سوال

(683) غصہ کا علاج

جواب

السلام علیکم ورحمۃ اللہ وبرکاتہ

ا انسان ہوں کہ مجھے بہت جلد غصہ آجاتا ہے ۔ میں نے بہت کوشش کی ہے کہ غصے کے وقت اپنے اعصاب قابو میں رکھوں لیکن میں نے محسوس کیا ہے کہ مجھے معلوم ہی نہیں ہوتا کہ میں غصے کی حالت میں ہوں، امید ہے کہ آپ غصہ کے علاج کے لیے میری راہنمائی فرمائیں گے ؟

الجواب بعون الوہاب بشرط صحۃ السؤال

تہ!

ند!

آپ کثرت سے (اعوذباللہ من الشیطن الرجیم) پڑھا کریں اور جب غصہ آئے تو وضو کرلیا کریں ۔ رسول اللہ ﷺ نے اس شخص کی انہیں باتوں کی طرف راہنمائی فرمائی تھی، جسے غصہ بہت آتا تھا ۔ حست استطاعت ان اسباب سے بھی بچنے کی کوشش کریں، جن کی وجہ سے غصہ آتا ہو، ارشاد باری تعال ہے

وَمَن يَتَّقِ اللَّهَ يَجعَل لَهُ مَخرَجًا٢... سورة الطلاق

ر جو اللہ سے ڈرے گا تو اللہ اس کے کام میں آسانی پیدا کردے گا ۔''

ھذا ما عندی واللہ اعلم بالصواب

فتاویٰ اسلامیہ

ج4ص517

محدث فتویٰ