नफ़्स का जायज़ा

अल्लामा इमाम ग़ज़ाली रह०

अनुवाद :

डॉ. रफ़ीक़ अहमद

किताब का मूल नाम	:	मुहासबा–ए–नफ़्स
लेखक	:	अल्लामा इमाम ग़ज़ाली रह०
नाम किताब	:	नफ़्स का जायज़ा (अनुवादित)
उर्दू अनुवाद	:	डा० ख़ुर्रम मुराद रह०
हिन्दी अनुवाद	:	डा० रफ़ीक़ अहमद (पी–एच०डी०) प्रवक्ता मुस्लिम इण्टर कालेज फ़तेहपुर
हिन्दी एडीशन	:	2010
प्रतियाँ	:	1000
पृष्ठ	:	14
कम्पोज़िंग	:	शाहनवाज़
प्रिन्टर्स	:	रहमान प्रिन्टर्स एण्ड स्टेशनर्स
क़ीमत	:	दुआये ख़ैर

मिनजानिब

ख़िज़रा लाइब्रेरी

सय्यदवाड़ा, फ़तेहपुर

ज़ेरे निगरानी : जमाअते इस्लामी हिन्द,फ़तेहपुर

بسم الله الرحمن الرحيم

अच्छी तरह जान लो कि आदमी का सबसे बड़ा दुश्मन उसका नफ़्स है, जो उसके अन्दर छिपा हुआ बैठा है। यही नफ़्स उसे बुराई और गुनाह की तरफ ले जाता है। इसी नफ़्स के शुद्ध एवं स्वच्छ रखने और उसे सही रास्ते पर लगाने का काम आदमी के सिपुर्द किया गया है। क्योंकि अगर तुम अपने नफ़्स की ख़बर न लोगे तो वह बेक़ाबू और बेलग़ाम हो जायेगा, और फिर हाथ न आयेगा। लेकिन अगर तुम उस पर कड़ी नज़र रखोगे तो वह नफ़्से लव्वामा (वह नफ़्स जो इन्सान को बुरे कामों पर निन्दा करता है) बन जायेगा। बल्कि ताज्जुब नहीं कि वह नफ़्से मुतमइन्ना (वह नफ़्स जो इन्सान के अन्दर इत्मीनान की कैफ़ियत पैदा करता है) बन जाये, और उन नेक बन्दों में शामिल हो जाये जो अल्लाह से खुश हो और अल्लाह उन से खुश हो ।

देखो, किसी वक्त भी उसको नसीहत करने से ग़ाफिल न रहो बल्कि दूसरों को नसीहत तब करो जब पहले अपने नफ़्स को कर लो। तुम हमेशा उससे यूँ कहते रहा करो :

''ऐ नफ़्स, ज़रा इन्साफ़ कर ! तू समझता है कि मै बड़ा अक़्लमन्द हूँ, मगर तेरे बराबर बेवकूफ़ कोई न होगा । क्या तू नहीं जानता कि जन्नत और दोज़ख़ तेरे सामने हैं, और तू बहुत जल्द किसी एक में जाने वाला है । फिर तुझे क्या हुआ है कि

हर वक्त हँसता, खेलता और दुनिया में मगन रहता है ?

क्या तू नहीं जानता कि तेरे ऊपर मौत का कठिन वक़्त आने वाला है, आज हो या कल ? जिस मौत को तू दूर समझता है, अल्लाह के नज़दीक वह बहुत क़रीब है। जिस चीज़ को आना ही है, वह क़रीब ही है । क्या तुझे यह नहीं मालूम कि मौत अचानक ही आती है ? न कोई ख़बर करने वाला है, न ही कोई होशियार वाला । यह नहीं कि दिन को आये और रात को न आये, या रात को आये और दिन को न आये, या बचपन में आये या जवानी में न आये। जवानी में आये या बचपन में न आये । मौत तो किसी भी पल आ जायेगी । बस तुझे क्या हुआ कि मौत इतनी नज़दीक है, मगर तू उसकी तैयारी नहीं कर रहा ? हांलाकि

اِقْتَرَبَ لِلنَّاسِ حِسَابُهُمْ وَهُمْ فِيْ غَفْلَةٍ مُّعْرِضُوْنَ ۚ مَا يَاْتِيْهِمْ مِّنْ ذِكْرٍ مِّنْ رَّبِّهِمْ مُّحْدَثٍ اِلَّا اسْتَمَعُوْهُ وَهُمْ يَلْعَبُوْنَ لَاهِيَةً قُلُوْبُهُمْ ۗ

(الا نبياء : ١-٣)

''क़रीब आ गया है लोगों के हिसाब का वक्त, और वह हैं कि ग़फलत में पड़े हुये हैं। उनके पास जो नसीहत भी उनके पालनहार की तरफ़ से आती है उसको ठीक–ठीक सुनते है और खेल में पड़े रहते हैं। उनके दिल दूसरी ही फ़िक्रों में डूबे हुये हैं''

ज़रा सोच ! तुझे अल्लाह की नाफ़रमानी और अवहेलना की हिम्मत क्यों कर होती है ? अगर तेरा अक़ीदा

और विश्वास यह है कि वह तुझे नहीं देखता, तो फिर तू यक़ीनन तू काफ़िर है। या अगर यह जानता है कि अल्लाह तआला तुझे देख रहा है, और फिर भी उसकी नाफ़रमानी करता है, तो फिर तू बड़ा बेह्या है। अगर तेरा भाई या नौकर कोई ऐसी बात करे जो तुझे बुरी लगे, तो तू कितना ग़ुस्सा करता है, फिर तुझे यह हिम्मत क्यों कर हुई कि अपने पालनहार का ग़ुस्सा मोल ले और उसके अज़ाब और सज़ा से न डरे ।

क्या तू समझता है कि अल्लाह के अज़ाब को बर्दाश्त कर लेगा, हरगिज़ नहीं, यह बात दिल से निकाल दे। थोड़ी देर के लिये ज़रा तेज़ धूप में खड़ा रह, या अपनी उंगली आग के करीब कर, तुझे ख़ुद अपनी ताक़त और हिम्मत का अन्दाज़ा हो जायेगा ।

क्या तू इस धोखे में आ गया है कि अल्लाह तआला बड़ा करम करने वाला, रहम करने वाला और माफ़ करने वाला है, उसे किसी की इताअत और पैरवी की ज़रूरत नहीं, वह मुझे बख्श देगा । लेकिन फिर अपने दुनिया के कामों के लिये क्यों कोशिश करता है, और उसे उसकी दया एवं कृपा पर क्यों नहीं छोड़ देता है ? जब तेरा कोई दुश्मन तेरे सामने आ जाता है तो उससे बचने की लिये क्यों उपाय करता है ? तब क्यों नहीं कहता कि अल्लाह तआला अपने करम से मुझे बचा लेगा ?

जब कोई दुनयवी काम रुपये पैसे के बग़ैर नहीं होता तो उस वक्त तेरा दम क्यों निकलता है, और क्यों उसे हासिल करने के लिये हज़ार भाग–दौड़ करता है? उस वक्त करमे इलाही पर तेरा भरोसा कहां चला जाता है ? क्यों नहीं कहता कि अल्लाह तआला कोई ख़ज़ाना दे देगा या किसी बन्दे को भेज देगा और तेरा काम हाथ–पांव हिलाये बग़ैर ही हो जायेगा ? या क्या अल्लाह तआला सिर्फ़ आख़िरत में दयालु और कृपालु है, दुनिया में नहीं ?

''ऐ नफ़्स, तेरा निफ़ाक़ (दिखावा) और झूठे वायदे बड़े अजीब हैं! ज़रा देख तेरा पालनहार दुनिया के बारे में क्या फ़रमाता है :

وَمَا مِنْ دَابَّةٍ فِی الْاَرْضِ اِلَّا عَلَی اللّٰهِ رِزْقُهَا (هود:٦)

ज़मीन पर चलने वाला कोई जानदार ऐसा नहीं है, जिसका रिज़्क (रोज़ी–रोटी) अल्लाह के ज़िम्मे न हो । और आख़िरत के बारे में फ़रमाता है ।

وَ اَنْ لَّیْسَ لِلْاِنْسَانِ اِلَّا مَا سَعٰی (النجم : ٣٩)

और वह इन्सान के लिये कुछ नहीं मगर वह जिसकी उसने कोशिश की है, गोया तेरे दुनिया के रिज़्क की ज़िम्मेदारी तो उसने अपने ऊपर ले ली है, उसका दारोमदार तेरी कोशिश पर नहीं । हाँ ! आख़िरत को तेरी कमाई पर छोड़ दिया है। मगर तू अपने अमल से अल्लाह को झूठा साबित करता है।

जिस चीज़ की जिम्मेदारी उसने ली है, उस पर तो पागलों की तरह गिरता है और जिस आख़िरत को उसने तेरी कोशिश पर निर्भर किया है, उसकी बिल्कुल परवाह नहीं करता और उसके लिये कोशिश को मामूली समझता है। यह तो ईमान की अलामत और निशानी नहीं । अगर ज़बानी ईमान एतेबार के लायक़ होता, तो मुनाफ़िक़ दोज़ख़ के सबसे निचले दर्जे में क्यो होता ?

क्या तू हिसाब–किताब के दिन पर ईमान नहीं रखता ? क्या तू समझता है कि मरने के बाद तुझे बिना हिसाब–किताब के ऐसे ही छोड़ दिया जायेगा ? या तू बच कर कही भाग सकेगा ? हरगिज़ नहीं ! अगर तू ऐसा ही समझता है तो तेरे बराबर कोई जाहिल नहीं और तू पक्का क़ाफ़िर है । फिर क्या तू इस बात को झूठ समझता है कि अल्लाह मरने के बाद तुझे उठा खड़ा करेगा । अगर नहीं तो फिर तू इसकी नाफ़रमानी से क्यो नहीं बचता ?

ऐ नफ़्स ज़रा इन्साफ़ कर ! अगर एक डाक्टर तुझसे कह देता है कि फलां खाना तेरे लिये नुकसानदेह है तो तू जी कड़ा करके उसे छोड़ देता है और सब्र करता है अगर्च वह बड़ा मज़ेदार खाना हो । क्या अम्बिया अलैह0 का कहना जिनको मोजज़े की ताईद हासिल होती है और किताबे इलाही में अल्लाह का फ़रमान तेरे लिये इतना भी वजन नहीं रखता

जितना एक क़ाफिर डाक्टर का क़ौल। अक़्ल और इल्म की कमी के बावजूद उसकी बात का असर तो होता है मगर अल्लाह और उसके रसूल सल्ल0 के कहने का नहीं ।

इससे भी अजीब बात यह है कि जब एक बच्चा कहता है कि तेरे कपड़ों में बिच्छू है, तो तू बग़ैर कोई दलील मांगे और बग़ैर सोचे–समझे, अपने कपड़े उतार फेंकता है। क्या नबियों की बात तेरे नज़दीक उस नासमझ बच्चे की बात से भी कम अहमियत वाली है ? या दोज़ख़ की आग, उसकी बेड़ियां, गरज, उसका अज़ाब, उसका खाना, उसके सांप–बिच्छू और ज़हरीली चीज़ें तेरे लिये एक बिच्छू से भी कम तकलीफ़ देने वाली हैं ? हांलाकि उसकी तकलीफ़ ज़्यादा से ज़्यादा एक दिन या इससे कम रहती है ? यह अक़लमन्दों का तरीक़ा नहीं । अगर कहीं जानवरों को तेरी हालत का इल्म हो जाये, तो वह तुझ पर हंसे और तेरी अक़लमन्दी का मज़ाक उड़ायें ।

फिर ऐ नफ़्स अगर तुझ को यह सब चीजें मालूम हैं, और उन पर तेरा ईमान है, तो क्या बात है कि तू अमल में काहिली और टाल–मटोल से काम लेता है, हांलाकि मौत छिपकर तेरा इन्तजार कर रही है कि वह मुहलत दिये बग़ैर तुझ उचक ले जाये ? तू किस वजह से निडर है कि वह जल्दी न आयेगी ? अगर तुझे सौ वर्ष की मुहलत मिल भी गयी है, तो क्या तेरा ख्याल है कि जिस को एक घाटी तय करनी है,

और वह उस घाटी के निचले भाग में इत्मीनान से अपने जानवर को चरा रहा है, वह कभी भी इस घाटी को तै कर सकेगा ? तू नहीं जानता कि रास्ता सफ़र के बग़ैर तै नहीं होता, और काम किये बग़ैर अन्जाम नही पाता । ऐसे शख्स के बारे में तेरी क्या राय है, जो इल्म हासिल करने की गरज से परदेश का सफ़र करे, और वहां कई साल तक बेकार और निकम्मा बैठा रहे और नफ़्स से वायदे करता रहे कि जिस साल वह अपने वतन वापस होगा, सब इल्म हासिल कर लेगा ? तो आप उसकी अक़्ल पर हसेंगे कि यह भी अजीब आदमी है समझता है कि एक ही साल में सारा इल्म हासिल हो जायेगा, या बग़ैर हासिल किये सिर्फ़ उम्मीद और यक़ीन की बर्कत से काज़ी का पद हाथ आ जायेगा ।

फिर अगर यह मान भी लिया जाये कि आख़िर उम्र की कोशिश फ़ायदेमन्द हो सकती है और बुलन्द दर्जे तक ले जा सकती है तो यह कैसे मालूम हो कि अभी ज़िन्दगी बाक़ी है। हो सकता है कि यही आज का दिन तेरी उम्र का आख़िरी दिन हो । तो आज के दिन ही से अपने काम में क्यों गम्भीर नहीं होता और आज कल, आज कल करने की क्या वजह है ?

क्या वजह है कि तुझे अपनी इच्छाओं और ख्वाहिशों की मुख़ालफ़त मुश्किल मालूम होती है, क्योंकि इसमें मेहनत व मशक्कत है ? क्या तू उस दिन के इन्तिज़ार में है जब ख्वाहिशों की मुख़ालफ़त तेरे लिये आसान हो जायेगी ?

ऐसा दिन तो अल्लाह तआला ने पैदा ही नहीं किया, और न पैदा करेगा । जन्नत जब मिलेगी, हमेशा नफ़्स के नागवार काम करने ही से मिलेगी, और नागवार काम कभी नफ़्स के लिये आसान नहीं हो सकते ।

सोच तो सही कब से तू रोज़ वादे करता है कि यह काम करूंगा और कल, कल करते, हर कल आज होती गयी । जब आज ही नहीं किया तो कल कैसे करेगा ? तुझे मालूम नहीं कि जो कल आ चुका है, वह गुज़रे हुये दिन के हुक्म में है । जो काम तू आज नहीं कर सका, उसका करना तेरे लिये और भी मुश्किल है, तू अगर आज मजबूर है तो कल भी मजबूर होगा ।

इसलिये कि ख्वाहिशों की मिसाल एक मोटे–ताज़े पेड़ की सी है जिसको उखाड़े बग़ैर चारा नहीं । अगर काहिली की वजह से आज न उखाड़ सका और कल पर रखा तो उसकी मिसाल उस जवान की सी है, जिससे एक पेड़ नहीं उखाड़ा गया, तो उसने उस काम को दूसरे साल के लिये टाल दिया हालांकि जितना ज़माना गुज़रेगा, उस पेड़ की जड़े मज़बूत होती जायेंगी, और उखाड़ने वाले की कमज़ोरी और दुर्बलता बढ़ती जायेगी । जिसको जवानी में होकर नहीं उखाड़ सका, उसको बुढ़ापे में क्या उखाड़ेगा ? हरी शाख लचक रखती है और झुकाई जा सकती है । जब सूख जायेगी, तो उसको मोड़ना नामुम्किन हो जायेगा ।

तो ऐ नफ़्स, अगर तू इन साफ़–साफ़ बातों को भी नहीं

समझता, और टाल–मटोल करता है, तो तुझे क्या हो गया है कि अपने आप को अक़लमन्द भी समझता है। इससे बड़ी बेवकूफी और मूर्खता क्या हो सकती है ।

शायद तू यह कहे कि मैं मज़बूती और पुख़्तगी से अमल इसलिये नहीं करता कि ख्वाहिशों और इच्छाओं की लज़्ज़त का लोभी हूँ, और तकलीफ़ व मेहनत बर्दाश्त नहीं कर सकता । अगर यही बात है तो तू परले दर्जे का बेवकूफ है, और तेरा झूठा बहाना है। अगर तू लज़्ज़त का लालची है, तो ऐसी लज़्ज़त क्यो नहीं तलाश करता जो तमाम गन्दगियों से पाक हो, और हमेशा हमेश के लिये हो । ये नेमत तो जन्नत ही में हासिल हो सकती है । अगर तुझे लज़्ज़त और ख्वाहिश ही पसन्द हैं तो उनकी ख़ातिर भी तुझे नफ़्स की वक़्ती ख्वाहिशों की मुखालफ़त करनी चाहिये। इस लिये कि बाज़ वक्त एक निवाला कई निवाले से वंचित कर देता है ।

तेरा क्या ख़्याल है उस मरीज़ के बारे में, जिसको डाक्टर सलाह देते हैं कि सिर्फ़ तीन दिन ठन्ठा पानी मत पीना, ताकि तन्दुरुस्त हो जाओ, फिर ज़िन्दगी भर ठन्डे पानी का मज़ा लो। अगर तुमने इन तीन दिनों में ठन्डा पानी पिया तो ज़िन्दगी भर इस ठन्डे पानी से हाथ धो लेना पड़ेगा। उस वक़्त सच–सच बता, अक़्ल एवं विवेक का तक़ाज़ा क्या है ? क्या वह तीन दिन सब्र करे ताकि ज़िन्दगी आराम से गुज़रे, या अपनी ख़्वाहिश पूरी करे कि मुझे तीन दिन सब्र नहीं हो सकता,

और फिर तीन सौ दिन, या तीन हज़ार दिन, बराबर इस नेमत से वंचित रहे । तीन दिन की जो हक़ीक़त पूरी उम्र के मुक़ाबले में है, वह उससे कोई निस्बत ही नहीं रखती जो तेरी पूरी उम्र हमेशा हमेश की ज़िन्दगी के मुक़ाबले में है। क्या तू कह सकता है कि नफ़्स की ख्वाहिशों पर क़ाबू कर लेने की तक़लीफ़, दोज़ख के अज़ाब से ज़्यादा सख्त और कठिन है ? जो शख्स दुनिया में एक मामूली तक़लीफ़ भी बर्दाश्त नहीं कर सकता वह आख़िरत में अल्लाह के अज़ाब को कैसे बर्दाश्त कर सकेगा।

मैं देखता हूँ कि तू दो वजह से अपने नफ़्स को ढील देता है । एक छिपा हुआ कुफ़्र और एक खुली हुई बेवकूफी। छिपा हुआ कुफ़्र यह है कि हिसाब–किताब वाले दिन पर तेरा ईमान कमज़ोर है, और जज़ा व सजा से तू नावाक़िफ है और खुली हुई बेवकूफी यह है कि अल्लाह तआला के करम करने और माफ़ कर देने की सिफ़ात पर अनुचित भरोसा है, और इस बात की परवाह नहीं कि वह मुहलत और छूट अज़ाब देने के लिये देता है, हालांकि तू रोटी के एक टुकड़े के लिये अल्लाह पर भरोसा करने के लिये तैयार नहीं, बल्कि जितनी तदबीरें और कोशिशे ज़रूरी हों वह सब करता है । इसी जिहालत एवं अज्ञानता की वजह से अहमक़ और मूर्ख की उपाधि तुझे रसूल्लाह सल्ल0 से मिली। फ़रमाया कि अक़लमन्द वह है

जो अपने नफ़्स को काबू में कर ले और आख़िरत के लिये अमल करे । और मूर्ख वह है जिसका नफ़्स अपनी ख्वाहिशों की पैरवी करे और फिर अल्लाह से उम्मीदें भी लगाये ।

ऐ नफ़्स दुनिया की ज़िन्दगी में न खो जा ! अल्लाह तआला से ग़लत उम्मीदें न बांध । अपनी फ़िक्र कर । अपना वक़्त बर्बाद मत कर, क्योकि गिनती के चन्द महीनो के लिये ही सांस तेरे पास हैं । एक सांस जाता है, उतना ही वक़्त का खज़ाना कम हो जाता है ।

जितनी मुद्दत तुझे आख़िरत में रहना है, उसी के हिसाब से उसकी तैयारी कर । जितनी मुद्दत जाड़े की होती है, उसी के हिसाब से तू दुनिया में खाना, कपड़ा और लकड़ियां जमा करता है । उन में से किसी चीज़ में तो अल्लाह की दया एवं कृपा पर भरोसा करके नहीं बैठता कि वह मात्र अपने कृपा से कपड़े और आग के बग़ैर तुझे सर्दी से बचा लेगा, हालांकि वह इस पर कादिर है । फिर क्या तेरा ख्याल है कि दुनिया की सर्दी के मुक़ाबले में जहन्नम में सर्दी कम होगी, या थोड़े दिन रहेगी, या कुछ किये बग़ैर उससे बच जायेगा ? नहीं जहन्नम की सर्दी तौहीद और उसकी इताअत और पैरवी के बग़ैर नहीं जायेगी । अल्लाह की यह कृपा क्या थोड़ी है कि तुझको दोज़ख़ से बचने का तरीक़ा बता दिया और उसके लिये सारा सामान इकट्ठा कर दिया, जिस तरह ऊन और आग को

पैदा किया, ताकि तू खुद सर्दी से अपना बचाव कर सके।

तेरी खराबी हो ऐ नफ़्स, जिस तरह दुनिया के लिये तैयारी करता है उससे कहीं बढ़कर आख़िरत के लिये तैयारी कर ।

ऐ नफ़्स, मैं देखता हूँ कि तुझे दुनिया से मुहब्बत है, और उसकी जुदाई तुझ पर बहुत भारी है । तू अल्लाह तआला के जज़ा व सजा और क़ियामत की सख्ती से ग़ाफिल है । हांलाकि तू दुनिया में यात्री है, और यहां की चीज़े यात्रा करने वालों के साथ नहीं जाती । क्या तू गुज़रे हुये लोगों का हाल नहीं देखता, वह कैसे–कैसे आलीशान मकान बनाये थे फिर छोड़ कर चले गये। रहने की जगह ज़मीन के अन्दर कब्र है, उसकी फ़िक्र ही न की । शायद लोगों के दरम्यान इज्ज़त व बुलन्दी की चाहत से तेरी आंखों पर चर्बी छा गयी है ? ज़मीन पर सारे लोग अगर तेरी इज्ज़त करें, तेरी तारीफ़ के गुन गायें और तेरा कहना मानें, फिर क्या तू नहीं जानता कि कुछ वर्षों के बाद न तू रहेगा, न यह सारे लोग। फिर एक ज़माना आयेगा, जिसमें न तेरा ज़िक्र रहेगा, न उन लोगो का जो तेरा ज़िक्र करते थे ।

ऐ नफ़्स, मौत नज़दीक आ गयी है, जो करना है अब कर ले। तेरे बाद न कोई तेरी तरफ़ से नमाज़ पढ़ेगा, न रोज़ा रखेगा, न तुझसे अल्लाह को राज़ी करेगा। ज़िन्दगी के यह

चन्द रोज़ ही हैं, यही तेरी पूंजी है, इससे व्यापार कर ले। अक्सर पूंजी तू बर्बाद कर चुका है, अगर तमाम उम्र इस बर्बादी पर रोये तब भी कम है । मुर्दों का लश्कर घर के बाहर तेरा इन्तेज़ार कर रहा है। उन्होंने क़सम खा रखी है कि तुझे साथ लिये बग़ैर नहीं हिलेंगे। ये सब यही तमन्ना करते हैं कि काश हमें एक दिन मिल जाये कि दुनिया में जाकर हम अपने गुनाहों को धो डालें । तेरे पास आज यह एक दिन है, जो अगर तू बेचे तो यह मुर्दे तमाम दुनिया के बदले भी इसे खरीद लें, अगर उनको क़ुदरत हो ।

ऐ नफ़्स तुझको ज़रा भी शर्म नहीं । अपने ज़ाहिर को तू दुनिया वालों के लिये संवारता है, और बातिन में बड़े–बड़े गुनाह करके अल्लाह तआला को नाराज़ करता है। ऐ नफ़्स, क्या यह अक़लमन्दी है कि तू हर रोज़ अपने माल के ज़्यादा होने से तो ख़ुश हो, मगर उम्र के कम होने का कुछ ग़म न हो । ऐ नफ़्स याद रख कि दीन और ईमान का बदल कोई चीज़ नहीं, और इस ज़िन्दगी के बाद कोई दूसरी ज़िन्दगी नहीं ।

ऐ नफ़्स, अब मेरी नसीहत मान, कि जो नसीहत से मुंह फ़ेरता है वह आग में जलने के लिये तैयार होता है। अगर दिल की सख़्ती उपदेश व नसीहत, क़ुबूल करने में रुकावट हो, तो उस सख़्ती को तहज्जुद के ज़रीये और रात में उठकर ख़ुदा के सामने गिड़गिड़ाकर दूर करो, और रिश्तेदारों से अच्छा बर्ताव

और अनाथों और यतीमों पर मेहरबानी और दया कर । यह भी कारगर न हो तो जान ले कि शायद अल्लाह ने तेरे दिल पर मुहर लगा दी, तो तू अपने से ना उम्मीद हो जा । लेकिन ना उम्मीदी और मायूसी कुफ़्र है, इस लिये तो तू ना उम्मीद नहीं हो सकता, और उम्मीद की भी कोई सूरत नहीं ।

तू अब यह देख कि जिस मुसीबत में मुब्तेला है इस पर तुझे अफ़सोस होता है कि नहीं, कोई आंसू आंख से गिरता है कि नहीं । अगर गिरता है तो रहमत एवं दया का स्रोत मौजूद है, और अभी उम्मीद की जगह बाक़ी है । बस तू सबसे बढ़कर रहम करने वाले और सबसे बढ़कर कृपा करने वाले के खुदा के सामने फ़रियाद कर । इसलिये कि तेरी मुसीबत बहुत बढ़ गयी । अब कोई रास्ता और ठिकाना और भागने की जगह या फ़रियाद सुनने वाला, उस पालनहार के सिवा कोई नहीं । उसके सामने ढहाड़ें मार–मार कर रो वह गिड़गिड़ाने वालों और रोने वालों पर रहम फ़रमाता है और मुसीबत के मारों की दुआ क़ुबूल करता है। अब जब सब रास्ते बन्द हो गये, तो जिससे तलब करता है, वह सखी व दाता है, और जिससे फ़रियाद करता है वह रहम करने वाला है । उसकी रहमत चारों तरफ़ फैली हई है और उसकी कृपा आम है, और वह हर गुनाह व ग़लती को माफ़ करने के लिये तैयार है।