

کائناتی شفا کی خارجی ریکی (متبادل طریقہ علاج) جو جسمانی، روحانی، ذہنی اور نفسیاتی امراض کے لیے پوری دنیا میں جاری و ساری ہے۔ ریکی ہیلتھ پر اردو میں پہلی بے مثال لائٹانی تصنیف

# ریکی ہیلتھ کورس

از افادات

حکیم غلام سرور شباب

ریکی گرینڈ ماسٹر

شائع کردہ

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیراناٹل سائنسز

ادارہ فیضانِ روحانیہ پاکستان (دعوتِ اسلامی کے لیے علم و عمل کا ادارہ پنجاب)

فون: 0300-4267412، 0300-4267413، 0300-4267414

Website: [www.roohaniyat.com](http://www.roohaniyat.com)

کائناتی عدالت کی ہر جگہ (قبول طریقہ علاج) جو روحانی و جسمانی و عقلی اور قلبی و انسانی امراض کے لیے پوری و ناقص جاری و ساری ہے۔۔۔ کی ہیلنگ پارہ دس کیلے پ شامل الانانی تفسیر

# رہی ہیلنگ کورس

مرچو

اے مالک کل میرے والدین کی روحانی و جسمانی و عقلی و قلبی و انسانی امراض

حکیم غلام سرور شباب

رہی گریڈ ہائپر

شائع کردہ

ایگزیکٹو انسٹی ٹیوٹ آف ہیڈرل سائنسز

ادارہ فیضانِ روحانی پاکستان ۱۹۹۹ء تا ۲۰۰۸ء کی کارکنان و کارکنان

Website: [www.roohaniyat.com](http://www.roohaniyat.com)





اگر آپ کو کسی اور کی (جہاں اور جہاں) سے ملنے کی ضرورت ہے  
 آپ کو یہ بھی دیکھنا چاہیے کہ آپ کی جگہ پر کون سا ہے

# رہنما گاہ کورس

از انعامات

محمد امجد علی شاہ

رہنما گاہ کورس

اے مالکِ کُل میرے والدین پر رحم فرما آمین

شائع کردہ

انٹرنیشنل انشٹی ٹیوٹ آف ہیئر انڈل سائنسز جو علی گٹھا

پلے کا پتہ

ادارہ فیضانِ روحانیہ پاکستان® مندرجہ بالا مکتوبی کتب خانہ اور کارڈ

www.roohaniyat.com

+92-44-4774734 +92-44-6005534

E-mail: ghulam sarwar shabbab@hotmail.com



## انتساب

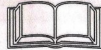
اُن تمام شاگرد خواتین و حضرات کے نام جو  
ممارے ادارہ انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف ہیرانا رمل سائنسز  
سے ماورائی علوم و دیکسی سہر چوئل میلنگ مہناسن  
کمر تہا سی مہگنٹ تہا سی اذو ماتہا سی اہکو ہریشہر ہو گا  
جس ہاورد ہنڈولر (متبادل طریقہ مانے علاج) کی عملی  
نربیت حاصل کرنے کے بعد ڈیکھی انسانیت کی  
خدمت (بغیر ادویات کے علاج) کر رہے ہیں۔

اور ان تمام شاگرد خواتین و حضرات کے نام جو  
ماورائی علوم و دیکسی عملی تربیت حاصل کرنے کے بعد  
ڈیکھی انسانیت کی خدمت کرنے کا جذبہ صادق  
دیکھتے ہیں اور اہلو بہتہی جیسے مضر صحت طریقہ علاج  
سے بنی نوع انسانیت کو (الٹرنیٹو طریقہ علاج یعنی متبادل  
طریقہ علاج) کے ذریعے نجات دینے کا عملی جذبہ  
دیکھتے ہیں۔

دیکسی اینڈ سہر چوئل ہاوردز گمرینڈ ماہشر

حکیم غلام سرور شہاب

## جملہ حقوق بحق مصنف محفوظ ہیں



نام کتاب	رکی ہیکل کورس
مصنف	حکیم نظام ہرور شہاب
کپورنگ	شہزادہ حکیم احمد - سہارنہا ہنس
ادبیات لطیفہ	محمد انور ندیم (ایم ایم اے - بی اے)
سن اشاعت	مئی 2007ء
ایڈیشن	اول
تعداد	ایک ہزار
صفحات	192
سائز	۲۳x۲۸

قیمت  
مطبوعہ  
اکبر اینٹرنیشنل پرنٹرز و پبلیشرز

شائع کردہ  
انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف ہیرانا رمل سائنسز - جی بی کھا (انکارا)

ادارہ فیضانِ روحانیہ پاکستان کی مہربان اختیار کرتا  
در حقیقت خلی و روحانی علوم و فنون کی اشاعت میں مدد دیتا ہے۔

ادارہ فیضانِ روحانیہ پاکستان  
© محلہ اسلام پور جی بی کھا شائع ہوا کاڑہ  
044-4008534 فون نمبر

Website: www.roohaniyat.com

حسن ترتیب

نمبر شمار	تفصیل مضامین	صفحہ نمبر
1	انتساب	3
2	انکسار و تفکر	10
3	معلومہ کی تقریر از شیخ محمد عرفان المعروف عرفہ شاہ	11
4	شفا بخشی کا روحانی طریقہ علاج کی از شیخ صوفی نذیر احمد طاہر بروجینی	13
5	رہنمائی از حاجی میر فرید احمد نقشبندی	14
6	رہنمائی از شیخ شفا یابی از محمد شجاع الدین	16
7	رہنمائی انصاف	18
8	رہنمائی خصوصیات از کی کی تاریخ	21
9	پہلا درجہ	22
10	دوئم کے بارے میں حقائق	24
11	رہنمائی پائنتس	27
12	رہنمائی کے حوالے سے دوسرے اہم امور	28
13	جسم کا مکمل جائزہ	31
14	بنیادیوں کی مہکائیت	35
15	رہنمائی کے ذریعے شفا یابی	35
16	جسمانی علامات کی تشخیص	36
17	پہلا درجہ سے متعلق معلومات کی وضاحت، پہلا پیکر	40
18	دوسرا پیکر	40
19	تیسرا پیکر	43

20	چوتھا پیکر	44
21	پانچواں پیکر	45
22	چھٹا پیکر	46
23	ساتواں پیکر	47
24	جسم کے حصوں سے متعلق دوسرے اہم امور	59
25	ڈاکٹر میکا صوفی کے وضع کردہ دینی اصول	62
26	پہلا اصول، صرف آج کے دن کے لیے تفکر کا رویہ اپناؤں گا	62
27	دوسرا اصول، صرف آج کے دن کے لیے میں لگے رہوں گا	63
28	تیسرا اصول، صرف آج کے دن کے لیے میں غصہ نہیں کروں گا	64
29	چوتھا اصول، صرف آج دن کیلئے میں اپنے آپ سے ایماندار رہوں گا	65
30	پانچواں اصول، صرف آج کے دن کیلئے میں ہر ذی روح سے پیار کروں گا	65
31	دوسرا درجہ	66
32	پہلا مکمل، چھ گورے	69
33	طریقہ کاغذ The Paper Method	77
34	دینی طریقہ The Mental Method	78
35	دوسرے طریقے	79
36	ارادے کے لیے فاصلاتی علاج کا طریقہ کار	80
37	تینوں علامتوں Symbols کے دوسرے استعمال	80
38	یادداشت کو بہتر بنانے کے لیے	82
39	تعلقات کے علاج کے لیے	83
40	نئی عادات سے نجات دے کے لیے	84



- 41 اگر آپ دکان تم کرنا چاہتے ہیں  
42 امتحان کے دنوں میں بچوں کی مدد کرنا  
43 ماضی اور مستقبل کے کام کے حوالے سے کچھ مثالیں  
44 رہنمائی کے ساتھ پروگرامنگ  
45 گروہی فاصلاتی علاج  
46 دائرہ علاج  
47 مردے کا علاج  
48 ماسٹر سبیل  
49 اپنے ہاتھوں کو اوزار بنانے کے لیے مشق  
50 پیکر اوزار بنانے کا یعنی پیکر از میں شادی قوت دانا  
51 رہنمائی مرقبات  
52 رہنمائی کنٹرول گروہ  
53 بذریعہ رہنمائی نفسیاتی جراثیمی روحانی آپریشن  
54 رہنمائی تہذیب کے لیے عمومی ہدایات برائے علاج  
55 رنگوں سے علاج  
56 علاج کے لیے رنگوں کا استعمال  
57 رنگوں کی خصوصیات  
58 سرس رنگ کا استعمال  
59 نیلا رنگ استعمال کرنا  
60 پیلا رنگ استعمال کرنا  
61 بزرگ استعمال کرنا

- 62 سفید رنگ استعمال کرنا  
63 سیاہ رنگ استعمال کرنا  
64 دیگر رہنمائی  
65 ہر ایک سبیل کے استعمال کی تفصیل سے وضاحت  
66 تیسرا درجہ  
67 ماسٹر شپ اور گریڈ ماسٹر شپ  
68 رہنمائی کے حوالے سے سوالات اور شکوک و شبہات  
69 کیا رہنمائی دیتے وقت آنکھیں بند رکھنی چاہئیں؟  
70 کیا اینڈسٹ کے وقت فرش پر کالین بچھا ہونا ضروری ہے؟  
71 دوسرے درجے کے تین سبیل کس ترتیب سے استعمال کریں؟  
72 رہنمائی ہڈی میں انرجی کو متوازن کریں  
73 کیا رہنمائی دیتے ہوئے انگلیاں ساتھ ملا کر رکھنی چاہئیں؟  
74 رہنمائی دیتے ہوئے اپنے ہاتھ یا ٹانگیں کس نہ کریں  
75 کس قسم کا رہنمائی کس استعمال کیا جانا چاہیے  
76 علاج میں کامیاب ہونا  
77 اینڈسٹ کا تجربہ  
78 سرس پیکر اور رہنمائی کس دہائی چاہیے  
79 تھینوں کا استعمال کیسے کیا جائے؟  
80 رہنمائی سے غیر متعلقہ افراد کو رہنمائی سبیل میں دکھانے چاہیے  
81 کیا کسی شخص میں موجود باکس ہے اینڈسٹ میں جاں کھاتے ہیں  
82 جسم کے حساس حصے کون کون سے ہیں

83	تشکر کا رویہ	131
84	21 دنوں کا باطل عقیدہ	131
85	تصدیق کی چند مثالیں	132
86	نشے کی عادت تباہ کنوش و غیرہ	133
87	ماضی کے حوالے سے کوئی بھی کام	133
88	ڈر خوف	133
89	تعلقات	134
90	والدین سے نفرت ختم کرنا	135
91	سپر چنل ہینک انرمی (روحانی شفا بخشی کی طاقت)	147
92	خیال کیا ہے؟	147
93	زیمن انرمی فیلڈ	148
94	ذہن کیا ہے؟	148
95	ایچ ایس پی (HSP)	148
96	ذہن کس چیز سے تباہ ہے؟	149
97	ذہن کی تحریکات	149
98	کائنات کی ہر چیز سے لہریں نکل رہی ہیں	149
99	ذہنی بیماریاں	150
100	سپر چنل ہینک انرمی طریقہ علاج	150
101	سپر چنل ہینک انرمی کے پچھلے درجے سے علاج کا طریقہ کار	152
102	سپر چنل ہینک انرمی درجات کا مختصر تعارف	153
103	علاج میں سپر چنل ہینک انرمی درجات کا کردار	154

104	جی انا مل سائنس میں (مشائے اور دراز) کیا ہے؟	159
105	گروپ ہینک کے لئے	162
106	انرمی ہال کے ذریعے قاضیاتی سرایوں کا علاج کرنا	162
107	انسان اور سپر چنل انرمی	164
108	سپر چنل ہینک انرمی کیا ہے؟	165
109	ایک مافوق الفطرت قوت کی حواش میں ازل سے انسان سرگرواں ہے	165
110	سپر چنل ہینک انرمی کے درجات یا لیولز	167
111	سپر چنل ہینک انرمی کے فوائد	169
112	بچے اور سپر چنل ہینک انرمی	169
113	سپر چنل ہینک انرمی کے صوبوں	170
114	صوبوں کے دوران شاگردوں کے محسوسات و مشاہدات	170
115	کیا سپر چنل ہینک پاور سلب بھی سکتی ہے؟	173
116	ہم سپر چنل ہینک انرمی کو کس طرح اپنے اندر جاری کر سکتے ہیں؟	173
117	سپر چنل ہینک بننے کے لیے کتنا عرصہ درکار ہوتا ہے۔	174
118	کیا سپر چنل ہینک سے سحر اثرات بھی مرتب ہو سکتے ہیں؟	174
119	کیا سپر چنل پاور کا کس خاص مذہب سے بھی تعلق ہے؟	175



## اظہار تشکر

میں اپنے تمام مشفق و مہربان احباب اور شاگرد کا مصمم قلب سے سپاس گزار ہوں جنہوں نے "ادارہ فیضانِ روحانیہ پاکستان" کی باضابطہ سرپرستی اختیار کی اور روحانی علوم و فنون کی ترویج و ترقی اور اشاعت میں میرے ساتھ شامل ہوئے۔

شاگردہ معادین

- |    |                           |    |                               |
|----|---------------------------|----|-------------------------------|
| 1  | محمد شہباز - لاہور        | 2  | حاجی نذیر حسین - جہلم         |
| 3  | قرن شاہ اد احمد - سرگودھا | 4  | حکیم بشیر احمد - حویلی کھٹا   |
| 5  | طارق محمود - جہلم         | 6  | عابدہ ظہیر الرحمن - کراچی     |
| 7  | سید بھدرا علی شاہ - کوئٹہ | 8  | محمد انصاری خان - سیالکوٹ     |
| 9  | نظام مصطفیٰ - خضدار       | 10 | محمد شفیق نوشاہی - گوجرانوالہ |
| 11 | محمد فاروق قادری - کراچی  | 12 | عبدالحکیم قادری - لاہور       |
| 13 | محمد محسنی خان - مردان    | 14 | اشفاق احمد زہد - کراچی        |

## مظلوم رنگی تقریظ

بہر محمد عمر حیات المعروف عمر شاہ کوٹ لکھنیت لکھنور سے تحریر فرماتے ہیں

نور کا اک زہاج ہے رنگی جہرگی میں سران ہے رنگی  
 کم نہیں یہ کسی کرامت سے ہر مرض کا علاج ہے رنگی  
 نعم ہمسمل ترقی جان کے لئے ذوالہجرت و ہجرت ہے رنگی  
 ایک میں ہی نہیں یہاں حیرا داس پورا سراج ہے رنگی  
 حیرتی طرز و ادا نہیں ماقوذ حیرا اپنا مزاج ہے رنگی  
 ہر زمانے ہر مہم میں زندہ کل بھی تھی اور آج ہے رنگی  
 صدیوں پہلے سے اقوام عالم میں راج حیرا رواج ہے رنگی  
 ہے نیاز ہے نہیں تو مفت سہل حیرا دم لایعجاز ہے رنگی  
 اے معالج ذرا بھی نہ گھبرا رکھے کو حیرتی لان ہے رنگی  
 نہ دوا نہ دعا کی حاجت ہے وہ حیرا کام کاج ہے رنگی  
 میں تو کہتا ہوں کہ سب سے بھی حیرا شاید معراج ہے رنگی  
 نظام سرور شاہ نے رکھا حیرے سر پہ یہ تاج ہے رنگی  
 نفوس انسانی میں تصرف کی مٹکی قوت مثل جادو سراج ہے رنگی  
 پچھتے کیا ہو اس کا سودا زیاں گل زر اور بیان ہے رنگی  
 اس میں صحت ہے تندرستی ہے وہ گیسوا اتاج ہے رنگی

میں چدر بھی نخر اُٹھاتا ہوں ہر طرف حیرا راج ہے ریکی  
 جس کے ہاتھوں میں ہے حیرا دامن وہ نہا مہاراج ہے ریکی  
 چین، جاپان، ہند، امریکہ حیرا گڈار باج ہے ریکی  
 زوج کی بالیدگی کا طرہ ہے انسانیت کی معراج ہے ریکی  
 ارتکازِ توجہ کا شملہ پیار کا احتراج ہے ریکی  
 اس کے مرہون ملک و جن و بشر مہتر و مختصر خواجه ہے ریکی  
 تیرے ہوتے ہوئے بھی لوگ مریں یہ حیرا احتجاج ہے ریکی  
 چھوڑے کیسا بے بسی کا غم آپ کی احتیاج ہے ریکی  
 دھڑکتیں استحال پر لوشیں دل کا غم اشتیاج ہے ریکی  
 عامل کی انگلیوں کی پاوروں سے قورائیت کا افراج ہے ریکی  
 اس کا منبع ہیں لوح و کبریٰ و عرش بنے ہاتھ کی داج ہے ریکی  
 وقتِ رخصت مر خدا نے کہا زندگی حیرا داج ہے ریکی

ریکی اینڈ پریچس ہیلر

پروفیسر محمد حیات المعروف مرشاہ

کوٹ لکھنوت لاہور

0300-4912679

### شفای بخشی کارو حافی طریقہ علاج ریکی

زیر نظر کتاب مستطاب لا جواب فاضل روحانی سکار، پریچس پاور اینڈ ریکی گریڈ  
 ماسٹر جناب حکیم غلام سرور شہاب صاحب کی ایک اور قابل قدر تصنیف ہے۔ صاحب کتاب کی  
 شخصیت حیاتِ تعارف نہیں ہے یہ کتاب بھی ان کی دوسری کتب کی طرح اصول شاہکار ہے  
 ریکی جاپانی طریقہ علاج ہے مگر آج کل پوری دنیا میں اپنی حیثیت منوا چکا ہے۔  
 پاکستان اور بیرونی دنیا میں حالِ اردو زبان میں ریکی کے موضوع پر کوئی کتاب دستیاب نہیں تھی۔  
 جبکہ فاضل مصنف نے شانہ روز کی محض شائق سے متبادل طریقہ علاج کے طور پر کائناتی شفائی  
 انرٹی (ریکی) کو اردو زبان میں احسن انداز سے پیش کر دیا ہے۔

یہ کتاب دراصل انٹر نیشنل انسٹیٹیوٹ آف ہیلتھ اینڈ ریکی سائنسز جو بیلی کھساکے ریکی ہیلتھ  
 کورس کی تصانیف ضرورت کے پیش نظر ریکی ہیلتھ کورس کے طلباء و طالبات کی رہنمائی کے لیے  
 لکھی گئی ہے۔ تاہم پڑھنے والے کوام کی دلچسپی کا سامان بھی اس کتاب میں موجود ہے۔ اس کتاب  
 کے مطالعے سے نہ صرف طلباء و طالبات بلکہ عام قاری بھی جو ریکی انٹینسٹی حاصل کر چکا ہو، ریکی  
 ہیلتھ انرٹی کو اپنی ضرورت کے مطابق استعمال کر کے خود بھی اور دوسرے دلچسپ افراد کو صحت مند  
 بنانے میں اہم کردار ادا کر سکتا ہے۔ فاضل مصنف نے کتاب خُدا میں ریکی کی تشریح ضرورت  
 و اہمیت اور ریکی کی تاریخ، بدنِ انسان میں ریکی کے مراکز، انسانی جسم میں موجود علامات کی مدد سے  
 مرض کی مکمل تشخیص اور علاج، ریکی سیکھے والوں کے لیے رہنما اصول، ریکی کے درجہات، ریکی  
 سہیل، مرحلہ وار ریکی مراقبہ، ریکی اور رنگوں سے علاج، ریکی کی بین الاقوامی اصطلاحات، ریکی اور  
 گھینے جیسے منوانات کے علاوہ اور بہت کچھ اس کتاب میں پیش کرنے کی کاوش کی ہے۔

غلام حکیم بیہوشی نذیر احمد طاہر پوٹھی

سینئر سائنسز کٹر، انٹر نیشنل انسٹی ٹیوٹ آف ہیلتھ اینڈ ریکی سائنسز



## ریکی = 6

جناب حاجی سرفراز احمد ماهر علم الامداد ریکی اینڈ سپر جرنل شہلر ٹاؤن شب لاہور  
سے تحریر فرماتے ہیں

علم الامداد کی روشنی میں عدد 6 چھ کو سمجھتے دیکھ رہی کا شیخ قرار دیا گیا ہے۔ اور یہ بات حقیقت پر مبنی ہے کہ وہ لوگ جن کا عدد نام یا پیدائش کا عدد چھ 6 ہو۔ اپنی زندگی میں کسی ہی بتا ہوتے ہیں۔ مثال = ک + م + ر + ا + ن = چھ حرف = ۳ + ۱ + ۲ + ۳ + ۱ + ۲ = ۱۲ = عدد چھ۔ یا کسی کی تاریخ پیدائش ۲ فروری 1991ء ہو تو وہ بھی اسی زمرے میں آئے گا۔ اسی طرح اگر کسی کے عدد بھی (ر + ی + ک + ی) = (۲ + ۱ + ۳ + ۱ + ۲) = ۹۔ یوں ہمارے ناموں میں بہت لوگ چھ عدد کے مالک ہوتے ہیں۔ مگر علوم سے عدم واقفیت کی بنا پر فائدہ حاصل نہیں کر پاتے۔

ریکی ایک چاٹنی طریقہ علاج ہے اگر ہم اسے اپنائیں تو ہم اپنا اور اپنے پاس موجود لوگوں کا اور کوسوں میل دور لوگوں کا علاج بہترین انداز سے کر سکتے ہیں۔ اور اس کے فوائد سے رات ہو یا دن، بارش ہو یا آئندگی، یا موسم کی بے بسی کیوں نہ ہو دوسروں کو مستفید کر سکتے ہیں۔

جناب غلام سرور شاہ صاحب کی یہ تعریف ”ریکی ہینک کورس“ جو آپ کے باپوں کی زینت ہے آپ کی لا جواب اور بے مثال تعریف ہے۔ جوں جوں آپ کتاب کا مطالعہ کرتے چلے جائیں گے آپ کی روح اور جسم میں بلکین آتا چلا جائے گا۔

غلام سرور شاہ صاحب نے حوالی لکھا میں ایک ادارہ انٹرنیشنل انشٹی ٹیوٹ آف ہی انارمل سائنسز کی بنیاد جنوری 2006ء میں رکھی۔ جہاں پیر انارمل علوم کی ہر تدریس عملی تربیت کی کلاسز جاری رہتی ہیں۔ جہاں آپ انتہائی گمن اور دیانت داری سے حقوق خدا کی خدمت کر رہے ہیں اور میں یہ سمجھتا ہوں کہ آپ جناب کی تمام تصانیف خواہ وہ دیکھی پر ہوں یا دیگر موضوعات پر موجود وہ اور آئندہ آنے والی نسلوں کے لیے قیمتی اثاثہ ثابت ہوں گی۔

غلام سرور شاہ ایک تحریک، ایک دلوے اور جنون کا نام ہے۔ موصوف خود بھی عدد ۶ کے مالک ہیں اور یہ بھی سونے پر سہاگے والی بات ہے کہ آکامہ، اور استاد عدد ۶ چھ کا حامل

ہے۔ موصوف جو شہر خدمت خلق کر سکتے ہیں۔ جناب غلام سرور شاہ صاحب کے بارگاہ میں ہر طرف پھول ہی پھول کھلتے ہیں اور وہاں پھولوں کو بانٹنے پر مامور ہیں۔ آپ نے کتابی صورتوں میں دنیا کو وہ کچھ دے دیا ہے جو کوئی دوسرا نہ دے سکا۔ اور مؤرخ جب بھی اس پر قلم اٹھائے گا تو موصوف کا نام نامی اسم گرامی سہری حرف میں ضرور لکھے گا۔ میری دلی خواہش ہے کہ ان کی تمام کتب کا ترجمہ دنیا کی دیگر زبانوں میں بھی ہو سکے۔

مجھے آپ کی خدمت میں جب بھی حاضری کا موقع میسر آیا، میں نے آپ کو خدمت خلق میں مصروف پایا۔ اور ہاں جناب آپ اس تحریک اور شعبہ سے وابستہ ہیں جہاں مسج ہے شام نہیں۔ اللہ رب العزت آپ کو اور آپ کی آنے والی نسلوں کو بھی دینی اور دنیاوی دولتوں سے سرفراز فرمائے۔ آمین!

عقیدت مند

ریکی اینڈ سپر جرنل

حاجی سرفراز احمد

370/15-B1 ڈی شہلر لاہور

## رہیکی کے ذریعے شفا یابی

معروف دانشور جناب محمد شجاع الدین کوئٹہ سے تحریر فرماتے ہیں

جاپانی طریقہ علاج - جی کے بارے میں چند رسائل میں بھلے اور اوجھڑے مضامین پڑھنے کا موقع ملا تھا۔ محرم اسلم کے بارے میں تحقیق باقی رہی بہتر علم علامہ عظیم غلام سرور شباب صاحب کے ہاں حاضری کے موقع پر ان کی تحریر کردہ تصنیف ”رہیکی ہانگہ کوس“ کا مسودہ پڑھنے کا اعزاز حاصل ہوا اور دہریہ کی کھچی طور پر جاننے کا بہترین موقع ملا، یعنی مطالعے کے حوالے سے بھی اور عملی تربیت کے حوالے سے بھی۔ روحانی - کارکن تمام شباب صاحب نے جس کمال کے ساتھ اس کو اردو زبان میں تصنیف کیا ہے اس کا اندازہ قاری کو پڑھنے کے بعد ہی ہوگا۔

میں سمجھتا ہوں کہ ماورائی علوم کے شائق خواتین و حضرات کے لیے یہ تصنیف ایک بہت خوب صورت تحفہ ہے۔ اس کتاب میں طلباء و طالبات کو مکمل راہنمائی دی گئی ہے اور رہیکی کو اس کی تمام تر پابکیوں اور غزائوں کے ساتھ خوبصورت الفاظ کے ساتھ سمجھا کر طشت از بام کیا گیا ہے۔ مجھے یقین کامل ہے کہ علامہ موصوف کی دیگر تصانیف جس طرح طلبانِ علم اہل فن کی راہنمائی اور مددگار رہی ہیں، اسی طرح یہ تصنیف بھی عوام الناس اور دہریہ کی ہمت کوڑے کے لیے مکمل رہبر ثابت ہوگی۔

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف ہیٹارنل سائنسز کو یہ انوکھا اعزاز حاصل ہے کہ وطن عزیز میں ماورائی علوم کی ترویج و ترقی کے لیے علامہ شباب صاحب کی زیر پرستی ان علوم کے حصول کے لیے سرگرداں طلباء و طالبات کو ایک گھنا سائے فراہم کر رہا ہے۔ بڑے بڑے شہروں کے شور و غل، افراتفری اور نفسانسی کے ماحول سے دور جو ملی گھسا کے پڑھنوں اور سربز ماحول میں ایک انتہائی شفیق اور مہمان نواز محترم شخصیت استاد کے درپ میں اگر دہریہ کی کوس کے مراحل طے کرائے تو یہ ایک عجب عظیم ٹیسٹ تو پھر اور کیا ہے۔ مجھے ذاتی طور پر رہیکی کی عملی تربیت حاصل کرنے کا موقع اللہ کریم نے عطا فرمایا ہے۔ میری اذ حد خوش بختی ہے کہ مجھے یہ اعزاز حاصل ہوا کہ میں نے نہ

صرف رہیکی کی عملی تربیت حاصل کی بلکہ اس شاندار اور بے مثال کتاب کی تقریظ لکھنے کی سعادت سے بھی شرف یاب ہو رہا ہوں۔ یہ مصنف موصوف کی عظمت ہے کہ صاحبانِ کمال اور صاحبانِ علم و عرفان کی موجودگی میں مجھ جیسے بے علم اور بے مایہ فرد کو یہ موقع اور اعزاز بخشا۔

رہیکی پر اردو زبان میں یہ پہلی اور مکمل کتاب انشاء اللہ ہزاروں افراد کے مطالعے میں آئے گی، ماوراءِ بلا مبالغہ ہزاروں افراد اس طریقہ علاج سے شفا یاب ہو کر رہیکی کو یقیناً ستر علامہ عظیم غلام سرور شباب صاحب کے ممنون رہیں گے۔ میں اللہ کریم کے حضور دعا گو ہوں کہ وہ علامہ موصوف کے علم اور عمر میں اضافہ و برکت عطا فرمائے، تاکہ ان کے کارنامے عوام الناس اور شائقینِ علم و فن کے سامنے آتے رہیں اور ایک زمانہ ان کے فیض سے مستفیض ہوتا رہے۔ آمین

احقر اعجاز

رہیکی ہتھ

محمد شجاع الدین

267۔ پٹیل باغ، ٹوبہ ٹک۔ بلاچستان

امین پر رحم فرما

## رہنما تعارف

کائنات میں فطری طور پر موجود شیطانی طاقت کو رہنما کا نام دیا گیا ہے۔ اس میں کسی جادو کا عمل دخل نہیں ہے۔ اور نہ ہی رہنما کے لئے فطری کوئی تہمیل شدہ حالت پیدا کرنے کی ضرورت ہے۔ یہ بہتر ہوتا ہے کہ مریض کی توجہ علاج پر رہے، لیکن جب بھی مطلوبہ جگہ پر ہاتھ لگائے جائیں تو رہنما خود بخود اپنا کام شروع کر دیتی ہے۔ رہنما ہر وقت موجود ہوتی ہے۔ لیکن ہم اس سے اس وقت تک آگاہ نہیں ہوتے جب تک کہ تربیت کے ذریعے رہنما کے ہمارا رابطہ نہ ہو جائے۔ تربیت کے بعد رہنما کی وصول کی جاسکتی ہے اور اسے مخصوص طریقے سے استعمال بھی کیا جاسکتا ہے۔

رہنما صرف ایک طریقہ کار، اسلوب یا کارروائی نہیں ہے بلکہ رہنما کو موجود ہے۔ عقل و دانش کے لحاظ سے رہنما پڑھائی نہیں جاسکتی۔ رہنما کی سکھانے والا میتھی کو مختصر وقفے، مجلس کے دوران انہی سے طاقتور بناتا ہے۔ اس سے جسم کے مخصوص مراکز (چکر) اکمل جاتے ہیں اس طرح انہی کو آسانی سے اور مخصوص طریقے سے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ رہنما کا بہاؤ جب ہاتھوں میں محسوس ہوتا ہے تو اس کا احساس مومنا پیش کی صورت میں ہوتا ہے۔ اس طرح جیسے کہ قرقرہ اہت کا احساس۔ چونکہ ہر شخص کی شخصیت الگ الگ ہوتی ہے۔ اسی لئے ہر شخص کے انفرادی تجربات بھی مختلف ہوتے ہیں۔ اس موقع پر انہی سے استعمال کرنے کے لئے ہدایات دی جاتی ہیں۔ اپنے ذاتی اور دوسرے لوگوں کے علاج کے لئے ہاتھوں کی مخصوص حالت کے بارے میں بتایا جاتا ہے۔ ہاتھوں کی مخصوص حالت شیطانی کے لئے بنائی جاتی ہے۔

ایک معالج یہ انہی خواہ پیدا نہیں کرتا، بلکہ وہ تو صرف اس انہی کے بہاؤ کو ایک مخصوص سمت دیتا ہے۔ اس کردار کو قبول کرتے ہوئے اس کا نتائج سے کوئی تعلق نہیں ہوتا۔ رہنما کے لئے ضرر ہے اور یہ کسی کو نقصان نہیں پہنچاتی۔ یہ زندگی کی تمام حالتوں میں بہتری پیدا کرتی ہے۔ شیطانی پودوں، جانوروں، پتھریوں، پرندوں اور انسانوں کے لئے بچپن سے لے کر بڑھاپے

تک میں ملتا ہے۔ رہنما صرف اچھائی کا کام لیا جاسکتا ہے۔ رہنما کی پکیڑوں کی تمام باتوں کے اندر سے بھی کام کرے گی۔ اس لئے رہنما لینے کے لئے معالج کرانے کے لئے پکڑے اتارنے کی قطعی ضرورت نہیں ہے۔

رہنما کی لکڑی، دھات حتیٰ کہ پڑے بھی گزر جائے گی۔ تیسرے درجے کی تربیت کے ساتھ معالج کو مریض کو چھوئے کی ضرورت بھی نہیں رہتی۔ کیونکہ یہ انہی فاصلے پر کسی بھی جگہ پہنچ جاسکتی ہے۔ شیطانی کے لئے مریض کے حالات بعض اوقات طویل علاج کا تقاضہ کرتے ہیں۔ کیونکہ مریض کی علامات طویل عرصے سے موجود ہوتی ہیں۔ اس لئے جسم کو دوبارہ متوازن حالت میں لانے کے لئے کافی زیادہ رہنما کی ضرورت ہوتی ہے۔

رہنما کے ذریعے پیدا ہونے والی خاص کو دور نہیں کیا جاسکتا۔ نہ ہی اس سے کوئی نیا عضو بنایا جاسکتا ہے۔ (جو سر جری کے ذریعے کاٹ دیا گیا ہو) لیکن رہنما کے ذریعے ان حالات سے پیدا شدہ نتائج کی علامات سے سکون حاصل کیا جاسکتا ہے۔ رہنما مجموعی طور پر اس طرح اثر انداز ہوتی ہے کہ یہ جسم کو متوازن حالت میں لانے میں معاون ثابت ہوتی ہے۔ اس طرح جسم خود بخود شفا حاصل کرنے لگتا ہے۔

رہنما کے فوائد لامحدود ہیں۔ یہ تمام درجوں میں شیطانی کے لئے معاون ہے یعنی جسمانی، ذہنی، جذباتی اور روحانی تمام قسم کے درجہ میں معاون ہے۔ جسمانی اور جذباتی رکاوٹوں اور دباؤ کو ختم کر کے مکمل سکون کی حالت پیدا کرتی ہے۔ یہ جسم کو ہلکا بھلکا کر دیتی ہے اور اس سے انسان کو بری عادت سے بھی نجات مل جاتی ہے۔

رہنما کی مدد سے ہماری عقلی قوت میں اضافہ ہوتا ہے اور طاقت میں بھی اضافہ ہوتا ہے۔ یہ یادداشت میں بہتری لانے اور مثبت سوچ پیدا کرنے کے لئے معاون ہے۔ دوسرے لوگوں کے ساتھ امن و یکجہت سے رہنے کے لئے بھی رہنما معاون ہے کیونکہ اس سے ہم اپنے غمے اور خدشات و خوف پر قابو پانے کے قابل ہو جاتے ہیں۔ اس کے علاوہ یہ (جذباتی عدم

احکام)، بے خوابی، ہونا پا، استی و کا علی، جھکاوت کے خاتمے کے لئے معاون ہے اور خود استی دی میں اضافہ کرتی ہے۔

ریکی اینڈ سپر چنل پاور ڈگریڈ ماسٹر

تکیم لہاسر در شاپ

ڈاکٹر کیشٹر

انٹرنیشنل انشٹیٹیوٹ آف ہیٹاٹل سائنسز - حویلی لکھا (اوکاڑہ) پنجاب پاکستان

## ریکی خصوصیات

ریکی سمجھنے کے لئے طویل عرصہ تک مطالعہ کرنا ضروری نہیں ہے۔ کسی شخص کو ریکی دینے کے قابل بننے کے لئے صرف ایٹونمنٹ (Attunement) کی ضرورت ہوتی ہے۔ ریکی ماسٹر، ریکی کے طالب علم کو ایٹونمنٹ (Attunement) دے سکتا ہے۔ یعنی ریکی ماسٹر، ریکی سمجھنے والے کو ریکی منتقل کر سکتا ہے۔ یہ مرحلہ ایک گھنٹے میں مکمل ہو جاتا ہے۔ ایک دفعہ ایٹونمنٹ (Attunement) کے بعد جی کما اگر آپ اپنے لئے یا دوسروں کے لئے ریکی استعمال نہ بھی کریں تو ریکی کی یہ حاصل شدہ طاقت نہ ختم ہوتی ہے اور نہ ہی کبھی جاتی ہے۔

ایک دفعہ جب آپ کو ایٹونمنٹ (Attunement) دے دی جاتی ہے تو پوری زندگی کے لئے آپ کو یہ طاقت حاصل ہو جاتی ہے۔ اس کے لئے ارتکاز توجہ کی ضرورت نہیں ہوتی کیونکہ یہ فانی تسلط (Mind Control) نہیں ہے۔ آپ کا تعلق کائناتی توانائی سے قائم کیا جاتا ہے۔ جو آپ کے ذہن کو غلبہ دیتا ہے۔

طاقت کے دوران ریکی خود بخود ذہنی کو درست اور (مطلوبہ) لیول پر متوازن کر دیتی ہے۔ تیسرے درجے کی ایٹونمنٹ (Attunement) حاصل کرنے کے بعد آپ کسی ایسے شخص کو بھی ریکی دے سکتے ہیں جو جسمانی طور پر آپ کے پاس موجود نہ بھی ہو۔ ریکی پر آپ یقین کریں یا نہ کریں۔ ریکی اپنا کام ضرور کرے گی۔ ریکی آپ کے شعور کو کھلا بخشتی ہے۔

## ریکی کی تاریخ History of Reiki

ڈاکٹر میکاو یوسوئی (Dr. Mikao Usui) اس شفا کی تکنیک کے دریافت کنندہ ہیں۔ جسے انہوں نے ریکی کا نام دیا۔ حضرت یحییٰ علیہ السلام المعروف یسوع مسیح کے معجزات کے پس منظر اور روحانی چیشوا مہاتما کو تم بدھا جی کے بھی پیش نظر یہ اسراریت کی تلاش میں ڈاکٹر میکاو یوسوئی نے ریکی کی روشنی کو دریافت کیا۔ اس کے ذریعے آپ نے ریکی سے متعلق مختلف نشانات (Symbols) کی وضاحت کی۔

جب آپ کا ضمیر روشن ہو گیا تو آپ نے کیوٹو (Kyoto) کے علاقے میں لوگوں کو جسمانی امراض سے نجات دلانے کے لئے ریکی دینا شروع کر دی۔ بتدریج، ریکی سے شفا کے جسمانی پہلوؤں میں روحانی شفا کا اضافہ کرنے کے لئے ڈاکٹر یوسوئی نے پانچ روحانی اصولوں کا اضافہ کیا۔

1- صرف آج کے دن کے لئے فکر مند نہیں رہیں۔

2- صرف آج کے دن کے لئے فکری نہ رہیں۔

3- صرف آج کے دن کے لئے اظہار تشکر کا رویہ اپنائیں۔

4- صرف آج کے دن کے لئے، اپنے آپ سے ایمان دار رہیں۔

5- صرف آج کے دن کے لئے ہر ذی روح سے بڑھت اور عزت سے پیش آئیں۔

انہوں نے یہ بھی کہا کہ جو شخص ریکی کو اچھا نہیں سمجھتا اسے ریکی مت دیں۔ ڈاکٹر یوسوئی کی وفات کے بعد آپ کے سب سے زیادہ عقیدت مند نے آپ کے کام کو جاری رکھا۔ جو 47 سالہ ڈاکٹر چو چاکو ہاشی (Dr. Chujiro Hayashi)، ندو کے ریڈرو (Reserve) آفیسر تھے۔ ڈاکٹر یوسوئی کی وفات کے بعد ڈاکٹر ہاشی ریکی کے گریڈ ماسٹر بن گئے۔ انہوں نے نوکیسٹھ میں اپنے ٹھکانے کے قریب اور شفا کی روایت جاری رکھی۔

لیکن ہوا یا آواز کا نامی ایک قانون نے ریکی کے ذریعے خود ہی مختلف بیماریوں سے شفا حاصل کی۔ دور ریکی کو چوری دنیا میں پھیلانے میں معاون ثابت ہوئی اور اسے مقبول بنا دیا۔

### پہلا درجہ

ریکی جاپانی زبان کا ایک لفظ ہے جو دو حروف ”رے“ اور ”کی“ سے مل کر بنا ہے۔ ”رے“ کا مطلب کانٹاتی اور ”کی“ کا مطلب طاقت ہے۔ لہذا ریکی کا مطلب کانٹاتی قوت حیات اور فطرت میں موجود شفا کی طاقت کو ریکی کا نام دیا گیا ہے۔ اس طاقت تک ہم سب کی پہنچ ہے۔ جب ہم کسی چیز سے صادقاتی طور پر محرابا جائیں، یا ہمارے جسم کے کسی حصے میں درد ہو اور ہم

اس درد کو جسم میں ویسے ہی رہنے دیں تو یہ جسم کی قدیم دانتی ہے۔ واصل ایسا کرتے ہوئے ہم جسم کے اس حصہ میں شفا کی طاقت کا مقابلہ کر رہے ہوتے ہیں۔ اس شفا کی طاقت تک ہماری پہنچ ہوتی ہے۔ لیکن ہم اس کا 5 سے 10 فیصد حصہ حاصل کر سکتے ہیں۔ ریکی کے ذریعے ہم اس شفا کی طاقت کا 90 سے 100 فیصد حصہ حاصل کر سکتے ہیں۔ اس طرح ہم شفا کے لئے شاندار نتائج حاصل کر سکتے ہیں۔

انری کی اس بہاؤ کو پراسرار نہیں سمجھنا چاہیے۔ یہ ایسے ہے جیسے کہ فطرت میں آکسیجن موجود ہے اور ہمارے جسم میں آکسیجن حاصل کرنے کی صلاحیت موجود ہے۔ بالکل اسی طرح ہم اس شفا کی طاقت کے حصول کی صلاحیت رکھتے ہیں۔ دوسرے الفاظ میں انیفرمنٹ سے اس چیز کے لئے ہمیں صلاحیت نہیں ملتی بلکہ اس صلاحیت میں اضافہ ہوتا ہے۔

ہمارے جسم میں کئی مخصوص انری سینٹر ہیں۔ جو اس طاقت کے بہاؤ کے لئے ذمہ دار ہیں۔ انہیں چکارا (Chakras) کہا جاتا ہے۔ اگرچہ ہمارے جسم میں کئی چکارا موجود ہیں لیکن ہم انہیں گفتگو کو سب سے ”چکارا“ اور دو چھوٹے چکارا تک محدود رکھیں گے جو ریکی میں اہم ہیں۔ مندرجہ ذیل شکل میں چکارا کی وضاحت کی گئی ہے۔ شکل یہ ہے۔





تمام پکارا ایک دوسرے سے مربوط ہیں۔ اختتام پر یہ 16 بجے کے دائرے کی شکل میں نکلتے ہیں۔ یہ دائرہ ہمارے جسم سے باہر اور اس میں واقع ہے۔ سات بڑے پکارا ز میں سے 5 ہمارے جسم کے پچھلے حصہ میں واقع ہیں۔ یعنی سامنے کا پکارا، پیچھے کا پکارا، دو غیر معمولی پکارا ز میں کراؤن پکارا اور روت (Root) کنڈائی پکارا شامل ہیں۔ دو چھوٹے پکارا ز احتیجیوں اور پاؤں میں ہیں۔

جب ہم ریکی کا بہاؤ ممکن بناتے ہیں تو اس کا راستہ اس طرح ہوتا ہے۔ فطرت سے یہ طاقت ہمارے کراؤن پکارا میں داخل ہوتی ہے۔ پھر یہ مرکزی چینل میں پیچھے آتی ہے۔ دل کے پکارا تک۔ وہاں سے یہ بازوؤں اور ہاتھوں تک پہنچتی ہے اور پھر ہمارے ہاتھوں سے شفا کیلئے مطلوبہ جگہ (مستازہ مقام) تک پہنچتی ہے۔ اس انرجی کو استعمال کرنے کے لئے ہمیں صرف جسم کے مستازہ حصے پر ہاتھ رکھنا ہوتا ہے۔ لیکن اس سے قبل کسی ماہر ریکی ماسٹر سے انھوں ہونا ضروری ہے۔

### ریکی کے بارے میں حقائق

تمام امراض انرجی کے عدم توازن کی وجہ سے پیدا ہوتی ہیں۔ ریکی جسم کے نظام میں مطلقیت پیدا کرتی ہے۔ اس سے شفا کا یہی طریقہ ہے۔ کسی مخصوص مرض سے شفا کے لئے ریکی کا الگ کوئی خاص طریقہ نہیں ہے۔ شفا کی عمل وسیلہ ہے۔ ہم یہ نہیں جان سکتے کہ ہمارے جسم میں کون کون سے کیمیائی اجزاء میں تبدیلی واقع ہوئی ہے۔ لیکن انرجی کو اس امر کا علم ہے لہذا وہ اپنا کام کر لیتی ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ ریکی کی اپنی ذہانت ہے۔ اسے یہ علم ہے کہ جسم کے کسی حصہ کو سختی دینے کے لئے اس قدر انرجی کی ضرورت ہے۔ اسے یہ علم ہے کہ شفا کی عمل کی طرح تو قیچہ نہ ہوگا۔ یہ انرجی روحانی ہے اس لئے یہ عقل ہونے کے علاوہ ہے۔ جب ہم جسم کے کسی حصے پر ریکی دینے کے لئے اپنے ہاتھ رکھتے ہیں تو ہمیں توجہ مرکوز کرنے کی ضرورت نہیں ہوتی۔ یہ (صرف) ذہن کی طاقت نہیں ہے۔ اگر یہ طاقت ذہن کے ذریعے آتی تو ہم اس کے بہاؤ کو شروع بھی

کر سکتے اور خود روک بھی سکتے۔ اس طرح ہم اپنے ذہن کے ذریعے مستازہ حصے تک مخصوص انرجی براہ راست پہنچے تاکہ شفا حاصل ہو سکے۔ لیکن ریکی کے لئے اس کی ضرورت نہیں ہوتی۔

کیونکہ ہمیں شفا کے حصول کے لئے ذہن کو استعمال کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ ذہن اسی دوران یعنی ایک ہی وقت میں ذہن کو کسی اور کام کے لئے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ ہم ریکی دینے کے دوران بات کر سکتے ہیں۔ TV دیکھ سکتے ہیں، اور کوئی کام کر سکتے ہیں۔ حتیٰ کہ ہم ایک ہاتھ سے ریکی دے سکتے ہیں اور دوسرے ہاتھ سے اپنا کوئی اور کام کر سکتے ہیں۔ ہم ریکی کسی بھی وقت کسی بھی جگہ دے سکتے ہیں۔ ہم ریکی دیتے وقت سفر کی حالت میں ہو سکتے ہیں، یاد دفتر میں ہو سکتے ہیں یا کسی جگہ پر بیٹھے ہو سکتے ہیں۔

ریکی ایک نظر نہ آنے والی انرجی ہے۔ بیرونی طور پر ایسا کوئی ذریعہ نہیں ہے کہ جس کے ذریعے اس انرجی کا بہاؤ چمک کیا جاسکے۔ غالباً ہم اسے اپنے ہاتھوں میں تپش کی صورت میں محسوس کر سکتے ہیں۔ لیکن واضح رہے کہ یہ احساس صرف دماغ میں پیدا ہوگا۔ ہو سکتا ہے کہ ہم ہاتھ میں کچھ بھی محسوس نہ کریں اور انرجی کا بہاؤ جاری ہو۔ جب ہم تکلیف سے مستازہ حصے پر اپنا ہاتھ رکھتے ہیں تو انرجی کا بہاؤ شروع ہو جاتا ہے اور ہمیں اپنے ہاتھ میں کچھ حرارت محسوس ہوتی ہے۔ سب سے عمومی احساس تو تپن ہے، البتہ بعض لوگوں کو ارتعاش، جھرجھری کا احساس ہوتا ہے یا کسی اور طرح کے بہاؤ کا احساس ہوتا ہے۔ جب انرجی کے بہاؤ میں اضافہ ہو جاتا ہے تو ہاتھوں کی تپش نقطہ درجہ بڑھ جاتی ہے۔ کچھ وقت کے لئے اس کا درجہ بڑھتا ہے بعد ازاں اس میں کمی واقع ہونا شروع ہو جاتی ہے۔ جب ہمارے ہاتھوں کی حرارت جسم کے درجہ حرارت کے مطابق ہو جاتی ہے۔ تو یہ امر کی طرف اشارہ ہوتا ہے کہ انرجی کا بہاؤ اب کر گیا ہے۔ بہت زیادہ ہے کہ ہم جسم کے مخصوص مستازہ حصے پر اس وقت تک ہاتھ رکھیں جب تک ہمیں تپش یا انرجی کا بہاؤ محسوس ہوتا رہے۔ لیکن اگر ہم اپنے ہاتھ کی اور گھٹن کے پورے جسم کو ریکی دے رہے ہیں تو زیادہ بھتر ہے کہ ہر حصہ پر تقریباً تین منٹ لگائیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ جسم کے تقریباً 27 مراکز

ہیں۔ اور ہر ایک پر 3 منٹ کا مطلب ہے کہ ڈیڑھ گھنٹہ۔ لہذا اگر کسی ایک حصے پر زیادہ وقت صرف کریں گے تو کل وقت میں اضافہ ہوگا۔

ریکی سیکھنے کے بعد، جب بھی ممکن ہو ہمیں اپنے آپ کو ریکی دینی چاہیے، یہ اپنے جسم کو خوراک دینے کے مترادف ہے۔ سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ کیا روزانہ ریکی دینا ضروری ہے؟ اس کا جواب یہ ہے کہ ریکی سیکھنے کے بعد اپنے آپ کو ریکی دینا ضروری نہیں ہے۔ لیکن یہ ایک صلاحیت ہے جس کے ہم مالک بن جاتے ہیں جو ہمارے جسم کے لئے نہ صرف فائدہ مند ہے بلکہ ضروری ہے۔ جیسا کہ پہلے ذکر کیا گیا ہے کہ یہ ہمارے جسم کے لئے خوراک کی طرح ہے کیونکہ یہ ہمارے جسم میں طاقت کا توازن قائم کرتی ہے۔ لہذا جب بھی ممکن ہو ہمیں اپنے آپ کو ریکی دینی چاہیے۔

اگر ہم بہت زیادہ مصروف بھی ہوں تو ہمیں اپنے آپ کو ریکی دینا چاہیے جتنی کہ جب ہم رات کو بستر پر لیٹے ہوں اور سونے کے لئے تیار ہوں۔ جسم کے چارے سے پانچ مراکز کی کوریج دے دیں تو یہ کافی ہے۔ یہ اس شخص سے بہتر دے گا جو اپنے آپ کو ریکی پائل میں دیتا ہے۔ اگر اس سے ایمینانہ یا نوٹو چھٹی کے دن اس کام کے لئے چند وقت مختص کرنا چاہیے۔ بہت سے لوگ ایسا ہی کرتے ہیں۔

اگر ہم جسم کے کسی حصہ کو ریکی دے رہے ہوں اور کسی کام سے اٹھنا پڑ جائے تو متاثرہ حصے سے ہاتھ اٹھا لینے میں کوئی حرج نہیں ہے۔ بعد ازاں وہیں دوبارہ ریکی شروع کرنے میں کوئی خطرہ نہیں ہے بلکہ اس سے اگلے دن بھی (اگر اس دن نہ کر سکیں تو) جسم کے اسی حصے کو ریکی دینے میں کوئی حرج نہیں ہے۔ ریکی دیتے وقت ہمیں آنکھیں بند کرنے یا توجہ مرکوز کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ جیسا کہ ریکی کا بھاء یا پیکڑ سے ہمارے ہاتھوں میں ہوتا ہے۔ صرف متاثرہ حصے پر تھیلی رکھنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ مخصوص طریقے سے ہاتھ رکھنے کے لئے پریشانی ہونے کی ضرورت نہیں ہے۔ اگر چہ ریکی سیکھتے ہوئے ہاتھوں کی خاص حالت کی مشق کی جاتی ہے۔ یہی کپ کی

طرح ہاتھ رکھنا۔ ہاتھ سے کپ بنانے سے مراد یہ ہے کہ ہاتھ کی انگلیاں ملا کر تقریباً قیف کی طرح شکل بنانا قیف کی طرح یہ شکل انگلیوں اور پھٹلی کی مدد سے بنائی جاتی ہے۔ تمام انگلیوں کو اکٹھا رکھنے کا مقصد یہ ہے کہ اس سے ہاتھ میں ربط پیدا ہوتا ہے۔ اس سے ہاتھ میں واقع ہونے والی تبدیلی کو فوری سمجھنے میں مدد ملتی ہے۔

ہم اس کا تجربہ کر سکتے ہیں۔ اگر ہم اپنا ایک ہاتھ کھلا رکھیں یعنی ایک ہاتھ کی انگلیاں مکمل رکھیں، دوسرے ہاتھ کی انگلیاں بند رکھیں، تو ہم بند انگلیوں والے ہاتھ میں زیادہ محسوس کریں گے۔ تاہم انرجی کا بھاء ایک جیسا ہی ہوگا۔ یعنی ہاتھ کی حالت سے فرق نہیں پڑتا۔ ہاتھوں کی مخصوص پوزیشن ہم اپنے سمجھنے کے لئے بناتے ہیں۔ اگر ہم طولی عرض سے لے کر ریکی استعمال نہ کریں تو ریکی کے بھاء کے ساتھ ہمارے رابطے کی صلاحیت ختم نہیں ہوتی۔ جتنی کہ اگر دو سال کے لئے بھی ریکی استعمال نہ کریں تو پھر بھی ریکی سے ہماری انیومنٹ (Attunement) برقرار رہتی ہے۔ جب ہم ریکی کا استعمال دوبارہ شروع کرتے ہیں تو چند ہی سیشن کے بعد ہمارے ہاتھوں میں انرجی کا بھاء یا پائل پہلے کی طرح معلوم ہوگا۔ ایک دفعہ جب کپ شخص کو ریکی کے لئے ایمون (Attune) کیا جاتا ہے تو یہ ہمیں پوری زندگی کے لئے دیتا ہے۔ لہذا پھر اس عمل کی دوبارہ ضرورت نہیں ہوتی ہے۔ انیومنٹ ایک دروازے کی طرح ہے۔ جو ہمیشہ کھلا رہتا ہے۔ یہ دروازہ جب ایک دفعہ کھول دیا جاتا ہے تو پھر یہ کھلا ہی رہتا ہے۔

### ریکی پوائنٹس Reiki Points

جسم کے کسی متاثرہ حصے کو جب ہم ریکی دیتے ہیں تو اس کے لئے 10 سے 30 منٹ درکار ہوتے ہیں۔ بعض اوقات عمل شفا کے لئے اس سے بھی زیادہ وقت کی ضرورت ہوتی ہے۔ پورے جسم کے علاج کے لئے 5 پوائنٹس کو سر کے پائنت کو (مرکز) کہا جاتا ہے۔ اگر سر درد، کمزور یادداشت، بے خوابی اور یاد دہیرہ کا علاج کرنا مقصود ہو تو سر کے پوائنٹس پر ریکی دینے کی ضرورت ہوتی ہے۔

اگر ہم اپنی یادداشت بہتر بنانا چاہتے ہیں اور تمام پوائنٹس پر دیکھنے کے لئے مناسب وقت دستیاب نہیں ہے، پھر ہم اس صورت میں صرف سر کے اوپر والے حصے کو دیکھ سکتے ہیں۔ تمام دوسرے پوائنٹس میں سے چار پوائنٹ بہت اہم ہیں۔ غالباً ہر شخص کو ان پوائنٹس پر انرجی کی ضرورت ہوتی ہے۔ اگر فارغ ہو تو ان پوائنٹس پر دیکھنی ضرور دینی چاہیے۔ یہ چار پوائنٹس دل پیکر، سولر پیکس، Solar Plexus، اور گردے ہیں۔ کسی بھی قسم کے بخار کے لئے ہم ٹھنڈی دیکھتے ہیں۔ ٹھنڈے کا اظہار ختم کرنے کے لئے کمرے ٹھنڈے کر کے دیکھنا دی جاتی ہے۔

رہنما کے حوالے سے دوسرے اہم امور

جب رہنما کے ذریعے کسی شخص کا علاج شروع کیا جائے تو لوگ دو قسم کے سوال کریں گے۔

1- کیا میرا عمل علاج ہو جائے گا؟

2- میرے علاج پر کتنا عرصہ لگے گا؟

یہ دونوں سوال اس قسم کے ہیں کہ کوئی بھی رہنما، Reiki Healer اس کا جواب نہیں دے سکتا۔ ہم تو صرف انرجی کے (راستے) کا راجع ہیں۔ ہم خود تو شفا نہیں دیتے۔ انرجی خود شفا کے لئے اپنی مقدار اور شرح کا تعین کرتی ہے۔

ہم اس بات کا مشاہدہ بھی ہوتا ہے کہ اگر ایک ہی مرض کے شکار دو افراد کو ہیٹنگ Healing دی جا رہی ہے اور دونوں بیک وقت ایک ہی طرح کی شرت محسوس کرتے ہیں، اس صورت میں بھی ایک شخص 20 دنوں میں شفا یاب ہو سکتا ہے۔ دوسرے شخص کو اتنے ہی عرصہ میں صرف 10 دن لگتے ہو۔ شفا یابی کا عمل انفرادی ہے۔ کیونکہ یہ تو انرجی نے طے کرتا ہے کہ شفا کا طریقہ کیا ہوگا۔ تاہم بعض مناصر شفا یابی پر اثر انداز ہو سکتے ہیں۔ جیسا کہ شفا یابی کے لئے معتقدہ طریقہ کی رضامندی یا وہ حالات و واقعات جن میں کسی شخص نے دیکھی ہو۔

ہم رہنما کے ذریعے علاج کرنے والے خود ہم Reiki Healer نہیں ہوتے بلکہ شفا کی انرجی کا ایک چینل (راستہ) ہوتے ہیں۔

ہم اگر ہم بہت سے لوگوں کا علاج کر رہے ہوں تو ہمیں یہ خیال نہیں کرنا چاہیے کہ انرجی کم ہو جائے گی اور میں مزید لوگوں کا علاج کرنے کے لئے خود کو چارج کرنا پڑے گا۔

ہم ہم شفا کے لئے اپنی ذاتی انرجی استعمال نہیں کر رہے ہوتے بلکہ انرجی تو صرف ہم میں سے گزر رہی ہوتی ہے۔ دراصل میں تو خود کو پہلے سے زیادہ طاقتور محسوس کرنا چاہیے۔

ہم حتیٰ کہ ان پانچ لوگ بھی دیکھ سکتے ہیں کہ کتنا تھکا ہوا ہے۔ تمام عمر کے لوگ دیکھ سکتے ہیں۔ اور اس کے لئے مطالعہ یا کسی خاص طرز کی ضرورت نہیں ہے۔ تمام عمر کے لوگ دیکھ سکتے ہیں۔

ہم رہنما مذہب نہیں ہے۔ اس کے لئے کوئی خاص رسومات ادا کرنے یا مخصوص معیارات اپنانے کی ضرورت نہیں ہے۔ رہنما کا معیار ہے۔ اسی طرح کا معیار ہے جیسا کہ اسکیں کہ جس میں ہم سانس لیتے ہیں۔

ہم رہنما کے کوئی نقصان دہ اثرات نہیں ہیں چونکہ اسے شعور سے راہنمائی ملتی ہے، یہ بھی کوئی نقصان نہیں پہنچ سکتی۔ جب جسم کے کسی مخصوص حصہ کو رہنما کی مناسب مقدار دے دی جائے تو رہنما کا ہواؤ کم جاتا ہے۔ ہم اس حصے میں انرجی کے سطح بہاؤ کو کم نہیں کر سکتے۔ حتیٰ کہ اگر ہم نہ دیتے ہوئے نیز محسوس کرنے لگیں تو بھی رہنما کی ضرورت سے زیادہ بہاؤ نہیں ہو گیا یہ نقصان دہ نہیں ہو سکتی۔ اس دوران اگر مرلیش کو ختم کیا جائے تو بھی مرلیش کا جسم رہنما کی وصول کرتا رہے گا۔ کئی ماہ کے مشاہدے میں یہ بات آئی ہے کہ اکثر غیر خواہ اور چھوٹے بچوں کو صرف اسی وقت رہنما دیکھنا چاہتی ہے۔ جب وہ سو رہے ہوں۔ کیونکہ جب بچے جاگ رہے ہوتے ہیں تو وہ سکون سے ایک جگہ بیٹھنے نہیں دیتے۔

ہم بہت کم لیکن بعض دفعہ ایسا بھی ہوتا ہے کہ جب ہم کسی درد کے لئے رہنما دے رہے ہوں تو درد کم ہونے کے بجائے بڑھنا شروع ہو جاتا ہے۔ ایسی صورت حال کو "شفا کی

بحران "سمجھنا چاہیے۔ یہ ایک اچھی علامت ہوتی ہے۔ اس کا مطلب یہ ہوتا ہے کہ شیطانی کاموں کی تیزی سے وقوع پزیر ہو رہا ہے اور اس حصے کے عملات بہتری سے کام کر رہے ہیں۔ یہ صورت بعض اوقات تکلیف دہ ہوتی ہے۔ نتیجتاً درد میں اضافہ ہو سکتا ہے۔ ایسی صورت میں علاج بند نہیں کرنا چاہیے۔ اگر مریض کے جسم کے متاثرہ حصے پر ہاتھ لگانے سے آئے تکلیف محسوس ہو، یا متاثرہ جگہ پر ہاتھ رکھنے سے تکلیف میں اضافہ ہو جائے تو متاثرہ حصے سے 3 یا 4 انچ زور ہاتھ رکھ کر، جسم کو ہاتھ لگائے بغیر ریکی دی جانی چاہیے۔ درد میں اضافے کی صورت میں اس شخص کو وضاحت کرنا ضروری ہے۔ درد نہ وہ یہ سمجھ سکتا ہے کہ ہم نے کچھ غلط کیا ہے۔

☆ ایڈجسٹمنٹ (Attunement) وہ طریقہ کار ہے جس کے ذریعے پیکرا کی صلاحیت میں اضافہ کر دیا جاتا ہے تاکہ انسانی کا پہلا ممکن ہو سکے۔ اسے "پیکرا بھون" کہا جاتا ہے۔ لیکن یہ امر قابل توجہ ہے کہ پیکرا کو بھی تھو بند کیا جاتا ہے اور نہ کھولا جاتا ہے۔ یہ تو صرف متعلقہ اصطلاحات ہیں۔ "کھونا" سے صرف یہ مراد ہے کہ پیکرا کی تھو باندھنے میں اضافہ کر دیا جاتا ہے اور "بند کرنے" سے مراد یہ ہے کہ اسے بلاک Block کر دیا گیا ہے۔ یا اس سے مراد یہ ہے کہ پیکرا انسانی کے کانٹائی بہاؤ کی جہت بن رہا ہے

پیکرا کی ان لوگوں کو دی جانی چاہئے جو کم از کم ریکی کو اچھا جانتے ہوں اور ان کے علاج کے لیے صرف کچھ جانے والے وقت اور کوشش کی قدر کرتے ہوں۔ ایڈجسٹمنٹ حاصل کرنے کے بعد خواہ مخواہ کسی کو قابو نہیں کر لینا چاہیے یا ہر ایک کو ریکی دینا شروع نہیں کر دینا چاہیے۔ چونکہ آج کل ریکی آسانی سے سیکھی جاسکتی ہے تو اس کا یہ مطلب قطعی نہیں ہے کہ اس کی کوئی قدر و قیمت نہیں ہے۔ شیطانی کے حصول کے لئے یہ بہت طاقتور راہ ترین طریقہ ہے۔

☆ پانچویں یہ تجویز دی جاتی ہے کہ جب کبھی ہم کسی ریکی دیں تو انسانی کا پہلا بھی جدول کرنا چاہیے۔ یعنی ریکی دینے کے لئے نفس ضرور یعنی چاہئے لیکن ہم اپنے خاندان کے افراد، رشتہ داروں، حتیٰ کہ دوستوں سے تو پیچھے نہیں لیتے۔ ایسی طرح ہمیں انسانی لوگوں کے لئے بھی

جذبات کی پیش کش کرنی چاہئے۔ ایسی صورت میں اگر ہم حقیقی جذبہ بھردری کے تحت کسی کو ریکی دیں تو رقم لینے کی ضرورت نہیں ہے۔ لیکن اگر پیسے بھی نہیں اور کوئی جذبات بھی محسوس نہ کریں تو شیطانی کا عمل سب ہو گا۔ اس طرح انسانی کا عدم توازن ہو گا۔ یعنی ہم کچھ دے تو رہے ہیں لیکن کچھ نہیں رہے۔ اس لئے دوسرا شخص ہمارا مقروض ہو جائے گا اس شخص کو مستقبل میں کسی اور شکل میں کچھ نہ کچھ دینا پڑے گا۔

### جسم کا مکمل جائزہ

سائنس کی تعلیم میں انسانی جسم کی ساخت کے بارے میں پڑھایا جاتا ہے کہ جسم کی پیمائی مادوں اور عملات وغیرہ کا مجموعہ ہے۔ لیکن روزمرہ زندگی میں ہم کس قدر اپنے جسم کے بارے میں سوچتے ہیں کہ یہ مختلف اعضاء کا مجموعہ ہے۔

ہم جب بھی اپنے بارے میں سوچتے ہیں تو ہماری سوچ، خواہشات اور توقعات کے حوالے سے ہوتی ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ ہمارا جسم بالآخر ہماری زندگی کے واقعات، خواہشات و ترقیات اور احساسات وغیرہ سے مربوط ہے۔

پیکرا بھی اسی حوالے سے اپنا اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ کیونکہ یہ روزمرہ زندگی کے معاملات اور جسم کے درمیان تعلق پیدا کرتے ہیں۔ سب سے ایسے معاملات ہیں جو ہر انسان کے لئے بہت اہمیت کے حامل ہیں۔ وہ یہ ہیں۔

- 1۔ ہڈیاں
- 2۔ استخوان
- 3۔ قوت ارادی (خود اعتمادی و عزت نفس)
- 4۔ تعلقات (محبت)
- 5۔ خیالات اور جذبات کا اظہار
- 6۔ فہم و ادراک (خیالات و تصور)

7۔ روحانیت (وجدان، راہنمائی، کسی ابدی طاقت پر یقین)

ہماری زندگی سات مختلف عمومی انواع سے عبارت ہے اور یہی کامل صحت کی بنیاد بناتے ہیں۔ لیکن (سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ) کامل صحت کیا ہے؟ خوراک جو ہم کھاتے ہیں، پانی جو ہم پیتے ہیں اور آکسیجن جس میں ہم سانس لیتے ہیں۔ یہی چیزیں ہمارے جسم کے لئے خوراک بناتی ہیں۔ یہی چیزیں ہمارے جسم میں انرژنی پیدا کرتی ہیں اور یہ انرژنی جسم میں محفوظ ہو جاتی ہے۔ جب بھی ہم اپنے عضلات کو حرکت دیتے ہیں۔ بات کرتے یا کوئی بھی کام کرتے ہیں تو اس محفوظ شدہ انرژنی کو استعمال کرتے ہیں۔ حتیٰ کہ خیالات کے لئے بھی انرژنی کی ضرورت ہوتی ہے۔ درحقیقت خیالات خود ہی توانائی ہیں۔ اگر کوئی شخص کوئی کام نہ کرے یا ہو اور خاموشی سے بیٹھا ہو تو اس وقت بھی مسلسل چلتی سرگرمی جاری رہتی ہے اور آدمی انرژنی خرچ کر رہا ہوتا ہے۔ یہ انرژنی جذباتی انرژنی ہوتی ہے۔

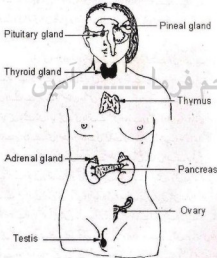
صحت مند جسم کے لئے نہ صرف خوراک پانی اور آکسیجن کی ضرورت ہوتی ہے۔ بلکہ جذباتی توانائی کی بھی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ انرژنی ہماری روزمرہ زندگی سے وصول ہوتی ہے۔ ہماری زندگی کا ہر ادارہ ہمیں جذباتی طور پر حاصل کرتا ہے ہر ایک ادارے میں انرژنی کا باقی جادو ہوتا ہے۔ یہ صحت مندانہ جادو ہے جسے جسم کو ضرورت ہوتی ہے۔ پھر اس رکاوٹ کا مطلب کچھ نہیں ہوتا لیکن بعض وجوہات کی بنا پر اس پیکر میں انرژنی کا صحت مندانہ جادو نہیں ہوتا۔ ہمارے جسم کے پیکر ہمارے جسم کے سات اینڈوکرائن گلیٹنڈز (Endocrine Glands) کو مربوط کرتے ہیں۔ پیکر میں آنے والی انرژنی ان گلیٹنڈز (Glands) کی کارکردگی میں اضافہ کر دیتی ہے۔ یہ گلیٹنڈ ہارمونز (Hormones) پیدا کرتے ہیں۔ جو ایک غلیہ کوڈ کے پیغام کے طور پر کام کرتے ہیں۔ اس طرح اعضا کو مختلف کام کرنے کے بارے میں ہدایات ملتی ہیں۔ عملی سطح پر اس سے مراد یہ ہے کہ زندگی کے تمام معاملات کا متوازن اظہار پیکر از کو متوازن انرژنی ملاحظہ ہے۔ اس کے بدلے میں یا انرژنی پورے جسم کے تمام نظاموں کی بہتر کارکردگی یقینی

بنائے گی۔

اس ساری بحث کے بعد ہم کامل صحت کی تعریف اس طرح کر سکتے ہیں۔ متوازن خوراک کھانا مناسب ورزش کرنا مناسب وقت آرام کرنا اور زندگی کے تمام (ساتوں) معاملات میں کے حوالے سے متوازن اظہار۔

اس میکینیت (Mechanism) کا اظہار اس طرح کیا جا سکتا ہے۔  
زندگی کے معاملات۔۔۔۔۔ پیکر۔۔۔۔۔ اینڈوکرائن گلیٹنڈز۔۔۔۔۔ مادی جسم۔

### Major Endocrine Glands Male Female



تجربات سے ہمیں متحج حاصل ہوتے ہیں اور ہمارے ہاضم (روح) کو مضرتی ہے۔ اپنے متعلقہ معاملے کے مطابق، چند بائی انرجی کا حامل یہ متحج متعلقہ پیکرا میں داخل ہو جاتا ہے۔ مثلاً تعلقات سے متعلق کوئی بھی واقعہ دل کے پیکرا پر اثر انداز ہوگا۔ یہ انرجی تمام گلینڈ (Thyroid Gland) پر اثر انداز ہوگی۔ اس کے نتیجے میں اس سے متعلق تمام اعضاء پر بھی اثر ہوگا۔

اس انرجی کے اچھے یا بُرے ہونے کا انحصار اس امر پر ہے کہ ہم کسی واقعہ پر رد عمل کا اظہار کیسے کرتے ہیں۔ اگر تعلقات کے حوالے سے کوئی واقعہ ہمیں مسرت دیتا ہے۔ تو اس کا اثر صحت و مندانہ ہوگا لیکن اگر واقعہ مایوسی پھیلانے والا ہو تو دل کے پیکرا کے ذریعے اس واقعے سے پیدا ہونے والی انرجی اس پیکرا پر اثر انداز لے گی۔ اگر یہ متحج زیادہ عرصہ تک جاری رہے تو اس پیکرا کو بلاک (Block) کر دے گا۔

کوئی بھی واقعہ دوا فراد کو مختلف طریقے سے متاثر کرتا ہے۔ کوئی واقعہ ایک دفعہ دیکھ لینے کے بعد آپ ہو سکتا ہے اسے بھول نہ کریں۔ لیکن ہو سکتا ہے میں قبول کر لوں۔ حتیٰ کہ ہو سکتا ہے میں اس واقعے سے مسرت و اطمینان حاصل کر لوں۔ جب کہ ہو سکتا ہے آپ اس واقعہ سے ناراض ہو جائیں یا غصے میں آجائیں۔ کسی واقعہ کے متعلق ہمارے رد عمل کا دار و مدار ہماری افردیت اور حالات پر ہوتا ہے۔ جسمی اعضاء واقعات کی حقیقت کا اظہار کرتے ہیں۔ وہ اثر انداز نہیں ہوتے یا کسی رد عمل کی وجہ نہیں بنتے۔ جسمی اعضاء سے معلوم ماغ کا اس حد تک جاتی ہیں۔ جہاں ہم اپنے غیم کے مطابق واقعات کی توضیح کرتے ہیں۔ پھر ہمارے جسم میں رد عمل پیدا ہوتا ہے۔ کسی متحج کے لئے ہم شعوری طور پر کسی رد عمل کا اظہار کافی عرصہ تک نہ بھی کریں لیکن ہمارا لا شعور تو اس سے آگاہ ہوتا ہے اور لا شعور جسم میں رد عمل پیدا کرتا ہے۔ ہو سکتا ہے کہ ہم ایک جگہ بیٹھے ہیں لیکن تھک جائیں لیکن یہ چیز نہ چلے کہ کیوں تھک گئے ہیں۔ موجودہ صورت حال میں جو کچھ بھی وقوع پذیر ہوتا ہے، وہ جسم کو بیخام پیچھے کے لئے لا شعور کی وجہ بنتا ہے۔ اس طرح کے رد عمل جسم میں بیحد پیدا

ہوتے رہتے ہیں۔

جب کافی عرصہ سے کوئی متوقع خواہش پوری نہ ہوتی تو ہم بہت خوش ہوتے ہیں۔ ہمارا جسم بگڑا اور توانا ہو جاتا ہے۔ لیکن اگر یہی توقعات پوری نہ ہوں تو ہم مایوسی کا شکار ہو جاتے ہیں۔ تمام ذاتی سمجھت کے ہمارے جسم پر اثر انداز ہونے کی یہ سادہ و عملی مثال ہے۔

### بیاریوں کی میکانیت

شفا یابی کا کوئی بھی عمل شروع کرنے سے قبل ہمیں بیاریوں کی میکانیت کے بارے میں جاننا چاہیے۔ یہ اس طرح کام کرتی ہیں زندگی کے کسی بھی مسئلے سے متعلق اگر ہم مشکل کا شکار ہوں تو ہم ان کا اکثر حصہ زندگی کے اس رخ پر سوچتے رہیں گے۔ اس مسئلے کے بارے میں مسلسل سوچنے سے، ہمارے ہارت پیکرا میں داخل ہونے والی انرجی کی مقدار پر اس کا اثر ہوگا۔ حتیٰ کہ اگر ہم مصروف رہنے کی کوشش کریں یا اس کے بارے میں نہ سوچیں تو بھی ہم اسے اپنے لا شعور سے مٹانے کے قابل نہیں ہو سکتے۔ اور رد عمل بالکل اس طرح کا ہوگا۔

تنبیہ کا جو مضر اثر ہے بعد ہارت پیکرا کو اٹھنے والی انرجی کا کافی ہوگی۔ اس سے مادی جسم متاثر ہوگا۔ جس سے کئی مسائل پیدا ہوں گے۔ مثلاً سینہ، پیچھے دے، دل یا کندھوں کے امراض وغیرہ یہ سبھی امراض کی میکانیت۔

### رہی کے ذریعے شفا یابی

رہی کے ذریعے شفا یابی کے حصول کے لئے (ہارت پیکرا سے متعلق) ہمیں ہارت پیکرا اور متاثرہ حصے پر صرف ہاتھ رکھنے کی ضرورت ہے۔ اس کے بعد رکی دیں۔ لیکن اگر مرض کی وجہ کوئی واقعہ یا واقعات کا سلسلہ کوئی معاملہ یا روئے سے متعلق کوئی معاملہ ہو تو بھی رہی اسے دور کرنے کی کوشش کرے گی۔ ہر مرض کی وجہ سے "اورا" کی انرجی میں رکاوٹ آ جاتی ہے۔ جب رہی کے ذریعے شفا دی جاتی ہے تو یہ صرف مادی جسم کے اندر چلی جاتی ہے بلکہ یہ پیکرا کو بحال دیتی ہے۔ آہستہ آہستہ روز بروز یہ رکاوٹ شدت اختیار کرتی جاتی ہے۔ کیونکہ لا شعور اس داؤ کو



جانتا ہے۔ اس سے پیکر کی عمومی کارکردگی کے حوالے سے انہری کا عدم توازن پیدا ہو جاتا ہے۔ جب انہری کی یہ نگاہت بہت شدت اختیار کر جاتی ہے تو یہ محتاطہ اندوڑوں پر اثر انداز ہوتی ہے۔ اس کے نتیجے میں اعضا، اور نڈوؤں کی عمومی کارکردگی میں رکاوٹ پیدا ہو جاتی ہے۔ اس طرح یہ اعضا متاثر ہوتے ہیں۔ اس لئے پہلی جسمانی علامت کے ظاہر ہونے کا وقت وہ نہیں ہوتا جو کسی واقعے کے وقوع پذیر ہونے کا ہوتا ہے۔ مرض کے آغاز کے وقت کا دار و مدار اس شخص کے (جذباتی) ار و عمل کی شدت پر ہوتا ہے۔ اس لئے کام کو آسان بنانے کے لئے حقیقی زندگی سے کچھ مثالیں پیش کرتے ہیں۔ مثال نمبر 1

### جسمانی علامات کی تشخیص

ایک 24 سالہ لڑکا ایک سال سے Spondylitis میں مبتلا تھا

ڈاکٹروں نے اسے ادویات دیں جن کا مقصد اس کا علاج نہیں تھا بلکہ صرف مرض کو کنٹرول کرتا تھا۔ اسے روزانہ ایک گھنٹہ ورزش کرنے کے لئے کہا گیا۔ اس طرح پورے سال اس کی بے چینی کم رہی۔ اگر وہ کبھی اٹھ کر ورزش نہ کر سکتا تو کمر کی تکلیف پیش آتی۔

وجہ: ڈیز ہڈ سال پہلے اس کی دواہی کی وفات۔

وضاحت: دواہی دواہی سے بہت زیادہ مانوس تھا۔ جب ایک صبح ایک نوکر نے اسے دنگا تو یہ بُری خبر سنائی تو صدمے کی شدت کی وجہ سے ایک گھنٹہ تک بول نہ سکا۔ جیسے اس کے جڑے بند ہو گئے ہوں۔ بعد ازاں خاندان کے دوسرے افراد کی مدد سے اسے اس صورت حال سے نجات ملی اور وہ عمومی انداز سے بولنے لگا۔

کیونکہ اس نے کسی بھی طریقے سے اپنے دکھ کا اظہار نہیں کیا تھا اس لئے، اس کا بارش پیکر متاثر ہو گیا۔ اس صدمے سے اسے ایک قسم کے قاذب میں جکڑ کر دیا۔ جو وقت کے ساتھ ساتھ اس کی کمر کے اوپر والے حصے تک پھیل گیا۔ یعنی کمر کا وہ حصہ جو بارش پیکر کے پھیل چکا ہے۔

### مثال نمبر 2

ایک 58 سالہ خاتون کے ہاتھوں، کہنوں، گھٹنوں اور پاؤں میں سال بھر سے درد تھی وجہ: دو سال قبل وہ ایک سکول پرنسپل کی حیثیت سے ریٹائر ہوئی تھی۔ اس کا داماد بیڑی سال قبل انتقال کر گیا تھا۔

وضاحت: اس کا داماد جوان عمر میں اچانک وفات پا گیا۔ اس کی وفات کی صورت میں اس نے اپنی موت دیکھی۔ وہ اس عمر میں اپنے داماد کی وفات کی حقیقت کو قبول نہیں کر رہی تھی۔ ملازمت سے ریٹائرمنٹ کے بعد وہ بالکل قاصر تھی۔ اس کے پاس کرنے کے لئے کوئی کام نہ تھا۔ ان تمام عناصر پریشانی اور فراغت اس کی اپنی موت کے خوف سے مل کر اس کے جسم میں یہ رد عمل پیدا کیا۔ تاہم اس میں درد سے چلنے پھرنے میں مشکل پیدا ہو گئی۔ نتیجتاً اس کی زندگی میں بھی آگے بڑھنے کا جذبہ ختم ہو جاتا ہے۔

### مثال نمبر 3

ایک 26 سالہ لڑکی۔ جس کی شادی 2 سال گزر چکے تھے، مسلسل سرور و کھار تھی اس کا سر ہمارے رہا تھا۔ اس کی وجہ سے دو سالہ دشمنی ہو کر کے کمر کے میں چلی کر رہی تھی۔

وجہ: کسی خاص معاملے کے لئے قہر مند ہونا، پورا پورا زندگی، ماضی کے معاملات کو بھولنے میں مشکل کا سامنا۔

وضاحت: شادی سے قبل وہ ایک خوش مزاج، ہنس مکھ اور بہت ملنسار لڑکی تھی۔ ماں کی جانب سے اس شادی کی مسلسل خواہش کے بعد، ماں نے اس فیصلے کا اختیار اپنی ماں کو دے دیا کہ وہ جہاں مناسب سمجھے، اس کا رشتہ طے کر دے۔ اس کی شادی کے بعد، اسے اپنی ماں کی جانب سے متعدد پابندیوں اور جھوٹے الزامات کا سامنا کرنا پڑا۔ اسے کسی دوست سے ملنے کی اجازت نہ تھی اور نہ ہی وہ فون پر کسی سے بات کر سکتی تھی۔ جب اس کی قوت برداشت جواب دے گئی تو اس نے گھر چھوڑ دیا اور واپس اپنے والدین کے پاس رہنے کے لئے چلی گئی۔

جب اس کے خاوند نے اسے دیکھا تو اسے لے کر کہا تو اس نے یہ شرط پیش کی کہ وہ نیا مکان خرید کر سسرال سے ملے اور وہیں گے۔ اب اگرچہ اس کی زندگی پر سکون ہے لیکن وہ مکمل طور پر انتشار کا شکار ہے اور وہ اپنے مستقبل کے بارے میں کچھ نہیں جانتی اور ماضی کے واقعات سوچ سوچ کر بھی پریشان رہتی ہے۔ اس کا سسرال بھاری پن کا شکار ہے اور سرد و بھی اکثر رہتا ہے۔ آخر کار اس نے رنج و کد کیا فیصلہ کر لیا کہ اس طرحی اس کی مشکل حل ہو سکے۔

اسی طرح کے ایک اور کیس میں ایک اور نوجوان عورت بعض ناگزیر حالات کی وجہ سے اعلیٰ ملازمت چھوڑنے پر مجبور ہو گئی اور اسے اپنے اور اپنے بہنوئی کے بچے پالنے پڑے۔ اگرچہ وہ ایک اچھی گھریلو عورت تھی اور وہ اپنے بچے میں ماہر تھی لیکن اپنی تخلیقیت کے اعتبار کا موازنہ نہ ملنے کی وجہ سے اس میں بے کاری، پریشانی و بے چینی اور طبیعت میں ٹھنسن پیدا ہو گئی۔ آخر کار وہ اوپر بیان کی گئی علامات کا شکار ہو گئی۔

یہاں ہمیں ایک سبق ضرور سیکھنا چاہیے۔ ان دونوں کیسوں میں مختلف لوگوں کے رویے سے پیدا شدہ حالات کی وجہ سے یہ مرض پیدا ہوئی۔ یہ ایسے رشتے ہیں جو ہمیں وراثت میں ملتے ہیں۔ ہمیں ان رشتوں سے باخبر رہنا چاہیے تاکہ ان کا نشانہ نہ بنیں۔ اور اس امر سے بھی آگاہ رہیں کہ کوئی شخص ہمارے رویے کا نشانہ نہ بنے۔ ہر سے رویے کے اثرات کسی بھی دوائی سے ختم نہیں ہو سکتے۔

مثال نمبر 4

ایک 56 سالہ گھریلو خاتون کو کئی سالوں سے دم کی شکایت تھی

جب بھی اس کے پیچھے دوں اور دل کے پتھر کو رنج و کد جاتی تو اس کی کمر کے اوپر والے حصے میں درد شروع ہو جاتی۔ مسلسل ہینگ دینے سے اسے سکون ہو جاتا لیکن پھر اس کا دم گھٹنے لگتا اور وقتاً فوقتاً دم کا دورہ پڑتا رہتا۔

وجہ: زندگی میں ٹھنسن محسوس کرنا، یعنی کی شادی کے سلسلہ میں پریشانی، خاوندان کے

معاملات میں کنٹرول نہ ہونے کا احساس۔

وضاحت: اس خاتون کی مشکلات اس کی اوائل عمری سے شروع ہوئیں۔ مالی مسائل چار بچوں کے ساتھ رہنا اور تعاون نہ کرنے والے خاوند کے ساتھ گزارا کرنا۔ وہ اپنے غصے کا اظہار نہ کر سکتی اور یہ غصہ اندر ہی اندر اس کی کمر کے اوپر والے حصہ میں جمع ہوتا رہا۔ اس نے جب بھی دم کے لئے آسے رنج و کد جاتی تو اسے درد محسوس ہوتی۔ اس امر کا یقین کرنے کی ضرورت تھی کہ اس کی بڑیاں کوئی کام نہیں کرتیں۔ اس سے معاشرے میں اس کے وقار میں کمی آئے گی۔ اس سے وہ تنگ نظر اور سخت ذہن ہو گئی۔ رد عمل کے طور پر بڑیوں نے اپنے راز چھپانا شروع کر دیے۔ جب کبھی اسے ان کے تعلقات کا علم ہوتا تو وہ بہت پریشان ہو جاتی، اسے دم کی تکلیف میں اضافہ ہو جاتا، ساتھ ہی اسے بلند فشار خون (High Blood Pressure) بھی ہو جاتا۔ کئی سالوں تک تمام قسم کی ادویات لینے کے باوجود اس کی مرض کی شدت جاری رہی۔

امین پیر رحم فرما۔ آمین

## چکر از سے متعلق معاملات کی وضاحت

## پہلا چکر

پہلا چکر بنیادی چکر (ریڑھ کی ہڈی کا چکر) یا کنڈلانی شکتی چکر (Rout Chakra) بھی کہلاتا ہے۔ یہ ہاتھ کے معاملات سے تعلق قائم کرتا ہے۔ چند باقی طور پر یہ زندہ رہنے کی خواہش سے ربط پیدا کرتا ہے۔ جسمانی طور پر یہ مدافعتی نظام سے ربط پیدا کرتا ہے۔ اس لئے جب کوئی شخص مایوسی کا شکار ہو جاتا ہے تو کنڈلانی شکتی چکر اس اثری میں اضافہ ہونے لگتا ہے اور مدافعتی نظام کی طاقت کمزور پڑنے لگتی ہے۔ اسی طرح جب کسی شخص میں زندہ رہنے کی خواہش دم توڑنے لگتی ہے یا اس کے لئے زندگی پر کشش نہیں رہتی تو یہ چکر استراحت ہوتا ہے۔

یہ چکر ایڈرینل گھینڈ (Adrenal Gland) گولی غدود سے ملتا ہے۔ گولی رعبیت ان گھینڈ سے پیدا ہونے والے ہارمونز میں سے ایک ہے جو لڑائی جھگڑے یا مارکارتائی کی صورت حال میں کام کرتے ہیں۔ ان کا تعلق ترقیب، جوش و خروش اور طاقت سے بالواسطہ ربط ہوتا ہے۔ اگر کوئی شخص جسمانی طور پر کمزور ہو تو اس کے کنڈلانی شکتی چکر (Root Chakra) کو مناسب مقدار میں رنگ دی جانی چاہیے۔ رنگ کی صورت حال میں یا جب کسی شخص کو انتہائی نگہداشت کے وارڈ میں رکھا جاتا ہے تو روت چکر کو زیادہ اثری دی جانی چاہیے۔ اگر (Root Chakra) پر پانچ رنگنا نگہیں ہو یا یہ محبوب لگتا ہو تو پاؤں کو رنگ دی جانی چاہیے۔ پاؤں کے چھوٹے چکر از (Root Chakra) سے تعلق ہوتا ہے۔

## دوسرا چکر

مقدس چکر Sacral Plexus کہا جاتا ہے۔ اسے عام طور پر ہارا کہا جاتا ہے۔ ہارا ایک جاپانی اصطلاح ہے۔ یہ وہ حصہ ہے جو ہارے کے جسم کا مرکز کہلاتا ہے۔ دوسرے چکر کا تعلق ہماری زندگی کے استحکام کے معاملے سے ہے۔ استحکام کا تعلق بحلیہ بقیت سے

ہے۔ وجہ یہ انداز میں اس کا تعلق ذہنی سکون سے ہے۔ آئے اس استحکام، بحلیہ بقیت، ذہنی سکون کی وضاحت کریں۔ بحلیہ بقیت تو وہ کام ہے جو ہم کرتے ہیں۔ اور اس کے بدلے میں ہمیں اثری (عموماً رقم کی صورت میں) ملتی ہے۔ یہ رقم ہمیں ہماری جانا استحکام اور شوقنا کے لئے معاون ہوتی ہے۔ جب ہمیں اپنے کام کے حوالے سے اطمینان ہوتا ہے اور ہمیں اس بات کا بھی علم ہوتا ہے کہ ہم اپنے کام کو فروغ دے رہے ہیں تو ہمیں ذہنی سکون حاصل ہوتا ہے۔ جب ہم اپنی جانا استحکام اور ذہنی سکون کے بارے میں متاثر رہتے ہیں تو ہمیں (ہماری خواہشات کی) تکمیل حاصل ہوتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ یہ تین چیزیں آپس میں مربوط ہیں۔

لیکن ہمارے معاشرے میں لوگوں کی اکثریت غلط کام کرتی ہے۔ لوگ اپنے میاں کے مطابق کام نہیں کرتے اور اسی لئے انہیں ذہنی سکون حاصل نہیں ہوتا۔ اس طرح وہ اندر سے مسلسل انتشار کا شکار رہتے ہیں۔ قصہ آنے کی ایک وجہ یہ بھی ہوتی ہے۔

ہمارے درخان سے مطابقت رکھنے والا کام "زندگی کا کام" کہلاتا ہے۔ عدم مطابقت والا کام کرنے سے ہمیں سرت کے بجائے بے چینی حاصل ہوتی ہے۔

دوسرا چکر انجینی مرکز بھی ہے۔ معاشرتی دباؤ کی وجہ سے اس معاملے کو دبا جاتا ہے۔ اس لئے اس چکر میں باقی چکر از کی نسبت کم اثری ہوتی ہے۔ یہ جسامت میں بھی سکرا ہوا دکھائی دیتا ہے۔ جب ہم خوراک کھاتے ہیں تو بنیادی خام اثری پہلے اور دوسرے چکر میں پیدا ہوتی ہے۔ یہ بنیادی اثری فطرت کے لحاظ سے عکس ہوتی ہے اور تعقید کے بعد اسے تخلقی اثری میں تبدیل کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ اثری سر میں جاتی ہے۔ ہارت چکر، پاؤں اور ہاتھوں سے مربوط ہے۔ ہارت چکر سے اثری ہاتھوں کی جانب آتی ہے۔ ہم ہاتھوں سے مختلف کام سر انجام دیتے ہیں اس لئے ہاتھوں کے ذریعے ہماری تخلیقیت ظاہر ہوتی ہے۔

وہ لوگ جو اپنے مسلسل تگن رہتے ہیں وہ اس اثری کا استعمال کرتے ہیں جیسا کہ پہلے اور دوسرے چکر میں پیدا ہوتی ہے۔ ان کا جسم بگاڑا ہوا ہے اور وہ تروتازہ رہتے

ہیں۔ وہ اس درجہ تک جنسی قوت محسوس نہیں کرتے کہ یہ انرجی ان کے لئے مشکلات پیدا کرے۔ تعلقات کے معاملات کو وہ پھر از سر مریض بناتے ہیں۔ ہارٹ پکرا اور ہارا پکرا، جب ہم کسی شخص کا بہت زیادہ خیال کرتے ہیں، اس سے محبت کرتے ہیں تو اس شخص سے ہمارا تعلق ہارٹ پکرا کے ذریعے ہی ہوتا ہے۔ تعلقات کی یہ قسم آزادی عطا کرتی ہے۔ یہ آزادی فرد کو انگہار کے حوالے سے فطری بناتی ہے لیکن جب ہم اپنی ذاتی ہذا استحکام، تکمیل یا توقعات کو کسی شخص سے منسوب کر لیتے ہیں تو اس شخص سے ہمارا تعلق "ہارا پکرا" کے ذریعے ہوتا ہے۔ اس شخص سے ذہنی وابستگی ہو جاتی ہے۔ اس صورت میں وہ شخص آزادی محسوس نہیں کرتا۔ تعلقات کی اس قسم پر بعض شرانگہ لگائی جاتی ہیں۔ اس تعلق کے حوالے سے استحکام اور جاکھ مستقل کے لئے یہ ایک خطرہ ہوتا ہے۔ یہ بھی تعلق کی ایک حالت ہوتی ہے۔ جب کوئی شخص یہ کہتا ہے۔ "اگر تمہیں کچھ ہو گیا تو میرا کیا ہے گا" تعلقات کی اس قسم کا تعلق "ہارا پکرا" ہے۔ اس کا تعلق ہارٹ پکرا سے نہیں ہے۔ یہ کئی طرح کے تعلقات میں لوگ ٹھن محسوس کرتے ہیں کیونکہ اس تعلق کی وجہ سے کئی قسم کی انرجی میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ یہ انرجی دوسرے شخص کے "ہارا پکرا" سے وصول ہوتی ہے۔

جب ہم اپنی ذاتی ہذا استحکام یا تعلقات کے حوالے سے کوئی شخص ہاک چیز سمجھتے ہیں تو ہم اپنے "ہارا پکرا" میں خالی پن یا کھوکھا پن محسوس کرتے ہیں۔ جیسے کہ اس وجہ سے کوئی چیز چیز کر نکال لی گئی ہو۔ اس طرح ہم اپنا "مرکز" کھود دیتے ہیں۔ تصور اپنی مسائل کا تعلق بھی ہارا پکرا اور روت پکرا ہے۔ اگرچہ مسئلے کی عموماً وجہ معاملات کی جھجک ہو سکتی ہے۔ یہ زندگی کے خدشات بھی ہو سکتے ہیں۔ جب کوئی شخص خود زندگی سے خوف زدہ ہو جائے تو وہ جی زندگی کو کیسے وجود میں لاسکتا ہے۔ بچے کی پیدائش میں تکلیف کی بھی کئی وجوہات ہوتی ہیں۔ ہارا پکرا سے متعلق نعرہ وہ نعرہ وہ ہیں جو مردوں میں نصیبے اور عورتوں میں درجہ کہلاتے ہیں۔

ہارا پکرا استحکام کا مرکز ہے۔ استحکام سے مراد وہ حالت ہے کہ جس میں ہماری ذاتی تکمیل کی ضرورت ہوتی ہے۔ ہمارا اپنا گھر ہو، مقبول ذرائع آمدنی ہوں۔ اس کے علاوہ کام کے

حوالے سے ہمیں مسلسل ترقی ملتی رہے۔ استحکام کے فقدان سے ہمارا متاثر ہوتا ہے۔

زندگی میں اس قسم کے استحکام کی کمی کی وجہ سے اکثر مونا پنا پیدا ہو جاتا ہے۔ مونا اس وجہ پر پہلے مونا پنا آتا ہے۔ جب کوئی فرد محسوس کرتا ہے کہ وہ جیرونی دنیا میں استحکام حاصل نہیں کر سکتا تو اس طرح اس کے استحکام کے مرکز کا وزن بڑھنا شروع ہو جاتا ہے۔ یہ اندرونی بیماری ہاں استحکام کا متبادل ہوتا ہے۔ مونا پنا ہمیشہ "ہارا" میں کسی رکاوٹ کی وجہ سے پیدا نہیں ہوتا بعض اوقات یہ گھٹے سے گھٹا میں کسی رکاوٹ کی وجہ سے بھی پیدا ہوتا ہے۔

### تیسرا پکرا

تیسرا پکرا ریزہ کی ہڈی کا پکرا Solar Plexus کہلاتا ہے۔ یہ قوت ارادی کو مربوط بناتا ہے۔ ہمارے جسم میں "ارادے" کے دوسرا مرکز ہیں۔

1۔ ریزہ کی ہڈی کا پکرا

2۔ چھٹا پکرا یعنی تیسری آنکھ کا پکرا

تیسرے پکرا کے معاملات قوت ارادی، خود اعتمادی، عزت نفس اور اپنی قدر و قیمت کا احساس ہیں۔ درج ذیل صورتوں میں ریزہ کی ہڈی کے پکرا کو مناسب مقدار میں ریکی دی جانی چاہیے۔

1۔ حساس ریکی ٹھن جو ریاضوں سے۔ یہ ریاضیں جذب ہوتی، ذہنی اور جسمانی طور پر خود

بھی متاثر ہوتے ہیں۔

2۔ ذہنی بے یقینی (شوگر) کا شکار لوگ۔

3۔ غیر معمولی بلندی ریشا خون (High Blood Pressure) میں مبتلا لوگ۔

4۔ احساس کمتری یا احساس برتری میں مبتلا افراد۔

5۔ پے پٹی گجراہٹ، ڈخوف یا خود اعتمادی کی کمی محسوس کرنے والے افراد۔

6۔ دوسروں کے غلبے کا شکار افراد۔

7۔ طلبہ جو خصوصاً امتحان کے دوران خود اعتمادی میں اضافہ کرتا چاہتے ہوں

8۔ نشہ کی عادت سے نجات کے خواہش مند لوگ۔

9۔ مایوس افراد۔

10۔ بھگم سے گھبرانے والے، یادان کے اختتام پر کم طاقتی محسوس کرنے والے لوگ۔

11۔ لیبہ یا معدہ کی تکالیف کے شکار افراد۔

### چوتھا چکر

چوتھا چکر اول (ہارٹ) چکر ہے۔ یہ سینے کے وسط میں واقع ہے لیکن دل کے اوپر نہیں ہے جو کہ جسم میں سینے میں ذرا بائیں طرف ہوتا ہے۔ ہارٹ چکر اسے متعلق معاملات میں تعلقات، محبت اور جوش و جذبہ شامل ہیں۔ تعلقات ہمارے زندگی کے بہت زیادہ حصے پر محیط ہوتے ہیں۔ یہاں پر تعلقات سے مراد تمام قسم کے تعلقات ہیں یعنی میاں بیوی، والدین، بچے، دوسرے رشتہ دار، واقف کار، دوست و غیرہ۔ کسی بھی تعلق سے متعلق کوئی بھی جذبہ یا خیال یا تعلقات کے حوالے سے کوئی بھی معاملہ ہارٹ چکر پر اثر انداز ہوتا ہے۔

ہمارے جذبہ طرز زندگی کے اس چکر میں بھی مسائل پیدا ہو سکتے ہیں۔ اگر کوئی اس چکر کے حوالے سے انرجی کی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ محبت کے جذبہ کی کمی دور کرنے کے لئے دل کے چکر کی کچھلی جانب کافی انرجی دی جانی چاہیے۔ درج ذیل صورتوں میں دل کے چکر کو ہینک دی جانی چاہیے۔

1۔ دل کے چکر سے متعلق کوئی بھی مسئلہ۔

2۔ سینے میں کہیں بھی درد۔

3۔ دم یا پیچھے والوں کا کوئی بھی مسئلہ۔

4۔ چھاتی کا سرطان (Breast Cancer)۔

5۔ وہ افراد جنہیں دل کا دورہ پڑ چکا ہو۔

6۔ فشارِ رُخ (Blood Pressure) سے متعلق سے مسائل۔

7۔ Spondylitis رول کے چکر کی کچھلی جانب زیادہ رکتی دیں۔

8۔ طلاق، تعلقات میں قفل۔

9۔ تعلق میں دوسرے مسائل۔

10۔ نشہ کی عادت کی صورت میں۔

11۔ زیادہ دھم کرنے والے افراد، یا زیادہ دھم دبانے والے افراد۔

12۔ تعلیقیت میں رکاوٹ محسوس کرنے والے لوگ۔

13۔ کچھ دینے سے خوف زدہ لوگ۔

14۔ جتنی کونان کے لیے۔

15۔ اضطراب، بے چینی کے خاتمہ کے لئے۔ اس صورت میں ہارٹ اور رکتی ہڈی کے چکر کا بھی انرجی دی جانی چاہیے۔

16۔ گندھے، ہارٹ یا ہاتھوں کے کوئی بھی مسائل۔

17۔ سرطان میں مبتلا افراد۔

### پانچواں چکر

پانچواں چکر، گلے کا چکر (Throat Chakra) ہے۔ اس کا تعلق اظہار کے معاملات سے ہے۔ جذبات، ہارٹ چکر میں ہوتے ہیں اور خیالات تیسری آنکھ کے چکر میں ہوتے ہیں۔ ان دونوں کا اظہار گلے کا چکر کے ذریعے ہوتا ہے۔ زبانی ابلاغ کی مہکایت ترتیب دینے والا کوئی بھی حصہ نہ ہو سکتا ہے۔ جذبات دبانے سے بھی یہ چکر متاثر ہوتا ہے۔

وہ شخص جسے ماضی میں تنگ حالات کا سامنا رہا ہو یا زمانہ حال میں کسی مسئلے کا شکار ہو۔ اگر وہ اپنی پڑائی کے حوالے سے کسی سے ذکر نہیں کرے گا تو اسے ان حصوں میں تکلیف پیدا ہو سکتی ہے۔ کسی شخص کی زندگی کے اختتام سے متعلق معاملات کے اظہار میں رکاوٹ سے قوتی

رائیڈ ٹھینڈ (Thyroid Gland) متاثر ہوتا ہے۔ (بعض اوقات) اب۔ تھیم ہونا ہے کی صورت میں لگتا ہے۔ اس صورت میں قحطی رائیڈ Thyroid کا طبع کیا جانا چاہیے۔ (بارا اس صورت میں جانوی حیثیت اختیار کر جاتا ہے) گلے سے متعلق مسائل کے ساتھ ساتھ سرور، ہاضمہ کی غرابی، یا کمر میں درد بھی ہو سکتا ہے۔ اس صورت میں جذبات کے اظہار کا دباؤ ان حصوں میں مسائل پیدا کرتا ہے۔ (گلے کے پکڑا کو پیلے ہینڈ دیں اور بعد میں ان دوسرے حصوں کو)

### چھٹا پکڑا

چھٹا پکڑا، تیسری آنکھ کا پکڑا کہلاتا ہے۔ تیسری آنکھ کے پکڑا کا تعلق خیالات، دہم، تصور اور ذہنی معاملات سے ہے۔ ذہنی نقوش و حالات اور عقائد ہوتے ہیں جو ہمارے ذہن میں موجود ہوتے ہیں۔ جب کبھی ذہنی ہینڈ Mental Healing کی ضرورت ہوتی ہے تو اس حصہ کو ہینڈ دی جاتی ہے۔ سرور، دباؤ، ذہنی دباؤ، ذہن کے بھاری پن سے نجات کے لئے تیسری آنکھ کے پکڑا کو رنگی دی جانی چاہیے۔

یادداشت میں اساتذہ ارشدی سے حساسیت اور ارادہ کا توجہ سے لئے بھی اسی پکڑا کو رنگی دی جاتی ہے۔ نظام البظام اور پریشاں سے متعلق تکالیف کے لئے بھی تیسری آنکھ کے پکڑا کی کھینچ جاب رنگی دی جاتی ہے۔ نفس کی عادات قسم کرنے، تعلقات کے مسائل، اضطراب، لیشن قسم کرنے اور ذہنی سکون حاصل کرنے کے لئے رنگی دی جانی چاہیے۔ ماضی کے کسی واقعہ کی وجہ سے جسم میں پیدا شدہ صورت حال سے نجات کے لئے بھی رنگی ملید ہوتی ہے۔

تیسری آنکھ کا پکڑا چھتری گھینڈ (Pituitary gland) کو متاثر کرتا ہے۔ اس غدود کو تمام غدودوں کا بادشاہ بھی کہا جاتا ہے۔ جیسا کہ پہلے ذکر کیا گیا ہے کہ جسم میں ارادہ یا خواہش کے دوسرا آئینہ ہیں۔ پہلا ریزہ کی ہڈی اور دوسرا تیسری آنکھ ہمارے ارادوں کے لئے اترتی تیسری آنکھ کے پکڑا سے خارج ہوتی ہے۔ اس حصے کا تعلق دھند، ارادہ، دہم اور بصیرت سے ہوتا ہے۔ یہ غدود وقت اور ذہنی مختلف اشیاء میں تیز کرنے کی صلاحیت، بصارت، سماعت اور یادداشت کو

کنٹر ول کرتا ہے۔ تمام فٹن کوگوں میں Pituitary gland چھتری گھینڈ کا غلبہ ہوتا ہے۔ یہ غدود جسم کی نشو و نما کو بھی کنٹرول کرتا ہے۔ اسی غدود کی کارکردگی کی وجہ سے ایک شخص بڑے اور چوڑے جسم کا مالک بنتا ہے۔ یا پھر غرابی کی وجہ سے پست قد (ٹھٹھا) ہو سکتا ہے۔ حاملہ خواتین کو ٹینشن (Tension) سے چھٹا چاہیے، کیونکہ اس سے ماں کے پیٹ میں بچے کے چھتری گھینڈ (Pituitary gland) کے غرق اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ اس کی وجہ سے مختلف درجہ کی ذہنی ہسماندگی بھی ممکن ہے۔ جھوٹ بولنے کا رجحان رکھنے والوں، دماغیاتی کرنے والے یا حتیٰ کہ جھوٹ بولنے والے افراد کے علاج کے لئے، تیسری آنکھ کے پکڑا کو زیادہ رنگی دی جانی چاہیے۔ بعض اوقات اس غدود کی غرابی کی وجہ سے بچے کی پیدائش کے بعد موتا پے کا مسئلہ بھی پیدا ہو جاتا ہے۔ مسلسل خوف کی وجہ سے یہ غدود متاثر ہوتا ہے اور اس سے فرد کمزوری اور بڑی کا فکار ہو جاتا ہے۔ بے چینی اور فکر سے اس غدود کی کارکردگی میں فرق آ جاتا ہے۔ جس کی وجہ سے ہائپر فٹرار خون (High Blood Pressure) اور نظام البظام کے مسائل پیدا ہو سکتے ہیں۔

### ساتواں پکڑا۔ امین

کراؤن پکڑا (سر کا پکڑا) ساتواں پکڑا ہے۔ سر (چوٹی) میں واقع ہے۔ اس کا تعلق دھند، راجناتی اور روحانیت سے ہے۔ خیالات، باطن کی آواز یا جرات کے احساسات کے طور پر جو بھی راجناتی ہم حاصل کرتے ہیں۔ کراؤن پکڑا ہمیں خودی کے بلند مقام سے مربوط کر دیتا ہے۔ یہ پکڑا مراقبہ کی ہر قسم میں متحرک ہو جاتا ہے۔ ذہنی ہسماندگی کی صورت میں، اس پکڑا کو رنگی دی جانی چاہیے۔ باطنی رت نہ تنہو جھوٹ، دہانے کی صورت میں، روٹنی (غصہ و حسد) سے حساسیت کی صورت میں، جس کی وجہ سے سرور کی شکایت بھی پیدا ہو سکتی ہے۔ ریزہ کی ہڈی کے پکڑا کے ساتھ ساتھ اس حصے (یعنی سر کا رنگی دی جانی چاہیے۔ کراؤن پکڑا متیل گھینڈ (Pineal gland) کو مربوط کرتا ہے۔ جو جسم کے لئے ایک گھڑی کا کردار ادا کرتا ہے۔ یہ رات کے وقت ایک مخصوص ہارمون میلاٹونن (Melatonin) پیدا کرتا ہے۔ یہ ایک نیم حواس



غور دلاتا ہے اور یہی وجہ ہے کہ اکثر لوگ رات کے وقت روشنی میں سوئیں سکتے۔

ریکی ہیلتھ کے طریقے قصاویہ کی مدد سے ذہن نشین کر لیں



Self treatment – back view of the head and shoulders: only carry these out if you can reach them without strain?



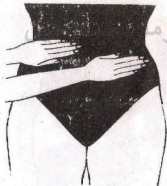
Position 1

Make sure patient comfortable with small pillows





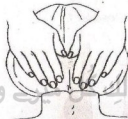
Position 5



Position 6



Position 2



Position 3



Position 4



Position 9

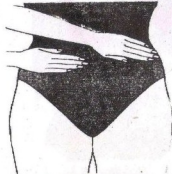


Position 10



Position 11

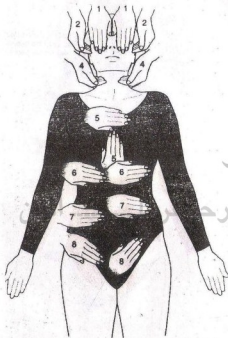
## Reiki Treatments



Position 7



Position 8

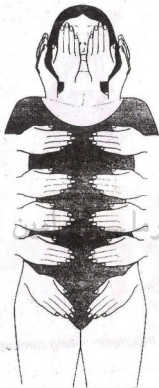


A possible arrangement for treatment of the front

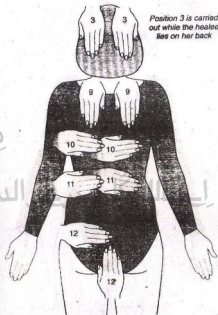
## Reiki Treatments



Position 12



Self treatment, from the front

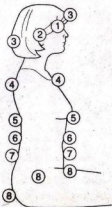


Position 3 is carried out while the healer lies on her back

A possible arrangement for treatment of the back



Self treatment – being comfortable



Treating others – the positions for seated treatment

جسم کے حصوں سے متعلق دوسرے اہم امور

1۔ آنکھیں اس وقت متاثر ہوتی ہیں جب کسی موجود حقیقت کو قبول نہیں کیا جاتا۔ یا جب ہم اپنی جانب سے کسی اور حقیقت کو سامنے لاتے ہیں دکھ و غم کو دبانے اور آنسو نہ بہانے سے بھی متاثر ہوتی ہیں۔

2۔ اگر ہم کوئی بات متنازعہ چاہیں تو ہمارے کان متاثر ہو سکتے ہیں۔

3۔ گردن کا پچھلا حصہ اس وقت متاثر ہوتا ہے جب ہم دوسرے لوگوں یا خیالات کی وجہ سے اپنا کام نہ کر سکیں۔ ”اپنی مرضی“ سے کوئی کام نہ کر سکیں تو یہ حصہ متاثر ہوتا ہے۔ اس سے اس



میں نہیں ملتی وہ باقاعدہ درجہ انڈیا جاتا ہے۔

4۔ اپنی ذمہ داریوں کے متعلق فکر مند ہونے کی صورت میں ہمارے کندھے سے حائر ہو جائیں گے۔

5۔ جو بھی کام (ہم اپنے ہاتھ سے) کرتے ہیں، اگر ہم اسے پسند نہیں کرتے تو ہمارے بازو اور ہاتھ متاثر ہوں گے۔ تعلقات کے معاملات میں بھی ہاتھ اور بازو متاثر ہو سکتے ہیں۔ بازو ہارٹ پیکر کی توسیع ہوتے ہیں۔ یہ تعلقات میں لین دین کو بھی مربوط بناتے ہیں۔ اگر ہمیں یہ شکایت ہو کہ ہمیں تمام کام دوسروں کی مدد کے بغیر خود کرنا پڑتے ہیں تو ہمیں ہاتھوں اور بازوؤں کے متعلق مسئلہ پیدا ہو سکتا ہے۔

اگر ہمیں یہ احساس ہو کہ ہماری زندگی کے معاملات ہمارے اختیار میں نہیں ہیں یا یہ کہ ہمارے گھریلو معاملات میں فیصلہ کوئی اور کرتا ہے اور ہمارے پاس کوئی اختیار نہیں ہے۔ اس وقت ہمارے بازو اور ہاتھ متاثر ہو سکتے ہیں۔ اگر ہمارے اندر یہ احساس تقویت اختیار کر جائے کہ ہمیں اپنے بچوں (یا دوسرے رشتہ داروں) سے کچھ حاصل نہیں ہو رہا یا توقعات پوری نہیں ہو رہی ہیں۔ تو ہاتھ متاثر ہو سکتے ہیں۔ اس صورت میں ہارٹ پیکر کی پٹھنی خراب رہتی ہے جانی چاہیے۔

6۔ یادداشت میں اضافے کے لئے کئی کوری کوری دی جانی چاہیے۔ سر کا بھاری پن، کشیدہ ذہن شرم کرنے، خیالات کی وسعت کے لئے اور فیصلہ سازی کے لئے اس سے کوری کوری دی جانی چاہیے۔ طلبہ کو اس مقام کے ساتھ ساتھ مزید چھٹی پر چھٹی دی جانی چاہیے۔ اگر بے چینی یا احتیاج سے خوف محسوس ہو تو گھٹنوں اور ہارٹ پیکر کی دی جانی چاہیے۔

7۔ ناگہمیں "ہارا" کی توسیع ہوتی ہیں۔ مقاصد کے حصول کے لئے مادی طور پر آگے بڑھنے کے لئے ناگہمیں ہماری مدد کرتی ہیں۔ ہماری پوری ہنگاموں کو اس طرح تقسیم کیا گیا ہے۔ راتوں کا تعلق کسی شخص کی اپنی قوت پر اتار دیا ہے۔ اس کا تعلق ایسے احساسات سے ہے جیسا کہ "میں کر سکتا ہوں" یا "مجھ میں یہ کام کرنے کی صلاحیت ہے"۔ گھٹنوں کا تعلق تبدیلی ہونے

والی ذمہ داریوں سے عہدہ برا ہونے کی قابلیت سے ہے۔ جیسا کہ ہم اپنے مقاصد کی جانب بڑھتے ہیں۔ جیسا کہ وقت، حالات اور مرتبہ کی تبدیلی کے ساتھ قدم بہ قدم آگے بڑھتے رہتے ہیں، اسی طرح ہمیں مختلف ذمہ داریاں نبھانا پڑتی ہیں۔ جن میں سے بعض کے بارے میں ہم پہلے بالکل نہیں جانتے ہوتے۔ گھٹنوں کا تعلق خوف سے بھی ہے۔ گھٹنوں کا تعلق مستقبل اور موت کے خوف سے بھی ہے۔ پندلیوں کا تعلق ارتکاز توجہ اور مقصد سے دست بردار نہ ہونے سے ہے۔ نئے چلک اور توجہ اوزن پیدا کرتے ہیں۔ زندگی میں بہت زیادہ عدم توازن کا شکار افراد کے یہ حصے متاثر ہو سکتے ہیں۔ آخر میں پاؤں کا ذکر کرتے ہیں۔ اس تصور کی تکمیل کے آخری مرحلے میں ہمارے ذہن میں یہی خیال پیدا ہوتا ہے۔ مقاصد کے مادی حصول کے لئے قابلیت کے فقدان کا مطلب یہ ہوتا ہے۔ ہمیں پاؤں کے لئے انہی کی ضرورت ہوتی ہے۔ جب ہم بعض لوگوں کے لئے "بھائی" بننے کی تعمیل کرتے ہیں، اس اصطلاح استعمال کرتے ہیں، ان کے پاؤں کو ریکی دی جانی چاہیے۔

8۔ ظاہر نہ کیے جانے والے جذبات، حتیٰ کہ بے چینی و تشویش سے بھی انہی کم ہو جاتی ہے۔ (اور یہ مگر کے چلنے سے بھی جمع ہو جاتی ہے)۔ اس کا تعلق "ہارا" کی پشت سے ہے۔ (ایسی صورت میں گلے کے پکارا کو بھی ہینگ کی ضرورت ہوتی ہے)

9۔ عمومی طور پر جسم کے بائیں حصے کا تعلق ماضی سے ہوتا ہے جب کہ دائیں حصے کا مستقبل سے تعلق ہوتا ہے۔ اس کا مطلب ہے کہ اگر بائیں گھٹنے میں تکلیف ہو تو اس کا تعلق ماضی کے کسی واقع سے پیدا شدہ خوف سے ہوتا ہے۔ اگر دائیں گھٹنے میں تکلیف ہو تو اس کا تعلق مستقبل کی کسی ذمہ داری کے خوف سے ہو سکتا ہے۔ ہمارا مادی جسم ہمارے اندرونی احساسات کا مظہر ہوتا ہے۔

## رہنما کے اصول

رہنما کے اصول ڈاکٹر یو سوئی نے اس وقت وضع کیے جب انہوں نے محسوس کیا کہ رہنما کیلئے کے ساتھ ساتھ طالب علم کو مخصوص غالب جذبات یا مضمون سے آگاہ رکھنا بھی اہم ہے۔ انہیں جذبات یا طریقوں کی بدولت ایک فرسخت مند اور مسرور رہتا ہے۔

آپ نے رہنما کے پانچ اصول مرتب کیے اور ہر ایک اصول سے پہلے "صرف آج کے دن کے لئے" کی اصطلاح کا اضافہ کر دیا۔ اس کا مطلب موجودہ دن کے لئے اس اصول سے آگاہ رہنا ہے۔ اگرچہ ان اصولوں کا ماحصل اصل مقصد تو ایک جیسا ہے پھر بھی تمام رہنما مانتران اصولوں کی توضیح و تشریح اپنے ہی طریقے سے کرتے ہیں۔

## پہلا اصول

صرف آج کے دن کے لئے میں تشکر کارو یہ اپناؤں گا

ہمارے لئے یہ بات بالکل فطری ہے کہ میں جس چیز کی ضرورت ہوتی ہے اس پر ہم کسی بھی وقت توجہ مرکوز کر لیتے ہیں۔ اگر ہم نے ابھی تک اسے حاصل نہیں کیا ہوتا۔ ایسا کرتے ہوئے ہم اپنے لاشعور کو مکمل (آشورہ) سمجھیں جس بات کی تصدیق کرتے ہیں کہ (ابھی تک) ہمارے پاس یہ چیزیں نہیں ہیں۔ اس طرح ہم اپنی زندگی میں ایک قسم کی کمی کی تصدیق کرتے ہیں۔ ہمارا لاشعور رہتا ہے اور اس پر عمل کرتا ہے۔ لہذا ہمارے لئے اس ضرورت کی اشیا کا حصول بتدریج مشکل ہو جاتا ہے۔ ہماری انہی کا کچھ حصہ ایک چیز کے حصول کے لئے کوشش کرتا ہے۔ جب کہ دوسرا حصہ اس کی پروا نہیں کرتا۔ اگر ہم اپنے باطنی ارتعاش کو اپنی ضروریوں (جو کچھ ہمارے پاس نہیں ہے) پر لگا دیں اور یہ یقین کر لیں کہ مستقبل میں ہماری ضروریات پوری ہو جائیں گی تو اس سے ہمیں برے کاموں (آوارہ گردی) کے بجائے نیک کاموں کی جانب مائل ہوجانے میں مدد ملے گی۔

رہنما کے پہلے دو حصے کے سیشن کے دوران انہی لوگوں نے پوچھا کہ حقیقی خیالات سے

کیسے خیالات حاصل کی جائے کیا رہنما اس سلسلے میں معاون ثابت ہوگی۔ بے شک رہنما کی مدد کرے گی۔ تیسری آنکھ کے ہنکار پر اپنے ہاتھ رکھیں اور یہ یقین کریں کہ حقیقی خیالات کے خاتمے میں رہنما آپ کی مدد کرتی ہے۔ رہنما دینے کے علاوہ اگر آپ نے حقیقی خیالات کی ہجرت یا یافتہ کرنی تو رہنما کے ذریعے آپ وہ ہجرت ختم کر سکیں گے۔ حقیقی خیالات کی میکائیت حالات سے وجود میں آتی ہے۔ حقیقی خیالات کی جڑیں ہماری باطنی صلاحیتوں پر شک کرنے سے ہوتی ہیں۔

آرام دہ نہ سکون اور با اعتماد حالت میں تو ہم کچھ حاصل کر سکتے ہیں لیکن بے چینی اور خوف کی حالت میں ہوسکتا ہے ہم کچھ بھی حاصل نہ کر سکیں۔ آئیے واپس رہنما کے پہلے اصول پر بحث کریں۔

تشکر کارو یہ ہمارے اندر (باطن میں) تشکر کرنے کے احساسات کو ختم دیتا ہے۔ بعض لوگ کہتے ہیں کہ "رہنما شروع کرنے سے پہلے تشکر کارو یہ" اسے صرف کہنا نہیں چاہئے بلکہ محسوس کرنا چاہئے۔ یہ جبری طور پر بھی نہیں اپنایا جائے۔ کیونکہ اس صورت میں یہ حقیقی نہیں ہوتا۔

دوسرا اصول

صرف آج کے دن کے لئے میں فکر مند نہیں ہوں گا

فرد مستقبل میں عدم تحفظ کے لئے فکر مند نہ ہوتا ہے۔ اس کا تعلق اس امر سے ہوتا ہے کہ کیا ہوسکتا ہے یا کیا نہیں ہوسکتا۔ اس تعلق والے دوسرے لوگوں کی خبریت کے بارے میں بھی فکر مندی ہوتی ہے۔ اس کا نتیجہ اس شرعی صورت میں سامنے آتا ہے کہ ہماری زندگی میں واقعات بغیر کسی وجہ کے بھی رونما ہوتے ہیں۔ جب ہم اس حقیقت کو قبول کرنا شروع کر دیتے ہیں کہ ایک عظیم منصوبہ ہے اور تمام چیزیں اس منصوبہ میں شامل ہیں اور ہمارے لئے تمام ضروری واقعات اس میں موجود ہیں، پھر ہماری پریشانی ختم ہو کر شروع ہو جاتی ہے۔ ہم مستقبل کو تسلیم کرنا شروع کر دیتے ہیں۔ مستقبل کو تسلیم کرنے سے عدم تحفظ باقی نہیں رہتا بلکہ اعتماد ہی پیدا ہو جاتا ہے۔ ایک ہی وقت میں خدا اور رگزی مندی کو قبول کرنا تناقض ہے۔ ہماری زندگی ایسے عقائد اور

طریقوں (مضموں) سے بھری پڑی ہے جن کے عمل کی وضاحت مکمل ہو جاتی ہے۔ ہمیں عمومی کام سے زیادہ سوچنا پڑتا ہے۔ اور ان متناقض یا مائلانہ عقائد کو مٹانے کے لیے سوچنا پڑتا ہے۔

اپنے آپ کو باقی لوگوں سے الگ تھلک محسوس کرنے سے گھر مند ہی پیدا ہوتی ہے یا یہ محسوس کرنا کہ میرا کسی شے سے کوئی تعلق نہیں ہے اور مجھے اپنا خیال خود رکھنا پڑتا ہے۔ لیکن ہم سب باہم مربوط ہیں حتیٰ کہ پودوں، سورج اور ہوا کو محسوس کرنے کی ہمارا بھی تعلق ہے۔ ہماری ہڈی کے لئے ان سب چیزوں کی ضرورت ہے۔ کائنات سے علیحدگی کے احساس سے گھر مند ہی پیدا ہوتی ہے۔

### تیسرا اصول

صرف آج کے دن کے لئے میں غصہ نہیں کروں گا

جب ہماری کوئی بھی توقعات مادی طور پر پوری نہیں ہو سکتیں، اس صورت میں جس انرجی کو خود بخود اظہار ہوتا تھا، وہ شے میں تبدیل ہو جاتی ہے۔ فرد زندگی میں غصہ اور بے قابو پان محسوس کرتا ہے، پھر اس انرجی کا کسی شے یا شخص پر غصے کی صورت میں اظہار کیا جاتا ہے۔ کسی شخص کے غصے کا ذکر درودِ حقیقت اس کے غصے کی وجہ بھی نہیں ہو سکتا۔ غصے کا عدم اظہار کہ میں غصہ اس سے ذرا پہلے غصے میں متبوع ہوتا رہتا ہے۔ اس کا مکمل اظہار یہ سمجھ کر کیا جاتا ہے کہ جذبات کے اظہار کے لئے انہیں اچھے انداز میں کاغذ پر تحریر کر لیا جائے۔

کئی لوگوں کے لئے چٹنا، چلا، نایک اچھا علاج ہے۔ لیکن گھر میں ایسے کرنا ممکن نہیں ہو سکتا۔ بہتر یہ ہوتا ہے کہ غصے کی یہ کیفیت کو دریافت کیا جائے کہ ہر معاملے میں غصے میں آ جانے کی وجہ تلاش کی جائے۔ بعض اوقات غصے کی وجہ معلوم ہو جانے کی صورت میں غصہ برقرار رکھنے کی ضرورت ختم ہو جاتی ہے۔

### چوتھا اصول

صرف آج کے دن کے لئے میں اپنے آپ سے ایماندار ہوں گا۔

ایمانداری سے مراد یہ نہیں ہے کہ ہمیشہ سچ بولا جائے۔ اس کا مطلب اپنے باطن سے بھرا رہنا ہے۔ اگرچہ ہم پر ہر صورت حال میں اپنے سچے (درست) احساسات سے ہمیشہ آگاہ ہوتے ہیں۔ بعض اوقات ہم ان پر توجہ نہیں دیتے۔ اپنے احساس کے مطابق کام کرنے کی ہمت کے فقدان یا خوف کی وجہ سے یہ رویہ ہو سکتا ہے۔ کوئی بھی شخص اپنے لاشعور سے کبھی جھوٹ نہیں بولتا۔ جب بھی ہم اپنے سچے جذبات پر دھیان نہیں دیتے، جو ہمیں کسی مخصوص معاملے میں کوئی عمل کرنے کے لئے کہتے ہیں۔ اس طرح ہمارا لاشعور و عمل ظاہر کرتا ہے اور ہمارا جسم متاثر ہوتا ہے۔

### پانچواں اصول

صرف آج کے دن کیلئے میں ہر ذریعہ روح سے پیار کروں گا اور اس کی عزت کروں گا  
اس اصول کا تعلق زندگی کے لئے عزت اور درم ہے۔ ہر دم ایک ایسی خوبی ہے۔ یہ ہمیں دوسروں سے (الگ) ممتاز کرتا ہے۔ درم کے حصول سے پہلے تاہم عزت نفس کا حامل ہونا چاہیے کیونکہ عزت نفس کے بغیر ہم دوسروں کے ساتھ اپنے آپ کو ٹریک نہیں کر سکتے۔

### رہنما کی درجہات

رہنما کے تین درجے ہیں اور ان تینوں درجہات پر عبور رکھنے والا فرد ”رہنما ماسٹر“ کہلاتا ہے۔ جو کسی دوسرے فرد کو رہنما بنانا بھی سکتا ہے، پہلے درجے میں مہارت رکھنے والا طالب علم اپنے ساتھ دوسرے لوگوں کا علاج بھی کر سکتا ہے۔ مزید یہ کہ جانوروں، نباتات اور حیوانات بھی اگر بیمار ہوں گے پھل میں پھنسنے ہوں تو انہیں بھی اس سے نجات دلا سکتا ہے، جبکہ دوسرے درجے کا رہنما کسی بھی مریض کو جو اس سے کتنا ہی دور کسی بھی شے میں رہائش پذیر نہ ہو، یہی توفیق ملی

پہنچا سکتا اور بیماری کی شدت کو کم کر سکتا ہے۔

### روحانی کاپہلا درجہ یا لیول

روحانی کے اس ابتدائی درجے میں چار مرکز یا توانائی کے پیکر از بنیاد اور متحرک ہو جاتے ہیں۔ اس میں آپ کی اور ان کی صلاحیت بھی بڑھ جاتی ہے اور آپ جسم مثالی یا اوراد کی حرکات سے واقف ہونے لگتے ہیں۔ بے غرض اور بے لوث محبت آپ کے رنگ و روپے میں رچ بس جاتی ہے اس پہلے درجے کا طالب علم جسم پر نیا درود قویہ مرکوز کرتا ہے اور جسم کا جو حصہ توانائی میں بے ترتیبی پیدا ہوجانے کی وجہ سے متاثر ہوتا ہے وہاں اپنے ہاتھ رکھ کر توانائی کو متوازن کر دیتا ہے۔ اس ابتدائی درجے میں ذہنی، جسمانی اور جسم مثالی یا اوراد میں توازن اور ہم آہنگی پیدا ہو جاتی ہے۔ ابتدائی درجے میں چار پیکر از Chakra توانائیاں سے معمور ہو جاتے ہیں، بتدریج ذیل ہیں۔

Heart Chakra-1

Throat Chakra-2

Third Eye or Brow Chakra-3

Crown Chakra-4

Heart Chakra کے متحرک ہونے کی وجہ سے انسانی دل بے لوث محبت کا کھوار ہو جاتا ہے۔ Throat Chakra کی بدانتظامی اور گرفت و تشدید کی لیاقت میں اضافہ ہوتا ہے۔ Third Eye or Brow Chakra اوراد کی توانائی کو روشن کرتا ہے جس سے وہ آدنی اس کائنات کو چلانے والی توانائی بننے لگتی کہا جاتا ہے اسے توقف حاصل کرتا ہے جب کہ Crown Chakra میں توانائی کی روانی سے مہذبہ روحانی شعور کے ساتھ ہم آہنگ ہو جاتا ہے۔

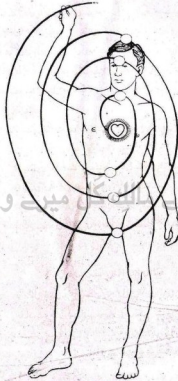
### روحانی کا دوسرا درجہ یا لیول

اس ہم روحانی کے دوسرے درجے کا کچھ احوال بیان کرتے ہیں جس میں روحانی کا واسطہ Channell بننے والا فرد اس قائل ہو جاتا ہے کہ وہ دور دراز جگہوں پر موجود مریضوں کو روحانی پہنچا

سکتا ہے۔ اور ان کی بیماریاں کا علاج کر سکتا ہے۔ روحانی کے دوسرے درجے میں طالب علم کو ہاتھ کی تشبیہیں جسم پر رکھ کر روحانی توانائی پہنچانے کی تہذیب نہیں رہتی بلکہ اس میں زیادہ زور بجائے مادی جسم پر توجہ مرکوز کرنے کے اختیاری یا مثالی جسم پر دیا جاتا ہے۔ اس درجے میں وجدانی مرکز جو کچھ نئی گیند پر واقع ہوتا ہے میں تحرک پیدا ہوتا شروع ہوجاتی ہے اور لیول Level کے اختتام پہنچا پوری آب تاب سے چمکنا شروع کر دیتا ہے، جس کے سبب طالب علم اپنے آپ کو روحانی دنیا اور روحانی کے اور زیادہ روبرو محسوس کرتا ہے اور بیماری کو اس کی جڑوں سے اکھاڑ پھینکتا ہے۔ روحانی کے دوسرے درجے کا طالب علم روحانی کو ماضی اور مستقبل میں بھی سمجھ سکتا ہے۔ مثلاً اگر کسی فرد کو ماضی میں ہونے والے کسی نقصان یا حادثہ یا شک و شبہ سے غم کا رنگ لگا ہوا ہے جو کسی صورت اس کی یادداشت سے محو نہیں ہو پاتا تو روحانی دوم کا طالب علم اس واقعہ کو ذہن سے صاف کرنے کے لئے ماضی میں روحانی کو بھیج سکتا ہے یا کچھ عرصے بعد ہونے والی میننگ یا انتخاب کے لئے بھی روحانی کو مستقبل میں بھیجا جاسکتا ہے۔ بہت سے لوگوں کو یہ جان کر بہت حیرت ہوئی کہ روحانی کسی مادی وسیلہ کے بغیر کون کونسی ہے یعنی روحانی سے سات ملندہ یا علاج بھی ممکن ہے مگر یہ حیرت صرف اسی وقت تک قائم رہتی ہے جب تک ہم یہ نہ جان لیں کہ ہمارے جسم دراصل توانائی کے لئے ریسیور کا کام کرتے ہیں ہم توانائی کو نہ صرف وصول کرتے ہیں۔ بالکل ایسے ہی جیسے ٹیلی ویژن اور ریڈیو یا ٹیلی فون جانے والی لہروں کو وصول اور نشر کرتے ہیں، ہم بھی بغیر تاروں کے ہمارے چلنے والے آلات ہیں۔ روحانی کے دوسرے درجے میں تین خاص کرشماتی الفاظ بھی روحانی ماسٹر سکھاتے ہیں یہ الفاظ دراصل خاص قسم کی روشنیوں کی شکلوں کو ظاہر کرتے ہیں۔ روحانی ماسٹر جب روحانی دوم کے طالب کو ان الفاظ کی مشق کرواتے ہیں تو نہ صرف ان کو یہ الفاظ سکھاتے ہیں بلکہ یہ الفاظ روشنی سے روحانی جن اشکال کو ظاہر کرتے ہیں ان کو بھی طالب علم سے متعارف کر دیتے ہیں دوسرے درجے کے ذریعے یا قائل پر لوگوں کو روحانی بھیج سکتے ہیں۔ یعنی وہ لوگ جو جسمانی طور پر آپ کے سامنے موجود نہیں ہوتے۔ اس درجے میں آپ کو مریض کے علاج کے



رہنما کیسٹل (چو۔ کو۔ رے) اور بدن انسان



بدن رہنما کیسٹل قوت اور ماحول میں رہنما کیسٹل کو جاننے کے لئے

بدن رہنما کیسٹل قوت اور ماحول میں

بدن رہنما کیسٹل قوت اور ماحول میں

بدن رہنما کیسٹل قوت اور ماحول میں

بدن رہنما کیسٹل قوت اور ماحول میں

اس سہیل کو "چو۔ کو۔ رے" (cho.ku Ray) کہا جاتا ہے۔ اس سہیل کا کام انسانی کو  
بڑھانا ہوتا ہے۔ یہ ایک بہت موٹی سہیل ہے اور پورے جسم کے لئے کہیں بھی استعمال کیا جاسکتا  
ہے۔ اس لئے اسے تمام سہیل سیشن (Healing Session) میں استعمال کیا جاتا ہے۔ پورے  
جسم کے علاج کے دوران اسے تمام پوائنٹس (Points) پر پڑانے کی تلقین نہ کیجیے۔ اس کا مطلب  
ہے کہ آپ اسے ایک سیشن میں 25 مرتبہ استعمال کر رہے ہیں۔ یہ بہت زیادہ انسانی ہے اور یہ  
آپ کو بے چین کر دے گی۔ اسے صرف 7 یا 8 ام پوائنٹس پر استعمال کریں۔ یہ دو مقام ہوں  
جہاں آپ کو زیادہ انسانی دینے کی ضرورت محسوس ہو۔

مذکورہ الفاظ کی روشنیوں کی اشکال کو رہنما کیسٹل صرف رہنما کیسٹل کے علاج پر ظاہر  
کرتے ہیں۔ رہنما کیسٹل بعض استاد اپنے طلبہ کو بتاتے ہیں کہ پورے جسم کے علاج کے لئے ہر  
پوائنٹ پر تمام سہیل سہیل ہٹائیں۔ ایسا مت کیجیے۔ اس کا مطلب یہ ہوگا کہ  $3 \times 25 = 75$  سہیل  
ہٹا رہے ہیں۔ اس سے آپ بے چینی محسوس کریں گے۔ اگر آپ ہر سہیل وقتی طور پر ہٹا رہے ہیں تو  
کئی ایک سہیل سے آپ کا سر درد کرنے لگے گا۔ (ہون نشانہ سے شون) Hon Sha Ze Sho  
Nen کے استعمال کے لئے جسم میں کوئی پوائنٹ نہیں کیونکہ اسے فاصلاتی علاج کے لئے ایک پل  
(Bridge) کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔ اگرچہ اس کی تحقیق صرف اس وقت موجود ہوئی ہے  
جب آپ ماضی یا مستقبل کے حوالے سے کام کر رہے ہوں۔ اس کی وضاحت بعد میں کی جائے  
گی۔ تاہم جسے یا مزید انسانی لینے والے جسے آپ کو "چو۔ کو۔ رے" سہیل استعمال کرنا

چاہئے۔ کسی ہیڈنگ میں "چوکور" استعمال کرنے کا طریقہ "ے، ہے، کی" کے لئے بیان کردہ طریقے جیسے ہے۔ چونکہ "چوکور" کا مکمل انگریزی میں اضافہ کرنے والا ہے۔ یعنی جب یہ سہیل کی اور سہیل کے ساتھ ملا کر استعمال کیا جائے تو یہ دوسرے سہیل کی انگریزی میں بھی اضافہ کر دیتا ہے۔ اگر آپ "ے، ہے، کی" کی بہت زیادہ انگریزی استعمال کرنا چاہتے ہیں تو آپ اس سہیل کو "چوکور" کے ساتھ استعمال کریں۔ آپ "چوکور" کو "ے، ہے، کی" کے بعد میں ڈرا Draw کر سکتے ہیں (دیکھ سکتے ہیں)۔ یا آپ ایک "چوکور" پہلے بنائیں بعد میں "ے، ہے، کی" بنائیں اور بعد میں پھر "چوکور" بنائیں۔

## 2- ہے۔ کی۔ Sei Hei ki

یہ سوئی دیکھی کے ساتھ وہاں الفاظ کے معنی کے متعلق نظر یہ ہے کہ

"خدا لور انسانیت اہک ہیں"

یہ الفاظ شعور اور لاشعور کے درمیان "ہم آہنگی" پیدا کرتے ہیں اور دیکھی کا مقصد بھی یہ ہے کہ اشیاء میں "ہم آہنگی" پیدا ہو اور اس کے علاوہ یہ جانی اور جذباتی مسائل کو حل کرنے کے لئے بھی مفید ہیں۔ یہ درجن ذیل حقائق کو حاصل کرنے کے لئے مستقل ہیں۔

ہذا یادداشت کو بہتر بنانا اور طاقت پر گرفت مضبوط کرنے کے لئے۔

ہذا مثبت خیالات اور محسوسات کو فروغ دینا اور ناپسندیدہ عادات کو ترک کرنا۔

ہذا ازدواجی تعلقات میں بہتری کی خاطر۔

ہذا شعور کو آرام و سکون کی فریکوئنسی پر رکھنا۔

ہذا شعور کی صفائی

ہذا بچپن اور نوجوانوں کے جذبات اور کیفیات کے اُبال اور چیلانچن میں توازن قائم کرنا۔

ہذا کسی فرد کا نام، کم شدہ شے یا ٹیلی فون نمبر کو فوری طور پر یاد کرنے کے لئے۔

## 3- (ہون) - شا۔ ڈے۔ شو۔ Hon Sha Ze Sho nen

ان الفاظ کا مطلب ہے کہ

"میرے اندر کا مخلص تمہارے اندر موجود مخلص کو خوش آمدید کہتا ہے"

یہ کرشنائی الفاظ دیکھی کو ماضی، مستقبل یا کسی اور مقام پر موجود فرد تک پہنچنے کے لئے کام میں لائے جاتے ہیں اور یہ دیکھی خارج کنندہ اور وصول کنندہ فرد کے درمیان روشنیوں کا تیل بن جاتے ہیں، مزید یہ کہ یہ الفاظ زمان و مکان کی قید سے آزاد خیال کئے جاتے ہیں، ان کے لفظی معنی اور مفہوم ہیں کہ "کونسی ماضی حال مستقبل نہیں ہے۔"

ان الفاظ کی روشنیوں سے دیکھی کے ماہرین درجن ذیل امور سرانجام دیتے ہیں۔

ہذا کسی بھی موقع محل یا کسی فرد کو بھلے سے وہ دنیا کے کسی گوشے میں موجود ہو دیکھی پہنچاتا۔

ہذا عقلمندی میں ہونے والے واقعات مثلاً ضروری پیشکش، گفتگو اور انتظامات وغیرہ کو خوش اطولی سے انجام دینے کی خاطر۔

ہذا ماضی کی تاثرات و یادوں اور تکلیف دہ حالات کو بھلانے کے لئے۔

ہذا کسی بھی فرد کا علاج ہاتھوں سے چھوئے بغیر کرنے کے لئے۔

ہذا کورہ الفاظ کی روشنیوں کی اشکال کو دیکھی ماسٹر صرف دیکھی کے طالب علموں پر نکال کر دیتے ہیں۔

## 4- (ڈائی) - کوئیو۔ Dai Koo Meo

یہ سوئی ماسٹر سہیل زیادہ سرلی فریکوئنسی کو کنٹرول کرتا ہے جس میں دوسرے کے اندر لائحہ وقت منتقل کی جاتی ہے۔ یہ سہیل دیکھی ماسٹر کی ذمہ داری حاصل کرنے والوں کو ہی ترانسفر کیا جاتا ہے دیکھی منتظر کے لئے صرف (ہون) - شا۔ ڈے۔ شو۔ (ہون) سہیل تک ہی تین درجہ تک منتقل تصور کئے جاتے ہیں اور انہیں ماسٹر سہیل (ڈائی) - کوئیو (کوئیو) نہیں دیا جاتا۔ اس سہیل کی بدولت زیادہ بہتر

فوائد حاصل کئے جاسکتے ہیں۔ یہ سبیل متبادل کرنٹ کو ڈائریکٹ میں تبدیل کرتا ہے۔ اس کے استعمال اور بنیادیں ہیں۔

☆ یہ لامحدود حکمت سے قریب اور خدا کی کرشماتی قوت کو دہسانی ارادے میں استعمال کرنے کے قابل بناتا ہے۔

☆ یہ دیکھی ہوئی باتوں کو سبب و سببیت کے قابل بناتا ہے۔

☆ یہ ہمیں مکمل اور صحیح طور پر ہونے کا زیادہ بہتر حساس دلاتا ہے۔

☆ یہ ہمارے تمام اعمال اور حرکات میں قوت پیدا کرتا ہے۔

☆ تھرڈ گری چیکل کو قاصداتی ”دیکھی“ Distant Reiki تک منظم انداز میں بھیجتا ہے۔

دیکھی سہلو کے بارے میں خیال کیا جاتا ہے کہ ان میں ”قوت اعمال“ یعنی مندرجہ کرنے کی قوت پائی جاتی ہے۔ ان کا مدد سے دیکھی اضافی توانائیوں کے ساتھ استعمال کی جاتی ہے۔ دیکھی کی ہر علامت کے مختلف ہوتے ہیں۔ انہیں مختلف معاملات کے لئے الگ الگ یا ایک ساتھ استعمال کیا جاتا ہے۔ سبیل بنانے اور انہیں استعمال کرنے کے مختلف طریقے ہیں۔

بعض دیکھی ماسٹر ان سہلو کو بطور ”جوڑ“ کے لینے ہیں۔ ایک بیتا جانکا وجود جس سے وہ مدد لینے ہیں اور اپنی صلاحیتوں اور دیکھی توانائی میں اضافے کے لیے۔ مگر یہ نظریہ غیر مسلم دیکھی ماسٹر کا ہے۔ ہم آپ پر واضح کر دیں کہ دیکھی سہلو روشنی کی خاص اشکال ہیں۔ جنہیں آپ کائناتی انرجی ”کی“ بھی کہہ سکتے ہیں۔ اسلامی دیکھی نظریے کے مطابق یہ اللہ نور سنلٹ والادش کے خاص فریکوئنسی کوڈز ہیں۔ یہ بھی کہا جاسکتا ہے کہ روشنی کی یہ خاص اشکال صحت کا روزگار بھولنے کے لیے چاہیوں کی مانند ہیں۔ دراصل یہ وہ کرشماتی کتبیاں اور کائناتی خفیہ کوڈز ہیں جو حقیقت میں دیکھی انرجی کا بہاؤ اپنی طرف لانے اور پھر حائر وجود میں منتقل کرنے کے لئے استعمال کئے جاتے ہیں۔ ان علامات کا مراعات کیا جاتا ہے اور انہیں روزانہ مسلسل استعمال میں لایا جاتا ہے۔ ہر ایک

سبیل میں پنہاں اس کی کارکردگی کی اصل ذریعہ تک پہنچنا ہمارا کام نہیں۔ دیکھی ماسٹر کے لیے ضروری ہے کہ وہ سبیل کو اچھی طرح سمجھ کر اسے اپنے اندر اتار لے۔ یہاں تک کہ وہ جب چاہے سبیل کو اپنے تصور کی آنکھ سے دیکھ سکیں تاکہ دیکھی توانائی جو ایک دوست توانائی ہے زیادہ سے زیادہ طاقتور ہو جائے۔ دیکھی ماسٹر کے لیے یہ مشقیں ضروری نہیں ہیں۔

دیکھی سبیل اور کرشماتی الفاظ کیا ہیں؟

انہیں انگریزی میں Sacred Symbols یا مقدس علامت کہا جاتا ہے۔ اپنے تقدس کی بناء پر خفیہ دیکھی جاتی ہیں۔ ہر علامت کو ایک خاص صوتی آہنگ دیا گیا ہے اور یہ دیکھی اور ہر چنگ پاؤر کی صلاحیتوں، توانائیوں اور قوتوں میں اضافے کرتی ہیں اور کائناتی توانائیوں سے ہم آہنگ کرتی ہیں۔ دیکھی خفیہ گفتگو اور مقدس چار علامات یا سبیل ہیں۔ ان کی ادائیگی کے الفاظ کو کرشماتی الفاظ کہا جاتا ہے۔ ان علامات کا استعمال جاپانی طریق کے مطابق سکھایا جاتا ہے۔ یعنی شاگردوں کے ذہن میں اسے ”تصویر“ اور ”آواز“ کے طور پر محفوظ رکھا جاتا ہے۔ علامت کے ساتھ ہی اس کی ایک آواز سکھائی جاتی ہے۔ چاروں میں ہم نے سبیل کا نام لکھا ہے۔ یہ نام منظر اور دیکھی سکھانے کے دوران استعمال کیا جاتا ہے۔ ان کا استعمال ایک خاص طریقہ سے کیا جاتا ہے۔ علاج کے وقت دیکھی ماسٹر نے اسے دل سے دہراتا ہے۔ یہ علامات بطور توانائی کے استعمال ہوتی ہیں۔ یہ توانائی ایسی ہی ہے جیسے برقی آلات میں برقی توانائی گردش کر رہی ہوتی ہے۔ اس علامت کی تصویر ذہن میں قائم کرتے ہی کائناتی توانائیوں سے آپ ہم آہنگ ہو جاتے ہیں اور آپ توانائی وصول اور خارج کرنا شروع کر دیتے ہیں۔ جس سے آپ کو اور آپ کے مریضوں کو شفا ملتی ہے۔ آخری علامت کو ماسٹر سبیل کہا جاتا ہے۔ یہ صرف دیکھی ماسٹر استعمال کرتے ہیں۔ دیکھی سبیل کا چاروں مند رجوڈیل ہے۔



## Reiki Symbols

سہیل	سہیل کا نام	تھیم	معنی
ہیم	پہلو	توانائی میں اضافہ	"توانائی میں اضافہ کرنا" "خدا ہمارا ہے"
دائن	سے پہلی	جذبات، تھیم، حفاظت، حفاظتی	گھبراہٹ کا کات
رون	ہون سٹارٹ،	توانائی، حوالہ، تھیم، تھیم،	تھیم میں موجود "روحانی پاور" تھیم میں داخل ہوتی ہے۔
عربی	عربی	جانب، متعلق	تھیم میں (علم) کی ترقی کے لئے
مار	دینی تھیم	اہلہ، Attunement	"ریکی مارنے کے لئے"
		کے لئے	مردہ، مرگ، کات، عمل، توانائی

## ریکی اور حیوانات و نباتات

ریکی کے ذریعے آپ صرف انسانوں ہی کے نہیں بلکہ حیوانات اور نباتات کے بھی کام آسکتے ہیں یعنی یہی کہا جاسکتا ہے کہ ریکی کا واسطہ Channell بننے والا فرد بیک وقت انسانوں، جانوروں اور دیگر تمام جاندار اشیاء کے علاج کا کردار ادا کر سکتا ہے۔ یہ الگ بات ہے کہ ریکی ماسٹر کو معالج یا ڈاکٹر کہہ کر نہیں کہا جاتا۔ بلکہ اسے "ریکی ماسٹر" کہا جاتا ہے۔ ریکی کی توانائی ہر ذی روح میں سے گزرتی ہے اس لئے ریکی جانے والا فرد ہر ذی حیات کا دوست بن سکتا ہے۔

## فاصلاتی علاج کے لئے

اگرچہ فاصلاتی علاج کے کئی طریقے ہیں۔ لیکن دو بنیادی طریقے بہت مقبول ہیں۔ ان دونوں میں سے سادہ طریقے "طریقہ کاغذ" (Paper Method) "دور" "دینی طریقہ" (Mental Method) ہیں۔ اس صورت میں جسمانی عمل کی ضرورت نہیں ہوتی۔ ہر کام ذہنی طور پر کیا جاتا ہے۔

## طریقہ کاغذ (The Paper Method)

ایک کاغذ لیں۔ کاغذ کے بالکل اوپر شروع میں اس شخص کا نام لکھیں جسے آپ ریکی بھیجنا چاہتے ہیں۔ شخص کے نام کے نیچے "ہون، مٹائے، ہون، مین" کا سہیل تین مرتبہ لکھیں۔ (اگر آپ اس کے ساتھ "چو، کورے" سہیل بھی بنانا چاہتے ہیں، تو تین دفعہ "چو، کورے" لکھیں۔ اگر آپ جذباتی اور ذہنی سیمبلز دینا چاہتے ہیں تو "ے، ہے، کی" بھی شامل کر لیں۔ ان سیمبلز کے نیچے اپنا مطلوبہ نتیجہ لکھیں۔ عموماً یہ تصدیقی انداز میں لکھا جاتا ہے۔ مثلاً آپ دل کو سیمبلز دے رہے ہیں تو تصدیق اس طرح ہوگی۔

"دل کا علاح مکمل ہو چکا ہے"

جب آپ کاغذ تیار کر لیں تو صرف اپنے کاغذ پر رکھیں اور کی دیں۔ ہاتھ جتنی دیر چاہیں کاغذ پر رکھیں۔ عموماً اس کا بہتر وقت کم از کم 15 منٹ ہوتا ہے۔ سیمبلز سیشن ختم ہونے کے بعد اس کاغذ کو کسی محفوظ جگہ پر رکھ دیں۔ آپ اسی کاغذ کو اگلے سیمبلز سیشن کے لئے بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ نیا کاغذ تیار کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ آپ اس کاغذ کو جتنی دیر چاہیں سیمبلز دینے کے لئے استعمال کر سکتے ہیں۔ جب اس شخص کا علاج ہو جائے یا آپ سیمبلز میں وقفہ کرنا چاہیں۔ اس کاغذ کو چھڑک دیں۔ آپ اس کاغذ کو پانی میں بھی پھینک سکتے ہیں۔ مگر مچکے کے سیمبلز یا ہاتھ روم میں نہیں بلکہ جھیل، جو بڑا دریا یا سمندر میں پھینک سکتے ہیں۔ اس کاغذ کو جلانا منع ہے۔

اگر آپ دو یا زیادہ افراد کا علاج کر رہے ہیں۔ تو ہر شخص کے لئے الگ الگ کاغذ استعمال کریں۔ اگر آپ ایسی کئی شیٹ (Sheet) تیار کر چکے ہوں۔ مثلاً آپ پانچ لوگوں کو ریکی ارسال کر رہے ہوں۔ ہو سکتا ہے کہ ہر ایک کو (الگ الگ) ریکی بھیجنے کے لئے آپ کے پاس مناسب وقت نہ ہو۔ ایسی صورت میں آپ ان سب شیٹس (Sheets) کو تہہ کر کے ایک ڈبے Box میں ڈال دیں۔ (کسی بھی قسم کا ڈبہ ہو) یا کسی چھوٹے سے پرس یا جھلی میں ڈال لیں، پھر



عمل جسم خیال کرتے ہوئے علاج کریں۔ آپ کو مکمل استعمال کرنے کی ضرورت پیش آنے لگی۔ جیسا کہ یہ فاصلاتی علاج ہے۔ آپ اضافی طور پر ”چھو، کھو، دے“ کا سہیل بھی استعمال کر سکتے ہیں اور ”سے، ہے، کی“ بھی بوقت ضرورت استعمال کر سکتے ہیں۔ آپ جو طریقہ بھی استعمال کریں۔ تمام طریقوں میں تین مراحل لازمی طور پر ہوں گے۔

- 1۔ ارادہ (یعنی اس شخص کا ارادہ جس کو آپ چیلنگ بھیج رہے ہیں)
- 2۔ ٹیل Bridge سہیل ”ہوں، شاذے، شو، ہوں“ اور
- 3۔ چیلنگ ارسال کرنا (رہنما ارسال کرنا)

ارادے کے لئے فاصلاتی علاج کا طریقہ کار

اب تک ہم مادی جسم کے علاج کے لئے بحث کر رہے تھے۔ فاصلاتی علاج کے طریقہ کار کو استعمال کرتے ہوئے ہم اپنے ارادے کو بھی انرجی دے سکتے ہیں۔ جب آپ کسی شخص کی زندگی کی ترقی کے لئے اس کی مدد کرنا چاہیں تو آپ کے ارادے میں رہنما معاون ثابت ہوتی ہے۔ مثلاً آپ لوگوں کے تحفظ، پیش رفت سے نجات کے لئے مختلف عادات اور خوف سے نجات، مباحثی کے معاملے سے جتنی مسائل حل کرنے کے لئے، جو موجودہ حالات پر اثر انداز ہو رہے ہوں۔ ان سب کے حل کے ارادے کے لئے رہنما ارسال کی جاسکتی ہے۔

تینوں علامتوں Symbols کے دوسرے استعمال

”چھو، کھو، دے“

- 1۔ چیلنگ انرجی میں اضافہ کے ساتھ ساتھ ”چھو، کھو، دے“ خالی جگہوں کی صفائی کے لئے بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ جگہوں سے مراد کمرے، پورے گھر، دفاتر، کارخانے، ہسپتال وغیرہ ہیں۔ ہم مختلف وجوہات کے لئے جگہ خالی کرنا چاہتے ہیں۔ اگر کوئی شخص حال ہی میں فوت ہو گیا ہو یا اس جگہ پر بیمار رہا ہو۔ اگر کسی جگہ کو زیادہ عرصے کے لئے منتقل رکھا گیا ہو۔ اگر کسی جگہ

کے بارے میں زیادہ دلائل دیئے جاتے ہوں یا اس جگہ آپ محسوس کرتے ہوں۔ اگر آپ کسی ایسے کمرے، گھر میں ہوں اور اسے صاف کرنا چاہتے ہوں تو بڑے سائز میں ”چھو، کھو، دے“ بتائیں اور تین دفعہ اس سہیل کا نام پکارتیں۔ اپنے ہاتھوں کو انرجی دینے والی حالت میں لائیں پھر تصدیقی فقرہ کہیں۔ مثلاً ”چھو، کھو، دے“ اس کمرے میں انرجی کو صاف کر دیا ہے اور اس میں ابندی طافت، بھر دیا ہے۔“

یا فقرہ کہیں۔

”اس کمرے کو ابندی طافت سے بھر جانے دیجئے“ جو بھگوان گت امن مثبت انداز اور سمجھ میں موجود تمام افراد کے لئے اچھی صحت کے لئے معاون ثابت ہو گئی۔“

2۔ اگر آپ اپنے ہاتھوں کو ٹیم (Beam) والی حالت میں نہ لائیں۔ چاہے اس کی وجہ کوئی بھی ہو، آپ صرف آنکھیں بند کر کے بیٹھ جائیں اور تیسری آنکھ کے پھلے سے لکھے والی انرجی کا تصور کریں یا اس انرجی کا تصور کریں کہ ہارٹ پکڑا سے نکل رہی ہے یا اس طرح تصور کریں کہ تیسری آنکھ کے پھلے اور ہارٹ پکڑا دونوں سے انرجی نکل رہی ہے۔

3۔ ”چھو، کھو، دے“ کو لوگوں اور اشیاء کے تحفظ کے لئے بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ جس شخص یا چیز کو تحفظ دینا چاہیں۔ اس کا تصور کریں کہ وہ سفید روشنی میں لپٹی ہوئی ہے۔ ”ہوں، شاذے، شو، ہوں“ اور ”چھو، کھو، دے“ سہیل لائیں اور تین مرتبہ سہیل کا نام لیں۔ تصدیق کیجئے کہ یہ ”چھو، کھو، دے“ اس شخص کے اوپر اس میں موجود ہے اور اسے تحفظ فراہم کر رہا ہے۔ اس طرح کی چیلنگ کا ایک سیشن 24 گھنٹوں کے لئے تحفظ کا کام دے گا۔

”سے۔ ہے۔ کی“ Say Hay Key

یوٹیو رہنما کی کے ساتھ وہاں الفاظ کے معنی کے متعلق نظر یہ ہے کہ

”خدا اور انسانیت ایک ہیں“

یہ الفاظ شعور اور لا شعور کے درمیان "ہم آہنگی" پیدا کرتے ہیں اور رنگی کا مقصد بھی یہ ہے کہ اشیاء میں "ہم آہنگی" پیدا ہو اور اس کے علاوہ یہ وقتی اور جذباتی مسائل کو حل کرنے کے لئے بھی مفید ہے۔ یہ درج ذیل مقاصد کو حاصل کرنے کے لئے استعمال کریں۔

☆ یادداشت کو بہتر بنانا اور طاقت پر گرفت مضبوط کرنے کے لئے۔

☆ مثبت خیالات اور محسوسات کو فروغ دینا اور نا پسندیدہ عادات کو ترک کرنا۔

☆ ازدواجی تعلقات میں بہتری کی خاطر۔

☆ شعور کو آرام و سکون کی فریکوئنسی پر رکھنا۔

☆ شعوری صفاتی

☆ بچوں اور نوجوانوں کے جذبات اور کیفیات کے بحال اور چلچاپن میں توازن قائم کرنا۔

☆ کسی فرد کا نام، گم شدہ شے یا ٹیلی فون نمبر کو ذہنی طور پر یاد کرنے کے لئے۔

عموماً "سے ہے کی" جذباتی اور وقتی علاج کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔ اس کا مطلب ہے کہ آپ اسے کسی قسم کی جذباتی یا وقتی مرض کے علاج کے لئے استعمال کر سکتے ہیں۔ مثلاً بے چینی، غم، ڈپریشن، غصہ اور افسردگی وغیرہ یہ مکمل خاص طور پر تعلقات کے علاج، یادداشت کی بہتری، ڈر خوف کے علاج کے لئے مفید ہے۔

یادداشت کو بہتر بنانے کے لئے

اپنی کپٹیوں پر اپنے ہاتھ رکھیں، وقتی طور پر "چھ، کوہرے" اور "سے ہے کی" بتائیں۔

تین مرتبہ ان سہل کا نام پکاریں۔ اور تعدیل فقرہ کہیں مثلاً "میسری ہمارا داشت میں" اضافہ ہو رہا ہے میں آسانی سے معلومات حاصل کر سکتا ہوں اور انہیں برقرار رکھ سکتا ہوں۔

### تعلقات کے علاج کے لئے

اگر آپ کا تھکا کر طریقہ استعمال کر رہے ہوں تو تعلقات کے لئے دونوں اشخاص کے نام لکھیں۔ ناموں کے نیچے تینوں سہل بتائیں اور تین مرتبہ ان سہل کے نام لکھیں۔ پھر تعدیل فقرہ لکھیں مثلاً۔

"ان کے درمیان ہمارا آہنگی پیدا ہو رہا، محتاط اور بہانے بھولنے والا تعلق ہے"

کا تھکا کر کرنے کے بعد کا تھکا کر دونوں ہاتھ رکھیں اور کہیں دیں۔

اگر آپ تصور کا طریقہ استعمال کر رہے ہیں تو پھر دونوں اشخاص کا تصور کریں یا ان کے نام لیں۔ ٹیل بتائیں یعنی "ہون، شادے، خوش" بتائیں اور پھر رنگی دیں۔ رنگی دیتے ہوئے جذباتی اور وقتی ہائیک کے لئے "چھ، کوہرے" اور "سے ہے کی" استعمال کریں۔ اگر آپ کے پاس مزید وقت ہو تو آپ دونوں اشخاص کے دل اور تیسری آنکھ پر "چھ، کوہرے" اور "سے ہے، کی" بتا سکتے ہیں اور تعدیل فقرات کہیں۔

اگر آپ ان تعلقات کے لئے علاج کر رہے ہیں جنہیں خراب ہونے کا کافی عرصہ گزر چکا ہے تو اس کے لئے کئی سیشن کرنا ہوں گے۔ کئی لوگوں کو چھ پر چھ بھی ہوا ہے کہ بعض تعلقات میں جس قدر چاہئے کہ رنگی دی جائے کوئی ناکام نہیں ہوتا۔ اس بات کو تسلیم کیا جانا چاہئے کہ اس میں بھی کسی شخص کا قہر نہ ہوتا ہے کہ حالات دیکھے ہی رہتے ہیں۔ ان میں تبدیلی نہیں آتی۔ لیکن بعض کیسوں میں لوگوں نے مجھ کوئی نتائج بھی حاصل کئے ہیں۔

مگر آپ تعلقات میں معمولی کشیدگی کا علاج کر رہے ہیں تو اس کے لئے ایک یا دو سیشن ہی کافی ہوں گے۔ مطلق ایک ایسی صورت ہے کہ جس میں تعلقات کے لئے انفرادی علاج کیا جانا چاہئے۔ اگر دونوں میں تلخی کے ہونے والی ہے، یا حال ہی میں تلخی ہو چکی ہے تو آپ کو خصوصاً پارٹ پیکرا، ہمارا اور بڑھ کی ہڈی کے پکرا پر آگے اور پیچھے رنگی دینی

چاہیے۔ یہ ہے ان کیوں میں متاثر ہوتے ہیں۔ آپ اس طرح کا تصدیقی فقرہ استعمال کر سکتے ہیں۔

”مجھ میں آزادانہ ذہن کی طاقات اور محنت ہے مجھے دوسرے شخص پر جذباتی انحصار کی ضرورت محسوس نہیں ہوتی۔“

### نئی عادات سے نجات کے لئے ”ے، ہے، کی“ استعمال کرنا

اپنا نام (یا متعلقہ شخص کا نام) کسی کاغذ پر لکھ کر پیچے اس عادت کا نام لکھیں جس سے چھٹکارا حاصل کرنا ہے۔ تینوں سہل بنائیں اور تین مرتبہ ان کے نام لکھیں۔ کاغذ اپنے دونوں بائوں کے درمیان رکھ کر پکڑ لیں۔ اس سے آپ کے ذہن و جذبات کو نئی جائے کی۔ جن کا اس عادت سے تعلق ہے۔ اس طرح ان جذبات کا علاج شروع ہو جائے گا۔ اس کاغذ کو روزانہ پکڑ لیں۔ آپ اس کاغذ کو اپنے ساتھ لے جائیں گے۔ اگر آپ محسوس کریں کہ دن کے کسی حصے میں اس عادت کی زنجیر پوری ہو رہی ہے تو وہ کاغذ نکالیں اور اسے پکڑ لیں۔

### اگر آپ وزن کم کرنا چاہتے ہیں

ایک کاغذ پر اپنا نام لکھیں۔ تمام یقینی تینوں سہل بنائیں اور ان کے نام تین مرتبہ لکھیں۔ اس طرح کا تصدیقی فقرہ یا الفاظ لکھیں۔ ”صحت مند بنانا وزن کسی شخص“ اور اس کاغذ کو پکڑ لیں۔ آپ پر کھانے سے قبل بھی یہ کام کر سکتے ہیں۔ وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ آپ دیکھیں گے کہ آپ کھانا پہلے کی نسبت کم کھا رہے ہیں یا صرف صحت مندانہ خوراک کھا رہے ہیں۔

اب تک ہم نے ”ہون، شاؤ، فن“ کا قافیے سے پکی بنا کر علاج کے لئے استعمال کرنے پر بحث کی ہے۔ یہ سہل وقت کے ساتھ ہی کام کرتا ہے۔ ہم اسے ماضی اور مستقبل کے حوالے سے علاج کے لئے بھی استعمال کرتے ہیں۔ ہم ان کیوں میں ماضی کے لئے کام کرنا

چاہتے ہیں۔ اگر آپ کامریٹس کسی ایسے مرض یا مسئلے کا شکار ہے جس کا تعلق ماضی کے کسی واقعے سے ہو یا دوماضی کے کسی واقعہ کا نتیجہ ہو کوئی شخص جذباتی دباؤ کا شکار ہو سکتا ہے۔ اس کا تعلق کسی حالیہ واقعہ سے بھی ہو سکتا ہے یا بعض مخصوص رویے سے ہو سکتا ہے جو ماضی کے کسی خاص واقعہ کی یادداشت سے متعلق ہو۔ ان تمام کیوں میں، ہم ماضی کے مسئلوں سے نجات حاصل کرنا چاہتے ہیں۔ مستقبل میں کسی کامیابی کے حصول کے لئے ہم اپنے آپ کو یا دوسروں کو یہ بھیج سکتے ہیں۔ آپ اس طریقہ کے ذریعے مقاصد کو بھی حاکم بنا سکتے ہیں۔ مختلف مقاصد کے لئے یہی اور سال کرنے کے طریق مندرجہ ذیل ہیں۔

### استحقاق کے دنوں میں بچوں کی مدد کرنا

تین دن، یا دو دن، یا چھ دن، مذاکرات، وقت پر پہنچنا، یا زمین کی زرخیزی کے لئے مدد کرنا۔ یہی کو مقاصد یا قبضے کے لئے بھی استعمال کرتے ہیں واضح رہے کہ قبضے کے لئے یہی دینے سے کوئی چیز یا ہر ایک چیز نہیں ملے گی۔ آپ کو صرف وہی چیزیں ملیں گی جو آپ کو چھٹی اظہار ہو کر اور اور دوسروں کی بھلائی میں معاون ثابت ہوں گی۔ چیزیں آپ کو اسی وقت ہی ملیں گی جب ان کا وقت مقرر ہوگا۔ اور آپ میں اس چیز کی قدر و قیمت کے مطابق ازمنی موجود ہوگی۔

کئی لوگ ”ے، ہے، کی“ کا استعمال جاری رکھتے ہیں۔ ان کے خیال میں وہ اسے لوگوں کو قابو کر کے تنہی کر لوگوں سے بعض اشیاء واپس لینے کے لئے بھی اسے استعمال کرتے ہیں۔ غالباً اس کا حصول ناممکن ہے۔ کیونکہ یہی ایک طریقہ طاعت ہے یہ کچھ چھینے کا عمل نہیں ہے یہ اس طرح کام نہیں کرتا۔ ماضی اور مستقبل کے کام کے حوالے سے یہاں کچھ مثالیں دی جاتی ہیں۔

### ماضی

جب آپ کسی کام کے ذریعے علاج کر رہے ہوں اور ماضی کے حوالے سے سہل دینا چاہتے ہوں تیسری آنکھ کے چکر اپنا ہاتھ رکھیں۔ ذیلی طور پر ”ہون، شاؤ، فن“ بنائیں

اور اس سہل کا نام تین مرتبہ پکارتیں اور اس امر کی تصدیق کریں کہ اس واقعہ کی یادداشت ختم ہو چکی ہے۔ (اگر آپ کو واقعہ کا علم نہ ہو تو صرف اس واقعہ کی بنیادی وجہ کا نام لیں)۔ پھر ذہنی طور پر ”چھ، کوہرے“ اور ”سے، ہے، کی“ بتائیں اور تین مرتبہ سہل کا نام پکارتیں اور جذبہ ذہنی و فانی پہنک دیں۔ ذہن خوف کے علاج کے لئے بھی یہی طریقہ کار استعمال کریں اور خوف سے متعلق موزوں تصدیقی فقرہ کہیں۔ اگر آپ ماضی کے حوالے سے فاصلاتی علاج کر رہے ہیں تو پھر یہ طریقہ درج ذیل مراحل پر مشتمل ہوگا۔

- 1- مطلوبہ شخص کا تصور کریں یا اس کا نام پکارتیں۔
- 2- ”ہوں، شاؤ، ڈے، شو، فن“ ذہنی طور پر بتائیں اور سہل کا نام تین مرتبہ پکارتیں۔
- 3- ”چھ، کوہرے“ ذہنی طور پر بتائیں سہل کا نام تین مرتبہ پکارتیں اور یہی دیں۔
- 4- اب تصدیقی فقرہ کہیں اور ”ہوں، شاؤ، ڈے، شو، فن“ دو بار بتائیں اور تین مرتبہ سہل کا نام پکارتیں اور متعلقہ ذہن خوف ختم کرنے اور اس کے علاج کے لئے یہی کہیں۔

اگر آپ ماضی کے حوالے سے خود اپنا علاج کرنا چاہتے ہیں تو ان مراحل پر عمل کریں۔ علاج کے لئے کوئی ایک مخصوص معاملہ سوچیں۔ پھر ذہنی طور پر ”ہوں، شاؤ، ڈے، شو، فن“ بتائیں اور تین مرتبہ سہل کا نام لیں۔ اب اس معاملے کی وجہ پر غور کریں اور ماضی کا کوئی واقعہ جو ہو سکتا ہے۔ یادداشت سے اس معاملے کے اخراج کے لئے تصدیقی فقرات کہیں۔ ”سے، ہے، کی“ اور ”چھ، کوہرے“ استعمال کریں اور تصدیقی فقرات دو بار کہیں۔

### مستقبل

مستقبل میں رہنما ارسال کرنے کے لئے آپ تل استعمال کر سکتے ہیں۔ اگر آپ کو اس امر کا علم ہو کہ آپ مستقبل میں کوئی اہم سرگرمی میں حصہ لیں گے اور آپ کو اس واقعہ کی تاریخ اور وقت کا علم ہو، آپ اس واقعہ کو بھی ارسال کر سکتے ہیں تاکہ وہ وقت آنے پر رہنما آپ کی مدد کے لئے موجود ہو۔ آپ اپنے مقاصد کو طاقور بنانے کے لئے بھی رہنما ارسال کر سکتے ہیں۔ اگر

آپ کو کسی مخصوص مقصد میں کامیابی کے حوالے سے رکاوٹ کا سامنا ہو تو اس کا عموماً یہ مطلب ہوتا ہے کہ اس چیز کے حصول کے قبل علاج کی ضرورت ہے۔

اپنے مقصد کو واضح نام دیں اور اسے کاغذ پر لکھیں یا اسے بیان کریں۔ اگر مقصد کا کسی تاریخ سے تعلق ہو تو تاریخ بھی واضح لکھیں۔ پھر ”ہوں، شاؤ، ڈے، شو، فن“ اور ”چھ، کوہرے“ بتائیں اور تین مرتبہ ان کے نام لکھیں۔ روزانہ بیس منٹ یا اس سے زیادہ وقت اس کاغذ کو دیکھیں دیں۔ اپنے مقصد کے حصول کے لئے مادی کوشش لگاتا جاری رکھیں۔ آپ کو ہر چیز بھتر کام کرنی ہوئی دکھائی دے گی۔ ہر کام میں بھتری نظر آئے گی۔ اگر مقصد کی بھتری سے مطابقت ہوئی تو آپ اسے حاصل کر لیں گے۔ اگر آپ اپنے مقصد کے حوالے سے واقعی سنجیدہ ہیں اور آپ اس کے حصول کے لئے سخت محنت کرنا چاہتے ہیں اور یہی دینے پر بھی صرف کرتے ہیں تو اس کے لئے درج ذیل طریقہ بہترین رہے گا۔

- 1- ایک کاغذ لیں۔ اس پر ہر ایک مقصد اور ضروری تفصیلات لکھ لیں۔ ہر مقصد کو نمبر لکھیں یعنی شمار کریں۔
- 2- ہر نمبر کاغذ کے بعد ادر ہر رات سونے سے قبل 15 منٹ تک اس کاغذ کو دیکھیں۔
- 3- رہنما دیتے وقت مقصد کا تصور کریں اور اس کے بارے میں جذبہ تاجا کر کریں یعنی ان احساسات کا تصور کریں جو آپ اس مقصد کو حاصل کرنے پر کریں گے۔ ہر مقصد کے لئے اس طرح کریں۔

- 4- آپ ہر مقصد کے لئے یہی یعنی ”ہوں، شاؤ، ڈے، شو، فن“ اور ”چھ، کوہرے“ بھی استعمال کر سکتے ہیں۔

درج بالا طریقہ مثبت فکر، ذہنی تعلق اور رہنما کی کاخراج ہے۔

ریکی کے ساتھ پروگرامنگ

### Programming With Reiki

فرض کریں کسی شخص کو کل 3 بجے سپر ریکی کی ضرورت ہے، وہ آپ سے ریکی دینے کے لئے کہتا ہے لیکن آپ کو علم ہے کہ آپ اس وقت مصروف ہوں گے۔ اس صورت میں آپ یہ ارادہ کریں کہ یہ ریکی اس شخص کو مطلوبہ وقت یعنی 3 بجے پر جائے گی، آپ ابھی ریکی دے سکتے ہیں۔ اگر آپ کو کچھ وقت کے بارے میں علم نہیں ہے تو پھر آپ اس کا ذکر اس طرح کر سکتے ہیں کہ کل جس وقت بھی مخصوص واقعہ شروع ہو۔ اس طریقہ کو ریکی کے ساتھ پروگرامنگ (Programming With Reiki) کہا جاتا ہے۔

گروہی قاصداتی علاج

### Group Distance Healing

جب کسی مخصوص شخص کو ایک سے زیادہ افراد کی ارسال کر رہے ہوں تو اسے گروہی قاصداتی علاج کہا جاتا ہے۔ گروہ ایک ہی وقت میں مختلف اوقات میں ریکی بھیج سکتا ہے۔ وہ سب ایک ہی جگہ ہو سکتے ہیں یا اپنی اپنی جگہ پر بھی ہو سکتے ہیں۔ عموماً ایسا ہیگائی صورت حال میں کیا جاتا ہے۔

### داڑھہ علاج Healing Circle

چار یا پانچ لوگ ایک دائرے میں اس طرح بیٹھتے ہیں کہ ان کا بایاں ہاتھ موصول کرنے والی حالت ہوتا ہے۔ جب کہ دایاں ہاتھ دینے والی حالت میں ہو (موصول کنندہ کی حالت میں آپ کی پھیلی اور پر کی جانب ہوتی ہے۔ جبکہ دینے والی حالت میں آپ کی پھیلی کا زرخ پیچے ہوتا ہے)۔ آپ کے بائیں طرف والے شخص کا دایاں ہاتھ آپ کے بائیں ہاتھ پر ہوگا۔ اور آپ کا دایاں ہاتھ آپ کے دائیں طرف بیٹھے شخص کے بائیں ہاتھ کے اوپر ہوگا آپ سب لوگ کسی

مخصوص شخص کے لئے قاصداتی علاج کریں گے۔ جب آپ ریکی دینا ختم کر دیں تو آپ اپنی آنکھیں کھول سکتے ہیں اور ہاتھ چھوڑ سکتے ہیں۔ ہیگائی صورت حال میں گروہی علاج کافی مؤثر رہا ہے۔

مردے کا علاج

اس سے مراد یہ نہیں ہے کہ کسی مردے کا علاج کیا جائے۔ ہم ان لوگوں کا علاج کر رہے ہیں جن کا مرے ہوئے لوگوں سے تعلق ہوتا ہے۔ کسی ایسے کیسے ہوتے ہیں کہ لوگوں کو مرے ہوئے افراد سے وابستگی کی بنا پر کوئی مرض لاحق ہو جاتی ہے۔ ایک شخص کی وابستگی مثبت یا منفی دونوں طرح کی ہو سکتی ہے۔ مثبت وابستگی سے مراد یہ ہے کہ ایک شخص مردہ فرد کو بہت زیادہ یاد کرتا ہے یا یہ کہ مرے ہوئے شخص نے اس کے ساتھ کوئی زیادتی کی ہوتی ہے اور اب آپ کا مریض اس مردہ شخص سے انتقامی خیالات رکھتا ہے۔ یہ منفی وابستگی کی صورت ہے۔ اس صورت حال میں مریض سے کہیں کہ وہ مردہ فرد کا تصور قائم کرے اور اپنی خواہش مردے سے بیان کرے۔ اس طرح دل و دماغ سے وزن کم ہو کر شروع ہو جائے گا۔ تاہم اس قسم کی ہیلتھ میں کئی ایک پیشین کی ضرورت ہوتی ہے۔

ماسٹر سبیل

ماسٹر سبیل کے بغیر کوئی بھی ریکی انیٹونمنٹ (Attunement) نہیں دتی جاتی۔ اس سبیل کو علاج کے لئے اضافی طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔ زیادہ تر اسے انیٹونمنٹ کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔ اس ماسٹر سبیل کو صرف ان دو کیسوں میں استعمال کریں۔

☆ اگر کسی شخص کا کافی عرصہ سے علاج کر رہے ہوں لیکن آپ کو کوئی واضح تبدیلی نظر نہ آ رہی ہو۔

☆ اگر آپ کسی ایسے شخص کا علاج شروع کرنے والے ہوں جو کافی عرصہ سے کئی بیمار یوں کا شکار رہا ہو۔ اس سبیل کو استعمال کرنے کے لئے آپ جسم کے جس حصے کا لمس

کے ذریعے علاج کر رہے ہوں اس صے پر یہ سبیل بنائیں۔ اگر آپ کا صلائی علاج کر رہے ہوں تو اس سبیل کو "ہون، شازے، شوئن" اور "چو، کورے" کے ساتھ یا تو ذیلی طور پر بنائیں یا کاغذ پر بنائیں۔

اپنے ہاتھوں کو انرجائز (Energise) کرنے کے لئے مشق

مکمل جسم کے علاج سے قبل ہاتھوں کو انرجائز کیا جاسکتا ہے۔ (یعنی ہاتھوں میں شفا بخشی کی قوت ڈالی جاسکتی ہے) اپنا علاج یا دوسروں کا علاج کرنے سے قبل ریکی بکس (Box) کو ریکی دینے سے قبل یا فاصلاتی علاج شروع کرنے سے پہلے ہاتھوں کو انرجائز کیا جاسکتا ہے۔ آپ کے ہاتھوں کو انرجائز کرنے کے لئے ایک سادہ سی تکنیک ہے۔

وصول کرنے والی حالت (یعنی تھیلیاں اوپر کی جانب) میں اپنے ہاتھ تھنوں پر رکھ کر آرام دہ حالت میں بیٹھ جائیے۔ تصور کریں کہ آپ کے اوپر سفید روشنی کی لہر (Beam) شعاع پڑ رہی ہے۔ تصور کریں کہ یہ سفید روشنی آپ کے سر پر پکرا (Crown Chakra) میں داخل ہو رہی ہے۔ چند منٹوں تک یہی ارتعاز برقرار رکھیں۔ اس طرح آپ اپنے کراؤن پکرا کو انرجائز کر رہے ہیں۔ (قوی ہمارے ہیں) اب اپنی توجہ تھیلیوں پر مرکوز کریں۔ تصور کریں کہ اوپر سے سفید روشنی کی دوہم (Beam) آپ کے ہاتھوں پر پڑ رہی ہیں اور انہیں چارج کر رہی ہیں۔ چند منٹوں کے بعد آپ اپنی تھیلیوں کو یا تو ہماری تھلیوں کریں گے یا پھر گرم تھلیوں کریں گے۔ آپ اپنا دونوں تھیلیوں پر "چو، کورے" بھی بنا سکتے ہیں۔ اب آپ کے ہاتھوں میں شفا بخشی کی قوت آچکی ہے۔ جس سے آپ اپنا یا دوسروں کا علاج کر سکتے ہیں۔

تصور یا رنگوں کے ساتھ کام کرنے کو پسند کرنے والے افراد کے لئے ہاتھوں کو شفا بخش قوت کا حامل بنانے کے لئے ایک اور تکنیک بھی ہے۔

جھیل تکنیک کے مطابق دوبارہ اسی حالت میں بیٹھ جائیں۔ تصور کریں کہ آپ کے کراؤن پکرا پر سفید روشنی کی لہر پڑ رہی ہے، چند منٹوں تک اسی تصور کو برقرار رکھیں۔ اسے نیچے

لاتے جائیں۔ مرکزی جھیل تک لے جائیں۔ ہارٹ پکرا تک لے آئیں۔ تصور کریں کہ یہ سفید روشنی گلابی رنگ میں تبدیل ہو چکی ہے اور ہارٹ پکرا میں داخل ہو چکی ہے۔ اسی طرح دوبارہ تصور کریں کہ سفید روشنی اوپر سے آ رہی ہے۔ اس روشنی کو نیچے مرکزی جھیل گئے کے پکرا تک لے جائیں اور تصور کریں کہ یہ سفید روشنی نیلی روشنی میں تبدیل ہو چکی ہے۔ ایک مرتبہ پھر یہ تصور کریں کہ اوپر سے سفید روشنی آ رہی ہے جو آپ کے کراؤن پکرا میں داخل ہو رہی ہے۔ اب اس روشنی کو نیچے مرکزی جھیل تیسری آنکھ کے پکرا تک لے جائیں اور تصور کریں کہ یہ نیلیوں indigo میں تبدیل ہو چکی ہے۔ اپنے ہاتھ ہارٹ پکرا پر (کپ کی حالت میں) لائیں اور تصوری تصور میں اپنے ہاتھوں کو گلابی روشنی سے بھر لیں۔

اب ہاتھوں کو آرام سے گئے کے پکرا کے سامنے لائے۔ تصور کریں کہ آپ کے ہاتھ نیلی روشنی سے معمور ہوتے جا رہے ہیں۔ اس کے ساتھ ساتھ گلابی روشنی کو بھی ملاتے جائیں۔ اس کے بعد اپنے ہاتھ تیسری آنکھ کے پکرا کے سامنے لائیں اور تصور کریں کہ نیلیوں indigo روشنی کا آپ کے ہاتھوں میں پہلے سے موجود طاقت سے اخراج ہو رہا ہے۔ اس طریقے سے آپ کے ہاتھوں میں شفا کی طاقت میں بہت زیادہ اضافہ ہو جائے گا۔

آپ یہ کام روزانہ بھی کر سکتے ہیں کیونکہ اس سے آپ کے ہاتھ پھر ان چارج رہیں گے۔ شفا کی قوت کے حامل اپنے ہاتھوں سے آپ اپنا اور دوسروں کا علاج کر سکتے ہیں۔ اس کے لئے مریض کا ہاتھ "اپنے ہاتھوں کے درمیان" رکھیں۔ "ہاتھوں کے درمیان" سے مراد یہ ہے کہ اپنے دونوں ہاتھ 6 انچ کھلے رکھیں، تھیلیاں آگے سامنے ہوں۔ اب ان تمام لوگوں (مریضوں) کا تصور کریں، جن کا آپ علاج کرنا چاہتے ہیں کہ وہ آپ کے ہاتھوں کے درمیان میں ہیں۔ آپ صرف "ہون، شازے، شوئن" اور "چو، کورے" بنائیں۔ اگر آپ کے پاس مزید وقت ہو تو آپ ہر شخص کے لئے انفرادی طور پر کام کر سکتے ہیں۔ اس کے لئے آپ ہر فرد کے لئے مخصوص سبیل استعمال کریں اور مختلف تعداد تہی فقرات کہیں۔



## پکرا کو از جائز کرنا یعنی پکرا میں شفا کی قوت ڈالنا

ذیل میں ایک ایسی سادہ سی تکنیک دی جا رہی ہے جس سے آپ اپنے پکرا ز میں شفا کی قوت ڈال سکتے ہیں۔ آپ یہ کام ان دنوں میں بھی کر سکتے ہیں جب آپ اپنے مکمل جسم کا علاج نہ کر سکتے ہوں۔ (لیکن اسے مکمل جسم کے علاج کا قہار قرار نہیں دیا جاسکتا) یہ ورزش کھڑے ہو کر کی جاتی ہے۔ اپنے ہاتھ وصول کرنے والی حالت میں لائیں۔ اپنی آنکھیں بند کر لیں اپنے آپ کو ریلیکس (Relax) کرنے کے لیے چند گہرے سانس لیں۔ اب تصور کریں کہ سنہری روشنی کی شعاں میں آپ کے کراہن پکرا میں داخل ہو رہی ہیں اور شفا کی قوت دے رہی ہیں۔ روشنی کی ان شعاں کو اپنے تمام پکرا تک لے جائیں۔ اپنے ٹخنوں میں، پھر پاؤں کے نیچے پکرا ز میں، اور آخر میں زین پر لے جائیں۔ مرکزی جھکی پر پلکے پن کا احساس کریں۔ یہ ورزش آپ کو پُر سکون کر دینے کے لیے بھی بہترین ہے۔ (یعنی جب آپ کے ذہن میں کسی سرگرمیاں جا رہی ہوں اور آپ ذہنی طور پر کسی امور یا اشیاء پر غور کر رہے ہوں)

## رہنما ہنگامہ کون

اس مراقبے کا اصل مقصد چار سہولتیں یعنی ”ذاتی کو میو“ ہون، ”شاؤے شوہن“ سے ہے، ”کی“ اور ”چو کوہوے“ پر ذہنی اور کھانا کرنا ہے۔ یہ مراقبہ اس صورت میں بہترین قرار دیا جاتا ہے جب آپ مکمل طور پر پُر سکون حالت میں ہوں۔

## رہنما ہنگامہ کون

کسی پُر سکون جگہ پر آرام وہ حالت میں بیٹھ جائیں۔ آپ کے ہاتھ وصول کرنے والی حالت میں ہوں۔ اپنی آنکھیں بند کر لیں اور تین گہرے سانس لیں۔ تصور کریں کہ سنہری روشنی میں گہرے ہوئے ہیں۔ (آپ اپنے جسم کے خاکے کا تصور بھی کر سکتے ہیں جو سنہری روشنی میں مکمل گہرا ہوا ہے)

## رہنما ہنگامہ کون

اپنی آنکھیں بند رکھتے ہوئے دائیں ہاتھ سے اپنے سامنے ”ذاتی کو میو“ سہیل بنائیں۔ (اگر آپ کا غالب ہاتھ بائیں ہے تو بائیں ہاتھ سے سہیل بنائیں) تین مرتبہ سہیل کا نام لیں۔ (آپ یہ سہیل ذہنی طور پر بھی بنا سکتے ہیں)

## رہنما ہنگامہ کون

اب تصور کریں کہ یہ سہیل سنہری ہے۔ پانچ منٹ تک اس سہیل کا تصور قائم کریں۔ ذہن میں اگر دوسرے خیالات آئیں تو یہ خیالات آپ کے سامنے سہیل کی کوئی بات نہیں۔ صرف اس بات سے آگاہ رہیں کہ آپ کو اب بھی خیالات آرہے ہیں۔ لیکن پھر وہ بارہا اپنے سامنے سہیل پر اپنی توجہ مرکوز کر دیں۔ (مشق کے ساتھ ساتھ اس میں بہتری آتی جائے گی) جو لوگ اس طرح تصور نہ کر سکیں اور ان کے لیے ایسا کرنا مشکل ہو۔ وہ ایک کاغذ پر یہ سہیل بنائیں۔ اپنی آنکھیں اس سہیل پر مرکوز کر دیں اور پُر سکون ہو جائیں۔ اس سہیل پر توجہ مرکوز رکھیں اور آنکھیں بند کر لیں۔

## رہنما ہنگامہ کون

پانچ منٹ بعد تصور کریں کہ سہیل سنہری روشنی کے حلقے میں داخل ہو رہا ہے۔ یہ سنہری حلقہ آپ کے اوپر محیط ہے۔ توجہ واپس آنکھوں پر مرکوز کر دیں۔

## رہنما ہنگامہ کون

”چو کوہوے“، ”ہون“، ”شاؤے شوہن“ اور ”ے، ہے، کی“ استعمال کرتے ہوئے دوسرے تیسرے اور چوتھے سہیل کو برا بنائیں۔

## رہنما ہنگامہ کون

تمام سہلو (Symbols) پر مراقبہ کرنے کے بعد، آپ میں حقیقی شفا کی طاقت آ جائے گی۔ آپ یہاں مراقبہ روک سکتے ہیں۔ لیکن اگر آپ کے پاس وقت ہو اور آپ فاسلانی علاج کرنا

چاہتے ہوں، یا اپنے مقاصد کو انہی بھیجنا چاہتے ہوں تو مراقبہ جاری رکھیں۔ خاموشی سے اپنے مقاصد اپنے آپ سے بیان کریں۔ اپنے ذہن میں ان مقاصد کی تصویر بنائیں۔ تصور کریں کہ آپ یہ مقاصد پہلے ہی حاصل کر چکے ہیں۔ اس کے ارد گرد چاروں رخی سہل بنائیں۔ سب سے اوپر ”ذاتی کوہنہ“ بنائیں، دائیں جانب ”چوہوہرے“ بنائیں۔ نیچے ”سے، ہے، کی“ بنائیں اور تصویر کے بائیں جانب ”ہون، ہنڈاؤ، شوہن“ بنائیں۔ اس غریبہ پر اپنی توجہ کئی منٹ تک یا زیادہ دیر تک مرکوز رکھیں۔ ساتھ ہی یہ تصور کریں کہ آپ مقصد حاصل کر چکے ہیں۔ ہر ایک مقصد یا علاقہ کے لئے اسی طرح کریں۔ اس غریبہ پر یہ کام مکمل کرنے کے بعد یہ کہیں۔ ”آگر ابدی پیار و دانائی کے ساتھ یہ ممکن ہے تو اسے ہونے دیں۔“ پھر تھکیل کے احساسات کے ساتھ روشنی کے حلقے میں یہ غریبہ بھیجیں۔ خیال کریں کہ یہ طریقہ کار مکمل ہو چکا ہے اور آپ کا مقصد قائم ہو چکا ہے۔ (ان لوگوں کے لئے جو تصور قائم نہیں کر سکتے یا ان کے لئے تصور قائم کرنا مشکل ہو، ایک کاغذ پر صرف اپنا مقصد یا علاقہ لکھیں۔ مقصد اس طرح لکھیں گویا کہ یہ مقصد حاصل ہو چکا ہے۔ ساتھ ہی چاروں رخی سہل بنائیں۔ اس کا ٹکڑا اپنے دو ذوق ہاتھوں کے درمیان قram لیں۔



## کریٹل گرڈ Crystal Grid

گیتوں (چتروں) کو اس لئے استعمال کیا جاتا ہے۔ کیونکہ ان میں شفا کی خوبیاں ہوتی ہیں۔ وہ انہی میں اضافہ کرتے ہیں۔ ان کی پروگرامنگ بھی کی جاسکتی ہے۔ آپ گیتوں کا استعمال اس صورت میں کر سکتے ہیں۔ جب آپ کی ایک نئی شے کو یاد دینا چاہتے ہوں جو آپ کے لئے درحقیقت اہم ہو۔ یہ ہنگامہ صورت حال بھی ہو سکتی ہے۔ آپ ہر وقت بھی ریکی بھیج سکتے ہیں لیکن یہ عملی طور پر ممکن نہیں ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ہم گیتوں کا استعمال کرتے ہیں۔ یا ایسے چار بن شدہ اور موثر گیتے ہوتے ہیں۔ جنہیں آپ اپنے ارادوں کو انہی بھیجے کے لئے استعمال کر سکتے ہیں۔ ایک دفعہ جب آپ گیتے چار کر لیں۔ تو یہ گیتے آپ کے ارادوں کو شفا کی انہی بھیجنا جاری رکھیں گے جب کہ آپ اپنا کام کر رہے ہوں گے۔

بلاشبہ آپ کے ارادوں کو جانے والی یہ انہی آپ کی اپنی شفا کی انہی کی مانند نہیں ہوتی۔ ان گیتوں کو روزانہ چار کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ ریکی کرڈ تیار کرنے کے لئے آپ کو آٹھ گیتوں کی ضرورت ہوتی ہے۔ جب آپ کوئی غریبہ چاہتے ہیں تو اسے صاف کرنے کی ضرورت ہوتی۔ کیونکہ گیتوں کی پروگرامنگ آسانی سے کی جاسکتی ہے۔ یہ گیتے لوگوں کے لمس سے ان کے خیالات کی انہی سے متاثر ہوتے ہیں۔ آپ انہیں نمک میں لٹکین پانی میں رکھ کر صاف کر سکتے ہیں۔ یا ان کے پہلے اثرات شمع کر سکتے ہیں۔ ایک پیالے میں نمک یا لٹکین پانی ڈال لیں اور اس میں گیتے ڈال دیں۔ انہیں پوری رات ڈبوئے رکھیں یا 24 گھنٹے رکھیں۔ انہیں نمک میں رکھنے کے بعد ڈاک کریں کہ یہ آپ کے اعلیٰ روحانی مقصد کے لئے صاف شفاف ہو جائیں۔

اس کے بعد آپ کو ریکی کرڈ کے لئے ایک جگہ ضرور تیار کرنی چاہئے۔ یہ کوئی مقدس جگہ بھی ہو سکتی ہے اور کوئی عام جگہ بھی ہو سکتی ہے مثلاً یہ جگہ آپ کے گھر میں بھی ہو سکتی ہے۔ کوئی الماری وغیرہ بھی ہو سکتی ہے۔ پیالے سے گیتے باہر نکالیں۔ نمک نکال دیں اور انہیں تازہ ہونے دینے پانی میں دھوئیں۔ انہیں خشک کر کے اپنے ہاتھوں کے درمیان رکھیں۔ اب آپ کو انہیں



## بذریعہ دیکھی نفسیاتی جراحی یعنی روحانی آپریشن

نفسیاتی جراحی حقیقی جراحی نہیں ہوتی بلکہ یہ اوراد صاف کرنے کی ایک شدیدہ شکل ہوتی ہے۔ اگر آپ کو یہ احساس ہو کہ آپ کی طبیعت بہت حساس ہے اور آپ بڑھکی بڑی میں کمزوری محسوس کرتے ہیں تو یہ تکنیک استعمال نہ کریں۔ یہ تکنیک قسط پر بھی انجام نہیں دی جاسکتی۔ آپ کا سر بیض جسمانی طور پر آپ کے پاس موجود ہونا چاہیے۔ حقیقی فکر کی انرجی جو عموماً منفی خیالات و احساسات سے بنتی ہے، زندگی کی طاقت (Life Force) کی روانی میں رکاوٹ ڈالتی ہے اور یہ بیماریوں کی وجہ ہے۔ یہ غیر مادی منفی توانائی ایک مخصوص شکل اختیار کر لیتی ہے اور جسمانی اعضا و پیکر انزاد اوراد کے ارد گرد موجود ہوتی ہے۔ اسے درج ذیل تکنیک کے ذریعے بنایا جاسکتا ہے۔

1- یہ طریقہ شروع کرنے سے قبل آپ کو اپنے جسم کے متاثرہ حصوں سے آگاہ ہونا چاہیے اس کے علاوہ اگر آپ مسئلے سے متعلق ذاتی معاملات سے آگاہ ہیں تو اس سے آپ کو علاج میں مدد ملے گی۔

2- طریقہ کو کمری پر بٹھائیں، پیچھے منہ کر اپنے دونوں ہاتھوں پر "ڈائی کوئیٹ" سمیل بنا سیں اسی طرح "چوکور" سے "بائیں" اپنے حلقہ کے لئے اپنے جسم کے سامنے

"چوکور" سے "بائیں" پھر اپنے بائیں پیکر اور کراڈن پیکر پر "چوکور" سے "بائیں" اپنی جسمانی اگلیاں سمیٹ کر "رنگی کی اگلیاں" پھیلا سیں۔ تصور کریں کہ آپ انگلیوں کو

ہوا میں 6 سے 8 انچ تک لمبا کر رہے ہیں۔ اپنی لمبی انگلیوں کے کناروں کو تھپک دیں۔ اور تصور کریں کہ آپ حقیقت میں انہیں محسوس کر رہے ہیں۔ انگلیوں کے آخری سے پر

"چوکور" سے "بائیں" اسی طرح دونوں ہاتھوں پر کریں۔

4- یہ تکنیک علاج ایسی محبت و درافش سے ہوتا ہے جو داخلی و خارجی اچھائی سب سے متعلق ہے جہاں تک رکاوٹ ہے وہاں "اوراد" پر "چوکور" سے "بائیں"۔

6- منفی انرجی کو اپنی بڑھی ہوئی رنگی انگلیوں سے باہر نکالیں اور اسے لوہے پھوڑ دیں۔

حقیقی انرجی سمیٹنے کے اس عمل میں اپنا فہم استعمال کریں۔

7- منفی انرجی کو بناتے ہوئے بہت احتیاط سے کام لیں۔ اوراد کے نزدیک بہت زیادہ گہرے سانس نہ لیں۔ جب آپ منفی انرجی خارج کریں تو سانس خارج کرنے کو بند نہ کریں۔

8- کل تک منفی انرجی باہر نکھینچنا جاری رکھیں۔ جب آپ ایسا کریں گے تو آپ جسم کے متعلقہ حصے میں تبدیلی محسوس کریں گے۔ اس کا مطلب ہے کہ آپ ترقی کر رہے ہیں۔ متاثرہ حصے کے مختلف زاویوں اور اطراف سے منفی انرجی نکالنے کی کوشش کریں اس کام کے لئے کہ کیا کرتا ہے اور کس طرح کرتا ہے، اپنے وجدان سے مدد لیں اپنے وجدان سے مدد لینے کے لئے رنگی مراقبات کریں اور وقتی فوائد اپنے رنگی استاد سے رہنمائی حاصل کرتے رہیں کیونکہ رنگی میں استاد ہی سب کچھ ہوتا ہے۔ جو آپ کو تاحیات دیکھی پاور فرانسز کرتا ہے۔

9- چارے پانچ منٹ اس طرح کرنے کے بعد، اسی فرد سے پوچھیں کہ وہ کیسا محسوس کر رہا ہے۔ آہستہ آہستہ اس کی منفی انرجی کی شکل میں کوئی تبدیلی ہوئی ہے۔ اگر اس کی شکل ختم ہو جائے تو سمجھیں آپ نے یہ حصہ انجام دے دیا۔ اگر (منفی انرجی) جزدی طور پر موجود ہو تو منفی انرجی باہر نکھینچنا جاری رکھیں۔ حتیٰ کہ وہ شخص خود یہ بتائے کہ یہ عمل طور پر چاہنکی ہے یا یہ مثبت انرجی سے باہم تبدیل ہو چکی ہے۔

10- اگر آپ یہ محسوس کریں کہ کئی منٹوں کے بعد بھی منفی انرجی ابھی تک موجود ہے۔ تب آپ کو جسم کے متعلقہ حصے سے بات کرنا ہوگی۔ یہ جاننا ہوگا کہ جسم کے کس حصہ کو علاج کی ضرورت ہے۔ اس مقصد کے لئے متاثرہ حصے پر "دے" کی "بائیں" اس حصے پر اپنے ہاتھ رکھیں اور براہ راست اس حصے سے مخاطب ہو کر رہنمائی طلب کریں۔ یہ پوچھیں کہ منفی انرجی خارج کرنے کے لئے کیا کوئی تہی ہے۔

- 11- اس اطلاع کو وصول کرنے اور اس پر عمل کرنے کے بعد اضافی نفسیاتی جراثیمی جاری رکھیں۔ یعنی نفی انری باہر نکالیں اور فرد سے نتائج پوچھتے رہیں۔
- 12- بعض اوقات ایک ہی سیشن میں تمام نفی انری خارج ہو جاتی ہے۔ جب کہ دوسرے اوقات میں اخراج کا عمل شروع ہو جاتا ہے اور کئی گھنٹوں یا دنوں تک جاری رہتا ہے۔
- 13- اس کے بعد اس سے کو کھلائی فوت سے بھرنے کے لئے ریکی سے علاج کرنا چاہیے۔
- 14- علاج فتم کرنے کے لئے (سربراہ کرنے کے لئے) "چھو، کورے" استعمال کریں۔
- 15- پھر اپنے اور متعلقہ شخص کے درمیان رابطہ فتم کرنے کے لئے "راکو" سبلی استعمال کریں۔ یہ اس طرح انجام دیا جاتا ہے۔ اپنے اور متعلقہ شخص کے درمیان ہوا میں تین مرتبہ "راکو" بنا لیں اور تین دفعہ اس کا نام پکاریں (یعنی قبل کا نام) اپنی "ریکی کی اگلیاں" پیچھے دھکیل کر اٹھیں کر لیں۔
- 15- ہاتھوں کی تمام باتیں استعمال کرتے ہوئے آپ مکمل جسم کا علاج جاری رکھ سکتے ہیں
- ریکی ہانگ کے لئے عمومی ہدایات برائے علاج
- کسی مخصوص مرض کے علاج کے لئے ضروری پوائنٹس درج ذیل جدول میں ظاہر کئے گئے ہیں۔ جیسا کہ ذکر کیا گیا ہے کہ علاج کے لئے یہ ضروری پوائنٹس ہیں۔ اس لئے آپ انفرادی کس کی صورت میں مزید پوائنٹس بھی شامل کر سکتے ہیں۔
- ضروری پوائنٹس کی جدول یہ ہے

انری	سر کے تمام پوائنٹس سمجھو، گردے
جڑوں کا درد	ریجہ کی ہڈی، جگر کی ہڈی، ہمارا گردے، متاثرہ
دسم	انری کے پوائنٹس
گردہ	ہمارا پیٹ کا درد
کمر کے دھم	مکمل گردہ گردان کے اطراف۔

فٹل قورہ	آنکھیں، کچلی اور خدشاہ۔
چرے کا قورہ	مسواڑوں کا متعلقہ حصہ، کانوں کے پیچھے۔
مسواڑوں سے خون کا اخراج	سر کے پوائنٹس، منہ کے اطراف۔
دماغی رسوبی اور دماغی فطرات	سر کے پوائنٹس پر زیادہ وقت صرف کریں۔
ٹوٹی ہوئی ہڈیاں	متعلقہ حصے کا علاج کریں۔
دسم زخروہ	دسم اور انری کے مطابق
جل جانا	متاثرہ حصے پر ہاتھ رکھیں جب تک کہ درد ختم نہ ہو جائے
سرطان (کنسر)	مکمل جسم متاثرہ حصے پر اضافی 30 منٹ
دوران خون یا خون کے سسکی	پاؤں، گھٹنے، رانوں کا اور پورا لحد
سر دی اور سر دی سے پیدا شدہ امراض کے علاج کے لئے	سر کے پوائنٹس، سمجھو، ریجہ کی ہڈی، ہمارا، (کم از کم تین دن علاج کے ضرورت ہوتی ہے)
زخموں کے علاج کے لئے	خون کا اخراج روکنے کے لئے، دھم کا منہ بند کر دیں۔ کافی مرتبہ یعنی گھنٹہ سے علاج کریں۔
بیماریاں	کانوں پر ہڈی مارنا۔
آنکھ کا درد، پیٹھ کا درد	آنکھیں، سر کی ہڈی
قربانی (خیر)	ریجہ کی ہڈی
نفسیات	کوی تھوڑا تھوڑا آنکھ کے پتھر پر زیادہ مقدار سے "ت" ہے، کی "استعمال کریں۔
سر (مری)	سر کے پوائنٹس
بھار رحم	دل اور ریجہ کی ہڈی، ہمارا، آنکھیں، سمجھو
بہنشی اور فوجی انزاک	دل اور ریجہ کی ہڈی، ہمارا، گردے
ہڈی ٹوٹ جانا (فریکچر)	ٹوٹی ہوئی ہڈیوں کے مطابق
سر دی سے متاثرہ جانا	کوی تھوڑا تھوڑا متعلقہ حصہ مکمل جسم

ختم (نشان دہانے کا اثر)	سر کے پائٹس، دل میں جھک جاتی، ہمارا
سرور	سر کے پائٹس، دل میں ہمارا
سر کے اطمینان	سر رکھتی تھو
دل کا درد (بارت اٹیک)	دل میں جھک جاتی، تھو، ہمارا
دل کی دگر چار چار	ایسا
تھو	تھو
پائٹس (پائٹس)	کھل جاتا
درد بڑھو	کھا
ساعت اور یادداشت	کان، کتیاں
کھانا	کھانا، رائی، ہمارا
پائٹس	کھل جاتا، تھو، ہمارا
کھا	تھو، کھا
کھا	دھواں، طرف، تھو، تھو
زبان	پاؤں، تھو، تھو، تھو
پائٹس	20 تھو، تھو، تھو، تھو
درد بڑھو	ہمارا، تھو، تھو، تھو

ضروری پائٹس کے بارے میں متوجہ ہونا چاہیے کہ آپ کو آگاہ کر دیا گیا ہے۔ اب مزید تصاویر کی مدد سے رہنما کتاب کو سمجھ لیں تاکہ کتاب میں آپ کو آسانی رہے۔ ہر انسان میں تمام تر کیفیات کا علاقہ ان تصاویر کی مدد سے کر سکتے ہیں۔





مرچو

إِنَّ مَالِكًا كُلِّ مَرْءٍ وَالِدِينَ بِرَحْمٍ فَرَمَا



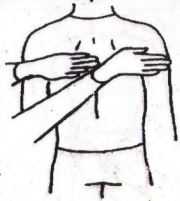


مرچو

ایہ مالک میرے والدین پر رحم فرما۔ آمین







### رنگوں سے علاج

ہر ایک پتلا میں کچھ مخصوص انرژی ہوتی ہے۔ ہر انرژی کو ایک مخصوص رنگ سے ظاہر کیا جاتا ہے۔ یہ رنگ ان رنگوں سے تیز ہوتے ہیں جو تھاری آنکھیں دیکھ سکتی ہیں۔ تمام پتلا ازل کر تو س قرح کے دنگ بناتے ہیں۔ پتلا ازاوران کے متعلقہ رنگ کی فہرست درج ذیل ہے۔

نروٹ پتلا	سرخ رنگ
پارا پتلا	نالا رنگ
رینج کی پٹی کا پتلا	پیلا رنگ
دل کا پتلا	ہنبر رنگ
گلے کا پتلا	نیا آسانی رنگ
تیسری آنکھ کا پتلا	نیلیوں (گہرا نیلا یا گہرا سیاہ)
کراخان پتلا	نارنگی رنگ

### رنگوں سے علاج کے دو طریقے ہیں

- 1- آپ جس پتلا کا علاج کر رہے ہوں صرف اس کا مخصوص پتلا کا رنگ استعمال کریں
- 2- ہر ایک رنگ کی خصوصیات جاننے کے بعد آپ کو ظم ہو جائے گا کہ ہر ایک صورت حال کے لئے کون سا رنگ ہوگا۔ مثلاً اگر آپ جانتے ہیں کہ غیلہ رنگ کی خاصیت یہ ہے کہ امن و سکون دیتا ہے۔ آپ یہ رنگ کسی فرد کے فیسے کے علاج کے لئے استعمال کریں گے۔ ہر رنگ کی خصوصیات پر بحث کرنے سے قبل ہمیں یہ جاننا چاہیے کہ رنگوں کو علاج میں کس طرح استعمال کیا جاتا ہے۔

### علاج کے لئے رنگوں کا استعمال

- 1- اگر آپ بذریعہ جسمانی لمس علاج کر رہے ہیں اور علاج میں رنگوں کا استعمال چاہیے

ہیں تو جہاں آپ نے ہاتھ رکھا ہوا وہاں صرف اس رنگ کا تصور کریں۔ یعنی ذہنی طور پر تصور کریں کہ مخصوص حصے میں رنگ چارہ ہے۔ اگر آپ کو یہ کام پیچیدہ محسوس ہو تو مخصوص حصے کو دو رنگ پیچھے کے ارادے کے ساتھ صرف اس رنگ کا ذہنی تصور کریں۔ اگر آپ کے لئے تصور کرنا مشکل ہو تو صرف اپنے ذہن میں ارادہ ہی کر لیں کہ آپ اس حصے کا اس رنگ سے رنگی کے ذریعے ملانی کرنا چاہتے ہیں۔

2- اگر آپ فاصلاتی ملانی میں رنگ استعمال کرنا چاہتے ہیں تو فاصلاتی طریقے علاج کے تیسرے مرحلے (یعنی متعلقہ شخص کے تصور اور پل بنانے کے بعد سفید روشنی مرئیوں کو بھیجیں اور تصدیقی فقرات کہیں) کے دوران، آپ کسی مخصوص حصے یا عمل شخص پر خاص رنگ ذہل سنتے ہیں۔ اگر آپ اس کا تصور نہ کر سکیں تو صرف اس بات کی تصدیق کریں کہ آپ یہ رنگ بھیج رہے ہیں۔

3- اگر آپ چاہتے ہیں کہ آپ اپنی زندگی میں کسی مخصوص رنگ کے اثر سے فائدہ اٹھائیں۔ تو آپ اپنے طرز زندگی میں اس رنگ کا استعمال کر سکتے ہیں۔ مثلاً اس رنگ کے پٹے پر بننا شروع کریں۔ اس رنگ کی چیزیں استعمال کریں۔

### رنگوں کی خصوصیات

سرخ رنگ: سرخ رنگ براہ راست کام (عمل) کے رد عمل کے لئے ہادی جسم کو تحریک دیتا ہے۔ طاقت، ہمت، استحکام، ہمت، طاقت اور معنی قوت و وقار خصوصیات ہیں۔ جن کا تعلق سرخ رنگ سے ہے۔ یہ سستی دکھائی دے پریشان، ڈر خوف یا بالکل لپار قابو پانے میں معاون ثابت ہو سکتا ہے۔ جو لوگ زندگی سے ڈرتے ہیں (خوف زدہ ہیں) اور وہ محسوس کرتے ہیں کہ دنیا ان کی صورت نکل آئے۔ ان کے لئے یہ بہت معاون ہے۔ سرخ رنگ ایک طاقت ہے۔ زندگی بآگ، جوش و خروش اور ڈرامائی رنگ سے خوف زدہ افراد کے لئے بہت مفید ہے۔ یہ ایک جذبہ، ہمت اور جوش و خروش ہے۔ یہ رنگ مقاصد کی تکمیل کے لئے ضروری تحریک اور طاقت بہم پہنچاتا ہے۔

مالٹا رنگ: یہ ایک گرم اور محرک رنگ ہے۔ اگرچہ یہ سرخ کی نسبت ہلکا ہوتا ہے۔ یہ پرامیدی، ہمت، جذباتی توازن، خود اعتمادی، تبدیلی، جدوجہد، خود ترغیبی، قابل تحیر، جوش و خروش اور احساسی اتحاد کو تحریک دیتا ہے۔ یہ ذہنی برقی چمکدار روشنا بخار، گرم جوش، مزاج اور شہسار ہے۔

پیلا رنگ: پیلا رنگ فہم اور آک کو تحریک دیتا ہے۔ ابلاغ میں معاون ہے۔ اس کا تعلق ذہنی اعتبار، عظیم اور تفصیل کے لئے توجہ، جائزہ، سرگرمی، ذہانت، تعلیمی حصول، انعم و ضبط، ارتقا، مسرت، تعریف، اعلاص اور یکا نگت سے ہے۔ پیلا رنگ وسیع و ظہار اور آزادی عطا کرتا ہے۔ یہ ارتقا اور خوشحالی کی وضاحت کے لئے بہت اچھا ہے۔ اس کا تعلق خوش قسمتی سے بھی ہے۔

سبز رنگ: سبز رنگ احساس توازن، یکا نگت، دامن، امید، نمو اور علاج کے لئے تحریک ہے۔ یہ رنگ فطرت میں ہر جگہ پایا جاتا ہے۔ سکرت اور کائنات کی دوبارہ ابھرنے والی طاقتوں کو ظاہر کرتا ہے۔ یہ بہت ہی اچھا رنگ ہے کیونکہ یہ نہ سکون کر دیتا ہے اور علاج میں مفید ہے۔

نیلا رنگ: قوس قزح کے خطے رنگوں میں سے پہلا رنگ نیلا ہے۔ یہ سوزیت، تحقیقیت، روحانی فہم، یقین اور عقیدت کو تحریک دیتا ہے۔ نیلا رنگ شرافت، وقار، مہربانی اور اطمینان سکون پیدا کرتا ہے۔ یہ درد کم کرنے میں بھی مؤثر ہے۔ ایک بہت غیر معمولی بہت جوش پیچے کے لئے (جنگی نیلی روشنی والا) بلکا نیلا بیلوم بہت نہ سکون کر دینے والا ہوتا ہے۔ مرا تھے کے کرے یا کسی بھی ایسی دوسری جگہ آپ احساس سکون حاصل کرنا چاہتے ہوں یا آپ چاہیں کہ مکمل ماحول پر سکون ہو، کے لئے بھی نیلا رنگ بہترین ہے۔

ارغوانی رنگ (Purple): ارغوانی رنگ کے اثرات نہ سکون، مہر، تسکین اور راحت بخش ہوتے ہیں۔ اس کا تعلق نفسیاتی آگاہی اور وجدان سے ہوتا ہے۔ جب کوئی شخص ارغوانی رنگ کو اپنے پسندیدہ رنگ کے طور پر منتخب کرتا ہے تو وہ مجروح، نہ جوش مستقبل پر مجروحہ کرنے والا، دوسروں کی دنیا میں رنجائش پس جانے کے قابل ہوتا ہے۔ ارغوانی رنگ ہمارے روحانی پس منظر اور

وہ جان کو تھریک دیتا ہے۔ یہ رنگ اس قدر طاقتور ہے کہ کسی کمرے میں مکمل طور پر یہ رنگ کرنا تھوڑا نہیں کیا جاتا۔ لیونڈر (Lavender) یا تاریفی شیفہ بنانے کے لئے سفید رنگ ملا کر اسے بھانکایا جاسکتا ہے۔ اس طرح یا علاج معالجہ کے لئے مخصوص کمرے کے لئے یہ بہترین رنگ ہے۔

**سفید رنگ:** سفید رنگ کو تمام رنگوں پر فوقیت حاصل ہے۔ ہمارے وجود پر اس کے اثرات ادوی احساس، عقل اور عقلی تصور ہیں۔ یہ رنگ چہرے کو صاف شفاف بھی کرتا ہے۔ اس رنگ میں ارتکاز تصور منتقل کرنے کی طاقت کا حامل ہوتا ہے۔ سفید رنگ ہمیں عقلی روحانی ایٹموسفٹ اور ادبی محبت کی جانب لے جاتا ہے۔ یہ رنگ پاکیزگی اور پختل ہے۔

**سیاہ رنگ:** سیاہ رنگ خیالی اور مست و کامل قوت عقل سے محروم (لوگوں) کا مہیا بن ہے۔ یہ سبز نے والا ہے جب کہ سفید وسعت پذیر ہے۔ سیاہ سردیوں کی تاریکی ہے، جہاں زندگی نوا امید ہے اور تخلیق میں ہے۔ تاریکی سے زندگی کا ظہور ہوتا ہے۔ ہمارا تاریکی سے ہی شروع ہوتا ہے اور تاریکی پر ہی ختم ہوتا ہے۔ رنگ بُرے نہیں ہیں سیاہ رنگ باطنی دنیا پر توجہ مرکوز کرتا ہے۔ علاج کے دوران لوگوں کے استعمال کی چند ایک مثالیں درج ذیل ہیں۔

### سرخ رنگ کا استعمال

کسی شخص کا ذہنی بنیاد کے لئے علاج کرنا جب کہ زندگی کی بنیادی طاقت کم ہو۔ چونکہ بنیادی ہتار ریزہ کی ہڈی کے پکڑا (کنڈا یا تھقی پکڑا) میں ہے اس لئے یہ پکڑا اس وقت متاثر ہوتا ہے جب کوئی فرد مایوس ہوتا ہے۔ ریزہ کی ہڈی کے پکڑا کا رنگ سرخ ہے اس لئے آپ سرخ رنگ سے اس پکڑا کا علاج کر سکتے ہیں۔ ریزہ کی ہڈی کا پکڑا (Adrenal Glands) ہکوی نحدہ سے ملتا ہے، اس لئے آپ کو اس حصے کا بھی علاج کرنا چاہیے۔ اس لئے آپ اس حصے پر سرخ رنگ کے لئے توجہ دیں۔ ایک مایوس فرد ہمیشہ عزت نفس، خود اعتمادی اور قوت ارادی کی کمی محسوس کرے گا۔ یہ معاملات ریزہ کی ہڈی سے مربوط ہیں۔ اس لئے ریزہ کی ہڈی کو بھی ضرور ہیلتھ دیں۔ ریزہ کی ہڈی کا رنگ بنایا ہے۔ اس لئے اس پکڑا پر یہ رنگ استعمال کریں۔ اب

آپ کے پاس علاج کے لئے تین پوائنٹس ہیں۔ یعنی ریزہ کی ہڈی کا پکڑا ہکوی (گردے کے پوائنٹ) اور ریزہ کی ہڈی۔ اگر آپ ریزہ کی ہڈی کے پکڑا کا علاج کرنا چاہتے ہیں۔ آپ قیادل طور پر پاؤں کو ہیلتھ دے سکتے ہیں۔ پاؤں میں چھوٹے پکڑا ریزہ کی ہڈی کے پکڑا سے مربوط کرتے ہیں۔ اس لئے ہیلتھ اس مقام پر جانے گی۔

دینی، جس کی کہ چھ ہڈی دباؤ کے لئے عموماً تیسری آٹھ کے پکڑا یا ہارٹ پکڑا کو ہیلتھ کی ضرورت ہوتی ہے۔ جائزہ خود لیں اور دیکھیں کہ متعلقہ شخص کو کسی قسم کی ہیلتھ کی ضرورت ہے۔ اگر آپ دل کی ہیلتھ کا فیصلہ کریں، پھر آپ کو ہارٹ پکڑا کی کچھلی جانب کافی وقت لگانا چاہیے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ جب ہم یہ محسوس کریں کہ کم سے مناسب محبت نہیں کی جارہی۔ یہ وہی پکڑا ہوتا ہے جس میں انسانی کی کمی ہوتی ہے۔ بعض کیسوں میں ہارٹ پکڑا کے ساتھ ساتھ کھنکھن کو ہیلتھ دینے سے فرد کو سکون مل سکتا ہے۔ اگر آپ تیسری آٹھ کے پکڑا کو ہیلتھ دینے کا فیصلہ کریں تو "سے" ہے، "کی" استعمال کریں۔ اس کے بجائے "کامل، چن" (Katsel Chen) استعمال کریں۔ دباؤ کے شکار کسی فرد پر نیلا رنگ استعمال نہ کریں۔ نیلا رنگ برداشت کرنے والا ہے۔ جب کہ ایک مایوس یا دباؤ کا فرد درج ذیل برداشت کرنے والا ہوتا ہے۔ (قوت) وہ لوگ جنہوں نے کروٹاریکی (Karuna) یا نیلارائی ریکی (Tera-Mai Reiki) کی ہے انہیں دباؤ کے شکار فرد پر مارا (Mara) سبیل استعمال کرنے سے گریز کرنا چاہیے۔ یہ سبیل مضبوط بنیاد کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔ ایک مایوس شخص پہلے ہی محسوس کر رہا ہوتا ہے اس لئے اسے مزید پریشان نہ کریں۔

### نیلا رنگ استعمال کرنا

وہ دے علاج کے لئے آپ مریض کے مکمل جسم یا سینے پر نیلی روشنی کا تصور کر سکتے ہیں۔ اگرچہ ہارٹ پکڑا کا رنگ ہنر ہے، آپ نیلا رنگ سکون اور مدد بخشنا کرنے کے لئے استعمال کر رہے ہیں۔ کچھ دیر پہلے رنگ سے علاج کے بعد، دل اور پیچھروں کے لئے ہنر رنگ استعمال

کریں۔ دم کی صورت میں پیچھے والے، دل کے پیکرا (خصوصاً دل کے پیکرا کی پچھلی جانب) زیادہ توجہ دیں۔ اس کے ساتھ ہی سر کو بھی ہیملنگ کی ضرورت ہوگی۔ خیال رکھیں اگر فرد کے کندھوں کو بھی انہی کی ضرورت ہو تو ضرور دیں۔ آپ سر پر پیکرا (Crown Chakra) کو بھی شامل کر سکتے ہیں اور اس طرح کا تصدیقی فقرہ کہیں۔

”تمیں دیکسی اور اعلیٰ ذات اللہ تعالیٰ سے یہ التماس کرونا  
ہو کہ وہ اس شخص کے اظہار کے لئے راہ نعمانی عطا کرے اور  
اس کا دھر سمجھنا خنجر ہو جائے اور اس عدم موافقت سے متعلقہ  
سبھی ذمئی مسائل سے آفاقہ نصاب حاصل ہو“

ذاتی سکون کے لئے سر کے ارد گرد کے حصے اور دل کے پیکرا پر بالکل نیلی روشنی  
دیں۔ آپ ذاتی سکون کے لئے ریڑھ کی ہڈی اور ہار کو بھی ہیملنگ دے سکتے ہیں۔ لیکن یہ رنگ  
یہاں استعمال نہ کریں۔ صرف ریکی دیں۔ ان مزید حصوں کو بھی ہیملنگ کی ضرورت ہوتی  
ہے۔ کیونکہ جب ذاتی سکون نہ ہو تو ریڑھ کی ہڈی میں انہی کی ضرورت ہوتی ہے۔ اور ہار کی  
انہی کی کمی کو بوجھ جاتی ہے اور گھبر جاتی ہے۔ ہار کا رنگ دردم کر کے بھی میں معاون ہے اس لئے  
مریض کے جسم کے کسی بھی حصے میں درد کے علاج کے لئے آپ یہ رنگ استعمال کر سکتے ہیں۔ اگر  
بہت زیادہ غصے والے کسی شخص کا علاج کرنا ہو تو ہمیشہ یہ رنگ استعمال کریں۔ یہ غصہ کم کرنے میں  
معاون ثابت ہوگا۔ (غصے والے شخص کے لئے بھی سر پر رنگ استعمال نہ کریں) غصے کے خلاف فرد  
(یا افراد) کے لئے نیلا رنگ فوری نتائج دیتا ہے۔ غصے کی صورت میں دل کے پیکرا کو بھی ہیملنگ  
دینا چاہئے کیونکہ اگر دل پیکرا انہی سے معذور ہو گا تو غصے میں نہیں آتا۔ ذیابیس کے مریض  
کے غصے کی صورت میں ریڑھ کی ہڈی کا بھی علاج کریں۔ حقیقت یہ ہے کہ اگر ہم سب کے لیے  
اپنے دل پیکرا اور ریڑھ کی ہڈی اور ہار کو انہی سے معذور اور متدرب نہیں تو ہمیں کبھی غصے، غم و  
افسردگی کے فقدان کی بجائے خوف یا نفرت کی ضرورت نہیں ہے۔

### پیلا رنگ استعمال کرنا

پیلا رنگ زیادہ تر دھڑوں کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔ ان میں سے ایک تو ریڑھ  
کی ہڈی ہے۔ کیونکہ یہ اس پیکرا کا رنگ ہے۔ جب کہ دوسرا سر کا حصہ ہے پیلے رنگ کی خصوصیات  
نے یہ بات ظاہر ہے کہ یہ رنگ غم کو نکھارتا ہے۔ اس لیے اگر آپ دھڑے یا پانچ مردہ ذہن کو  
صاف کرنا چاہیں تو یہ رنگ استعمال کریں کسی منصوبے کے بارے میں منصوبہ بندی کرنے کے  
لیے بھی سر کے حصے پر یہ رنگ استعمال کریں کیونکہ یہ نفسیات پر توجہ مرکوز کرنے کے لیے معاون  
ہے۔ اس مقصد کے لئے آپ جو رنگ استعمال کریں وہ یقیناً پیلا ہونا چاہیے۔

### سبز رنگ استعمال کرنا

سبز رنگ علاج معالجے کا رنگ ہے۔ آپ اسے دل کے پیکرا یا اور کبھی بھی استعمال  
کر سکتے ہیں۔ آپ یہ رنگ معالجاتی ماحول پیدا کرنے کے لیے بھی کسی جگہ ڈال سکتے ہیں۔ (تصور  
کر سکتے ہیں) مثلاً اگر کوئی شخص گھر میں بیمار ہو یا ہسپتال میں داخل ہو تو آپ اس کے کمرے کو اس  
رنگ سے مزین کر سکتے ہیں۔ پیکر ہار رنگ کو ترجیح دیں۔

### سفید رنگ استعمال کرنا

سفید رنگ پاکیزگی اور شرافت کو ظاہر کرتا ہے۔ بہت زیادہ حساس کمزور قوت ارادی  
کے حامل افراد کو سفید رنگ کم سے کم استعمال کرنا چاہیے کیونکہ اس سے وہ نفسیاتی حملوں کا نشانہ بن  
جاتا ہے۔ یہ بات ان بہت سے لوگوں پر بھی صادق آتی ہے جو دھڑوں کا علاج کرتے ہوئے  
اپنے جسم میں بے یقینی محسوس کریں۔ سفید رنگ وسعت اور ہلکا پن پیدا کرتا ہے۔

### سیاہ رنگ استعمال کرنا

دوسروں پر سیاہ رنگ نہ ڈالیں (تصور نہ کریں)۔ یہ رنگ علاج کے لیے استعمال نہیں  
کیا جاتا۔ اس رنگ کی خصوصیات پر صرف علم کے لیے بحث کی گئی ہے۔ سیاہ رنگ غم و مصیبت اور

موگ کارنگ ہے۔ اسے برداشت کرنا ہر ایک کے بس کی بات نہیں ہے۔ گرمی کو بہت زیادہ جذب کرتا ہے۔

## دیگر ویکی سیمبلز

وہ تمام افراد جو ریکی کے باہر سہل تک ایٹونٹ اپنے ریکی استاد سے لے چکے ہوں۔ اور ان تمام سیکلو سے کام بھی لے چکے ہوں۔ یعنی کافی مریضوں کو ہیملنگ دے چکے ہوں۔ انہیں ان 15 ریکی سہل کی بھی ایٹونٹ لینا ہوگی۔ ان ریکی سہلو کی ایٹونٹ کے بعد ریکی تھیلز تیار ہوں گے علاوہ دیگر بے شمار انسانی مسائل حل کرنے میں ان سہل سے روحانی مدد حاصل کر سکتا ہے۔ نہ صرف اپنے مسائل بلکہ دیگر تمام افراد کے مسائل جو اس کے پاس آتے ہیں۔

ان 15 سہلو کی ایٹونٹ فاصلہ سے بھی دی جاسکتی ہے۔ اس کے لیے ضروری نہیں کہ شاگرد اپنے ریکی استاد کے پاس حاضر ہو مگر ایٹونٹ کا وقت مقرر کرنا ضروری ہوتا ہے۔ مقرر وقت پر شاگرد آنکھیں بند کر کے ایک خاص سانس کی مشق کرتا ہے۔ جو اسے ریکی استاد ایٹونٹ سے قسمل تعلیم کرتا ہے۔ پھر شاگرد آنکھیں بند کر کے لیٹ جاتا ہے۔ اور ایک خاص کرشنٹی فکر کو دل میں چند بار دہراتا ہے۔ اور ریکی استاد شاگرد کو ایٹونٹ کرتا ہے۔ 20 سے 25 وقت کے سہل سے ایٹونٹ کا یہ مرحلہ مکمل ہو جاتا ہے۔ اس کے لیے زمینی فاصلہ کوئی اہمیت نہیں رکھتا۔ خواہ وہ ایک شہر سے دوسرے شہر تک ہو یا ایک براعظم سے دوسرے براعظم تک۔ شاگرد دنیا کے ایک کونہ اور استاد دنیا کے دوسرے کونہ پر بھی ہو تو اس ایٹونٹ میں کوئی فرق نہیں پڑتا۔

ان سہل کی تفصیل یہ ہے۔

نمبر	نام سہل اردو اور انگریزی	نام سہل جاپانی زبان	کس مقصد کے لیے استعمال
1	کی۔ یین۔ چی	Ki Yin Chi	خوشحالی کے لیے
2	ہینگ۔ سینگ۔ دور	Hang Seng Dor	رکاڑوں اور مشکلات کی دوری کے لیے
3	مل۔ گو۔ زو	Mil Qu Zu	کی طاقت دور کرنے کے لیے
4	چان۔ جن	Jai Jin	ذاتی اظہار کے لیے
5	برو۔ کائی	Biru Kai	محبت کے لیے
6	یاشی۔ تی	Yashi Te	بہتر تعلقات کے لیے
7	فورو۔ پائو۔ شو	Furu Pyo Sho	ریکی مراقبہ کے لیے
8	جن۔ سو۔ جن	Jin So Gen	خاندان میں امن و سکون کے لیے
9	سی۔ نی۔ ڈوگ	Tse Ne Dong	محبت و مسرت اور روحانی کے لیے
10	چی۔ ہائی	Chi Hai	نئی مہمات کے حل کے لیے
11	سینز۔ تان	Senz Tan	سچ اور اطمینان کے لیے
12	زین۔ کائی۔ جو	Zen Kai Jo	کثرت و ہیبت اور غراوانی کے لیے
13	میچی۔ کائو۔ رو	Michi Ka Ro	پاکت کے لیے
14	سامی۔ ملدرو	Samye Meldru	امن و امان کے لیے
15	کاتسل۔ چن	Katsel Chen	ذہنی نشوونما کے لیے

ان میں سے چند ایک سہل ایک جیسے معاملات کے لیے استعمال کئے جاتے ہیں۔ اس لیے ان کے گروپ بنائے جاتے ہیں۔ آخری ضرورت کے مطابق کسی گروپ بنائے جاسکتے ہیں۔

سہل نمبر 1، 3، 12 پر مشتمل ہے۔ یعنی (کی۔ یین۔ چی) Ki Yin Chi خوشحالی کے لیے، اور بارہا اس سہل (زین۔ کائی۔ جو) Zen Kai Jo کثرت و ہیبت اور غراوانی کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔ اگر آپ خوشحالی کے لیے یہ سہل استعمال کر رہے ہیں لیکن

آپ اس جگہ کی محسوس کریں تو پہلی کی ڈور کرنے کے لئے سہل نمبر 3 (سہل - ملو - ڈو) Mil Qu Zu استعمال کریں اور پھر خوشحالی کا سہل (زین - کائی - جو) I Zen Kai Jo استعمال کریں۔

اگر آپ ایک ہی سیشن میں رہیں دینا چاہتے ہیں تو پہلی کی کا سہل (نمبر 3) استعمال کریں اور پھر خوشحالی کا سہل (نمبر 1) استعمال کریں۔ لیکن اگر آپ علاج کافی عرصہ تک جاری رکھنا چاہتے ہیں تو چند روز کی ڈور کرنے کا سہل استعمال کریں اور پھر خوشحالی کا سہل استعمال کریں۔ کثرت و فراوانی کا سہل ہمیشہ خوشحالی کے سہل کے ساتھ استعمال کیا جاسکتا ہے حتیٰ کہ ان صورتوں میں بھی جہاں خوشحالی پہلی ہی ہوتی ہے۔

دوسرا گروپ: متعلقہ سہل کا دوسرا گروپ سہل نمبر 5 اور 6 پر مشتمل ہے۔ یہ دونوں سہل تعلقات، محبت اور جذبات کے لیے کام کرتے ہیں۔

تیسرا گروپ: یہ گروپ سہل نمبر 8، 9، 13 اور 14 پر مشتمل ہے۔ یہ خاندان میں امن، مسرت اور روحانی اتحاد و یکجہت اور امن و سکون کے لیے ہیں۔ ان سہلوں کے گروپ بنانے کا یہ مقصد ہرگز نہیں ہے کہ آپ انہیں ضروری اکلے استعمال کریں۔ اس کا مقصد تو انہیں آسانی سے سمجھنا ہے۔ ان سہلوں کو استعمال کرنے کے چند طریقے یہ ہیں۔

1- آپ ان تمام سہلوں کو پورے جسم پر استعمال کر سکتے ہیں۔

2- ان میں چند ایک سہل کسی جگہ یا مقصد کے لیے استعمال کئے جاتے ہیں۔ اس

صورت میں متعلقہ جگہ یا مقصد کو تصور کریں اور ان سہلوں کو بانٹیں۔

3- ان چندہ سہلوں میں چند ایک سہل جسم کے مخصوص حصوں پر استعمال کئے جاسکتے ہیں

مثلاً سہل نمبر 4 (جال - جن) Jai Jin کے جو ذاتی اختیار کے لیے استعمال کیا جاتا ہے، اسے گلے کے پکڑا یا منہ یا ناسلو (Tonsils) پر بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔

4- ان سہلوں کے ناموں کے تلفظ کے بارے میں ہر پڑھانے والے کی ضرورت نہیں ہے جیسے لکھا گیا ہے آپ اس طرح ادا کریں گے۔ اور ذہن سے سہل بنائیں گے۔

5- تمام سہلوں کی انرجی بڑھانے کے لیے ان کے ساتھ "چو - گو - رے" استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یہاں ہر ایک سہل کے استعمال کی وضاحت کی جاتی ہے تاکہ آپ کو آسانی رہے۔

ہر ایک سہل کے استعمال کی تفصیل سے وضاحت

1- کی، یین، چنگ (Ki Yin Chi)

یہ سہل خوشحالی کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔ آپ اسے اپنے لئے کسی دوسرے شخص کے لئے حتیٰ کہ کسی جگہ کے لئے بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ پس اور فاصلاتی دونوں طرح کی ہینگ میں کام کرتا ہے۔ اس سہل کے استعمال سے باہر ہونے والے حضرات کے لئے واضح ہو کہ یہ سہل براہ راست دولت نہیں لائے لیکن اس سے مواقع پیدا ہو سکتے ہیں یا اس سے آپ اپنی صلاحیتوں سے آگاہ ہو سکتے ہیں۔ آپ اپنی خوشحالی میں مسائل اور رکاوٹوں سے باخبر ہو سکتے ہیں۔

2- ہینگ، سینگ، دور (Hang Seng Dor)

یہ سہل رکاوٹوں اور مشکلات کو دور کرنے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ ایک بہت عمومی اور مفید سہل ہے۔ یہ تقریباً ہر قسم کی ہینگ میں استعمال کیا جاتا ہے۔ آپ اسے امراض، جذباتی، ذہنی اور روحانی معاملات کے لیے استعمال کر سکتے ہیں۔ مقاصد کے حصول میں حائل رکاوٹوں کے لئے بھی اس کا استعمال کیا جاسکتا ہے۔

3- مل، گو، ڈو (Mil Qu Zu)

یہ سہل کی طاقت اور حقدتی دور کرنے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔ حقدتی سے مراد ہے جب اخراجات آمدنی سے زیادہ معلوم ہیں یا ایسی صورت حال کہ آپ بہت کچھ صرف کریں لیکن اس کے بدلے میں بہت کم حاصل کریں۔ حقدتی کا سہل ان کسانوں کے لئے بھی مفید ہے جن کے خیال میں کوئی مخصوص قلعہ اراضی مناسب پیداوار نہیں دے رہا (اس کے ساتھ ہی کثرت و فراوانی کا سہل استعمال کریں) یہ سہل گھروں، دفتروں، کارخانوں وغیرہ حتیٰ کہ لوگوں کے لئے

استعمال کیا جاسکتا ہے۔

## 4- جال، جن (Jai Jin)

یہ سہیل دے ہوئے جذبات کے حامل لوگوں کے لئے استعمال کرنا مفید ہے۔ اس لئے اس سہیل کو ماضی کے حوالے سے ٹھیک کے لئے بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ دوسرا ڈیٹیلش، خود اعتمادی کے فقدان اور گھٹے، تھائی رائیڈ Thyroid کے مختلف مسائل کے لئے یہ سہیل استعمال کریں۔ ٹانسلس Tonsils کی صورت میں ماضی کی ہیلتھ کا طریقہ استعمال کریں۔ اس سہیل کو پورے فرد یا گھٹے کے پکڑا کر استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اگر آپ کے خیال میں کسی فرد کی چٹکی کمر میں درد ہے یا ایسی صورت ہے کہ وہ بعض مخصوص کام انجام نہیں دے سکتا رہتی تو یہ سہیل استعمال کریں۔

## 5- بروکائی (Biru Kai)

اگر آپ چاہتے ہیں کہ آپ محبت کی روشنی میں چاروں طرف سے گھر جائیں تو یہ سہیل استعمال کریں۔ یہ سہیل مختلف جگہوں میں محبت کی انرجی ڈالنے کے لئے بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ سینے کا سرطان (بریسٹ کینسر) کو دل کا دورہ یا دل کے دوسرے امراض کی صورت میں آپ دل کے پکڑا کر ہیلتھ کے لئے بھی یہ سہیل استعمال کر سکتے ہیں۔ بعض لوگ اپنی زندگی میں حصول محبت کے لئے کسی فرد پر اس سہیل کے استعمال سے مایوس ہوئے ہیں۔ ریکی بھی ایسی چیزوں کے لئے کام نہیں کرتی۔ یہ صرف اسی صورت میں کام کرے گی۔ جب تمام متعلقہ افراد کی بھلائی مقصود ہوگی۔

## 6- یوشی، تی (Yoshi Te)

تعلقات کے سلسلے میں ہیلتھ کے لئے یہ سہیل استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یہ سہیل خاص طور پر دل کے پکڑا کر کے بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔

## 7- فیورو، پاؤ، شو (Furu Pyo Sho)

یہ سہیل مراقبہ کرنے سے قبل صرف اپنی ذات کے لئے استعمال کیا جانا چاہیے۔ ذہنی طور پر صرف یہ سہیل دیکھیں اور تین دفعہ اس کا نام لیں۔

## 8- جن، سو، جن (Jin So Gen)

یہ سہیل خاندان میں امن و سکون کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔ خاندان کے افراد کے درمیان ہم آہنگی نہ ہونے کی صورت میں آپ یہ سہیل استعمال کر سکتے ہیں۔ (آپ تعلقات کے لئے ہیلتھ کا طریقہ بھی استعمال کر سکتے ہیں)۔ خاندان میں امن و سکون "برقرار" رکھنے کے لئے بھی یہ سہیل استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اس مقصد کے لئے پورے خاندان کی گروپ فوٹو، یا طریقہ کاغذ Paper Method استعمال کریں یا صرف ذہنی طور پر پورے خاندان کا تصور کریں۔ اس سہیل کو گھر کے لئے بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔

## 9- سی، نی، ڈو، ڈنگ (Tse Ne Dong)

یہ سہیل سہرت و دوستانہ لائے میں معاون ہے۔ اسے تعلقات کے علاج، نئی مہمات، بیگیوں، سفر اور ذہنی سکون کے لئے استعمال کیا جاسکتا ہے۔

## 10- چئی، ہی (Chi Hai)

یہ سہیل نئی مہمات کے استعمال کیا جاتا ہے۔ کوئی بھی نئی مہم شروع کرنے سے فوراً قبل یا فوراً بعد اس کا استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یہ کسی بھی قسم کی مہم کے لئے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یعنی کاروباری مہم، کوئی نیا گھریلو منصوبہ یا کوئی بھی نئی شروعات۔ آپ طریقہ کاغذ Paper Method یا طریقہ تصور Visualisation Method دونوں میں سے کوئی بھی طریقہ استعمال کر سکتے ہیں۔ اسے فرد اور منصوبے دونوں پر استعمال کریں۔ آپ اس سہیل کے استعمال کے ذریعے دوسرے لوگوں کے منصوبوں میں بھی مدد کر سکتے ہیں۔

## 11- سنز تان (Senz Tan)

انٹرویو، امتحان، مذاکرات، کاروباری معاہدوں میں یقینی کامیابی کے لیے یہ سہیل استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اپنے ذہنی استعمال کے لئے صرف ذہنی طور پر یہ سہیل بنائیں اور تین مرتبہ اس کا نام پکاریں۔ یہ سہیل بنیادی طور پر آپ کی تمام مہمات اور منصوبوں میں کامیابی کے حصول کے لئے معاون ہے۔

## 12- زین، گاٹی، جو (Zen Kai Jo) اور

## 13- سیکی میلڈرو (Samye Meldru)

یہ عمومی سہیل ہیں۔ جنہیں یگانگت اور امن و سکون لانے کے لئے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ آپ انہیں لوگوں، جنگبوں، تعلقات میں بہتری، مہمات، دواؤں اور دل کے پکڑا کے نیلے استعمال کر سکتے ہیں۔

## 15- کاسل چین (Katsel Chin)

ذہن نشین کا علاج کرتے ہوئے سہیل اس سہیل کو پورے فرد کے لیے استعمال کریں۔

## تیسرا درجہ B

اس درجہ میں چاروں انیومنٹس Attunements عطا کی جاتی ہیں۔ یعنی (انیومنٹ

درجہ اول، انیومنٹ درجہ دوم، انیومنٹ سوم، انیومنٹ درجہ سوم A، انیومنٹ درجہ سوم B) اس درجہ میں مہندی کو انیومنٹ درجہ سوم B دی جاتی ہے۔ اس سے دوسرے لوگوں کو انیومنٹ دینے کی قدرت حاصل کر لیتا ہے۔

یہ کورس موناوہ لوگ کرتے ہیں جو ریکی سکھانا چاہتے ہوں۔ البتہ بعض ایسے لوگ بھی یہ کورس کر لیتے ہیں۔ جو تجسس، علم، روحانی ارتقاء کے لیے، یا خاندان اور دوستوں کو سکھانا چاہتے ہیں۔

## ماسٹر شپ Mastership اور گرینڈ ماسٹر شپ Grand Mastership

ماسٹر اور گرینڈ ماسٹر شپ کے قصور میں بہت ابہام پایا جاتا ہے۔ بعض اساتذہ کے مطابق درجہ سوم A ماسٹر شپ کہلاتا ہے اور درجہ سوم B گرینڈ ماسٹر شپ کہلاتا ہے۔ اگر آپ درجہ سوم B تک نہیں تو آپ کو سب سے پہلا کام یہ کرنا چاہیے کہ اپنے خاندان کے تمام افراد کو انیومنٹ دیں تاکہ وہ آپ پر انھما کرنے کے بغیر ریکی کر سکیں۔ یہ آپ کی مرضی ہے کہ آپ جس لیول تک چاہیں انہیں انیومنٹ دیں۔ بعض مہندی حضرات کو ریکی سیکھنے کے بعد گھروں سے غائب ہونا پڑتا ہے۔ کیونکہ ان کا خاندان ریکی پر یقین نہیں رکھتا۔ بعض دفعہ ایسی صورت حال بھی ہوتی ہے کہ کسی فرد کو ریکی سیکھنے کی اجازت نہیں ملتی خصوصاً خاندان کی بہو کو اجازت نہیں دی جاتی۔ یہ فوجوان خواتین اس لیے ریکی سیکھتی ہیں کہ وہ اپنے گھر کے ٹھمن زدہ ماحول سے نجات حاصل کرنا چاہتی ہیں۔

رکی سکھانے کے خواہش مند افراد کے لیے راہ نمائے اصول

1- انیومنٹ کا طریقہ کار ایک گاڑی شہر طرہ کار ہے۔ انیومنٹ کے بعد کبھی بھی یہ خیال نہ کریں کہ انیومنٹ انہما نہیں پائی۔

2- انیومنٹ ایک بہت (لطیف و حساس) طریقہ کار ہے۔ اس کا تعلق بہت برتر و بہترین اور خالص انرجی سے ہے۔

3- انیومنٹ کے درمیان کسی قسم کے محسوسات کی توقع نہ کریں۔ آپ کو نہ تو بادلوں کی آواز سنائی دے گی اور نہ ہی کسی قسم کا شور و غل سنائی دے گا۔ البتہ مسد یا گولڈن روشنی نظر آسکتی ہے۔

4- آپ سے سیکھنے والے دو شخص ہوں گے جن کو ریکی پر یقین نہیں ہے۔ اس طرح کی صورت میں سبکی کہا جاسکتا ہے کہ کسی چیز پر یقین نہ رکھنے کے باوجود رقم خرچ کرنا ہے۔



5- اگر ریکی کا استاد بننا چاہتے ہیں تو آپ کے تصورات اور شکوک و شبہات واضح ہونے چاہیے۔

6- فاسلانی ایڈمنسٹریٹو فی الحال یسوی ریکی میں (ڈائی کومبیڈ) تک ممکن نہیں ہے۔ ایڈمنسٹریٹو حاصل کرنے کے لیے متعلقہ فرد کو جسمانی طور پر ریکی استاد کے سامنے موجود ہونا چاہیے۔ ہاں یسوی ریکی میں ماسٹر شپ کرنے کے بعد آپ یسوی ریکی کے اضافی سیکورٹی ایڈمنسٹریٹو "گروہ کی ریکی" "کنڈ انٹری ریکی" اور سکیم ریکی وغیرہ اس قسم کی دوسری اقسام کی ریکی کی ایڈمنسٹریٹو فاسلے سے بھی اپنے ریکی استاد سے حاصل کر سکتے ہیں۔

7- لوگ اوراد دیکھنا پسند کرتے ہیں۔ اوراد دیکھنے کے لئے فرد ہمیشہ کسی نہ کسی شخص کی تلاش میں رہتا ہے۔ لیکن اگر آپ اوراد دیکھنے میں کامیاب ہو جائیں تو اس بات کا خیال رکھیں کہ اوراد میں واضح چیز تو پاک (دھبے) ہوتے ہیں۔ کیا آپ پورا دن ہر ایک شخص کے اوراد کے دھبے دریافت کر دیکھنا چاہتے ہیں۔ اگر آپ ایک پیشہ ورانہ Healer ہیں تو ایسا ممکن ہے۔ لیکن یہ سب دیکھنے کے باوجود آپ انہیں ہانگ دینے کے علاوہ کچھ نہیں کر سکتے۔ آپ پہلے درجے کے ذریعے جسمانی لمس کے ساتھ ہانگ دے سکتے ہیں۔

8- جب آپ ریکی سکھانے کا فیصلہ کر لیں تو آپ اس بات پر پریشان ہوں گے کہ اس کے لیے معاوضہ کس قدر لایا جائے۔ اس کے لیے رات کے وقت مراقبہ کر کے ریکی سے مدد لی جاسکتی ہے۔ کہ ہر لیول کے لئے کیا معاوضہ رکھا جائے۔ کچھ راتیں مراقبہ کرنے کے بعد ایک دن بیچہ کر فیصلہ کر لیں اور مطمئن ہو جائیں۔

9- کورس کو ضروری معلومات تک محدود رکھیں۔ اور غیر ضروری چیزیں اس سے اجتناب کریں۔ اگر آپ کے پاس تین سے پانچ طلبہ ہوں تو آپ کو اپنا سیکرٹ پوارے دو تین

دوں تک بڑھانے کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔ آپ کورس کے دورانیے کو صرف اس صورت میں بڑھا سکتے ہیں جب آپ اپنے سیکرٹ میں علاج معالجے پر مبنی مراقبہ بھی شامل کریں۔

10- کھینے، پینڈم وغیرہ روایتی ریکی کا حصہ نہیں بناتے لیکن ریکی سکھانے کے لیے تیار ہیں لیکن آپ کوئی چیخ در چیخ ہوں تو ریکی پر یقین رکھیں اور اسی سے مدد کا تصور رکھیں۔

11- تمام ریکی ماسٹر ڈاکٹر نہیں ہیں لیکن بعض ڈاکٹر علاج کے لئے ریکی اپنا لیتے ہیں۔ ہم سب کو انسانی جسم کے بارے میں اپنا علم بڑھانے کی کوشش کرنی چاہیے۔

12- بعض لوگوں کے خیال میں ریکی ماسٹر ماہر نفسیات ہوتے ہیں۔ ان میں سے بعض تو ماہر نفسیات ہو سکتے ہیں۔ لیکن اکثر تو ہماری طرح لوگ ہی ہوتے ہیں۔

رہی کے حوالے سے سوالات اور شکوک و شبہات

رہی کے حوالے سے ایسی بہت کم چیزیں ہیں جہاں غلط کیا جائے یا جس کی غلط شریعت کی گئی ہے۔ مثلاً جب ہم کہتے ہیں کہ "ریکی دی نہیں جاتی بلکہ جاتی ہے" اس کا درحقیقت یہ مطلب ہوتا ہے کہ جسم کے جس حصے کا علاج کیا جا رہا ہوتا ہے۔ وہ اپنی ضرورت کے مطابق انہی لے لیتا ہے۔ اور جب ہم یہ کہتے ہیں کہ "ریکی صرف اس وقت دی جاتی ہے جب اس کے لیے کہا جائے" اس کا یہ مطلب نہیں ہے کہ کسی شخص کا انتظار کریں کہ وہ ریکی کے لیے کہے۔ ورنہ آئے ریکی نہ دیں۔

1- ریکی کرتے ہوئے گڑبائیں، بلیٹ، مائی اور زیورات وغیرہ اتار لیں۔ یہ کوئی اصول نہیں ہے۔ یہ چیزیں ریکی کے بہاؤ میں شامل نہیں ہوتیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ اگر آپ ایک پیشہ ورانہ ہیں تو آپ ہکا بھکا کوئی چیز دیں گے۔ آپ کے کپڑے کھلے اور سوتی کے ہوں تو بہتر ہے۔ چونکہ آپ ایک لطیف انہی کے ساتھ کام کر رہے ہیں۔ اس لئے آپ بے چینی کی بجائے راحت و سکون چاہتے ہیں۔ اس لئے زیورات اور بلیٹ وغیرہ سے گریز کریں۔

## 2۔ کیا ریکی دیتے وقت آنکھیں بند رکھنی چاہیں؟

ریکی دیتے ہوئے آنکھیں بند رکھنے یا کھلی رکھنے سے کچھ فرق نہیں پڑتا۔ کیونکہ آپ کو ارتعاش کی ضرورت نہیں ہے۔ اگر آپ اپنے ہاتھوں کے لطیف محسوسات پر زیادہ توجہ دینا چاہتے ہوں تو آپ آنکھیں بند رکھ سکتے ہیں۔ اگر آپ انیومنٹ دے رہے ہیں تو انیومنٹ لینے والے شخص کو آنکھیں بند رکھنی چاہیں۔ کیونکہ اس سے وہ وصول کنندہ بن جاتا ہے۔ اور انیومنٹ کے دوران پیش آنے والے احساسات سے آگاہ رہتا ہے۔ اگر انیومنٹ کے دوران آنکھیں کھلی ہوں تو آپ کی انری منتشر ہو سکتی ہے اور آپ اس پر توجہ مرکوز نہیں کر سکتے۔

## 3۔ کیا انیومنٹ کے وقت فرش پر قائلین بچھا ہونا ضروری ہے؟

جب بھی کوئی شخص بہت زیادہ انری محسوس کرتا ہے اور اسے یہ بوجھ محسوس ہوتا ہے۔ اس بوجھ سے نجات کے لیے آپ ریکی کو زمین کے ساتھ جھیل کر دیں اس مقصد کے لیے اپنی ہتھیلیاں تھوڑی دیر فرش پر رکھیں۔ اس طرح انری زمین میں جاتی چلی ہے۔ اس طرح لوگ یہ بھی سوچ سکتے ہیں کہ زمین یہ انری حاصل کرتی رہتی ہے۔ اور جب آپ انیومنٹ حاصل کرتے ہیں تو آپ کے پاؤں زمین کو چھو رہے ہوتے ہیں، اس طرح بھی تو پاؤں سے انری کا بہاؤ زمین کی طرف ہو سکتا ہے۔ لیکن ایسا نہیں ہوتا۔ ان چیزوں سے آپ کو پریشان ہونے کی ضرورت نہیں ہے۔ انیومنٹ کسی بھی وقت، کسی بھی جگہ، کسی بھی قسم کے کپڑوں میں انجام دیا جاسکتی ہے۔ حتیٰ کہ جوتے پہنے ہوئے ہوں تو بھی کوئی فرق نہیں ہے۔ انیومنٹ کے وقت فرش پر قائلین ہونا ضروری نہیں ہے۔ مصلحتاً فرد فرش پر اپنے پاؤں اچھی طرح رکھ سکتا ہے۔ لیکن آپ قائلین پرندہ کریں تو یہ بھی اچھی بات ہے۔

## 4۔ دوسرے درجے کے تین سہیل کس ترتیب کے لحاظ سے استعمال کیے جانے چاہیں؟

بعض لوگوں کو ان معمولات استعمال بتایا جاتا ہے۔ درست ترتیب کچھ بھی نہیں ہے اور آپ کو ہر قسم کے علاج کے لیے تمام معمول کی ضرورت نہیں ہو سکتی۔ اگر آپ فاصلاتی علاج

کر رہے ہیں تو آپ کو پہلا "ہون، شادے، شوہن" استعمال کرنا چاہئے۔ پھر انری میں اضافے کے لئے "چو، کو، رو" استعمال کریں۔ "ے، ی، ا" صرف اس صورت میں استعمال کریں جب آپ کے خیال میں زیر علاج مطلوبہ شخص جذباتی یا ذہنی علاج کی ضرورت ہو۔ اگر آپ لمس کے ذریعے علاج کر رہے ہیں تو آپ کو "ہون، شادے، شوہن" کی ضرورت نہیں ہے۔ ماسوائے اس کے لیے آپ باضمی یا مستقل کے حوالے سے کام کر رہے ہوں۔

## 5۔ ریکی دیتے ہوئے انگلیاں ساتھ ملا کر رکھنی چاہیں؟

ہاتھوں میں معمولی (چھوٹے) پیکرا سے انری کا بہاؤ باہر کی جانب ہوتا ہے۔ اگر چہ آپ کو پورے ہاتھ میں احساس ہوتا ہے۔ لہذا اس بات سے کوئی فرق نہیں پڑتا کہ آپ اپنی انگلیاں ساتھ ساتھ رکھیں یا نہ رکھیں تو ہاتھ میں ارتباط ہوگا۔ آپ انری کو بہتر طور پر محسوس کر سکیں گے اور انری کا بہاؤ آسانی سے ممکن بنائیں گے۔ اگر چہ انری کم یا زیادہ ہی کیوں نہ ہو۔

## 6۔ ریکی دیتے ہوئے اپنے ہاتھ یا انگلیں کس اس نہ کریں

جب ریکی دینے والوں کو کہا جاتا ہے کہ وہ ریکی دیتے وقت اپنے ہاتھ یا انگلیں کس اس نہ کریں تو لوگ حیران ہوتے ہیں کہ کس اس کرنے سے کیا مراد ہے۔ تاہم ان کا کس اس نہ کرنے سے نہیں کیا جاتا یا انگلیں کول انداز میں نہیں رکھی جائیں۔

اصل میں کس اس سے مراد ایک ٹانگ کو دوسری ٹانگ کے اوپر رکھنا ہے۔ اس حالت میں آپ ریزہ کی ہڈی کے پیکرا کو باک کر لیتے ہیں۔ یہ انری کے بہاؤ کو تو نہیں روکتا لیکن اس حالت سے یہ بات بھی ظاہر ہوتی ہے کہ آپ دفعتاً حالت میں ہیں۔ ریزہ کی ہڈی کے پیکرا اور ریزہ کی ہڈی کو باک کرنا دفعتاً ایمارڈ پانچ کا لاشعوری طریقہ ہے۔ کسی ایسی جگہ پر بیٹھتے ہوئے یا ایسی شخص سے بات کرتے ہوئے ہم اس طرح کرتے ہیں۔ ہم ایک ٹانگ دوسری ٹانگ پر رکھتے ہیں اور بازو کو ہر دو درجے کرتے ہیں۔ چونکہ آپ اس حالت میں دفعتاً ایمارڈ میں ہوتے ہیں اس لیے ہاتھ یا انگلیں کس اس نہیں کرنی چاہئیں۔ لیکن اگر آپ ہاتھ یا انگلیں کس اس کر بھی لیں تو

اس سے انرجی کے بہاؤ پر کچھ فرق نہیں پڑتا۔

## 7- کس قسم کا ریکی بکس Box استعمال کیا جانا چاہیے

بعض لوگ کہتے ہیں کہ دھاتی بکس Box استعمال کرنے سے گریز کریں۔ ذب کہ بعض لوگ دھاتی ڈبے کی حمایت کرتے ہیں کیونکہ دھات ایک اچھی موصل ہوتی ہے۔ ریکی ڈبہ کسی بھی چیز سے بنا ہوا ہو سکتا ہے۔ یہ ایک پرس یا ٹھیکر بھی ہو سکتی ہے۔

## 8- علاج میں کامیاب ہونا

علاج میں کامیابی نام کی کوئی چیز نہیں ہے۔ درحقیقت علاج کرنا تو انرجی کی کامیابی ہے۔ کامیابی اور ناکامی کا کوئی وجود نہیں ہے۔ یہ فیصلہ تو انرجی ہی کو کرنے دیں آپ صرف جھیل (انرجی کے بہاؤ) کو دیکھتے رہیں یعنی محسوس کرتے رہیں۔

## 9- اینڈومنٹ کا تجربہ

اپنے تجربے کا دوسرے کے تجربے سے موازنہ مت کریں۔ یہ بہت مت فرض کریں کہ جو تجربہ دوسرے لوگوں کو حاصل ہوا ہے، آپ کو بھی بالکل ویسا ہی تجربہ حاصل ہوگا۔ اگر آپ کو کچھ بھی محسوس نہ ہو تو بھی پریشان نا ہوں۔ ہمیشہ وصول کنندہ اور شکر گزار بن کر رہیں۔

## 10- سرار چکر اکور کی نہیں دی جانی چاہیے

چونکہ سرار چکر کا تعلق وجدان اور دھاتی معاملات سے ہے اس کا درحقیقت جسمانی امراض یا اعضاء سے تعلق نہیں ہے۔ اس لیے باہم ہم سرار چکر کو ریکی بھی نہیں دیتے۔ لیکن نٹے کے حامی افراد کے علاج، دھاتی پسند کی، اعصابی و دھاتی مسائل یا راہنمائی کے حصول کے لیے ہم اس چکر کو ضرور ریکی دیتے ہیں۔ روشنی کے لیے بہت زیادہ حساس شخص کے سرار چکر کو بھی انرجی دی جانی چاہیے۔

## 11- ٹیکنوں کا استعمال کیسے کیا جائے

ٹیکنوں کو کوئارتز Quartz بھی کہا جاتا ہے۔ ہم ملموم صاف شفاف ٹیکنوں سے کام لیتے ہیں۔ ٹیکنے انرجی کو بڑھاتے ہیں، انہیں چارج کیا جاسکتا ہے۔ اور ان کی پروگرامنگ Programming کی جاسکتی ہے۔ پروگرامنگ اراودوں کے مطابق کی جاتی ہے۔ مثلاً آپ ایک کمرے کو سائٹ سے صاف کرنے کے لیے کسی ٹیکنے کی پروگرامنگ کر سکتے ہیں، درگاوت کو صاف کرنے، کسی چکر کو انرجائز Energise کرنے یا ہانگ ارسال کرنے کے لیے پروگرامنگ کی جاسکتی ہے۔ لیکن یہ پروگرامنگ برقرار رکھنے کے لیے ٹیکنوں کو قاعدہ چارج کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ چونکہ ٹیکنوں کی پروگرامنگ کی جاسکتی ہے۔ اس لیے یہ آپ کے اراود یا خیالات سے بھی آسانی سے متاثر ہو سکتے ہیں۔ اس لیے جو شخص بھی ان ٹیکنوں کو بچاڑے گا وہ ان ٹیکنوں پر اثر انداز ہوگا۔ اگر آپ کسی ٹیکنے کی پروگرامنگ کر لیں تو اس بات کا خاص خیال رکھیں کہ اور کوئی شخص اسے ہاتھ نہ لگائے۔ اگر آپ یہ ٹیکنے بھی بکھرا استعمال کرتے ہیں۔ اور اسے اکثر وقت بند رکھتے ہیں تو ہتھ لگا کر اسے کسی ریشمی چیز سے میں لپیٹ کر رکھیں۔ اس سے آپ کے ٹیکنے میں پروگرام شدہ انرجی ضائع ہونے سے بچ جائے گی۔

چکر کے مقام پر ٹیکنے رکھنا بہتر نہیں ہے۔ ٹیکنوں کی انرجی بہت طاقتور ہوتی ہے۔ جب کہ چکر میں بہت لطیف انرجی ہوتی ہے۔ خصوصاً جسم کے اوپر والے حصے کے چکر میں بہت لطیف انرجی ہوتی ہے۔ اس لیے ٹیکنوں کو چارناچ دور رکھیں۔

## 12- پہلا درجہ استعمال کرنے والے افراد یا ریکی نہ کرنے والے افراد کو

دوسرے درجے کے سمبل نہیں دکھانے چاہیں

سمبل ظاہر کرنا کوئی حنا نہیں ہے۔ آپ لوگوں کو سمبل دیکھا سکتے ہیں۔ آج کل یہ کتابوں میں بھی موجود ہیں۔ اس لیے اگر آپ ریکی کرنے سے قبل کسی کتاب کا مطالعہ کریں تو بھی

آپ سبیل دیکھ سکتے ہیں۔ یہ اصول قدیم پائیدہ روایت سے سامنے آتا ہے۔ اگر آپ اسے پہلا درجہ استعمال کرنے والے افراد کو دکھائیں تو یہ درحقیقت ان کے لیے بے فائدہ ہے کیونکہ انہیں تو ابھی دوسرے درجے کی ایٹومنت کی ضرورت ہے۔ تاکہ وہ اسے استعمال کرنے اور سمجھنے کے قابل بن سکیں۔

13- کیا کسی شخص میں موجود ہلاک (دھبے) ایٹومنت کی راہ میں حائل ہوتے ہیں؟ ایٹومنت کو ہلاک (دھبوں) پر فیصلہ حاصل ہے۔ ہلاک تو ہم سب میں ہوتے ہیں۔ حقیقت یہ ہے کہ اکثر لوگ صرف اس وقت رہتی کرتے ہیں۔ جب انہیں کوئی بیماری یا مسئلہ ہوتا ہے۔ رہتی ان ہلاک کے لیے آپ کو قابل بناتی ہے۔ لہذا اس بات پر بیٹان مت ہوں کہ اگر آپ جس ہلاک میں تو ایٹومنت کا عمل انجام دے رہے ہیں لیکن اگر آپ جسمانی کمزوری محسوس کریں تو رہتی سیدھا میں شمولیت نہ کریں چند دن آرام کریں جب قوت بحال ہو جائے تو ایٹومنت حاصل کر لیں۔

14- جسم کے مسائل کھٹے کون کون سے ہیں؟ جسم کے مسائل کھٹے کون کون سے ہیں؟ زیادہ تر دل، ریڑھ کی ہڈی، ہمارا اور کھوی مصلحتات کے حصوں میں کی واقع ہوتی ہے۔ اس لیے ان کا ہاتھ دیکھنے سے علاج کیا جاتا ہے۔

15- فہیں

پوری دنیا میں ہر درجے کی فہیں میں بہت تنوع ہے اور اس کے بارے میں لوگ سوالات بھی بہت کرتے ہیں۔ ہر رہتی سکھانے والا اپنی فہیں کے بارے میں خود فیصلہ کرتا ہے۔ بعض لوگ رہتی سکھانے کے لیے ہونٹوں کے ہال گرائے پر حاصل کرتے ہیں۔ حتیٰ کہ کئی لوگ رہتی کے سیدھا قایم ساز ہونٹوں میں منہ نہ کرتے ہیں۔ مختلف طلبہ کے لیے اساتذہ کی مختلف اقسام ہیں۔ ہر طالب علم اپنی ہی قسم کے اساتذہ میں کشش محسوس کرتا ہے۔ ہمیں فہیں میں تنوع کو قبول کر لینا چاہئے۔ بعض رہتی اساتذہ کا خیال ہے کہ رہتی کا حصول اس قدر آسان نہیں ہونا چاہئے۔ اس

لیے وہ بہت زیادہ فہیں لیتے ہیں۔ دوسری طرف بعض رہتی اساتذہ اس نظریے کے قائل ہیں کہ رہتی عام آدمی تک پہنچنی چاہئے۔ اس لیے وہ فہیں لیتے ہیں۔ لیکن ہمارا مشاہدہ ہے کہ کم فہیں وصول کرنے سے لوگ رہتی کی قدر نہیں کرتے اور یہ بات بھی سچ ہے کہ آج کل لوگ سستی چیزوں کو غیر معیاری تصور کرنے لگے ہیں۔ ہم رہتی ایٹومنت کی فہیں انتہائی مناسب وصول کرتے ہیں۔ تاکہ یہ فہیں آنے والی نسلوں میں منتقل ہو سکے اور نئی انسانیت کو بناریں سے نہایت مل سکے۔ فلاں انسانیت کی غرض سے انٹر نیشنل انسٹی ٹیوٹ آف سائنسز میں مختلف باورانی علوم کی عملی تربیت کی کامیابی رہی ہے۔

16- تشکر کارویہ

آپ صرف اسی صورت میں تشکر کارویہ پناہیں گے جب آپ اپنی زندگی کو بوجھ کے بجائے نعمت جان لیں گے۔ رہتی سے قبل پار کی کرتے ہوئے اپنے آپ کو جبری طور پر تشکر کے رویے کے لیے مجبور نہ کریں۔ لہذا کئی سوئی نے رہتی کی نعمتوں سے ہمیں آگاہ کرنے کے لیے یہ اصول وضع کیے کہ رہتی کی قدر و قیمت جان لینے کے بعد اپنی فہری طور پر تشکر کے جذبات محسوس کریں گے۔

ایکس (21) دنوں کا باطل عقیدہ (خرافات)

غالباً قائم رہتی کتاب میں اور تمام رہتی اساتذہ ہر درجے کے درمیان 21 دنوں کے وقفے کا ذکر کرتے ہیں۔ لیکن کبھی کبھی رہتی مساتر اس کے لیے کوئی خاص تو شیخ پیش نہیں کرتا۔ بس وہ تو صرف یہی کہتے ہیں کہ ایٹومنت کے بعد ہر پیکار کی صفائی کا عمل شروع ہو جاتا ہے اور ہر پیکار کی صفائی کے لیے تین دن لگتے ہیں۔ اس لیے سات پیکار کی صفائی کے لیے 21 دن درکار ہیں۔ لیکن اگر ایک پیکار کی صفائی کے لیے تین دن درکار ہیں تو تمام پیکار ایک وقت ہی صاف کیوں نہیں ہو جاتی۔ اس طرح ہوتو تین دنوں میں آپ کے تمام پیکار صاف ہو جائیں گے۔

اگر پیکار اور مرکزی جھنک کی صفائی پر 21 دن لگتے ہیں تو پھر لوگ ایٹومنت کے فورا

بعد لوگ اپنے آپ کو اور دوسروں کو بھی دینا کیوں شروع کر دیتے ہیں۔ انٹیومنٹ کے ذریعہ بعد بھی لوگ انہی کا بہاؤ محسوس کرتے ہیں۔

21 دنوں میں صفائی کا عمل ایک مقالہ ہے۔ رہنما کی انٹیومنٹ حاصل کرنے سے قبل بھی صفائی انہی آپ کی پہچان میں ہوتی ہے۔ جسم میں پھیلنے کی قابلیت موجود ہوتی ہے اور صفائی انہی فطرت میں موجود ہے۔ لیکن اس کے صرف 5 فیصد حصے تک آجکی رسائی ہوتی ہے۔ انٹیومنٹ کے بعد انہی کو پہچان کرنے کے لیے پیکرازی کی کھپکھپائی میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ اس لیے انٹیومنٹ کے فوراً بعد اور 90 فیصد پہچان کرنے کے لیے تیار ہوتے ہیں۔ چند دنوں میں اس انہی کا بہاؤ 90 فیصد سے 100 فیصد ہو جاتا ہے۔ کیونکہ انٹیومنٹ کے بعد بھی انہی پیکراز پر کام کر رہی ہوتی ہے۔ بہاؤ کے درجے کے حصول کے لیے چند دن گتے ہیں۔ لیکن ہر شخص کے لیے یہ دورانیہ مختلف ہوتا ہے۔ 10 فیصد انہی اتنی نمایاں مقدار میں ہیں۔ اس لیے آپ کو پریشان نہیں ہونا چاہئے اگرچہ پہلی کا بہاؤ ہے کہ آپ رہنما کی کھپکھپائی پر اپنا ذاتی وقت صرف کرتے ہیں، ہر روز بے حصول کے بعد اپنے محسوسات پر غور کریں، پیکراز آپ اگلے روز بے لیے تیار ہوں گا کام جاری رہیں۔ بعض لوگ اسے ہی دن سیکھ لیتے ہیں۔ چونکہ لوگ 29 دنوں کے بعد سمجھتے ہیں۔ کئی لوگ ایسے بھی ہیں۔ جو کہ تین مہینوں یا حتیٰ کہ ایک سال بعد سمجھتے ہیں۔ اس سب کا انحصار آپ کے اپنے جسم پر ہے۔ ہمارے طریقہ کار اپنی طرف سے ذرا مختلف ہے، ہم یہ بھی کہ تمام درجہ جات کی انٹیومنٹ ایک ہی نشست میں دے دیتے ہیں۔

### تصدیق کی چند مثالیں

1۔ "میں نہیں جانتا کہ مجھ سے کیا ہو چکا لیکن اگر مجھے وہ دیکھ ساسک اور کادوں کے بارے میں پوچھا گیا۔ میں اب انہیں چھوڑ رہا ہوں۔ (ختم کر رہا ہوں)۔ اب مجھے راہنمائی اور اپنے مکمل علاج کی ضرورت ہے۔ جس پہلی میرا علاج ہے، یہی ہے۔ یہی ہے۔"

### 2۔ اگر آپ کی ٹانگوں کو کوئی مسئلہ درپیش ہو

"میں مستقبل کی کامیابیوں سے متعلق اپنے تمام غمناکات ختم کر رہا ہوں۔ میں اپنی ساری زندگی میں توازن چاہتا ہوں۔ اور اس کے حصول کے لیے اپنی قابلیت پر یقین رکھتا ہوں۔"

### 3۔ نشے کی عادت تبا کو نوشی وغیرہ

"میں روزانہ کی سرگرمی میں کی ضرورت ختم کرتا ہوں۔ مجھے مزید سرگرمی چاہیے کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔ میرا جسم تبا کو نوشی سے سکون حاصل کرنے کی خواہش نہیں رکھتا تبا کو نوشی کی ضرورت ایک نئے ماحول میں تبدیل ہو گئی ہے۔ یہی وہ چیز ہیں جس میں کرنا چاہتا تھا۔ لیکن میں یہ سوچتا تھا کہ میرے پاس ان کے لیے وقت نہیں ہے۔ اس نئی سرگرمی میں تبا کو نوشی سے پیدا ہونے والی خلا کو مکمل طور پر پھر دیا ہے۔"

### شراب نوشی

"مجھے اب نشہ کرنے کی کوئی ضرورت محسوس نہیں ہوتی۔ کیونکہ اب میں نے چیزوں کو ان کی اصلیت کے مطابق قبول کرنے کی قابلیت حاصل کر لی ہے۔ اب میں چیزوں کو ایک نئے انداز سے دیکھ رہا ہوں۔ اب میرے پاس مسائل کا حل موجود ہے۔ اور مایوسی کی بجائے امید ہے۔ اب میں مکمل طور کے ساتھ ایک گہرے راز زندگی گزارنے کا حکم ارادہ کر چکا رہیگی ہوں۔"

### 4۔ ماضی کے حوالے سے کوئی بھی کام

"وہ واقعہ ختم ہو چکا ہے۔ جس نے میرے جسم میں یہ صورت حال، حدود پابندی یا مرض پیدا کی ہے۔ میں اپنی یادداشت سے اس واقعے کو ختم کرتا رہتی ہوں۔" یا "میں اس واقعہ کی یادداشت کے سہارے زندہ رہ سکتا رہتی ہوں کیونکہ میں نے اسے قبول کر لیا ہے اور اس کا بہترین مطلب سمجھ لیا ہے۔ اس واقعے کے ذکر سے میری یادداشت اب ماضی کی طرح رد عمل کا بہترین کرتی۔"

## 5- ڈر خوف

”میرے بچپن میں پیدا شدہ صورت حال اب میرے ذہن میں موجود نہیں ہے۔ میں چاہتا رہا جانتی ہوں کہ یہ انسانی میری یادداشت کے غلطوں سے اس نمونے کو دھوڑا لے اور مجھے بلا پابندی ایک بحرِ چرچہ زندگی گزارنے دی جائے۔ اب میں (متعلقہ ڈر خوف کا نام) سے بالکل خوف زدہ نہیں ہوں میں بلا خوف و خطر (متعلقہ کام کا نام) کر سکتا رہتی ہوں۔“

6- میں ایک نامعلوم مستقبل کی جانب رواں دواں ہوں۔ میں جانتا رہا جانتی ہوں کہ اب مجھے صرف اچھائی ہی ملے گی، میں بہترین صحت و شاد دہائی اور پستی سکون کا مرکی حامل ہوں۔ میں اپنی ہر نئی مہم اور سہولت کی انجام دہی سے اپنی زندگی میں اعلیٰ و ارفع چیزیں حاصل کر رہا رہی ہوں۔“

7- ”اور سب کے ساتھ انصاف کیا جا چکا ہے۔ اب میرے کوئی متنازعہ یا موقوفہ معاملات نہیں ہیں۔ ہر چیز مکمل اور سادہ ہے۔“

## 8- تعلقات

اب نہیں تعلقات کے حوالے سے پہلے سے زیادہ بہتر اور گہرا فہم حاصل ہے۔ اب میں اچھی طرح جانتا رہا جانتی ہوں کہ وہ کیا محسوس کرتی ہے یا کرتا ہے۔ اور وہ بھی مجھے مکمل طور پر سمجھتی ہے یا سمجھتا ہے۔ اب ہمارے درمیان کوئی ابہام نہیں ہے۔ چیزوں کے حصول کے لیے میری قابلیت کی کمی اور خوف کی وجہ سے ہامی میں کنٹرول کرنے کی ضرورت تھی، اب کنٹرول یا مشروط محبت بالکل نہیں ہے۔ کیونکہ اب میں اپنی توقعات کے مطابق دوسروں سے سلوک کی ضرورت ختم کرتا رہا جانتی ہوں میں اس شخص کے ذاتی و فطری اظہار کو تسلیم کرتا رہا جانتی ہوں اور ساتھ ہی میں مجھے اپنے دے میں ساز باز کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ انہوں نے تعلقات روزانہ ہر طرح سے بڑھ رہے ہیں، گہرے ہو رہے ہیں اور پہلے سے کہیں زیادہ بہتر ہو رہے ہیں۔“

## 9- بائیاں کندھا

”میں ماضی میں اپنی ذمہ داری سمجھ کر طرح انجام دے رہے تھے متعلق اپنا جرم ختم کرتا ہوں۔ میں نے اپنے علم کے مطابق سمجھ لیا۔ میں اسے اللہ تعالیٰ کی مرضی کے طور پر قبول کرتا رہا جانتی ہوں۔ اور اپنے آپ کو معاف کرتا رہا جانتی ہوں۔ میں مستقبل کی ذمہ داریوں سے عہدہ براہوئے کے لیے راہنمائی اور طاقات کا سرکی طلب گزار ہوں۔“

## 10- دایاں کندھا

”میں مستقبل کی تمام ذمہ داریوں کی پریشانی ختم کرتا رہا جانتی ہوں اور زمانہ حال میں زندگی کی تمام نعمتوں کو قبول کرتا رہا جانتی ہوں۔ اب مجھے مستقبل کے تحفے کا یقین ہے کہ مستقبل کی ذمہ داریوں سے عہدہ براہوئے کے لئے مجھے سب کچھ بروقت مل جائے۔“

## 11- والدین سے نفرت ختم کرتا

”میں اس بات کو بخوبی سمجھتا رہا جانتی ہوں کہ میرے والدین اپنے حالات اور غمشات سے متاثر ہیں۔ میں بدلتے ہوئے وقت سے باخبر ہوں اس لیے میں اس کی غلطی کو بھی سمجھتا رہا جانتی ہوں میں اپنے متعلق والدین کے غمشات کے لیے ان سے محبت کرتا رہا جانتی ہوں۔ میں سمجھتا رہا جانتی ہوں کہ وہ ایسے لوگ ہیں کہ انہیں محبت اور جذبات و توجہ کی ضرورت ہے۔ میں ان سے محبت کرتا رہا جانتی ہوں۔ اور اپنے آپ کو نفرت سے آزاد کرتا رہا جانتی ہوں۔“

12- میں بڑھاپے کو بخوبی قبول کرتا رہا جانتی ہوں مجھے فطری طریقہ کار سے لڑنے کی اب کوئی ضرورت نہیں ہے۔ میں اس بات سے بھی آگاہ ہوں کہ جسم خود بخود اعادہ شباب کی صلاحیتوں کا حامل ہے۔ میں اپنے محدود رویوں کو ختم کر کے اس طریقہ کار کا آغاز کرتا رہا جانتی ہوں۔ میں ماضی کی غیر فطری عادات کو اپنے جسم سے ختم کرتا رہا جانتی ہوں۔ اور سادہ اور فطری سے طرز زندگی کو قبول کرتا رہا جانتی ہوں۔ میں اپنے جسم و باطن کو دل کش بنانا چاہتا رہا جانتی ہوں۔ میرا

جسم طاقت ور، چکدار اور چست بن جائے۔ میں اپنے جسم کے ہر حصے کی دوبارہ جوانی اور روشن خیالی پاتا ہوتا رہتی ہوں۔"

13۔ "میں اپنا ماضی بھلا دیتا چاہتا رہا جانتی ہوں اب میں نئی زندگی نئی خوش بنیاد اور قدر و قیمت کا رکھی حامل ہوں۔ میں اپنی نئی زندگی میں روشنی کا رکھی طلب ہوں گا۔"

14۔ "میں اس شخص سے پہلے کا چاہتا رہا جانتی ہوں، میں چاہتا رہا جانتی ہوں کہ یہ شخص روزمرہ زندگی کا کام انجام دے اور مجھے اپنا کام کرنے دے۔ ہم مختصر وقت کے لیے ملے تھے اب کسی دماغی نئی ضرورت نہیں ہے۔ میری خوشی کا دار و مدار میری انفرادیت کے علاوہ کسی چیز پر نہیں ہے۔"

15۔ میرے مثنوی خیالات و شکوک میرے اپنے خیالات ہیں اور میں انہیں آسانی سے مثبت خیالات میں تبدیل کر سکتا رہتی ہوں۔ مجھے اپنے مثبت خیالات پر یقین کرنے سے کوئی نقصان نہیں ہوگا۔

16۔ "میں اپنا اندر و بہر بہت اچھے انداز میں دے رہا رہی ہوں۔ اندر و بہر میں میری کارکردگی بہت اچھی ہے۔ اگر یہ میری بہتری، کھپتی اور دوسرے محققین لوگوں کی بہتری میں ہے تو مجھے یہ جاپ (ملازمت) ملنی چاہیے۔"

17۔ مجھے اب اس کھپتی میں ملازمت مل گئی ہے جو میرے گھر کے قریب ہے۔ ٹرانسپورٹ کا تو اب کوئی مسئلہ نہیں ہے۔ کام کرنے کا ماحول اچھا ہے۔ ساجھی بہت معاون اور با اعتماد لوگ ہیں۔ ملازمت بھرپور اور خوشگوار اچھی ہے۔ میں اور دوسرے تمام لوگ میرے کام سے مطمئن ہیں۔"

18۔ میں اپنے شعور سے کہتا رہتی ہوں کہ مجھے نئی ملازمت کا موقع ملنا چاہیے۔ ایک حیران کن نئی ملازمت جس میں میری تعلیمی ذہانت اور قابلیت کا بھرپور استعمال ہوگا۔ میں یہ نظریہ شہم کرتا رہتی ہوں کہ مواقع محدود ہیں۔ زندگی کے ہر مرحلے میں، میں مواقع میں گھرا ہوا ہر گھری

ہوتی ہوں۔ یعنی زندگی کے ہر مرحلے میں میرے لیے بے شمار مواقع موجود ہیں۔

19۔ اب میرے پاس رہنے کے لیے اپنا خوبصورت گھر ہے۔ میرا گھر میری انفرادیت کی وسعت ہے۔ یہ ہم سب کے لیے بڑے جوش و خروش کا ماحول اور بچوں کی تربیت کرنے والا ہے یہ ہمیشہ خوش قسمتی اور خوش دھما سے معمور ہوتا ہے۔

20۔ اب مجھے اظہار کی ضرورت محسوس ہوتی ہے۔ اب مجھے اپنی ذات کے بھرپور اظہار کے نئے طریقے معلوم ہو گئے ہیں۔ اظہار میرا ادبی حق ہے۔

21۔ ہر واقعہ صحیح وقت پر رونما ہوا ہے تمام تجربات وقت پر حاصل ہو رہے ہیں۔ حتیٰ کہ یہ بھی گزر چکا ہے گا۔ یہ مستقبل نہیں ہے۔ کوئی بھی صورت حال یا حالات و واقعات مستقل نہیں ہیں۔

22۔ کامیابی اور ناکامی کچھ بھی نہیں ہے۔ یہ تو ایک تجربہ یا نمونہ ہے اگر نتائج میری توقعات کے مطابق نہیں ہیں تو میں اپنی کوشش ترک نہیں کرتا کرتی۔ ترغیب میری زندگی کی بنیادی قوت ہے۔

23۔ لوگوں کو قہر میں کرنے کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔ میں ان چیزوں کے حصول کے لیے راہنمائی طلب کرتا کرتی ہوں جن کے لیے میں دوسروں پر انحصار کرتا کرتی ہوں۔

24۔ میں اپنی ولی محبت کو اپنے جسم کا ہر حصہ صاف کرنے اور اس کا علاج کرنے کی اجازت دیتا رہتی ہوں۔

25۔ خدائی ذہانت میری راہنما ہے۔ میں دوسرے لوگوں کے خدشات اور شکوک و شبہات سے متاثر نہیں ہوتا رہتی۔

26۔ میں اپنی ہر سوچ کی ذمہ داری قبول کرتا کرتی ہوں۔ میں اس بات سے آگاہ ہوں کہ ہر ایک مثبت سوچ سے جسم میں قوت آ جاتی ہے۔ اور مثنوی خیالات سے جسم کی انرجی میں کمی واقع ہوتی ہے۔

27۔ میں اپنی نگہداشت کے خیالات شمع کو رہا رہتی ہوں۔ میں جانتا رہا جاتی ہوں کہ ہر ایک شخص کے لیے کافی کچھ موجود ہے۔ فطرت میں فراوانی ہے اور اس لیے ہر ایک شے انسانی زندگی کے لیے ہے۔

28۔ میں بالکل محفوظ اور سلامت ہوں کیونکہ میں کائنات کا ادبی حصہ ہوں۔ میں وہ چیز ضائع نہیں کر سکتا کرتی جس کا مجھ سے کوئی تعلق نہیں۔ خوف زدہ ہونے کی کوئی ضرورت نہیں۔

29۔ میں جانتا رہا جاتی ہوں کہ موت کا ایک دن نہیں ہے۔ میں اس بات کو تسلیم کرتا کرتی ہوں کہ ایک روز مجھے مر جانا ہے۔ ہر ذی روح نے موت کا اذیت پسندانہ ہے۔ انسانی احوال تبدیل کر کے برقرار رہتی ہے۔ میں اپنی موت کو اسی طرح قبول کرتا کرتی ہوں۔ جس طرح اپنی پیدائش کو، اپنی کامیابیوں کو، اپنے جسم کو اور اپنی زندگی میں موجود تمام چیزوں کو، زندگی تجربات کا مجموعہ ہے اور میں نے اپنی پھر پور زندگی گزار لی ہے۔

30۔ میں موت کو حقیقت قبول کرتا کرتی ہوں۔ میں اپنی زندگی کی تاپائیدار فطرت کو قبول کرتا کرتی ہوں۔ میں اپنی زندگی کا ہر دن پھر پور انداز میں گزارنے کا چلتا ارادہ کرتا کرتی ہوں۔

مرچو

اے مالک کل میرے والدین پر

نالیقہ کی بی بی کے لیے ایک اور چھوٹا سا عکس



نالیقہ کی بی بی کے لیے ایک اور چھوٹا سا عکس



نالیقہ کی بی بی کے لیے ایک اور چھوٹا سا عکس



نالیقہ کی بی بی کے لیے ایک اور چھوٹا سا عکس



اعزیز شفیق لٹری ٹیٹ آف بی ایل سائنسز میں کاسٹریکی تصویر کی جھلکیاں



لہام سرور شاپ پر چل ہانگ انری ڈاٹر کرتے ہوئے



خواجہ محضرات پر چل ہانگ انری ڈاٹر کی ایک شمش کرتے ہوئے



خواجہ محضرات کو پر چل ہانگ انری ڈاٹر کی جاری ہے

اعزیز شفیق لٹری ٹیٹ آف بی ایل سائنسز میں کاسٹریکی تصویر کی جھلکیاں



لہام سرور شاپ پر چل ہانگ انری ڈاٹر کرتے ہوئے



تھیم لہام سرور شاپ پر چل ہانگ انری ڈاٹر کرتے ہوئے



لہام سرور شاپ پر چل ہانگ انری ڈاٹر کرتے ہوئے

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیرا نائل سائنسز میں کلاسز کی تصویری جھلکیاں



تکیم نامہ سرور شاپ کے کلاس - پیرا نائل



یوگا کی ایک کلاس کا خوبصورت منظر



یوگا کی ایک کلاس کا خوبصورت منظر

یوگا ماسٹر محمد انور ندیم



یوگا ماسٹر سید اعجاز حسین بخاری



انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیرا نائل سائنسز جو بی ایچ ای (اوکاڑہ) میں

کرنڈ انی شق کی بیداری کی ایک خاص یوگا مشق کرتے ہوئے

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف ہی انٹرنل سائنسز میں کلاسز کی تصویریں جھلکیاں



پہ چائل ہائیگ انٹرنی کی ایک کلاس



تھیم ہائمر و درجاب کلاسز کے دوران کی ایک تصویر



ریجنی کلاسز کا ایک خوبصورت منظر

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف ہی انٹرنل سائنسز میں کلاسز کی تصویریں جھلکیاں



تھیم ہائمر و درجاب کلاسز کے دوران کی ایک تصویر



گراؤنڈ کورس کے دوران کی ایک تصویر



پہ چائل ہائیگ انٹرنی کی ایک کلاس کا منظر

انٹرنیشنل انشٹی ٹیوٹ آف ایٹاٹل سائنسز میں کلاسز کی تصویری جھلکیاں



تکیم نامہ سرور شاپ کلاسز میں سائنسز کی کلاسز



پروگرامنگ انشٹی ٹیوٹ کی کلاسز



پروگرامنگ انشٹی ٹیوٹ کی کلاسز

پروگرامنگ انشٹی ٹیوٹ

(روحانی شفا بخشی کی طاقت)

پروگرامنگ انشٹی ٹیوٹ کے بارے جاننے سے پہلے تمہیں اہم چند امور کی وضاحت کرنا ضروری سمجھتے ہیں۔ ہمیں یہ سمجھنا ہوگا کہ خیال کیا ہے؟ ہوشیار کیا ہے؟ ذہن کیا ہے اور کس چیز سے بنا ہے؟ اس کے بعد ہم پروگرامنگ انشٹی ٹیوٹ کو آپسانی سمجھ پائیں گے۔ سب سے پہلے ہم خیال کے بارے میں معلوم کرتے ہیں۔

خیال کیا ہے؟

خیال کیا ہے؟۔۔۔ خیال ایک لہر ہے!۔۔۔ لہر کیا ہے؟۔۔۔ بجلی کی ایک رو ہے!۔۔۔ رو کیا ہے؟۔۔۔ وائبریشن Vibration ہے!۔۔۔ وائبریشن کیا ہے؟۔۔۔ وائبریشن دراصل انفارمیشن کا بہاؤ ہے!۔۔۔ جب یہ بہاؤ ٹکڑوں میں بت جاتا ہے تو بہاؤ کی ہر قسم ایک انٹیم بن جاتی ہے۔ یہ انٹیم ایک سے ہزاروں لاکھوں کروڑوں بن جاتے ہیں۔ اس کی مثال یوں ہے کہ آپ بائیس بے چارے کے ساتھ پانی پھینکیں، پانی کے ٹکڑے قطرات بنیں گے ان قطرات کو کسی بھی طریقے سے شماریں کیا جاسکتا۔ یہی صورت خیال کی ہے۔ خیال جب آپتیس Space سے بھرتا ہے تو کچھ کرائیوں میں تبدیل ہو جاتا ہے اور آپتیس میں قیام کے لئے اربوں کھربوں گھربوں خائے بنالیتا ہے اور جب ایک انٹیم اپنی جگہ سے چھلانگ لگاتا ہے۔ چھلانگ لگنے کے بعد جس جگہ وہ گرتا ہے وہاں ایک خانہ یا بول بن جاتا ہے، یہی بول اور خانہ غلیہ Cell ہے۔ دوسری طرف جیسے ہی انٹیم چھلانگ لگاتا ہے۔ اس کی جگہ دوسرا انٹیم آ جاتا ہے اور یہ مسلسل اتنا طویل ہے کہ اس پر ساری کائنات کے قیام کا انحصار ہے۔

قدرت کاملہ نے انسانی جسم کو بھی بے شمار غلیات (Cells) سے بنایا ہے۔ یہ سب Cell زندگی کی توانائی بخشنے ہیں اور اس توانائی سے زندگی قائم رہتی ہے۔ ان سب (Cells) یا غلیات کی جسم انسانیت میں ٹکست اور ریخت ہوئی رہتی ہے۔ ہر غلیہ کے اندر بہت سے اجزاء ہوتے

جس اور انہی اجزاء سے زندگی قائم رہتی ہے۔ جس طرح غلیات میں ٹوٹ پھوٹ ہوتی رہتی ہے اسی طرح جسم میں بھی جلد و تغیر و تخریب کا عمل ہوتا رہتا ہے۔ تغیر و تخریب کا یہ عمل ایک طرف نشو و نما میں اضافہ کرتا ہے تو دوسری طرف نشو و نما کو ماضی میں بریکارڈ کرتا ہے۔

جس طرح خیال اور پانی خود کا طریقہ سے ہزاروں، لاکھوں، بیلیون بن جاتے ہیں اسی طرح کائنات سے ہر پچھلے ہیلک انرجی ہم ایک خاص طریقہ سے کائنات سے وصول کر کے اپنے ہاتھوں، سانسوں اور خیالات کے ذریعے پتار، پتوں، وڈ بنوں اور مٹی کی اجسام میں طرانسفر کر کے ان کو پتار، پتوں اور مٹی سوچی سے دلاتے ہیں۔

### ہیومن انرجی فیلڈ

”ہیومن انرجی فیلڈ (HEF) سے لوگ صدیوں سے آگاہ ہیں۔ انسان کے گرد اس مٹا نہیں دیا گیا فیلڈ کو ماضی قدیم کی مختلف تہذیبوں نے اپنے طریقہ علاج میں استعمال کیا ہے۔ اسی انرجی کو ”واکس انرجی“ (کائناتی توانائی) کا نام بھی دیا جاتا ہے۔ جو تمام اجسام میں سرایت کرنے کی اہلیت رکھتی ہے۔“

### ذہن کیا ہے؟

”ذہن موت کے بعد بھی متحرک رہتا ہے اور اپنی شکل تبدیل کر لیتا ہے۔ یہ اپنے مادی جسم سے قطعاً تعلق کر کے کسی اور دنیا سے اپنا رابطہ بحال کر لیتا ہے۔ ہم اپنے دماغ کو ہی ذہن خیال کرتے ہیں جبکہ حقیقت یہ نہیں، ذہن گوشت و پوست کے دماغ سے آزاد ایک غیر مادی حیثیت رکھتا ہے۔“

### انچ ایس پی (HSP)

”ذہن اندر سے میں HSP (دو صلاحیت ہے جس کے ذریعے نہیں دنیا کو دیکھا جاسکتا ہے) کے ذریعے دیکھ سکتا ہے اور ہم کسی بھی مادی جسم کے اندر کام کرنے والی لہروں اور

دماغی ساخت سے ماوراء ان اشیاء کے ارد گرد روشنیوں کے ہائے آسٹریل لائٹ یا اورتائی انرجی (Aura) کے ذریعے مشاہدہ کر سکتے ہیں۔“

### ذہن کس چیز سے بنا ہے؟

کچھ غیر مربوط Unstable یا رابطہ مربوط Stable ہو کر ایک طاقت ور فیلڈ بناتے ہیں۔ مثال کے طور پر ایک نیوٹران، نیوکلئیس کے اندر غریبہ Stable پیدا کرتا ہے لیکن نیوکلئیس کے باہر Unstable ہوتا ہے اور اس کی زندگی تقریباً 15 منٹ کی ہوتی ہے۔ ایک Kaon نیوٹران اشار میں Stable ہوتا ہے جبکہ دوسری صورت میں نہیں ہوتا۔ جب ہمارا ذہن ایک Stable کنڈیشن میں آ جاتا ہے اور ہم جذباتی ہونا چھوڑ دیتے تو ہم ایک وجدانی طاقت Blue Sense حاصل کر لیتے ہیں۔ Blue Sense رکھنے والا شخص مثبت طرز فکر کا حامل ہوتا ہے اور دو تمام مثبت باتوں سے اپنے آپ کو محفوظ رکھتا ہے۔

### ذہن کی تحریکات

Blue Sense کا حامل شخص جو اپنے ارادے کی قوت سے مثبت تحریکات کے ذریعے جسم پر کنٹرول حاصل کر لیتا ہے یا بصورت دیگر اسے روشنیوں پر کنٹرول حاصل ہو جاتا ہے۔ بعض اوقات یہ صلاحیت فرد میں از خود بھی بیدار ہو جاتی ہے بعض اوقات طویل ریاستوں سے بھی یہ صلاحیت بیدار نہیں ہوتی۔ ماورائی صلاحیت پر مختلف تجربات کر کے بھی نتائج اٹھ گئے مگر یہی مشا۔ NDE یعنی Near Death Experience اور OBE یعنی Out of Body Experience کے ذریعے ایک ایسے جسم کی شناخت کی گئی ہے جو مرنے کے بعد کسی اور دنیا سے رابطہ قائم کر لیتا ہے۔

### کائنات کی ہر چیز سے لہریں نکل رہی ہیں

ہم ان لہروں کو لفظ ”جذبات“ سے بھی سمجھ سکتے ہیں۔ مثلاً بیدار ایک جذبہ ہے۔ نفرت

بھی ایک جذبہ ہے۔ اندر دئی ایک جذبہ ہے۔ اسی طرح دیگر جذبات ہیں۔ یہ جذبات لہروں کی شکل میں ہی ہم تک پہنچتے ہیں اور ہم انہیں وصول کرتے ہیں۔ اگر ہمارے اندر مثبت جذبات ہیں تو ہمارے اندر سے مثبت اور سکون کی لہریں خارج ہوں گی۔ منفی جذبات رکھنے والوں سے خفی لہریں یعنی بے چینی کا احساس ہوگا اور آکٹا بہت محسوس ہوگی۔

### ذاتی بیماریاں

”بہت سی ذاتی بیماریاں ہیں جن میں شیڈ فریڈا، ہسٹریا، ہسٹریکائی، فرسٹو پٹش، اسٹریس، ڈاؤنڈر، وغیرہ شامل ہیں۔ یہ سب طرح برادر راست جسم پر اثر انداز ہوتی ہیں اس طرح بہت سی جسمانی بیماریاں مثلاً کینسر، گردوں کا کالکائیلف، امراض قلب، اور دماغ وغیرہ کا تعلق بھی سائنسی طور پر ذہن سے بہت کیا جاتا ہے“

### سپر چوکل ہیملنگ انرجی طریقہ علاج

سپر چوکل ہیملنگ انرجی ایک یونیورسل طریقہ علاج ہے جسے ہم پوری دنیا میں متعارف کروانا چاہتے ہیں اور پوری دنیا میں اس طریقہ علاج کے ڈاکٹرز، سپر چوکل تیکم، سپر چوکل معالج، سپر چوکل بطور کی عملی تربیت کروانا چاہتے ہیں تاکہ انسانیت کی خدمت اور فلاح کی جائے اور ترقی ممکن ہو، ملتی انسانیت کو بیماریوں سے نجات دلائی جاسکے۔

ہم جب بھی کسی قسم کی انرجی، لائف فورس یا دوائی لہروں کی بات کرتے ہیں تو یہ سب کچھ سپر چوکل سائنسز میں آتا ہے۔ سپر چوکل انرجی جسے آپ لائف فورس بھی کہہ سکتے ہیں جو زندگی کو برقرار رکھتی ہے اسے یوں بھی کہہ سکتے ہیں کہ سپر چوکل ہیملنگ انرجی ایک ایسی روحانی فورس ہے جو حفاظت انرجی ہے۔ آپ اسے کوئی بھی فورس کہہ لیں، کوئی بھی طاقت کہہ لیں، دماغی لہریں کہہ لیں یا حفاظت انرجی کہہ لیں اسے کوئی بھی نام دیں لیں۔ یہ لائف فورس ہے جس کی وجہ سے ہم زندہ ہیں۔ ہم جو سنتے، دیکھتے اور محسوس کرتے ہیں۔ ہم کیوں سنتے، دیکھتے اور محسوس کرتے ہیں؟ ہمارے دماغ میں ہر وقت محسوسات کی مادی کیوں بنتی رہتی ہے؟ کچھ لہریں ہمارے دماغ

میں ہر وقت آ رہی ہے اور کچھ انرجی ہر وقت ہمارے دماغ سے نکل رہی ہے۔ ہمارے دماغ میں ایک پروگرام بن رہا ہے۔ یہ سب کیوں ہے؟ یہ کچھ میں نہیں آتا؟ یہ سچا ناول اور سپر چوکل سائنسز کے ذریعے ہی ہمیں سمجھنا ہوگا۔ یہ ایک ایسی چیز ہے، ایک ایسی طاقت ہے، ایک ایسی انرجی ہے، ایک ایسی فورس ہے جو ہمارے اندر موجود ہے اور ہمیں ظاہری آنکھوں سے نظر نہیں آ رہی ہے مگر یہ سب جو ہو رہا ہے بہت پاورفل طاقت کے ذریعے ہو رہا ہے۔ ہمارے اندر بھی ایک کپیوٹر ہے جس میں ہر طرح کی پروگرامنگ ہوتی ہے۔ یہ ایک ایسا کپیوٹر ہے جو بہت بڑا ہے اور اس کی پروگرامنگ بھی بہت بڑی ہے۔ اس ایسا کپیوٹر آپ تک نہ لکھی بن سکا ہے اور نہ بن سکے گا۔ ہم سپر چوکل ہیملنگ انرجی کے ذریعے انسانی دماغ کے اندر واقع کپیوٹر میں ایک پروگرامنگ (جسے سپر چوکل ہیملنگ انرجی ہوگی یا انیونیٹ کہا جاتا ہے) کرتے ہیں جس کے ذریعے ہم انرجی دے سکتے ہیں۔ اور اس پروگرامنگ کے ذریعے ہم ایک یونیورسل انرجی لے سکتے ہیں۔

جس طرح سورج کی روشنی میں ایک پلٹ لگا دیتے ہیں اور اس کے ذریعے توانائی ذخیرہ ہو جاتی ہے جسے خسی توانائی یا سولر انرجی کہا جاتا ہے۔ جس سے ہم امور زندگی کے کئی کام لیتے ہیں۔ اسی طرح کی انرجی ہمارے اندر موجود ہے جسے ہم ریکی، سپر چوکل ہیملنگ انرجی، لائف فورس اور شفائی انرجی کہہ سکتے ہیں۔ اس انرجی سے ہم ایک دوسرے سے رابطہ کر سکتے ہیں۔ دنیا میں جہاں کہیں بھی کوئی مریض ہو اس کا علاج کر سکتے ہیں۔ ہم ایک خاص طریقہ سے اس انرجی کو (سو) محفوظ اور ذخیرہ کر سکتے ہیں۔ آپ سوال کریں گے کہ ہم خود بخود اس انرجی سے کیوں فائدہ حاصل نہیں کر سکتے؟ وہ اس لئے کہ ہمارے اندر وہ پروگرامنگ (ہوگی یا انیونیٹ) نہیں ہوئی ہوتی۔ جو ریکی ماسٹر اور سپر چوکل پاور ماسٹر ہمارے اندر اس انرجی کی ایک پروگرامنگ کرتا ہے۔ مثلاً سائنس وید، ہارڈ ویئر یا آپ کوئی بھی نام دے لیں (فیڈ کر دیتا ہے) تو پھر ہم اس انرجی کو استعمال میں لاتے ہیں۔ جس کی ایک خاص فریکوئنسی ہوتی ہے جیسے دبی، ڈبلش، جھڑیا، موبائل فونز کے خلیں نمبر یا کوڈز ہوتے ہیں۔ جب ہم ریڈیو، مٹی، وی یا ڈبلش کا کوئی

تھوٹو آن کرتے ہیں تو اس کی نشريات یا آواز آنا شروع ہو جاتی ہے یا فون کا جو نمبر ہم ملاتے ہیں تو مطلوبہ فرد سے فوراً بات ہو جاتی ہے۔ وہ خواہ وہ دنیا کے کسی بھی گوشہ میں موجود ہو۔ اسی طرح ریکی انرجی اور سپر چیکل انرجی کا بھی ایک خاص کوڈ ایک خاص نمبر اور فریکوئنسی ہوتی ہے۔ اسی طرح یوسوئی ریکی کے چار (4) کوڈز یا تھوٹو اور سپر چیکل ہیملنگ انرجی کے آٹھ (8) کوڈز یا تھوٹو ہیں۔

دراصل ہمارے جسم کے اندر وہ صلاحیتیں موجود ہیں ریکی ماسٹر اور سپر چیکل پاور ماسٹر ان صلاحیتوں کو ایک خاص طریقہ سے بیدار کر دیتا ہے۔ یہ تھوٹو ریکی انرجی سے ان کا رابطہ پیدا کر دیتا ہے، ہم آجنگ کر دیتا ہے جسے صوفی (Hope) دیتا کہتے ہیں۔

ظالمان رومانی و مارائی علوم کے لئے ہم یوسوئی ریکی کے چار (4) تھوٹو آن کرتے ہیں اور سپر چیکل ہیملنگ انرجی کے آٹھ (8) تھوٹو آن کرتے ہیں۔

### سپر چیکل ہیملنگ انرجی کے پہلے درجہ سے علاج کا طریقہ کار

میڈیکل میں ایک ایسے ڈاکٹر سے (میڈیکل کے لحاظ سے) صرف 25% مریض ٹھیک ہوتے ہیں۔ اور یہی حال اہلکار اور سکھاء اور دیگر طریقہ علاج کا ہے۔ جبکہ سپر چیکل ہیملنگ انرجی کے ایک ایسے طریقے سے 75% سے 85% مریض ٹھیک ہوتے ہیں۔ سپر چیکل طریقہ علاج میں (سپر چیکل ہیملنگ انرجی ویز) کام کرتی ہیں۔ اور یہ طریقہ علاج دنیا کا زبردست اور سب سے طاقتور طریقہ علاج ہے۔ باقی طریقوں کی نسبت اس میں زیادہ مریض ٹھیک ہوتے ہیں اور اس طریقہ علاج میں وہ مریض بھی ٹھیک ہو جاتے ہیں جو دوسرے طریقہ علاج سے لا علاج ہوں۔

سپر چیکل ہیملنگ انرجی کے پہلے لیول سے ہی انسان ادویات سے بے نیاز ہو جاتا ہے اور اسے کسی بھی مرض کے لئے دوائی کھانے کی ضرورت نہیں رہتی۔ وہ اپنا اور دوسروں کا علاج سپر چیکل ہیملنگ انرجی سے کر سکتا ہے۔ پہلے درجہ یا لیول میں سپر چیکل طریقے کے دونوں ہاتھوں میں شفا بخش انرجی کی ایک طاقتور فورس آ جاتی ہے اور سپر چیکل طریقے ہاتھوں کے ذریعے مریضوں کا علاج کرتا ہے۔ بدن انسانی میں جہاں کہیں بھی تکلیف ہوتی ہے۔ وہ ہاتھوں کو رکھتا ہے

اور سپر چیکل انرجی کے ذریعے شفا ملی لہریں بدن انسانی میں چلتا شروع ہو جاتی ہیں۔ ہیملنگ (علاج) کے لئے مریض کو آرام اور دوپگ پر بیٹھا دیا جاتا ہے اور سب سے پہلے سر پر دماغ والے حصہ پر ہاتھوں سے انرجی دی جاتی ہے۔ پھر مٹا ٹروٹھے پر ہاتھ رکھ کر انرجی دی جاتی ہے۔ تمام بدن میں جہاں کہیں بھی مرض ہوتا ہے یا انرجی اس جگہ تک تکلیف یا مرض کو ختم کر دیتی ہے اور مریض بغیر ادویات کے تندرست ہو جاتا ہے۔ ہیملنگ انرجی کے ذریعے تمام امراض اور تمام مسائل کا علاج بغیر ادویات کے کیا جاتا ہے۔

### سپر چیکل ہیملنگ انرجی درجات کا مختصر تعارف

#### سپر چیکل ہیملنگ انرجی لیول 1

پہلے لیول میں ہاتھوں میں (ایک رومانی شفا کی طاقت) ہیملنگ انرجی آ جاتی ہے اور ہاتھ دست شفا بن جاتے ہیں۔

#### سپر چیکل ہیملنگ انرجی لیول 2

دوسرے لیول میں انسانوں میں (ایک رومانی شفا کی طاقت) ہیملنگ انرجی آ جاتی ہے اور پھر انسانوں کے ذریعے مریضوں کا علاج کیا جاتا ہے۔

#### سپر چیکل ہیملنگ انرجی لیول 3

تیسرے لیول میں دوسری چیزوں میں ہیملنگ انرجی فرانسفر کی جاتی ہے۔

#### سپر چیکل ہیملنگ انرجی لیول 4

چوتھے لیول میں دور سے علاج کیا جاتا ہے۔ زمینی فاصلہ خواہ جتنا بھی ہو اس کی کوئی حد مقرر نہ ہے۔ بے شک علاج دنیا کے ایک کنارے پر مریض دنیا کے دوسرے کنارے پر ہو۔

#### سپر چیکل ہیملنگ انرجی لیول 5

پانچویں درجہ میں ہائیڈرو انرجی مشین کو بیدار کیا جاتا ہے۔

## سپر چوکل ہیلتھ انرجی لیول 6

پچھلے درجہ میں زور سے با آسانی علاج کیا جاتا ہے۔ یہ درجہ لیول 4 سے زیادہ تیز ہے اور طاقتور بھی ہے۔ اس سے علاج کا طریقہ بھی آسان اور فاسٹ ہے۔

## سپر چوکل ہیلتھ انرجی لیول 7

ساتویں درجہ سے ہر قابل آپریشن امراض کا اس انرجی سے آپریشن کیا جاتا ہے مگر ہیمری کو کم کر سکتے ہیں اور ٹینڈو کٹنرول کر سکتے ہیں۔

## سپر چوکل ہیلتھ انرجی لیول 8

آٹھویں درجہ سے وزن کو کم کیا جاسکتا ہے، یعنی امراض کا علاج کیا جاسکتا ہے اور بہت سے مسائل کا حل کیا جاسکتا ہے۔

## علاج میں سپر چوکل ہیلتھ انرجی درجہ جات کا کردار

سپر چوکل علاج میں ہر سپر چوکل ہیلتھ انرجی درجہ کا اپنی اپنی جگہ ایک خاص مقام ہے اور بیماری کے جلد خاتمہ میں ایک دوسرے کی مدد کرتے ہیں اور ہر درجہ کو ہوئیں مانیٹرنسٹ اور استعمال معالج (Healer) کی ہیلتھ چار میں بہت زیادہ اضافہ کر دیتے ہیں۔ سپر چوکل ہیلتھ کے اپنے لئے اس کا زیادہ استعمال دوسروں پر بے حد فائدہ مند ہے۔ سپر چوکل ہیلتھ انرجی دوسروں پر استعمال کرنے سے نئی زندگی اور انسانی خوشیوں کا آغاز ہوتا ہے۔ زندگی کے بیشتر مسائل خود بہ خود حل ہونا شروع ہو جاتے ہیں۔ اور بیماری کی شخصیت میں خود بخود تبدیلیاں ہونا شروع ہو جاتی ہیں۔

## سپر چوکل ہیلتھ انرجی درجہ 1

یہ درجہ ایک وقت میں ایک یا دوسریوں کے لئے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یہ زیادہ تر جسمانی بیماریوں پر مشتمل سر درد، مکرر درد، بڑے جوڑوں کا درد، چھوٹے جوڑوں کا درد، پہلی کا درد،

گھبراہٹ، دل ڈوبنا، پیٹ بٹانی، بخار، بخیرہ میں کا آدہ ہے۔ سپر چوکل پاور ماسٹر جب اس درجہ کے صوبوں بطور کو دیتا ہے تو اس کے ہاتھ دست شفا بن جاتے ہیں اور بطور کے ہاتھوں میں شفا بن لہریں آ جاتی ہیں اور تیز علاج ہاتھوں سے نکل کر مریض کے متاثرہ حصے میں منتقل ہونا شروع ہو جاتی تھے بطور اور مریض دونوں محسوس کرتے ہیں جیسے قرقر رہی ہوئی ہے یا پھر مریض کو کوشش ہی محسوس ہونا شروع ہو جاتی۔ بعض مریضوں کو دوران علاج خشک مگر مری رہنا سہاٹ اور قرقر رہنا سہاٹ محسوس ہوتی ہے یہ قرقر بہت شفا بنی انرجی کو دہاں لے جاتی ہے جہاں تکلیف ہوتی ہے اور یہ انرجی ہماری سوچ اور تصور کے ساتھ بھی کام کرتی ہے۔ اس سے نفسیاتی اور روحانی بیماریوں کا علاج بھی ممکن ہے۔ اس درجے کے مددگار دوسرا اور تیسرا درجہ ہیں۔ ان تینوں کے بیک وقت استعمال سے مریض کو فوراً آرام آ جاتا ہے اور یہ تینوں مل کر ہر قسم کی بیماریوں کا خاتمہ کر سکتے ہیں۔ پہلے درجہ سے کینسر بھی بیماریوں کے علاج کے امکانات بہت کم ہیں۔ اس طرح کا علاج بیماریوں کے لئے دوسرے اور تیسرے درجے کی مدد لینے پڑتی ہے یہ تینوں مل کر کینسر بھی بیماریوں کو ٹھیک کر سکتے ہیں۔ تاہم کینسر بھی بیماریوں کے لئے پانچویں درجہ کا کردار سب سے اعلیٰ ہے۔

## سپر چوکل ہیلتھ انرجی درجہ 2

بے شک سپر چوکل انرجی درجہ دوم سے تمام نفسیاتی اور جسمانی بیماریوں کا علاج کیا جاسکتا ہے لیکن اس کا خاص اثر نفسیاتی بیماریوں پر ہے۔ ڈپریشن، خوف، بے جا خوف، گھبراہٹ، قلبی مسائل، حافظہ اور یادداشت کی کمزوری، گھٹے ہوئے پین کان کے امراض، ممیہ قلبی اور روحانی امراض میں اس کا اہم کردار ہے۔ اس درجہ کی انرجی روح اور مثالی جسم Aura کو تازگی دیتی ہے۔ بچوں کے علاج میں آسانی پیدا کرتی ہے۔ بچوں کا رونا بخیرہ پین، بچوں کا ڈر خوف وغیرہ کے لئے یہ درجہ خوب کام کرتا ہے۔ بچوں اور بڑوں کے عمری اسکی امراض کے علاج میں بطور تیسرے درجہ سے بھی مدد لے سکتا ہے۔ دوسرا درجہ انسان کے مثالی جسم پر بیرونی اثرات کو ختم کرتا ہے اور جسم کا دفاع کرتا ہے۔ یہ درجہ حیوانات کے لئے بہت مفید اور سر بلع الاثر علاج



ہے۔ اس سے تمام تر جانوروں کے امراض کا بھی علاج کیا جاسکتا ہے۔ علاوہ ازیں اس درجہ کو نباتات کے لئے بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ لیکن نباتات کے لئے سپر چنکل ہیملنگ انرجی کا تیسرا درجہ زیادہ بہتر ہے تاہم دونوں کو یک وقت استعمال کرنا نباتات اور حیوانات کے علاج میں مؤثر کردار ادا کرتا ہے۔

### سپر چنکل ہیملنگ انرجی درجہ 3

تیسرے درجہ کی سپر چنکل ہیملنگ انرجی تمام طریقہ ہائے علاج سے ہم آہنگی پیدا کرتی ہے۔ او دوائی کے معاصر اثرات کو ختم کر دیتی ہے اور علاج میں ہر درجہ کی ہیملنگ انرجی کی مدد کرتی ہے۔ اس کو ہر قسم کی بیماریوں کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ نباتات اور حیوانات کے لئے بھی بہت مفید مریضی الاثر اور آسان طریقہ علاج ہے۔ یہ صرف بیماری کو ہی نہیں بلکہ جسم کے تمام قاسموں مواد کو باہر نکال دیتی ہے۔ جسم کو ہر قسم کی بیماریوں سے نجات بخشتی ہے۔ گھروں کو توانا (Energize) کرتا ہے۔ اور ان سے منفی اثرات (Negativity) ختم کرتا ہے۔ مثلاً گھروں میں سے شریر جنات اور ارواح اور اہل خبیثہ و اجنات پر متعلق اور گندمی ارواح کے سیر اور بھڑکا جادو کاٹنے، چیلے، مطلق اور غلیظ گندے علم کے تمام بد اثرات کو بھی اسی درجہ کی انرجی سے ختم کیا جاسکتا ہے۔ گھروں کے کشیدہ و مائل کاس درجہ کی انرجی سے خوشگوار بنایا جاسکتا ہے اور بے جان چیزوں مثلاً ٹھنڈی، پتھر، پانی، دھماکے، کپڑے وغیرہ میں اس درجہ کی انرجی ڈالی جاسکتی ہے اور پھر یہ چیزیں جس منفی ماحول میں رکھی جائیں گی وہاں یہ مثبت انرجی خارج کرتی رہیں گی۔ گویا ایک مختصر ماحول میں اس درجہ کی انرجی خارج کرنے والا آلہ تیار ہو جاتا ہے۔ اس درجہ سے پتھر سے پتھر چنکل میڈیٹن بھی تیار کر سکتا ہے جو ہر مرض سے نجات دلاتی ہیں۔ سپر چنکل او دوائی براہ راست روح پر اثر انداز ہو کر بدن انسانی میں پیدا ہونے والی تمام امراض کو ختم کر دیتی ہیں۔

### سپر چنکل ہیملنگ انرجی درجہ 4

جب اس چوتھے درجہ کے ہو پس پتھر کو مل جاتے ہیں تو یہ انرجی بیدار ہو جاتی ہے تو اس کی رفتار روشنی کی رفتار سے کئی سو ارب (Billion) گنا زیادہ ہوتی ہے اس کا رابطہ کائنات میں پائی جانے والی تیز رفتار توانائیوں کے ساتھ بھی منسلک کیا جاسکتا ہے۔ چوتھے درجہ کی ہیملنگ انرجی سے پتھر دور فاصلے سے علاج کر سکتا ہے۔ سپر چنکل طریقہ علاج ایک ایسا ذوداثر اور حیرت انگیز ہے کہ ہو پس لینے کے بعد سپر چنکل پتھر کے پاس چند لمحوں کے اندر اندر روزانہ مریض جڑا ہوں کی تعداد میں آتا شروع ہو جاتے ہیں۔ اس درجہ سے اجتماعی علاج یعنی (Group Healing) کی جاتی ہے۔ جو کہ بہت سی منیفیسٹ ہے اس کا ہر طرح کی بیماریوں کا علاج منوں میں کیا جاسکتا ہے۔ انرجی تعداد جڑا ہوں لاکھوں تک بڑھ جائے تو چوتھے درجہ سے کام لیا جاتا ہے۔ بہت سے مریضوں کو ایک جگہ شش کی عقل میں بیٹھا کر ہر طرح کی بیماریوں کا علاج منوں میں کیا جاسکتا ہے۔ انرجی کے لئے فاصلہ کوئی اہمیت نہیں رکھتا۔ مریض چاہے دور ہو یا نزدیکی اس کا اثر ایک ہی جیسا ہوتا ہے سپر چنکل ہیملنگ انرجی کے ضرورت مند دنیا میں کہیں کہیں بھی ہوں سپر چنکل پتھر سے یلنی فون پر رابطہ کر کے اپنی بیماریوں کے بارے میں بتا کر علاج کرا سکتے ہیں۔ اس طریقہ کار میں سپر چنکل پتھر مریض کو کوئی ٹائم نہ دیتا ہے کہ اس وقت پر آپ بیٹھ جائیں یا لیٹ جائیں میں آپ کو سپر چنکل ہیملنگ انرجی بھیج دوں گا اس طریقہ علاج میں ناٹوٹ کرنا بہتر ہوتا ہے کیونکہ کبھی کبھی مریض پر اسے سکون کی کیفیت طاری ہو جاتی ہے کہ وہ نیند کی آغوش میں چلا جاتا ہے۔ اس لئے وقت مقرر کرنا ایک بہتر طریقہ ہے۔

### سپر چنکل ہیملنگ انرجی درجہ 5

اس درجہ کی انرجی کا تعلق جسم کے تمام بڑے انرجی سنٹرز سے ہے۔ جب اس پانچویں درجہ کے ہو پس پتھر کو مل جاتے ہیں تو یہ انرجی بیدار ہو جاتی ہے۔ جب یہ انرجی بیدار ہو جاتی ہے تو جسم کی تمام غیر منظم اور غیر متوازن قوتیں منظم اور متوازن ہو جاتی ہیں۔ اس کے بیدار ہونے سے

اس درجہ کی انرجی لہریں جسم کے AURA (مثالی جسم) میں شامل ہو جاتی ہیں۔ اس طرح جسم کے کسی بھی حصہ سے دوسرے لوگوں کا علاج کیا جاسکتا ہے۔ مگر اس درجہ سے زیادہ تر ہیکلرڈ اپنے بدن کے انرجی سینٹرز کو طاقت ور کرنے کے لئے استعمال میں لاتے ہیں۔ جبکہ یہ درجہ کینسر اور چھانچا پھیلنے کی اور سی وغیرہ کے امراض کے لیے بھی خوب کام کرتا ہے۔ ایسی تمام معذوری شکایات جو پہلے چاروں درجات سے مکمل طور پر ختم نہ ہو رہی ہوں اس درجہ کی انرجی سے علاج کیا جاتا ہے۔ اس درجہ کی انرجی بدنی مریش کے ہر ایک طیف میں پہنچ کر تکلیف کو ختم کر دیتی ہے۔ نیز اس درجہ کی سپر چوکل انرجی جسم میں انرجی کی روشنیوں کو متوازن کر دیتی ہے جب اور اسی روشنیوں متوازن ہو جاتی ہیں تب تکلیف خود بخود ختم ہو جاتی ہے۔ اس درجہ کی انرجی ہیکلرڈ کے لیے ایک طرح کی بار بار انیوٹنٹ بھی ہے جو ہیکلرڈ کی سپر چوکل ہیلتھ انرجی پاور کو طاقت ور کرتی رہتی ہے۔

### سپر چوکل ہیلتھ انرجی درجہ 6

اس درجہ کی بیداری یعنی سپر چوکل پاور ماسٹر سے صوبس لینے کے بعد ہوتی ہے۔ جب ہیکلرڈ کو اس درجہ کے صوبس مل جاتے ہیں جب اس کی ماسٹس جسم سے باہر کی سپر چوکل انرجی سے منسلک ہو جاتی ہیں اور سپر چوکل ہیلتھ انرجی درجہ چھارم کی طرح دور سے بھی طیر سانسوں کے ذریعے مریضوں کا علاج کر سکتا ہے۔ زمینی قاصد خواہ کتنا ہی کیوں نہ ہو چند گھنٹوں میں مریضوں تک ان شفا کی لہروں کو پہنچا کر انہیں بیماری سے نجات دلائی جاسکتی ہے۔ ایک بر اعظم سے دوسرے بر اعظم تک مریض اس شفا کی انرجی کو کم از کم پانچ منٹ تک محسوس کرتا ہے۔ یہ درجہ جو تھے درجہ سے زیادہ طاقتور اور زیادہ تیزی سے کام کرتا ہے۔ قاصداتی مریضوں کا علاج کرنے کے لئے یہ درجہ اللہ تعالیٰ کی ایک خاص نعمت ہے جس سے سپر چوکل ہیکلرڈ گھنٹوں میں مریضوں کو شفا کی لہریں بھیج کر انہیں بیمار یوں سے نجات دلا سکتا ہے۔

### سپر چوکل ہیلتھ انرجی درجہ 7

اس درجہ کے صوبس لینے کے بعد اس کی انرجی بیدار ہو جاتی ہے۔ اس کی خصوصیت یہ

ہے کہ یہ ہر طرح کی قوتوں کا مقابلہ کر سکتی ہے۔ اس درجہ کی انرجی سے مریضوں کے آپریشن کئے جاتے ہیں۔ بدن انسانی میں ضروری چیزوں مثلاً گردوں کی پتھری، مثانہ کی پتھری، پتہ کی پتھری، معدوں کا بڑھ جانا، بدن کے کسی بھی حصہ میں رسولیاں بن جانا، مامراض معدہ وغیرہ جی کہ تمام تر قابل آپریشن امراض کا علاج اس درجہ کی انرجی سے کیا جاتا ہے۔ اس درجہ سے کیے جانے والے آپریشن بے ضرر ہوتے ہیں مگر لطف یہ کہ مریضوں کو جراحی کے تکلیف دہ مراحل سے بھی نہیں گزارنا پڑتا اور مریض کا آپریشن بھی ہو جاتا ہے۔ مگر چند یوم مریض کو بے ہیز ضرور کرنا پڑتا ہے جیسا کہ جراحی آپریشن کے بعد پر ہیز ہوتا ہے۔

### سپر چوکل ہیلتھ انرجی درجہ 8

ہیکلرڈ کو جب اس آٹھویں درجہ کے صوبس سپر چوکل پاور ماسٹر سے مل جاتے ہیں تب ہیکلرڈ میں اس درجہ کی انرجی بیدار ہو جاتی ہے۔ اس درجہ کی انرجی سے انسان اپنا اور دوسرے لوگوں کا حسن بڑھا سکتا ہے۔ یہ انرجی جنسیات سے متعلق ہے جنسی کشش، جنسی اس اور مریض کا باعث بنی انرجی ہے۔ ایسی ناپائی زندگی اور حیات کو اور کتنا بھی دیتی ہے اور ختم بھی کر سکتی ہے۔ اس انرجی سے انسان زندگی میں اپنی مرضی سے خوشیاں دلا سکتا ہے اور اپنی صلائیوں کو بڑھا بھی سکتا ہے۔ اس کے ذریعے مرد اور عورت کے تمام تر جنسی امراض کا علاج کیا جاتا ہے۔ جنسی اعضا کی خوبصورتی کے لئے بھی اس درجہ کی انرجی کو استعمال میں لایا جاتا ہے۔ جنسی قوتوں کو کنٹرول بھی کیا جاسکتا ہے اور انہیں بڑھا بھی جاسکتا ہے۔ چہرے کی خوبصورتی اور کشش کے لئے بھی یہ انرجی خوب کام کرتی ہے۔ علاوہ ازیں اسے وزن اور عمر پر کنٹرول کیا جاسکتا ہے اس انرجی کے ذریعے آپ اپنے وزن اور قد کو نارمل کر سکتے ہیں۔ جھریاں ختم کر کے چہرے کو اجنبائی پر کشش بنایا جاسکتا ہے۔

## ہیچر انارمل سائنس میں (شثات اور دائرہ) کیا ہے؟

کانکات کی ہر چیز شثات Triangle اور دائرہ Circle کے تانے بانے میں بنی ہوئی ہے۔ فرق صرف یہ ہے کہ کسی نوع کے اوپر دائرہ غالب ہے اور کسی نوع کے اوپر شثات غالب ہے۔ شثات کا نلپہ تاٹم اینڈ ایکس Time and Space کی تخلیق کرتا ہے اور جس نوع پر دائرہ غالب ہوتا ہے وہ مخلوق لطیف اور ماورائی کہلاتی ہے جو ہمیں نظر نہیں آتی، جیسے جنات اور فرشتے اور ان جیسی دیگر مخلوقات ہیں۔

شثات اور دائرے کا مطلب ہے۔ حاکم توانائیاں کا مجموعہ یا گروپ آف سپرچیکل پاورز یا انرجیز۔ اسے آپ کا نکات اور دستی ہر اندازہ ہونے والے اُن ذرات کا مجموعہ بھی کہہ سکتے ہیں جس سے پوری کائنات اور زندگی وجود میں آئی۔ دوسرے الفاظ میں ہم یہ بھی کہہ سکتے ہیں کہ کائنات میں موجود ہر بنیادی اصلی اور حقیقی توانائی کا نام شثات ہے۔ ایک شثات میں سات توانائیاں موجود ہوتی ہیں۔ تمام شثاتوں کی شکل و صورت یکساں طرح ہوتی ہے جو کہ اوپر سے دائرہ اور اندر سے شثات توانائیاں ہوتی ہیں۔ شثات انسان پر حاکم ہے اور دائرہ سپرچیکل پاورز پر حاکم ہے۔ جب انسان اپنے اوپر محیط شثات کی گرفت کو ختم کر کے دائرہ میں داخل ہو جائے تو اس کا رابطہ سپرچیکل پاورز سے ہو جاتا ہے۔ ہماری کائنات پر شثات محیط ہے اور سپرچیکل ورلڈ پر دائرہ محیط ہے۔ اسے آپ سمجھنے کے لئے اس طرح بھی کہہ سکتے ہیں۔ دائرہ (گن) اور شثات (فیکلن) ہے۔ شثات عالم ہسوت و امثال ہے اور دائرہ عالم امر ہے۔ یعنی عالم ملکوت سے برتر۔ برآں سپرچیکل ورلڈ سے حاکم توانائیاں عالم ہسوت کی طرف نزول کر رہی ہیں۔ اس کے درمیانی فاصلہ میں سات اہم شثات ہیں۔ انہی آپ سات قسم کی توانائیاں بھی کہہ سکتے ہیں۔ آسانی کے لئے ہم کہہ سکتے ہیں کہ شثات زندگی ہے اور یہ کھاناؤں سے مرکب ہے۔ شثات کے اوپر دائرہ تمام نظام شمسی اور دیگر کھاناؤں کے نظام کو ظاہر کرتا ہے۔ شثات ہی زندگی کی ابتدا ہے۔ اور دائرہ کا انا پیکر زندگی کا خاتمہ یا قیامت ہے۔ سپرچیکل پاور ہی کائنات کی احساس ہے۔ جب کوئی سپرچیکل

فرد انکی اشیاء دیکھتا ہے جو ہمارے حواسِ شہ سے بالاتر ہیں تو وہ انہیں ایک اور قسم کی فضا یا خلا میں دیکھتا ہے۔ جسے ذاتی فضا یا سپرچیکل ورلڈ کہتے ہیں۔ سپرچیکل ویوزی ہر قسم کی لہروں مثلاً (آواز کی لہریں، بکس، روشنی یا خیالات کی لہروں) کو ایک جگہ سے دوسری جگہ لے جانے کا ذریعہ ہیں۔

انسان بے شمار صلاحیتوں کا مجموعہ ہے اللہ تعالیٰ خالق ہے۔ لہذا انسان کی ہر صلاحیت فطری طور پر تخلیقی قوت رکھتی ہے۔ آدمی جب اپنی صلاحیتوں کو استعمال کرتا ہے تو ان صلاحیتوں کے استعمال کا نتیجہ اپنے کام کی صورت میں دیکھ لیتا ہے اور اس کا تنقیدی ذہن اُس کام کی خوبی یا خرابی سے آگاہ ہو جاتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے اسے دو قسم کے حواس مہیول کئے ہیں۔ ایک حواسِ تاٹم اینڈ ایکس کے پابند ہیں اور دوسرے حواسِ تاٹم اینڈ ایکس کی پابندی سے آزاد ہیں۔ آزاد حواس کی ہر اطلاع آدمی کی ایک باطنی صلاحیت ہے۔ اس اطلاع پر انسان کے دو جسم ہر وقت متحرک ہیں۔ ایک خواب کا جسم یعنی جسم مثالی۔ دوسرا مادی جسم۔ جسم مثالی کی ہر حرکت تاٹم اینڈ ایکس سے آزاد ہے۔ جب کوئی بندہ اپنے (Inner) یعنی ذات سے واقف ہو جاتا ہے اور اس کی آنکھوں کے سامنے سے زمان و مکان (Time & Space) کا پردہ اٹھ جاتا ہے تو وہ دیکھ لیتا ہے کہ سب کچھ میرے اندر ہے۔ ذات انسانی کے اندر ایک نقطہ ہے اور یہ نقطہ کائنات کی مانگیر و قلم ہے۔ اس نقطہ کو جب پھیلنے اور شہ ہونے کا موقع دیا جاتا ہے تو ساری کائنات دماغ کی سکرین پر فلم بن کر متحرک ہو جاتی ہے۔ اس نقطہ کی ایک پھر پھر اور وگیش مثال برگر کے درخت کے پتے سے دی جا سکتی ہے۔ برگر کا کچ جو ششخاش کے دانے سے چھوٹا ہوتا ہے جب زمین ایک خاص پروسس Process کے تحت اس کو حرارت پہنچاتی ہے تو پتے کے اوپر کاپرٹ اُتر جاتا ہے اور اندر سے برگر کا پورا نمودار ہو جاتا ہے۔ پھر اس کی جسامت اتنی بڑھ جاتی ہے کہ اس کے پیچھے بارائیم تک ٹھہر جاتی ہیں اور اس کی وسعت پھر بھی بڑھ کر قرار دیتی ہے۔ جب ششخاش سے چھوٹے دانے میں ایک برگر کا درخت چھپا ہوا ہے تو انسان جو اشراف المخلوقات ہے اس کے اندر کیا کچھ نہیں چھپا

ہوگا۔۔۔ غور کریں اور اپنے اندر جھانکیں اور پھر مشاہدات کریں۔ اللہ تعالیٰ نے ہر انسان میں ہر چیز کا پورے کچھ سے اپنی حیثیت کے مطابق آپ جتنی چیزیں حاصل کر سکتے ہیں جسم یا دماغ میں اطلاعات کہاں سے آتی ہیں یہ سوال ہزاروں سالوں سے مفکرین کا نقطہ تحقیق رہا ہے یونانی مفکر ارسطو کا ہم فلسفہ کی تاریخ میں بڑی اہمیت کا حامل تصور کیا جاتا ہے۔ ارسطو کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ انہوں نے فلسفہ کی بنیادیں انجیل و کرام کی تعلیمات سے استوار کی تھیں۔ ان کے فلسفہ کی جڑیں یونانیوں کو نظر انداز کر کے جب ان کی تعلیمات پر غور کیا جائے تو اس خیال کی تصدیق بھی ہوتی ہے۔ وہ اپنی کتاب (Republic) میں تحریر کرتے ہیں کہ پوشیدہ طاقت کا مقام دل پر ہے۔ ارسطو زندگی کی حرکت کو ”نہما“ قرار دیتے ہیں۔ ماہرین نے ”نہما“ کو بااختلاف روح قرار دیا ہے ارسطو کے مطابق نہما انسانی جسم میں حرکت کی مانند حرکت کرتی ہے۔ چنانچہ ”نہما“ ہی کی وجہ سے خیالات اور خواہشات ہوتی ہیں۔ ”جسم“ روح کی جنم اقسام کے تحت کام کرتا ہے۔ پہلی روح حقیقی (Natural Spirit) ہے جس کا مقام جگر ہے۔ دوسری روح حیاتی (Vital Spirit) جس کا مقام دل کے بائیں و بیڑیکل پر ہے۔ جب کہ تیسری روح حیوانی (Animal Spirit) ہے جس کا مقام دماغ پر ہے۔

### گروپ ہیکل کے لئے

گروپ ہیکل کے لئے جتنے زیادہ مریض ہوں مثلاً میں، بچکاس، سو یا دوسرے مریضوں کے گروپ کا علاج کرنے کے لئے یہ طریقہ استعمال کریں۔ سب کو شٹل کی شکل میں بیٹھا دیں اور خود کھڑے ہو کر لیول 4 کی ہر چنگل انہی دیں۔ تمام مریضوں کو پہلے سے آگاہ کریں کہ جس جس کو افادہ ہو جائے وہ اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں دعا کے لئے اپنے ہاتھ اٹھائے اور دعا مانگنے کے بعد اپنی آنکھیں کھول لے۔ اُسے گروپ سے الگ کر دیں۔

گروپ ہیکل کا طریقہ یہ ہے کہ لیول 4 کی ہیکل دیتے ہوئے مریضوں کو شٹل کی شکل میں بیٹھا کر خود شٹل کے ایک کونے کی طرف کھڑے ہو کر ہاتھوں سے شٹل کی شکل بنا

کر (انگوٹھے نیچے ہانک کی طرف کریں اور انگلیوں کو اوپر ہاتھ کی طرف کریں اور آنکھیں بند کر کے ہر چنگل ہیکل انہی دیں) مریضوں کو انہی شٹل کی اس طرح زیادہ سے زیادہ مریضوں کو انہی دی جا سکتی ہے۔

### انرجی بال کے ذریعے فاصلاتی مریضوں کا علاج کرنا

ہر چنگل ہیکل انرجی لیول 4 میں آنکھوں کو بند کر کے دونوں ہاتھوں میں انرجی بال پکڑیں پھر ہاتھوں کو گھماتے جائیں یعنی (موو) کرتے جائیں۔ اور چند بار درجہ 4 کی فریکوئنسی گھمائیں۔ جب انرجی بال سے ہاتھوں کو انرجی محسوس ہو تو دماغ میں کبھی بھی جگہ اپنے مریض کی طرف انرجی بال فضا میں پھینک دیں۔ مریض جہاں کھیں گی وہاں آئے شٹل انرجی محسوس ہوگی اور اس سے چندہ منٹ تک اُسے انرجی محسوس ہوگی۔ جس کا شٹل انرجی محسوس کئے تک رہے گا۔ چوتھیں گھنٹے بعد دوبارہ اُسے انرجی بال کے ذریعے شٹل انرجی لہریں (ہر چنگل ہیکل انرجی) بھیج دیں۔ چند بار کے علاج سے مریض صحت یاب ہو جائے گا۔

ہر چنگل لیول 4 سے آپ انرجی بال بنا کر دنیا کے کسی بھی کونہ میں کسی کی طرف پھینک سکتے ہیں وہ محسوس کرے گا۔ اگر کسی کی تصویر ہے تو اس پر بھی آپ لیول 4 کے ذریعے انرجی بھیج سکتے ہیں مریض جہاں کھیں بھی وہاں آئے شٹل ہو جائے گی۔ کیونکہ تصویر اور فرد کے درمیان بھی مادائی لہروں کے ذریعے رابطہ ہوتا ہے۔ انرجی بال بنانے کے لئے کھڑے ہو کر ہر چنگل لیول 4 کی فریکوئنسی ڈال کریں اور ہاتھوں کو تھوڑے فاصلے پر اوپر نیچے دائیں بائیں موو کرتے جائیں۔ تھوڑی دیر میں آپ اپنے ہاتھوں میں انرجی خارج ہوتی ہوئی محسوس کریں گے۔ پھر انرجی بال کا آپ کو احساس ہونا شروع ہو جائے گا۔ جسے آپ کے ہاتھوں کے درمیان انرجی بال محسوس ہو تو تصور سے جہاں آپ کامریض ہے وہاں انرجی بال پھینک دیں۔ انرجی بال کی توانائی کو مریض دنیا کے کسی بھی کونے میں 50 سے 100 منٹ تک محسوس کرے گا اور اس کے اثرات بدن انسانی میں 24 گھنٹے تک رہیں گے۔ یعنی یہ انرجی 24 گھنٹے تک اپنا ورک کرتی رہے

کی۔ اگلے روز آپ دوبارہ انٹرنیٹ بھیج سکتے ہیں۔ اس طرح چند بار سے آپ کا مریض تندرست ہو جائے گا۔ اس کے لئے فاسٹ کی کوئی حد ضرور ہے۔ یعنی فاصلہ خواہ کتنا ہی ہو۔ آپ ہر چھ گھنٹے پر ایک بار 6 سے بھی فاصلاتی مریضوں کا علاج کر سکتے ہیں۔ یہ یوں چار 1 سے زیادہ طاقت ور ہے اور آسان بھی ہے۔ آپ بائیں ہاتھ کی پہلی تین انگلیوں سے لڑائی انگلی بنا کر اپنے ماتھے پر یعنی تیسری آنکھ کے مقام پر رکھیں اور یوں 6 کی فریکوئنسی ڈال کر کریں اور انٹرنیٹ بھیج Send کریں۔ یعنی e-mail کی طرح چند لمحوں میں انرجی ہائیج جاسے گی جہاں آپ کا مریض ہے اور وہ محسوس بھی کرے گا۔ اور اسے جو مرض یا تکلیف ہوگی اس سے نجات حاصل کر لے گا۔ یہ طریقہ بڑا زبردست ہے۔

### انسان اور سپرنچرل انرجی

انسان کے اندر بھی ایک نظام کھینچاؤں کی طرح ہے۔ انسان کے اندر بھی ایک یونیورسل فورس موجود ہے۔ اس کو ایک خاص طریقہ سے حرکت دینا گویا سپرنچرل دنیا میں داخل ہونا ہے (SUPERNATURAL WORLD) سپرنچرل دنیا کیا ہے؟ ایک ماورائی دنیا ہے نیچر کے قانون میں کہ ہم اپنی باڈی کو کچھ خاص حرکات دے کر نیچر کے ساتھ ہم آہنگ ہو سکتے ہیں۔ یہ انارمل سائنس میں ہر چھ گھنٹے ہیلنک ایک زبردست طریقہ علاج ہے جو بغیر ادویات کے ہے۔ سپرنچرل ہیلنک انرجی کورس میں کسی قسم کی ریاضت، کسی خاص مشق، کسی خاص عمل، کسی خاص پلے کھنی کی ضرورت نہیں ہوتی۔ بس ایک علم آپ کو فراہم کر دیا جاتا جو ہر مدت ہیلنک نہ کوئی آپ سے جھین سکتا ہے نہ آپ کے علم میں کی واقع ہوگی اور نہ اس علم کی کبھی رجعت ہوگی اور آپ کے مریضوں کے تعداد بڑھانے کا کامیاب علاج کر سکتے ہیں۔ سپرنچرل انرجی ایک زبردست روحانی فورس ہے جس سے آپ ہر مرض کا کامیاب علاج کر سکتے ہیں۔ نہ وہ خاتمہ جانے کی ضرورت اور نہ کسی طرح کی میڈیسن لانے کی ضرورت ہے۔ چند لمحوں میں آپ کو ایک ہر چھ گھنٹے انسان بنایا جاتا ہے کہ پھر آپ اپنا اور دوسروں کا بھی علاج کر سکتے ہیں۔ میرا کوئی بھی کمزور سے کمزور شاگرد میڈیسن

استعمال نہیں کرتا کیونکہ اس کے پاس ایک زبردست طریقہ علاج موجود ہے جسے ہم نے ہر چھ گھنٹے ہیلنک انرجی کا نام دیا گیا ہے۔ میرے بے شمار ایسے شاگرد ہیں جو یہ علم حاصل کرنے سے پہلے دوا سازی کرتے تھے میڈیسن استعمال کرتے تھے یا ادویات سے مریضوں کا علاج کرتے تھے مگر جب انہوں نے یہ طریقہ سیکھ لیا تو وہ ادویات سے بے نیاز ہو گئے۔

### سپرنچرل ہیلنک انرجی کیا ہے؟

خلیہ کیوں بنتا ہے اور جب بنتا ہے تو کس انرجی کے ذریعے بنتا ہے؟ زندگی کیا ہے اور زندگی کی توانائی کیا اور کون سی ہے؟ ہم بتا دیں گے تو ہیں اور جب بتا دیتے ہیں تو کبھی کبھی بغیر میڈیسن کھائے کیوں تندرست ہو جاتے ہیں؟ یہ میڈیکل سائنس کی ترقی سے پہلے بتا دیاں کم کیوں تھیں اور علاج کے عام طریقوں سے انسان چھلکی کیوں تندرست ہو جاتا تھا یا کوئی طریقہ علاج استعمال کئے بغیر بھی بیماری کچھ عرصہ بعد خود بخود کیوں ٹھیک ہو جاتی تھی؟ کیا میڈیکل کی میڈیسن ہماری قوت حیات کو کمزور تو نہیں کرتی؟ ان تمام سوالات کے جوابات یہ انارمل سائنس ہی دے سکتی ہے۔ سپرنچرل انرجی خلیہ کو نقصان دہ نازی دیتی ہے خلیہ کے لئے تمام ضروری مواد فراہم کرتی ہے اور اضافی مواد کو کم کر دیتی ہے۔ اگر مواد میں کمی بیشی ہو تو اس کو بھی پورا کرتی ہے اور خلیہ اس قابل بن جاتا ہے کہ وہ خود بنایا جاسکے۔

انسان ہزاروں سال سے ہر چھ گھنٹے پاور کی تلاش میں رہا ہے جس نے اسے خود بہت سمجھا بھی ہے اور حاصل بھی کیا ہے اور جتنا چاہا ہے اس کے مطابق کم از کم ایک درجن کے قریب اس کے مختلف نامہ کرے ہیں۔ مثلاً، باپا انرجی، باپا کلک فورس، الائف فورس، پرا نا نام، میکسل فورس، ذہنی قوت، کانٹائی قوت، باپا چارمیک فورس، ہیلنک فورس، روحانی طاقت، پکرا، بی انارمل فورس، مانا مائن ریڈ، وائل فورس، کنڈیشنل قوت، بی پاور، پچاس، نیلی جینی، انجریک قوت، اورا، منراو، وغیرہ ایسے اور بھی بے شمار نام ہیں۔

زیادہ تر نامی لوگ انسان کو پاگل خالی سمجھتے ہیں۔ ان کے نزدیک انسان میں کوئی

صلاحیت موجود نہیں ہے۔ سوائے دینی ریتوں کے اور میں۔

ایک مافوق الفطرت قوت کی تلاش میں ازل سے انسان سرگرداں ہے

انسان روزِ ازل سے اب تک ایک برتر قوت کا حقیقت مند رہا ہے اور اس برتر قوت کی تلاش میں تھکا دینے والی ریاضتیں بھی کی اور گہرے تفکیریں ہو کر چلیں بھی کی اور نہ جانے کیا کیا مشقیں کی ہیں۔ اس برتر قوت کی خاطر قسم قسم کے عقائد وجود میں آئے۔ برتر قوت کو ہر عقیدت مند الگ الگ تصور سے دیکھتا ہے، ہر مذہب کے ہی دکا خدا کے بتائے ہوئے بیانات، احکامات، الہامات، معجزات اپنے طور طریقے سے دیکھتا ہے اور دوسرے مذاہب کے ہی دکا غلط سمجھتا ہے جیس کہ خدا نے ایسے نہیں بتائے تھے۔ دوسرے کہتے ہیں ایسا بتایا ہے۔ دوسری طرف اس طرح کی باتوں نے انسانوں کے ذہن میں نفرتیں، حسد، تنگ نظری، غرور اور خود غرضی کی دیواریں کھڑی کر دی ہیں۔ وہ بتائیں نفس بنے مذاہب کی تفریق ایک لاکھ شاخیں یعنی فرقے بن رہے ہیں۔ یہ فرقے ایک دوسرے کے خلاف بھی ہیں۔ ظاہر ہے کہ فرقہ بنانے کی ضرورت اس وقت پڑتی ہے جب ذہن میں یہ سوال پیدا ہو جائیں کہ ہمارا یہ کردار، مسلک وغیرہ مذاہب کے بارے میں درست نہیں ہے یا خدا نے ایسا نہیں فرمایا ہوگا۔ خدا کے فرمان اور اس پر عمل کیجئے اور سمجھتے ہیں۔ کچھ فرقے سائنسی علوم کو بھی گمراہی سمجھتے ہیں۔ جبکہ کمرسائنس کی اچھی اور مضمر ایجابات کو خوب استعمال بھی کرتے ہیں۔ سائنس بھی تو اس کائنات میں موجود چیزوں سے بحث کرتی ہے۔ یعنی ان چیزوں سے بحث کرتی ہے۔ جو برتر قوت (خدا) نے بنائی ہیں۔ تو اگر ہم خدا کی بنائی ہوئی چیزوں سے بحث کرتے ہیں تو پھر اعتراضات کا کیا فائدہ ہوگا۔ ان غلط فہمیوں نے ہمیں گمراہ کر دیا ہے۔ مانا کہ مادی سائنس کے کچھ مضمر اثرات بھی ہیں لیکن سب سے زیادہ غفر نہیں، تضادات، اختلافات، اعتراضات اور خود غرضیاں چاہم گن ہیں۔ سائنسی علوم کا کیا تصور ہے؟ تصور تو ہمارا ہے کہ سائنس تو کیا مذہب کو بھی غلط استعمال کر رہے ہیں۔ خدا کے بارے میں ذکر شدہ نقطہ سے ہمارا مقصد یہ ہے کہ جب تک ہمارے اندر نفرت، حسد، تنگ نظری، غرور اور خود غرضی ہو تو جسم بیمار ہیں

گے بلکہ ہماری روح بیمار ہو گئی۔ کیونکہ یہ سب بیماریاں ہیں۔ اس کی وجہ سے ہم برتر قوت تک رسائی حاصل نہیں کر سکتے ہیں اور نہ ہی برتر قوت کو سمجھنا یا سنا سکتے ہیں۔ برتر قوت ہمیں محبت سے دیکھ رہی ہے نہ کہ غضب، نفرت اور تضاد سے، انسان کی طبیعت (نچر) سرنے اور مارنے والی نہیں ہے۔ اس لئے ہمیں ایک دوسرے کی تباہی کے بارے میں سوچنا ہی بیماری ہے۔ ہمیں قدرت کے نظام کے مطابق چلنا چاہئے۔ جس کے ذریعے باورانی قوتوں کو حاصل کریں اور حقیقت سامنے آئے۔

سپرچونک ہیلتھ انرجی کے درجہات یا لیولز

لیول 1 (پہلا درجہ)

پہرٹ انرجی علیہ کوکھ اور تازگی دیتی ہے۔ علیہ کے لئے تمام ضروری مواد مہیا کرتی ہے اور اضافی مواد کو ختم کر دیتی ہے۔ اگر مواد میں کمی بیشی ہو تو اس کو بھی پورا کرتی ہے اور علیہ اس قابل بن جاتا ہے کہ نشوونما پانے سکے۔

A۔ یہ توانائی ہمیشہ خود کا طریقہ سے چلتی ہے جو گوشت، ہڈی، پوست Skin اور خون کو زخم دہر بھیجتی ہے۔ یہ کچھ خاص مدت کے بعد ختم ہو جاتی ہے کسی جاندار میں اس توانائی کے ختم ہونے کا مطلب اس کی موت ہے۔

B۔ یہ لازوال اور لافانی توانائی ہے۔ کوئی جاندار اگر مر بھی جائے تو بھی یہ اسی حالت میں لرائی اےنگل کے اندر رہتی ہے۔ اس توانائی کو سپرچونک یاور ماسٹر ایک خاص طریقہ سے بیدار (حوہیں) کرتا ہے۔ جس کی شدید، میچ اور خوشگوار لہریں جسم میں دور تا دور شروع کر دیتی ہیں۔ جب یہ توانائی بیدار ہوتی ہے تو پھر ہم کائنات میں موجود تمام توانائیوں سے شگب ہو جاتے ہیں اور ہم اپنے اندر سپرچونک انرجی اور کائنات میں موجود جاتیاتی توانائی (سپرچونک یاورز) دونوں کو استعمال کرتے ہیں اس سے ہم اپنا اور دوسروں کا علاج کر سکتے ہیں۔

C۔ یہ جراثیمات یعنی "امراض اور" دانی توانائی ہے جو کہ توانائیوں کو ہم آہنگ (حوہیں)

یا سر یوگا کرنے کے ساتھ خود بخود بیدار ہو جاتی ہے۔ یہ ہیملنگ انرجی یعنی شفا کی توانائی کو براہ راست وہاں لے جاتی ہے جہاں تکلیف یا بیماری ہوتی ہے اور ہماری سوچ اور تصور کے ساتھ بھی کام کرتی ہے۔

اب آپ سمجھ چکے ہوں گے کہ کرب سے پہلے ہر چنگ پاور ماسٹر ہمارے ہاتھوں کی انرجی کو بیدار کرتا ہے جس سے ہاتھوں میں شفا کی لہر (ہیملنگ ویوز) آ جاتی ہیں اور ہاتھوں سے آگے نکل کر مریش کے مرکز سے بھی منبھل ہو جاتی ہیں اور ہاتھوں سے علاج کیا جاتا ہے۔ جب اس توانائی کو اپنے اور دوسروں کو کوئی بیماریاں ختم کرنے میں استعمال کر لیا جائے تو پھر اگلے مرحلہ یعنی (دوسرا درجہ) لینے کے لئے تیار ہو جاتے ہیں۔ تو ہر چنگ پاور ماسٹر آپ کو ہر چنگ ہیملنگ انرجی کے دوسرے درجہ کے صوبہ دے دیتا ہے۔ اب آپ اس توانائی کو استعمال میں لا کر پھر اگلے یعنی تیسرے مرحلہ کے لئے تیار ہو جاتے ہیں تو ہر چنگ پاور ماسٹر تیسرے درجہ کے صوبہ آپ کو دے کر اس انرجی کو جا کر کرتا ہے اور اسی طرح یہ سلسلہ آفریک چکر ہوتا ہے۔

### لیول 2 (دوسرا درجہ)

اس کا تعلق سانس سے ہے اور ہمارے نظام عصب کو حیات بخشتا ہے اس کا A حصہ آکسیجن یعنی توانائی کو جسم کے پچاس کرب نلیات کو بھجواتا ہے مگر ہر چنگ پاور ماسٹر B حصہ کے صوبہ دے دیتا ہے یعنی بیدار کرتا ہے تو شفا کی Healing توانائی ہماری سانسوں کے ساتھ منسلک ہو جاتی ہے۔ اس طرح بذریعہ سانس علاج کیا جاتا ہے۔

### لیول 3 (تیسرا درجہ)

اس انرجی کے صوبہ لے کر ہر چنگ پاور ماسٹر اسے جان چیزوں میں منتقل کر دیتا ہے جنہیں پھر میڈیسن اور ادویات کے طور پر علاج کے لئے استعمال میں لا لیا جاتا ہے اور اس انرجی سے کھربادہ اور آسپ زدہ گھروں سے کھربادہ اور آسپ کے اثرات کو ختم کیا جاتا ہے۔ کیونکہ کھربادہ اور آسپ دار علاج خبیث، بھگوت پرست و غیرہ سب کی خبیث (V) ہیں۔ اور تیسرے درجہ کی

انرجی (V) کو ختم کر کے (V) + ویوز کی زیادتی کر دیتی ہے۔ اس لئے گھروں کے کنبہ و ماحول کو بھی خوشگوار اسی انرجی سے بنایا جاتا ہے۔ یعنی گھروں کو انرجی بنا کر دیا جاتا ہے اور اہل خانہ ایک دوسرے سے کچھ لے دینے کی بجائے خوش و خرم رہتے ہیں۔ اہل خانہ کے لڑائی جھگڑے اور گھریلو اختلافات ختم ہو جاتے ہیں۔ کھربادہ زندہ افراد کو اسی توانائی سے کوئی بے جان چیز انرجی کر کے دی جاتی ہے۔ جس سے ہر وقت مثبت ویوز کا اخراج ہوتا رہتا ہے۔ اور فرد نفسی اثرات سے محفوظ رہتا ہے۔

### لیول 4 (چوتھا درجہ)

جب یہ انرجی بیدار (صوبہ) ہوتی ہے تو اس کی رفتار روشنی کی رفتار سے کی سواری (Billion) گنا زیادہ ہوتی ہے۔ اس کا رابطہ کائنات میں پائی جانے والی حیرت انگیز توانائیوں مثلاً (کاسمک ریج، کائناتی توانائی، بحیرانی فورس، پیرنچرل فورس) وغیرہ کے ساتھ بھی منسلک کیا جاسکتا ہے۔ اس انرجی کے ذریعہ مریش یعنی بھی ذہنی پر ہر چنگ پاور ماسٹر اس انرجی کو استعمال میں لا کر اس کا علاج کر سکتا ہے۔

### ہر چنگ ہیملنگ انرجی کے فوائد

جیسا کہ ہم سے ظاہر ہے اس انرجی سے بدن انسانی میں پیدا ہونے والی تمام امراض بشمول نفسیاتی پر ابھڑا اور آسٹل پاؤڈی کے نقصان کو بھی اس انرجی سے دُور کیا جاتا ہے اور ایسے امراض جسے چھ مہینے تک سانس نے لا علاج قرار دے دیا ہو ہر چنگ ہیملنگ انرجی سے ان کا علاج ممکن ہے۔ فاصلاتی مریضوں کا علاج وغیرہ بھی اس میں شامل ہے۔ یعنی مریش اگر دینا کے ایک گھنٹے اور علاج دینا کے دوسرے گھنٹے پر موجود ہو تو بھی علاج کیا جاسکتا ہے۔

## بچے اور سپر چیکل ہیلنگ انرجی

چھوٹے بچوں کو ننھے فرشتے بھی کہا جاتا ہے اور انہیں پھولوں سے بھی تشبیہ دی جاتی ہے۔ بچے معصوم ہوتے ہیں اور ان کے ذہن مادی دنیا سے بڑوں کی نسبت زیادہ آشنا ہوتے ہیں۔ اسی وجہ سے ان میں منفی انرجی نہ ہونے کے برابر ہوتی ہے۔ جوں جوں بچے شعوری منازل طے کرتے ہیں تو ان میں منفی انرجی پیدا ہونا شروع ہو جاتی ہے۔ کیونکہ منفی انرجی بچوں میں بہت کم ہوتی ہے۔ اسی وجہ سے سپر چیکل ہیلنگ انرجی بچوں پر زیادہ خوشگوار اثرات پیدا کرتی ہے سپر چیکل ہیلنگ بچوں کے لئے بے ضرر اور زیادہ مفید و کوش طریقہ علاج ہے۔ حرے کی بات یہ کہ سوتے ہوئے بچوں کے بدن پر ہاتھ رکھ کر آپ سپر چیکل ہیلنگ انرجی صرف چند منٹ دیں تو بچے صبح بہت خوش بٹاش بٹاش اور تازہ دم اٹھیں گے۔ اگر روزانہ ایک وقت مقرر کر کے بچوں کو ہیلنگ دیں تو ان کی ذہنی صلاحیتیں بہت زیادہ بڑھ جائیں گی اور ان کی شخصیت مثبت ہوگی۔ نوکین کی بیماریوں سے محفوظ رہیں گے۔ ناپائے بچے جن کو بچپن سے ہی سپر چیکل انرجی دی جائے وہ بڑے ہو کر نامور اور عظیم شخصیت کے مالک بن جاتے ہیں۔ اگر سپر چیکل انرجی حاملہ عورتوں کو دی جائے تو بچوں کی ولادت آسانی ہوتی ہے بچہ بچہ دونوں سکون رہتے ہیں۔

## سپر چیکل ہیلنگ انرجی کے صوبیس یا انٹیوسٹ

صوبیس سے مراد بیدار کرنا، نام آجنگ کرنا، شلک کرنا، جگا دینا یا سپر چیکل یاوری ٹیوگ کرنا ہے۔ سپر چیکل سائنسز میں کانکائی توانائیوں سے شلک ہونے کو صوبیس Hops کہا جاتا ہے۔ صوبیس ایک ایسا عمل ہے جس میں سپر چیکل یاوری ماسٹر اپنی بہت سی جراثیل قوتوں کو استعمال میں لاتا ہے۔ اس عمل میں سپر چیکل یاوری ماسٹر اپنی اشعوری Un Conscious کانکائی اور شاگرد کی صلاحیتوں کو استعمال میں لا کر شاگرد کو صوبیس (Hops) ہونے دیتا ہے۔ صوبیس عمل کانکائی قوتوں میں سپر چیکل یاوری ماسٹر اور شاگرد کے درمیان ہم آہنگی پیدا کرتا ہے۔ یعنی جب تک ماسٹر شاگرد کو سپر چیکل ہیلنگ انرجی کے صوبیس نہ دے گا تو اس انرجی سے کام نہیں لے سکتا۔ دوسرے

الفاظ میں ماسٹر شاگرد کو ہیلنگ انرجی فرانسفر کر دیتا ہے اور شاگرد بغیر کسی ریاضت اور لہجہ کسی چاند کشی کے سپر چیکل ہیلنگ بن جاتا ہے۔

## صوبیس کے دوران شاگردوں کے محسوسات و مشاہدات

ماسٹر سپر چیکل ورلڈ میں ڈوب جاتا ہے اور توانائیوں کو ایک دوسری سے ملانے میں مصروف ہو جاتا ہے۔ شاگرد بہت سی قوتوں کو محسوس کرتا ہے۔ جس میں اول چور سے جسم میں خوشگوار سپر چیکل کیونکہ ڈانڈا اور جسم کے ارد گرد توانائیوں کا ایک سرکل محسوس کرتا۔ خوشی اور سکون محسوس کرنا شامل ہے۔ شاگرد اپنے جسم کو بہت ہلکا محسوس کرتا ہے۔ شاگرد بند آنکھوں سے سپر چیکل ورلڈ کے مشاہدات بھی بعض اوقات کرتا ہے۔ مختلف قسم کے رنگ اور روشنیوں کو دیکھتا ہے۔ سپر چیکل انرجی کے مسلسل بہاؤ کی وجہ سے جسم میں ایک خوشگوار کچکا پکارت (Vibration) محسوس ہوتی ہے۔ یہ صوبیس لینے کے دوران محسوسات اور مشاہدات ہیں۔ لیکن صرف یہ نہیں سمجھی کہی تو صوبیس کے دوران کچھ اور چیزیں بھی مشاہدہ میں آتی ہیں لیکن یہ تمام لوگوں کے ساتھ نہیں ہوتا۔

1۔ کھٹکائی تمام میں اپنے آپ کو محسوس کرنا اور مختلف روشنیاں دیکھنا۔

2۔ اپنے ارد گرد غیر مادی اجسام یا انفرادی محسوس کرنا۔

3۔ اپنے آپ کو زمین سے اوپر اٹھتا ہو محسوس کرنا۔ یعنی کشش ثقل سے آزاد ہونا۔

4۔ بعض افراد بہت زیادہ سکون اور آرام محسوس کرتے ہیں۔

اس میں کوئی حیرانی والی بات نہیں ہے۔ غیر مادی اجسام یا انفرادی مادی دنیا کے انفرادی ہو سکتے ہیں۔ کشش ثقل پر قابو پانا اور زمین سے اوپر اٹھتا ہو محسوس کرنا شامل توانائیوں اور دائرہ توانائیوں کی آپس میں ہم آہنگی کی وجہ سے ہے۔ جس میں کشش ثقل نہیں آتا اور گردی ہے۔ اس میں خوشی کی بات یہ ہے کہ صوبیس عمل کے کوئی مضمر اثرات نہیں ہیں سوائے مثبت اثرات کے۔ سپر چیکل ہیلنگ انرجی کے بے شمار فوائد ہیں۔ یہ طلبہ کی روحانی، جذباتی، ذہنی، اعصابی اور



جسمانی نظام میں مثبت اور خوش گوار تبدیلیاں لاتی ہے۔ بہت سے لوگوں میں بائیس اور مضر صحت توانائیاں صوبیں عمل کے دوران ہی ختم ہوتی جاتی ہیں۔ صوبیں بے لطم قوتوں کو منظم کر دیتا ہے۔ توانائیوں کی بائیس کارکردگی کو مثبت قالب میں ڈھال دیتی ہے۔ لوگوں نے جس وجہ سے بھی صوبیں لیا ہو وہ اپنے آپ میں تبدیلی ضرور محسوس کرتے ہیں ایک عام تبدیلی سکون کی کیفیت ہے۔ صوبیں دینے کے بعد سیر چنگل پاور ماسٹر شاگردوں کو ہلکا کر کے باریک کرتا ہے کہ آپ ایک دوسرے سے پیچھے کہ صوبیں کے دوران ان کی محسوس کیا؟ اور آپ اپنے اندر کیا تبدیلی محسوس کرتے ہیں۔ تقریباً بہت سے لوگ یہ کہتے ہیں کہ ایسی خوشگوار پر لطف اور پُر سکون حالت قیام زندگی میں کبھی محسوس نہیں ہوئی جتنی کہ صوبیں کے دوران محسوس کی ہے۔ اب ہم ہشاد بٹاش اور ترد تازہ ہیں۔ اور اپنے لگاتار کہ جیسے ہم کسی دوسری لطیف دنیا میں ہوں یا جیسے ہمیں نئی زندگی ملی ہو اور اس پریشان کن اور بے چین دنیا سے ہمارا رابطہ منقطع ہو گیا ہو جس میں ہم رہتے تھے۔ کچھ لوگ زیادہ تبدیلی محسوس نہیں کرتے مگر بہت سی لطیف تبدیلیاں رونما ہو چکی ہوتی ہیں۔ اس طرح کے لوگوں کو بعد میں سیر چنگل ہیلنگ انرجی کو استعمال میں لانے سے محسوس ہوتا ہے۔ اس ہیلنگ انرجی کو جتنا دوسروں اور اپنے آپ پر استعمال کرتے ہیں اتنی ہی حساسات و مشاہدات اور خوشگوار تبدیلیاں رونما ہوتی ہیں اور سیر چنگل توانائیوں میں اضافہ ہوتا ہے۔ سیر چنگل پاور کے زیادہ استعمال سے ہی ہم دوسری باوقی الفطرت قوتوں کو زیادہ حاصل کر سکتے ہیں۔ سیر چنگل پاور کا استعمال مراقبہ بھی ہے اور عبادت بھی ہے۔ اس کے استعمال سے ہمیں تسلی اور مطمئنان قلب حاصل ہوتا ہے اور ہم اپنی صلاحیتوں پر فخر محسوس کرتے ہیں۔ دوسرے لوگ بھی ہماری کارکردگی پر فخر محسوس کرتے ہیں۔ اگر آپ کسی کے فم دکھ رو رہے یا بیانی اور باریک کو سیر چنگل ہیلنگ انرجی سے فتم کرتے ہیں تو ان کے اندر آپ کے لئے مثبت سوچ کی انرجی پیدا ہو جاتی ہے اور وہ مثبت انرجی بھی ہماری صلاحیتوں اور کارکردگی میں اضافہ کرتی ہے اور اگر آپ کے لئے دوسرے لوگ منفی و حق سمجھتے ہوں تو آپ میں بھی منفی انرجی اچا کر ہو جاتی ہے۔ لیکن آپ سیر چنگل پاور سے اپنے منفی

خیالات کو فوراً مثبت بنا سکتے ہیں یا کنٹرول کر سکتے ہیں۔ اس لئے اگر ہم زندگی کی کبھی کوئی مسئلہ سمجھ کر خوشیوں اور سکون کے ساتھ صحیح سلامت پہنچانا چاہتے ہیں تو دوسروں کی خدمت کرنے میں ہے۔ خوشی صحت اور ہر کام میں کامیابی دوسروں کی خدمت کرنے میں ہے۔ آج کل کی دنیا بے اور دینے کی دنیا ہے اس لئے اگر آپ دوسروں کو خوشی و صحت دینے میں ہیں تو دوسرے بھی آپ کو خوشی دیں گے۔ جب آپ سیر چنگل پاور ماسٹر بن کر صوبیں دیتے ہیں یا سیر چنگل بٹاش بن کر علاج کرتے ہیں تو آپ ایک اچھا کام کرتے ہیں۔

کیا سیر چنگل ہیلنگ پاور سب بھی سکتی ہے؟

آپ یہ بات جان چکے ہیں کہ سیر چنگل ہیلنگ انرجی ایک باقاعدہ علم اور فن ہے۔ جسے صوبیں کے ذریعے سیر چنگل پاور ماسٹر سے حاصل کیا جاتا ہے۔ صوبیں کے بعد سیر چنگل بٹاش میں ایسی شفا کی انرجی بیدار ہو جاتی ہے۔ جس سے صرف وہ اپنا اور دوسرے افراد کا علاج کر سکتا ہے۔ بلکہ نباتات و حیوانات کو بھی بیدار بنانے سے نجات دلا سکتا ہے۔ آپ کو یہ بھی معلوم ہو گا کہ باورانی علوم یا وجدانی صلاحیتوں سے متعلق یہ بات بھی زبان زد عام ہے کہ یہ علوم اور صلاحیتیں سب بھی ہو جاتی ہیں۔ جو سکتا ہے کہ آپ کے ذہن میں بھی یہ سوال پیدا ہو کہ سیر چنگل ہیلنگ کی پاور بھی سب ہو سکتی ہے؟ اس سلسلہ میں ہم آپ پر یہ بات واضح کر دیں کہ جب کوئی فرد ایک مرتبہ سیر چنگل ہیلنگ انرجی کے صوبیں لے لیتا ہے تو مرتے دم تک اس کی یہ قوت ختم نہیں ہوتی اور نہ ہی کوئی دوسرا فرد اسے سب یا فتم کر سکتا ہے۔ ایک مرتبہ جو فزدار یہ صوبیں اس قوت کو اپنے اندر جاری و ساری کر لیتا ہے تو قوت اس کے ساتھ مرتبہ رہتی ہے۔ مگر اگر آپ اپنے سیر چنگل پاور اساتذہ کا احترام نہیں کریں گے تو اس قوت میں تھوڑی بہت کی واقع ہو کر شروع ہو جاتی ہے۔

اس بات سے تو سب ہی آگاہ ہیں اگر کوئی فرد کتاب، علم اور اساتذہ کا احترام نہ کرے تو وہ عظیم شخصیت نہیں بن سکتا۔ سیر چنگل بٹاش جو ہمیشہ اپنے اساتذہ کا احترام کرتے ہیں اور مسلسل رابطہ میں رہتے ہیں، انہیں سیر چنگل پاور ماسٹر سے اضافی قوتیں ملنا سفر ہوتی رہتی ہیں۔

ہم سپر چوکل ہیلنگ انرجی کو کس طرح اپنے اندر جاری کر سکتے ہیں؟

سپر چوکل ہیلنگ پاور سب کے مطالعہ، چلنے کٹی، دو مخالف تعلیمات اور یا نشات سے ہم اپنے اندر کبھی بھی طرح جاری ساری نہیں کر سکتے۔ کیونکہ اس میں تمام تر کڑی اور مشکل ترین ریاضیں سپر چوکل پاور یا سرنے کی ہوتی ہیں، اور وہ ایک خاص طریقہ سے شاگردوں میں پاور ٹرانسفر کرتا ہے۔ جس میں وہ اپنی بہت ساری جراثیم قوتوں کو استعمال میں لا کر شاگردوں کو سپر چوکل ورلڈ سے ہم آہنگ کر دیتا ہے۔

سپر چوکل ہیلنگ بننے کے لیے کتنا عرصہ درکار ہوتا ہے

سپر چوکل ہیلنگ بننے کے لیے سالوں، مہینوں اور ملتوں کا عرصہ درکار نہیں ہوتا اور نہ ہی اس کے لیے آپ کا سابقہ تجربہ ہونا ضروری ہے۔ زندگی کے تمام شعبوں سے تعلق رکھنے والے افراد جن میں خواتین و حضرات بچے، نوجوان اور بوڑھے بھی سپر چوکل ہیلنگ بن سکتے ہیں۔ کیونکہ اس میں نیکنے والی بات زیادہ اہمیت نہیں رکھتی بلکہ علم کی منطقی ایک خاص اہمیت رکھتی ہے۔ سپر چوکل ہیلنگ روایتی طریقوں سے پڑھائی نہیں جاتی اور نہ ہی اس میں سال یا سال کی پیمائش ضروری ہوتی ہے۔ اس کے حصول کے لئے ضروری ہے کہ شاگرد اپنے استاد سپر چوکل پاور ماسٹر کے پاس موجود ہو۔ چند مہینوں میں گہجرو اور موہیں کے عمل کے بعد اسے ملٹر ٹرانسفر دیا جاتا ہے۔ اگلے لمحے وہ سپر چوکل ہیلنگ بن کر اپنا اور دوسرے افراد کا علاج شروع کر دیتا ہے۔

کیا سپر چوکل ہیلنگ سے مضرا اثرات بھی مرتب ہو سکتے ہیں؟

سپر چوکل ہیلنگ انرجی ایک مثبت اور دوست انرجی ہے جس کی بنیاد اس بات پر ہے کہ اللہ تعالیٰ کے نور سے یہ انرجی حاصل کی جاتی ہے۔ قرآن میں ارشاد باری تعالیٰ ہے کہ  
اللَّهُ نُورُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ مِثْلُ نُورِ مِصْبَاحٍ فِيهَا مِصْبَاحٌ الْمِصْبَاحُ فِي زُجَاجَةٍ الزُّجَاجَةُ كَأَنَّهَا كَوْكَبٌ دُرِّيٌّ يُوقَدُ بِهِ زَيْتُ اللَّهِ نُورُهُ هِيَ أَسْمَانُودُ اور

زمین کا مثال اس کے نور کی ایسی ہے جسے ایک طاق ہو جس میں درکھا ہو چراغ، یہ چراغ ایک فانوس میں ہو اور یہ فانوس ایسا ہو جسے ایک ستارہ مونی کسی طرح چمکنا ہوا۔ (سورۃ النور آیت 35)

سپر چوکل پاور ماسٹر ایک خاص طریقہ سپر چوکل ورلڈ میں ڈوب جاتا ہے جس کے لیے وہ اپنی بے شمار جراثیم قوتوں کو عمل میں لاتا ہے۔ یہ عمل ہی نورانی کا کائناتی انرجی جسے ہم نے سپر چوکل ہیلنگ انرجی کا نام دیا ہے۔ سپر چوکل پاور ماسٹر کے رگ و دان اور سانسوں میں یہی انرجی کافی مقدار میں سرایت کر جاتی ہے۔ جسے وہ موہیں عمل کے ذریعے اپنے شاگردوں میں منتقل کر دیتا ہے۔ اس انرجی کا منتفی استعمال ناممکن ہے۔ اس لیے جان انسانی پر اس کے کسی قسم کے مضر اثرات بھی مرتب نہیں ہو سکتے۔ نوزائیدہ بچوں بلکہ جن میں موجود بچے کو کبھی یہ انرجی دی جا سکتی ہے۔ جس سے پیدا ہونے والا پھر موہی بیماریاں، اعظمیا، سوکڑا، وحی و دیگر بے شمار بیماریاں سے محفوظ رہتا ہے۔ اس بات کی بھی وضاحت کر دی جائے کہ اس طریقہ علاج میں نہ تو مریض کی بیماری تیز ہو سکتی ہے اور نہ ہی تیز ہو کوئی بیماری مریض کو منتقل ہو سکتی ہے۔ گویا سپر چوکل ہیلنگ انرجی آپ حیات سے کسی بھی طرح کو نہیں ہے۔ جو فرد بھی موہیں لیتا ہے۔ اس کے اندر سے حق انرجی ختم ہونا شروع ہو جاتی ہے اور اس کی شخصیت میں بے شمار تہذیبیں آنا شروع ہو جاتی ہیں۔

کیا سپر چوکل پاور کا کسی خاص مذہب سے بھی تعلق ہے؟

سپر چوکل سائنس جسے باورانی طرکی سائنس بھی کہا جاتا ہے۔ اس سائنس سے مذہب عالم کے لوگوں نے استفادہ کیا ہے۔ روحانیت دنیا کے تمام مذاہب کے لوگوں میں پائی جاتی ہے باورانی اور روحانی علوم و فنون حاصل کرنے کے لیے کسی خاص مذہب اور کسی خاص قسم کے عقائد کا پابند ہونا ضروری نہیں ہے۔ سپر چوکل ہیلنگ انرجی کا روحانیت سے گہرا تعلق ہے۔ سپر چوکل ہیلنگ انرجی پر مریض کا یقین ہو یا نہ ہو۔ اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا۔ یہ انرجی خود بخود اپنا کام

کرتی ہے۔ سپر چیکس پہنچانے اور سکھانے کے لیے بھی کسی خاص مفقید سے کے ہونے یا نہ ہونے سے کوئی فرق نہیں پڑتا۔ اسے دنیا کے ہر مذہب کا کوئی بھی فرد دیکھ سکتا ہے اور سپر چیکس پاور ماسٹر بن کر دوسروں کو اس کے صوبے دے سکتا ہے۔ جس طرح فزکس، کیمسٹری، الجبر اور ریاضی اور میڈیکل سائنس دیکھنے کے لیے کسی خاص مفقید یا مذہب کا ہونا یا نہ ہونا ضروری نہیں ہے۔ اسی طرح پیراناٹل (ماورائی) علوم جن کا روحانیت سے گہرا تعلق ہے اور روحانیت عقائد و مذہب کی قید سے آزاد ہے۔ جس سے مذہب عالم کے لوگ حکیم نظام سرور حاصل کر رہے ہیں

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیراناٹل سائنسز حویلی لکھنوا 2006ء میں مختلف کورسز مکمل کرنے والے حکیم نظام سرور شباب کے اسٹوڈنٹ کی تصاویر



ریجنی مالک کورس  
پیراناٹل سائنسز حویلی



ریجنی مالک کورس  
سائنسز حویلی



ریجنی مالک کورس  
پیراناٹل سائنسز حویلی



ریجنی مالک کورس  
پیراناٹل سائنسز حویلی



ریجنی مالک کورس  
سائنسز حویلی



ریجنی مالک کورس  
پیراناٹل سائنسز حویلی



ریجنی مالک کورس  
پیراناٹل سائنسز حویلی



ریجنی مالک کورس  
سائنسز حویلی



ریجنی مالک کورس  
پیراناٹل سائنسز حویلی

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف ہیڈ انٹارنل سائنسز حویلی لکھنؤ 2006ء میں مختلف کورسز مکمل کرنے والے حکیم غلام سرور شہاب کے اسٹوڈنٹ کی تصاویر



پہلے پیکچر  
رنگینہ پیکچر



پہلے پیکچر  
رنگینہ پیکچر



پہلے پیکچر  
رنگینہ پیکچر



پہلے پیکچر  
رنگینہ پیکچر



پہلے پیکچر  
رنگینہ پیکچر



پہلے پیکچر  
رنگینہ پیکچر



پہلے پیکچر  
رنگینہ پیکچر



پہلے پیکچر  
رنگینہ پیکچر



پہلے پیکچر  
رنگینہ پیکچر

مرچو  
پرن

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف ہیڈ انٹارنل سائنسز حویلی لکھنؤ 2006ء میں مختلف کورسز مکمل کرنے والے حکیم غلام سرور شہاب کی اسٹوڈنٹس کی تصاویر



پہلے پیکچر  
رنگینہ پیکچر



پہلے پیکچر  
رنگینہ پیکچر



پہلے پیکچر  
رنگینہ پیکچر



پہلے پیکچر  
رنگینہ پیکچر



پہلے پیکچر  
رنگینہ پیکچر



پہلے پیکچر  
رنگینہ پیکچر



پہلے پیکچر  
رنگینہ پیکچر



پہلے پیکچر  
رنگینہ پیکچر



پہلے پیکچر  
رنگینہ پیکچر

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیراناٹل سائنسز جو بی لکھا سے 2006ء میں مختلف کورسز مکمل کرنے والے تکیم فلام سرور شباب کے اسٹوڈنٹ کی تصاویر



رنگی جالب  
اشفاق احمد زید - کراچی



رنگی جالب  
محمد علی احمد - کراچی



رنگی جالب  
حاجی سرفراز احمد - لاہور



رنگی جالب  
تکیم فلام سرور شباب



رنگی جالب  
میاں نیاز احمد - حویلی کسا



رنگی جالب  
ڈاکٹر شمس الدین - لاہور



رنگی جالب  
محمد علی احمد - کراچی



رنگی جالب  
احمد خان - بہاول



رنگی جالب  
قصور سہیل - لاہور

## پیشانی ہونے کی ضرورت نہیں آپ اپنا نوزم کی تعلیم حاصل کر کے

ہزاروں روپے کما سکتے ہیں۔

### انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیراناٹل سائنسز

میں روحانی کارنامہ سرور شباب کی زیر سرپرستی اپنا نوزم کی مکمل تعلیم اور مناسبت عملی تربیت کا معقول انتظام ہے۔ شاہکین خواجہ تین اور حضرات اپنا نوزم سیکھ کر مافی اور تعلیمی مریشوں کا کامیاب علاج اور تعلیمی، کاروباری، ازدواجی اور شخصیت کے مسائل بھی اپنا نوزم کے ذریعے حل کر سکتے ہیں۔ اپنا نوزم کے ذریعے پریشن، مایوسی، اداسی، شرمیلہ، حساس کسری اور عادات سے بے چٹکارا حاصل کیا جاسکتا ہے علاوہ از یہ شہرت و عزت اور دولت حاصل کر کے باوقار زندگی گزار سکتے ہیں۔

جواب طلب امور کے لئے جوائی اتفاقاً تا ضروری ہے۔

پہلے فلام سرور شباب

### انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیراناٹل سائنسز

### اسلام نگر حویلی لکھا ضلع اوکاڑہ پنجاب پاکستان

معلومات حاصل کرنے کے لئے مندرجہ ذیل فون نمبرز پر رابطہ کریں۔

0333-6974734 0300-4967412

## کیا آپ کامیاب روحانی معالج بننا چاہتے

تاکہ اودھیات سے بے نیاز ہو کر روزانہ ہزاروں مریضوں کا کامیاب علاج کر سکیں۔  
تو آج ہی دنیا کے دیگر تمام طریقہ ہائے علاج سے زیادہ قوی الٹرا سونک الٹراٹر اور کامیاب ترین طریقہ علاج

## انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیرانا رمل سائنسز

کوری کر لیں

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیرانا رمل سائنسز

میں روحانی بکار غلام سرور شہاب کی زیر سرپرستی پیر چکل ہیملنگ انرجی کوری کر لیا جاتا ہے۔ پیر چکل ہیملنگ کا علم آپ کو فراہم کیا جاتا ہے جس کے لئے نہ کسی پتلے، دھتیکے کی ضرورت ہے اور نہ ہی لمبے چوڑے تعلیمات پڑھنے کی ضرورت نہ روزانہ عبادت کی ضرورت، ایک مرتبہ جب آپ یہ سائنٹفک علم حاصل کر لیں گے حاجیات آپ کے پاس رہے گا۔ اے کوئی چین سکے ہے نہ اس میں کی ہوئی ہے نہ کسی جسم کی رعبت بلکہ جوں جوں وقت گزرے گا علم کی طاقت بڑھتی جائے گی۔ اس علم سے آپ بدن انسانی میں پیدا ہونے والی تمام امراض کا کاسانی کامیاب علاج کر سکیں گے۔ جواب طلب امور کے لئے جوابی الفاظ آتا ضروری ہے۔

پرنسپل غلام سرور شہاب

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیرانا رمل سائنسز

اسلام نگر حویلی لکھا ضلع اوکاڑہ پنجاب پاکستان

معلومات حاصل کرنے کے لئے مندرجہ ذیل فون نمبرز پر رابطہ کریں۔

0333-6974734 0300-4967412

## کائناتی انرجی

یوسوئی ریکی (Usui Reiki)

ریکی دو جاپانی الفاظ کا مرکب ہے "رے" اور "کی" "رے" کے معنی یونیورسل پاور کا اور "کی" انسانی پاور۔ جب یہ دونوں قوتیں ملتی ہیں تو ریکی وجود میں آتی ہے۔ ریکی دوسرے طریقہ ہائے علاج سے مختلف ہے دوسرے طریقوں میں مشقت اور ہدایات پم کرنا پڑتا ہے۔ ریکی "صرف ہدایات پر مشتمل ہے اور باقی کام آپ خود پہ خود کرتے رہتے ہیں۔ کائناتی انرجی کو "ریکی ماسٹر" ایک خاص طریقہ سے دوسروں کو فراہم کر دیتا ہے تو ان میں ہیملنگ پاور (شفاعتی کی طاقت) آ جاتی ہے۔ جس سے ریکی ہمہ گیر انسانوں، جانوروں، نباتات کی تمام تر بیماریوں کا علاج کر سکتا ہے۔ ریکی طریقہ علاج پوری دنیا میں مشہور اور کامیاب طریقہ علاج ہے۔

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیرانا رمل سائنسز

میں روحانی بکار غلام سرور شہاب کی زیر سرپرستی ریکی کوری کر لیا جاتا ہے۔ یعنی ریکی کا علم فراہم کیا جاتا ہے۔

جواب طلب امور کے لئے جوابی الفاظ آتا ضروری ہے۔

پرنسپل غلام سرور شہاب

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیرانا رمل سائنسز

اسلام نگر حویلی لکھا ضلع اوکاڑہ پنجاب پاکستان

معلومات حاصل کرنے کے لئے مندرجہ ذیل فون نمبرز پر رابطہ کریں۔

0333-6974734 0300-4967412

پتی پاور کورس

حق پاؤں کو جس میں سات خاص قسم کی مٹھوں کی گنتی تھی باقی ہے جس سے منہ بہ منہ حاصل ہوتے ہیں

- 1۔ روزانہ پانچ منٹ کی مشق سے گردوں پر توانائی کا کھانا متوازن ہو جائے گا اور آپ گردوں اور پیشاب کی دیگر تکلیف سے محفوظ رہیں گے۔
- 2۔ ذہنی صلاحیتیں اور سوچنے کی قوتیں بیدار ہوتی ہیں۔ اس سے چہرے کی خوبصورتی میں اضافہ ہوتا ہے اور جھریاں ختم ہو جاتی ہیں اور بڑھی ہوئی عمر میں بھی چہرہ شاداب رہتا ہے اور نسوانی حسن میں اضافہ ہوتا ہے۔
- 3۔ اس مشق سے عضلات قوت میں اضافہ ہوتا ہے مثلاً نہ کوٹ ملتی ہے۔
- 4۔ اس کے ذریعے ذہنی صلاحیتوں میں اضافہ ہوتا ہے۔ اور ہر نسخی ہوئی، بوئی، چھڑی سانس سے ذہن نشین ہو جاتی ہے۔
- 5۔ یہ عمل بھی پانچ منٹ کا ہے۔ اس سے ذہنی صلاحیتوں میں اضافہ ہوتا ہے۔
- 6۔ اس مشق سے ہجھکوں اور کھوکھلی سے ملتی ہے۔ سانس کے سرخیوں کے لئے کامیاب ہے۔
- 7۔ پانچ منٹ کی یہ مشق ہر طرح کے ذہنی تازہ و تھکن اور اعصابی کھچاؤ کے لئے مفید ہے
- 8۔ آپ اپنے اندر ذہنی توانائی اور کام کرنے کا کھانا جوش و خروش دلوایں گے کریں گے۔
- انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیئر انارمل سائنسز**
- میں روحانی کارکنانہ سرور شاداب کی زیر سرپرستی جی پاور کورس کرایا جاتا ہے۔
- پرنسپل۔ غلام سرور شاداب
- انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیئر انارمل سائنسز**
- 0333-6074734 0300-4967412

## اجازۃ عملیات

ملوک سب سے ان کی ذریعات یا انگریزات میں سے کسی کی بھی خدمت حاصل کرنے کے لئے یہ ضروری ہے کہ کسی کی رہنمائی حاصل کریں۔ اکابر علما سے طلبہ و محفیات اور ماہرین روحانیت و عملیات نے چلہ کشی کے حقائق پر مشتمل و ظائف و دعوات کے سلسلہ کے جملہ قسم کے اعمال اور ان کی بجا آوری کے لئے جن شرائط و آداب کو ضروری قرار دیا ہے ان میں سے اجازۃ عمل یعنی عمل کے لئے کسی ماہر عامل کی اجازت کو لازمی اور شرط اول کے طور پر بیان کیا ہے۔ بنا بریں اگر باب علم و فن اور قارئین کرام کو آگاہ کی جاتا ہے کہ اگر وہ فیضان القرآن، ردحصر حاصل، ردحصر دوم، ردحصر سوم، چھوٹے، آئینی قوتوں سے نجات، مصباح الارواح، روحانی خطوط، فیضان الحروف اور عکس لوح محفوظ کے مندرجات اور روحانی اعمال و مہجرات کے لئے چلہ کشی اور ریاضت کا ارادہ رکھتے ہوں تو سب سے پہلے علامہ تکیم نظام سرور شاپ ماہر علوم معنی و روحانی علم، العالی مصنف مذکورہ کتب سے اجازۃ عملیات حاصل کر لیں تا کہ شب و روز کی محنت و کامرانی حاصل کرنے کے علاوہ رجعت سے بھی محفوظ رہتا ہے اور بے استاد ہمیشہ کام و نامور اور رہتا ہے۔

حکیم زاهد شمس الدین شمس الدین

صدر مجلس مشاورت: ادارہ فیضان روحانیت پاکستان (رجسٹرڈ)

اسلام گرجو علی کمالیہ اوکاڑہ

فون نمبر: 4008534-44-0092

## ادارہ فیضان روحانیت پاکستان (رجسٹرڈ)

”ادارہ فیضان روحانیت پاکستان“ کے قیام کا مقصد روحانی علوم و فنون کی تحقیقات و تعلیمات اور اشاعت ہے۔ تاکہ اسلاف کا یہ عظیم ورثہ ضائع ہونے سے بچایا جاسکے۔ یہاں روحانی علوم و فنون سینوں میں دفن رہتے ہیں۔ یہاں کلر کے قوسے ان کی ترقی و ترقی میں رکاوٹ بنتے ہیں۔ علاوہ ازیں قومی سرمایہ اتنا مختصر ہے کہ ساری عمر ورتی روحانی پر بھی صرف پڑھنا ہوتا ہے۔ ان حالات میں لازمی ایک وقت ایسا آتا تھا۔ جب کہ علم اور صاحب علم دونوں معدوم ہو جاتے۔ عوام روحانی علم سے محروم اور خواص غیر مطمئن نظر دیکھتے یہ وہی زندگی کا ہمیں نصیب ہو رہا ہے۔ وطن عزیز پاکستان میں سرکاری سرپرستی کو ان علوم و فنون کی پامال نہیں ہے اور نئی کوئی پرائیویٹ طور پر ایسا جامع ادارہ وجود میں آیا ہے۔ جو تاشکان ان کی طلبہ کو پورا کر سکے۔ پرائیویٹ طور پر اکیلا فرد ایسا صاحب حیثیت اور دلچسپی لینے والا نہیں ہے۔ جو طالب علم کی مدد کرے اس طرح متقی حضرات علم کی تلاش میں عمر بھر گزرا رہتے ہیں۔ انفرادی طور پر کوئی شخص اس لئے کامیاب نہیں ہوتا کہ دہریہ کر لیا جائے، پاکستان میں ایک عمر سے ایسے ادارے کی ضرورت بڑی شدت سے محسوس کی جا رہی ہے۔ لہذا ”ادارہ فیضان روحانیت پاکستان“ ان علوم و فنون کی اشعارف کرانے اور ان کے علوم کو مادی علوم کے مقابلہ میں لانے اور اس فن کے بلند پایہ مقام کو واضح کرنے نیز صدیوں سے سر بہت علوم و فنون کی تعلیمات و اشاعت اور فن کی بے لوث خدمت کیلئے ان علوم کی عام اشاعت کا آغاز کر چکا ہے۔ ادارہ کی ممبر شپ کا پانچواں سلسلہ شروع کیا جا چکا ہے۔ آپ بھی ادارہ کی ممبر شپ اختیار کر کے عقلی، علمی، تعلیمی اور روحانی علوم کی تکمیل و ترقی اور اشاعت کے لئے ہمارے ساتھ شامل ہو سکتے ہیں۔

صدر مجلس مشاورت

حکیم زاهد شمس الدین شمس الدین

ادارہ فیضان روحانیت پاکستان رجسٹرڈ اسلام گرجو علی کمالیہ اوکاڑہ



## آپ بھی

”ادارہ فیضان روحانیہ پاکستان“ کی سرشب اختیار کر کے روحانی و عقلی علوم و فنون کی اشاعت میں ہمارے ساتھ شامل ہو سکتے ہیں۔

ادارہ کے اغراض و مقاصد یہ ہیں۔

- 1۔ عقلی علوم و فنون کی تعلیمات، تحقیقات اور اشاعت اور ترقی کے لئے کوشاں۔
- 2۔ روحانی علوم و فنون پر کتب کی اشاعت کرنا۔
- 3۔ ادارہ ہذا کے تمام ممبران کو شائع کردہ کتب پر ڈاک خرچ فری۔
- 4۔ ادارہ کے تمام ممبران کو شائع کردہ کتب کے جملہ اعمال کی ان کے پوچھنے پر بلائیں راہنمائی کرنا۔
- 5۔ روحانی علوم کو مادی علوم کے مقابلہ میں لانے کی کوشش کرنا۔
- 6۔ عقلی علوم پر کانفرنس اور سناں منعقد کرانے کی کوشش کرنا۔
- 7۔ روحانی علوم کی تعلیم و ترویج کے لئے تدریسی اداروں کی قیام کی کوشش کرنا۔ اگر

آپ ان اغراض و مقاصد سے اتفاق کرتے ہیں تو آج ہی درج ذیل پتہ پر جوابی لٹاف بھیج کر ادارہ کا ممبر شپ مفت حاصل کریں۔

منگوانے کا پتہ:

ادارہ فیضان روحانیہ پاکستان (رجسٹرڈ)

اسلام نگر حویلی لکھا شائع اوکاڑہ

فون: 0092-44-4008534

## لوح شرف شمس

عروج و ترقی، تسخیرِ خلافت، حصولِ شان و شوکت، اور علومِ مہرِ جہت کیلئے روحانی تھقلہ شمس سیارگانِ فلکی میں سب سے بڑا اور شہنشاہِ کائنات کا درجہ رکھتا ہے۔ سب سے نورانی اور طاقت ور اثر زمین پر ڈالنے والا ہے زندگی اور روح کی توانائی اسی سے قوت پاتی ہے۔ شمس برجِ حمل میں حرکت کرتا ہوا جب ۱۹ دہے پر پہنچتا ہے تو اسے شرف ہوتا ہے۔ اس وقت جو عقلی قوتیں زمین پر اثر انداز ہوتی ہے۔ اگر ان کو ضبط میں لایا جائے تو وہ اپنی طاقت سے حامل کیلئے عظیم ہیبت، ارباب اور قوت پیدا کرے گا اور ممتاز حیثیت لائے گا۔ شرف شمس کی لوح جس فرد کے پاس ہو۔ اللہ تعالیٰ اسے عزت و توقیر عطا فرمائے گا۔ حامل لوح کی شان و شوکت ہر خاص و عام میں بڑھ جاتی ہے۔ حامل لوح کی عزت و شہرت عروج و ترقی کمال بلند یوں تک پہنچ جاتی ہے۔ سب درباریان اور مشائخ مل ہو جاتی ہیں۔ عوام الناس مسرور فرماں بردار ہو کر ہر حکم مانتے ہیں۔ شرف شمس کی لوح خواجین و حضراتِ اہل بیت کے لئے ملکہ یکساں ہے۔ گورنمنٹ اور پرائیویٹ ملازمین، تاجر، حضرات، ڈاکٹر، لکھرو، وکلاء، سب اس لوح مبارک سے یکساں فائدہ حاصل کر سکتے ہیں۔ جن خوش نصیبوں کے پاس شرف شمس کی لوح ہوگی۔ وہ سمجھ لیں کہ دوسرے تمام لوگوں سے مستقبل کی کامیابی زندگی کے حصول کیلئے انہوں نے میدان مار لیا ہے۔

ہر لوح شرف شمس چاندی پر = 3000 روپے

منگوانے کا پتہ

ادارہ فیضان روحانیہ پاکستان (رجسٹرڈ) محلہ اسلام نگر حویلی لکھا شائع اوکاڑہ

## لوح شرف مرتب

لوح شرف مرتب حصول قوت و شجاعت - دل کو قوی کرنا - غلبہ بر اعداء - دشمنوں کے شر سے محفوظ رہنے اور موذی جانوروں و آسیب سے تحفظ کے لئے مؤثر ترین ہے - مقدمات میں فتح پائی - دشمنان سے تحفظ - لوح شرف مرتب فتح و نصرت کے لئے بڑی کارآمد ہے - جن میاں بیوی میں تفرقہ ہے - یا کسی بڑی جماعت میں عرصہ سے دشمنی و خصومت چلی آ رہی ہے - یا کسی کو کسی کے دشمن کا خوف اندیشہ ہے - یا کسی میدان جنگ یا خطرناک مقام پر جانے کا خوف ہے - یا کسی بڑی جماعت پر فتح مقصود ہے اور اس سے حفاظت بھی درکار ہے - یا مقدمہ یا فتح پاتا ہے - تو ان تمام مقاصد کے لئے لوح شرف مرتب نہایت قوی الابر ہے - جس شخص کے پاس یہ لوح ہوگی - اس کا مقابلہ کرنے والا ہمیشہ ناکس و خوار ہوگا اور کبھی غلبہ نہ پاسکے گا - امراض میں تقوہ و توبہ، رعب اور باطنی مزاج کے لئے بھی مفید ہے -

بدیہ لوح چاندی = 3000 روپے

منگوانے کا پتہ

ادارہ فیضان روحانیہ پاکستان (رجسٹرڈ)

محلہ اسلام نگر حویلی لکھا ضلع اوکاڑہ

فون: 0092-44-4774734

## لوح شرف مشتری

حصول مال و دولت اور اسباب مال کے لیے

خواتین و حضرات کے لئے یکساں مفید

انتہائی سعد اور پر تاثیر اوقات کا عظیم کارنامہ ہے - یہ مالی امور میں خوشی بخاتی کو اس طرح

کشش کرتی ہے جیسے مقناطیس لوہے کو - اسے دیکھئے، اسے چاہئے

اور تنادل میں قائم کر کے دعا کیجئے پسہ رکھیں - انشاء اللہ مالی معاملات اور

روپیہ کے حصول کے لئے جو اسباب بھی کریں گے - ان سے روپیہ ملے گا - اور رقم و دولت

ایسے اسباب پیدا فرمائے گی جن سے چند سالوں میں زندگی بن جائے گی - اس لوح

میں حضرت یوسفؑ کی دعا ہے جو قرآن پاک میں ہے - ترجمہ "اے اللہ مجھے اپنے

فضل سے نفعی کر دے۔"

اگر آپ دولت مند بننا چاہتے ہیں تو اسے پاس رکھیں اور یہ دعا پڑھتے رہیں

- اس سے اقتصادی بد حالی کے دور میں اسے امیدوں کا مرکز بنائے ورنہ حال کے

تقاضوں کے ساتھ نہ چل سکیں گے۔

بدیہ لوح چاندی پر = 3000 روپے

منگوانے کا پتہ

روحانی سکالر تکیم نظام سرور شباب ماہر علوم غنی

محلہ اسلام نگر حویلی لکھا ضلع اوکاڑہ



## معروف روحانی سکار علامہ حکیم غلام سرور شہاب کی تصانیف



ادارہ فیضانِ روحانیہ پاکستان (مدینہ اسلام) حویلی کمالیہ، انارکلی، لاہور

فون: 0300-4967412، 0300-6974734

Website: [www.roohaniyat.com](http://www.roohaniyat.com)