

The



MANIFESTO

مفید مسلمان منشور

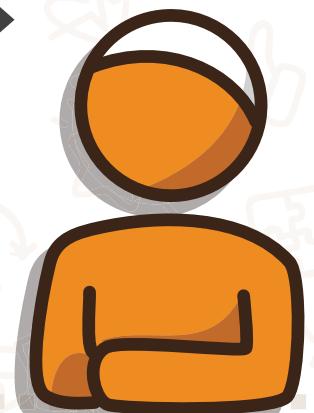
ایک پیداواری امت کی تعمیر نو کے لئے 10 بنیادی خصوصیات جن کی
ہر مسلمان کو ضرورت ہے

منشور ہر مسلمان اور مسلمان خاتون کے لئے ہے ProductiveMuslim

جو:

- ✓ اللہ سبحان ہو و تعالیٰ کو راضی کرنے کی کوشش کرتا ہے۔
- ✓ نبی محمد صلی اللہ علیہ وسلم کی سنت کا اتباع کرنے کی کوشش کرتا ہے۔
- ✓ بطور خلفاء (جانشین) زمین پر اپنی ذمہ داریاں برقرار رکھنے کی سعی کرتا/کرتی ہے۔
- ✓ دنیا بہر میں امت کی حالت زار پر لاچار یا مایوس محسوس کرتا ہے اور ایک پیداواری طریقہ کی تلاش میں ہے جس سے وہ مدد کر سکیں۔
- ✓ قرآن و سنت کی تعلیمات کے مطابق، روحانی، جسمانی، اور سماجی طور پر ایک صحت مند اور متوازن زندگی حاصل کرنا چاہتا ہے۔
- ✓ شعیدہ بازی کے کام، مطالعہ، خاندانی زندگی، سماجی زندگی، اور ان کی مسلم ذمہ داریوں کی ذاتی روزمرہ چنوتیوں کے مقابلہ کی کوشش کرنا۔
- ✓ اللہ سبحانہ تعالیٰ کی خاطر ایک 'پیداواری امت' کی دوبارہ تعمیر نو کے حل کا حصہ بننا چاہتے ہیں۔

کیا میرے لئے یہ منشور
درست ہے؟



دنیا تبدیل ہو سکتی ہے۔ یہ آپ سے شروع ہوتی ہے

بیشک اللہ کسی قوم کی حالت نہیں بلے گا جب تک کہ وہ خود کو تبدیل نہیں کریں گے۔

[قرآن: باب 13، آیت 11]

عملی Holistic Productivity تجویز:

بر ایک لازمی معیار کی وضاحت کرنے کے بعد، آپ قابل عمل اقدامات پائیں گے جنہیں آپ معیار میں پیش رفت کا آغاز شروع کرنے کیلئے بالکل اس وقت نافذ کر سکتے ہیں۔ اقدامات چھوٹے اور آسان ہیں، لیکن ان کی قوت کا غلط اندازہ مت لگائیں! صرف ان اقدامات پر عمل کر کرے، یہ ایک لازمی تبدیلی پیدا کریں گے جو آپ کو ایک پیداواری کلیاتی طرز زندگی کی جانب دھکیلتا ہے، جو جواباً ایک امت کی تعمیر نو کے لئے ایک سنگ بنیاد بننے میں پیش رفت کر سکتا ہے، انشا اللہ۔

اگر آپ اس تبدیلی کو شروع کرنے کے لئے پروجوس ہیں اور اپنے آپ کو غفلت اور بے مانیگی کے دنوں میں ڈالنے کے لئے تیار ہیں، تو آپ ProductiveMuslim تحریک میں بھیں اور لاکھوں دیگر بھائیوں اور بہنوں کے ساتھ شامل ہونے کے لئے تیار ہیں۔

خوش آمدید، اللہ تعالیٰ آپ کے اعمال کو قبول فرمائے اور آپ کے راستوں کو آسان بنائے۔

آپ کا ملخص،



محمد فارس، جنہیں "ابو پیداواری"
کے طور پر بھی جانا جاتا ہے
ProductiveMuslim.com کے بانی

میں صرف یہ ریپورٹ پڑھ کر جانتا ہوں کہ آپ اس امت کی تعمیر نو میں ایک پیداواری شریک کار بننا چاہتے ہیں ماشاء اللہ!

میں یہ بھی جانتا ہوں کہ آپ، لاکھوں دوسرے مسلمانوں کی طرح، جو ایسے ہی مخلصانہ ادارے رکھتے ہیں، نہیں جانتے ہیں کہ کہاں سے آغاز کریں۔ بہرحال، آپ مشکل اپنی روز مرہ کی ذمہ داریاں منظم کر سکتے ہیں، تو آپ کس طرح ممکنہ طور امت کے مسائل سے نمٹے کے لئے جا رہے ہیں؟

انشاء اللہ، اگلے چند صفحات آپ کو شروعاتی پلیٹ فارم دینے کے لئے منعین کیے گئے ہیں تاکہ آپ ایک ProductiveMuslim بن سکیں۔

اس منشور میں، آپ کو 10 ضروری خصوصیات ملیں گی جن کی بر ایک مسلمان کو اپنے اندر پیش رفت کرنی چاہئے تاکہ وہ حل کا ایک فائدہ مند حصہ بن سکیں جو اس امت کی تعمیر نو کرتا ہے، انشا اللہ۔

یہاں ہے کہ آپ اس منشور سے کس چیز کی توقع کر سکتے ہیں:

10 لازمی خصوصیات

آپ اللہ سبحان ہو و تعالیٰ کی رضا کی خاطر ایک حقیقی پیداواری طرز زندگی کو اپنانے کے لئے مطلوب 10 ضروری خصوصیات سیکھیں گے۔ روحانی، جسمانی، اور سماجی طور پر۔ جیسا کہ بم بر لازمی خصوصیت کا تعارف کراتے ہیں، ہم وضاحت کریں گے کہ ایک ProductiveMuslim بننا کیوں ایک پیشگی شرط ہے، اور ایک پیداواری امت کی تعمیر نو کے لئے یہ کس طرح ایک نقطہ آغاز ہے۔

السلام علیکم بھائیوں اور بہنوں۔

آپ پہاں اس لئے ہیں کیونکہ آپ کے دل میں ایک بیج ہے جو پھوٹتے کا انتظار کر رہا ہے۔

بیج کے اندر عظیم صلاحیت موجود ہے۔ اور اس کے ساتھ۔ آپ کی سب سے اعلیٰ صلاحیت کو پورا کرنے کی ایک عظیم ذمہ داری تاکہ آپ امت مدد کی مدد کر سکیں، معاشرے میں سچائی اور وقار بحال کرنے میں حصہ لے سکیں، اور اللہ سبحان ہو و تعالیٰ کی خاطر اسلام کی بالادستی قائم کر سکیں۔

آپ اس بیج کو بوتے پر بہت پروجوس ہیں جہاں یہ فائدہ مند بو سکتا ہے۔ اسی وقت میں، آپ کو خوف اور شک تباہ کر دیتا ہے۔ یہ اپنے اندر تقریباً ایک قیمتی بیج کی طرح محسوس ہوتا ہے اس کیلئے نشوونما کی معاونت کی ضرورت ہے جو اسے پہلنے پہلوانے کیانے درکار ہے۔

بس اپنے ارد گرد دیکھ کر، آپ بہت سی چنوتیوں کو دیکھتے ہیں جو مسلمان طرز حیات کے خلاف ہوتی ہیں۔ بماری امت غربت، جنگ، دیشت گردی اور اسلام فوبیا، سے ایک دردناک حالت زار میں چھلانگ لگا چکی ہے، خود مسلمانوں کیلئے جو جہالت یا سیکولر معاشرے کے زیر اثر گمراہ ہو چکے ہیں جو ان امور سے فاصلہ پیدا کرنے کا رحجان رکھتا ہے جن سے اللہ سبحان ہو و تعالیٰ راضی ہوتے ہیں۔

سبحان اللہ۔ چیزیں مایوس کن لگ رہی ہیں۔ لیکن آپ کے پاس ایک انتخاب ہے۔

آپ سادہ طور پر صورت حال کو قبول کرنے اور ایک غیر فعل مبصر بننے کا انتخاب کر سکتے ہیں جو امت کو مزید افرانقی گرتے دیکھتا ہے؛ یا آپ فعل اقدامات کرنے کا انتخاب کر سکتے ہیں، پانی جو آپ کے دل میں بیج ہوتا ہے، اور اس امت کی تعمیر نو میں پیداواری شریک کار بن سکتے ہیں؛ فرد ہے فرد۔



فہرست مدرجات

ایک فعال نیت کے ساتھ زندگی میں بہر چیز کا تعاقب کری
ہر لمحے روحانی رابطہ اور برکت کی تلاش میں رہیں
اپنے دل کو کثیر مثبت خیالات کے ساتھ بہر لیں
اپنے دن، بقیے، مہینے، زندگی کی تفصیل سے منصوبہ بندی کریں!
جلدی جاگیں اور برکت حاصل کریں
جسمانی قوت حیات کا ہدف بنائیں
ایک کامل زندگی کے لئے کامل سیکھنے کی جستجو
تفریح کے لئے وقت نکالیں!
بمیشہ خدمت میں رہیں
عزم اور نظم و ضبط رکھیں

02 کیا میرے لئے یہ منشور درست ہے؟

03 دنیا تبدیل ہو سکتی ہے۔ یہ آپ سے شروع ہوتی ہے۔

05 لازمی خصوصیت # 1

08 لازمی خصوصیت # 2

11 لازمی خصوصیت # 3

14 لازمی خصوصیت # 4

18 لازمی خصوصیت # 5

22 لازمی خصوصیت # 6

25 لازمی خصوصیت # 7

28 لازمی خصوصیت # 8

31 لازمی خصوصیت # 9

34 لازمی خصوصیت # 10

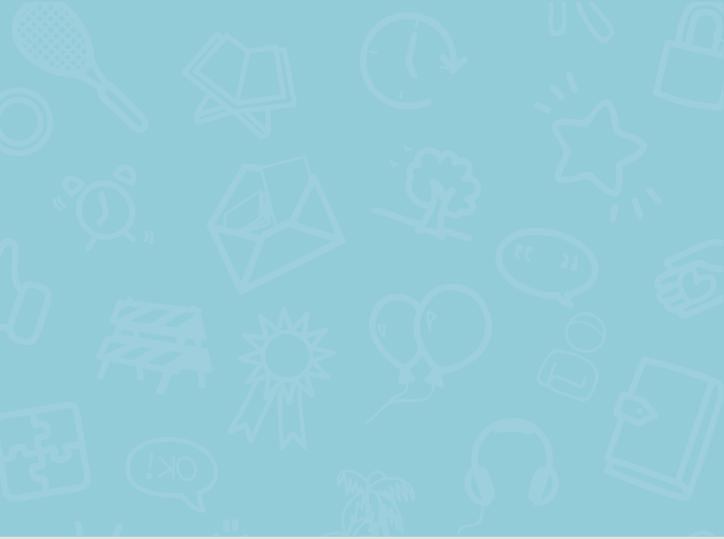
37 امت کو آپ کا انتظار ہے

38 کے متعلق

39 تسليمات

The ProductiveMuslim Manifesto by ProductiveMuslim.com is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License. This means you're allowed to share this work and adapt it as long as you give appropriate credit to ProductiveMuslim and you don't use this material for commercial purposes.

Read more about the license here: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



لازمی
خصوصیت



1 #

اپک فعال
نیت کے
ساتھ زندگی کا
میں ہر چیز کا
تعاقب کریں

تو ایک بالارادہ زندگی کیا ہے اور آپ اسے کیسے حاصل کرتے ہیں؟

بم ارادے کے بارے میں سوچنے کا رحجان رکھتے ہیں جیسا کہ بمارے ایک عبادت کے کام کو انجام دینے یا ایک اچھے کام یا منصوبہ کو شروع کرنے سے پہلے کی سوچ۔ اس کے باوجود، یہ ارادے کا استعمال کرتے ہوئے صرف بنیادی شکل ہے۔

ایک بالارادہ زندگی ارادہ کی بنیادی شکل سے باہر تک جاتی ہے، اور پیداواریت کے کمال اور اعلیٰ درجہ کو حاصل کرنے کے لئے اس کو سچ کی طاقت بخشتی ہے۔

آپ ارادہ کی سچی طاقت کو کس طرح بناتے ہیں؟

سادہ طور پر اپنی زندگی میں لمحات کے بارے میں مختلف انداز سے سوچنے سے اور خود سے بہتر اور اعلیٰ معیار کے سوالات پوچھ کر جیسا کہ:

"اب میرا کیا مقصد ہے؟"
"میں یہ عمل کر کے کس طرح اللہ سبحانہ و تعالیٰ کی بندگی کر رہا ہوں"
"میں یہ کیوں چاہتا ہوں/مجھے یہ کیوں کرتا چاہئے؟"
"میں اس عمل کے ذریعے کس طرح خود کو اور دوسروں کو فائدہ پہنچا سکتا ہوں؟"
"میں اپنی پیداواریت کو فروغ دینے کے لئے کس طرح ایک اعلیٰ/بہتر ارادہ رکھ سکتا ہوں؟"

اپ سوچ سکتے ہیں، "اچھا، میں بہاؤ کے رویہ کے ساتھ جانا پسند کر سکتا ہوں۔ میں بہت زیادہ منصوبہ بندی کے ساتھ خود کو دباؤ میں نہیں ڈالنا چاہتا ہوں۔" ٹھیک ہے اگر آپ ابو غیر پیداواری کے ساتھ شامل ہونا چاہتے ہیں؛!

اب آپ اس سفر میں ہیں، میں چاہتا ہوں آپ اپنی تمام تر صلاحیتوں کو جلا دیں اور اپنی زندگی سے متعلق زیادہ بالارادہ بنیں۔

اس لمحہ کے بعد سے، ارادہ کے بارے میں مختلف انداز سے سوچیں اور اپنی زندگی کے بارے میں زیادہ بالارادہ ہونے کی کوشش کریں۔ اپنے کام، اپنے خاندان، اپنے دین، معاشرہ کے بارے میں بالارادہ بنیں۔ واضح مقصد، ابداف، اور اپنی زندگی کے تمام امور کے لئے تحریک رکھیں۔ اپنے اراہوں سے باخبر رہیں اور اپنے آپ کو تحریک دینے کیلئے ارادہ کی قوت کو استعمال کریں اور ایک پیداواری طرز زندگی گزاریں۔

اگر آپ کو آج اپنی زندگی کا جائزہ لینا ہے، تو کیا آپ اسے ایک "بالارادہ زندگی" یا ایک " بلا ارادہ زندگی" کے طور پر بیان کریں گے؟

ایک بالارادہ زندگی اور ایک طرز حیات جس میں آپ پس بہاؤ کے ساتھ چلتے جاتے ہیں کے درمیان فرق کو جانتا ہم ہے۔ یہ ایک ProductiveMuslim بننے کی جانب پہلا قدم ہے، اور یہ آپ سے بالارادہ کے تصور کے بارے میں زیادہ شدت کے ساتھ دوبارہ سوچنے اور اپنی روزمرہ کی زندگی میں دوبارہ لاگو کرنے کا تقاضا کرتا ہے۔

ایک بالارادہ زندگی سے میری کیا مراد ہے؟ مجھے ایک مثال کے ذریعے وضاحت کرنے دیں۔

دو دوستوں کا تصور کریں۔ احمد اور عمر۔ جنہوں نے تقریباً ایک بی وقت میں کالج کا آغاز کیا۔ احمد ایک بالارادہ زندگی گزار رہا تھا۔ اس نے اپنے وقت کی منصوبہ بندی کی اور اس پر توجہ مرکوز کی اور اپنی زندگی کے مختلف شعبہ جات میں اپنی آخرت (حیات مابعد) اور دنیا (اس دنیا) کی بہتری کے لئے کوششیں کیں۔

احمد نے اپنی روز مرہ کی نماز پر توجہ مرکوز کی، اپنی دعوت کی سرگرمیوں میں مشغول ہوا، اپنی تعلیم پر توجہ مرکوز کی، اور جسمانی طور پر تدریست رہا۔ وقت کے کسی موڑ پر، احمد نے توجہ مرکوز کی اور بالکل درست طور پر جانتا تھا کہ وہ کیا اور کیوں کچھ کر رہا ہے۔ پہاڑ تک کہ اس کا آرام، مذاق اور سماجی اوقات بالارادہ ہوتے ہیں۔ نتیجے کے طور پر وہ صحت مند اور خاندان، دوستوں، اور کمیوٹنی کے ساتھ محبت بھرے تعلقات بناتا ہے۔

دوسری جانب، عمر ایک "بہاؤ کے ساتھ جانے والا" شخص زیادہ ہے۔ اگرچہ وہ اپنی کلاس میں شرکت اور اپنا ہوم ورک کرتا ہے، تاہم، وہ اس پر اپنی پوری توجہ لگانے کی پرواہ نہیں کرتا ہے۔ یہ بس کچھ ایسا ہے جو اسے "کرننا پڑتا ہے" اور وہ بمشکل اتنا کر لیتا ہے جتنا اسے کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔

عمر کے اچھے گریڈ حاصل کرنے اور صحیح کام کی تلاش سے متعلق ایک یا دو ارادے بو سکتے ہیں، لیکن اس سے میرا، وہ خود کو زیادہ تگ و دو میں نہیں ڈالے گا۔ وہ حقیقتاً اپنی صحت کی دیکھ بھال کی بھی پرواہ نہیں کرتا ہے۔ اس کی اپنی روحانی زندگی پر توجہ بھی اسی جیسی ہے؛ زیادہ وقت اور کوشش کے بغیر اپنے ایمان کو مضبوط بنانے یا کمیوٹنی کے ساتھ شامل ہونے کے بغیر۔

اب ان دو طرز زندگیوں میں سے کون سا زیادہ طاقتور ہے؟ آپ کیا سوچتے ہیں کہ کس کی وجہ سے زیادہ کامیابی ملے گی۔ اس دنیا اور آخرت میں؟

یہ، کسی شک کے بغیر، ایک بالارادہ زندگی ہے۔

شروع کرنے کیلئے عملی تجویز:

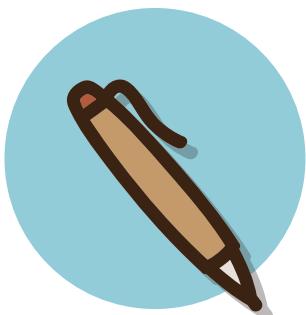
ایک پامقصد جریدہ حاصل کریں

کوئی بھی جریدہ/ نوٹ پیڈ خریدیں اور اسے اپنا پامقصد جریدہ کیپیں۔



اپنے ارادے تحریر کریں

مخصوص ارادوں کے بارے میں لکھیں جیسا کہ، "میں اس ماہ سورہ الملک مکمل حفظ کرنے کا ارادہ رکھتا ہوں"، اس کے ساتھ ساتھ عمومی ارادے جیسا کہ "میں منفی بونے کے بجائے مثبت بونے کا انتخاب کرنے کا ارادہ رکھتا ہوں"۔



اپنے اردوؤں کا جائزہ لیں

بر بقیے، اپنے ارادوں کی جانچ کریں اور ان کا جائزہ لیں اور دیکھیں کہ آپ اپنی روزمرہ کی زندگی میں ان کا اطلاق کس طرح کر رہے ہیں، اور کیا آپ ان کے ساتھ خوش ہیں یا ان پر نظر ثانی اور ان کی تجدید کرنے کی ضرورت ہے۔



ایک فعال

نیت کے
ساتھ زندگی

میں ہر چیز کا
تعاقب کریں



لازمی
خصوصیت

2 #



روحانی رابطہ
اور
بر کت
کی تلاش
میں رہیں

برکت کیا ہے اور یہ کیوں اہم ہے؟

برکت ProductiveMuslim کا خفیہ راز ہے!

آپ برکت کے ساتھ بہت کچھ مزید حاصل کر سکتے ہیں جو اس اس بغیر نہیں ملتا ہے۔

علمی لحاظ سے، برکت اس چیز کی ایک 'ربانی استوراریٹ' ہے جو اس کو بڑھاتی ہے یا اسے فائدہ مند بناتی ہے۔

مثلاً، اگر آپ کے وقت میں برکت موجود ہے، تو آپ خود کو تھکا مانندہ محسوس کیے بغیر کافی زیادہ کام کر سکتے ہیں۔ اگر آپ کی نیند میں برکت ہے تو، آپ بس چند گھنٹوں کے لئے سو سکتے ہیں لیکن جب آپ جاگتے ہیں تو تازہ دم اور توانا محسوس کرتے ہیں۔ اگر آپ کے بیسے میں برکت ہے تو، آپ اپنے پیسے کے ساتھ بہت سے کام کر سکتے ہیں۔

یہ واقعی، ایک مسلمان کی پیداواریت میں راز ہے اور رحمت صرف آپ کے لئے دستیاب ہے۔ ایک مسلمان جو اللہ پر اور اس کے رسول محمد صلی اللہ علیہ وسلم پر یقین رکھتا ہے۔

تو... کیا آپ اس بکثرت ذریعہ سے فائدہ اٹھائیں گے؟

کیا آپ کو کبھی اچانک یہ احساس ہوا ہے کہ کہ آپ اتنے مضبوط، ہوشیار، خاص، یا حیرت انگیز نہیں ہیں جتنا کہ آپ خود کو سمجھتے ہیں؟

میری مراد توبین نہیں ہے، لیکن ہم سب ایسے اداراک سے گزارتے ہیں۔ آزمائش اور مصیبیت کے اوقات کے دوران بمیں اس طرح کے خیالات آسکتے ہیں، یا مخلصانہ عکاسی کے لمحات کے دوران یہ ہم پر اشکار ہو سکتا ہے۔

پہ لمحات عاجزانہ ہیں۔ اس کے باوجود، یہ بے اختیار کرنے والے ہو سکتے ہیں۔

بھی وجہ ہے، جب بھی اس طرح کے خیالات آپ کے دماغ سے گزاریں، میں چلتا ہوں کہ آپ انہیں ایک اور سوچ کے ساتھ مسلسل کریں: "جی بان، میں اتنا مضبوط، ہوشیار، خاص نہیں ہو سکتا ہوں... لیکن اللہ کے ساتھ، میں اس سے کہیں زیادہ طاقتور ہوں جتنا میں تصور کر سکتا ہوں!"

اللہ کی موجودگی اور اپنی زندگی میں صفات سے شعوری طور پر آگاہ ہونا، اور اپنے چاروں طرف اللہ کی طاقت، خوبصورتی، اور عظمت کو دیکھنا واقعی آپ کو ایک پیداواری طرز حیات گزارنے میں رینمائی دے سکتا ہے۔

اس کی وجہ یہ ہے کہ اللہ سبحان ہو و تعالیٰ کے بارے میں آگئی مسلسل اس کی یاد، اس کے احکام کی اطاعت، اور اس حقیقت کے ادراک کی صورت میں نکلتی ہے کہ آپ کو اس کے لئے مزید کام کرنے کی ضرورت ہے۔

مزید برآں، بر لمحے میں اللہ کی یہ شعوری بیداری الہی سے روحانی رابطے میں پیش کرتی ہے اور آپ کی زندگی میں برکت کو جگاتی ہے۔



شروع کرنے کیلئے عملی تجویز:

روحانی رابطہ اور برکت کی تلاش میں رہیں



سیکھیں

ہمارا مقالہ پڑھیں: [برکت کے 18 ذرائع](#) - سیکھنے کے لئے کہ اپنی زندگی میں برکت کو کس طرح بڑھایا جائے۔



مشق کریں

بر روز برکت کے کم از کم تین ذرائع کو اپنانے اور انہیں اپنی روزانہ کی عادت کا حصہ بنانے کے لئے کوشش کریں۔



"برکت کے 18 ذرائع" [نفوگرافک](#) ڈاؤن لوڈ اور پرنٹ کریں اور اسے روزانہ یاد دیانتی کے طور کسی نمایاں جگہ پر رکھیں۔

یادداشتی کرائیں



اپنے دل کو کثیر مثبت خیالات کے ساتھ بھر لیں

3 #

لازمی خصوصیت



ایک صفر منفی زندگی کا تصور
کریں۔ کوئی شکایت نہیں۔
کوئی الزام لگانا نہیں۔ کوئی بہانے نہیں۔

آپ کیسا محسوس کریں گے؟ میں شرط لگاتا ہوں کہ آپ انتہائی مثبت محسوس کریں گے!

بالکل اس طرح سے اللہ آپ کو اپنی زندگی گزارنے دینا چاہتا ہے۔ کوئی مسئلہ نہیں کہ حالات کیسے بی ہوں۔ وہ بمارے لئے اسلام لائے، جو کہ ایک انتہائی مثبت مذبب اور زندگی گزارنے کا طریقہ ہے۔ پیداواری، ڈپریشن، یا منفیت میں نہیں رہنے دینا ہے۔ یہ مصائب کے سامنے اللہ کھڑا ہونے اور زیادہ مضبوط اور زیادہ خوش بنتنے کے لئے رہنمائی فراہم کرتا ہے۔

صرف قرآن کی آیات کو اور نبی حضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم کی سوانح عمری کو پڑھنا ایک مکمل اور پیداواری زندگی پسرو کرنے کے لئے مثبت ہونے اور حوصلہ افزائی کی روح پہونک دے گا!

حضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم کی زندگی سے ایک مثال ہے کہ جب آپ غزوہ خندق میں اک خندق کھود رہے تھے، جبکہ 10,000 دشمن اس دوران شہر کی طرف بڑھ رہے تھے۔ تو آپ اپنے ساتھیوں کو خوش خبری دے رہے تھے کہ وہ یمن، شام اور فارس میں فاتح ہوں گے۔ یہ عین حملے کے وقت پر موجود ایک فرد کی طرف سے مثبت ہونے کی ایک نہایت زبردست مثال ہے! صلی اللہ علیہ وسلم



کیا آپ کثیر مثبت خیالات کی زندگی کا انتخاب کر رہے ہیں؟

ایماندار بنیں۔ آپ کی زندگی میں کس قدر منفیت سراحت کیسے ہوئے ہے؟

ہو سکتا ہے کہ آپ مسلسل طور پر اپنے آپ، اپنے خاندان، اپنے پڑوسیوں، اپنے سماج، اور امت کے بارے میں شکایت کر رہے ہوں۔ ہو سکتا ہے کہ آپ کو بمیشہ و جوبات مل جاتی ہوں کہ چیزیں کیوں ایک خاص طرح سے واقع نہیں ہوتی ہیں اور ایک چیز کیوں بمیشہ گڑبڑ کر جاتی ہے۔

اس بات سے قطع نظر کہ منفی سوچ کے کے نوالے کتنے بی چھوٹے ہوں، ان کا آپ کے رویہ، پیداواریت، نتائج، اور زندگی پر ایک بڑا اثر پڑے گا۔

یہی وجہ ہے کہ منفی ہونا ایک ProductiveMuslim کے آداب میں سے نہیں ہے!

ایک ProductiveMuslim انتہائی مثبت ہے۔ ایک ProductiveMuslim قرآن اور نبی کریم حضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم کی سیرت حیات سے متاثر ہوتا ہے، چنانچہ وہ منفی سوچ کے بیچ کو پہچان لیتا ہے اور اس کو بکثرت مثبت سوچ کے ساتھ تبدیل کرنے کا انتخاب کرتا ہے۔

جب آپ ایک ProductiveMuslim کی بکثرت مثبت انداز کو اپناتے ہیں، تو آپ ایک لامحدود زندگی کی جستجو کریں گے؛ زمین پر اللہ کے خلیفہ کے طور پر ایک مثبت قوت بنتے اور اس کے احکام کو پورا کرنے کے لئے طریقوں کی تلاش کریں گے۔

شروع کرنے کیلئے عملی تجویز:

جب آپ کو منفی سوچ آتی ہے، تو اسے روکیں! اس بارے میں سوچیں کہ آپ اسے کس طرح سے مثبت بناسکتے ہیں۔

جب کسی مشکل صورت حال سے سامنا کرنا پڑے، خود سے بوجھیں، کیا میں اس کے بارے میں کچھ کر سکتا ہوں؟ اگر جواب 'نہیں' ہے، تو صبر کے ساتھ اسے قبول کر لیں اور شکایت مت کریں۔ اگر جواب 'ہاں' ہے، تو اپنے آپ کو چن لیں، اور شکایت مت کریں، اور وہ کریں جو آپ کو تبدیلی کو ممکن بنانے کے لئے کرنے کی ضرورت ہے۔

اپنے آپ کو مثبت لوگوں کے ساتھ رکھیں جو آپ کو مثبت نتائج حاصل کرنے کے لئے دھکیلیں گے۔ اپنے ارد گرد منفی باتوں پر کان بند کر لیں۔

خبر کی لٹ اپنائے کو روک دیں! یہ بات منفیت سے بھری ہوئی ہے کہ دنیا کا تمام انجام کیا اور کتنا دردناک ہے۔ آپ اپنی زندگی میں جس کی اجازت دیتے ہیں اور شعور کے دائرے کے بارے میں بہت انتخابی بنیں۔



پیشہ ورانہ تجویز: یاد رکھیں، مشکل سے گزارنا بیشہ انسان بے جب آپ روحانی استواریت اور برکت کی جستجو کرتے ہیں، کیونکہ اللہ کے ساتھ، اب اس سے کہیں زیادہ طاقتور ہیں جتنا آپ تصور کر سکتے ہیں!



پیشہ ورانہ تجویز: کیا آپ کا فیس بک یا ٹوپیٹر پر کوئی دوست بے جس کی آپ ڈیٹش پیشہ منفی بوئی ہیں؟ اپنیں مسدود کر دیں! اپنیں ان فالو کر دیں! اگر اس میں کوئی فائدہ نہیں جس کا وہ اشتراک کرتے ہیں اور یہ صرف آپ کے موڑ یا دن کو تباہ کرتی ہے، تو آپ کو اس کی ضرورت نہیں ہے۔ اپنی زندگی میں لوگوں اور شعور کے دائرے کے بارے میں بہت بی انتخابی بنیں۔

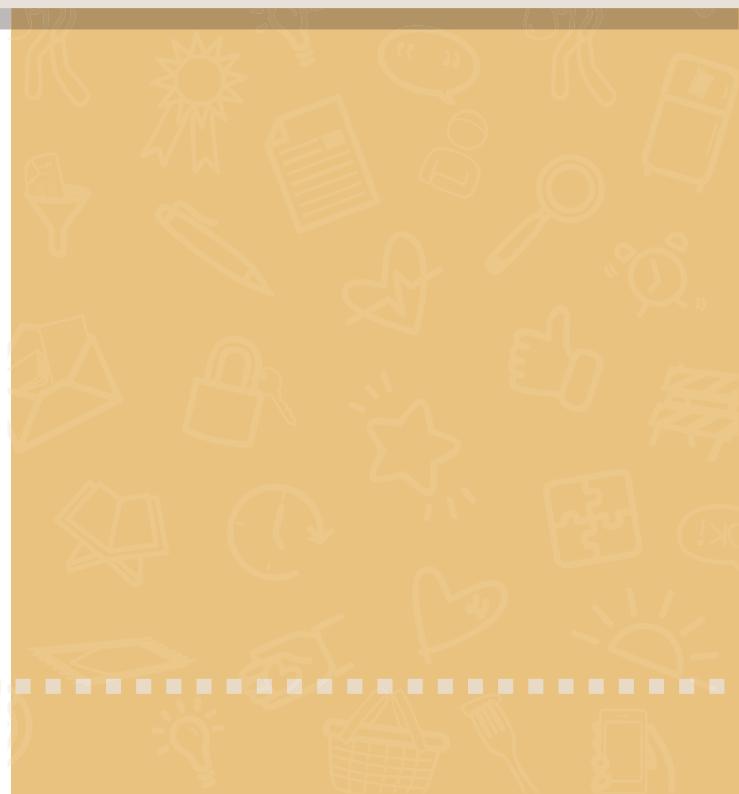


اپنے دل کو کثیر مثبت خیالات کے ساتھ بھر لیں

اپنے دن
بفتہ مہینے اور زندگی
کی تفصیل سے
منصوبہ بندی کریں!

4 #

لازمی
خصوصیت



یہ بجا طور پر بے منصوبہ بندی بے جو آپ کو بے ساختگی کے تجربہ کی طرف جاتی ہے؛ کیونکہ اگر آپ منصوبہ بندی نہیں کریں گے، آپ سادہ طور پر پیچھے رہ جائیں گے، ٹھی وی دیکھتے ہوئے، اپنی زندگی میں بی اٹکے ہوئے، اور اس سلسلے میں کوئی وقت نہ ہونا کہ آپ دنیا اور آخرت میں اپنے لئے مفید ابداف کیلئے مصروف عمل ہو سکیں۔

ایک اور دلیل جو میں اکثر سنتا ہوں، "میرے ارد گرد موجود لوگوں کے بارے میں کیا؟! میں ان کے لئے بھی منصوبہ بندی نہیں کر سکتا ہوں! میں ایک کنٹرول عفریت بن جاؤں گا!"

یہاں میں یہ مباحثہ کرتا ہوں کہ منصوبہ بندی ویسی نہیں ہوتی ہے جیسا کہ کنٹرول کرنا۔ منصوبہ بندی کا مطلب ہے کہ جو کرنے کی ضرورت ہے وہ آپ کے دماغ میں موجود ہے۔ یقیناً آپ کو متعلق منصوبوں کے بارے میں اپنے خاندان، شریک کارکنوں، باس، اور کمیونٹی کے ساتھ تبادلہ خیال کرنا چاہئے اور اپنے ارد گرد موجود لوگوں پر اپنے خیالات تھوپنا نہیں چاہئے۔ لیکن اس کے باوجود، یہ منصوبہ بندی نہ کرنے کا کوئی بہانا نہیں ہے۔

حقیقت میں، آپ اپنے اردگرد موجود لوگوں کو جلد ہی اپنی طرف آتا ہوا پائیں گے کہ مزید کیا کیا جائے یا اگرے آئیوالے دن، بفتہ، اور مہینوں کیلئے کیا منصوبہ ہے، کیونکہ وہ جانتے ہیں کہ آپ ایک اچھے منصوبہ ساز ہیں۔



انسانی تخیل کے اختیارات میں سے ایک اس کی منصوبہ بندی کرنے کی صلاحیت ہے؛ تصور کرنا کہ وہ اعلیٰ ترین ابداف حاصل کرنے کے لئے مستقبل میں کیا اقدامات کر سکتا ہے۔

یہ طاقت بے حد مفید ہے اور - جب درست طریقے سے استعمال کی جائے - دنیا اور آخرت میں کسی بھی فرد کی کامیابی کی کلید ہو سکتی ہے۔

ایک ProductiveMuslim طور پر، آپ کو اپنی منصوبہ بندی اور خود-تنظیم کے سلسلے میں سب سے آگے رہنے کی ضرورت ہے۔ آپ کے دن، بفترے، مہینوں اور سالوں کے بارے میں تفصیل کے ساتھ مکمل اور پوری منصوبہ بندی کی جانی چاہئے۔

آپ منصوبہ بندی کرتے ہیں جبکہ تسلیم کرتے ہوئے کہ سب کچھ اللہ کے حکم سے ہوتا ہے اور اس کی اجازت کے بغیر کچھ بھی نہیں ہو گا۔ چنانچہ اس کے بعد آپ محض بیٹھ جائے اور یہ کہ آپ کی زندگی آپ کیلئے منصوبہ بنائے، آپ خود کیلئے فعل طور پر منصوبہ بندی کرتے ہیں۔

ایک بحث کر سکتا ہے، "بے ساختگی کہاں ہے؟ میں دیکھنا چاہتا ہوں کہ زندگی مجھے کہاں لے جاتی ہے اور میں اپنی زندگی میں کھل نہیں بننا چاہتا ہوں۔"

یہی نقطہ ہے؛ منصوبہ بندی کا یہ مقصد نہیں کہ آپ ایک کٹر زندگی گزاریں۔

اس کا مطلب ہے کہ آپ اپنی زندگی کے اندر ڈھانچے کی تعمیر کریں جو بعد میں خود سے پیش رفت کرے۔

مجھے کس کی منصوبہ بندی کرنی چاہئی؟

اپنے دن کی منصوبہ بندی کرنے کے لئے
مطلوبہ وقت: 15-30 منٹ



روزانہ کی منصوبہ بندی
بیان ہے کہ جہاں آپ بر ایک دن کے آغاز پر بیٹھتے ہیں اور گھٹھے وار اپنے دن کی منصوبہ بندی کرتے ہیں۔ یقینی بنائیں کہ آپ کم از کم تین S.M.I.T.S (انتہائی ایم کاموں) کو مکمل کرتے ہیں اور آپ اپنے روحانی، کام، گھر، اور ذاتی وعدوں کے درمیان توازن کو برقرار رکھتے ہیں۔

اپنے دن کی منصوبہ بندی کرنے کے لئے مطلوبہ وقت:
45-30 منٹ



بفتہ وار منصوبہ بندی

بہ بفتہ کے اختتام پر، جسے "بفتہ وار جائزہ" کہا جاتا ہے، سرانجام دین، اپنے گرفتہ بفتے کی جانب واپس دیکھیں اور دیکھیں کہ آپ کیا حاصل کرنے کے قابل تھے۔ اس کے بعد، نئے بفتے کی جانب دیکھیں اور فیصلہ کریں کہ آپ کیا حاصل کرنے کرنا چاہیں گے۔ ذین میں ان پروجیکٹس کو واضح طور پر رکھیں جن سے آپ آئے والے بفتے میں نمٹیں گے اور M.I.T.S کی شناخت کریں جو آپ کو اپنے منصوبوں کے سلسلے میں آگئے لے جائیں گے۔

ماہانہ منصوبہ بندی

پورے ایک مہینے کی منصوبہ بندی کرنا نہایت مشکل ہو سکتا ہے۔ بہاں، میں منصوبہ بندی کی سفارش کرتا ہوں:

اگلے مہینے میں بونے والے ایم واقعات (مثلاً سفر، بڑے منصوبے، وغیرہ)	عادات یا معمولات جو آپ اگلے مہینوں میں حاصل کرنا چاہتے ہیں۔
--	---

مؤخر الذکر کو اکثر نظر انداز کر دیا جاتا ہے لیکن آپ کو اپنی زندگی کے ساتھ اگلے بڑھانے میں نہایت ایمیٹ کا حامل ہو سکتا ہے۔

زندگی کی منصوبہ بندی

بہاں ہے جہاں میں لوگوں کو کہو دیتا ہوں۔ جب بات یومیہ، بفتہ وار، اور ماہانہ منصوبہ بندی کی ہوتی ہے تو بر کوئی میرے ساتھ اتفاق کرتا ہے۔ تابہ، جیسے ہی میں کہتا ہوں "زندگی کی منصوبہ بندی"، میں دو اقسام کی مزاحمت کا سنتا ہوں:

"میں اپنی پوری زندگی کی لئے کس طرح منصوبہ سکتا ہوں، یہ اللہ پر منحصر ہے!"

"میں اپنی پوری زندگی کی لئے کس طرح منصوبہ بندی کر سکتے ہیں، یہ بہت مشکل ہے!"

زندگی کی منصوبہ بندی آپ کی زندگی کے لئے ایک حتمی منصوبہ بندی نہیں ہے، لیکن دریافت کرنے اور تصور کرنے کا ایک موقع ہے کہ آپ کی زندگی کیسی بوسکتا ہے اگر آپ منصوبہ بندی کرتے ہیں۔

یہ ایک اچھا سوال ہے۔

منصوبہ بندی کے چار درجے ہیں جن کی میں سفارش کرتا ہوں:

کلیدی عنصر بیان ہے: آپ شاید سونے سے پہلے ایک فائدہ مند کتاب کے 20 صفحات پڑھنے کو معمول بنانا چاہیں گے، یا بر رات وتر پڑھنے کو معمول بنائیں گے۔ جب تک کہ آپ اس کی منصوبہ بندی نہیں کر لیتے ہیں اور اسے ایک 1 ماہ (30 دن) کے چیلنج کے طور پر نہیں سوچتے ہیں، اس طرح کی عادات/معمولات شاذ و نادر بی ختم ہوں گے۔



کلیدی عنصر بیان ہے: کوئی 5 سال کے عرصے میں قرآن پاک حفظ کرنے کی منصوبہ بندی کر سکتا ہے۔ وہ اس کے لئے منصوبہ بناتا ہے، ایک قرآن اسکول میں سائنس اپ کرتا ہے، اور حفظ کرنے کے لئے اپنی بہترین کوششیں کرتا ہے۔ لیکن نصف کے بعد، اس کی وفات ہو جاتی ہے۔ وہ لوگ جو مخالف زندگی منصوبہ بندی ہیں کہیں گے



"لیکھا تم نے! ہم نے آپ کو بتایا تھا! منصوبہ بندی میں کوئی عقل کی بات نہیں، وہ تو منے والا تھا، اور کبھی بھی یہ مقصد حاصل نہ کر پاتا۔"

لیکن میں بحث کرتا ہوں

چونکہ اس نے منصوبہ بندی کی تھی، اس نے خود کا یہ ارادہ متعین کیا جس کا اجر اللہ تعالیٰ سبحان ہو و تعالیٰ کی طرف سے دیا جائے گا اگرچہ اس نے اپنے مقصد میں بظاہر کامیابی حاصل نہیں کی۔

اپنے دن بفتنے، مہینے اور زندگی کی تفصیل سے منصوبہ بندی کریں!

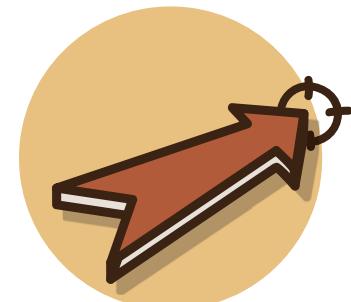


منصوبہ بندی انسانی تخیل کا ایک طاقتوں آله ہے جس کو کم نہیں کیا جا سکتا ہے۔ آج سے منصوبہ بندی کرنا شروع کر دیں۔

شروع کرنے کیلئے عملی تجویز:

ڈاؤن لوڈ ProductiveMuslim ورک شیٹ کریں اور منصوبہ بندی شروع کریں! غور کرنے کیلئے 4 ورک شیٹس ہیں:

- روزانہ کا ثاکینی** آپ کو آپ کے دن کی منصوبہ بندی کرنے اور یقینی بنائے کہ آپ اپنی زندگی کے چار شعبوں (اسلام، خاندان، کام، ذاتی) میں سے کسی میں کوئی ایم کام گوا نہیں دیتے ہیں، کہ لئے
- بفتنے وار ثاکینی** آپ کو آپ کے بفتنے کی منصوبہ بندی اور جانے کیلئے کہ آپ بفتنے کے بر ایک دن کون سے بڑے منصوبوں پر کام کریں گے۔
- مایانہ عادت بیان کار** آپ کو اچھی عادات شروع کرنے اور بری عادات 30 دن کے اندر چھوڑ دینے میں مدد کے لئے۔
- حتمی منصوبہ ساز ProductiveMuslim** آپ کو اپنی زندگی کی منصوبہ بندی کرنے اور اپنے مقاصد کو آخرت سے استوار کرنے میں مدد دینے کے لئے۔



اپنی منصوبہ بندی کا روزانہ، بفتنے وار، مایانہ، سالانہ جائزہ لین اور چکدار رہیں۔

اپنی منصوبہ بندی پر عمل کریں اور انہیں صرف وباں بیٹھنے رہنے اور دھول نہ اکھٹی کرنے دیں۔

جلدی اٹھیں
اور برکت
حاصل
کریں

5 #

لازمی
خصوصیت



ان دو صبحوں سے کون سی بہتر لگتی ہے؟

معمولی فرق، ہے نا؟ ;)

مندرجہ بالا دو منظرناموں نے ایک کامیاب انسان اور ایک ناکام شخص کے درمیان فرق کی وضاحت کی ہے۔

صبح سویرے جاگئے اور دن شروع ہونے کے بعد ابتدائی گھنٹوں میں ہی کافی چیزیں مکمل کر لیں میں کچھ زبردست بات ہے۔

شاید اس کا راز نبی حضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم، کی حدیث میں ہے، جو بیان کرتی ہے "ابتدائی گھنٹے میری قوم کے لئے نہایت مبارک ہیں۔"

یہ پھر برکت ہے!

برکت جیسا کہ میں نے پہلے ذکر کیا ہے ایک ProductiveMuslim کی ایک خفیہ راز ہے۔ صبح سویرے جاگنا برکت کا ایک بہت بڑا ذریعہ ہے۔

صبح ب

آپ صبح 4:30 جے اٹھتے ہیں۔ آپ تہجد ادا کرتے ہیں اور پھر ایک کتاب پڑھتے ہیں یا نماز فجر کا انتظار کرتے ہوئے اپنے دن کی منصوبہ بندی کرتے ہیں۔ نماز فجر ادا کرنے کے بعد، آپ صبح کی دعا پڑھتے ہیں، قرآن پاک کی تلاوت کرتے ہیں، ورزش کرتے اور نہاتے ہیں۔ تب آپ اپنی شریک حیات اور بچوں کے ساتھ ایک ارامدہ ناشتا سے لطف اندوز ہوتے ہیں اس وقت کے پرہجوم ٹریفک میں پھنسنے سے پہلے آپ علی الصبح چلے جاتے ہیں، اور صبح کے ادل بدل سے لطف اندوز ہوتے ہیں۔ آپ کام پر وقت سے پہلے پہنچ جاتے ہیں، اپنے کام کا دن کی منصوبہ بندی کرتے ہیں، اور اپنی ای میل کی جانچ اور لوگوں سے ملاقات سے پہلے ہی اپنے ایم ترین کاموں کو ختم کر لیتے ہیں۔



صبح الف

آپ صبح 8 جے جاکتے ہیں۔ آپ نے نماز فجر گنوادی۔ آپ اور / یا آپ کے بچوں کو کام / اسکول کے لئے دیر ہو گئی ہے۔ آپ ناشتا چھوڑ دیتے ہیں، ورزش بھول جاتے ہیں، گھنٹوں تک بدترین ٹریفک بھیڑ میں پھنس جاتے ہیں! آپ کو کام کے لئے دیر ہو گئی ہے، آپ کا ای میل بھرا بوا ہے، اور آپ کا باس 10 منٹ میں آپ کی بفتہ وار رپورٹ لینا چاہتا ہے!



اگر آپ ایک ProductiveMuslim بننا چاہتے ہیں، تو میں آپ کو اس علی الصبح کے کلب میں شمولیت کی تجویز دیتا ہوں۔ یہ ان کیلئے ایک خصوصی کلب ہے جو کامیاب ہونا چاہتے ہیں اور پھر کبھی صبح کے وقت ہر چیز کیلئے جلدی کی بھاگ دوڑ نہیں کرنا چاہتے ہیں۔

کلب کے تین بنیادی قوانین ہیں:

#3 قاعدہ

آپ کے پاس ایک واضح منصوبہ بندی ہونی چاہئے کہ جب آپ فجر سے پہلے اور طلوع شمس تک جائکے ہیں تو آپ کیا کریں گے۔ ہم اسے "صبح کا معمول" کہیں گے۔

#2 قاعدہ

آپ کو فجر کے بعد طلوع صبح تک لازماً جائکے رہنا چاہتے ہیں۔ (جی بار، خواتین، آج کل آپ بھی نماز نہیں پڑھ رہی ہیں)

#1 قاعدہ

آپ کو لازماً فجر سے پہلے اٹھنا ہو گا۔ بر۔ ایک۔ دن۔ (خواتین، پہاڑ کہ دنوں میں آپ بھی دعا نہیں کر رہی ہیں)

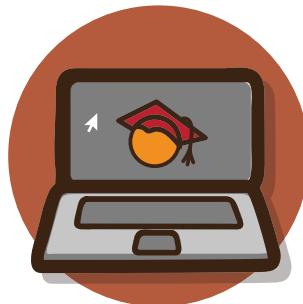


کیا آپ کو لگتا ہے کہ یہ عملی نہیں ہے؟ کیا آپ کو یقین ہے کہ آپ کیلئے اس کلب میں شامل ہونا ناممکن ہے، اور اس کے باوجود آپ دن بھر کے لئے فعل اور مفید بننا چاہتے ہو؟

تو مجھے آپ کو اپنے کورس میں شامل ہونے کی دعوت دینے دیں، "دوبارہ فجر نہ رہ جائے کے لئے ProductiveMuslim کتابیہ"۔ یہ ProductiveMuslim Academy، میں دستیاب ہے، اور آپ جلدی جائکے کے کلب میں شامل ہونے کیلئے عملی تجویز حاصل کریں گے اور ایک طاقتور اور مفید صبح کے معمول کی منصوبہ بندی کریں گے۔

شروع کرنے کیلئے عملی تجویز:

مفت کورس میں شامل ہوں: "ProductiveMuslim" اکیڈمی میں "دوبارہ فجر نہ رہ جائے" کے لئے ProductiveMuslim Academy.



فجر کیلئے جاگنے پر مندرجہ ذیل تین مکالے پڑھیں، جو انتہائی عملی بیں اور تمام منطقہ اوقات پر لاگو ہوتے ہیں:

- ✓ فجر کی نماز کے لئے کیسے اٹھیں
- ✓ فجر کی نماز کے بعد جاگنے کے لئے 7 تجویز
- ✓ میں تسلسل سے (الله کے حکم سے) فجر کی اذان سے 45 منٹ پہلے کیسے جاگ جاتا ہوں



صبح کلب کے لئے سانہ اپ کریں اور اپنے خاندان اور دوستوں کو بھی آپ کے ساتھ شامل ہونے کیلئے مدعو کریں اور دیکھوں کہ آپ سب کی پیداواری کس طرح اگے بڑھتی ہے!



جلدی اٹھیں
اور برکت
حاصل
کریں



جسمانی
فوت چیات کا
هدف بنائیں

6

لازمی
خصوصیت



مجھے اس سے نفرت ہے جب میں سست، غیر فعال، اور بنیادی طور پر ایک آرام دہ الو جیسا محسوس کرتا ہوں۔ اور مجھے بے حد پسند ہے جب میں پرجوش، جسمانی طور پر فعال، مضبوط اور صحت مند محسوس کرتا ہوں۔

کئی سال کے دوران، میں نے سیکھا کہ یہ مثبت/منفی حالات اپنے آپ سے نہیں آتے ہیں۔ وہ براہ راست میری کھانے کی عادات اور سرگرمی کی سطح سے متعلق ہیں۔ کوئی آسان حوابات نہیں ہیں۔

میں آپ کو چکنے چپڑے برگر، خستہ نلے بونے سموسے، یا چینی سے بھرے سوڈا چھوڑ دینے کی امیت کے بارے میں کوئی لیکچر نہیں دوں گا۔ اور نہ میں آپ کو ورزش کے فضائل اور ایک فعال زندگی پر ایک واعظ دوں گا۔

لیکن اگر آپ ایک ProductiveMuslim بننے کیائے سنجدگی سے پر عزم ہیں، تو آپ کو اس تمام مدد کی ضرورت ہو گی جو آپ اپنے جسم سے حاصل کر سکتے ہیں۔



اپنی مشین کا خیال رکھنا

بمارے جسم طاقتور مشینیں بیں جنہیں اعلیٰ ترین سطح پر کام کرنے کے لئے اچھی طرح برقرار رکھنا لازمی ہے۔

بہ انہیں درست توانائیوں اور ورزش کے ساتھ ایندھن دے کر جتنا زیادہ بہتر برقرار رکھیں گے، اتنا وہ بیمیں حریت انگیز نتائج دینے کے لئے بہترین کام کریں گے۔

کیا آپ نے نوش کیا ہے کہ کامیاب ترین سی ای او زکس طرح اتنی اچھی حالت میں معمول کے مطابق ہوتے ہیں؟ کیا آپ کا خیال ہے کہ وہ محض اتفاق تھا؟

یہ سی ای او ز جانتے ہیں کہ اعلیٰ ترین درجہ پر بہترین کام کرنے، اربوں ڈالر کا انتظام کرنے، اور ایک عالمی افرادی قوت کی قیادت کرنے کے لئے، انہیں اچھی طرح کھانا کھانے اور چاق و چوبند رہنے کی ضرورت ہے۔

اگر آپ ایک بڑی تبدیلی سے خوفزدہ ہیں، تو میرے پاس کچھ اچھی خبر ہے: ایک بڑی تبدیلی فوری طور پر مت لائیں۔ میں یہ موقع نہیں رکھتا کہ آپ غیر صحتمندانہ کھانے فوراً چھوڑ دیں گے اور کل ہی جم میں پہنچ جائیں گے۔ لیکن مجھے سے ایک چیز کا وعدہ کریں: پر بفتے، آپ اپنی غذا اور اپنے فعل طرز حیات میں ایک چھوٹی سی تبدیلی لائیں گے۔ مثال کے طور پر، اس بفتے سے آپ کھانے کے بعد میٹھا کھانا روک دیں گے اور ایک ولیویٹر کے بجائے سیڑھیاں چڑھ کر جائیں گے۔ قابل عمل زبردست!

تھوڑا تھوڑا کر کے، آپ وہاں تک پہنچ جائیں گے اور اس سے لطف اندوڑ ہوں گے کہ آپ کا نیا فعل جسم آپ کو کیا دیتا ہے۔

قوت حیات کا هدف بنائیں



شروع کرنے کیلئے عملی تجویز:

اس بارے میں ایک فوڈ ڈاٹری رکھیں کہ آپ ہر روز کیا کھاتے ہیں اور اس کے اثرات کے بارے میں سوچیں جو یہ کھانا آپ کی جسمانی طاقت پر مرتب کرتا ہے۔



اپنی غذا/ورزش کے درجے میں کچھ تبدیلیاں لائیں جیسا کہ مندرجہ بالا مشورہ دیا گیا ہے۔



آپ کو ورزش کرنے کے ایک جم میں شامل ہونے کی ضرورت نہیں ہے؛ جب تک کہ آپ ایک معمول سے بڑھ کر حرکت کرتے ہیں، تو یہ ایک اچھا آغاز ہے۔ جس قدر ممکن ہو سکے اپنے ساتھیوں کے ساتھ کھیل وغیرہ کھیلنے سے یا اپنے بچوں کے ساتھ پارک میں ہر روز کھیلنے سے ایک فعل طرز حیات کو اپنائیں۔



ایک
کامل زندگی
کے لئے
کامل
سیکھنے
کی جستجو
کریں

7 #

لازمی
خصوصیت



حضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم پر سب سے پہلی وحی کے نزول سے پہلے کے وقت کا تصور کریں۔

اقراء/پڑھنا سادہ طور پر صرف اسکوں جانے اور ٹگری اور پی ایج ڈی حاصل کرنے کے بارے میں نہیں ہے۔ ایک کامل زندگی کے لئے یہ کامل سیکھنا ہے۔ یہ سمجھنے، بماری مبارت پڑھانے، اگے پڑھنے اور سوچنے، اور بیداری اور علم کی اعلیٰ سطحات تک پہنچنے کے بارے میں ہے۔

ایک بار میرے ایک دوست نے مجھے بتایا، "اگر آپ نے اپنی زندگی میں کسی بھی چنوتی کا سامنا کیا تو، میں آپ کو یقین دلاتا ہوں، کسی نے، کہیں پر اس کے بارے میں ایک کتاب لکھی ہو گی۔" میرے لئے ہے ایک چونکا دینے والی تفہیم تھی۔ آپ کو اکیلے چیلنجروں کا سامنا کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ آپ کو پہنس جانے یا ایسا محسوس کرنے کی ضرورت نہیں ہے کہ کیا کیا جائے۔ آپ کیا ایک کتاب موجود ہے کہ اسے پڑھا جائے اور اس سے سیکھیں کہ آپ کو زندگی میں اگئے پڑھنے میں مدد کر سکتی ہے۔ اور کیا یہی نہیں زندگی جس کے بارے میں ہے؟ سیکھنا اور اگئے پڑھنا اور نہ پہنسنا۔



بر رات، آپ کو سونے سے پہلے، خود سے پوچھیں:
"میں نے آج کیا سیکھا؟" (چاہے ایک کتاب، یا ایک شخص، یا کسی بھی دوسرے ذریعے سے)۔ اس وقت تک مت سوئں جب تک آپ نے اپنے پروردگار کی اطاعت نہیں کر لی یہے جس نے آپ سے کہا تھا، پڑھ۔"

500 سال تک، آسمان چپ رہے۔ بنی نوع انسان پر کوئی نئی وحی نہیں اتاری گئی۔ آخری صحیفے - تورات اور بائبل - نے اپنی صداقت کو کہو دیا ہے اور بنی نوع انسان تاریکی میں ٹوب گئی ہے۔

پھر نبی کریم حضرت محمد صلی اللہ علیہ پیدا ہوئے، اور علامات کی مدد سے نئے نبی کی پیشین گوئی بڑھ گئی تھی جو عرب کی سرزمین پر اس وقت موجود پڑھے لکھے لوگوں پر ظاہر ہوئی تھیں۔ جب حضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم کی عمر 40 سال تک پہنچ جاتی ہے، پہلی وحی کا روشنی کی پہاڑی میں موجود غار حرا میں نزول ہوا۔

500 سال کے بعد، آپ کا کیا خیال ہے کہ یہ پہلے احکام ہوں گے جو اللہ سبحان ہو و تعالیٰ نے انسانیت کے لئے ظاہر کیے تھے؟ ان کی پہلی تعلیم کیا ہو گی؟ آپ اسے جانتے ہیں۔ یہ "اقراء" ہے (پڑھو)!

اقراء... پڑھو!

بم الفاظ کے اس چنان کی خوبصورتی اور قوت کے بارے میں صفحات لکھ سکتے ہے۔

سب سے پہلے، "اقراء" (پڑھیں) کے لفظ کو سادہ طور پر "پڑھائی" سے مت الجھنے دیں، جو کہ کاغذ پر الفاظ کو سمجھنے کا ایک فعل ہے۔ اقراء "پڑھنے" کی ایک وسیع تفہیم کا حوالہ دیتا ہے۔

یہ بمارے رب اور کی آسمانوں اور زمینوں میں نشانیوں کو پڑھنے؛ اس کی تخلیقات کو پڑھنے اور سمجھنے اور انہیں کیا فائدہ یا نقصان پہنچتا ہے کو سیکھنے؛ بنی نوع انسان کو پڑھنے اور سمجھنے اور کس طرح ایک بہتر معاشرے میں رہا جائے، کا احاطہ کرتا ہے۔

شروع کرنے کیلئے عملی تجویز:

پڑھیں پڑھیں پڑھیں. میں اس پر خاطر خواہ زور نہیں دے سکتا ہوں۔ ایک ماہ میں ایک یا دو کتابیں پڑھنے کا ایک بد فرقہ مقرر کریں۔ اپنے دین کے متعلق پڑھیں اور کیسے بہترین طور پر اللہ سبحانہ و تعالیٰ کی عبادت کی جانبے خاص طور پر متعلقہ حالات میں۔ مثال کے طور پر، اگر آپ کی شادی بونے والی ہے، تو شادی سے متعلق اسلامی کتابیں پڑھیں۔ اگر آپ زکوہ دینے والے ہیں تو زکوہ کے متعلق پڑھیں۔ غیر افسانوی ادب پڑھیں۔ اگر آپ کو (کیریئر کے انتخاب، تعلقات کو بہتر بنانے، کس طرح والدین بنیں، وغیرہ) میں مشکلات کا سامنا ہے، تو ان معاملات پر کتابیں پڑھیں۔ اگر آپ حال تفریج چاہتے ہیں تو، ایک اچھی اخلاقی پیغام اور مضبوط اقدار پر مبنی کہانیاں یا افسانوی کتابیں پڑھیں۔



سنیں۔ سنیں۔ سنیں. آٹھویں کتابیں سنیں۔ یہ بر ماہ میں ایک سے زیادہ کتاب ختم کرنے کا ایک زبردست طریقہ ہے۔ آپ [Audible.com](#) سے آٹھویں کا ایک بڑا سیٹ حاصل کر سکتے ہیں۔ اپنے رینما، اساتذہ، دانش مند مرد/خواتین کو سننیں جن کے پاس آپ کے ساتھ اشتراک کرنے کے لئے بہت سارا علم اور تجربے ہے۔ آن لائن ممتاز علماء کے اسلامی لیکچر سننیں اور ان سے فائدہ حاصل کریں۔



سوچیں اور نوٹ کر لیں. ایک محبوب متعلم مت بننیں جو سادہ طور پر اپنے راستے میں آنیوالی تمام معلومات کو کو اس کا تجزیہ کیے بغیر محض پڑھتا یا سنتا ہے۔ آپ جو پڑھتا ہیں اس کے بارے میں سوچیں۔ اس بارے میں سوچیں کہ یہ آپ کی روز مرہ کی زندگی پر کیسے لاگو ہوتا ہے، آپ اس کے ساتھ کیسے کارروائی کر سکتے ہیں، اور آپ دوسروں کے ساتھ اس کا کیسے اشتراک کر سکتے ہیں۔ ان ایم کلیدی تعلیمات کو نوٹ کر لیں اور مستقبل میں حوالہ کے لئے اپنیں اپنے جریدہ میں ریکارڈ کر لیں۔



الله کی تخلیقات کی وسیع نشانیاں پڑھیں. اس کی طاقت اور عظمت کی عکاسی مخلوق کے ذریعے کریں جو اس نے ہمارے لئے تخلیق کی ہے۔ طلوع شمس اور اس کی خوبصورتی کا مشاہدہ کریں اور کس طرح بر چیز اس کی امد کے ساتھ جاگ اٹھتی ہے۔ چاند اور رات کے دوران اس کی شکل اور حالت میں تبدیلی کا مشاہدہ کریں۔ اپنے ارد گرد پھولوں اور درختوں کو قریب سے دیکھیں۔ مارکیٹوں میں خوبصورت اور مزیدار پہل کی تعریف کریں اور انہیں کس طرح خوبصورتی سے پیک کیا گیا ہے۔ بمیشہ اللہ کی نشانیوں کی عکاسی کرتے اور 'پڑھتے' رہو۔



کامل زندگی

نے لے

کامل

کی جستجو

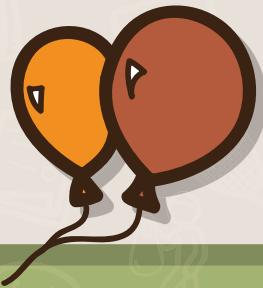
کریں



نفر پنج
لئے
وقت نکالیں!

8

لازمی
خصوصیت



دنیا اور آخرت کے لئے پیداواریت

پوچھنے کے لئے ایک اور اہم سوال ہے کہ: کیا میں اللہ کے لئے مفید ہوں؟

یہاں تک کہ آرام یا کھلیل کے دوران، اللہ کے ذکر کو یاد رکھنے بونے ہم اللہ کے لئے مفید ہو سکتے ہیں۔ اپنے والدین، شریک حیات، اور بچوں کے ساتھ وقت گزارنا عبادت کی اشکال بین جب ہم یاد رکھیں کہ اپنے خاندان کے ساتھ اچھے تعلقات برقرار رکھنا بھی اللہ کی خاطر ہے۔ یہاں تک کہ نیند بھی عبادت کی ایک قسم ہے جب ہم اللہ تعالیٰ کی خاطر آرام کی نیت کرتے ہیں، تاکہ ہم اپنے اگلے دن میں بہترین طور پر اس کی عبادت کرنے کیانے تازہ دم ہو جائیں۔

غور کرنے کے لئے یہاں ایک حدیث ہے۔

ایک بار حضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم کے پاس ایک ساتھی آیا اور کہا "اے اللہ کے بیغمبر، جب ہم آپ کی قربت میں بوتے ہیں، تو ہمیں جہنم اور جنت کی یاد دلائی جاتی ہے، تو ہمیں ایسا محسوس ہوتا ہے کہ ہم اسے اپنی آنکھوں سے دیکھ رہے ہیں۔ لیکن جب ہم آپ سے دور جاتے ہیں اور اپنی بیوبوں، بچوں اور کاروبار میں شرکت کرتے ہیں، تو ان چیزوں میں سے زیادہ تر بماریے ذہنوں سے نکل جاتی ہیں۔" حضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم نے جواب دیا، "اس ذات کی قسم جس کے باتھے میں میری جان ہے، اگر آپ کی ذہنی حالت وہی برقرار رہے جو میری موجودگی میں بوٹی ہے اور آپ بیشمہ (اللہ کے) ذکر میں مصروف رہتے ہیں، فرشتے آپ سے بستر میں اور سڑکوں پر مصافحہ کریں گے؛ لیکن حنظلہ، (دنیاوی امور کے لئے) وقت وقف کرنا چاہئے اور (نماز کے لئے) وقت وقف کرنا چاہئے۔" آپ (بیغمبر صلی اللہ علیہ وسلم نے یہ تین بار کہا [مسلم]۔

اپنے روحانی یا پیشہ ورانہ کاموں میں پھر سے مصروف ہونے سے قبل، تفریح، تروتازہ ہونے اور ریچارج کے لئے انٹرٹینمنٹ اور تفریح کے لمحات کا موقع ہونا چاہئے۔

جب ایک مفید شخص کے بارے سوچتے ہیں تو ذہن میں کیا آتا ہے؟

کیا آپ کے ذہن میں ایک حد درجہ مصروف شخص کا خیال آتا ہے جس کے پاس تفریح کرنے یا اپنے خاندان کے ساتھ مل بیٹھنے کا وقت شاید ہی بوتا ہے اور بیشمہ بھاگ دوڑ میں لگا رہتا ہے؟

اچھا، تو آپ کو سن کر خوشی ہو گی کہ یہ مفید ہونے کی ProductiveMuslim تعریف نہیں ہے۔

مفید ہونے کا مطلب بر وقت کام اور کوئی کھلیل نہ ہو، نہیں ہے۔ مفید ہونے کا مطلب یہ جانتا ہے کہ کب کھلیلنا اور کب تفریح کرنی ہے، اور کب سخت محنت کرنی ہے اور سنجیدہ رہنا ہے۔ اور دونوں کو صحت مند توازن میں رکھنا ہے۔

حضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم کے پاس کرنے کے لئے بہت کچھ تھا (وہ ایک نبی، ایک والد، ایک شوہر، اور اپنی قوم کے ایک رہنما تھے)۔ اس کے باوجود ان کی سوانح عمری میں بم متعدد مثالیں دیکھنے ہیں کہ جب انہوں نے مذاق فرمایا اور خود بھی اس سے لطف انداز ہوئے۔ انہوں نے اپنی بیوی کے ساتھ دوڑ لگانی، محظوظ کرنے والی پرفارمنس دیکھیں، اور اپنے خاندان کے ساتھ گھر پر معیاری وقت گزارا۔ یہ بیشمہ کام، کام، کام کے بارے میں نہیں تھا، اگرچہ وہ اس وقت میں جب موجود تھے سب سے زیادہ مفید انسان تھے!

اسی طرح سے، ہمیں خالص حال انٹرٹینمنٹ اور تفریح کے لمحات کو اپنے مفید طرزِ زندگی میں داخل کرنا چاہئے۔ اس کا مطلب ایک پارک میں ایک پنک منانا، اپنی شریک حیات کے ساتھ ایک ڈیٹ ناٹ پر بابر جانا، بچوں کو کسی تھیم پارک میں لے جانا، یا سادہ طور پر بچوں کے ساتھ گھر پر سس کارٹون دیکھ کر ایک خاموش وقت گزارنا یا ایک اچھی کتاب پڑھتے ہوئے چانے کی چسکیاں لینا ہو سکتا ہے۔

اور اس سے پہلے کہ آپ کو لگے کہ ہم کھل کر کے لمحات توانی اور وقت کا ضیاع ہیں؛ مطالعات نے دکھلایا ہے کہ باقاعدگی سے وقفے لینے سے پیداواریت میں بہتری آتی ہے اور یہ آپ کے ذہن کو نئے روابط دیکھنے کی اجازت دیتا ہے جو وہ پہلے نہیں دیکھتا تھا جب وہ یہ چیزوں کرنے کیلئے بے حد مرکوز توجہ تھا۔



شروع کرنے کیلئے عملی تجویز:

کے لئے
وقت نکالیں!



تفریح

اپنے خاندان کے ساتھ ایک بفتہ وار تفریح تقریب کا منصوبہ بنائیں
جیسا کہ ایک پنک، ایک تاریخ رات، ایک کارٹون رات، وغیرہ۔

حیات نو کے لئے بہر روز خود کے لئے کچھ مزہ / خاموش وقت نکالیں.
(جیسا کہ مابعد تحریر ہے بہین سے ابتدائی ترقی دسٹرس میں آتی ہے، جب بچوں سوئے بوتے ہیں!)



کم از کم 6-3 ماہ بعد (اپنے ملک کے اندر یا بین الاقوامی جگہ پر) کسی نئے مقام پر ایک تفریح کرنے کی منصوبہ بندی کریں۔ سال میں صرف ایک بار چھٹیوں کے بجائے انہیں سال بھر میں پہلے کی کوشش کریں، یقیناً اس کا انحصار بہت سے عوامل پر ہے، بشمول مالیات، اسکول کی چھٹیاں، اور موسمی حالات، تاہم، آپ بدستور باقاعدگی سے حیات نو کے وقے لے سکتے ہیں اگر آپ نے اپنے اختتام بفتہ اور عوامی تعطیلات کی منصوبہ بندی اپھی طرح کی ہو۔

لہ پیشہ، خدمت میں رہیں

لازمی خصوصیت #9



ہماری خدمت ہماری عبادت ہے

ابن عباس (الله ان سے راضی ہو) حضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم کی مسجد میں اعتکاف ادا کر رہے تھے جب ایک آدمی آیا اور کچھ کرنے میں ان کی معاونت کی درخواست کی۔ ابن عباس نے اس آدمی کی خدمت کرنے کے لئے اعتکاف چھوڑ دیا جب ان سے بوجھا گیا، "اپ نے اپنا اعتکاف کیوں چھوڑ؟!" انہوں نے جواب دیا "میرے لئے باہر جانا اور اپنے بھائی کی خدمت کرنا حضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم کی مسجد ایک ماہ اعتکاف میں بیٹھنے سے بہتر ہے۔"

یہ بے کہ انہوں نے کس طرح خدمت کو سمجھا!

اگر آپ دوسروں کی خدمت کو مشکل پاتے ہیں اور جب آپ کر رہے ہوئے ہیں تو خود کو جعلی محسوس کرتے ہیں، تو میری تجویز یہاں ہے: جعلی بنے رہیں جب تک کہ اصلی نہ بن جائیں! خدمت کرنے کے قابل ہونا ایک مہارت ہے جس سے سیکھا جا سکتا ہے، خاص طور پر اگر یہ کچھ ایسی چیز نہیں ہے جس کی آپ کو بچپن سے تربیت دی گئی ہے۔ جب آپ دوسروں کی خدمت کے چھوٹے کام شروع کرتے ہیں تو، آپ کو مزید کرنے کی حوصلہ افزائی کی جائے گی یہاں تک یہ آپ کی زندگی کا ضروری حصہ بن جاتی ہے۔

تو ... آج آپ کس کی خدمت کریں گے؟

جب آپ لفظ "خدمت" کے متعلق سوچتے ہیں تو، آپ کو ریستوران میں، آپ کی نوکرانی کا اپ کے گھر کی صفائی کرنا یا ایک کمپنی کے ساتھ صارف خدمت کی کسی شکل میں خدمات کے بارے سوچ خیال آسکتا ہے۔

تابم، یہ شاذ و نادر ہی خدمت کے بارے میں ایک عمل کے طور پر سوچتے ہیں جو بمارے ارد گرد موجود لوگوں کے مربوں میں بینے۔

بہ میں سے کتنے لوگ اپنے خاندان کی "خدمت"، یا اپنے پڑوسيوں کی "خدمت"، یا اپنے معاشرے کی "خدمت"، یا انسانیت کی "خدمت" اور بڑے بیمانے پر امت کی خدمت کے بارے میں سوچتے ہیں؟

اگر کوئی فل ہے جو ایک **ProductiveMuslim** کی وضاحت کرتا ہے تو، یہ "خدمت" بو گا۔

ایک ProductiveMuslim پہمیشہ دوسروں کی خدمت، اپنے خاندان کی خدمت، اپنے سماج کی خدمت، اپنی امت کی خدمت کرتا ہے۔ یہ حضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم کی مثال ہے جو لگاتار اپنے خاندان، معاشرے، اور امتکی خدمت میں رہے تھے اور انہوں نے زندگی کے کسی آسائش کو اس بنیادی ذمہ داری سے رو گردان نہ ہونے دیا۔

خدمت کا مطلب قربانی ہے۔ اس کا مطلب ہے کہ اپنی ضروریات اور چاہتوں کے بارے میں کم خود غرض ہونا اور دوسروں کی ضروریات اور خواہشوں کی خیال رکھنا اور شفقت دکھانا۔



شروع کرنے کیلئے عملی تجویز:

اپنے تمام خاندان کے ارکان، شریک کارکنان اور پڑوسنیوں کی فہرست بنائیں اور سوچیں کہ آپ کس طرح ان کی بہترین خدمت کر سکتے ہیں۔ آپ ان کیلئے کیا کر سکتے ہیں؟ یہ کچھ خاص ہو سکتا ہے، جیسا کہ جس کام میں انہیں مدد کی ضرورت ہے کرنے کے لئے اپنے معمول سے بڑھ کر کرنا اہم ہے؛ یا یہ کچھ ایسا بھی بوسکتا ہے جو آپ روزانہ اور باقاعدگی سے کرتے ہیں، جیسا کہ کوڑا اکٹھ کرنے کے دنوں میں ان کیلئے بفتہ وار کوڑا کر کٹ بٹان۔



جب کوئی مدد یا مشورہ طلب کرتا ہے تو 'ہاں' کہنے کے لئے جانبدار نہیں۔ نہیں، نہ کہنے کی کوشش کریں ماسوائے جب کہ آپ انتہائی مصروف یا بہت پہنسچے ہوئے ہوں اور کچھ کرنے کے لئے خود کو کچھ وقت دینے کی ضرورت ہو۔ اور اگر آپ نہیں کہنے ہیں تو، وضاحت کر دیں تاکہ وہ آپ سے ملنے والی حوصلہ شکنی کو محسوس نہ کریں اور مستقبل میں آپ سے مدد طلب کریں۔



اگر کوئی آپ کا کام کرتا ہے تو تشکر اور تعریف کریں۔ اور اگر وہ آپ کے بچے یا بیوی ہیں تو ان سے ایسا بھی کرنے کی "توقع" مت کریں۔ ان کی خدمت کے افعال کی بہیشہ صحیح معنوں میں تعریف کریں۔ پاد رکھیں کہ انہوں نے آپ کی خدمت کرنے کا انتخاب کیا ہے؛ اس لئے ان کا شکریہ ادا کریں۔



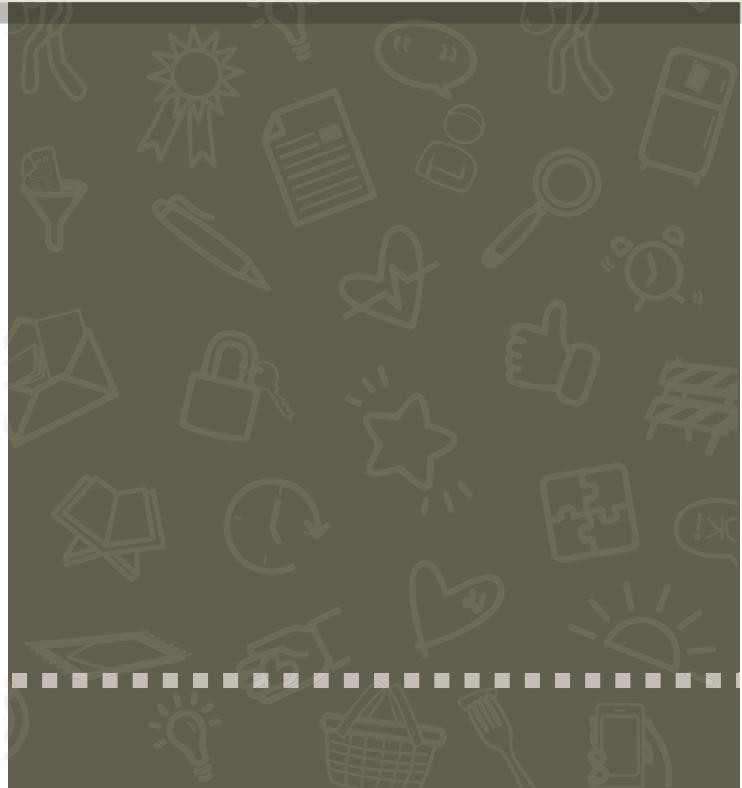
بہیشہ
خدمت
میں رہیں

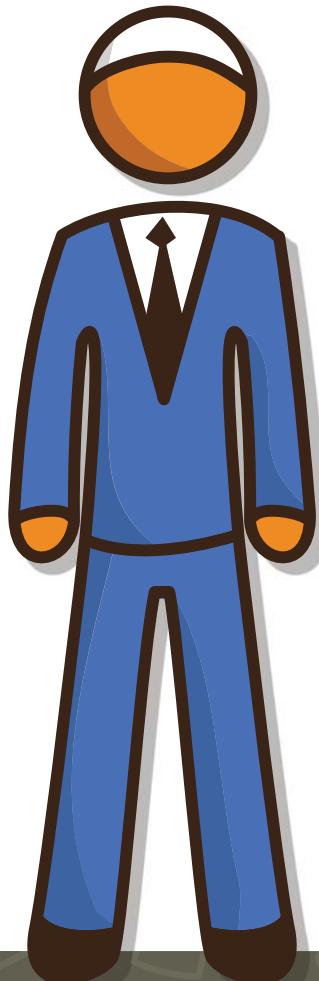


عزم اور
نظم
و ضبط رکھیں

10 #

لازمی
خصوصیت





یہاں ہم نے آپ کے ساتھ بہت سے مشوروں اور عملی تجویز کا اشتراک کیا ہے اور شاید اب آپ اس بارے میں فکر مند ہوں کہ آپ انہیں کیسے اچھی طرح لاگو کریں گے اور ان کے لئے مستقل مزاج ریبیں گے۔

آپ کے لئے میرا مشورہ ہے کہ عزم اور نظم و ضبط کے ساتھ چھوٹے چھوٹے اقدامات اٹھائیں۔

ایک وقت میں، اس ProductiveMuslim مشور کی لازمی معیار میں سے ایک کو لاگو کریں، اور دیکھیں کہ کیا آپ ایک وقت میں ایک بقے کے لئے ان میں سے بر ایک پر توجہ مرکوز کر سکتے ہیں۔

میں جانتا ہوں آپ کو ایسا کرنا مشکل لگ سکتا ہے، اور شاید آپ نے پہلے بھی ایسا کرنے کی کوشش کی ہو اور ناکام رہے ہوں...
لیکن یاد رکھیں کہ امت کو آپ کا انتظار ہے۔

یہ بہترین بات ہے کہ ان لازمی خصوصیات کی ریس کرنے کی بر حد تک کوشش کرتے رہیں، بجائے کہ انہیں چھوڑ دیں اور اپنی پرانی کابل زندگی کی ڈگر پر واپس چل پڑیں۔

یہ بھی یاد رکھیں کہ آپ راتوں رات ایک ProductiveMuslim نہیں بن سکتے ہیں۔ اس میں وقت اور کوشش صرف کرنا پڑتی ہے اور یہ ایک عمل ہے۔

شروع کرنے کیلئے عملی تجاویز:

التزم بهذه
الخصال



برائے مہربانی [ProductiveMuslim](#) پر روزانہ ہمیں ملاحظہ فرمائیں اور ہمارے نازہ ترین مشورے اور تجاویز کی پڑھ کریں جو وہاں آپ کے لئے ہیں۔

اگر آپ اپنی پیداواریت کو ایک درجہ اوپر لے جانا چاہتے ہیں تو ہماری [ProductiveMuslim Academy](#) میں سائن اپ کریں اور مستقبل طور پر سیکھنے کیلئے تیار رہیں کہ ایک مفید زندگی کیسے گزاری جائے۔

اگر آپ مفید ہونے کے بارے میں واقعی سنجیدہ ہیں تو میں آپ کو ہمارے کوچنگ پروگرام کے لئے سائن اپ کرنے کی پریزور تجویز دوں گا جو نہ صرف آپ کی رینمائی کرے گا بلکہ آپ کے پیداواریت کے چیانجوں سے نمٹھے کیلئے آپ کو اپنی مرضی کے مطابق حل دے گا، بلکہ آپ کو ان سے پیوسٹہ رہنے کیلئے جوابیدہ بھی ٹھہرائے گا۔ آپ کوچنگ پروگرام کے بارے میں پہل سے مزید جان سکتے ہیں۔



امت کو آپ کا انتظار ہے

میں یہ کہہ کر یہ سلسلہ کام شروع کیا تھا کہ ہم ایک مشکل وقت میں رہ رہے ہیں، اور یہ بمارے پاس ایک انتخاب ہے کہ ہم کی ساکن حالت کو قبول کر لیں یا اس کے احیاء میں ایک فعال کردار ادا کرنا شروع کر دیں۔

میں پرامید اور پریقین ہوں کہ آپ جیسے لوگوں کے ساتھ - وہ لوگ جو امت کا خیال رکھتے ہیں، جو اللہ سبحانہ و تعالیٰ اور اس کے رسول صلی اللہ علیہ وسلم سے محبت کرتے ہیں، اور جو تبدیل لانا چاہتے ہیں اور سیکھنے کے لئے اور مشورہ کو لاگو کرنے کیلئے تیار ہیں، جو انہیں ترقی اور فروغ، اور اضافہ کرنے میں مدد دے گا - ہماری امت کو ایک بار پھر بحال کیا جائے گا۔

امت کا احیا نو آربا ہے۔ اس کے بارے میں کوئی شک نہیں ہے۔

سوال یہ ہے - کیا آپ اس کار عظیم کا حصہ بنیں گے جو امت کو تجدید کی جانب لے جاتا ہے، یا آپ بس ایک غیر فعال نمائشانی بنیں گے؟

تو آئیے یہ سب اپنی پیداواریت کا تیز کریں تاہ اس کار عظیم کا حصہ بن جائیں جو ایک بار پھر امت کو فتح دلاتے گی۔

بیداواریت سونے کی کان: بسم اللہ سے شروع کرنا	
برکت کے 18 ذرائع	
برکت انفو گرافک کے 18 ذرائع	
روزانہ ٹاسکینیٹ	
یقہنے وال ٹاسکینیٹ	
ماہانہ عادت بیان کار	
حتمی ProductiveMuslim مقصود یا لتر	
دوبارہ فجر سے رہ نہ جانے کے لئے ProductiveMuslim گائیڈ	
فجر کی نماز کے لئے کیسے اللہیں	
فجر کی نماز کے بعد جاگنے کے لئے 7 تجویز	
میں تسلسل سے (اللہ کے حکم سے) فجر کی اذان سے 45 منٹ پہلے جاگ جاتا ہوں	

قرآن و سنت کے مطابق اعلیٰ درجے کی پیداواری صلاحیت کی تربیت اور ڈیزائن کردہ آلات کے ساتھ اپنی پیداواری کو تیز کریں۔

آج ہی ProductiveMuslim اکیڈمی میں اندرج کرنے کے لئے پہاں کلک کریں



اپنے ان باکس میں مفت فرایم کردہ تازہ، مفید مضامین کے ساتھ اپنی مکمل پیداواری صلاحیت حاصل کریں۔

آج ہی ProductiveMuslim نیوز لیٹر کے لئے سانس ای کرنے کے لئے پہاں کلک کریں۔



نبذة عن الكاتب

محمد فارس ایک بین الاقوامی-مطلوب فکری رہبنا، مقرر اور تربیت کار ہیں، جو اسلام میں پیداواریت کی طاق کی قیادت میں خصوصی مہارت رکھتے ہیں۔

ان کی سب سے قابل ذکر کارپائی نمایاں، ProductiveMuslim.com، کے بانی کے طور پر ہے، مقیول آن لائن پلیٹ فارم، بلاگ اور پیداواری تربیت تنظیم جو "امت" کی خدمت کرتی ہے جو اپنی جید روز مرہ کی زندگیوں اور ذمہ داریوں کے ساتھ اپنے دین پر عمل پیرا ہونے کو ضم کرنے کی جدوجہد کرتی ہے۔ براہ کریستن ایوارڈ (Brass Crescent Awards) کی طرف سے اس سالہ بلاگ اور تنظیم کو بہترین مسلمان بلاگ اور ایسا گروپ بلاگ کے طور پر مسلسل تین سال کے لئے تسالیم کیا گیا ہے۔

ProductiveMuslim.com پر "ابو پیداواری" کے نام سے مقبول ہے، محمد فارس (یمنی نژاد) تنزانیہ میں پیدا ہوئے تھے لیکن ان کے والدین سعودی عرب بجرت کرنے کے بعد ان کی بڑھتی زندگی کا زیادہ تر حصہ وہیں پر گزرا۔ بعد میں وہ برطانیہ میں اپنی تبری تعلیم کی جستجو میں مصروف رہے اور برسٹن یونیورسٹی سے مالیات اور سرمایہ کاری میں ایک ماسٹر ڈگری رکھنے ہیں۔

بہ برسٹل یونیورسٹی تھی جہاں انہوں نے متعدد نچلے سطح تک کے مسلم منصوبوں کے ساتھ اپنی قیادت کی مہارت اور مشغولیت کو پہلی بار فروغ دیا اور کسی بھی لحاظ سے امت کی خدمت کیلئے اپنے نقطہ نظر میں پیش رفت کی۔

"ProductiveMuslim.com" 2008 میں ایک ذاتی بلاگ کے ساتھ شروع کرتے ہوئے جسے "ProductiveMuslim.com" کہتے ہیں انہوں نے دنیا بھر میں مسلمانوں کو اسلامی اقدار اور اصولوں کے ساتھ پیداواری زندگیوں کی قیادت کیلئے آج کی جدید دنیا کے تقاضوں سے استواریت کے افرادی تناظر کو سمجھنے میں مدد کیائے تدریس کی محبت کے ساتھ پیداواریت کیلئے اپنی محبت کو پہنچا کیا ہے۔

اپنے بلاگ کے ساتھ ان کا سفر اور بعد میں آن لائن تربیت ادارے نے محمد فارس کو ایک بین الاقوامی مقرر، تربیت کار، اور مصنف کے طور پر معین کر دیا جو مسلمانوں کے ٹھہوس مہارت کے سیٹ اور حوصلہ افزائی، جو اللہ سبحانہ و تعالیٰ کی خاطر پیداواری زندگی گزارنے اور دین، دنیا، اور آخرت میں حقیقی کامیابی تلاش کرنے کے لئے اسلامی اقدار کے وسیع تصورات کو ایک عملی، قابل عمل اقدامات میں فعل کر سکتے ہیں۔

کے متعلق ProductiveMuslim



:As featured in



ProductiveMuslim امت کی خدمت سے متعلق ایک پروجہ عالمی ٹیم ہے۔ ہم ایک ProductiveMuslims بننے کے لئے اپنے ساتھی بھائیوں اور بہنوں کی معاونت کرنے کے لئے وقف ہیں جو اللہ سبحانہ و تعالیٰ کے لئے اپنے خاندان، معاشرے، اور خدمت میں ایک نیک کردار ادا کرنے میں مصروف عمل ہیں۔

ProductiveMuslim امہ کو پیداواریت کا ایک اسلامی نمونہ پیش کرتا ہے۔ ایک پیداواریت جس کو عقیدے اور اقدار پر چلایا جاتا ہے، جو کسی روح سے خالی نہیں ہے، پیداواریت جو تسالیم کرتی ہے کہ ہم ایک پیسے میں دنданے نہیں ہیں۔ ہم انسان ہیں اور ہم میں سے بر ایک خاص مقصد کے ساتھ اس زمین پر ایک خلیفہ ہے۔

اس مقصد کو سمجھنے اور قرآن پاک کی اقدار کے مطابق زندگی گزارنے، اور حضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم کے کرداری نمونے کی پیروی کرنے سے، ہم ایمان کی بنیاد پر مفید طرز زندگی حاصل کریں گے جس سے دنیا اور آخرت میں کامیابی ملتی ہے۔



تسلیمات

میں اس منشور کی تیاری میں، ان کی زبردست معاونت پر مندرجہ ذیل ProductiveMuslim رضاکاروں کیلئے اپنے مخلصانہ تشکر اور تعریف کا اظہار کرنا چاہوں گا:

- ✓ لزا زبردان کا اس منشور کے مندرجات کی ترتیب نو میں مدد کے لئے، اس کے انداز تکلم کو بہتر بنانے، اور اپنی لکھنے کی بہترین مہارتتوں کے ساتھ اس کے حصوں کو پھر سے لکھنے کیلئے۔
- ✓ فاطمہ نفلاء ایک بہترین تدوین کا کام کرنے اور یقینی بنانے کے لئے کہ منشور بر ممکن حد تک کمال کے قریب ہے۔
- ✓ انیسہ ستیریہ اس منشور کے اس خوبصورت ڈیزائن اور ایک شاپکار میں تبدیل کرنے کے لئے۔
- ✓ عاطف خلیل اس پروجیکٹ کو منظم کرنے اور اس منشور کو دور دراز مقامات اور وسعت تک رسائی دینے کیلئے۔

الله تعالیٰ آپ سب کو اور
پوری ProductiveMuslim
ثیم کو جزائے خیر عطا فرمائے
جنہوں نے امت کو پیداواری
بننے میں مدد کرنے میں
ابہ کام کیا ہے۔ جزاک اللہ
خیر



آپ کا مخلص،
آپ کا بھائی
محمد فارس

ہم سے رابطہ کریں

ذیل پر ہمیں فالو کریں:

Facebook
[ProductiveMuslim](#)
[ProductiveMuslimah](#)

Twitter
[@AbuProductive](#)
[@ProductiveMmah](#)

Instagram
[ProductiveMuslim](#)

Google+
[+productivemuslim](#)

آپ ہماری ویب سائٹ [ProductiveMuslim.com](#) کے ذریعے بھی ہم سے کسی بھی وقت رابطہ کر سکتے ہیں۔

ایک پیداواری
امت کی

10

تعمیر نو
کے لئے
بنیادی

خصوصیات جن کی
ہر مسلمان کو
ضرورت ہے

by PRODUCTIVE
MUSLIM.com

3

اپنے دل
کو کثیر
مثبت خیالات
کے ساتھ بھر لیں


6

جسمانی
فوت حیات کا
هدف بنائیں


2

روحانی رابطہ
اور
برکت
کی تلاش
میں رہیں


1

ایک فعال
نیت کے
ساتھ زندگی
میں ہر چیز کا
تعاقب کریں


5

جلدی اٹھیں
اور برکت
حاصل
کریں


4

اپنے دن
یفتہ
ماہیزے
اور زندگی
کی تفصیل سے
منصوبہ بندی کریں!


10

عزم اور
نظم
و ضبط رکھیں


9

بمیشہ
خدمت
میں رہیں


8

تفریح
کے لئے!
وقت نکالیں!


7

ایک
کامل زندگی
کے لئے
کامل
سوچنے
کی جستجو
کریں


JazakAllah Khair to Our Wonderful CrowdFund Supporters!

With your help we translated the manifesto into Seven Languages of the Ummah:

(Click on any of the languages below to access the translated manifesto!)

Arabic

Urdu

Malay

French

Turkish

Bahasa

Bengali

Abdul Bari	Baddr el Din Dehne	Hashem Ghazzawi	Mohammad Sulaiman	Shaheen Srankindakam
Abdul Razak	Chris Blauvelt	Isam Nagi	Mohammed Arshid	Shazia Shahid
Abdullah Faris	Darakhshanda Akram	Ismat Irfan	Mst. Tuhina Khatun	Siti Aishah Ismail
Abdullah Sabit Tuna	Dina Tabbah	Iza Husna Mohamad Hashim	Nadia Khan	Siti Munirah Ibrahim
Abdur Rehman	Dr. Rami Ahmad	Kashif Khawaja	Noa Takarroumt	Suha Salameh
Ahmad Badran	Ezdehar Sultan	Khadijah Eid	Nor Hafizah Abdul Rahman	Suliman Amarkhil
Al Ameen Abbas	Fahad Mansur Dan-Ali	Lisa Zahran	Nor Hafizah Arop	Tanzil Ahmed
Amany Killawi	Farah Iqbal	M Ali	Omar Hamid	Tarek Mansour
Ansarullah Ridwan Mohammed	Fareda Jaffer	M Firdaus Harun	Raheemah Odus	Tooryalai Noorzai
Asadullah Ahmed	Fatimah Rashid	Madina Tsuntsaeva	Rayyan Aleem	Umar Yusuf
Asma Adam	Fauzia Manzoor	Marwan Chaar	Ruba D	Yasmin Noorani
Asnida Wahab	Halima Wako	Mehtab Alam	Safika Akter	Zaida Charfudine
Ayhan Karaca	Hammad Alhamad	Mohamad Chehade	Sam Ali	Zohra Shaikh
Azmat Riaz	Hasan Hasan	Mohamed Shoukry	Sam Syeda	

May Allah bless all of those who contributed but chose to remain anonymous.

May they find their reward with Allah in this world and the next (ameen)!