہ لاٹھی پکڑ کر چلنے لگے اور ایک خاص بات کہ ان سب حالات کے دوران نہیں قبض کی شکایت رہی اور جواب تک ہے۔ خیر اب تو وہ غذا ہی تقریباً نہیں کھاتے۔ صرف پانی دودھ جوس وغیرہ ہی پیتے ہیں۔ جناح ہسپتال میں داخل کر دیا جہاں ان کا مرض تشخیص کر لیا گیا اور انہیں (PARKINSINSM) کی بیماری بتائی گئی اور پھر چھٹی کر کے دوا تجویز کر دی گئی لیکن ان کی حالت نہ سنبھلی اور یہ مزید اپنا کنٹرول کھوتے رہے اور پھر یہ حالت ہوتی گئی کہ یہ ایک آدمی کے سہارا لئے بغیر نہیں چل سکتے تھے۔اس کے بعد اب سے تقریباً ڈھائی تین مہینے پہلے دست آتے رہے اس کے بعد یہ بستر کے ہو کر رہ گئے۔جناح ہسپتال میں دماغ کا ٹیسٹ ہوا جو کہ C.T.SCAN کہلاتا ہے۔اب ان کی حالت یہ ہے کہ وہ نہ تو بول سکتے ہیں اور نہ ہی خود سے کروٹ بدل سکتے ہیں یہ ایک دکھی بہن کی فریاد ہے۔ ظاہراً علاج سے تو مایوسی ہو چکی ہے۔روحانی علاج کا سہارا لینا چاہتی ہوں۔

جواب: رنگ اور روشنی سے علاج کے طریقہ پر صبح شام زرد شعاعوں کا پانی، کھانے سے پہلے نیلی شعاعوں کا پانی اور کھانے کے بعد سرخ رنگ کی شعاعوں کا پانی دو دو اونس پلائیں۔آٹھ روز کے بعد ٹیلیفون کر کے حالات بتائیں۔رنگین پانی تیار کرنے کا طریقہ رنگ و روشنی سے علاج میں تفصیل سے بیان کیا گیا ہے۔

## قوت ارادی مسائل کا حل

سوال: میں ایک ٹیچر ہوں عمر 32 سال ہے اور غیر شادی شدہ ہوں۔پریشانی یہ ہے کہ مجھ میں خود اعتمادی بالکل نہیں ہے۔میں مردوں سے بات نہیں کر سکتی اور بعض اوقات تو عورتوں سے بھی بات کرنے میں جھجک محسوس ہوتی ہے چہرہ سرخ ہو جاتا ہے، آواز بدل جاتی ہے چونکہ میں ٹیچر ہوں اس لئے میرا واسطہ مردوں سے بھی پڑتا ہے۔انسپکٹریس وغیرہ جو کہ عورتیں ہوتی ہیں ان کو دیکھ کر میری حالت ابتر ہو جاتی ہے۔ مردوں سے نظریں جھکا کر بات کرتی ہوں۔میں اپنے سگے بھائیوں سے بھی نظریں ملا کر بات نہیں کر سکتی۔ نماز پانچوں وقت کی پڑھتی ہوں۔دین کی طرف بھی رجحان ہے۔میری دوسری بہنیں نہایت اعتماد سے ہر ایک سے بات کر لیتی ہیں۔اپنی اس عادت کی وجہ سے میں اپنی صلاحیتوں کو بروئے کار نہیں لا سکتی۔خدا کے لئے کسی اور طرح کا علاج نہ بتایئے گا۔صرف قرآنی آیت پڑھنے کو بتا دیجئے تاکہ میں مردوں اور عورتوں کے ساتھ اطمینان سے بات کر سکوں۔

جواب: الاان اولیاءاللہ لاخوف علیھم ولا ھم یحزنون پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیا کریں۔

## کوئی گلا دباتا ہے

سوال: آج سے دو مہینے پہلے ایک بجے شب میں فلم دیکھ کر گھر آرہا تھا کہ راستے میں پانی کی ٹینکی کے پاس سفید برقعے میں لپٹی ہوئی ایک عورت نظر آئی۔ میں سائیکل پر سوار تھا۔اس عورت نے مجھے آواز دی۔اے بھائی! ادھر آ۔میں اس کے نزدیک جانے کی بجائے رفتار تیز کر کے سیدھا گھر پہنچ گیا۔میں نے اس بات کا ذکر کسی سے نہیں کیا۔اس واقعہ کے بعد سے میری راتوں کی نیند اڑ گئی ہے۔رات کے وقت کوئی میرا گلا دبانے لگتا ہے۔اس وقت میں نیم بے ہوشی کی حالت میں ہوتا ہوں۔اس کے علاوہ کبھی کبھی میں پاگلوں جیسے حرکت کرنے لگتا ہوں۔دل پر ہر وقت وزن سا رہتا ہے۔ایک دن رات کو مجھے ایک بوڑھا نظر آیا۔اس نے غصہ سے کچھ کہا۔جو میں سمجھ نہ سکا۔میں نے بولنے کی کوشش کی لیکن زبان بند ہو گئی۔مہربانی فرما کر مجھے اس پریشانی سے نجات دلائیں۔

جواب: رات کو سونے سے پہلے اور صبح نہار منہ ایک چمچہ خالص شہد کھا لیا کریں۔یہ عمل پانچ ہفتہ تک جاری رکھیں۔

## کرایہ دار

سوال: میں ایک ضعیف انسان ہوں اور میری آمدنی کا ذریعہ ایک مکان کا کرایہ ہے۔ جس میں، میں خود بھی رہتا ہوں۔ میں چاہتا ہوں کہ کرایہ دار میرا مکان خالی کردے لیکن اس کے ساتھ ایک گروہ ہے جو ہمیشہ فساد پر آمادہ رہتا ہے۔ درخواست ہے کہ اپنی روحانی اور باطنی قوتوں سے میری مدد فرمائیں۔

جواب: آدھی رات گزرنے کے بعد وضو کرکے مصلے پر بیٹھ کر 19 مرتبہ سورہ تبت یدا پوری سورۃ پڑھ کر آنکھیں بند کرکے کرایہ دار کا تصور کرکے پھونک ماردیں اور اللہ تعالیٰ کے حضور مکان خالی ہونے کی دعا کریں۔ عمل کی مدت چالیس روز ہے۔

## کاروبار میں برکت

سوال: ملازمت کے سلسلہ میں ایک اسفنج فیکٹری میں سیلز مین ہوں تنخواہ 1250 درہم ہے۔ 1% کمیشن بھی ہے مگر ابھی ادا نہیں ہوئی۔ سر پر قرضہ ہے۔ بیوی بچوں کے علاوہ بہن بھائیوں کا بوجھ بھی ہے۔ پیسہ جمع نہیں ہورہا کوئی ایسا عمل بتایئے کہ مالکان کا کام خوب چلے مجھے زیادہ سے زیادہ آرڈر ملیں تاکہ کمیشن زیادہ بنے اور مالکان خوش ہوکر تنخواہ بھی بڑھادیں۔

جواب: فجر کی نماز کے بعد سورج نکلنے سے پہلے ایک بار سورہ اخلاص پڑھ کر ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ 3 بار چہرہ پر پھیر لیا کریں۔ کاروبار میں برکت ہوگی۔ آپ کے دل کی رگیں کمزور ہوگئی ہیں۔ اس کے لئے روزانہ شہد اور خمیرہ مروارید صحیح اجزاء سے تیار کردہ استعمال کیجئے۔ اگر آپ تیار نہ کرسکیں تو مجھے لکھ دیجئے میں اپنی نگرانی میں تیار
کراکے بھیج دوں گا۔

## کاروبار میں بندش

جواب: کاروبار میں بندش، ملازمت کے حصول میں پریشانی، وسائل کی کمی دور کرنے اور رزق میں برکت کرنے کے لئے ایک نیند لینے کے بعد رات کے وقت تین سو مرتبہ اللھم لک الحمد ولک الشکر بغیر حساب پڑھ کر اللہ تعالیٰ کے حضور دست دعا دراز کریں۔ اللہ تعالیٰ کامیابی عطا فرمائیں گے۔

## کمر میں درد

سوال: ایک دفعہ اٹھتے ہوئے کمر میں جھٹکا سا محسوس ہوا اور خلاف معمول اس معمولی جھٹکے کا زیادہ اثر ہوا۔ اس کے بعد اس جگہ ہلکا ہلکا درد محسوس ہونے لگا۔ چند دنوں بعد یہ درد پھیل کر نصف کمر اور ٹانگوں میں پھیل گیا۔ درد نے اتنی شدت اختیار کرلی کہ اٹھنا بیٹھنا اور حرکت کرنا سخت اذیت ناک ہوگیا۔ پھر بغیر حرکت کئے درد کی لہریں اٹھنے لگیں۔ علاج کرایا اور ہر ممکن حد تک کرایا لیکن قابل ذکر فائدہ محسوس نہ ہوا کبھی درد کم ہوجاتا کبھی بڑھ جاتا۔ مکمل گلوخلاصی حاصل نہیں ہوتی۔

جواب: کسی مومی کاغذ کے ایک ٹکڑے پر زعفران اور عرق گلاب سے
بسم اللہ الرحمن الرحیم

# الرَّضَاعَتْ عَمَانُوِیْلُ

۰۸۰

لکھ کر ایک پونڈ خالص شہد میں ڈال دیں اور یہ شہد روزانہ ایک چمچ صبح شام اور رات کو کھائیں۔ اس کے ساتھ کھانوں میں نمک کی مقدار کم کر کے چوتھائی کر دیں۔ یہ مرض دماغ سے تعلق رکھتا ہے اور اعصاب میں دوڑنے والی برقی رو کے عدم توازن سے پیدا ہوتا ہے۔

## گردے متاثر ہیں

سوال: میرا بچہ نعیم اختر جس کی عمر تقریباً 12 سال ہے۔ اپنے گاؤں یعنی مری میں ساتویں کلاس میں پڑھتا ہے۔ بچہ ذہین بھی ہے اور مذہب سے اس کو کافی لگاؤ بھی ہے۔ لیکن جسمانی طور سے وہ بہت کمزور ہے۔ جو بھی اسے دیکھتا ہے کہتا ہے کہ کیا گھر والے روٹی نہیں دیتے۔ میں جب پاکستان گیا تو اسے راولپنڈی ایک ڈاکٹر کے ہاں لے گیا۔ ڈاکٹر نے بھی دیکھتے ہی کہا کہ بچہ بہت کمزور ہے۔ لیکن وہاں خون، پیشاب اور ایکسرے چیک کرنے کے بعد کوئی بیماری نظر نہیں آئی۔ ڈاکٹر کو شک گزرا کہ شاید اس کے پیٹ میں کیڑے ہوں لیکن وہ بات بھی غلط ثابت ہوئی۔ لہٰذا ڈاکٹر نے ایک شربت دے کر فارغ کر دیا۔ مہربانی فرما کر آپ اس کا کوئی روحانی علاج تحریر فرما دیں۔

جواب: میری تشخیص یہ ہے کہ مریض کے گردے متاثر ہیں۔ دل جمعی کے ساتھ علاج کیجئے۔ کمزوری دور ہو جائے گی۔

جب رات کو بچہ گہری نیند سو جائے گھر کے کوئی صاحب اس کے سرہانے کھڑے ہو کر ایک مرتبہ سورۃ بقرہ کی آیت الم سے یومنون بالغیب تک پڑھ دیا کریں۔ علاج کی مدت چالیس روز ہے۔

## گھر میں دل نہیں لگتا

سوال: مسئلہ یہ ہے کہ میرے بھائی جان تقریباً چھ سال سے اپنے ایک دوست کے یہاں رہ رہے ہیں۔ پہلے جس گھر میں رہتے تھے وہ چھوٹا تھا اس لئے بھائی اپنے بی۔اے کے امتحان کی تیاری کے لئے وہاں گئے تھے اور وہیں کے ہو کر رہ گئے۔ دوست کا گھر ہمارے گھر کے قریب تھا۔ اس لئے بھائی دن میں تو اپنے گھر کا چکر لگا لیتے تھے لیکن رات میں وہیں سوتے تھے۔ شروع شروع میں ابا بہت سختی کرتے تھے تو ایک یا دو رات یا دن یہاں گزارنے پر چلے جاتے۔ پھر جب اپنا مکان خرید لیا تو ابا نے بھائی جان کو نئے مکان میں بھیج دیا کہ وہ نئے گھر سے مانوس ہو جائیں گے۔ جب سب لوگ شفٹ ہو کر آئے تو پھر بھاگ گئے۔ ابا جی نے ہر حربہ استعمال کر لیا ہے مگر بھائی جان کا اپنے گھر میں دل نہیں لگتا۔ انہیں تقریباً چھ مہینے پہلے نوکری ملی تھی۔ ہم لوگ سمجھے کہ شاید اپنے گھر چلے آئیں لیکن وہ نہ آئے صرف پہلی تنخواہ امی کو دی۔ اس کے بعد ایک پائی نہیں دی۔ گھر میں اللہ کا دیا سب کچھ ہے۔ ہمیں کسی بات کی کمی نہیں ہے۔ سب سے بڑی خواہش یہ ہے کہ بھائی ہمارے پاس آ جائیں اور ان کی شادی ہو جائے اور گھر کی رونق دوبالا ہو جائے۔

اب امی کی طبیعت بہت خراب رہتی ہے اور اکثر یاد کرتی ہیں۔ بھائی جان مہمانوں کی طرح سے آتے ہیں اور چلے جاتے ہیں۔

جواب: مشکل یہ ہے کہ ہم آپ کو یہ نہیں بتا سکتے کہ آپ کے بھائی اپنے گھر میں کیوں نہیں رہتے۔ یہ ایسی بات ہے جس کا اظہار ایک دھاکہ ثابت ہو سکتا ہے۔ بہر حال آپ اللہ کے بھروسہ پر عشاء کی نماز کے بعد 41 بار آیۃ الکرسی عظیم تک پڑھ کر دعا کریں۔ اللہ تعالیٰ انہیں صراط مستقیم عطا فرمائیں۔

## گردن ہلتی ہے

سوال: عرصہ سات سال سے شدید ذہنی اذیت اور خوف کا شکار ہوں۔ ہر تین چار مہینہ کے بعد اس احساس میں شدت پیدا ہو جاتی ہے۔ پاؤں پر کپکپی طاری ہو جاتی ہے جو بیس پچیس دن کے بعد ختم ہو جاتی ہے۔ پورے سات سال سے یہی حال ہے۔ اب قریباً چھ ماہ سے گردن میں کپکپاہٹ آگئی ہے۔ گردن جھٹکوں کے ساتھ حرکت کرتی ہے اور سر متواتر ہلتا رہا ہے۔ ہاتھ پاؤں بھی متاثر ہیں چھ ماہ کے دوران دو دفعہ گردن میں کپکپاہٹ ختم ہو گئی۔ پاؤں کانپنے لگے۔ دو دن کے بعد یہ کپکپاہٹ واپس گردن کو منتقل ہو گئی کبھی کبھی سینہ، پیٹ ہاتھ پاؤں سب کچھ متاثر ہو جاتے ہیں۔ معدہ کھانا قبول نہیں کرتا۔ علاج معالجے سے آرام نہیں آیا ہے۔

جواب: الٓرٰ تِلْکَ اٰیَاتُ الْکِتَابِ الْمُبِیْن زردے کے رنگ سے پلیٹوں پر لکھ کر زرد شعاعوں کے پانی سے دھو کر دونوں وقت کھانے سے آدھ گھنٹہ قبل پئیں۔ پانی تیار کرنے کا طریقہ کئی بار شائع ہو چکا ہے۔

## گیس کا مرض

سوال: مجھے مذہب سے لگاؤ ہے۔ میرے پاس کئی دینی کتب ہیں۔ اس کے باوجود میرا عمل مختلف ہے۔ میرا ذہن قطعاً کند ہو گیا ہے۔ چند سال پہلے میں کافی ذہین تھا۔ مسئلہ تقریباً تین سال سے ہے۔ حافظہ خراب ہے بات بہت جلد بھول جاتا ہوں۔ ذہن ہر وقت پریشان رہتا ہے۔ حساس بہت ہوں تقریباً دس مہینے قبل لیٹتے بیٹھتے ہر وقت ناولیں پڑھتا تھا۔ اب وہ بھی چھوڑ دی ہیں۔ پڑھائی کا بالکل شوق نہیں رہا۔ چھ مہینے پہلے شادی بھی ہو گئی۔ غصہ بہت آتا ہے اس لئے اکثر لڑائی جھگڑا رہتا ہے۔ باہر بھیگی بلی رہتا ہوں عملی طور پر نل (NIL) میں کامرس کی تیرھویں جماعت میں ہوں۔ کوشش بہت کرتا ہوں مگر نتیجہ صفر رہتا ہے۔ پہلے کوئی نماز قضا نہیں ہونے دیتا تھا مگر اب نماز سے غفلت ہو گئی ہے۔ مجھے ہر روز یہی خوف کھائے جاتا ہے کہ خدا جانے میرا حشر کیا ہوگا۔ ہر وقت بے ڈھنگے اور شیطانی خیالات آتے رہتے ہیں۔ سوچتا بہت زیادہ ہوں، کم گو اور تنہائی پسند ہوں۔ استقلال اور ہمت کبھی کبھی عود کر آتی ہے ورنہ عموماً غیر مستقل مزاجی مسلط رہتی ہے۔ ایک بچہ بھی مجھے بیوقوف بنالیتا ہے چنانچہ سب لوگوں میں بیوقوف مشہور ہوں۔ سمجھ میں نہیں آتا کہ کیا کروں۔ کبھی کبھی خودکشی کے بارے میں بھی سوچتا ہوں۔ غیر نصابی مطالعہ کی زیادتی نے ذہن کو پریشان کر دیا ہے۔ کسی کام کو ہاتھ لگاتا ہوں تو اگر شروع میں نہیں تو تھوڑے دنوں کے بعد چھوڑ دیتا ہوں۔ اللہ تعالیٰ سے چپکے چپکے دعائیں مانگتا رہتا ہوں لیکن اس کی مرضی نجانے کیا ہے۔ صرف حضرت محمد رسول ﷺ خدا کا نام سن کر آنکھوں سے آنسو جاری ہو جاتے ہیں۔

جواب: بات اتنی سی ہے کہ آپ کو گیس کا مرض لاحق ہو گیا ہے۔ یہ مرض دماغی تھکان کی وجہ سے پیدا ہوا ہے۔ دماغی تھکان ناولیں اور غیر اخلاقی کتابیں پڑھنے سے پیدا ہوا اور پھر یہ بڑھتا رہا۔ مفروضہ کہانیاں پڑھ کر آپ مفروضہ خیالات کے تانے بانے میں الجھ گئے ہیں۔ زیادہ ناولیں پڑھنے سے ذہن مفروضہ اور غیر حقیقی خیالات اور تصورات میں مبتلا ہو کر زندگی کے حقائق سے دور ہو جاتا ہے اور جب زندگی کے حقائق سے کسی بھی حد میں دوری واقع ہو جاتی ہے تو انسان کے اوپر تساہل اور کاہلی مسلط ہو جاتی ہے۔ کاہلی اور سستی انسانی اعمال و وظائف کی بہت بڑی دشمن ہے۔ شکر ہے آپ نے خود ہی اس طرف سے توجہ ہٹالی ہے۔ آئندہ کے لئے یہ لائحہ عمل بنالیجئے کہ صبح فجر کی ادا نماز کے بعد قرآن پاک کی کوئی سورۃ یا کوئی آیت پڑھ کر اس کے معنی پر غور کیجئے۔ تفکر کیجئے کہ اللہ تعالیٰ نے تفکر کی دعوت دی ہے۔ صبح بہت سویرے اٹھ کر ستاروں کی روشنی میں کم سے کم دو میل ٹہلئے۔ آہستہ خرام نہیں تیز قدموں سے۔

## مسئلے دو حل ایک

سوال: 1۔ میرا گھر کئی سالوں سے ایک پریشانی میں گھرا ہوا ہے۔ میرے بڑے بھائی جن کی عمر 25 سال ہے، بالکل بیکار زندگی گزار رہے ہیں۔ ان کے جینے کا کوئی مقصد نہیں ہے۔ پڑھائی چھوڑ دی ہے کسی کام میں دل نہیں لگتا ہر وقت ٹہلتے رہتے ہیں یا پھر سوتے ہیں۔ کبھی چھوٹے بچوں کی طرح حرکتیں کرتے ہیں کبھی ایک دم غصے میں آجاتے ہیں اور کبھی تو غصے میں ماں باپ پر ہاتھ اٹھا دیتے ہیں۔ گالیاں دیتے ہیں کئی کئی دن تک نہیں نہاتے۔ اکثر ہنسی کا دورہ پڑتا ہے اور پھر بے مقصد ہنستے رہتے ہیں۔ بہت علاج کرایا لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ ابھی بھی علاج جاری ہے۔ لیکن حالت بدستور وہی ہے۔ میرے بھائی ذہین طالب علم تھے۔ میٹرک انہوں نے فرسٹ ڈویژن میں پاس کیا مگر انٹر میں سیکنڈ ڈویژن آئی اور اس طرح انہیں انجینئرنگ کالج میں داخلہ نہیں ملا۔ ان کو اس سب کا بہت صدمہ ہوا پھر بی ایس سی میں داخلہ لیا لیکن پہلا سال کر کے چھوڑ دیا۔ پھر بی کام میں داخلہ لیا اور وہ بھی ایک سال کر کے چھوڑ دیا۔ انٹر کے بعد کوئی ڈگری حاصل نہیں کی اور 6 سال کا عرصہ بے مقصد گزار دیا اب تو بالکل پڑھائی ترک کر دی ہے۔ ہم کو شک ہے کہ شاید ان پر کسی نے جادو کر دیا ہے۔ ہمارے مالی حالات بھی اچھے ہیں کسی چیز کی کمی نہیں ہے۔

2۔ ہمارے بہنوئی کا کسی کام میں دل نہیں لگتا۔ ان کی دکان تھی وہ بھی فروخت کر دی پھر دو مہینے بعد نوکری کرنے لگے۔ پندرہ دن بعد نوکری بھی چھوڑ دی اب کچھ نہیں کرتے کچھ کہو تو کہتے ہیں کہ میرا دماغ خراب مت کرو۔ وہم اتنا زیادہ ہے کہ پندرہ پندرہ منٹ تک ہاتھ دھوتے ہیں، نہاتے جاتے ہیں تو ایک ایک گھنٹہ لگا دیتے ہیں ہر چیز ان کو ناپاک نظر آتی ہے۔ کوئی وظیفہ یاد عا بتائیں جسے ہماری باجی آسانی سے پڑھ سکیں۔

جواب: ان دونوں مسائل کا ایک حل تجویز کیا جا رہا ہے۔ رات کو سونے سے پہلے آنکھیں بند کر کے تصور کریں کہ آپ کے سامنے ایک روشن اسکرین ہے جس پر بھائی بہنوئی کی تصویر ہے۔ یہ تصویر الٹی ہونی چاہئے یعنی تصور کی آنکھ سے اسکرین پر تصور کو سیدھے کی بجائے الٹا دیکھئے جیسے ہی یہ تصور قائم ہو ارادے کی قوت سے اس الٹی تصویر کو سیدھا کر دیں اور یہ عمل ختم کر دیں اور اس عمل کی مدت ایک ماہ ہے۔

## مزاج میں بچپنا

سوال: میری عمر اٹھارہ سال ہے اور اپنے والدین کا اکلوتا بیٹا ہوں۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں احساس کمتری کا شکار ہوں۔ مجھ میں خود اعتمادی اور مستقل مزاجی کا شدید فقدان ہے۔ میں اپنی عمر کے اعتبار سے بھی چھوٹا لگتا ہوں۔ چھوٹے مجھ سے بڑے معلوم ہوتے ہیں۔ جبکہ میرے مزاج اور شخصیت میں بچپنا ہے۔ چہرہ پر کوئی رعب داب نہیں۔ میرے دوست بلند خیالات کے مالک ہیں۔ مگر میں نہ جانے اپنے آپ کو کیوں کمتر سمجھتا ہوں۔ میں چاہتا ہوں کہ میرے دل سے اللہ کے سوا ہر ایک کا ڈر اور خوف نکل جائے اور میں بلند حوصلہ اور بہادر بن جاؤں۔ میرے اوپر بہت ذمہ داریاں ہیں کیونکہ میں بہت سی بہنوں کا ایک ہی بھائی ہوں۔

جواب: ہر نماز کے بعد اَلَآ اِنَّ اَوْلِيَآءَ اللّٰهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَ لَا هُمْ يَحْزَنُوْنَ پڑھ کر چند منٹ آنکھیں بند کر کے اپنے دل پر نظر جمائیں اس عمل کو جاری رکھیں، خوف اور احساس کمتری سے نجات مل جائے گی۔

## مقناطیسی لہریں

سوال: میری دور کی نظر کمزور ہے چشمہ کا نمبر نفی تین ہے۔ مجھے کوئی ایسا علاج بتا دیں جس سے میری نظر ٹھیک ہو جائے۔ سنا ہے کہ سورج کو دیکھنے سے نظر ٹھیک ہو جاتی ہے۔ یہ بتا دیں کہ سورج کو کس وقت تک دیکھنا ہے۔

جواب: صبح سویرے بیدار ہو جائیں اور کھلی جگہ جا کر ہلکی ورزش کریں اور مشرق کی جانب منہ کر کے کھڑے ہو جائیں۔ جہاں سے سورج نظر آئے۔ جب سورج نکلنا شروع ہو اپنی پوری توجہ تکنے پر مرکوز کر دیں۔ اور سورج بینی کے دوران دل ہی دل میں یہ دہرائیں کہ سورج کی مقناطیسی لہریں میرے اندر میں جذب ہو رہی ہیں۔ یہ عمل صرف ایک منٹ تک کیا جائے۔

میں آپ کو خدا کا واسطہ دے کر کہتی ہوں کہ میرا خط ضرور شائع کریں اور مجھے وظیفہ بتائیں جس کے کرنے سے میرا مسئلہ حل ہو جائے۔ میں نے اپنے بارے میں کسی سے پوچھا تھا۔ انہوں نے کہا کہ تمہاری شادی میں بہت رکاوٹ ہے۔ اگر اس دوران شادی ہو بھی گئی۔ تو وہ ناکام ہو گی اس بات سے میں اور ڈر گئی اور اب میں بہت زیادہ پریشان رہنے لگی ہوں۔ اپنی بیٹی سمجھ کر مجھے کچھ پڑھنے کے لئے دیں تاکہ میری پریشانی دور ہو۔

جواب: میرا مشاہدہ ہے کہ اکثر لوگوں کے عبادات وریاضات کا یہ عالم ہے کہ نماز باجماعت اس طرح پڑھتے ہیں کہ کبھی تکبیر اولی قضا نہیں کی۔ اشراق، چاشت، تہجد کی نفلوں میں کئی کئی پاروں کی تلاوت، اوابین کی نفل کی ادائیگی، ذکر واذکار اس کے علاوہ وظائف کی ایک لمبی فہرست، حسب توفیق حج وزیارت کی سعادت حاصل کرنا، اعمال حسنہ میں بڑھ چڑھ کر حصہ لینا۔ الغرض جو کچھ بھی ان سے ممکن ہوتا ہے وہ کر گزرنے سے نہیں چوکتے لیکن دل کی دنیا کا یہ حال ہے کہ شک اور بے یقینی کا ٹھاٹھیں مارتا ہوا سمندر موجزن ہے۔ ان کی گفتگو سوائے پریشانی اور مایوسی کے لاحاصل۔

یاد رکھئے.........زیادہ وظائف پڑھنے سے فائدہ کے بجائے الٹا نقصان ہوتا ہے مسائل حل ہونے کی بجائے اور پیدا ہونے لگتے ہیں۔ مشکلیں آسان ہونے کی بجائے اور پیدا ہونے لگتی ہیں۔ آسانیاں مشکلات کا روپ دھار لیتی ہیں۔ ذہنی پیچیدگیاں، انتشار، کشمکش اور خیالات کی یلغار سب مل کر بیک وقت انسان پر اس طرح حملہ آور ہوتی ہیں کہ وہ شک وشبہات میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ اللہ تعالیٰ سب کو اپنے حفظ وامان میں رکھے۔ ایسے لوگ اللہ تعالیٰ (جو اپنے بندوں سے ستر ماؤں سے بھی زیادہ محبت فرماتے ہیں ایک ماں کا حال یہ ہے کہ بچے کی ذرا سی تکلیف دیکھی نہیں جاتی) کی رحمت سے مایوس ہو کر بالآخر مر جاتے ہیں۔ اللہ کی رحمت سے مایوس ہو کر بندہ دین اور دنیا دونوں کی طرف خسارے میں رہتا ہے۔

ہمارے پیارے حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے ہمیں زندگی گزارنے کا ایک پروگرام دیا ہے اس میں اعتدال ہے اور اگر اعتدال نہ ہو تو زندگی درہم برہم ہو جاتی ہے۔ اس پروگرام کی عملی مثال خود حضور اکرم ﷺ کی سیرت طیبہ اور صحابہ اکرامؓ اور اللہ کے مقرب بندوں اولیاء کی زندگیاں ہیں۔ قرآن پاک کے قانون کے مطابق اللہ تعالیٰ سے قربت کی نشانی یہ ہے کہ بندہ خوف اور غم کی زندگی سے دور ہو جاتا ہے جیسا کہ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

ترجمہ: ''تحقیق اللہ کے دوستوں کو خوف ہوا ہے اور نہ وہ غمزدہ زندگی سے آشنا ہوتے ہیں۔'' (قرآن)

اپنے والد سے کہئے کہ وہ بیک وقت سب کچھ پڑھنا چھوڑ دیں، صرف پانچ وقت نماز ادا کریں۔ آپ کے مسئلہ کا بظاہر اس کے علاوہ کوئی اور حل نہیں ہے۔ اللہ تعالیٰ آپ کا حامی وناصر ہو۔ آمین

ایک منٹ سورج دیکھنے کے بعد وہاں سے ہٹ جائیں۔

## مثانہ میں پانی

سوال: میں گذشتہ دس سال سے ایک بیماری میں مبتلا ہوں، میرے مثانہ میں پانی اتر آیا ہے، مثانہ پھول گیا ہے جس کی وجہ سے میں اپنے ہم عصر دوستوں میں بیٹھنے سے کتراتا ہوں کیونکہ وہ سمجھتے ہیں کہ میں غلط فعل میں مبتلا ہو گیا ہوں۔ حالانکہ ایسی کوئی بات نہیں۔ آج میں اس قدر کرب میں مبتلا ہوں کہ شرم سے احساس کمتری کا شکار ہو گیا ہوں۔ خدارا آسان ترین علاج بتائیں مرتے دم تک مشکور رہوں گا۔

جواب: رات سوتے وقت پھولے ہوئے عضو پر پہلے سرسوں کا خالص تیل، اچھی طرح لگائیں پھر پسا ہوا لاہوری نمک لگا کر تیل کو خشک کر دیں اور کوٹا ہوا کھوپرا رکھ کر روئی لگا کر لنگوٹ کس دیں اور سو جائیں۔ صبح لنگوٹ کھول کر نیم گرم پانی سے دھو دیں۔ یہ علاج لگاتار تین دن اور زیادہ سے زیادہ پانچ دن کرنے سے اتری ہوئی آنت (ہرنیا) پھولی ہوئی جگہ اور مثانہ ٹھیک ہو جاتا ہے۔

ٹھیک ہونے کے بعد کسی خیراتی ادارہ کی حسب توفیق مدد کریں۔

## مرگی کا دورہ

سوال: میرے بھائی کی عمر 16 سال ہے۔اس سال کو دو مرتبہ دورہ پڑ چکا ہے۔دورہ اس طرح پڑتا ہے کہ ہاتھ پاؤں ٹیڑھے ہو جاتے ہیں۔زبان گنگ ہو جاتی ہے جسم اکڑ جاتا ہے بول نہیں سکتا اور بے ہوشی طاری ہو جاتی ہے۔یہ دورہ ایک مرتبہ جاگنے کی حالت میں اور ایک مرتبہ سوتے ہوئے پڑتا ہے۔ڈاکٹروں کی سمجھ میں کچھ نہیں آتا آپ کوئی ایسا روحانی علاج تجویز کر دیں کہ یہ دورے آئندہ نہ پڑیں۔

جواب: کبھی کبھی خیالات میں اتنا ہجوم ہو جاتا ہے کہ دماغ کی وہ صلاحیت و خیالات کو تقسیم کرتی ہے متاثر ہو جاتی ہے اگر ایسی حالت میں پانی سامنے آ جائے تو دماغ کام کرنا چھوڑ دیتا ہے اور مرگی کا دورہ پڑ جاتا ہے۔جب تک خیالات کا ہجوم معمول سے زیادہ رہتا ہے مریض بے ہوش رہتا ہے اور جب ہجوم منتشر ہو جاتا ہے تو مریض ہوش میں آ جاتا ہے۔دورہ سے

چونکہ تمام اعصاب مفلوج ہو جاتے ہیں۔

مرگی کے مریض کا روحانی علاج یہ ہے کہ صبح نہار منہ چینی کی ایک پلیٹ پر زرد رنگ کی روشنائی سے

اَلْطُرُقُ النَّاسُ وَالا جِنَّةٌ وَالرُّوحُ اَلْعِبَادِ الصَّالِحِيْنَ فِي الْكَوْنِ

لکھ کر پانی سے دھو کر پلائیں اور ساتھ ہی ایک بڑے کاغذ پر یہی آیت لکھ کر سر سے پیر تک کاغذ کو پورے جسم پر ملیں۔کاغذ پھٹ جائے تو دوبارہ لکھ لیا جائے۔ دوران علاج اس بات کا خیال رکھا جائے کہ مریض کو قبض کی شکایت نہ ہو۔نمک کا استعمال کم سے کم کر دیا جائے اور میٹھی غذائیں زیادہ استعمال کرائی جائیں۔ صبح، دوپہر اور رات ایک ایک چمچ شہد بھی استعمال کرایا جائے تو سونے پر سہاگے کا کام کرتا ہے۔علاج کی مدت 90 دن ہے۔

## مطمئن رہیں

سوال: میرے والد صاحب کی عمر 80 سال ہے۔انہوں نے ایک ایکسیڈنٹ دیکھا جس میں ایک بچہ مر گیا اور اس کا دماغ باہر نکل آیا تھا۔جب سے انہوں نے یہ حادثہ دیکھا ہے ان کی یادداشت خاص کر گھر کے آدمیوں کے نام اور قرآن شریف اور نماز بھول گئے۔وہ قرآن شریف کھولتے ہیں لیکن کہتے ہیں کہ پڑھ نہیں سکتا۔اس طرح وہ نماز بھی بھول گئے ہیں۔دل اور دماغ کے ڈاکٹروں سے چیک کرایا۔انہوں نے کچھ دوائیں دیں اور کہا کہ ایک دو ماہ میں ٹھیک ہو جائیں گے۔آپ سے یہ پوچھنا ہے کہ آیا اس کا کوئی روحانی علاج ممکن ہے اور اگر آپ کے پاس مریض کو لایا جائے تو کس دن اور کس وقت لایا جائے۔امید ہے کہ آپ تسلی بخش جواب دینگے۔

جواب: ڈاکٹری علاج جاری رکھیں۔اللہ کے فضل و کرم سے یادداشت واپس آ جائے گی۔ڈاکٹری علاج کے ساتھ ساتھ روحانی علاج یہ کریں کہ رات کو گہری نیند میں والد صاحب کے سرہانے کھڑے ہو کر سورہ بقرہ کی آیت آلم سے یومنون بالغیب تک پڑھا کریں۔اتنی آواز سے کہ نیند خراب نہ ہو............مطمئن رہیں انشاءاللہ آپ کے والد صاحب نارمل ہو جائیں گے۔صدقہ رد بلا ہے۔ایک صحت مند بکرا خرید کر اس کا گوشت غریبوں میں تقسیم کر دیں۔کھال کے پیسے بھی خیرات کر دیں۔

## نروس نہیں

سوال: میں شدید احساس کمتری میں مبتلا ہوں۔چھوٹی چھوٹی باتوں پر نروس ہو جاتا ہوں۔چار آدمیوں میں بیٹھ کر بات کرنے سے معذور ہوں۔

جواب: جب تحت الشعور میں کوئی غیر معمولی امید مستحکم ہو جاتی ہے اور حالات ایسے ہوں کہ کوشش کام نہ آتی ہو اور دل میں امید زیادہ سے زیادہ قائم ہو چکی ہو اور امید سے دست بردار ہونا طبیعت کے منافی ہو تو ذہن اس امید پر مرکوز ہو جاتا ہے جب نہ صورت واقع ہو جاتی ہے تو اس ایک امید کے ارد گرد اور بہت ہی امیدیں طواف کرنے لگتی ہیں۔ مثلاً زید چاہتا ہے کہ میری شادی فلاں لڑکی سے ہو جائے۔ اور یہ امید مستحکم ہو جاتی ہے تو زید کی ساری خوشیاں اسی ایک امید کے زیر اثر رقص کناں رہتی ہے۔ شادی ہونے پر گھر بس جائے گا۔ گھر میں آرام و سکون ملے گا۔ بچے ہونگے۔ مستقبل کے خوابوں کی تعبیر نکل آئے گی۔ شادی نہیں ہوئی تو میں برباد ہو جاؤں گی۔ زندگی میں اندھیرا چھا جائے گا۔ زیادہ شدت ہو تو یہ بھی خیال آنے لگتا ہے کہ میں خودکشی کر لوں وغیرہ وغیرہ۔

اگر کسی وجہ سے یہ مستحکم امید منقطع ہو جائے تو شعور پر ایسی ضرب پڑتی ہے کہ بعض اوقات انسان ہوش و حواس بھی کھو بیٹھتا ہے۔ انسان کے اندر دو شعور کام کرتے ہیں۔ ایک شعور دوسرا لاشعور۔ اگر شعور کے اوپر اتنی ضرب پڑ جائے کہ وہ اس کا متحمل نہ ہو سکے تو اس کے اندر ایک قسم کا تعطل پیدا ہو جاتا ہے۔ اس تعطل میں شعور کے اوپر شعوری تحریکات غلبہ حاصل کر لیتی ہیں۔ لاشعور میں چونکہ زمانی، مکانی حد بندیاں نہیں ہوتیں اس لئے شعور کوئی واضح فیصلہ نہیں کر سکتا اور اس پر ایسا جمود طاری ہو جاتا ہے جس کو وہ خود سمجھنے سے قاصر رہتا ہے مثلاً یہ کہ چھوٹی چھوٹی باتوں پر نروس ہو جاتا ہے۔ ایک سے زائد آدمیوں کے سامنے جانے سے کتراتا ہے۔ بات کرنا چاہتا ہے مگر اس پر قدرت نہیں رہتی کہ بات کا صحیح جواب دے سکے۔ آپ کے مسئلے کا حل یہ ہے کہ شعوری تحریکات پر لاشعوری تحریکات کے غلبہ کو ختم کیا جائے۔ اس کا طریق یہ ہے کہ آپ چھ انچ لانبا اور چار انچ چوڑا سفید چمکدار کاغذ لے کر اس پر اوپر سے نیچے تک سیدھی سیدھی لائنوں میں پانچ کا ہندسہ (5) لکھیں۔ تعداد جتنی بھی ہو کاغذ کو فریم کرالیں۔ فریم میں جو لکڑی استعمال ہو اس کا رنگ کالا ہونا چاہئے۔ یہ فریم کسی ایسی جگہ دیوار میں لٹکا دیں جہاں آپ کی نگاہ زیادہ سے زیادہ پڑ سکے۔ یہ فریم دن رات میں زیادہ سے زیادہ مرتبہ دیکھتے رہیں۔ انشاءاللہ اس طرز عمل سے آپ کے اندر کام کرنے والے شعوری محرکات نارمل ہو جائیں گے۔

## ناشکری اور برکت

سوال: یہ بات مشاہدہ میں آئی ہے کہ آپ کے علاج اور مشوروں سے فائدہ ہوتا ہے۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ عرصہ دس سال سے گھر پر بادل چھائے ہوئے ہیں جس کام میں ہاتھ ڈالتے ہیں اس کا نتیجہ بربادی کے سوا کچھ نہیں نکلتا۔

جواب: جب کسی گھر میں ناشکری عام ہو جاتی ہے تو اس کے وسائل میں کام کرنے والا قانون اس گھر کے لوگوں کے ساتھ تعاون نہیں کرتا۔ سب گھر والے ہر نماز کے بعد ایک تسبیح اَللّٰھُمَّ لَکَ الْحَمْدُ وَلَکَ الشُّکْرُ کی دعا پڑھا کریں۔ حسب استطاعت اللہ کی مخلوق کی خدمت بھی کیجئے کہ یہ طرز عمل بھی وسائل میں اضافہ کرتا ہے۔

## نماز میں یکسوئی

سوال: پیارے خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب!

السلام علیکم۔ خط و کتابت اور آپ کی تصانیف سے ہزاروں لاکھوں افراد اپنی مشکلات کا خاتمہ کرتے ہیں۔ آپ کی خدمت میں اپنا ایک مسئلہ ارسال کر رہا ہوں۔ ازراہ کرم کوئی ایسا عمل بتا دیں کہ نماز میں دل لگے اور دل و دماغ یکسوئی محسوس کرے۔

جواب: آپ جب نماز کی نیت باندھیں تو اپنی نظر دونوں پیروں کے انگوٹھوں پر جمائیں۔اس عمل سے ذہنی یکسوئی حاصل ہوگی۔اس عمل کی عملی توجیہہ یہ ہے کہ آدمی کے اندر دور کرنے والی برقی رو ہر وقت پیروں کے ذریعے زمین میں ارتھ ہوتی رہتی ہے۔اگر برقی رو ذہن میں جذب ہو جائے تو خیالات ایک نقطہ پر مرکوز ہو جاتے ہیں۔

اس عمل کے ساتھ ساتھ آپ نماز میں پڑھنے والی تمام سورتوں کا ترجمہ یاد کریں۔قرأت کے دوران سورہ کے ترجمے پر توجہ دیں۔اس طرح ذہن میں انتشار پیدا نہیں ہوگا اور خیالات ایک نقطے پر مرکوز ہو کر یکسوئی ملے گی۔

## ناشکری

سوال: ہم پانچ بہن بھائی ہیں۔والد کے انتقال کے بعد والدہ نے ہماری پرورش کی۔گزراوقات والد کی چھوڑی ہوئی جائیداد سے ہوتی رہی ہے۔بڑے بھائی نے تعلیم حاصل کر کے تجارت کی طرف توجہ دی۔چھوٹے بھائی نے ملازمت اختیار کرلی۔دو تین سال کاروبار ٹھیک رہا پھر آہستہ آہستہ اس طرح ختم ہو گیا کہ دکان کا کرایہ دینا بھی مشکل ہو گیا۔چھوٹے بھائی شادی کے بعد ہم سے الگ ہو گئے۔بھائی کا کاروبار خراب ہوا تو جائیداد فروخت ہونا شروع ہو گئی۔اب صورت یہ ہے کہ ہمارے پاس رہنے کے لئے اپنا ذاتی مکان تک نہیں ہے۔مکان کرایہ ادانہ ہونے کی وجہ سے سر بمہر ہو گیا ہے۔حالات کی ستم ظریفی یہ ہے کہ ان صدموں کی تاب نہ لا کر والدہ بھی فوت ہو گئیں۔ہم لوگ سخت پریشان ہیں کہ افتاد ہمارے اوپر کیوں پڑی ہے۔

جواب: چاول لیجئے۔ہر چاول کے دانے پر ایک ایک نقطہ لگایئے اور جب چاول ایک ہزار ہو جائیں تو یہ چاول پرندوں کو ڈال دیجئے۔لکھنے کے دوران کسی سے بات نہ کریں۔آسانی اس میں ہے کہ رات کو سونے سے پہلے یہ کام کر لیں۔کم سے کم 40دن کریں۔اس کے بعد بھی اگر کچھ عرصہ جاری رکھیں تو اور زیادہ مفید ہوگا۔اس طرز عمل سے آپ کے گھر والوں میں ایثار کا جذبہ پیدا ہو جائے گا اور اللہ تعالیٰ کی طرف سے ذہن میں جو بدگمانی پیدا ہو گئی ہے وہ کافی حد تک ختم ہو جائے گی۔بحثیت مسلمان ہمارا یہ ایمان ہے کہ اللہ تعالیٰ کی ناشکری اور مسلسل ناشکری کفران نعمت بن جاتی ہے۔یاد رکھیئے دیر ہو یا سویر کفران نعمت کرنے والے لوگوں کو قانون قدرت معاف نہیں کرتا۔ان پر وسائل تنگ ہو جاتے ہیں۔

## نقطے اور پرانا نزلہ

سوال: میری دونوں آنکھوں کے سامنے آج سے پندرہ سال قبل کالے کالے نقطے سے آئے پھر وہ بتدریج بڑھنے شروع ہوئے۔میں نے کوئی خیال نہیں کیا۔کسی ڈاکٹر سے ذکر بھی کیا تو اس نے کہا کہ کمزوری کی وجہ سے ہیں ٹھیک ہو جائیں گے۔پچھلے سال جب کچھ زیادہ ہوئے۔یہ اس وقت ہوتا ہے جب میں اکیلی ہوتی ہوں۔خواجہ صاحب! خدا کے لئے یہ بتادیں کہ یہ سب کیا ہے؟

جواب: انسان کے اندر بے شمار صلاحیتیں رکھی ہیں لیکن اسے ان کا علم نہیں ہے اور نہ ہی وہ اسے تلاش کرنے کی کوشش کرتا ہے۔یہ صلاحیتیں ٹائم اسپیس سے ماوراء ہیں اور ان کا تعلق غیب سے ہے۔

بہت سی ایسی وجوہات ہوتی ہیں جن سے یہ صلاحیتیں مظاہرہ کرنے لگتی ہیں۔ایک روحانی آدمی جو اپنی کوشش سے ان صلاحیتوں کو متحرک کرتا ہے اس کے لئے یہ مظاہرات کامیابی کا درجہ رکھتے ہیں۔لیکن ایک عام آدمی کے لئے یہ ایک ابنارمل حالت کہلاتی ہے۔

ان حالات سے نجات حاصل کرنے کے لئے آپ ایک ماہ تک بالکل نمک نہ کھائیں یا کم سے کم کر دیں اور دو وقت خالص شہد استعمال کریں۔انشاء اللہ محیر العقل واقعات ظہور میں آنا بند ہو جائیں گے۔

# نشہ کی گولیاں

سوال: میرے سب سے بڑے بھائی کو ایک بری لت پڑ گئی ہے۔ وہ گذشتہ پانچ چھ سال سے نشہ کی گولیاں کھاتا ہے۔ اس کی وجہ سے سب گھر والے پریشان رہتے ہیں۔ صحت بالکل برباد ہو چکی ہے۔ ہم نے بہت علاج کرایا مگر کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ آپ کوئی ایسا علاج بتائیں جس سے بھائی جان ان منحوس گولیوں سے نفرت کرنے لگیں۔

**جواب:** قُلْنَا یٰنَارُ کُونِی بَرْدًاوَّ سَلٰمًا عَلٰیٓ اِبْرَاھِیْمَ ؕ

ایک بار پڑھ کر پینے کی چیزیں مثلاً پانی، دودھ، چائے یا شربت وغیرہ پر دم کر کے بھائی کو پلائیں۔ اس علاج سے نشہ کی طرف سے ذہن ہٹ جائے گا۔ کوشش کریں کہ جب اس بری عادت سے نفرت پیدا ہو جائے تو بھائی اپنے ارادہ اور اختیار سے اسے گلے نہ لگائیں۔

# نرم دل

سوال: میرا دل اتنا نرم ہے کہ اگر کسی فلم میں جذبات کو افسردہ کرنے والا سین دیکھ لوں تو آنکھوں سے آنسو جاری ہو جاتے ہیں۔ اگر دفتر میں کسی بڑے آفیسر کے سامنے کوئی درخواست پیش کرنی ہو تو بھی آنکھوں میں آنسو آ جاتے ہیں۔ کہیں قوالی سنوں تو روتے روتے ہچکی بندھ جاتی ہے۔ اس کے برعکس میں عام حالات میں بہت زیادہ سخت گیر ہوں۔ لہجہ بعض اوقات اتنا کرخت ہو جاتا ہے کہ میرے بزرگ بھی سہم جاتے ہیں۔ بعد میں مجھے اس بات کا بڑا ملال ہوتا ہے دل میں بچوں کو بات بے بات پر مار پیٹ سے دریغ نہیں کرتا۔ اس طرز عمل سے میرا چہرہ خراب ہو گیا ہے۔ چہرہ پر خشونت اور بے رونقی برستی ہے۔ آئینہ میں خود کو دیکھتا ہوں تو دماغ میں جھٹکا لگتا ہے۔

جواب: صبح سورج نکلنے سے پہلے ایک گھونٹ پانی پر ایک مرتبہ یَاوَدُوْدُ پڑھ کر نہار منہ پی لیا کریں۔ اس بات کا خیال رکھنا ضروری ہے کہ یہ عمل ہر حال میں سورج نکلنے سے پہلے کیا جائے۔

# ناگہانی مصیبت

سوال: ہم تین دوست رات کے وقت سینما دیکھ کر واپس آ رہے تھے۔ ڈیڑھ بجے کا وقت تھا۔ مسجد کے پیش امام صاحب کے گھر سے آوازیں آنی شروع ہوئیں۔ ''بچاؤ! بچاؤ''۔ میرا دوست اپنے گھر جا رہا تھا۔ دوسرا اپنے گھر، میں اپنے گھر۔ شور سن کے ہم پیش امام کی مدد کو پہنچے۔ پتہ چلا کہ ان کی لڑکی کو اغواء کرنے کی کوشش کی جا رہی ہے۔ ہم تینوں نے ان غنڈوں کا مقابلہ کیا اور پولیس کی مدد طلب کی۔ مگر افسوس کہ پیش امام نے قرآن کی جھوٹی قسم کھا کر اور دولت کے لالچ میں ہمارے خلاف بیان دے دیا۔ اب ہم تینوں دوست عدالت کے چکر لگاتے لگاتے پریشان ہو گئے ہیں۔ نہ اتنی آمدنی ہے کہ ہم پانچ ہزار پیش امام کو دے کر آپس میں فیصلہ کر لیں جبکہ اس کی لڑکی نے اپنے والدین سے یہ کہا کہ ان لوگوں نے تو آپ کی عزت بچانے کی خاطر اپنی جان کی بازی لگا دی ہے۔ اور کافی زخمی بھی ہوئے مگر افسوس کہ دولت کی خاطر اس پیش امام نے ہمارے ساتھ بدی کی۔ وہ دن اور آج کا دن، ہمارا دل اس کے پیچھے نماز پڑھنے کو تیار نہیں ہوتا۔ میں ذہنی طور پر کافی پریشان ہوں۔ ہر وقت میں اپنے لئے موت کی دعا مانگتا ہوں مجھ کو دولت کی خواہش نہیں۔ جس حال میں خدا نے رکھا ہے ہم خوش ہیں دولت سے اتنی نفرت ہو گئی ہے کہ بیان نہیں کر سکتا۔ خدارا آپ میری مدد فرمائیں۔ اور کوئی عمل بتا دیں کہ اس ناگہانی مصیبت سے نجات مل جائے۔

جواب: اللہ تعالیٰ آپ کو ہر طرح اپنی رحمت میں رکھیں۔ آپ بالکل فکر مند نہ ہوں۔ آپ تینوں دوست ہر وقت چلتے پھرتے، اٹھتے بیٹھتے، وضو بغیر وضو کے نَصْرُمِّنَ اللّٰهِ وَ فَتْحٌ قَرِیْبٌ پڑھتے رہا کریں۔

## نشہ سے نجات

سوال: چوٹ جس کو لگتی ہے درد محسوس کرتا ہے۔ کسی کو کیا پتہ کہ درد کیا ہوتا ہے ہمارا ایک بھائی ہے جو گھر کا واحد کفیل ہے۔ بری صحبت کی وجہ سے بگڑ گیا ہے اور نشہ آور گولیاں کھاتا ہے۔ جب گولیاں کھاتا ہے تو نشہ کی وجہ سے اس کا دماغ خراب ہو جاتا ہے اور بات بات پر گالیاں نکالتا ہے۔ اگر ہم سمجھائیں تو لڑنے مارنے پر آتا ہے۔

گھر کا ماحول خراب ہو کر رہ گیا ہے۔ خدا کے لئے آپ ہی کوئی حل بتائیں۔ ورنہ ہم پاگل ہو جائیں گے۔

جواب: قربانیاں کبھی رائیگاں نہیں جاتیں۔ آپ اپنے بھائی کی محبت میں قربانی دیں اور وہ اس طرح کہ جب آپ کا بھائی رات کو گہری نیند سو جائے تو دوسرے کمرے، وراندے یا صحن میں باوضو مصلے پر بیٹھ کر اول آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ تین سو(300) مرتبہ روزانہ واماالسائل فلا تنھر پڑھ کر آنکھیں بند کر کے بھائی کا تصور کر کے خیال ہی خیال میں اس کی پیشانی پر تین بار پھونک مار دیا کریں۔ عمل کی مدت کم سے کم چالیس اور زیادہ سے زیادہ نوے دن ہے۔

## وظیفوں کا بوجھ

سوال: مجھے عجیب بیماری ہے کہ بہت جلد غصہ آتا ہے اور غصہ کی حالت میں ہاتھ پاؤں کانپنا شروع ہو جاتے ہیں منہ سے سیدھی بات نہیں نکلتی دل اتنا کمزور ہے کہ ذراسی بات پر بھی کانپنے لگتا ہے۔ ہاتھ پاؤں بھول جاتے ہیں جسم بہت دبلا پتلا اور کمزور ہے۔ کوئی بات یاد نہیں رہتی۔ زیادہ آدمیوں میں جانے سے شرم آتی ہے یہاں تک کہ نیا کپڑا پہن کر بھی شرم محسوس ہوتی ہے۔ نمازی ہوں اس کے باوجود ہر وقت دل میں برے خیالات رہتے ہیں۔ شادی شدہ ہوں۔

جواب: مردانہ جنسی بیماری کا پورا علاج ہو جانے سے آپ کی ساری شکایتیں ختم ہو جائیں گی۔ جو کچھ پڑھتے ہیں سب چھوڑ دیں صرف پانچ وقت نماز ادا کریں۔ زیادہ وظیفے پڑھنے سے آپ کے شعور پر کافی زیادہ بوجھ پڑ چکا ہے۔ اب مزید بوجھ برداشت کرنے کی سکت نہیں ہے۔ مردانہ بیماری کا علاج مقامی طور پر کسی تجربہ کار حکیم سے کرائیں۔

## ہڈی بڑھنا

سوال: مجھے ایک پریشانی لاحق ہو گئی ہے وہ یہ ہے کہ میرے ماتھے کی ہڈی یعنی بھنوؤں کے اوپر دونوں جانب ہڈیاں ابھر آئی ہیں۔ جو کہ بدنما معلوم ہوتی ہیں۔ میں چاہتا ہوں کہ ماتھا بالکل ہموار ہو جیسا کہ پانچ سال پہلے تھا۔ برائے کرم میرے لئے کوئی علاج تجویز کریں تا کہ میری پریشانی دور ہو سکے۔ اپنی دعاؤں میں بھی یاد رکھئے۔

جواب: تمام کاموں سے فارغ ہونے کے بعد رات کو سونے سے پہلے

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ    اِنَّ الْاِنْسَانَ لَفِیْ خُسْرٍ o

سو مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے لیں اور آنکھیں بند کر کے گلابی رنگ و روشنیوں کا مراقبہ کریں۔ عمل کی مدت نوے دن ہے۔ کوشش کریں کہ ناغہ نہ ہو۔

## یااللہ

سوال: مایوسی کفر ہے اور ناامیدی گناہ میں حد درجہ حساس اور کم گو ہوں۔ شروع ہی سے نروس نیس کا شکار رہا ہوں۔ ہر وقت سوچتے رہنا اور شدید احساس کمتری میں مبتلا ہوں۔ میرا کوئی دوست نہیں اس لئے یہ احساس بڑھتا ہی رہا۔ کسی بھی تقریب میں چلا جاؤں، میں عجیب بے چینی محسوس کرتا ہوں سب سے شرماتا ہوں، خاص کر معزز مہمانوں اور ہم عمر لڑکوں سے لڑکیوں میں بیٹھ ہی نہیں سکتا۔ تقریب سے لوٹ کر دل چاہتا ہے مر جاؤں۔ دوست مجھ سے کتراتے ہیں کیونکہ ایک گھنٹہ میں چار پانچ جملے بولتا ہوں۔ شروع میں احساس ہی نہ تھا لیکن دوستوں نے کہا کہ تم تو بولتے ہی نہیں ہو۔ نروس نیس کا وظیفہ کرنے کے باوجود کوئی بات ذہن میں نہیں آتی۔ اوٹ پٹانگ سوچیں ہر وقت دماغ پر مسلط رہتی ہیں۔ کسی سے نظریں نہیں ملا سکتا۔ چلتے ہوئے بھی شرم محسوس ہوتی ہے۔ کبھی بھی ہنس کر بات نہیں کی۔ اب کسی سے بھی ملوں تو باوجود کوشش کے ہنس کر نہیں مل سکتا۔ میں جہاں بھی بیٹھ جاؤں لوگوں کے چہرے لٹک جاتے ہیں کیونکہ میں ہی منہ کو لاشعوری طور پر برا سا منہ بنالیتا ہوں اور سوچتا ہوں لوگ کہیں گے یہ بے وقوف ہے۔ دن بہ دن زندگی اذیت ناک ہوتی جا رہی ہے۔

خواجہ صاحب! خدا کے لئے محفل مراقبہ میں دعا کریں کہ خدا مجھے ان تمام تکلیفوں سے نجات دے اور میں دوستوں کے ساتھ ہنسی خوشی باتیں کرنے والا بن جاؤں اور ہر طرف میرے اچھے دوست ہوں۔ جو میری عزت کریں۔ کوئی حل بھی بتائیں۔

جواب: 12x9 انچ شیشے کے اوپر گلابی رنگ پینٹ کرا کے وقفہ وقفہ سے دیکھیں۔

رات کو 100 بار یااللہ پڑھ کر نیلی روشنی کا مراقبہ کریں۔

## آنکھ کی بینائی زائل ہو چکی ہے

س: میری دائیں آنکھ کی بینائی تقریباً چار سال سے بالکل ضائع ہو گئی ہے۔ مرض کی ابتداء اس طرح ہوئی کہ دو تین دن تک بغیر تکلیف کے آنکھوں میں سرخی رہی اور بینائی جاتی رہی۔ پتلیاں پھیل گئیں اور پوری آنکھ کا رنگ سرمئی ہو گیا ہے نیز سیاہ اور سفید دیدے کا رنگ غلط ملط ہو گیا ہے۔ مختلف قسم کے علاج کئے گئے لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ آنکھوں کے ماہر ڈاکٹروں نے بھی علاج کیا۔ سب کا خیال یہ ہے کہ پیٹ میں کیچوے ہیں۔ جن کی وجہ سے بینائی زائل ہوئی ہے۔ مجھے ایک دوسری تکلیف یہ ہے کہ سوتے ہوئے بستر میں پیشاب ہو جاتا ہے۔ براہ کرم میری ان تکلیفوں کے لئے کوئی مناسب علاج تجویز فرمایئے۔

ج: 12x9 انچ کا بازار سے ایک صاف شفاف شیشہ خریدیئے۔ شیشہ سے مراد سادہ شیشہ ہے، آئینہ نہیں۔ شیشہ پر گہرا نیلا رنگ کا پینٹ کرا کے اور ایسی جگہ رکھ دیں جہاں بار بار آپ کی نظر پڑتی رہے۔ ارادتاً بھی دیکھئے رات کے وقت خاص طور سے پینٹ شدہ شیشہ کو دیکھتے دیکھتے سو جایئے اور تین ماہ بعد قدرت کی کرشمہ سازی کا مشاہدہ کیجئے۔ بات آپ کی سمجھ میں آئے نہ آئے میرے مشورے پر عمل ضرور کیجئے۔ رات کو سوتے وقت ایک چمچہ خالص شہد پر ایک بار پڑھ اَلرَّضَاعَتْ عَمَا نَوِیْل پڑھ کر دم کر کے کھالیا کریں۔

## انگلیاں کانپتی ہیں

س: جسمانی اور دماغی حالت تباہ ہو کر رہ گئی ہے لیکن یہ منحوس عادت نہیں چھوٹتی۔ لاکھ قسمیں کھاتا ہوں اب ترک کر دوں گا لیکن ترک نہیں کر سکتا۔ کھیلنے یا تیز دوڑنے سے دل میں درد ہوتا ہے۔ جب اس عمل کو کرتا ہوں تو الٹی آنکھ بند ہونے لگتی ہے اور الٹی ٹانگ اور دونوں ہاتھ کی انگلیاں کانپنے لگتی

ہیں۔ دوست مجھ پر جھوٹے الزام لگا کر ڈراتے ہیں، مجھے ان لوگوں سے بچالیں۔ میں ایک انسان تھا اور نیک ہوں۔ برے دوستوں کی صحبت نے مجھے برباد کر دیا۔ ابھی نویں جماعت میں گیا ہوں، پڑھائی میں بھی کمزور ہوں۔ پڑھائی کے اخراجات دادی اماں برداشت کرتی ہیں۔ مجھے اپنی دادی پر بہت رحم آتا ہے۔ نویں اور دسویں جماعت اچھی پوزیشن سے پاس کرنا چاہتا ہوں تاکہ دادی اماں کو سکون و آرام ملے۔

ج: پانچ وقت نماز کی پابندی کریں اور ہر نماز کے بعد سو مرتبہ یا حی یا قیوم کا ورد کریں۔ انشاءاللہ اس خراب عادت سے ایسی نفرت ہو جائے گی کہ پھر اس طرف ذہن نہیں جائے گا۔

## اس کے فراق میں

س: مجھے ایک نیک سیرت لڑکی سے محبت ہو گئی ہے جو ہمارے گھر کے قریب ہی رہتی ہے۔ کالج میں حسین سے حسین لڑکیاں ہیں مگر کسی لڑکی سے بات کرنا تو بڑی بات ہے کسی کی طرف نظر اٹھا کر بھی نہیں دیکھتا۔ اس لڑکی نے میرے اوپر نہ جانے کیا جادو کر دیا ہے کہ ہر وقت میرے خیالوں میں سمائی رہتی ہے۔ دوسری طرف اسے یہ بھی معلوم نہیں ہے کہ میں اس کے فراق میں گھل رہا ہوں۔ مجھے معلوم ہوا ہے کہ آپ کے بتائے ہوئے وظیفوں سے بہت سے لوگوں کے کام بن گئے ہیں۔ کوئی ایسا حل بتائیں کہ اس لڑکی کو بھی مجھ سے محبت ہو جائے اور میری محبت کا علم ہو جائے۔ امید ہے کہ آپ مجھے مایوس نہیں کریں گے کیونکہ میری عمر شادی کے لئے عین مناسب ہے۔ آپ نے سات ماہ پہلے حیدر آباد کے ایک طالب علم کو یہ کہہ کر ٹال دیا ہے کہ تمہاری عمر ابھی کم ہے۔

ج: اس لڑکی سے شادی آپ کے لئے مناسب نہیں۔ اس کا خیال ذہن سے نکال دیں اور اس مقصد کے لئے روزانہ رات کو سونے سے پہلے وَ اَلْقَتْ مَافِیْھَا وَ تَخَلَّتْ پڑھ کر اپنے سینے پر پھونک مار لیا کریں۔ جب تک لڑکی کا نقش ذہن سے صاف ہو یہ عمل جاری رکھیں۔

## ابا ماریں گے

س: میرا بیٹا اس وقت آٹھویں کلاس کا طالب علم ہے۔ اسے خاص طور پر پڑھائی کے دوران نیند بہت تنگ کرتی ہے۔ پڑھنے بیٹھتا ہے تو فوراً ہی نیند سے آنکھیں بند ہونے لگتی ہیں۔ نہ کچھ پڑھ سکتا ہے اور نہ ہی لکھ سکتا ہے۔ بڑی کوشش کرتا ہے کہ نیند نہ آئے۔ منہ دھوئے گا، آنکھوں پر چھینٹے مارے گا، کھلی ہوا میں پھرے گا لیکن پڑھنے بیٹھتا ہے تو پھر نیند کا خمار اسی طرح شروع ہو جاتا ہے، بہت پریشان ہے۔ روتا ہے کہ خدا کے لئے مجھے کوئی دوا دیں جس سے مجھے نیند نہ آئے۔

اسی نیند کی وجہ سے والد نے اسے کئی بار اتنا مارا ہے کہ میں بیان نہیں کر سکتی۔ اس وقت دعا کرتی ہوں کہ خدا کرے یہ بچہ مر جائے۔ بہت ہی ظالموں کی طرح مارتے ہیں کہ رو رو کر میں خود ہلکان ہوتی ہوں۔ بچے کا تو جو حشر ہوتا ہے وہ ظاہر ہے لیکن اس کے باوجود نیند اس کا پیچھا نہیں چھوڑتی۔ اگر رات کو جلدی سلادوں اور صبح جلدی اٹھادوں تب بھی یہی حالت ہوتی ہے۔ میں خود بڑی پریشان ہوں۔ اس نیند کی وجہ سے نہ تو پڑھائی ہوتی ہے نہ اسکول کا کام۔ ظاہر ہے اسکول میں بھی مار ہی کھاتا ہوگا۔ دوسرے اس کا حافظہ بھی بڑا کمزور ہو گیا ہے۔ بعض وقت تو زبانی سبق یاد نہیں ہوتا جو سبق یاد کر بھی لیتا ہے تو تھوڑی دیر میں یا دوسرے دن بھلا دیتا ہے۔

بچے کے لئے وظیفہ یا کوئی موثر علاج تجویز کر دیں۔ وظیفہ میں خود پڑھ کر بچے کو دم کر دوں یا پانی پر دم کر کے اسے پلا دوں۔ جیسے آپ مناسب سمجھیں تجویز فرمائیں۔ خواجہ صاحب! بچپن میں اس کا حافظہ بہت تیز تھا۔ اب تو بچہ نیند اور حافظہ کے ہاتھوں پریشان ہے۔ بچے کا مستقبل تاریک نظر آ رہا ہے۔

خدااور رسول ﷺ کے واسطے خواجہ صاحب مدد فرمائیں۔ اللہ، استخارہ کر کے دیکھیں کہ بچہ کتنی تعلیم حاصل کرے گا۔ اس کا مستقبل کیسا ہے؟ کسی بدخواہ کی نظر تو نہیں لگ گئی اور کیا اس کا نام تاریخ پیدائش کے حساب سے ٹھیک ہے؟ کوئی نام وغیرہ کا اثر تو نہیں ہے؟

ج: میری دانست میں بچہ کا شعور کمزور ہے۔ جب وہ پڑھنے کے لئے بیٹھتا ہے تو شعور پر زیادہ بار پڑ جاتا ہے۔ اس کی ایک وجہ والد صاحب کا زیادہ مارنا پیٹنا بھی ہے جب وہ کتابیں کھولتا ہے تو یہ خوف بھی دامن گیر ہوتا ہے کہ اگر سبق یاد نہ ہوا تو ابا ماریں گے، خوف سے بھی دماغ متاثر ہوتا ہے۔

ان وجوہات کا تدارک ہونا ضروری ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ آپ بچہ کو میٹھی چیزیں کم کھلائیں اور رات کو سوتے وقت اس کے سرہانے کھڑی ہو کر سورہ قمر پارہ 27 کی آیت وَلَقَدْ يَسَّرْنَا الْقُرْاٰنَ لِلذِّكْرِ مِنْ مُّدَّكِرٍ پڑھ دیا کریں اتنی آواز سے کہ نیند خراب نہ ہو۔ مار کٹائی بالکل بند کر دیں ورنہ بچہ بالکل کند ذہن ہو جائے گا۔ مستقبل اچھا ہے، نام بھی ٹھیک ہے۔

## اللہ کے دوست

س: جناب عالی! میں پندرہ سال سے غربت میں مبتلا ہوں، ہنر مند بھی ہوں۔ کبھی بہت بڑا ٹھیکیدار بھی تھا لیکن اب مزدوری بھی نہیں ملتی۔ آٹھ افراد کھانے والے ہیں۔ اس وقت آپ مجھے فاقہ کشی کی حالت میں سمجھئے۔ میں نے بہت کوشش کی ہے کہ مجھے رزق حلال مل جائے لیکن کوئی سہارا نہیں ملا۔ کسی مرد کامل کی بھی مجھے تلاش ہے، وہ بھی نہیں ملا۔ کسی نے کہا سورہ یٰسین 41 دن پڑھو۔ سورہ یٰسین تین سال بلا ناغہ پڑھی۔ کسی نے کہا سورہ مزمل پڑھو، کسی نے کہا سورہ ملک پڑھو۔ اسی طرح بلا ناغہ پڑھتا رہا ہوں۔ کسی نے کہا یا عزیز کا ورد کرو۔ کسی نے بتایا یارزاق پڑھو، یہ بھی پڑھتا رہا۔ پھر میں نے کلمہ طیبہ کا ورد شروع کر دیا۔ اب میری یہ حالت ہے کہ کلمہ طیبہ میری خوراک بن چکا ہے۔ رات دن پڑھتا رہتا ہوں۔ چھوڑنا چاہتا ہوں تو چھوڑ نہیں سکتا۔ حضرت جی! اب تو نہ کوئی بھائی رہا، نہ کوئی بہن رہی، نہ کوئی رشتہ دار۔ اب تو پیٹ بھر کر کھانا بھی نہیں ملتا۔ اپنا مکان بھی نہیں رہا۔ کرائے کا مکان بھی نہیں ملتا۔ یہ سمجھ کر کہ کرایہ کہاں سے دے گا۔ بیوی بیمار ہے، دوائی کے پیسے نہیں کہ علاج کرا سکوں۔ محنت مزدوری کے لئے کسی کے پاس جاتا ہوں تو وہ مجھے بدنصیب کہہ کر ٹھکرا دیتا ہے۔ اب ایمان میں بھی کمی ہوتی جا رہی ہے۔ مجھے امید ہے کہ آپ مجھ پر نظر کرم فرما کر مجھے دین و دنیا میں رسوا ہونے سے بچا لیں گے۔

ج: کوئی بھی چادر احرام کی طرح باندھ کر ننگے سر اور ننگے پیر کھلے آسمان کے نیچے رات کو 2 بج کر 45 منٹ پر کھڑے ہو جائیں۔ نماز کی طرح نیت باندھ لیں اور سو بار آیت کریمہ پڑھ کر سو بار دعا کریں۔ یا اللہ یا رحمٰن یا رحیم، میری بدبختی ختم کر، میرے لئے آسائش اور آرام کے وسائل عطا فرما دے۔ 21 روز کے بعد یہ عمل نہ کریں۔ انشاء اللہ حالات درست ہو جائیں گے۔ حالات درست ہونے پر اس بات کا خیال رکھیں کہ آپ سے کسی کی دل آزاری نہ ہو اور آپ ہرگز کسی سائل کو جھڑکیں نہیں۔ فقراء اللہ کے دوست ہوتے ہیں، ان سے دوستی رکھئے۔

## آنکھوں کا ہم نوا دل

س: باوجود کہ میں نماز کا پابند ہوں۔ گناہوں سے حتی الوسع بچنے کی کوشش کرتا ہوں پھر بھی آنکھ بڑی بے حیا ہے۔ کبھی کبھی دل اس کا ہم نوا بن جاتا ہے۔ اس سے میرا ضمیر پریشان ہوتا ہے۔ کوئی ایسا وظیفہ ارسال فرمائیں جس سے سکون قلب میسر ہو، ہر قسم کے گناہوں سے نفرت ہو جائے اور زندگی کی گاڑی آسانی سے چلتی رہے۔

ج: میں نے پڑھا ہے کہ ایک روز حضور سرور کائنات صلی اللہ علیہ وسلم صحابہ کرامؓ کے سامنے آنے والی امت کے فضائل بیان فرما رہے تھے۔ مجلس میں سے کسی حضرت نے کہا۔ ”یا رسول اللہ! ہمارے ماں باپ آپ پر قربان، کیا آنے والے ہمارے مسلمان بھائی ہم سے بھی اچھے ہوں گے۔“

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو یہ بات ناگوار گزری۔ چہرہ انور سرخ ہو گیا اور فرمایا۔ ’’اللہ کی قسم، اگر تم لوگ گناہ کرنا چھوڑ دو تو اللہ تعالیٰ تمہاری جگہ دوسری قوم پیدا فرما دے گا۔‘‘

میرے عزیز! ہمارا طرۂ امتیاز یہ ہے کہ ہماری سرشت میں گناہ کا ارتکاب داخل ہے۔ اگر ہمارے اندر سے گناہ کا ارتکاب نکل جائے تو ہمارے اندر احساس ندامت نہیں رہے گا۔ احساس ندامت وہ جذبہ ہے جو بندہ کو اللہ کے سامنے جھکاتا ہے اور اسی جذبہ سے بندہ اللہ کے سامنے عاجزی اور انکساری کرتا ہے۔

## اللہ کے دوستوں کو خوف نہیں

س: ڈھائی ماہ پہلے ایک ضروری کام سے صدر جانا ہوا۔ جمعرات کا دن تھا، ایک موٹا تازہ شخص میرے پیچھے لگ گیا جہاں میں جاتا وہیں وہ شخص بھی جاتا۔ آخر مجبوراً اپنا کام چھوڑ کر گارڈن کی طرف ایک جاننے والے کی دکان میں پناہ لی لیکن انہیں کچھ نہ بتایا۔ کوئی گھنٹہ ڈیڑھ گھنٹہ بیٹھا رہا۔ میرا خیال تھا کہ وہ شخص چلا جائے گا لیکن جب دکان بند کر کے میں اور میرے جاننے والے گھر جانے کے لئے اسٹاپ پر پہنچے تو میں نے دیکھا کہ وہ شخص پھر میرا پیچھا کرتا ہوا آ رہا ہے اور میرے ساتھ آ کر کھڑا ہو گیا اور گھور کر دیکھنے لگا، چند اشارے بھی کئے۔ یہ حرکات دیکھ کر میرے جاننے والے نے اسے ڈانٹا لیکن اس پر کوئی اثر نہ ہوا اور وہ ہمارے ساتھ ہی چلنے کے لئے تیار تھا۔ ایسا محسوس ہوتا تھا کہ اس کے ساتھ کچھ اور آدمی بھی ہیں۔ شکل و صورت سے کوئی خرکار یا اٹھائی گیرا معلوم ہوتا تھا۔ اچانک ایک گاڑی آ گئی اور ہم اس پر سوار ہو گئے۔ معلوم نہیں کہ وہ بھی سوار ہوا کہ نہیں لیکن اس دن سے میں ایک خوف میں مبتلا ہوں کہ کوئی مجھے اغواء کر لے گا۔ کوئی گھر سے اٹھا لے جائے گا اور ایسا لگتا ہے کہ کچھ لوگ میرا پیچھا کر رہے ہیں۔ چند لوگوں کو میں نے بھی دیکھا ہے جو مجھے بڑے غور سے دیکھتے ہیں۔ ایسا لگتا ہے کہ میری نگرانی کی جا رہی ہے اور وہ لوگ موقع کی تلاش میں ہیں۔ میں گھر سے ڈیوٹی اور ڈیوٹی سے گھر جس خوف اور پریشانی میں جاتا ہوں کہ خدا جانتا ہے اور اس واقعہ کے بعد سے گھر سے نہیں نکلتا، چاہے کوئی بیمار ہو یا شادی ہو کہیں نہیں جا سکتا۔ ہر وقت مایوسی اور خوف طاری رہتا ہے۔ کسی کام میں جی نہیں لگتا۔ اداس اور پریشان رہتا ہوں۔ میں ہر موٹے آدمی کو دیکھ کر لرزنے لگتا ہوں۔

ج: چلتے پھرتے باوضو بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ o اَلَآ اِنَّ اَوْلِيَاءَ اللّٰهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُوْنَ پڑھا کریں۔ اگر وضو ساقط ہونے کی ضرورت ہو تو اپنے اوپر جبر نہ کریں، وضو ساقط ہونے دیں، دوبارہ کر لیں۔ روزانہ صبح کے وقت سیب کا مربہ کھائیں اور عصر کے بعد ’’خمیر مروارید‘‘ استعمال کریں۔ رات کو سوتے وقت کمرہ میں نیلا بلب روشن رکھیں۔

## آنکھوں سے چنگاریاں

س: آج سے تقریباً 20 برس پہلے جب میری عمر 25 سال تھی میرے اوپر کسی نے جادو کر دیا تھا۔ اس جادو کی خاصیت یہ تھی کہ شیطان میرے اوپر مسلط کیا گیا تھا۔ وہ شیطان لوگوں کے اندر گھس جاتا اور لوگ مجھے گالیاں دینا شروع کر دیتے تھے۔ نوبت لڑائی جھگڑے تک پہنچ جاتی تھی۔ لوگ مجھے پتھر مارتے۔ اگر میں ان سے کہتا کہ آپ نے مجھے پتھر کیوں مارا ہے تو وہ کہتے کہ ہم نے پتھر نہیں مارا بلکہ تم پاگل ہو۔ رات کے وقت میرے گھر کے دروازے بند ہو جانے کے بعد محلہ کے لوگ رات بھر میرے دروازے پر پتھر مارتے رہتے۔ صبح اٹھ کر میں ان پتھروں کو ہٹاتا۔ رشتہ داروں نے بلا کسی وجہ کے مجھ سے تعلقات ختم کر دیئے تھے۔ بیوی بچے پریشان رہتے۔ گھر میں بیوی بچوں کے ساتھ لڑائی جھگڑا ہوتا رہا۔ وہ شیطان مجھے چوبیس گھنٹے نظر آتا ہے۔ میرے کان میں

آواز آتی ہے کہ میں جن ہوں، میں جن ہوں۔اس شیطان کا حلیہ یہ ہے کہ داڑھی کالی ہے۔ چھوٹی چھوٹی آنکھیں ہیں اور آنکھوں سے چنگاریاں نکلتی ہیں۔ موٹے بدن پر صرف ایک لنگوٹی باندھتا ہے۔ایک ہاتھ میں جھاڑو رہتا ہے اور دوسرے ہاتھ میں پاخانہ کی ٹوکری۔ یہ شیطان میرے اندر حلول کر کے 24 گھنٹے گاناگاتا رہتا ہے۔ وہ پنجابی میں گفتگو کرتا ہے جبکہ میں صرف اردو جانتا ہوں۔ یہ شیطان ہر وقت اللہ اور اس کے نبی ﷺ اور حضرت سلیمان علیہ السلام کو برا بھلا کہتا رہتا ہے۔ وہ ہر برے کام مجھ سے کروانا چاہتا ہے جو میں نہیں کرنا چاہتا۔اب تو اس شیطان کا پورا خاندان مجھے نظر آتا ہے۔ میرا دل چاہتا ہے کہ میں بھی نماز پڑھوں، اللہ کو یاد کروں مگر افسوس کہ میں ایسا نہیں کر سکتا۔ مجھے اس سے نجات دلایئے۔ بڑی مہربانی ہو گی۔

ج: پہلا کام تو یہ کریں کہ 2 ہفتے تک کھانے میں نمک بالکل بند کر دیں۔ دوسرا کام یہ کریں کہ اپنے پورے جسم کا ایک نیگیٹیو بنوائیں اور فوٹو گرافر سے کہیں کہ وہ اس پر کوئی رنگ وغیرہ نہ لگائے۔ اس نیگیٹیو کو سیاہ رنگ کے کپڑے میں لپیٹ کر کسی ویران اور غیر آباد جگہ جائیں۔ وہاں زمین میں ایک فٹ گہرا گڑھا کھودیں۔ نیگیٹیو کو سیاہ کپڑے سے نکال کر اس کو غور سے دیکھیں اور گڑھے میں رکھ دیں پھر یہ کہتے ہوئے مٹی ڈال دیں کہ

"اے شیطان! میں نے تجھ کو ہمیشہ کے لئے دفن کر دیا ہے۔"

مٹی ڈال کر واپس آ جائیں۔ انشاءاللہ اسی وقت شیطانی کارروائیوں سے نجات مل جائے گی۔

## ایسی حرکتیں سرزد ہو جاتی ہیں

س: میرا بھانجا جس کی عمر تقریباً 2 سال ہے، مستقل بیمار رہتا ہے۔ کھانسی، نزلہ، بخار، دست ان میں دو بیماریاں اسے مستقل رہتی ہیں۔ اگر دستوں کا علاج کیا جائے تو نزلہ بڑھ جاتا ہے اور نزلہ کھانسی کا علاج کیا جائے تو بخار اور دست شروع ہو جاتے ہیں۔ گھرانا غریب ہے زیادہ تر گزر دودھ، چائے، روٹی، دال، سبزی پر ہے۔ شہر سے ایک میل دور گاؤں میں رہائش ہے۔ براہ کرم کوئی حسب حال علاج تجویز فرمائیں، بچہ کافی کمزور ہے۔ پیٹ بھی خراب رہتا ہے اور اجابت پتلی آتی ہے۔ اس وقت بچے کو دست، بخار، کھانسی، نزلہ کی شکایت ہے۔

ہر اچھے اور پاکیزہ خیال اور تصور کو فوراً برا خیال اور تصور کاٹ دیتا ہے۔ ہاتھوں سے آنکھوں سے اور زبان سے کچھ ایسی حرکتیں سرزد ہو جاتی ہیں جو میں کرنا نہیں چاہتا اور جو کچھ میں کرنا چاہتا ہوں وہ کر نہیں سکتا اور اس طریقے سے Behave نہیں کر سکتا۔ میں مستقل Tension کھچاؤ میں رہتا ہوں اور اگر کبھی کبھی ایسا موقعہ آ جائے کہ میں Relax اور Normal ہو جاؤں۔ میں لمبے لمبے سانس لینے کے بعد سکون سا محسوس کرتا ہوں۔ تو ایسا لگتا ہے کہ میں گم سا ہو گیا ہوں اور میرا کہیں بھی وجود نہیں ہے۔ لہٰذا پھر واپس کھچاؤ میں آ جاتا ہوں۔ کبھی کبھی سانس لینے میں دشواری پیش آتی ہے۔ آسان سا علاج تجویز فرمائیں۔

ج: پہلے مسئلہ کا حل یہ ہے کہ کلونجی صاف شدہ ایک ماشہ صبح نہار منہ تازہ پانی کے ساتھ کھلا دیجئے اور اپنے اعصابی تناؤ سے نجات پانے کے لئے ایک گلاس تازہ پانی صبح نہار منہ کوئی چیز کھانے سے تقریباً ایک گھنٹہ پہلے پی لیا کیجئے۔ ایک عرصہ تک یہی ورد رکھیئے۔

## بادی بواسیر کا علاج

س: پیر کے تلوؤں میں جلن کے احساس کی وجہ سے میں بھری سردی میں بھی موزے یا بند جوتے نہیں پہن سکتا۔ دونوں وقت کھانا کھانے کے تھوڑی دیر بعد پیروں میں جلن بڑھنا شروع ہو جاتی ہے۔ سر میں گرانی، آنکھوں میں جلن ایسی ہوتی ہے کہ اخبار پڑھنا بھی مشکل ہو جاتا ہے۔ کئی سال سے

علاج کراتے کراتے عاجز آچکا ہوں۔ لیکن افاقہ نہیں ہوتا۔ کئی حضرات سے آپ کے بتائے ہوئے علاج سے فائدہ ہونے کا ذکر سن کر میں بھی آپ سے مشورے کا خواہش مند ہوں۔

ج: یہ ساری تکلیفیں پرانا قبض ظاہر کرتی ہیں۔ قبض رہنے کی وجہ سے معدے میں گیس بن جاتی ہے۔ جب یہ گیس صعود کرتی ہے تو یہ کیفیات مرتب ہوتی ہیں جن کا اظہار آپ نے اپنے خط میں کیا ہے۔

روزانہ صبح نہار منہ نیم کی بنولی کی تین عدد گریاں لے کر ان کے تین تین ٹکڑے کر دیجئے۔ ان نو ٹکڑوں کو تین تین کر کے خوب اچھی طرح چبایئے اور اوپر سے ایک گھونٹ پانی پی لیجئے۔ ایک ہفتہ ایک دن کے علاج سے انشاءاللہ آپ کی شکایت رفع ہو جائے گی۔ یہ علاج بادی بواسیر کے مریض کے لئے بھی فائدہ مند ہے

## بھگندر کا علاج

س: عرصہ چار سال سے مرض بھگندر (فچولا) میں مبتلا ہوں۔ سخت تکلیف میں ہوں زندگی تلخ ہو گئی ہے۔ براہ کرم صحت یابی کے واسطے دعا بھی فرمائیں۔

ج: خَلَقَ الْاِنْسَانَ یَخْرُجُ مِنْھُمَااللُّولُوءُ وَالْمَرْجَانُo کسی مومی کاغذ پر چالیس تعویذ لکھیں۔ روشنائی کھانے کے زرد رنگ سے بنائیں۔ ایک تعویذ روزانہ صبح نہار منہ چالیس روز پانی سے دھو کر پئیں۔ اس مرض میں سرخ مرچ اور ہر قسم کے گوشت سے (انڈا بھی) دوران علاج پرہیز کریں۔

## بھوت پریت کا اثر

س: چار سال قبل ایک صبح جب بستر سے ٹانگیں نیچے کیں تو کمر میں ایک جھٹکا محسوس ہوا۔ اس کے بعد نہاتے میں خاصے درد کا احساس ہوا۔ چند دن میں درد پوری ٹانگ میں پھیل گیا اور کمر مڑ گئی۔ درد نے اتنی شدت اختیار کر لی کہ اٹھنا بیٹھنا محال ہو گیا۔ میں ہر وقت لیٹا رہتا اور کبھی تو تکلیف سے روپڑتا ہوں۔ ہر طرح کا علاج کرایا لیکن فائدہ نہ ہوا۔ اب درد کچھ کم ہے لیکن کبھی بڑھ جاتا ہے۔ کمر سیدھی نہیں ہوتی۔ ڈاکٹر آپریشن کہتے ہیں۔ جس پر میں آمادہ نہیں۔ کسی نے بھوت پریت کا اثر بتایا۔ اس کا بھی بہت علاج کرایا۔ لیکن بے فائدہ۔ اب آپ میری مدد فرمائیں کہ یہ واقعی کوئی بیماری ہے یا نہیں اور اس کا کیا علاج ہے؟ ہو سکتا ہے کہ اللہ تعالی مجھے آپ کے ہاتھ سے شفا دیں۔

ج: کھانوں میں نمک کی مقدار کم کر کے چوتھائی کر دیں۔ کسی مومی کاغذ کے ایک ٹکڑے پر زعفران اور عرق گلاب سے بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِoاَلرَّضَاعَتْ عَمَا نَوِیْلُ لکھ کر ایک پونڈ خالص شہد میں ڈال دیں۔ یہ شہد ایک چمچی روزانہ صبح، شام اور رات کو کھائیں۔ یہ امراض دماغ سے متعلق ہے جو دوران خون دماغ کو جھٹکا لگنے سے لاحق ہوتا ہے۔

# بھنگ، چرس اور ہیروئن

س: اس مسئلے کو ایک ماں کا سہارا، بہنوں کے لئے امید، بیوی کا آسرا اور بچوں کا انتظار سمجھئے گا۔ پروردگار آپ کو جزائے خیر دے۔

قبلہ ہم کل آٹھ بھائی بہن ہیں جن میں ہم تین بھائی ہیں۔ میں سب سے چھوٹا اور مجھ سے دو بڑے بھائی ہیں۔ یہ دونوں بھائی ہم سے الگ رہتے ہیں۔ مجھ سے جو بڑا بھائی ہے وہ بارہویں جماعت سے ہی غلط صحبت میں پڑ گیا تھا۔ جوں جوں زمانے نے ترقی کی۔ اسی طرح ہمارے بھائی صاحب میں بھی تبدیلیاں آنی شروع ہو گئیں۔ پہلے شراب نوشی پھر بھنگ چرس۔ منڈرکس اور اب ہیروئن۔ جس وقت انہوں نے ہیروئن پینی شروع کی اس کے ٹھیک آٹھ ماہ بعد اس کی خود کی مرضی سے ہم نے ان کو ہسپتال میں داخل کیا۔ اس کا علاج کیا۔ خود بھی توبہ کر لی کہ اب کبھی اس لائن پر نہیں جاؤں گا لیکن دو ماہ کے بعد پھر شروع کر دی اور اب یہ عالم ہے کہ قرض مانگ کر فراڈ کر کے اپنا کام چلاتے ہیں۔

قبلہ! ان کی صحت بھی انتہائی حد تک خراب ہو گئی ہے۔ سارے دوست بھی ان کے ایسے ہی ہیں۔ خدا کے لئے ان کے حق میں دعا کریں۔ ہمارے بھائی کے ماشاءاللہ تین پھول جیسے بچے ہیں کبھی ان کے ساتھ بھی وقت نہیں گزارا۔ کبھی یہ ہم سب بھائیوں میں اسمارٹ اور صحت مند تھے۔ آج ان کی حالت ایسی ہے کہ جیسے ایک بانس کا ٹکڑا کھڑا ہے ذرا دھکا دو اور گر گیا۔ پورا جسم پتے کی مانند لرزتا ہے۔

ج: رات کے وقت بھائی جب گہری نیند سو جائیں ان کے سرہانے دائیں طرف کھڑے ہو کر 19 مرتبہ ہلکی آواز میں سورہ تبت ید ابی لہب پڑھیں۔ پہلے سے بھائی کو اگر یہ بتا دیں کہ ان کا علاج کیا جا رہا ہے تو کوئی حرج نہیں۔ اگر نہ بتایا جائے تب بھی کوئی حرج نہیں ہے۔ 12x9 انچ شیشے کے اوپر سبز رنگ پینٹ کرا کے گھر میں رکھ لیں اور بھائی کو بار بار دکھائیں۔ علاج کی مدت تین ماہ ہے۔

# بادل کی گرج، بجلی کی چمک

س: میری عمر اس وقت پورے 30 سال ہے، مشکل اور پریشانی ہے۔ مہربانی فرما کر آپ اسے دور کرنے کی کوشش کریں۔ مسئلہ یہ ہے کہ مجھے بارشوں کے دنوں میں بہت تکلیف ہوتی ہے۔ میں آسانی بجلی سے ڈرتا ہوں۔ غیر معمولی طور پر جب کبھی آسمان پر بادل وغیرہ یا موسم خراب ہوتا ہے تو مجھے بہت ہی زیادہ خوف آنے لگتا ہے اور خوف کی وجہ صرف آسانی بجلی ہوتی ہے اور میں عورتوں سے بھی زیادہ ڈرتا ہوں آسانی بجلی سے۔ میں اس خط کو خود تحریر کر رہا ہوں۔ اب مسئلہ صرف آسانی بجلی سے ڈرنے کا ہے۔ میں کمرے میں چھپ جاتا ہوں لیکن اکیلا بھی کمرے میں چھپنے سے ڈرتا ہوں اور جناب میں یہ کوشش کرتا ہوں کہ کسی کو اور نہ گھر والوں کو اس بات کا علم ہو کہ میں آسمانی بجلی سے ڈرتا ہوں۔ میں عورتوں سے بھی زیادہ بزدل ہوں صرف آسمانی بجلی کے بارے میں، اور کسی میں نہیں۔

ج: بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِo اَلاَ اِنَّ اَوْلِيَاءَ اللّٰهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُوْنَ شہد کے اوپر دم کر کے تین وقت صبح، شام، رات کھائیں۔ اور جب بارش ہو اور بجلی چمکے دل کے اوپر جبر کر کے اور ہمت کر کے چھت پر چلے جائیں جہاں بجلی چمکتی ہوئی آپ اچھی طرح دیکھ لیں۔ کھانوں میں میٹھی چیزیں زیادہ کھائیں۔

## بہادری اور دلیری

س: کچھ عرصے سے ایسا محسوس ہوتا ہے کہ میرے اندر شجاعت، دلیری، بہادری کی بہت کمی ہو گئی ہے۔ کسی بھی قسم کی ذمہ داری اپنے اوپر لیتے ہوئے خوف محسوس ہوتا ہے اور طبیعت ذمہ داری سے بچنا چاہتی ہے۔ برائے مہربانی کوئی ایسا عمل بتائیں جس سے میرے اندر شجاعت، بہادری اور دلیری پیدا ہو جائے اور ذمہ داری لیتے ہوئے طبیعت میں بے چینی اور خوف پیدا نہ ہو۔

ج: صبح کے وقت نہار منہ سورج نکلنے سے پہلے لمبے لمبے سانس لیا کریں۔ روزانہ اکیس مرتبہ، رات کو سوتے وقت 100 مرتبہ اَلرِّجَالُ قَوَّامُوْنَ عَلَى النِّسَاءِ پڑھ کر پندرہ منٹ تک گلابی روشنی کا مراقبہ کیا کریں۔ کھجور اور شہد کا استعمال زیادہ رکھیں۔

## بھوک نہیں لگتی

س: مجھے چھ ماہ قبل پیٹ میں درد اٹھا تو شہر کے مشہور ڈاکٹر صاحب سے علاج کرایا۔ ایکسرا بھی لیا گیا۔ ایکسرا دیکھ کر بیماری یہ بتائی گئی کہ جگر اور معدے پر ورم ہے۔ علاج کے دوران میں ایک مرتبہ حاجت کے وقت کیچوے گرے، ڈاکٹر صاحب نے انٹی پار دوائی لکھ کر دی۔ اس کو پینے کے بعد کیچوے نہیں گرے لیکن جگر اور معدہ کا ورم بڑھ گیا۔ مجبوراً کراچی آنا پڑا۔ ڈاکٹر صاحب نے تین ایکسرے لئے۔ اس کے بعد ان صاحب نے بھی جگر اور معدے پر ورم بتایا۔ علاج سے معمولی فرق تو ہے مگر کھانا بالکل نہیں کھایا جاتا۔ کمزوری بہت بڑھ گئی ہے۔ دماغ پر ہر وقت برے خیالات آتے رہتے ہیں۔ ان سب چیزوں سے میں کافی پریشان اور بہت کمزور بھی ہو گیا ہوں۔ برائے مہربانی آپ میری مشکل کو دور کریں۔

ج: کلونجی 3 ماشہ صبح نہار منہ تازہ پانی کے ساتھ کھانا کھانے سے ایک گھنٹہ پہلے کھا لیا کریں۔ کلونجی کھانے کے بعد کوئی اور چیز ایک گھنٹہ تک کھانا پینا منع ہے۔ کثرت سے وضو یا بغیر وضو یاحی یاقیوم کا ورد کریں اور اللہ کے نام پر خیرات ضرور کریں۔

## پاپا ہسپتال میں داخل ہیں

س: روحانی ڈائجسٹ میں مسائل اور ان کا حل پڑھا۔ معلوم ہوا کہ اللہ تعالیٰ کی آپ پر خاص نظر کرم ہے۔ اللہ نے آپ کو دکھی لوگوں کی خدمت کا وسیلہ بنایا ہے۔ میں بھی ان ہی دکھی لوگوں میں شامل ہوں اور آپ سے دعا کی درخواست کرتی ہوں۔

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے پاپا گذشتہ چند روز سے ہسپتال میں داخل ہیں۔ اس سے پہلے بھی تین مرتبہ شدید حالت خراب ہونے پر انہیں ہسپتال میں داخل کرنا پڑا۔ ان کی پسلی کے نیچے شدید درد اٹھتا ہے۔ جس کی وجہ سے ان کا دم گھٹنے لگتا ہے۔ نہ وہ آسانی سے بیٹھ سکتے ہیں اور نہ آرام سے لیٹ سکتے ہیں۔ ان کی اس بیماری سے ہم سب بہت پریشان ہیں۔

بڑے بڑے ڈاکٹر سے رجوع کیا لیکن مرض کسی کی سمجھ میں نہیں آتا۔ کوئی کہتا ہے کہ دل کا مرض ہے۔ کسی کا کہنا ہے کہ نظام ہضم میں خرابی ہے۔ یہ درد تقریباً ایک سال سے ہے۔ کبھی درد میں کمی ہو جاتی ہے اور کبھی درد شدت اختیار کر لیتا ہے۔

کمزوری اتنی زیادہ ہو گئی ہے کہ ڈاکٹروں نے چلنے پھرنے تک سے منع کر دیا ہے۔ طبیعت کے بڑے ضدی ہیں۔ اپنی بات کے آگے کسی کی چلنے نہیں دیتے۔ گھر کے واحد سرپرست ہیں۔ اس وجہ سے معاشی پریشانیوں کا بھی سامنا ہے۔ روپے پیسے کی قلت ہے لیکن ہم ہر قسم کا علاج کرا رہے ہیں۔

ج: صبح، دوپہر، شام تینوں وقت ایک پیالی پانی پر ایک مرتبہ سورہ فلق پڑھ کر دم کریں اور یہ پانی اپنے پاپا کو پلائیں۔اللہ تعالی کی بارگاہ میں بواسط سرور کائنات ﷺ میری دعا ہے کہ اللہ کریم آپ کے والد کو صحت عطا کریں گے۔

## پرانے نزلہ کا علاج

س: دس سال سے پرانے نزلہ کا مریض ہوں۔نزلہ نے میری جسمانی اور ذہنی صلاحیتوں کو کافی نقصان پہنچایا ہے۔میں شدید اعصابی کھنچاؤ اور کمزوری محسوس کرتا ہوں۔سر میں 24 گھنٹے درد رہتا ہے۔آنکھوں پر شدید دباؤ رہتا ہے جس سے میری نظر پر کافی اثر پڑا ہے۔منہ لعاب سے بھرا رہتا ہے۔جس سے کلاس اور کسی محفل میں بیٹھنا محال ہو جاتا ہے۔علاج پر ہزاروں روپے ضائع کر چکا ہوں۔لیکن فائدہ نہیں ملا۔ایم کام پنجاب یونیورسٹی میں سٹوڈنٹ ہوں۔اگر یہی کیفیت رہی تو شاید میں اپنی تعلیم جاری نہ رکھ سکوں۔میرے لئے کوئی روحانی علاج تجویز کر دیں۔

ج: روزانہ نہار منہ ایک مٹھی بھنے ہوئے چنے کھالیا کریں۔چنے کھانے کے بعد کچھ دیر تک پانی یا چائے نہ پئیں۔

رنگ و روشنی سے علاج کے مطابق نیلی شعاعوں کا پانی تیار کریں اور روحانی علاج کے مطابق دو پلیٹوں پر نزلہ مزمن کا علاج یَافَارِقُ لکھیں۔

دونوں پلیٹیں دوپہر کھانے سے قبل اور رات کو سوتے وقت نیلی شعاعوں کے پانی سے دھو کر پئیں۔علاج کی مدت چالیس روز ہے۔

## پسینہ پسینہ ہو جاتا ہوں

س: ایک ہمدرد و غمگسار دوست کی ایما و نصیحت پر عریضہ ہذا آپ کی خدمت میں ارسال کر رہا ہوں۔امید ہے کہ آپ کی توجہ سے مستفید ہو نگا۔تقریباً 25 سال سے وکالت کر رہا ہوں کوئی کاروباری یا مالی پریشانی بھی نہیں۔اللہ کریم کے فضل سے اچھی گزر اوقات ہو رہی ہے۔

اور 15 سال کی عمر میں کافی محنت کے بعد یہاں تک پہنچا ہوں۔میٹرک تک والدین نے تعلیم دلوائی پھر 16 سال کی عمر میں نوکری مل گئی 45 سے 56 تک ملازمت کے دوران پرائیویٹ طور پر تعلیم حاصل کر کے بی اے ایل ایل بی کر کے وکالت شروع کر دی۔1969ء میں مجھے اچانک دورے پڑنے شروع ہو گئے۔معدہ سے لے کر سر تک ایسا چکر آتا ہے کہ پسینہ پسینہ ہو جاتا ہوں۔رنگ زرد ہو جاتا ہے۔یہ چکر پانی پینے سے ختم ہو جاتا ہے ایسا لگتا ہے کہ اگر فوراً پانی نہ ملے تو جان نکل جائے گی۔یہ چکر کافی سال آتے رہے پھر ماہر امراض (نفسیات) کے علاج سے افاقہ تو ہوا۔اس دوران کے معائنہ جات سے کوئی تکلیف ظاہر نہیں ہوئی۔مگر کافی حد تک ٹھیک ہو گیا۔

اب ایک سال سے کام کرنے سے، نہاتے وقت ہاتھ چلانے سے بعض اوقات کھانا کھانے کے بعد حرکت سے سینہ میں درد شروع ہو جاتا ہے۔ دوائیاں راس نہیں آ رہی سخت پریشان ہوں۔آپ سے مودبانہ گزارش ہے کہ میری تکلیف کے تدارک کے لئے کوئی روحانی یا دیگر علاج تجویز فرمائیں۔کھانا ہضم ہو جاتا ہے۔بھوک اتنی شدید لگتی ہے کہ برداشت نہیں ہوتی۔ہاضمہ میں بظاہر کوئی نقص نہیں ہے۔البتہ اعصابی کمزوری بے انتہا ہے۔تمام دن آرام کرنے کے باوجود تھکن میں فرق نہیں پڑتا۔

ج: تین عدد سفید چینی کی پلیٹوں پر زعفران اور عرق گلاب سے

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ ایک بار

اَلرَّضَاعَتْ عَمَا نَوِئلُ ایک بار

رِيَاحِيْنِ مَاء ......12 مرتبہ لکھیں۔

نیلی شعاعوں کا پانی تیار کر کے، صبح نہار منہ ایک پلیٹ پی لیجئے۔

زرد شعاعوں کا پانی تیار کر کے دونوں وقت کھانا کھانے سے آدھا گھنٹہ قبل ایک ایک پلیٹ دھو کر پی لیں۔ پانی کی خوراک دو دو اونس ہے۔ زیادہ چکنائی اور تلی ہوئی چیزوں سے پرہیز کریں۔ ولایتی مرغی کا انڈا نہ کھائیں۔

## پیر پکڑے گھر بیٹھا رہتا ہوں

س: میرے پیر میں جوتے کا نشان پڑ گیا تھا۔ کھجانے پر ایک چھوٹی سی پھنسی کی شکل اختیار کر لی اور پھر ایک روز اس پر قینچی گر گئی۔ ہسپتال سے پٹی کرائی تو زخم اور گہرا ہو گیا۔ اور پھر میں نے بے وقوفی سے زخم پر تیزاب ڈال دیا۔ اس سے زخم اور بھی بڑھ گیا۔ اور پھر ستم بالائے ستم یہ کہ دوسرے روز پیر کی انگلی میں بچھو نے ڈنگ مار دیا۔ ڈاکٹری علاج سے چار ماہ میں افاقہ ہوا۔ پانچ ماہ کے بعد زخم پھر تازہ ہو گیا۔ چار ماہ تک پھر علاج کراتا رہا۔ لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ غریب اور بال بچے دار آدمی ہوں۔ چار ماہ کام کرتا ہوں، آٹھ ماہ تک پیر کو پکڑے گھر میں بیٹھا رہتا ہوں۔ تکلیف داہنے پیر کی دونوں بڑی انگلیوں کے درمیان میں ہے۔ انگلیوں کی جڑ سے کوئی ڈیڑھ انچ اوپر کی طرف زخم ہے۔

ج: کیکر کے تازہ پتے کھرل میں پیس کر زخم پر ضماد کر دیں۔ چند روز میں زخم مندمل ہو جائے گا۔ نیلی شعاعوں کا پانی تیار کر کے دو اونس صبح اور شام 21 یوم تک پی لیا کریں۔

## پریشانی، مالی درماندگی اور روزگار

س: عظیمی صاحب! میں عرصہ تین سال سے بے روزگار ہوں اور کوشش کے باوجود بھی نوکری نہیں مل سکی۔ گھر میں مالی پریشان ہے۔ کوئی علاج بتائیں۔

ج: بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْم۔ ایک بار، آیت الکرسی ایک بار۔

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْم ایک مرتبہ، درود شریف ایک دفعہ، سورۃ الکوثر ایک بار۔

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْم ایک بار، درود شریف ایک بار، سورۃ فلق ایک بار پڑھ کر دعا کریں۔

وظیفہ فجر کی نماز کے بعد، عصر کے بعد اور عشاء کی نماز کے بعد پڑھیں، چلتے پھرتے وضو اور بے وضو یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ کا ورد کرتے رہیں۔ چند ہفتوں میں نمایاں کامیابی سامنے آجائے گی۔

## پھونکیں

س: گزارش ہے کہ میری کہانی تو بہت لمبی ہے لیکن مختصر عرض ہے۔ میں 1980ء سے طرح طرح کی پریشانیوں کا سامنا کر رہا ہوں۔ بہر حال، خدا کا لاکھ لاکھ شکر ہے کہ اس نے ان سب سے بڑی پریشانی کو برداشت کرنے کی ہمت دی۔ میری سب سے بڑی پریشانی میری بیوی ہے جو کہ لندن میں پڑھی لکھی ہے اور اس کی پیدائش بھی یہیں کی ہے۔ میری بیوی کی حالت ایسی ہے کہ ایک منٹ میں اتنا غصہ شدید غصہ آتا ہے کہ جو چیز بھی سامنے آتی ہے اٹھا کر پھینک

دیتی ہے۔ میں اسے چھوڑنا نہیں چاہتا کیونکہ یہ ہمارا اپنا خون ہے۔ ویسے میری بیوی کو یہ عادات ورثے میں ملی ہیں۔ میری ساس بھی سب پر ایسے ہی حکم چلاتی ہیں۔ میرے سسر صاحب تو بھیگی بلی کی طرح زندگی گزار رہے ہیں۔ مجھے کسی بزرگ نے یہ بھی بتایا ہے کہ میری بیوی پر کسی بدروح کا سایہ ہے۔ ایک دفعہ میں سو رہا تھا کہ اچانک میری آنکھ کھل گئی تو کیا دیکھتا ہوں کہ میرے سامنے ہمارے بیڈروم میں ایک بہت ہی بدصورت چیز دروازے اور کھڑکی کے درمیان کھڑی ہے جو انسانی جسم کی مانند تھی۔ ایسے ہی ہاتھ پاؤں۔ صرف شکل بہت ڈراؤنی تھی۔ پہلے تو میں اس کو خواب سمجھا لیکن یہ خواب نہیں تھا۔ میں نے اپنا ہاتھ دو دفعہ منہ سے کاٹا اور تکلیف محسوس کی۔ مجھے اچھی طرح یاد تھا کہ میں نے سوتے وقت دروازہ بند کیا تھا۔ دروازے پر نظر ڈالی تو دروازہ ویسے ہی بند تھا اور لاک تھا۔ مجھے ان بزرگ صاحب نے یہ کہا تھا کہ قل ھواللہ کا ذکر کیا کروں۔ اس دن بھی میں نے سونے سے پہلے قل ھواللہ شریف پڑھا تھا اور جب اٹھا تو بھی پڑھ رہا تھا۔ پھر میں نے تیزی سے پڑھنا شروع کر دیا اور اس کی طرف پھونکیں مارنی شروع کر دیں۔ پھر میرے دیکھتے ہی دیکھتے اچانک وہ غائب ہو گئی۔ پھر مجھے نیند نہیں آئی۔ آپ سے درخواست ہے کہ جناب قلندر بابا اولیاء کے حضور میرا مسئلہ پیش کیا جائے اور مراقبہ میں میرے لئے دعا کرائی جائے۔ نیز روحانی ڈائجسٹ میں مجھے بتائیں کہ یہ سب کیا تھا۔

ج: جو کچھ آپ نے دیکھا ہے۔ صحیح دیکھا ہے لیکن یہ کوئی بدروح نہیں تھی۔ آپ کے لئے چونکہ یہ خلاف معمول واقعہ تھا اس لئے آپ ڈر گئے۔ اور ڈر میں آپ کو چہرہ ہیبت ناک نظر آیا۔ ایسی صورتیں اکثر و بیشتر سامنے آتی رہتی ہیں۔ جب عادت پڑ جاتی ہے تو ایسی اور بہت سی صورتیں اور دنیا کے باہر کی چیزیں آنکھوں کے سامنے آتی ہیں۔ بیگم صاحبہ کو ایک بار یا ودود پڑھ کر پانی پر دم کر کے پلا دیا کریں۔ غصہ پر کنٹرول حاصل ہو جائے گا۔

## پرانا نزلہ

س: چار پانچ سال سے شدت کا نزلہ ہوتا ہے۔ شروع شروع میں دو چار دن رہتا تھا پھر کچھ مہینوں کے بعد مسلسل رہنے لگا اور پھر ناک میں بھی تکلیف ہونے لگی تو تکلیف ناک میں سرسراہٹ کی صورت میں تھی یہ تکلیف یہاں تک بڑھی کہ سانس لینا بھی مشکل ہو جاتا تھا۔ اس کے بعد میں نے آس پاس کے ڈاکٹروں حکیموں سے علاج کرایا جب فائدہ نہ ہوا تو جناح ہسپتال گیا۔ یہاں اتنا ہوا کہ جب تک دوا کا استعمال جاری رکھا۔ ڈراپ ڈالتا رہا فائدہ رہا لیکن دوا چھوڑنے کے بعد پھر وہی نزلہ اور ناک میں تکلیف ہو جاتی تھی پھر آپریشن کر دیا گیا۔ لیکن پانچ دن بعد جب پٹی کھولی تو پھر نزلہ ہو گیا۔ ناک میں دائیں والے نتھنے میں زیادہ سرسراہٹ ہوتی ہے۔ بائیں نتھنے میں بھی سرسراہٹ ہوتی ہے مگر کم۔ اب میں دوائیں کھا کھا کر تنگ آ چکا ہوں۔ سر کے بال تیزی سے سفید ہو رہے ہیں اور گر رہے ہیں۔ دماغ خالی خالی سا رہتا ہے، آنکھیں دکھتی ہوئی محسوس ہوتی ہیں۔ گلا ہر وقت خراب رہتا ہے۔ بات کرتے کرتے آواز خراب ہو جاتی ہے۔

ج: تین عدد سفید چینی کی پلیٹوں میں زردہ کے رنگ اور عرق گلاب سے

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ ..........ایک مرتبہ

يَا فَارِقُ..............................9مرتبہ

يَاحَفِيْظُ..............................3مرتبہ

يَاشَافِئْ..............................3مرتبہ

يَاكَافِئْ..............................3مرتبہ

لکھ کر صبح شام ایک ایک پلیٹ سادہ پانی (جوش شدہ) سے دھو کر چالیس یوم تک پئیں۔ چکنائی، کھٹاس اور برف کی چیزوں سے پرہیز کریں۔

# پتہ نہیں میں کیا ہو گیا ہوں

س: میں آج بڑی امیدیں لے کر آپ کی خدمت میں حاضر ہوا ہوں۔ امید ہے مایوس نہیں کرینگے۔ میری عمر 16 سال ہے۔ مسئلہ یہ ہے کہ پہلے میں بہت ہی ذہین اور خود اعتماد تھا اور جماعت میں ہمیشہ اول یا دوئم آیا کرتا تھا مگر اچانک نجانے کیا ہوا کہ میری خود اعتمادی ایک دم ختم ہو گئی اور اب میں جماعت میں ہمیشہ نچلے درجہ پر آتا ہوں۔ پہلے کسی بھی مضمون کو صرف ایک مرتبہ پڑھتا تھا۔ وہ مجھے یاد ہو جاتا تھا مگر اب گھنٹوں پڑھنے کے بعد بھی تھوڑا سمجھ میں آتا ہے۔ ریاضی میرا پسندیدہ مضمون تھا مگر اب مجھے ریاضی کے نام سے چڑ ہے۔ میں نہایت حاضر جواب تھا ہم جماعتوں کے مذاق کا ترکی بہ ترکی جواب دیتا تھا مگر اب کوئی ہم جماعت میرا مذاق اڑائے تو مجھ سے جواب نہیں بن پڑتا۔ لڑکے مجھے طعنے دیتے ہیں الغرض کہ میں ایک مکمل انسان تھا مگر اب پتہ نہیں کیا ہو گیا ہوں۔ اب میں اپنی اس حالت سے بہت پریشان ہوں اور چاہتا ہوں کہ پہلے جیسا ہو جاؤں۔ آپ کی بڑی مہربانی ہو گی اگر آپ میری مصیبت کا حل بتا دیں۔

ج: رات کو وضو کر کے سونے سے پہلے 300 بار یا علیم پڑھ کر آنکھیں بند کر کے پندرہ منٹ تک نیلی روشنی کا مراقبہ کیا کریں۔ اور ہر وقت جب بھی فرصت ملے یا حی یا قیوم کا ورد کریں۔ شام کو عصر اور مغرب کے درمیان روزانہ 40 یوم تک ایک چھٹانک گرم جلیبی کھا لیا کریں۔ ہر جمعرات کو کسی غریب، نادار آدمی کو خوف خدا کے ساتھ دو روپے خیرات کر دیا کریں۔ بھلا ہو گا۔

پریشان ہوں

س: آپ کا کالم روحانی ڈاک پڑھتا رہتا ہوں۔ بڑا بیٹا تقریباً تین سال کا ہے۔ جب یہ پیدا ہوا تھا تو کمزور تھا۔ کبھی پاخانے لگ جاتے، کبھی پیٹ میں ہوا بھر جاتی ہے۔ غصہ بھی بہت کرتا ہے اور روتے روتے ایک سانس میں چلاتا جاتا ہے۔ رنگ اس کا نیلا کالا ہو جاتا ہے بڑی مشکل سے اس کا سانس جاری کرتے ہیں۔ پھر اسے ہوش نہیں رہتی۔ بہت اچھے ڈاکٹروں کو اسے دکھایا ہے۔ اب آپ کی طرف رجوع کیا ہے۔ براہ کرم میرے اس بچے کا روحانی علاج بتا دیجئے۔ عمر بھر احسان مند رہوں گا۔ میرا بچہ کافی کمزور بھی ہے۔ کھاتا کم ہے کاغذ یا مٹی کوئی بھی چیز ہو کھا جاتا ہے۔

ج: تین مرتبہ بسم اللّٰہ الرحمٰن الرحیم فردم مروج۔ پڑھ کر دودھ پر دم کر کے بچے کو پلائیں۔ جب بھی دودھ پلائیں یہ عمل کریں۔ گیارہ روز کے اندر اندر مٹی کھانے کی عادت چھوٹ جائے گی۔ ضد اور دوسری تکلیف کے لئے مندرجہ بالا تعویذ مومی کاغذ پر لکھ کر موم جامہ کر کے آسمانی کپڑے میں سی کر بچے کے گلے میں ڈال دیں۔ دو پونڈ خیرات کر دیں۔

# پلک جھپک جائے تو کوئی حرج نہیں

س: امید ہے آپ مایوس نہیں کریں گے اور خط لکھ رہا ہوں۔ امید ہے آپ مایوس نہیں کریں گے اور جواب ضرور شائع کریں گے۔ عرض یہ ہے کہ میری عمر تقریباً سترہ سال ہے اور میں فرسٹ ائیر کا طالب علم ہوں۔ میں اندر سے بالکل ٹوٹ چکا ہوں اور انتہائی اذیت اور کرب سے زندگی بسر کر رہا ہوں۔ میرا رنگ پہلے کی نسبت بہت زیادہ سیاہ ہو گیا ہے۔ میری ناک بھی موٹی اور بھدی ہے۔ جس کی وجہ سے میں پریشان ہوں۔ میں چاہتا ہوں کہ میرے چہرے کا رنگ سرخ و سفید اور ناک خوبصورت اور ستواں ہو جائے کیونکہ میں جب بھی دوستوں کے ساتھ بیٹھتا ہوں، دوست مذاق اڑاتے ہیں۔ میرا قد بھی ضرورت سے زیادہ لمبا ہے۔ جس کی وجہ سے میں اپنے دوستوں کے سامنے چلنے سے شرماتا ہوں۔ میں چاہتا ہوں کہ میرا قد بھی ان کے برابر ہو جائے یعنی تھوڑا سا کم ہو جائے۔ آپ ہم سب کے روحانی باپ ہیں۔ بیٹا باپ سے ہی اپنی مشکلات بیان کرتا ہے۔ اللہ مجھے ان تکلیفوں اور دکھوں سے نجات دلائیں۔

ج: صبح اور رات کو سونے سے پہلے سیدھے کھڑے ہو کر اپنے پیروں کے دونوں انگوٹھوں کے ناخن پر تین تین منٹ نظر جمائیں۔ یہ عمل تین منٹ سے زیادہ نہ کریں۔ پلک جھپک جائے تو کوئی حرج نہیں۔

## تنگدستی، بیروزگاری، معاشی بدحالی

س: عظیمی صاحب! میں عرصہ 3 سال سے بیروزگار ہوں۔ سمجھ میں کچھ نہیں آتا کیا کروں۔ ہر وقت پریشان رہتا ہوں۔ مہربانی فرما کر کوئی حل بتائیں۔

ج: تنگ دستی، معاشی بدحالی، ملازمت کے حصول میں رکاوٹیں ہوا کرتی ہیں۔ چلتے پھرتے اٹھتے بیٹھتے اور وضو اور بغیر وضو ہر وقت یاحی یاقیوم کا ورد کریں اور سلام میں پہل کرنے کی عادت ڈالیں اپنے اندر اللہ کی مخلوق کی خدمت کا جذبہ پیدا کریں۔ جو اللہ کی مخلوق کی خدمت کرتے ہیں اللہ تعالیٰ ان کی غیب سے مدد کرتا ہے۔ خدمت صرف پیسے سے ہی نہیں ہوتی۔ آپ کسی طرح بھی اللہ کی مخلوق کے کام آجائیں۔ یہ خدمت ہے۔

## تباہی کا راستہ

س: بارہ تیرہ سال کی عمر میں خراب صحبت کا شکار ہو گیا اور تباہی کے راستے پر چل نکلا۔ تقریباً پانچ چھ سال خود کو ضائع کرتا رہا۔ پھر اس عادت بد کے اثرات سے آگاہ ہوا تو توبہ کر لی لیکن خوفناک نتائج سے نہ بچ سکا۔ اب حالت یہ ہے کہ جسم کمزور ہے، نظر جواب دے گئی ہے، کسی سے آنکھ ملا کر اعتماد سے بات نہیں کر سکتا۔ مختصر یہ کہ زندگی تلخ ہو کر رہ گئی ہے۔ اگر آپ مجھے مکمل تباہی سے نہیں بچائیں گے تو شاید کوئی اور بھی نہیں بچا سکے گا۔

ج: رات کو سونے سے پہلے چت لیٹ جائیں اور انگشت شہادت سے سینہ کے اوپر تین مرتبہ یاحفیظ لکھیں، ہر وقت باوضو رہیں اور یاحی یاقیوم کا ورد کرتے رہیں۔

## تباہی کے گڑھے میں

س: عرض ہے کہ جس طرح آج کل کے نوجوان عام طور پر بے راہ روی کے شکار ہیں اور تباہی کے گہرے گڑھے کی طرف جا رہے ہیں وہی حال مجھ بدنصیب کا بھی ہے۔ آپ کہیں گے کہ یہ کیسا شخص ہے جو سب کچھ جانتے ہوئے اپنے آپ کو برباد کر رہا ہے لیکن میرا خود پر بس نہیں۔ اب حال یہ ہے کہ خود لذتی نے مجھے تباہی کے گڑھے میں دھکیل دیا ہے اور مجھے اپنے سامنے ذلت و رسوائی کے سوا کچھ نظر نہیں آتا۔ خدارا میری دستگیری کیجئے۔

ج: رات کو سونے سے پہلے چت لیٹ جائیں اور انگشت شہادت سے سینہ کے اوپر تین مرتبہ یاحفیظ لکھیں۔ ہر وقت باوضو رہیں اور یاحی یاقیوم کا ورد کرتے رہیں۔

# تین گلوکوز کی بوتلیں

س: ایک دن میں لان میں بہت تیز بھاگتے ہوئے کھیل رہا تھا۔ کبھی میں برآمدے میں چلا جاتا اور کبھی باہر اور اسی دوران تیز اور بہت تیز بارش شروع ہوگئی اور میں برآمدے سے باہر اور پھر برآمدے میں آتا رہا اور بارش میں بھیگتا رہا۔ جب کھیلنا بند کیا تو میری عجیب سی طبیعت ہوگئی تھی۔ ہر چیز دھندلی اور عجیب عجیب سی نظر آنے لگی۔ آنکھوں پر سخت بھاری بوجھ محسوس ہونے لگا۔ میں پھر اپنے کمرے میں لیٹ گیا اور سو گیا۔ تین گھنٹے نیند کے بعد میں اٹھا تو ٹھیک تھا۔ صبح اسکول میں آدھی چھٹی ہونے تک میں ٹھیک رہا اور جب میں آدھی چھٹی کے وقت باہر دھوپ میں گیا تو میری طبیعت خراب ہوگئی۔ آنکھوں پر بوجھ اور طبیعت سخت سست سی محسوس ہوئی اور شدید گھبراہٹ محسوس ہونے لگی۔ ڈاکٹروں کی دواؤں سے کچھ آرام نہ آیا۔ ان کو میری بیماری سمجھ میں نہ آئی اور پھر تین عدد گلوکوز کی بوتلیں چڑھائی گئیں تو میری طبیعت کچھ ٹھیک ہوگئی۔ پھر میں نے نویں جماعت کا سالانہ امتحان دیا جس میں 900 میں سے 681 نمبر لئے۔ پہلے تو مجھے یہ ڈر تھا کہ کہیں میں فیل نہ ہو جاؤں۔ اسکول جانے سے (دسویں جماعت میں) پہلے میں ٹھیک رہا اور جس دن میں سکول گیا میری طبیعت پھر خراب ہو گئی۔ مجھے ایسا محسوس ہوتا تھا کہ جیسے میں خواب دیکھ رہا ہوں اور وقتی طور پر میں یہ سمجھتا کہ کچھ سمجھ میں نہیں آرہا۔ حالانکہ بعد میں مجھے سب کچھ یاد ہوتا تھا۔ میں نے دوائی لی تو میری طبیعت میں گھبراہٹ زیادہ ہوگئی۔ اکثر میں رونے لگتا اور اسکول جانا چھوڑ دیا۔ ان دنوں کی کیفیات کچھ اس طرح تھیں۔

عجیب عجیب ساد کھائی دیتا۔ نزدیک کی چیزیں زیادہ عجیب دکھائی دیتیں جس وقت آنکھوں پر بوجھ زیادہ ہوتا اس وقت چیزیں زیادہ عجیب عجیب سی نظر آتیں۔ سر پر شدید بوجھ۔ رات کے وقت طبیعت ذرا ٹھیک ہو جاتی۔ عجیب عجیب سا کم نظر آتا۔ رات کے وقت کانوں سے سخت گرم ہوا نکلتی۔ ایک کان سے اور کبھی دوسرے کان سے کوئی کام کرنے کو جی نہ چاہتا۔ انگلیوں کے اگلے سروں پر شدید ٹھنڈک محسوس ہوتی تھی۔

کچھ دنوں بعد میرے جسم کے جوڑوں میں درد رہنے لگا۔ یہ درد کبھی ایک جوڑ میں ہوتا اور کبھی دوسرے جوڑ میں یعنی درد چلتا رہتا تھا۔

گرمی میں آنکھوں پر بوجھ آجاتا اور طبیعت سخت خراب ہو جاتی تھی۔ جب میں کھیلتا تو جسم میں سے دھک دھک کر آواز محسوس ہوتی۔ خاص کر پسلیوں کے پچھلی طرف کمر کے بالائی حصے میں خون تیز تیز چلتا محسوس ہوتا تھا۔ خاص کر دن کو سو جاؤں تو اٹھنے پر طبیعت سخت خراب ہوتی ہے۔ اگر میں بازو جسم کے نیچے رکھ کر سو جاتا تو اسی وقت میرا بازو سونا شروع ہو جاتا اور اسی طرح پاؤں اور ٹانگیں سو جاتیں۔ کندھے کی رگیں کھنچ گئی تھیں۔ شروع میں مجھے کانوں میں درد شروع ہوا اور سخت درد ہوتا تھا۔ گلے میں گلٹیاں بھی ہوتی تھیں۔ کسی وقت جسم کے پچھلے حصے یعنی کمر اور سر تک کے کسی حصہ میں ایسے محسوس ہوتا جیسے کھٹمل حرکت کر رہے ہوں۔ جب وہاں پر ہاتھ مارتا تو ٹھیک ہو جاتا۔

ج: زردہ کا رنگ اور عرق گلاب ملا کر روشنائی بنالیں اور اس روشنائی سے

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ اَلرَّضَاعَتْ عَمَا نَوِيْل ، بَحَقِّ يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ

999 999 999

پلیٹوں پر لکھ کر صبح، شام پانی سے دھو کر پئیں تین ماہ تک۔

# ٹائم اسپیس سے آزاد

س: ہم یتیموں کے سر پر نہ تو باپ کا سایہ ہے، نہ ہی کوئی ہمارا چاچا تایا ہے۔ ہم بڑوں کے پیار کے لئے ترستے رہتے ہیں۔ کیا آپ ہماری طرف شفقت سے دیکھنا گوارا کریں گے؟ ہماری فریاد سنیں گے؟ ہمارے دل ٹوٹ چکے ہیں۔ ہم شکستہ دل آپ کی طرف متوجہ ہیں۔ میری والدہ بہت پریشان اور اداس رہتی ہیں۔ رات کو سو نہیں سکتیں کہ لڑکا اٹھ کر کہیں گلا نہ دبا

دے۔ کیا میرا بھائی ٹائم اسپیس سے آزاد ہو گیا ہے، کیا وہ سب کچھ دیکھ سکتا ہے جو ہم نہیں دیکھ سکتے؟

میرے بھائی کے لئے کوئی بہتر علاج تجویز کریں جس سے وہ بالکل ٹھیک ہو جائے۔ ہم آپ کو ساری عمر دعائیں دے گے۔

ج: مندرجہ ذیل تعویذ کاغذ پر لکھ کر فلیتہ (بتی) بنائیں اور اس کو روئی میں لپیٹ کر اپنے بھائی کی چارپائی کے قریب جلائیں۔ اس وقت جب آپ کے بھائی چارپائی پر لیٹے ہوئے ہوں۔ جب تک مرض سے نجات ملے یہ عمل جاری رکھیں۔

کھانوں میں میٹھی چیزیں زیادہ دیں۔ شہد کا استعمال نہایت مفید ہے۔ تعویذ یہ ہے:

| | | | |
|---|---|---|---|
| ۹ | ۹ | ۹ | ۹ |
| ۹ | ۹ | ۹ | ۹ |
| ۹ | ۹ | ۹ | ۹ |

# ٹیڑھی گردن

س: میرا بھائی جس کی عمر بارہ سال ہے۔ بہت کمزور ہے۔ غذا بہت کم کھاتا ہے۔ گردن زیادہ تر ٹیڑھی رہتی ہے۔ سوتا ہے تو سر ٹیڑھا کر لیتا ہے۔ ہم بار بار سیدھا کرتے رہتے ہیں۔ ہوتا یہ ہے کہ گردن سیدھی کرتے ہیں تو گلے میں سے خرخر کی آواز نکلتی ہے اور پھر گلے میں پھندا لگ جاتا ہے اور اگر گردن ٹیڑھی رہتی ہے تو آرام سے سوتا ہے۔ ہم چاہتے ہیں کہ کچھ موٹا ہو جائے، عمر کے حساب سے کھانا کھائے، قد بڑھے۔ قد کی طرف سے بہت فکر ہے۔ کوئی ایسا عمل بتائیں جس کی برکت سے شفا ہو جائے۔ دن میں کئی مرتبہ گردن ٹیڑھی ہو جاتی ہے۔

ج: بچہ پیدائشی طور پر کمزور ہے۔ اس کا علاج ام الصبیان کا تعویذ اور روغن سورنجان تلخ کی مالش ہے۔ کتاب ''روحانی علاج'' میں سے ام الصبیان کا تعویذ (جو بچوں کے امراض کے باب میں لکھا ہوا ہے) تین عدد چینی کی چھوٹی پلیٹوں پر زردہ کے رنگ اور عرق گلاب سے لکھ کر ایک پلیٹ صبح، ایک شام اور ایک رات کو پانی سے دھو کر پلائیں تین مہینے تک۔ ناغہ نہیں ہونا چاہئے۔

روغن سورنجان تلخ کمر میں ریڑھ کی ہڈی کے جوڑ پر اور گردن کے جوڑ پر بہت ہلکے ہاتھ سے دائروں میں مالش کریں۔ پانچ منٹ دن میں اور پانچ منٹ رات کے وقت، کبھی کبھی بچہ کو خالص شہد بھی چٹا دیا کریں۔

# ٹھیک ہو جاتا ہوں

س: میں ایک دکھی انسان ہوں۔ مجھے پسلی چلنے کی بیماری ہے۔ جب سے یہ بیماری ہوئی ہے میں سو نہیں سکتا۔ اور رات جاگ کر گزارتا ہوں۔ اکثر یہ بیماری ہفتے میں ایک مرتبہ ضرور ہوتی ہے۔ جب میں ڈاکٹر کا علاج کرتا ہوں تو ٹھیک ہو جاتا ہوں۔ آپ سے گزارش ہے کہ آپ کوئی ایسا وظیفہ بتادیں کہ یہ بیماری عمر بھر کے لئے چلی جائے۔

ج: پسلی چلنا نہیں، میرے خیال میں آپ کو دمہ ہے۔ اور سانس کی بیماری ہے۔ اس کے لئے پرہیز کے ساتھ کافی دنوں تک علاج کرنا پڑتا ہے۔ جس ڈاکٹر کی دوا سے فائدہ ہوتا ہے اس علاج کا جاری رکھیں اور جب بھی پانی یا چائے پئیں نو مرتبہ یافارق پڑھ کر دم کر لیا کریں۔ اس علاج کی مدت چالیس روز ہے۔

# ٹھنڈی ہوا کی شدید طلب

س: ان دنوں سخت بیمار ہوں اور میری اس بیماری نے مجھے عملی طور پر دنیا سے کاٹ کر رکھ دیا ہے۔ یہ بیماری چوبیس گھنٹے ایک طرح سے مجھ پر سوار نہیں رہتی ہے بلکہ وقفوں وقفوں سے اس کا حملہ ہوتا رہتا ہے۔ جس وقت حملہ ہوتا ہے اس وقت اچانک میرا ذہن بھاری ہو جاتا ہے۔ دماغ میں ایک بوجھ محسوس ہوتا ہے۔ سانس اتنی تیز چلنا شروع ہو جاتی ہے کہ پوری دفاعی طاقت لگانے کے باوجود روکنا مشکل ہو جاتا ہے اور اگر خدانخواستہ نہ رک سکے تو پھر ایسا محسوس ہوتا ہے کہ پورا تنفسی نظام ٹوٹ پھوٹ کر رہ جائے گا۔ سانس کی شدت کو روکنا میرے لئے مشکل ہو جاتا ہے۔ اس کے ساتھ ہی ساتھ دل کی دھڑکن اتنی تیز ہو جاتی ہے کہ بیان سے باہر ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ سخت گھبراہٹ، بے چینی اور شدید گرمی محسوس ہوتی ہے اور پورے جسم کی طاقت تقریباً سلب ہو جاتی ہے۔ ہاتھ پیر جیسے بے جان ہو جاتے ہیں۔ گویا کہ ایک تشنجی کیفیت طاری ہو جاتی ہے۔ ایک قدم چلنا یا ہاتھ اٹھانا تک دشوار ہو جاتا ہے۔ ہاتھ کی ہتھیلی پر اور پیشانی کے اوپر بالوں کی جڑ میں پسینے آنے لگتے ہیں۔ اس تکلیف کے دوران اگر میں بیٹھ جاؤں یا لیٹ جاؤں تو یہ تکلیف اور بڑھ جاتی ہے۔ لہٰذا مجبوراً کھڑے رہ کر اس کو جھیلنا پڑتا ہے۔ اس پورے حملے کے دوران مجھے دو چیزوں کی شدید طلب محسوس ہوتی ہے پہلی چیز تنہائی یعنی اس وقت مجھے ایسی جگہ بھاگ کر چلے جانے کو جی چاہتا ہے جہاں کوئی مجھے دیکھ نہ سکے۔ دوسری چیز تیز ٹھنڈی ہوا کی شدید طلب۔ جیسے مچھلی بغیر پانی کے نہیں رہ سکتی، اسی طرح میں اس وقت تیز ٹھنڈی ہوا کے بغیر نہیں رہ سکتا۔ جب مشکلوں سے میں اس تکلیف پر قابو پاتا ہوں اور یہ کیفیت گزر جاتی ہے تو پھر میں اتنا کمزور اور نڈھال ہو جاتا ہوں کہ بیان سے باہر ہے۔ محسوس ہوتا ہے جیسے مجھے کسی نے نچوڑ کر رکھ دیا ہے اور ہر حملہ کے بعد میں جسمانی طور پر کافی دبلا ہو جاتا ہوں۔ اب میں پہلے سے صرف ایک چوتھائی رہ گیا ہوں۔ اپنے اوپر سے اعتماد اور اپنی ہمت بالکل ختم ہو چکی ہے۔ نہ میں کسی تقریب میں رہ سکتا ہوں، نہ گھر سے دور جا سکتا ہوں نہ کسی سے مل جل سکتا ہوں، نہ دکان جا سکتا ہوں، جہاں میں گھر سے نکلا، مجھ پر مرض کا دورہ شروع ہو جاتا ہے اور اگر گھر میں بھی مہمان وغیرہ آ جائیں تو میں ان کا سامنا نہیں کر سکتا۔ میرا پورا جسم اور خاص کر سینہ بہت کمزور اور لاغر ہو چکا ہے۔ میں موت کی دہلیز پر کھڑا ہوں۔ ایلوپیتھک کے پاس جاتا ہوں تو وہ گیس اور ذہنی سکون کی دوا دیتے ہیں۔ اس سے کوئی فائدہ نہیں ہوتا۔ ہومیوپیتھ کا علاج بھی کیا ہے۔ مجھ جیسے ڈوبتے ہوئے انسان کے لئے بس اب آخری سہارا خدا کے بعد آپ ہیں۔ اگر آپ کے پاس سے بھی ناامید ہوا تو یقیناً موت کے منہ میں جانے میں مجھے زیادہ دیر نہیں لگے گی۔ میں اپنی اس زندگی سے تنگ آ چکا ہوں۔ آپ میرے لئے جو بھی بہتر سے بہتر علاج ممکن ہو تجویز کریں تاکہ اللہ تعالیٰ مجھے جلد از جلد صحت کلی عطا کریں۔

ج: تین وقت ایک ایک چمچہ کالص شہد پانی یا دودھ میں استعمال کریں۔ چکنائی نہ ہونے کے برابر استعمال کریں۔ رات کو سوتے وقت کھلے آسمان کے نیچے لیٹ کر ستاروں کا نظارہ کریں۔ انگوٹھی میں نیلے رنگ کا نگینہ اس طرح پہنیں کہ نگینہ انگلی سے مس ہوتا رہے۔ جس طرح بھی ممکن ہو فجر کی نماز مسجد میں باجماعت ادا کریں اور نماز کے بعد کسی باغ یا لان میں سیر کریں۔ رات کو کھانا کھانے کے بعد لازمی طور پر دو میل ٹہلا کریں۔ ایک میل جانے اور آنے میں دو میل ہو جاتے ہیں۔ چالیس روز بعد دوبارہ پوری کیفیات سے مطلع کریں۔

# ٹوٹا پھوٹا انسان

س: میں ایک ٹوٹا پھوٹا انسان ہوں اور اس کا علاج آپ کر سکتے ہیں۔ بیماریوں کا مجموعہ ہوں۔ آپ سے بہت دور ہوں اس لئے خط کا سہارا لیا۔ مجھے پانچ دفعہ ٹائیفائیڈ ہو چکا ہے میرے جسم میں خون کی بھی کمی ہے۔ جسم میں گرمی بہت ہے۔ بچپن میں اپنے ہاتھوں صحت کو تباہ کرتا رہا ہوں لیکن اب تائب ہو چکا ہوں۔ ہفتے میں دو بار کپڑے خراب (احتلام) ہو جاتا ہے۔ جس کی وجہ سے نماز رہ جاتی ہے۔ سر میں بفا بہت ہے اور بال تیزی سے گر رہے ہیں۔ گنجے پن کا علاج موروثی ہے۔ آپ اس سے نجات دلائیں۔ معدہ بھی طاقتور نہیں ہے ایک جلدی مرض بھی لاحق ہے۔

ج: صبح شام نیلی شعاعوں کا پانی پئیں۔ناشتہ کے بعد اور رات کو سوتے وقت سبز شعاعوں کا پانی پئیں۔خوراک 2,2اونس ہے۔ہر وقت یاحی یاقیوم کا ورد کریں۔

## جڑی بوٹیوں میں حیرت ناک اثرات

س: بیماری کی نوعیت یہ ہے کہ بڑے بھائی دو قدم بھی چلیں تو دماغ میں دھمک محسوس ہوتی ہے۔دل ڈوبنے لگتا ہے۔دماغی امراض کے ماہر نے بجلی کے تقریباً آٹھ شاک بھی لگائے لیکن ذرہ برابر فرق نہیں پڑا۔والد صاحب بھائی صاحب کی یہ حالت دیکھ کر ہر وقت روتے رہتے ہیں۔علاج کے سلسلے میں لوگوں سے بہت سا قرض بھی لے چکے ہیں۔راولپنڈی میں کوئی حکیم یا ڈاکٹر ایسا نہیں ہے جس سے ہم نے علاج نہ کرایا ہو۔خدا کے لئے جلد از جلد ہمارے اس مسئلے کا کوئی حل، کوئی علاج تجویز کرکے شکریہ کا موقع دیں۔

ج: بہت معمولی بات ہے۔انشاءاللہ پہلے ہفتہ میں آپ کو معلوم ہو جائے گا کہ قدرت نے معمولی جڑی بوٹیوں میں کس قدر حیرتناک اثرات محفوظ کر دیئے ہیں۔

جئی جو ریس کے گھوڑے کھاتے ہیں 2تولہ صبح، 2تولہ دوپہر اور 2تولہ رات کو سوتے وقت تین پیالی پانی میں پکائیں۔جب پانی پک کر آدھی پیالی رہ جائے اور پانی چائے کی طرح رنگین ہو جائے تو چھان کر اپنے بھائی صاحب کو پلا دیں۔جئی اسٹین لیس اسٹیل کی پتیلی میں پکائی جائے۔پکاتے وقت پتیلی پر ڈھکن رکھ دیں تاکہ بھاپ کم سے کم ضائع ہو۔پورا علاج چھ مہینے کا ہے۔الیکٹرک شاک لگنے سے دماغ پر جو خراب اثر ہوا ہے وہ بھی انشاءاللہ اس دوا سے رفع ہو جائے گا۔حتیٰ کہ پکے ہوئے پانی میں شہد آمیز کرلیں تو بہت اچھا ہے۔

## جسمانی کج روی

س: میری عمر تقریباً 24سال ہے اور میں میٹرک پاس ہوں مگر نامساعد حالات کے باعث اب تک اپنا مستقبل نہ بنا سکا۔والدین مجھے بیوقوف کہتے اور تصور کرتے ہیں۔جسمانی کج روی کے باعث لوگ مجھ پر ہنستے اور طنز کرتے ہیں، چہرہ لمبوترا ہے ایک آنکھ کی بینائی بھی نہیں ہے اس لیے میں ہمیشہ شدید احساس کمتری کا شکار رہا ہوں جس کی وجہ سے کام کاج سے عدم دلچپسی ظاہر ہوتی ہے۔بالخصوص یکسوئی اور یکسانیت نام کو نہیں ہے۔یہی وجہ ہے کہ چند روز یا چند ماہ کہیں کام کرتا ہوں اور چھوڑ دیتا ہوں۔اپنی اس احساس کمتری، بیوقوفی اور غیر یکسانیت سے تنگ آچکا ہوں، جم کر کوئی کام یا کاروبار نہیں کرسکتا۔ذہن بھی بچگانہ ہے خدارا کوئی مشورہ دیں یا جو آپ مناسب سمجھیں۔

ج: رنگ و روشنی سے علاج کے طریقہ پر احساس کمتری اور قوت ارادی کا علاج کریں۔اور ہر وقت چلتے پھرتے اٹھتے بیٹھتے وضو اور بغیر وضو کے یاحی یا قیوم کا ورد کرتے رہا کریں۔جو کام شروع کریں۔انتہائی توجہ اور مستقل مزاجی سے اسے اختتام تک پہنچائیں۔وظیفوں سے کام نہیں چلے گا اس مسئلہ کے حل کے لئے آپ کی ذاتی ذہنی اور جسمانی کوششوں کا عمل دخل ضروری ہے۔

# جنات کا گروہ

س: عرصہ صحیح یاد نہیں غالباً یہ 1984ء کی سردیاں شروع ہونے کے بعد کی بات ہے ایسا ہوا کہ میں رات گیارہ یا بارہ بجے بستر پر سونے کے لئے لیٹا، چادر اوڑھ کر قبلہ رخ کروٹ لینا ہی چاہتا تھا کہ میرے وجود پر ایک انسانی ہاتھ یعنی پنجہ پیشانی سے شروع ہو کر پیٹ تک چلا گیا۔ پنجہ کا دباؤ، لمس نہ زیادہ نہ کم۔ مجھ پر چند لمحوں کے لئے دہشت طاری ہوئی مگر فوراً ہی خود بخود یہ خیال ہوا کہ بزرگان دین میں سے کوئی بابا جی ہوں گے۔ میں کیوں ڈروں اور آہستہ آہستہ میں پرسکون ہو کر سو گیا۔ میں اکیلا ہی رہتا ہوں۔ صبح ناشتہ کرنے کے دوران بیوی بچوں نے بتایا کہ رات ٹی وی پر کوئی پروگرام تھا جس کی وجہ سے ہم لوگ رات گئے تک جاگتے رہے۔ رات تقریباً 12 بجے گلی میں سے عجیب و غریب پراسرار سی آواز سنائی دیتی رہی۔ تھوڑی دیر بعد پراسرار آوازیں آنا بند ہو گئیں مجھے رات والی بات یاد آ گئی مگر میں نے ذکر نہیں کیا اور کہا کہ وہم ہو گا۔ اس بات پر سب ہی میرے گلے پڑ گئے اور خود کو سب ہی نے صحیح الدماغ ثابت کرنے کی کوشش کی۔ میں نے یہ کہہ کر جان چھڑائی کہ اس بات سے کوئی نقصان تو ہوا نہیں اللہ کے بھید اللہ ہی جانے اور اپنی حفظ و امان میں رکھے۔

ایک خاص بات وہ یہ کہ میرے پڑوس میں ایک تین منزل مکان ہے اس مکان کی تفصیل کافی لمبی ہے اور کافی پراسرار بھی۔ دراصل اس مکان میں ایک گروہ جنات آباد ہے۔ یہ مکان اب پھر عرصہ آٹھ سال سے غیر آباد پڑا ہے۔ اس گروہ اجنہ سے کبھی کسی کو نقصان نہیں پہنچا۔

میں خط لکھ کر فرش پر لیٹ گیا فرش پر ایک ایسا دھما کہ ہوا کہ جیسے کسی دیو نے زمین پر پیر مارا ہو۔ اکثر مجھے ایسا محسوس ہوتا ہے۔ میری چارپائی ہل رہی ہے۔ براہ کرم میری مدد فرمائیں تاکہ آئندہ یہ صورت حال مزید خراب نہ ہو۔

ج: ایک ماہ تک نمک بالکل نہ کھائیں جو کچھ کھائیں بالکل پھیکا کھائیں یا میٹھی اشیاء استعمال کریں۔ تین وقت ایک ایک چمچہ شہد پر الرضاعت عمانویل پڑھ کر دم کر کے کھائیں۔ ایک ماہ بعد صورت حال سے مطلع کریں۔

# جسم میں آگ

س: میرے تلوؤں میں جلن رہتی ہے۔ ایسا معلوم ہوتا ہے کہ پیروں کے اندر انگارے بھرے ہوئے ہیں۔ سارے جسم میں آگ سی لگی رہتی ہے۔ بعض مرتبہ تو یہ گرمی اتنی شدید ہو جاتی ہے کہ محسوس ہوتا ہے کہ کوئی مجھے آگ پر سینک رہا ہے۔

ج: چٹ پٹی چیزیں اور مصالحے دار کھانا کم سے کم کر دیجئے۔ آپ کے معدہ میں حدت ہے۔ اس کو رفع کرنا بہت آسان ہے۔ گرم غذاؤں سے پرہیز کریں۔ معتدل چیزیں کھائیں۔ کچی سبزیاں زیادہ سے زیادہ استعمال کریں۔ صبح نہار منہ پیٹ بھر کر ٹھنڈا پانی پی لیا کریں۔ پانی آہستہ آہستہ کئی سانس میں پئیں۔ ایک دم نہ انڈیل لیں۔ ورنہ پیٹ میں درد ہو جائے گا۔

# چہل قدمی

س: میری عمر 30 سال ہے۔ شادی کو ایک سال ہو گیا ہے۔ ایک بچی ہے مسئلہ یہ ہے کہ میں سوچتا بہت ہوں ایسا لگتا ہے کہ میں پاگل ہو جاؤں گا۔ دماغی توازن صحیح کام نہیں کرتا ہے۔ سر میں درد ہے۔ یوں محسوس ہوتا ہے کہ سر پر بھاری وزن رکھا ہے۔ جسمانی طور پر کمزور سے کمزور ہوتا جا رہا ہوں۔ خدا اور موت سے بہت ڈرتا ہوں۔ برائے مہربانی مجھے اس کا کوئی حل بتائیں۔ میں بہت پریشان ہوں۔

ج: خدا سے محبت کریں، ڈریں نہیں۔ خدا 70 ماؤں سے زیادہ محبت کرتا ہے۔ کھانے میں میٹھی چیزیں زیادہ کھائیں اور روزانہ صبح کے وقت کسی لان میں لمبے لمبے سانس لے کر چہل قدمی کریں۔

## حق باہو

س: 14 سال سے کوئی غیبی طاقت مجھے تڑپا رہی ہے۔ تمام جسم ہلتا ہے میرا جسم کا تمام خون چوسا جا رہا ہے۔ 14 سال پہلے میٹرک کے امتحان کی تیاری کر رہا تھا اور میں اپنے محلے کے قریب ایک باغ میں جا کر پڑھا کرتا تھا وہیں میری جان پر یہ مصیبت نازل ہوئی ہے۔ میں نے اسے کافی علاج کیا مگر کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ سوکھ کر کانٹا ہو گیا تھا میرا جسم بالکل کمزور ہو چکا تھا پھر ہمارے محلے کی مسجد کے پیش امام نے مجھے تعویذ دیا اور کہا کہ اس کے اوپر پاؤں رکھ کر غسل کرو اور پھر اس کو گندی نالی میں ڈال دو۔ میں نے اسی طرح کیا مگر کوئی نتیجہ نہیں نکلا۔ آسیب اور بدروحیں مجھے جونک بن کر لپٹ گئے اور میرا خون چوس کر مجھے کھوکھلا کر دیا ہے۔

ج: رات کو سوتے وقت ''حق باہو'' کا نعرہ لگائیں اور آسیب یا جو کچھ بھی ہے اس سے مخاطب ہو کر کہیں کہ مجھے چھوڑ دے عرصہ 40 روز کے عمل سے نجات مل جائے گی۔

## حقیقی کل کبھی نہیں آتی

س: میں گیارہویں جماعت سائنس کا طالب علم ہوں۔ مجھے پڑھنے کا بہت شوق ہے لیکن جب کتابیں لے کر پڑھنے بیٹھتا ہوں تو ہزاروں خیالات دل میں پیدا ہو جاتے ہیں۔ اس وجہ سے دل میں یہ خیال کرتا ہوں کہ آج نہیں کل پڑھ لوں گا لیکن جب دوسرے دن پڑھنے بیٹھتا ہوں تو پھر وہی حالت ہو جاتی ہے۔ کل کا خیال کر کے چھوڑ دیتا ہوں۔ امتحانات قریب ہیں نہ معلوم میری حقیقی کل کون سی ہو گی۔ یہ بھی چاہتا ہوں کہ امتحان میں اچھے نمبروں میں پاس ہو جاؤں۔ براہ کرم آپ اس حالت کو دور کرنے اور امتحان میں اچھے نمبر لانے کے لئے کوئی آسان وظیفہ بتا دیجئے۔ جیسا کہ میں عرض کر چکا ہوں کہ میں گیارہویں جماعت کا طالب علم ہوں۔ میرے کالج میں ایک لڑکا بی ایس سی میں پڑھتا ہے۔ فطری طور پر مجھے ان کی کچھ خصلتیں اس طرح پسند آ چکی ہیں کہ بھولنے کا ارادہ کرتے ہوئے بھی نہیں بھولتا۔ رات کو ایک دو مرتبہ خواب میں بھی دیکھ چکا ہوں اور ایسے خیالات کے سبب کچھ پوری رات نیند بھی نہیں آتی۔ کالج میں انہیں دیکھ کر مجھے دلی سکون پہنچتا ہے اگر نہیں دیکھتا تو بڑی بے چینی پیدا ہو جاتی ہے۔ میری نیت صاف ہے۔ صرف ان سے دوستی کر کے دلی سکون حاصل کرنا چاہتا ہوں۔ ان سے روبرو بات کرنے کی ہمت نہیں ہوتی۔ آپ مہربانی فرما کر کوئی ایسا وظیفہ بتا دیجئے کہ وہ صاحب میرے گہرے دوست بن جائیں اور میری بے چینی ختم ہو جائے۔

ج: دوست کی ہمدردیاں حاصل کرنے کے لئے رات کو سوتے وقت اکتالیس مرتبہ کھیعص کاف ہا یا عین ص) پڑھ کر مطلوبہ دوست کا تصور کریں اور تصور کے عالم میں سو جائیں۔ حقیقی کل کبھی نہیں آتی۔ جو لوگ آج کا کام کل پر چھوڑنے کے عادی ہوتے ہیں وہ زندگی میں ناکام رہتے ہیں۔ یہ صورت قوت ارادی اور خود اعتمادی میں کمی سے پیدا ہوتی ہے اس کا علاج بہت آسان ہے۔ ہر وقت باوضو رہنے کی کوشش کریں۔ رات کو سونے سے پہلے بھی وضو کر لیا کریں۔

# خونی بواسیر

س: 4سال سے خونی بواسیر کا مرض ہے۔جب سے یہ مرض لگاہے اور بھی کئی بیماریاں لگ گئی ہیں۔مقام خاص پر روزانہ کھولن ہوتی ہے۔اندر ہی اندر آگ سی لگتی ہے جبکہ مرچیں ایک ذرا بھی استعمال نہیں کر رہی ہوں۔ڈاکٹر حکیم کہتے ہیں معدے میں تیزابیت ہے۔ڈھائی مہینے کے علاج کے بعد پھر تکلیف ہے۔

ہر ڈیڑھ مہینے کے بعد حلق میں تکلیف شروع ہو جاتی ہے۔تھوک نگلنے سے یا حلق میں کوئی چیز ڈالنے سے ایسا محسوس ہوتا ہے جیسے حلق میں کوئی چیز پھنسی ہوئی ہے۔زبان میں بھی کبھی کبھی جلن ہو جاتی ہے۔زبان پر انگلی پھیرو تو ابھری ابھری سی اور کٹی کٹی سی لگتی ہے۔ہاتھ پیروں میں سنسناہٹ رہتی ہے۔ہاتھ پیر بھاری اور من من بھر کے محسوس ہوتے ہیں۔

ج: حبس ریاح، قبض، بند نزلہ اور معدے میں تیزابیت آپ کے امراض ہیں۔اگر قبض کا صحیح علاج ہو جائے تو آدھی بیماریاں خود بخود ٹھیک ہو جائیں گی۔لیکن علاج کسی تجربہ کار معالج کی نگرانی میں ہونا چاہیئے۔روحانی علاج یہ ہے۔

جب بھی آپ طہارت کریں الٹے ہاتھ کی بڑی انگلی سے استنجہ کریں اور زبان سے مانی فمیر اَپڑ ھتی رہیں۔علاج کی مدت چالیس روز ہے۔اس کے ساتھ مادی علاج اور پرہیز بھی ضروری ہے۔

# خوبصورت مرد

س: جناب عالی عرض یہ ہے کہ اس وقت میں آپ سے ایک درخواست کر رہا ہوں کہ آپ عورتوں کے لئے خوبصورتی اور حسن کا عمل تحریر کرتے ہیں۔یعنی ''حوروں والا مراقبہ'' جبکہ مرد حضرات بھی روحانی ڈائجسٹ پڑھتے ہیں لیکن آپ نے ابھی تک مردوں کے لئے کوئی ایسا عمل تحریر نہیں کیا۔جس سے وہ مرد جو اسے کرے تو دنیا کا حسین ترین مرد بن جائے اور اس کے اندر کشش و جاذبیت کا یہ عالم ہو کہ دیکھنے والے دیکھتے رہ جائیں۔خواجہ صاحب! جس طرح عورتوں کی خواہش ہوتی ہے کہ وہ خوبصورت اور پر کشش ہوں اسی طرح مردوں کے جذبات بھی ہوتے ہیں کہ وہ نہایت حسین اور خوبصورت نظر آئیں۔خوبصورتی صرف عورتوں کا ہی حصہ نہیں ہے۔اگر یہ بات ہوتی تو اس دنیا کا حسین ترین انسان یعنی حضرت یوسف علیہ السلام مرد نہ ہوتے۔خدا تعالیٰ بڑا رحیم و کریم ہے۔اسے اپنی ساری مخلوق کا خیال ہے۔خواجہ صاحب! آپ کو آپ کے پیر و مرشد کا واسطہ اس دفعہ کے روحانی ڈائجسٹ میں مردوں کی خوبصورتی کا ایسا راز ضرور تحریر فرمایئے گا جس کے کرنے سے مرد کے اندر بلا کی خوبصورتی اور کشش پیدا ہو جائے۔

ج: کثرت سے یاحی یا قیوم کا ورد کریں اور قد آدم آئینہ کے سامنے پشت کی طرف سے کھڑے ہو کر نماز کی طرح نیت باندھ لیں اور تین سو مرتبہ اَللّٰہُ جَمِیْلٌ وَیُحِبُّ الْجَمَالُ پڑھ کر شمال رخ مراقبہ میں بیٹھ جائیں اور یہ تصور کریں کہ میرے اوپر مرکری روشنیوں کی بارش برس رہی ہے۔روزانہ پندرہ منٹ تک یہ عمل کریں۔

# خیالات کی فلم

س: میں ایک مقامی کالج کا طالب علم ہوں۔ مسئلہ میرا یہ ہے کہ مجھے اپنے آپ سے باتیں کرنے کی عادت ہو گئی ہے۔ ذہن پر ہر وقت خیالات کی یلغار رہتی ہے۔ اگر میں کسی سے باتیں کرتا ہوں تو بھی ذہن ادھر ادھر بھٹکتا رہتا ہے۔ اگر کلاس میں ٹیچر لیکچر دے رہا ہوں تو بھی ذہن حاضر نہیں ہوتا۔

اپنے آپ سے باتیں کرنے کی بیماری روز بروز شدید تر ہوتی جا رہی ہے۔ خیالات کی فلم اتنی گہری ہو جاتی ہے کہ میں اس کا حصہ بن جاتا ہوں اور جو کچھ دیکھتا ہوں جو باتیں خیالات میں کرتا ہوں وہ زبان پر جاری ہو جاتی ہیں۔ کبھی یہ دیکھتا ہوں کہ بہت بڑا کھلاڑی بن گیا ہوں۔ کبھی دیکھتا ہوں کہ بہت بڑا گلوکار بن گیا ہوں۔ بس میں سفر کرتے ہوئے اپنے آپ سے باتیں کرتا رہتا ہوں۔

ج: صبح سویرے اور سونے سے پہلے ایک مرتبہ اَللّٰهُ لَا اِلٰهَ اِلَّاهُوَ الْحَیُّ الْقَیُّوْمُ پڑھ کر ہاتھوں پر دم کریں اور ہاتھ چہرے پر پھیر لیں۔ اس عمل کو نوے دن کرنا ہے۔ اس عمل کے ساتھ ساتھ صبح سورج نکلنے سے پہلے کچی زمین یا گھاس پر کھڑے ہو کر آہستہ آہستہ سانس اندر لیں اور روکے بغیر آہستگی سے باہر نکال دیں۔ اس مشق کو گیارہ مرتبہ کریں۔ تین ماہ میں آپ کی ذہنی کیفیات نارمل ہو جائیں گی۔

# دعا مقبول ہونے کا طریقہ

س: پانچ بہنوں اور چھوٹے بھائی کا مستقبل سامنے نہ ہوتا تو نہ معلوم اب تک کیا کر گزر چکا ہوتا۔ صحت کو گھن لگ گیا ہے۔ دل و دماغ پر ہر وقت بوجھ رہتا ہے۔ معلوم ہوتا ہے کہ دل سینے سے اوپر کہیں اٹک گیا ہے۔ دماغ اور ذہن سوچنے سمجھنے کی صلاحیت سے محروم ہیں۔ مذہبی کتابیں اور نماز بھی نہیں پڑھ سکتا۔ کاروباری قید سے شام ڈھلے نجات ملتی ہے۔ اس کے بعد تاش، شطرنج اور فلم بینی کے مشاغل میں مصروف ہو جاتا ہے۔ یہ چیزیں نہ ہوں تو قیامت گزر جاتی ہے اور رات کروٹیں بدلتے گزر جاتی ہے۔

گھر میں ایک ہنگامہ برپا رہتا ہے۔ والد صاحب اور والدہ کی نوک جھونک مستقل عذاب ہے۔ آپس کی لڑائی اور طنز و تشنیع کا انجام علیحدگی کے سوا اور کچھ نظر نہیں آتا۔ دل چاہتا ہے کہ یہ انجام دیکھنے سے پہلے خودکشی کر لوں۔ ذہنی سکون نہ ہونے سے معاشی ابتری کا شکار ہوں۔ فرض کے بارے ذہنی کشاکش اور دماغی کشمکش میں مبتلا کر دیا ہے۔ پہلے پاکیزہ خیالات اور مخلصانہ جذبات زندگی کا سہارا تھے۔ اب ہر وہ روش جو معاشرہ کے لئے ناپسندیدہ ہے، طبیعت کے لئے پسندیدہ بن گئی ہے۔ لڑکیوں سے دوستی کرنا چاہتا ہوں۔...... بھی کرنا چاہتا ہوں اور شراب پینے کی خواہش بھی مجھے اقدام کرنے پر اکساتی ہے۔ ان مصروفیات سے آپ اندازہ کر سکتے ہیں کہ شیطان میرے اندر کس طرح حلول کر گیا ہے۔ یہ بھی عرض کر دوں کہ میں نے ملازمت کر کے تعلیم حاصل کی ہے۔ زندگی کی نامرادیاں ہمیشہ میرا خیر مقدم کرتی ہیں۔ والد کے جارحانہ رویے اور تلخ طبیعت کی وجہ سے گھر کا ہر فرد ان سے نفرت کرتا ہے۔ وہ جھوٹی شہرت اور وقار کے بھوکے ہیں۔ کاروباری اور گھریلو پریشانیاں میرے گلے ڈال کر چوہدری بنے ہوئے ہیں۔ جوان بیٹیوں کے غم میں والدہ چارپائی سے لگ گئی ہیں مگر والد صاحب ہیں کہ ذرہ برابر بھی پرواہ نہیں کرتے۔

ج: آپ کے حالات اور مسائل پڑھ کر جس نتیجہ پر پہنچا ہوں وہ یہ ہے کہ آپ کو قبولیت دعا کا طریقہ بتا دوں۔

دعا قبول ہونے کا طریقہ: عشاء کی نماز پڑھیئے جب نماز پڑھ چکیں تو کسی گوشہ میں تنہا بیٹھ جائیں اور آنکھیں بند کر لیں۔ اللہ تعالیٰ کی طرف پوری طرح متوجہ ہو جائیں۔ اس وقت یہ تصور زیادہ سے زیادہ گہرا ہونا چاہئے کہ میں اللہ تعالیٰ کے حضور میں اکیلا حاضر ہوں۔ اللہ تعالیٰ کے علاوہ اور کوئی آس پاس نہیں ہے۔ اب ذہن سے اللہ تعالیٰ کے حضور التجا کیجئے کہ یہ ہیں میری مشکلات، انہیں فوراً دور کر دیجئے۔ قرض، کاروباری کمزوری، صحت، حالات کی تنگی، خاندان کے مسائل، وقت فیصلہ کی کمی، طبیعت کی ناخوشی اور بے چینی۔

ان تمام مشکلات کو اس ہی طرح ذہن میں رکھ کر اللہ تعالیٰ سے فوری طور پر ان کے حل کرنے کی التجا اور دعا کیجئے۔ انشاءاللہ زیادہ سے زیادہ ایک ہفتہ میں غیب سے تمام آسانیاں فراہم ہونا شروع ہو جائیں گی اور اتنی فراغت حاصل ہو گی کہ کبھی خیال بھی نہیں ہو گا کہ یہ مشکلات پیش آئی تھیں۔

# دس سال پہلے

س: دس سال پہلے کی بات ہے کہ میرے کزن کے گھر میں کچی مٹی کے بڑے بڑے ڈھیلے رات کو مغرب کی اذان کے وقت گرتے تھے۔ مکان کی چھتوں پر پہرہ دے کر دیکھا مگر نامعلوم جگہ سے وقت مقررہ پر پتھر صحن کے درمیان میں گرتے رہے۔ حیرانی کی بات یہ ہے کہ ان پتھروں سے کبھی کسی شخص کو چوٹ نہیں آئی۔ ڈھیلے سخت بھی ہوتے اور نرم بھی۔ بڑے بڑے عاملوں کو بلوایا مگر کوئی افاقہ نہ ہوا۔ اس کے بعد ایک صاحب نے نقش لکھ دیا تو ڈھیلے گرنا بند ہو گئے لیکن خون کے چھینٹے پڑنا شروع ہو گئے۔ میرے کزن کے چھ بچے ہیں۔ بڑا بچہ نہ تو ابھی تک چل سکتا ہے اور نہ بیٹھ سکتا ہے اور نہ باتیں کرتا ہے۔ ہاتھ اور پاؤں اکڑے ہوئے رہتے ہیں۔ کبھی کسی کو اور کبھی کسی کو دورے پڑتے رہتے ہیں۔ جو اس نوعیت کے ہوتے ہیں کہ بچے ڈر جاتے ہیں۔ بتاتے ہیں کہ فلاں چیز ہے اور اتنے مرد اور اتنی عورتیں ہیں جو ہمیں مارتی ہیں۔ ہائے کلہاڑیوں سے مار دیا اور کبھی خاموش ہو جاتے ہیں، منہ کھل جاتا ہے اور بعد میں کہتے ہیں کہ فلاں نے میرا گلہ دبا دیا۔ خدارا ہمیں اس مصیبت سے نجات دلائیں۔

ج: غیر صحت مند خون سارے جسم میں دور کر کے جب دماغ کے دو کھرب خلیوں میں گردش کرتا ہے تو دماغ کے وہ خلیے جو انسان کے اندر شعوری حواس بناتے ہیں متاثر ہو جاتے ہیں۔ نتیجہ میں مریض دماغ کے اوپر وزن محسوس کرنے لگتا ہے۔ اور اس کی نظروں کے سامنے طرح طرح کی صورتیں آنے لگتی ہیں۔ چونکہ اس طرح غیب میں دیکھنا دیکھنے کی عام طرزوں کے خلاف ہے اس لئے مریض خوف زدہ ہو جاتا ہے اور اسے دماغی دورے پڑنے لگتے ہیں۔ اس کا علاج یہ ہے:

9انچ چوڑے اور 12انچ لمبے سفید آرٹ پیپر کاغذ پر سیاہ چمک دار روشنائی سے بہت خوبصورت لکھ کر یا لکھوا کر اس کمرہ میں آویزاں کر لیں جہاں بچے سوتے ہیں۔

بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ
یَا حَفِیۡظُ یَا حَفِیۡظُ یَا حَفِیۡظُ
یَاوَدُوۡدُ یَاوَدُوۡدُ یَاوَدُوۡدُ
یَابَدِیۡعُ یَابَدِیۡعُ یَابَدِیۡعُ یَابَدِیۡعُ
الْعَجَائِبِ بِالْخَیْرِ یَابَدِیۡعُ

روزانہ تین وقت شہد کھلانے کا اہتمام کریں۔ نمکین چیزیں کم سے کم استعمال کریں۔

# دواؤں سے علاج

س: میرے لڑکے کو آج سے تقریباً 9سال پہلے ٹائیفائیڈ کا بخار ہوا تھا اس کا صحیح علاج ڈاکٹر صاحب کے مشورہ سے کرایا۔ مگر وہ بگڑ گیا جس کی وجہ سے وہ 35دن تک بیہوش رہا۔ 9سال سے اس کا علاج ہو رہا ہے۔ ڈاکٹر اس کو مرگی کا دورہ بتاتے ہیں۔ دوائی لگاتار کھانے کے باوجود اب بھی ہفتہ دو ہفتہ میں اس کو

دورہ پڑتا ہے۔ اگر کسی وجہ سے دوائی نہ دیں تو دن میں دو چار دورے پڑ جاتے ہیں اور دوائی بالکل بند کر دیں تو مسلسل دورے آتے رہتے ہیں جو بعد میں دو گنی خوراک دے کر چار پانچ دن میں ان دواؤں پر قابو پایا جاتا ہے۔

ج: تین عدد پلیٹوں پر اَلْطَرَقُ النَّاسُ وَ الْا جِنَّتَہٗ وَالرُّوْحُ اَلْعِبَادُ اَالصَّالِحِیْنَ فِی اَلْکُوْن زردہ کے رنگ اور عرق گلاب سے لکھ کر نیلی شعاعوں کے پانی 2,2 اونس سے دھو کر صبح شام رات پلائیں۔ کھانوں میں نمک نہ ہونے کے برابر کر دیں اور تین وقت شہد کھلائیں۔

# دنیا میں جنت

س: میں مستقل مزاجی کے فقدان کی وجہ سے منتشر ذہنی کا شکار ہوں کوئی بھی کام پایہ تکمیل تک پہنچنے سے پہلے ہی ادھورا چھوڑ دیتا ہوں بعض اوقات اتنی کاہلی ہوتی ہے کہ سوچتا ہوں کہ آج یہ کام کروں گا ایسا کروں گا۔ لیکن جب وقت آتا ہے تو کل کا سہارا تلاش کرتا ہوں۔ اور کل بھی وہ کام نہیں کرتا۔

پانچ وقت کی نماز کا پابند ہوں۔ نماز میں طرح طرح کے خیالات آتے رہتے ہیں۔ مجھے آپ کی لکھی ہوئی کتاب روحانی نماز کا مطالعہ کرنے کے بعد کافی حد تک خیالات پر کنٹرول ہو گیا ہے۔ میں چاہتا ہوں کہ آپ مجھے کوئی مراقبہ بتائیں تاکہ میں ذہنی طور پر پرسکون ہو جاؤں اور میری منتشر خیالی بھی ختم ہو جائے۔

ج: ہر نماز کے پہلے چند بار درود شریف پڑھ کر آنکھیں بند کر کے بیٹھ جائیں اور یہ تصور کریں کہ مجھے اللہ دیکھ رہا ہے۔ اس کے بعد نماز ادا کریں اور نماز میں بھی یہی تصور غالب رکھیں کہ مجھے اللہ دیکھ رہا ہے۔ رفتہ رفتہ یہ تصور اتنا گہرا ہو جاتا ہے کہ آدمی زندگی کے ہر معاملے میں یہ مشاہدہ کر لیتا ہے کہ مجھے اللہ دیکھ رہا ہے اور جب یہ سوچتا ہے کہ مجھے اللہ دیکھ رہا ہے۔ یقین بن جاتا ہے کہ تمام ذہنی آلائشیں ختم ہو جاتی ہیں اور آدمی کے اندر دماغ بیدار ہو جاتا ہے جو نافرمانی سے پہلے آدم کے اندر کام کرتا تھا۔ بالفاظ دیگر یہ دنیا اس کے لئے جنت بن جاتی ہے۔

# دماغ میں زبان

س: جب میں آنکھیں بند کرتا ہوں تو مجھے مختلف رنگ نظر آتے ہیں۔ کبھی گول دائرے کی صورت اختیار کرتے ہیں اور کبھی دھند بن کر سامنے آ جاتے ہیں۔

اس کے علاوہ مجھے ایسا محسوس ہوتا ہے کہ میری زبان منہ کے اندر سے ہوتی ہوئی دماغ کے اندر گھوم رہی ہو۔ برائے کرم اس بیماری کا علاج روحانی ڈائجسٹ میں جلد از جلد شائع کر دیں۔ امید ہے کہ مایوس نہیں کریں گے۔

ج: دماغ کے اندر زندگی میں تقسیم ہونے والی روشنیاں اگر کسی وجہ سے ہجوم کر جائیں تو ایسا ہوتا ہے کہ مختلف شکلیں سامنے آنے لگتی ہیں اور کبھی آنکھوں کے سامنے رنگین دائرے آ جاتے ہیں اور بیماری بن جاتی ہے۔ اس کا فوری طور پر تدارک نہ کیا جائے تو حواس پر خراب اثر پڑتا ہے۔ علاج یہ ہے کہ آپ روزانہ رات کو سوتے وقت پانچ دانے مونگ پھلی کھا لیا کریں اور اس کے اوپر پانی نہ پئیں۔ اکیس روز کے بعد نہ کھائیں۔ اس کے ساتھ ساتھ صبح نہار منہ نُوْرٌ عَلٰی نُوْرٌ یَانُوْرُ اِھْدِنِی اِلیٰ النُّوْرُ پڑھ کر پانی پر دم کر کے اس پانی سے آنکھیں دھوئیں۔ چالیس روز تک۔

## دستِ غیب

س: عالم کرب اور حالت پریشانی میں عریضہ لکھ رہا ہوں۔ شاید درج ذیل سطروں سے اس کا درد مترشح ہو۔ تقریباً چار سال ہوئے کہ میں باقاعدہ مستند طریق سلسلہ عظیمیہ میں داخل ہوا اور اس سے پہلے روحانی ڈائجسٹ میرے زیر مطالعہ رہا ہے مگر خواجہ صاحب مریض کو شفا نہیں ملی۔ نامراد کو مراد نہیں ملی۔ مایوس کو درماں نہیں ملا حالانکہ عرصہ دراز سے تادم تحریر وظیفے، عملیات پڑھے مگر

درد بڑھتا گیا جوں جوں دوا کی

تسلیم کہ اس دنیائے مکافات عمل میں ہر کردہ گناہ کی سزا ملتی ہے۔ مگر میں نے جو آپ کا دامن پکڑا۔ اگر یہی سزا میرا مقدر ہے، میرا مقسوم ہے تو پھر میرے تصور میں یہ کیوں ہے کہ آپ مجھے اس سزا سے بری نہیں کرا سکتے ہیں یعنی یقین اور ایمان یہ کیوں کہتا ہے کہ متزلزل نہ ہو

پیوستہ رہ شجر سے امید بہار رکھ

ان مسائل میں صحت، شادی، مقدمہ، قرض، ناآسودگی، پریشانی، حصول رزق میں ناکامی، ذہنی اذیت سب ہی کچھ شامل ہیں۔ ایک پرچہ میں آپ نے مجھے تفصیلی آگاہی فرمائی۔ تن ہمہ داغ داغ شد پنبہ کجا کجا نہم۔ اب تو داغ جسم کے ساتھ داغ دل بھی شامل ہو گئے ہیں۔ کوئی کہتا ہے کہ سزا ہے، کوئی کہتا ہے ستاروں کا الٹ پھیر ہے۔ زندگی مذاق بن گئی ہے۔

ج: میرے عزیز دوست! میں آپ کو زندگی گزارنے کا وہ گر بتاتا ہوں جو مجھے میرے آقا مرشد کریم حضور قلندر بابا اولیاءؒ نے خصوصی کرم سے تلقین فرمایا ہے۔

1۔ معاش کا کام پوری تندہی اور کوشش سے انجام دو لیکن نتیجہ پر کبھی نظر نہ رکھو۔ نتیجہ اللہ کے اوپر چھوڑ دو۔

2۔ کسی شخص سے اگر کوئی تکلیف پہنچے تو اسے فوراً معاف کر دو۔

3۔ تمہاری ذات سے کسی کو تکلیف پہنچ جائے (وہ کوئی بھی ہو) تو اس سے فوراً معافی مانگ لو۔

یہ کیمیا کا نسخہ ہے۔ اس عمل کو آپ دست غیب کا عمل بھی کہہ سکتے ہیں۔ کوشش کیجئے اور بامراد ہو جایئے۔

## دماغ پر بجلیاں گرائی گئی ہیں

س: یہ جو شخص میرے ساتھ رہتا ہے اس کا ایک لڑکا نیم پاگل ہے۔ لڑکا جوان ہے اور اس کے بارے میں پڑوسیوں میں کچھ ایسی باتیں مشہور ہیں جنہوں نے مجھے پریشان کر دیا ہے کیونکہ میں جوان لڑکیوں کا باپ ہوں۔ جو حالات لڑکے کے والدین نے بیان کئے ہیں ان کو سن کر مجھے اس لڑکے سے ہمدردی بھی ہو گئی ہے اور ویسے بھی آپ بزرگوں کے زیر سایہ تربیت سے اس دل میں کسی کو نقصان پہنچانے کا خیال نہیں آسکتا۔

یہ لڑکا بچپن میں کسی خرادیئے کے پاس شاگرد تھا۔ چند سال بعد جب لڑکا کام سیکھ گیا تو والدین نے اس سے کہا کہ ہمارے لڑکے کو تنخواہ دو۔ اس نے بہت نامناسب تنخواہ باندھ دی۔ کچھ دیگر جگہوں سے زیادہ کی آفر آنے پر والدین نے لڑکے کو پرانے استاد کے پاس جانے سے روک دیا۔ تو وہ شخص گھر آیا اور اس نے دھمکی دی کہ اگر یہ میرے پاس کام نہیں کرے گا تو میں اسے کسی قابل ہی نہیں چھوڑوں گا۔ پھر ایک روز سر راہ ملاقات ہونے پر لڑکے کو زدوکوب بھی کیا۔ اس کے چند ماہ بعد ہی لڑکے کا دماغی توازن خراب ہو گیا۔ اس وقت سے کسی قسم کے علاج میں کمی نہیں کی گئی، باپ نے بہت مارا پیٹا بھی کیونکہ گالیاں بہت بری بری دیتا ہے۔ ماں کا ایک بار سر بھی پھاڑ چکا ہے۔ دن رات گھر سے باہر رہتا ہے۔ پڑوسیوں کا کہنا ہے کہ لڑکیوں کو دیکھ کر ننگا ہو جاتا ہے۔ خود بخود ہنستا ہے اور بار بار منہ پھاڑتا ہے۔ ملٹری ہسپتال، راولپنڈی سے دماغ پر بجلیاں لگانے کا علاج بھی کرایا مگر فائدہ نہیں ہوا۔

ج: ایک پاؤ کوڑیالوبان کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کرلیں اور ڈبے میں بھر کر رکھ دیں۔ فجر کی نماز ادا کرنے کے بعد اور ظہر کی نماز کے بعد گیارہ گیارہ بار سورہ فاتحہ پڑھ کر اس لوبان پر دم کریں۔ گیارہ روز کے اس عمل کے بعد، عصر اور مغرب کے درمیان روزانہ گھر کے ہر کمرے میں یہ لوبان جلا کر دھونی دیں۔ اللہ تعالیٰ کے فضل وکرم سے ہر آفت اور ہر شر سے آپ اور آپ کے اہل خاندان محفوظ ومامون رہیں گے، انشاءاللہ۔

# دس علاج ایک بیماری

س: اس وقت میری عمر 32 سال ہے۔ دس سال پہلے میری شادی ہوئی۔ میں بچپن سے کافی کمزور رہا ہوں۔ شادی کے دو سال بعد مجھے پیٹ میں سخت درد ہوا۔ ڈاکٹر نے اپینڈکس کا آپریشن کیا۔ ایک سال بعد میرے گھر ایک لڑکی پیدا ہوئی جس کی عمر اب سات سال ہے۔ ڈیڑھ سال کی عمر میں اس کے ہاتھ پیر اور آنکھوں پر سوجن رہنے لگی۔ چیک اپ کے بعد ڈاکٹر نے گردے کی پرابلم بتائی۔ تقریباً ایک سال علاج ہوتا رہا۔ اس وقت میری تین لڑکیاں اور ایک لڑکا ہے۔ لڑکا سب سے چھوٹا ہے اور اس کی عمر ڈھائی سال ہے۔ سب بچے بہت ہی صحت مند پیدا ہوتے ہیں۔ لیکن سال ڈیڑھ سال کی عمر تک آکر جگر اور گردے کی بیماری میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ میری تیسری لڑکی ہاجرہ کی عمر اب ساڑھے تین سال ہے۔ ایک سال کی عمر سے گردوں اور جگر کی بیماری میں مبتلا ہو گئی۔ تفصیلی تفتیش اور معائنہ کے بعد بھی پتہ نہیں چلتا کہ گردوں اور جگر کو متاثر کرنے والے ذرائع کون سے ہیں۔ علاج معالجہ کے باوجود اس کی آنکھیں متاثر ہو گئیں اور آنکھوں میں موتیا آگیا۔ تین مہینے تک دیکھنے سے قاصر رہی۔ چار مہینے ہوئے اس کی آنکھوں کا آپریشن کرایا گیا۔ اب وہ دیکھ سکتی ہے لیکن پھر اس کی آنکھوں میں کالی پتلی کے بیچ سے سفید سا مادہ دونوں آنکھوں میں جمع ہو رہا ہے۔ ہم کو اس کی آنکھوں کا خطرہ لگا ہوا ہے۔ دل کو سکون نہیں ہے۔ صرف وہی نہیں گھر کے سبھی افراد میری بیوی اور میں خود بھی متاثر ہوں۔ سب کی آنکھیں متاثر ہیں۔ نظر کمزور ہو گئی ہے۔ سب کی آنکھیں اور چہرے بھاری رہتے ہیں۔ میرا لڑکا بھی اسی طرح متاثر ہو رہا ہے۔ ایک سال ہو گیا میری حالت بہت ہی خراب ہے۔ ہر وقت پیٹ میں درد رہتا ہے۔ پیٹ، دل، جگر، گردہ سب ہی متاثر ہیں۔ ایسا لگتا ہے جیسے سب پک گیا ہو۔ پیٹ اور آنتیں اور جگر بہت بری طرح متاثر ہیں۔ پیٹ ہمیشہ چلتا رہا ہے۔ خالی پیٹ میں تو درد رہتا ہی ہے مگر کھانا کھانے کے بعد پیٹ چلنا شروع ہو جاتا ہے۔ پیٹ چلنے کی شکایت کافی پرانی ہے۔ اس کے ساتھ ہی میرے گلے کے نیچے ایک ٹیومر ہو گیا ہے۔ ٹھوڑی کے نیچے گلے میں درد رہتا ہے۔ چھوٹے چھوٹے اور بھی ٹیومر بن رہے ہیں۔ پیشاب قطرہ قطرہ جل کر آتا ہے۔ گردوں میں سخت جلن رہتی ہے۔ ہڈیوں میں سخت درد رہتا ہے۔ چہرے کی ہڈیوں میں بھی درد رہتا ہے۔ ناک کی ہڈی لگتا ہے چوڑی ہو رہی ہے۔ سارے جوڑوں میں جلن رہتی ہے۔ سر یعنی تالو میں آگ لگی ہوئی محسوس ہوتی ہے۔ ہڈیاں بے جان ہو رہی ہیں۔ خدا کے لئے اس مصیبت سے نجات دلائیے۔

ج: مومی کاغذ پر

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| ۷ | ۶ | ۵ | ۴ | ۳ | ۲ | ۱ |
| ۱۴ | ۱۳ | ۱۲ | ۱۱ | ۱۰ | ۹ | ۸ |
| ۲۱ | ۲۰ | ۱۹ | ۱۸ | ۱۷ | ۱۶ | ۱۵ |

زعفران اور عرق گلاب سے لکھ کر روزانہ صبح سورج نکلنے سے پہلے پانی میں ڈال دیں اور سب گھر والے یہی پانی پئیں۔ پانی میں نقش ڈالنے سے پہلے پانی کو کاٹ لیں۔ اس کا طریقہ یہ ہے:

اسٹین لیس اسٹیل کے کھلے منہ کے برتن میں پانی بھر کر اسٹین لیس اسٹیل کی چھری کے اوپر ایک بار یاودوپڑھ کر دم کریں اور چھری سے پانی میں ایک منٹ تک کراس بنائیں۔ پھر ایک بار یاحفیظ پڑھ کر چھری پر دم کر کے ایک منٹ تک پانی میں کراس بنائیں۔اس کے بعد یاشافی پڑھ کر چھری پر دم کر کے ایک منٹ تک پانی میں کراس بنائیں۔اسی طرح یَاکَافِیْ یَابَدِیْعُ الْعَجَاءِبُ بِالْخَیْرِ یَا بَدِیْعُ یَاحَفِیْظُ الگ الگ پڑھ کر چھری پر دم کر کے الگ الگ ایک ایک منٹ تک پانی میں کراس بنائیں۔اس کے بعد نقش کو پانی میں ڈال دیں اور سب گھر والے پئیں۔اس علاج سے انشاءاللہ شفا ہو جائے گی۔

## دل کی بیماری

س: میں کافی عرصہ سے دل کی بیماری میں مبتلا ہوں اور دل کی دھڑکن بہت زیادہ ہوتی ہے۔آپ نے کسی کو کوئی مراقبہ بتایا تھا۔ میں چاہتا ہوں کہ وہ مراقبہ آپ مجھے بتائیں کیونکہ میں دوائیاں کھا کر تنگ آگیا ہوں۔

ج: دل کی بیماری سے نجات پانے کے لئے مراقبہ یہ ہے۔ فجر کی نماز ادا کرنے کے بعد اور رات کو عشاء کی نماز ادا کرنے کے بعد ایک تسبیح درود شریف پڑھیں اور آنکھیں بند کر کے یہ تصور کریں کہ دل میں روشنیاں بھری ہوئی ہیں اور یہ روشنیاں دل کی ہر حرکت کے ساتھ خون کے اندر شامل ہو رہی ہیں اور ان روشنیوں کا رنگ نیلا ہے۔ پانچ منٹ صبح اور پانچ منٹ رات یعنی 24 گھنٹے میں دس منٹ مراقبہ کر لینا کافی ہے۔ دل کے امراض میں شہد بھی از بس مفید ہے۔

## دن میں پندرہ مرتبہ پیشاب آتا ہے

س: مجھے یہ مرض لاحق ہے کہ اگر میں سارے دن بھی پیشاب کے لئے بیٹھا رہوں تو پیشاب آتا رہتا ہے۔ دن میں دس پندرہ مرتبہ پیشاب کی حاجت ہوتی ہے۔ ذرا سا چھینکنے پر بھی کپڑے ناپاک ہو جاتے ہیں۔ نماز میں جب رکوع میں جاتا ہوں تو لازمی طور پر پیشاب نکل جاتا ہے۔ خواجہ صاحب! مجھے نماز پڑھنے کا بہت شوق ہے مگر میں بیماری کی وجہ سے نماز بھی نہیں پڑھ سکتا۔ غریب آدمی ہوں آپ کے علاج سستے اور آسان ہوتے ہیں اس لئے آپ کو زحمت دے رہا ہوں۔ مجھے یقین ہے کہ آپ کے تجویز کردہ علاج سے مجھے اس تکلیف سے نجات مل جائے گی۔

ج: عمدہ قسم کے دو عدد چھوارے پانی میں دھو کر رات کے وقت ایک پاؤ دودھ میں پکائیے۔ دودھ مع چھواروں کے آسمان کے نیچے رکھ دیجئے تاکہ ان پر اوس پڑتی رہے۔ صبح سورج طلوع ہونے سے پہلے ان رات کے پکائے ہوئے چھواروں کو اسی دودھ میں دوبارہ جوش دیجئے۔ ٹھنڈے ہونے پر چھوارے کھا کر دودھ پی لیجئے۔ یہی آپ کا ناشتہ ہے۔ نوے دن میں شکایت پوری طرح رفع ہو جائے گی۔

## ڈپریشن

س: اللہ تعالیٰ آپ کو صحت و تندرستی عطا فرمائے اور آپ ہی کے توسط سے ہماری مراد پوری کرے۔ آمین۔ ہمارے گھر والے برسوں سے روحانی ڈائجسٹ پڑھتے ہیں۔احوال ضروری یہ ہے کہ پچھلے تین سال سے مجھے ڈپریشن سا رہتا تھا یعنی جب بھی مجھے کسی تقریب میں شرکت کرنے کا اتفاق ہوتا یا گھر

میں کوئی دروازہ Knock کرتا تو میرا دل زور زور سے دھڑکنے لگتا اور مجھے کمزوری محسوس ہونے لگتی۔ جس کی وجہ سے صحت پر برا اثر پڑ رہا تھا۔ بہر کیف 3 ماہ پہلے ایک صاحب نے مجھے ایک حکیم کے پاس بھیج دیا تو انہوں نے مجھے رات میں کھانے کے بعد سرکہ اور ادرک تجویز کیا جس کے بعد میری حالت بہت غیر ہو گئی۔ اچانک 2 بجے رات میں جاگا جیسے میرے اوپر بجلی ٹوٹ پڑی ہو۔ سر اچانک چکرا گیا اور گھبراہٹ میں بے انتہا اضافہ ہو گیا۔ بہر حال میں کسی طرح سو گیا۔ صبح جاگتے ہی میرا جسم لاغر سا ہو گیا۔ مختصر یہ کہ سرکہ کے استعمال کے بعد میں بہت کمزور ہو گیا ہوں۔ کوئی خوشی یا غم کی خبر سننے کے بعد سر میں ایسا لگتا ہے کہ کرنٹ سا لگ گیا ہو۔ اس کے استعمال کے بعد میرے سر کے بال بھی سفید ہونا شروع ہو گئے ہیں اور میری پریشانی میں بہت اضافہ ہو گیا ہے۔ نیند بھی نہیں آتی۔ دماغ میں جنگ و جدل اور ہنگامہ آرائی کے خیالات آتے رہتے ہیں۔ جس سے کافی Tension ہو گئی ہے۔ خواجہ صاحب! ابھی بہت کچھ لکھنا تھا لیکن ڈرتا ہوں کہ اس لمبی چوڑی تفصیل سے آپ تنگ آ کر اسے ردی کی ٹوکری کی نظر نہ کر دیں۔

ج: ادرک اور سرکہ کے استعمال سے یہ سب بیماریاں علاج نہیں ہوتیں۔ آپ دماغی خلفشار اور ذہنی کشاکش کے پرانے مریض ہیں۔ حکیم ڈاکٹر کے علاج کی بجائے ماہر نفسیات ڈاکٹر سے رجوع کریں اور اس کی ہدایات پر پورا پورا عمل کریں۔ انشاءاللہ آپ کی صحت کے لئے دعا کروں گا۔

## روحانی قوت کیا ہوتی ہے؟

س: روحانی قوت کیا ہوتی ہے؟ اور اس قوت کو کس طرح بڑھایا جا سکتا ہے۔ مطلب یہ کہ اگر میں چاہوں کہ میری روحانی صلاحیتوں میں اضافہ ہو جائے تو یہ کس طرح ممکن ہے؟ مجھے اس کا ٹھوس جواب دیں۔ جب آپ خواب کی تعبیر یا مسائل کے کالم میں کسی کو یہ جواب دیتے ہیں کہ آپ کی روحانی قوتیں انشاءاللہ بڑھیں گی یا آپ میں روحانی صلاحیتیں موجود ہیں تو مجھے عجیب سا محسوس ہوتا ہے۔

ج: آپ کے سوال کے جواب میں سوال ہے کہ میں اپنی قابلیت میں اضافہ کر کے پی ایچ ڈی کرنا چاہتا ہوں اور اپنی جسمانی طاقت میں اضافہ کر کے پہلوان بننا چاہتا ہوں۔ بتایئے یہ کس طرح ممکن ہے؟

## روزانہ 25 الٹیاں آتی ہیں

س: میرا ایک لڑکا ہے جس کی عمر 7 سال ہے پچھلے چھ سال سے یہ کسی نہ کسی بیماری کا شکار رہا ہے۔ عمر کے پہلے سال میں یہ بہت تندرست اور گورے رنگ کا تھا۔ دوسرے سال سے اس کا رنگ کم ہونا شروع ہو گیا۔ سب سے پہلے اس کو سانس کی شکایت ہوئی سینہ بھرا بھرا رہتا تھا پھر دو سال تک کھانسی ہوتی رہی اور ہر چند مہینے کے بعد بیمار ہوتا گیا۔ ناخن اور مسوڑھے سرمئی رنگ کے ہو گئے۔ سانس کی شکایت جب ختم ہوئی تو عمر کے چوتھے سال کے اوائل سے اس کو پہلے بخار آنے لگا۔ ایک دو دن آنے کے بعد اس کو الٹیاں شروع ہو گئیں۔ الٹیاں روزانہ 20 یا 25 کے حساب سے کرتا تھا۔ ہم نے اسے ہسپتال میں داخل کرا دیا وہاں گلوکوز کا پانی چڑھا اور الٹی روکنے کی دوا وغیرہ دی جاتی رہی۔ چھ ان ہسپتال میں رہ کر گھر واپس لے آئے۔ پہلے تو ان الٹیوں کی وجہ ڈاکٹروں کی سمجھ میں نہیں آئی۔ بعد میں پیشاب کا ٹیسٹ کر کے اس نتیجے پر پہنچے کہ اس کو LEAD POISON ہو گیا ہے۔ جس کی وجہ سے مسوڑھے، گھٹنے کے جوڑ وغیرہ سرمئی یا سیاہی مائل ہو گئے۔ لہٰذا اس کا علاج ہوتا رہا۔ مگر کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ آج بھی اس کو یہ مرض چار سال سے ہے۔ پچھلے ڈیڑھ سال سے یہاں کے سب سے بڑے دواخانے کنگ فیصل ہسپتال میں علاج ہو رہا ہے۔ اب یہ پتہ چلا ہے کہ لڑکے کے گردے پر کچھ (GLANDS) ہوتے ہیں جو کام نہیں کر رہے ہیں۔ یہ GLANDS کچھ مادہ پیدا کرتے ہیں جو جسم کی مدافعت میں حصہ لیتا ہے اور وہ پیدا نہیں ہو رہا ہے لہٰذا یہ بیمار رہتا ہے اور ہر دو تین ماہ کے بعد بخار کے بعد سینہ بھر جاتا ہے۔ الٹیوں کا سلسلہ شروع ہو جاتا ہے۔ دو دوائیں یہ ڈاکٹر دیتے ہیں ایک کا نام HTDRO CORTIS ONE اور دوسری دوا کا

نام FLOURIWE ہے۔ یہ دونوں دوائیں اس کو ساری عمر ایک گولی کے حساب سے کھلانا ہے اس طرح دوائیوں پر رکھنا بیماری کا علاج تو نہ ہوا۔ صرف یہ اس کی بیماری کی روک تھام کرتا ہے۔ روک تھام بھی عارضی ثابت ہوتی ہے اور بچہ پہلے سے زیادہ کمزور ہو جاتا ہے۔ ان الٹیوں کے دوران نہ یہ کوئی چیز کھا سکتا ہے صرف نلکی کے ذریعے یا سوئی کے ذریعے غذا اور دوسری دوائیں انجکٹ کی جاتی ہیں۔ اس بیماری کے طسال کے دوسرے بچوں میں ہے اس میں نہیں ہے۔ اس کا پیشاب پاخانہ سب نارمل ہے۔ کسی قسم کی کوئی تکلیف نہیں۔ اب اگر روحانی حکمت میں کوئی ایسا علاج ہے جو اس کے گردوں کے GLANDS کو پھر سے زندگی دے کر اس کی صحت تندرست رکھ سکے اور پھر کبھی یہ الٹیاں نہ کرے تو ہم کراچی آکر آپ سے علاج کرانے کو تیار ہیں۔ یہ بتائیے اس کا مرض ٹھیک ہونے میں کتنا عرصہ لگے گا کیونکہ مجھے صرف دو تین ہفتہ کی چھٹی مل سکتی ہے۔

ج: آپ کراچی آنے کی زحمت گوارہ نہ کریں جو علاج ہو رہا ہے اس کے ساتھ روحانی علاج بھی کریں۔ مجھے اللہ کی ذات سے یقین ہے کہ آپ کا بچہ انشاءاللہ تندرست ہو جائے گا۔

''رنگ اور روشنی سے علاج'' کے طریقہ پر جامنی رنگ کی شعاعوں اور زرد رنگ کی شعاعوں کا پانی تیار کریں۔ صبح اور شام دو اونس پی لیا کریں۔

چینی کی دو عدد پلیٹوں پر

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

ك م ن ق ﮦ

اَلْمَلِكُ الْقُدُّوْسُ الرَّحْمٰنُ الرَّحِيْمُ

۷۹۵ ۷۹۵ ۷۹۵

لکھیں اور دو عدد پلیٹوں پر

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

| | | |
|---|---|---|
| رِيَاحِيْنَ مَاءٍ | رِيَاحِيْنَ مَاءٍ | رِيَاحِيْنَ مَاءٍ |
| رِيَاحِيْنَ مَاءٍ | رِيَاحِيْنَ مَاءٍ | رِيَاحِيْنَ مَاءٍ |
| رِيَاحِيْنَ مَاءٍ | رِيَاحِيْنَ مَاءٍ | رِيَاحِيْنَ مَاءٍ |

لکھیں بسم اللہ والی پلیٹیں صبح شام بینگنی رنگ شعاعوں کے پانی سے دھو کر پلائیں اور 786 والی پلیٹیں دونوں وقت کھانے سے پہلے گھڑی دیکھ کر ہر چھ گھنٹے کے بعد سورۃ النصرہ 41 سے اولیک ہم المفلحون تک پڑھ کر گردوں کی جگہ دم کریں اور علاج مسلسل 21 روز تک جاری رکھیں۔ اس کے علاوہ رنگ اور روشنی کے علاج کے طریقہ پر صبح شام جامنی شعاعوں کا پانی اور کھانے سے پہلے زرد شعاعوں کا پانی ایک ایک اونس چالیس روز تک پلائیں۔ ان دونوں علاج کے ساتھ آپ ایلو پیتھی علاج بھی کر سکتے ہیں۔ اس قدرتی علاج پر کوئی اثر نہیں پڑے گا البتہ روحانی علاج میں وقت کی پابندی ضروری ہے۔ مجھے اللہ کی ذات سے یقین ہے کہ آپ کا بچہ بالکل صحت مند اور تندرست ہو جائے گا۔

## رقص و سرور

س:   میں بچپن میں ڈانس کرتا اور لڑکیوں کی طرح حرکتیں کرتا تھا۔ بڑوں نے کوئی نوٹس نہیں لیا بلکہ وہ میری ان حرکات سے خوش ہوتے تھے۔ لیکن یہ حرکات اب میرے لئے ڈوب مرنے کا مقام بن گئی ہیں۔ ستم ظریفی یہ کہ ہوں تو میں ایک مرد لیکن میری گفتگو، چال ڈھال، صورت شکل حتیٰ کہ میری جذبات بھی عورتوں کے سے ہیں۔ جہاں کوئی خوبصورت لڑکا دیکھا، ہفتوں ذہن سے نہیں نکلتا۔ ایسے ایسے خیالات ذہن میں آتے ہیں کہ لکھنے سے قاصر ہوں۔ جسمانی نشو و نما بھی رک گئی ہے۔ ڈر ہے کہ میری جنس نہ بدل جائے۔ خدا کے لئے میری مدد کیجئے۔ میں ہر صورت میں مرد رہنا چاہتا ہوں۔ ایک بھرپور مرد۔

ج:   چالیس روز تک، رات کو سونے سے پہلے ایک چھٹانک چلغوزے کھالیا کریں اور ترکاریوں میں بند گوبھی زیادہ سے زیادہ استعمال کریں اور ایک چمچہ خالص شہد پر ایک بار اَلرَّضَاعَتْ عَمَا نَوِیْل پڑھ کر دم کرکے استعمال کریں۔

## ذہنی خلفشار

س:   میں ذہنی خلفشار اور بے چینی کا مریض ہوں۔ کچھ اس قسم کے وسوسے گھیرے رہتے ہیں کہ دماغ ہر وقت کشمکش میں مبتلا رہتا ہے۔ یکسوئی نہ ہونے کی وجہ سے کوئی کام پورا نہیں ہو سکتا۔

ج:   ہر وقت باوضو رہا کیجئے۔ وسوسے آنے سے گھبراتے ہیں۔ اس کا علاج یہ ہے کہ جب خیالات آئیں تو ان کو رد نہ کریں، خیالات آتے ہیں۔ آپ کا کام یہ ہے کہ خیالات کو رد کرنے کے بجائے کسی دوسرے خیال میں ذہن مرکوز کر دیں۔

## ذہنی انتشار

س:   خواجہ صاحب! کمزوریاں تو مجھ میں بے شمار ہیں لیکن دو کمزوریاں میرے لئے سخت پریشانی کا باعث ہیں۔
جب میں نماز پڑھنے لگتا ہوں تو میرے ذہن میں ادھر ادھر کے خیالات آتے ہیں۔ کوشش کرتا ہوں کہ نماز میں میرا ذہن، میری توجہ صرف اللہ کی طرف ہو جائے لیکن ایسا کبھی نہیں ہوتا۔ دوسری بات یہ ہے کہ آپ کوئی ایسا عمل یا وظیفہ بتائیں جس سے نماز کی پابندی کا عادی بن جاؤں۔

ج:   نماز میں جو سورتیں پڑھیں ان کے معانی اور مفہوم پر غور کریں۔ اس کے لئے آپ کو یہ کرنا چاہئے کہ جو سورتیں آپ کو حفظ ہیں ان کے ترجمے بھی یاد کر لیں اور ہر وقت باوضو رہنے کی کوشش کریں۔

## زندگی سے مایوس

س:   میں ایک بہت پریشان کن مسئلہ لے کر حاضر ہوئی ہوں۔ امید ہے کہ آپ مدد فرمائیں گے۔

میرے ابا کے بچپن کے ایک دوست جن کا نام محمد حسین ہے، آج کل بہت بیمار ہیں اور اتنے بیمار ہیں کہ وہ چارپائی سے بالکل اٹھ بھی نہیں سکتے۔ بیماری کی تفصیلات یہ ہیں۔

سب سے پہلے انہیں پھیپھڑوں کی ٹی بی ہوگئی تھی اور کافی سال پہلے کی بات ہے۔انہوں نے علاج پر کوئی توجہ نہیں دی اور سگریٹ بھی بہت پیتے تھے۔آہستہ آہستہ ان کا مرض بڑھتا گیا اور اب پانچ چھ ماہ سے ان کی حالت بہت خراب ہے۔ٹانگیں مفلوج ہوگئی ہیں۔سارا دن بستر پر پڑے رہتے ہیں۔جس کی وجہ سے پیٹھ پر زخم ہوگئے ہیں۔پیشاب پاخانہ بند ہوگیا ہے۔پیشاب کے لئے نلکی لگی ہوئی ہے۔بھوک بالکل نہیں لگتی۔ہڈیوں کا ڈھانچہ بن گئے ہیں۔ڈاکٹروں نے کہا ہے کہ جگر بھی خراب ہے۔دو دفعہ ریڑھ کی ہڈی کا آپریشن بھی ہوا ہے۔آپریشن کے بعد ٹانگوں نے بالکل کام کرنا چھوڑ دیا ہے۔وہ اپنی زندگی سے بہت مایوس ہیں۔بچیوں کو دیکھ دیکھ کر روتے رہتے ہیں۔

آپ سے گزارش ہے کہ میرے ابا کے ان عزیز دوست کے لئے کوئی روحانی علاج بتا دیجئے۔ہو سکتا ہے کہ ساری دنیا سے مایوس ہو کر انہیں روحانی علاج سے شفا مل جائے کیونکہ اللہ کی ذات بہت بڑا سہارا ہے اور اس کے کلام میں بڑی برکت ہے۔

ج: تین عدد سفید چینی کی پلیٹوں پر زردہ کے رنگ اور عرق گلاب سے

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِo اَلٓرٰتِلْكَ اٰيَاتُ اَلْكِتَابِ الْمُبِيْن۔ اَلرَّحِيْمُ اَلرَّحِيْمُ اَلرَّحِيْمُ

لکھ کر ایک پلیٹ صبح نہار منہ، ایک عصر کے بعد اور ایک رات کو سوتے وقت پانی سے دھو کر پلائیں۔ہم سب قارئین کی دعا ہے کہ اللہ تعالیٰ آپ کے والد صاحب کے دوست کو شفا دے، آمین!

## سفید داغ، روحانی علاج

س: میری مشکل یہ ہے کہ میرے جسم پر سفید داغ ہیں جو گردن کی پچھلی سائیڈ اور پیٹ پر ہیں۔ابھی ابتدائی حالت میں ہے۔اس سے پہلے بھی یہ ہوئے تھے لیکن علاج سے ٹھیک ہوگئے۔اس بیماری کو ڈاکٹر چھیپ کہتے ہیں۔اب آپ ہی توجہ کریں کہ اس سلسلے میں کیا کرنا چاہئے۔کیا آپ کی کتاب ''رنگ و روشنی سے علاج'' میں ہے یا آپ ہی کوئی وظیفہ یا دوا تحریر کردیں۔بڑی مہربانی ہوگی۔آپ کے جواب کا شدت سے منتظر ہوں۔

ج: سرخ مرچ، گرم مصالحہ ہر قسم کے گوشت سے پرہیز ہے۔گوشت میں انڈا بھی شامل ہے۔مومی کاغذ کے ٹکڑوں پر لکھ کر کاغذ کا ایک ایک ٹکڑا صبح شام پانی سے دھو کر پی لیں اور ایک ٹکڑا ایک بالٹی گرم پانی میں دھو کر اس پانی سے غسل کریں۔جو کاغذ بالٹی میں ڈالیں اس پر 786 نہ لکھیں۔علاج کی مدت ایک ماہ ہے۔

۷۸۶

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| ل | ل | ل | ل | ل |
| ل | ل | ل | ل | ل |
| ل | ل | ل | ل | ل |
| ل | ل | ل | ل | ل |
| ل | ل | ل | ل | ل |

## سر درد کا علاج

س: کافی عرصہ سے میرے سر میں درد رہتا ہے۔ کوئی گولی وغیرہ استعمال کرنے سے وقتی فائدہ ہو جاتا ہے۔ ایسا روحانی علاج بتایئے کہ اس تکلیف سے نجات مل جائے۔

ج: رات کو سونے سے پہلے رومال میں ایک گرہ لگائیں اور تین مرتبہ رَضَیْنَا بِالْقَضَیْنَا فَاتُوْا بُرْھَانَ اَلْفَ مَرَّۃٍ پڑھ کر گرہ میں پھونک ماریں اور گرہ بند کر دیں۔ یہ رومال سر پر باندھ لیں اور سو جائیں۔ 21 روز تک یہ عمل جاری رکھیں۔ اللہ کے فضل و کرم سے سر درد سے نجات مل جائے گی۔ کوشش کریں قبض نہ ہو۔ دوپہر کو زرد شعاعوں کا پانی تیار کرے دو اونس کھانے سے پہلے پی لیا کریں۔

## سفلی عمل کا توڑ

س: ہمارے محلے میں ایک شخص آیا کرتا تھا جو خود کو بہت بڑا بزرگ بتاتا تھا۔ ہم نے اس کی باتوں پر یقین کر لیا۔ پھر تو وہ صاحب گلے کا ہار ہو گئے۔ ہر وقت ہمارے گھر پر رہنے لگے۔ ہمارے والد صاحب اور بھائی صاحب اس بات کو پسند نہیں کرتے تھے کہ وہ ہر وقت ہمارے گھر میں پڑے رہیں۔ اس کے باوجود ان صاحب نے ہمارے گھر سونا بھی شروع کر دیا۔ ہم لوگ سخت بیزار ہو گئے۔ ایک دن ہم سب گھر والے نماز پڑھنے کی تیاری میں تھے وہ صاحب بھی موجود تھے کہ والدہ صاحبہ نے کہا۔ ''میاں! آپ بھی جمعہ کی نماز پڑھ آئیں۔ آج تک آپ نے کبھی نماز نہیں پڑھی اور نہ روزہ رکھا۔'' والدہ صاحبہ کا یہ کہنا تھا کہ وہ جلال میں آ کر کہنے لگے کہ ہم آپ کو نماز تو اس طرح پڑھائیں گے کہ آپ ساری عمر یاد کریں گے۔ اس طرح کی دھمکیاں دیتے ہوئے وہ چلے گئے۔ اس کے چند روز بعد ہی ہمارے والد صاحب کی نوکری چلی گئی حالانکہ والد صاحب وہاں 16 سال سے ملازم تھے۔ وہ لوگ بھی والد صاحب کی بڑی عزت کرتے تھے۔ انہیں بغیر کسی وجہ کے برطرف کر دیا گیا۔ والد صاحب نے کارخانہ لگایا۔ اس میں بھی نقصان ہوا۔ ہم لوگ ایک سال سے بے روزگار ہیں اور سخت پریشانی کا سامنا ہے۔ اب وہ بزرگ سر عام یہ کہتے ہیں کہ میں نے ان کا کاروبار باندھ دیا ہے۔ یہ سب کچھ ان ہی حضرت کا کیا دھرا ہے۔ ہم نے دوسرے بزرگ حضرات سے پوچھا۔ وہ سب بھی یہی کہتے ہیں کہ کاروبار پر سفلی عمل کر دیا گیا ہے۔

ج: اپنے والد صاحب کے سر سے پیر تک نیلے دھاگے کے گیارہ ناپ لے کر ان دھاگوں میں ایک ایک بار سورہ فلق پڑھ کر گیارہ گرہیں لگا دیں جلتے ہوئے کوئلوں پر یہ دھاگہ جلا دیں۔ عمل کی مدت اکیس روز ہے۔ انشاءاللہ اس عمل سے سفلی کا اثر ختم ہو جائے گا۔ نمک کی مقدار کم سے کم کر دیں اور رات کو ایک چمچہ خالص شہد پر ایک بار اَلرَّضَاعَتْ عَمَا نَوِیْلِ پڑھ کر دم کر دیا کریں۔

## سات سال سے ہاتھ کانپتے ہیں

س: سات سال ہو گئے ہیں میرے ہاتھوں کی انگلیوں میں کپکپاہٹ رہتی ہے۔ گلاس پکڑتا ہوں تو گلاس بھی تھر تھراتا ہے۔ نماز پڑھنے کے بعد جب دعا مانگنے کے لئے ہاتھ اٹھاتا ہوں تو بھی انگلیوں میں تھرتھراہٹ ہوتی ہے لیکن اگر انگلیوں کو ملالوں تو ایسا نہیں ہوتا۔ یہ کپکپاہٹ زیادہ تر دن میں رہتی ہے اور رات کو بالکل نہیں ہوتی۔ اگر دیوار سے ہاتھ ٹیک کر کھڑا ہوتا ہوں تو بھی ہاتھ تھر تھراتا ہے۔ آپ سے التماس ہے کہ کوئی مفید وظیفہ بتا دیں۔

ج: کھانوں میں نمک کی مقدار کم سے کم کر دیں اور روزانہ تین وقت ایک ایک چمچی شہد پر تین بار
بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ o اَلٓرٰتِلْکَ اٰیٰاتُ اَلْکِتَابِ الْمُبِیْنِاَلرَّحِیْمِ اَلرَّحِیْمِ اَلرَّحِیْم ۔

پڑھ کر دم کر لیا کریں۔ میری دعا ہے کہ اللہ تعالیٰ آپ کو شفائے کلی عطا فرمائیں۔ دوپہر کو کھانا کھانے کے بعد سرخ شعاعوں کا پانی تیار کر کے دو اونس 21 یوم تک پی لیا کریں۔ کثرت سے وضو یا بغیر وضو یا حی یا قیوم کا ورد کریں۔

## سر بہت بڑا ہے

س: میرا سر پیچھے کی طرف سے کافی بڑا ہے۔ لوگ دیکھ کر مذاق اڑاتے ہیں۔ کوئی علاج بتا دیجئے کہ میرا سر بھی عام لڑکوں کی طرح ہو جائے۔ کوئی روحانی عمل بتائیں۔

ج: سورج مکھی کے بیج کچے مل جائیں تو سبزی پکا کر کھایئے۔ خشک ملیں تو سوف بنا کر چھ ماشہ روزانہ صبح و شام تازہ پانی کے ساتھ اس پر ایک بار یا شافی یا کافی پڑھ کر تین مہینے تک استعمال کریں۔ انشاءاللہ آپ کا سر معمول کے مطابق ہو جائے گا۔

### سورج زبان کی نوک پر ہے

س: تین سال قبل کمرشل ایریا میں چند پلاٹ خریدے تھے۔ ہم لوگ دو سال سے یہ پلاٹ فروخت کرنے کی کوشش کر رہے ہیں مگر کم سے کم قیمت پر بھی کوئی لینے کو تیار نہیں ہوتا۔ گاہک آتے ہیں۔ بات پکی ہو جاتی ہے لیکن سودا مکمل نہیں ہوتا۔ ایک دو صاحب تو ایڈوانس بھی چھوڑ گئے ہیں۔

ج: چار انچ لمبی لوہے کی ٹوپی دار کیلیں چار عدد خرید کر ان کے اوپر دم کریں۔ دم کرنے کا طریقہ یہ ہے:

ایک مرتبہ پوری سورہ قل ہو اللہ شریف پڑھ کر آنکھیں بند کر لیں اور سورج کا تصور کریں۔ سورج کا تصور قائم ہو جانے پر یہ خیال کریں کہ سورج آپ کی زبان کی نوک پر رکھا ہوا ہے۔ جب یہ خیال گہرا ہو جائے کیلوں کے اوپر پھونک مار دیں اور ان کیلوں کو پلاٹ کے چاروں کونوں میں گاڑھ دیں۔ کئی پلاٹ ہونے کی صورت میں ہر پلاٹ کے لئے چار کیلیں لینا ضروری ہیں۔ انشاءاللہ اس عمل سے مقصد میں کامیابی ہو جائے گی۔

## ساٹھ ہزار روپے

س: ہم سات بھائی اور سات بہنیں ہیں۔ میری عمر 25 سال ہے۔ ہمارے والد بوڑھے اور آنکھوں سے معذور ہیں۔ پورے کنبے کی کفالت کا ذمہ مجھ پر ہے۔ میں نوکری کرتا ہوں جس سے مجھے آٹھ سو روپے ماہوار ملتے ہیں۔ اس کے علاوہ والد نے ایک دکان لے کر دی ہے جس میں اسٹیٹ ایجنسی کا کام کرتا ہوں۔ اب سے کوئی آٹھ ماہ پہلے کاروبار اچھا چل نکلا تھا لیکن دوستوں نے دھوکا دیا اور مجھے بیس ہزار روپے کا نقصان ہوا۔ میں سخت دل برداشتہ ہوا۔ اس کے بعد میں نے حالات درست کرنے کی بہت کوششیں کیں لیکن کچھ بھی نہ ہوا۔ اب تک میں ساٹھ ہزار روپے کا مقروض ہو چکا ہوں۔ مالی پریشانیوں کی وجہ سے ہر وقت سوچ میں ڈوبا رہتا ہوں اور صرف گھر تک محدود ہو کر رہ گیا ہوں۔ اکثر ذہن خودکشی کی طرف جاتا ہے۔ سمجھ میں نہیں آتا کہ کیا کروں اور کیا نہ کروں۔

مالی مشکلات کے علاوہ مختلف بیماریوں نے بھی مجھے اپنا شکار بنایا ہوا ہے۔ جنسی اعتبار سے اپنے آپ کو کمزور محسوس کرتا ہوں۔ ہر روز صبح کو غسل کی ضرورت پڑ جاتی ہے جس کے اثر سے بے حد کمزور ہو گیا ہوں۔ اس کے علاوہ ذہن پراگندہ رہتا ہے۔ عجیب عجیب خیالات آتے رہتے ہیں۔ خدا کے لئے کوئی حل، کوئی وظیفہ بتایئے جس سے میری تنگدستی دور ہو جائے۔ کیونکہ بوڑھے والدین، جوان بہنوں اور بھائیوں کا بار میرے کندھوں پر ہے۔

ج: ایک ماہ سرخ مرچ، کھٹاس، گرم مصالحہ اور انڈا نہ کھایئے اور عشاء کی نماز کے بعد اول و آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ 313 مرتبہ ان اللہ یرزق من یشاء بغیر حساب پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ تین بار چہرے پر پھیر کر دعا کیجئے۔ عمل کی مدت 90 دن ہے۔ انشاءاللہ مرض اور نامساعد حالات سے نجات مل جائے گی۔ ہر جمعرات کو عصر اور مغرب کے درمیان اللہ کے نام پر حسب استطاعت خیرات ضرور کریں۔

# سوا لاکھ مرتبہ کلمہ طیبہ

س: دو ماہ پہلے میرے شوہر فوت ہوگئے ہیں۔ میں عدت میں ہوں چھوٹے چھوٹے چھ بچے ہیں۔ اب صورتحال یہ ہے کہ میں خود بھی اور دوسرے لوگ بھی میرے شوہر کو پریشان یا بیمار دیکھتے ہیں۔

کبھی کہتے ہیں کہ میرے سارے بدن میں کنکر چبھے ہوئے ہیں بڑی سخت تکلیف ہے کبھی کہتے ہیں کہ میرے پیر میں کانٹا چبھ گیا ہے۔ آپ بتادیجئے کہ وہ اتنے پریشان کیوں ہیں حالانکہ وہ بے حد نیک اور ولی صفت آدمی تھے۔ یہ باتیں سن کر میں بہت روتی ہوں اور چھوٹے بچے بہت بے قرار ہوتے ہیں۔

ج: رات کو بعد از نماز عشاء کے بعد سوا لاکھ مرتبہ کلمہ طیبہ پڑھنے کی نیت کر کے کلمہ طیبہ پڑھنا شروع کردیں (جتنے دن میں بھی پورا ہو) اور اپنے شوہر کو ایصال ثواب کردیں۔

کلمہ طیبہ کی برکت اور رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی رحمت سے آپ کے شوہر کے لئے علیین کے دروازے کھل جائیں گے۔ میں بھی اللہ تعالیٰ سے دعا کروں گا۔ محفل مراقبہ میں دعا کروادی جائے گی۔

# ساٹھ ہزار روپے

س: میں آج کل بہت پریشان ہوں۔ میں نے ساٹھ ہزار روپے فلیٹ خریدنے کے لئے ایک ماہ پہلے ایک کمپنی کو بکنگ کے لئے دیئے تھے لیکن کچھ مالی مشکلات کی وجہ سے میں نے اپنا فیصلہ بدل دیا۔ اب وہ کمپنی میرے ساٹھ ہزار روپے واپس نہیں کر رہی ہے۔ آپ مہربانی کر کے دعا کریں کہ ہمارے روپے واپس مل جائیں۔

ج: میری پوزیشن بھی بڑی عجیب ہے جو لوگ کسی کو پیسہ دیتے ہیں وہ کہتے ہیں ہمارے پیسے واپس مل جائیں اور کمپنیاں پیسے لیتی ہیں ان کے کرتا دھرتا یہ کہتے ہیں کہ ہمارے پیسے رک گئے ہیں۔ ساٹھ ہزار، تیس ہزار دیئے ہیں، باقی کوئی نہیں دیتا۔

آپ کچھ ایسا کریں کہ وہ بقایا قسطیں ادا کردیں۔ ایک دلچسپ بات یہ ہے کہ لین دین سے پہلے کوئی مشورہ نہیں کرتا اور اس سے بھی دلچسپ بات یہ ہے کہ میں اللہ اور اس کے رسول ﷺ کے مشن کو چلانے کے لئے روحانی ڈائجسٹ کے لئے اپیل کرتا ہوں تو لوگ ہنس کر ٹال دیتے ہیں۔ اپنی آنکھوں سے یہ تماشا بھی دیکھتا ہوں کہ آٹھ روپے اور دس روپے کے ڈائجسٹ کو نہایت ذوق و شوق سے لوگ خریدتے ہیں اور اسلامی مذہبی پرچہ مانگ تانگ کر پڑھتے ہیں۔ چھ روپے نہیں خرچ کر سکتے۔ ایک گھر میں رسالہ چلا جاتا ہے۔ اڑوس پڑوس کے لوگ پڑھنے کے لئے منتظر رہتے ہیں۔

کچھ حضرات ایسے ہیں کہ یہ سمجھتے ہیں کہ میرے پاس قارون کا خزانہ ہے۔ مجھے حیرت اس وقت ہوتی ہے جب وہ یہ کہتے ہیں کہ ہمیں دس لاکھ مل جائیں، ہمیں ایک لاکھ مل جائیں وغیرہ وغیرہ۔ میں نے اپنے بزرگوں سے قصہ سنا ہے، آپ بھی سن لیجئے۔

ایک باپ اپنی بیٹی کے گھر گیا۔ داماد کمہار تھا۔ آسمان پر بادل آتے دیکھے تو بیٹی نے باپ سے کہا۔ ''ابا دعا کرو کہ بارش نہ ہو۔ اگر بارش ہوگئی تو کچے برتن ہیں، بہہ جائیں گے۔ بڑا نقصان ہوگا۔'' باپ دوسری چھوٹی بیٹی کے پاس گیا۔ منجھلا داماد کھیتی باڑی کرتا تھا۔ بیٹی نے صاف شفاف آسمان دیکھ کر باپ سے کہا۔ ''ابا! دعا کرو کہ بارش ہو جائے۔ بارش نہیں ہوئی تو زمین میں بیج سوخت ہو جائے گا اور سارے سال کھانے پینے کی پریشانی رہے گی۔''

جب یہ قصہ سامنے آتا ہے تو خوشی ہوتی ہے کہ آپ سب حضرات نے مجھ فقیر کو باپ کا درجہ دیا ہوا ہے۔ میں آپ سب کے لئے دعا کرتا ہوں اور کرتا رہوں گا۔ آپ سب میری اولاد ہیں۔ آپ بھی میرے لئے دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ میری دعائیں آپ کے حق میں قبول فرمائیں۔ آمین!

# مسلسل بول

س: مجھے پیشاب کی تکلیف ہے۔ جب میں وضو وغیرہ کر کے فارغ ہوتا ہوں تو ایسا محسوس ہوتا ہے کہ پھر پیشاب نکل رہا ہے۔ چنانچہ نہ صرف بار بار استنجا کرنا پڑتا ہے بلکہ نماز میں بھی حرج واقع ہوتا ہے۔ براہ کرم توجہ فرمائیں۔

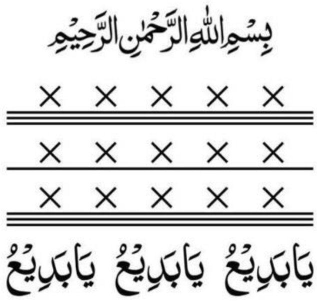
ج: رات کو سونے سے پہلے دونوں چھنگلیوں پر ولقد یسرنا القران فھل من مدکر تین تین دفعہ پڑھ کر دم کر کے دونوں چھنگلیاں کانوں میں گھما کر سو جائیں۔ کم سے کم اکتالیس روز یہ عمل کریں۔

# سونگھنے کی حس ختم ہو گئی ہے

س: گذشتہ پانچ سالوں میں میری ناک کے پانچ آپریشن ہو چکے ہیں۔ ان پانچ سالوں میں جس تکلیف کا مجھے سامنا کرنا پڑا ہے وہ میرا دل ہی جانتا ہے۔

مجھے ان آپریشنوں سے جو سب سے زیادہ نقصان اٹھانا پڑا وہ یہ ہے کہ میرے اندر سونگھنے کی صلاحیت بالکل ختم ہو گئی ہے۔ ہم گلاب کو اچھی نگاہ سے اس لئے دیکھتے ہیں کہ اس میں خوشبو بہت اچھی ہوتی ہے۔ لیکن میرے لیے دنیا کے سب پھول بے کار ہیں۔ میں اپنے آپ کو اور لوگوں کے سامنے بہت کم تر محسوس کرتا ہوں۔ کئی ڈاکٹروں کو دکھایا۔ یہ لوگ کہتے ہیں کہ سب سے پہلے تمہارا جو آپریشن ہوا تھا اس میں تمہاری ناک کی جھلی کٹ کر ختم ہو گئی ہے۔ جس میں سونگھنے کی حس ہوتی ہے۔ ڈاکٹر کہتے ہیں اب تم کبھی ٹھیک نہیں ہو گے۔

ج: ناک کی ہڈی کا بڑھ جانا، سانس کا رکنا، ناک کے اندر جھلی کا خراب ہونا، خناق، ناک کے اندر مزید ہڈی کا پیدا ہونا اور ناک کے دوسرے امراض کے لئے کسی مومی کاغذ پر مندرجہ ذیل نقش لکھ لیں اور اس کاغذ کو موڑ کر تعویذ بنا لیں۔ پھر اسے موم جامہ کر کے گلے میں ڈال لیں۔ یہ تعویذ آسمانی رنگ روشنائی سے لکھا جائے۔ اس کے علاوہ یہی تعویذ زردہ کے رنگ سے پلیٹوں پر لکھ کر پانی سے دھوئیں اور اس پانی کو ناک میں ڈالیں اور نکالیں۔ صبح شام پانچ پانچ مرتبہ۔ نقش یہ ہے:



## مسلسل بول

س: مجھے جلدی جلدی پیشاب آتا ہے۔ پیشاب کرنے کے بعد حاجت برقرار رہتی ہے۔ مجبوراً مجھے نماز بھی چھوڑ دینی پڑ گئی ہے۔ میں نے بہت کوششوں کے بعد خود کو نمازی بنایا تھا۔ گرم ادویہ کھاتا ہوں تو چہرے پر دانے نکل آتے ہیں۔

ج: سلسل بول ایک بیماری ہوتی ہے۔ جہاں تک میری معلومات کا تعلق ہے۔ اس مرض میں نماز ہو جاتی ہے۔ مزید تصدیق کے لئے کسی مفتی سے مسئلہ معلوم کر لیں۔ علاج کے طور پر سبز شعاعوں کا تیل، گردوں کی جگہ، زرد شعاعوں کا تیل۔ مثانہ پر دائروں میں رات کو سوتے وقت اور صبح نہار منہ دس دس منٹ مالش کریں۔

## شادی میں رکاوٹ

س: میرے بڑے بھائی ماشاءاللہ اچھی جگہ برسرروزگار ہیں۔ نہایت نہایت معقول آمدنی ہے۔ ہمارے خاندان کو یہ مسئلہ درپیش ہے کہ جب بھی شادی کا پروگرام بنتا ہے کوئی نہ کوئی حادثہ رونما ہو جاتا ہے۔ ان حادثات میں عزیزوں کی موت بھی شامل ہے۔ ایسا عمل بتا دیجئے جس سے شادی کی رکاوٹیں دور ہو جائیں اور ہمارے بھائی کا گھر آباد ہو جائے۔ بھائی کی شادی کی خواہش کئی سال سے ہمارے دلوں میں کروٹیں لے رہی ہے۔

ج: بعد از نماز عشاء اول آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ تین سو بار اَبٰی وَاسْتَكْبَرَ وَكَانَ مِنَ الْكَافِرِيْنَ چالیس روز تک پڑھیں۔ کثرت سے وضو یا بغیر وضو یاحی یا قیوم کا ورد کریں اور اللہ تعالیٰ کی راہ میں حسب استطاعت خیرات ضرور کیا کریں۔

## صحیح اور غلط کام

س: یہ ایک معمولی مسئلہ ہے مگر میرے لئے زندہ رہنے یا مر جانے کا سوال پیدا ہو گیا ہے۔ میں اپنے حواس پر قابو نہیں رکھ سکتا۔ ڈاکٹروں سے رجوع کیا تو کہتے ہیں کہ بلڈ پریشر ہے۔ دفتر میں کسی خاص کام کے لئے میرا انتخاب کیا جاتا ہے تو وہ کام کرتے وقت میرے ہاتھ پیر پھول جاتے ہیں۔ دل کی دھڑکنیں ضرورت سے زیادہ تیز ہو جاتی ہیں۔ ٹھنڈے پسینے آنے شروع ہو جاتے ہیں۔ ہاتھ پیر کانپنے لگتے ہیں۔ منہ کی جمائی بہت زیادہ آتی ہے۔ ہاتھ ٹھنڈے ہو جاتے ہیں اور ہتھیلیوں سے پسینہ ٹپکنا شروع ہو جاتا ہے اور اگر اس وقت مجھے بولنا پڑ جائے تو معلوم ہوتا ہے کہ میری آواز تختہ دار سے آ رہی ہے۔ دل میں ایک انجان ساخوف ہوتا ہے اور اس وقت میری سوچ یہ ہوتی ہے کہ میں یہ کام جو صحیح کرنے کی کوشش کر رہا ہوں کہیں غلط نہ ہو جائے۔

ج: دو ہفتوں تک کھانوں میں نمک کم کھائیں۔ تین وقت ایک ایک چمچ خالص شہد کھائیں۔ صبح اور رات کو کھانے کے بعد آدھا گھنٹہ ٹہلا کریں۔ کثرت سے وضو یا بغیر وضو یاحی یا قیوم کا ورد کریں۔

## صاحبزادہ کی شادی ہوئی

س: عرض یہ ہے کہ میرے صاحبزادے کی شادی 6 ستمبر 1985ء میں ہوئی۔ شب عروسی بخیر وخوبی انجام پائی۔ دو دن بعد ولیمہ ہوا۔ مشکل سے پندرہ بیس یوم گزرے ہوں گے شک وشبہ ہونے لگا۔ خدا خدا کر کے یہ شک وشبہ ختم ہوا ڈیڑھ ماہ بعد صاحبزادہ کو یہ محسوس ہوا کہ وہ قوت مردمی سے محروم ہو

گئے ہیں۔ تمام اچھے اچھے ڈاکٹروں اور حکیموں کو دکھایا۔ سب نے یہی کہا کہ ایسی کوئی بات نہیں، صرف وہم ہے۔ اس کے باوجود دوا بھی حفظ ماتقدم کے طور پر دی گئی۔ اب وہ کہتا ہے کہ ایسی زندگی سے کیا فائدہ سارا گھر پریشان ہے۔

برائے مہربانی رنگ وروشنی اور روحانی سائنس کے ذریعہ کوئی علاج تجویز فرمائیں۔ مجھے یہ بھی شبہ ہے کہ کسی نے سفلی وغیرہ کا عمل تو نہیں کیا؟ ویسے صحت وشکل وصورت ماشاءاللہ بہت اچھی ہے۔ کھانا پینا اور سونا سب معمول کے مطابق ہے۔

ج: تین عدد چینی کی سفید پلیٹوں پر بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِo اَلرِّجَالُ قَوَّامُوۡنَ عَلَی النِّسَاۗءِ لکھ کر صبح شام رات شعاعوں کے پانی سے دھو کر پلائیں۔ صبح سرخ رنگ شعاعوں کے پانی سے شام نارنجی رنگ شعاعوں کے پانی سے۔ رات کو بینگنی یا جامنی رنگ شعاعوں کے پانی سے پانی کی خوراک دو دو اونس ہے۔ کھانوں میں میٹھی چیزیں اور مچھلی زیادہ دیں۔ اکیس روز کا علاج ہے۔

## صحت مند زندگی

س: میں بہت سی بیماریوں اور تکلیف کا شکار ہوں۔ ہر وقت نزلے کی شکایت رہتی ہے۔ حافظہ بے حد کمزور ہو گیا ہے۔ معمولی باتیں بھول جاتا ہوں۔ نظام ہاضمہ درست نہیں ہے۔ گیس کی شکایت مستقلاً رہتی ہے۔ کمزوری بہت زیادہ محسوس ہوتی ہے اور چند قدم تیز تیز چلوں تو سانس پھول جاتا ہے۔ ان جسمانی عارضوں کے ساتھ ساتھ ذہنی انتشار رہتا ہے اور ذہن کسی وقت پر سکون نہیں رہتا۔ معاشی حالات الگ خراب ہیں۔ کوئی ایسا طریقہ تجویز فرمادیں جس سے میں ایک صحت مند زندگی گزارنے کے قابل ہو جاؤں۔

ج: سونف صاف کر کے دو حصے کر لیجئے۔ ایک حصہ بھنوا لیجئے اور ایک حصہ کچا رکھئے۔ دونوں ملا کر محفوظ کر لیجئے۔ کھانے کے بعد یہ کچی پکی سونف ایک چمچہ کے برابر کھا لیا کریں۔ ٹھنڈا پانی پینے سے گریز کریں اور ثقیل ہضم اشیاء نہ کھائیں۔ صبح شام ایک گلاس پانی پر گیارہ مرتبہ یا حیّ یا قیّوم دم کر کے پی لیا کریں۔

## ضد اور غصہ

س: ہماری داستان بڑی دردناک ہے۔ لیکن میں مختصر بیان کر رہی ہوں۔ بات یہ ہے کہ ہمارے والد صاحب ان پڑھ، بدمزاج، غصہ کے تیز اور بہت شکی مزاج ہیں۔ جبکہ ہماری والدہ صاحبہ صبر وشکر والی اور ایم اے ہیں۔ یہ تو اللہ ہی جانتا ہے کہ ان دونوں کا جوڑ کس طرح ہوا۔ یہ تو خود تو بے پڑھے ہیں ہی لیکن ہم دونوں بہنوں کو بھی پڑھنے نہیں دیتے۔ مگر ہماری والدہ نے بڑی قربانیاں دے کر ہمیں میٹرک کروایا۔ ابو کے سب خاندان والے بھی ان پڑھ شکی اور پتہ نہیں کیا کیا ہیں۔ ابو نے ہم پر بہت ظلم اور ستم کئے ہیں۔ کرتے رہتے ہیں جبکہ اب ہم جوان ہو چکے ہیں مگر ہم ان کے سامنے ایک لفظ تک نہیں بول سکتے۔ حتیٰ کہ حق بات پر بھی بولنا منع ہے۔ دونوں بھائی جوان ہیں وہ بھی ابو سے بہت ڈرتے ہیں۔ انہی حالات کو برداشت کر کے ہمارے گھر کے تمام افراد بیماریوں میں مبتلا ہیں۔ ہم ڈاکٹر سے مکمل علاج ہی نہیں کروا سکتے کیونکہ ابو کے دل میں طرح طرح کے شک آجاتے ہیں۔

سب سے بڑی مشکل یہ ہے کہ ہماری شادی اپنے خاندان میں کرنا چاہتے ہیں کیونکہ امی کا تو اس دنیا میں سوائے اللہ کے کوئی اور نہیں۔ ابو کہتے ہیں کہ تم لوگوں نے میرے خاندان میں شادی نہ کی تو میں تم لوگوں کو کہیں بھی شادی نہیں کرنے دوں گا۔ ابو کے تمام خاندان والے دور دراز جنگل میں ایک گاؤں میں رہتے ہیں۔ آپ سے درخواست ہے کہ آپ روحانی علوم کی روشنی سے والد صاحب کے ذہن کو صاف ستھرا بنا دیجئے تاکہ ان کے ذہن میں موجود شک نفرت غصہ جیسے منفی جذبات نکل جائیں اور ان کے بجائے محبت عجز وانکساری اور بچوں سے پیار امڈ آئے۔

ج: صبح سورج طلوع ہونے سے قبل نماز فجر ادا کر کے ایک سو بار بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْم کے ساتھ یا ودود پڑھیں اور پانی پر دم کر کے رکھ لیں اور یہ پانی اپنے والد صاحب کو پلائیں۔اس کے ساتھ ساتھ رات کو سوتے وقت کوئی ایک بہن یا بھائی والد صاحب کے سر میں تیل ڈالے اور تھوڑی دیر پیر دبائے۔انشاءاللہ اس طرز عمل سے والد صاحب کے مزاج میں سے ضد اور غصہ نکل جائے گا۔

# طلباء کے مسائل

س: عظیمی صاحب! ہم طالب علموں کا مسئلہ یہ ہے کہ جو بھی یاد کرتے ہیں وہ بہت جلد بھول جاتے ہیں۔ جس سے امتحان میں کافی پریشانی رہتی ہے۔ دوسرے امتحان میں کامیابی والا کوئی وظیفہ عطا فرمادیں جس سے نمبر زیادہ سے زیادہ آئیں۔

ج: مغرب کی نماز کے بعد سو بار یا علیم پڑھ کر سیدھے ہاتھ کی انگشت شہادت پر دم کریں اور انگلی کو تین بار فضا میں گھمائیں اور شمال کی طرف منہ کر کے پھر تین بار یا علیم پڑھ کر سینہ پر دل کی جگہ پھونک ماریں۔ یہ عمل نماز کے بعد مسجد کے اندر یا گھر میں کسی ایک گوشے میں کریں جہاں دوسرا کوئی نہ دیکھے۔ جب تک نتیجہ آئے یہ عمل جاری رکھا جائے۔

# عجیب و غریب

س: مسئلہ یہ ہے کہ میرا ایک عیسائی دوست ہے الطاف مسیح۔ آج سے چند سال پیشتر اس کو ایک ناگن نے اس وقت ڈسا جب کہ ناگن کے ملاپ کا موسم تھا۔اس کی خوشبو بقول سپیروں کے الطاف کے جسم میں سرایت کر گئی ہے۔اس وقت سے ہر سال الطاف کو سانپ آکر ڈس لیتے ہیں۔اب بھی سانپوں کے ڈسنے کا وقت تھا۔اس نے تیس کے قریب ایسے سانپ مار دیئے ہیں جو اس پر حملہ آور ہوئے تھے اور اب چاند کی دس تاریخ کو ایک سانپ نے اسے ڈس لیا ہے۔ سپیروں کا کہنا ہے کہ اب ہر چاند کی دس تاریخ کو سانپ تمہیں ڈس لے گا۔اس وقت اس کے منہ، ناک اور پیشاب میں خون آرہا ہے۔اللہ کے واسطے فوراً کوئی علاج بتائیں۔ یہ ایک انسانی زندگی کا سوال ہے۔

ج: اللہ کرے ابھی تک آپ کا دوست زندہ ہو۔ایسا کریں کہ نیولے کا سر لے کر اپنے دوست کی پیشانی اور سر میں اس جگہ بھی ملیں جہاں سانپ نے کاٹا ہے۔اس کے علاوہ

بِسۡمِ اللّٰهِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِيۡمِ

يَارَحِيۡمُ يَااللّٰهُ يَامُرِيۡدُ يَارَحِيۡمُ يَااللّٰهُ يَامُرِيۡدُ

يَارَحِيۡمُ يَااللّٰهُ يَامُرِيۡدُ يَابَدِيۡعُ الۡعَجَائِبِ

بِالۡخَيۡرِ يَابَدِيۡعُ

پڑھ کر ہر چار گھنٹے کے بعد دم کریں۔اس علاج کے ساتھ دوسرا کوئی بھی علاج کیا جاسکتا ہے۔

# عینک کا فلسفہ

س: ایک سال سے عوام کے مسائل اور آپ کے جوابات پڑھ رہا ہوں۔ آپ کی یہ انسانی خدمت اور آپ کا یہ پیار دنیا کبھی فراموش نہیں سکے گی۔ امید ہے کہ آپ میرے مسئلے پر بھی تھوڑا سا وقت دیں گے۔ بندہ کی صحت بالکل ٹھیک ہے۔ گذشتہ چند سالوں سے میری نظر کمزور ہو رہی ہے۔ عینک سے مجھے نفرت ہے۔ کبھی کبھی عینک لگا لیتا ہوں۔ لیکن اپنے اوپر ایک بہت بڑا بوجھ محسوس کرتا ہوں۔ خدا کے لئے کوئی اچھی سی ترکیب بتائیں تا کہ اس عینک کو دور پھینک سکوں۔

ج: آپ کے مسئلہ کا حل یہ ہے کہ آپ باقاعدہ عینک لگائیں۔ عینک کبھی لگانے اور کبھی اتارنے سے نظر مزید کمزور ہوتی ہے۔ مستقل طور پر لگانے سے نظر ٹھہر جاتی ہے۔ دن میں چار پانچ دفعہ سونف کھایئے۔

# غم اور تبسم

س: میری عمر تقریباً 17 سال ہے۔ میں سیکنڈ ائیر میں پڑھتا ہوں۔ مایوسی کے عالم میں صرف آپ کو سہارا سمجھتے ہوئے خط لکھ رہا ہوں۔ مایوس مت کیجئے گا۔ بچپن میں ایک دو مرتبہ ٹائیفائیڈ ہو جانے کی وجہ سے پہلے ہی کمزور تھا۔ بعد میں بری عادت کا شکار ہو گیا۔ جس سے میں روز بروز کمزور ہوتا جا رہا ہوں۔ گال اندر کی طرف دھنستے جا رہے ہیں۔

بنیادی طور پر میں ذہین ہوں۔ پڑھائی میں لائق ہوں۔ اور اس کے علاوہ گھر میں سب سے زیادہ ہنس مکھ ہوں لیکن صرف اس غم کو چھپانے کے لئے میں چہرے پر تبسم لائے رکھتا ہوں۔ تمام رشتے دار ہر وقت میری صحت کے متعلق فکر مند رہتے ہیں۔ کچھ ایسے مراحل یا مواقع بھی آئے ہیں جن سے میں مکمل طور پر خود فراموشی میں مبتلا ہو سکتا تھا۔ لیکن میں نے سب کچھ برداشت کیا۔ میری جگہ کوئی اور ہوتا تو شاید اب تک پاگل ہو جاتا۔

ج: فل سکیپ کاغذ پر (کاغذ سفید اور چمک دار ہونا چاہئے) سیدھی سیدھی سطروں میں ستارے بنائیں۔ روشنائی سیاہ اور چمک دار ہونی چاہیے۔ اس کاغذ کو فوٹو کی طرح فریم کرا لیں۔ رات کو سوتے وقت روشنی میں اس کاغذ کے اوپر بنے ہوئے ستاروں کو دیکھا کریں پندرہ منٹ تک اور پھر سو جائیں۔ یہ عمل چالیس روز تک کریں۔

# غیر فطری عمل

س: للہ مجھ پر رحم کیجئے۔ حرام موت مرنے سے بچا لیجئے۔ میں زندگی سے بے زار ہوں۔ خراب صحبت اور دوست نما دشمنوں میں رہ کر اس بری عادت میں مبتلا ہو گیا تھا اور خود کو تباہ کر دیا تھا۔ بار بار توبہ کی اور کنٹرول کرنا چاہا مگر ہر بار شیطان کے چنگل سے نہ بچ سکا۔ کبھی بھی طبیعت ایک جیسی نہیں رہتی۔ چہرہ ہر وقت ایسا رہتا ہے جیسے کسی نے سب کچھ مجھ سے چھین لیا ہو۔ انیس بیس برس کا ہو چکا ہوں مگر ابھی تک اپنے آپ کو بچہ تصور کرتا ہوں۔ فطری باتیں سب تقریباً بھول گیا ہوں۔ اپنے یا غیر کسی بھی آدمی سے اخلاق سے بات نہیں کرتا۔

میٹرک پاس ہوں مگر اپنے آپ کو جاہل تصور کرتا ہوں۔ چھوٹے چھوٹے کام کرتے ہوئے گھبرا جاتا ہوں۔ کبھی کبھار تو مجھ سے ایک اسکرو تک بھی نہیں لگتا۔ اکثر ہاتھ کپکپا جاتے ہیں۔ ہتھیلیوں سے پسینہ آتا ہے۔

اپنے قریبی رشتہ داروں کے ہاں بھی نہیں جاتا کہ سب لوگ مجھے غلط سمجھیں گے۔ ہر چمکتی ہوئی چیز مجھے بری لگتی ہے۔ ایسا لگتا ہے جیسے یہ تمام چیزیں مجھے منہ چڑا رہی ہیں۔ میرا مذاق اڑا رہی ہیں۔ ہر وقت سوتا رہتا ہوں اور لوگوں کے پوچھنے پر کہتا ہوں کہ مجھے سونے میں سکون ملتا ہے۔

اپنے سے چھوٹے بچے کو بھی اپنے سے بڑا سمجھنے لگتا ہوں۔ طبیعت پر جبر کر کے اپنی عمر کے دوستوں میں بیٹھتا ہوں۔ تو ان کی زندہ دل باتیں اور قہقہے سن کر اداس ہو جاتا ہوں۔ جہاں کہیں جاؤں ذرا سی دیر میں طبیعت اکتا جاتی ہے۔ اور وہاں سے بھاگنے کی سوچتا ہوں۔ ہر وقت بس دل یہی چاہتا ہے کہ مر جاؤں تو سارے جھگڑے ہی ختم ہو جائیں گے۔

موت کا منظر مرنے کے بعد کیا ہوگا۔ نامی کتاب کا مطالعہ کیا تو دنیا سے بے زاری اور بڑھ گئی ہے۔ لگتا ہے جو کھانا میں کھا رہا ہوں وہ میری ٹانگوں میں اتر رہا ہے۔ گرمی میں لحاف اوڑھ کر سوتا ہوں۔ نہانے کو بھی دل نہیں چاہتا۔

ج: کسی نہر یا ندی کے کنارے پانی پر کھڑے ہو کر نماز کی طرح نیت باندھ لیں اور 21 مرتبہ یاحفیظ پڑھ کر پانی سے باہر آ جائیں اور نہر کے کنارے پر دس منٹ تک آنکھیں بند کر کے بیٹھ جائیں۔ یہ عمل صبح سورج نکلنے سے پہلے 21 روز تک کریں۔

## فہم و فراست

س: بی ایس سی فائنل کا سٹوڈنٹ ہوں۔ دماغی کمزوری اور ذہنی کشاکش کا شکار ہوں۔ بہت شوق ہے کہ تعلیم حاصل کر کے ملک و قوم کی خدمت کروں مگر اس مقصد کے لئے حافظہ کے ساتھ فہم و فراست بہت ضروری ہے۔ میرے لئے وظیفہ تجویز کر دیجئے۔

ج: یَاحَفِیْظُ یَاحَفِیْظُ یَاحَفِیْظُ یَا شَافِیْ یَا شَافِیْ یَا شَافِیْ یَا کَافِیْ یَا کَافِیْ یَا کَافِیْ

ایک سو ایک بار پانی پر دم کر کے صبح نہار منہ پی لیں۔ پانی پینے کے بعد آدھے گھنٹے تک کچھ کھانا پینا منع ہے۔ یہ عمل چالیس روز تک جاری رکھیں۔ انشاء اللہ دماغی کمزوری دور ہو جائے گی اور فہم و فراست کام کرنے لگے گی۔

## فحش کتابوں کا مطالعہ

س: نیند کے غلبہ نے ستا رکھا ہے۔ ہاتھ کی ہتھیلیوں اور پیر کے تلوؤں میں بہت زیادہ پسینہ آتا ہے۔ ذہن ماؤف رہتا ہے۔ امتحان قریب ہیں۔ سبق یاد نہیں ہوتا۔

ج: آپ اب تک جو کچھ کر چکے ہیں اور جس عادت میں مبتلا معلوم ہوتے ہیں اگر نہ چھوڑی گئی تو آپ کی زندگی کانٹوں بھری سیج بن جائے گی۔ ہوش میں آ جایئے۔ ورنہ زندگی بھر پچھتانا پڑے گا۔ علاج بہت آسان ہے۔ ایسی کتابیں جن میں بداخلاقی کا درس دیا جاتا ہے اور ایسے افسانے جو شباب آمیز ہوتے ہیں، پڑھنا ترک کر دیجئے۔ ہر وقت باوضو رہئے۔ سونے سے پہلے بھی وضو کر لیا کریں۔ یہی آپ کے مسئلہ کا حل ہے۔

## قرض خواہ جان کے دشمن

س: میرے حالات خراب سے خراب تر ہوتے جا رہے ہیں۔ حالت یہ ہے کہ گھر میں آٹا نہیں ہے۔ دیگر ضروریات کو تو نظر انداز بھی کیا جا سکتا ہے۔ قرض خواہ جان کے دشمن بنے ہوئے ہیں۔ والدہ بیمار ہیں۔ دوا کے لئے بھی پیسے نہیں۔ کارخانہ مکمل طور پر بند ہے۔ مایوسی کا دور دورہ ہے۔ نماز اور ذکر خدا اور رسول ﷺ سے بیگانہ ہو گیا ہوں۔ لوگوں سے ملنے ملانے میں شرم محسوس ہوتی ہے۔ گھر میں بے چینی، باہر بیزاری۔ خدا جانے یہ میرے اعمال کی سزا ہے یا امتحان ہے۔ ذرا سی امید بندھتی ہے تو دوسرے دن ٹوٹ جاتی ہے۔ اگر اب بھی میرے حالات نہ بدلے تو سمجھوں گا کہ نگاہ مرد مومن میں سوز نہیں ہے۔ ہر

رات کئی کئی خواب نظر آتے ہیں۔ کبھی دیکھتا ہوں، جنازہ جارہا ہے، کبھی والد صاحب مرحوم سے ملاقات ہوتی ہے۔ رشتہ داروں نے منہ موڑ لئے ہیں۔ مجھے آپ پر خدا اور رسول ﷺ کے بعد اعتماد اور ایقان ہے۔ صبر و قناعت کا دامن میں نے کبھی نہیں چھوڑا۔ پھر یہ حالات مجھ سے کیا چاہتے ہیں۔ خدا مجھے ہمت و استطاعت بخشے اور اپنا کرم اور اپنے رسول ﷺ کی رحمتیں نازل فرمائے۔ دولت مل سکتی ہے مگر میں ناجائز ذرائع سے حاصل ہونے والی دولت کو حرام سمجھتا ہوں۔ دعا کریں کہ خدا میرے گناہ معاف کرے اور صبر سے بڑھ کر امتحان نہ لے۔

ج: صبح فجر کی نماز ادا کرنے کے بعد سورج نکلنے سے پہلے شمال رخ کھڑے ہو کر دعا کی طرح ہاتھ باندھ لیں۔ ایک مرتبہ سورہ اخلاص پوری سورہ پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ تین بار چہرہ پر پھیر کر دوبارہ سورہ اخلاص ایک بار پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے تین دفعہ چہرہ پر پھیر لیں۔ تیسری بار دعا کی طرح ہاتھ باندھ کر ایک مرتبہ سورہ اخلاص پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ تین مرتبہ چہرہ پر پھیر لیں اور چار قدم الٹے پیروں چل کر وہاں سے ہٹ جائیں۔ مصلیٰ پر بیٹھ کر ایک پاؤ سپارہ پڑھیں اور دعا مانگ کر دوسرے کاموں میں لگ جائیں۔ چالیس روز کے اس عمل سے حالات میں خوش گوار تبدیلی آجائے گی۔ ہر حال میں یہ عمل سورج طلوع ہونے سے قبل کیا جائے۔ سورج نکل آئے تو عمل نہ کریں۔

## قلندر باباجی اولیاءؒ

س: پچھلے دنوں میری چھوٹی بچی جس کی عمر 2 سال ہے بیمار ہو گئی تھی۔ کافی علاج وغیرہ کیا۔ مگر کچھ افاقہ نہیں ہوا۔ صدقہ اور خیرات بھی کئے، کئی راتیں میں نے اور بیگم نے جاگ کر گزاریں۔ جب ہر طرف سے مایوس ہو گیا اور پریشانی حد سے تجاوز کر گئی تو یہ بات دل میں آئی کہ کیوں نہ قلندر بابا اولیاءؒ کی طرف رجوع کرلوں۔ اس خیال کے ساتھ ہی مجھے بے اختیار بہت رونا آیا۔ میں نے روحانی طور پر قلندر بابا اولیاءؒ کا تصور کیا اور روحانی طور پر ان کی خدمت میں حاضر ہو کر درخواست کی کہ باباجی میری بیٹی بیمار ہے۔ آپ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے طفیل اللہ سے دعا کریں کہ میری بچی ٹھیک ہو جائے۔ خدا کا کرنا ایسا ہوا کہ اگلے روز صبح بچی کی صحت کی علامت شروع ہو گئی اور اب الحمدللہ وہ بالکل صحت مند ہے۔

ج: اللہ اس بچی کو صحت مند رکھے اور آپ کی مرادیں پوری کرے۔ رات کو بعد از نماز عشاء اول و آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ 101 مرتبہ یَااَللّٰہُ یَارَحْمٰنُ یَارَحِیْمُ پڑھ کر پانی پر دم کر کے پلا دیا کریں۔ انشاءاللہ محفل مراقبہ میں دعا کرادی جائے گی۔

## قرض اور سفلی

س: میں تین سال سے آپ کے لکھے ہوئے کالم پڑھ رہا ہوں۔ ماشاءاللہ آپ کو اللہ تعالیٰ نے بہت نوازا ہے۔ آپ کی خدمت میں ایک مسئلہ پیش کر رہا ہوں۔ مجھے امید ہے کہ مجھ جیسے دکھی انسان کی ضرور مدد کریں گے۔ مسئلہ یہ ہے کہ تین سال پہلے میرے بچے کو ایک عجیب قسم کی بیماری شروع ہوئی۔ ہر دس منٹ کے بعد جھٹکے لگتے ہیں۔ میں نے علاج میں کوئی کسر نہیں اٹھا رکھی۔ بچہ کی حالت یہاں تک خراب ہو گئی تھی کہ اب گیا جب گیا۔ ہم دونوں میاں بیوی بہت پریشان تھے۔ خدا خدا کر کے وہ بچہ ٹھیک ہو گیا اور جھٹکے لگنے کی بیماری ختم ہو گئی لیکن میری حالت بہت خراب ہو گئی ہے۔ مجھ پر بے پناہ قرضہ ہو گیا ہے۔ میری کوئی تدبیر پایہ تکمیل کو نہیں پہنچتی۔ مجھے ایسا محسوس ہوتا ہے کہ جیسے مجھ پر کسی نے سفلی کروادیا ہے۔ آپ سے درخواست ہے کہ آپ اپنے علم کی روشنی میں معلوم کر کے بتائیں کہ مجھ پر کسی نے جادو وغیرہ تو نہیں کیا۔ کیونکہ میں قرض میں بال بال بندھ گیا ہوں۔

ج: ہر نماز کے بعد سو مرتبہ اِنَّ اللّٰہَ یَرْزُقُ مَنْ یَّشَآءُ بِغَیْرِ حِسَابٍ پڑھ کر دعا کیا کریں۔ آپ کے اوپر کسی نے جادو یا سفلی نہیں کیا ہے۔ بالکل مطمئن ہو جائیں ہر وقت یاحی یاقیوم کا ورد کیا کریں۔

# قانون قدرت

س: میرے والد صاحب انتقال کر گئے۔ اس سے پہلے زندگی میں کئی دور حوادث آئے۔ کئی دفعہ جان جانے کا بھی خطرہ رہا۔ ہمیشہ محرومیاں، مایوسیاں درپیش رہیں۔ اس کے ساتھ ہی دوزخ اور بھی تھے۔ 65ء تک صوم وصلوٰۃ کا پابند رہا۔ اس کے بعد آوارہ عیاش اور جملہ برائیوں کا پیکر بن گیا۔ والد کے انتقال کے بعد کاروبار سنبھال سکا، نہ حالات بدل سکے۔ اب تک

65ہزار نقد جا چکا ہے۔ اب کاروبار ہے نہ سرمایہ ہے۔ قرض کی ادائیگی ناممکن ہو گئی ہے۔ اور دن بدن قرض بڑھ رہا ہے۔ شادی ہو سکی نہ زندگی گزارنے کے لئے جھونپڑا بن سکا۔ نہ رات نیند آتی ہے نہ دن کو چین نصیب ہے۔ مایوسیاں بڑھ رہی ہیں۔ بے بسی وبے کسی کا یہ عالم ہے کہ ہر شئے دسترس سے باہر ہو چکی ہے۔ ماضی بھی دردناک، حال بھی کربناک، مستقبل خطرناک اور تاریک۔ عبادت میں دلچسپی، نہ خود پر بھروسہ، اپنوں اور عزیزوں میں سکی اور ہر آدمی درپے آزار ہے۔ ہر وہ آدمی نفرت سے دیکھتا ہے جو کل عزت کرتا تھا۔ رات کو بھی اندھیرا، دن کو تاریکی۔ کئی دفعہ اس زندگی کو ختم کرنے کا سوچا۔ پھر والدہ کی وجہ سے باز رہا۔ میں نے آخر کون سا جرم کیا ہے کہ قدرت نے مجھے بے یارو مددگار چھوڑ دیا ہے۔

ج: قدرت نے آپ کو بے یارو مددگار نہیں چھوڑا۔ آپ نے نظام قدرت کی کارفرمائی میں دخل دیا ہے۔ اللہ تعالیٰ سب کچھ معاف کرتے رہتے ہیں۔ معاف کرنا ان کی سنت ہے لیکن جب کوئی بندہ نظام قدرت کے اصولوں کی خلاف ورزی کرتا ہے تو وہ ایسے چکر میں مبتلا ہو جاتا ہے کہ ہر امید روشنی بن کر ابھرتی ہے اور اس کا اختتام تاریکی اور مایوسی پر منتج ہوتا ہے۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کو اپنے حفظ وامان میں رکھیں۔ لاکھوں کا ڈھیر خاک ہو جاتا ہے۔ عزت وجاہ کی جگہ ذلت وخواری مقدر بن جاتا ہے۔ بڑے بڑے بادشاہ بھکاری بن جاتے ہیں اور لاکھوں پتی کی تو حیثیت ہی کیا ہے۔ ارب پتی لوگوں کو معمولی ملازمت بھی میسر نہیں آتی۔ یہ اللہ تعالیٰ کا ایسا نظام ہے جو ہر وقت اور ہر آن جاری وساری ہے۔

ایسا اس وقت ہوتا ہے جب آدمی کے اندر خودنمائی، بڑائی، کبر اور خودستائی پیدا ہو جاتی ہے اور وہ اللہ کی مخلوق کو اپنے سے کمتر سمجھنے لگتا ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ ایک قانون یہ بھی ہے کہ اگر والدین سے خلاف قدرت یہ عمل صادر ہوتا رہے اور وہ معافی وتلافی سے پہلے مر جائیں تو اس کا نتیجہ اولاد کو اٹھانا بھگتنا پڑتا ہے۔ اس لئے کہ اولاد ماں باپ کے ورثہ کی حق دار ہوتی ہے۔ قانون قدرت اس طرز فکر کو تسلیم نہیں کرتا کہ ماں باپ کا چھوڑا ہوا اثاثہ تو اولاد کو ملے اور ان کے اعمال کی سزا صرف ماں باپ بھگتیں۔ جس طرح مال ودولت اور نیکی اور اس کا ثمرہ اولاد کے لئے ورثہ ہے، اسی طرح ماں باپ کی برائیوں کے نتائج میں بھی اولاد برابر کی شریک رہتی ہے۔ آپ ہر نماز کے بعد 100 مرتبہ استغفار اور 100 مرتبہ یاحی یاقیوم کا ورد کریں۔ نماز کی پابندی ضروری ہے۔

# قرض کا انبار

س: سب جگہوں سے مایوس ہو کر آپ کی خدمت میں حاضر ہوا ہوں۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے والد صاحب وفات پا چکے ہیں۔ ان کے بعد کاروبار کی ذمہ داری مجھ پر آن پڑی ہے۔ کاروبار چل رہا ہے مگر بازار سے پیسے نہیں ملتے۔ پیسے لیٹ ملنے کی وجہ سے مجھ پر بہت قرضہ ہو گیا ہے۔ جب پیسے لیٹ ملتے ہیں تو وہ گھر پر خرچ ہو جاتے ہیں اور بازار کا قرضہ سر پر ہی ہوتا ہے۔ میں گھر والوں سے کہتا ہوں کہ گھر کے اخراجات کم کریں۔ وہ میری بات نہیں سنتے۔ والدہ صاحبہ ہر وقت پیسے مانگتی رہتی ہیں۔ اگر میں کہتا ہوں کہ میں نے آپ کو کل ہی تو دیئے تھے تو والدہ صاحبہ فرماتی ہیں کہ تم مجھے بے ایمان سمجھتے ہو۔ میں سکون کی خاطر اور یہ سمجھتے ہوئے کہ والدہ صاحبہ اگر ناراض ہو گئیں تو نہ دین کا رہوں گا اور نہ دنیا کا۔ کیونکہ مولوی صاحب کا ارشاد ہے کہ جس نے اپنے ماں باپ کو تنگ کیا وہ دوزخ میں جائے گا۔ جس کی وجہ سے میں پریشان ہوں۔ میری اولاد جوان ہے اور مجھ پر قرضہ کا انبار ہے۔ والدہ صاحبہ کہتی ہیں کہ جہاں مرضی ہو قرضہ ادا کرو اور گھر کا خرچہ چلاؤ۔ اس پریشانی میں رات بھر جاگتا ہوں۔

ج: رات کو سونے سے پہلے اول و آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ 100 بار آیت کریمہ پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ تین بار چہرہ پر پھیر کر دعا کیا کریں اور لوگوں سے بار بار خوش اخلاقی کے ساتھ ملا کریں۔ ہر وقت یا حی یا قیوم پڑھتے رہا کریں۔ ہر جمعرات کو دو روپے خیرات کریں۔ والدہ صاحبہ کو سکون کے ساتھ ساری بات سمجھائیں۔

## کچھ نہیں، کچھ بھی نہیں

س: میرا چھوٹا بھائی جس کی عمر 21 سال ہے۔ دو سال سے عجیب کیفیت میں مبتلا ہے۔ اس کا دماغ بالکل کام نہیں کرتا، گھر پر کسی سے بات نہیں کرتا اور گھبرایا گھبرایا رہتا ہے۔ پہلے تو ہم نے اس کا ڈاکٹری علاج کرادیا۔ پھر ایک ایسی عورت کو دکھایا جس کے قبضے میں جن وغیرہ ہیں۔ اس نے بتایا کہ تمہارے بھائی پر اثر ہے۔ کیونکہ اس نے مسجد میں غلط جگہ پر پیشاب کر لیا تھا۔ اسے سیہون شریف لے جاؤ۔ ایک مولوی قادری صاحب کو دکھایا تو انہوں نے کہا کہ وظیفہ الٹ گیا ہے۔ اگر بھائی سے پوچھتے ہیں کہ تمہیں کیا محسوس ہوتا ہے، تو کہتا ہے کچھ نہیں، کچھ بھی تو نہیں۔ اب اس کا یہ عالم ہو گیا ہے کہ نہ کھاتا ہے نہ پیتا ہے۔ چہرہ سفید ہو گیا ہے اور رات کو بار بار اٹھتا ہے۔ کبھی کھانا کھاتا ہے، کبھی کھڑکی سے باہر جھانکتا ہے اور ایک دن اچانک دوپہر کے وقت اس کے منہ سے یہ الفاظ نکلے کہ لڑکے میرا پیچھا کرتے ہیں اور ایک کتا بھی ہے۔ وہ ہر وقت میرا پیچھا کرتا ہے اور لوگ کہتے ہیں کہ تم خدا بنتے ہو۔ ہم تمہاری جان نکالیں گے۔

میری والدہ نے اسی عورت کے بتانے پر جس کے پاس جن ہے، ایک وظیفہ شروع کیا۔ چار دن ہوئے تھے کہ ان کی بھی حالت غیر ہو گئی۔ دل بہت زور سے دھڑکنے لگا اور سائے نظر آنے لگے۔ پھر اسی عورت کے پاس گئیں جس نے وظیفہ بتایا تھا۔ اس عورت نے کہا کہ وظیفہ پڑھنا بند کر دو، اثرات تمہیں وظیفہ نہیں پڑھنے دیں گے۔ اب بھائی کی حالت یہ ہو گئی ہے کہ منہ سے لقمے باہر آجاتے ہیں۔ زبان بھی کٹی کٹی ہو گئی ہے۔ ہر وقت بے چین رہتا ہے۔ کسی قسم کی بھی کوئی بات نہیں کرتا۔ اگر والدہ بہت پیار سے کوئی بات پوچھتی ہیں تو منہ سے صرف دو الفاظ نکلتے ہیں۔ ہوں، ہاں۔ بڑی امید کے ساتھ یہ خط لکھا ہے۔ خدارا مایوس نہ کیجئے گا۔

ج: اس کا علاج یہ ہے کہ ایک کاغذ پر

یَا مَهْلَائِيْل
یَا ثَمْنَائِيْل
یَا مِيكَائِيْل
یَا جِبْرَائِيْل

لکھ کر کاغذ پر موڑ کر بتی بنا لیں۔ اس مڑے ہوئے کاغذ کو روئی میں لپیٹ لیں۔ اب روئی اور کاغذ کی بنی ہوئی بتی کو گھی یا زیتون کے تیل میں ایسی جگہ جلائیں جہاں سے مریض تک دھواں پہنچ سکے۔ یہ عمل رات کو سوتے وقت کرنا چاہئے۔ صبح سورج نکلنے سے پہلے قل اعوذ برب الفلق کی پوری سورہ پڑھ کر ایک پیالی پانی پر دم کر کے نہار منہ پلائیں۔ دو ہفتہ تک نمک بالکل نہ دیں۔ دو ہفتے کے بعد ایک عرصہ تک نمک کم سے کم اور بہت کم مقدار میں استعمال کرائیں۔ تین وقت خالص شہد کا استعمال بھی بہت ضروری ہے۔

# کرکٹ اور بیٹنگ

س: میں ایک کرکٹ پلیئر ہوں اور میرا مسئلہ یہ ہے کہ باوجود کئی سال کی محنت کے میری بیٹنگ میں وہ نکھار نہیں آیا جو اتنے عرصے کی مشق سے آجانا چاہئے تھا۔ عموماً مجھے فاسٹ اور اسپین دونوں قسم کی باؤلنگ سے واسطہ پڑتا ہے مگر کسی کو بھی اعتماد سے نہیں کھیل سکتا۔ دعا ہے کہ کوئی ایسا طریقہ بتائیں جس سے اس مشکل کا سدباب ہو جائے۔ میں آپ کی عنایتوں کے لئے ہر دم آپ کا مشکور رہوں گا۔

ج: ہر آدمی کے اوپر مکمل مجسم ایک اور آدمی ہوتا ہے جس کو سائنس دان AURA کہتے ہیں۔ روحانی قانون کے مطابق زندگی کا ہر عمل اس اوراپر منحصر ہوتا ہے۔ آپ اپنے جسم مثالی (AURA) سے کام لیں۔ دنیا میں انشاءاللہ واحد کھلاڑی بن جائیں گے۔ رات کے وقت دو بجے کر پینتالیس منٹ پر سو کر اٹھ جائیں، غسل کر لیں۔ غسل نہ کر سکیں تو منہ ہاتھ دھولیں اور کھڑے ہو کر ایک لوٹا پانی دونوں پیروں پر بہادیں۔ اب کسی کھلی اور صاف ستھری جگہ پر بیٹھ کر مراقبہ کریں۔ مراقبہ میں دیکھیں کہ گوشت پوست کے بدن کے 9 انچ اوپر ایک اور آپ ہیں۔ جب یہ روشنیوں کا جسم سامنے آجائے تو ارادہ کے ساتھ ہاتھ گھما کر بیٹنگ کریں۔ تقریباً دس منٹ تک یہ عمل دہراتے رہیں۔ اس بات کا خیال رکھا جائے کہ مراقبہ کے اندر بیٹنگ کرتے وقت گوشت پوست کا ہاتھ نہیں ہلنا چاہئے۔ یک سوئی کے ساتھ یہ عمل کر لیا گیا تو چالیس روز کی مشق کافی ہے۔

# کینسر کس طرح پیدا ہوتا ہے

س: سات برس سے میری ریڑھ کی ہڈی کا نچلا حصہ پھولا ہوا ہے۔ اس کے آس پاس جلن محسوس ہوتی ہے۔ ساتھ ساتھ ٹانگوں اور کمر میں شدید درد ہوتا ہے۔ سیدھا دھڑ زیادہ متاثر ہے۔ جگر پر ورم ہے۔ جب کہ کسی طبیب نے جگر کی بیماری تشخیص نہیں کی۔ سیدھا کندھا، گردن اور کانوں تک کا حصہ اکثر اکڑ جاتا ہے۔ یادداشت تقریباً ختم ہو چکی ہے۔

ج: سورہ مزمل شریف، سورہ یٰسین یا کوئی اور آیت بطور وظیفہ پڑھتی ہیں تو اسے فوراً ترک کر دیجئے۔ صرف پانچ وقت نماز اور ترتیب سے قرآن پاک کی تلاوت کیجئے۔ علم روحانیت کے قانون کی رو سے وظیفے اور ادوار کے باب میں یہ بات واضح طور پر بتائی گئی ہے کہ محض ثواب کے لئے وظیفے پڑھنے سے دماغ کے اندر وہ خانے جو صحت کا تحفظ کرتے ہیں اور جن میں ایک خاص قسم کی بجلی کی لہریں تخلیق پاکر انسانی زندگی کی نشوونما کرتی ہیں اس درجہ متاثر ہو جاتی ہیں کہ دماغ جسمانی اعصاب کو پوری طرح کنٹرول نہیں کر سکتا۔ اس کے نتیجے میں فالج لقوہ اور دوسری ایسی بیماریاں وجود میں آجاتی ہیں جن سے شعور مغلوب ہو کر بعض اوقات ہوش و حواس کھو بیٹھتا ہے۔

یہ کوئی پیچیدہ اور ناقابل فہم بات نہیں ہے۔ بات سیدھی اور واضح ہے، سورہ آیت یا اسمائے مقدسہ میں اللہ کے نور کا عمل دخل ہوتا ہے اتنا کہ ان کا وولٹیج ہر مادی شئے سے بہت زیادہ ہوتا ہے۔ جب کوئی انسان کسی سورہ آیت یا اسمائے مقدسہ کا ورد کرتا ہے تو اس کے دماغ کے اندر کام کرنے والے جنریٹر میں بجلی ذخیرہ ہونا شروع ہو جاتی ہے اور جب یہ ذخیرہ اتنا ہو جاتا ہے کہ دماغ کی برداشت سے باہر ہو تو دماغ اپنا بار کم کرنے کے لئے یہ ذخیرہ جسم کے کسی حصے پر پھینک دیتا ہے اور یہ حصہ سن یا فالج زدہ قرار پا جاتا ہے۔

اس قانون پر لوگوں کو یہ اعتراض ہو سکتا ہے کہ فالج اور لقوہ کے مریض ایسے بھی بکثرت دیکھے گئے ہیں جو وظیفے نہیں پڑھتے تو اس کا جواب یہ ہے کہ قانون اپنی جگہ یہاں بھی بحال ہے۔ کیونکہ اللہ تعالیٰ کے قانون میں ردوبدل نہیں ہوتا۔ قرآن پاک میں ارشاد ہے فَلَنْ تَجِدَ لِسُنَّةِ اللّٰهِ تَبْدِيْلًا وَلَنْ تَجِدَ لِسُنَّةِ اللّٰهِ تَحْوِيْلًا (اللہ کے قانون میں نہ تبدیلی ہوتی ہے اور نہ کسی قسم کا تعطل واقع ہوتا ہے)۔

وہ مریض جو وظیفے نہیں پڑھتے اور ایسے امراض میں مبتلا ہو جاتے ہیں، جن کا تعلق بیان کردہ قانون سے ہے، اس کی صورت یہ ہے کہ ذہن کسی ایک نقطہ پر مرکوز ہو کر لائف اسٹریم (LIFESTREAM) پوری طرح جسمانی نشوونما کے لئے استعمال نہیں کر سکتا۔ جو ذخیرہ استعمال ہونا چاہئے، خرچ ہونے کے بجائے جمع ہو جاتا ہے۔ دماغ بجلی کے اس وولٹیج کا دباؤ برداشت نہ کرتے ہوئے یہ وولٹیج جسم کے کسی حصے پر پھینک دیتا ہے۔ ام الصبیان، اٹھرہ،

سوکھا، مرگی، ہسٹریا، بے خوابی، فالج، لقوہ، پولیو، کینسر اور دوسری کئی بیماریاں انسان کے اندر کام کرنے والے وولٹیج اوور فلو( OVER FLOW) ہونے سے واقع ہوتی ہیں۔

وہ لوگ جو وظیفے صرف روحانی ترقی کے لئے پڑھتے ہیں اور جن کا مقصد جنت کی خواہش یا دوزخ سے بچاؤ نہیں ہوتا بلکہ صرف اللہ تعالیٰ کا قرب اور تعارف حاصل کرنا چاہتے ہیں، اس قانون سے مستثنیٰ ہیں۔

## کھپچیاں ٹانگیں

س: میں بہت دبلا ہوں میرے جسم میں صرف ہڈیاں ہی ہڈیاں ہیں۔ میرے بازو بھی بہت پتلے پتلے ہیں اس لئے میں آدھی آستین کی قمیض نہیں پہنتا۔ کیونکہ بازو میں گوشت کی جگہ ہڈیاں نظر آتی ہیں۔ میں کہیں بھی جاؤں لوگ مجھے گھاس نہیں ڈالتے کیونکہ مجھ میں کشش نہیں ہے۔ کوئی ایسا عمل بتادیں جس کی برکت سے لوگ مجھے قبول کر لیں۔ میری ٹانگیں بھی بہت تپلی تپلی ہیں جب میں پینٹ پہنتا ہوں تو عجیب سا لگتا ہے کیونکہ میرے گھٹنوں کے اوپر دونوں ٹانگوں کے درمیان خلا بہت ہے۔ جب میں چلتا ہوں تو عجیب سا لگتا ہے کیونکہ دونوں ٹانگیں بانس کی کھپچیاں لگتی ہیں۔

ج: صبح نہار منہ اور رات کو سوتے وقت ماش کی دال کا حلوہ کھائیں اور کھانوں میں گوشت کا زیادہ استعمال کریں۔ بڑے چھوٹے کی کوئی قید نہیں ہے۔ موٹے ہو جائیں گے۔

## کمزور حافظہ

س: دماغ سے سفید رنگ کا ریشہ نکلتا ہے اور گلے کے راستے اندر گرتا ہے۔ سینے پر نزلہ جما ہوا ہے۔ پھیپھڑوں پر بھی بلغم جما ہوا ہے۔ پیٹ میں ناف کے بائیں طرف کبھی کبھی ابھارا ہو جاتا ہے۔ ناف کا تعویذ باندھتا ہوں تو ٹھیک ہو جاتا ہے۔ نزلہ کے ریشے کی وجہ سے سر میں درد رہتا ہے۔ حافظہ بہت کمزور ہو چکا ہے۔ گیس کی بیماری بھی ہے۔

ج: دو عدد پلیٹوں پر زردہ کے رنگ اور عرق گلاب سے بِسْمِ اللّٰہِ اَلرَّحْمٰنِ الرَّحِیْم ایک بار یَافَارِقُ 9 مرتبہ لکھ کر پانی سے دھو کر صبح شام پئیں اور دو عدد پلیٹوں پر زردہ رنگ اور عرق گلاب سی بسْمِ اللّٰہِ اَلرَّحْمٰنِ الرَّحِیْم۔ ایک بار یَاحِیْنَ مَاءٍ 12 مرتبہ لکھ کر پانی سے دھو کر دونوں وقت کھانے سے قبل پانی سے دھو کر پئیں ایک ماہ ایک دن یہ علاج کریں۔ تلی ہوئی کھٹی اور برف کی چیزوں سے پرہیز کریں۔

## گرمی میں بھی لحاف اوڑھتا ہوں

س: اس مسئلے نے میری زندگی اجیرن کر دی ہے۔ براہ کرم کوئی حل بتائیں۔ میں کسی سے بات نہیں کر سکتا، کسی محفل میں نہیں جاتا۔ اگر کبھی چلا بھی جاؤں تو سب سے الگ تھلگ رہتا ہوں۔ بہت کوشش کرتا ہوں کہ لوگوں سے بات کروں مگر میرے منہ سے الفاظ نہیں نکلتے، یوں لگتا ہے جیسے میرے ہونٹ سی دیئے گئے ہوں حتیٰ کہ سلام بھی نہیں کیا جاتا۔ اپنے دفتر سے بہت پریشان ہوں، وہاں پر ہر کسی کے فحش مذاق کا نشانہ بنتا ہوں۔ نہ جانے میرے میں ایسی کونسی بات ہے کہ لوگ مجھ سے فحش مذاق کرتے ہیں۔ اسی وجہ سے دفتر میں کسی سے کوئی تعلق نہیں رکھتا، الگ تھلگ رہتا ہوں۔ ہر وقت گھر میں اکیلا رہتا ہوں اور شدید گرمی میں بھی لحاف اوڑھ کر سوتا ہوں۔ اگر کسی وجہ سے رات کو اٹھنا پڑے تو اٹھنے کی ہمت نہیں ہوتی۔ میرا کوئی دوست نہیں ہے حالانکہ میری

عمر کے لوگوں کے بہت سے دوست ہوتے ہیں۔ معمولی بات میرے لئے مصیبت بن جاتی ہے حالانکہ یہ بات دوسروں کے ساتھ ہو تو وہ پرواہ بھی نہیں کرتے۔ کوئی کہانی پڑھوں تو میری عجیب سی کیفیت ہو جاتی ہے، سوچتا ہوں کہ اگر میں ہوتا تو یوں کرتا، ایسا کرتا۔ کہانی کے کردار میرے ذہن پر مسلط ہو جاتے ہیں۔ چہرے پر ہر وقت اداسی اور مایوسی چھائی رہتی ہے۔ طبیعت میں سستی بہت ہے۔

ج: نوانچ، بارہ انچ سفید شیشے کے اوپر آسمانی رنگ پینٹ کرائیں اور اس شیشے کو دن رات میں بار بار دیکھیں۔ ہر نماز کے بعد ایک سو ایک بار نَصْرٌمِّنَ اللّٰہِ وَ فَتْحٌ قَرِیْب پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیا کریں۔

## گھن

س: مؤدبانہ التماس ہے کہ بندہ بعنوان (آپ کے مسائل) کا ٹوکن پر کر کے آپ کی خدمت میں بھیج رہا ہے۔ میں جانتا ہوں کہ جناب کے فیض سے سینکڑوں پریشان بندے آپ کے عمل پر پیرا ہو کر پر سکون زندگی گزار رہے ہیں۔

میں ملازمت کے سلسلے میں لاہور آیا تو اس وقت میں نے ماموں کے گھر رہنا شروع کیا۔ 2 ماہ کے بعد میرا ہاضمہ خراب ہو گیا۔ روٹی کھاتا تو مرچ زیادہ ہونے کی وجہ سے سینہ جلنے لگتا اور سینے میں اوپر کی طرف گیس سی اٹھتی تھی۔ روٹی کے بعد میں بوتل یا فروٹ کھاتا تو یہ کیفیت کم ہو جاتی تھی۔ اکثر اوقات صبح کا ناشتہ ہی شام تک ہضم نہیں ہوتا تھا اور کبھی جب بھوک لگ بھی جاتی تو ایک یا ڈیڑھ روٹی سے زیادہ نہیں کھا سکتا تھا۔ جبکہ میں اپنے گاؤں میں تین روٹیاں کھا لیتا تھا اور دن میں تین چار مرتبہ روٹی کھاتا تھا اور کسی قسم کی شکایت نہیں ہوتی تھی۔

گیس کی بیماری ختم ہو گئی تو اس کے بعد قبض کی بیماری شروع ہو گئی۔ یہاں تک کہ فضلہ باہر لانے کے لئے انگلیاں استعمال کرنی پڑتی تھیں۔ پھر صبح و شام گرم دودھ پینا شروع کیا۔ دودھ سے قبض کی شکایت کے دوران مجھے بالوں اور آنکھوں کی بیماری شروع ہو گئی۔ میرے بال گرنا اور سفید ہونا شروع ہو گئے۔ یہاں تک کہ آدھے بال سفید ہو گئے اور ہو رہے ہیں۔ کنگھے کے ساتھ روزانہ 50 بال ضرور گرتے ہیں۔ صابن لگانے اور تولیہ استعمال کرنے اور سر کھجانے سے بھی بال گرتے ہیں۔ اب یہ نوبت آ گئی ہے کہ ماتھے کی جانب گنج ہو گیا ہے۔ نظر کی عینک پہلے مجھے 2/1/2 نمبر لگتی تھی۔ اب ڈھائی سال کے عرصے میں 2/1/3 نمبر ہو گئی ہے اور نظر مزید کمزور ہو رہی ہے۔ ڈیڑھ سال سے خوراک اچھی سے اچھی کھا رہا ہوں۔ صبح شام دودھ فروٹ خالص دیسی گھی استعمال کر رہا ہوں۔ لیکن میرے جسم میں کوئی فرق معلون نہیں ہوتا۔

پہلے پہلی مرتبہ جب میں گیارہ ماہ ماموں کے گھر رہا تو وہاں آکر پابند ہو گیا۔ گاؤں میں اپنے گھر آزادی سے رہتا تھا اور ذہن آزاد تھا۔ کسی قسم کا غم و فکر نہ تھا۔ لیکن ماموں کے گھر آکر اپنے آپ کو قید و پابند سمجھتا۔ بات بات پر ٹوکنا۔ رعب جمانا، گھر سے نکال دینا۔ گھر والوں پر باتیں کسنا۔ ان پر مجھے بہت غصہ آتا تھا لیکن میں نہ ممانی کو زبان سے کچھ کہتا اور نہ ماموں کو اور خاموشی میں غصہ اپنے اندر اندر پیتا رہتا۔ اب جبکہ میں علیحدہ ہو گیا ہوں یہ کیفیت نہیں جاتی۔ خیال اور معمولی سی بات پر غصہ کرنا اور ہر وقت ذہن میں غصہ رہتا ہے۔ کسی سے جھگڑا ہو جائے تو اتنا غصہ آ جاتا ہے کہ منہ میں سے جھاگ نکل آتی ہے۔

ج: لاشعوری آنکھ نے جو کچھ دیکھا ہے وہ ایسی حقیقت ہے کہ جس کا اظہار بھی شرم کی بات ہے۔ فارسی کی مثال ہے "خود کردہ را علاجے نیست"۔ آپ نے خود کو گھن لگا دیا ہے اور خود اپنے ہاتھوں اپنا اندرونی نظام درہم برہم کر دیا ہے۔ اب صورت یہ ہے کہ آپ جس طرح ممکن ہو۔ غلط عادت چھوڑ دیں اور ہر وقت یاحی یاقیوم کا ورد کریں۔ رات کو سونے سے پہلے ایک سو ایک بار کلمہ شہادت پڑھ کر مراقبہ کریں، مراقبہ میں یہ تصور کریں کہ جامنی رنگ کی روشنیاں آپ کے سینے میں جمع ہو رہی ہیں۔ یہ عمل روزانہ بلاناغہ پندرہ منٹ تک کریں۔ صبح بہت سویرے بیدار ہو کر سیر کیا کریں۔ کھانوں میں چیزیں کم اور ترکاریاں زیادہ استعمال کریں۔

# لرزہ

س: دربار نبویﷺ کی حاضری چاہتا ہوں۔ کوئی ایسا وظیفہ بتادیجئے جس سے آرزو پایہ تکمیل کو پہنچے۔ کافی عرصہ ہوا بڑا بخار ہوا تھا جس کی وجہ سے پٹھوں پر برا اثر پڑا ہے۔ جس سے اعصابی کمزوری پیدا ہوگئی ہے اور کسی قدر سر میں لرزہ پیدا ہوگیا ہے۔ علاج سے فائدہ نہیں ہوا۔

ج: رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی زیارت مبارک سے مشرف ہونے کے لئے کتاب ''روحانی علاج'' میں عمل موجود ہے۔ اس کے مطابق عمل کریں جب بھی پانی پیا جائے وغیرہ پئیں ایک مرتبہ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ۔ الٓرٰتِلْکَ اٰيَاتُ الْکِتَابِ الْمُبِيْنِ اَلرَّحِيْمُ اَلرَّحِيْمُ پڑھ کر دم کرلیا کریں۔ اللہ تعالیٰ شفا عطا کریں گے۔

# لوگ مجھے لڑکی سمجھتے ہیں

س: میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں ایک لڑکا ہوتے ہوئے بھی عام لڑکے کی زندگی نہیں گزار سکتا۔ میرے چہرے پر جھلکتی ہوئی نسوانیت میرے لئے دردِ سر بن گئی ہے۔ کسی کام سے بازار جاتا ہوں تو لڑکے مجھے اس طرح گھورتے ہیں کہ جیسے میں لڑکی ہوں۔ اگرچہ میرا جسم اور کپڑے دیکھ کر ان کی غلط فہمی دور ہوجاتی ہے لیکن اگر میں گاڑی میں بیٹھا ہوں تو اکثر دھوکا کھاجاتے ہیں اور کئی تو آوازے بھی کس دیتے ہیں۔ اس کے علاوہ میری تصویریں دیکھ کر اکثر لوگ دھوکا کھا چکے ہیں۔ اس افتاد نے مجھے بے حال کردیا ہے اور میں نے گھر سے باہر نکلنا بھی چھوڑ دیا ہے۔ عزیزوں اور رشتہ داروں میں کہیں دعوت ہوتی ہے تو میں جاتے ہوئے گھبراتا ہوں۔ میں کسی Activity میں حصہ نہیں لیتا۔ میری ساری خوشیاں ختم ہوکر رہ گئی ہیں۔

کچھ عرصہ پہلے تک میں سوچتا تھا کہ مونچھیں بھی نہیں نکلتیں۔ شاید یہ نسوانیت کچھ کم ہوجائے گی لیکن مونچھیں بھی نہیں نکلیں۔ میں ایک بالکل مایوس آدمی ہوں۔ جب سے میں نے روحانی ڈائجسٹ کا مطالعہ شروع کیا ہے مجھے عجیب قسم کی آسودگی حاصل ہوئی ہے۔ برائے مہربانی میرے مسئلے کا حل تحریر فرمادیں تاکہ میرے چہرے سے نسوانیت ختم ہوجائے اور مردانہ خوبصورتی اور وجاہت چہرے پر آجائے۔

ج: شکم مادر میں جب بچہ کا پہلا وجود قائم ہوتا ہے تو اس وجود کو سائنسی زبان میں کروموسوم کہتے ہیں۔ کروموسوم میں بارہ چھلے ہوتے ہیں۔ استقرار حمل کے بعد اگر ان چھلوں کا رنگ بطن مادر میں یکساں رہتا ہے تو پوری مردانہ خصوصیات کے ساتھ لڑکا پیدا ہوتا ہے۔ اگر ایک چھلہ کا رنگ دوسرے گیارہ چھلوں کے رنگ کے ساتھ متوازن نہ رہے تو بچے میں اسی مناسبت سے مردانہ اوصاف کم ہوجاتے ہیں اور اس کے اندر نسوانیت آجاتی ہے۔ اس کا علاج یہ ہے۔ صبح بیدار ہونے کے بعد اور رات کو سوتے وقت ایک عرصہ تک اَلرِّجَالُ قَوَّامُوْنَ عَلَی النِّسَآءِ 100 مرتبہ بار پڑھ کر پانی پر دم کرکے پیا جائے۔

# لاکھوں پتی بننے کا عمل

س: میں 1970ء سے ایکسپورٹ کا کام کرتا ہوں۔ خدا تعالیٰ کے فضل و کرم سے میرے پاس آرڈر تو بہت آتے ہیں لیکن جب بھی کسی پارٹی کا مال بناتا ہوں تو تقریباً آخری مراحل میں کوئی نہ کوئی خرابی ضرور نکل آتی ہے۔ مثلاً کپڑے کا رنگ خراب ہوجاتا ہے۔ کپڑے میں سوراخ ہوجاتے ہیں یا پھر کبھی کپڑے کی سلائی خراب ہوجاتی ہے۔ کبھی کپڑا نہیں ملتا۔ نتیجتاً پارٹی کو جس مقدار میں مال چاہئے میں اس کو تقریباً نصف مال ہی بھیج سکتا ہوں۔ اس لئے کہ نصف مال تو جیسے میں اوپر ذکر کرچکا ہوں۔ ویسے ہی خراب ہوجاتا ہے۔ دن رات محنت کرتا ہوں، کام کی طرف بھی میری توجہ بھرپور ہوتی ہے لیکن اس کے

باوجود میں پارٹی کو پورا مال بھیجنے میں کامیاب نہیں ہوتا۔ خراب مال یہاں رہ جاتا ہے۔ ظاہر ہے نقصان مجھ ہی کو بھگتنا پڑتا ہے۔ بالآخر میں نے گارمنٹس کا کام چھوڑ دیا۔ کپڑا ایکسپورٹ کرتا ہوں لیکن اس کاروبار میں بھی زیادہ کامیاب نہیں ہوں۔ اس میں بھی کوئی نہ کوئی رکاوٹ ضرور نکل آتی ہے۔

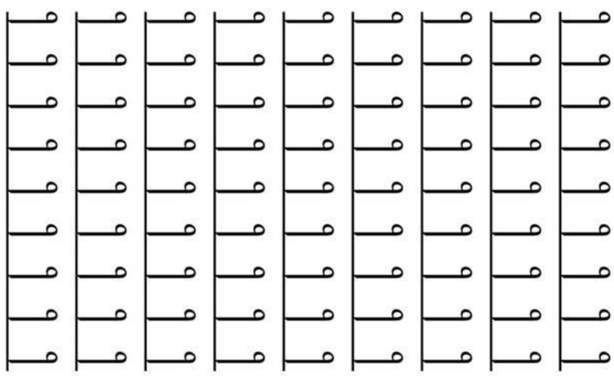
ج: چلتے پھرتے، اٹھتے بیٹھتے، وضو اور بغیر وضو کے یاحی یاقیوم کا ورد کرتے رہا کریں۔ کاروبار میں اللہ کی مخلوق کو اپنا شریک بنالیں۔ یہ طے کرلیں کہ خالص نفع میں سے پانچ پیسے فی روپیہ اللہ کی مخلوق کی خدمت کے لئے نکال دیں گے۔ اگر آپ نے گڑ بڑ اور شراکت میں بے ایمانی نہیں کی تو آپ لاکھ پتی ہو جائیں گے۔

# لاعلاج مرض کا علاج

س: میں انگلینڈ میں آپ سے بذریعہ ٹیلی فون دو تین دفعہ ملاقات کر چکا ہوں جبکہ اس وقت حالات مختلف تھے اور میرے بیوی بچے بھی پاکستان میں تھے۔ اب گذشتہ جون سے بیوی بچے یہاں انگلینڈ میرے پاس آچکے ہیں۔

جیسا کہ پہلے میں اپنے بچے کی بیماری کے بارے میں عرض کر چکا ہوں تو جناب نے روحانی علاج بتایا تھا۔ اس وقت بچہ یہاں انگلینڈ میں نہیں تھا۔ اب وہ میرے پاس ہے۔ بچے کا نام محمد اقبال خاں، والدہ کا نام زبیدہ خاتون ہے۔ عمر گیارہ سال، کسی موذی مرض کا شکار ہے۔ دن بدن اپاہج ہوتا جارہا ہے۔ اب تو زیادہ چل پھر بھی نہیں سکتا۔ کمزوری انتہا کو پہنچ چکی ہے۔ اٹھنا بیٹھنا دشوار ہے۔ طاقت جیسے ختم ہورہی ہے۔ جسمانی طور پر صحت ٹھیک نظر آتی ہے۔ کھاتا پیتا بھی ٹھیک ہے لیکن کمزوری کا یہ عالم ہے کہ پیشاب بھی کنٹرول نہیں ہو سکتا۔ یہاں ڈاکٹروں نے لاعلاج مرض قرار دیا ہے۔ پاکستان میں ڈاکٹروں اور ہومیوپیتھک ماہرین نے بھی علاج کیا۔ ان لوگوں نے اس مرض کا نام Duchenne Muscular Dystrophy بتایا ہے اور پاکستان میں معالجین نے بتایا تھا کہ بچے کے حرام مغز میں خرابی ہے اور اس مرض کا کوئی علاج نہیں ہے۔ بحیثیت ایک مسلمان کلمہ گو کے ہم سب کا یہ ایمان ہے کہ اللہ تبارک وتعالیٰ غفور الرحیم نے ہر بیماری کا اور ہر تکلیف کا علاج بھی پیدا کیا ہے۔ یہ الگ بات ہے کہ کچھ حالات ابھی تک انسانی دسترس سے باہر ہیں۔ ازراہ کرم آپ کوئی علاج تجویز فرمائیں۔

ج: زعفران سے روشنائی بنا کر مندرجہ ذیل تعویذ چاندی کے پتروں پر لکھ کر پانی سے دھو کر صبح شام بچے کو پلائیں، علاج کی مدت تین ماہ ہے۔



# مسائل روزگار

س: مسئلہ یہ ہے کہ میری والدہ کے اوپر بہت بوجھ ہے۔ان کے اوپر اس قدر قرض ہے کہ بیان سے باہر اور آمدنی کا کوئی ذریعہ نہیں۔مشاءاللہ میرے تین جوان بھائی ہیں۔تینوں نے میٹرک کیا ہوا ہے اور ان کو الیکٹرک کا کام آتا ہے لیکن تینوں کو سروس نہیں ملتی۔اس کے علاوہ بہنوئی بھی ہمارے گھر رہتے ہیں اور کچھ کماتے نہیں۔امی اور بہن سلائی کڑھائی کرکے سب کا خرچ پورا کرتی ہیں۔ان معاشی پریشانیوں کے لئے کوئی حل تجویز کیجئے۔

صورت حال کچھ یوں ہے کہ ہم دونوں میاں بیوی نے مشترکہ جدوجہد کے بعد ایک مکان خریدا لیکن مجھے ہمیشہ اس بات کا طعنہ دیتی ہے کہ اس کی تنخواہ میری تنخواہ سے زیادہ ہے۔اب معاملہ یہاں تک پہنچ گیا ہے کہ بیوی برملا کہتی ہے کہ تم میرے معیار سے کم ہو، لہٰذا مجھے طلاق دے دو۔ مجھے بے آسرا چھوڑ کر، مکان کو کرایہ پر دے کر اب وہ اپنے میکے چلی گئی ہے۔ میں کام پر گیا ہوا تھا۔ مکان کا پورا سامان نکال کر، مکان کو کرائے دار کے حوالے کرکے میرے نام ایک پرچہ لکھ گئی ہے کہ یہ مکان میں نے کرایہ پر اٹھا دیا ہے۔آپ کسی دوسری جگہ اپنا انتظام کرلیں۔ شاید کوئی بھی اندازہ نہیں کر سکتا کہ میں کس قدر پریشان ہوں۔میری زندگی کا سارا اثاثہ الٹ گیا اور میں اپنے ایک دوست کے گھر حسرت و یاس کی تصویر بنا پڑا ہوں۔

مجھے اپنے قلم کو صفحہ قرطاس پر رکھ کر شدید ذہنی اذیت ہو رہی ہے۔اس کے باوجود میں یہ حروف اس لئے لکھ رہا ہوں کہ شاید آپ کی ذات گرامی کے وسیلے سے میرے لا متناہی غموں اور دکھوں کی ظلمت اظہر شب سپیدہ سحر سے آشنا ہو سکے اور اللہ تعالیٰ کا فضل و کرم میری ہلاکت پذیر زندگی کو بچالے۔

میرے یہ غم اور دکھ اپنی نوعیت کے اعتبار سے تین پہلوؤں کے حامل ہیں۔جسمانی، نفسیاتی اور روحانی، روحانی اور نفسیاتی مسائل و مشکلات اگرچہ اپنی شدت کے اعتبار سے جسمانی مسائل سے زیادہ ہیں لیکن میرے خیال میں تمام مسائل کی بنیاد میرے جسمانی عوارض ہیں۔میری عمر تقریباً بیس سال ہے۔ جب میری عمر تیرہ چودہ سال تھی تو میں برے لڑکوں کی صحبت میں پڑ کر عادت بد کا شکار ہو گیا اور مسلسل تین چار سال تک اپنی صحت کو برباد کرنے میں دن رات مصروف رہا۔اس کے بعد مجھے اپنی صحت کی بربادی کا احساس ہوا تو میں نے اس گناہ سے توبہ کرلی۔دوسرے مجھے بچپن سے ہر سال ٹائیفائیڈ ہوتا رہا ہے اور شدید نکسیر آتی رہی ہے۔ میں قدرت کی طرف سے ان بیماریوں اور اپنے گناہوں کا شدید خمیازہ اب بھگت رہا ہوں۔ میں اپنی اس درگور زندگی سے تنگ آچکا ہوں اور یہ خط آخری امید کے طور پر لکھ رہا ہوں کہ شاید خدا مجھے اس درگور زندگی سے بچالے۔

میں ریلوے میں بطور اپر ڈویژن کلرک ملازم تھا۔33 سال سروس کرنے کے بعد دل میں قدرت کی طرف سے ایسا خیال پیدا ہوا کہ ملازمت چھوڑ دوں۔دسمبر 78ء میں سات سال پہلے ہی ملازمت چھوڑ دی۔ملازمت ترک کرنا تھا کہ مصیبتوں اور پریشانیوں نے گھیر لیا۔میری بچی بعمر 18 سال دسمبر 79ء میں تقدیر الٰہی سے فوت ہو گئی۔ سخت صدمہ ہوا۔ گھر میں چار بچیاں اور ایک بچہ ہے۔ بچیاں ہمیشہ بیمار رہتی ہیں۔ کبھی ایک، کبھی دوسرا، کبھی تیسری......جس کے نتیجے میں بیماری پر کافی خرچ ہو گیا۔پہلے جو بچی فوت ہوئی تھی اس کے علاج پر 1200 روپے خرچ ہوئے جس کی وجہ سے سخت مقروض ہو گیا ہوں۔

ج: صبح سورج نکلنے سے پہلے باوضو ہو کر شمال رخ کھڑے ہو جایئے اور دعا کی طرح ہاتھ اٹھالیجئے۔ایک مرتبہ سورہ اخلاص پڑھ کر ہاتھوں پر دم کیجئے اور تین مرتبہ چہرے پر پھیر لیجئے۔اسی طرح تین مرتبہ کیجئے یعنی تین مرتبہ سورہ اخلاص پڑھئے اور نو مرتبہ چہرے پر ہاتھ پھیریئے۔بلاناغہ یہ عمل چالیس دن تک کرنے کے بعد انشاءاللہ غیبی امداد حاصل ہو گی اور حالات تیزی کے ساتھ سدھر جائیں گے۔ حسب توفیق خیرات بھی کریں۔ خیرات کرنے سے رزق میں بہت برکت ہوتی ہے۔ کثرت سے وضو یا بغیر وضو یا حی یا قیوم کا ورد کریں۔گھر میں ہر جمعرات کو عصر اور مغرب کے درمیان دو روپے کی لوبان جلائیں۔

## معالج کا مشورہ

س: میں ایک سوال لے کر حاضر ہوا ہوں۔ خدا کرے آپ کی زبان سے نکلے ہوئے چند الفاظ میری زندگی کا سہارا بن جائیں۔ اگست 79ء میں میرے ساتھ ایک حادثہ پیش آیا تھا۔ ریڑھ کی ہڈی پر چوٹ لگنے سے نچلا حصہ شل ہو کر رہ گیا ہے۔ یورین اور اسٹول بھی کنٹرول میں نہیں۔ مختصر یہ کہ ڈاکٹروں نے مجھے لاعلاج قرار دے دیا ہے۔

ج: جئی جو ریس کے گھوڑے کھاتے ہیں، دو تولہ لے کر چار پیالی پانی میں اس قدر جوش کریں کہ ایک پیالی پانی رہ جائے۔ اس پانی کو چھان کر شکر ملا کر صبح نہار منہ اور رات کو سوتے وقت پئیں۔ پانی دونوں وقت تازہ پکایا جائے اس کے ساتھ ساتھ کسی معتبر یونانی دواخانے سے روغن سورنجان تلخ لے کر کمر اور گردن کے جوڑ پر دائروں میں مالش کریں۔ دن میں دو مرتبہ لیکن مالش کرنے سے پہلے اپنے معالج سے مشورہ کرنا ضروری ہے۔ بعض حالات میں ڈاکٹر مالش کی اجازت نہیں دیتے۔

## نوکری کی تلاش

س: آج کل مجھے کام نہ ملنے کی وجہ سے بڑی پریشانی ہو رہی ہے۔ میں کسی بھی ورکشاپ میں کام کی تلاش میں جاتا ہوں تو گیٹ سے ہی واپس ہو جاتا ہوں۔ پتہ نہیں کیوں اندر جاتے ہوئے گھبراہٹ ہوتی ہے۔ امید ہے آپ اس کا حل بتا کر میری پریشانی دور کر دیں گے۔

ج: صبح بہت سویرے اٹھ کر ایسی جگہ بیٹھ جائیں جہاں سے نکلتا ہوا سورج نظر آئے۔ جیسے ہی سورج مطلع سے باہر آئے گیارہ مرتبہ یاودود پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ تین بار چہرہ پر پھیر کر اٹھ جائیں۔ یہ عمل اکیس روز تک کر لیں مسئلہ کا حل نکل آئے گا۔ ہر جمعرات کو حسب استطاعت خیرات ضرور دیا کریں۔

## نو نمبر کی انگوٹھی

س: میں اپنے جسمانی عیب کی وجہ سے بہت پریشان ہوں۔ دراصل میری گردن معمول سے زیادہ لمبی ہے جس کی وجہ سے جسم بھدہ اور برا معلوم ہوتا ہے۔ میرے ہاتھ بھی دھڑ کے مقابلے میں کافی چھوٹے ہیں۔ میں چاہتا ہوں کہ میرے پاؤں اور ہاتھ لمبے اور مضبوط ہو جائیں۔

ج: چاندی یا سونے کی انگوٹھی پر نو خانے بنوا کر ان کے اندر نو کا ہندسہ اس طرح کندہ کرا لیا جائے کہ ہندسے ابھرے ہوئے رہیں۔ یہ انگوٹھی سیدھے ہاتھ میں پہن لیں۔ رات کو جب سونے کے لئے لیٹیں تو قلعی دار پیالے میں اسٹین لیس اسٹیل کے گلاس میں پانی بھر کر اس میں انگوٹھی ڈال دیں۔ صبح منہ صاف کر کے نہار منہ پانی پی لیں اور انگوٹھی انگلی میں پہن لیں۔ یہ عمل مقصد پورا ہونے تک جاری رکھیں۔ کثرت سے وضو یا بغیر وضو یاحی یاقیوم کا ورد کریں۔

## نئی طاقت

س: میری خواہش ہے کہ میرے اندر مردانہ وجاہت پیدا ہو جائے اور میں بھرپور مرد نظر آؤں۔ چہرہ ایسا ہو کہ دیکھنے والا متاثر ہو۔ اعصاب اتنے مضبوط ہوں کہ میں خود اپنے آپ کو اچھا لگوں۔ درخواست ہے کہ مجھے سورۂ یوسف کی آیت کے عمل کی اجازت دے دیں۔

ج: سورہ یوسف کی آیت...... کی اجازت ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ کسی باڈی بلڈر ادارہ میں داخل ہو کر ورزش بھی کیا کریں۔ آدمی کے لئے روحانی لطافتوں کے ساتھ مادی وسائل بھی ضروری ہیں۔ دونوں کے ملاپ سے ایک نئی طاقت جنم لیتی ہے۔

## نادیدہ طاقت

س: یکایک ایسا محسوس ہوتا ہے کہ کسی نادیدہ طاقت نے میرے اوپر حملہ کر دیا ہے۔ اس حملے کے بعد چہرہ بالکل زرد ہو جاتا ہے۔ روٹی کھاتا ہوں تو نوالہ منہ میں رکھتے ہی دل ہلنے لگتا ہے۔ متواتر تین تین دن تک روٹی کھانے سے معذور رہتا ہوں۔ چلتے چلتے گر جاتا ہوں لیکن اس کا احساس اٹھنے کے بعد ہوتا ہے۔ گرنے میں کوئی چوٹ آتی ہے نہ کوئی تکلیف ہوتی ہے۔ نیند بہت آتی ہے۔ لوگ کہتے ہیں کہ کسی سایہ کا اثر ہے لیکن میں سایہ جیسی کسی چیز کا قائل نہیں ہوں۔ البتہ چشم دید واقعات کے مطابق میں 1957ء میں ایک چشمہ کے پاس سے گزرا تو وہاں ایک عورت نہا رہی تھی۔ اس کو دیکھ کر میں پشت کرکے کھڑا ہو گیا پھر کسی خیال کے تحت فوراً مڑ کر دیکھا تو وہ عورت غائب تھی۔ میں چشمہ کے قریب آیا تو پھر یہ عورت سامنے آگئی اور آنکھوں آنکھوں میں غائب ہو گئی۔ اس طرح دس گیارہ مرتبہ ہوا۔ آخر کار جب میں تھک گیا تو وہاں سے چل پڑا۔ جیسے ہی چشمہ سے چند قدم آگے آیا میرے سامنے ایک بہت بڑا پتھر گرا۔ ہمت کرکے گھر آیا تو بے ہوش ہو کر گر پڑا۔ پورے ایک ہفتہ بے ہوش رہا۔ اب صورت یہ ہے کہ میں اس عورت کا گاہے بگاہے اپنے دائیں بائیں چلتے ہوئے دیکھتا ہوں۔ ڈاکٹر، حکیم اور عامل حضرات اس بیماری کا علاج کرنے سے معذور ہیں۔

ج: جس وقت آپ کو پری زاد عورت کا سایہ نظر آئے، آپ اسے مخاطب کرکے کہیں "اس سے پہلے کہ اس معاملہ کو عفریت شہنشاہ جنات کے دربار میں پیش کیا جائے تم میرا پیچھا چھوڑ دو"۔ اس کے بعد بھی اگر آپ کو اس عورت کی پرچھائی نظر آئے یا آپ کے اوپر کسی قسم کا دباؤ محسوس ہو تو آپ مجھے لکھ دیجئے۔ میں بحیثیت وکیل آپ کے مقدمے کی پیروی کروں گا اور آپ اس اذیت ناک الجھن سے ہمیشہ ہمیشہ کے لئے نجات حاصل کر لیں گے۔ اگر وہ عورت آپ سے قطع تعلق کرنے کے لئے کوئی شرط پیش کرے تو مجھ سے مشورہ کئے بغیر کوئی شرط منظور نہ کیجئے۔

## ناسور کا علاج

س: عرصہ چار سال سے مرض بھگندر( FISTULA ) میں مبتلا ہوں پاخانہ کی جگہ دونوں طرف ناسور ہے۔ کبھی خون بھی آجاتا ہے۔ کافی علاج کے باوجود آرام نہیں ہوا۔ زندگی عذاب بن گئی ہے۔ براہ مہربانی کوئی دوا، وظیفہ، عمل، دعا جو بھی آپ مناسب خیال فرمائیں تجویز فرمائیں تاکہ اس مصیبت سے نجات پا سکوں۔

ج: نیم کی لکڑی جلا کر اس کا کوئلہ بنالیں اور اسے اس قدر باریک پیس کر لیں کہ سرمہ بن جائے اسے سرمہ کی طرح باریک سفوف میں شہد ملا کر مرہم بنالیں اور یہ مرہم رات کو سوتے وقت ناسور پر لگائیں۔ اس بات کا خیال رکھا جائے کہ کوئلہ اتنا باریک پسا ہوا ہو کہ اس میں ذرات باقی نہ رہیں۔ یہ نسخہ میرے ایک دوست کو خواب میں سیدنا حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام نے بتایا تھا۔

## نافرمان اولاد

س: میرا بڑا بھائی چڑچڑے مزاج والا ہے۔ وہ بڑا کمزور اور دبلا پتلا سا ہے۔ چہرے کی ہڈیاں ابھری ہوئی ہیں۔ عمر 18 سال ہے مگر دیکھنے میں عمر سے بڑا نظر آتا ہے۔ اسے سگریٹ پینے کی بھی عادت ہے۔ ہم چاہتے ہیں کہ وہ سگریٹ پینا بھی چھوڑ دے اور اس کی صحت بھی اچھی ہو جائے۔ میرا چھوٹا بھائی جس کی عمر 11 سال ہے۔ ایک سال پہلے اسے شہد کی مکھیوں نے کاٹا تھا۔ وہ خاصا ذہین تھا۔ پڑھائی میں بھی لائق تھا مگر اب اس کا یہ حال ہے کہ پڑھائی میں دل نہیں لگتا۔ ضدی بہت ہے۔ اکثر اوقات ہم جب اسے کوئی بات سمجھاتے ہیں تو اس کی عقل کام نہیں کرتی۔ ہم لوگ سخت پریشان ہیں۔ سب سے چھوٹا ہمارا تیسرا بھائی ہے وہ گالیاں بہت زیادہ بکتا ہے حالانکہ ہمارے گھر میں کوئی بھی گالیاں نہیں دیتا۔ اکثر اوقات وہ مہمانوں کے سامنے ایسی حرکت کرتا ہے کہ ہم شرمندہ ہو جاتے ہیں۔ ہم اس کی ان عادتوں کی وجہ سے بہت پریشان ہیں۔ خواجہ صاحب! آپ ہمارے روحانی باپ ہیں۔ آپ ہمارے مسئلے کا حل بتا دیں۔

ج: رات کو عشاء کی نماز کے بعد 313 بار سورۃ البروج کی آیت بل ھو قرآن مجید، فی لوح محفوظ پڑھ کر پانی پر دم کر کے سب بھائیوں کو پلائیں۔ صبح سورج نکلنے سے پہلے ایک بار یا ودود پڑھ کر پانی پر دم کر کے نہار منہ پلا دیا کریں۔ عمل کی مدت چالیس روز ہے۔ ہر جمعرات کو عصر اور مغرب کے درمیان گھر میں 2 روپے کی لوبان جلائیں۔

## نروس بریک ڈاؤن

س: لڑکا ایم ایس سی کا طالب علم ہے۔ ایک پرچہ آنرز کا باقی ہے جو اس ماہ کے آخر میں یا اگلے ماہ متوقع ہے۔ دو سال پہلے ایک استاد کے سخت اور اہانت آمیز برتاؤ کی وجہ سے نروس بریک ڈاؤن ہو گیا تھا۔ دوا علاج اور دعا وظیفے سب ہی کچھ کیا اب اس کی حالت یہ ہے کہ دنیا کی چیزوں میں دلچسپی نہ ہونے کے برابر ہے اور بے عمل اور آرام طلب سا ہو گیا ہے۔ ذہنی حالت پہلے جیسی تو نہیں نارمل حالات نہیں کہی جا سکتی۔ مجھے اس کا مستقبل اور صحت کی طرف سے فکر ہے۔ آپ اس کی کامیابی امتحان اور صحت کے لئے کوئی دعا یا نقش لکھ دیں تو بڑی مہربانی ہو گی۔ نیز یہ کہ جلد برسرِ روزگار ہو جائے تو ہماری پریشانیاں دور ہو جائیں۔ اس کے لئے دعا کرائیں۔

ج: رات کو سوتے وقت اول آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ 313 بار یا حفیظُ پڑھ کر پانی پر دم کر کے پلائیں اور دعا کریں۔ عصر اور مغرب کے درمیان اللہ کے نام پر دو روپے خیرات کریں۔

## واپسی مشکل ہے

س: عرصہ 7 سال پہلے ایک دوست نے مجھ سے 1980ء میں ایک لاکھ روپیہ نقد بغیر کسی تحریری ثبوت یا تحریری معاہدہ کے ایک ٹریکٹر لینے کے لئے لیا تھا کہ محنت وہ کرے گا آمدن نفع نقصان نصف شراکت ہو گا۔ آج سات سال گزر گئے۔ وہ دوست جو کہ معمولی منشی تھا اپنے گاؤں کا چوہدری بن گیا ہے۔ زمینیں خرید لی ہیں۔ اور اچھے ٹھاٹ سے زندگی گزار رہا ہے۔ مجھے ہزاروں روپے کی آمدن میں سے ایک روپیہ بھی نہیں دیا اور جب رقم طلب کی تو اس نے نہ ہی رقم دی اور نہ حساب کتاب کیا بلکہ لوگوں سے کہا کہ میری طرف کوئی حساب نہیں ہے اور پہلے خود بھی ملنے آتا تھا اب نہ خط لکھتا ہے اور نہ ہی خط کا جواب دیتا ہے۔ جو حالات مجھ پر گزر رہے ہیں وہ خدا جانتا ہے اور مجھے ایک ایک روپے کی ضرورت ہے۔ قرض دینا ہے کاروبار اور دیگر ضروریات کے لئے رقم

کی سخت ضرورت ہے۔ آپ دعا کردیں۔ خدا اس آدمی کے دل میں خوف خدا اور رحم پیدا کرے اور اگر نفع نہیں تو میری ایک لاکھ کی رقم جو میں نے دوستی اور اعتماد پر دی تھی جس کا بس خدا گواہ ہے مجھے بغیر کسی جھگڑے کے واپس کردے۔

ج: جس وقت آپ نے رقم دی تھی اس وقت اگر مشورہ کر لیتے تو زیادہ مناسب تھا۔

سیدنا حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام کا ارشاد ہے۔ رہو بھائیوں کی طرح جب آپس میں معاملہ کرو تو اجنبی بن جاؤ۔ ارشاد عالی مقام ہے کہ معاملہ کرتے وقت لکھت پڑھت کر لیا کرو۔ رقم کی واپسی مشکل ہے۔ اللہ تعالیٰ سے دعا کریں گے کہ اس کا نعم البدل عطا کردیں۔

## ہمارے ابا جی

س: میرے والد صاحب کو 20 سال سے بلڈ پریشر ہے جب یہ ہائی ہوتا ہے تو بے ہوش ہو جاتے ہیں۔ ہوش میں آنے کے بعد ان کے جسم کا رنگ سیاہ پڑ جاتا ہے۔ والد کو دل کی کوئی تکلیف نہیں ہے۔ خون پیشاب سب ٹھیک ہے۔ شوگر بھی نہیں ہے۔ اللہ کا شکر ہے کہ اولاد بھی نہایت سعادت مند اور نیک ہے۔ سمجھ میں نہیں آتا کہ انہیں کیا تکلیف ہے۔ آپ کی مہربانی ہوگی اباجی کے لئے علاج تجویز کردیں۔

ج: آپ کے والد صاحب کو گیس کا عارضہ ہے۔ اس گیس ہی کی وجہ سے بلڈ پریشر کا مرض لاحق ہوا ہے۔ روحانی علاج یہ ہے کہ جب بھی پانی پئیں بارہ مرتبہ یا حیی یا قیوم پڑھ کر پانی پر دم کرکے پئیں رنگ روشنی سے علاج یہ ہے کہ دونوں وقت کھانے سے آدھا گھنٹہ پہلے زرد شعاعوں کا پانی دو دو اونس پئیں۔ پرہیز یہ ہے: ہر قسم کی چکنائیوں سے پرہیز کریں۔ فرج میں رکھی ہوئی چیز نہ کھائیں اور گوشت کم سے کم کھائیں۔ ترکاریاں زیادہ کھائیں۔

## احساس کمتری

سوال: میری عمر 19 سال ہے۔ میں بی ایس سی کا طالب علم ہوں۔ مجھے وہم کی بیماری ہے۔ میں کسی دبلے پتلے آدمی کے قریب جاتا ہوں تو وہم کرتا ہوں کہ کہیں میں بھی اس کی طرح نہ ہو جاؤں۔ اسی طرح بدصورت آدمی سے دور رہتا ہوں۔ گھر میں بھی اسی قسم کی شکایت ہے کہ کوئی مجھے جھاڑ و مار دے یا لگ جائے تو میں اس کے پیچھے پڑ جاتا ہوں اور اسے تھوکنے کو کہتا ہوں اور اگر وہ ایسا نہ کرے تو میں وہم میں مبتلا ہو جاتا ہوں کہ میں کمزور نہ ہو جاؤں۔ آئینے میں اپنی شکل دیکھنے سے کتراتا ہوں کیونکہ مجھ کو اپنے بدن کے اعضا اچھے نہیں لگتے اور سوچتا رہتا ہوں کہ میری ناک اچھی نہیں ہے۔ میرے ہونٹ کالے ہیں وغیرہ وغیرہ۔ کسی خوبصورت شخص کو دیکھ لوں تو اس جیسا بننے کے خواب دیکھنے لگتا ہوں۔ میں لمبا ہوں لیکن بدن زیادہ بھرا ہوا نہیں ہے۔ میں چاہتا ہوں کہ میرا بدن سڈول ہو جائے۔ مہربانی فرما کر مجھے ان بیماریوں سے نجات دلائیے۔

جواب: افسردہ دلی اور ہر وقت رنج و غم میں مبتلا رہنا، اس کے لئے سرخ رنگ بہت مفید ہے۔ کیونکہ اس سے شجاعت اور مردانگی پیدا ہوتی ہے۔ نیز نارنجی رنگ بھی جس سے دل کی پریشانی دور ہو کر سکون ملتا ہے، استعمال کیا جاتا ہے۔ ایسے مریضوں کو زیادہ تر لال رنگ کے کپڑے پہننے چاہئیں۔ سونے کے کمرے میں پردے بھی سرخ ہوں۔ البتہ پلنگ کی چادریں تکیہ کے غلاف نارنجی رنگ کے ہونے چاہئیں، ایک چھوٹی سی ٹوکری میں نارنگیاں بھر کر کمرے میں رکھی جائیں اور روزانہ نارنگیوں پر چند منٹ نگاہ کو مرکوز رکھا جائے۔ اس کے ساتھ ساتھ صبح سویرے اٹھتے ہی ایک بڑے آئینے کے سامنے تن کر کھڑے ہو کر اپنے سراپا پر ٹکٹکی باندھ کر دیکھا جائے اور دو تین منٹ تک آہستہ آہستہ دل میں یہ الفاظ دہرائے جائیں۔ ”ہر چیز دلفریب اور خوشگوار ہے، میں کسی سے کمتر نہیں ہوں، جو چاہوں وہ کر سکتا ہوں۔“ یہ عمل کرنے کے بعد چند منٹ تک کمرے میں چہل قدمی کی جائے اور پھر آئینے کے سامنے کھڑے ہو کر وہی عمل دہرائیں۔ اس طرح یہ عمل روزانہ تین دفعہ کیا جائے تو دس پندرہ دن میں تمام شکایتیں رفع ہو جائیں گی۔

# اداسی چھائی رہتی ہے

سوال: میری ساری جسمانی طاقت ختم ہو کر رہ گئی ہے، سوکھ کر کانٹا ہو چکا ہوں۔ گال پچک چکے ہیں۔ جسم پر کھال اور ہڈیوں کے سوا کچھ بھی نہیں۔ دل پر ہر وقت اداسی چھائی رہتی ہے۔ سب سے زیادہ فکر جو مجھے اندر ہی اندر کھائے جا رہی ہے وہ یہ ہے کہ میں اب شادی کے قابل نہیں رہا۔ جس کی وجہ سے ہر وقت دل و دماغ ماؤف رہتا ہے۔ میری عمر 22 سال ہے۔ گھر پر اکثر میری شادی کا تذکرہ ہوتا ہے جسے سن سن کر میں اور پریشان ہوتا ہوں۔ یار دوست رشتہ دار سب ہی میرے اس انتہائی دبلے پن کا پوچھتے ہیں اور طرح طرح کی باتیں کرتے ہیں۔ اسی لئے میں لوگوں سے ملنے سے گھبراتا ہوں۔ میرے لئے زندگی میں اب کوئی کشش باقی نہیں رہی۔ میں بہن بھائیوں میں سب سے بڑا ہوں اسی لئے میرے والدین کو مجھ سے بڑی امیدیں وابستہ ہیں۔ مجھے کوئی ایسا موثر روحانی علاج بتادیں جس کو کرنے سے میں صحت یاب ہو جاؤں۔

جواب: رات کو سونے سے پہلے غسل کر کے وضو کریں اور مصلیٰ پر بیٹھ کر 100 بار کلمہ شہادت پڑھیں اور پندرہ منٹ تک سبز روشنی کا مراقبہ کریں اور مراقبہ کرتے کرتے سو جائیں۔

کھانوں میں گوشت اور انڈے سے پرہیز کریں۔ ترکاریاں اور دالیں کھائیں۔ کثرت سے وضو یا بغیر وضو یَا حَیُّ یَا قَیُّوْمُ کا ورد کریں۔

# اسطخودودوس

سوال: میں نے سوچا تھا کہ آپ کی وساطت سے میرے مسئلے کا حل مل جائے گا۔ مگر یوں لگتا ہے کہ آپ بھی صرف اپنے مخصوص لوگوں کو جواب دیتے ہیں۔ میں پھر بھی مایوس نہیں ہوا۔ ایک مرتبہ پھر آپ کی محفل میں شریک ہو رہا ہوں۔ امید ہے کہ اب تو میرے مسئلے کا حل ضرور بتائیں گے۔

میرا مسئلہ کچھ یوں ہے کہ ایک تو میرے سر پر بوجھ رہتا ہے۔ یہ بوجھ اتنا زیادہ ہوتا ہے کہ محسوس ہوتا ہے کہ گردن الگ ہو جائے گی اور مجھے محسوس ہوتا ہے کہ میں مرا ہوا ہوں اور یہ زندگی خواب ہے۔ میں بھی خواب دیکھ رہا ہوں۔ یقین کریں میں سخت اذیت میں ہوں۔ مجھے کچھ بھی سمجھ نہیں آتا کہ یہ کیا ہو رہا ہے۔ سوچنے سمجھنے کی صلاحیت ختم ہو گئی ہے۔ ذہن بالکل بند ہو کر رہ گیا ہے۔ ایک بزرگ ہیں ان سے میں نے اپنی پریشانیوں کا ذکر کیا تھا۔ وہ کہتے ہیں کہ تم پر تعویذ کئے گئے ہیں۔ مگر میں اپنے آپ سے سوال کرتا ہوں کہ میرے اوپر کوئی کیوں تعویذ کرے گا جبکہ میرا کسی سے اختلاف نہیں۔ بزرگ نے مجھے تعویذ دیئے تھے مگر کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ آپ سے التجا کرتا ہوں کہ روحانی ڈائجسٹ میں میرا مسئلہ ضرور شائع کر دیجئے گا۔ کیونکہ اگر یہ پریشانی مزید میرے ساتھ رہی تو میں پاگل ہو جاؤں گا۔

جواب: آپ خود کو زیادہ سے زیادہ مصروف کریں۔ یہی آپ کی الجھن کا علاج ہے۔ مصروفیت کے ساتھ ساتھ روحانی علوم سے متعلق کتابیں پڑھیں۔ رات کو 100 بار یَاحَفِیْظُ پڑھ کر نیلی روشنی کا مراقبہ کریں۔ ایک ماہ تک رات کو سوتے وقت جوشاندہ اسطخودودوس پئیں۔ کھٹی اور ٹھنڈی چیزوں سے پرہیز کریں۔

## السر

سوال: میں ایم اے فائنل کا طالب علم ہوں۔ مجھے آنتوں کا السر ہوا تھا۔ مرچوں کا پرہیز کر رہا ہوں اور TAGAMATE کی گولی کھا رہا ہوں۔ براہ مہربانی اس کو ٹھیک کرنے کا کوئی روحانی علاج بتائیں۔

آج کل علاج کی وجہ سے مجھے قبض تو نہیں ہے مگر دماغ بوجھل رہتا ہے۔ بھوک نہیں لگتی اور کسی کام کو پورا نہیں کر پاتا۔

جواب: رنگ اور روشنی سے علاج کے طریقہ پر سبز شعاعوں کا پانی تیار کر کے صبح شام آدھی پیالی پئیں۔ دوران علاج پرہیز جاری رکھیں۔ علاج کی مدت چالیس روز ہے۔

## اعصابی مریض

سوال: مجھے بچپن میں کھیلتے ہوئے ایک چوٹ لگی تھی جس کا بعد میں علاج ہو گیا اور میں روبہ صحت ہوں لیکن کبھی کبھی مجھے اچانک اسی جگہ شدید درد اٹھتا ہے اور سارے گھر والے پریشان ہو جاتے ہیں۔ درد کی وجہ سے میری حالت ناقابل دید ہوتی ہے۔ ایکسرے رپورٹ کے مطابق کوئی گڑبڑ نہیں ہے۔ لیکن پھر بھی اچانک درد شروع ہو جاتا ہے جس کی وجہ سے نہ صرف میری بلکہ پورے گھر والوں کی حالت خراب ہو جاتی ہے۔ بچپن میں والدین کے سخت رویے کے باعث میں اعصابی مریض ہوں۔ للٰذا معمولی سی بات بھی میرے لئے بڑی حد تک پریشان کن ہو جاتی ہے۔ آپ سے درخواست ہے کہ کوئی روحانی عمل بتا کر مجھے اس تکلیف سے نجات دلا دیں۔ آپ کے روحانی مشوروں سے لاکھوں افراد کے دکھوں کا مداوا ہوتا ہے۔ میں بھی آپ کے در سے مایوس نہیں لوٹوں گا۔

جواب: اعصابی نظام کی کمزوری اور بیماری میں والدین کے سخت برتاؤ سخت گیر ماحول اور گھریلو جھگڑوں کا بڑا دخل ہوتا ہے۔ والدین کے فرض ہے کہ وہ اپنی اولاد کی تربیت میں غصہ اور سختی کی بجائے نرمی اور پیار سے کام لیں۔ آپ ہر نماز کے بعد سو مرتبہ یَا حَیُّ یَا قَیُّوْمُ کا ورد کریں۔ اس سے آپ کا اعصابی نظام مضبوط اور مستحکم ہو جائے گا۔ جب بھی درد اٹھے ایک بار اِذَازُلْزِلَتِ الْاَرْضُ زِلْزَالَهَا پڑھ کر مقامی طور پر دم کریں۔

## اندھیرا

سوال: جب میں جامعہ ملیہ اسکول میں دسویں کلاس میں پڑھتا تھا تو راشد نام کا لڑکا بھی اسی کلاس میں زیر تعلیم تھا۔ ہم دونوں کی بہت دوستی تھی۔ ایک دوسرے کے گھر آتے جاتے تھے۔ ایک دن میں راشد کے گھر میں تھا کہ اس کی دادی اماں نے غور سے دیکھا۔ دوسرے دن راشد کے گھر گیا۔ دروازے پر دستک دی۔ نیچے دیکھا تو سفید اور کالی دھجیاں پڑی ہوئی تھیں۔ راشد کی بہن نکلی، اس نے کہا کہ راشد نہیں ہے۔ جب واپس اپنے گھر آیا تو گھر کے قریب گلی میں کو امرا ہوا پڑا دیکھا۔ گھر میں مجھے جب سے ہی اندھیرے سے ڈر لگتا ہے۔ بلی اور کتے سے بہت ڈرتا ہوں۔ مکھی اور مچھر سے بھی ڈرنے لگا ہوں۔

جواب: رات کو اندھیرے میں بیٹھ کر اپنی والدہ صاحبہ سے پندرہ منٹ تک باتیں کیا کریں اگر اندھیرے میں ڈر لگے تب بھی اپنے اوپر جبر کر کے پندرہ منٹ تک باتیں کرتے رہیں۔

## اندھیرا

سوال: میرا ہاضمہ ٹھیک نہیں ہے۔ جو چیز کھاتا ہوں اثر نہیں کرتی۔ جب بھی کوئی جسمانی محنت کا کام کرتا ہوں تو میرے چہرے سے ایسا لگتا ہے کہ میں بیمار ہوں۔ جسم تھک کر چور ہو جاتا ہے۔ ورزشیں کرتا ہوں لیکن ورزشوں سے فائدہ نہیں ہوتا۔ کم قوت ارادی اور قوت برداشت کی وجہ سے کوئی کام صحیح طور پر نہیں کر سکتا۔

میرا دماغ بھی کمزور ہے۔ بیٹھ کر اٹھنے سے چکر آجاتے ہیں اور آنکھوں کے سامنے اندھیرا چھا جاتا ہے۔

جواب: روزانہ نیلی شعاعوں کا پانی اور ہر کھانے سے پہلے زرد شعاعوں کا پانی دو دو اونس پیا کریں۔ رات کو سونے سے پہلے نیلی روشنیوں کا مراقبہ کیا کریں۔ طریقہ یہ ہے کہ آرام دہ نشست پر بیٹھ کر آنکھیں بند کر لیں اور تصور کریں کہ آپ کے اوپر نیلے رنگ کی شعاعیں بارش کی طرح برس رہی ہیں اور مراقبہ روزانہ دس منٹ کریں۔

## آنکھ میں ناسور

سوال: دو سال سے میری آنکھ میں ناسور ہے۔ دو سال کے عرصہ میں علاج کے سلسلے میں جو کچھ کر سکتا تھا کیا مگر فائدہ نہیں ہوا۔ چھ ماہ سے روحانی ڈائجسٹ کا قاری ہوں۔ اس کے ذریعہ بہت سے لوگوں کو شفایاب ہوتے دیکھا ہے۔ اس مشاہدے کے بعد مجھے یقین ہو گیا ہے کہ اللہ تعالیٰ کے بنائے ہوئے علاج سے مجھے بھی شفا کریں گے۔

جواب: چکنے سفید پتھر پر جس پر کبھی نمک مرچ نہ لگا ہو چنے کی دال کو گلاب یا بارش کے پانی میں گھس کر ناسور پر لگایا گیا۔ انشاءاللہ اس مرض سے نجات مل جائے گی۔ یہ پتھر ندی یا دریا کے کنارے ملتا ہے جو پانی کی رگڑ سے چکنا ہو جاتا ہے اور اس پتھر پر قدرتی نقش و نگار سے بنے ہوتے ہیں۔ کراچی میں یہ پتھر حب ریور کے کنارے مل جاتا ہے۔

## آنکھ میں چوٹ

سوال: تقریباً دس سال پہلے میری بائیں آنکھ میں لوہے کی چھینی کا چھوٹا سا ٹکڑا آنکھ کے سفید ڈھیلے پر لگا۔ فوراً ڈاکٹر سے رجوع کیا۔ دو مہینے تک ڈاکٹر نے اٹھنے سے منع کیا اور دوائیں استعمال کرتا رہا۔ آنکھ ٹھیک ہو گئی لیکن تقریباً ایک مہینے کے بعد جب رات کو کتاب پڑھ رہا تھا تو کتاب کے صفحے پر جس طرح نظر ڈالتا جالا دکھائی دیتا ہے۔ دوبارہ ڈاکٹر سے رجوع کیا تو انہوں نے کہا کہ کوئی بات نہیں سوجن کی وجہ سے جالا ہے۔ مگر وہ جالا آہستہ آہستہ بڑھتا ہی گیا اور آنکھ کے بیچ میں روشنی والے کالے دائرے کے اوپر سفید رنگ کا دائرہ بن گیا اور روشنی ختم ہو گئی۔ دوبارہ ڈاکٹر کے پاس گیا اس نے مجھ سے کہا کہ اس کا آپریشن تو کر دوں گا مگر اس بات کی کوئی گارنٹی نہیں کہ دوبارہ روشنی بحال ہو جائے اور خدانخواستہ روشنی واپس نہ آئی تو پھر علاج نہیں ہو سکتا۔ یہ سن کر خاموش بیٹھ گیا پھر ایک روز جمعہ والے دن سرجانی ٹاؤن میں آپ کے مراقبہ ہال گیا۔ آپ کی محفل میں شرکت کی مگر آپ سے ملاقات نہ ہو سکی۔ واپسی پر گلشن اقبال کی طرف جا رہا تھا کہ اچانک ایسا لگا کہ میری بائیں آنکھ میں روشنی آگئی ہے اور تھوڑا سا نظر بھی آیا مگر پھر سب کچھ پہلے کی طرح ہو گیا۔ دس گیارہ سال سے پریشان ہوں۔ خدانخواستہ میرے اوپر کسی نے جادو تو نہیں کرایا۔ براہ مہربانی جواب دیں کہ مجھے کیا کرنا چاہئے۔

جواب: آپ پر کسی نے جادو نہیں کرایا۔ یہ محض آپ کا وہم ہے۔ کسی تکلیف سے نجات نہ ملنے کا یہ مطلب نہیں کہ وہ جادو ہے۔

آپ صبح فجر اور رات عشاء کی نماز کے بعد ایک سو بار اَللّٰہُ نُوْرُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْض پڑھ کر آنکھیں بند کر کے بیٹھ جایا کریں اور یہ تصور کیا کریں کہ آسمان سے نیلی روشنی کی لہریں برس رہی ہیں جو آپ کے دماغ سے ہوتی ہوئی آپ کے دل میں جذب ہو رہی ہیں۔ دس منٹ یہ مراقبہ کرنے کے بعد دعا کیا کریں کہ آپ کی روشنی بحال ہو جائے۔

## آندھی

سوال: عرصہ دراز سے آپ کے رسالہ کا قاری ہوں۔ ''آپ کے مسائل'' کو بغور پڑھتا ہوں۔ میں بہت عرصہ سے ایک تکلیف میں مبتلا ہوں۔ جگہ جگہ سے علاج کروا چکا ہوں لیکن افاقہ کی صورت نہیں بنتی۔ یہ بات 1964ء کی ہے، جب میں نویں جماعت میں پڑھتا تھا۔ ایسا لگا کہ جیسے کوئی چیز دماغ میں گھس گئی ہے۔ دماغ کو کسی چیز نے جکڑ لیا ہے۔ خوش اخلاقی اور ہنسی ختم ہو گئی۔ مذہب سے بیزار ہو گیا۔ عشاء کی نماز بالکل چھوٹ گئی۔ دسمبر 1965ء میں یہ کیفیت ہو گئی کہ کہنا کچھ چاہتا تھا۔ منہ سے الفاظ کچھ نکلتے تھے۔ بعد میں سوچتا تھا کہ ایسا کیوں ہو جاتا ہے۔ آخر فروری 1966ء میں بستر پر لگ گیا۔ دماغ کے اندر آندھی چلتی تھی، اس کے ساتھ ہی سارا جسم کانپتا تھا۔ بزرگ ہستیوں کے خلاف خیالات مسلسل اور تواتر سے آتے تھے جن پر میرا کوئی ارادہ یا دخل نہ تھا۔ پڑھائی چھوٹ گئی۔ والدین نے کئی عاملوں کو دکھایا تو انہوں نے بتایا کہ آسیب ہے۔ کسی نے بتایا کہ دشمن نے بھرپور وار کیا ہے جو کہ سفلی علم کا وار ہے۔ مسلسل علاج کروانے سے کافی افاقہ ہو گیا۔ شادی بھی ہو گئی اور ماشاءاللہ چھ بچے ہیں لیکن ابھی تک مکمل طور پر صحت یابی نہیں ہوئی جسم اب بھی کانپتا رہتا ہے۔ دماغ کھولتا رہتا ہے۔ ٹانگوں میں درد ہے۔ دماغ کام نہیں کرتا۔ حافظہ کمزور ہو گیا ہے۔ قرآن پاک کی تلاوت یا دوسرے اوراد کرنے سے عارضی افاقہ ہو جاتا ہے لیکن بعد میں پھر تکلیف ہو جاتی ہے۔ دفتر جا کر لیٹ جاتا ہوں کسی سے بات کرنے کو دل نہیں چاہتا۔ دماغ اندر سے دکھتا رہتا ہے۔ کوئی چیز اچھی نہیں لگتی۔ بیوی بچے بھی اچھے نہیں لگتے۔ کبھی کبھار ہوش میں آتا ہوں تو یہ دنیا اچھی لگتی ہے۔ سب سے زیادہ زور دماغ پر رہتا ہے۔ دل اور دماغ کام نہیں کرتے۔ ڈاکٹروں سے رجوع کیا ہے۔ کوئی مرض نہیں بتاتے۔

آپ سے درخواست ہے کہ خدارا میرے معاملے کی طرف نظر کریں کہ یہ مرض یا تکلیف کیوں ہے۔ کیا یہ واقعی سفلی عمل کی وجہ سے ہے۔

جواب: کسی نے جادو کیا ہے اور نہ ہی کوئی اوپری اثر یا آسیب ہے۔ یہ بیماری ہے۔ اس بیماری میں دماغ کے اندر موجود خلیے کھل جاتے ہیں جن کا اثر لاشعور کی طرف رہتا ہے۔ اور اس کی وجہ ایک گیس ہے جس کو مونو گیس کہا جاتا ہے۔ یہ گیس سورج کے زوال کے وقت کسی درخت یا زمین سے خارج ہوتی ہے۔ اگر اس گیس کی زد میں کوئی آدمی آ جائے، اس کی عمر کچھ بھی ہو تو دماغ کے خلیے ان ویژن اشیاء دیکھنے لگتے ہیں یا اپنے اوپر شدید دباؤ محسوس کرتے ہیں۔ دماغ کے اوپر دباؤ سے الجھن، پریشانیاں اور بیماریاں لاحق ہونے لگتی ہیں۔ اس کا علاج یہ ہے کہ آپ رات کو سوتے وقت بنفشہ کی پتیوں کو جوش دے کر چینی ملا کر جوشاندہ کی طرح پئیں۔ ایک ماہ تک، ہر جمعرات کو چالیس جمعرات تک 2 روپے خیرات کریں۔ انشاءاللہ 24 سالہ مرض ختم ہو جائے گا۔

## امراض قلب

سوال: میری عمر 58 سال ہے۔ دل کا والو بند ہے اور اس کا سائز بڑھ گیا ہے۔ اعصاب کھنچ گئے ہیں۔ پیروں میں شدید درد ہوتا ہے۔ دوران خون بہت کم ہے۔ نبض ڈوب جاتی ہے۔ تھکا تھکا رہتا ہوں۔ کسی کام میں دل نہیں لگتا ہے۔ ہر وقت لیٹا رہتا ہوں۔

جواب: ماہر امراض قلب ڈاکٹر کو دکھائیں لاپروائی نہ کریں۔ ڈاکٹری علاج کے ساتھ ساتھ روحانی علاج کریں۔

روحانی علاج یہ ہے:

جب بھی پانی پئیں، تین مرتبہ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ مَا كَذَبَ الْفُؤَادُ مَا رَأَى(سورہ نجم پارہ 27)پڑھ کردم کرکے پئیں۔چکنائی سے پرہیز کریں۔ صرف زیتون کے تل سے کھانے پکوائیں۔ڈاکٹر کی ہدایت پر پورا عمل کریں۔ صدقہ خیرات کریں۔ صدقہ سے بلائیں اور بیماریاں ختم ہو جاتی ہیں۔

## بایاں حصہ کمزور

سوال: میرے جسم کا بایاں حصہ یعنی بایاں ہاتھ۔ بازو اور چھاتی دائیں حصہ سے کافی کمزور ہے اور واضح فرق نظر آتا ہے۔جب کوئی لڑکا میرے دائیں بازو کو پکڑتا ہے تو میری جسمانی صحت دیکھ کر اسے یقین نہیں آتا کہ یہ میرا بازو ہے۔ڈاکٹروں کا کہنا ہے کہ ہڈی اندر سے بالکل ٹھیک ہے صرف گوشت نہیں ہے۔ دراصل بچپن میں بڑا بخار ہوتا تھا۔ براہ کرم مجھے اس کا علاج بتایئے۔

جواب: صبح،دوپہر اور رات ایک چمچہ شہد لے کر تین بار بعد **بسم اللہ الرحمن الرحیم یا حیی قبل کل شیئ یا حیی کل شیئ** پڑھ کر دم کر کے کھالیں۔ کم سے کم 90دن تک اس کے علاوہ ساگودانہ ایک چھٹانک منقٰی ایک چھٹانک ایک پاؤ دودھ میں پکا کر رات کو رکھیں اور صبح نہار منہ ناشتہ کے طور پر کھائیں۔اس علاج کی مدت چھ ماہ ہے۔

## باریک آواز

سوال: میری آواز بہت باریک ہوگئی ہے۔پہلے کم باریک تھی،اب بہت زیادہ ہوگئی ہے۔اس کے علاوہ نکلتی بھی نہیں ہے۔ کسی کو آواز نہیں دے سکتا۔ نہ اونچی آواز میں بات کر سکتا ہوں۔اگر کبھی ماسٹر صاحب کلاس روم میں پڑھنے کو کہتے ہیں تو سخت شرمندگی ہوتی ہے اور گھبراہٹ طاری ہونے لگتی ہے۔ آپ اس کا حل بتائیں۔

جواب: مندرجہ ذیل نقش کسی مومی کاغذ پر لکھ کر نیلے رنگ کے کپڑے میں سی کر مستقل طور پر اپنے گلے میں پہنیں۔یہی نقش زرد رنگ کی روشنائی سے چینی کی پلیٹوں پر لکھ کر صبح، دوپہر اور رات پانی سے دھو کر پئیں۔

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| ۵ | ۵ | ۵ | ۵ | ۵ |
| ۹ | ۹ | ۹ | ۹ | ۹ |
| ۱۱ | ۱۱ | ۱۱ | ۱۱ | ۱۱ |
| ۹ | ۹ | ۹ | ۹ | ۹ |
| ۵ | ۵ | ۵ | ۵ | ۵ |

# بیماریوں کا مجموعہ

سوال: میں گذشتہ چار سال سے قبض کا شکار ہوں۔کافی قبض کشا غذائیں منفقیٰ،انجیر اور سبزیاں اور دوائیں استعمال کیں لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوا ہے۔مردانہ کمزوری کا بھی شکار رہتا ہوں۔میری ذہنی کارکردگی اور یادداشت بھی کمزور ہے۔خود اعتمادی میں کمی آگئی ہے۔آپ میرے لئے رنگ و روشنی سے علاج کے طرز پر موثر علاج تجویز کریں۔

جواب: آپ دونوں وقت کھانے سے پہلے نارنجی شعاعوں کا پانی ایک ایک اونس ناشتے کے بعد اور شام 5 بجے نیلی شعاعوں کا پانی دو دو اونس اور دونوں وقت کھانے کے بعد سرخ شعاعوں کا پانی ایک ایک اونس پئیں۔پانی تیار کرنے کا طریقہ کئی بار ڈائجسٹ اور اخبار میں بھی شائع ہو چکا ہے۔زیادہ تفصیل کتاب رنگ و روشنی سے علاج کے صفحہ 44 صفحہ 50 پر درج ہے۔

# بارش

سوال: گو کہ آپ کے نزدیک یہ مسئلہ اتنا اہم نہ ہو پھر بھی آپ کے ساتھ امید وابستہ ہے اور یہ مسئلہ میرا اور نوجوانوں کا ہے جو بچپن میں ذہنی شعور کی ناپختگی اور والدین کے بے جا شرم اور لاپرواہی سے جنم لیتا ہے۔نوجوانی میں جوانی کا منہ زور گھوڑا جب عالم اضطراب میں ہوتا ہے تو انسان تباہی کو آسودگی سمجھنے لگتا ہے اور پھر اس کے جسم کو دیمک چاٹنا شروع کر دیتی ہے اور یہ سب اس لئے ہوتا ہے کہ ہمارے معاشرے میں نوجوانوں کی تربیت، اصلاح اور صحت کی ضرورتوں کا فقدان ہے۔باپ بیٹے کے ساتھ ایسی فلم تو دیکھ لیتا ہے جس میں عریاں سین ہوتے ہیں۔لیکن بیٹے کو یہ نہیں بتاتا کہ سب سے بڑی بہادری اور سب سے بڑی جوانی خود پر کنٹرول حاصل کرنا ہے۔قصہ مختصر میں بھی بری عادت میں مبتلا ہو گیا۔اس خراب عمل سے توبہ کر لی ہے لیکن لگتا ہے کہ میں اندر سے کھوکھلا ہو گیا ہوں۔اب کیا کروں۔کیا نہ کروں۔کچھ سمجھ میں نہیں آتا۔آپ سے دستگیری کی درخواست ہے۔

جواب: یہ بات آپ نے دیکھی ہے کہ درخت کی جڑ کمزور ہو جاتی ہے تو تنا سیدھا نہیں رہتا ٹیڑھا ہو جاتا ہے۔درخت پر رونق نہیں رہتی۔پتوں میں حسن نہیں رہتا۔لیکن اگر درخت کو صحیح غذا فراہم ہوتی رہے تو درخت کا تنا تو سیدھا نہیں ہوتا البتہ اس کے اوپر پھول اور پھل آتے رہتے ہیں۔آپ نے بھی پاکیزگی اختیار کر لی ہے۔انشاءاللہ صحت بحال ہو جائے گی۔رات کو سبز روشنی کا مراقبہ کیا کریں۔رات کو وقت نہ ملے تو صبح دس منٹ تک یکسو ہو کر مراقبہ کریں۔اللہ کریم اپنے بندوں پر ہمیشہ فضل و کرم کی بارش برساتا رہتا ہے۔

# بخار، الٹیاں

سوال: آپ کا نام سنا تو ٹوٹے ہوئے دلوں کو سورج کی ابتدائی کرنوں کی تپش محسوس ہوئی۔بہت زیادہ لوگ آپ سے شفا پا چکے ہیں۔مجھے قوی امید ہے بلکہ یقین ہے کہ آپ میرے مسئلے پر ہمدردانہ غور فرمائیں گے۔میرا ایک بھائی ہے۔گزشتہ 3 سال سے مسلسل بخار ہے۔اس کی بیماری کی کیفیت کچھ یوں ہے کہ اسے بخار اور الٹیاں شروع ہو جاتی ہیں۔اگر وہ پانی بھی پئے تو الٹ جاتا ہے۔ایک ماہ تک یہی کیفیت رہتی ہے پھر وہ بالکل ٹھیک ہو جاتا ہے۔اور ایک ماہ بعد وہی حالت ہو جاتی ہے۔ہمارا سارا کنبہ بہت زیادہ پریشان ہے۔میرا تو سارا سکون تہ و بالا ہو چکا ہے۔کسی کام میں دل نہیں لگتا۔ہر وقت خیالات کی دنیا میں غلطاں رہتی ہوں۔

جواب: سونف، پودینہ، بڑی الائچی پانی میں جوش کر کے چھان کر بھائی کو چند روز پلائیں۔

# برکت

سوال: میری چھوٹی کریانے کی دکان ہے۔ چلتی نہیں ہے۔اس سے پہلے بہت اچھی سیل تھی۔کاروبار میں برکت کے لئے بتادیں۔
تین ماہ سے میرا مکان خالی پڑا ہے۔ میں اس کو فروخت کر دینا چاہتا ہوں لیکن کوئی خریدار ہی نہیں ملتا۔ حالانکہ مکان بہت اچھی جگہ واقع ہے۔
سال بھر سے میرے اوپر دو ہزار روپے کا قرض ہے۔اس کی وجہ سے سخت پریشان ہوں۔

جواب: تینوں مسائل کے حل کے لئے ایک ہزار مرتبہ روزانہ یَامُجِیْبِ الدَّعْوٰۃِ پڑھیں۔انشاءاللہ مقصد میں کامیابی ہو گی۔

# باادب بانصیب ' بے ادب بے نصیب

سوال: حضور باباجی! میں ایک کھاتے پیتے گھرانے کا چشم وچراغ ہوں۔اللہ کا دیا ہوا سب کچھ گھر میں موجود ہے کسی چیز کی کمی نہیں۔والدین حد درجے محبت کرتے ہیں۔آج تک کسی بات پر کبھی ڈانٹ نہیں پڑی۔حد سے زیادہ پیار و محبت ملی۔ جس کا نتیجہ یہ نکلا کہ میں نے پڑھائی پر توجہ کم کر دی۔ ساتھ ہی ساتھ سکول اور گلی کوچوں میں طرح طرح کی لڑائیاں شروع کر دیں۔ جب لوگ ہمارے ابو کو شکایت کرتے تو میں اپنے ابو کی بے عزتی کرتا۔ تمام بہن بھائی اور والدین سے نفرت ہو گئی۔ ہر شخص کو گالیاں دیتا ہوں۔لوگوں پر طنزیہ جملے کستا ہوں۔ دل آزاری میرا پسندیدہ مشغلہ ہے۔ بوڑھوں اور خواتین کو تنگ کرنے میں ایک شیطانی لذت ملتی ہے۔گھر کے تمام لوگ میری حالت سے پریشان ہیں۔ کبھی کبھی ٹھنڈے دماغ سے جب اپنے اوپر نظر ڈالتا ہوں تو احساس ہوتا ہے کہ یہ تمام حرکات انسانیت سے گری ہوئی ہیں۔آپ کو اصلاح کا واحد سہارا سمجھ کر خط لکھ رہا ہوں۔امید ہے مایوس نہیں کریں گے۔

جواب: میں اللہ سے دعا گو ہوں کہ آپ ایک اچھے کردار کے نوجوان بن جائیں اور معاشرے میں اعلیٰ مقام حاصل کریں۔اپنی زندگی بنانے اور بگاڑنے میں انسان کا اپنا ہاتھ ہوتا ہے۔اگر آپ اس غلط کردار سے باز نہ آئے تو قانون مکافات عمل کے مطابق ضرور پریشان رہو گے۔ چلتے پھرتے ہر وقت وضو بغیر وضو یاحی یاقیوم کا ورد کریں۔رات کو سونے سے پہلے تین سو بار یَاحَبِیْبُ پڑھ کر پانی پر دم کر کے پئیں۔
21 دن تک یہ عمل جاری رکھیں۔انشاءاللہ آپ ایک تابعدار اور خوش اخلاق انسان بن جائیں گے۔

# بہترین انسان

سوال: جس جگہ میری شادی ہوئی ہے میں راضی نہیں تھا۔ کیونکہ پہلے ہی میری دو بہنوں کی شادی ان کے گھر ہو چکی ہے۔ میں جس جگہ شادی کرنا چاہتا تھا وہاں اس لئے شادی نہیں کی کہ دو بہنوں کا گھر اجڑ جاتا۔ وہ ظالم لوگ کہتے ہیں کہ کوئی بات نہیں تمہاری دو بیٹیاں ہیں۔ ہماری تو صرف ایک بیٹی ہے۔ آپ راہنمائی فرمائیں۔ میری دوسری شادی کرنے پر سارے خاندان والے راضی و خوش ہیں۔ صرف لڑائی جھگڑے سے ڈر لگتا ہے۔ آپ حضور کوئی ایسا عمل بتائیں جس کے کرنے سے میری یہ مشکل حل ہو جائے میرے ذہن کو سکون ملے اور میں پھر سے تندو تیزی کے ساتھ ملک و قوم کی خدمت کر سکوں۔ میرے اوپر خدارا یہ ایک عظیم احسان کیجئے۔

جواب: بہترین انسان وہ ہے جو دوسروں کے لئے قربانی دے اور ایثار کرے۔اب چونکہ شادی ہو چکی ہے۔اس لئے آپ اپنی بہنوں کے لئے ایثار کریں اور جس طرح بھی ہو راضی خوشی رہیں۔
ہر وقت چلتے پھرتے یاحی یاقیوم کا ورد کریں۔اپنے رشتہ داروں اور دوستوں کو روحانی ڈائجسٹ پڑھوائیں۔خود بھی پڑھیں اور عمل بھی کریں۔

# پیٹ میں کیڑے

سوال: ڈاکٹروں اور حکیموں کی تشخیص یہ ہے کہ میرے پیٹ میں کیڑے ہیں لیکن اس تشخیص کا کیا کروں کہ مجھے کسی دوا سے فائدہ نہیں ہوتا۔ حال یہ ہے کہ نگاہ روز بروز کم ہو رہی ہے۔ جسم میں خون خشک ہو گیا ہے، طاقت جواب دے گئی ہے۔ جسم کی ایک ایک پسلی اور جسم کے جوڑوں کی ہڈیاں الگ الگ نظر آتی ہیں۔ ہر قسم کے مادی علاج سے عاجز و مایوس ہو کر آپ کی خدمت میں حاضر ہوں۔ درخواست ہے کہ کوئی روحانی علاج تجویز فرما دیں۔

جواب: رات کے وقت جب آپ گہری نیند سو جائیں، گھر کے کوئی صاحب سیدھی طرف آپ کے سرہانے کھڑے ہو کر اتنی آواز سے کہ نیند خراب نہ ہو، سورہ الکوثر پڑھ دیا کریں۔ اس عمل کی چالیس روز ہے۔ انشاءاللہ آپ کی ہڈی اور پسلیوں پر گوشت آ جائے گا۔

# پاس ہو جاؤں

سوال: میں اپنے مسئلے پر بہت پریشان ہوں۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں نے دسویں جماعت کا امتحان دیا ہے۔ میرے ابو کہتے ہیں کہ تم نے دسویں جماعت کا امتحان پاس نہ کیا تو میں تمہیں آگے نہیں پڑھاؤں گا اور پھر تم کو کھیتی باڑی کے کام پر لگا دوں گا۔ اس کام سے مجھے بہت نفرت ہے۔ میرا دل چاہتا ہے کہ میں خوب پڑھوں اور اپنے ملک کی خدمت کروں۔ غریبوں، یتیموں کی خدمت کروں اور اپنے ملک کی حفاظت کروں۔ لیکن میرا دماغ بہت کمزور ہے۔ اور کبھی ایسا بھی ہوتا ہے کہ میں بازار سے کوئی چیز لینے جاؤں تو راستے ہی میں بھول جاتا ہوں اور پھر گھر آ کر پوچھنا پڑتا ہے۔ میں اپنی کمزور دماغی پر بہت پریشان ہوں جس سے مجھے دوستوں میں بھی شرمندگی اٹھانا پڑتی ہے۔ میں آپ سے گزارش کرتا ہوں کہ آپ میرے لئے کوئی وظیفہ تجویز فرمائیں کہ میں دسویں جماعت کے امتحان میں اچھے نمبروں سے پاس ہو جاؤں۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد 100 بار یاعلیم پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیا کریں اور خوب جی لگا کر پڑھیں۔ اللہ کامیاب کرے گا۔

# پیچیدہ امراض

سوال: احوال یہ ہے کہ اس سال ماہ رمضان کے آخری عشرے میں مجھے مروڑ شروع ہوئے جس کے لئے میڈیکل ٹریٹمنٹ ( Medical Treatment) لیا۔ لیکن یہ بیماری ختم نہ ہوئی بلکہ اس میں اضافہ ہوتا رہا۔ علامات یہ ہیں کہ پیٹ میں درد خاص طور پر نچلے پیٹ میں بائیں طرف مروڑ اٹھتا ہے۔ اور پاخانے کی حاجت ہوتی ہے اور پھر جما ہوا خون (Clotted Blood) لیس (Mucus) اور تازہ خون (Fresh Blood) آتا ہے۔

اس طرح دن میں تقریباً 10 سے 15 مرتبہ باتھ روم جانا پڑتا ہے۔ پیٹ کو دبانے سے درد محسوس ہوتا ہے۔

نچلے پیٹ پر بائیں جانب پیٹ کو دبانے سے آنت محسوس کی جا سکتی ہے۔ جیسے پلاسٹک کا کوئی سخت پائپ ہو، ہر وقت کھولن اور جلن سی محسوس ہوتی ہے۔

یہ بیماری مجھے پانچ برس کی عمر کا تعاقب سے ہے۔ اس کے بعد اس بیماری کے کئی حملے ہو چکے ہیں اور میرے لئے یہ بیماری جان لیوا بنی ہوئی ہے۔

چوبیس گھنٹے میرا خیال صرف پیٹ کی طرف رہتا ہے۔

آپ کو یاد ہو گا جب میں بہت شدید بیمار ہوا تھا اور آپ کی توجہ اور حضور قلندر بابا اولیاءؒ کے فیض سے اللہ تعالیٰ نے مجھے شفائے کلی عطا فرمائی تھی تو اس وقت بھی یہ بیماری اسی طرح شروع ہوئی تھی۔

میڈیکل میں اس بیماری کو(Uncerative Olitis) کہتے ہیں۔اس میں بڑی آنت میں جگہ جگہ سوزش ہو کر زخم بن جاتے ہیں اور وہاں انفیکشن ہو جاتی ہے۔زخموں سے خون بہنے لگتا ہے۔اور ساتھ ساتھ لیس، لعاب( Mucus) بھی آتا ہے۔لیکن میڈیکل سائنس میں ابھی تک یہ دریافت نہیں کیا جاسکا کہ آخر یہ بیماری کس وجہ سے ہوتی ہے اس کا تسلی بخش علاج بھی نہیں ہے۔میڈیکل سائنس کا ہر طرح کا علاج کروا چکا ہوں۔

جواب: ڈاکٹر صاحب! آنتوں کے اندر لعاب جب ٹوٹ جاتا ہے یہ بیماری لاحق ہوتی ہے۔اس کی وجہ زیادہ نظام ہضم کی خرابی اور معدہ میں حدت، یبوست اور تعفن ہے۔فرج میں رکھی ہوئی غذاؤں خاص طور پر سے زیادہ دن تک اگر گوشت رکھا گیا ہو۔اس گوشت کو کھانے سے بھی یہ مرض ہو جاتا ہے۔حبس ریاح کے دباؤ سے اور جابت صاف نہ ہونے سے بھی آنتوں میں حدت سوزش اور انفیکشن ہو جاتا ہے۔اس کا علاج یہ ہے کہ فرج میں رکھی ہوئی چیزیں نہ کھائی جائیں۔گوشت، انڈا، گرم مصالحہ، چائے اور کافی کم سے کم تین ماہ تک نہ استعمال کیا جائے۔اور صبح نہار منہ، عصر کے بعد ثابت اسپغول 2 ٹیبل اسپون کھولتے ہوئے پانی میں ڈال کر ایک بار دو جوش آنے کے بعد چولہے سے اتار کر انڈے کی طرح خوب اچھی طرح پھینٹا جائے۔اور کھا لیا جائے۔دونوں وقت کھانے سے پہلے زرد شعاعوں کے پانی میں چینی گھول کر اس میں ایک بڑا چمچہ اسپغول کی بھوسی ملا کر پیا جائے۔تین ماہ کے مسلسل پرہیز اور علاج سے یہ مرض انشاءاللہ ہمیشہ ہمیشہ کے لئے ختم ہو جائے۔

# پاکیزہ انسان

سوال: جناب خواجہ صاحب! میں انٹر کا طالب علم ہوں۔پنجگانہ نماز اور اپنے کالج کی پڑھائی کے ساتھ ساتھ والدین کا تابعدار رہتا ہوں۔میرے اندر یہ ایک عجیب بیماری پیدا ہوئی ہے وہ یہ کہ میں حد درجہ حسد کا شکار ہوں۔ہر شخص سے حسد کرتا ہوں۔کسی کو خوش دیکھتا ہوں تو دل ہی دل میں جلتا ہوں۔اور ہر وقت اس کے بارے میں سوچ کر پریشان رہتا ہوں۔حسد اور تنگ نظری نے مجھے کہیں کا نہیں چھوڑا۔یہاں تک کہ اب تو اپنے بھائی اور بہنوں سے بھی حسد کی آگ میں جلتا ہوں اور بات بات جھگڑا کرنے لگتا ہوں۔میں اور میرے والدین جھگڑوں سے خود بیزار ہیں لیکن کسی کو اپنی یہ نفسیاتی بیماری نہیں بتا سکتا۔

جواب: حسد تمام بیماریوں اور منفی خیالات کی بنیاد ہے۔آپ نے انٹر تک تعلیم لی ہے خود بھی مختلف کتابوں میں پڑھا ہو گا کہ حسد تمام نیکیوں کو اس طرح کھا جاتا ہے جیسے آگ سوکھی لکڑیوں کو جلا دیتی ہے۔مجھے خوشی ہے کہ آپ اپنی اصلاح کی طرف گامزن اور متوجہ ہو گئے ہیں۔کسی غلطی، کمزوری یا جرم کا احساس ہی کامیاب علاج ہے۔

میری طرف سے آپ کے لئے مشورہ ہے کہ صبح سویرے کسی باغ میں جا کر پھولوں کے سامنے بیٹھ کر ایک منٹ تک ٹکٹکی باندھ کر پھولوں کو دیکھیں اور پھولوں کو دیکھتے ہوئے دل میں یہ بات دہرائیں کہ میں اللہ کی مخلوق سے مخلصانہ محبت کرتا ہوں اور مخلوق خدا کو خوش و خرم دیکھ کر خوشی محسوس کرتا ہوں۔90دن کے اس عمل سے آپ میں انتہائی وسیع النظری اور اعلیٰ ظرفی پیدا ہو جائے گی۔پھولوں کا یہ وصف رہا ہے کہ یہ بلاامتیاز ہر شخص کو اپنی خوشبو سے معطر رکھتے ہیں۔اس عمل سے انشاءاللہ آپ بھی مخلوق خدا کے لئے ایک مخلص اور پاکیزہ انسان بن جائیں گے۔

# پیٹ میں کیڑے

سوال: جناب خواجہ صاحب!

میرا بیٹا جس کی عمر10 سال ہے مختلف بیماریوں کا شکار رہتا ہے جس کی وجہ سے ہم والدین ہر وقت پریشان رہتے ہیں۔کئی ڈاکٹروں اور حکیموں سے علاج کرایا۔صحت تو ٹھیک ہو گئی لیکن رنگ زرد ہے۔معمولی کام کے بعد تھک جاتا ہے۔ڈاکٹروں کا کہنا ہے کہ پیٹ میں کیڑے ہیں۔کیڑوں کی مختلف

دوائیاں کھلانے کے بعد ناکام ہیں۔ آپ سے درخواست ہے کہ کوئی ایسا عمل بتادیں جس سے میرے بیٹے کی صحت صحیح ہو جائے اور تمام کیڑے نکل جائیں۔ وہ خوبصورت اور پرکشش بن جائے۔

جواب: پریشان ہونے کی کوئی ضرورت نہیں۔ پریشانی سے کوئی کام پورا نہیں ہوتا۔ اور نہ ہی پریشانی سے کوئی مسئلہ حل ہو سکتا ہے۔ آپ مکمل یقین کے ساتھ میرا تجویز کردہ عمل شروع کردیں۔ انشاءاللہ آپ کا بیٹا مکمل صحت مند ہو جائے گا۔ رات کو بعد از نماز عشاء اول و آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ گیارہ مرتبہ سورہ کوثر پڑھ کر پیٹ پر دم کردیا کریں۔

## تسخیر ہمزاد

سوال: میرے دل میں انسانیت کی بھلائی کا درد موجود ہے۔ میں نے ایک بلڈ ڈونر سوسائٹی بنائی ہے جس کا میں بانی صدر ہوں۔ میرے اوپر پچاس ہزار روپے کا قرض ہے۔ میں اس رمضان میں اعتکاف میں بھی بیٹھا ہوں۔ میں نے ایک صاحب کی کتاب میں رجوع ہمزاد کا عمل پڑھا ہے جس کے پڑھنے سے ہمزاد مسخر ہو جاتا ہے۔ میں آپ کا بہت مداح ہوں اور چاہتا ہوں کہ آپ مجھے کوئی ایسا اسم یا عمل بتائیں کہ ہمزاد کی تسخیر ہو جائے یا کوئی اور قوت میری دوست بن جائے تاکہ میں اپنی پریشانیوں پر قابو پا سکوں۔ میری عمر اس وقت 22 سال 5 ماہ ہے اور انٹر تک پڑھا ہوا ہوں۔ آپ بتلائیں مجھے اس سلسلے میں کیا کرنا ہوگا۔ میری رہنمائی فرمادیں۔

جواب: پہلی بات یہ ہے کہ جن صاحب کی کتاب آپ نے پڑھی ہے آپ کو ان ہی صاحب سے رجوع کر کے تسخیر ہمزاد کے عمل کی اجازت لینا چاہئے نہ کہ مجھ سے۔ دوسری بات جو سمجھنے سے تعلق رکھتی ہے یہ ہے کہ ہمزاد کا تعلق صاحب استدراج لوگوں سے ہوتا ہے اور وہی اسے مسخر کرنے کا گر جانتے ہیں اور رہنمائی کر سکتے ہیں۔ میرا تعلق خالصتاً روحانیت سے ہے اور روحانی لوگوں کی زندگی، اعمال و اشغال سیدنا حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام کی سیرت پاک اور حیات طیبہ کے تابع ہوتی ہے۔ میں تسخیر ہمزاد میں آپ کی رہنمائی کرنے سے اس لئے قاصر ہوں کہ میں خود اس فن اور گر سے واقف نہیں ہوں۔ آپ نے اپنے خط میں بھی لکھا ہے کہ "یا کوئی اور قوت میری دوست بن جائے۔" آپ جیسے نوجوانوں کے لئے میرا مشورہ یہ ہے کہ آپ اللہ کے دوست بن جائیں اور اس طرز فکر کو اپنالیں جو طرز فکر آپ کی اللہ سے دوستی کرادے۔ ایسی طرز فکر انبیاء علیہ الصلوٰۃ والسلام اور ان وارثین اولیاء اللہ کے مشن پر چلنے سے حاصل ہوتی ہے۔ جب قادر مطلق اور قوی، اللہ سے آپ کی دوستی ہو جائے گی تو باقی تمام قوتیں ہیچ ہو جائیں گی۔

## تشخیص

سوال: آپ نے کہا تھا کہ اگر پانی کے بھرے ہوئے گھڑے میں کوئی سوراخ کردیا جائے تو وہ آہستہ آہستہ خالی ہو جائے گا۔ اسی طرح اگر کوئی نوجوان بری عادت کا شکار ہو جائے تو وہ بھی گھڑے کی طرح خالی ہو جاتا ہے۔

آپ کی اس بات نے مجھے شدید طور پر مایوس کیا اور میں ذہنی طور پر جب کہ پہلے ہی بہت زیادہ پریشان تھا، شدید پریشانی کا شکار ہو گیا ہوں۔

میں نے جس گھرانے میں آنکھ کھولی وہ لڑائی جھگڑے کا مسکن تھا۔ میرے والد اور والدہ میں خوب جھگڑے تھے بلکہ اب بھی جھگڑتے ہیں۔ ماں جب والد صاحب سے مار کھا چکتی تو پھر وہ اپنے شوہر کے کئے کی سزا ہم بچوں کو دیتی۔ ہمیں اس طرح مارتی کہ جسم پر نیل پڑ جاتے، کوئی بات پیار سے سمجھانے کی بجائے تھپڑ مار کر سمجھائی جاتی تھی۔

اسکول میں مجھے ایک ساتھی نے یہ بتایا کہ کل ٹیکے لگیں گے تم کل نہیں آنا۔ دوسرے روز میں صبح اٹھ گیا۔ لیکن ٹیکے کے خوف سے اسکول جانے کا کوئی ارادہ نہ تھا۔ میں تکیے پر بیٹھا آہستہ آہستہ منہ دھو رہا تھا کہ اتنی دیر میں میرے والد صاحب آ گئے اور مجھ سے پوچھا۔ کیوں بھئی تیرا ارادہ اسکول جانے کا نہیں ہے؟ میں تو پہلے ہی ان سے بہت ڈرتا تھا۔ میں آہستہ سے بولا، نہیں۔ بس اتنا کہنا تھا کہ مجھے انہوں نے اپنے سر سے اونچا اٹھایا اور زمین پر پٹخ دیا۔ اتنی چوٹ آئی کہ میں مرتے مرتے بچا اور مہینوں چارپائی پر پڑا رہا۔ قصہ کوتاہ اسی طرح میں مار کھاتے گالیاں سنتے پندرہ سولہ برس کا ہو گیا اور میں سکون کی تلاش میں بے راہ ہو گیا۔ خراب عادتوں کا شکار ہو گیا۔ اپنی دانست میں لطف اندوز ہوتا رہا یہاں تک کہ نماز بھی ترک کر دی۔

اب صورت حال یہ ہے کہ ''خراب عادت'' میں مبتلا رہنے کی وجہ سے میرا جسم، دل اور دماغ بہت کمزور ہو گیا ہے۔ علاج کرانے کی استطاعت نہیں ہے۔ آپ سے شکوہ یہ ہے کہ آپ نے مرض کی تشخیص تو صحیح کر دی لیکن علاج نہیں بتایا۔

جواب: کمزوری انشاء اللہ بہت آسانی کے ساتھ دور ہو جائے گی۔ آپ غذاؤں سے علاج کریں۔ بھنڈی، لوکی، ٹنڈا، توری، آڑو، گولر، دودھ کی لسی جس میں تین حصہ پانی ایک حصہ دودھ ہو زیادہ سے زیادہ استعمال کریں۔ کھٹی، تیز نمک مرچ، مصالحہ دار اور قبض پیدا کرنے والی اشیاء استعمال نہ کریں۔

ہر نماز کے بعد ایک سو بار یاحفیظ پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیا کریں۔ اللہ تعالیٰ آپ کا حامی و ناصر ہو۔

## ٹی بی

سوال: میرے والد کو عرصہ 6 سال سے سانس کی بیماری ہے۔ ڈاکٹروں کو دکھایا تو انہوں نے کہا کہ میرے والد کو ٹی بی ہے۔ ان کا تین مہینے علاج کروایا مگر کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ اس طرح ہر ڈاکٹر سے تین یا چار کورس کرائے۔ خاطر خواہ نتیجہ نہیں نکلا۔ اب جس ڈاکٹر سے علاج کروا رہے ہیں اس نے بتایا ہے کہ آپ کو ٹی بی نہیں ہے آپ میں حد سے زیادہ علاج کرانے سے تکلیفیں پیدا ہو گئی ہیں۔ آپ کے پھیپھڑوں کے والوز بند ہو گئے ہیں۔

حالت یہ ہے کہ کوئی بھی چیز کھائیں تکلیف نہیں ہوتی لیکن اگر دو قدم چلیں تو سانس پھول جاتا ہے پھر ایک گھنٹہ بیٹھے رہیں تو سانس ٹھیک ہوتی ہے۔ آپ اس بیماری کے لئے کوئی وظیفہ بتائیں۔

جواب: جب بھی پانی یا کوئی مشروب پئیں، تین مرتبہ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِo اَلٓرٰ تِلْكَ اٰيٰتُ الْكِتٰبِ الْمُبِيْنِ۔ (سورہ یوسف کی پہلی آیت) پڑھ کر دم کر لیا کریں۔ مستقل دوائیں کھانے سے معدہ اور آنتوں کا فعل خراب ہو جاتا ہے۔ اس کو ٹھیک کرنے کے لئے یونانی علاج مفید رہے گا۔ ڈاکٹری علاج سے مرض تو ختم ہو گیا ہے اس کی باقیات یونانی علاج سے ٹھیک ہو جائیں گی۔ کوئی تشویشناک بات نہیں ہے۔

## جسم میں جھٹکے لگتے ہیں

سوال: میں ایک دکھی نوجوان ہوں۔ میرے ایک دوست نے بتایا کہ روحانی ڈائجسٹ کا قاری ہے۔ اسی نے مجھے امید کی کرن دکھائی ہے۔ میرا مسئلہ کچھ ایسا ہے کہ زندگی میرے لئے ایک ایسے عذاب کا نام بن گئی ہے جو کسی طرح بھی میرے لئے قیامت سے کم نہیں۔ مجھے اکثر و بیشتر پورے جسم میں جھٹکے لگتے ہیں جس سے پورا جسم لرزنا شروع ہو جاتا ہے۔ خصوصاً ہاتھ بری طرح لرزتے ہیں۔ یہ جھٹکے عموماً صبح کے وقت لگتے ہیں اور یوں دنیا و مافیہا سے بے خبر ہو جاتا ہوں۔ میں ایک اٹھارہ سالہ نوجوان ہوں اور جس اذیت سے میں اور میرے گھر والے گزر رہے ہیں وہ ہم ہی جانتے ہیں۔ ڈاکٹروں کو دکھایا تو انہوں نے بتایا کہ تین سالہ کورس ہے۔ وہ بھی کر لیا مگر فائدہ نہ ہوا۔ اب بھی علاج جاری ہے لیکن کوئی افاقہ نہیں ہے۔

عظیمی صاحب! خدارا کوئی روحانی علاج یا وظیفہ بتائیں تاکہ میں اس اذیت سے جلد از جلد نکل سکوں۔

جواب:  خرگوش کا بھیجہ بھون کر روزانہ کھائیں۔ خرگوش کا گوشت گھر والے کھالیں۔ جب بھی پانی پئیں تین مرتبہ سورہ یوسف کی آیت بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِo اَلرٰتِلْکَ اٰيٰاتُ اَلْکِتَابِ الْمُبِيْنِ۔ پڑھ کر دم کرکے پئیں۔
خرگوش کا بھیجا اکیس روز تک کھائیں اور عمل نوے دن تک کریں۔

## جنس میں ردوبدل

سوال:  ایسا محسوس ہورہاہے کہ میری جنس تبدیل ہورہی ہے کیونکہ جب میں پیشاب کرتاہوں تو نفس کی جلد جڑ سے غائب ہوجاتی ہے اور مثانہ بھی آہستہ آہستہ غائب ہوجاتاہے۔ آپ سے درخواست ہے کہ اس کا حل جلد لکھ دیں تاکہ میری جنس تبدیل نہ ہو اور میری عزت رہ جائے۔

جواب:  روزانہ رات کے وقت ایک سوایک بار اَلرِّجَالُ قَوَّامُوْنَ عَلٰی النِّسَاءِ پڑھ کر گھونٹ پانی پر دم کرکے پی لیا کریں۔ اور ساتھ ہی ساتھ اپنے اوپر دم کر دیا کریں۔ اس روحانی علاج کے علاوہ روزانہ سوتے وقت 21 عدد چلغوزے کھا کر سویا کریں۔ علاج کی مدت کم سے کم چالیس اور زیادہ سے زیادہ نوے دن ہے۔

## چڑیوں کو باجرہ ڈالیں

سوال: سات سال سے مسلسل چوبیس گھنٹے سفید جالے نظر آتے رہتے ہیں۔ جسم بہت دبلا ہے لیکن کوئی جسمانی اور نفسیاتی بیماری نہیں ہے۔ میں جو بھی کام کرتا ہوں اس کا صلہ الٹا ملتا ہے۔ میری کوئی پہچان نہیں ہے۔ براہ مہربانی مجھے اس عذاب سے نجات دلائیں۔

جواب: فجر کی نماز کے بعد اور رات کو سوتے وقت نیلی روشنی کا مراقبہ سے پہلے 100 بار درود خضری پڑھ لیا کریں۔ تین کھجوریں سوتے وقت اور دو کھجوریں صبح ناشتہ میں کھائیں۔ سورج طلوع ہونے سے پہلے چڑیوں کو باجرہ ڈال دیا کریں۔ سونف چبا کر عرق چوسیں اور پھوک تھوک دیں۔

## حسرت ویاس

سوال:  باباجان! میں نے جب سے جوانی میں قدم رکھا ہے اپنے آپ کو تباہی کی طرف لے جارہاہوں۔ میری عمر چوبیس سال ہے۔ صحت دن بدن خراب ہورہی ہے۔ گال اندر کی طرف پچکے ہوئے ہیں۔ مزاج میں چڑچڑاپن واقع ہے چہرے کا رنگ پیلا ہے۔ سر اور کمر میں مستقل درد رہتاہے۔ ذرا سا بھی محنت کا کام کرتاہوں تو آنکھیں تلے اندھیرا آجاتاہے۔ بڑی کوشش کی کہ اس قبیح عادت سے جان چھڑاؤں لیکن ناکام رہتاہوں۔ ہر وقت احساس بیزاری چھایا رہتاہے۔ پڑھائی کی طرف ذہن متوجہ ہوتاہے تو سر میں درد شروع ہوجاتاہے۔ اپنی زندگی کو ایک تاریک گڑھا سمجھتاہوں۔ خدا کے لئے میری زندگی کو بچالیں تاکہ میں صحت مند بن کر بہنوں کی امیدوں کا سہارا بن جاؤں۔

جواب:  معلوم نہیں کہ آپ کی طرح اور کتنے نوجوان اس تباہی کی طرف گامزن ہیں۔ عمل پیش خدمت ہے۔ تمام نوجوان اس عمل سے استفادہ کرسکتے ہیں۔

آدھی رات سے کچھ کم گزرنے کے بعد چھت پر چلے جائیں۔ چھت پر جانا ممکن نہ ہو تو کسی ایسی جگہ کھڑے ہو جائیں جہاں کھلا آسمان نظر آ جائے۔ دس منٹ تک شمال رخ منہ کر کے آسمان دیکھتے رہیں۔اس کے بعد مشرق کی طرف منہ کرلیں اور پانچ منٹ تک خلاء میں دیکھتے رہیں۔چند ہفتوں کے اس عمل سے خود کو تباہ و برباد کرنے کی عادت سے نجات مل جائے گی۔اس بات کی وضاحت ضروری سمجھتا ہوں کہ اس تباہ کن عادت کے خراب اثرات سے آدمی شادی کے قابل نہیں رہتا اور ساری زندگی حسرت و یاس میں کٹ جاتی ہے۔

## حسد

سوال: میرے نانا جان کی باورچی کی دوکان ہے اور میں ان سے کام سیکھ رہا ہوں۔ صبح و شام میں ہی دوکان کھولتا اور بند کرتا ہوں۔ میں نے تین چار بار دیکھا ہے کہ تالے کے پاس ایک گڑیا ہوتی ہے جس میں سوئیاں ہوتی ہیں اس کے ساتھ بندے ہوئے دھاگے میں پیاز لپٹی ہوئی ہوتی ہے۔ایک مرتبہ کالا دانہ اور مٹی کی تین ڈھیریوں پر جلی ہوئی اگربتی دیکھی۔

جواب: یہ کارستانی کسی حاسد کی ہے۔ صبح دوکان کھولنے سے پہلے ایک بار سورہ فلق پڑھیں اور ومن شر حاسد اذا حسد گیارہ بار پڑھیں۔دوکان کھولنے کے بعد لوبان جلائیں اور ہر جمعرات کو گیارہ روپے خیرات کریں۔دوکان میں روحانی ڈائجسٹ رکھیں اور اس میں سے نورِ الٰہی نورِ نبوت کا کالم پڑھا کریں۔

## خاتون وزیر اعظم

سوال: میں جانتا ہوں کہ شکمِ مادر میں کروموسوم کے اختلاف سے کیا ہوتا ہے مگر میرا مسئلہ کچھ نفسیاتی ہے کیونکہ مجھ میں نسوانیت ہے۔ بچپن میں امی جب کام پر جاتی تھیں تو بہنیں مجھے گھر سے باہر نہیں جانے دیتی تھیں۔میرا سارا وقت بہنوں کے ساتھ گزرا اور میں اسی ماحول میں ڈھل گیا۔ مجھ پر لڑکیوں کی صحبت کا رنگ چڑھ گیا ہے۔ کسی مرد کے ساتھ بول نہیں سکتا نہ اپنے ہم عمر لڑکوں کے ساتھ بات ہوتی ہے۔ میں سمجھتا ہوں کہ میری شخصیت فنا ہو گئی ہے۔ دل مردہ ہے، خواہشات اور امنگیں ہیں لیکن کیا کروں کچھ کر ہی نہیں سکتا۔ 17 سال ہو گئے ہیں لڑکیوں میں رہتے ہوئے۔لڑکیوں کی طرح چال ڈھال ہو چکی ہے۔ان سے گھنٹوں بیٹھ کر باتیں کرتا رہتا ہوں لیکن مردوں کے مذاق کا نشانہ اس وقت بنتا ہوں جب میں ان سے بات نہیں کر سکتا۔اب تو امی بھی طعنے دیتی ہیں۔ کہتی ہیں باہر نکلا کرو۔ کیا بتاؤں میں کیوں باہر نہیں جاتا۔ میری زندگی کے قیمتی سال تو اپنوں نے ضائع کر دیئے ہیں۔اتنی عمر تک تو جسے جو بننا ہوتا ہے بن جاتا ہے۔ چاہئے تو یہ تھا کہ یہ لوگ مجھے سنوارتے، میرے کردار پر نظر رکھتے، مگر انہوں نے نہ صرف میرے کردار کو بلکہ میری شخصیت اور وجود کو بھی دیمک لگا دی ہے۔ مجھے اس قابل نہیں چھوڑا کہ میں گھر سے نکل کر مردوں سے آنکھیں ملا کر بات کر سکوں۔ کاش! میری امی مجھے گھر میں 17 سال قید نہ رکھتیں۔

جواب: آج کل لڑکیوں میں بھی الحمدللہ تعلیم ہوتی جا رہی ہے۔ لڑکیاں پڑھ لکھ کر اسکول، کالج، یونیورسٹی، بینک، سرکاری اداروں، پرائیویٹ کمپنیوں میں بڑے بڑے ملکوں کی نمائندگی کرتی ہیں۔ ملک کے اعلیٰ عہدوں پر وزیر اعظم کی حیثیت سے فائز ہیں۔اگر لڑکی ہونا احساس کمتری کی دلیل ہوتی جیسا کہ آپ نے لکھا ہے تو یہ سب لڑکیاں اور خواتین اتنے بڑے عہدوں پر مردوں کے سامنے بات نہیں کر سکتی تھیں۔ آپ کا یہ کہنا ہے کہ لڑکیوں میں اور بہنوں میں رہ کر آپ کی شخصیت فنا ہو گئی ہے، صحیح بات نہیں ہے۔ جتنی جلدی ہو سکے آپ اس خول سے باہر نکل آیئے۔اور دنیا کے کاموں میں دلچسپی لیجئے۔انشاءاللہ آپ سیٹ ہو جائیں گے۔

رات کو سونے سے پہلے گلابی رنگ روشنی کا مراقبہ کیا کریں۔اور لوگوں کو سامنے خود فیس کریں۔

# داڑھی کے بال

سوال: میری عمر 22 سال ہے۔ لیکن ابھی تک میری داڑھی کے بال مکمل طور پر نہیں نکلے۔ ٹھوڑی کے اوپر اور قلموں کے نیچے تھوڑے بہت بال ہیں۔ میں بلیڈ بھی پھیرتا رہتا ہوں تا کہ بال آ جائیں۔ مگر کوئی فائدہ نہیں ہو رہا ہے۔ مونچھوں اور بدن کے دوسرے حصوں پر مکمل طور پر بال ہیں۔ مہربانی کر کے میرے مسئلہ کا کوئی حل یا علاج تجویز کر دیں۔

جواب: بکری کے دودھ کا جھاگ صبح اور شام چہرے پر ملیں اور جس قدر ممکن ہو سکے بکری کا دودھ پئیں۔ دو تین ماہ کے اس پروگرام سے آپ کی داڑھی کے بال نکل آئیں گے۔

# درود خضری

سوال: میرے والد صاحب ضعیف ہیں اور بیمار رہتے ہیں۔ والدہ وفات پا چکی ہیں۔ ہم چار بہن بھائی ہیں۔ دو بہنیں بڑی ہیں اور دو بھائی چھوٹے ہیں۔ اب ایک کمپنی میں فور مین ہیں لیکن مستقل نوکری نہیں ملی بلکہ ہر دو چار مہینوں کے بعد چھوٹ جاتی اور چار پانچ مہینوں کے بعد لگتی ہے۔ باجی کی شادی کا قرض اب تک باقی ہے۔ میری منگنی ہو گئی ہے۔ ہمارے پاس اتنا بھی نہیں ہے کہ میری شادی پر کھانے کا خرچ ہو سکے۔ کوئی قرض دینے والا بھی نہیں ہے۔

جواب: ایک بار درود خضریؒ ایک بار آیت کریمہ اور ایک بار درود شریف درود خضری صَلَّى اللّٰهُ تَعَالىٰ عَلىٰ حَبِيْبِهٖ مُحَمَّدً وَسَلَّم پڑھ کر دعا کی طرح ہاتھ باندھ کر پھونک ماریں اور چہرہ پر ہاتھ پھیر لیں۔ اسی طرح سو دفعہ پڑھیں اور سو مرتبہ ہاتھ چہرہ پر پھیریں۔ پھر آنکھیں بند کر کے عرش کا تصور کر کے دعا کریں اور بات کئے بغیر سو جائیں۔ چالیس روز یہ عمل کرنے کے بعد چھوڑ دیں۔ اتنی رقم انشاءاللہ آپ کو مل جائے گی جس سے قرض کی ادائیگی اور آپ کی شادی ہو جائے۔

# ریڈیو۔ ٹی وی

سوال: میرا بچہ نہایت ہی سیدھا سادہ بھولا بھالا تھا۔ ہم نے اس کو پڑھائی کے لئے کسی دوسرے شہر میں دوسرے لڑکوں (ہندو اور پنجابی) کے ساتھ ایک کرایہ کے مکان میں پڑھنے کے لئے تقریباً ایک سال رکھا۔ اسی اثناء میں گھر بھی آتا جاتا رہا مگر یہ بچہ جب ہی سے نہ گھر میں کوئی کام کرتا اور نہ پڑھائی دل لگا کر کرتا ہے حالانکہ وہ محنتی اور ذہین ہے۔ سارا دن ریڈیو اور ٹیپ لگا کر گانے سنتا رہتا ہے اور شام کو ٹی وی دیکھتا رہتا ہے۔ نہ نماز اور نہ ہی قرآن پڑھتا ہے۔ کوئی بھی بات اس کے بھلے کی کرو یہ الٹی سمجھ لیتا ہے۔

جواب: آدھی رات گزرنے کے بعد سورہ البروج ایک بار پڑھیں۔ جب اس میں آیت بَلْ هُوَ قُرْآنٌ مَّجِيْدٌ فِىْ لَوْحٍ مَّحْفُوْظٌ آئے اسے 100 بار پڑھیں اور بیٹے کا تصور کر کے دم کریں۔ یہ عمل چالیس روز تک کریں۔ ہر ہفتہ پیر کے روز سوا پانچ روپے خیرات کیا کریں۔ صبح نہار منہ ایک ایک بار یا دو دو پڑھ کر پانی یا چائے پر دم کر کے پلائیں۔

# روزگار

سوال: مسئلہ یہ ہے کہ میرے بڑے بھائی بی کام ہیں۔انہوں نے بہت سے کورسز بھی کئے ہوئے ہیں لیکن انہیں نوکری نہیں ملتی۔

میں ایک پرائیویٹ ٹیچر ہوں۔چاہتی ہوں کہ مجھے سرکاری ملازمت مل جائے۔

مسئلہ یوں ہے کہ کچھ دنوں سے بیروزگار ہوں پچھلی ملازمت غیر شرعی کام کرنے پر مجبور کرنے کے بناء پر چھوڑی پڑی۔

فضل محمد، غیاث الدین، شیخ مقبول الٰہی، آفتاب حسین، محمد اظہر عالم، نورین، م۔ب ندیم حسین قادری

جواب: عشاء کے بعد 41 بار آیت الکرسی عظیم تک پڑھ کر دعا کیا کریں۔حسب استطاعت جمعہ کے دن خیرات کیا کریں۔

# روشنی

سوال: کافی عرصہ سے روحانی ڈائجسٹ پڑھتی ہوں۔دل کو کافی سکون ملتا ہے۔بصیرت افروز مضامین سے دل شاداب اور آنکھیں منور ہو جاتی ہیں۔میں اللہ تعالیٰ کا ہر وقت شکر ادا کرتی ہوں۔جس نے مجھے گھر دولت شوہر اور بچے دیئے۔میرا بیٹا جس کی عمر 12 سال ہے نویں کلاس کا طالب علم ہے جو مستقبل میں ڈاکٹر بننا چاہتا ہے۔ہم سب اس کے لئے دعا گو ہیں۔پچھلے چند ماہ سے معلوم نہیں اس کو کیا ہوا بد تمیزی اور نافرمانی پر اترا ہوا ہے۔پڑھائی میں دلچسپی نہیں لیتا۔ہر وقت غلط دوستوں میں اپنا وقت ضائع کرتا ہے۔ہزار سمجھانے کے باوجود وہ اپنی ان منفی حرکات سے باز نہیں آتا۔شروع کی قابلیت اور تابعداری کی طرف نظر دوڑاتی ہوں تو آنکھوں سے آنسو نکلتے ہیں۔معلوم نہیں کہ یکایک ہمارے بیٹے کو کیا ہوا۔ہم آپ سے درخواست کرتے ہیں کہ از راہ کرم ہمارے بیٹے کے لئے کوئی وظیفہ ارسال فرمائیں تا کہ یہ بچہ صحیح رستے پر آجائے اور ہمارے دل کی امیدوں کی روشنی بن کر مخلوق خدا کی خدمت کرے۔

جواب: جب آپ کا بیٹا گہری نیند سو جائے تو اس کے سرہانے کھڑے ہو کر ایک بار سورۃ الکوثر پڑھ کر اس کا نام لے کر یہ جملہ دہرائیں۔تم ایک تابعدار ذہین اور ہونہار انسان ہو۔

21 دن تک یہ عمل کریں۔ہر جمعرات کو دو روپے خیرات کریں۔

# روشن حافظہ

سوال: میں نویں کلاس کا طالب علم ہوں۔آٹھویں تک میں کلاس میں امتیازی نمبروں سے پاس ہوتا تھا۔والدین بھی بڑی آس لے کر پڑھا رہے ہیں۔میں جب نویں کلاس میں پہنچا تو سائنس کے مضامین لے کر یہ ارادہ کر لیا کہ میں پائلٹ بنوں گا۔لیکن معلوم نہیں کہ میرے حافظہ کو اچانک کیا ہوا۔آج کل میری حالت یہ ہے کہ جو کچھ یاد کرتا ہوں تھوڑی دیر میں بھول جاتا ہوں۔پڑھائی میں بھی دل نہیں لگتا۔کتاب کھول کر پڑھنے لگتا ہوں تو دماغ پر بوجھ محسوس ہوتا ہے۔والدین کو بھی میری ذہنی حالت اور کمزور حافظہ کی بڑی فکر ہے۔از راہ کرم ایسا عمل بتا دیں کہ دماغ تیز ہو جائے اور پڑھائی میں دوبارہ دلچسپی پیدا ہو جائے۔

جواب: روزانہ شام کے وقت ایک چھٹانک گرم گرم جلیبی کھائیں۔چالیس دن کے اس عمل سے انشاءاللہ آپ کا یہ مسئلہ حل ہو جائے گا۔رات سونے سے پہلے ایک سو مرتبہ یااولی الالباب پڑھ کر اپنے مقصد کے لئے دعا کریں۔

## زوردار جھٹکا

سوال: میرا مسئلہ یہ ہے کہ تین سال سے رات کو نیند کی حالت میں ڈر جاتا ہوں اور بعض اوقات میرے منہ سے آوازیں نکلنا شروع ہو جاتی ہیں۔ میری اہلیہ کہتی ہیں کہ آپ خواب میں ڈرتے ہیں۔ منہ سے آوازیں نکلنے والے معاملہ کے علاوہ اس سے قبل یہ ہوتا تھا کہ جب میں گہری نیند میں ہوتا تو ایک زوردار جھٹکا لگتا اس جھٹکے سے میری آنکھ کھل جاتی۔ مہربانی فرما کر اس کا کوئی حل تجویز فرمادیں اور ایسا عمل بتائیں کہ میرے دل سے ہر قسم کا خوف اور ڈر ختم ہو جائے۔

جواب: کم سے کم ایک ماہ تک نمک کا استعمال اس طرح بند کر دیں کہ کسی بھی شکل میں نمک کا ایک ذرہ بھی آپ کے معدے میں نہ جانے پائے۔ ایک ماہ بعد گھر کا پسا ہوا لاہوری نمک کم سے کم مقدار میں استعمال کریں۔ میٹھی غذائیں زیادہ استعمال کریں۔ علاج کے طور پر صبح، دوپہر اور رات ایک ایک چمچ خالص شہد لے کر تین بار بسم اللہ الرحمن الرحیم۔ اَلرَّضَاعَتُ عَمَا نَوِیل پڑھ کر دم کر کے کھائیں۔ اس علاج کی مدت پینتالیس (45) دن ہے۔

## سانپ کا خوف

سوال: میں نے بچپن میں ایک سانپ دیکھا تھا جو گھر میں کمرے کی چھت سے لٹک کر نیچے آگیا تھا اس کو دیکھتے ہی میری چیخ نکل گئی تھی۔ میرے والد صاحب بھاگ کر آئے اور سانپ کو مار دیا۔ اس وقت سے آج تک سانپ سے ڈرتا ہوں۔ میری حالت یہ ہے کہ کبھی کبھی کراچی میں پختہ غسل خانے میں نہاتے ہوئے مجھے شبہ ہو جاتا ہے کہ نل میں سے سانپ آجائے گا اور پھر نل کو بند کر کے اچھی طرح دوبارہ نہانے لگتا ہوں۔ کبھی کبھی لیٹرین میں بھی شک ہوتا ہے کہ نالی میں سے سانپ آجائے گا۔ گھاس وغیرہ پر چلنے سے ڈرتا ہوں کہ اس میں سانپ نہ ہو۔ دیہات میں کھیتوں میں ہر وقت یہی فکر دامن گیر رہتی ہے۔ پتہ بھی ہلتا ہے تو اس جگہ کو غور سے دیکھتا ہوں۔

جواب: نیولے کی کھوپڑی پیشانی پر ملنے سے سانپ کا خوف نکل جاتا ہے۔

دوسری بات یہ ہے کہ چڑیا گھر کے اس سیکشن میں جہاں سانپ ہیں، ہفتہ میں دو بار جائیں اور سانپوں کو غور سے دیکھیں۔ یہ عمل پانچ ہفتوں تک کریں۔

## سبز روشنی مراقبہ

سوال: میں مختلف نفسیاتی امراض اور جسمانی بیماریوں کا شکار ہوں۔ مسئلہ یہ ہے کہ میں اندھیرے میں خوفزدہ ہو جاتا ہوں۔ میں بچپن ہی سے خوف میں مبتلا ہوں۔ اور بے جین چیزوں سے بھی خوفزدہ ہو جاتا ہوں۔ ایک انجانا خوف ہے جس نے مجھے جکڑ لیا ہے۔ بالغ ہوا تو جوانی کی غلط راہوں پر نکل کھڑا ہوا۔ جس سے میرے ذہن اور جسم کو بہت نقصان ہوا۔ میں ذہنی طور پر بھی کمزور ہوں۔ مجھے غلط کاری کی وجہ سے ناپاک بیماری لگ گئی ہے۔ محترم بزرگ میں انتہا سے زیادہ شرمندہ ہوں میں احساس کمتری، یادداشت کی کمزوری، قوت ارادی اور قوت فیصلہ کی کمزوری، خوف شرم و جھجک کا شدید قسم کا شکار ہوں۔

جواب: رات کو سوتے وقت 100 بار کلمہ شہادت پڑھ کر آنکھیں بند کر کے پندرہ منٹ تک سبز روشنی کا مراقبہ کریں اور پانچ وقت نماز قائم کریں۔ نماز میں خیالات کی یلغار ہو تو کتاب روحانی نماز کا مطالعہ کریں۔

## سرخ شعاعیں

سوال: والد صاحب کی داڑھ میں تکلیف ہوئی۔ وہ ڈاکٹر کے پاس چلے گئے۔ انہوں نے چیک اپ کے بعد کہا ہم آپ کی BIPSY کریں گے۔ انہوں نے ایک دفعہ ایسا کیا پھر دو تین دفعہ BIPSY کی جس کی وجہ سے اندر کی رگیں کٹ گئیں۔ اور منہ سے خون آنے لگا۔ اس طرح اکثر ہوتا رہتا تھا۔ پھر حلق، ناک اور کان کے ماہر کو دکھایا تو انہوں نے آپریشن کا مشورہ دیا۔ چنانچہ ہم نے آپریشن کروایا۔ اس آپریشن کے نتیجے میں انہوں نے بایاں جبڑا نکال دیا اور اس کی جگہ پسلیاں کاٹ کر مصنوعی جبڑا بنایا۔ آپریشن کے بعد والد صاحب بالکل صحیح ہو گئے

تھے لیکن اس کے بعد پھر اچانک وہی کیفیت دوبارہ ہو گئی۔ چہرے کے ایک جانب ورم رہنے لگا اور پھر وہ اس قدر بڑھ گیا کہ اس کی وجہ سے دماغ میں ٹیومر ہو گیا۔ پچھلے سال دماغ کے ٹیومر کا آپریشن ہوا۔ جو کہ کامیاب رہا۔ اب منہ میں بہت زیادہ تکلیف ہے۔ ڈاکٹرز اسے ٹیومر کہتے ہیں۔ وہ کہتے ہیں کہ یہ اب اس قدر بڑھ چکا ہے کہ ہم آپریشن نہیں کر سکتے کیونکہ اس کی وجہ سے آنکھ، ناک، کان، حلق متاثر ہو رہے ہیں۔ آنکھ سے پانی آتا رہتا ہے اور کھانے پینے میں بھی تکلیف ہوتی ہے۔ ڈاکٹرز نے ان کو بالکل جواب دے دیا ہے اور کہا ہے کہ یہ مرض لاعلاج ہے۔ عظیمی صاحب! دنیا میں اب تو ہر مرض کا علاج موجود ہے۔ میں خدا کی ذات سے بالکل ناامید نہیں ہوں۔ ایک آپ کی ذات اندھیرے میں روشنی کی کرن نظر آتی ہے۔ اس لئے آپ سے رجوع کر رہی ہوں۔ امید ہے کہ کوئی علاج تجویز فرمائیں گے۔ اور والد صاحب کے لئے مراقبہ میں بھی دعا کروا دیجئے گا۔ آپ بہت زیادہ ممنون ہوں گی۔ کیونکہ والد صاحب ہی ہمارا سہارا ہیں۔

جواب: جب بھی پانی پئیں بسم اللہ کے ساتھ یا مرید یا اللہ یا رحمٰن پڑھ کر دم کر کے پئیں۔ سرخ شعاعوں کا پانی 2,2 اونس صبح و شام پئیں۔

## سونف

سوال: میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری نظر بہت کمزور ہوتی جا رہی ہے۔ مجھے دور کی نظر کا نمبر 5 کا چشمہ لگا ہوا ہے۔ لیکن اس سے بھی بہت کم نظر آنے لگا ہے اور کمزوری بڑھتی جا رہی ہے۔ خواجہ صاحب! آپ سے التماس ہے کہ آپ مجھے کوئی اچھا سا علاج بتادیں جس سے میری نظر جلد سے جلد ٹھیک ہو جائے کیونکہ اگر یہی سلسلہ رہا تو میری نظر مزید کمزور ہو سکتی ہے۔ دوسری بات یہ ہے کہ علاج ذرا مناسب ہو یعنی اس میں پیسے ذرا مناسب لگیں۔ کیونکہ میں زیادہ مہنگا علاج نہیں کر سکتا۔ میری اتنی سکت نہیں اور نہ ہی میرا کوئی ذریعہ آمدن ہے۔ براہ مہربانی میرے خط کا جواب جلد ہی دیجئے گا۔

جواب: صبح، دوپہر، شام، رات، سونف منہ میں ڈال کر خوب اچھی طرح چبائیں۔ اور عرق چوس کر پھوک تھوک دیں۔ یہ علاج کئی ماہ تک کریں۔

## سنگین مسئلہ

سوال: عامل حضرات کا کہنا ہے کہ کسی نے کچھ کرا دیا ہے مگر ہماری کسی کے ساتھ دشمنی نہیں ہے اور نہ ہی کسی پر شک ہے۔ آپ کی طرف سے امید کی کرن نظر آئی تھی۔ اس لئے میں نے آپ کو خط لکھ دیا ہے۔ براہ مہربانی میرا یہ سنگین مسئلہ ضرور حل کریں۔ تاکہ مجھے خارش سے نجات حاصل ہو۔

جواب: سات دانے عمدہ قسم کے عناب شام کے وقت پانی میں بھگو دیں۔ صبح سورج طلوع ہونے سے پہلے عناب نچوڑ کر پھینک دیں اور پانی پی لیں۔ انشاء اللہ 21 روز بعد خارش ختم ہو جائے گی۔

## سورۃ الکوثر

سوال: میرا بیٹا جس کی عمر 15 سال ہے۔ماشاءاللہ صحت منداور خوبرو ہے لیکن اس کی ایک بیماری سے ہم بہت پریشان ہیں۔جب وہ رات کو سوتا ہے تو بری طرح اپنے دانت پیستا ہے۔جس کی وجہ سے سارے گھر والوں کی نیند خراب ہوتی ہے۔ازراہ کرم کوئی روحانی علاج بتادیں جس کی مدد سے ہم اس پریشانی سے محفوظ ہوجائیں۔

جواب: سوتے وقت دانت پیسنا اس بات کی علامت ہے کہ تمہارے بیٹے کے پیٹ میں کیڑے ہیں۔اس کا حل یہ ہے جب وہ رات کو گہری نیند سو جائے تو اس کے سرہانے کھڑے ہو کر ایک بار سورۃ الکوثر پڑھا کریں۔اکیس دن کے اس روحانی علاج سے آپ کا مسئلہ حل ہو جائے گا۔سورۃ الکوثر اتنی بلند آواز سے پڑھیں کہ اس کی نیند خراب نہ ہو۔

## سورہ لہب

سوال: میری شادی کو آٹھ سال ہو گئے۔شادی کے ابتدائی ایام بہت ہی خوشی سے گزرے ہیں۔اللہ نے اولاد کی نعمت سے نوازا ہے۔جس کے لئے میں ہر وقت شکر گزار رہتی ہوں۔پچھلے کئی ماہ سے میرے شوہر کی حالت بڑی تکلیف دہ ہے۔وہ بات بے بات مجھے ڈانٹتا رہتا ہے۔کبھی کبھی مار پیٹ تک بات پہنچ جاتی ہے۔میں اپنی طرف سے کوشش کرتی ہوں کہ کوئی کوتاہی نہ ہو۔ہماری اس پریشان کن کیفیت سے ہمارے بچے بھی احساس بیزاری کا شکار ہیں۔خدا کے لئے کوئی روحانی علاج بتادیں کہ ہمارا گھر اجڑنے کے بجائے سکون کا مسکن بن جائے۔

جواب: جب آپ کے شوہر رات کو گہری نیند سو جائیں۔تو ان کے سرہانے کھڑے ہو کر سورہ لہب پوری سورۃ پڑھ کر اپنے مقصد کے لئے اللہ سے دعا کریں۔پوری سورۃ لہب کی تلاوت اتنی بلند آواز سے کی جائے کہ ان کی نیند خراب نہ ہو۔محفل مراقبہ میں دعا بھی کی جائے گی۔

تمام ایسی خواتین کو یہ مسئلہ درپیش ہے اس عمل سے استفادہ کرسکتی ہیں۔عمل کی مدت اکتالیس دن ہے۔ناغہ کے دن بعد میں پورے کرلیں۔

## سر درد

سوال: میں تقریباً چار سال سے سر درد کا مریض ہوں۔ایلوپیتھک،یونانی،نفسیاتی اور ہومیوپیتھک علاج کرا چکا ہوں اور اب بھی ہومیوپیتھک علاج کرا رہا ہوں۔مگر آرام بالکل نہیں آرہا۔سر کے اطراف اور سر کی پشت میں درد ہوتا ہے۔بائیں کان کے پیچھے ہڈی کا جو ابھار ہوتا ہے اس ابھار کو دبانے سے درد سے آرام ملتا ہے۔ابھار کو دبا کر یوں محسوس ہونے لگتا ہے کہ سارا سر ہلکا ہو گیا ہے اور کبھی درد ہوا ہی نہیں تھا۔دونوں کندھوں کے درمیان اور اس کے آس پاس (پشت میں) پٹھوں میں درد ہوتا ہے۔یہ درد کرسی پر ٹیک لگاتے وقت،رات کو کروٹ بدلتے وقت یا سر کو آگے کی جانب جھکاتے وقت محسوس ہوتا ہے۔

جواب: ایک سوتی رومال پر

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِo

رَضَيْنَا بِالْهَقَيْنَافَاتُوْبُرْهَانَ اَلَفَ مَرَّة

پڑھ کر پھونک ماریں اور گرہ لگادیں۔یہ رومال سر میں اس طرح باندھیں کہ گرہ کنپٹی کے اوپر آجائے۔رات کو سونے سے پہلے چند منٹ کے لئے کھول دیں اور پھر باندھ لیں۔90 دن تک۔

# سمجھ بوجھ سے کام لیں

سوال: نامراد زندگی کے اکھڑے سانوں کے ساتھ ایک بے ربط تحریر آپ کے گوش گزار کر رہا ہوں۔ میں ایک مذہبی گھرانے سے تعلق رکھتا ہوں۔ حافظ قرآن ہوں۔ کئی وظیفے بھی پڑھے۔ آنسوؤں کا دریا بھی رواں ہے۔ مگر گناہوں کی دلدل میں دھنستا ہی چلا گیا۔ زندگی میں کوئی خوشی نہیں دیکھی۔ والدین ضعیف ہیں۔ ان کا کوئی ارمان اور خواہش پوری نہ کر سکا۔ دنیا میں دل نہیں لگتا۔ میں اپنی زندگی میں ناکامیاں اور مایوسیاں دیکھ دیکھ کر تنگ آ گیا ہوں۔ کیا میں یہ مذہب چھوڑ دوں جس سے سوائے غم کے کچھ حاصل نہ ہوا۔ اس مذہب نے مجھے کیا دیا ہے۔ صرف تکلیفیں۔ میں نے فیصلہ کیا ہے کہ ٹھیک دو ماہ بعد اپنا مسلک چھوڑ دوں گا۔ دو ماہ کی مدت اس لئے مقرر کی ہے کہ شاید میرے حالات درست ہو جائیں۔ شاید اس مدت میں خدا کو مجھ پر رحم آ جائے۔

جواب: خدا نے آپ کو کیا دیا ہے اور کیا نہیں دیا ہے۔ آپ مجھ سے زیادہ جانتے ہیں۔ اگر خدا آپ پر فرض کر دیتا کہ آپ رات دن میں جتنے سانس لیتے ہیں ان سب کا شمار کریں تو شاید یہ آپ ہر گز نہ کہتے کہ خدا نے میرے ساتھ کیا کیا ہے۔ آپ کے اندر کام کرنے والا نظام اس وقت کام آتا ہے جب آپ دن میں ایک ہزار نفل ادا کرتے، پانی کی پیاس ایک گلاس پینے سے نہیں بلکہ ایک مٹکا پینے سے بجھتی، نیند کے لئے ضروری ہوتا کہ آپ ایک گھنٹہ الٹے لٹکے رہتے۔ آپ کے لئے زمین اتنی سخت کر دی جاتی کہ آپ ایک قدم چلتے اور ہر قدم پر ٹھوکر کھا کر منہ کے بل گر پڑتے۔ اس وقت آپ کو پتہ چلتا کہ خدا نے آپ کے ساتھ کیا کیا ہے۔ خدا نے کتنی نعمتیں آپ کو بلا مشقت عطا کی ہیں جہاں تک مسلک چھوڑنے کا تعلق ہے۔ اگر ساری کائنات خدا کی خدائی سے منحرف ہو جائے تو اس کی خدائی میں کسی قسم کی کوئی کمی نہیں آئے گی۔ اگر پوری کائنات اس کی حمد و ثناء کرنے لگے تب خدا کی خدائی میں اضافہ نہیں ہو جائے گا۔ آپ جس مسلک کو بھی اختیار کریں گے۔ وہاں آپ کو واسطہ خدا ہی سے پڑے گا۔ اس سے کیا فرق پڑتا ہے کہ کوئی بندہ خدا کو خدا کہتا ہے، کوئی پرماتما کوئی ایل کہتا ہے۔ کوئی بھگوان اور کوئی گاڈ کہتا ہے۔ پانی کو پانی کہا جائے یا واٹر یا کسی اور نام سے پکارا جائے پانی، پانی ہی رہے گا۔ یہ جو ایک گروہ خدا کا منکر ہے وہ بھی یہ کہنے پر مجبور ہے کہ کائنات کا کنٹرول نیچر کے ہاتھ میں ہے۔

مسلک تبدیل کرنے سے آپ کا مسئلہ حل نہیں ہو گا سمجھ بوجھ سے کام لیں۔ آدمیوں کی طرح زندہ رہیں اور آدمیوں کی طرح زندگی کے مسائل حل کریں۔ انشاءاللہ کامیابی ہو گی۔ خدا آپ کا حامی و ناصر ہو۔

# شہوانی خیالات

سوال: آپ تمام کا سوال یہ ہے کہ گندے ماحول، غلط دوستوں کی روش، ناسمجھ زندگی، صنف نازک کا خیال، ذہن کی آلودگی وغیرہ وغیرہ کے سبب شہوانی خیالات کا شکار ہیں اور نجات کا ذریعہ چاہئے۔

جواب: آپ تمام نوجوان ہر وقت باوضو رہنے کی کوشش کریں۔ پانچوں وقت کی نماز باجماعت ادا کریں۔ فارغ اوقات میں کثرت سے یاحی یاقیوم کا ورد کریں۔ اللہ کی مخلوق کی خدمت کو اپنا شعار بنائیں۔ علاج کے طور پر روزانہ آدھا کلو شام میٹھی کچی لوکی کھائیں۔ لوکی کھانے کی مدت لگاتار چالیس دن ہے۔

# شہد

سوال: آپ نے شہزاد حسین کے لئے جو علاج تجویز کیا ہے اس کے متعلق یہ عرض کرتا ہوں۔ (۱) نمک کس طرح بند کیا جائے۔ کیا کسی صورت میں بھی نمک کا ایک ذرہ معدہ میں نہ جانے پائے۔ وہ تو صبح کے وقت ناشتہ میں بھی نمکین بسکٹ استعمال کرتا ہے۔ (۲) سر پر روغن کا استعمال کس طرح کیا جائے۔ وہ نہ تو گھر میں کسی سے بات کرتا ہے اور نہ کسی کے ہاتھ سے دیا ہوا کھانا کھاتا ہے۔ کھانا خود نکال کے لے جاتا ہے۔ وہ بھی دل چاہتا ہے تو کھا لیتا ہے ورنہ ناغہ کر دیتا ہے۔

عرصہ تین ماہ سے سر کے بال بھی نہیں کٹوائے ہیں۔ تمام لوگوں نے کہا۔ مگر کہتا ہے کٹوالوں گا اور جب زیادہ بات کی جائے تو کہتا ہے مجھے پڑھنے دیں۔ میرا دماغ نہ کھائیں۔ یہ اسی کے الفاظ ہیں۔(۳) شہد کا استعمال کس طرح کرایا جائے۔ وہ تو کسی کے ہاتھ کی کوئی چیز استعمال نہیں کرتا۔ تمام دن پانی بھی نہیں پیتا ہے۔ کھانا کھانے کے وقت ایک آدھ گلاس پانی پی لیتا ہے۔ کیا شہد روٹی پر لگا کر یا کھانے کے پانی میں ملا کر دیا جاسکتا ہے۔

اب مزید طبیعت آپ کی خدمت میں پیش کرتا ہوں۔(1) شہزاد حسین سوتے میں ہاتھ کی دونوں مٹھی باندھ لیتا ہے۔ اس کے علاوہ بھی ایسا ہی کرتا ہے۔(2) مغرب سے لے کر رات گیارہ یا بارہ بجے تک چھت پر کھلی جگہ میں سوتا ہے۔ ایک موٹی چادر اس طرح اوڑھتا ہے کہ جسم کا کچھ حصہ کھلا رہے۔ تکیہ قطعی استعمال نہیں کرتا ہے۔ سر کبھی بستر اور کبھی زمین پر رکھتا ہے۔(3) اذان مغرب اور عشاء کے ہونے پر خاموش رہتا ہے۔ مغرب کی اذان جب ہوتی ہے تو یہ دیکھا گیا ہے کہ کھڑا ہو جاتا ہے۔ ہاتھ نیچے گرا لیتا ہے اور سیدھا کھڑا ہوتا ہے۔ بعض مرتبہ دونوں ہاتھ جوڑتا ہے۔ پھر جھک جاتا ہے اور سجدہ کرتا ہے۔ اذان عشاء کے وقت بیٹھ کر سلام پھیرنے کی حالت ہوتی ہے اور سجدہ کرتا ہے۔(4) گھر سے کسی جگہ نہیں جاتا ہے گھر میں یا ڈرائنگ روم یا چھت پر ہوتا ہے اور کہیں نہیں۔

اب آپ سے یہ بھی دریافت کرنا چاہتا ہوں............(۱) آیا آپ کے تجویز کردہ علاج کے ساتھ ہومیو پیتھک دوا (علاج) یا ایلو پیتھک علاج بھی کیا جاسکتا ہے۔ دس بارہ روز سے ہومیو پیتھک علاج ہو رہا ہے۔ دوا پوڈر کی شکل میں ہوتی ہے۔ جو دو وقت کھانا کھانے کے وقت ایک یا دو گلاس پانی میں شامل کر کے ایک پلاسٹک کی بوتل میں ہوتی ہے۔ ویسے تو دوا کھانے کا سوال ہی نہیں پیدا ہوتا ہے۔ کہتا ہے میں کوئی بیمار ہوں جو دوا کھاؤں اور ڈاکٹر کو دکھاؤں۔ کئی مرتبہ ڈاکٹر گھر پر آئے مگر اٹھ کر چلا گیا۔ بات بھی نہیں کی۔ ہمیشہ تیز چلتا ہے۔ زینہ سے بھی تیزی سے چڑھتا ہے اور اترتا ہے۔ شام کو مغرب کے بعد جب لیٹتا ہے تو کئی مرتبہ تھوکتا ہے۔

جواب: السلام علیکم ! مندرجہ ذیل علاج دلجمی کے ساتھ کیا جائے۔ انشاء اللہ شفا ہو گی۔

1۔ کم سے کم 31 دن تک نمک اس طرح بند کر دیا جائے کہ کسی بھی صورت نمک کا ایک ذرہ بھی معدہ میں نہ جانے پائے۔ اس مدت کے بعد بھی پسا ہوا لاہوری نمک چوتھائی مقدار سے استعمال کیا جائے۔ بازار کے پسے ہوئے نمک سے مکمل پرہیز کرنا ضروری ہے۔

2۔ جس قدر ممکن ہو میٹھی غذاؤں کا استعمال زیادہ سے زیادہ کیا جائے۔

3۔ سر پر روغن گلو سبز یا روغن کدو اور روغن کاہو ہم وزن ملا کر بالوں کی جڑوں میں لگا کر دس منٹ تک انگلیوں سے مالش کی جائے۔

4۔ صبح، دوپہر اور رات، ناشتہ اور دونوں وقت کھانے کے بعد خالص شہد ایک ایک چمچہ لے کر یا شہد کو پانی میں گھول کر تین بار بسم اللہ الرحمن الرحیم الرضاعت عمانویل پڑھ کر دم کر کے کھلایا یا پلایا جائے۔ یہ علاج مکمل افاقہ ہونے تک جاری رکھا جائے۔

5۔ ہر جمعرات کو دو یا پانچ روپے خیرات کیے جائیں۔ انڈہ، کھٹاس اور فرج میں رکھے کھانوں سے پرہیز کیا جائے۔ نمک کی مقدار جس قدر کم کی جاسکتی ہے کم کر دیں۔ شہد روٹی کے ساتھ کھلا دیں۔

روحانی علاج کے ساتھ کسی بھی قسم کا علاج چاہے وہ ہومیو پیتھی ہو یا ایلو پیتھی ہو کرایا جاسکتا ہے۔

## شمال رخ

سوال: میں ایک دواساز ادارے میں ریجنل منیجر کے عہدے پر گزشتہ 13 سال سے کام کر رہا ہوں اور اپنی صلاحیت کے اعتبار سے بہت کام کر رہا ہوں۔ ابتدائی سالوں میں انعامات بھی لیتا رہا اور اپنی صلاحیت کو مزید بہتر بنانے کی کوشش کرتا رہا ہوں۔ لیکن کمپنی کی کمزور پالیسیوں اور ملکی حالات میں اتار چڑھاؤ کی وجہ سے میری کارکردگی اعداد کی صورت میں زیادہ اچھی نہ رہی۔

طبیعت خوشامد سے ہمیشہ متنفر رہی۔فقط ذاتی محنت اور اللہ تعالیٰ کے بھروسے پر کام کیا۔جب تک کارکردگی اچھی رہی وقت اچھا گزرا۔جب اس میں کمی ہوئی تو افسران نے آنکھیں بدل لیں۔لب ولہجہ اور سلوک تبدیل ہوگیا۔زندگی کے 13 قیمتی سال گزارنے پر بے رخی انعام میں ملی۔بہرحال اس میں آہ وفغاں کرنے کی بجائے کمپنی چھوڑ دینے کا فیصلہ کیا ہے تاکہ کمپنی کسی اچھے ملازم کو میری جگہ لے آئے اور کمپنی کے منافع میں اضافہ ہو۔اب صورت حال یہ ہے کہ گزشتہ سال سے کوشش کررہا ہوں کہ کہیں اچھی جگہ ملازمت مل جائے۔کوئی کاروبار کرلوں اور باعزت طور پر موجودہ ملازمت چھوڑ دوں۔

گزشتہ ڈیڑھ سال سے عارضہ قلب میں مبتلا ہوں۔آپ سے عاجزانہ درخواست ہے کہ میرے حق میں دعا فرمائیں کہ باعزت روزی کا مسئلہ حل ہو جائے۔

جواب: چلتے پھرتے وضو بغیر وضو یاحی یا قیوم کا ورد کریں۔صبح سورج نکلنے سے پہلے (فجر کی نماز کے بعد) شمال رخ دعا کی طرح ہاتھ باندھ کر کھڑے ہو جائیں۔ایک مرتبہ سورہ اخلاص پڑھ کر ہاتھوں پر دم کریں۔تین بار دونوں ہاتھ چہرہ پر پھیر لیں پھر دوسری مرتبہ دعا کی طرح ہاتھ باندھ لیں۔ایک بار سورہ اخلاص پڑھ کر ہاتھوں پر دم کریں اور دونوں ہاتھ تین بار چہرہ پر پھیر لیں۔اسی طرح تیسری مرتبہ کریں۔یہ عمل بلاناغہ چالیس دن تک کریں۔سورج نکلنے کے بعد یہ عمل نہ کریں۔انشاءاللہ کام بن جائے گا۔

## شوہروں کی تربیت

سوال: میرا ایک ہی بیٹا ہے۔میری زندگی کا دارومدار اسی پر ہے کیونکہ جب یہ دو ماہ کا تھا تو اسی وقت مجھے طلاق ہوگئی تھی۔اب یہ 12 سال کا ہے۔مگر اس کا حال یہ ہے کہ بےانتہا ضدی ہے۔ماں کو ماں نہیں سمجھتا اپنی مرضی چلاتا ہے۔کسی کی اس کے دل میں عزت نہیں ہے۔ہر وقت ہر کسی سے ناراض رہتا ہے۔ہر وقت باہر رہتا ہے۔میں نوکری کرتی ہوں اور سارا دن گھر سے باہر رہتی ہوں۔میں روحانی علاج والا وظیفہ اس لئے نہیں کرسکتی کہ وہ رات کو ڈیڑھ بجے سوتا ہے۔

جواب: صبح فجر کی اذان کے وقت سرہانے کھڑی ہو کر ایک مرتبہ سورہ کوثر پڑھ دیا کریں۔رات کو سوتے وقت کمرہ میں سبز بلب روشن رکھیں۔روحانی ڈائجسٹ پڑھوایا کریں۔بچوں،لڑکوں،لڑکیوں،شوہروں اور بیویوں کی اس رسالہ کے پڑھنے سے تربیت ہو جاتی ہے۔ماشاءاللہ کتنے ہی نالائق بچے والدین کے لئے سعادت مند بن گئے ہیں۔تعلیم کا شوق ان کے اندر پیدا ہو گیا ہے۔

## شک

سوال: میں بہت پریشان ہوں۔مجھے شک ہے کہ میری بیوی کسی اور میں دلچسپی لے رہی ہے۔پہلے ہم دونوں میاں بیوی میں بہت پیار اور اتفاق تھا مگر آج کل ہم دونوں میں لڑائی ہوتی ہے۔میری سمجھ میں نہیں آتا کہ کیا کروں۔اس صورت حال کی وجہ سے میرا روزگار بھی صحیح نہیں چل رہا ہے۔

جواب: آدھی رات گزرنے کے بعد دو رکعت نفل پڑھ کر ایک سو مرتبہ بِسۡمِ اللّٰہِ الۡوَاسِعُ جَلَّ جَلَالُہٗ پڑھ کر بستر میں چلے جائیں۔آنکھیں بند کرکے اپنی بیوی کا تصور کرتے کرتے سو جائیں۔عمل کی مدت 90 دن ہے۔

## صراط مستقیم

سوال: آج میں بھی اپنا مسئلہ پیش کر رہا ہوں، لکھتے ہوئے بہت شرم محسوس ہو رہی ہے مگر کیا کروں میں بہت پریشان ہوں۔ مسئلہ یہ ہے کہ کچھ عرصہ پہلے میرے چند دوست مجھے اپنے گھر لے گئے۔ وہاں انہوں نے مجھے وی سی آر پر فحش فلمیں دکھائیں۔ اس کے بعد میں ایک گندی عادت میں مبتلا ہو گیا ہوں۔ میں ایک طالب علم ہوں اور اکثر کالج میں کھیل تفریح میں حصہ نہیں لے سکتا۔ ندامت ہوتی ہے۔ مہربانی فرما کر کوئی علاج بتائیں تاکہ میں جلد از جلد اس عادت سے چھٹکارا حاصل کر لوں۔

جواب: ہر وقت باوضو رہیں اور کثرت سے یاحی یاقیوم پڑھیں۔ رات کو 100 بار کلمہ شہادت پڑھ کر پندرہ منٹ تک سبز روشنی کا مراقبہ کریں۔ روحانی ڈائجسٹ کے مضامین کا غور سے مطالعہ کیا کریں۔ اللہ کے کرم سے بہت نوجوان روحانی ڈائجسٹ پڑھ کر صراط مستقیم پر گامزن ہو گئے ہیں۔

## عصر کے بعد

سوال: میں آپ کے کالموں کا مطالعہ ضرور کرتا ہوں۔ اور جس طرح آپ لوگوں کا روحانی علاج کرتے ہیں۔ میں اس کو روحانی طریقے سے ہی محسوس کرتا ہوں اور ظاہر ہے کہ اس سے مجھے سکون ہوتا ہے۔ لیکن عرصہ تین سال سے میرے ساتھ بھی ایک مسئلہ ہو گیا ہے۔ جس کی تفصیل میں آپ کو لکھ رہا ہوں۔ امید ہے کہ آپ مجھے میرے مسئلہ کا روحانی اور شافی علاج جلد ارسال فرمائیں گے۔ واضح رہے کہ میں اس عرصے میں ایلوپیتھک، ہومیوپیتھک، یونانی حکیمی اور مقامی طور پر روحانی علاج کرواتا رہا ہوں لیکن میں کوئی خاطر خواہ فائدہ حاصل نہیں کر سکا ہوں جبکہ میں نماز بھی باقاعدگی سے پڑھتا ہوں۔ بہر حال اللہ جو کرتے ہیں بہتر کرتے ہیں۔ میرا مسئلہ مندرجہ ذیل ہے۔ صبح جب بھی میں بیدار ہوتا ہوں مجھے ایسا محسوس ہوتا ہے کہ جیسے میرے جسم میں کوئی شئے داخل ہو گئی ہے اور اس کے بعد میرا پورا جسم سن ہو جاتا ہے۔ کبھی چکر آتے ہیں اور چکر بھی ایسے ہیں کہ میں معلق ہو گیا ہوں اور میرا قد جیسے کبھی بڑھ رہا ہے اور کبھی گھٹ رہا ہے۔ کاندھوں اور گردن میں مسلسل درد رہتا ہے اور کبھی پسلیوں اور سینے میں دائیں اور بائیں درد شروع ہو جاتا ہے۔ سر، ناک کان سن ہو جاتے ہیں۔ کوئی پاس سے گزرے تو لگتا ہے کہ وہ بھاگ رہا ہے۔ حالانکہ ایسا نہیں ہوتا۔ اس کیفیت میں رفع حاجت میں اضافہ ہو جاتا ہے اور کام کرنے کو جی نہیں چاہتا۔ ذہن پر خوف زیادہ رہتا ہے۔ کسی بری خبر سے ڈر لگتا ہے۔ بارش کے موسم اور اگر موسم خوشگوار ہو جائے تو طبیعت زیادہ خراب ہوتی ہے۔ بلب کی روشنی کبھی کم اور کبھی زیادہ تیز ہو جاتی ہے اور پورا جسم لرزنے لگتا ہے اور زمین جیسے پیروں سے نکل جاتی ہے۔ کبھی جوڑوں میں درد ہوتا ہے اور ناخنوں اور ہاتھوں پیروں میں ٹیس سی اٹھتی ہے۔ کبھی دم گھٹنے لگتا ہے۔ گھبراہٹ ہوتی ہے کبھی نیند بھی نہیں آتی اور صبح ہو جاتی ہے اور خاص بات یہ کہ ان تمام کیفیات میں عصر کے وقت سے لے کر عشاء تک اضافہ ہو جاتا ہے۔ جبکہ سوتے وقت نیند آنے کے بعد یہ تمام کیفیات ختم ہو جاتی ہیں۔ شادی شدہ ہوں اور دو بچوں کا باپ ہوں کوئی معاشی پریشانی نہیں ہے۔ بہر حال آپ سے التماس ہے کہ میرے لئے جلد کوئی علاج تجویز کریں۔

جواب: کھانوں میں نمک کم سے کم کر دیں۔ چکنائی اور کھٹاس سے پرہیز کریں۔ تین وقت ایک ایک چمچہ شہد کے اوپر بسم اللہ الرحمٰن الرحیم یاحفیظ تین بار پڑھ کر دم کر کے کھائیں۔

# عجوہ کھجور

سوال: روحانی ڈائجسٹ میں روحانی ڈاک کے ذریعے سینکڑوں لوگوں کے لئے علاج تجویز کر کے دکھی انسانیت کی خدمت کی جارہی ہے۔ میں بھی تاحیات آپ کو دعائیں دوں گا۔ میرے مسئلہ کا حل تجویز فرمادیں۔ میری عمر 15 سال ہے۔ بچپن ہی سے میری زبان سے صحیح الفاظ ادا نہیں ہوتے۔ زبان خم کھاجاتی ہے اور میں توتلا پن کا شکار ہوں۔ اگر میری زبان کا یہی حال رہا تو میں عمر بھر کے لئے احساس کمتری کا شکار ہو جاؤں گا۔ آپ میری مدد فرمائیں اور کوئی مؤثر نسخہ عنایت کریں۔ آپ کی دعاؤں کا زندگی بھر طالب رہوں گا۔

جواب: دو عمدہ قسم کی کھجوریں، عجوہ کھجوریں مل جائیں تو بہت اچھا ہے۔ شام کو دودھ میں پکائیں۔ رات کو کھلے آسمان کے نیچے رکھ دیں۔ صبح چھوارے کھا کر اوپر سے دودھ پی لیں۔

چھوارے کھانے سے پہلے دودھ کو اچھی طرح جوش دے لیں۔

سوتے وقت قد آدم آئینہ کے سامنے کھڑے ہو کر سورہ مریم کی آیت الگ الگ حروف کے ساتھ پڑھیں۔ پڑھتے وقت آئینہ میں اپنا عکس دیکھتے رہیں۔ سورہ مریم کی پہلی آیت 41 مرتبہ پڑھنی ہے۔ آیت مسجد کے پیش امام صاحب سے معلوم کر لیں۔ یہ عمل ہر شخص کر سکتا ہے۔

# فجر کی چالیس نمازیں

سوال: میرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھ سے اگر کوئی نماز نہ پڑھی جائے تو میرا دل یہ کہتا ہے کہ اب میں کوئی نماز نہیں پڑھوں گا اور نہ ہی میں روزہ رکھوں گا۔ میں ہر وقت یہی سوچتا رہتا ہوں۔ اللہ کے فضل و کرم سے میں روزے رکھتا ہوں اور نماز بھی باجماعت ادا کرتا ہوں۔ براہ مہربانی کوئی ایسا حل بتائیے جس سے یہ ذہنی الجھن ختم ہو جائے۔

جواب: چالیس دن فجر کی چالیس نمازیں باجماعت ادا کریں اور نماز کے بعد 100 بار اَللّٰهُ لَاۤ اِلٰهَ اِلَّا هُوَالْحَیُّ الْقَیُّوْمُ لَاتَاْخُذُهٗ سِنَةٌ وَّلَانَوْمٌ پڑھ کر آنکھیں بند کر کے تصور کریں کہ مجھے اللہ دیکھ رہا ہے۔ روزانہ دس منٹ تک۔

# فضل و کرم

سوال: جناب میں ایک بہت ہی گناہ گار اور بدنصیب انسان ہوں۔ آغاز جوانی میں ہی تباہ و برباد ہو گیا ہوں۔ کمزوری بے حد ہو گئی ہے اور سب سے زیادہ فکر جو مجھے اندر ہی اندر کھائے جارہی ہے وہ یہ ہے کہ میں اب شادی کے قابل نہیں رہا۔ جسمانی طور پر بھی ختم ہو کر رہ گیا ہوں۔ چلنے سے سانس پھولنے لگتی ہے۔ جسم سوکھ کر کانٹا ہو گیا ہے۔ جسم پر کھال اور ہڈیوں کے سوا کچھ بھی نہیں بچا۔ گال پچک گئے ہیں۔ دل و دماغ پر ہر وقت بوجھ اور بھاری پن رہتا ہے جو بھی کھاتا ہوں وہ جسم کو نہیں لگتا۔ پیشاب کرنے کے بعد طبیعت اور خراب ہو جاتی ہے۔ دل کے پاس ہر وقت ہلکا ہلکا درد رہتا ہے۔ یار دوست، رشتہ دار پوچھتے ہیں تمہیں کیا ہو گیا ہے۔ طرح طرح کے سوالات کرتے ہیں۔ میں لوگوں کی باتیں سن سن کر تنگ آ گیا ہوں۔ میرا دل ہر وقت خون کے آنسو روتا ہے۔

عظیمی صاحب! آپ کو خدا اور رسول ﷺ کا واسطہ میری حالت پر رحم کھایئے۔ مجھے کوئی ایسا علاج بتایئے کہ ٹھیک ہو جاؤں۔ ہر وقت خودکشی کا خیال آتا رہتا ہے۔ میں اندر سے ٹوٹ پھوٹ چکا ہوں۔ آپ کے جواب کا میں بے چینی سے انتظار کر رہا ہوں۔ براہ کرم جلد از جلد روحانی ڈائجسٹ میں میرے خط کا جواب شائع کر دیں

جواب: روزانہ آدھا کلو لوکی چھیل کر کھائیں اور رات کو 100 بار کلمہ شہادت پڑھ کر آنکھیں بند کر کے سبز روشنیوں کا مراقبہ کریں۔ گرم چیزوں اور ثقیل کھانوں سے پرہیز کریں۔ 2 ماہ تک پرہیز کے ساتھ علاج کریں۔ اللہ تعالیٰ کا فضل ہو جائے گا۔ انشاءاللہ

## فرض شناس

سوال: ہمارا بیٹا جس کی عمر تیس سال ہے تعلیم کے بعد اللہ نے اچھی نوکری دی لیکن نوکری میں اس کا دل نہیں لگتا۔ کام پر جانا بوجھ سمجھتا ہے۔ ذہنی طور پر غیر مستقل مزاجی کا شکار ہے۔ ہماری ہزاروں کوششوں کے باوجود اس کے رویے میں کوئی فرق نہیں آیا۔ بھائی بہنوں کا بڑا بھائی ہے۔ کہیں اس کے منفی رویے سے باقی بچوں پر اثر نہ پڑے۔ کوئی روحانی عمل بتادیں تاکہ وہ ایک فرض شناس اور قابل آدمی بن جائے۔

جواب: جب آپ کا بیٹا رات کو گہری نیند سو جائے تو اس کے سرہانے کھڑے ہو کر سو مرتبہ **وَلَاحَوْلَ وَلَاقُوَّةَ لَااِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ الْمُهَيْمِنُ الْعَزِيْزُ الْجَبَّارُ الْمُتَكَبِّرُ** پڑھ کر دعا کریں۔ عمل کی مدت اکیس دن ہے۔ ہر جمعرات کو سوا پانچ روپے خیرات کر دیں۔

## فلم

سوال: اپنے آپ سے باتیں کرنے کی بیماری روز بروز شدید تر ہوتی جا رہی ہے۔ خیالات کی فلم اتنی گہری ہو جاتی ہے کہ میں اس کا حصہ بن جاتا ہوں اور جو کچھ دیکھتا ہوں یا جو باتیں خیالات میں کرتا ہوں وہ زبان پر جاری ہو جاتی ہیں۔ کبھی یہ دیکھتا ہوں کہ بہت بڑا کھلاڑی بن گیا ہوں، کبھی دیکھتا ہوں کہ بہت بڑا گلوکار بن گیا ہوں۔ بس میں سفر کرتے ہوئے اپنے آپ سے باتیں کرتا رہتا ہوں۔

جواب: صبح سویرے اور سونے سے پہلے ایک مرتبہ **اَللّٰهُ لَااِلٰهَ اِلَّا هُوَالْحَيُّ الْقَيُّوْمُ** پڑھ کر ہاتھوں پر دم کریں اور ہاتھ چہرے پر پھیر لیں۔ اس عمل کو نوے دن کرنا ہے۔ اس عمل کے ساتھ ساتھ صبح سورج نکلنے سے پہلے کچی زمین یا گھاس پر کھڑے ہو کر آہستہ آہستہ سانس اندر لیں اور روکے بغیر آہستگی سے باہر نکال دیں۔ اس مشق کو گیارہ مرتبہ کریں۔ یہ علاج تین ماہ تک کریں۔

## قلندر بابا اولیاءؒ کی 27 ویں

سوال: گھر میں عرصہ 2 سال سے بڑی پریشانی ہے۔ میرے میاں جو بھی کاروبار کرتے ہیں اس میں برکت نہیں ہوتی۔ اب حالت یہ ہے کہ اکثر اوقات گھر میں کھانے کے لئے کچھ نہیں ہوتا۔ میں بھی قلندر بابا اولیاءؒ سے محبت کرتی ہوں۔ میرے مسئلہ کا حل بتائیں۔

جواب: چلتے پھرتے کثرت سے یاحی یاقیوم کا ورد کریں۔ چار ماہ تک انگریزی مہینے کی ہر 27 ویں کو حضور قلندر بابا اولیاءؒ کی فاتحہ کرائیں۔ حسب استطاعت جو بھی پکائیں۔ سورۃ فاتحہ اور چاروں قل پڑھ کر ایصال ثواب کر دیں۔ انشاءاللہ پریشانیوں، غیر محفوظ حالات اور بیماریوں سے نجات مل جائے گی۔ گھر میں فضا پر سکون ہو جائے گی۔ اس عمل سے رزق میں برکت اور آپس میں محبت و اخوت میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ حضور پاک صلی اللہ علیہ وسلم کا فرمان ہے، اللہ کے بندے ایسے ہوتے ہیں کہ اللہ ان کی وجہ سے بارش برساتا ہے اور زمین میں کھیتی اگتی ہے۔ قلندر بابا اولیاءؒ انہی بزرگوں میں سے ایک بزرگ ہیں۔

## قدرت کا تماشہ

سوال: میرے بڑے بھائی پڑھے لکھے بارو زگار اور مکمل طور پر ہوشمند ہیں مگر ہم گھر کے تمام افراد ان کی طبیعت سے نالاں رہتے ہیں۔ شروع ہی سے ان کی عادت بہت سخت گیر غصہ والی اور کوئی بات نہ ماننے والی ہے۔ بہن بھائیوں امی ابا جان کو بھی جھڑک دیتے ہیں اور اول فول بکتے ہیں۔ جب تک گھر میں رہتے ہیں کسی کی مجال نہیں کہ ان کی طبیعت کے خلاف کوئی بات یا کوئی کام ہو جائے۔ حکمران کی طرح بیٹھے رہتے ہیں۔ کسی کام میں رائے دینا مقصود ہو تو رائے دے کر مصر رہتے ہیں کہ ان ہی کی مرضی کا سارا کام ہو۔

ماں باپ کو ان سے کوئی بات کرنی ہو تو ایسا ہے جیسا اپنے بیٹے سے نہیں کسی حکمران سے بات کریں گے۔ عظیمی صاحب! آپ ہی بتائیں ہم شکستہ دل لوگ بھائی کے اس رویہ پر کس کو دکھڑا سنائیں۔ آپ کوئی ایسا روحانی عمل بتائیں جو ہماری تمام مجبوریوں کے باوجود قابل عمل ہو۔ ہم بے کس آپ کو دعا دیں گے۔

جواب: آپ دو کام کریں۔ پہلا یہ کہ کسی باریک موی کاغذ پر سیاہ روشنائی سے

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

بَلْ هُوَ قُرْآنٌ مَّجِيْدٌ فِيْ لَوْحٍ مَحْفُوْظٌ

لکھ کر اس تکیہ میں سی دیں جو آپ کے بھائی استعمال کرتے ہیں۔ احتیاط رہے گھر کا کوئی دوسرا فرد اس تکیہ کو استعمال نہ کرے۔ تعویذ کے دو روپے خیرات کر دیں۔ دوسرا کام یہ کریں کہ 10x12 انچ کا بھائی کا ایک فوٹو بنوا کر فریم کروالیں اور گھر میں کسی محفوظ جگہ اس تصویر کو الٹا لٹکا دیں یعنی سر نیچے اور دھڑ اوپر۔ پھر قدرت کا تماشہ دیکھیں۔ آپ کے بھائی کا دماغ بالکل درست ہو جائے گا۔

## قوت ارادی

سوال: میں شدید ذہنی اذیت میں مبتلا ہوں۔ آپ کو خدا اور رسول ﷺ کا واسطہ آپ براہ مہربانی میری زندگی کی اس ناکامی کو ختم کریں۔ مایوسی بڑھتی جا رہی ہے ہر شخص میرے ساتھ برائی کرتا ہے اور حسد کرتا ہے۔ میں نے ایک عامل سے حساب کتاب بذریعہ علم نجوم کروایا تھا۔ اس نے بتایا کہ میرے ہر کام میں رکاوٹ ڈالی گئی ہے اور مجھ پر سحر یا بندش وغیرہ کی گئی ہے۔ آپ دیکھیں کہ آیا کہ یہ بات درست ہے اور کیا مجھ پر عمل کیا گیا ہے۔ جس کی وجہ سے مجھے ناکامی کا منہ دیکھنا پڑتا ہے۔

جواب: نجومی صاحب نے جو کچھ بتایا ہے یہ کہ آپ کے اندر قوت ارادی کمزور ہے۔ آپ کسی ایک کام کو مستقل بنیاد پر نہیں کرتے۔ کثرت سے یا حی یا قیوم کا ورد کیا کریں۔ انشاءاللہ قوت ارادی (Will Power) میں اضافہ ہو گا اور خوب کامیابی ہو گی۔

## کیفِ خلقت

سوال: میں بے حد پریشان ہوں۔ بچپن سے میرا سینہ نوکیلا سا ابھرا ہوا ہے۔ اب میری عمر 15 سال ہے۔ میں باہر ہوا میں بہت کم جاتا ہوں کیونکہ جب ہوا میرے اوپر سے گزرتی ہے تو میری قبض پیچھے کو ہو جاتی ہے۔ جس سے میرا سینہ زیادہ ابھرا ہوا نظر آتا ہے۔ میں دبلا بھی بہت ہوں۔ دبلا ہونے کی وجہ سے اسکول میں لڑکے مجھے ہیرونچی کہتے ہیں۔ براہ کرم میرے لئے کوئی عمل تجویز فرمائیں۔

جواب: سیدھے لیٹ کر اَفَلَا یَنظُرُونَ اِلَی الْاِبِلِ کَیْفَ خُلِقَتْ پڑھتے پڑھتے سو جائیں۔ ہر جمعرات کو دو روپے خیرات کر دیا کریں۔

## کارٹون

سوال: میں اپنی شخصیت کی دو خامیوں کی وجہ سے پریشان ہوں۔ ایک بے تحاشہ موٹی ناک اور دوسری چھوٹی ٹانگیں۔ یہ دونوں خامیاں خاندانی ہیں کوئی آسان سا عمل بتا دیں کہ میری ناک کھڑی اور پتلی ہو جائے اور ٹانگیں لمبی ہو جائیں۔ ایسا لگتا ہے کہ کوئی کارٹون لڑھکتا ہوا چلا آ رہا ہے۔

جواب: روزانہ صبح اور رات زیتون کا تیل ہلکا سا ناک پر لگائیں۔ آنکھیں بند کر کے ہاتھ کے انگوٹھے اور شہادت کی انگلی سے اوپر سے نیچے کی طرف ہلکے ہاتھوں سے دس منٹ تک ناک کی مساج کریں اور ساتھ تصور کریں کہ آپ کی ناک پتلی اور لمبی ہوتی جا رہی ہے۔ اس عمل کی مدت چالیس دن ہے مگر اس دوران آئینہ ہر گز نہ دیکھیں۔ دوسرے مسئلہ کے حل کے لئے صبح و شام دس منٹ تک خالی پیٹ رسی کودیں۔

## کام میں دل نہ لگنا

سوال: میرا اپنا کاروبار ہے۔ رمضان سے پہلے ٹھیک تھا لیکن اس کے بعد میرے دل میں دہشت بیٹھ گئی ہے اور اب تو کام میں بھی دل نہیں لگتا۔ دل گھبراتا ہے دل میں کام کرنے کے خلاف نفرت پیدا ہو گئی ہے۔ ایسا عمل بتا دیں جس سے میرا کام میں دل لگے۔

جواب: ہر نماز کے بعد سو مرتبہ لَاحَوْلَ وَلَاقُوَّۃَ لَااِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ الْمُھَیْمِنُ الْعَزِیْزُ الْجَبَّارُ الْمُتَکَبِّرُ پڑھ کر دعا کریں۔ عمل کی مدت 21 اور زیادہ سے زیادہ 40 دن ہے۔

## کالا بکرا تین مرغے

سوال: ابو کی یہاں نوکری زیادہ اچھی نہ تھی۔ ایک دوست کے ذریعے میرے ابو جان سعودیہ چلے گئے۔ میرے ابو جان وہاں کام تو کافی کرتے ہیں لیکن سعودی لوگ تنخواہ جلدی نہیں دیتے، بہت تنگ کرتے ہیں۔ یہاں ابو جان ہمیں دو تین مہینے بعد کچھ رقم بھیج دیتے ہیں۔ دو مہینوں تک یہ خرچ ہو جاتے ہیں اور ہمیں پھر ادھار لینے پڑتے ہیں۔ اسی طرح ہوتا ہے۔ وہ لوگ میرے ابو جان کو پوری تنخواہ نہیں دیتے۔ میرے ابو جان نے لاکھوں کے حساب سے عربی سے روپے لینے ہیں۔ 10 سال ہو گئے ہیں ابو جان کو سعودیہ گئے ہوئے ابھی تک نہ مکان بنا ہے اور نہ ہی بیٹیوں کی شادی کی ہے۔ ایک عامل نے کچھ تعویذ دیئے تھے کہ انہیں جلا کر صاف جگہ پر راکھ کو پھینکیں یہ عمل بھی ہم نے کیا ہے اور ایک تعویذ لٹکانے کو دیا ہے جو کہ ہم نے اسٹور میں لٹکا دیا ہوا ہے۔ وہ کہہ رہے تھے کہ 15 دن تک میرے ابو جان کو سارے روپے بھی مل جائیں گے اور وہ واپس بھی آ جائیں گے۔ لیکن ابھی تک کچھ نہیں ہوا۔ دو مہینے ہونے کو ہیں۔ مہربانی فرما کر آپ یہ بھی بتائیں کہ تعویذ کو ہم سمندر میں بہا دیں۔ ایک اور عمل کہہ رہے تھے کہ کالا بکرا تین مرغے لاؤ صدقہ دینے کو اور ڈھائی ہزار روپے بھی دیں تو جادو کا توڑ ہو گا۔ ہم اتنا خرچہ کیسے برداشت کر سکتے ہیں۔

جواب: سعودیہ کے قانون کے مطابق چارہ جوئی کریں۔ آپ کا مسئلہ حل ہو جائے گا۔ ہر جگہ اچھے برے لوگ ہوتے ہیں اور برے لوگوں کے لئے ہی قانون بنایا جاتا ہے۔ سعودیہ میں قانون کے نفاذ پر بہت توجہ دی جاتی ہے۔ کامیابی کے لئے تہجد کے نفلوں کے بعد آپ کی والدہ صاحبہ 100 بار آیت کریمہ پڑھیں۔ انشاءاللہ کامیابی ہو گی۔

## کھانسی نزلہ کی شکایت رہتی ہے

سوال: خواجہ صاحب! میں بہت مجبور ہو کر آپ سے رجوع کر رہا ہوں۔ میری نظر کافی کمزور ہوتی جا رہی ہے۔ مجھے کھانسی نزلہ کی اکثر شکایت رہتی ہے اور میرے گلے میں ہمیشہ بلغم اٹکا رہتا ہے۔ کھانسی شروع میں خشک ہوتی ہے جس کے ساتھ سینے میں درد ہوتا ہے۔ بعد میں کھانسی تر ہو جاتی ہے اور درد ختم ہو جاتا ہے۔ بلغم کی تکلیف سارا سال رہتی ہے۔ کھانسی کی وجہ سے سانس مشکل ہو جاتا ہے۔ ہر موسم سرما میں میرے سارے جسم پر سوئیاں سی چبھتی ہیں۔ میں نے بہت سی ادویات استعمال کی ہیں جن سے وقتی طور پر آرام آ جاتا ہے۔ لیکن چند دنوں بعد پھر وہی تکلیف شروع ہو جاتی ہے۔ مہربانی فرما کر کوئی ایسا عمل بتائیں جس سے یہ بیماری دور ہو سکے۔ بیماری کی وجہ سے کوئی کام صحیح طور پر انجام نہیں دے سکتا۔

جواب: ٹونسلز کا علاج ہونا چاہئے۔ املتاس کوٹ کر قہوہ میں جوش کر کے چھان کر صبح اور رات غرارے کیا کریں۔

## کاروبار

سوال: میں متواتر چار سال سے انتہائی پریشان ہوں۔ ان چار سالوں میں تین لاکھ ساٹھ ہزار کا مقروض ہو چکا ہوں۔ مسلسل چھ چھ ماہ بیکاری میں گزر جاتے ہیں۔ جو کام بھی کرتا ہوں اس کام میں کچھ وقت تک فائدہ ہوتا ہے مگر یکلخت زبردست نقصان سے دوچار ہونا پڑتا ہے۔ اب میں بے جان سا ہو کر رہ گیا ہوں۔ حالت اتنی نازک ہو گئی ہے کہ بعض وقت ہمارے یہاں آٹا اور لکڑی تک نہیں ہوتے۔ جب بچوں کو پریشان دیکھتا ہوں تو دل چاہتا ہے کہ خودکشی کر لوں۔ قرض والے صبح سے شام تک دروازہ پیٹتے رہتے ہیں۔ ان لوگوں کے ہاتھ روزانہ ذلیل ہونا پڑتا ہے۔ میرے دوستوں، رشتہ داروں، بھائی بہنوں اور محلے والوں نے ہم سے تعلق ختم کر لیا ہے اور نفرت سے دیکھتے ہیں۔ یہاں تک کہ اب تو میری بیوی نے بھی روزانہ گھر میں جھگڑا شروع کر دیا ہے۔ ان لوگوں نے بھی منہ پھیر لیا ہے جو میری وجہ سے لکھ پتی بن چکے ہیں اور ہر وقت یہ کہتے نہ تھکتے تھے کہ ہم اگر کاروبار کریں گے تو صرف تمہارے ساتھ ہی کریں گے اور تم ہمارے گھر کے فرد ہو۔

میں جنوری 1988ء میں قلندر بابا اولیاءؒ کے عرس کے موقع پر حاضر ہوا تھا۔ دوبارہ بابا صاحبؒ کے عرس پر حاضر نہ ہوا۔ اس وقت میں سات بچوں کا باپ ہوں۔ لڑکے چھوٹے ہیں اور بچیاں بڑی ہیں۔ دعا کریں میں اپنے بچے اور بچیوں کی اچھی تربیت کر سکوں اور انہیں اعلیٰ تعلیم دلوا سکوں۔

جواب: کاروبار خراب ہونے کی اصل وجہ آپ کے اندر سستی ہے اور دوسری کمزوری یہ ہے کہ آپ چھلانگیں لگا کر اوپر جانا چاہتے ہیں جب کہ عقل یہ بتاتی ہے کہ اوپر سیڑھیاں چڑھ کر جانا آسان اور بے خطر ہے۔ حضور قلندر بابا اولیاءؒ کی عقیدت کا اظہار تو کرتے ہیں مگر تین سال تک آپ اتنا وقت نہیں نکال سکے کہ عرس کے موقع پر ہی حاضری دے دیتے۔

خیرات کا حال بھی یہ ہے کہ جب بھی آپ کچھ اللہ کے لئے نکالنا چاہتے ہیں قرض اور دوسری مجبوریاں سامنے آ جاتی ہیں۔ حالانکہ تمام پریشانیوں کے باوجود گھر کے اخراجات اللہ کے فضل و کرم سے پورے ہوتے ہیں۔ جن لوگوں کے لئے آپ نے سلوک کیا اس میں خلوص کم کاروبار زیادہ تھا۔ کاروبار نفع

ونقصان کا نام ہے۔ اگر مخلصانہ طرزوں میں اللہ کے لئے مساکین اور مستحق لوگوں کی خدمت کی جاتی تو یقیناً حالات اس کے برعکس ہوتے جو آج ہیں۔ کثرت سے یاحی یاقیوم کا ورد کیا کریں۔ اللہ تعالیٰ فضل کریں گے۔

# کوئی عامل نہیں چھوڑا

سوال: میری بیماری بخار سے شروع ہوئی۔ بھوک نہیں لگتی تھی۔ منہ کا مزہ خراب تھا۔ ڈاکٹر سے علاج کرایا تو بخار صحیح ہو گیا لیکن ایک ہفتہ بعد پھر بخار آ جاتا تھا اور پھر دوا کرانے پر ایک ہفتہ تک بخار نہیں آتا تھا۔ یہی سلسلہ پانچ چھ ماہ تک رہا۔ ڈاکٹر بتاتے تھے کہ تمہارے جسم میں خون نہیں بن رہا ہے۔ اس کے بعد ایکسرے کروایا۔ ایکسرے صحیح تھا۔ لیکن پیشاب میں البومن ضائع ہو رہا تھا۔ ڈاکٹر کے کہنے پر لیور اسکن کروایا تو معلوم ہوا کہ لیور میں ورم ہے۔ پھر اس کا علاج شروع ہوا۔ اس دوران بخار بھی رہا۔ بخار کا کوئی وقت نہیں ہے کبھی دوپہر کو آ جاتا ہے کبھی رات کو اور کبھی صبح کو آ جاتا ہے اور کبھی نہیں بھی رہتا ہے۔ دونوں ہاتھوں اور پیروں میں شدید درد تھا۔ درد جوڑ میں نہیں ہوتا تھا بلکہ جوڑ کے اوپر نیچے گوشت میں درد ہوتا تھا۔ گلے میں جلن ہوتی، کھٹی ڈکاریں آتی تھیں۔ زبان اور منہ کے اندر جیسے چونے سے کٹ جاتا ہے ایسا محسوس ہوتا تھا پیٹ پھولا ہوا تھا اور اس میں گیس اور درد پیدا ہوتا تھا۔ کمزوری بہت زیادہ ہے۔ چلنے سے دونوں پیروں میں سوجن ہو جاتی تھی۔ الٹرا ساؤنڈ سینے سے لے کر پیٹ تک ہوا جس سے معلوم ہوا کہ جگر میں زخم ہو گیا ہے۔ جس کا سائز 0.35.4x ہے۔ تلی میں ورم، گردے میں ورم، معدے میں ورم۔ ان سب بیماریوں کا پتہ چلا۔ تین اسپیشلسٹ ڈاکٹروں کو دکھا چکا ہوں۔ کئی جگہوں سے علاج کرا چکا ہوں۔ کہیں سے افاقہ نہیں ہوا۔ جناح ہسپتال اور آغا خان ہسپتال میں بھی داخل رہ چکا ہوں۔ تمام چھوٹے بڑے مولانا، مولوی، کالا علم جاننے والے اور سفلی والوں کو بھی دکھایا۔

سب کو نذرانے بھی دیئے لیکن ان سے بھی کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ اب ہرے، سفید اور لال رنگ کے دست آ رہے ہیں۔ گردن اگر جھک رہی ہے تو جھکتی جا رہی ہے۔ روکنے کی طاقت نہیں ہے اور اوپر اٹھاؤ تو اوپر ہی رہتی ہے۔ پیشاب بہت کم آ رہا ہے یعنی زور لگانے سے تھوڑا پیشاب آتا ہے۔ لیٹ کر اٹھنے سے یا بیٹھ کر اٹھنے سے سر میں چکر آتے ہیں۔ کھانا بالکل نہیں کھایا جاتا۔ پیاس بہت زیادہ لگتی ہے۔

جواب: صبح و شام نیلی شعاعوں کا پانی کھانے سے پہلے زرد شعاعوں کا پانی ناشتہ کے بعد اور سوتے وقت سبز شعاعوں کا پانی 2,2 اونس پئیں۔ مرہم زردہ پیٹ کے اوپر ناف کے چاروں طرف دائروں میں ہلکے ہاتھ سے مالش کریں۔ اس علاج کے ساتھ دوسرا علاج بھی کیا جا سکتا ہے۔

# کمر میں درد کا علاج

سوال: جناب خواجہ صاحب! السلام علیکم

میری ریڑھ کی ہڈی یعنی کمر میں شدید درد ہے۔ ڈاکٹری اور حکیمی بہت علاج کرایا مگر کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ ڈاکٹروں کے کہنے پر ایکسرے بھی نکلوائے۔ سب ٹھیک ہیں۔ بہت علاج کرانے کے بعد بھی فائدہ نہیں ہوا۔ درد کو تقریباً 14 مہینے ہو گئے ہیں۔ اب آپ ہی میری مدد کریں تاکہ میری مشکل حل ہو جائے۔ آپ کا زندگی بھر شکر گزار رہوں گا۔

جواب: وعلیکم السلام ورحمتہ اللہ!

نیلی شعاعوں کا تیل کمر میں درد کی جگہ دائروں میں مالش کریں۔ رات کو یا دن میں ایک مرتبہ کتاب ''روحانی علاج'' میں سے گدی اور کمر میں درد کا علاج دو عدد پلیٹوں پر زعفران اور عرق گلاب سے لکھ کر صبح شام دھو کر پئیں۔ ہر جمعرات کو دو روپے خیرات کر دیا کریں۔

## کشش

سوال: میں ایک اعلیٰ تعلیم یافتہ، اسلامی ذہن رکھنے والا خوبرو جوان ہوں۔ شادی شدہ اور بچوں والا ہوں میں ایک مکمل مرد ہوں۔ مجھے دیکھ کر کوئی بھی میری چال ڈھال، بول چال اور کام کاج میں مردانگی پر شک نہیں کرتا مگر مجھے اپنے اندر ایک کسک سی محسوس ہوتی ہے۔ مجھے مردوں میں بہت کشش محسوس ہوتی ہے جو کہ مجھے عورتوں اور نوجوان لڑکیوں میں حتیٰ کہ بیوی میں بھی محسوس نہیں ہوتی اور یہ حالت میری شعور پکڑنے کی عمر سے مسلسل چلی آرہی ہے۔ اس نفسیاتی مسئلہ نے مجھے ذہنی کشمکش کا شکار بنادیا ہے۔ شرم اور جھجک کی وجہ سے نہ کسی سے کچھ کہہ سکتا ہوں اور نہ کسی معالج کے سامنے راز اگل سکتا ہوں۔

میں نے جب سے ہوش سنبھالا ہے تب سے میں نے محسوس کیا کہ مجھے بجائے جنس مخالف کے ہم جنس میں زیادہ کشش محسوس ہوتی ہے۔ اب یہ عالم ہے کہ مجھے اپنی بیوی میں کشش محسوس نہیں ہوتی۔ میری بیوی تنگ آگئی ہے اور میں خود بھی پریشان ہوں۔ میری مدد کریں اور مجھے اس عذاب سے نجات دلائیں۔ میری بیوی نے علیحدگی کا نوٹس دے دیا ہے۔

جواب: روزانہ وضو کرکے ایک کپ پانی پر تین مرتبہ بسم اللہ شریف کے ساتھ لَآاِلٰہَ اِلَّا اَنْتَ سُبْحَانَکَ اِنِّیْ کُنْتُ مِنَ الظَّالِمِیْنَo اَللّٰہُ نُوْرُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِo لَاتَاْ خُذُہٗ سِنَۃٌ وَّلَانَوْمo پڑھ کر دم کرکے پئیں۔ یہ عمل بلاناغہ چالیس روز تک جاری رکھیں۔ اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے مردوں میں کشش محسوس ہونے کی رغبت ختم ہوجائے گی اس عمل کے دوران ہر جمعرات کو پانچ روپے خیرات کریں۔

## کمزور حافظہ

سوال: میری عمر بارہ سال ہے۔ والدین مجھے حافظ قرآن دیکھنا چاہتے ہیں۔ پچھلے ماہ سے ایک قاری صاحب سے حفظ کرنا شروع کیا لیکن باباجان! اپنی ذہنی حالت دیکھ کر بہت پریشان ہوں۔ میرا حافظہ بہت کمزور ہے جس کی وجہ سے مجھے اور میرے استاد قاری صاحب کو بڑی تکلیف کا سامنا ہے۔ اگر میرے حافظے کا یہی حال رہا تو بہت مشکل ہے کہ میں قرآن مجید حفظ کرسکوں۔ اپنے حافظ کی حالت دیکھ کر دل اُچاٹ ہوجاتا ہے۔

جواب: اللہ آپ کو اس نیک ارادے میں کامیاب کرے۔ ہمت نہ ہاریں۔ روحانی علاج تجویز کررہا ہوں۔ صبح نہار منہ وضو کرکے رَبِّ یَسِّرْ وَلَاتُعَسِّرْ تین مرتبہ پڑھیں اور پانی پر دم کرکے پئیں۔ عمل کی مدت چالیس دن ہے۔ اگر کسی وجہ سے ناغہ ہوجائے تو دن شمار کرکے بعد میں پورے کرلیں۔

## کندھوں پر کوئی سوار رہتا ہے

سوال: میں جب نماز پڑھنے لگتا ہوں اور نماز کے بعد کچھ پڑھتا ہوں تو میری طبیعت خراب ہوجاتی ہے اور جمعرات و جمعہ کو اکثر طبیعت زیادہ خراب ہوجاتی ہے۔ میری بیماری یہ ہے کہ میرے جسمانی وجود میں بھاری پن ہے سینے، کمر اور پٹھوں میں کھچاؤ ہوتا ہے۔ ایسا لگتا ہے کہ پورا وجود زمین میں دھنسا جارہا ہے۔ ہاتھ پیروں میں اس حد تک بھاری پن اور وزن ہے کہ چلا پھرا نہیں جاتا قبض بہت رہتا ہے۔ سینے میں بلغم بہت ہے۔ کھانسنے پر بھی بلغم نہیں نکلتا بلکہ واپس اندر چلا جاتا ہے۔ دماغ میں بہت کھنچاؤ ہے۔ آنکھوں سے دھندلا نظر آنے لگا ہے۔ نیند نہیں آتی۔ سردی جب شروع ہوتی ہے تو مجھے سانس کے پھولنے کی تکلیف ہوجاتی ہے۔ کافی ڈاکٹر حکیموں کو دکھایا اور زبانی بھی کیفیت بتائی۔ سب سے بڑی تکلیف وزن کی ہے کہ میرے کندھوں پر کوئی سوار ہے اور ایک بہت بڑا وزن مجھ پر پڑ رہا ہے۔ جو مجھے زمین کی طرف جھکا رہا ہے۔ ڈاکٹر حکیم کہتے ہیں کہ وزن نام کی کوئی بیماری نہیں ہوتی اور وہم بتاتے ہیں۔ ایک ماہ قبل میری

حالت بہت خراب ہوگئی تھی کارڈیو(دیوان مشتاق) میں رکھا۔ موت اور زندگی کی کشمکش میں تھا۔ ڈاکٹروں نے جواب دے دیا لیکن اللہ کو منظور نہیں تھا۔ میں وہاں سے آگیا ہوں۔ علاج ہو رہا ہے کمزوری بہت ہے۔

جواب: دو ماہ تک مستقل مزاجی سے ہر قسم کی چکنائیاں کھانا ختم کردیں۔ صرف زیتون کے تیل میں پکا ہوا کھانا کھائیں۔ روحانی ڈائجسٹ خرید کر لوگوں میں تقسیم کریں۔ انشاءاللہ تکلیفیں ختم ہو جائیں گی۔

## گھبراہٹ اور قے

سوال: عرصہ 8 سال سے گھبراہٹ ہوتی ہے اور دوران گھبراہٹ کمرے میں بھاگتا ہوں۔ چیزیں الٹ پلٹ کر دیتا ہوں۔ گھبراہٹ کی وجہ سے ایسا ہوتا ہے بعد میں تیزابی، صفراوی سفید یا زرد قے ہوتی ہے تب ٹھیک ہو جاتا ہوں۔ 3 سال پہلے دن کے بارہ بجے بے ہوش ہوا اور پانچ بجے ہوش میں آیا۔ وہ دن اور آج کا دن، رات دن گھبراہٹ اور اعصابی تناؤ رہتا ہے۔ آگ کی طرح جلتا ہوا سانس پہلے سینے میں محسوس ہوتا ہے پھر گلے میں اور بعد میں سر میں۔ پھر گھبراہٹ شروع ہو جاتی ہے۔ جو کچھ کھاؤ پورے دن تھوڑا تھوڑا قے کے ذریعے نکلتا رہتا ہے اور اتنا پریشر سے اوپر آتا ہے کہ ناک تک میں پہنچ جاتا ہے۔ سارے دن ترش تیزابی ڈکاریں آتی ہیں۔

شادی شدہ ہوں۔ دوکان چھوڑے بیٹھا ہوں۔ بہت پریشان ہوں۔ بہت علاج کرواچکا ہوں۔ آغا خان ہسپتال میں بھی ٹیسٹ کرواچکا ہوں۔ ہر چیز خدا کے فضل سے نارمل ہے۔ اس کے باوجود میری یہ کیفیت ہے۔ ازراہ کرم میرے لئے کچھ تجویز فرمائیں۔

جواب: صبح سویرے اذان کے وقت بیدار ہو کر غسل کریں۔ سردی ہو تو گرم پانی سے غسل کریں۔ اس کے بعد باجماعت فجر کی نماز ادا کریں اور پھر آدھے گھنٹے تک کھلی جگہ میں ٹہلتے رہیں۔

ناشتہ میں کھجوریں کھا کر اوپر سے دودھ پی لیا کریں۔ ایک ماہ کے اس عمل سے انشاءاللہ ساری شکایات رفع ہو جائیں گی۔

## گردوں میں جلن ہوتی ہے

سوال: میں روحانی ڈائجسٹ باقاعدگی سے پڑھتا ہوں اور آپ کی تعلیمات و درس سے مستفید ہوتا رہتا ہوں۔ ڈائجسٹ میں آپ کے مسائل کے توسط سے اپنا مسئلہ پیش کر رہا ہوں۔ امید ہے آپ مدد فرمائیں گے۔

میری عمر 32 سال ہے اور عرصہ 6 سال سے پیٹ کی بیماری میں مبتلا ہوں۔ پیٹ میں دکھن، ناف کے ارد گرد ہلکا درد، شدید بدہضمی، کھٹی ڈکاریں، قبض، معدے اور آنتوں کی سوزش کا شکار ہوں۔ گردے بھی کمزور ہو گئے ہیں۔ گردوں میں جلن ہوتی ہے۔ دایاں گردہ اپنی جگہ سے ہٹ کر نیچے مثانہ کی طرف چلا گیا ہے۔ پیشاب میں بھی تکلیف رہتی ہے۔ چار پانچ دن سے نیند بالکل غائب ہے۔ شدید دماغی کمزوری ہے، ہر چیز حتیٰ کہ کبھی کبھی نام بھی بھول جاتا ہوں۔ سر اور سینہ کے بال سفید ہو گئے ہیں۔ جسمانی اور جنسی کمزوری ہے۔ آنکھوں میں جلن رہتی ہے اور بینائی بھی آہستہ آہستہ متاثر ہو رہی ہے۔ مسوڑھے کی خرابی کے سبب مسوڑھوں میں تکلیف رہتی ہے۔

6 سال سے ہر طرح کا علاج کروایا ہے لیکن کوئی دوا اپنا اثر نہیں دکھاتی۔ لگتا ہے۔ زندگی ختم ہونے کو ہے۔ ہر وقت موت کا ڈر رہتا ہے۔ زندگی سے دلچسپی ختم ہو گئی ہے۔ کسی کام میں دل نہیں لگتا۔ کمزوری، نقاہت کے سبب کوئی کام کرنے کو جی نہیں چاہتا۔ دماغ ماؤف اور شدید ڈپریشن کا شکار ہے۔

براہ کرم کوئی آسان سا علاج تجویز کریں تاکہ بھول نہ پاؤں۔ ساتھ ہی دعا بھی کریں کہ بیماری سے نجات مل جائے۔ شادی شدہ ہوں۔ دو بچے ہیں۔ ایک دفتر میں کلرک ہوں۔

جواب: صبح نہار منہ سبز شعاعوں کا پانی، دوپہر کھانے سے پہلے زرد شعاعوں کا پانی کھانے کے بعد سرخ شعاعوں کا پانی 2,2 اونس پئیں۔ چکنائی، اچار اور ثقیل چیزوں سے پرہیز کریں۔ جب بھی پانی پئیں 12 مرتبہ یا حئی یا قیوم پڑھ کر دم کر کے پئیں۔ ہر جمعرات کو اپنی جان کا صدقہ سوا گیارہ روپے خیرات کریں۔ آٹھ جمعرات تک۔

## گھریلو معاملات

سوال: میرے میاں گھر میں بالکل دلچسپی نہیں لیتے اور باہر دوسری عورتوں کے ساتھ تعلق رکھتے ہیں گھر میں آئیں گے تو سخت غصہ ہو گا۔ گھر کی کوئی بات کروں تو مارنے کو پڑ جاتے ہیں۔ بچوں سے کوئی محبت نہیں ہے۔ مہربانی فرما کر کوئی عمل بتائیں جس سے محبت ہو جائے۔

جواب: نیم کے درخت کی ایک شاخ، بیری کے درخت کی ایک شاخ اور پیپل کے درخت کی ایک شاخ لے کر ان تینوں کو ایسے جوڑیں کہ جھونپڑی کی طرح بن جائے۔ اوپر کے سرے نیلے رنگ کے دھاگے سے باندھ دیں۔ پلاسٹک شیٹ سفید رنگ پر ان تینوں لکڑیوں کو رکھ دیں۔ آنکھیں بند کر کے پلاسٹک کے اس حصہ کو دیکھیں جو لکڑیوں کے نیچے ہے۔ ہلکا سا تصور قائم ہو جانے کے بعد یہ تصور کریں کہ:

''میں اس تکون میں موجود ہوں۔''

اس عمل کو ایک سو ایک بار تسبیح پر دہرائیں کہ میں اس تکون میں موجود ہوں۔ اس کے بعد بات کئے بغیر سو جائیں۔ عمل کی مدت 90 دن ہے۔ آپ کوشش کریں ان کی دل جوئی بھی کرتی رہیں۔ جب وہ شام کو آئیں تو تپاک سے ان سے ملیں۔ گھر کے مسائل ایک دم نہ ان کی خدمت میں پیش کریں۔

## گرم جلیبی

سوال: چونکہ آپ بہت مصروف ہیں لہٰذا مختصراً اپنی مشکلات پیش کرتا ہوں۔ میں نے حال ہی میں M.B.B.S پاس کیا ہے۔ مزید اعلیٰ تعلیم حاصل کرنا چاہتا ہوں مگر میرے ساتھ مندرجہ ذیل مشکلات درپیش ہیں:

جو کچھ پڑھتا ہوں وہ بہت مشکل سے سمجھ میں آتا ہے اور بالکل یاد نہیں رہتا۔ ایک ایک لفظ کو کئی کئی بار پڑھنا پڑتا ہے۔ سر میں بوجھ پڑتا ہے اور درد شروع ہو جاتا ہے۔ میرے ساتھی اتنے ہی وقت میں ایک CHAPTER پڑھ اور یاد کر لیتے ہیں جتنی دیر میں، میں اسے سمجھ نہیں سکتا۔ آخر کیا وجہ ہے۔ میں یہ سوچنے پر مجبور ہو گیا ہوں کہ شاید میری ذہنی صلاحیت میرے ساتھیوں کے مقابلے میں بہت کم ہے اور یہ کہ اس بنیاد پر میں آگے بالکل نہیں پڑھ سکتا۔ لہٰذا آپ سے گزارش ہے کہ اگر اس کا کوئی حل ہے تو مجھے بتائیں۔ موجودہ ذہنی صلاحیت کو کس طرح بہت زیادہ بڑھایا جا سکتا ہے۔

جواب: سب کاموں سے فارغ ہونے کے بعد رات کو سونے سے پہلے 300 بار یا علیم پڑھ کر آنکھیں بند کر کے نیلی روشنی کا مراقبہ کریں۔ یعنی بند آنکھوں سے یہ تصور کریں کہ میرے اوپر آسمان سے نیلی روشنی کی بارش برس رہی ہے۔ یہ عمل نوے دن تک روزانہ بلاناغہ دس منٹ تک کریں۔

شام کے وقت عصر اور مغرب کے درمیان آدھا پاؤ گرم گرم جلیبی کھائیں۔ چالیس دن تک پڑھنے سے پہلے آدھا گلاس پانی پی لیا کریں۔

## گنج دور ہونے کیلئے

سوال: میرے شوہر (جن کی عمر 32 سال ہے) کا سر گنجا ہوتا جارہا ہے اور بال بھی سفید ہو رہے ہیں۔ وہ بہت پریشان رہتے ہیں اور مجھے بھی خاصی تشویش ہے۔ مہربانی فرما کر کوئی علاج تجویز فرمادیں تاکہ ان کے بال کالے اور گھنے ہو جائیں۔

جواب: روزانہ رات کو سوتے وقت سر میں اچھی طرح گلوسبز تیل کی مالش کروائیں۔ اور صبح شام خمیرہ مرجان کھائیں۔ خمیرہ مرجان، عظیمی دواخانہ 1۔ڈی 7/1 ناظم آباد، کراچی سے مل جاتا ہے۔

## گوشت پوست کے کمپیوٹر

سوال: میں ایک انتہائی پیچیدہ بیماری میں مبتلا ہوں۔ دماغ پر ہر وقت دباؤ رہتا ہے۔ ایسا محسوس ہوتا ہے کہ جیسے پیشانی پر کوئی چیز آکر بیٹھ گئی ہو۔ ڈاکٹروں کے علاج سے مرض مزید بڑھ گیا ہے۔ اس کے بعد بزرگوں سے تعویذات لے کر استعمال کرنا شروع کئے مگر بیماری اور بڑھ گئی۔ اس زبردست ذہنی دباؤ نے میری نیند تباہ کر دی ہے۔ نہ میں سو سکتا ہوں اور نہ ہی میں کوئی چیز کھا پی سکتا ہوں۔ میری بیماری سے گھر کا نظام بھی متاثر ہوا ہے۔ اگر یہ سلسلہ جاری رہا تو نوکری بھی خطرے میں پڑ سکتی ہے۔ کیونکہ میں گوشت پوست کا بنا ہوا انسان ہوں، کمپیوٹر نہیں ہوں۔

جواب: 12x9 شیشے کے اوپر نیلا رنگ پینٹ کرا کے وقفہ وقفہ سے دیکھا کریں۔ اور عمدہ قسم کی کھجوریں دونوں وقت کھانے کے بعد کھائیں۔ جس قدر کھا سکیں۔ چالیس روز یہ علاج کرنے کے بعد حالات سے دوبارہ مطلع کریں۔

## گریجویٹ

سوال: میرے ابو نہایت شریف، پانچ وقتہ نمازی اور روزے وزکوٰۃ کے پابند ہیں اور آج کل پڑوس کی مسجد میں امامت کے فرائض انجام دے رہے ہیں۔ میرے ابو نے بڑی تکلیف اٹھا کر ہمیں پڑھایا لکھایا ہے۔ میں گریجویٹ ہوں اور چار سال سے روزگار کی تلاش میں ہوں۔ میرا بڑا بھائی مکینک ہے۔ لیکن وہ بھی معاشی طور پر پریشان رہتا ہے اور اس کے بچے ہمیشہ بیمار رہتے ہیں۔ اتنی تعلیم ہوتے ہوئے بھی دربدر کی ٹھوکریں کھا رہا ہوں۔ اب میں اتنا کمزور دل ہو گیا ہوں کہ اللہ کا نام بھی گھبراتے ہوئے لیتا ہوں۔ راتوں کو نیند نہیں آتی۔ ہر آدمی تنقید کرتا ہے۔ میرے لئے دعا کریں کہ مجھے روزگار مل جائے۔

جواب: آپ کے والد صاحب وظیفے پڑھتے ہیں۔ ان وظیفوں کی روشنی کا ہجوم ان کے دماغ میں اتنا زیادہ ہو گیا ہے کہ دنیا کی دنیاداری سے وہ خود بیزار رہتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ دنیا اور معاش کے حصول میں ان کی کوششیں ناقص رہتی ہیں۔ اولاد کے اوپر اس کا اثر اس لئے مرتب ہوتا ہے کہ اولاد کا نقش بہت گہرا ہے۔ یہ گہرا نقش اولاد کی صلاحیتوں کو بھی متاثر کرتا ہے۔ اس کا علاج یہ ہے کہ والد صاحب اپنی اولاد کی ترقی اور خوشحالی کے لئے یہ ایثار کریں کہ وظیفے پڑھنا چھوڑ دیں۔

# لکنت

سوال: میں ایک حصہ کی وجہ سے بہت پریشان ہوں اور وہ حصہ یہ ہے کہ جب میں بات کرتا ہوں تو اس میں لکنت آجاتی ہے۔ اس کی وجہ سے میں کسی کے سامنے بات نہیں کر سکتا۔ مہربانی فرما کر کوئی حل بتائیں۔

جواب: آپ دونوں لکنت کا شکار ہیں۔ علاج یہ ہے کہ قد آدم آئینہ کے سامنے کھڑے ہو کر 300 بار وَاحْلُلْ عُقْدَةً مِّنْ لِّسَانِیْ پڑھتے رہیں اور آئینہ میں نظر اپنے ہونٹوں پر جمائے رکھیں اس کے علاوہ فارغ اوقات میں کسی بھی موضوع پر اچانک تقریر شروع کر دیا کریں۔ تقریر کا دورانیہ دس منٹ ضروری ہے۔

# لکنت

سوال: ہمارا بیٹا جس کی عمر سات سال ہے اس کی زبان صحیح طور پر ادائیگی نہیں کر سکتی۔ ہمیں بڑی فکر ہے کہ اگر زبان میں لکنت رہ گئی تو بچہ ہمیشہ کے لئے احساس کمتری کا شکار رہے گا۔ حکیموں اور ڈاکٹروں کے مشوروں پر عمل کیا لیکن نتیجہ مایوس کن رہا ہے۔ آپ سے درخواست ہے کہ کوئی روحانی علاج تجویز فرما دیں تاکہ بچہ کی زبان سے لکنت اور ہکلاہٹ ختم ہو جائے اور وہ الفاظ کی صحیح ادائیگی کر سکے۔

جواب: بچے کو جب بھی پانی پلائیں اس پانی پر ایک بار وَاحْلُلْ عُقْدَةً مِّنْ لِّسَانِیْ پڑھ کر دم کریں۔ جب تک بچہ کی زبان مکمل طور پر صحیح نہ ہو جائے عمل جاری رکھیں۔

# میرا لڑکا آوارہ ہو گیا

سوال: میرا لڑکا جس کی عمر بیس سال ہے بری صحبت میں پڑ گیا ہے۔ عادتیں اس حد تک بگڑ چکی ہیں کہ اصلاح بھی مشکل ہو گئی ہے۔ کئی کئی روز تک گھر سے باہر رہتا ہے۔ گھر میں آتا ہے تو کسی سے بات نہیں کرتا۔ اس کے والد بہت نیک آدمی ہیں۔ شراب پی کر جب وہ گھر آتا ہے تو وہ اسے گھر سے باہر نکال دیتے ہیں۔ لڑکا خود بھی یہ محسوس کرتا ہے کہ اس کا یہ کردار صحیح نہیں ہے۔ اللہ سے توبہ کرتا ہے۔ مجھ سے وعدہ کرتا ہے مگر وعدہ پر قائم نہیں رہتا۔ خواجہ صاحب! میں اس لئے اور بھی پریشان ہوں کہ بڑے بھائی کو دیکھ کر چھوٹے بھائی بہنوں پر بھی برا اثر ہو سکتا ہے۔ براہ کرم ایسا وظیفہ بتا دیں کہ جس سے میرے گھر کے حالات درست ہو جائیں۔

جواب: محترمہ! آپ کے شوہر یعنی لڑکے کے والد صاحب کا موجودہ رویہ اصلاح کی لئے ناکافی ہے۔ آپ حضرات کو نہایت نرمی اور شفقت سے بچہ کو اپنے اعتماد میں لینا چاہئے۔ یہ بھی تو ممکن ہے کہ اس کی موجودہ روش گھر کے سخت گیر رویہ کی وجہ سے وجود میں آئی ہو۔ میرا مشورہ ہے کہ صاحب زادہ کے اوپر آپ یا ان کے والد صاحب ہر گز سختی نہ کریں۔ پدرانہ شفقت اور مادرانہ محبت سے انہیں بتائیں کہ تمہارے اس کردار سے تمہارے چھوٹے بہن بھائیوں کی زندگی بری طرح متاثر ہو گی۔ بحیثیت بڑے بھائی کے تمہاری یہ ذمہ داری ہے کہ اپنے چھوٹوں کی تربیت کا خیال رکھو۔

وظیفہ کے بطور پر مایقولون مالا یفعلون روزانہ عشاء کی نماز کے بعد اول و آخر درود شریف کے ساتھ ایک سو بار پڑھیں۔ وظیفہ پڑھنے کے بعد صاحبزادہ کے تکیے کے اوپر تین پھونکیں مار دیں۔ یہ عمل چھ مہینے تک جاری رکھیں۔ درمیان میں ناغہ ہو جائے تو کوئی حرج نہیں۔

## معاشی مسائل

سوال: حضرت! میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری ایک چھوٹی سی دوکان ہے۔ کچھ عرصہ سے گاہک آتا ہے مگر سودا وغیرہ نہیں خریدتا۔ اس وجہ سے میں بہت پریشان ہوں۔ مہربانی فرما کر کوئی نقش یا وظیفہ بتائیں جس سے کاروبار میں برکت ہو۔

جواب: نہایت باریک کاغذ پر بہت باریک قلم سے ''ل'' روزانہ ایک سو اکتالیس بار لکھیں۔ نئی قینچی سے کاٹ کر مروڑی دے کر گولیاں بنالیں اور آٹے میں لپیٹ کر دریا، سمندر، نہر یا تالاب میں ڈال دیں۔ یہ عمل چالیس روز تک جاری رکھیں۔ دوسرا عمل ہر جمعرات کو شام کے وقت ایک آدمی کو راہ اللہ کھانا کھلا دیں۔ اگر فرض محال کسی آدمی کے اندر کھانا کھلانے کی سکت نہیں ہے تو کامیابی کے بعد دس غریبوں کو کھانا کھلانے کی نیت کر لیں۔ یہ عمل کاروبار میں ترقی، گھر میں برکت، ملازمت کے حصول، دکان میں برکت اور دوسرے مسائل کے حل کے لئے ہے۔

## موکلات اور ذہنی عذاب

سوال: آٹھویں کلاس میں تھا کہ میں چشتیہ سلسلہ میں بیعت ہو گیا۔ روزگار کے سلسلے میں سرگرداں رہا۔ آخر کار ایک عامل سے ملاقات ہو گئی جو قصیدہ بردہ اور قصیدہ غوثیہ کا ماہر تھا۔ اپنے پیر صاحب سے میں نے صرف دو سال فیض حاصل کیا۔ بعد ازاں وفات پا گئے اور میں عاملوں کے چنگل میں پھنس گیا۔ میں اب گزشتہ آٹھ سالوں سے قصیدہ بردہ، قصیدہ غوثیہ اور کئی دیگر وظائف پڑھ رہا ہوں۔ میں کافی بلندی پر پہنچ گیا تھا لیکن اس ہی آدمی نے رسی کھینچ لی اور مجھے عرش سے فرش پر دوبارہ پھینک دیا اور کہنے لگا کہ میں نے دو سال کے لئے آپ کو بند کیا ہے۔ چار سال گزرنے کے بعد بھی موکل تو در کنار مراقبہ بھی مکمل طور پر بند ہو گیا ہے۔ عامل صاحب کے گھر آنا جانا ہوا تو ان کے گھر والوں نے مجھے ہاتھوں ہاتھ لیا اور دن رات مجھ سے خدمتیں لیتے رہے۔ اب حالت یہ ہے کہ جناب مجھے کوئی ایسا طریقہ بتادیں کہ وظائف کے ساتھ ساتھ میرا کاروبار بھی چلے کیونکہ کاروبار بالکل بند ہے اور میں زبردست ذہنی عذاب میں مبتلا ہوں۔

وظائف کے چکر کے ساتھ موکلات نے مجھے ایک لڑکی کے عشق میں مبتلا کر دیا جائے۔ لیکن لڑکی سید ہے۔ اس کے والدین کہتے ہیں تم اُمّی ہو لیکن لڑکی حد سے زیادہ بے قرار ہے۔ سمجھ نہیں آرہا کہ کیا کیا جائے۔ سب کچھ لٹنے کے بعد اب ہوش آیا ہے۔

مجھے ٹیلی پیتھی سیکھنے کا بہت شوق ہے کیونکہ لٹنے کے باوجود روحانی سفر کا شوق ختم نہیں ہوا۔ ازراہ کرم مجھے ''ٹیلی پیتھی سیکھئے'' نامی کتاب بھیج دیں اور اجازت بھی دیں۔

جواب: میرے بھائی! ابھی بھی آپ کو ہوش نہیں آیا۔ صحیح معنوں میں ہوش کی بات یہ ہے کہ موکلات کے جھمیلے میں نہ پڑیں۔ سیدھی سادی زندگی بسر کریں۔ ورنہ پچھتاوے کے سوا کچھ حاصل نہیں ہو گا۔ فی الوقت آپ کے لئے ٹیلی پیتھی سیکھنا مناسب نہیں ہے۔

## مثانہ میں غدود

سوال: عرصہ چھ سال سے میرے والد صاحب بیمار ہیں۔ بیماری یہ ہے کہ ان کے پیشاب کی نالی میں ایک غدود پیدا ہو گیا ہے۔ اگر وہ کوئی ٹھنڈی چیز کھا لیتے ہیں تو غدود پھول جاتا ہے اور پیشاب رک جاتا ہے۔ ڈاکٹروں نے کہا ہے آپریشن ہو گا۔ لیکن وہ آپریشن سے بہت ڈرتے ہیں۔ مہربانی فرما کر آپ اپنی کتاب رنگ و روشنی سے علاج کے طریقے پر علاج تجویز فرمادیں۔ یہ بھی بتادیں کہ رنگین پانی کتنے دن کار آمد رہتا ہے۔ بینجنی رنگ کسے کہتے ہیں؟ ایک بیماری میری والدہ کو لگی ہوئی ہے۔ انہیں عرصہ بیس سال سے دستوں کی شکایت ہے۔ ہر قسم کا علاج کرا چکے ہیں مگر افاقہ نہیں ہوا۔ کھانے کے تھوڑی دیر بعد انہیں حاجت ہو جاتی ہے۔ وہ اپنی اس بیماری سے بہت عاجز ہیں۔

جواب:    بینگنی رنگ شعاعوں کا پانی تیار کر کے صبح شام 2،2 اونس پلائیں اور مثانہ پر بینگنی شعاعوں کے تیل کی مالش کریں۔ ہلکے ہاتھ دس منٹ دائروں میں مالش کی جائے۔ رنگین پانی تین روز کار آمد رہتا ہے۔ بینجنی، بینگنی اور جامنی رنگ ایک ہی رنگ کے نام ہیں۔

والدہ صاحبہ کو دونوں وقت کھانے سے قبل زرد شعاعوں کا پانی پلائیں۔ خوراک دو، دو اونس پانی ہے۔ پیٹ پر مرہم زرد کی مالش کریں صبح اور رات کو۔

# موت کا انتظار

سوال:    ریڈیو اور ٹی وی سے جو گانے سنتا ہوں تو میرے کانوں میں ان کی آوازیں گونجتی رہتی ہیں۔ اگر کوئی ناول یا کتاب پڑھ لوں تو یہ جاننے کے باوجود کہ یہ سب مفروضہ کہانیاں ہیں، میرا دل اداس ہو جاتا ہے اور اس کے کردار میری سوچوں کا محور بن جاتے ہیں۔

موت کا خوف میرے دل میں اس طرح چھایا ہے کہ دنیا کی ہر چیز پڑھائی، کھیل اور کوئی کام مجھے بے کار نظر آتا ہے۔ موت کی خبر سن کر میرا دل دہل جاتا ہے۔ بعض اوقات ایسی حالت ہوتی ہے کہ میرا رواں رواں کانپنے لگتا ہے۔ خواب میں بھی اکثر خود کو موت کے منہ میں جاتے ہوئے دیکھتا ہوں۔ دل چاہتا ہے کہ کہیں ایسی جگہ چلا جاؤں کہاں کوئی نہ ہو مگر دنیا میں ایسی کوئی جگہ نظر نہیں آتی۔ کسی عزیز یا اجنبی شخص کے پاس جاتا ہوں تو صحیح طریقہ سے بات نہیں کر سکتا۔ روحانی اقدار سے انحراف کرنے لگا ہوں۔ اگر کوئی وظیفہ کروں تو میرے دل میں وسوسہ آتا ہے کہ مجھے اس وظیفہ میں کامیابی نہیں ہو گی اور ایسا ہی ہو جاتا ہے۔ بچپن کی چند غلطیاں جن کی وجہ سے میری زندگی اجیرن ہو گئی ہے، ان کا علم میرے گھر والوں کو اور دوستوں عزیزوں کو بھی ہے۔ میں چاہتا ہوں کہ خود بھی یہ بات بھول جاؤں اور جن کو بھی اس بات کا علم ہے وہ بھی بھول جائیں۔ صحت خراب ہو گئی ہے، رنگ سیاہ ہوتا جا رہا ہے۔ جسم دوشیزاؤں کی طرح نرم و گداز ہے۔

جواب:    میاں صاحبزادے! یہ سب اس لئے ہے کہ آپ اپنی زندگی کو خود اپنے ہاتھوں سے برباد کر رہے ہیں۔ چراغ کی روشنی اس کے اندر تیل کی وجہ سے ہے۔ تیل نہیں ہو گا تو چراغ کی روشنی بھی گل ہو جائے گی۔ آدمی بھی ایک روشن چراغ ہے جب تک اس کے اندر انرجی موجود رہتی ہے، جس مقدار میں موجود رہتی ہے، یہ روشن رہتا ہے اور جب انرجی کم ہوتی ہے تو چراغ ٹمٹمانے لگتا ہے اور بالآخر چراغ بجھ جاتا ہے۔ آپ کا علاج میرے پاس یا کسی حکیم ڈاکٹر کے پاس نہیں ہے۔ آپ خود اپنے معالج ہیں۔ ''جو کچھ کر رہے ہیں۔'' چھوڑ دیجئے۔ آہستہ آہستہ صحت بحال ہو جائے گی۔ اعصابی کمزوری دور ہو جائے گی۔ پھر کانوں میں آوازیں بھی معمول کے مطابق آئیں گی۔ مطالعہ کے بعد تاثرات میں اعتدال پیدا ہو جائے گا اور اگر آپ اپنے لئے خود ہی کچھ نہیں کر سکتے تو پھر موت تو بہر حال آپ کے انتظار میں دامن پھیلائے کھڑی ہے۔ اس وقت صورت حال یہ ہے کہ دوا کی ضرورت نہیں ہے، خود ارادی کو کام میں لانے کی ضرورت ہے اور یہی مسئلہ کا حل ہے۔

# مفلوج شخصیت

سوال:    آپ کے بتائے علاج سے بے شمار مریضوں کو اللہ نے شفادی ہے۔ میں بھی ایک مریض ہوں۔ ڈاکٹری علاج کرتے کرتے تھک گیا ہوں۔ لیکن ڈاکٹر کہتا ہے کہ اس شکایت کا کوئی علاج نہیں ہے۔ یہ قدرتی بات ہے۔ میری آواز بہت ہی باریک اور دھیمی ہے۔ یعنی عورتوں سے بھی زیادہ بعض دفعہ تو ایسا ہوتا ہے کہ آواز بالکل حلق میں پھنس جاتی ہے۔ لیکن جب میں بلند آواز سے پڑھتا ہوں تو آواز کافی حد تک اچھی ہوتی ہے۔ لیکن پھر جب بات کرنے لگتا ہوں تو وہی باریک آواز نکلتی ہے۔ اگر کسی کو آواز دوں تو دور تک آواز نہیں جاتی۔ یہ ایسی بات ہے جس نے میری شخصیت کو مفلوج کر کے رکھ دیا ہے۔ میں اللہ کے فضل سے گریجویٹ ہوں اور گورنمنٹ آفس میں کام کرتا ہوں لیکن آواز کی وجہ سے لوگ مجھے کوئی اہمیت نہیں دیتے۔ میں کسی دوسری جگہ ملازمت کی

کوشش کرتا ہوں تو یہی آواز میرے آڑے آجاتی ہے۔ میں اس سلسلے میں E.N.T اسپیشلسٹ کو دکھا چکا ہوں لیکن وہ کہتے ہیں کہ آپ کی آواز کی نالی باریک ہے، اس لئے اس کا علاج ممکن نہیں۔

جواب: روزانہ ایک چھٹانک بھنی ہوئی مونگ پھلی دن میں کسی وقت کھا لیجئے۔ چند ہفتوں میں آواز میں مردانہ اوصاف پیدا ہو جائیں گے۔ اس کے ساتھ ساتھ روغن کاہو کی سر میں تالو کی جگہ رات کو سوتے وقت مالش کریں اور بال ہلکے کرا دیں۔

## مایوس نہ ہوں

سوال: خداوند عالم سے سب سے پہلے میری دعا ہے کہ یہ خط آپ تک پہنچ جائے تاکہ نصیحت وہدایات سے ہو سکتا ہے کہ آپ کا علاج ان صاحب کے لئے کارآمد ہو جائے جو کہ آج کل زندگی اور موت کی کشمکش میں مبتلا ہیں۔ جناب عالی! آج سے دو سال قبل کی بات ہے ہمارے دکان کے ملازم، صابر کو ایک روگ نے آلیا۔ شروع شروع میں ان کے پیروں میں اس روگ کا اثر ہوا کہ گویا ان کے پیروں سے جان نکل گئی۔ آہستہ آہستہ چلتے چلتے ان کے قدم لڑکھڑانے لگے۔ اس دوران علاج ہوتا رہا لیکن مرض بڑھتا گیا جوں جوں دوا کی۔ کراچی لاکر مختلف جگہ دکھایا گیا۔ ایک مرتبہ صابر صاحب اپنے لڑکھڑاتے قدموں سے میمن مسجد بندر روڈ جمعہ کی نماز ادا کرنے چلے گئے۔ پھر ایسا ہوا کہ صحیح وسالم واپس لالوکھیت جب بس سے اترے تو پیچھے سے آنے والی بس نے ٹکر ماردی جس کی وجہ سے وہ زخمی حالت میں سول ہسپتال پہنچ گئے۔ ڈاکٹروں نے بجلی لگانے کا مشورہ دیا۔ لیکن صابر صاحب نے انکار کر دیا کیونکہ بجلی لگانے کے بعد ناکامی کی صورت میں بعد میں کوئی دوا اثر نہیں کرتی۔ واپس گھر آگئے۔ ایک حکیم کا علاج شروع کیا۔ کافی عرصے تک ان کا علاج ہوتا رہا غالباً انہوں نے اس مرض کا نام لقوہ بتایا تھا۔ جب ان کو کوئی فائدہ محسوس نہیں ہوا تو تعویذ گنڈوں کے چکر میں پڑ گئے لیکن ان سے کوئی فرق نہیں پڑا۔ اس وقت ان کی حالت یہ ہے کہ پیروں کے بعد اب ان کے پورے جسم نے ان کا ساتھ چھوڑ دیا ہے۔ وہ اٹھنے بیٹھنے سے قاصر ہو گئے ہیں۔ بالکل کمزور ہو گئے ہیں، ہاتھ پیر پتلے پتلے ہو گئے ہیں۔ پہلے تو وہ لڑکھڑا کر کسی کے سہارے چل سکتے تھے لیکن اب تو یہ ممکن نہیں رہا۔ رفع حاجت کے وقت بہت تکلیف ہوتی ہے۔ سارے سر میں سنسناہٹ سی ہوتی ہے گویا کندھے کے بعد اب یہ مرض سر تک پہنچ رہا ہے۔ سر چکراتا ہے۔ بات کرتے وقت نہایت نحیف آواز میں بات کر سکتے ہیں۔ اب ان کی زبان بھی لڑکھڑانے لگی ہے۔ زبان تالو سے مشکل سے لگتی ہے۔ ہاتھوں کی انگلیاں بھی مڑنے سے قاصر ہیں جس کی بنا پر کھانا ان کا لڑکا کھلاتا ہے۔ ڈاکٹروں نے بتایا ہے کہ خون کا دوران ختم ہو گیا ہے۔ اس کے لئے کئی ایک انجکشن لگوائے، تیل کی مالش بھی کی گئی لیکن کچھ اثر نہیں ہوا۔ اس مرتبہ ان کو عید بقر کی نماز بھی نصیب نہیں ہوئی۔ بالکل مایوس ہو کر آپ کی خدمت میں ایک معذور ولاچار اور زندگی کی ساری خوشیوں سے محروم اپنے دوست کا مسئلہ پیش کر رہا ہوں۔ اللہ ہماری مدد کیجئے۔

جواب: اللہ تعالیٰ نے قرآن پاک میں ارشاد فرمایا ہے۔ میری رحمت سے مایوس نہ ہو۔ (لاتقنطوا من رحمۃ اللہ) اللہ تعالیٰ کا یہ ارشاد مشروط نہیں ہے۔ اس لئے آپ یہ بات ذہن سے نکال دیجئے کہ یہ مرض لاعلاج ہے۔ چاہے ساری دنیا کہے کیونکہ جب اللہ تعالیٰ یہ ارشاد فرمائیں تو دنیا کا کہنا کوئی معنی نہیں رکھتا۔ ایمان کوئی مٹی کا کانچ کا بنا ہوا نہیں کہ وہ ٹھیس لگنے سے ریزہ ریزہ ہو جائے گا۔ اس خیال کو ہرگز ذہن میں جگہ مت دیجئے۔

یہ فقیر جو علاج لکھ رہا ہوں، براہ کرم اس پر عمل کیجئے اور اللہ کی قدرت کا تماشا دیکھئے۔

علاج: (۱) روغن سورنجان تلخ کسی بااعتماد دواساز سے خانہ ساز تیار کرائیے۔ جسم کے جوڑوں پر اس تیل کی مالش کرائیے۔ ریڑھ کی ہڈی کے جوڑ پر جو کولہوں کے درمیان ہوتا ہے کلائی، کہنی، کندھوں، گھٹنوں اور پیر کے جوڑوں پر۔

(۲) پیپل کے درخت میں سے صبح سورج نکلنے سے پہلے کونپلیں ایک تولہ وزن کے برابر توڑ کر دودھ میں پکا کر اس دودھ کو پلائیں۔

(۳) کھانے میں تین ہفتے تک صرف باہر کا بنا ہوا دلیہ جو ٹین کے ڈبے میں آتا ہے اور جس پر جو کر کی تصویر بنی ہوتی ہے کھلائیں۔

(۴) جئی جو ریس کے گھوڑے کھاتے ہیں پانی میں اس قدر پکائیں کہ پانی چائے کی طرح رنگین ہو جائے چھان کر جئی کے دانے پھینک دیں اور آدھی پیالی پانی رات کو سوتے وقت پلا دیں۔

(۵) کھانوں میں نمک کی مقدار کم سے کم کر دیں۔

انشاءاللہ چند ہفتوں میں صحت پوری طرح بحال ہو جائے گی۔

# مکافاتِ عمل

سوال: باباجی آپ نے ہمیشہ ایک محبت کرنے والے باپ کی طرح میری رہنمائی کی ہے۔ مجھے امید ہے کہ اس مسئلے میں بھی میری مدد فرمائیں گے۔ ہم چھ بہنوں کا ایک بھائی ہے۔ وہ نہ تو پڑھتا ہے اور نہ ہی کام کرتا ہے۔ اس کی بری عادتوں کی وجہ سے ابا جان بہت پریشان رہتے ہیں کیونکہ ہمارے پورے خاندان میں یہی ایک ہے جس سے باپ دادا کا نام آگے چلے گا۔ باباجی! میں آپ کو کیا بتاؤں کہ کتنی بری بری عادتیں ہیں اس میں۔ گھر کی کسی ذمہ داری میں احساس نہیں۔ آج تک اس نے گھر کا کوئی کام نہیں کیا۔ باہر کا کام بھی امی اور چھوٹی بہنیں کرتی ہیں۔ رات کو تقریباً ایک بجے گھر آتا ہے اور آکر سو جاتا ہے۔ پھر دن کے بارہ بجے اٹھ کر ناشتہ بھی نہیں کرتا اور چلا جاتا ہے۔ پیسے اگر نہ ملیں تو پورے گھر کی چیزیں توڑنا پھوڑنا شروع کر دیتا ہے۔ گھر کے قیمتی برتن توڑ دیئے ہیں۔ بیس تیس روپے سے کم روزانہ لیتا ہی نہیں ہے۔ امی کے ساتھ بھی گستاخیاں کرتا ہے۔ کہتا ہے نکال پیسے۔ کچھ پتہ نہیں کہ اتنے پیسوں کا کیا کرتا ہے۔ اس کی آنکھیں لال سرخ رہتی ہیں۔ رنگ سرخی مائل کالا ہو جاتا ہے۔ اف اسے اس حالت میں دیکھ کر خوف آتا ہے۔ میں آپ کو کیا بتاؤں۔ باباجی! پہلے اس کی اتنی اچھی صحت تھی ایسا گھبرو جوان خوبصورت، سفید رنگ چوڑا چکلا۔ اتنا پیارا لگتا تھا جسے ہر شخص دیکھ کر پیار کرتا تھا، اب اس کی حالت دیکھ کر دل خون کے آنسو روتا ہے ہڈیوں کا ڈھانچہ، کالا سیاہ رنگ، ٹانگوں میں جان نہیں، آواز زور سے نہیں نکلتی۔ ہمارے جاننے والے اور رشتہ دار اسے دیکھ کر طنزیہ آہ بھرتے ہیں۔ اف! ہم کچھ کہہ بھی نہیں سکتے کہ اسے کیا ہو گیا؟ اتنی شرمندی ہوتی ہے کہ بس

ایک لڑکی کو پسند کر لیا جو کہ بالکل جاہل اور ان پڑھ ہے۔ جبکہ ہمارا گھرانہ تعلیم یافتہ ہے اور ہمارے ابو تعلیم یافتہ لوگوں کو ہی پسند کرتے ہیں۔

اب مصیبت یہ آن پڑی ہے کہ لڑکی والوں نے یہ شرط لگا دی ہے کہ ہم وٹہ سٹہ کی شادی کریں گے اور یہ قرعہ فال میرے نام نکلا۔ جبکہ میں اس سے کئی سال بڑی ہوں اور پھر میں خدا کے فضل سے اعلیٰ تعلیم یافتہ ہوں۔ خود سوچیں کہ یہ بے جوڑ بات کیسے بنے گی۔ ایسا عمل بتایئے جس سے میرے بھائی کا شعور بیدار ہو جائے اور اس کی عقل کام کرنے لگے۔

باباجی! روحانی ڈائجسٹ میں، میں نے پڑھا ہے کہ ایسے لوگوں کو آپ کوئی آیت یا سورۃ بتا کر کہتے ہیں کہ اس بگڑے ہوئے شخص سے کچھ فاصلے پر کھڑے ہو کر پڑھیں جب وہ سویا ہو۔ خدا کے واسطے کوئی ایسا عمل نہ بتایئے گا اس لئے کہ میرا بھائی رات کو بارہ ایک بجے آتا ہے اور گہری نیند میں جانے کے لئے دو تین گھنٹے تو لگتے ہیں۔ اس طرح میں اتنی رات گئے تک نہیں جاگ سکتی۔ اللہ کے واسطے میری مدد کریں۔ خاندان میں بھی ہمارا کوئی رشتہ دار ایسا نہیں جو ہم لوگوں کا ہمدرد ہو۔ کوئی ایسا عمل بتائیں جس کے کرنے سے بری عادتیں چھوڑ دے اور والدین کی پسند سے شادی کرے، بہنوں کا خیال کرے اور گھر کی ذمہ داری کا سوچے۔

جواب: خط کے مندرجات سے ظاہر ہوتا ہے کہ آپ کے بھائی کو برے لوگوں کی صحبت میں کسی نشہ آور چیز کی عادت ہو گئی ہے۔ غالباً کوئی تیز قسم کا نشہ ہے جس نے اعصاب کو خشک کر دیا ہے۔ کھانے پینے میں لاپرواہی اور ذہنی الجھنوں اور پریشانیوں نے انہیں مزید کمزور کر دیا ہے۔ اللہ تعالیٰ کا نظام بھی بڑا عظیم ہے کہ جب تسلسل کے ساتھ لوگوں کی حق تلفی ہوتی رہے اور آدمی اپنا محاسبہ نہ کرے تو کوئی نہ کوئی ایسی افتاد آپڑتی ہے جس سے پورے گھر کا سکون درہم برہم ہو جاتا ہے۔ بھائی کے علاج سے پہلے یہ ضروری ہے کہ گھر کے افراد اپنا اپنا محاسبہ کریں۔ اگر کسی سے کوئی حق تلفی ہوئی ہے یا ہو رہی ہے تو اس کی تلافی کریں۔ اس کے بعد آپ عشاء کی نماز کے بعد 19 مرتبہ سورہ تبت یدا پوری سورہ پڑھ کر بھائی کا تصور کریں اور دم کر دیں۔ 19 روز پڑھنے کے بعد تین دن کا ناغہ کریں۔ پھر 19 روز پڑھیں اور اس کے بعد سات روز کا ناغہ کر دیں اور 19 دن روزانہ 19 مرتبہ سورہ پڑھ کر بھائی پر دم کریں اور اللہ تعالیٰ کے حضور دعائیں مانگیں۔

# ماورائی طاقت اور روحانی علاج

سوال: عرصہ تین سال سے میری بیوی زندگی اور موت کی کشمکش میں مبتلا ہے۔ اس کی دونوں ٹانگیں ٹوٹ چکی ہیں۔ ایک بازو اور پسلی کی ہڈی بھی ٹوٹ گئی ہے۔

میں نو سال سے بیکری کی دوکان کر رہا ہوں۔ قرضہ اتنا ہو گیا ہے کہ میری اولاد بھی نہیں اتار سکتی۔ بچے آپس میں ہر وقت لڑتے جھگڑتے رہتے ہیں۔ مجھے علم ہے جہاں لڑائی جھگڑا ہو وہاں رزق میں سے برکت اٹھ جاتی ہے۔ میرے سمجھانے کے باجود کسی پر کوئی اثر نہیں ہوتا۔

جواب: ہر روز کچھ نہ کچھ خیرات ضرور کریں۔ آپ کہیں گے کہ میرے اوپر تو پہلے ہی قرضہ ہے، خیرات کہاں سے کروں؟ میرا جواب یہ ہے کہ باوجود اس کے کہ آپ کے اوپر قرض کا پہاڑ ہے، آپ اپنی ساری ضروریات پوری کرتے ہیں۔ اللہ کے نام پر کچھ خرچ کرنے کو بھی اپنی ضرورت بنالیں۔ حالات بہت سازگار ہو جائیں گے۔

اپنی بیگم صاحبہ کا پرہیز کے ساتھ علاج کرائیں۔ مذہب ہمیں تلقین کرتا ہے کہ دعا اور دوا دونوں ضروری ہیں۔ دعا سے علاج کے طریقے پر صبح، شام، رات ایک ایک سو بار یاحفیظ پڑھ کر پانی پر دم کر کے پلائیں۔ اس عمل کو آپ 90 یوم تک کریں۔ کثرت سے وضو یا بغیر وضو یاحی یا قیوم پڑھا کریں۔

# مراقبہ اور ماورائی تصویریں

سوال: میرے والد عرصہ آٹھ ماہ سے شدید اندرونی اذیت میں مبتلا ہیں۔ ان کے الٹے ہاتھ دونوں ٹانگوں اور کبھی کبھی دونوں ہاتھوں میں سخت تکلیف ہونے لگتی ہے۔ اس تکلیف کے ساتھ ساتھ سوجن بھی آجاتی ہے اور ان کو یوں محسوس ہوتا ہے جیسے ہڈیوں کے گودوں میں لوہے کی سلاخیں جل رہی ہوں۔

خواجہ صاحب! میں اپنے والدین کی سب سے بڑی اولاد ہوں۔ کچھ عرصہ قبل میری شادی ہوئی تھی۔ شادی کے بعد میں اپنے والدین کے ساتھ رہا اور اب فضل خدا میرا اپنا علیحدہ گھر آباد ہے۔ میں کالے سفلی علم یعنی جادو ٹونے ٹوٹکوں پر یقین نہیں رکھتا لیکن میرے والد صاحب اس وہم میں مبتلا ہیں کہ ان پر کسی نے جادو کروادیا ہے۔ لوگوں کا خیال ہے کہ میری ساس اس قسم کے کام اکثر کرواتی رہتی ہے حال ہی میں اس کا یہ بھانڈا پھوٹا کہ اس نے چالیس ہزار روپے کی خطیر رقم لوگوں سے ادھار لے رکھی ہے۔ قیاس یہی ہے کہ اس نے یہ ساری رقم ان ہی جادو، ٹونے اور ٹوٹکوں پر خرچ کی ہے اور کئی لوگوں کے گھروں کو اجاڑ کران کو برباد کر دیا ہے۔ حتیٰ کہ اس کا اپنا سگا بیٹا بھی اس کے شر سے محفوظ نہ رہ سکا۔

اب سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ وہ ایسا کیوں کرتی ہے؟ تو اس کا جواب یہ ہے کہ اس نے مجھے اپنے ماں باپ سے علیحدہ کرنے کے کئی جتن کئے کیونکہ اس کے خیال میں اس طرح اس کی بیٹی سکھ سے رہ سکے گی حالانکہ اسے میرے والدین کے ہاں کوئی دکھ کوئی پریشانی نہیں تھی۔ میرے والد صاحب کو روحانی اذیت پہنچا کر ان کا ہارٹ فیل کروانا تھا۔ کیونکہ میرے والد صاحب محلے میں بڑے عزت دار لوگوں میں شمار ہوتے ہیں۔ جب اس کی یہ آرزو پوری نہ ہوئی تو اس نے غیر اسلامی طریقوں پر عمل کیا۔

اب صورت حال یہ ہے کہ میرے والد صاحب کے خواب میں ایک دن تین کالے سراپا آئے جوان کو ڈرانے دھمکانے لگے اور کہا کہ ہم تجھے نہیں چھوڑیں گے۔ جواباً میرے والد صاحب نے عاجزی سے کہا کہ میں نے تمہارا کیا بگاڑا ہے اس پر ایک کالے آدمی نے کہا کہ بس ہم تجھے نہیں چھوڑیں گے۔ میرے والد صاحب جو کہ پنج گانہ، نمازی ہیں اور روزانہ صبح و شام قرآن شریف کی تلاوت میں اپنا زیادہ وقت گزارتے ہیں، ان سب باتوں کے عرض کرنے کا مقصد یہ تھا کہ پورا معاملہ آپ کے علم میں آجائے اور آپ ان کی روشنی میں کوئی ایسا حل بتائیں کہ ان کو اس بیماری سے شفا حاصل ہو جائے۔ اللہ تعالیٰ نے آپ کو روحانی بصیرت اور اپنے پاک علم سے نوازا ہے، مجھے قوی امید ہے کہ آپ مجھے مایوس نہیں کریں گے۔

تمام ڈاکٹروں نے کہہ دیا ہے کہ میرے والد صاحب کو کوئی بیماری نہیں ہے۔ تمام ایکسرے رپورٹیں نارمل ہیں۔

جواب: معدہ کے اوپر ایک جھلی نما پوٹلی ہوتی ہے اسے مراق کہتے ہیں۔ اس پوٹلی میں جب فاسد مادے جمع ہو جاتے ہیں تو اس کے اندر تعفن اور سڑاند پیدا ہو جاتی ہے۔ یہ سڑاند اگر دماغ کی طرف رخ کرے تو دماغ کے اندر اطلاعات میں معانی پہنانے والے خلیے اپنا توازن برقرار نہیں رکھ سکتے نتیجہ میں بہت سی ایسی چیزیں نظر آنے لگتی ہیں کہ جو عام حالات میں ہماری آنکھوں کے سامنے نہیں آتیں۔ جب ایسی ماورائی چیزوں کا تسلسل قائم ہو جاتا ہے تو آدمی شکوک و شبہات میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ اس کا علاج بہت آسان ہے۔ نیم کے پتے سائے میں خشک کر کے سکھالیں اور پیتل کے ہاون دستہ میں کوٹ کر سفوف بنالیں۔ یہ سفوف صبح شام 3,3 ماشہ اپنے والد صاحب کو کھلائیں۔ چند روز میں افاقہ نظر آجائے گا۔ دوران علاج نمک، کھٹاس اور معدہ کو خراب کرنے والی غذائیں اور چکنائی سے پرہیز کریں۔ نیلی شعاعوں کا پانی تیار کر کے دو، دو اونس صبح اور شام پلادیا کریں۔

## مشین مین

سوال: میں بحیثیت آفسٹ مشین مین کراچی سے ریاض آیا چونکہ جگہ نئی تھی اور نئی مشین اور نیا ماحول تھا اور ابھی میں اس مشین کو صحیح طریقہ پر سمجھ بھی نہیں پایا تھا کہ پریس کے مالک نے مجھے اس مشین پر بطور ٹرائی کھڑا کر دیا۔ کچھ تو میں پہلے گھبرایا ہوا تھا اور ٹرائی کے وقت جب وہ میرے قریب کھڑا ہو گیا تو میں مزید پریشان ہو گیا اور مجھ سے مشین نہیں چل سکی۔ حالانکہ میں نے کراچی میں آفسٹ مشین پر کافی کام کیا ہے۔ بس یوں سمجھئے کہ اسی دن سے میری کم بختی آئی۔ اول تو وہ لوگ مجھے واپس بھیج رہے تھے مگر منت ساجت پر انہوں نے مجھے رکھ تو لیا مگر میری تنخواہ 1300 ریال سے کم کر کے 800 ریال کر دی اور مجھ سے کہا کہ تمہیں ہر وہ کام کرنا پڑے گا جو ہم کہیں گے۔ مثلاً جھاڑو دینا، لوڈنگ کرنا اور باقی وقت میں بائنڈنگ کرنا۔ تب سے میں یہ کام کر رہا ہوں۔ مگر کچھ دوستوں کی مہربانی سے میں نے دوسرے پریس میں جا کر اس مشین پر اپنا ہاتھ سیٹ کر لیا ہے اور وہاں میں نے یہ مشین کافی چلائی بھی ہے مگر اب میرا مالک مجھے اپنے پریس میں اس مشین کے پاس بھی نہیں جانے دیتا۔ سارا سارا دن مجھے پریس میں سب لوگوں کے سامنے بہت برے طریقے سے ذلیل کرتا ہے اور سارا سارا دن مجھے پریشان کرتا ہے۔ اس وجہ سے میرا ذہنی سکون بالکل ختم ہو گیا ہے اور میں ہر وقت پریشان رہتا ہوں۔ برائے مہربانی میرے اس مسئلہ کا حل بتائیں۔ مجھ دکھی پر آپ کا احسان ہو گا۔

جواب: آدھی رات گزرنے کے بعد مصلیٰ پر بیٹھ کر 313 بار یاوہاب پڑھ کر اپنے اوپر دم کر کے دعا مانگیں۔ اللہ تعالیٰ سے کہیں کہ پریس کا مالک آپ کے اوپر مہربان ہو جائے۔ دعا کے وقت آپ یہ تصور بھی کریں کہ آپ عرش کے نیچے ہیں اور اللہ تعالیٰ آپ کو دیکھ رہے ہیں۔ انشاءاللہ چند ہفتوں کے اس عمل سے آپ مشین مین بن جائیں گے۔ کثرت سے وضو یا بغیر وضو یاحی یاقیوم کا ورد کریں۔

## میرا جسم بوجھ ہے

سوال: جو کام بہت پسند تھے اور جن سے خوشی حاصل ہوتی تھی ان ہی کاموں سے بے حد نفرت ہو گئی ہے بلکہ ان سے دہشت سی ہوتی ہے مثلاً موسیقی اور اخبار سے بے حد لگاؤ تھا۔ لیکن اب ان سے اتنی ہی زیادہ نفرت ہو گئی ہے۔ اب ان سے دور بھاگتا ہوں۔ دل بالکل مردہ ہو گیا ہے۔ رات کو ڈراؤنے خواب بھی نظر آتے ہیں جہاں بیٹھتا ہوں نیند آنے لگتی ہے۔ بس میں سفر کر رہا ہوں یا نماز کے دوران غنودگی طاری ہونے لگتی ہے۔ جب منفی خیالات کا دورہ پڑتا ہے تو جسم بالکل بے بس اور بے جان ہو جاتا ہے۔ اس وقت میری عمر بتیس سال ہے اور غیر شادی شدہ ہوں۔ غربت اور مسلسل ناکامیوں کا سامنا کرتا رہا ہوں۔ قدم قدم پر ناکامی کا منہ دیکھنا پڑتا ہے۔ بے روزگاری اور مایوسی کے علاوہ کبھی بھی کچھ نہیں ملا۔ شاید اس لئے ذہنی کیفیت خراب ہو گئی ہے۔ حالات جوں کے توں ہیں۔ ہر مشکل کا مقابلہ کیا ہے لیکن اس ذہنی عارضے کے سامنے بالکل بے بس ہو گیا ہوں۔ کبھی سوچتا ہوں کہ اتنی لمبی عمر کیسے گزرے گی۔ پھر سوچتا ہوں کہ کاش مر جاؤں لیکن حرام موت سے بھی ڈر لگتا ہے۔ میرا جسم میرے لئے ایک بوجھ بن گیا ہے۔ نہ مر سکتا ہوں اور نہ زندہ رہ سکتا ہوں۔ ماضی سے بے حد

نفرت ہو گئی ہے۔ کوئی پرانا دوست ملے یا پرانا گانا سنوں تو وحشت سی ہوتی ہے۔ خدا کے لئے مجھے اس ذہنی اذیت سے نجات دلائیں۔ خدارا مجھے اس گڑھے سے نکال لیں۔ میں آپ کو کیا دے سکتا ہوں سوائے دعاؤں کے۔ خدا کے لئے کوئی آسان سا عمل بتا دیں۔ جس سے میں نارمل ہو جاؤں کیونکہ میں بڑا بے بس ہو گیا ہوں۔

جواب: آپ اپنے سراپے کا پوسٹ کارڈ سائز نیگیٹیو بنوا لیں۔ (اگر براہ راست نیگیٹیو نہ بن سکے تو پوسٹ کارڈ سائز پازیٹو کا ریورس REVERSE نکلوا لیں)۔ اس نیگیٹیو کو سفید شیٹ پر چسپاں کر کے چار فٹ کے فاصلے سے ٹکٹکی باندھ کر دیکھیں۔ ارتکاز توجہ کی یہ مشق رات سوتے وقت اندازاً پانچ منٹ تک کریں۔

تین ماہ تک نمک کم سے کم کر دیں۔ تین وقت ایک چمچ شہد کھائیں۔ اس پر ایک بار اَلرَّضَاعَتُ عَمَّانُوئِیل پڑھ لیا کریں۔ صبح فجر کی نماز کے بعد سو مرتبہ اِنَّالِلّٰہِ وَاِنَّا اِلَیْہِ رَجِعُوْنَ پڑھ کر آنکھیں بند کر کے بیٹھ جائیں اور بند آنکھوں سے یہ تصور کریں کہ پیشانی پر دونوں ابروؤں کے درمیان ایک مثلث ہے اور اس مثلث میں ایک نقطہ ہے اور اس نقطے سے مرکری رنگ روشنیاں نکل رہی ہیں۔ دس منٹ تک عمل کی مدت اکیس یوم ہے۔

# نماز میں یکسوئی

سوال: میں جب نماز پڑھتا ہوں منتشر خیالات میں میرا ذہن بھٹکتا رہتا ہے۔ کوئی ایسا عمل بتا دیں کہ نماز میں یکسوئی حاصل ہو جائے۔

جواب: نماز کی نیت باندھنے کے بعد نظر دونوں پیروں کے انگوٹھوں پر جمائیں۔ اس کی عملی توجیہہ یہ ہے کہ آدمی کے اندر دور کرنے والی برقی رو ہمہ وقت پیروں کے ذریعہ زمین میں ارتھ ہوتی رہتی ہے اور یہ برقی رو ہی حواس بننے کا ذریعہ بنتی ہے۔ اگر برقی رو میں ذہن جذب ہو جائے تو خیالات ایک نقطہ پر مرکوز ہو جاتے ہیں۔

# نیند نہیں آتی

سوال: ہم آٹھ بہنیں ہیں اور ہمارا ایک بھائی ہے۔ ہماری ساری امیدیں اسی بھائی سے وابستہ ہیں۔ مسئلہ یہ ہے کہ ہمارے بھائی کو رات نیند نہیں آتی جس کی وجہ سے وہ بہت کمزور ہو گئے ہیں۔ انہیں قبض کی بھی شکایت رہتی ہے۔ بہت علاج کرایا مگر کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ سب جگہ سے مایوس ہو کر آپ کی خدمت میں حاضر ہوئی ہوں۔ ایسا علاج بتا دیں کہ میرے بھائی کی ساری بیماریاں ختم ہو جائیں۔

جواب: آپ عظیمی دواخانہ کی تیار کردہ قرص مقوی دماغ ایک گولی صبح، ایک شام دودھ کے ساتھ بھائی کو کھلائیں۔ سونے سے پہلے ان کے سر پر بالوں کی جڑوں میں روغن گلو سبز کی مالش کریں۔ بھائی سے کہیں کہ جب سونے کے لئے لیٹیں تو آنکھیں بند کر کے یہ تصور کریں کہ ان کے پیٹ پر شیشے کا ایک ٹرانسپیرنٹ جار رکھا ہوا ہے اور آسمان سے نیلی روشنیاں اس جار میں وارد ہو کر ذخیرہ ہو رہی ہیں۔ نیلی روشنیوں کے ذخیرہ ہونے کا تصور کرتے کرتے سو جائیں۔ علاج کی مدت چالیس دن ہے۔

# نامعلوم بیماری

سوال:      ہمارے ماموں کی عمر تقریباً 49 سال ہے۔ ہم آج تک نہیں سمجھ پائے کہ انہیں کیا بیماری ہے؟ ڈاکٹر نے انہیں ذہنی مریض بتایا ہے۔ پیروں، فقیروں نے جادو کا اور عامل حضرات نے آسیب کا اثر بتایا ہے۔ ہر طرح کے دم علاج کے باوجود ہم نے انہیں صحت مند نہیں دیکھا۔ ہمیں آپ پر کامل اعتماد ہے۔ کوئی ایسی دعا،

دوا یا وظیفہ تحریر فرمادیں کہ ماموں صحت مند ہو جائیں۔

جواب:      آپ مندرجہ ذیل تعویذ کاغذ پر لکھ کر موم جامہ کر کے ماموں کے گلے میں ڈال دیں۔ اور دو روپے خیرات کریں۔

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| ۷ | ۶ | ۵ | ۴ | ۳ | ۲ | ۱ |
| ۱۴ | ۱۳ | ۱۲ | ۱۱ | ۱۰ | ۹ | ۸ |

اس کے ساتھ ساتھ ایک ماہ تک نمک بالکل بند کر دیں اور صبح، دوپہر، رات ایک ایک چمچ شہد پر تین بار اَلرَّضَاعَتُ عَمَانُوِیْل پڑھ کر کھلائیں۔ کم از کم سینتالیس دن تک۔

# نزلہ

سوال:      محترم خواجہ عظیمی صاحب! میں آپ کی شاگردی میں آنا چاہتا ہوں اور میری خواہش ہے کہ آپ مجھے بھی عظیمیہ سلسلہ میں شامل کر لیں۔ دو مرتبہ مرکزی مراقبہ ہال میں آپ کی عظیم فکری نشست میں شرکت کر چکا ہوں اور قریب سے آپ کو دیکھ چکا ہوں۔ میں آپ سے اس قدر متاثر ہوں کہ اب مسلسل چھ ماہ سے روحانی ڈائجسٹ کا قاری ہوں اور ہر ماہ کے روحانی پروگرام سے مستفید ہو رہا ہوں۔ اب میرے پاس آپ کی کتابوں کے علاوہ آپ کے مسائل کے کالم کا فائل بنا ہوا ہے۔ مرض کی تفصیلات لکھ رہا ہوں۔ علاج تجویز فرمادیں۔

سر میں اکثر درد ہوتا ہے۔ کبھی آدھے سر میں دائیں طرف کبھی بائیں طرف۔ سر میں خشکی زیادہ ہے اور سر میں خارش اور جلن بھی ہوتی ہے۔ چکر بھی آتے ہیں۔ کھانا کھاتے وقت جب نوالہ چباتا ہوں اس وقت یہ چکر زیادہ آنے لگتے ہیں۔ اکثر و بیشتر نزلہ وزکام رہتا ہے۔ کبھی دائیں طرف کی ناک بند ہو جاتی ہے تو کبھی بائیں طرف کی جس کی وجہ سے سانس لینے میں مشکل پیش آتی ہے اور دم گھٹنے لگتا ہے۔ سر کے بال آہستہ آہستہ سفید ہوتے جا رہے ہیں اور بال ٹوٹ کر گرنے لگے ہیں۔ جب سر میں درد ہوتا ہے تو دونوں آنکھوں میں بھی درد ہوتا ہے۔ آنکھوں سے پانی بہتا ہے۔ آنکھوں میں خارش ہوتی ہے اور آنکھوں کے سامنے گول دائرے نظر آتے ہیں۔ دونوں کانوں میں بھی درد ہوتا ہے کبھی کبھی کان میں سیٹی بجتی ہے اور شوشوں کی آواز آتی ہے۔ 1984ء میں گلے کا آپریشن ہوا تھا۔ ڈاکٹر نے ٹانسلز نکال دیئے تھے۔ لیکن اب بھی اکثر و بیشتر گلے میں درد ہوتا ہے اور ذرا سی کھٹائی یا ٹھنڈی چیز کھاتے ہی یہ تکلیف ہو جاتی ہے۔ عقل داڑھ میں کبھی کبھی درد ہوتا ہے۔ گرم چیز یا ٹھنڈا پانی دانتوں کو لگتا ہے۔ دائیں طرف جبڑہ کھانا چباتے وقت یا منہ کھولتے وقت ٹک ٹک کی آواز کرتا ہے۔ منہ میں اور زبان پر چھالے پڑ گئے ہیں۔

جواب:      معدہ مستقل خراب رہنے کی وجہ سے پرانا نزلہ اور ساری بیماریوں کی جڑ نظام ہضم کا خراب ہونا اور نزلہ ہے۔ رنگ اور روشنی سے علاج کے طریقے پر علاج کریں۔

## ھوالشافی

| | |
|---|---|
| نیلی شعاعوں کا پانی | صبح شام |
| زرد شعاعوں کا پانی | کھانے سے پہلے |
| نارنجی شعاعوں کا پانی | کھانے کے بعد |
| خوراک 2,2 اونس | |

## نشہ کی عادت

سوال: میرے بھائی کی عمر ستائیس سال ہے آج کل کے خراب ماحول اور طرح طرح کی برائیوں کا شکار ہے۔ ہمارے تمام بھائی بہنوں اور والدین کی امید کا سہارا تھا۔ جانے کس کی نظر لگی۔ میٹرک کے بعد مشکل سے پرائیویٹ انٹر پاس کیا۔ نوکری کرنے میں سنجیدہ نہیں ہے۔ کسی کام میں دل نہیں لگتا۔ بری محفل اور ناپسندیدہ لوگوں کی محفل میں اٹھتا بیٹھتا ہے۔ نشہ کی بھی عادت پڑ گئی ہے۔ والدین اس کی وجہ سے بہت پریشان ہیں۔ آپ سے درخواست کرتے ہیں کہ کوئی ایسا عمل بتادیں جس سے ہمارا بھائی راہ راست پر آجائے اور والدین نیز بھائی بہنوں کو سکون مل جائے۔ ہمارے بھائی کے اوپر کوئی نصیحت اثر نہیں کرتی۔

جواب: میری دعا ہے کہ اللہ تعالیٰ تمام نوجوان نسل کو برائیوں سے محفوظ رکھے۔ آپ کا بھائی جب رات کو گہری نیند سو جائے تو اس کے سرہانے کھڑے ہو کر یہ آیت اتنی بلند آواز سے پڑھیں کہ اس کی نیند خراب نہ ہو۔

یَاَیُّھَاالَّذِیْنَ اٰمَنُوْ اِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَیْسِرُ وَالْاَنْصَابُ وَالْاَزْلَامُ رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّیْطٰنِ فَاجْتَنِبُوْہُ لَعَلَّکُمْ تُفْلِحُوْنَ۔

انشاءاللہ چالیس دن کے اس عمل سے آپ کا بھائی راہ راست پر آجائے گا۔ آیت کا ورد کوئی بھی کر سکتا ہے۔

## نارمل باپ

سوال: میرے والد دو سال سے نہایت شکی مزاج ہو گئے ہیں۔ اس سے پہلے ان میں یہ بات نہیں تھی۔ اب صورت حال یہ ہے کہ ہم بہنوں کو بازار کسی ضروری کام سے نہیں جانے دیتے۔ کسی رشتہ دار کے گھر جانے کی اجازت نہیں۔ محلے والے تو کسی گنتی ہی میں نہیں۔ کوئی بھی ان کے شرافت کے معیار پر پورا نہیں اترتا کوئی دروازے پر نہیں جا سکتا۔ ہر وقت دروازے بند اور پردے ڈالے رکھتے ہیں۔ والدہ سے کئی مرتبہ اس انداز میں گفتگو کر چکے ہیں کہ ہم برداشت نہیں کر پاتے مگر سوائے رونے کے کچھ نہیں کر سکتے۔ اس ماحول میں ہم بہن بھائی اور والدہ ذہنی مریض ہوتے جا رہے ہیں۔ غصہ بے انتہا ہے اتنا کہ قابو سے باہر ہو جاتے ہیں۔ گھر میں سکون نام کی کوئی چیز نہیں۔ ہمیں کچھ نہیں چاہئے بس اتنا چاہتے ہیں کہ ہمارے والد نارمل ہو جائیں۔

جواب: سب کاموں سے فارغ ہونے کے بعد رات کو سونے سے پہلے سورہ اخلاص 41 بار پڑھ کر آپ کی والدہ صاحبہ آپ کے والد صاحب کا تصور کرتے کرتے سو

جائیں۔ آپ خود مراقبہ کریں۔ مراقبہ سبز روشنی کا کریں۔ مراقبہ کے بعد یہ تصور کریں کہ آپ کے اندر سے روشنیاں نکل کر والد صاحب کے دماغ میں جمع ہو رہی ہیں۔ روشنی سبز رنگ کی ہونی چاہئے۔ والد صاحب کو شہد اور کھجور روزانہ ضرور کھلائیں۔ انشاءاللہ آپ کے والد صاحب نارمل ہو جائیں گے۔

## والد کی بیماری اور کاروباری پریشانی

سوال: میرے والد کو دل کا دورہ پڑ چکا ہے، ڈاکٹروں نے بتایا ہے کہ ان کے دل کا ایک وال بھی خراب ہے۔ والدہ کے گردے میں پتھری ہے۔ میرے والد ڈاکٹر کی دوائی تو کھاتے ہیں لیکن پرہیز نہیں کرتے۔ آپ میرے والد کے لئے کوئی دعا کیجئے جس سے وہ تندرست ہو جائیں۔

جب ہم بہن بھائی چھوٹے چھوٹے تھے تو میرے والد کا کام خوب چلتا تھا۔ لیکن چند سالوں سے بس ایسا چل رہا ہے کہ روٹی ہی کھا سکتے ہیں۔ آپ کاروباری برکت کے لئے کوئی دعا بتا دیجئے۔ مہربانی ہوگی۔

جواب: آپ کے والد صاحب جب بھی پانی پئیں نو مرتبہ بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ اَلۡمَلِکُ الۡقُدُّوۡسُ اَلرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ دم کر کے پئیں اور صبح نہار منہ اور رات کو سوتے وقت نیلی شعاعوں کے تیل کی دائروں میں مالش کریں۔ صبح شام سبز شعاعوں کا پانی اور کھانے سے پہلے زرد شعاعوں کا پانی دو، دو اونس پئیں۔

## وہم کا مرض

سوال: میں ایک طالب علم ہوں اور روحانی ڈائجسٹ کا آٹھ سال سے قاری ہوں۔ میری چار بہنیں ہیں کوئی بھائی نہیں۔ بڑی باجی پچھلے تیرہ سال سے عجیب بیماری میں مبتلا ہے۔ وہ ہر چیز سے پرہیز کرتی ہے۔ تمام بہنوں سے نفرت کرتی ہے۔ آٹھ نو سال سے ان کی شکل نہیں دیکھی صرف مجھ سے اور امی ابو سے بات چیت کرتی ہے۔ گھر کا ایک حصہ اپنے لئے مخصوص کر لیا ہے۔ سب پر حکم چلاتی ہے۔ اگر بہنوں میں سے کسی کی آواز بھی سنے تو سارا محلہ سر پر اٹھا لیتی ہے۔ امی کو تین تین گھنٹے کھڑا رکھتی ہے اور گالیاں دیتی رہتی ہے۔ کھانا نگل نہیں سکتی اس لئے امی کو کچھ کھاتے وقت ساتھ بٹھاتی ہے۔ دو یا کبھی تین دن نہاتی رہتی ہے۔ کسی کو گھر میں آنے نہیں دیتی اور کوئی باہر بھی اپنی مرضی سے نہیں جا سکتا۔ کہتی ہے کہ اسے رنگین دھبے اور روشنیاں نظر آتی ہیں۔ گھر کا سارا سامان تباہ ہو چکا ہے کسی کو کچھ استعمال کرنے نہیں دیتی۔ امی کو شوگر کی بیماری ہے۔ مجھے گردے کی پتھری کی شکایت ہے۔ بہت علاج کروایا لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ کوئی کہتا ہے کہ کالا جادو ہے۔ کوئی قریب سے بھی گزر جائے تو کہتی ہے کہ وہ ناپاک ہو گئی اور گالیاں دیتی ہے۔ امی ابو ہر وقت لڑتے رہتے ہیں۔ بات بات پر لڑائی ہوتی ہے۔ ابو خود بھی ہر وقت بے چین رہتے ہیں۔ باجی کی عمر اس وقت 45 سال کے قریب ہے۔ شادی نہیں ہو سکی جب کہ باقی بہنوں کی عمریں کافی ہو چکی ہیں۔ ایک کی بھی شادی نہیں ہوئی۔ گھر میں سکون نام کی کوئی چیز نہیں ہے۔ جس کی وجہ سے میری پڑھائی کا حرج ہو رہا ہے۔ دن بدن حالات بگڑتے جا رہے ہیں۔

جواب: آپ کی بہن کو وہم کا مرض ہے۔ سائیکاٹرس (ماہر نفسیات ڈاکٹر) کو دکھائیں اور ڈاکٹر کی ہدایات پر پورا عمل کریں۔

12x9 انچ شیشے کے اوپر نیلا رنگ پینٹ کرا کے وقفہ وقفہ سے دکھائیں۔

## ہونٹ

سوال: میرے دوست کے ہونٹوں پر سات آٹھ سال پہلے دانے نکلے تھے جن سے پانی بھی رستا تھا۔ چار سال تک اسی طرح ہوتا رہا کہ دانے نکلتے تھے پھر ٹھیک ہو جاتے تھے۔ اب صورتحال یہ ہے کہ تین چار مہینے کے بعد وہ دانے نکلتے ہیں۔ اس بیماری کی وجہ سے اس کے ہونٹوں کا رنگ تبدیل ہو گیا ہے۔ آپ سے درخواست ہے کہ کوئی زود اثر علاج یا عمل بتا دیں کہ میرے دوست کا اصل رنگ واپس آ جائے۔

جواب: آپ اپنے دوست صاحب سے کہیں کہ اپنے معدہ کا بہت خیال رکھیں۔ گوشت خوری جس میں انڈہ بھی شامل ہے ترک کر دیں۔ تین ماہ تک صرف سبزیاں کھائیں۔ رات سوتے وقت دودھ کی بالائی ہونٹوں پر لگایا کریں۔

## ہر وقت غصہ

سوال: ہمارے والد صاحب بہت زیادہ بدمزاج اور بداخلاق ہوگئے ہیں۔ ہر وقت غصہ میں رہتے ہیں۔ ہم بھائیوں، بہنوں اور والدہ سے ہر وقت خفا رہتے ہیں۔ گالیاں دیتے اور مارتے ہیں۔ ہم کو شک ہے کہ والد صاحب پر کسی نے تعویذ کر دیئے ہیں اگر ایسا نہیں ہے تو ان کے مزاج کو صحیح کرنے کا آسان طریقہ بتلائیں۔

جواب: اپنی والدہ سے کہیں کہ صبح سورج نکلنے سے پہلے ایک گھونٹ پانی پر صرف ایک بار یاودود پڑھ کر دم کر کے رکھ لیں۔ والد صاحب کے لئے جب کوئی مشروب یا چائے بنائیں تو دم کیا ہوا پانی اسی میں شامل کر کے پلائیں۔ عمل کی مدت 40 دن ہے۔ ممکن ہو تو والد صاحب کے کھانوں میں نمک کی مقدار کم اور میٹھے کی مقدار بڑھا دیں۔

## ہڈی بڑھ گئی

سوال: میری ناک اکثر بند رہتی ہے اور سانس لینے میں دشواری ہوتی ہے۔ ڈاکٹری معائنہ کے بعد پتہ چلا کہ ناک کی ہڈی بڑھ گئی ہے اور آپریشن کرانا ہو گا۔ میں قطعی آپریشن کرانا نہیں چاہتا۔ آپ کے مشورہ کا منتظر ہوں۔ کوئی علاج تجویز کر دیں۔

جواب: نیم گرم پانی میں نمک ملا کر صبح اور شام کئی بار ناک میں پانی چڑھائیں۔ پانی چڑھانے کا یہ عمل اس طرح کریں کہ جس طرح وضو کرتے وقت ناک میں پانی دیا جاتا ہے۔ اس کے علاوہ روزانہ دو وقت زرد شعاعوں کے تیل کی ناک کے بیرونی حصہ پر انگوٹھے اور انگشت شہادت سے دائروں میں ہلکے ہاتھ سے مالش کریں۔ دو تین ماہ کے اس علاج سے آپ کے ناک کی بڑھی ہوئی ہڈی معمول پر آ جائے گی۔

## ہمت مرداں

سوال: آج کل ہر لمحہ آپ مجھے بہت یاد آتے ہیں۔ خدا ہمیشہ آپ کو اپنے حفظ وامان میں رکھے اور میری عمر بھی آپ کو لگا دے۔ تاکہ بہت سے لوگ آپ سے مستفید ہو سکیں۔

آپ بھی کہتے ہوں گے کیسا بے وقوف شخص ہے۔ ایک خط کا جواب لکھتے ہیں دوسرا آ جاتا ہے۔ لیکن میں بھی کیا کروں۔ مجھے چین ہی نہیں ملتا۔ خط لکھ دیتا ہوں تو چند دنوں کے لئے ایک اطمینان اور سکون مل جاتا ہے۔ امید ہے آپ برا نہیں مانیں گے بلکہ اس کا جواب جلد دیں گے اور وعدہ کرتا ہوں کہ پھر ایک مہینے تک آپ کو خط نہیں لکھوں گا۔

ڈھائی سال سے آپ کی تحریر سے مستفیض ہو رہا ہوں۔ زندگی رہی تو ملاقات بھی ہو جائے گی۔ ہمت کر رہا ہوں کہ آپ کے روبرو آ جاؤں۔

آپ کی تحریروں میں پڑھا ہے کہ ہر شخص کے دورخ ہوتے ہیں۔ مردانہ اور زنانہ اور ان سے کوئی بھی رخ اس پر غالب آجاتا ہے۔ بعض اشخاص پر ظاہری طور پر جیسے وہ ہوتے ہیں وہی رخ غالب آتا ہے اور دوسرا رخ اسے کشش کرتا ہے اور بعض اوقات ظاہری طور پر شخص کچھ اور ہوتا ہے اور رخ کوئی اور اس پر غالب آجاتا ہے اور اس طرح وہ شخص ڈبل مائنڈ ہو جاتا ہے۔ اور نہ پائے رفتن نہ جائے ماندن کا مصداق بن جاتا ہے۔

میرا مسئلہ مندرجہ ذیل ہے کہ ظاہری طور پر تو میں مرد ہوں لیکن رخ مجھ میں زنانہ غالب ہے۔ ایک لمبی بات ہے کہ ایسا کیوں ہوا۔ اب تو گزارہ ہو گیا وہ بھی اس طرح کہ میں تنہائی پسند ہو گیا۔ ہر کسی سے قطع تعلق کر لیا لیکن ہر جگہ بڑی عورتیں میری بہنیں بنتی رہیں جس نے میرے زنانہ رخ کو اوراجاگر کر دیا۔ میری آواز باریک ہو گئی۔ عورتوں سے تو بول لیتا ہوں مگر مردوں سے نظریں نہیں ملا سکتا۔ بعض اوقات میں تو بات کر لیتا ہوں لیکن انہیں سنائی نہیں دیتی۔ میرا چلنا بقول دوسروں کے لڑکیوں کی طرح سے ہے۔ میرا کھانا، پینا، بیٹھنا سب لڑکیوں سے ملتا ہے۔ بعض اوقات لوگ تیسری جنس بھی کہہ دیتے ہیں۔ پہلے مجھے احساس ہوتا تھا، روتا تھا خود کشی کے بارے میں سوچتا تھا لیکن اب عادت پڑ گئی ہے۔ جنسی کشش کبھی کبھی محسوس ہوتی ہے۔ اتنا سچ اس لئے لکھ رہا ہوں کہ آپ میری شخصیت کو سمجھ سکیں خدا کا لاکھ لاکھ شکر ہے ہر قسم کی برائی سے پاک ہوں۔ کھانا ہر قسم کا پکا سکتا ہوں اور اتنا لذیذ ہوتا ہے جس کی کوئی حد نہیں۔ کافی عرصہ میں نے گھر میں یہ کام کیا ہے۔ روٹیاں پکانا تو مجھے بہت اچھا لگتا ہے۔ کبھی قدرت نے یاوری کی تو آپ کو اپنے ہاتھ کی روٹی ضرور کھلاؤں گا۔

الغرض دوسرا رخ مجھ پر غالب ہے۔ لیکن ہوں مردیوں ڈبل مائنڈ ہو گیا ہوں۔ سمجھ میں نہیں آتا کہ کیا کروں کیا نہ کروں۔ رو رو کر دعائیں مانگ چکا ہوں۔ لیکن پتہ نہیں کہ دعائیں کہاں چلی جاتی ہیں۔

یہ بھی آپ کی تحریروں میں پڑھا ہے کہ تھوڑی کوشش سے ہم اپنے اصلی رخ کو اجاگر کر سکتے ہیں۔ اب میری عمر 20 سال ہو چکی ہے۔ پلیز کوئی طریقہ یا وظیفہ بتائیں میں تا زیست آپ کا احسان مند رہوں گا۔

جواب: آدھی رات گزرنے کے بعد 100 بار بسم اللہ کے ساتھ اَلرِّجَالُ قَوّٰمُوْنَ عَلَی النِّسَاءِ پڑھ کر گلابی رنگ کی روشنی کا مراقبہ کریں۔ روزانہ پندرہ منٹ۔ رات کو سوتے وقت ایک چھٹانک چلغوزے کھا لیا کریں۔ چار ماہ کے بعد حالات سے مطلع کریں۔

## ہائی بلڈ پریشر

سوال: آپ کی تحریر سے ہزاروں پریشان حال اپنی بیماری کا علاج کرواتے ہیں اور کوئی شخص آپ کی محبت و شفقت سے محروم نہیں لوٹا۔ آج میں اپنا مسئلہ لے کر حاضر ہوا ہوں۔ امید ہے آپ مدد کریں گے۔

عرض یہ ہے کہ میری عمر 54 سال ہے۔ مجھے کافی عرصہ سے ہائی بلڈ پریشر کی بیماری ہے۔ کافی علاج کیا، ڈاکٹروں اور حکیموں سے ملا لیکن دائمی فائدہ نہیں ہوا۔ ازراہ کرم کوئی ایسا وظیفہ یا عمل بتا دیں جس سے میری یہ بیماری ختم ہو جائے۔

جواب: میری دعا ہے کہ اللہ آپ کو اس بیماری سے نجات دے عمل حاضر ہے۔ زعفران اور عرق گلاب سے بلور کی پلیٹ پر یا مٹی کی کوری رکابی پر گیارہ مرتبہ یا حی لکھ کر صبح، شام، رات پانی سے دھو کر پئیں۔ ذہنی الجھن اور اعصابی کمزوری جیسی بیماری دور ہو گی اور جب بھی پانی پئیں یَا حَیُّ قَبْلَ کُلِّ شَیْءٍ ۔ وَ یَا حَیُّ بَعْدَ کُلِّ شَیْءٍ تین مرتبہ پڑھ کر دم کر لیا کریں۔

انشاءاللہ چالیس دن کے اس عمل سے اللہ آپ کو صحت یابی دے گا۔ ہر جمعرات کو سوا پانچ روپے خیرات کریں۔

## یَاسَلَامُ

سوال: میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں ہر وقت پریشان رہتا ہوں۔ کام میں برکت نہیں۔ گھر میں خوشحالی نہیں اور گھر کے افراد آپس میں لڑتے رہتے ہیں۔

جواب: آپ چلتے پھرتے، اٹھتے بیٹھتے، وضو بغیر وضو ہر وقت یاسلام کا ورد کریں۔اس عمل سے آدمی آفات ارضی و سماوی سے اور دنیاوی مصیبتوں سے محفوظ رہتا ہے۔

رات کو سونے سے قبل نیلی روشنیوں کا مراقبہ کریں۔انشاءاللہ یاسلام کا ورد کرنے سے آپ کی تمام روحانی وجسمانی بیماریاں ختم ہو جائیں گی۔گھر میں خوشحالی، رزق میں فراوانی اور ذہنی سکون نصیب ہوگا۔ ہر شخص کو بلاامتیاز رنگ و نسل سلام کریں۔ہر جمعرات کو سواپانچ روپے خیرات کریں۔

اللہ ہم سب کا حامی و ناصر ہو۔

## یَا حَیُّ یَا قَیُّوْمُ

سوال: میں بی اے کا طالب علم ہوں۔میری عمر بائیس سال ہے۔والدین کی اعلیٰ تربیت کے باوجود ایک کمزوری ہے جو مجھے ہر وقت پریشان رکھتی ہے۔وہ کمزوری یہ ہے کہ میں کسی سے مخاطب نہیں ہو سکتا۔ہر وقت کسی انجانے خوف اور احساس کمتری کا شکار رہتا ہوں۔ محفل میں نہیں جا سکتا اور نہ ہی خاندانی معاملے میں کوئی کردار ادا کر سکتا ہوں۔ہر وقت یوں سوچتا ہوں کہ میں تمام کمزوریوں کا مجموعہ ہوں۔اور سارے لوگ مجھ سے افضل اور اعلیٰ ہیں۔میرے والدین بھی اس کمزوری پر کافی پریشان ہیں۔

جواب: آپ کسی طور پر بھی احساس کمتری میں مبتلا نہ ہوں۔آپ مکمل خود اعتماد انسان ہیں۔شیطان جو کہ ازل سے انسان کا دشمن ہے۔اس کی پہلی کوشش یہ ہوتی ہے کہ وہ کسی طرح انسان کو کوف اور غم میں مبتلا کر دے۔خوف میں مبتلا انسان اللہ کا دوست نہیں بن سکتا۔آپ روزانہ سونے سے قبل اول و آخر گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ سو دفعہ یاحی یاقیوم پڑھ کر نیلی روشنیوں کا مراقبہ کریں۔آنکھیں بند کر کے یہ تصور کریں کہ آپ کے اوپر نیلی روشنیوں کی بارش ہو رہی ہے اور وہ روشنیاں آپ کے جسم میں جذب ہو رہی ہیں۔ عمل کی مدت تین ماہ ہے۔

## یَا رَحِیْمُ

سوال: محترم عظیمی صاحب! ہمارا بیٹا جس کی عمر سات سال ہے اس کی صحت دن بدن کمزور ہوتی جا رہی ہے جس کی بڑی وجہ یہ ہے کہ اس کو بھوک نہیں لگتی اور نہ اس کو کھانوں سے رغبت ہے۔ڈاکٹروں سے علاج کروایا لیکن اس کی خوراک اور صحت اسی طرح ہے ہم میاں بیوی کو اس بچے کی صحت کی بڑی فکر ہے۔آپ سے درخواست ہے کہ کوئی روحانی علاج تجویز فرما کر مشکور فرمائیں۔

جواب: آپ بیٹے کو کھانے کی جو بھی چیز دیں بسم اللہ الرحمٰن الرحیم کے ساتھ بارہ دفعہ یارحیم پڑھ کر دم کر کے کھلائیں۔ تین دن کے اس عمل سے اس کی بھوک کھل جائے گی اور اس کی صحت اور تندرستی بحال ہو جائے گی۔ہر جمعرات کو سواپانچ روپے خیرات کریں۔

## یَا فَتَّاحُ

سوال: میں عرصہ دراز سے ایک چھوٹی سی دوکان چلا رہا ہوں جس سے میں اپنے بچوں کی کفالت کر لیتا ہوں۔پچھلے چند ماہ سے ہماری دوکانداری میں فائدہ کی بجائے خسارہ ہو رہا ہے۔جس کی وجہ سے میں ہر وقت پریشان رہتا ہوں۔دن بدن قرض میں بھی اضافہ ہو رہا ہے۔آپ سے درخواست ہے کہ کوئی روحانی علاج بتادیں جس سے میرے اوپر سارا قرضہ ختم ہو جائے اور کاروبار میں ترقی ہو۔جواب کا انتظار رہے گا۔

جواب: اول و آخر ایک ایک مرتبہ درود شریف ایک بار بسم اللہ الرحمٰن الرحیم اور ایک ہزار بار یا فتاح سونے سے پہلے پڑھ کر دعا کریں اور بات کئے بغیر سو جائیں۔ جب آپ کا مقصد پورا ہو جائے تو بچوں میں شیرینی تقسیم کر دیں۔ ہر جمعرات کو سوا پانچ روپے خیرات کر دیں۔