

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ ۝

وَلَا تَكْفُرُوْا اِمْنِ الْمُشْرِكِيْنَ ۝ مِنَ الَّذِيْنَ فَرَّقُوْا دِيْنَهُمْ وَكَانُوْا شَيْعًا كُلٌّ لِّجَزْبٍ بِمَا لَدَيْهِمْ فَرِحُوْنَ ۝

ترجمہ: اور نہ ہو جانا تم مشرکوں میں سے یعنی ان لوگوں میں سے جنہوں نے پھوٹ ڈال دی اپنے دین میں اور بت گئے فرقوں میں۔ ہر فرقہ اس (طریقے) پر جو ان کے پاس ہے مگن ہے۔

خطبہ

جمعة المبارک

[15 اگست 2011]

عنوان

## صحت مند معاشرہ اور ہماری ذمہ داریاں

شعبہ دینی امور جوہری ٹرسٹ (جامع مسجد محمدی نئی آبادی اناری سروہ لاہور)

زیر اہتمام

نوٹ: ہم وضاحت کے ساتھ یہ بات آپ کے علم میں لانا چاہتے ہیں کہ الحمد للہ ہمارا کسی فرقہ کسی مسلک کسی سیاسی گروہ یا جماعت سے کوئی تعلق نہیں ہے ہمارا عزم ہے کہ ہم نے اپنے معاشرے سے انتشار اور افتراق (صوبائیت لسانیت فرقہ واریت) کو ختم کرنا ہے اور بہترین معاشرہ بنانا ہے اس کیلئے ہم نے ایک انسانی کوشش شروع کی ہے اور ہر انسانی کوشش میں غلطیوں کا امکان رہتا ہے لہذا ہماری تحریر میں جو کچھ صحیح نظر آئے نور قرآنی ہے اور جہاں کہیں غلطی نظر آئے وہ ہماری اپنی کوتاہی ہے اس ادنیٰ سی کوشش کو آپ تک پہنچانے کیلئے خطبات کا سلسلہ ایک کڑی ہے ہم امید رکھتے ہیں کہ آپ ہماری اس کاوش کو سراہیں گے اور آپ کو ہم اپنے شانہ بشانہ پائیں گے۔ اللہ پاک ہمیں استقامت دے اور معاشرتی بہتری کیلئے زیادہ سے زیادہ کردار ادا کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین

محترم جاوید اختر جوہری صاحب

زیر نگرانی:

صدر جوہری ٹرسٹ و جامع مسجد محمدی

اب آپ خطبہ جمعة المبارک انٹرنیٹ پر بھی دیکھ سکتے ہیں:

www.Johritrust.org

الْحَمْدُ لِلَّهِ وَحْدَهُ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى مَنْ أَلَانَبِيِّ بَعْدَهُ وَعَلَىٰ آلِهِ وَأَصْحَابِهِ الَّذِينَ أَوْفَوْا عَهْدَهُ

أَمَّا بَعْدُ۔

- فَأَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ
- بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
- إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ
- وَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ
- اطهور شطر الايمان

○ صَدَقَ اللَّهُ وَصَدَقَ رَسُولُهُ النَّبِيُّ الْكَرِيمُ

حاضرین کرام! تلاوت کی گئی آیت مبارکہ کی روشنی میں آج میرا موضوع ”صحت مند معاشرہ اور ہماری ذمہ داریاں“ ہے اللہ رب العزت سے دعا ہے کہ اللہ رب العزت حق اور سچ بیان کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔

سامعین ذی وقار: اللہ پاک نے قرآن میں صفائی کرنے والوں کے متعلق فرمایا ہے کہ صفائی یعنی پاکیزگی کا خیال رکھنے والے مجھے پسند ہیں صحت مند معاشرہ کا گہرا تعلق صفائی سے ہے صفائی سے صحت اور صحت سے اچھا معاشرہ وجود میں آتا ہے۔ اسی لئے قرآن پاک نے قرآنی معاشرہ کو اس بات پر زور دیا ہے کہ صفائی ہی صحت کی علامت ہے آئیے ہم قرآن سے ایسے اصول سیکھتے ہیں جو صحت مند معاشرہ کی بنیاد ہیں قرآن میں اللہ کا ارشاد گرامی ہے کہ اَلَيْكَ الَّذِيْنَ مَتَّحَنَ اللّٰهُ قُلُوْبُهُمْ لِلتَّقْوٰى لَهُمْ مَّغْفِرَةٌ وَّ اَجْرٌ عَظِيْمٌ ○ صحابہ کے دلوں کی صفائی اللہ نے چیک کی تو صحابہ اس صفائی میں کامیاب نکلے دل صاف ہونے چاہیں حسد سے چغلی سے نفاق سے بغض سے نفرت سے فرقہ بندی سے دشمنی سے گناہوں سے دل صاف ہوگا تو ظاہر بھی صاف ہوگا تو قرآن سے دل کی صفائی کا بھی حکم دیا ہے ہمارے دل صاف ہونا چاہیں ہمارا ذہن بھی صاف ہونا چاہیے۔ تمام گندگیوں سے ہماری آنکھیں بھی صاف ہونے چاہیے نظر سے یہ وہ صفائی ہے جو بندے اور اللہ کے درمیان ہے۔ اسلام کی خوبصورتی ہے کہ اسلام نے ظاہری صفائی کا بھی حکم دیا ہے، عقلی اور سائنسی اعتبار سے اس میں انسان کیلئے بے شمار فوائد ہیں وضو اعضاء کی صفائی کا نام ہے نماز دل کی صفائی کا نام ہے، آنکھوں کی صفائی کا نام ہے، ذہن کی صفائی کا نام ہے۔

صفائی کے فوائد سائنسی نکتہ نظر سے:

دن میں پانچ مرتبہ وضو کرنے میں سائنسی نکتہ نظر سے بہت زیادہ جسمانی فوائد ہیں۔

ہاتھ کا دھونا:

کام کاج کے دوران انسان کے ہاتھ بعض ایسی اشیاء پر لگتے ہیں جن پر بکٹیریا اور دوسرے جراثیم لگے ہوتے ہیں۔ وہ جراثیم ہاتھوں سے

چٹ جاتے ہیں جب انسان کے ہاتھ اپنے جسم کے مختلف حصوں سے لگتے ہیں تو جراثیم وہاں منتقل ہو جاتے ہیں اور مختلف بیماریوں کے پھیلنے کا باعث بنتے ہیں۔ نمازی انسان دن میں کم از کم پانچ مرتبہ اپنے ہاتھوں کو پانی سے دھوتا ہے لہذا اس کے ہاتھ صاف ستھرے رہتے ہیں۔ بہت سی بیماریوں سے بچاؤ خود بخود ہو جاتا ہے۔

کلی کرنا:

انسان جب کوئی چیز کھاتا ہے تو دانتوں کے درمیانی جگہوں میں اس کے اجزا پھنس جاتے ہیں۔ اگر منہ کو اچھی طرح صاف نہ کیا جائے تو وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ یہ اجزاء گل سڑ جاتے ہیں۔ منہ سے بد بو آنی شروع ہو جاتی ہے۔ اگر دوبارہ کھانا کھایا جائے تو یہ گندے اجزا صاف کھانے کے ساتھ مل کر معدے میں پہنچ جاتے ہیں اور پیٹ کی بیماریوں کا ذریعہ بنتے ہیں۔ وضو کرنے والا انسان دن میں پانچ مرتبہ اپنے منہ کو اچھی طرح صاف کرتا ہے لہذا دانتوں کی اور آنتوں کی بیماریوں سے بچا رہتا ہے۔

ناک میں پانی ڈالنا

انسان کے پھیپھڑوں میں ہوا کا جانا اور آکسیجن کا جسم کو مہیا ہونا انسانی زندگی کا سبب ہے۔ ہوا میں مختلف جراثیم اربوں کھربوں کی تعداد میں موجود ہوتے ہیں اللہ تعالیٰ نے انسان کے ناک میں ایئر فلٹر بنا دیا تاکہ صاف ہوا جسم کو ملے اس طرح گاڑیوں کے ایئر فلٹر کچھ عرصے کے بعد چوک ہو جاتے ہیں ان کو صاف کرنا پڑتا ہے اسی طرح انسان کی ناک میں مختلف جراثیم اکٹھے ہو جاتے ہیں۔ ناک کو بار بار صاف کرنے کی ضرورت ہوتی ہے، کوئی بھی انسان اپنے ناک میں دن میں ایک دو مرتبہ سے زیادہ پانی ڈال کر صاف نہیں کرتا ہوگا مگر ایک مسلمان نمازی دن میں پانچ مرتبہ اپنے ناک کی پانی سے صفائی کرتا ہے

چہرہ دھونا:

وضو کے دوران چہرے کا دھونا فرض ہے۔ جب چہرہ دھویا جاتا ہے تو اس کی جلد صاف ہو جاتی ہے، مسام کھل جاتے ہیں تر و تازگی میں اضافہ ہوتا ہے۔ مزید برآں چہرہ دھوتے وقت آنکھوں میں پانی کا جانا ایک قدرتی امر ہے۔ آنکھوں کے ماہرین اس بات کو تسلیم کرتے ہیں کہ دن میں چند بار آنکھوں میں تازہ پانی کے چھینٹے مارے جائیں تو آنکھیں کئی بیماریوں سے محفوظ ہو جاتی ہیں۔ خاص طور پر صبح کے وقت جب کہ ہوا میں اوزون (O3) کافی مقدار میں موجود ہوتی ہے پانی کے چھینٹے آنکھوں میں مارنے سے موتیابند کی بیماری سے محفوظ رہتا ہے

گردن کا مسح کرنا:

انسانی دماغ سے نکلنے والی چھوٹی چھوٹی رگیں (نرو) پورے جسم میں پھیل جاتی ہیں اور مختلف اعضاء کو سگنل پہنچانے کا کام کرتی ہیں۔ یہ سب

رگیں دماغ سے نکل کر گردن کے پیچھے سے ہوتی ہوئی ریڑھ کی ہڈی کے ذریعے جسم کے مختلف جگہوں سے ملی ہوتی ہیں۔ گردن کے پیچھے کا حصہ بہت زیادہ اہمیت کا حامل ہے۔ اگر اس حصے کو خشک رکھا جائے تو رگیں کھینچنے کی وجہ سے انسانی دماغ پر اس کا اثر پڑتا ہے۔ کئی لوگ تو دماغی توازن کھو بیٹھتے ہیں۔ ڈاکٹر لوگ انہیں سمجھاتے ہیں کہ وہ گردن کے پیچھے کے حصے کو وقتاً فوقتاً تر کرتے رہیں۔ نمازی آدمی جب وضو کرتا ہے تو اسے یہ نعمت خود بخود مل جاتی ہے۔ ایک شخص فرانس کے ایئر پورٹ پر وضو کر رہا تھا اسے کسی نے پوچھے آپ کس ملک سے تعلق رکھتے ہیں اس نے کہا پاکستان سے۔ سائل نے پوچھا کہ پاکستان میں کتنے پاگل خانے ہیں۔ اس نے جواب دیا کہ مجھے تعداد کا پتہ نہیں ویسے چند ایک ہی ہونگے۔ سائل نے اپنا تعارف کروایا کہ میں یہاں کے ایک پاگل خانے کے ہسپتال میں ڈاکٹر ہوں۔ میری عمر اس تحقیق میں گزری ہے کہ لوگ پاگل کیوں ہوتے ہیں؟ میری تحقیق کے مطابق جہاں اور بہت ساری وجوہات ہیں ایک وجہ یہ بھی ہے کہ لوگ اپنی گردن کے پچھلے حصے کو خشک رکھتے ہیں۔ کھچاؤ کی وجہ سے رگوں پر اس کا اثر ہوتا ہے۔ جو لوگ اس جگہ کو وقتاً فوقتاً نمی پہنچاتے رہیں وہ پاگل ہونے سے بچ جاتے ہیں۔ میں نے دیکھا کہ آپ نے ہاتھ پاؤں دھونے کے ساتھ ساتھ

گردن کے پچھلے حصے پر بھی گیلے ہاتھ پھیرے۔ نمازی نے بتایا کہ وضو کرتے وقت گردن کا مسح کیا جاتا ہے اور ہر نمازی دن میں پانچ مرتبہ گردن کا مسح کرتا ہے۔ ڈاکٹر کہنے لگا کہ اسی لیے آپ کے ملک میں لوگ کم تعداد میں پاگل ہوتے ہیں۔ اللہ اکبر۔ ایک ڈاکٹر کی پوری زندگی کی تحقیق نبی کے بتائے ہوئے ایک چھوٹے سے عمل پر آ کر ختم ہو گئی۔

### پاؤں دھونا:

انسانی جسم میں بعض ایسی بیماریاں ہوتی ہیں جن کا اثر پاؤں پر بہت زیادہ ہوتا ہے مثلاً شوگر کے مریض کے پاؤں پر زخم بھی ہو جائیں تو اسے پتہ نہیں چلتا۔ ڈاکٹر لوگ شوگر کے مریض کو سمجھاتے ہیں کہ وہ اپنے پاؤں کو صاف رکھے۔ دن میں چند مرتبہ اسے غور سے دیکھے کہ کہیں کوئی زخم وغیرہ تو نہیں۔ اچھی طرح پاؤں کا مساج کرے تاکہ خون کی شریانوں میں اگر کہیں رکاوٹ ہے تو وہ دور ہو جائے۔ نمازی آدمی دن میں پانچ مرتبہ وضو کرتا ہے تو یہ سب کام خود بخود ہو جاتے ہیں۔ پاؤں کی انگلیوں کے درمیان فنکس کی وجہ سے زخم ہو جاتے ہیں۔ وضو کرنے والا انگلیوں کے درمیان خلخال کرتا ہے تو اسے صورت حال کا پتہ چل جاتا ہے۔ پاؤں زمین کے قریب ہونے کی وجہ سے بہت جلد جراثیم کی لپیٹ میں آ جاتے ہیں۔ انہیں صاف رکھنا اور متعدد بار دھونا بہت ضروری ہے۔ یہ نعمت نمازی کو وضو کے دوران نصیب ہو جاتی ہے۔ اسے کہتے ہیں ہم خرما و ہم ثواب کہ وضو کرنے سے گناہ بھی جھڑ گئے اور جسمانی بیماریوں سے بھی نجات مل گئی۔ وضو کے ان فضائل، معارف اور فوائد و ثمرات کو دیکھ کر اندازہ ہوتا ہے کہ اللہ رب العزت نے وضو کا حکم فرما کر ہمارے اوپر کس قدر احسان فرمایا۔

سائنس آج ان باتوں کو سو فیصد سچ مانتی ہے جبکہ رسول اللہ ﷺ نے چودہ سو سال پہلے صفائی کا ہمیں حکم دیا تھا اور صفائی کو آدھا دین قرار دیا ہے رسول اللہ ﷺ دنیا میں سب سے زیادہ نفیس اور صفائی پسند تھے۔ اب مسلمان اس درجے کی صفائی کا خیال نہیں رکھتے حالانکہ مسلمانوں کو صفائی پسند ہونا چاہیے، صفائی سے مراد صرف کپڑے صاف پہن لینا نہیں ہے غسل کر لینا ہی صفائی نہیں ہے۔

آئیے سنتے ہیں صحیح تصور صفائی کیا ہے؟

ارشاد باری تعالیٰ ہے۔ الْيَوْمَ نَحْجِمُ عَلَىٰ آفْوَاهِهِمْ وَتُكَلِّمُنَا أَيْدِيهِمْ انسان کے اعضاء قیامت کے دن گواہی دیں گے کہ یہ انسان ہم سے گناہ کیا کرتا تھا اس لیے اعضاء انسانی کی صفائی بھی بہت ضروری ہے

### آنکھ کی صفائی:

آنکھ کے متعلق ارشاد باری تعالیٰ ہے۔ يَغُضُّضَ مِنْ اَبْصَارِهِمْ آپ اپنی آنکھوں کو جھکا کر چلا کر دیتا کہ کسی غیر محرم پر نظر نہ پڑے یہ آنکھ کی صفائی کا حکم ہے نہ تو کسی غلط چیز کو دیکھیں اور نہ ہی آنکھ کو غلط استعمال میں لائیں۔

### کان کی صفائی:

ارشاد باری تعالیٰ ہے۔ مِنَ الَّذِينَ يَسْتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ اَحْسَنَهُ کہ کانوں سے اچھی بات سنیں، کان بری باتوں کو سننے کیلئے اللہ تعالیٰ نے نہیں دیے بری مجلس سے اٹھ جائیں تا کہ آپ کے کان بری بات سننے سے بچ جائیں یہ کان کی صفائی ہے۔

### زبان کی صفائی:

زبان کے متعلق اللہ کا ارشاد ہے کہ۔ وَالَّذِينَ هُمْ عَنِ اللَّغْوِ مُعْرِضُونَ ○ کہ زبان کو لغو اور گندی قسم کی باتوں سے بچاؤ زبان سے کسی کو تکلیف نہ دو، گالی نہ دو، برا بھلا نہ کہو، زبان کا صحیح استعمال کرو نرم بات کرو۔ سیدنا علی المرتضیٰ کا قول ہے۔ زبان کا لگایا ہوا زخم بھولتا نہیں اس لیے زبان سے کسی کو زخم مت دیں، زبان سے قرآن پڑھا جائے زبان سے مسلمان کی اصلاح اور فکر کی کوشش کی جائے، تب جا کر زبان کی صفائی حاصل ہو سکے گی۔

### ہاتھوں کی صفائی:

اللہ رب العزت نے قرآن میں ہاتھوں کے متعلق ارشاد فرمایا کہ قیامت کے دن ہاتھ خود بتائیں گے کہ اس نے مجھ سے گناہ کیا ہے ہاتھ انسان کے خلاف گواہ بن

جائیں گے اس لیے ہاتھوں کی صفائی یہ ہے کہ ہاتھوں کو گناہوں سے روکے رکھو کوئی گناہ کا کام ہاتھ سے نہ کیا جائے ہاتھ اپنے اور انسانوں کی بہتری کیلئے استعمال کریں۔

### پاؤں کی صفائی:

پاؤں کی صفائی سے مراد یہ ہے کہ پاؤں سے گناہ کی طرف یا گناہ والے راستے کی طرف چل کر نہ جایا جائے پاؤں کو اللہ کی عبادت سے

تھکاؤ۔

رسول اکرم ﷺ کے پاؤں مبارک عبادت سے سوج جایا کرتے تھے۔ پاؤں کی صفائی سے مراد یہ ہے کہ پاؤں سے گناہ کی طرف نہ جایا جائے ہر برے کام سے آپ کے پاؤں رک جائیں۔

### دل کی صفائی:

دل میں حسد، کینہ، عداوت، نفرت یہ سب بیماریاں ختم کر دیں دل ایسے صاف ہو جیسے آئینہ صاف ہوتا ہے دل صاف ہوگا ذہن صاف ہوگا، ذہن صاف ہوگا تو ظاہر صاف ہوگا، ظاہر صاف ہوگا تو انسان صاف اور پاکیزہ زندگی گزارے گا۔

باقی اعضاء کی بھی صفائی ضروری ہے، ناخن تراشنا ضروری ہے، دانتوں کی صفائی بھی ضروری ہے۔ مسواک کیا کریں، ٹوتھ برش کیا کریں۔ صبح و شام دانتوں کو ضرور صاف کرنا چاہیے دانت اللہ کی نعمت ہیں جسکی قدر صفائی کے ساتھ ضروری ہے۔ بال بھی درست ہونے چاہیں، لباس بھی صاف ہونا چاہیے

رسول اللہ ﷺ کی صفائی کے متعلق آتا ہے کہ آپ اپنے لباس، بال، ناخن، مکمل جسم مبارک کی صفائی کا بہت ہی زیادہ خیال فرماتے تھے۔ اسلام نے جب صفائی پر زور دیا تو بعض لوگ بلغم تھوک دیا کرتے تھے تو رسول اللہ ﷺ اپنے ہاتھ سے صاف کرتے تھے اور کہا کرتے تھے کہ بلغم گندگی کی جگہ تھوکا کریں ہر جگہ، راستے میں تھوکنے سے منع فرمایا ایک یہودی جو رسول اللہ ﷺ کا مہمان بنا اور بستر پر گندگی کر گیا تو آپ ﷺ نے خود اپنے ہاتھوں سے صاف کیا جس کی وجہ سے اس نے اسلام قبول کر لیا تھا اسلام خود بھی خوبصورت ہے اور خوبصورتی، نفاست، اور صفائی کو پسند بھی کرتا ہے زیر ناف بالوں کی صفائی کا خیال رکھنا بغل کے بالوں کو صاف رکھنا، لباس کا خیال رکھنا اپنے گھر کی صفائی کا خیال رکھنا ہر چیز ترتیب کے مطابق رکھنا اپنی گلی کو صاف کرنا لوگ اس بارے میں بڑے بے پرواہ ہیں بے پرواہی نہیں کرنی چاہیے بلکہ محلے اور گلی کو صاف کرنا چاہیے کاغذ کوڑا وغیرہ گندگی کے ڈھیر پر پھینکنا چاہیے اگر ہم گلی محلے اور شہر کو صاف ستھرا رکھیں تو پورا ملک صاف ستھرا ہوگا مگر ہم صفائی کا بالکل ہی خیال نہیں کرتے ہم دیکھتے ہیں کہ ایک شخص ایک کروڑ روپے کی گاڑی پر سوار ہے گاڑی بھی گندی ہے اور راستہ میں کاغذ اور بوتلیں پھینک دیتے ہیں یہ اللہ کی نعمت کی ناقدری ہے اور صفائی کا خیال نہ رکھنا یہ اللہ کے حکم کی نافرمانی ہے اس لیے سائیکل چلانے والے پیدل چلنے والے، گاڑی پر بیٹھنے والے سب کو اللہ کی حکم کی پابندی کا کہا گیا ہے۔ باوجود ہنا صفائی ہے، گالی نہ دینا صفائی ہے نظروں کی حفاظت صفائی ہے، نمازوں کی پابندی صفائی ہے جھوٹ نہ بولنا صفائی ہے خیانت نہ کرنا صفائی ہے اچھی سوج صفائی ہے دنیا کے تمام کام جو اچھائی پر ہیں انہیں کریں تو یہ صفائی ہے نہ کریں تو گندگی ہے امید ہے کہ ہم سب انشاء اللہ مکمل صفائی کا خیال رکھیں گے۔

اور ہماری ذمہ داریاں:

ہم نے تفصیل کے ساتھ صفائی کے فوائد اور صحت کے متعلق گفتگو قرآن کی روشنی میں سماعت کی ہے اور ہم سماعت کریں گے صحت مند معاشرہ کیسے بن سکتا ہے اور ہماری ذمہ داری کیا ہے۔ آج سے کچھ سال قبل لوگ جب محنت کرتے تھے تو شوگر بلڈ پریشر نامی کوئی بیماری نہیں تھی جب سے لوگوں نے سہولت پسندی کو اپنایا تو مختلف بیماریوں نے ہمیں گیر لیا۔ مثلاً موٹاپا عام ہے شوگر بلڈ پریشر ڈپریشن وغیرہ اگر ہم صحت مند رہنا چاہتے ہیں تو صفائی کے ساتھ کھیلوں کو جسمانی ورزش اپنائیں اور اپنے بچوں کی اس سلسلے میں حوصلہ افزائی کریں ہماری آنے والی نسل تب ہی صحت مند ہوگی جب وہ کھیلوں میں دلچسپی لیں گے جب سے ورزش ہو سکے آج کل ہمارے بچے سکول سے گھر آتے تو انٹرنیٹ پر باقی وقت ضائع کر دیتے ہیں تفریح کتبچہ کے لئے وقت نہیں بس ہوٹلوں میں کھانا کھا لیا دوستوں سے گپ شپ کر لی انٹرنیٹ پر میٹنگ کر لی اس سے بیماریاں ہی تو لگتی ہیں اس لئے ہمیں چاہیے کہ ہم اپنے بچوں کی تعلیم میں جیسے دلچسپی لیتے ہیں کھانے میں دلچسپی لیتے ہیں لباس میں دلچسپی لیتے ہیں ایسے ہی کھیلوں میں بھی دلچسپی لیں کھیلوں کو فروغ دینے کی ضرورت ہے رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کو تو خود کھیلوں میں گھوڑا سواری نیز ابازی تیر اندازی دوڑ وغیرہ کا شوق تھا ہم رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی جہاں باقی اقوال افعال اعمال پر عمل کی کوشش کرتے ہیں کھیلوں میں بھی عمل کریں اپنے مملووں میں وہ لوگ جو صاحب ثروت ہیں انہیں چاہیے کہ وہ بچوں کی کھیل کی ٹیمیں بنائیں اور بچوں کو کھیل کا سامان لے کر دیں ٹورنمنٹ کروائیں بچوں کو انعامات دیں اس سے بچوں کی حوصلہ افزائی ہوگی شوق بڑھے گا اور قہ پچہ صحت مند ہوگا وہ معاشرہ کا کارآمد فرد ہوگا اور پڑھائی میں بھی محنت کریگا اور جو بچہ یا اس کے والدین بچوں کی ورزش پر توجہ نہیں دیتے ان کے بچے جہاں مختلف بیماریوں کا شکار رہتے ہیں وہاں پڑھنے میں بھی ایسے بچے کمزور ہوتے ہیں۔

آئیے ہم اپنے بچوں کو صحت مند بنائیں اس سے صحت مند معاشرہ وجود میں آئے گا صحت مند معاشرہ صحت مند ملک دے گا اللہ کریم عمل کی توفیق عطا فرمائے آمین

کیا آپ نے کبھی سوچا ہے؟

جب ہم صحیح مسلمان تھے کسی گروہ یا فرقہ میں تقسیم نہ تھے تب قرطبہ پر مسلمان حکمران تھے خلافتِ عثمانیہ بھی مسلمانوں کی پہچان تھی تعلیمی درس گاہیں بھی مسلمانوں کی تھی سائنسدان بھی مسلمان تھے دنیا میں ہر نئی چیز مسلمان متعارف کرواتے تھے جب سے ہم نے صوبائیت، لسانیت کو اپنایا اور فرقہ بندی کو اپنی پہچان بنایا تب سے ہم ہر شعبہ میں زوال کا شکار ہیں پستی اور ذلت مسلمانوں کا مقدر بنتی جا رہی ہے آئیے ہم پھر سے صحیح مسلمان بن جائیں اپنی پہچان بطور مسلمان کروائیں تاکہ اللہ کی رحمتوں کا نزول ہوگم شدہ علمی میراث واپس مل جائے اور عظمتِ رفتہ بحال ہو جائے اور پھر شان سے زندگی گزارنے لگ جائیں جیسے مدینہ منورہ کی پہلی اسلامی ریاست میں صحابہ کرام سے زندگی گزارتے تھے۔

آخر میں اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ اللہ ہم سب کو قرآن کی تعلیمات پر عمل کرنے کی توفیق عطا فرمائے آمین

## دُعائیں

اے رب العرش العظیم ہماری آنکھوں کی روشنی کو قرآنی الفاظ سے تیز فرما دے

اے رب العرش العظیم ہمارے کانوں میں اپنے دین کی مٹھاس بھر دے

اے رب العرش العظیم ہماری زبانوں کو اپنے نور کی مٹھاس سے بھر دے

اے رب العرش العظیم ہمارے دلوں کو اپنے نور سے منور فرما دے

اے رب العرش العظیم اس دن سے بچا جس دن صور پھونک دیا جائے گا

اے رب العرش العظیم اس دن سے بچا جس دن پہاڑ ریزہ ریزہ ہو جائیں گے

اے رب العرش العظیم اس دن کی رسوائی سے بچا جس دن ساری انسانیت آپکی عدالت میں جمع ہوگی

اے رب العرش العظیم اس دن سے بچا جس دن حساب کتاب کے

بعد اعمال نامہ بائیں ہاتھ میں دیا جائے گا

اے رب العرش العظیم اس دن سے بچا جس دن چہرے سیا کر دیے جائیں گے

اے رب العرش العظیم ہماری مدد فرما

اے رب العرش العظیم ہمیں سیدھا راستہ دکھا

فانصر علی القوم الکافرین

فانصر علی القوم الظالمین

فانصر علی القوم المشرکین:

### کیا آپ نے کبھی سوچا ہے؟

جب صحیح مسلمان تھے کسی گروہ یا فرقہ میں تقسیم نہ تھے تب قرطبہ پر مسلمان حکمران تھے خلافتِ عثمانیہ بھی مسلمانوں کی پہچان تھی تعلیمی درس گاہیں بھی مسلمانوں کی تھی سائنسدان بھی مسلمان تھے دنیا میں ہر نئی چیز مسلمان متعارف کرواتے تھے جب سے ہم نے صوابیت، لسانیت کو اپنایا اور فرقہ بندی کو اپنی پہچان بنایا تب سے ہم ہر شعبہ میں زوال کا شکار ہیں پستی اور ذلت مسلمانوں کا مقدر بنتی جا رہی ہے آئیے ہم پھر سے صحیح مسلمان بن جائیں اپنی پہچان بطور مسلمان کروائیں تاکہ اللہ کی رحمتوں کا نزول ہوگم شدہ علمی میراث واپس مل جائے اور عظمتِ رفتہ بحال ہو جائے اور پھر شان سے زندگی گزارنے لگ جائیں جیسے مدینہ منورہ کی پہلی اسلامی ریاست میں صحابہ کرام سے زندگی گزارتے تھے۔ آخر میں اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ اللہ ہم سب کو قرآن کی تعلیمات پر عمل کرنے کی توفیق عطا فرمائے امین