1

غم اور پریشانی کا شرعی علاج

د/ مرتضی بن بخش (حفظہ اللہ)

AshabulHadith.com

2

اَلَّذِیۡنَ اٰمَنُوۡا وَ تَطۡمَئِنُّ قُلُوۡبُہُمۡ بِذِکۡرِ اللّٰہِ ؕ اَلَا بِذِکۡرِ اللّٰہِ تَطۡمَئِنُّ الۡقُلُوۡبُ

(ایسے ہی لوگ ہیں) جو ایمان لاتے ہیں اور ان کے دل اللہ کے ذکر سے مطمئن ہوتے ہیں۔ یاد رکھو، اللہ کے ذکر ہی سے دل چین پاتے ہیں۔ (الدعد:28)

اللَّهُمَّ رَحْمَتَكَ أَرْجُو فَلَا تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ، وَأَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ (ابوداود:5090)

اے اللہ میں تیری رحمت ہی کی امید رکھتا ہوں پس تو مجھے ایک آنکھ جھپکنے کے برابر میرے نفس کے سپرد نہ کر اور میرے لیے میرے تمام کام درست کر دے تیرے علاوہ کوئی عبادت کے لائق نہیں۔

3

1: معنی

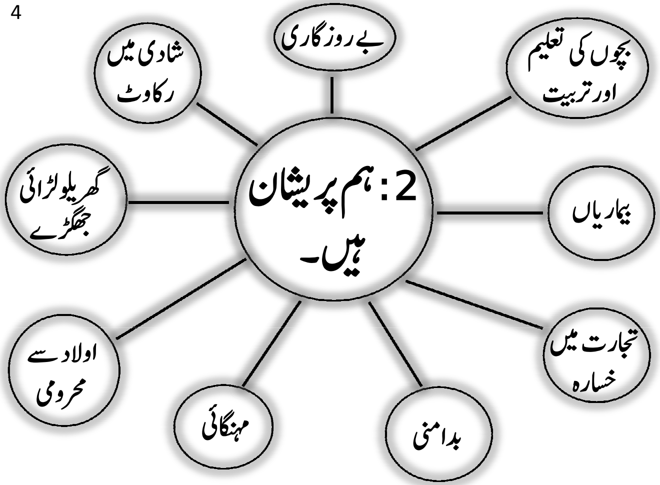
ھم: مستقبل میں آنے والی مصیبت یا تکلیف کی وجہ سے پریشانی

غم: حال میں موجودہ مصیبت یا تکلیف کی وجہ سے پریشانی

حزن: ماضی میں گزری ہوئی مصیبت یا تکلیف کی وجہ سے پریشانی۔

کرب: ان سب چیزوں کا مجموعہ

4



5

3: علاج کی قسمیں

1: غیر شرعی علاج

2: شرعی علاج

6

1: غیر شرعی علاج

1: جادو گروں اور عاملوں سے علاج۔

2: پیروں اور مرشدوں (درباروں) سے علاج

7

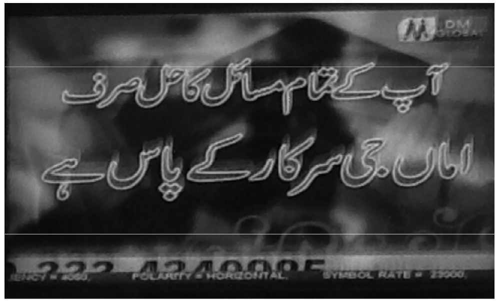
1: جادو گروں اور عاملوں سے علاج۔

8

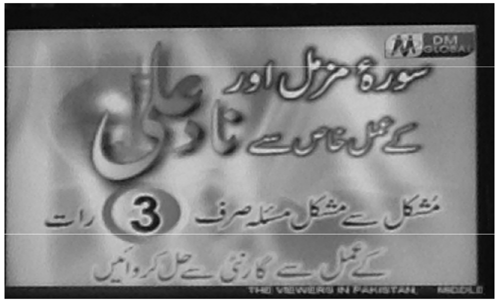
9

10

11

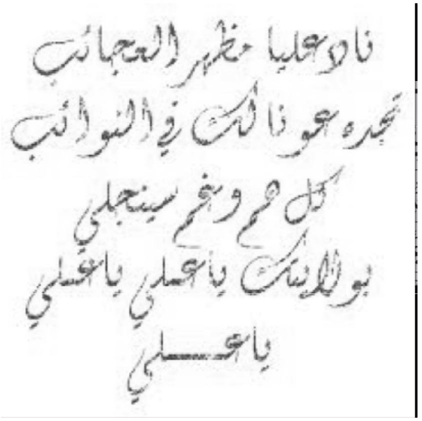


12



13

14


نادِ علیاً مظہر العجائب
تجدہ عوناً لک فی النوائب
کل ہم وغم سینجلی
بولایتک یا علی یا علی
یا علی

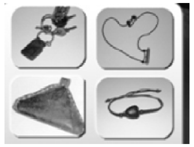
15

نادِ علیاً مظہر العجائب
تجدہ عوناً لک بالنوائب کل غم وہم سینجلی
بعظمتک یا اللہ بنبوتک یا محمد بولایتک یا علی یا علی

16

جادو گر کی بعض علامات

نقش اور نمبر طلاسم لکھنا


تعویذ اور گنڈے

مریض کی خاص چیزیں مانگنا

انڈے، تالے اور چابیوں وغیرہ کا استعمال کرنا

زمین میں دفن کرنے اور پانی میں ملانے کے لیے بعض چیزیں دینا

17

یہ غیر شرعی علاج کیوں ہے؟

مَنْ أَتَى كَاهِنًا فَصَدَّقَهُ بِمَا يَقُولُ فَقَدْ كَفَرَ بِمَا أُنْزِلَ عَلَى مُحَمَّدٍ

جو شخص کسی کاہن کی پیشین گوئی کی تصدیق کرے تو اس نے اس چیز کا انکار کیا جو اللہ نے محمد (صلی اللہ علیہ وسلم) پر نازل کی۔ (ابوداود: 3904)

مَنْ أَتَى عَرَّافًا فَسَأَلَهُ عَنْ شَيْءٍ لَمْ تُقْبَلْ لَهُ صَلَاةٌ أَرْبَعِينَ لَيْلَةً

جس نے کسی عراف کے پاس جاکر اس سے کسی چیز کے بارے میں سوال کیا تو اس کی چالیس رات (یعنی دنوں) کی نمازیں قبول نہیں ہوتی۔ (مسلم: 223)

18

2: پیروں اور مرشدوں (درباروں) سے علاج

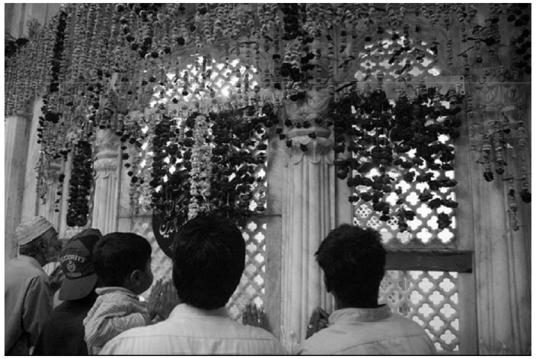
19

20

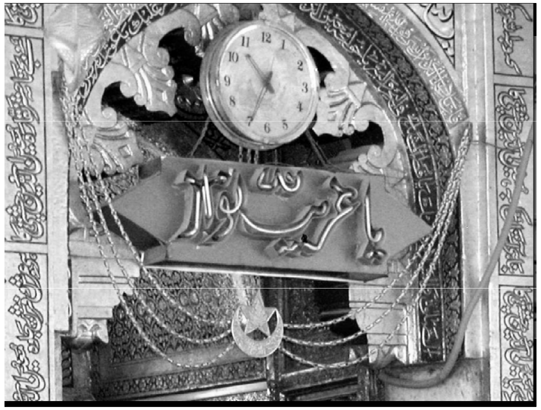
21

APP104-14
LAHORE: February 14 – A view of massive traffic jams as a large number of devotees arrives to attend the 965th three-day urs celebrations of renowned Sufi Data Gunj Bakhsh.
APP photo by Rana Imran

22



23



24

25

یہ غیر شرعی علاج کیوں ہے؟

وَّاَنَّ الْمَسٰجِدَ لِلّٰهِ فَلَا تَدْعُوْا مَعَ اللّٰهِ اَحَدًا (الجن:18)

اور یہ کہ مسجدیں اللہ ہی (کی عبادت) کے لئے ہیں تو (لوگوان میں) اللہ کے ساتھ کسی (اور) کو نہ پکارو۔

قُلْ اِنِّیْ لَاۤ اَمْلِكُ لَكُمْ ضَرًّا وَّلَا رَشَدًا (الجن:21)

کہہ دیجئے کہ مجھے تمہارے کسی نفع نقصان کا اختیار نہیں۔

اَمَّنْ يُّجِيْبُ الْمُضْطَرَّ اِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوْٓءَ (النمل:62)

بھلا کون ہے جو بے قرار کی دعا قبول کرتا ہے اور برائی کو دور کرتا ہے

26

وَقَالَ رَبُّكُمُ ادْعُوْنِیْۤ اَسْتَجِبْ لَكُمْ (غافر:60)

اور تمہارے رب نے فرمایا ہے مجھے پکارو میں تمہاری دعا قبول کروں گا

وَاِذَا سَاَلَكَ عِبَادِیْ عَنِّیْ فَاِنِّیْ قَرِيْبٌ ؕ اُجِيْبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ اِذَا دَعَانِ

جب میرے بندے میرے بارے میں آپ سے سوال کریں تو آپ کہہ دیں کہ میں بہت ہی قریب ہوں ہر
پکارنے والے کی پکار کو جب بھی وہ مجھے پکارے قبول کرتا ہوں (البقرۃ:186)

اَلدُّعَاءُ هُوَ الْعِبَادَةُ (ترمذی)

دعا ہی عبادت ہے۔

27

2: شرعی علاج

1: عام علاج

2: خاص علاج

28

1: عام علاج

- علم
- صلہ رحمی
- والدین کے ساتھ حسن سلوکی
- حج اور عمرہ
- صدقات
- روزہ
- صبح وشام کے اذکار
- نماز کے بعد کے اذکار
- نماز

29

عام علاج

قرآن مجید

30

2: خاص علاج

- 1: دعا
- 2: قرآن

31

2: خاص علاج (دعا)

اللَّهُمَّ رَحْمَتَكَ أَرْجُو فَلَا تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ، وَأَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ (ابوداود:5090)

اے اللہ میں تیری رحمت ہی کی امید رکھتا ہوں پس تو مجھے ایک آنکھ جھپکنے کے برابر میرے نفس کے سپرد نہ کر اور میرے لیے میرے تمام کام درست کر دے تیرے علاوہ کوئی عبادت کے لائق نہیں۔

لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ (جامع ترمذی)

یعنی تیرے سوا کوئی معبود برحق نہیں۔ تیری ذات پاک ہے۔ میں ہی ظلم کرنے والوں میں سے ہوں۔

اللَّهُ، اللَّهُ رَبِّي لَا أُشْرِكُ بِهِ شَيْئًا (صحیح الجامع: 348)

اللہ اللہ میرا رب ہے میں اس کے ساتھ کسی چیز کو شریک نہیں کرتا۔

32

عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ قَالَ دَخَلَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ذَاتَ يَوْمٍ الْمَسْجِدَ فَإِذَا هُوَ بِرَجُلٍ مِنَ الْأَنْصَارِ يُقَالُ لَهُ أَبُو أُمَامَةَ فَقَالَ يَا أَبَا أُمَامَةَ مَا لِي أَرَاكَ جَالِسًا فِي الْمَسْجِدِ فِي غَيْرِ وَقْتِ الصَّلَاةِ قَالَ هُمُومٌ لَزِمَتْنِي وَدُيُونٌ يَا رَسُولَ اللَّهِ قَالَ أَفَلَا أُعَلِّمُكَ كَلَامًا إِذَا أَنْتَ قُلْتَهُ أَذْهَبَ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ هَمَّكَ وَقَضَى عَنْكَ دَيْنَكَ قَالَ قُلْتُ بَلَى يَا رَسُولَ اللَّهِ قَالَ قُلْ إِذَا أَصْبَحْتَ وَإِذَا أَمْسَيْتَ اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْعَجْزِ وَالْكَسَلِ وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْجُبْنِ وَالْبُخْلِ وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ غَلَبَةِ الدَّيْنِ وَقَهْرِ الرِّجَالِ قَالَ فَفَعَلْتُ ذَلِكَ فَأَذْهَبَ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ هَمِّي وَقَضَى عَنِّي دَيْنِي (ابوداود:1555)

33

حضرت ابو سعید خدری رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ ایک دن رسول صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم مسجد میں تشریف لائے آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ایک انصاری شخص کو دیکھا جسکا نام ابوامامہ تھا آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے پوچھا اے ابوامامہ کیا بات ہے کہ میں تم کو ایسے وقت میں مسجد میں دیکھ رہا ہوں جبکہ نماز کا وقت نہیں ہے؟ ابوامامہ نے کہا یا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم مجھے غم وآلام نے اور قرضوں نے گھیر رکھا ہے آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا کیا تجھ کو ایسے کلمات نہ سکھادوں جنکو اگر تو کہے تو اللہ تعالیٰ تیری تمام فکریں دور فرمادے گا اور تیرا تمام قرض ادا ہو جائے گا کہا کیوں نہیں بتائیے۔ یا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا صبح اور شام کے وقت یہ دعا پڑھا کر (اللّٰھُمَّ إِنِّی اَعُوذُ بِکَ مِنَ الْھَمِّ وَالْحَزَنِ وَاَعُوذُ بِکَ مِنَ الْعَجْزِ وَالْکَسَلِ وَاَعُوذُ بِکَ مِنَ الْجُبْنِ وَالْبُخْلِ وَاَعُوذُ بِکَ مِنْ غَلَبَۃِ الدَّیْنِ وَقَھْرِ الرِّجَالِ) اے اللہ میں تجھ سے پناہ مانگتا ہوں رنج وغم سے اور میں تجھ سے پناہ مانتا ہوں عاجزی اور سستی سے اور میں پناہ چاہتا ہوں کم ہمتی اور بخل سے اور میں پناہ چاہتا ہوں قرض کے بوجھ سے اور لوگوں کے قہر سے۔ ابوامامہ کہتے ہیں کہ میں نے آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی ہدایت پر عمل کیا تو اللہ تعالیٰ نے میری تمام فکریں دور فرمادیں اور میرا تمام قرض ادا کروادیا۔

34

غم اور فکر کی دعا

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مَا أَصَابَ أَحَدًا قَطُّ هَمٌّ وَلَا حَزَنٌ فَقَالَ اللَّهُمَّ إِنِّي عَبْدُكَ وَابْنُ عَبْدِكَ وَابْنُ أَمَتِكَ نَاصِيَتِي بِيَدِكَ مَاضٍ فِيَّ حُكْمُكَ عَدْلٌ فِيَّ قَضَاؤُكَ أَسْأَلُكَ بِكُلِّ اسْمٍ هُوَ لَكَ سَمَّيْتَ بِهِ نَفْسَكَ أَوْ عَلَّمْتَهُ أَحَدًا مِنْ خَلْقِكَ أَوْ أَنْزَلْتَهُ فِي كِتَابِكَ أَوِ اسْتَأْثَرْتَ بِهِ فِي عِلْمِ الْغَيْبِ عِنْدَكَ أَنْ تَجْعَلَ الْقُرْآنَ رَبِيعَ قَلْبِي وَنُورَ صَدْرِي وَجِلَاءَ حُزْنِي وَذَهَابَ هَمِّي (مسند احمد)

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا جس شخص کو جب کبھی کوئی مصیبت یا غم لاحق ہو اور وہ یہ کلمات کہہ لے تو اللہ تعالیٰ اس کی مصیبت اور غم کو دور کر کے اس کی جگہ خوشی عطاء فرمائیں گے، وہ کلمات یہ ہیں اے اللہ! میں آپ کا غلام ابن غلام ہوں، آپ کی باندی کا بیٹا ہوں میری پیشانی آپ کے ہاتھ میں ہے، میری ذات پر آپ ہی کا حکم چلتا ہے، میری ذات کے متعلق آپ کا فیصلہ عدل وانصاف والا ہے، میں آپ کو آپ کے ہر اس نام کا واسطہ دے کر سوال ہوں کہ جو آپ نے اپنے لیے خود تجویز کیا، یا اپنی مخلوق میں سے کسی کو وہ نام سکھایا، یا اپنی کتاب میں نازل فرمایا، یا اپنے پاس علم غیب میں ہی اسے محفوظ رکھا، کہ آپ قرآن کریم کو میرے دل کی بہار، سینے کا نور، غم میں روشنی اور پریشانی کی دوری کا ذریعہ بنادیں

35

2: خاص علاج (قرآن)

وَلَوْ جَعَلْنٰهُ قُرْاٰنًا اَعْجَمِيًّا لَّقَالُوْا لَوْلَا فُصِّلَتْ اٰيٰتُهٗ ءَاَعْجَمِيٌّ وَّعَرَبِيٌّ قُلْ هُوَ لِلَّذِيْنَ اٰمَنُوْا هُدًى وَّشِفَآءٌ وَالَّذِيْنَ لَا يُؤْمِنُوْنَ فِيْٓ اٰذَانِهِمْ وَقْرٌ وَّهُوَ عَلَيْهِمْ عَمًى اُولٰٓئِكَ يُنَادَوْنَ مِنْ مَّكَانٍ بَعِيْدٍ (فصلت:44)

اور اگر ہم اسے عجمی زبان کا قرآن بناتے تو کہتے (۱) کہ اس کی آیتیں صاف صاف بیان کیوں نہیں کی گئیں؟ (۲) یہ کیا کہ عجمی کتاب اور آپ عربی رسول؟ (۳) آپ کہہ دیجئے! کہ یہ تو ایمان والوں کے لئے ہدایت و شفا ہے اور جو ایمان نہیں لاتے ان کے کانوں میں تو (بہرہ پن اور) بوجھ ہے اور یہ ان پر اندھاپن ہے، یہ وہ لوگ ہیں جو کسی بہت دور دراز جگہ سے پکارے جا رہے ہیں

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْاٰنِ مَا هُوَ شِفَآءٌ وَّرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِيْنَ وَلَا يَزِيْدُ الظّٰلِمِيْنَ اِلَّا خَسَارًا (اسراء:82)

یہ قرآن جو ہم نازل کر رہے ہیں مومنوں کے لئے تو سراسر شفا اور رحمت ہے۔ ہاں ظالموں کو بجز نقصان کے اور کوئی زیادتی نہیں ہوتی

36

وجزاکم اللہ خیراً