سورة الاِنْشِرَاح

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

اَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ ۙ ﴿۱﴾ وَوَضَعْنَا عَنْكَ وِزْرَكَ ۙ ﴿۲﴾
الَّذِیْۤ اَنْقَضَ ظَهْرَكَ ۙ ﴿۳﴾ وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ ؕ ﴿۴﴾ فَاِنَّ مَعَ
الْعُسْرِ یُسْرًا ۙ ﴿۵﴾ اِنَّ مَعَ الْعُسْرِ یُسْرًا ؕ ﴿۶﴾ فَاِذَا فَرَغْتَ
فَانْصَبْ ۙ ﴿۷﴾ وَاِلٰى رَبِّكَ فَارْغَبْ ۧ ﴿۸﴾

مطالعہ حدیث

عَنْ أَبِي مَسْعُودٍ قَالَ رَسُولُ اللهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

إِنَّ مِمَّا أَدْرَكَ النَّاسُ مِنْ كَلَامِ النُّبُوَّةِ الْأُولَى إِذَا لَمْ تَسْتَحِ فَافْعَلْ مَا شِئْتَ

سنن ابوداؤد:جلد سوم:حدیث نمبر 1393

حضرت ابو مسعود (رض) سے روایت کرتے ہیں کہ انہوں نے فرمایا کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا لوگوں کو سابقہ انبیاء کی جو باتیں ملی ہیں ان میں یہ ہے کہ جب تم میں سے حیاء ختم ہو جائے تو جو چاہو کرو

سورۃ الاِنْشِرَاح

- اس سورۃ کا نام اَلانْشِرَاحْ ہے جو اَلَم نَشْرَحُ (باب انفعال) سے مشتق ہے
- اس سورۃ کو اَلَمْ نَشْرَحْ اور الشرَح کے نام سے بھی یاد کیا جاتا ہے۔
- سورۃ ضحیٰ کے بعد یہ بغیر کسی تمہید کے اس طرح شروع ہو گئ ہے گویا پچھلی سورۃ کا تسلسل ہو (یہ سابق سورۃ کا مثنیٰ (Pair) ہے
- اس کا مقصد ومدعا بھی رسول اللہ ﷺ کو تسلی دینا ہے نبوت سے پہلے حضور ﷺ کو کبھی ان حالات سے سابقہ پیش نہ آیا تھا جن کا سامنا نبوت کے بعد دعوت اسلامی کا آغاز کرتے ہی یکایک آپؐ کو کرنا پڑا۔
- آپؐ کو ہدایت — کہ ان سختیوں کا مقابلہ کرنے کی طاقت آپ کے اندر اس چیز سے پیدا ہو گی کہ جب آپ مشاغل سے فارغ ہوں تو عبادت کی ریاضت میں لگ جائیں اور ہر چیز سے بے نیاز ہو کر صرف اپنے رب سے لو لگائیں

سورۃ کا موضوع اور مضمون

- نبوت کے بعد آنے والے حالات و واقعات پہ رسول اللہ ﷺ کو تسلی دینا
- اللہ نے آپ کو 3 عظیم نعمتیں عطا فرمائی ہیں - ان کی موجودگی میں آپ دل شکستہ نہ ہوں

1. شرحِ صدر
2. وضعِ وزر (بھاری بوجھ ہٹا دیا جو آپ ﷺ کی کمر توڑے دے رہا تھا)
3. رفعِ ذکر

- مشکلات کا یہ دور کوئی غیر محدود لمبا نہیں ہے بلکہ اس کے ساتھ فراخی کا دور بھی چلا آ رہا ہے
- اس مشکلات کے دور میں آپ کیا کریں؟ اپنے مشاغل سے فارغ ہو کر عبادت کے ریاضت میں لگ جائیں اور اپنے رب سے لَو لگائیں

سورۃ الضحیٰ اور سورۃ الشرح میں مماثلت

الضحیٰ میں 3 عظیم نعمتوں کا ذکر ہے جو مادی بھی ہیں اور معنوی بھی

1- یَجِدْكَ يَتِيمًا فَآوَىٰ 2- وَجَدَكَ ضَالًّا فَهَدَىٰ 3- وَجَدَكَ عَائِلًا فَأَغْنَىٰ

الضحیٰ میں مذکور نعمتیں اور لطف و عنایات - بعثت سے قبل یا ابتدائے بعثت سے متعلق

الضحیٰ بشارت — دعوت کے پہلو سے آنے والا وقت گذرے وقت سے بہتر ہو گا

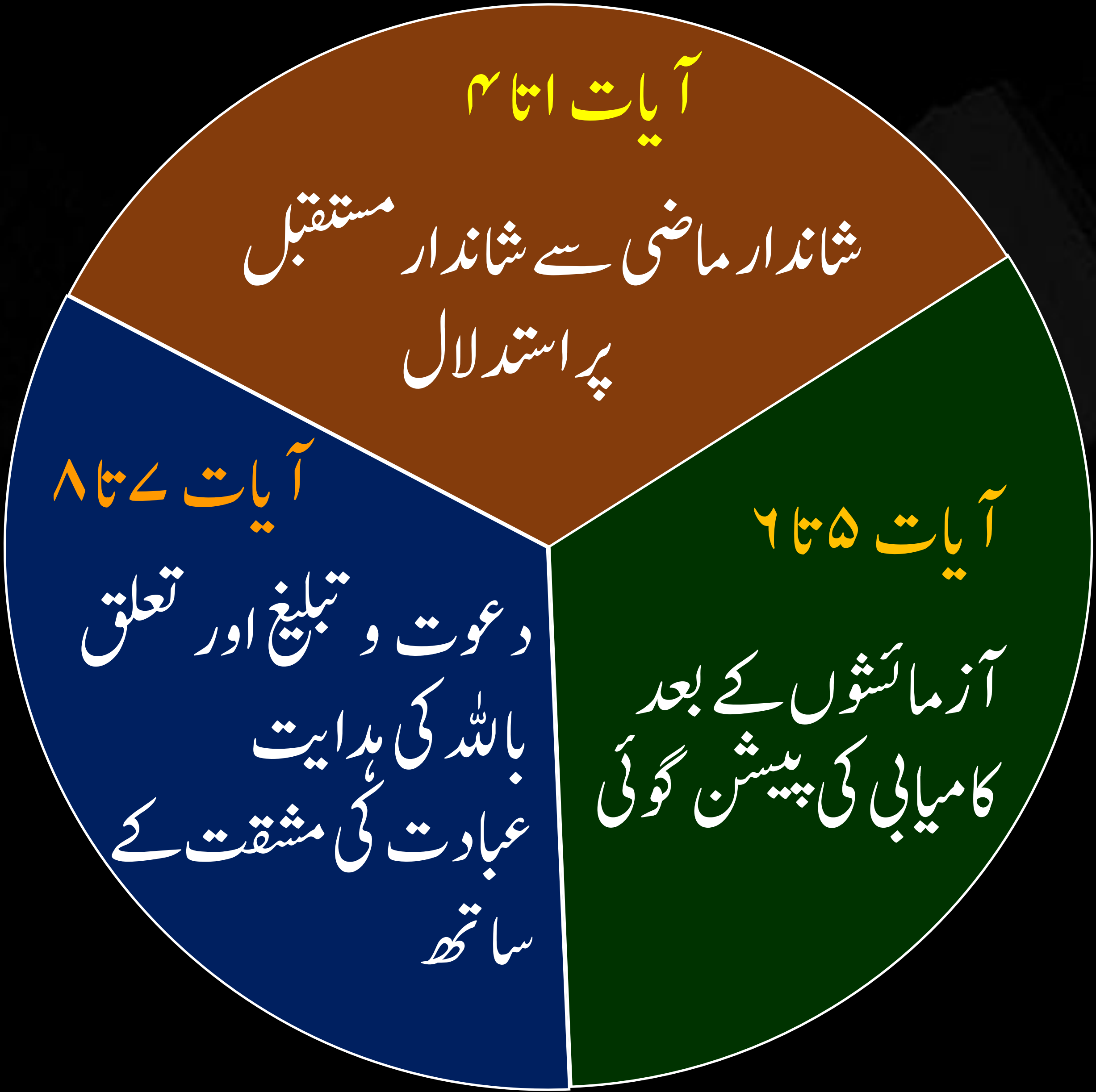
سورۃ الشرح میں بھی 3 عظیم نعمتوں کا ذکر ہے جو معنوی حیثیت رکھتی ہیں

1- شرح صدر 2- وضعِ وزر (بوجھ کا ہٹالینا) 3- رفعِ ذکر

الشرح میں مذکور افضال واحسانات اس دور سے متعلق - جب آپؐ کی دعوت مکہ سے نکال کر عرب کے دوسرے گوشوں میں

الشرح اُس بشارت کی صداقت کے شواہد کا حوالہ دیگر تاکید کے ساتھ اطمینان دلایا

سورة الاِنْشِرَاح



اَلَمۡ نَشۡرَحۡ لَكَ صَدۡرَكَ ۙ ①

شَرَحَ يَشْرَحُ شَرْحاً کھولنا، بیان کرنا، پھیلانا، کسی مشکل کلام میں مخفی معانی ظاہر کرنا

اَلَمۡ - کیا نہیں

نَشۡرَحۡ - ہم نے کھول دیا

- اردو میں شرح، تشریح، شارح

لَكَ صَدۡرَكَ - آپ کے لیئے آپ کا سینہ

- صدر- سینہ، ہر چیز کا اعلیٰ حصہ (صدر القوم - قوم کا سردار)
- صدر- لوٹنا، واپس آنا، نکل پڑنا (صدُور اور ورُود - صادر اور وارد)
- مصدر وہ لفظ جس سے دوسرے الفاظ کا نکلنا فرض کیا گیا ہو
- اردو میں صدر، صدور، صدری (سینہ بند)، صادر، صدارت، مصدر

وَوَضَعْنَا عَنْكَ وِزْرَكَ ۙ ﴿٢﴾

وَضَعَ يَضَعُ وَضعاً

اتار دینا، دور کرنا، ہلکا کرنا

وَوَضَعْنَا - اور ہم نے اتار دیا

- وضع کا لفظ قران میں وسیع معنوں میں استعمال ہوا ہے
- بوجھ رکھنا، پیدا کرنا (وضع حمل) ، بنانا، قائم کرنا
- اردو میں : وضع (کیفیت یا حالت) ، وضع داری (ظاہری حالت قائم رکھنا) واضع (بنانے والا) ، موضوع (بنائی گئی چیز)

عَنْكَ - آپ سے

وِزْرَكَ - آپ کا بوجھ

وزَرَ یزِر ، وَزْرًا و وِزْرًا وزن اٹھانا، بوجھ اٹھانا

- اردو میں : وزیر (ذمہ داری کا بوجھ اٹھانے والا)، وزاراء، اوزار

أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ ۙ ﴿١﴾ وَوَضَعْنَا عَنْكَ
وِزْرَكَ ۙ ﴿٢﴾

کیا ہم نے آپ کا سینہ نہیں کھول دیا
اور کیا آپ سے آپ کا بوجھ نہیں اتار دیا

HAVE WE NOT opened up thy heart,
And removed from you, your burden

محمد اقبال

أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ ۙ ①

- تین عظیم احسانات کا ذکر 1- شرح صدر کی نعمت 2 - یہ نعمت کہ آپؐ کی کمر سے وہ بوجھ اتار دیا گیا جو آپؐ کی کمر کو توڑے ڈال رہا تھا 3- رفعِ ذکر
- شرح صدر کی نعمت- دعوت حق کی کامیابی کے لئے مقرر ایک سنت الٰہی
  - فَمَن يُرِدِ اللَّهُ أَن يَهْدِيَهُ يَشْرَحْ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ ۖ
  - أَفَمَن شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ فَهُوَ عَلَىٰ نُورٍ مِّن رَّبِّهِ ۚ
  - قَالَ رَبِّ إِنِّي أَخَافُ أَن يُكَذِّبُونِ ۝ وَيَضِيقُ صَدْرِي
- نور الٰہی سے سینہ کا کشادہ ہو جانا اللہ کی جانب سے تسکین و طمانینت کا حاصل ہو جانا، اس کی طرف سے دل میں مسرت و راحت کا شعور پیدا ہو جانا (مف)
- " اس میں علوم و معارف کے سمندر اتار دیے اور لوازم نبوت اور فرائض رسالت برداشت کرنے کو بڑا وسیع حوصلہ دیا " مولانا شبیر احمد صاحب عثمانی

اَلَمۡ نَشۡرَحۡ لَكَ صَدۡرَكَ ۙ ①

- شرح صدر کیسی نعمت ہے؟

- نبوت اور دعوت جیسے کارِ عظیم کے بوجھ اور ذمہ داری کی روشنی میں
- شرحِ صدر سے وہ **بصیرت** اور **معرفت** پیدا ہوتی ہے جو حقیقی ایمان کا ثمر
- اللہ تعالیٰ پر وہ توکل اور اعتماد پیدا ہوتا ہے جو تمام **قوت اور عزم** کا سرچشمہ
- پھر اس **ایمان**، **معرفت** اور **بصیرت** کی موجودگی۔ انسان کو مزاحمت کے طوفانوں میں عزم حوصلہ اور استقامت عطا کرتی ہے
- شرحِ صدر سے آپ ﷺ کے اندر حوصلہ، ہمت، اولوالعزمی اور وسعتِ قلب آگئی جو منصبِ نبوت کی عظیم ذمہ داری کے لیئے درکار تھی
- شرحِ صدر اللہ کی طرف سے آپ ﷺ کی لیئے ایک خاص نعمت اور ہدیہ

أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ ۙ ①

○ شرح صدر کیسی نعمت ہے؟

- اس نعمت کے حاصل ہو جانے کے بعد دنیا کی کوئی تکلیف، کوئی مصیبت، کوئی لالچ انسان کو اس کے راستے سے نہیں ہٹا سکتا
- جب قریش نے آپؐ کے چچا ابو طالب سے آپ کی شکایت کی تو آپؐ نے فرمایا
- يَا عَمُّ ، وَاللَّهِ لَوْ وَضَعُوا الشَّمْسَ فِي يَمِينِي ، وَالْقَمَرَ فِي يَسَارِي عَلَى أَنْ أَتْرُكَ هَذَا الْأَمْرَ حَتَّى يُظْهِرَهُ اللَّهُ ، أَوْ أَهْلِكَ فِيهِ
- اے چچا! خدا کی قسم اگر یہ لوگ میرے دائیں ہاتھ پر سورج اور بائیں ہاتھ میں چاند بھی لا کر رکھ دیں اور کہیں کہ اس دین کی تبلیغ چھوڑ دوں تو یہ نہیں ہو سکتا یا تو خدا کا دین غالب ہو گا اور شرک و بت پرستی ختم ہو گی یا پھر میں نہ رہوں گا اور ہلاک کر دیا جاؤں گا

أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ ۙ ①

- شرح صدر کیسی نعمت ہے؟
- میرے لیے تو (دین کی) یہ تحریک عین مقصدِ زندگی ہے۔ میرا مرنا اور جینا اس کے لیے ہے۔ کوئی اس پر چلنے کے لیے تیار ہو یا نہ ہو، بہر حال مجھے تو اسی راہ پر چلنا اور اسی راہ میں جان دینا ہے۔ کوئی آگے نہ بڑھے تو میں بڑھوں گا۔ کوئی ساتھ نہ دے گا تو میں اکیلا چلوں گا۔ ساری دنیا متحد ہو کر مخالفت کرے گی تو مجھے تن تنہا اُس سے لڑنے میں بھی باک نہیں ہے

سید ابوالاعلیٰ مودودی

وَوَضَعْنَا عَنكَ وِزْرَكَ ۙ ﴿٢﴾

- حقیقت کی تلاش
- مشرکین، نصاریٰ، یہود، اور مجوس کے مذاہب سے بیزاری
- دینِ حنیفیت پر مطمئن نہ ہونا (اس کی تفصیلات نہ ہونے کی بناپر)
- آپ ﷺ کی دعوت کی مخالفت، اور نہ پھیلنے کی پریشانی
- عرب کے وسیع بگاڑ کو درست کرنے کی کوئی صورت نظر نہ آنا
- طٰهٰ مَا أَنْزَلْنَا عَلَيْكَ الْقُرْآنَ لِتَشْقَىٰ
- فَلَعَلَّكَ بَاخِعٌ نَفْسَكَ عَلَىٰ آثَارِهِمْ إِنْ لَمْ يُؤْمِنُوا بِهَٰذَا الْحَدِيثِ أَسَفًا 18/6
- اللہ نے آپؐ کو ہدایت دی- نبوت عطافرمائی- اور یہ یقین کہ توحید، آخرت اور رسالت کی شاہِ کلید سے ہر بگاڑ کا قفل کھولا جا سکتا ہے

وَوَضَعۡنَا عَنۡكَ وِزۡرَكَ ۙ ﴿٢﴾

- بھاری بوجھ سے مراد رنج و غم اور فکر و پریشانی کا وہ بوجھ ہے جو اپنی قوم کی جہالت و جاہلیت کو دیکھ دیکھ کر آپ کی حساس طبیعت پر پڑ رہا تھا بتوں کی پوجا۔ شرک اور مشرکانہ اوہام و رسوم کا گرم بازار۔ اخلاق کی گندگی اور بے حیائی ہر سو۔ معاشرت میں ظلم اور معاملات میں فساد لڑکیوں کا زندہ دفن کیا جانا۔ قبیلوں کی قتل و غارت کسی کی جان، مال اور آبرو محفوظ نہ تھی
- یہ حالت دیکھ کر آپ ﷺ کڑھتے تھے مگر اس بگاڑ کو دور کرنے کی کوئی صورت آپ ؐ کو نظر نہ آتی تھی۔ یہی فکر آپ کی کمر توڑے ڈال رہی تھی جس کا بار گراں اللہ تعالیٰ نے ہدایت کا راستہ دکھا کر آپ کے اوپر سے اتار دیا اور نبوت کے منصب پر سرفراز ہوتے ہی آپ کو معلوم ہو گیا کہ توحید اور آخرت اور رسالت پر ایمان ہی وہ شاہ کلید ہے جس سے انسانی زندگی کے ہر بگاڑ کا قفل کھولا جا سکتا ہے اور زندگی کے ہر پہلو میں اصلاح کا راستہ صاف کیا جا سکتا ہے۔

الَّذِیۡۤ اَنۡقَضَ ظَهۡرَكَ ۙ ﴿۳﴾ وَ رَفَعۡنَا لَكَ ذِكۡرَكَ ؕ ﴿۴﴾

الَّذِیۡۤ - وہ (بوجھ)

اَنۡقَضَ - جس نے جھکادی

نقض: کسی چیز کا توڑنا، شیرازہ بکھیرنا، عہد شکنی کرنا

- أَنقَضَ يُنقِضُ اِنْقاضاً : توڑنا، دبانا، جھکانا
- اردو میں: نقضِ عہد، نقضِ امن

ظَهۡرَكَ - آپ کی پیٹھ

وَ رَفَعۡنَا - اور بلند کیا ہم نے

لَكَ ذِكۡرَكَ - آپ کے لیئے آپ کا ذکر

الَّذِيْٓ اَنْقَضَ ظَهْرَكَ ۙ ③ وَ رَفَعْنَا لَكَ
ذِكْرَكَ ؕ ④

جس نے آپ کی کمر جھکا دی تھی
اور ہم نے آپ کے لیئے آپ کا ذکر بلند کر دیا

Which weighed down thy back;
And exalted for you your esteem?

محمد اقبال

وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ ۗ ﴿۴﴾

- یہ پیشن گوئی اس وقت جب کوئی شخص یہ سوچ بھی نہ سکتا تھا کہ جس فرد فرید کے ساتھ گنتی کے چند آدمی ہیں اور وہ بھی صرف شہر مکہ تک محدود ہیں اس کا آوازہ دنیا بھر میں کیسے بلند ہوگا اور کیسی ناموری اس کو حاصل ہوگی۔
- پھر اس خوشخبری کو عجیب طریقہ سے اس کو پورا کیا !
- مخالفت کے طوفان میں کیسے عرب کے گوشے گوشے میں آپؐ کا نام پہنچ گیا اور مکہ کے گوشہ گمنامی سے نکال کر خود دشمنوں نے آپؐ کو تمام ملک کے قبائل سے متعارف کرادیا
- ہجرت سے اس رفعِ ذکر کے دوسرے مرحلے کا آغاز ہوا
- تیسرے مرحلے کا آغاز خلافت راشدہ کے دور سے ہوا جب آپؐ کا نام مبارک تمام روئے زمین میں بلند ہونا شروع ہوگیا۔ یہ سلسلہ آج تک بڑھتا جارہا ہے اور انشاءاللہ قیامت تک بڑھتا چلا جائے گا۔

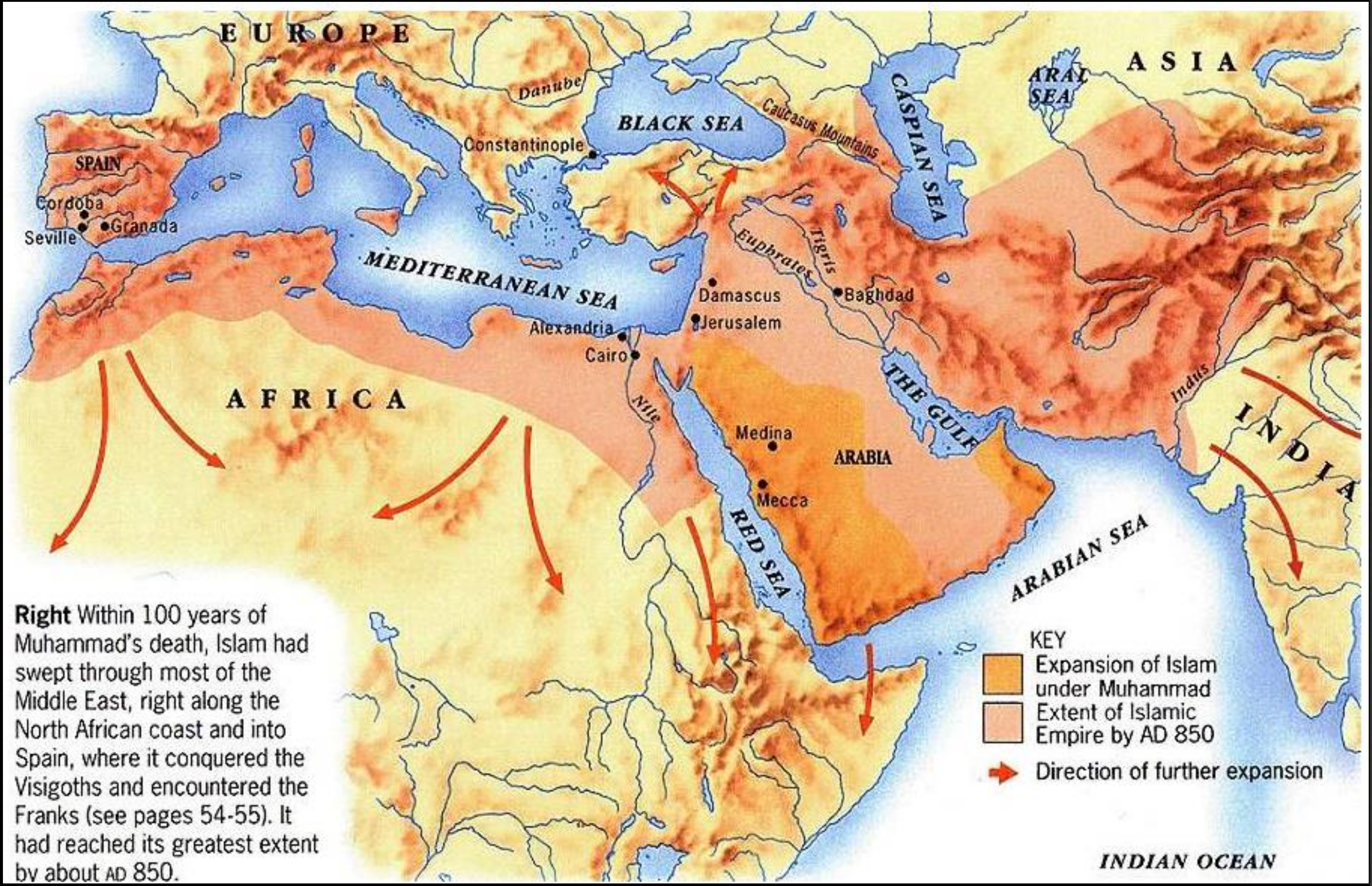
وَرَفَعۡنَا لَكَ ذِكۡرَكَ ؕ ﴿۴﴾

عَنْ أَبِي سَعِيد عَنْ رَسُول اللَّه صَلَّى اللَّه عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنَّهُ قَالَ " أَتَانِي جِبْرِيل فَقَالَ إِنَّ رَبِّي وَرَبّك يَقُول كَيْفَ رَفَعْت ذِكْرك ؟ قَالَ اللَّه أَعْلَم قَالَ إِذَا ذُكِرْتُ ذُكِرْت مَعِي

حضرت ابو سعید خدری کی روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا جبریل میرے پاس آئے اور مجھ سے کہا کہ میرا رب اور آپ کا رب پوچھتا ہے کہ میں نے کس طرح تمہارا رفع ذکر کیا؟ میں نے عرض کیا اللہ ہی بہتر جانتا ہے۔ انہوں نے کہا کہ اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے کہ جب میرا ذکر کیا جائے گا تو میرے ساتھ تمہارا بھی ذکر کیا جائے گا"۔ (ابن جریر، ابن ابی حاتم، مسند ابو یعلی، ابن المنذر، ابن حبان، ابن مردویہ، ابو نعیم

○ بعد کی پوری تاریخ شہادت دے رہی ہے کہ یہ بات حرف بحرف پوری ہوئی

وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ



Right Within 100 years of Muhammad's death, Islam had swept through most of the Middle East, right along the North African coast and into Spain, where it conquered the Visigoths and encountered the Franks (see pages 54-55). It had reached its greatest extent by about AD 850.

فَاِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۙ ۝٥ اِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ؕ ۝٦

فَاِنَّ - پس یقیناً

مَعَ الْعُسْرِ - تنگی کے ساتھ

يُسْرًا - آسانی ہے

اِنَّ - بے شک

مَعَ الْعُسْرِ - تنگی کے ساتھ

يُسْرًا - آسانی ہے

فَاِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۙ ۵ اِنَّ مَعَ الْعُسْرِ
يُسْرًا ؕ ۶

پس حقیقت یہ ہے کہ تنگی کے ساتھ فراخی بھی ہے
بے شک تنگی کے ساتھ فراخی بھی ہے

So, verily, with every difficulty, there is relief:
Verily, with every difficulty there is relief.

فَاِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۙ ﴿٥﴾ اِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ؕ ﴿٦﴾

- اس بات کو دو مرتبہ دہرایا گیا ہے تاکہ حضور ﷺ کو پوری طرح تسلی دے دی جائے کہ جن سخت حالات سے آپؐ اس وقت گزر رہے ہیں یہ زیادہ دیر رہنے والے نہیں ہیں بلکہ ان کے بعد قریب ہی میں اچھے حالات آنے والے ہیں
- بظاہر یہ بات متناقض معلوم ہوتا ہے کہ تنگی کے ساتھ فراخی ہو، کیونکہ یہ دونوں چیزیں بیک وقت جمع نہیں ہو تیں۔ لیکن تنگی کے بعد فراخی کہنے کے بجائے تنگی کے ساتھ فراخی کے الفاظ اس معنی میں استعمال کیے گئے ہیں کہ فراخی کا دور اس قدر قریب ہے کہ گویا وہ اس کے ساتھ ہی چلا آرہا ہے۔

فَاِذَا فَرَغْتَ فَانْصَبْ ۙ ﴿٧﴾ وَاِلٰى رَبِّكَ فَارْغَبْ ﴿٨﴾

فَاِذَا - پس جب

فَرَغْتَ - آپ فارغ ہوں فَرَغَ کام میں مصروف نہ ہونا

- اردو میں : فارغ، فارغ البال، فراغ، فراغت

فَانْصَبْ - تو آپؐ کوشش کریں (ریاضت کریں)

- نَصَبَ يَنْصَبُ محنت اور جانفشانی سے کام کرنا

وَاِلٰى رَبِّكَ - اور اپنے رب کی طرف ہی

فَارْغَبْ - رغبت کریں رَغِبَ حرص کرنا، توقع کرنا، لو لگانا

اردو میں رغبت، ترغیب، مرغوب

فَاِذَا فَرَغۡتَ فَانۡصَبۡ ۙ ﴿۷﴾ وَاِلٰی رَبِّکَ فَارۡغَبۡ ٪ ﴿۸﴾

پس جب آپ (تبلیغ احکام سے) فارغ ہوں تو ریاضت کیجئے
اور اپنے رب کی طرف دل لگائیے

Therefore, when thou art free (from thine immediate task), still labour hard,
And to your Lord turn (all) your attention.

محمد اقبال

فَاِذَا فَرَغۡتَ فَانۡصَبۡ ۙ﴿۷﴾ وَ اِلٰی رَبِّکَ فَارۡغَبۡ ٪﴿۸﴾

- آخری منزل کے لئے جدوجہد

- فارغ ہونے سے مراد اپنے مشاغل سے فارغ ہونا ہے، خواہ وہ دعوت و تبلیغ کے مشاغل ہوں یا اسلام قبول کرنے والوں کی تعلیم وتربیت کے مشاغل، یا اپنے گھر بار اور دنیوی کاموں کے مشاغل۔ حکم کا منشا یہ ہے کہ جب کوئی اور مشغولیت نہ رہے تو اپنا فارغ وقت عبادت کی ریاضت و مشقت میں صرف کرو اور ہر طرف سے توجہ ہٹا کر صرف اپنے رب کی طرف متوجہ ہو جاؤ۔

- انسانی تاریخ اور تہذیب و تمدن کا عظیم ترین کام — اللہ سے بہت مضبوط رشتہ ستوار کیئے بغیر سرانجام نہیں دیا جاسکتا

LEISURE TIME فراغت- فارغ وقت

فارغ وقت میں ہم کیا کرتے ہیں؟

- .... !!!!!!
- عَنِ ابْنِ عَبَّاسٍ قَالَ قَالَ رَسُولُ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ نِعْمَتَانِ مَغْبُونٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ الصِّحَّةُ وَالْفَرَاغُ - (البخاری)

دو نعمتیں ایسی ہیں جنہیں اکثر لوگ ضائع کرتے ہیں، صحت اور فارغ وقت

- إني لأكْرَه أن أَرى أحدَكم سبَهْلَلا (أي فارغاً) لاَ في عَمَل دُنيا ولا في عَمل آخره .... عمر بن خطاب رضؓ
- میں اس بات ناپسند کرتا ہوں کی تم میں کسی کو بالکل فارغ دیکھوں کہ نہ وہ کوئی دنیا کا کام کرہا ہے اور نہ آخرت کے لیئے

LEISURE TIME فراغت - فارغ وقت

فارغ وقت میں ہم کیا کرتے ہیں؟

- آپ ﷺ کچھ نہ کرنے (عجز) اور کسل مندی (سستی) سے پناہ مانگتے
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ الْعَجْزِ وَالْكَسَلِ ......
- .....اِحْرِصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعِنْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجَزْ...
- ہر اس چیز کے لیئے کوشش کرو جو نفع پہنچانے والی ہے اور عاجز ہو کے نہ بیٹھ جاؤ - (صحیح مُسْلِم)
- فارغ وقت کا بیشتر حصہ ٹی وی، انٹرنیٹ اور سوشل میڈیا پہ گذارنا انسان کے لیئے خسارے کا باعث- کہ اس دنیا میں وقت ہی اصل سرمایہ

سورة اَلاِنْشِرَاح

- اس سورۃ میں آپ ﷺ پر خدا کی نعمتوں کے ایک حصہ کو شمار کیا گیا ہے۔ حقیقت میں تین قسم کی عظیم نعمتیں سورۃ والضحیٰ میں آئی تھیں اور تین ہی عظیم نعمتیں سورۃ الم نشرح میں آئی ہیں
- گزشتہ نعمتوں میں تو بعض مادی اور بعض معنوی تھیں، لیکن اس سورۃ کی تمام نعمتیں معنوی پہلو رکھتی ہیں اور یہ سورۃ خصوصیت کے ساتھ تین محوروں کے گرد گردش کرتا ہے یہاں انہی تینوں نعمتوں کا بیان ہے
- دوسرا پیغمبر ﷺ کو مستقبل میں ان کی دعوت کی مشکلات کے برطرف ہونے کے لحاظ سے بشارت ہے
- تیسرا خدا اللہ تعالیٰ کی طرف توجہ اور اس کی عبادت و بندگی کی طرف تحریص و ترغیب