✨السّلام علیکم و رحمۃ اللہ و برکاتہ
✨بسم اللہ الرحمن الرحیم
✨بإذن اللہ تعالٰی
🌸🍃🌸🍃🌸🍃

Monday🌸📆

Lesson # 17🌸📗

LECTURE BY USTAZAH DR FARHAT HASHMI🌸🎤

Al Hayat As Saeeda🌸📖

TOPIC: As Saee Fil Izaalatal Asbaab Iljalibt Lilhamoom🌸📙

🌸🍃🌸🍃🌸🍃🌸

⬅غم و فکر کے اسباب کو زائل کرنا بھی خوشی کو واجب کرتا ہے.
⬅ حقیقتوں کو پھیرنا ممکن نہیں لیکن ان کو بھلانے کی کوشش کی جائے اور ماضی کے ناپسندیدہ واقعات کو فراموش کر دیا جائے.
⬅ماضی کے ناپسندیدہ واقعات کے بارے میں سوچنا وقت کا ضیاع اور ایک عبث اور محال مشغلہ ہے.
⬅ ڈپریشن کے متاثرہ شخص کو کسی مفید کام میں لگایا جائے تا کہ وہ اپنا غم بھول سکے.
⬅انسان خود کے ساتھ مجاہدہ کرے اور خود کو سمجھائے کہ مجھے تلخیوں پر مبنی باتیں نہیں سوچنی.
⬅آئندہ کے بارے میں بھی منفی نہ سوچا جائے.
⬅مستقبل مجہول ہے ہو سکتا ہے خیر پر مبنی ہو یا ہو سکتا ہے کہ شر پر مبنی ہو.
⬅مستقبل اللہ سبحان و تعالٰی کے ھاتھ میں ہے جو غالب اور حکمت والا ہے.
⬅ربّ پر توکل سےدل اطمینان پاتا ہے کہ ہر معاملہ اللہ سبحان و تعالٰی کے ھاتھ میں ہے اور اللہ جو کرے گا وہ بہتر ہو گا.
⬅ھمّ و غم کے خاتمے کے لئے دو-طرفہ کوششیں کی جائیں:
📌غم کے اسباب کو دور کرنے کی کوشش
📌خوشی کے اسباب کو حاصل کرنے کی کوشش
⬅ہمیں خود کوبدلنا ہے حالات نہیں بدلیں گے ہمیں خود کو اللہ سبحان و تعالٰی کی پسند کے مطابق بدلنا ہے تاکہ حالات بدل جائیں.

🍃🌸🍃🌸🍃🌸🍃🌸

Gham o fikr k asbaab ko zail kerna bhi khushi ko wajib kerta hy. ➡
➡ Haqiqaton ko pherna mummkin nhi lkn un ko bhulany ki koshish ki jaye or mazi k na pasandeeda waqiaat ko framosh kr diya jaye.
➡ Maazi k napasandeeda waqiaat k bary mn sochna wqt ka ziyaa or ek abs or mahal mashghala hy.
➡ Depression k mutasra shakhs ko kisi mufeed kaam mn lagaya jaye ta k wo apna gham bhool sky.
➡Insaan khud k saath mujahida kry or khud ko samjhaye k mujhy talkhiyon pr mabni batain nhi sochni.
➡Ainda k bary mn bhi manfi na socha jaye.

➡Mustaqbil majhool hy ho sakta hy k khair pr mabni ho ya ho sakta hy k shar pr mabni ho.
➡Mustaqbil Allah SWT k haath mn hy jo ghalib or hikmat wala hy.
➡Rabb pr tawakkul se dil itmenan pata hy k hr maamla Allah SWT k haath mn hy or Allah SWT jo kry ga behtar kry ga.
➡Hamm o gham k khatmy k leye do trfa koshishen ki jayn:
📌Gham k asbaab ko doore kerny ki koshish.
📌Khushi k asbaab ko hasil kerny ki koshish.
➡Hamen khud ko badlna hy halat nhi badlen gy. Hamen khud ko Allah SWT ki pasand k mutabiq badlna hy ta k halat badl jayn.
🌿🌸🌿🌸🌿🌸🌿🌸🌿🌸