علاجِ عشق مجازی

(۱) یہ حسین مُردہ لاشیں ہیں کیونکہ انجام میں یہ مُردہ ہونے والے ہیں۔ پس اگر کسی سے دل لگ گیا تو اُس مُردار سے قطعاً تعلق ترک کردیجئے یعنی نہ اُس سے بات کریں، نہ ٹیلیفون کریں، نہ ایس ایم ایس کریں، نہ خط لکھیں، نہ اُس کو دیکھیں، نہ اُس کے پاس آئیں جائیں حتیٰ کہ اگر کوئی دوسرا شخص بھی اُس کا تذکرہ کریں تو اُسے روک دیں بلکہ دل پر جبر کرکے قصداً کسی بہانے سے اُس کو خوب بُرا بھلا کہہ کر اُس سے لڑائی کرلی جائے یہاں تک کہ اُس کو آپ سے ایسی نفرت ہو جائے کہ دوبارہ تعلق بحال ہونے کی امید ہی نہ رہے اور اُس سے اِس قدر دوری اختیار کی جائے کہ کبھی غلطی سے بھی اُس پر نظر نہ پڑے۔ غرض اُس سے مکمل علیحدگی اختیار کریں۔

(۲) ایک وقت خلوت کا مقرر کرکے بہتر ہے کہ غسل کرکے ورنہ باوضو ہوکر، صاف کپڑے پہن کر، خوشبو لگا کر تنہائی میں قبلہ رو ہوکر اوّل دو رکعت نمازِ توبہ کی نیّت سے پڑھ کر اللہ تعالیٰ کے روبرو خوب استغفار اور توبہ کریں اور خوب روئیں اور رونا نہ آئے تو رونے والوں کا سا منہ بنا کر اِس حرام عشق کی مصیبت سے نجات کی دُعا کریں اور تین سو مرتبہ لَاالٰہ الا اللہ کا ذکر اس طرح کریں کہ لاالٰہ کے ساتھ تصور کریں کہ میں نے تمام غیر اللہ کو قلب سے نکال دیا اور الا اللہ کے ساتھ خیال کریں کہ میں نے اللہ تعالیٰ کی محبت کو قلب میں جمالیا۔

(۳) جس بزرگ سے عقیدت ہو اس کا تصور کریں کہ میرے دل میں بیٹھے ہیں اور دل سے تمام گندگی کو نکال کر پھینک رہے ہیں اور دل کو بالکل پاک صاف کرکے چاندی کے روشن پانی سے میرے دل پر اللہ لکھ دیا۔

(۴) کوئی حدیث کی کتاب کا ترجمہ ہو یا کوئی اور کتاب ہو جس میں نافرمانوں پر غضبِ الٰہی اور دوزخ کے عذاب کا ذکر ہو اُس کا کثرت سے بار بار مطالعہ کریں۔

(۵) ایک وقت مقرر کرکے خلوت میں روزانہ یہ مراقبہ کریں کہ میدانِ قیامت میں حق تعالیٰ کے سامنے حساب کے لیے کھڑا ہوں اور حق تعالیٰ فرمارہے ہیں کہ اے بے حیا تجھ کو شرم نہیں آئی کہ ہم کو چھوڑ کر ایک مرنے والی لاش کی طرف مائل ہوا۔ کیا تجھ پر ہمارا یہی حق تھا کہ ہم کو چھوڑ کر ایک مُردہ پر فدا ہو۔ کیا ہم نے تجھ کو اِسی لیے پیدا کیا تھا۔ اے بے حیا ہمارے دیئے ہوئے اعضاء کو، آنکھوں کو، دل کو تو نے ہماری نافرمانی میں استعمال کیا اور تجھے شرم نہ آئی۔ غرض دیر تک اِس مراقبہ میں مشغول رہیں۔ اور مندرجہ بالا نسخہ پر ہمت کرکے روزانہ پابندی سے عمل کریں خواہ نفس کو تکلیف ہو مگر تکلیف کو برداشت کریں، انشاء اللہ تعالیٰ شفاءِ کامل نصیب ہو گی۔

ناشر: خانقاہ امدادیہ اشرفیہ، گلشنِ اقبال نمبر۲، کراچی۔

Website: www.islahibaatain.com

علاجِ عشق مجازی

(۱) یہ حسین مُردہ لاشیں ہیں کیونکہ انجام میں یہ مُردہ ہونے والے ہیں۔ پس اگر کسی سے دل لگ گیا تو اُس مُردار سے قطعاً تعلق ترک کردیجئے یعنی نہ اُس سے بات کریں، نہ ٹیلیفون کریں، نہ ایس ایم ایس کریں، نہ خط لکھیں، نہ اُس کو دیکھیں، نہ اُس کے پاس آئیں جائیں حتیٰ کہ اگر کوئی دوسرا شخص بھی اُس کا تذکرہ کریں تو اُسے روک دیں بلکہ دل پر جبر کرکے قصداً کسی بہانے سے اُس کو خوب بُرا بھلا کہہ کر اُس سے لڑائی کرلی جائے یہاں تک کہ اُس کو آپ سے ایسی نفرت ہو جائے کہ دوبارہ تعلق بحال ہونے کی امید ہی نہ رہے اور اُس سے اِس قدر دوری اختیار کی جائے کہ کبھی غلطی سے بھی اُس پر نظر نہ پڑے۔ غرض اُس سے مکمل علیحدگی اختیار کریں۔

(۲) ایک وقت خلوت کا مقرر کرکے بہتر ہے کہ غسل کرکے ورنہ باوضو ہوکر، صاف کپڑے پہن کر، خوشبو لگا کر تنہائی میں قبلہ رو ہوکر اوّل دو رکعت نمازِ توبہ کی نیّت سے پڑھ کر اللہ تعالیٰ کے روبرو خوب استغفار اور توبہ کریں اور خوب روئیں اور رونا نہ آئے تو رونے والوں کا سا منہ بنا کر اِس حرام عشق کی مصیبت سے نجات کی دُعا کریں اور تین سو مرتبہ لَاالٰہ الا اللہ کا ذکر اس طرح کریں کہ لاالٰہ کے ساتھ تصور کریں کہ میں نے تمام غیر اللہ کو قلب سے نکال دیا اور الا اللہ کے ساتھ خیال کریں کہ میں نے اللہ تعالیٰ کی محبت کو قلب میں جمالیا۔

(۳) جس بزرگ سے عقیدت ہو اس کا تصور کریں کہ میرے دل میں بیٹھے ہیں اور دل سے تمام گندگی کو نکال کر پھینک رہے ہیں اور دل کو بالکل پاک صاف کرکے چاندی کے روشن پانی سے میرے دل پر اللہ لکھ دیا۔

(۴) کوئی حدیث کی کتاب کا ترجمہ ہو یا کوئی اور کتاب ہو جس میں نافرمانوں پر غضبِ الٰہی اور دوزخ کے عذاب کا ذکر ہو اُس کا کثرت سے بار بار مطالعہ کریں۔

(۵) ایک وقت مقرر کرکے خلوت میں روزانہ یہ مراقبہ کریں کہ میدانِ قیامت میں حق تعالیٰ کے سامنے حساب کے لیے کھڑا ہوں اور حق تعالیٰ فرمارہے ہیں کہ اے بے حیا تجھ کو شرم نہیں آئی کہ ہم کو چھوڑ کر ایک مرنے والی لاش کی طرف مائل ہوا۔ کیا تجھ پر ہمارا یہی حق تھا کہ ہم کو چھوڑ کر ایک مُردہ پر فدا ہو۔ کیا ہم نے تجھ کو اِسی لیے پیدا کیا تھا۔ اے بے حیا ہمارے دیئے ہوئے اعضاء کو، آنکھوں کو، دل کو تو نے ہماری نافرمانی میں استعمال کیا اور تجھے شرم نہ آئی۔ غرض دیر تک اِس مراقبہ میں مشغول رہیں۔ اور مندرجہ بالا نسخہ پر ہمت کرکے روزانہ پابندی سے عمل کریں خواہ نفس کو تکلیف ہو مگر تکلیف کو برداشت کریں، انشاء اللہ تعالیٰ شفاءِ کامل نصیب ہو گی۔

ناشر: خانقاہ امدادیہ اشرفیہ، گلشنِ اقبال نمبر۲، کراچی۔

Website: www.islahibaatain.com