



السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

میں ایک ایسا انسان ہوں کہ مجھے بہت جلد غصہ آپتا ہے۔ میں نے بہت کوشش کی ہے کہ غصے کے وقت لپٹنے 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 کیلئے میری راہنمائی فرمائیں گے؟

الجواب بعون الوہاب بشرط صحیح السوال

وعلیکم السلام ورحمة الله وبركاته!
الحمد لله، والصلوة والسلام على رسول الله، أما بعد:

آپ کثرت سے (اعوذ بالله من الشیطون الرجيم) پڑھا کر میں اور جب غصہ آئے تو وضو کر دیا کر دیں۔ رسول اللہ ﷺ نے اس شخص کی انسیں ہاتوں کی طرف راہنمائی فرمائی تھی جسے غصہ بہت آتا تھا۔ حتیٰ استطاعت ان اس باب سے بھی بچنے کی کوشش کر دیں، جن کی وجہ سے غصہ آتا ہو، ارشاد باری تعالیٰ ہے :

وَمِنْ عَيْنِ اللَّهِ مَكْلُولٌ لَذِخْرٍ ۖ ۚ ... سورة الطلاق

”اور جو اللہ سے ڈرے گا تو اللہ اس کے کام میں آسانی پیدا کر دے گا۔“

حمد لله رب العالمين واصحاب

فتاویٰ اسلامیہ

ج4 ص517

محمد فتویٰ