

✨ السّلام عليكم و رحمة الله و بركاته

✨ بسم الله الرحمن الرحيم

✨ بإذن الله تعالى



Monday 🌸 17

📖 Lesson # 17

🎤 LECTURE BY USTAZAH DR FARHAT HASHMI

📖 Al Hayat As Saeeda

📖 TOPIC: As Sae 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 عیث اور محال مشغلہ ہے۔
- ← ڈپریشن کے متاثرہ شخص کو کسی مفید کام میں لگایا جائے تاکہ 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 تعالیٰ کے ہاتھ میں ہے جو غالب اور حکمت والا ہے۔
- ← رب پر توکل سے دل اطمینان پاتا ہے کہ ہر معاملہ اللہ سبحان و تعالیٰ کے ہاتھ میں ہے اور اللہ جو کرے گا وہ بہتر ہو گا۔
- ← ہم 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 کو بدلنا ہے حالات نہیں بدلیں گے ہمیں خود کو اللہ سبحان و تعالیٰ 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 mummmkin 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

