



## دینداری اور صحت و عافیت والی طویل زندگی بہت بڑی نعمت ہے

### الْخُطْبَةُ الْأُولَى

الْحَمْدُ لِلَّهِ الرَّحِيمِ الرَّحْمَنِ، حَثَّ عَلَى الْعِنَايَةِ بِصِحَّةِ الْأَبْدَانِ، وَجَعَلَ وَقَائَتَهَا وَعِلَاجَهَا مِنْ أَسْبَابِ طُولِ عُمُرِ الْإِنْسَانِ، وَأَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ الْكَرِيمِ الْمَنَّانِ، وَأَشْهَدُ أَنَّ سَيِّدَنَا وَنَبِيَّنَا مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ إِلَى الْأَنَامِ، فَاللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِكْ عَلَيْهِ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ وَمَنْ تَبِعَهُمْ بِإِحْسَانٍ.

أَمَّا بَعْدُ: فَأَوْصِيكُمْ عِبَادَ اللَّهِ وَنَفْسِي بِتَقْوَى اللَّهِ، فَبِهَا تَطْمَئِنُّ قُلُوبُكُمْ، وَتَرْكُو نُفُوسُكُمْ، وَتَسْعَدُونَ يَوْمَ لِقَاءِ رَبِّكُمْ، (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلِنَنْظُرْ نَفْسًا مَا قَدَّمْتُمْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ) (١).

میرے نمازی بھائیو! عزیز دوستو! بلاشبہ صحت و عافیت بہت عظیم الشان

نعمت ہے درحقیقت عمر انسان کی زندگی کا سرمایہ ہے اور یہ اللہ جل جلالہ کی عطا کی ہوئی انتہائی قیمتی دولت ہے اللہ رب العزت نے اپنی کتاب مبین میں اس کی قسم کھائی ہے اور نبی کریم ﷺ نے اس نعمت کے زائل ہونے سے پہلے ہمیں اس کی حفاظت

کی تاکید کی ہے پھر انسان کی عمر کو اسی لئے عمر کہا جاتا ہے کیونکہ یہ تعمیر و آباد کاری کا عنوان ہے اور جب تک بدن سے روح کا رشتہ قائم رہتا ہے تعمیر کا سلسلہ جاری رہتا ہے اسی کے ذریعے ہم زمین کو آباد کرتے ہیں اور اس میں زندگی اور تازگی بکھیرتے رہتے ہیں باری تعالیٰ ﷻ نے فرمایا ہے: **(هُوَ أَنْشَأَكُمْ مِنَ الْأَرْضِ وَاسْتَعْمَرَكُمْ فِيهَا) (۲)**۔ اسی نے تم کو زمین سے پیدا کیا اور اس میں تم کو آباد کیا، بلا شبہ لمبی عمر ایسی چیزوں میں شامل ہے آدمی جسکی تمنا کرتا ہے اور انسانی طبیعت و فطرت جس کی خواہش رکھتی ہے نبی کریم ﷺ کا ارشاد ہے: **«إِنَّ مِنَ السَّعَادَةِ أَنْ يَطُولَ عُمُرُ الْعَبْدِ» (۳)**، یہ خوش نصیبی کی بات ہے کہ بندے کو لمبی عمر نصیب ہو، ایک دوسری حدیث میں ارشاد ہے: **«لَا يَزِيدُ الْمُؤْمِنَ عُمُرُهُ إِلَّا خَيْرًا» (۴)**، مؤمن کی لمبی عمر اس کے لئے خیر و برکت ہی کا ذریعہ ہوتی ہے میرے دوستو! غور فرمائیے کہ نبی کریم ﷺ نے کس طرح لمبی عمر کے مثبت پہلو کو مد نظر رکھا اور اس کو خیر و برکت اور سعادت و کرامت کا سبب قرار دیا چنانچہ صحابی جیل سیدنا انس ابن مالک رضی اللہ عنہ کی والدہ ماجدہ نے جب اپنے بیٹے کیلئے دعا کی درخواست کی تو نبی رحمت ﷺ نے حضرت انس کے لئے ایک جامع دعا فرمائی جس میں لمبی عمر کی دعا بھی شامل تھی چنانچہ آپ ﷺ نے ان کیلئے اس طرح دعا فرمائی: **«اللَّهُمَّ أَكْثِرْ مَالَهُ**

وَوَلَدَهُ، وَأَطْلِحْ حَيَاتَهُ، وَاغْفِرْ لَهُ»<sup>(۵)</sup>؛ یا اللہ! تو ان کے مال اور اولاد میں کثرت

و برکت فرما ان کی عمر دراز فرما اور ان کی مغفرت فرما

اللہ کے نیک بند و میرے پیارے بھائیو! مؤمن بندے پر لازم ہے کہ وہ

اپنی زندگی اور اپنی عمر کا صحیح استعمال کرے اپنے رب کی اطاعت و عبادت کرے

خوب کثرت سے مفید کام کرے اپنی زندگی کے مقاصد پورے کرے اپنے وطن کی

تعمیر و ترقی کی کوشش کرے وطن کی تہذیب کو فروغ دینے میں حصہ لے اور اپنے

تجربات اور مشاہدات سے لوگوں کو فائدہ پہنچائے سیدنا ابو بکر رضی اللہ عنہ سے مروی ہے

کہ ایک صاحب نے دریافت کیا یا رسول اللہ سب سے بہتر آدمی کون ہے؟ تو آپ

ﷺ نے ارشاد فرمایا: «مَنْ طَالَ عُمُرُهُ، وَحَسَنَ عَمَلُهُ»<sup>(۶)</sup>۔ جس کی عمر لمبی ہو

اور اس کے اعمال اچھے ہوں عمر اور زندگی کی اسی اہمیت کی بنا پر نبی کریم ﷺ اپنے

رب سے صحت و عافیت کا سوال کیا کرتے چنانچہ آپ ﷺ یہ دعا کیا کرتے: «اللَّهُمَّ

مَتِّعْنَا بِأَسْمَاعِنَا وَأَبْصَارِنَا وَقُوَّتِنَا مَا أَحْيَيْتَنَا، وَاجْعَلْهُ الْوَارِثَ مِنَّا»<sup>(۷)</sup>۔

یا اللہ! تو جب تک ہمیں زندہ رکھ ہمیں اپنے کانوں اپنی آنکھوں اور اپنی قوتوں سے

فائدہ اٹھانے کا موقع عنایت فرما اور ان سب نعمتوں کو (ہماری موت تک) باقی رکھ

آئیے ہم بھی دعا کریں کہ یا اللہ! ہماری عمروں میں خیر و برکت نازل فرما اور ہمیں

جسمانی صحت و عافیت سے فائدہ اٹھانے کا موقع عنایت فرما ہمارے ملکوں میں امن  
و امان قائم و دائم رکھ اور ہمیں اپنے فرمان پر عمل کی توفیق عطا فرما: **(يَا أَيُّهَا الَّذِينَ  
آمَنُوا أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ وَأُؤْيِ الْأَمْرِ مِنْكُمْ) (۸).**  
**أَقُولُ قَوْلِي هَذَا وَأَسْتَغْفِرُ اللَّهَ لِي وَلَكُمْ.**

## الْخُطْبَةُ الثَّانِيَّةُ

الْحَمْدُ لِلَّهِ وَحْدَهُ، وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى مَنْ لَا نَبِيَّ بَعْدَهُ، وَعَلَى آلِهِ  
وَصَحْبِهِ وَمَنْ تَبَعَ هَدْيِهِ.

**اللہ کے نیک بندو میرے عزیز دوستو! یقیناً لمبی زندگی مؤمن کیلئے ایک قیمتی**  
نعمت ہے پھر اپنی صحت کی حفاظت اور اپنی عافیت کی فکر ان عظیم مقاصد میں شامل  
ہے جن کیلئے آدمی کوشش کرتا ہے اور انہیں حاصل کرنا چاہتا ہے چنانچہ رسول اکرم  
ﷺ نے اپنے اس فرمان میں ہمیں اس کی ترغیب دی ہے: **«اسْأَلُوا اللَّهَ الْعَفْوَ**

**وَالْعَافِيَةَ»** (۹) اللہ تعالیٰ سے مُعافی اور عافیت کی دعا کرتے رہا کرو الغرض جسمانی  
صحت انسان کی گردن میں ایک امانت ہے یہ ان عظیم الشان نعمتوں میں شامل ہے  
جنکی بابت بارگاہ رب العزت میں سب سے پہلے پوچھ گچھ ہوگی چنانچہ بندے سے  
فرمایا جائے گا **«يُقَالُ لَهُ: أَلَمْ نُنصِحْ لَكَ جِسْمَكَ؟»** (۱۰). کیا میں نے تمہارا

جسم صحت مند نہیں بنایا تھا؟ تو اللہ کے نیک بندو! تندرستی کی نعمت کو غنیمت جانو  
اور اسکی خوب قدر کر لو اور حفظانِ صحت کے اصول و اسباب پر دھیان دو اور یہ  
خیال رکھو کہ اس سلسلے میں جو اقدامات کئے جاتے ہیں ان میں پہلے نمبر پر ہے  
صحت کو نقصان پہنچانے والی ہر چیز سے دور رہنا اور تندرستی کی حفاظت کرنے

والے امور کو اختیار کرنا مثلاً کھانے پینے میں احتیاط و اعتدال سے کام لینا اور مسلسل واکنگ اور چہل قدمی کرنا، اسی طرح ان تمام چیزوں کو اختیار کرنا جو صحت و عافیت والی زندگی کو یقینی بناتی ہیں جیسے باقاعدگی سے برابر میڈیکل چیک اپ کراتے رہنا، آج میڈیکل سائنس کافی ایڈوانس ہو چکی ہے اور بیماریوں کی علامات کی تشخیص اور ان کے علاج کے سلسلے میں کافی ترقی کر چکی ہے ہمیں ان ترقیات سے خوب فائدہ اٹھانا چاہیے تاکہ ہر قسم کے امراض سے ہماری حفاظت ہو یا پھر شروع ہی میں ان کا باقاعدہ علاج ہو جائے میرے دوستو! صلہ رحمی کر کے اپنی معاشرتی صحت پر بھی دھیان دو پاکیزہ اخلاق کا اہتمام کرو اور ہر ایک سے اچھا برتاؤ کرو اسی طرح مثبت سوچ کے ذریعے اپنی ذہنی اور نفسیاتی صحت پر بھی توجہ دو مایوسی اور اندیشوں سے بچو اور رنج و غم کے اسباب سے دور رہنے کی کوشش کرو کیونکہ یہ صحت کیلئے انتہائی خطرناک ہے اور اس سے جسمانی قوت تباہ و برباد ہو جاتی ہے اسی لئے نبی رحمۃ اللّٰعالمین ﷺ نے اس سے پناہ مانگی ہے چنانچہ آپ ﷺ بکثرت یہ دعا کیا کرتے: «اللّٰهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحُزْنِ» (۱۱)۔ یا اللہ! میں غم اور فکر سے تیری پناہ چاہتا ہوں تو آئیے ہم بھی اس دعا کا اہتمام کریں اور نبی کریم ﷺ کی مکمل پیروی کریں \*\*\*

وَصَلِّ يَا رَبَّنَا وَسَلِّمْ وَبَارِكْ عَلَى سَيِّدِنَا وَنَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ، وَعَلَى آلِهِ  
وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ، وَارْضَ اللَّهُمَّ عَنِ الْخُلَفَاءِ الرَّاشِدِينَ، وَعَنْ سَائِرِ الصَّحَابَةِ  
الْأَكْرَمِينَ.

اللَّهُمَّ ازْرِقْنَا صِحَّةً فِي أَبْدَانِنَا، وَعَافِيَةً فِي أَجْسَادِنَا، وَمَتِّعْنَا بِأَسْمَاعِنَا  
وَأَبْصَارِنَا، وَقُوَّتِنَا مَا أَحْيَيْتَنَا.

اللَّهُمَّ أَدِمَّ عَلَى دَوْلَةِ الْإِمَارَاتِ الْأَمَانَ وَالْإِسْتِقْرَارَ، وَالرُّفْيَ وَالْإِزْدِهَارَ، وَعَمَّ  
الْعَالَمَ بِالرَّحْمَةِ وَالسَّلَامِ.

اللَّهُمَّ وَفِّقْ رَئِيسَ الدَّوْلَةِ الشَّيْخَ مُحَمَّدَ بْنَ زَايِدٍ، وَنُؤَابَهُ وَإِخْوَانَهُ حُكَّامَ  
الْإِمَارَاتِ، وَوَلِيَّ عَهْدِهِ الْأَمِينَ؛ لِمَا تُحِبُّهُ وَتَرْضَاهُ.

اللَّهُمَّ ارْحَمْ الشَّيْخَ زَايِدَ، وَالشَّيْخَ رَاشِدَ، وَالْقَادَةَ الْمُؤَسِّسِينَ، وَالشَّيْخَ  
مَكْتُومَ، وَالشَّيْخَ خَلِيفَةَ بْنَ زَايِدٍ، وَأَدْخِلْهُمْ بِفَضْلِكَ فَسِيحَ جَنَّتِكَ،  
وَاشْمَلْ شُهَدَاءَ الْوَطَنِ بِرَحْمَتِكَ وَعُفْرَانِكَ.

اللَّهُمَّ ارْحَمْ الْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ، وَالْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ: الْأَحْيَاءَ  
مِنْهُمْ وَالْأَمْوَاتِ.

عِبَادَ اللَّهِ: اذْكُرُوا اللَّهَ الْعَظِيمَ الْجَلِيلَ يَذْكُرْكُمْ، وَاشْكُرُوهُ عَلَى نِعْمِهِ يَزِدْكُمْ.  
وَأَقِمِ الصَّلَاةَ.

(١) الحشر: ١٨.

(٢) هود: ٦١.

- 
- (٣) أحمد: ١٤٦٠٤. وقال الهيثمي: إسناده حسن. مجمع الزوائد: ٢٠٣/١٠.
- (٤) مسلم: ٢٦٨٢.
- (٥) متفق عليه، ورواه البخاري في الأدب المفرد: ٦٥٣. واللفظ له.
- (٦) الترمذي: ٢٣٣٠.
- (٧) الترمذي: ٣٥٠٢.
- (٨) النساء: ٥٩.
- (٩) الترمذي: ٣٥٥٨.
- (١٠) الترمذي: ٣٣٥٨.
- (١١) البخاري: ٥١٠٩.