

کائناتی شفا کی انرجی ریگی (تبادل طریقہ علاج) جو جسمانی، روحانی، ذہنی اور نفسیاتی امراض کے لیے پوری دنیا میں جاری و ساری ہے۔ ریگی ہیلنگ پر اردو میں پہلی بے مثال لائسنس یافتہ تصنیف

www.iqbalkalmati.blogspot.com

ریگی ہیلنگ کورس

از افاضات

حکیم غلام سرور شباب

ریگی گرینڈ ماسٹر

شائع کردہ

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیراناٹل سائنسز

ادارہ فیضانِ روحانیہ پاکستان (دعوتِ اسلام کی عالمی کمانڈ) پاکستان

032-0888-0773/032-0800-1787/032-07

Website: www.roohaniyat.com

ریجنی اسٹیلنگ پوری دنیا میں جاری وساری ہے

معروف سٹیلر کینٹھن، اروما تھراپسٹ، ایکویپر یٹر تھراپسٹ، سٹون تھراپسٹ
نرٹولو جسٹ، ریجنی گریڈ، سٹرا اور پرنسپل اسٹرا اوپنٹل انٹرنیشنل ٹیٹ آف پاکستان
جناب علی افغان صاحب تحریر فرماتے ہیں

اللہ تعالیٰ کی اس کائنات میں ہر طرف اور ہر وقت ایک توہانی جاری و
ساری ہے۔ یہ توہانی اس کائنات کو متحرک کئے ہوئے ہے۔ دنیا بھر کی تقریباً تمام
تہذیبوں میں اس کا تذکرہ ملتا ہے۔ قدیم مصری اس توہانی کو استعمال کر کے بڑے
بڑے کارنامے سر انجام دیتے رہے ہیں۔ چین اور تبت کے لاما جبکہ بھارت کے یوگی
دھرم و سب ہی اس توہانی سے کام لیتے رہے ہیں۔ جاپان میں اسے ”چی“ یا
”کی“ کہا جاتا ہے۔

میرے بہت ہی خاص دوست اور روحانیت کے استاد جناب محترم علامہ
حکیم نظام سرور صاحب کی شخصیت میں تعارف کی کتاب نہیں ہے۔ ماہرانی علوم
پر آپ ایک روز میں سب تصنیف کر چکے ہیں۔ آپ کی تصانیف دنیا کے ہر گوشے تک پہنچ
چکی ہیں۔ زیر نظر کتاب کا کتابی ازبکی ”ریجنی“ کے موضوع پر ایک جامع تصنیف
ہے۔ ریجنی اسٹیلنگ پوری دنیا میں جاری وساری ہے۔ عام آدمی جو ریجنی کو زیادہ نہیں
سمجھتا وہ بھی اس شگفتی قوت سے مستفید ہو سکتا ہے۔ ریجنی کے موضوع پر اردو زبان
میں یہ پہلی مستند تصنیف ہے۔ ریجنی بظاہر کے لئے حکیم مہسوف کی یہ تصنیف حضرتنا
جانت ہوگی۔ دعا گو ہوں کہ اللہ تعالیٰ جناب علامہ سرور صاحب صاحب کو ایسی ہی اور
کتب تصنیف کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔ تاکہ علم کی روشنی چاروں عالم تکلیف
رہے۔ آمین

دعا گو

علی افغان

پرنسپل اسٹرا اوپنٹل انٹرنیشنل ٹیٹ آف پاکستان

کمرہ نمبر 282۔ فلور نمبر 4۔ سٹیجی ٹاور، نزد بنگلہ چوک۔ لاہور



میرے والدین پر
میرے فرما سب آئیں

اگر ان اعمال کو ہی کرے (قبول فرمادے) جو صائم رمضان میں کرتا ہے تو اس کے
لئے یہی دعائیں پڑھی جائیں گی کہ ایک بار اس میں بھی ہے حال انہی کی تفسیر

رکعی ہینگ کورس

اوقات

حکیم غلام سرور صاحب

رکعی گریڈ ماسٹر

شائع کردہ

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف ہیروانارل سائنسز جوہلی ککھا

ملنے کا پتہ

ادارہ فیضانِ روحانیہ پاکستان[®] محلہ اسلام گروہلی ککھا ضلع اوکاڑہ

www.roohaniyat.com

+92-44-4774734 • +92-44-4006534

E-mail: ghulam sarwar shabab@hotmail.com

انتساب

ان تمام شاگرد خواتین و حضرات کے نام رجو
ہمارے ادارہ انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف ہیروناٹارمل سائنسز
سے ماورائسی علوم وریکی سپر جونل ہیلتنگ، ہیلتسن،
کلر تھراپی میگنٹ تھراپی، ازوما تھراپی، ایکوپریشر، یوگا،
جی باور، ہینڈولمر (متبادل طریقہ ہائے علاج) کی عملی
تربیت حاصل کرنے کے بعد ذہنی انسانیت کی
خدمت (بغیر ادویات کے علاج) کر رہے ہیں۔

اور ان تمام شاگرد خواتین و حضرات کے نام رجو
ماورائسی علوم وریکی عملی تربیت حاصل کرنے کے بعد
ذہنی انسانیت کی خدمت کرنے کا جذبہ صادق
رکھتے ہیں اور ایلوپیتھی جیسے مضر صحت طریقہ علاج
سے بنی نوع انسانیت کو (الٹرنیٹیو طریقہ علاج یعنی متبادل
طریقہ علاج) کے ذریعے نجات دینے کا عملی جذبہ
رکھتے ہیں۔

ریکی اینڈ سپر جونل باوررز گریڈنڈ ماسٹر

حکیم غلام سرور شہاب

جملہ حقوق بحق مصنف محفوظ ہیں



نام کتاب	رکی ہیلتھ کورس
مصنف	حکیم غلام سرور شہاب
کیوزنگ	شہزادہ ظہیر احمد - معارفہ ہانس
ڈیزائن	محمد اوزیم (ایم۔ اے۔ بی۔ ای)
سن اشاعت	مئی 2007ء
ایڈیشن	اول
تعداد	ایک ہزار
صفحات	192
سائز	۲۳ × ۱۱
قیمت	—
مطبع	اکبر این پرنٹرز ایک روڈ لاہور

شائع کردہ

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف ہیروناٹارمل سائنسز - جو ملی لکھا (اوکاڑا)

ادارہ فیضان روحانیہ پاکستان کی ممبر شپ اختیار کرنا
درحقیقت نئی و روحانی علوم و فنون کی اشاعت میں مدد دیتا ہے۔

ادارہ فیضان روحانیہ پاکستان
محمد اسلام گرو ملی لکھا ضلع اوکاڑہ
فون نمبر 044-4008534

Website: www.roohaniyat.com

حسن ترتیب

صفحہ نمبر	تفصیل مضامین	نمبر شمار
3	انتساب	1
10	اظہار تشکر	2
11	منظوم رکی تقریظ از پیر محمد عریضات المعروف عرشاہ	3
13	شفای بخشی کار و معانی طریقہ علاج رکی از پیر صوفی نذیر احمد طاہر یوسفی	4
14	رکی = 6 از حاجی پیر فرزانہ احمد نقشبندی	5
16	رکی کے ذریعے شفا یابی از محمد شجاع الدین	6
18	رکی تعارف	7
21	رکی خصوصیات و رکی کی تاریخ	8
22	پہلا درجہ	9
24	رکی کے بارے میں حقائق	10
27	رکی پوائنٹس	11
28	رکی کے حوالے سے دوسرے اہم امور	12
31	جسم کا مکمل جائزہ	13
35	بیماریوں کی میکانیت	14
35	رکی کے ذریعے شفا یابی	15
36	جسمانی علامات کی تشخیص	16
40	پکڑا سے متعلق معاملات کی وضاحت، پہلا پکڑا	17
40	دوسرا پکڑا	18
43	تیسرا پکڑا	19

44	چوتھا پکڑا	20
45	پانچواں پکڑا	21
46	چھٹا پکڑا	22
47	ساتواں پکڑا	23
59	جسم کے حصوں سے متعلق دوسرے اہم امور	24
62	ڈاکٹر میکا ویوسوی کے وضع کردہ رکی اصول	25
62	پہلا اصول، صرف آج کے دن کے لیے تشکر کا رعبہ اپناؤں گا	26
63	دوسرا اصول، صرف آج کے دن کے لیے میں نگر مند نہیں ہوں گا	27
64	تیسرا اصول، صرف آج کے دن کے لیے میں غصہ نہیں کروں گا	28
65	چوتھا اصول، صرف آج دن کیلئے میں اپنے آپ سے ایمان تار رہوں گا	29
65	پانچواں اصول، صرف آج کے دن کیلئے میں ہر ذی روح سے بیار کروں گا	30
66	دوسرا درجہ	31
69	پہلا سہیل، چوکہ کوہ رے	32
77	طریقہ کاغذ The Paper Method	33
78	ذہنی طریقہ The Mental Method	34
79	دوسرے طریقے	35
80	ارادے کے لیے ناصحاتی علاج کا طریقہ کار	36
80	تبیوں علامتوں Symbols کے دوسرے استعمال	37
82	یادداشت کو بہتر بنانے کے لیے	38
83	تعلقات کے علاج کے لیے	39
84	ذہنی عادات سے نجات کے لیے	40

115	62	سفید رنگ استعمال کرنا
115	63	سیاہ رنگ استعمال کرنا
116	64	دیگر رکی سمبلو
119	65	ہر ایک سمبل کے استعمال کی تفصیل سے وضاحت
122	66	تیسرا درجہ بی
123	67	ماسٹر شپ اور گریڈ ماسٹر شپ
125	68	رکی کے حوالے سے سوالات اور ٹکوک و شبہات
126	69	کیا رکی دیتے وقت آنکھیں بند رکھنی چاہئیں؟
126	70	کیا ایڈیونٹ کے وقت فرش پر تالین بچھا ہونا ضروری ہے؟
126	71	دوسرے درجے کے تین سمبل کس ترتیب سے استعمال کریں؟
	72	رپڑھ کی پڑی میں انرٹی کو متوازن کریں
127	73	کیا رکی دیتے ہوئے انگلیاں ساتھ ملا کر رکھنی چاہئیں؟
127	74	رکی دیتے ہوئے اپنے ہاتھ یا آنکھیں کراس نہ کریں
128	75	کس قسم کا رکی کس استعمال کیا جانا چاہیے
128	76	علاج میں کامیاب ہونا
128	77	ایڈیونٹ کا تجربہ
128	78	سرار پکرا اور رکی نہیں دی جانی چاہیے
129	79	گھینٹوں کا استعمال کیسے کیا جائے؟
129	80	رکی سے غیر متعلقہ افراد کو رکی سمبل نہیں دکھانے چاہیے
130	81	کیا کسی شخص میں یہ وجود بلاک ہے ایڈیونٹ میں حائل ہوتے ہیں
130	82	جسم کے حساس حصے کون کون سے ہیں

84	41	اگر آپ وزن کم کرنا چاہتے ہیں
85	42	امتحان کے دنوں میں بچوں کی مدد کرنا
85	43	باضی اور مستقبل کے کام کے حوالے سے کچھ مثالیں
88	44	رکی کے ساتھ پروگرامنگ
88	45	گروہی فاصلاتی علاج
88	46	دائرہ علاج
89	47	مردے کا علاج
89	48	ماسٹر سمبل
90	49	اپنے ہاتھوں کو از چارز کرنے کے لیے مشق
92	50	چکر از چارز چارز کرنا یعنی چکر از میں شیڈی ٹوٹ والنا
92	51	رکی مراقبات
95	52	رکی کرشل گرو
98	53	بذریعہ رکی نفسیاتی جراحی یعنی روحانی آپریشن
100	54	رکی ٹیلرز کے لیے عمومی ہدایات برائے علاج
109	55	رنگوں سے علاج
109	56	علاج کے لیے رنگوں کا استعمال
110	57	رنگوں کی خصوصیات
112	58	سرخ رنگ کا استعمال
113	59	نیلا رنگ استعمال کرنا
115	60	پیلا رنگ استعمال کرنا
115	61	بزرگ استعمال کرنا

حکیم نامہ سرور شباب	9	رنگی ہیلنگ کورس
159	104	بیر انارٹل سائنس میں (شلتٹ اور دائرہ) کیا ہے؟
162	105	گروپ ہیلنگ کے لئے
162	106	انرجی بال کے ذریعے قاصداتی مرینٹوں کا علاج کرنا
164	107	انسان اور سپر چوکل انرجی
165	108	سپر چوکل ہیلنگ انرجی کیا ہے؟
165	109	ایک مافوق الفطرت قوت کی تلاش میں ازل سے انسان سرگرداں ہے
167	110	سپر چوکل ہیلنگ انرجی کے درجات یا لیولز
169	111	سپر چوکل ہیلنگ انرجی کے فوائد
169	112	بچے اور سپر چوکل ہیلنگ انرجی
170	113	سپر چوکل ہیلنگ انرجی کے صوبیں
170	114	صوبیں کے دوران شاگردوں کے محسوسات و مشاہدات
173	115	کیا سپر چوکل ہیلنگ پاور سلپ بھی سکتی ہے؟
173	116	ہم سپر چوکل ہیلنگ انرجی کو کس طرح اپنے اندر جاری کر سکتے ہیں؟
174	117	سپر چوکل ہیلنگ کے لئے کتنا عرصہ درکار ہوتا ہے۔
174	118	کیا سپر چوکل ہیلنگ سے معجز اثرات بھی مرتب ہو سکتے ہیں؟
175	119	کیا سپر چوکل پاور کا کسی خاص مذہب سے بھی تعلق ہے؟

حکیم نامہ سرور شباب	8	رنگی ہیلنگ کورس
131	83	تفکر کا رویہ
131	84	21 دنوں کا باطل عقیدہ
132	85	تصدیق کی چند مثالیں
133	86	نشے کی عادت تباہ کنوشی وغیرہ
133	87	ماضی کے حوالے سے کوئی بھی کام
133	88	ذُرُوف
134	89	تعلقات
135	90	والدین سے نفرت ختم کرنا
147	91	سپر چوکل ہیلنگ انرجی (روحانی شفا بخشی کی طاقت)
147	92	خیال کیا ہے؟
148	93	ہیوسن انرجی لیولز
148	94	ذہن کیا ہے؟
148	95	ایچ ایس پی (HSP)
149	96	ذہن کس چیز سے بنا ہے؟
149	97	ذہن کی تحریکات
149	98	کائنات کی ہر چیز سے لہریں نکل رہی ہیں
150	99	ذہنی بیماریاں
150	100	سپر چوکل ہیلنگ انرجی طریقہ علاج
152	101	سپر چوکل ہیلنگ انرجی کے پہلے درجے سے علاج کا طریقہ کار
153	102	سپر چوکل ہیلنگ انرجی درجات کا مختصر تعارف
154	103	علاج میں سپر چوکل ہیلنگ انرجی درجات کا کردار

اظہار تشکر

میں اپنے تمام مشفق و مہربان احباب اور تلامذہ کا حکیم قلب سے سپاس گزار ہوں جنہوں نے ”ادارہ فیضان روحانیہ پاکستان“ کی باضابطہ مہر شپ اختیار کی اور روحانی علوم و فنون کی ترویج و ترقی اور اشاعت میں میرے ساتھ شامل ہوئے۔

تلامذہ معاذین

- | | | | |
|----|----------------------------|----|-------------------------------|
| 1 | محمد شہباز - لاہور | 2 | حامی نذیر حسین - جہلم |
| 3 | قمر شہزاد احمد - سرگودھا | 4 | حکیم ہشیر احمد - جوہلی کھٹا |
| 5 | طارق محمود - جہلم | 6 | حافظ ظلیل الرحمن - کراچی |
| 7 | سید رفیع اویلی شاہ - کوئٹی | 8 | محمد انتظار خان - سیالکوٹ |
| 9 | غلام مصطفیٰ - خضدار | 10 | محمد شفیق نوشاہی - گوجرانوالہ |
| 11 | محمد فاروق قادری - کراچی | 12 | عبدالحکیم قادری - لاہور |
| 13 | محمد عیسیٰ خان - مردان | 14 | اشفاق احمد زاہد - کراچی |

منظوم ریکی تقریظ

بیر محمد عمر حیات المعروف عمر شاہ کوٹ لکھنیت ڈھور سے تحریر فرماتے ہیں

نور کا ایک زجان ہے ریکی تیرگی میں سراج ہے ریکی
 کم نہیں یہ کسی کرامت سے ہر مرض کا علاج ہے ریکی
 نیم ہسٹل تڑپتی جاں کے لئے ذوالبھاج و طہاج ہے ریکی
 ایک میں ہی نہیں یہاں تیرا داس پورا سماج ہے ریکی
 تیری طرز و ادا نہیں ماخوذ تیرا اپنا مزاج ہے ریکی
 ہر زمانے ہر عہد میں زندہ کل بھی تھی اور آج ہے ریکی
 صدیوں پہلے سے اقوام عالم میں رائج تیرا رواج ہے ریکی
 بے نیاز ہے نہیں تو مشقت کش تیرا دم لایحتاج ہے ریکی
 اے محتاج ذرا بھی نہ گھبرا رکھنے کو تیری لاج ہے ریکی
 نہ دُعا نہ دوا کی حاجت ہے وہ تیرا کام کاج ہے ریکی
 میں تو کہتا ہوں کہ سیجا بھی تیرا شاید محتاج ہے ریکی
 غلام سرور شباب نے لکھا تیرے سر پہ یہ تاج ہے ریکی
 نفوس انسانی میں تصرف کی منجلی قوت مثل چادہ سماج ہے ریکی
 پوچھتے کیا ہو اس کا سود زیاں گل زر اور بیاج ہے ریکی
 اس میں صحت ہے تندرستی ہے واہ کیسا اتاج ہے ریکی

شفٹا تجش کار و حافی طریقہ علاج رکی

زیر نظر کتاب مستطاب الاحباب فاضل روحانی سکالر، سپر چوک پاور اینڈ رکی گریڈ ماسٹر جناب حکیم غلام سرور شاہ صاحب کی ایک اور قابل قدر تصنیف ہے۔ صاحب کتاب کی شخصیت محتاج تعارف نہیں ہے یہ کتاب بھی ان کی دوسری کتب کی طرح اصول شاہکار ہے۔ رکی جاپانی طریقہ علاج ہے مگر آج کل پوری دنیا میں اپنی حیثیت منوا چکا ہے۔ پاکستان اور بیرونی دنیا میں تاحال اردو زبان میں رکی کے موضوع پر کوئی کتاب دستیاب نہیں تھی۔ جبکہ فاضل مصنف نے شانہ روز کی محبت شاقہ سے متبادل طریقہ علاج کے طور پر کائناتی شفٹائی انرجی (رکی) کو اردو زبان میں احسن انداز سے پیش کر دیا ہے۔

یہ کتاب دراصل انٹرنیشنل انشینیوٹ آف ہیرانا ریل سائنسز جو ملی لکھا کے رکی ہیٹنگ کورس کی نصابی ضرورت کے پیش نظر رکی ہیٹنگ کورس کے طلباء و طالبات کی رہنمائی کے لیے لکھی گئی ہے۔ تاہم بڑے کھٹے عوام کی دلچسپی کا سامان بھی اس کتاب میں موجود ہے۔ اس کتاب کے مطالعہ سے نہ صرف طلباء و طالبات بلکہ عام قاری بھی جو رکی انشینیوٹ حاصل کر چکا ہو، رکی ہیٹنگ انرجی کو اپنی ضرورت کے مطابق استعمال کر کے خود بھی اور دوسرے دکھی افراد کو صحت مند بنانے میں اہم کردار ادا کر سکتا ہے۔ فاضل مصنف نے کتاب خُدا میں رکی کی تشریح، ضرورت و اہمیت، رکی کی تاریخ، بدن انسان میں رکی کے مراکز، انسانی جسم میں موجود علامات کی مدد سے مرض کی مکمل تشخیص اور علاج، رکی سیکھنے والوں کے لیے رہنما اصول، رکی کے درجات، رکی سمبل، مرحلہ دار رکی مراقبہ رکی اور رنگوں سے علاج، رکی کی بین الاقوامی اصطلاحات، رکی اور گھنٹے جیسے عنوانات کے علاوہ اور بہت کچھ اس کتاب میں پیش کرنے کی کاوش کی ہے۔

علامہ حکیم پیر صوفی نذیر احمد طاہر یوسفی

سینئر انسٹرکٹر، انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف ہیرانا ریل سائنسز

میں جدھر بھی نظر اٹھا تا ہوں ہر طرف تیرا راج ہے رکی جس کے ہاتھوں میں ہے تیرا دامن وہ نہا مہاراج ہے رکی چین، جاپان، ہند، امریکہ تیرا گذار باج ہے رکی روح کی بالیدگی کا طرہ ہے انسانیت کی معراج ہے رکی ارتکاز توجہ کا شملہ پیار کا احتزاز ہے رکی اس کے مرہون ملک و جن و بشر مہتر و خضر خواج ہے رکی تیرے ہوتے ہوئے بھی لوگ مریں یہ میرا احتجاج ہے رکی چھوڑیے کیسا بے بسی کا غم آپ کی احتیاج ہے رکی دھڑکنیں اعتدال پر لوئیں دل کا گم اختلاج ہے رکی عامل کی اگلیوں کی پوروں سے فورانیت کا اخراج ہے رکی ان کا منبع ہیں لوح دکرسی و عرش سینے ہاتھ کی واج ہے رکی وقت رخصت عمر خدا نے کہا زندگی تیرا واج ہے رکی

رکی اینڈ سپر چوک ہتل

پیر محمد عمر حیات المعروف عمر شاہ

کوٹ لکھپت لاہور

0300-4912679

ریکی 6=

جناب حاجی سرفراز احمد ماهر علم الامداد، ریکی اینڈ سپر جوبل ہیلر ٹاؤن شپ لاہور۔

سے تحریر فرماتے ہیں

علم الامداد کی روشنی میں عدد 6 چھ کو سحت و تندرستی 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 کم ہی بیمار ہوتے ہیں۔ مثال = $k + m + r + n = 6$ چھ حرف = $2 + 3 + 1 + 2 + 5 = 6$ عدد چھ۔ یا کسی کی تاریخ پیدائش 2 فروری 1991ء ہو تو وہ بھی اسی زمرے میں آئے گا۔ اسی طرح رکی کے عدد بھی $(r + m + k + y) = (1 + 2 + 4 + 6) = 13$ 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۔

رکی ایک جاپانی طریقہ علاج ہے اگر ہم اسے اپنائیں تو ہم اپنا اور اپنے پاس موجود لوگوں کا اور کوسوں میل ڈور لوگوں کا علاج بہترین انداز سے کر سکتے ہیں۔ اور اس کے فوائد سے رات ہو یا دن، بارش ہو یا آندھی، یا موسم کیسا ہی کیوں نہ ہو دوسروں کو مستفید کر سکتے ہیں۔

جناب غلام سرور شہاب صاحب کی یہ تعریف ”رکی ہیلتھ کورس“ جو آپ کے ہاتھوں کی زینت ہے۔ آپ کی لاجواب اور بے مثال تصنیف ہے۔ جوں جوں آپ کتاب کا مطالعہ کرتے چلے جائیں گے آپ کی رُوح اور جسم میں ہلکین آتا چلا جائے گا۔

غلام سرور شہاب صاحب نے جو پٹی لکھا میں ایک ادارہ انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف ہیراناٹل سائنسز کی بنیاد جنوری 2006ء میں رکھی۔ جہاں ہیراناٹل علوم کی باقاعدہ عملی تربیت کی کلاسز جاری رہتی ہیں۔ جہاں آپ انتہائی نگن اور دیانت داری سے مخلوق خدا کی خدمت کر رہے ہیں اور میں یہ سمجھتا ہوں کہ آپ جناب کی تمام تصانیف خواہ وہ رکی پر ہوں یا دیگر موضوعات پر موجود اور آئندہ آنے والی نسلوں کے لیے قیمتی اثاثہ ثابت ہوں گی۔

غلام سرور شہاب ایک تحریک، ایک ولولے اور جنون کا نام ہے۔ موصوف خود بھی عدد 6 چھ کے مالک ہیں اور یہ بھی سوئے نے پہراگے والی بات ہے کہ آپ کا معالجہ اور استاد عدد 6 چھ کا حال

ہے۔ موصوف جوش و جذبہ خدمت خلق رکھتے ہیں۔ جناب غلام سرور شہاب صاحب کے بارغ میں ہر طرف پھول ہی پھول کھلتے ہیں اور وہاں پھولوں کو ہانٹنے پر مامور ہیں۔ آپ نے کتابی صورتوں میں دنیا کو وہ کچھ دے دیا ہے جو کوئی دوسرا نہ دے سکا۔ اور مورخ جب بھی اس پر قلم اٹھائے گا تو موصوف کا نام ہی ام گرامی شہری حرف میں ضرور لکھے گا۔ میری ولی 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 صبح 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

رکی اینڈ سپر جوبل ہیلر

حاجی سرفراز احمد

370/15-B1 ٹاؤن شپ لاہور

ریکی کے ذریعے شفا یابی

معروف دانشور جناب محمد شجاع الدین کوئٹہ سے تحریر فرماتے ہیں

جاپانی طریقہ علاج - ریکی کے بارے میں چند رسائل میں نامکمل اور ادھر سے مضامین پڑھنے کا موقع ملا تھا۔ مگر اس علم کے بارے میں تحقیقی باقی رہی۔ محترم علامہ حکیم غلام سرور شباب صاحب کے ہاں حاضری کے موقع پر ان کی تحریر کروہ تعریف ”ریکی ہیلتھ کورس“ کا مسودہ پڑھنے کا اعزاز حاصل ہوا اور ریکی کو کئی طور پر جاننے کا بہترین موقع ملا، یعنی مطالعے کے حوالے سے بھی اور عملی تربیت کے حوالے سے بھی۔ روحانی کا بہترین ملاحظہ صاحب نے جس کمال کے ساتھ اس کو اردو زبان میں تمہین 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 خوبصورت تحفہ ہے۔ اس کتاب میں طلباء و طالبات کو مکمل راہنمائی دی گئی ہے اور ریکی کو اس کی تمام تر باتھیوں اور نجاتوں کے ساتھ خوبصورت الفاظ کے ساتھ سجا کر پشت از باہم کیا گیا ہے۔ مجھے یقین کامل ہے کہ علامہ موصوف کی دیگر تصانیف جس طرح عالمی علوم و فنون کی راہنمائی اور مددگری ہیں، اسی طرح یہ تصنیف بھی عوام الناس اور ریکی ہیلتھ کے لیے عمل رہبر ثابت ہوگی۔

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف جیواناٹل سائنسز کو یہ نوکھا اعزاز حاصل ہے کہ وطن عزیز میں ماورائی علوم کی ترویج و ترقی کے لیے علامہ شباب صاحب کی زیر سرپرستی ان علوم کے حصول کے لیے سرگرداں طلباء و طالبات کو ایک گھنا سا یہ فرام کر رہا ہے۔ بڑے بڑے شہروں کے شور وغل، افراتفری اور نقصانسی کے ماحول سے دُور جو ملی لکھا کے پُرسکون اور سرسبز ماحول میں ایک انتہائی شفیق اور مہمان نواز محترم شخصیت استاد کے رُوپ میں اگر ریکی کے کورس کے مراحل طے کرائے تو یہ ایک نعمت عظیم نہیں تو پھر اور کیا ہے۔ مجھے ذاتی طور پر ریکی کی عملی تربیت حاصل کرنے کا موقع اللہ کریم نے عطا فرمایا ہے۔ میری از حد خوش بختی ہے کہ مجھے یہ اعزاز حاصل ہوا کہ میں نے ن

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

ریکی پر اردو زبان میں یہ پہلی اور مکمل کتاب انشاء اللہ ہزاروں افراد کے مطالعے میں آنے گی، اور بلاسائلف ہزاروں افراد اس طریقہ علاج سے شفا یاب ہو کر ریکی گریڈ ماسٹر علامہ حکیم غلام سرور شباب صاحب کے مضمون رہیں گے۔ میں اللہ کریم کے حضور دُعا گو ہوں کہ وہ علامہ موصوف کے علم اور عمر میں اضافہ و برکت عطا فرمائے، تاکہ ان کے کارنامے عوام الناس اور شائقین علم و فن کے سامنے آتے رہیں اور ایک زمانہ ان کے فیض سے مستفیض ہوتا رہے۔ آمین

احقر العباد

ریکی ہیلتھ

محمد شجاع الدین

267۔ پبلس ہاؤس، کوئٹہ۔ بلوچستان

رہی تعارف

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

رہی صرف ایک طریقہ کار، اسلوب یا کارروائی نہیں ہے بلکہ رہی تو موجود ہے۔ عقل و دانش کے لحاظ سے رہی پڑھائی نہیں جاسکتی۔ رہی سکھانے والا مبتدی کو مختصر وقت پر مجلس کے دوران انری سے طاقتور بناتا ہے۔ اس سے جسم کے مخصوص مراکز (پنکراز) کھل جاتے ہیں اس طرح انری کو آسانی سے اور مخصوص طریقے سے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ رہی کا بہاؤ جب ہاتھوں میں محسوس ہوتا ہے تو اس کا احساس عموماً تپش کی صورت میں ہوتا ہے۔ اس طرح جیسے کہ قطر تھراپٹ 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 انری 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 شفا بخشی کے لئے بنائی جاتی ہے۔

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

تک مفید ہے۔ رہی سے صرف اچھائی کا کام لیا جاسکتا ہے۔ رہی کپڑوں کی تمام تہوں کے اندر سے بھی کام کرے گی۔ اس لئے رہی لینے کے لئے سراج کرانے کے لئے کپڑے اتارنے کی قطعی ضرورت نہیں ہے۔

رہی لکڑی، دھات حتیٰ کہ ربوے بھی گزر جائے گی۔ تیسرے درجے کی تربیت کے ساتھ معالج کو مریض کو چھونے کی ضرورت بھی نہیں رہتی۔ کیونکہ یہ انری فاصلے پر کسی بھی جگہ بھی جاسکتی ہے۔ شفا یابی کے لئے مریض کے حالات بعض اوقات طویل علاج کا تقاضا کرتے ہیں۔ کیونکہ مرض کی علامات طویل عرصے سے موجود ہوتی ہیں۔ اس لئے جسم کو دوبارہ متوازن حالت میں لانے کے لئے کافی زیادہ رہی کی ضرورت ہوتی ہے۔

رہی کے ذریعے پیدائشی نقائص کو دور نہیں کیا جاسکتا۔ نہ ہی اس سے کوئی نیا عضو بنایا جاسکتا ہے۔ (جو سرجری کے ذریعے کاٹ دیا گیا ہو) لیکن رہی کے ذریعے ان حالات سے پیدا شدہ نتائج کی علامات سے سکون حاصل کیا جاسکتا ہے۔ رہی 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۔

رہی کے فوائد لامحدود ہیں۔ یہ تمام درجوں میں شفا یابی کے لئے معاون ہے یعنی جسمانی، ذہنی، جذباتی اور روحانی تمام قسم کے درجات میں معاون ہے۔ عیسائی اور جذباتی رکاوٹوں اور ہذا کو ختم کر کے مکمل سکون کی حالت پیدا کرتی ہے۔ یہ جسم کو ہلکا چھلکا کر دیتی ہے اور اس سے انسان کو بری عادت سے بھی نجات مل جاتی ہے۔

رہی کی مدد سے ہماری تخلیقی 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 اسن ویگانگت سے رہنے کے لئے بھی رہی معاون ہے کیونکہ اس سے ہم اپنے غصے اور خدشات و خوف پر قابو پانے کے قابل ہو جاتے ہیں۔ اس کے علاوہ یہ (جذباتی عدم

استقامت، بے خوابی، مہوٹا پناہ، سستی و گاجلی، تھکاوٹ کے خاتمے کے لئے معاون ہے اور خود اعتمادی میں اضافہ کرتی ہے۔

ریکی اینڈ پریچرل یا درزرگرینڈ ماسٹر

حکیم غلام سرور شباب

ڈائریکٹر

انٹرنیشنل انسٹیٹیوٹ آف ہیلتھ رائل سائنسز۔ جوہلی 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 حتیٰ کہ اگر آپ اپنے لئے یاد دوسروں کے لئے ریکی استعمال مذہبی کریں تو ریکی کی یہ حاصل شدہ طاقت نہ تو ختم ہوتی ہے اور نہ ہی کہیں 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 ارکان توجہ کی ضرورت نہیں ہوتی کیونکہ یہ ذہنی تسلط (Mind Control) نہیں ہے۔ آپ کا تعلق کائناتی توانائی سے قائم کیا جاتا ہے۔ جو آپ کے ذہن کو وضاحت بخشتا ہے۔

طالع کے دوران ریکی خود بخود انرجی 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 جلا بخشتی ہے۔

ریکی کی تاریخ History of Reiki

ڈاکٹر میکاؤ یوسوئی (Dr. Mikao Usui) اس شفائی تکنیک کے دریافت کنندہ ہیں۔ جسے انہوں نے ریکی کا نام دیا۔ حضرت عیسیٰ علیہ السلام المعروف یسوع مسیح کے معجزات کے پس منظر اور روحانی چیخا مہاتما گوتھم بدھا جی کے بھی پیش نظر پُراسراریت کی تلاش میں ڈاکٹر میکاؤ 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 کوئیو (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 غصہ نہ کریں۔

3- صرف آج کے دن کے لئے اظہارِ 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 پیار محبت اور عزت سے پیش آئیں۔

انہوں نے یہ بھی کہا کہ جو شخص ریکی کو اچھا نہیں سمجھتا اُسے 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 جائرو ہایاشی (Dr. Chujiro Hayashi)، نیوی کے ریڈر

(Reserve) آفیسر تھے۔ ڈاکٹر یوسوئی کی وفات کے بعد ڈاکٹر ہایاشی ریکی کے گریڈ ماسٹریں

گئے۔ انہوں نے نو کیوشو میں اپنے کلینک سے تعلیم اور شفا کی روایت جاری رکھی۔

لیکن ہوا یا آواز کا تانامی ایک خاتون نے ریکی کے ذریعے خود ہی مختلف بیماریوں سے

شفا حاصل کی۔ وہ ریکی کو پوری 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 کانٹائی اور ”کی“ کا مطلب طاقت ہے۔ لہذا ریکی کا مطلب کانٹائی قوت

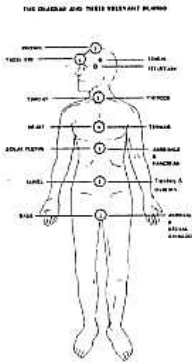
حیات ہوا۔ فطرت میں موجود شفا کی طاقت کو ریکی کا نام دیا گیا ہے۔ اس طاقت تک ہم سب کی پہنچ

ہے۔ جب ہم کسی چیز سے حادثاتی طور پر کرنا جانیں۔ 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 دانائی ہے۔ دراصل 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 ہی 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۔

انرجی کے اس بہاؤ کو پراسرار نہیں سمجھنا چاہیے۔ یا 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 اینیمنٹ سے اس جینٹل کے لئے ہمیں صلاحیت نہیں ملتی بلکہ اس صلاحیت میں اضافہ ہوتا ہے۔

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



تمام پیکراز ایک دوسرے سے مربوط ہیں۔ استقامت پر یہ 16 انچ کے دائرے کی شکل میں نکلتے ہیں۔ یہ دائرہ ہمارے جسم سے باہر ادرام میں واقع ہے۔ سات بڑے پیکراز میں سے 5 ہمارے جسم کے پچھلے حصہ میں واقع ہیں۔ یعنی سامنے کا پیکرا، پیچھے کا پیکرا، دو غیر معمولی پیکراز میں کراؤن پیکرا اور روت (Root) کنڈرائی پیکرا شامل ہیں۔ دو چھوٹے پیکراز پھٹیلیوں اور پاؤں میں ہیں۔

جب ہم رکی کا بہاؤ ممکن بناتے ہیں تو اس کا راستہ اس طرح ہوتا ہے۔ فطرت سے یہ طاقت ہمارے کراؤن پیکرا میں داخل ہوتی ہے۔ پھر یہ مرکزی چینل میں پیچھے آتی ہے۔ ول کے پیکرا تک، وہاں سے یہ بازوؤں اور ہاتھوں تک پہنچتی ہے اور پھر ہمارے ہاتھوں سے شفا کیے۔ مطلوبہ جگہ (متاثرہ مقام) تک پہنچتی ہے۔ اس انرجی کو استعمال کرنے کے لئے ہمیں صرف نام کے متاثرہ حصے پر ہاتھ رکھنا ہوتا ہے۔ لیکن اس سے قبل کسی ماہر رکی ماسٹر سے انیون ہونا ضروری ہے۔

رکی کے بارے میں حقائق

تمام امراض انرجی کے عدم توازن کی وجہ سے پیدا ہوتی ہیں۔ رکی جسم کے نظام میں مطابقت پیدا کرتی ہے۔ اس سے شفا کا یہی طریقہ ہے۔ کسی مخصوص مرض سے شفا کے لئے رکی کا الگ کوئی خاص طریقہ نہیں ہے۔ شفا کی عمل پیچیدہ ہے۔ ہم یہ نہیں جان سکتے کہ ہمارے جسم میں کون کون سے کیسائی 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 رکی اپنی ذہانت ہے۔ اسے یہ علم ہے کہ جسم کے کس حصہ کو کتنی دیر کے لئے کس قدر انرجی کی ضرورت ہے۔ اسے یہ علم ہے کہ شفا کی عمل کی طرح وقوع پذیر ہوگا۔ یہ انرجی روحانی ہے اس لئے یہ عقل و ذہن سے بالاتر ہے۔ جب ہم جسم کے کسی حصے پر رکی 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 فوراً روک بھی سکتے۔ اس طرح ہم اپنے ذہن کے ذریعے متاثرہ حصے تک مخصوص انرجی براہ راست پہنچتے تاکہ شفا حاصل ہو سکے۔ لیکن رکی 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 رکی دینے کے دوران بات کر سکتے ہیں۔ TV دیکھ سکتے ہیں، اور کوئی کام کر سکتے ہیں۔ حتیٰ کہ ہم ایک ہاتھ سے رکی دے سکتے ہیں اور دوسرے ہاتھ سے اپنا کوئی اور کام کر سکتے ہیں۔ ہم رکی کسی بھی وقت کسی بھی جگہ دے سکتے ہیں۔ ہم رکی دیتے وقت سفر کی حالت میں ہو سکتے ہیں، یا دفتر میں ہو سکتے ہیں یا کسی جگہ پر بیٹھے ہو سکتے ہیں۔

رکی ایک نظر نہ آنے والی انرجی ہے۔ بیرونی طور پر ایسا کوئی ذریعہ نہیں ہے کہ جس کے ذریعے اس انرجی کا بہاؤ چیک 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 ہم ہاتھ میں کچھ بھی محسوس نہ کریں اور انرجی کا بہاؤ جاری ہو۔ جب ہم تکلیف سے متاثرہ 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 یہی 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 نظر عروج پر پہنچ جاتی ہے۔ کچھ وقت کے لئے اس کا عروج رہتا 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 اس امر کی طرف اشارہ ہوتا ہے کہ انرجی کا بہاؤ اب رک گیا ہے۔ بہتر طریقہ یہ ہے کہ ہم جسم کے مخصوص متاثرہ حصے پر اس وقت تک ہاتھ رکھیں جب تک ہمیں تپش یا انرجی کا بہاؤ محسوس ہوتا رہے۔ لیکن اگر ہم اپنے یا کسی اور شخص کے پورے جسم کو رکی دے رہے ہیں تو زیادہ بہتر 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 30 منٹ لگنا۔ 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 چاہئے، یہ اپنے جسم کو خوداک 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 خوداک 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 چاہئے۔

اگر ہم بہت زیادہ مصروف بھی ہوں تو ہمیں اپنے آپ کو ریکی دینا چاہئے، جی کہ جب ہم رات کو بستر پر لیٹے ہوں اور سونے کے لئے تیار ہوں۔ جسم کے چارے پانچ مراکز ہی کو ریکی دے دیں تو یہ کافی ہے۔ یہ اس شخص سے بہتر ہے کہ جو اپنے آپ کو ریکی بالکل نہیں دیتا۔ اگر اس سے اطمینان نہ ہو تو چھٹی کے دن اس کام کے لئے کچھ وقت مختص کرنا چاہئے۔ 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 اٹھالینے 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 بہاؤ پیکرنا سے ہماری ہتھیلیوں میں ہوتا ہے۔ صرف متاثرہ حصے پر ہتھیلی رکھنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ مختصہ میں طریقے سے ہاتھ رکھنے کے لئے پریشان ہونے کی ضرورت نہیں ہے۔ اگر چہ ریکی سیکھتے ہوئے ہاتھوں کی خاص حالت کی مشق کی جاتی ہے۔ یعنی کپ کی

طرح ہاتھ رکھنا۔ ہاتھ سے کپ بنانے سے مراد یہ ہے کہ ہاتھ کی انگلیاں ملا کر تقریباً تیف کی طرح شکل بنانا تیف کی طرح یہ شکل انگلیوں اور ہتھیلی 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 بخوبی سمجھنے میں مدد ملتی ہے۔

ہم اس کا تجربہ کر سکتے ہیں۔ اگر ہم اپنا ایک ہاتھ کھلا رکھیں یعنی ایک ہاتھ کی انگلیاں کھلی رکھیں، دوسرے ہاتھ کی انگلیاں بند رکھیں، تو ہم بند انگلیوں والے ہاتھ میں زیادہ محسوس کریں گے۔ اس امر کی کا بہاؤ 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 طویل عرصے کے لئے ریکی استعمال نہ کریں تو ریکی کے بہاؤ کے ساتھ ہمارے راپٹلی کی صلاحیت ختم نہیں ہوتی۔ جی کہ اگر دو سال کے لئے بھی ریکی استعمال نہ کریں تو پھر بھی ریکی سے ہماری ایٹونمنٹ (Attunement) برقرار رہتی ہے۔ جب ہم ریکی کا استعمال دوبارہ شروع کرتے ہیں تو چند ہی سیشن کے بعد ہمارے ہاتھوں میں امرتی کا بہاؤ بالکل پہلے کی طرح معلوم ہوگا۔ ایک دفعہ جب کسی شخص کو ریکی کے لئے ایٹون (Attune) کیا جاتا ہے تو یہ عمل پوری زندگی کے لئے ہوتا ہے۔ لہذا پھر اس عمل کی دوبارہ ضرورت نہیں ہوتی ہے۔ ایٹونمنٹ 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 پوائنٹ (مرکز) کہا جاتا ہے۔ اگر سردی کمزور یا دوا داشت، بے خوابی اور دوا وغیرہ 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 6 پوائنٹس پر ریکی دینے کے لئے مناسب وقت دستیاب نہیں ہے، پھر ہم اس صورت میں صرف سر کے اوپر والے حصے کو ریکی دے 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 ہوتا ان پوائنٹس پر ریکی ضرور دینی چاہیے۔ یہ چار پوائنٹس دل چکرا، سولر پلکس Solar Plexus، ہارہار اور گردے ہیں۔ کسی بھی قسم کے بخار کے لئے ہم غٹھوں کو ریکی دیتے ہیں۔ غٹھ کا اظہار ختم کرنے کے لئے کمر پر کندھوں کے نیچے ریکی دی جاتی ہے۔

ریکی کے حوالے سے دوسرے اہم امور

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

1- کیا میرا مکمل علاج ہو جائے گا؟

2- میرے علاج پر کتنا خرچہ لگے گا؟

یہ دونوں سوال اس قسم کے ہیں کہ کوئی بھی ریکی ہیلتھ Reiki Healer اس کا جواب نہیں دے سکتا۔ ہم تو صرف انرجی کے (راستے) ذرائع 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 ہیلتھ Healing دی جا رہی ہے اور دونوں بیک وقت ایک ہی طرح کی شدت محسوس کرتے ہیں، اس صورت میں بھی ایک شخص 20 دنوں میں شفا یاب ہو سکتا ہے۔ دوسرے شخص کو اسے ہی عرصہ میں صرف 10٪ اتنا تہ ہو۔ شفا یابی کا عمل انفرادی ہے۔ کیونکہ یہ تو انرجی نے طے کرنا ہے کہ شفا کا طریقہ کیا ہوگا۔ تاہم بعض عناصر شفا یابی پر اثر انداز ہو سکتے ہیں۔ جیسا کہ شفا یابی کے لئے متعلقہ مرلیٹس کی رضامندی یا وہ حالات و واقعات جن میں کسی شخص نے ریکی سیکھی ہو۔

ہم ریکی کے ذریعے علاج کرنے والے خود ہیلتھ Healer نہیں ہوتے بلکہ شفا کی انرجی کا ایک چینل (راست) 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 ہمیں مزید لوگوں کا علاج کرنے کے لئے خود کو چارج کرنا پڑے گا۔

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

ہم حتیٰ کہ ان بڑھ لوگ بھی ریکی سیکھ کر استعمال کر سکتے ہیں۔ یہ ایک عملی طریقہ کار ہے اور اس کے لئے مطالعہ یا کسی خاص علم کی ضرورت نہیں ہے۔ تمام عمر کے لوگ ریکی سیکھ سکتے ہیں۔

ہم ریکی مذہب نہیں ہے۔ اس کے لئے کوئی خاص رسومات ادا کرنے، یا مخصوص معیارات اپنانے کی ضرورت نہیں ہے۔ ریکی عالمگیر ہے۔ اسی طرح عالمگیر ہے جیسا کہ آسٹین کہ جس میں ہم سانس لیتے ہیں۔

ہم ریکی کے کوئی نقصان دہ اثرات نہیں ہیں چونکہ اسے شعور سے راہنمائی ملتی ہے، یہ کبھی کوئی نقصان کی وجہ نہیں بن سکتی۔ جب جسم کے کسی مخصوص حصہ کو ریکی کی مناسب مقدار دے دی جائے تو ریکی کا بہاؤ ترک جاتا ہے۔ ہم اس حصے میں انرجی کے مزید بہاؤ کو ممکن نہیں بنا سکتے۔ حتیٰ کہ اگر ہم ریکی دیتے ہوئے نیند محسوس کرنے لگیں تو بھی ریکی کا ضرورت سے زیادہ بہاؤ نہیں ہوگا یہ نقصان دہ نہیں ہو سکتی۔ اس دوران اگر مرلیٹس کو نیند آجائے تو بھی مرلیٹس کا جسم ریکی وصول کرتا رہے گا۔ کئی ماؤں کے مشاہدے میں یہ بات آئی ہے کہ اکثر شیرخوار اور چھوٹے بچوں کو صرف اسی وقت ریکی دی جا سکتی ہے۔ جب وہ سو رہے ہوں۔ کیونکہ جب بچے جاگ رہے ہوتے ہیں تو وہ دکھانے سے ایک جگہ بیٹھتے نہیں ہیں۔

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

بحران سمجھنا چاہئے۔ یہ ایک اچھی علامت ہوتی ہے۔ اس کا مطلب یہ ہوتا ہے کہ شفا یابی کا عمل تیزی سے وقوع پذیر ہو رہا ہے اور اس حصے کے عضلات 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 چاہئے۔ اگر مریض کے جسم کے متاثرہ حصے پر ہاتھ لگانے سے اسے تکلیف محسوس ہو، یا متاثرہ جگہ پر ہاتھ رکھنے سے تکلیف میں اضافہ ہو جائے تو متاثرہ حصے سے 3 یا 4 انچ دور ہاتھ رکھ کر جسم کو ہاتھ لگانے بغیر رکی دی جانی چاہئے۔ درد میں اضافے کی صورت میں اس شخص کو وضاحت کرنا ضروری ہے۔ درد وہ یہ سمجھ سکتا ہے کہ ہم نے کچھ غلط کیا ہے۔

ایڈیٹمنٹ (Attunement) وہ طریقہ کار ہے جس کے ذریعے چکر ازکی صلاحیت میں اضافہ کر دیا جاتا ہے تاکہ انرجی کا بہاؤ ممکن ہو سکے۔ اسے بالعموم ”چکر اکھولنا“ کہا جاتا ہے۔ لیکن یہ امر قابل توجہ ہے کہ چکر از کو کبھی نہ تو بند کیا جاتا ہے اور نہ کھولا جاتا ہے۔ یہ تو صرف متعلقہ اصطلاحات ہیں۔ ”کھولنا“ سے مراد یہ ہے کہ چکر کی انجکشن 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 چکر انرجی کے ناقافی بہاؤ کی وجہ بن رہا ہے

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

پھر بالعموم یہ تجویز دی جاتی ہے کہ جب کبھی ہم کسی کو رکی دیں تو انرجی کا باہمی تبادلہ کرنا چاہئے۔ یعنی رکی دینے کے لئے فیص ضرور لینی چاہئے۔ لیکن ہم اپنے خاندان کے افراد، رشتہ داروں، جنی کہ دوستوں سے تو سچے نہیں لیتے۔ اسی طرح ہمیں انجینی لوگوں کے لئے بھی

جذبات کی پیش کش کرنی چاہئے۔ ایسی صورت میں اگر ہم حقیقی جذبہ ہمدردی کے تحت کسی کو رکی دیں تو رقم لینے کی ضرورت نہیں ہے۔ لیکن اگر پیسے بھی نہیں اور کوئی جذبات بھی محسوس نہ کریں تو شفا یابی کا عمل سست ہوگا۔ اس طرح انرجی کا عدم توازن ہوگا۔ یعنی ہم کچھ دے تو رہے ہیں لیکن کچھ لے نہیں رہے۔ اس لئے دوسرا شخص ہمارا متروک ہو جائے گا۔ اس شخص کو مستقبل میں کسی اور شکل میں کچھ نہ کچھ تو دینا پڑے گا۔

جسم کا مکمل جائزہ

سائنس کی تعلیم میں انسانی جسم کی ساخت کے بارے میں پڑھایا جاتا ہے کہ جسم کی بیانی مادوں اور عضلات 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، ترقیبات اور احساسات وغیرہ سے مربوط ہے۔

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

- 1- ہوا
- 2- استحکام
- 3- قوت ارادی (خود اعتمادی، عزت نفس)
- 4- تعلقات (محبت)
- 5- خیالات اور جذبات کا اظہار
- 6- فہم و ادراک (خیالات، 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۔ یہ چیزیں ہمارے جسم میں انرجی پیدا کرتی ہیں اور یہ انرجی 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 انرجی کو استعمال کرتے ہیں۔ حتیٰ کہ خیالات کے لئے بھی انرجی کی ضرورت ہوتی ہے۔ درحقیقت خیالات خود ہی توانائی ہیں۔ اگر کوئی شخص کوئی کام نہ کر رہا ہو اور خاموشی سے بیٹھا ہو تو اس وقت بھی مسلسل ذہنی سرگرمی جاری رہتی ہے اور آدمی انرجی خرچ کر رہا ہوتا ہے۔ یہ انرجی جذباتی انرجی 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 انرجی ہماری روزمرہ زندگی سے وصول ہوتی ہے۔ ہماری زندگی کا ہر واقعہ ہمیں جذباتی طور پر متاثر کرتا ہے ہر ایک واقعے میں انرجی کا باہمی تبادلہ ہوتا ہے۔ یہ صحت مندانہ تبادلہ ہے جسے جسم کو ضرورت ہوتی ہے۔ چکرا میں رکاوٹ کا مطلب کچھ نہیں ہوتا لیکن بعض وجوہات کی بنا پر اس چکرا میں انرجی کا صحت مندانہ تبادلہ نہیں ہوتا۔ ہمارے جسم کے چکراز ہمارے جسم کے سات اینڈوکرین گھینڈز (Endocrine Glands) کو مربوط کرتے ہیں۔ چکرا میں آنے والی انرجی ان گھینڈز (Glands) کی کارکردگی میں اضافہ کر دیتی ہے۔ یہ گھینڈ ہارمونز (Hormones) پیدا کرتے ہیں۔ جو ایک خفیہ کوڈ کے پیغام کے طور پر کام کرتے ہیں۔ اس طرح اعضاء 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 چکراز کو متوازن انرجی عطا کرنا ہے۔ اس کے بدلے میں یہ انرجی پورے جسم کے تمام نظاموں کی بہتر کارکردگی یقینی

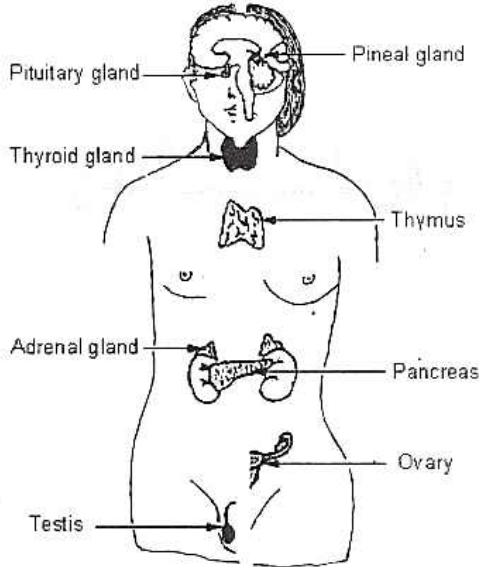
بنائے گی۔

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 میکانیت (Mechanism) کا اظہار اس طرح کیا جا سکتا ہے۔
زندگی کے معاملات۔۔۔ چکراز۔۔۔ اینڈوکرین گھینڈز۔۔۔ مادی جسم۔

Major Endocrine Glands

Male Female



تجرباٹ سے ہمیں متحج حاصل ہونے میں اور ہمارے باطن (زون) کو موطنی ہے۔ اپنے متعلقہ معالے کے مطابق، جذباتی انرجی کا حامل ہے متعلقہ چکرا میں داخل ہوجاتا ہے۔ مثلاً تعلقات سے متعلق کوئی بھی واقعہ دل کے چکرا پر اثر انداز ہوگا۔ یہ انرجی تھائمس گینڈ (Thymus Gland) پر اثر انداز ہوگی۔ اس کے نتیجے میں اس سے متعلقہ تمام اعضاء پر بھی اثر ہوگا۔

اس انرجی کا اچھے یا بُرے ہونے کا انحصار اس امر پر ہے کہ ہم کسی واقعہ پر ردعمل کا اظہار کیسے کرتے ہیں۔ اگر تعلقات کے حوالے سے کوئی واقعہ ہمیں مسرت دیتا ہے۔ تو اس کا اثر صحت مند اور ہوجوگیکن اگر واقعہ مایوسی پھیلانے والا ہو تو دل چکرا کے ذریعے اس واقعے سے پیدا ہونے والی انرجی اس چکرا پر بُرا اثر ڈالے گی۔ اگر یہ متحج زیادہ عرصہ تک جاری رہے تو اس چکرا کو بلاک (Block) کر دے گا۔

کوئی بھی واقعہ افراد کو مختلف طریقے سے متاثر کرتا ہے، کوئی واقعہ ایک دفعہ دیکھ لینے کے بعد آپ ہو سکتا ہے اسے قبول نہ کریں۔ لیکن ہو سکتا ہے میں قبول کر لوں۔ حتیٰ کہ ہو سکتا ہے میں اس واقعے سے مسرت و اطمینان حاصل کروں۔ جب کہ ہو سکتا ہے آپ اس واقعہ سے ناراض ہوجائیں یا غصے میں آجائیں۔ کسی واقعہ کے متعلق ہمارے ردعمل کا دار و مدار ہماری اندرون اور حالات پر ہوتا ہے۔ جسمی اعضاء واقعات کی حقیقت کا اظہار کرتے ہیں۔ وہ اثر انداز نہیں ہوتے یا کسی ردعمل کی وجہ نہیں بنتے۔ جسمی اعضاء سے معلومات دماغ کے اس حصہ تک جاتی ہیں۔ جہاں ہم اپنے فہم کے مطابق واقعات کی توضیح کرتے ہیں۔ پھر ہمارے جسم میں ردعمل پیدا ہوتا ہے۔ کسی متحج کے لئے ہم شعوری طور پر کسی ردعمل کا اظہار کوئی عرصہ تک نہ بھی کریں لیکن ہمارا لاشعور تو اس سے آگاہ ہوتا ہے اور لاشعور جسم میں ردعمل پیدا کرتا ہے۔ ہو سکتا ہے کہ ہم ایک جگہ بیٹھے رہیں لیکن تھک جائیں لیکن یہ پتہ نہ چلے کہ کیوں تھک گئے ہیں۔ موجودہ صورت حال میں جو کچھ بھی وقوع پزیر ہوتا ہے، وہ جسم کو بیخود سمجھنے کے لئے لاشعور کی وجہ بنتا ہے، اس طرح کے ردعمل جسم میں ہمیشہ پیدا

ہوتے رہتے ہیں۔

جب کافی عرصہ سے کوئی متوقع خواہش پوری نہ جائے تو ہم بہت خوش ہوتے ہیں۔ ہمارا جسم پاک اور توانا ہوجاتا ہے۔ لیکن اگر یہی توقعات پوری نہ ہوں تو ہم مایوسی کا شکار ہوجاتے ہیں۔ تمام یہ دینی سمیجات کے ہمارے جسم پر اثر انداز ہونے کی یہ سادہ سی مثل ہے۔

بیماریوں کی میکانیت

شفا یابی کا کوئی بھی عمل شروع کرنے سے قبل ہمیں بیماریوں کی میکانیت کے بارے میں جاننا چاہئے۔ یہ اس طرح کام کرتی ہیں زندگی کے کسی بھی مسئلے سے متعلق اگر ہم مشکل کا پتہ نہ ہوں تو ہم دن کا اکثر حصہ زندگی کے اس رخ پر سوچتے رہیں گے۔ اس مسئلے کے بارے میں مسلسل سوچتے ہیں۔ ہمارے باطن چکرا میں داخل ہونے والی انرجی کی مقدار پر اس کا اثر ہوگا۔ حتیٰ کہ اگر ہم مسرت و رف رہنے کی کوشش کریں یا اس کے بارے میں نہ سوچیں تو بھی ہم اسے اپنے لاشعور سے منانے کے قابل نہیں ہو سکتے۔ اور ردعمل بالکل اسی طرح کا ہوگا۔

نتیجتاً کچھ عرصہ کے بعد باطن چکرا کو ملنے والی انرجی ناکافی ہوگی۔ اس سے مادی جسم متاثر ہوگا۔ جس سے کئی مسائل پیدا ہوں گے۔ مثلاً سینہ، پیچھڑا، دل یا کندھوں کے امراض وغیرہ یہ جسمی امراض کی میکانیت۔

رکی کے ذریعے شفا یابی

رکی کے ذریعے شفا یابی کے حصول کے لئے (بارت چکرا سے متعلق) ہمیں باطن چکرا 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 رویے سے متعلق کوئی معاملہ ہو تو بھی رکی اسے دور کرنے کی کوشش کرے گی۔ ہر مرض کی وجہ سے "اورا" کی انرجی میں رکاوٹ آجاتی ہے۔ جب رکی کے ذریعے شفا دی جاتی ہے تو یہ نہ صرف مادی جسم کے اندر چلی جاتی ہے بلکہ یہ چکرا کو بحال دیتی ہے۔ آہستہ آہستہ روز بروز یہ رکاوٹ شدت اختیار کرتی جاتی ہے۔ کیونکہ لاشعور اس دباؤ کو

جاننا ہے۔ اس سے پیکر اڑکی عمومی کارکردگی کے حوالے سے انرجی کا عدم توازن پیدا ہو جاتا ہے۔ جب انرجی کی یہ رکاوٹ بہت شدت اختیار کر جاتی ہے تو یہ متعلقہ غدودوں پر اثر انداز ہوتی ہے۔ اس کے نتیجے میں اعضاء اور غدودوں کی عمومی کارکردگی میں رکاوٹ پیدا ہو جاتی ہے۔ اس طرح یہ اعضاء 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 دارودار اس شخص کے (ہڈیاتی) روجھل کی شدت پر ہوتا ہے۔ اپنے 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 کرنا تھا۔ اسے روزانہ ایک گھنٹہ ورزش کرنے کے لئے کہا گیا۔ اس طرح پورے دن اس کی بے چینی کم رہتی۔ اگر وہ کسی دن ورزش نہ کر سکتا تو کمر کی تکلیف پیش آتی۔

وجہ: ڈیز ہسٹال پینلے اس کی داوی کی وفات۔

وضاحت: وہ اپنی داوی سے بہت زیادہ مانوس تھا۔ جب ایک صبح ایک نوکر نے اسے جگاتے ہی یہ بُری خیر 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 بارٹ پیکر متاثر ہو گیا۔ اس صدمے نے اسے ایک قسم کے فالج میں مبتلا کر دیا۔ جو وقت کے ساتھ ساتھ اس کی کمر کے اوپر والے حصے تک پھیل گیا۔ یعنی کمر کا وہ حصہ جو بارٹ پیکر کے پچھلی جانب ہے۔

مثال نمبر 2

ایک 58 سالہ خاتون کے ہاتھوں، کہنیوں، 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 بڑھ 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 فارغ تھی۔ اس کے پاس کرنے کے لئے کوئی کام نہ تھا۔ ان تمام عناصر یعنی بڑھاپا اور فراغت اس کی اپنی موت کے خوف سے مل کر اس کے جسم میں یہ ردعمل پیدا کیا۔ ناگوں میں درد سے چلنے پھرنے میں مشکل پیدا ہو گئی۔ نتیجتاً اس کی زندگی میں بھی آٹے بڑھنے کا جذبہ ختم ہو جاتا ہے۔

مثال نمبر 3

ایک 26 سالہ لڑکی۔ جس کی شادی کو 2 سال گزر چکے تھے، مسلسل سر درد کا شکار تھی

اس کا سر بھاری رہتا تھا۔ اس کی وجہ سے وہ اکثر روشنی بند کر کے کمرے میں لیٹی رہتی تھی۔

وجہ: کسی خاص معاملے کے لئے فکر مندی، لا پرواہ زندگی، ماضی کے معاملات کو جھولنے میں مشکل کا سامنا۔

وضاحت: شادی سے قبل وہ ایک خوش مزاج، ہنس کھرا اور بہت لٹسار لڑکی تھی۔ ماں کی جانب سے اس شادی کی مسلسل خواہش کے بعد اس نے اس فیصلے کا اختیار اپنی ماں کو دے دیا کہ وہ جہاں مناسب سمجھے، اس کا رشتہ طے کرے۔ اس کی شادی کے بعد اسے اپنی ماں کی جانب سے متعدد پابندیوں اور جھولے 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 واپس آنے کے لئے کہا تو اس نے یہ شرط پیش کی کہ وہ نیا مکان خرید کر سسرال سے علیحدہ رہیں گے۔ اب اگرچہ اس کی زندگی پرسکون 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 سر مسلسل بھاری پن کا شکار ہے اور سر درد بھی اکثر رہتا ہے۔ آخر کا اس نے رنجی کیلئے کیا فیصلہ کیا اس طرف سے اس کی مشکل حل ہو سکے۔

اسی طرح کے ایک اور کیس میں ایک اور نوجوان عورت بعض ناگزیر حالات کی وجہ سے اعلیٰ ماہریت 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 حقیقت کے اظہار کا موقع نہ ملنے کی وجہ سے اس میں بے کاری، پریشانی و بے چینی اور طبیعت میں گھٹن 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۔ یا 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۔ برے رویے کے اثرات کسی بھی دوائی سے ختم نہیں ہو سکتے۔

مثال نمبر 4

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

جب بھی اس کے پیچھے وہ اور دل کے چکر اور رنجی دینی جاتی تو اس کی کمر کے اوپر والے حصے میں درد شروع ہو جاتی۔ مسلسل ہیکنگ دینے سے اسے سکون ہو جاتا لیکن پھر اس کا دم گھٹنے لگتا اور کٹافو قدامتہ کا دورہ پڑتا رہتا۔

زندگی میں گھٹن محسوس کرنا، بچی کی شادی سے، سلسلے میں پریشانی، خاندان کے

محامات میں کنٹرول نہ ہونے کا احساس۔

وضاحت: اس خاتون کی مشکلات اس کی اوائلی عمری سے شروع ہوئیں۔ مانی مسائل چار بچوں کے ساتھ رہنا اور تنہاوں نہ کرنے، اے خاوند کے ساتھ گزارا کرنا۔ وہ اپنے غصے کا اظہار نہ کر سکی اور یہ غصہ اندر ہی اندر اس کی کمر کے اوپر والے حصے میں جمع ہوتا رہا۔ اس لئے جب بھی دم کے لئے اسے رنجی دینی جاتی تو اسے درد محسوس ہوتی۔ اس امر کا یقین کرنے کی ضرورت تھی کہ اس کی بیٹیاں 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 بطور پر بیٹیوں نے اپنے راز چھپانا شروع کر دیئے۔ جب بھی اسے ان کے تعلقات کا علم ہوتا تو وہ بہت پریشان ہو جاتی، اسے دمد 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۔

چکراز سے متعلق معاملات کی وضاحت

پہلا چکرا

پہلا چکرا بنیادی چکرا (ریڑھ کی ہڈی کا چکرا) یا کنڈرائی شفتی چکرا (Root Chakra) بھی کہلاتا ہے۔ یہ ہڈی کے معاملات سے تعلق قائم کرتا ہے۔ جذباتی 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 کنڈرائی شفتی چکرا میں انرجی 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 چکرا متاثر ہوتا ہے۔

یہ چکرا ایڈریٹل گینڈ (Adrenal Gland) کلوی غدود سے ملتا ہے۔ کلوی رطوبت ان گینڈ سے پیدا ہونے والے ہارمونز میں سے ایک ہے جو لڑائی جھگڑ سے یا مارکنائی کی صورت حال میں کام کرتے ہیں۔ ان کا تعلق ترغیب، جوش و خروش اور طاقت سے بالواسطہ رابطہ ہوتا ہے۔ اگر کوئی شخص جسمانی طور پر کمزور ہو تو اس کے کنڈرائی شفتی چکرا (Root Chakra) کو مناسب مقدار میں ریکی دی جانی چاہئے۔ بنگامی صورت حال میں یا جب کسی شخص کو انتہائی گہما گہما کے وارڈ میں رکھا جاتا ہے تو روت چکرا کو زیادہ انرجی دی جانی چاہئے۔ اگر (Root Chakra) پر ہاتھ رکھنا ناممکن ہو یا یہ معیوب لگتا ہو تو پاؤں کو ریکی دی جانی چاہئے۔ پاؤں کے چھوٹے چکرا (Root Chakra) سے تعلق ہوتا ہے۔

دوسرا چکرا

مقدس چکرا Sacral Plexus کہلاتا ہے۔ اسے عام طور پر ہارہارا Harahara کہا جاتا ہے۔ ہارا ایک جاپانی اصطلاح ہے۔ یہ وہ حصہ ہے جو ہمارے جسم کا مرکز کہلاتا ہے۔ دوسرے چکرا کا تعلق ہماری زندگی کے استحکام کے معاملے سے ہے۔ استحکام کا تعلق حسی کیفیت سے

ہے۔ جھجیدہ دانداز میں اس کا تعلق ذہنی سکون سے ہے۔ آئیے اس استحکام، حسی کیفیت، ذہنی سکون کی وضاحت کریں۔ تخلیقیت تو وہ کام ہے جو ہم کرتے ہیں۔ اور اس کے بدلے میں ہمیں انرجی (عموماً رقم کی صورت میں) ملتی ہے۔ یہ رقم ہمیں ہماری ہڈی، استحکام اور شو و نما 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 ہڈی، استحکام اور ذہنی سکون کے بارے میں متاثر رہتے ہیں تو ہمیں (ہماری خواہشات کی) تکمیل حاصل ہوتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ یہ تینوں چیزیں آپس میں مربوط ہیں۔

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

ہمارے رحمان سے مطابقت رکھنے والا کام 'زندگی کا کام' کہلاتا ہے۔ عدم مطابقت والا کام کرنے سے ہمیں مسرت کے بجائے بے چینی حاصل ہوتی ہے۔

دوسرا چکرا جنسی مرکز بھی ہے۔ معاشرتی دباؤ کی وجہ سے اس معاملے کو دبا یا جاتا ہے۔ اس لئے اس چکرا میں باقی چکرا کی نسبت کم انرجی ہوتی ہے۔ یہ جسامت میں بھی سکڑا ہوا دکھائی دیتا ہے۔ جب ہم خوراک کھاتے ہیں تو بنیادی نام انرجی پیلے اور دوسرے چکرا میں پیدا ہوتی ہے۔ یہ بنیادی انرجی فطرت کے لحاظ سے چلی ہوتی ہے اور تقوید کے بعد اسے تخلیقی انرجی میں تبدیل کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ انرجی مر میں جاتی ہے۔ ہارٹ چکرا، ہارڈ ویں اور ہاتھوں سے مربوط ہے۔ ہارٹ چکرا سے انرجی ہاتھوں کی جانب آتی ہے۔ ہم ہاتھوں سے مختلف کام سرانجام دیتے ہیں اس لئے ہاتھوں کے ذریعے ہماری تخلیقیت ظاہر ہوتی ہے۔

وہ لوگ جو اپنے کام میں مسلسل گن رہتے ہیں وہ اس انرجی کا استعمال کرتے ہیں جیسا کہ پہلے اور دوسرے چکرا میں پیدا ہوتی ہے۔ ان کا جسم ہلکا محسوس ہوتا ہے اور وہ تروتازہ رہتے

ہیں۔ وہ اس درج تک جنسی قوت محسوس نہیں کرتے کہ یہ انرجی ان کے لئے مشکلات پیدا کرے۔ تعلقات کے معاملات کو وہ چکر مزبور بڑھاتا ہے۔ ہارٹ چکر اور ہارٹ چکر، جب ہم کسی شخص کا بہتر زیادہ خیال کرتے ہیں، اس سے محبت کرتے ہیں تو اس شخص سے ہمارا تعلق ہارٹ چکر کے ذریعے ہی ہوتا ہے۔ تعلقات کی یہ قسم آزادی عطا کرتی ہے۔ یہ آزادی فرد کو اظہار کے حوالے سے فطری بناتی ہے۔ لیکن جب ہم اپنی ذاتی بنا، استحکام، تکمیل یا توقعات کو کسی شخص سے منسوب کر لیتے ہیں تو اس شخص سے ہمارا تعلق "ہارٹ چکر" کے ذریعے ہوتا ہے۔ اس شخص سے ہنس وانشی ہو جاتی ہے۔ اس صورت میں وہ شخص آزادی محسوس نہیں کرتا۔ تعلقات کی اس قسم پر بعض شرائط لگائی جاتی ہیں۔ اس تعلق کے حوالے سے استحکام اور بقا کے مستقبل 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 "ہارٹ چکر" سے ہے۔ اس کا تعلق ہارٹ چکر سے نہیں ہے۔ نئی طرح کے تعلقات میں لوگ مطمئن محسوس کرتے ہیں کیونکہ اس تعلق کی وجہ سے کئی قسم کی انرجی میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ یہ انرجی دوسرے شخص کے "ہارٹ چکر" سے وصول ہوتی ہے۔

جب ہم (بہت بڑا، استحکام یا تعلقات کے حوالے سے) کوئی انفسون تاک بیڑہ بناتے ہیں تو ہم اپنے "ہارٹ چکر" میں خالی پن یا کھوکھلا پن محسوس کرتے ہیں۔ جیسے کہ اس حصے سے کوئی بیڑہ چیر کر نکال لی گئی ہو۔ اس طرح ہم اپنا "مرکز" کھو دیتے ہیں۔ تصوراتی مسائل کا تعلق بھی ہارٹ چکر اور روت چکر سے ہے۔ اگرچہ مسئلے کی عمومی وجہ معاملات کی پیچیدگی ہو سکتی ہے۔ یہ زندگی کے خدشات بھی ہو سکتے ہیں۔ جب کوئی شخص خود زندگی سے خوف زدہ ہو جائے تو وہ نئی زندگی کو کیسے وجود میں لاسکتا ہے۔ بچے کی پیدائش میں تکلیف کی بھی کمی ہو جاتی ہے۔ ہارٹ چکر سے متعلق ندرت ہو، ندرت ہو، جو مردوں میں جیسے اور عورتوں میں رحم کہلاتے ہیں۔

ہارٹ چکر استحکام کا مرکز ہے۔ استحکام سے مراد وہ حالت ہے کہ جس میں ہماری بقا کی 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 ہارٹ چکر ہوتا ہے۔

زندگی میں اس قسم کے استحکام کی کمی کی وجہ سے اکثر مونا پیدیا ہو جاتا ہے۔ مونا اس حصے پر پہلے مونا پاتا ہے۔ جب کوئی فرد یہ محسوس کرتا ہے کہ وہ حیرت انگیز 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 پن استحکام کا متبادل ہوتا ہے۔ مونا پیدیا ہمیشہ "ہارٹ" میں کسی رکاوٹ کی وجہ سے پیدا نہیں ہوتا بعض اوقات یہ گلے کے چکر میں کسی رکاوٹ کی وجہ سے بھی پیدا ہوتا ہے۔

تیسرا چکر

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

1۔ ریزہ کی ہڈی کا چکر

2۔ چھٹا چکر یعنی تیسری آنکھ کا چکر

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

1۔ حساس رکی جھٹلے جو مریضوں سے۔ یہ مریض جذباتی، ذہنی اور جسمانی طور پر خود بھی متاثر ہوتے ہیں۔

2۔ ذیابیطس (شوگر) کا شکار لوگ۔

3۔ غیرہ مزبور بلند فشار خون (High Blood Pressure) میں مبتلا لوگ۔

4۔ احساس کمتری یا احساس برتری میں مبتلا افراد۔

5۔ بے چینی، گھبراہٹ، ڈر، خوف یا خود اعتمادی کی کمی محسوس کرنے والے افراد۔

6۔ دوسروں کے غلبے کا شکار افراد۔

7- طلبہ جو خصوصاً امتحان کے دوران خوراغ و خونی میں اضافہ کرتا چاہتے ہیں

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

9- ماہوس افراد۔

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

11- لہلاب یا معدہ کی تکالیف کے شکار افراد۔

چوتھا چکرا

چوتھا چکرا دل (ہارٹ) چکرا 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 چکرا سے متعلق معاملات میں تعلقات، محبت اور جوش و جذبہ شامل ہیں۔ تعلقات ہماری 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 وغیرہ۔ کسی بھی تعلق سے متعلق کوئی بھی جذبہ یا خیال یا تعلقات سے حوالے سے کوئی بھی معاملہ ہارٹ چکرا پر اثر انداز ہوتا ہے۔

ہمارے جدید طرز زندگی نے اس چکرا میں کئی مسائل پیدا کر دیئے ہیں۔ اکثر لوگوں کو اس چکرا کے حوالے سے انرجی کی ضرورت ہوتی ہے۔ پیار محبت کے جذبات کی کمی دور کرنے کے لئے دل کے چکرا کی کھینچی جانے والی انرجی دی جانی چاہئے۔ درج ذیل صورتوں میں دل کے چکرا کو ہیٹنگ دی جانی چاہئے۔

1- دل کے چکرا سے متعلق کوئی بھی مسئلہ۔

2- سینے میں کھینچی گئی درد۔

3- دم یا سینے پھردوں کا کوئی بھی مسئلہ۔

4- چھاتی کا سرطان (Breast Cancer)۔

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

6- فشارخون (Blood Pressure) سے متعلقہ سے مسائل۔

7- Spondylitis دل کے چکرا کی کھینچی جانے والی زیادہ رکھی دیں۔

8- طلاق، تعلقات میں خلل۔

9- تعلق میں دوسرے مسائل۔

10- نشہ کی عادت کی صورت میں۔

11- زیادہ غصہ کرنے والے افراد، یا زیادہ غصہ دبانے والے افراد۔

12- تحلیلیت میں رکاوٹ محسوس کرنے والے لوگ۔

13- کچھ دینے سے خوف زدہ لوگ۔

14- ذہنی سکون کے لیے۔

15- اضطراب، بے چینی کے خاتمہ کے لئے۔ اس صورت میں ہارٹ اور ریڑھ کی ہڈی کے چکرا کو بھی انرجی دی جانی چاہئے۔

16- کندھے، بازو یا ہاتھوں کے کوئی بھی مسائل۔

17- سرطان میں مبتلا افراد۔

پانچواں چکرا

پانچواں چکرا، گلے کا چکرا (Throat Chakra) ہے۔ اس کا تعلق اظہار کے

معاملات سے ہے۔ جذبات ہارٹ چکرا میں ہوتے ہیں اور خیالات تیسری آنکھ کے چکرا میں

ہوتے ہیں۔ ان دونوں کا اظہار گلے کا چکرا کے ذریعے ہوتا ہے۔ ذہنی ابلاغ کی میکینک ترتیب

دینے والا کوئی بھی حصہ متاثر ہو سکتا ہے۔ جذبات دبانے سے بھی یہ چکرا متاثر ہوتا ہے۔

وہ شخص جسے ماضی میں تلخ حالات کا سامنا رہا ہو، یا زمانہ حال میں کسی مسئلہ کا شکار

ہو۔ اگر وہ اپنی پریشانی کے حوالے سے کسی سے ذکر نہیں کرے گا تو اسے ان حصوں میں تکلیف پیدا

ہو سکتی ہے۔ کسی شخص کی زندگی کے استحکام سے متعلق معاملات کے اظہار میں رکاوٹ سے قضاہی

ایڈیٹڈ (Thyroid Gland) متاثر ہوتا ہے۔ (بعض اوقات)۔ یہ ہونا پنے کی صورت میں نکلتا ہے۔ اس صورت میں تھائی رائیڈ کا علاج کیا جانا چاہیے۔ (بارا اس صورت میں غائیو حیثیت اختیار کر جاتا ہے) گلے سے متعلق مسائل کے ساتھ ساتھ سر درد، ہانڈہ کی خرابی، یا کمر میں درد بھی ہو سکتا ہے۔ اس صورت میں جذبات کے اعتبار کا دباؤ ان حصوں میں مسائل پیدا کرتا ہے۔ (گلے کے پیکر کو پہلے ہینڈل دیں اور بعد میں ان دوسرے حصوں کو)

چھٹا پیکرا

چھٹا پیکرا، تیسری آنکھ کا پیکرا کہلاتا ہے۔ تیسری آنکھ کے پیکرا کا تعلق خیالات، فہم، تصور اور ذہنی معاملات سے ہے۔ ذہنی قوتوں، وہ حالات اور عقائد ہوتے ہیں جو ہمارے ذہن میں موجود ہوتے ہیں۔ جب کسی ذہنی ہیڈنگ Mental Healing کی ضرورت ہوتی ہے تو اس حصہ کو ہینڈل دی جاتی ہے۔ سر درد، مانگیجہ لیا، ذہنی دباؤ، ذہن کے بھاری پن سے نجات کے لئے تیسری آنکھ کے پیکرا کو رگی دی جانی چاہیے۔

یادداشت میں اضافے، روشنی سے حساسیت اور ارچکا زقوجہ کے لئے بھی اسی پیکرا کو رگی دی جاتی ہے۔ نظام انتظام اور پیشاب سے متعلق تکالیف کے لئے بھی تیسری آنکھ کے پیکرا کی کچھلی جانب رگی دی جاتی ہے۔ نشے کی عادات ختم کرنے، تعلقات کے مسائل، اضطراب، نیشنل ختم کرنے اور ذہنی سکون حاصل کرنے کے لئے رگی دی جانی چاہیے۔ ماضی کے کسی واقعہ کی وجہ سے جسم میں پیدا شدہ صورت حال سے نجات کے لئے بھی رگی مفید ہوتی ہے۔

تیسری آنکھ کا پیکرا پیٹریٹی گینڈ (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 اثر ہیں۔ پہلا ریزہ کی ہڈی اور دوسرا تیسری آنکھ ہمارے ارادوں کے لئے ازبئی تیسری آنکھ کے پیکرا سے خارج ہوتی ہے۔ اس حصے کا تعلق وجدان، ادراک، فہم اور نصیرت سے ہوتا ہے۔ یہ غدود قوت ارادی، مختلف اشیاء میں تمیز کرنے کی صلاحیت، بصارت، سماعت اور یادداشت کو

کنڈہ وال کرتا ہے۔ تمام فٹن لوگوں میں Pituitary gland پیٹریٹی گینڈ کا غلبہ ہوتا ہے۔ یہ غدود جسم کی نشوونما کو بھی کنٹرول کرتا ہے۔ اسی غدود کی کارکردگی کی وجہ سے ایک شخص بڑے اور چھوٹے جسم کا مالک بنتا ہے۔ یا پھر خرابی کی وجہ سے پست قد (ٹھنڈا) ہو سکتا ہے۔ حاملہ خواتین کو نیشن (Tension) سے بچنا چاہیے، کیونکہ اس سے ماں کے پیٹ میں بچے کے پیٹریٹی گینڈ (Pituitary gland) پر منفی اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ اس کی وجہ سے مختلف درجہ کی ذہنی پسماندگی بھی ممکن ہے۔ جھوٹ بولنے کا رجحان رکھنے والوں، نا فرمانی کرنے والے یا سختی کر صورت بولنے والے افراد کے علاج کے لئے، تیسری آنکھ کے پیکرا کو زیادہ رگی دی جانی چاہیے۔ بعض اوقات اس غدود کی خرابی کی وجہ سے بچے کی پیدائش کے بعد مونا پنے 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 شکار ہو جاتا ہے۔ بے چینی اور غم کے اس غدود کی کارکردگی میں فرق آ جاتا ہے۔ جس کی وجہ سے بلند فشار خون (High Blood Pressure) اور نظام انتظام کے مسائل پیدا ہو سکتے ہیں۔

ساتواں پیکرا

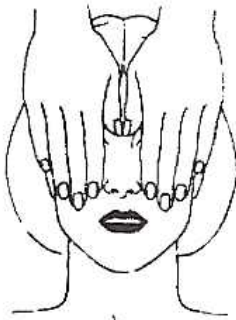
کراؤن پیکرا (سرخ پیکرا) ساتواں پیکرا ہے۔ یہ سر (چوٹی) میں واقع ہے۔ اس کا تعلق وجدان، راہنمائی اور روحانیت سے ہے۔ خیالات، باہن کی آواز یا جرات کے احساسات کے طور پر جو بھی راہنمائی ہم حاصل کرتے ہیں۔ کراؤن پیکرا ہمیں خودی کے بلند مقام سے مربوط کر دیتا ہے۔ یہ پیکرا مرآتے کی قرم میں متحرک ہو جاتا ہے۔ ذہنی پسماندگی کی صورت میں اس پیکرا کو رگی دی جانی چاہیے۔ اپنی روح میں کجاہدہ وقت ہو جانے کی صورت میں، روشنی (خصوصاً تیز) سے حساسیت کی صورت میں، جس کی وجہ سے سر درد کی شکایت بھی پیدا ہو سکتی ہے۔ ریزہ کی ہڈی کے پیکرا کے ساتھ ساتھ اس حصے (یعنی سر کو) رگی دی جانی چاہیے۔ کراؤن پیکرا جینڈ (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

غدد ہوتا ہے اور یہی وجہ ہے کہ اکثر لوگ رات کے وقت روشنی میں سو نہیں سکتے۔

ریکی ہیلتھ کے طریقے تصاویر 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



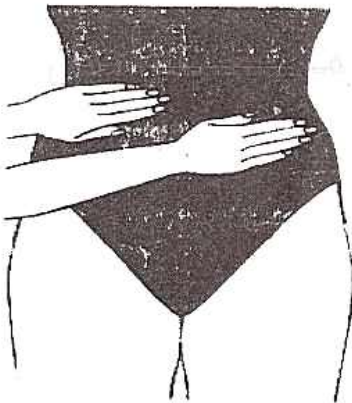
Position 1

Make use patient comfortable with small pillows





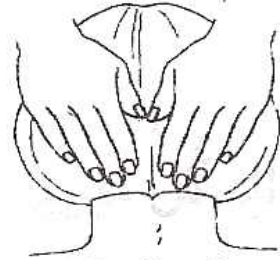
Position 5



Position 6



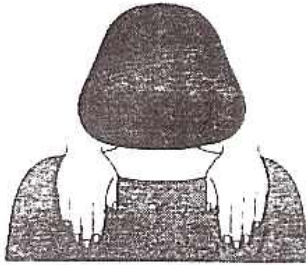
Position 2



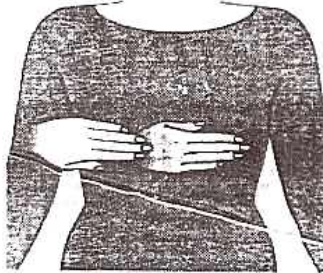
Position 3



Position 4



Position 9

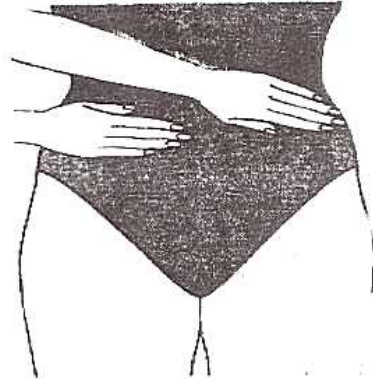


Position 10

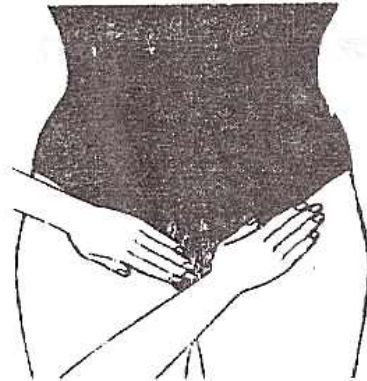


Position 11

Reiki Treatments

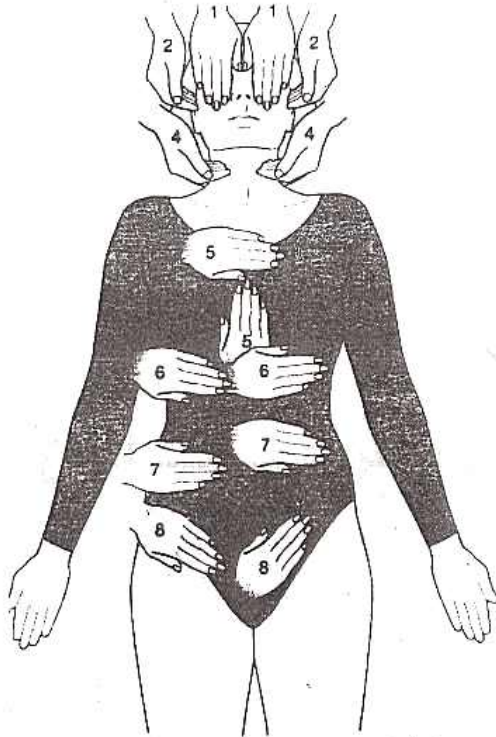


Position 7



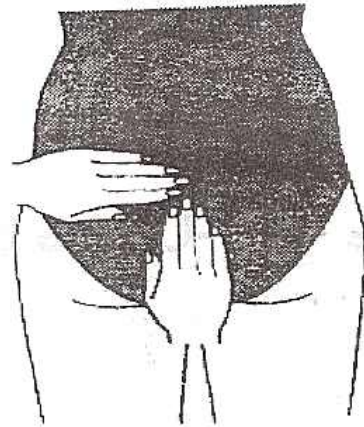
Position 8

مرچو
لین پیر

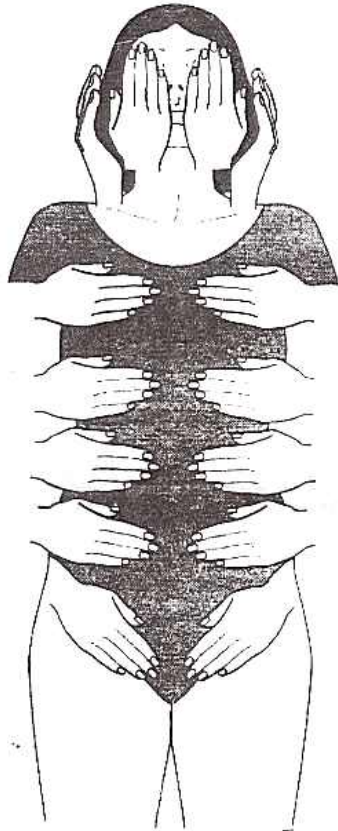


A possible arrangement for treatment of the front

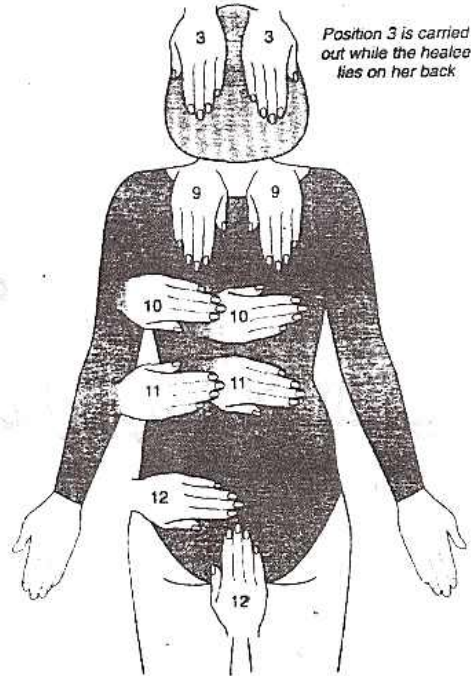
Reiki Treatments



Position 12

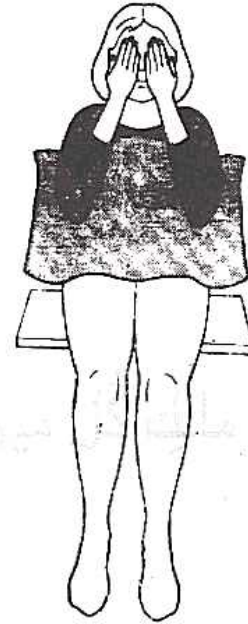


Self treatment, from the front

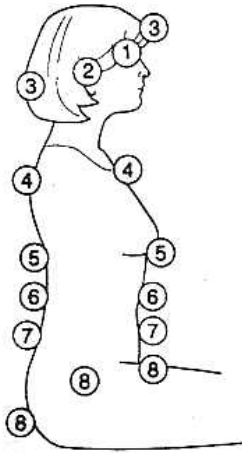


Position 3 is carried out while the healee lies on her back

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 ڈکھنم کو دبانے اور آنسو نہ بہانے سے بھی متاثر ہوتی ہیں۔

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

3۔ گردن کا پھیلا 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

حصے میں منتقلی، دباؤ اور درد پیدا ہوتا جاتا ہے۔

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

5۔ جو کبھی 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 گھر کی 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 کچھلی جانب رہنما دی جانی چاہیے۔

6۔ یادداشت میں اصرار کے لئے کبھی کور کبھی دی جانی چاہیے۔ سر کا بھاری پن، کنفیوژن ختم کرنے، خیالات کی وسعت کے لئے اور فیصلہ سازی کے لئے، اس حصے کو کبھی دی جانی چاہیے۔ طلبہ کو اس مقام کے ساتھ ساتھ مزید تھکائی پر کبھی دی جانی چاہیے۔ اگر بے چینی یا امتحان سے خوف محسوس ہو تو ہاتھوں اور ہارٹ کو کبھی دی جانی چاہیے۔

7۔ ناگہنیں 'ہارا' کی توسیع ہوتی ہیں۔ مقاصد کے حصول کے لئے مادی طور پر آگے بڑھنے کے لئے ناگہنیں ہماری مدد کرتی ہیں۔ ہماری پوری ناگوں کو اس طرح تقسیم کیا گیا ہے۔ رانوں کا تعلق کسی شخص کی اپنی قوت پر اعتماد سے 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 تبدیل 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۔ پتھریوں کا تعلق ارتکاز، توجہ، اور مقصد سے دست بردار نہ ہونے سے ہے۔ نچنے ٹیک اور توازن پیدا کرتے ہیں۔ زندگی میں بہت زیادہ عدم توازن کا شکار افراد کے لئے 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 انرجی کی ضرورت ہوتی ہے۔ جب ہم بعض لوگوں کے لئے 'ہوائی تعلق' تعمیر کرنا کی اصطلاح استعمال کرتے ہیں، ان کے پاؤں کو رہنما دی جانی چاہیے۔

8۔ ظاہر نہ کیے جانے والے جذبات، حتیٰ کہ بے چینی و تشویش سے بھی انرجی کم ہو جاتی ہے۔ (اور یہ کمر کے نچلے حصے میں جمع ہو جاتی ہے)۔ اس مسئلے کا تعلق 'ہارا' کی پشت سے ہے۔ (ایسی صورت میں گھٹے کے چکر کو بھی ہیلتھ 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 واقعے 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 یوسونی نے اس وقت وضع کیے جب انہوں نے محسوس کیا کہ رہنما کے ساتھ ساتھ طالب علم کو مخصوص نصاب جذبات یا نمونوں سے آگاہ رکھنا بھی اہم ہے۔ انہیں جذبات یا طریقوں کی بدولت ایک فروخت مند اور سرور 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 حاصل اصل مقصد تو ایک جیسا ہے پھر بھی تمام رہنما ماہران اصولوں کی توضیح و تشریح اپنے ہی طریقے سے کرتے ہیں۔

پہلا اصول

صرف آج کے دن کے لئے میں تشکر کا رویہ اپنائوں گا

ہمارے لئے یہ بات بالکل فطری ہے کہ ہمیں 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 سٹپل (اشاہ) سمجھتے ہیں اس 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 مستحکم ہے اور اس پر عمل کرتا ہے۔ لہذا ہمارے لئے اپنی ضرورت کی اشیاء کا حصول بتدریج مشکل ہو جاتا ہے۔ ہماری انرجی کا کچھ حصہ ایک چیز کے حصول کے لئے کوشش کرتا ہے۔ جب کہ دوسرا حصہ اس کی پرواہ نہیں کرتا۔ اگر ہم اپنے باطنی ارتکاز کو اپنی محرومیوں (جو کچھ ہمارے پاس نہیں ہے)، پر لگا لیں اور یہ یقین کر لیں کہ مستقبل میں ہماری ضروریات پوری ہو جائیں گی تو اس سے ہمیں برے کاموں (آوارہ گردی) کے بجائے ٹیکہ کاموں کی جانب مائل ہو جانے میں مدد ملے گی۔

رہنما کے پہلے دو حصے کے سیشن کے دوران، کئی لوگوں نے پوچھا کہ منفی خیالات سے

کیسے نجات حاصل کی جائے، کیا رہنما اس سلسلے میں معاون ثابت ہوگی۔ بے شک رہنما مدد کرنے گی۔ تیسری آنکھ کے پتھر پر اپنے ہاتھ رکھیں اور یہ یقین کریں کہ منفی خیالات کے خاتمے میں رہنما آپ کی مدد کرتی ہے۔ رہنما دینے کے علاوہ، اگر آپ نے منفی خیالات کی وجہ دریافت کرنی تو رہنما کے ذریعے آپ وہ جوہر فہم کر سکیں گے۔ منفی خیالات کی میکانیت حالات سے وجود میں آتی ہے۔ منفی خیالات کی جڑیں ہماری اپنی صلاحیتوں پر شک کرنے میں ہوتی ہیں۔

آرام وہ ہڈیوں اور باہمی حالات 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 کا رویہ ہمارے اندر (ماہن میں) شکر کے احساسات کو جنم دیتا ہے۔ بعض لوگ کہتے ہیں کہ "رہنما شروع کرنے سے پہلے تشکر کا رویہ" اسے صرف کہنا نہیں چاہیے بلکہ محسوس کرنا چاہیے۔ یہ جبری طور پر بھی نہیں اپنانا چاہیے۔ کیونکہ اس صورت میں یہ حقیقی نہیں ہوتا۔

دوسرا اصول

صرف آج کے دن کے لئے میں فکرمند نہیں ہوں گا

فرد مستقبل میں عدم تحفظ کے لئے فکرمند ہوتا ہے۔ اس کا تعلق اس امر سے ہوتا ہے کہ کیا ہو سکتا ہے یا کیا نہیں ہو سکتا، اپنے تعلق والے دوسرے لوگوں کی فکر سے کہ بارے میں بھی فکر مند ہوتی ہے۔ اس کا نتیجہ اس شرط کی 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 ہونا 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 فکری مندی کو قبول کرنا متناقض ہے۔ ہماری زندگی ایسے عقائد اور

ظرفیتوں (نمونوں) سے بھری چٹائی ہے جن سے عمل کی وضاحت مکمل ہو جاتی ہے۔ ہمیں عمومی کام سے زیادہ سوچنا پڑتا ہے۔ اور ان تمام قسم یا مائنٹننس معلقہ آگاہ ہونا پڑتا ہے۔

اپنے آپ کو باقی لوگوں سے الگ تھلگ محسوس کرنے سے فکر مند کی 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 وغیرہ سے بھی ہمارا اپنی تعلق ہے۔ ہماری بننے کے لئے ان سب چیزوں کی ضرورت ہے۔ کائنات سے صلہ کی کے احساس سے فکر مند کی 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 سکتی، اس صورت میں جس ازہی کو خود بخود اظہار ہوتا تھا، وہ شے میں تبدیل ہو جاتی ہے۔ فرد زندگی میں غصہ اور بے قابو پن محسوس کرتا ہے، پھر اس ازہی کا کسی شے یا شخص پر غصے کی صورت میں اظہار کیا جاتا ہے۔ کسی شخص کے غصے کا شکار فرد حقیقت اس کے غصے کی وجہ سے نہیں ہو سکتا۔ غصے کا عدم اظہار کر میں کندھوں سے ڈرا نچلے حصے میں جمع ہونا رہتا ہے۔ اس کا عمل اکثر یہ تجویز کیا جاتا ہے کہ جذبات کے اظہار کے لئے انہیں اچھے انداز میں کاغذ پر تحریر کر لیا جائے۔

کئی لوگوں کے لئے چھٹا، چلانا ایک اچھا علاج ہے۔ لیکن گھر میں ایسے کرنا ممکن نہیں ہو سکتا۔ بہتر یہ ہوتا ہے کہ غصے کی میکانیت کو دریافت کیا جائے کہ ہر معاملے میں شے میں آجائے کی بددعا 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 ہو جاؤں گا۔

ایمانداری سے مراد یہ نہیں ہے کہ ہمیشہ بولا جائے۔ اس کا مطلب اپنے باطن سے بچا رہنا ہے۔ اگرچہ ہم 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 تھوٹ نہیں بولتا۔ جب ہم بھی اپنے سچے جذبات پر دھیان نہیں دیتے، جو ہمیں کسی مخصوص معاملے میں کوئی عمل کرنے کے لئے کہتے ہیں۔ اس طرح ہمارا لاشعور ہمیں ظاہر کرتا ہے اور ہمارا جسم متاثر ہوتا ہے۔

پانچواں اصول

صرف آج کے دن کیلئے میں ہر ذی روح سے پیار کروں گا اور اس کی عزت کروں گا

اس اصول کا تعلق زندگی کے لئے عزت اور رحم سے ہے۔ رحم ایک ابدی خوبی ہے۔ یہ ہمیں دردوں سے (الگ) ممتاز کرتا ہے۔ رحم کے حصول سے پہلے تا ہم عزت نفس کا حامل ہونا چاہئے کیونکہ عزت نفس کے بغیر ہم دوسروں کے ساتھ اپنے آپ کو شریک نہیں کر سکتے۔

ریکی درجہ جات

ریکی کے تین درجے ہیں اور ان تینوں درجات پر عبور رکھنے والا فرد "ریکی ماسٹر" کہلاتا ہے، جو کسی دوسرے فرد کو ریکی سیکھا 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 یوں کے چنگل میں پھنسے ہوں تو انہیں بھی اس سے نجات دلا سکتا ہے، جبکہ دوسرے درجے کا مہر کسی مریض کو جو اس سے کتابی دور کسی بھی خطے میں رہائش پذیر کیوں نہ ہو ریکی توانائی

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

رہنی کا پہلا درجہ یا لیول

رہنی کے اس ابتدائی درجے میں چار مرکز یا توانائی کے چکر ازبیدار اور متحرک ہو جاتے ہیں۔ اس میں آپ کی اورا کی صلاحیت بھی بڑھ جاتی ہے اور آپ جسم مثالی یا اورا کی حرکات سے واقف ہونے لگتے ہیں۔ بے غرض اور بے لوث محبت آپ کے رگ و پے میں رچ بس جاتی ہے اس لیے درجے کا طالب علم جسم پر زیادہ توجہ مرکوز کرتا ہے اور جسم کا جو حصہ تو توانائی میں بے ترتیبی پیدا ہو جانے 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 اورا میں توازن اور ہم آہنگی پیدا ہو جاتی ہے۔ ابتدائی درجے میں چار چکر از Chakra تو انائیوں سے معمور ہو جاتے ہیں جو درجہ 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 گہوارہ بن جاتا ہے۔ Throat Chakra کی بے لوث اعتماد اور گفت و شنید کی لیاقت میں اضافہ ہوتا ہے۔ Third Eye or Brow Chakra اورا کی توانائی کو فروغ کرتا ہے جس سے وہ آدمی اس کائنات کو جاننے والی توانائی سے ریکی کہا جاتا ہے سے وقوف حاصل کرتا ہے جب کہ Crown Chakra میں توانائی کی روانی سے مہتمی روحانی شعور کے ساتھ ہم آہنگ ہو جاتا ہے۔

رہنی کا دوسرا درجہ یا لیول

اب ہم رہنی کے دوسرے درجے کا کچھ احوال بیان کرتے ہیں جس میں رہنی کا وہ Channel بننے والا فرد اس قابل ہو جاتا ہے کہ وہ دور دراز جگہوں پر موجود مریضوں کو ریکی پانچ

کتاب سے روان کی بیماریوں کا علاج کر سکتا ہے۔ ریکی کے دوسرے درجے میں طالب علم کو ہاتھ کی استیلاؤں جسم پر رکھ کر ریکی توانائی پہنچانے کی جتنی نہیں رہتی بلکہ اس میں زیادہ زور بجائے مادی جسم پر توجہ مرکوز کرنے کے انتہائی یا مثالی جسم پر دیا جاتا ہے۔ اس درجے میں وجدانی سرز جو بیچہ ذہنی کلینڈ پر واقع ہوتا ہے میں تحریک پیدا ہونا شروع ہو جاتی ہے اور لیول Level کے اختتام پر وہ پوری آب و تاب سے چمکانا شروع کر دیتا ہے، جس کے سبب طالب علم اپنے آپ کو روحانی بنا اور ریکی سے اور زیادہ ہم ربط محسوس کرتا ہے اور بیماری کو اس کی جڑوں سے اکھاڑ پھینکتا ہے۔

رہنی کے دوسرے درجے کا طالب علم ریکی کو ماضی اور مستقبل میں بھی بھیج سکتا ہے۔ مثلاً کسی فرد کو ماضی میں ہونے والے کسی نقصان یا اندوہناک واقعہ کی وجہ سے غم کا روگ لگا ہوا ہے جو کسی صورت اس کی یادداشت سے غم کو نہیں ہو پاتا تو ریکی دوم کا طالب علم اس واقعہ کو بزن سے صاف کرنے کے لئے ماضی میں ریکی کو بھیج سکتا ہے یا کچھ عرصے بعد ہونے والی میننگ یا انتخاب کے

سے بھی ریکی کو مستقبل میں بھیجا جا سکتا ہے۔ بہت سے لوگوں کو یہ جان کر بہت حیرت ہوئی ریکی بغیر سن مادی و مہلک کے بھی سفر کر سکتی ہے یعنی ریکی سے سات سمندر پار 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 رہے اور کام کرتے ہیں ہم تو انائی کو نہ صرف وصول کرتے ہیں۔ بالکل ایسے ہی جیسے نیٹا ویجن اور ریڈیو کبھی جانے والی لہروں کو وصول اور نشر کرتے ہیں، ہم بھی بغیر تاروں کے سہارے چلنے والے آلات ہیں۔ ریکی کے دوسرے درجے میں تین خاص کرشنائی الفاظ بھی ریکی ماسٹر سکتا ہے ہیں یہ الفاظ دراصل خاص قسم کی روشنیوں کی شکلوں کو ظاہر کرتے ہیں۔ ریکی ماسٹر جب ریکی درجہ دوم کے طالب کو ان الفاظ کی مشق کروا دیتے ہیں تو نہ صرف ان کو یہ الفاظ سکھاتے ہیں بلکہ یہ الفاظ

روشنی سے ریکی ہونی جن اشکال کو ظاہر کرتے ہیں ان کو بھی طالب علم سے تعارف کر دیتے ہیں دوسرے درجے کے ذریعے آپ فاصلے پر لوگوں کو ریکی 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

لئے جسمانی رابطے کی ضرورت نہیں ہوتی۔ آپ دوسرے کے رے، قصبے، شہر، ملک وغیرہ میں موجود لوگوں کو رکی بھیج سکتے ہیں۔ اس درجے میں فاصلے کی کوئی حیثیت نہیں ہے۔

رکی کو بہت زیادہ فاصلے پر پہنچنے کے لئے کسی زائد وقت کی ضرورت نہیں ہوتی۔ جسمانی فاصلے سے کوئی فرق نہیں پڑتا۔ زیادہ فاصلے سے ازبئی کمزور بھی نہیں ہوتی، اس کی طاقت اسی طرح قائم رہتی ہے۔ فاصلاتی علاج کرنے کے قابل بننے کے لئے آپ کو دو چیزوں کی ضرورت ہوتی ہے۔

1۔ آپ دوسرے درجے کے لئے اینٹمنٹ (Attumement) حاصل کریں۔

2۔ آپ کو ایک ٹیل کے طور پر کام کرنے والے سمبل (Symbol) کا استعمال کرنا چاہیے۔ جو آپ کے اور رکی وصول کرنے والے شخص کے درمیان رابطے کا کام کرتا ہے۔ دوسرے درجے کی اینٹمنٹ حاصل کرنے کے بعد، جب بھی آپ فاصلاتی علاج کرنا چاہیں تو آپ کو یہ ٹیل (Bridge) استعمال کرنا چاہیے۔ اب سمبلز (Symbols) پر بحث کی جاتی ہے۔

رکی کا تیسرا درجہ یا ایول

3۔ (ہون۔ شا ذے۔ شو۔ نن) Hon Sha Ze Sho Nen

رکی کے تیسرے درجے کے دو حصے ہیں۔ ایک کو iiiA (ہون۔ شا ذے۔ شو۔ نن) Hon Sha Ze Sho Nen اور دوسرے کو iiiB (ڈائی۔ کو۔ میو) Dai Koo Meo کہا جاتا ہے۔ iiiA میں کرشائی الفاظ (ہون۔ شا ذے۔ شو۔ نن) Hon Sha Ze Sho Nen جبکہ iiiB میں "ڈائی۔ کو۔ میو" Dai Koo Meo لکھا جاتا ہے۔ ہون۔ شا ذے۔ شو۔ نن کو تعلیم کے جانے والے الفاظ ہیں۔ اس کے علاوہ ٹیونگ سمبل بھی ہوتے ہیں جو رکی گرینڈ ماسٹر رکی ماسٹر کو تعلیم دیتے ہیں۔ جن سے ایک رکی ماسٹر دوسرا میں رکی قوت پیدا کرتا ہے یا رکی توانائی کو منسٹر کرتا ہے۔ رکی ماسٹر کی تربیت خصوصی تربیت ہوتی ہے کیونکہ اس نے بیٹار لوگوں کو رکی پہنچانے کی تعلیم دیتا ہوتی ہے۔ iiiA درجے میں Sacrai Chakra اور Root

Chakra کی خوابیدہ صلاحیتیں بیدار ہوتی ہیں اور رکی توانائی سے ہم آہنگ ہو جاتی ہیں۔ iiiB درجہ وہ افراد کرتے ہیں جو دیگر لوگوں کو رکی لکھنا چاہتے ہیں۔ iiiB ایک طرح سے نیچرز کے لئے ڈگری پروگرام ہے، جس کے بعد وہ رکی دوسروں کو سکھانے کے اہل قرار پاتے ہیں۔ یہ یوسٹی ماسٹر سمبل زیادہ مربع فریکوئنسی کو کنٹرول کرتا ہے جس میں دوسرے افراد کے اندر لاکھود قوت منتقل کی جاتی ہے۔ اس سبل کی بدولت زیادہ بہتر فائدہ حاصل کئے جاتے ہیں۔ یہ سبل متبادل کرنٹ کو ڈائریکٹ کر دیتا ہے۔ بعض رکی ماسٹر اسے رکی کا چوتھا درجہ تصور کرتے ہیں اور بعض تیسرے درجے کا حصہ B تصور کرتے ہیں۔ دونوں ہی اپنی اپنی جگہ درست ہیں۔ اس کے استعمال درج ذیل ہیں۔

☆ یہ لاکھود حکمت سے قریب اور اللہ تعالیٰ کے نور کی لہروں کی انرجی کو جسمانی ارادے میں استعمال کرنے کے قابل بناتا ہے۔

☆ یہ رکی کی انرجی کو نئے سرے سے مثبت نتائج کے قابل بناتا ہے۔

☆ یہ ہمیں مکمل اور بھرپور ہونے کا زیادہ بہتر احساس دلاتا ہے۔

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

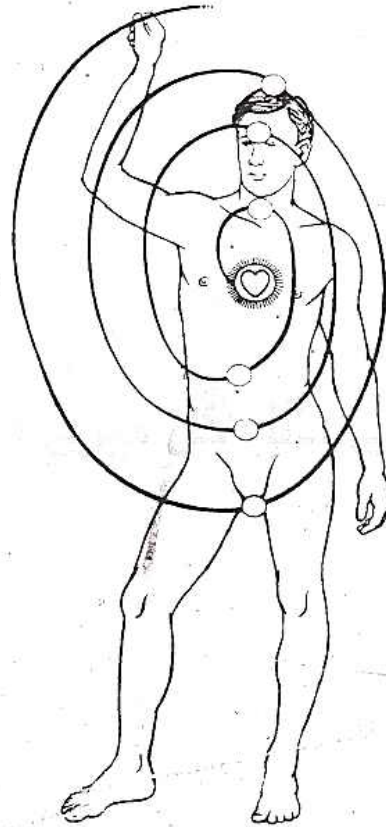
☆ تیسرے درجے کی رکی توانائی کو فاصلاتی علاج کے لیے منظم انداز میں بھیجتا ہے۔

پہلا سمبل

1۔ چو۔ کو۔ رے Cho ku Rey

ان کرشائی الفاظ کی روشنیوں طاقت کو ظاہر کرتی ہیں اور ان الفاظ کا مطلب ہے کہ "طاقت وہاں آجائے جہاں اس کسی ضرورت ہے یا جہاں دیکھی ماسٹر چاہتا ہے"۔ بنیاد فراہم کے ساتھ ماحول کو بھی رکی توانائی سے لطیف بنایا جاسکتا ہے یہ الفاظ کسی فرد یا ماحول میں رکی کی قوت کو بڑھانے کے لئے بھی استعمال کئے جاتے ہیں ان کے مندرجہ ذیل استعمالات ہیں۔

ریکی سہیل (چو کو رے) اور بدن انسانی



☆ ریکی کی قوت اور ماحول میں ریکی توانائی بڑھانے کے لئے

☆ برائے حفاظت اور بچاؤ

☆ تمام درجات کی ریکی توانائی کو بڑھانا

☆ پانی اور غذا کو صاف کرنے کے لئے

☆ جسم کے کسی حصے کے مشاہدہ کے لئے

اس سہیل کو "چو کو رے" (cho.ku.Ray) کہا جاتا ہے۔ اس سہیل کا کام انرجی کو بڑھانا ہوتا ہے۔ یہ ایک بہت عمومی سہیل ہے اور پورے جسم کے لئے کہیں بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اس لئے اسے تمام ہیلتھ سیشن (Healing Session) میں استعمال کیا جاتا ہے۔ پورے جسم کے علاج کے دوران اسے تمام پوائنٹس (Points) پر بنانے کی غلطی نہ کیجیے۔ اس کا مطلب ہے کہ آپ اسے ایک سیشن میں 25 مرتبہ استعمال کر رہے ہیں۔ یہ بہت زیادہ انرجی ہے اور یہ آپ کو بے چین کر دے گی۔ اسے صرف 18 یا 7 یا 18 ہم پوائنٹس پر استعمال کریں۔ یہ وہ مقام ہوں جہاں آپ کو زیادہ انرجی دینے کی ضرورت محسوس ہو۔

مذکورہ الفاظ کی روشنیوں کی اشکال کو ریکی ماسٹر صرف ریکی کے طالب علموں پر ظاہر کرتے ہیں۔ ریکی کے بعض استاد اپنے طلبہ کو بتاتے ہیں کہ پورے جسم کے علاج کے لئے ہر پوائنٹ پر تمام تینوں سہیل بنائیں۔ ایسا مت کیجیے۔ اس کا مطلب یہ ہوگا کہ $3 \times 25 = 75$ سہیل بنا رہے ہیں۔ اس سے آپ بے چینی محسوس کریں گے۔ اگر آپ ہر سہیل وہی طور پر بنا رہے ہیں تو کئی ایک سہیل سے آپ کا سر درد کرنے لگے گا۔ (ہون، شاڈے، شوہن) Hon Sha Ze Sho Nen کے استعمال کے لئے جسم میں کوئی پوائنٹ نہیں کیونکہ اسے فاصلاتی علاج کے لئے ایک ہیٹل (Bridge) کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔ اگرچہ اس کی گنجائش صرف اس وقت موجود ہوتی ہے جب آپ ماضی یا مستقبل کے حوالے سے کام کر رہے ہوں۔ اس کی وضاحت بعد میں کی جائے گی۔ متاثرہ حصے یا مزید انرجی لینے والے حصے پر آپ کو "چو کو رے" سہیل استعمال کرنا

چاہئے۔ کسی ہینگ میں ”چو، کو، رے“ استعمال کرنے کا طریقہ ”سے، ہے، کی“ کے لئے بیان کردہ طریقے جیسا ہے۔ چونکہ ”چو، کو، رے“ کا سہل انگریزی میں اضافہ کرنے والا ہے۔ یعنی جب یہ سہل کسی اور سہل کے ساتھ ملا کر استعمال کیا جائے تو یہ دوسرے سہل کی انگریزی میں بھی اضافہ کر دیتا ہے۔ اگر آپ ”سے، ہے، کی“ کی بہت زیادہ انگریزی استعمال کرتا چاہتے ہیں تو آپ اس سہل کو ”چو، کو، رے“ کے ساتھ استعمال کریں۔ آپ ”چو، کو، رے“ کو ”سے، ہے، کی“ کے بعد میں ڈرا Draw کر سکتے ہیں (بنا سکتے ہیں)۔ یا آپ ایک ”چو، کو، رے“ پہلے بنائیں بعد میں ”سے ہے کی“ بنائیں اور بعد میں پھر ”چو، کو، رے“ بنائیں۔

2- سے۔ ہے۔ کی Sei Hei ki

یوسوئی ریکی کے ساتھ کوان، الفاظ کے معنی کے متعلق نظریہ یہ ہے کہ

”خدا اور انسانیت اہلک ہیں“

یہ الفاظ شعور اور لا شعور کے درمیان ”ہم آہنگی“ پیدا کرتے ہیں اور ریکی کا مقصد بھی یہ ہے کہ اشیاء میں ”ہم آہنگی“ پیدا ہو اور اس کے علاوہ یہ ذہنی اور جذباتی مسائل کو حل کرنے کے لئے بھی مفید ہیں۔ یہ درج ذیل مقاصد کو حاصل کرنے کے لئے مستعمل ہیں۔

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

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

☆ ازدواجی تعلقات میں بہتری کی خاطر۔

☆ شعور کو آرام و سکون کی فریکوئنسی پر رکھنا۔

☆ شعور کی صفائی

☆ بچوں اور نوجوانوں کے جذبات اور کیفیات کے ایجاب اور چلبلا پن میں توازن قائم

کرنا۔

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

3- ہون۔ شا۔ ڈے۔ شو۔ نون Hon Sha Ze Sho nen

ان الفاظ کا مطلب ہے کہ

”میرے اندر کما خالص تمہارے اندر موجود خالص سکون خوش آمدید لکھتا ہے“

یہ کرشماتی الفاظ ریکی کو ماضی، مستقبل یا کسی اور مقام پر موجود فرد تک بھیجنے کے لئے کام میں لاتے جاتے ہیں اور یہ ریکی خارج کنندہ اور وصول کنندہ فرد کے درمیان روشنیوں کا تعلق بن جاتے ہیں، مزید یہ کہ یہ الفاظ زمان و مکان کی زنجیروں کی قید سے آزاد خیال کئے جاتے ہیں، ان کے لفظی معنی اور مفہوم ہیں کہ ”سکون ماضی، حال مستقبل نہیں ہے“۔

ان الفاظ کی روشنیوں سے ریکی کے ماہرین درج ذیل امور سر انجام دیتے ہیں۔

☆ کسی بھی موقع محل یا کسی فرد کو بھٹلے سے وہ دنیا کے کسی گوشے میں موجود ہو ریکی پہنچانا۔

☆ مستقبل میں ہونے والے واقعات مثلاً ضروری میٹنگز، ٹینشن اور انتخابات وغیرہ کو خوش اسلوبی سے انجام دینے کی خاطر۔

☆ ماضی کی ناخوشگوار یادوں اور تکلیف دہ حالات کو بھلانے کے لئے۔

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

☆ مذکورہ الفاظ کی روشنیوں کی اشکال کو ریکی ماسٹر صرف ریکی کے طالب علموں پر دکھاتے ہیں۔

4- ڈائی۔ کو میو Dai Koo Meo

یہ یوسوئی ماسٹر سہل زیادہ سریع فریکوئنسی کو کنٹرول کرتا ہے جس میں دوسرے کے اندر لامحدود تعلق کی جاتی ہے۔ یہ سہل ریکی ماسٹری ڈگری حاصل کرنے والوں کو ہی ٹرانسفر کیا جاتا ہے ریکی ٹیلرز کے لیے صرف (ہون۔ شا۔ ڈے۔ شو۔ نون) سہل تک ہی تین درجات تک عمل تصور کئے جاتے ہیں اور انہیں ماسٹر سہل (ڈائی۔ کو میو) نہیں دیا جاتا۔ اس سہل کی بدولت زیادہ بہتر

فوائد حاصل کئے جاسکتے ہیں۔ یہ سہولت متبادل کرنٹ کو ڈائریکٹ میں تبدیل کرتا ہے۔ اس کے استعمال درج ذیل ہیں۔

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

☆ یہ رہنما کی انرجی کو نئے سرے سے مثبت نتائج کے قابل بناتا ہے۔

☆ یہ ہمیں عمل اور بھرپور ہونے کا زیادہ بہتر احساس دلاتا ہے۔

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

☆ تھوڑی ڈگری چھٹل کو فاصلاتی ”رہنما“ Distant Reiki تک منظم انداز میں بھیجتا ہے۔

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

بعض رہنما ماسٹرن سہولت کو بطور ”وجود“ کے لیے ہیں۔ ایک جیتا جاگتا وجود جس سے وہ مدد لیتے ہیں اور اپنی صلاحیتوں اور رہنما کی توانائی میں اضافے کے لیے۔ مگر یہ نظریہ صرف غیر مسلم رہنما ماسٹرز کا ہے۔ ہم آپ پر واضح کر دیں کہ رہنما سہولت کی خاص اشکال ہیں۔ جنہیں آپ کائناتی انرجی ”کی“ بھی کہہ سکتے ہیں۔ اسلامی رہنما نظریہ کے مطابق یہ اللہ نور سلطنت والائنس کے خاص فریکوئنسی کوڈز ہیں۔ یہ بھی کہا جاسکتا ہے کہ روشنی کی یہ خاص اشکال صحت کا دروازہ کھولنے کے لیے چابیوں کی مانند ہیں۔ دراصل یہ وہ کرشماتی سہولتیں اور کائناتی خفیہ کوڈز ہیں جو شفا بخش رہنما انرجی کا بہاؤ اپنی طرف لانے اور بھرپور تھراپی میں منتقل کرنے کے لئے استعمال کئے جاتے ہیں۔ ان علامات کا مراقبہ کیا جاتا ہے اور انہیں روزانہ مسلسل استعمال میں لایا جاتا ہے۔ ہر ایک

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

رہنما سہولت اور کرشماتی الفاظ کیا ہیں؟

انہیں انگریزی میں Sacred Symbols یا مقدس علامت کہا جاتا ہے۔ اپنے تقدس کی بنا پر خفیہ رکھی جاتی ہیں۔ ہر علامت کو ایک خاص صوتی آہنگ دیا گیا ہے اور یہ رہنما اور پیر چوک پاور کی صلاحیتوں، توانائیوں اور قوتوں میں اضافے کرتی ہیں اور کائناتی توانائیوں سے ہم آہنگ کرتی ہیں۔ رہنما کی خفیہ رختہ اور مقدس چار علامت یا سہولت ہیں۔ ان کی ادائیگی کے الفاظ کو کرشماتی الفاظ کہا جاتا ہے۔ ان علامت کا استعمال چار پانی طریق کے مطابق سکھایا جاتا ہے۔ یعنی شام گرووں 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۔ چارٹ میں ہم نے سہولت کا نام لکھا ہے۔ یہ نام گفتگو اور سیکھنے سکھانے کے دوران استعمال کیا جاتا ہے۔ ان کا استعمال ایک خاص طریقہ سے کیا جاتا ہے۔ علاج کے وقت رہنما سہولت سے دل ہی دل میں دہراتا ہے۔ یہ علامت 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 مریدوں کو شفا ملتی ہے۔ آخری علامت کو ماسٹر سہولت کہا جاتا ہے۔ یہ صرف رہنما ماسٹر استعمال کرتے ہیں۔ رہنما سہولت چارٹ مندرجہ ذیل ہے۔

Reiki Symbols

تصنیف	تصنیف	معنی
تسم	چاند گورہ	قوت الہی میں شاندار "قوت الہی میں سرخرو ہونا" "خدا جیسا ہے"
ذہن	سے اے کی	جذبات، تخیل، طاقت، صفائی، کلیہ کائنات
۱۔	دون، شاندار، شہانہ	خالصی، سادگی، ہمکناری، ماسٹی، "مجھ میں موجود" "روحانی پارل" تم میں داخل ہو رہی ہے۔
۲۔	دانی نمونہ	اتحاد، Attunement

رہنما اور حیوانات و نباتات

رہنما کے ذریعے آپ صرف انسانوں ہی کے نہیں بلکہ حیوانات اور نباتات کے بھی کام آسکتے ہیں یعنی یہی کہا جاسکتا ہے کہ رہنما کا واسطہ Chanel بننے والا فرد ایک وقت انسانوں، جانوروں اور دیگر تمام جاندار اور اشیاء کے معالج کا کردار ادا کر سکتا ہے۔ یہ الگ بات ہے کہ رہنما کو معالج یا ڈاکٹر کہہ کر نہیں پکارا جاتا۔ بلکہ اسے "رہنما" کہا جاتا ہے۔ رہنما کی توانائی ہر ذی روح میں سے گزرتی ہے اس لئے رہنما جاننے 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) اور "ذہنی 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 بائیں اوپر شروع میں اس شخص کا نام لکھیں جسے آپ رہنما بھیجنا چاہتے ہیں۔ شخص کے نام کے نیچے "ہون، شاندار، ہون، ماسٹی" کا سہل تین مرتبہ لکھیں۔ (اگر آپ اس کے ساتھ "چو، کورہ" سہل بھی بنانا چاہتے ہیں، تو تین دفعہ "چو، کورہ" لکھیں۔ اگر آپ جذباتی اور ذہنی ہینک دینا چاہتے ہیں تو "سے، اے کی" بھی شامل کر لیں۔ ان سہلوں کے نیچے اپنا مطلوبہ نتیجہ لکھیں۔ عموماً یہ تصدیقی انداز میں لکھا جاتا ہے۔ مثلاً آپ دل کو ہینک دے رہے ہیں تو تصدیق اس طرح ہوگی۔

"دل کا علاج مکمل ہو چکا ہے"

جب آپ کاغذ تیار کر لیں تو صرف اپنے ہاتھ کاغذ پر رکھیں اور رہنما دیں۔ ہاتھ جتنی دیر چاہیں کاغذ پر رکھیں۔ عموماً اس کا بہتر وقت کم از کم 15 منٹ ہوتا ہے۔ ہینک سیشن ختم ہونے کے بعد اس کاغذ کو کسی محفوظ جگہ پر رکھ دیں۔ آپ اس کاغذ کو اگلے ہینک سیشن کے لئے بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ نیا کاغذ تیار کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ آپ اس کاغذ کو جتنی دیر چاہیں ہینک دینے کے لئے استعمال کر سکتے ہیں۔ جب اس شخص کا علاج ہو جائے یا آپ ہینک میں وقفہ کرنا چاہیں۔ اس کاغذ کو پھاڑ کر پھینک دیں۔ آپ اس کاغذ کو پانی میں بھی پھینک سکتے ہیں۔ مگر کچن کے سینک یا ہاتھ روم میں نہیں بلکہ جمیل، جوبز، 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 رہنما ارسال کر رہے ہوں، ہو سکتا ہے کہ ہر ایک کو (الگ الگ) رہنما 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 تھیلی میں ڈال لیں، پھر

روزانہ اس ڈبے Box کو ریکی دیں۔ ڈبے میں کانڈوں پر لکھے ہوئے تمام ناموں تک ریکی تیار جائے گی۔ اس طریقہ کو مقبولیت کی وجہ سے ریکی بکس (Reiki Box) کہا جاتا ہے۔ کانڈوں بجائے فرد کی تصویر بھی استعمال میں لائے جاسکتے ہیں۔ تصویر کا طریقہ ہم آئندہ صفحات میں ذکر کریں گے۔

ذہنی طریقہ The Mental Method

ذہنی طریقے سے مراد ایسا طریقہ ہے جس میں ہینک کا پورا عمل تصور کے ذریعے انجام دیا جاتا ہے۔

- 1- مریض کا تصور کریں۔ اگر آپ نے مریض کو دیکھا نہ ہو تو ذہنی طور پر اس کا نام پکار سکتے ہیں۔
- 2- تصور کرنے کے بعد "ہون، شاد، ذمے، شو، بن" سمیل بنا لیں۔
- 3- اب اس شخص کا دوبارہ تصور کریں اور محسوس کریں کہ وہ شخص سفید روشنی میں گھرا ہوا ہے۔ یہاں پر سفید روشنی ریکی ازہنی کو ظاہر کرتی ہے۔
- 4- اب آپ اس پورے شخص پر ذہنی طور پر "چو، کو، رے" کا سمیل بنا سکتے ہیں اور سمیل کا نام تین دفعہ لیں۔
- 5- اگر آپ جسم کے کسی مخصوص حصے کو ہینک دینا چاہتے ہیں تو اس متعلقہ حصے پر اپنی توجہ مرکوز کریں۔ اس حصے کو سفید روشنی میں لپٹے ہوئے تصور میں "چو، کو، رے" سمیل بنا لیں۔ اس حصے یا مسئلے کے بارے میں تصدیقی فقرہ کہیں۔ مثلاً "اس حصے کی درد ختم ہو چکی ہے، موزن ختم ہو چکی ہے۔ یہ عضو یا جگر مکمل طور پر صحت یاب ہو چکا ہے" اس کے بعد دوسرے حصے پر توجہ مرکوز کریں اور یہی طریقہ کار دہرائیں۔ جب آپ تمام متعلقہ حصوں کو ہینک دے چکیں تو پھر پورے شخص کا تصور دوبارہ قائم کریں۔ پھر پورے جسم کے لئے "چو، کو، رے" سمیل بنا سکتے ہیں اور تصدیقی فقرہ

- کہیں، اس طرح ہینک سیشن ختم ہو جائے گا۔
- 7- ہینک سیشن کے اختتام کے لیے کوئی مخصوص رسم نہیں ہے۔ جب آپ ختم کر لیں تو بس اپنی آنکھیں کھول دیں اور روزمرہ کام کرنا شروع کریں۔
- 8- آپ کسی بھی وقت، کسی بھی جگہ یہ تکنیک استعمال کر سکتے ہیں۔
- 9- اگر آپ یہ کام گھر میں کر رہے ہوں تو آپ فاصلاتی علاج کے لئے اس شخص کے موجود ہونے کی سمت میں اپنے ہاتھ بلند کر سکتے ہیں۔ اس حالت میں آپ تصور کریں کہ آپ کی ہتھیلیوں سے روشنی نکل کر اس شخص یا اس شخص کے متعلقہ حصے کی جانب جا رہی ہے۔ آپ اپنی ہتھیلیوں پر "چو، کو، رے" سمیل بنا سکتے ہیں۔ اس مرحلے کا فائدہ یہ ہے کہ آپ اپنے ہاتھوں میں اچھی خاصی ازہنی محسوس کریں گے۔ ایسا کرنے سے آپ کو یہ معلوم ہو جاتا ہے کہ متعلقہ حصے کو کتنی ازہنی کی ضرورت ہے۔ یا وہ حصہ کتنی ازہنی لے چکا ہے۔ (اگر آپ کو کچھ بھی محسوس نہ ہو تو یہ پریشان ہونے کی ضرورت نہیں)

دوسرے طریقے

☆ آپ متعلقہ شخص کا فاصلاتی علاج اس کی تصویر کے ذریعے بھی کر سکتے ہیں۔ تصویر ہاتھوں کے درمیان رکھی جاسکتی ہے۔ ذہنی طور پر "ہون، شاد، ذمے، شو، بن" سمیل بنا لیں اور تین مرتبہ اس سمیل کا نام لیں۔ اسی طرح "چو، کو، رے" بنا لیں اور تین مرتبہ سمیل کا نام پکاریں۔ پندرہ منٹ تک ریکی دینے کا سلسلہ جاری رکھیں۔

☆ آپ تصور پر اپنے سامنے بھی رکھ سکتے ہیں اور اپنے ہاتھوں کا رخ تصویر کی جانب رکھیں۔ ذہنی طور پر "ہون، شاد، ذمے، شو، بن" بنا لیں اور "چو، کو، رے" بنا لیں اور پندرہ منٹ تک ریکی دیں۔ آپ اپنی دونوں ہتھیلیوں پر "چو، کو، رے" سمیل بھی بنا سکتے ہیں۔

☆ اگر آپ جسمانی لمس کا طریقہ استعمال کرنا چاہتے ہیں تو آپ کوئی نرم سا کھلونا یا ٹیکیا استعمال کر سکتے ہیں۔ تصور کریں کہ یہ وہی شخص ہے جس کا آپ علاج کر رہے ہیں۔ اس ٹیکے کو

مکمل جسم خیال کرتے ہوئے، علاج کریں۔ آپ کو سہل استعمال کرنے کی ضرورت پیش آنے گی۔ جیسا کہ یہ فاصلاتی علاج ہے۔ آپ اضافی طور پر "چو، کو، رے" کا سہل بھی استعمال کر سکتے ہیں اور "ے، 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 ہیٹنگ بھیج رہے ہیں)

2- ہیل Bridge سہل "ہون، شاڈے، شوہن" اور

3- ہیٹنگ ارسال کرنا (رہکی 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 رہکی معاون ثابت ہوتی ہے۔ مثلاً آپ لوگوں کے تحفظ، بنیاد سے نجات کے لئے مختلف عادات اور خوف سے نجات، ماضی کے حوالے سے ذہنی مسائل حل کرنے کے لئے، جو موجودہ حالات پر اثر انداز ہو رہے ہوں۔ ان سب کے حل کے ارادے کے لئے رہکی ارسال کیا جاسکتی ہے۔

تینوں علامتوں Symbols کے دوسرے استعمال

"چو، کو، رے"

1- ہیٹنگ انرجی میں اضافہ کے ساتھ ساتھ "چو، کو، رے" 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 حالی ہی میں فوت ہو گیا ہو، یا اس جگہ پر بیمار رہا ہو۔ اگر کسی جگہ کو زیادہ عرصے کے لئے مشغل رکھا گیا ہو۔ اگر کسی جگہ

کے بارے میں زیادہ دلائل دینے جاتے ہوں یا اس جگہ آپ گھٹن محسوس کرتے ہوں۔ اگر آپ کسی ایسے کمرے گھر میں ہوں اور اسے صاف کرنا چاہتے ہوں تو بڑے سائز میں "چو، کو، رے" بنا لیں اور تین دفعہ اس سہل کا نام پکارتے ہیں۔ اپنے ہاتھوں کو انرجی دینے والی حالت میں لائیں پھر تصدیقی فقرہ کہیں۔ مثلاً "چو، کو، رے" اس کمرے میں انرجی کو صاف کر دیا ہے اور اس میں ابندی طاقت بھر دیا ہے۔"

اس کمرے کو ابندی طاقت سے بھر جانے دیجئے، جو بیگانگت امن مثبت انداز اور گھر میں موجود تمام افراد کے لئے اچھی صحت کے لئے معاون ثابت ہو گی۔"

2- اگر آپ اپنے ہاتھوں کو نیم (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 چکر اسے نکلنے والی انرجی کا تصور کریں یا اس انرجی کا تصور کریں کہ ہارٹ چکر اسے نکل رہی ہے یا اس طرح تصور کریں کہ تیسری آنکھ کے چکر اور ہارٹ چکر دونوں سے انرجی نکل رہی ہے۔

3- "چو، کو، رے" 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۔ "ہون، شاڈے، شوہن" اور "چو، کو، رے" سہل بنا لیں اور تین مرتبہ سہل کا نام لیں۔ تصدیق کیجئے کہ یہ "چو، کو، رے" اس شخص کے اورا میں موجود ہے اور اسے تحفظ فراہم کر رہا ہے۔ اس طرح کی ہیٹنگ کا ایک سیشن 24 گھنٹوں کے لئے تحفظ کا کام دے گا۔

"ے۔ ہے۔ کی" Say Hay Key

یوسٹی رہکی کے ساتھ کالان الفاظ کے معنی کے متعلق نظریہ یہ ہے کہ

"خدا اور انسانیت ایک ہیں"

یہ الفاظ شعور اور دانشور کے درمیان ”ہم آہنگی“ پیدا کرتے ہیں اور رکی کا تصور بھی یہ ہے کہ اشیاء میں ”ہم آہنگی“ پیدا ہو اور اس کے علاوہ یہ ذہنی اور جذباتی مسائل کو حل کرنے کے لئے بھی مفید ہے۔ یہ درج ذیل مقاصد کو حاصل کرنے کے لئے مستعمل ہیں۔

تلا یا دو اشت کو بہتر بنانا اور طاقت پر گرفت مضبوط کرنے کے لئے۔

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

بہتر ازدواجی تعلقات میں بہتری کی خاطر۔

بہتر شعور کو آرام و سکون کی فریکوئنسی پر رکھنا۔

بہتر شعور کی صفائی۔

بہتر بچوں اور نوجوانوں کے جذبات اور کیفیات کے اُبال اور چلبلا پن میں توازن قائم کرنا۔

بہتر کسی فرد کا نام، گم شدہ شے یا ایلی فون نمبر کو فوری طور پر یاد کرنے کے لئے۔

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

یادداشت کو بہتر بنانے کے لئے

اپنی کنٹیکٹس پر ایسے ہاتھ رکھیں، ذہنی طور پر ”چوکو رہنے“ اور ”سے ہے کی“ بنائیں۔

تین مرتبہ ان اسمبل کا نام پکارتے ہیں۔ اور تصدیق فرماتے ہیں مثلاً ”میسری بسا دا اشت میں اضافہ ہو رہا ہے میں آسانی سے معلومات حاصل کر سکتا ہوں اور انہیں ہر قدر ادرکھ سکتا ہوں۔“

تعلقات کے علاج کے لئے

اگر آپ کا نذ کا طریقہ استعمال کر رہے ہیں تو تعلقات کے لئے دونوں اشخاص کے نام لکھیں۔ ناموں کے نیچے تینوں اسمبل بنائیں اور تین مرتبہ ان اسمبل کے نام لکھیں۔ پھر تصدیقی فقرہ لکھیں مثلاً۔

”ان کے درمیان ہم آہنگی بہتر ہو رہا ہے۔ احتیاط اور بہت سے بہولنے والا تعلق ہے“

کا نذ تیار کرنے کے بعد کا نذ پر دونوں ہاتھ رکھیں اور رکی دیں۔

اگر آپ تصور کا طریقہ استعمال کر رہے ہیں تو پھر دونوں اشخاص کا تصور کریں یا ان کے نام لیں۔ ٹیل بنائیں یعنی ”ہون، شادے، ہون“ بنائیں اور پھر رکی دیں۔ رکی دیتے ہوئے جذباتی اور ذہنی بہلیک کے لئے ”چوکو رہنے“ اور ”سے ہے کی“ استعمال کریں۔ اگر آپ کے پاس مزید وقت ہو تو آپ دونوں اشخاص کے دل اور تہری آکھ پر ”چوکو رہنے“ اور ”سے ہے، کی“ بنا سکتے ہیں اور تصدیقی 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 کسی سیشن کرنا ہوں گے۔ کسی لوگوں کو یہ تجربہ بھی ہوا ہے کہ بعض تعلقات میں جس قدر چاہے رکی دی جائے، کوئی فائدہ نہیں ہوتا۔ اس بات کو تسلیم کیا جانا چاہئے کہ اس میں بھی کسی شخص کا فائدہ ہی ہوتا ہے کہ حالات ویسے ہی رہتے ہیں۔ ان میں تبدیلی نہیں آتی۔ لیکن بعض کیسوں میں لوگوں نے بھڑائی نتائج بھی حاصل کئے ہیں۔

اگر آپ تعلقات میں معمولی کشیدگی کا علاج کر رہے ہیں تو اس کے لئے ایک یا دو سیشن ہی کافی ہوں گے۔ طلاق ایک ایسی صورت ہے کہ جس میں تعلقات کے لئے انفرادی علاج کیا جانا چاہئے۔ اگر دو لوگوں میں علیحدگی ہونے والی ہے، یا حال ہی میں علیحدگی ہو چکی ہے، تو آپ کو خصوصاً ہارت چکرا، ہمارا اور ریڑھ کی ہڈی کے چکراز پر آگے اور پیچھے رکی دینی

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

”مجھ میں آزادانہ ذہنیے کی طاقت اور ہمت ہے مجھے دوسرے شخص پر جذباتی انحصار کسی ضرورت محسوس نہیں ہوتی“

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

اپنا نام (یا متعلقہ شخص کا نام) کسی کاغذ پر لکھ کر نیچے اس عادت کا نام لکھیں جس سے چھٹکارا حاصل کرنا ہے۔ تینوں سہل بنائیں اور تین مرتبہ ان کے نام لکھیں۔ کاغذ اپنے دونوں ہاتھوں کے درمیان رکھ کر رکھی دیں۔ اس سے آپ کے ذہن و جذبات کو رکھی جائے گی۔ جن کا اس عادت سے تعلق ہے۔ اس طرح ان جذبات کا علاج شروع ہو جائے گا۔ اس کاغذ کو روزانہ رکھی دیں۔ آپ اس کاغذ کو اپنے ساتھ کہیں لے جایا سکتے ہیں۔ اگر آپ محسوس کریں کہ دن کے کسی حصے میں اس عادت کی زیادتی ہو رہی ہے تو وہ کاغذ نکالیں اور اسے رکھی دیں۔

اگر آپ وزن کم کرنا چاہتے ہیں

ایک کاغذ پر اپنا نام لکھیں۔ تمام یعنی تینوں سہل بنائیں اور ان کے نام تین مرتبہ لکھیں۔ اس طرح کا تصدیقی فقرہ یا الفاظ لکھیں۔ ”صحت مندانہ و وزن کسی جسمی“ اور اس کاغذ کو رکھی دیں۔ آپ ہر 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 ”لہون، شاذ، ے، شون، ن“ کا نامیلے سے ہٹل بنا کر علاج کے لئے استعمال کرنے پر بحث کی ہے۔ یہ سہل وقت کے ساتھ بھی کام کرتا ہے۔ ہم اسے ماضی اور مستقبل کے حوالے سے علاج کے لئے بھی استعمال کرتے ہیں۔ ہم ان کیسوں میں ماضی کے لئے کام کرنا

چاہتے ہیں۔ اگر آپ کا مریض کسی ایسے مرض یا مسئلہ کا شکار ہے جس کا تعلق ماضی کے کسی واقعے سے ہو یا وہ ماضی 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 کیسوں میں، ہم ماضی کے مسئلوں سے نجات حاصل کرنا چاہتے ہوں۔ مستقبل میں کسی کامیابی کے حصول کے لئے ہم اپنے آپ کو یا دوسروں کو رکھی بھیج سکتے ہیں۔ آپ اس طریقہ کے ذریعے مقاصد کو بھی طاقتور بنا سکتے ہیں۔ مختلف مقاصد کے لئے رگی ارسال کرنے کے طریق مندرجہ ذیل ہیں۔

امتحان کے دنوں میں بچوں کی مدد کرنا

نتائج، انٹرویو، سفر، تحفظ، مذاکرات، وقت پر پہنچنا، یا زمین کی زرخیزی کے لئے مدد کرنا۔ رگی کو مقاصد یا قبضے کے لئے بھی استعمال کرتے ہیں واضح رہے کہ قبضے کے لئے رگی دینے سے کوئی چیز یا ہر ایک چیز نہیں ملے گی۔ آپ کو صرف وہی چیزیں ملیں گی جو آپ کو تعلق اظہار، حمہ و کردار 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 امرجی موجود ہوگی۔ کئی لوگ ”سے، ہے، کی“ کا استعمال جاری رکھتے ہیں۔ ان کے خیال میں وہ اسے لوگوں کو قیاب کر کے حتیٰ کہ لوگوں سے بعض اشیاء واپس لینے کے لئے بھی اسے استعمال کرتے ہیں۔ تاہم اس کا حصول ناممکن ہے۔ کیونکہ رگی ایک طریقہ علاج ہے یہ کچھ چھیننے کا عمل نہیں ہے یہ اس طرح کام نہیں کرتا۔ ماضی اور مستقبل کے کام سے حوالے سے یہاں کچھ مثالیں دی جاتی ہیں۔

ماضی

جب آپ کسی کالمس کے ذریعے علاج کر رہے ہوں اور ماضی کے حوالے سے ہیلتھ دینا چاہتے ہوں تیسری آنکھ کے چکر پر اپنا ہاتھ رکھیں۔ ذہنی طور پر ”ہون، شاذ، ے، شون“ بنائیں

اور اس سہیل کا نام تین مرتبہ پیکاریں 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 سیدہ کا نام لیں)۔ پھر ذہنی طور پر ”چو، کو، رے“ اور ”سے، ہے، کی“ بنا لیں اور تین مرتبہ سہیل کا نام پیکاریں اور جذباتی و ذہنی ہیلتھ دیں۔ ڈر 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 پیکاریں۔
 - 2- ”ہون، شا، ذے، ہون،“ ذہنی طور پر بنا لیں اور سہیل کا نام تین مرتبہ پیکاریں
 - 3- ”چو، کو، رے“ ذہنی طور پر بنا لیں سہیل کا نام تین مرتبہ پیکاریں اور ریکی دیں
 - 4- اب تصدیقی فقرہ کہیں اور ”ہون، شا، ذے، ہون،“ دوبارہ بنا لیں اور تین مرتبہ سہیل کا نام پیکاریں اور متعلقہ ڈر خوف ختم کرنے اور اس کے علاج کے لئے ریکی سمجھیں۔
- 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 ”ہون، شا، ذے، ہون،“ بنا لیں اور تین مرتبہ سہیل کا نام لیں۔ اب اس معاملے کی وجہ پر غور کریں اور ماضی کا کوئی واقعہ جو ہو سکتا ہے۔ یادداشت سے اس معاملے کو اخراج کے لئے تصدیقی فقرات کہیں۔ ”سے، ہے، کی“ اور ”چو، کو، رے“ استعمال کریں اور تصدیقی فقرات دوبارہ کہیں۔

مستقبل

مستقبل میں ریکی ارسال کرنے کے لئے آپ نل 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 ریکی ارسال کر سکتے ہیں تاکہ وہ وقت آنے پر ریکی آپ کی مدد کے لئے موجود ہو۔ آپ اپنے مقاصد کو طاقور بنانے کے لئے بھی ریکی 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 سے 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 ”ہون، شا، ذے، ہون،“ اور ”چو، کو، رے“ بنا لیں اور تین مرتبہ ان کے نام لکھیں۔ روزانہ تین منٹ یا اس سے زیادہ وقت اس کاغذ کو ریکی دیں۔ اپنے مقصد کے حصول کے لئے مادی کوشش لگا کر جاری رکھیں۔ آپ کو ہر چیز بہتر کام کرتی ہوئی دکھائی دے گی۔ ہر کام میں بہتری نظر آئے گی۔ اگر مقصد کی بہتری 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 ریکی دینے پر وقت 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 لگائیں یعنی شمار کر لیں۔
- 2- ہر صبح جاگنے کے بعد اور ہر رات سونے سے قبل 15 منٹ تک اس کاغذ کو ریکی دیں۔
- 3- ریکی دیتے وقت مقصد کا تصور کریں اور اس کے بارے میں جذبات اجاگر 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 پہل یعنی ”ہون، شا، ذے، ہون،“ اور ”چو، کو، رے“ بھی استعمال کر سکتے ہیں۔

درج بالا طریقہ مثبت فکر، ذہنی تسلط اور ریکی کا استخراج ہے۔

ریکی کے ساتھ پروگرامنگ

Programming With Reiki

فرض کریں کسی شخص کو کل 3 بجے سپہر 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 صحیح 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 فاصلاتی علاج

Group Distance Healing

جب کسی مخصوص شخص کو ایک سے زیادہ افراد ریکی ارسال کر رہے ہوں تو اسے گروہی فاصلاتی علاج کہا جاتا ہے۔ گروہ ایک ہی وقت میں یا 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 ہیگامی صورت حال میں کیا جاتا ہے۔

دائرہ علاج Healing Circle

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

مخصوص شخص کے لئے فاصلاتی علاج کریں گے۔ جب آپ ریکی دینا ختم کر دیں تو آپ اپنی آنکھیں کھول سکتے ہیں اور ہاتھ پھوڑ سکتے ہیں۔ ہیگامی 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۔ کئی ایسے کیس 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 دماغ سے وزن کم ہونا شروع ہو جائے گا۔ تاہم اس قسم کی ہیلتھ میں کئی ایک سیشن کی ضرورت ہوتی ہے۔

ماسٹر سمبل

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

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

بہتر اگر آپ کسی ایسے شخص کا علاج شروع کرنے والے ہوں جو کافی عرصہ سے کئی بیماریوں 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 حصے پر یہ سہل بنائیں۔ اگر آپ فاصلاتی علاج کر رہے ہوں تو اس سہل کو "ہون، شاز، ہوشون" اور "چو، کو، رے" کے ساتھ یا تو وقتی طور پر بنائیں یا کاندھ 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 ہتھیلیاں اوپر کی جانب) میں اپنے ہاتھ گھنٹوں پر رکھ کر آرام دہ حالت میں بیٹھ جائیے۔ تصور کریں کہ آپ کے اوپر سفید روشنی کی بیم (Beam) شعاع پڑ رہی ہے۔ تصور کریں کہ یہ سفید روشنی آپ کے سر اور چکرا (Crown Chakra) میں داخل ہو رہی ہے۔ چند منٹوں تک یہی ارتکاز برقرار رکھیں۔ اس طرح آپ اپنے کراؤن چکرا کو انرجائز کر رہے ہیں۔ (قوی بنا رہے ہیں) اب اپنی توبہ ہتھیلیوں پر مرکوز کر دیں۔ تصور کریں کہ اوپر سے سفید روشنی کی دو بیم (Beam) آپ کے ہاتھوں پر پڑ رہی ہیں اور انہیں چارج کر رہی ہیں۔ چند ہی منٹوں کے بعد آپ اپنی ہتھیلیوں کو یا تو بھاری محسوس کریں گے یا پھر گرم محسوس کریں گے۔ آپ اپنی دونوں ہتھیلیوں پر "چو، کو، رے" بھی بنا سکتے ہیں۔ اب آپ کے ہاتھوں میں شفا بخشی کی قوت آجی 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 بخشی قوت کا حامل بنانے کے لئے ایک اور تکنیک بھی ہے۔

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

لاتے جائیں۔ مرکزی ہتھیلی تک لے جائیں۔ ہارٹ چکرا تک لے آئیں۔ تصور کریں کہ یہ سفید روشنی گلابی رنگ میں تبدیل ہو چکی ہے اور ہارٹ چکرا میں داخل ہو چکی ہے۔ اسی طرح دوبارہ تصور کریں کہ سفید روشنی اوپر سے آ رہی ہے۔ اس روشنی کو نیچے مرکزی ہتھیلی تک لے چکرا 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 چکرا میں داخل ہو رہی ہے۔ اب اس روشنی کو نیچے مرکزی ہتھیلی تیسری آنکھ کے چکرا تک لے جائیں اور تصور کریں کہ یہ نیلیوں Indigo میں تبدیل ہو چکی ہے۔ اپنے ہاتھ ہارٹ چکرا پر (کپ کی حالت میں) لائیں اور تصور ہی تصور میں اپنے ہاتھوں کو گلابی روشنی سے بھر لیں۔

اب ہاتھوں کو آرام سے گلے کے چکرا کے سامنے لائیے۔ تصور کریں کہ آپ کے ہاتھ نیلی روشنی سے معمور ہوتے جا رہے ہیں۔ اس کے ساتھ ساتھ گلابی روشنی کو بھی ملائے جائیں۔ اس کے بعد اپنے ہاتھ تیسری آنکھ کے چکرا کے سامنے لائیں اور تصور کریں کہ نیلیوں Indigo روشنی کا آپ کے ہاتھوں میں پہلے سے موجود طاقت سے اجزاجز ہو رہا ہے۔ اس طریقے سے آپ کے ہاتھوں میں شفا بخشی طاقت میں بہت زیادہ اضافہ ہو جائے گا۔

آپ یہ کام روزانہ بھی کر سکتے ہیں کیونکہ اس سے آپ کے ہاتھ پورا دن چارج رہیں گے۔ شفا بخشی قوت کے حامل اپنے ہاتھوں سے آپ اپنا اور دوسروں کا علاج کر سکتے ہیں۔ اس کے لئے مرہٹس کا ہاتھ "اپنے ہاتھوں کے درمیان" رکھیں۔ "ہاتھوں کے درمیان" سے مراد یہ ہے کہ اپنے دونوں ہاتھ 16 انچ کھلے رکھیں، ہتھیلیاں آمنے سامنے ہوں۔ اب ان تمام لوگوں (مرہٹوں) کا تصور کریں، جن کا آپ علاج کرنا چاہتے ہیں کہ وہ آپ کے ہاتھوں کے درمیان میں ہیں۔ آپ صرف "ہون، شاز، ہوشون" اور "چو، کو، رے" 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 سہل استعمال کریں اور متعلقہ تصدیقی فقرات کہیں۔

چکرا کو انرجائز کرنا یعنی چکرا میں شفائی قوت ڈالنا

ذیل میں ایک ایسی سادہ سی تکنیک دی جا رہی ہے جس سے آپ اپنے چکراز میں شفائی 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 متبادل 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 ریلکس (Relax) کرنے کے لئے چند گہرے سانس لیں۔ اب تصور کریں کہ سنہری روشنی کی شعاعیں آپ کے کراؤن چکرا میں داخل ہو رہی ہیں اور شفائی قوت دے رہی ہیں۔ روشنی کی ان شعاعوں کو اپنے تمام چکراز تک لے جائیں۔ اپنے گھٹنوں میں، پھر پاؤں کے نیچے چکراز میں، اور آخر میں زمین پر لے جائیں۔ مرکزی چینل پر ہلکے پن کا احساس کریں۔ یہ ورزش آپ کو پُر سکون کر دینے کے لئے بھی بہترین ہے۔ (یعنی جب آپ کے ذہن میں کئی سرگرمیاں جا رہی ہوں اور آپ ذہنی طور پر کئی امور یا اشیاء پر غور کر رہے ہوں)

ریکی مراقبات

اس مراقبے کا اصل مقصد چار سہول یعنی ”ڈائی کو میڈ“ ہون، شاذے، شوہن“ سے ہے، کی، ”اور“ جو، کورے“ پر ذہنی ارغٹاز کرنا ہے۔ یہ مراقبہ اس صورت میں بہترین قرار دیا جاتا ہے جب آپ مکمل طور پر پُر سکون حالت میں ہوں۔

ریکی مراقبہ مرحلہ نمبر 1

کسی پُر سکون جگہ پر آرام دہ 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)

ریکی مراقبہ مرحلہ نمبر 2

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

ریکی مراقبہ مرحلہ نمبر 3

اب تصور کریں کہ یہ سمیل سنہری ہے۔ پانچ منٹ تک اس سمیل کا تصور قائم کریں۔ ذہن میں اگر دوسرے خیالات آئیں تو پریشان کی کوئی بات نہیں۔ صرف اس بات سے آگاہ رہیں کہ آپ کو اور بھی خیالات آ رہے ہیں۔ لیکن پھر دوبارہ اپنے سامنے سمیل 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 لئے ایسا کرنا مشکل ہو۔ وہ ایک کاغذ پر یہ سمیل بنائیں۔ اپنی آنکھیں اس سمیل پر مرکوز کر دیں اور پُر سکون ہو جائیں۔ اس سمیل پر توجہ مرکوز رکھیں اور آنکھیں بند کر لیں۔

ریکی مراقبہ مرحلہ نمبر 4

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

ریکی مراقبہ مرحلہ نمبر 5

”جو، کورے“، ”ہون، شاذے، شوہن“ اور ”ے، ہے، کی“ استعمال کرتے ہوئے دوسرے تیسرے اور چوتھے مرحلے کو دہرائیں۔

ریکی مراقبہ مرحلہ نمبر 6

تمام سمبلز (Symbols) پر مراقبہ کرنے کے بعد آپ میں تخلیقی شفائی طاقت آ جائے گی۔ آپ یہاں مراقبہ روک سکتے ہیں۔ لیکن اگر آپ کے پاس وقت ہو اور آپ فاصلاتی علاج کرنا

چاہتے ہوں، یا اپنے مقاصد کو ازجہی 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 رگی سبل بنائیں۔ سب سے اوپر "ذاتی کوئیو" بنائیں، دائیں جانب "چو، کو، رنے" بنائیں۔ "چیچے" سے، "ے، کی، بنا" بنائیں اور تصویر کے بائیں جانب "ہون، انا، ذے، شو، ن" بنائیں۔ اس عیبیہ 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 علاج کے لئے اسی طرح کریں۔ اس عیبیہ پر یہ کام مکمل کرنے کے بعد یہ کہیں: "اگر ابھی بیمار دو انائی کے ساتھ یہ ممکن ہے تو اسے ہونے دیں۔" پھر کھیل کے احساسات کے ساتھ روشنی کے حلقے میں یہ عیبیہ 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 علاج لکھیں۔ مقصد اس طرح لکھیں گویا کہ یہ مقصد حاصل ہو چکا ہے۔ ساتھ ہی چاروں رگی سبل بنائیں۔ اس کاغذ کو اپنے دونوں ہاتھوں کے درمیان تمام لیں۔



کریٹل گرڈ Crystal Grid

گلیٹنوں (پتھروں) کو اس لئے استعمال کیا جاتا ہے۔ کیونکہ ان میں شفا کی خوبیاں ہوتی ہیں۔ وہ ازجہی میں اضافہ کرتے ہیں۔ ان کی پروگرامنگ بھی کی جاسکتی ہے۔ آپ گلیٹنوں کا استعمال اس صورت میں کر سکتے ہیں۔ جب آپ کسی ایسی شے کو رگی دینا چاہتے ہوں جو آپ کے لئے درحقیقت اہم ہو۔ یہ ہنگامی صورت حال بھی ہو سکتی ہے۔ آپ ہر وقت بھی رگی بھیج سکتے ہیں لیکن یہ عملی طور پر ممکن نہیں ہے۔ سبکی وجہ ہے کہ ہم گلیٹنوں کا استعمال کرتے ہیں۔ یہ ایسے چارج شدہ اور موثر گلیٹنے ہوتے ہیں۔ جنہیں آپ اپنے ارادوں کو ازجہی بھیجنے کے لئے استعمال کر سکتے ہیں۔ ایک دفعہ جب آپ گلیٹنے چارج کر لیں۔ تو یہ گلیٹنے آپ کے ارادوں کو شفا کی ازجہی بھیجنا جاری رکھیں گے جب کہ آپ اپنا کام کر رہے ہوں گے۔

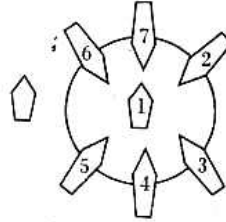
بلاشبہ آپ کے ارادوں کو جاننے والی یہ ازجہی آپ کی اپنی شفا کی ازجہی کی مانند نہیں ہوگی۔ ان گلیٹنوں کو روزانہ چارج کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ رگی گرڈ تیار کرنے کے لئے آپ کو آٹھ گلیٹنوں کی ضرورت ہوتی ہے۔ جب آپ کوئی گلیٹن پہلی دفعہ لیں تو اسے صاف کرنے کی ضرورت ہوتی۔ کیونکہ گلیٹنوں کی پروگرامنگ آسانی سے کی جاسکتی ہے۔ یہ گلیٹن لوگوں کے لمس سے ان کے خیالات کی ازجہی سے متاثر ہوتے ہیں۔ آپ انہیں نمک میں نمکین پانی میں رکھ کر صاف کر سکتے ہیں۔ یا ان کے پہلے اثرات ختم کر سکتے ہیں۔ ایک پیالے میں نمک یا نمکین پانی ڈال لیں اور اس میں گلیٹن ڈبو دیں۔ انہیں پوری رات ڈبوئے رکھیں یا 24 گھنٹے رکھیں۔ انہیں نمک میں رکھنے کے بعد ڈبا کر لیں کہ یہ آپ کے اعلیٰ روحانی مقصد کے لئے صاف شفاف ہو جائیں۔

اس کے بعد آپ کو رگی کرنا ہوگا۔ گز کے لئے ایک جگہ ضرورت 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 گلیٹنے باہر نکالیں۔ نمک نکال دیں اور انہیں تازہ ہوتے ہوئے پانی میں دھوئیں۔ انہیں خشک کر کے اپنے ہاتھوں کے درمیان رکھیں۔ اب، آپ کو انہیں

مؤثر کرنا پڑے گا۔ یہ مؤثریت آپ کے ہاتھوں کو آپ کے دل کے چکرا کے سامنے لا کر حاصل کی جاتی ہے۔ آپ کے ہاتھوں اور ہارٹ چکرا کے ذریعے آپ ریکی کو پختل کر رہے ہیں۔ ان ٹیکنوں سے مخاطب ہو کر ان سے اپنے علاج میں معاون ہونے کا پختہ تصور کریں۔ انہیں چارج کرنے سے قبل اپنی ہتھیلیوں پر آپ "چوہو کورے" بھی بنا سکتے ہیں۔ اب آپ درج ذیل دُعا کر سکتے ہیں۔

"میں ان نگینوں کو کائناتس مفصد کے لئے وقف کرتا/کرتی ہوں۔ اس لمحے سے اب میں اس کی تمام انرجی مر ذی زوج کے لئے جمع کرتا/کرتی ہوں۔ کیونکہ میں تخلیقی ذریعے کے ساتھ ہوں۔ اس لئے میں زندگی کی تمام صورتوں میں سے ایک ہوں۔ اس طرح میں ان نگینوں میں زندگی کی انرجی کو مؤثر کر دھا ہوں۔ اس مقصد کے لئے کہ اس کی طاقت کائناتس مفصد کی خدمت کے لئے جمع کر دھا ہوں۔"

جب آپ تکلیف چارج کر لیں تو آٹھ ٹیکنوں میں سے وہ ٹیکنے منتخب کریں جو قوی ترین ہو۔ (عموماً سب سے بڑا) یہ آپ کا ماسٹر چارجنگ ٹیکنے ہوگا۔ پھر (12 اٹی قطر کے) ایک دائرے میں برابر فاصلے پر چھ ٹیکنے رکھیں۔ ان کا رُخ اندر کی جانب ہو (تصویر کے مطابق) آخری ٹیکنے درمیان میں رکھیں۔



ایک دفعہ جب ٹیکنوں کو اس حالت میں رکھ لیں تو انہیں بائیں مت کیونکہ اس طرح ان کی انرجی کا رابطہ کمزور پڑ سکتا ہے۔ ماسٹر ٹیکنے ریکی گزرد چارج کرنے کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔ اسے بھی دوسرے ٹیکنوں کی طرح ریکی کے ذریعے چارج کریں۔ ماسٹر ٹیکنے چارج کرنے کے بعد اس سے گزرد چارج کریں یہ اس طریقے سے انجام دیا جاتا ہے کہ ماسٹر ٹیکنے اپنے ایک ہاتھ میں دبا لیں۔ اس کا رُخ مرکزی ٹیکنے (یعنی گزرد کے درمیان والا ٹیکنے) کی جانب کریں۔ پتھر اسے اسی حالت میں تھامے رکھیں۔ اب انرجی (یعنی آپ کے ہاتھ سے نکل کر ماسٹر ٹیکنے سے طاقت ور ہو رہی ہے) کا تصور کر سکتے ہیں۔ یہ انرجی طاقتور ہونے کے بعد مرکزی ٹیکنے کی جانب جاری ہے اور اسے چارج کر رہی ہے۔ اسے اسی حالت میں 30 سیکنڈ یا اس سے زیادہ تھامے رکھیں۔ اب اس دائرے میں موجود دوسرا ٹیکنے لیں۔ آپ کسی بھی سمت میں (کا کا مائز یا انٹی کا کا مائز) ٹیکنے لے سکتے ہیں۔ اسے دوبارہ چارج کریں اور پھر گزرد میں اٹھا ٹیکنے لے لیں۔ ان سنے ٹیکنے کو چارج کرنے کے بعد دوبارہ مرکزی ٹیکنے لیں۔ اسی طرح مسلسل جاری رکھیں۔ اگر یہ ترتیب آپ کو مشکل لگے تو درج ذیل سلسلے کو یاد رکھیں۔

1. 1.2.3, 1.3.4, 1.4.5, 1.5.6, 1.6.7.1.
گزرد چارج ہو جاتا ہے۔ آپ کو یہ گزرد روزانہ چارج کرنا چاہیے۔ اگر کسی دن وقت نہ ملے تو صرف اپنے ہاتھوں کو انرجی دینے والی حالت میں لائیں۔ "چوہو کورے" بنا لیں اور چند منٹوں تک ریکی دیں۔ آپ اس گزرد کو اپنے علاج کے لئے اپنے ارادے قوی جاننے کے لئے اور دوسروں کے علاج کے لئے استعمال کر سکتے ہیں۔ آپ اس میں اپنا ریکی کبھی رکھ سکتے ہیں۔ آپ جو کچھ بھی رکھیں مثلاً اپنی یاد دوسروں کی تصاویر یا کاغذ جس پر آپ کی خواہشات لکھی ہوئی ہوں، یا حتیٰ کہ آپ کا ریکی کبھی اس گزرد میں نہیں رکھا جاسکتا ہے۔ آپ اسے مرکزی ٹیکنے کے نیچے درمیان میں بھی رکھ سکتے ہیں۔ اگر آپ ریکی کبھی درمیان میں رکھنا چاہتے ہیں تو پھر آپ ٹیکنے کبھی کے اندر رکھ سکتے ہیں۔

بذریعہ ریکی نفسیاتی جراحی یعنی روحانی آپریشن

نفسیاتی جراحی حقیقی جراحی نہیں ہوتی بلکہ یہ ادواء صاف کرنے کی ایک شدید شکل ہوتی ہے۔ اگر آپ کو یہ احساس ہو کہ آپ کی طبیعت بہت حساس ہے اور آپ ریڑھ کی ہڈی میں کمزوری محسوس کرتے ہیں تو یہ تکنیک استعمال نہ کریں۔ یہ تکنیک فاصلے پر بھی انجام نہیں دی جاسکتی۔ آپ کا مریض جسمانی طور پر آپ کے پاس موجود ہونا چاہیے۔ منشی ٹگر کی ازہی جو عموماً منشی 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 منشی توانائی ایک مخصوص شکل اختیار کر لیتی ہے اور جسمانی اعضاء پھکڑا کر ادواء کے ارد گرد موجود ہوتی ہے۔ اسے درج ذیل تکنیک کے ذریعے ہلایا 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 ذہنی معاملات سے آگاہ ہیں تو اس سے آپ کو علاج میں مدد ملے گی۔

2- مریض کو کرسی پر بٹھائیں۔ پیچھے مڑ کر اپنے دونوں ہاتھوں پر "ڈوائی، کومیڈ" مسل بنا لیں، اسی طرح "چو، کورے" بنا لیں، اپنے تحفظ کے لئے اپنے جسم کے سامنے

"چو، کورے" بنا لیں۔ پھر اپنے ہارٹ پیکر اور کراؤن پیکر پر "چو، کورے" بنا لیں اپنی جسمانی انگلیاں سمجھ کر "ریکی کی انگلیاں" پھیلائیں۔ تصور کریں کہ آپ انگلیوں کو ہوا میں 6 سے 18 انچ تک لہا 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 "چو، کورے" بنا لیں۔ اسی طرح دونوں ہاتھوں پر کریں۔

4- یہ کہیں کہ کھانج امدی محبت و دانش سے ہوتا ہے جو اعلیٰ و اراخ اچھائی سے متعلق ہے

5- جہاں کہیں رکاوٹ ہے وہاں "ادواء" پر "چو، کورے" بنا لیں۔

6- منشی ازہی کو اپنی بڑھی ہوئی ریکی انگلیوں سے باہر کھینچیں اور اسے اوپر چھوڑ دیں۔

منشی ازہی کھینچنے کے اس عمل میں اپنا فہم استعمال کریں۔

7- منشی ازہی کو جانتا ہوئے بہت احتیاط سے کام لیں۔ ادواء کے نزدیک بہت زیادہ گہرے سانس نہ لیں۔ جب آپ منشی ازہی خارج کریں تو سانس خارج کرنے کو ترجیح دیں۔

8- کئی منٹ تک منشی ازہی باہر کھینچنا جاری رکھیں۔ جب آپ ایسا کریں گے تو آپ جسم کے مختلف حصے میں تبدیلی محسوس کریں گے۔ اس کا مطلب ہے کہ آپ ترقی کر رہے ہیں۔ متاثرہ حصے کے مختلف زاویوں اور اطراف سے منشی ازہی نکالنے کی کوشش کریں اس کام کے لئے کہ کیا کرنا ہے اور کس طرح کرنا ہے، اپنے وجدان سے مدد لیں اپنے وجدان سے مدد لینے کے لئے ریکی مراقبات کریں اور وہ تقابلاً اپنے ریکی استاد سے رابطہ قائم حاصل کرتے رہیں کیونکہ ریکی میں استاد ہی سب کچھ ہوتا ہے۔ جو آپ کو تاحیات ریکی پاورز سفر کرتا ہے۔

9- چار سے پانچ منٹ اس طرح کرنے کے بعد، اس فرد سے پوچھیں کہ وہ کیسا محسوس کر رہا ہے، رہی ہے۔ آیا اس کی منشی ازہی کی شکل میں کوئی تبدیلی ہوئی ہے۔ اگر اس کی شکل ختم ہو جائے تو سمجھیں آپ نے یہ حصہ انجام دے دیا۔ اگر (منشی ازہی) بڑی طور پر موجود تو منشی ازہی باہر کھینچنا جاری رکھیں۔ حتیٰ کہ وہ شخص خود یہ بتائے کہ یہ عمل طور پر چاکی ہے یا یہ مثبت ازہی سے باہم تبدیل ہو چکی ہے۔

10- اگر آپ یہ محسوس کریں کہ کئی منٹوں کے بعد بھی منشی ازہی ابھی تک موجود ہے۔ تب آپ کو جسم کے مختلف 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 "ے، ہکی" بنا لیں۔ اس حصے پر اپنے ہاتھ رکھیں اور براہ راست اس حصے سے مخاطب ہو کر راہنمائی طلب کریں۔ یہ پوچھیں کہ منشی ازہی خارج کرنے کے لئے کیا کوئی سبق ہے۔

تلقوہ	آنکھیں کھلی ہو کر خار۔
چہرے کا تقوہ	سوزوں کا نچلا حصہ کانوں کے پیچھے۔
سوزوں سے خون کا اخراج	سر کے پوائنٹس منہ کے اطراف۔
دماغی رسولی اور دماغی غلطیات	سر کے پوائنٹس پر زیادہ وقت صرف کریں۔
نوٹی ہوئی ہڈیاں	متعلقہ حصے کا علاج کریں۔
درم زرخہ	دسم اور لڑکی کے مطابق
بہل جانا	متاثرہ حصے پر ہاتھ رکھیں جب تک کہ درد ختم نہ ہو جائے
سرطان (کینسر)	کھل جسم متاثرہ حصے پر اضافی 30 منٹ
دوران خون یا خون کے سسٹل	پاؤں، گھٹنے، ہاتھوں کا اوپر والا حصہ
سردی اور سردی سے پیدا شدہ امراض کے علاج کے لئے	سر کے پوائنٹس، میچھوڑے، ریزہ کی ہڈی، بارہا، (کم از کم تین دن علاج کے ضرورت ہوتی ہے)
زخموں کے علاج کے لئے	خون کا اخراج روکنے کے لئے، زخم کا مہ بند کر دیں۔ کافی مرتبہ یعنی کثرت سے علاج کریں۔
بہرائن	کانوں پر رکھی دیں۔
آنکھ کا درد، طبعیہ ہو جانا	آنکھیں سر کی پشت
ذیابیطس (شوگر)	ریزہ کی ہڈی
نشہ کی بات	گلوئی نعدو، تیسری آنکھ کے پتھر پر زیادہ مقدار سے "سے" ہے، کی استعمال کریں۔
سرخ (مرگی)	سر کے پوائنٹس
بخار ہر قسم	دل ریزہ کی ہڈی، بارہا، تانگھیں، میچھوڑے
ہڈی تھمی اور ٹوڑ پھانسی	دل ریزہ کی ہڈی، بارہا، گردے
ہڈی ٹوٹ جانا (فریکچر)	نوٹی ہوئی ہڈیوں کے مطابق
سردی سے متصوہ مارا جانا	گلوئی نعدو، متعلقہ حصہ، کھل جسم

- 11- اس اطلاع کو وصول کرنے اور اس پر عمل کرنے کے بعد، اضافی نفسیاتی جراحی جاری رکھیں۔ یعنی منفی اثری باہر نکالیں اور فرد سے نتائج پوچھتے رہیں۔
- 12- بعض اوقات ایک ہی سیشن میں تمام منفی اثری 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۔ اس کے بعد اس حصے کو شفا یافتہ سے بھرنے کے لئے ریکی سے علاج کرنا چاہئے۔
- 13- علاج ختم کرنے کے لئے (سر مہر کرنے کے لئے) "چو، کو، رے" استعمال کریں۔ پھر اپنے اور متعلقہ شخص کے درمیان رابطہ ختم کرنے کے لئے "راکو" سمبل استعمال کریں۔ یہ اس طرح انجام دیا جاتا ہے۔ اپنے اور متعلقہ شخص کے درمیان ہوا میں تین مرتبہ "راکو" بنائیں اور تین دفعہ اس کا نام پکارتیں (یعنی سمبل کا نام) اپنی "ریکی کی انگلیاں" پیچھے دیکھ کر کشی کریں۔
- 15- ہاتھوں کی تمام حالتیں استعمال کرتے ہوئے آپ کھل جسم کا علاج جاری رکھ سکتے ہیں

ریکی ہیلرز 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 کیس کی صورت میں مزید پوائنٹس بھی شامل کر سکتے ہیں۔

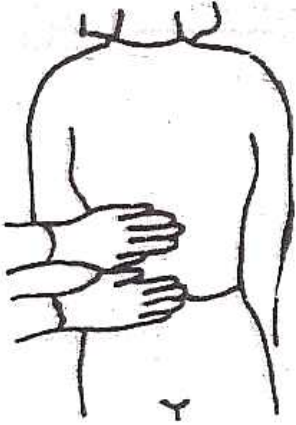
ضروری پوائنٹس کی جدول یہ ہے

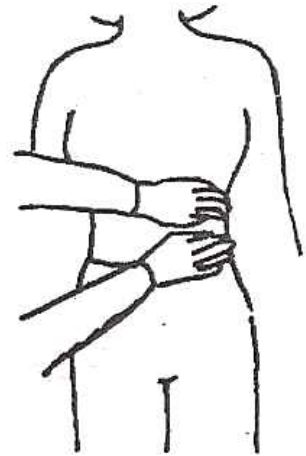
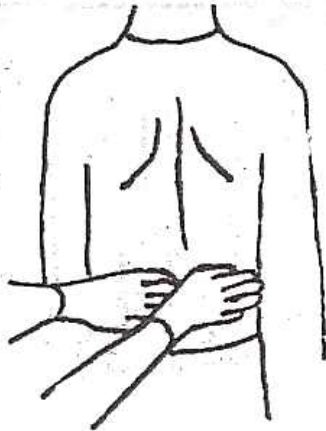
ارسی	سر کے تمام پوائنٹس، میچھوڑے، گردے
جوزوں کا درد	ریزہ کی ہڈی، جگر تلی، بارہا، گردے، متاثرہ حصہ
دسم	ارسی کے پوائنٹس
گردو	بارہا، پیٹ کا حصہ
سر کے زخم	کھل کر گردن کے اطراف۔



شمار (نشار جانے کا ہوش)	سر کے پوائنٹس دل اور یہ جتنی بڑی ہمارا
سرور	سر کے پوائنٹس دل ہمارا
سر سے زخم	سر بگونی لڈو
دل کا درد (ہارت ایک)	دل اور یہ جتنی بڑی تکتے ہمارا
دل کی دیگر بیماریاں	ایٹنا
چنگی	سینہ
انگلین (چھپو بھنی)	کھل جسم کا علاج
درد زخم	گھا
صحت اور یادداشت	کان آستینیاں
موت کا پلا	حقانی رائیڈ ہمارا
پوائنٹس	کھل جسم سر پر زیادہ توجہ دینا اور صحت
اسٹیل	بیت کا حصہ
گھا	دونوں طرف ہاتھ رکھیں۔ سینہ
زبان	پاؤں سے ٹکے، پاؤں کا گونگنا
ٹائپسٹر	20 منٹ تک مسوزوں پر کپ کی طرح ہاتھ رکھیں
ہر یہ لیں	ہزار ہا ان کے اوپر واسلے ہے۔

ضروری پوائنٹس کے بارے میں مندرجہ بالا جدول کے ذریعے آپ کو آگاہ کر دیا گیا ہے۔ اب مزید تصاویر کی مدد سے رہتی ہیٹلنگ کو سمجھ لیں تاکہ علاج میں آپ کو آسانی رہے۔ بدن انسانی میں تمام تر شکلیں کا علاج ان تصاویر کی مدد سے کر سکتے ہیں۔







رنگوں سے علاج

ہر ایک پتھر میں کچھ مخصوص ازبجی ہوتی ہے۔ ہر ازبجی کو ایک مخصوص رنگ سے ظاہر کیا جاتا ہے۔ یہ رنگ ان رنگوں سے تیز ہوتے ہیں جو ہماری آنکھیں دیکھ سکتی ہیں۔ تمام پتھرا زبل کر توں تفریح کے رنگ بناتے ہیں۔ پتھرا ازادران کے متعلقہ رنگ کی فہرست درج ذیل ہے۔

زوت پتھرا	سرخ رنگ
بارا پتھرا	مانا رنگ
ریڑھ کی ہڈی کا پتھرا	چیلارنگ
دل کا پتھرا	ہبز رنگ
گلے کا پتھرا	نیلا آسانی رنگ
تیسری آنکھ کا پتھرا	نیلموں (گہرا نیلا یا گہرا سیاہ)
کراون پتھرا	نارنجی رنگ

رنگوں سے علاج کے دو طریقے ہیں

- 1- آپ جس پتھرا کا علاج کر رہے ہوں صرف اس کا مخصوص پتھرا کارنگ 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 نیلے رنگ کی خاصیت یہ ہے کہ امن و سکون دیتا ہے۔ آپ یہ رنگ کسی فرد کے فٹھے کے علاج کے لئے استعمال کریں گے۔ ہر رنگ کی خصوصیات پر بحث کرنے سے قبل ہمیں یہ جانتا چاہئے کہ رنگوں کو علاج میں کس طرح استعمال کیا جاتا ہے۔

علاج کے لئے رنگوں کا استعمال

- 1- اگر آپ بذر بعد جسمانی لمس علاج کر رہے ہیں اور علاج میں رنگوں کا استعمال چاہتے

جین تو جہاں آپ نے ہاتھ رکھا وہاں وہاں صرف اس رنگ کا تصور کریں۔ یعنی ذہنی طور پر تصور کریں کہ مخصوص حصے میں رنگ جا رہا ہے۔ اگر آپ کو یہ کام پیچیدہ محسوس ہو تو مخصوص حصے کو دو رنگ بھیجئے گے اور اس کے ساتھ صرف اس رنگ کا ذہنی تصور کریں۔ اگر آپ کے لئے تصور کرنے مشکل ہو تو صرف اپنے ذہن میں ارادہ ہی کر لیں کہ آپ اس حصے کا اس رنگ سے رنگی گے۔ یہی علاج کرنا چاہئے ہیں۔

2۔ اگر آپ فاسلانی علاج میں رنگ استعمال کرنا چاہتے ہیں تو فاسلانی طریقہ علاج کے تیسرے مرحلے (یعنی متعلقہ شخص کے تصور اور پیل بنانے کے بعد) سفید روشنی مریش کو بھیجیں اور تصدیقی فحشرات نکلیں گے۔ دوران آپ کسی مخصوص حصے یا عمل شخص پر خاص رنگ ڈال سکتے ہیں۔ اگر آپ اس کا تصور نہ کریں تو صرف اس بات کی تصدیق کریں کہ آپ یہ رنگ بھیج سکتے 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 پینے سے پینن شروع کریں۔ اس رنگ کی چیزیں استعمال کریں۔

رنگوں کی خصوصیات

سرخ رنگ: سرخ رنگ براہ راست کام (عمل) کے ردعمل کے لئے ہادی جسم کو تحریک دیتا ہے۔ طاقت، ہمت، استحکام، ہمت، طاقت اور جنسی قوت وہ تمام خصوصیات ہیں۔ جن کا تعلق سرخ رنگ سے ہے۔ یہ سستی و کابلی، ڈپریشن، ڈرؤف یا مانگ لیا پر 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 کوئی صورت نکل آئے۔ ان کے لئے یہ بہت معاون ہے۔ سرخ رنگ ایک طاقت ہے۔ زندگی، آگ، جوش و خروش اور ڈرائیونگ سے خوف زدہ افراد کے لئے یہ بہت مفید ہے۔ یہ ایک جذبہ، ہمت اور جوش و خروش ہے۔ یہ رنگ مقاصد کی تکمیل کے لئے ضروری تحریک اور طاقت، ہم پہنچا سکتا ہے۔

مالٹا رنگ: یہ ایک گرم اور متحرک رنگ ہے۔ اگرچہ یہ سرخ کی نسبت ہلکا ہوتا ہے۔ یہ بڑھاپے اور سستی، جذباتی توازن، خود اعتمادی، تبدیلی، جدوجہد، خود ترقی، قابل تعمیر، جوش و خروش اور احساس اتحاد کو تحریک دیتا ہے۔ یہ ذوق برق چمکدار و شاندار، گرم جوش، تامل مزاج اور ملندہ ہے۔

پیلا رنگ: پیلا رنگ فہم اور آگ کو تحریک دیتا ہے۔ ابلاغ میں معاون ہے۔ اس کا تعلق ذہنی امتیاز، تنظیم اور تفصیل کے لئے توجہ، جانزدہ، سرگرم، ذہانت، تعلیمی حصول، نظم و ضبط، انتظامیہ، تحریف، اخلاص اور ایک نگہ سے ہے۔ پیلا رنگ وسیع اظہار اور آزادی عطا کرتا ہے۔ یہ ارتکاز اور خیالات کی وضاحت کے لئے بہت اچھا ہے۔ اس کا تعلق خوش قسمتی سے بھی ہے۔

سبز رنگ: سبز رنگ احساس توازن، ایک نگہ، امن، امید، نمو اور علاج کے لئے متحرک ہے۔ یہ رنگ اضطرت میں ہر جگہ پایا جاتا ہے۔ کثرت اور کائنات کی دوبارہ ابھرنے والی طاقتوں کو ظاہر کرتا ہے۔ یہ بہت ہی اچھا رنگ ہے کیونکہ یہ پُرسکون کر دیتا ہے اور علاج میں مفید ہے۔

نیلا رنگ: قوس قزح کے مختلف رنگوں میں سے پہلا رنگ نیلا ہے۔ یہ خود اثریت، تخلیقیت، روحانی فہم، یقین اور عقیدت کو تحریک دیتا ہے۔ نیلا رنگ شرافت، قناعت، صبر، تحمل اور اطمینان و سکون پیدا کرتا ہے۔ یہ درد کم کرنے میں بھی مؤثر ہے۔ ایک بہت غیر معمولی بہت بڑا جوش سبک کے لئے (بلکہ نیلی روشنی والا) ہلکا نیلا بڑا دم بہت بڑا سکون دیتا ہے والا ہوتا ہے۔ اس نتیجے کے کہ یہ 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 پُرسکون، پُرتسکین اور راحت بخش ہوتے ہیں۔ اس کا تعلق نفسیاتی آگاہی اور وجدان سے ہوتا ہے۔ جب کوئی شخص ارغوانی رنگ کو اپنے پسینہ پر رنگ کے طور پر منتخب کرتا ہے تو وہ مجروح، پُرجوش مستقبل پر چھوڑ دے گا والا اور دوسروں کی دنیا میں رنج بس جانے کے قابل ہوتا ہے۔ ارغوانی رنگ ہمارے روحانی پس منظر اور

وہ جان کو تخریک دیتا ہے۔ یہ رنگ اس قدر طاقتور ہے کہ کسی کمرے میں مکمل طور پر یہ رنگ کرنا تجویز نہیں کیا جاتا۔ لیونڈرا (Lavender) یا نارنجی شیدہ بنانے کے لئے سفید رنگ ملا کر اسے باک کیا جاسکتا ہے۔ مرآتقہ 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 ابدی احساس تحمل اور تخلیقی تصور ہیں۔ یہ رنگ چیزوں کو صاف شفاف بھی کرتا ہے۔ اس رنگ میں ارتکاز تصور منتقل کرنے کی طاقت کا حامل ہوتا ہے۔ سفید رنگ ہمیں اعلیٰ روحانی ایجنسٹ اور ابدی محبت کی جانب لے جاتا ہے۔ یہ رنگ پاکیزگی اور پھیل ہے۔

سیاہ رنگ: سیاہ رنگ خیالی اور سرت دکھل قوت عمل سے محروم (لوگوں) کا میدان ہے۔ یہ سکلنے والا ہے جب کہ سفید وسعت پذیر ہے۔ سیاہ رنگ سردیوں کی تاریکی ہے، جہاں زندگی خوابیدہ ہے اور تخلیق میں ہے۔ تاریکی سے زندگی کا ظہور ہوتا ہے۔ ہمارا ارتکاز 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 رنگوں کے استعمال کی چند ایک مثالیں درج ذیل ہیں۔

سرخ رنگ کا استعمال

کسی شخص کا پریشن کے لئے علاج کرنا جب کہ زندگی کی بنیادی طاقت کم ہو۔ چونکہ بنیادی بقا ریزہ کی ہڈی کے پیکرا (کنڈالنی تخلیق پیکرا) میں ہے، اس لئے یہ پیکرا اس وقت متاثر ہوتا ہے جب کوئی فرد مایوس ہوتا ہے۔ ریزہ کی ہڈی کے پیکرا کا رنگ سرخ ہے اس لئے آپ سرخ رنگ سے اس پیکرا کا علاج کر سکتے ہیں۔ ریزہ کی ہڈی کا پیکرا (Aedrenal Glands) کھوی غدود سے ملاتا 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 ہیٹنگ دیں۔ ریزہ کی ہڈی کا رنگ نیلا ہے۔ اس لئے اس پیکرا پر یہ رنگ استعمال کریں۔ اب

آپ کے پاس علاج کے لئے تین پوائنٹس ہیں۔ یعنی ریزہ کی ہڈی کا پیکرا کھوی (گردے کے پوائنٹ) اور ریزہ کی ہڈی۔ اگر آپ ریزہ کی ہڈی کے پیکرا کا علاج کرنا چاہتے ہیں۔ آپ متبادل طور پر پاؤں کو ہیٹنگ دے سکتے ہیں۔ پاؤں میں چھوٹے پیکرا ریزہ کی ہڈی کے پیکرا سے مربوط کرتے ہیں۔ اس لئے ہیٹنگ اس مقام پر جائے گی۔

ذہنی، جتنی کہ جذباتی دباؤ کے لئے نمونہ تیسری آنکھ کے پیکرا یا پارٹ پیکرا کو ہیٹنگ کی ضرورت ہوتی ہے۔ جائزہ خود لیں اور دیکھیں کہ متعلقہ شخص کو کسی قسم کی ہیٹنگ کی ضرورت ہے۔ اگر آپ دل کی ہیٹنگ کا فیصلہ کریں، پھر آپ کو ہارت پیکرا کی پچھلی جانب کافی وقت لگانا چاہیے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ جب ہم یہ محسوس کریں کہ تم سے مناسب محبت نہیں کی جارہی۔ یہ وہی پیکرا ہوتا ہے جس میں ازبجی کی کمی ہوتی ہے۔ بعض کیسوں میں ہارت پیکرا کے ساتھ ساتھ کندھوں کو ہیٹنگ دینے سے فرد کو سکون مل سکتا ہے۔ اگر آپ تیسری آنکھ کے پیکرا کو ہیٹنگ دینے کا فیصلہ کریں تو "ہے، 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 شکار فرد پہلے ہی برداشت کرنے والا ہوتا ہے۔ (نوٹ) وہ لوگ جنہوں نے کرنا رنگی (Karuna) یا تیرامائی رنگی (Tera-Mai, Reikd) کی ہے انہیں دباؤ کے شکار فرد پر مارا (Mara) سہل استعمال کرنے سے گریز کرنا چاہیے۔ یہ سہل 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 کہ علاج کے لئے آپ مریض کے عمل جسم یا سینے پر نیلی روشنی کا تصور کر سکتے ہیں۔ اگرچہ ہارت پیکرا کا رنگ سبز ہے، آپ نیلا رنگ سکون اور غصہ بخشنا کرنے کے لئے استعمال کر رہے ہیں۔ کچھ دیر نیلے رنگ سے علاج کے بعد، دل اور پیچھے دونوں کے لئے سبز رنگ استعمال

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

”میں دیکھی اور اعلیٰ ذات اللہ تعالیٰ سے یہ التماس کرنا ہو رہا کہ وہ اس شخص کے اظہار کے لئے ذرا نعمانی عطا کرے اور اس کا امر گھمنا ختم ہو جائے اور اس عدم موافقت سے متعلقہ سبھی ذہنی مسائل سے اضافہ حاصل ہو“

ذہنی سکون کے لئے سر کے ارد گرد کے حصے اور دل کے پیکرا پر بلی نیلی روشنی دیں۔ آپ ذہنی سکون کے لئے ریڑھ کی ہڈی اور ہاراکو بھی ہیلتھ دے سکتے ہیں۔ لیکن یہ رنگ یہاں استعمال نہ کریں۔ صرف رنگی دیں۔ ان مزید حصوں کو بھی ہیلتھ کی ضرورت ہوتی ہے۔ کیونکہ جب ذہنی سکون نہ ہو تو ریڑھ کی ہڈی میں ازبجی کی ضرورت ہوتی ہے۔ اور ہاراکو ازبجی بھی کم ہو جاتی ہے اور دکھ جاتی ہے۔ ہاراکو رنگ اور دم کرنے میں بھی 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 کبھی سرخ رنگ استعمال نہ کریں) غصے کے شکار فرد (یا افراد) کے لئے نیلا رنگ فوری نتائج دیتا ہے۔ غصے کی صورت میں دل کے پیکرا کو بھی ہیلتھ دینی چاہئے کیونکہ اگر دل پیکرا ازبجی سے ”مور ہو تو فرد غصے میں نہیں آتا۔ ذہنی سکون کے مریض کے غصے کی صورت میں ریڑھ کی ہڈی کا بھی علاج کریں۔ حقیقت یہ ہے کہ اگر ہم سب کے لئے اپنے دل پیکرا، ریڑھ کی ہڈی اور ہاراکو ازبجی سے ”مور اور راحت مند رکھیں تو ہمیں کبھی غصے، خود اعتمادی کے فقدان، مکی، دباؤ، ہنسی، خوف یا نفرت کی ضرورت نہیں رہے۔

پیلا رنگ استعمال کرنا

پیلا رنگ زیادہ تر دھوڑوں 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 حصہ ہے پیلے رنگ کی خصوصیات سے ہے۔ بات ظاہر ہے کہ یہ رنگ فکر کو نکھارتا ہے۔ اس لیے اگر آپ دھندلے یا پڑھنے والے ذہن کو صاف کرنا چاہیں تو یہ رنگ استعمال کریں۔ کسی منسوبے کے بارے میں منسوبہ بندی کرنے کے لیے بھی سر کے حصے پر یہ رنگ استعمال کریں کیونکہ یہ تفصیلات پر توجہ مرکوز کرنے کے لیے معاون ہے۔ اس مقصد کے لئے آپ جو رنگ استعمال کریں وہ لیمن پیلا ہونا چاہئے۔

سبز رنگ استعمال کرنا

سبز رنگ علاج معالجے کا رنگ ہے۔ آپ اسے دل کے پیکرا یا اور کہیں 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 بھر سکتے ہیں۔ ہلکے سبز 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 سطحوں کا نشانہ بن جاتا ہے۔ یہ بات ان بہت سے لوگوں پر بھی صادق آتی ہے جو دوسروں کا علاج کرتے ہوئے اپنے جسم میں بے چینی محسوس کریں۔ سفید رنگ وسعت اور پاکیزگی 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

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

دیگر ریکی سیمبلز

وہ تمام افراد جو ریکی کے ماسٹر سیمبل تک ایٹوینٹ اپنے ریکی استاد سے لے چکے ہوں۔ اور ان تمام سیمبلز سے کام بھی لے چکے ہوں۔ یعنی کافی مرینیٹوں کو ہیٹنگ دے چکے ہوں۔ انہیں ان 15 ریکی سیمبل کی بھی ایٹوینٹ لینا ہوگی۔ ان ریکی سیمبلز کی ایٹوینٹ کے بعد ریکی ہیٹرز بیمار یوں کے علاوہ دیگر بے شمار انسانی مسائل حل کرنے میں ان سیمبل 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 سیمبلز کی ایٹوینٹ فاصلہ سے بھی دی جاسکتی ہے۔ اس کے لیے ضروری نہیں کہ شاگرد اپنے ریکی استاد کے پاس حاضر ہو مگر ایٹوینٹ کا وقت مقرر کرنا ضروری ہوتا ہے۔ مقرر وقت پر شاگرد آگئیں بند کر کے ایک خاص سانس کی مشق کرتا ہے۔ جو اسے ریکی استاد ایٹوینٹ سے قبل تعلیم کرتا ہے۔ پھر شاگرد آگئیں بند کر کے لیٹ جاتا ہے۔ اور ایک خاص کرشائی تقریب کو دل میں چند بار دہراتا ہے۔ اور ریکی استاد شاگرد کو ایٹوینٹ کر دیتا ہے۔ 20 سے 25 منٹ کے عمل سے ایٹوینٹ 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 کونے اور استاد دنیا کے دوسرے کونے پر بھی ہوگا اس ایٹوینٹ میں کوئی فرق نہیں پڑتا۔

ان سیمبل کی تفصیل یہ ہے۔

شمار	نام سیمبل اردو اور انگریزی	نام سیمبل چینی زبان	کس مقصد کے لیے استعمال
1	کی۔ یین۔ چینی	Ki Yin Chi	خوشحالی کے لیے
2	ہینگ۔ سینگ۔ دور	Hang Seng Dor	رکاوٹوں اور مشکلات کی دوری کے لیے
3	مل۔ گو۔ ڈو	Mil Qu Zu	کمی یا قلت دور کرنے کے لیے
4	جائ۔ جن	Jal Jin	ذاتی اظہار کے لئے
5	یرو۔ کائی	Biru Kai	محبت کے لئے
6	یاشی۔ تی	Yashi Te	بہتر تعلقات کے لیے
7	فیور۔ پا۔ شو	Furu Pyo Sho	ریکی مراجعہ کے لیے
8	جن۔ سو۔ جن	Jin So Gen	خاندان میں امن و سکون کے لیے
9	سی۔ نی۔ ڈونگ	Tse Ne Dong	محبت و ہمدردی اور روانی کے لیے
10	چی۔ ہی	Chi Hai	نئی مہمات کے حل کے لیے
11	سینز۔ تان	Senz Tan	فتح اور کامیابی کے لئے
12	زین۔ کائی۔ جو	Zen Kai Jo	کثرت و بہتات اور فراوانی کے لیے
13	چی۔ کائی۔ رو	Michi Ka Ro	پاکت کے لئے
14	سامی۔ ملدرو	Samye Meldru	امن و امان کے لئے
15	کامل۔ چن	Katsel Chen	ذہن پر مشتمل دور کرنے کے لئے

ان میں سے چند ایک سیمبل ایک جیسے معاملات کے لئے استعمال کئے جاتے ہیں۔ اس لیے ان کے گروپ بنالینے چاہئے۔ انفرادی ضرورت کے مطابق کئی گروپ بنائے جاسکتے ہیں۔

پہلا گروپ: سیمبل نمبر 1، 3 اور 12 پر مشتمل ہے۔ یعنی (کی۔ یین۔ چی) Ki Yin Chi خوشحالی کے لیے، اور بارواں سیمبل (زین۔ کائی۔ جو) Zen Kai Jo کثرت و بہتات اور فراوانی کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔ اگر آپ خوشحالی کے لیے یہ سیمبل استعمال کر رہے ہیں لیکن

آپ اس جگہ کی محسوس کریں تو پہلے ہی ڈور کرنے کے لئے سیبل نمبر 3 (میل - گُو - ڈُو) Mil Qu (Zu استعمال کریں اور پھر خوشحالی کا سیبل (زین - کائی - جو) Zen Kai Jo استعمال کریں۔

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

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

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

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

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

صورت میں متعلقہ جگہ یا مقصد کو تصور کریں اور ان سیبلز کو بنائیں۔

3- ان پندرہ سیبلز میں چند ایک سیبل جسم کے مخصوص حصوں پر استعمال کئے جاسکتے ہیں

مثلاً سیبل نمبر 4 (جال - جن) Jal Jir (جو ذاتی اظہار کے لیے استعمال کیا جاتا ہے، اسے گلے

کے چکرا ایمن یا ٹانسلز (Tonsils) پر بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔

4- ان سیبلز کے ناموں کے تلفظ کے بارے میں پریشان ہونے کی ضرورت نہیں ہے

جیسے لکھا گیا ہے آپ اسی طرح ادا کریں گے۔ اور ذہن سے سیبل بنائیں گے۔

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

ہر ایک سیبل کے استعمال کی تفصیل سے وضاحت

1- کی، یین، چی (Ki Yin Chi)

یہ سیبل 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۔ یہ سیبل اور فاصلاتی دونوں طرح کی ہیٹلگ میں کام کرتا ہے۔ اس سیبل کے استعمال سے مایوس ہونے والے حضرات کے لئے واضح ہو کہ یہ سیبل براہ راست دودت نہیں لاتا 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 سیبل رکاوٹوں اور مشکلات کو ڈور کرنے کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ ایک بہت عمومی اور مفید سیبل ہے۔ یہ تقریباً ہر قسم کی ہیٹلگ میں استعمال کیا جاتا ہے۔ آپ اسے امراض، جذباتی ذہنی اور روحانی معاملات کے لئے استعمال کر سکتے ہیں۔ مقاصد کے حصول میں حائل رکاوٹوں کے لئے بھی اس کا استعمال کیا جاسکتا ہے۔

3- میل، گُو، ڈُو (Mil Qu Zu)

یہ سیبل کی باقوت اور تنگدستی دور کرنے کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔ تنگدستی 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۔ تنگدستی کا سیبل ان کسانوں کے لئے بھی مفید ہے جن کے خیال میں کوئی مخصوص قطعہ اراضی مناسب پیداوار نہیں دے رہا (اس کے ساتھ ہی کثرت و فراوانی کا سیبل استعمال کریں) یہ سیبل گھروں، دفاتر، کارخانوں وغیرہ حتیٰ کہ لوگوں کے لئے

استعمال کیا جاسکتا ہے۔

4- جال، جن (Jal Jin)

یہ سہیل دے ہوئے جذبات کے حامل لوگوں کے لئے استعمال کرنا مفید ہے۔ اس لئے اس سہیل کو ماضی کے حوالے سے ہیٹلنگ کے لیے بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ دوسرا ڈیپٹیٹس جنو، اعتمادی کے فقدان اور گھٹے، تھائی رائیڈ Thyroid کے مختلف مسائل کے لیے یہ سہیل استعمال کریں۔ ٹانسلز Tonsils کی صورت میں ماضی کی ہیٹلنگ کا طریقہ استعمال کریں۔ اس سہیل کو پورے فرد یا گھٹے کے چکر پر استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اگر آپ کے خیال میں کسی فرد کی چٹلی گرمیں درد ہے یا ایسی صورت ہے کہ وہ بعض مخصوص کام انجام نہیں دے سکتا، رکتی تو یہ سہیل استعمال کریں۔

5- برو کائی (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 لیے بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ سینے کا سرطان (بریسٹ کینسر) دل کا دورہ یا دل کے دوسرے امراض کی صورت میں آپ دل کے چکر کی ہیٹلنگ کے لیے بھی یہ سہیل استعمال کر سکتے ہیں۔ بعض لوگ اپنی زندگی میں حصول محبت کے لیے کسی فرد پر اس سہیل کے استعمال سے مایوس ہوئے ہیں۔ رنگی بھی سہیل سہیل کے لیے کام نہیں کرتی۔ یہ صرف اسی صورت میں کام کرے گی۔ جب تمام متعلقہ افراد کی جھلائی مقصود ہوگی۔

6- یوشی، تی (Yoshi Te)

تعلقات کے سلسلے میں ہیٹلنگ کے لئے یہ سہیل استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یہ سہیل خاص طور پر دل کے چکر کے لئے بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔

7- فیورو، پاؤ، شو (Furu Pyo Sho)

یہ سہیل مزاحمت کرنے سے قبل صرف اپنی ذات کے لیے استعمال کیا جانا چاہیے۔ ذہنی طور پر صرف یہ سہیل بنائیں اور تین دن فدا 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 لیے ہیٹلنگ کا طریقہ بھی استعمال کر سکتے ہیں)۔ خاندان میں امن و سکون "برازا" رکھنے کے لئے بھی یہ سہیل استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اس مقصد کے لیے 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 لیے بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔

9- سی، نی، ڈوگ (Tse Ne Dong)

یہ سہیل مسرت و روانی لانے میں معاون ہے۔ اسے تعلقات کے علاج، نئی مہمات جگہوں، سفر اور ذہنی سکون کے لئے استعمال کیا جاسکتا ہے۔

10- چھی، 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 بنا گھر، یلو 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- سینز تان (Senz Tan)

انٹرویو، امتحان، مذاکرات، کاروباری معاہدوں میں یقینی کامیابی کے لیے یہ سہیل استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اپنے ذاتی استعمال کے لئے صرف ذہنی طور پر یہ سہیل بنا سکیں 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، کائی، جو (Zen Kai Jo)

13- سیمی میلڈرو (Samye Meldru)

یہ مومی سہیل ہیں۔ جنہیں یگانگت اور امن، سکون لانے کے لئے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ آپ انہیں لوگوں، جگہوں، تعلقات میں بہتری، مہمات، دواؤں اور اول کے چکرا کے لیے استعمال کر سکتے ہیں۔

15- کاسل چین (Katsel Chin)

ڈپریشن کا علاج کرتے ہوئے ہمیشہ اس سہیل کو پورے فرد کے لیے استعمال کریں۔

تیسرا درجہ B

اس درجہ میں چاروں ایٹنمنٹس Attunements عطا کی جاتی ہیں۔ یعنی (ایٹنمنٹ درجہ اول، ایٹنمنٹ درجہ دوم، ایٹنمنٹ سوم، ایٹنمنٹ درجہ سوم، ایٹنمنٹ درجہ سوم B) اس درجہ میں مبتدی کو ایٹنمنٹ درجہ سوم B دی جاتی ہے۔ اس سے دوسرے لوگوں کو ایٹنمنٹ دینے کی قدرت حاصل کر لیتا ہے۔

یہ کورس عموماً وہ لوگ کرتے ہیں جو رگی 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 تصور میں بہت اہم 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 سیکھیں تو آپ کو سب سے پہلا کام یہ کرنا چاہیے کہ اپنے خاندان کے تمام افراد کو ایٹنمنٹ دیں تاکہ وہ آپ پر اٹھنا کرنے کے بغیر رگی کر سکیں۔ یہ آپ کی مرضی ہے کہ آپ جس لیول تک چاہیں انہیں ایٹنمنٹ دیں۔ بعض مبتدی حضرات کو رگی سیکھنے کے بعد گھروں سے غائب ہونا پڑتا ہے۔ کیونکہ ان کا خاندان رگی پر یقین نہیں رکھتا۔ بعض دفعہ ایسی صورت حال بھی ہوتی ہے کہ کسی فرد کو رگی سیکھنے کی اجازت نہیں ملتی خصوصاً خاندان کی بوکو اجازت نہیں دی جاتی۔ یہ نوجوان خواتین اس لیے رگی سیکھتی ہیں کہ وہ اپنے گھر کے گھٹن زدہ ماحول سے نجات حاصل کرنا چاہتی ہیں۔

رگی سکھانے کے خواہش مند افراد کے لیے راہ نما اصول

- 1- ایٹنمنٹ کا طریقہ کار ایک گارٹی شدہ طریقہ کار ہے۔ ایٹنمنٹ کے بعد کبھی یہ خیال نہ کریں کہ ایٹنمنٹ انجام نہیں پائی۔
- 2- ایٹنمنٹ ایک بہت (لطیف وحساس) طریقہ کار ہے۔ اس کا تعلق بہت برتر و بہترین اور خالص انرجی سے ہے۔
- 3- ایٹنمنٹ کے درمیان کسی قسم کے محسوسات کی توقع نہ کریں۔ آپ کو نہ تو یاد دلوں کی آواز سنائی دے گی اور نہ ہی کسی قسم کا شور و غل سنائی دے گا۔ البتہ سفید یا گولڈن روشنی نظر آسکتی ہے۔
- 4- آپ سے سیکھنے والے وہ حضرات ہوں گے جن کو رگی پر یقین نہیں ہے۔ اس طرح کی صورت میں یہی کہا جاسکتا ہے کہ کسی چیز پر یقین نہ رکھنے کے باوجود رقم خرچ کرنا بے ہوتی ہے۔

- 5- اگر رکی کا استاد جانتے ہیں تو آپ کے تصورات اور شکوک و شبہات واضح ہونے چاہیں۔
- 6- فاضلانی ایونیٹمنٹ فی الحال یوسوٹی رکی میں (ڈائی، کوئیو) تک ممکن نہیں ہے۔ ایونیٹمنٹ حاصل کرنے کے لیے مختلف فرڈکوسمانی طور پر رکی استاد کے سامنے موجود ہونا چاہیے۔ ہاں یوسوٹی رکی میں ماسٹر شپ کرنے کے بعد آپ یوسوٹی رکی کے اضافی اسمبلر کی ایونیٹمنٹ "کرونا کی رکی" "کنڈالٹی رکی" اور حکیم رکی وغیرہ اس قسم کی دوسری اقسام کی رکی کی ایونیٹمنٹ فاسٹ سے بھی اپنے رکی استاد سے حاصل کر سکتے ہیں۔
- 7- لوگ اوراء دیکھنا پسند کرتے ہیں۔ اوراء دیکھنے کے لئے فرد ہمیشہ کسی نہ کسی شخص کی تلاش میں رہتا ہے۔ لیکن اگر آپ اوراء دیکھنے میں کامیاب ہو جائیں تو اس بات کا خیال رکھیں کہ اوراء میں واضح چیز تو بلاک (دھبے) ہوتے ہیں۔ کیا آپ پورا دن ہر ایک شخص کے اوراء کے دھبے درحقیقت دیکھنا چاہتے ہیں۔ اگر آپ ایک پیشہ ور ہیٹر Healer ہیں تو ایسا ممکن ہے۔ لیکن یہ دھبے دیکھنے کے باوجود آپ انہیں ہیٹلنگ دینے کے علاوہ کچھ نہیں کر سکتے۔ آپ پہلے درجے کے ذریعے جسمانی لمس کے ساتھ ہیٹلنگ دے سکتے ہیں۔
- 8- جب آپ رکی سکھانے کا فیصلہ کر لیں تو آپ اس بات پر پریشان ہوں گے کہ اس کے لیے معاوضہ کس قدر لیا جائے اس کے لیے رات کے وقت مراقبہ کر کے رکی سے مدد لی جاسکتی ہے۔ کہہ کر لیول کے لئے کیا معاوضہ رکھا جائے۔ کچھ راتیں مراقبہ کرنے کے بعد ایک دن پیشہ کر فیصلہ کر لیں اور مطمئن ہو جائیں۔
- 9- کورن کو ضروری معلومات تک محدود رکھیں۔ اور غیر ضروری چیزوں سے اجتناب کریں۔ اگر آپ کے پاس تین سے پانچ طلبہ ہوں تو آپ کو اپنا سیمینار پورے 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 سیمینار میں علاج معالجے پر مبنی مراقبہ بھی شامل کریں۔
- 10- تحلیلی، پنڈولم وغیرہ روایتی رکی کا حصہ نہیں بناتے لیکن رکی سکھانے کے لیے تیار ہیں لیکن آپ کوئی چیٹنگ درخیز ہوں تو رکی پر یقین رکھیں اور اسی سے مدد کا تصور رکھیں۔
- 11- تمام رکی ماسٹرز اکثر نہیں ہیں لیکن بعض ڈاکٹر علاج کے لئے رکی اپنالیتے ہیں۔ ہم سب کو انسانی جسم کے بارے میں اپنا علم بڑھانے کی کوشش کرنی چاہیے۔
- 12- بعض لوگوں کے خیال میں رکی ماسٹر ماہر نفسیات ہوتے ہیں۔ ان میں سے بعض تو ماہر نفسیات ہو سکتے ہیں۔ لیکن اکثر تو ہماری طرح عام لوگ ہی ہوتے ہیں۔
- رکی کے حوالے سے سوالات اور شکوک و شبہات
- رکی کے حوالے سے ایسی بہت کم چیزیں ہیں غلط سمجھا گیا ہے یا جن کی غلط تشریح کی گئی ہے۔ مثلاً جب ہم کہتے ہیں کہ "رکی دی نہیں جاتی بلکہ لی 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 انرژی لے لیتا ہے۔ اور جب ہم یہ کہتے ہیں کہ "رکی 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 رکی کے لیے کہے۔ درنہ اُسے رکی نہ دیں۔
- 1- رکی کرتے ہوئے گھڑیاں، جلیٹ، ٹائی اور زیورات وغیرہ اتار لیں۔ یہ کوئی اصول نہیں ہے۔ یہ چیزیں رکی کے بہاؤ میں حائل نہیں ہوتیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ اگر آپ ایک پیشہ ور ہیٹر ہیں تو آپ ہلکا بھلکا ہونے کو ترجیح دیں گے۔ آپ کے کپڑے کھلے اور سونے کے ہوں تو بہتر ہے۔ چونکہ آپ ایک لطیف انرجی کے ساتھ کام کر رہے ہیں۔ اس لئے آپ بے چینی کی بجائے راحت و سکون چاہتے ہیں۔ اس لئے زیورات اور جلیٹ وغیرہ دسے مگر بڑھ 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 اور کماؤ کی ضرورت نہیں ہے۔ اگر آپ اپنے ہاتھوں کے لطیف محسوسات پر زیادہ توجہ دینا چاہتے ہیں تو آپ آنکھیں بند رکھ سکتے ہیں۔ اگر آپ ایڈیومنٹ دے رہے ہیں تو ایڈیومنٹ لینے والے شخص کو آنکھیں بند رکھنی چاہیں۔ کیونکہ اس سے وہ وصول کنندہ بن جاتا ہے۔ اور ایڈیومنٹ کے دوران چیخ آنے والے احساسات سے آگاہ رہتا ہے۔ اگر ایڈیومنٹ کے دوران آنکھیں کھلی ہوں تو آپ کی ازبیدی منتظر ہو سکتی ہے اور آپ اس پر توجہ مرکوز نہیں کر سکتے۔

3- کیا ایڈیومنٹ کے وقت فرش پر قائلین بچھا ہونا ضروری ہے؟

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

4- دوسرے درجے کے تین سبیل کس ترتیب کے لحاظ سے استعمال کیے جانے چاہیں؟

بعض لوگوں کو ان سبیلوں کا استعمال بتایا جاتا ہے۔ درست ترتیب کچھ بھی نہیں ہے اور آپ کو ہر قسم کے علاج کے لیے تمام سبیلوں کی ضرورت نہیں ہوسکتی۔ اگر آپ فاصلاتی علاج

کر رہے ہیں تو آپ کو پچھلے ہون، شاذے، شوہن، استعمال کرنا چاہئے۔ پھر ازبیدی میں اٹھانے کے لئے "چو، کو، رو" استعمال کریں۔ "سے، ہے، کی" صرف اس صورت میں استعمال کریں جب آپ کے خیال میں زیر علاج مظلوم شخص جذباتی یا ذہنی علاج کی ضرورت ہو۔ اگر آپ سس کے ذریعے علاج کر رہے ہیں تو آپ کو "ہون، شاذے، شوہن" کی ضرورت نہیں ہے۔ ماسوائے اس کے لیے آپ ماضی یا مستقبل کے حوالے سے کام کر رہے ہوں۔

5- ریکی دیتے ہوئے انگلیاں ساتھ ملا کر رکھنی چاہیں؟

ہاتھوں میں معمولی (چھوٹے) پکھراڑے ازبیدی 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 ارتعاش ہوگا۔ آپ ازبیدی کو بہتر طور پر محسوس کر سکیں گے اور ازبیدی کا بہاؤ آسانی سے ممکن بنا سکیں گے۔ اگر چہ ازبیدی کم یا زیادہ ہی کیوں نہ ہو۔

6- ریکی دیتے ہوئے اپنے ہاتھ یا انگلیں کراس نہ کریں

جب ریکی دینے والوں کو کہا جاتا ہے کہ وہ ریکی دیتے وقت اپنے ہاتھ یا انگلیں کراس نہ کریں تو لوگ حیران ہوتے ہیں کہ کراس کرنے سے کیا مراد ہے۔ ہانگوں کا کراس نٹھوں سے نہیں کیا جاتا یا انگلیں کنول انداز میں نہیں رکھی جائیں۔

اصل میں کراس سے مراد ایک ٹانگ کو دوسری ٹانگ کے اوپر رکھنا ہے۔ اس حالت میں آپ ریزہ کی ہڈی کے چکر کو بلاک کر لیتے ہیں۔ یہ ازبیدی کے بہاؤ کو تو نہیں روکتا لیکن اس حالت سے یہ بات بھی ظاہر ہوتی ہے کہ آپ دفاعی حالت میں ہیں۔ ریزہ کی ہڈی کے چکر اور ریزہ کی ہڈی کو بلاک کر دفاعی انداز اپنانے کا لاشعوری طریقہ ہے۔ کسی اجنبی جگہ پر بیٹھتے ہوئے یا اجنبی شخص سے بات کرتے ہوئے ہم اس طرح کرتے ہیں۔ ہم ایک ٹانگ دوسری ٹانگ پر رکھتے ہیں اور بازو کمر پر دوہرے کرتے ہیں۔ چونکہ آپ اس حالت میں دفاعی انداز میں ہوتے ہیں اس لیے ہاتھ یا انگلیں کراس نہیں کرنی چاہئیں۔ لیکن اگر آپ ہاتھ یا انگلیں کراس 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۔ جب 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۔ یا ایک پرس یا گھٹلی بھی ہو سکتی ہے۔

8- علاج میں کامیاب ہونا

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

9- اینیٹمنٹ کا تجربہ

اپنے تجربے کا دوسروں کے تجربے سے موازنہ نہ کریں۔ یہ بات 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 ہوتا بھی پریشان بالکل نہ ہوں۔ ہمیشہ وصول کنندہ اور شکر گزار بن کر رہیں۔

10- سراسر پیکرا کو ریکی نہیں دی جانی چاہیے

چونکہ سراسر پیکرا کا تعلق وجدان اور روحانی معاملات سے ہے، اس کا درحقیقت جسمانی امراض یا اعضاء سے تعلق نہیں ہے۔ اس لیے باہوم ہم سراسر پیکرا کو ریکی کبھی نہیں دیتے۔ لیکن نشے کے ناداری افراد کے علاج، ذہنی پسماندگی، اعصابی و دماغی مسائل یا راجہستانی کے حصول کے لیے ہم اس پیکرا کو ضرور ریکی دیتے ہیں۔ روشنی کے لیے بہت زیادہ حساس شخص کے سراسر پیکرا کو بھی انرجی دی جانی چاہیے۔

11- ٹیکنوں کا استعمال کیسے کیا جائے

ٹیکنوں کو کوآئرٹنز Quartz بھی کہا جاتا ہے۔ ہم بلعموم صاف شفاف ٹیکنوں سے کام لیتے ہیں۔ گھینے انرجی کو بڑھاتے ہیں، انہیں چارج کیا جاسکتا ہے۔ اور ان کی پروگرامنگ کی Programming کی جاسکتی ہے۔ پروگرامنگ ارادوں کے مطابق کی جاتی ہے۔ مثلاً آپ ایک کمرے کو بڑھانے کے اثرات سے صاف کرنے کے لئے کسی گھینے کی پروگرامنگ کر سکتے ہیں، درکاوٹ کو صاف کرنے، کسی پیکرا کو انرجائز Energise کرنے یا ہیلنگ ارسال کرنے کے لئے پروگرامنگ کی جاسکتی ہے۔ لیکن یہ پروگرامنگ برقرار رکھنے کے لئے ٹیکنوں کو باقاعدہ چارج کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ چونکہ ٹیکنوں کی پروگرامنگ کی جاسکتی ہے۔ اس لیے یہ آپ کے اوزار یا خیالات سے بھی آسانی سے متاثر ہو سکتے ہیں۔ اس لیے جو شخص بھی ان ٹیکنوں کو پیکڑے گا وہ ان ٹیکنوں پر اثر انداز ہوگا۔ اگر آپ کسی گھینے کی پروگرامنگ کر لیں تو اس بات کا خاص خیال رکھیں کہ اور کوئی شخص اسے ہاتھ نہ لگائے۔ اگر آپ یہ گھینے کبھی کبھار استعمال کرتے ہیں۔ اور اسے اکثر وقت بند رکھتے ہیں تو بہتر ہوگا کہ اسے کسی ریشمی کپڑے میں لپیٹ کر رکھیں۔ اس سے آپ کے گھینے میں پروگرام شدہ انرجی ضائع ہونے سے بچ جائے گی۔

پیکرا کے مقام پر گھینے رکھنا بہتر نہیں ہے۔ ٹیکنوں کی انرجی بہت طاقتور ہوتی ہے۔ جب کہ پیکرا میں بہت لطیف انرجی ہوتی ہے۔ خصوصاً جسم کے اوپر والے حصے کے پیکرا میں بہت لطیف انرجی ہوتی ہے۔ اس لیے ٹیکنوں کو چارج 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 گناہ 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 تامل دیکھ سکتے ہیں۔ یہ اصول قدیم یوہیدہ روایت سے سامنے آتا ہے۔ اگر آپ اسے پہنا دوجہ استعمال کرنے والے افراد کو دکھائیں تو یہ درحقیقت ان کے لیے بے فائدہ ہے کیونکہ انہیں تو انہی دوسرے درجے کی ایڈمنٹس کی ضرورت ہے۔ تاکہ وہ اسے استعمال کرنے اور رکھنے کے قابل بن سکیں۔

13۔ کیا کسی شخص میں موجود ہلاک (دھے) ایڈمنٹس کی راہ میں حائل ہوتے ہیں؟ ایڈمنٹس کو ہلاک (دھجوں) پر فضیلت حاصل ہے۔ ہلاک تو ہم سب میں ہوتے ہیں۔ حقیقت یہ ہے کہ اکثر لوگ صرف اس وقت ریکی کرتے ہیں۔ جب انہیں کوئی بیماری یا مسئلہ ہوتا ہے۔ ریکی ان ہلاک کے لیے آپ کو قابل بناتی ہے۔ لہذا اس بات پر پریشان مت ہوں کہ اگر آپ جس ہلاک میں قائم ایڈمنٹس کا عمل انجام پر نہیں ہوگا۔ لیکن اگر آپ جسمانی کمزوری محسوس کریں تو ریکی سہینا میں شمولیت نہ کریں چند دن آرام کریں جب قوت بحال ہو جائے تو ایڈمنٹس حاصل کر لیں۔

14۔ جسم کے حساس حصے کون کون سے ہیں؟

زیادہ تر دل، ریڑھ کی ہڈی، ہارڈ اور کوی عضلات کے حصوں میں کمی واقع ہوتی ہے۔ اس لیے ان کا باقاعدگی سے علاج کیا جانا چاہیے۔

15۔ فیس

پوری دنیا میں ہر درجے کی فیس میں بہت تنوع ہے اور اس کے بارے میں لوگ سوالات بھی بہت کرتے ہیں۔ ہر ریکی سکھانے والا اپنی فیس کے بارے میں خود فیصلہ کرتا ہے۔ بلکہ لوگ ریکی سکھانے کے لیے ہولوں کے ہال کرایہ پر حاصل کرتے ہیں۔ حتیٰ کہ کئی لوگ ریکی کے سہینا رفاہیوں ہولوں میں منتقل 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 فیس میں تنوع کو قبول کر لینا چاہیے۔ بعض ریکی اساتذہ کا خیال ہے کہ ریکی کا حصول اس قدر آسان نہیں ہونا چاہیے۔ اس

لیے دو بہت زیادہ فیس لیتے ہیں۔ دوسری طرف بعض ریکی اساتذہ اس نظریے کے قائل ہیں کہ ریکی عام آدمی تک پہنچنی چاہیے۔ اس لیے وہ کم فیس لیتے ہیں۔ لیکن ہمارا مشاہدہ ہے کہ کم فیس وصول کرنے سے لوگ ریکی کی قدر نہیں کرتے اور یہ بات بھی سچ ہے کہ آج کل لوگ سستی چیزوں کو غیر معیاری تصور کرنے لگے ہیں۔ ہم ریکی ایڈمنٹس کی فیس انتہائی مناسب وصول کرتے ہیں۔ تاکہ یہ فن آنے والی نسلوں میں منتقل ہو سکے اور ترقی انسانیت کو بنا رہوں سے نجات مل سکے۔ فلان انسانیت کی غرض سے انٹر نیشنل انسٹی ٹیوٹ آف ہیٹھراٹل سائنسز میں مختلف اداراتی علوم کی عملی تربیت کی کا سزا جاری ہیں۔

16۔ تشکر کا رویہ

آپ صرف اسی صورت میں تشکر کا رویہ اپنا لیں گے جب آپ اپنی زندگی کو بوجھ کے بجائے نعمت جان لیں گے۔ ریکی سے قبل یا ریکی کرتے ہوئے اپنے آپ کو بھری طور پر تشکر کے رویے کے لیے مجبور نہ کریں۔ ڈاکٹر یوسوئی نے ریکی کی نعمتوں سے ہمیں آگاہ کرنے کے لیے یہ اصول واضح کیے۔ ریکی کی قدر و قیمت جان لینے کے بعد آپ فطری طور پر تشکر کے جذبات محسوس کریں گے۔

اکیس (21) دنوں کا باطل عقیدہ (خرافات)

غالباً تمام ریکی ستا میں اور تمام ریکی اساتذہ ہر درجے کے درمیان 21 دنوں سے متعلقہ کا ذکر کرتے ہیں۔ لیکن کوئی بھی ریکی ماسٹر اس کے لیے کوئی خاص تو شیخ پیش نہیں کرتا۔ بس وہ تو صرف یہی کہتے ہیں کہ ایڈمنٹس کے بعد ہر چکر کی صفائی کا عمل شروع ہو جاتا ہے اور ہر چکر کی صفائی کے لیے تین دن لگتے ہیں۔ اس لیے سات چکر کی صفائی کے لیے 21 دن درکار ہیں۔ لیکن اگر ایک چکر کی صفائی سے، تین دن درکار ہیں تو تمام چکر باز بیک وقت ہی صاف کیوں نہیں ہو جاتے۔ اس طرح ہوتو تین دنوں میں آپ کے تمام چکر از صاف ہو جائیں گے۔ اگر چکر از اور مرکزی جھیل کی صفائی پر 21 دن لگتے ہیں تو پھر لوگ ایڈمنٹس کے فوراً

بعد لوگ اپنے آپ کو اور دوسروں کو ریکی دیکھنا کیوں شروع کر دیتے ہیں۔ ایڈونٹ کے فوراً بعد کئی لوگ ازبئی کا بہاؤ محسوس کرتے ہیں۔

21 دنوں میں صفائی کا عمل ایک مبالغہ ہے۔ ریکی کی ایڈونٹ حاصل کرنے سے قبل بھی صفائی ازبئی آپ کی پہنچ میں ہوتی ہے۔ جسم میں پھیپھل کی قابلیت موجود ہوتی ہے اور صفائی ازبئی فطرت میں موجود ہے۔ لیکن اس کے صرف 5 فیصد حصے تک آپ کی رسائی ہوتی ہے۔ ایڈونٹ کے بعد ازبئی کو پھیپھل کرنے کے لیے چکرازی گھنچا کش میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ اس لیے ایڈونٹ کے فوراً بعد اور 90 فیصد پھیپھل کرنے کے لیے تیار ہوتے ہیں۔ چند دنوں میں اس ازبئی کا بہاؤ 90 فیصد سے 100 فیصد ہو جاتا ہے۔ کیونکہ ایڈونٹ کے بعد بھی ازبئی چکرازی پر کام کر رہی ہوتی ہے۔ بہاؤ کے درجے کے حصول کے لیے چند دن لگتے ہیں۔ لیکن ہر شخص کے لیے یہ دو دن مختلف ہوتے ہیں۔ 10 فیصد ازبئی اتنی نمایاں مقدار نہیں ہے۔ اس لیے آپ کو پریشان نہیں ہونا چاہئے اگر چہ کہیں کہا جاتا ہے کہ آپ ریکی سیکھنے پر اپنا ذاتی وقت صرف کرتے ہیں، ہر روز بے حصول کے بعد اپنے محسوسات پر غور کریں، پھر جب آپ اگلے درجے کے لیے تیار ہوں تو کام جاری رکھیں۔ بعض لوگ اگلے ہی دن کچھ لیتے ہیں۔ جبکہ کئی لوگ 21 دنوں کے بعد لیتے ہیں۔ کئی لوگ ایسے بھی ہیں۔ جو کہ تین مہینوں یا حتیٰ کہ ایک سال بعد لیتے ہیں۔ اس سب کا انحصار آپ کے اپنے فہم پر ہے۔ ہمارا طریقہ دروایتی طریقہ سے ذرا مختلف ہے۔ ہم ریکی کے تمام درجات کی ایڈونٹ ایک ہی نشست میں دے دیتے ہیں۔

تصدیق کی چند مثالیں

1۔ ”میں نہیں جانتا کہ کچھ سے کیا ہو چھا گیا۔ لیکن اگر مجھے درد دکھ مسائل اور رکنا دنوں کے بارے میں پوچھا گیا۔ میں اب انہیں تجھ پر ہا ہوں۔“ (شتم کر رہا ہوں)۔ اب مجھے راتنامائی اور اپنے مکمل علاج کی ضرورت ہے۔ پس یہی میرا علاج ہے، یہی ہے۔ یہی ہے۔“

2۔ اگر آپ کی ناگلوں کو کوئی مسئلہ درپیش ہو

”میں مستقبل کی کامیابیوں سے متعلق اپنے تمام خدشات 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 تمباکو نوشی وغیرہ

”میں روزانہ کئی سگریٹ پینے کی ضرورت ختم کرتا ہوں۔ مجھے مزید سگریٹ پینے کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔ میرا جسم تمباکو نوشی سے سکون حاصل کرنے کی خواہش نہیں رکھتا۔ تمباکو نوشی کی ضرورت ایک نئے مشغلے میں تبدیل ہو گئی ہے۔ یہی وہ چیزیں ہیں جو میں کرنا چاہتا تھا۔ لیکن میں یہ سوچتا تھا کہ میرے پاس ان کے لیے وقت نہیں ہے۔ اس نئی سرگرمی میں تمباکو نوشی سے پیدا ہونے والی غلامی کو مکمل طور پر بھردیا 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 دیکھتا اور سمجھتی ہوں۔ اب میرے پاس مسائل حاصل موجود ہے۔ اور ماپوسی کی بجائے امید ہے۔ اب میں مکمل شعور کے ساتھ ایک بھر پور زندگی گزارنے کا محکم ارادہ کر چکا ہوں۔“

4۔ ماضی کے حوالے سے کوئی بھی کام

”وہ واقعہ ختم ہو جانے دیں۔ جس نے میرے جسم میں یہ صورت حال، حدود پابندی یا مرض پیدا کی ہے۔ میں اپنی یادداشت سے اس واقعے کو ختم کرتا کرتی ہوں۔“ یا ”میں اس واقعہ کی یادداشت کے سہارے زندہ رہ سکتا رہ سکتی 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 ظاہر نہیں 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 انرجی میری یادداشت کے غلیبوں سے اس نمونے کو دھو ڈالے اور مجھے باہر پاندی ایک پھر پور 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، مسرت و شادمانی اور پختہ سکون کار کی حامل ہوں۔ میں اپنی ہر نئی ہم اور سرت کی انجام دہی سے اپنی زندگی میں اعلیٰ وارفع چیزیں حاصل کر رہا رہتی ہوں۔“

7- ”اور سب کے ساتھ انصاف کیا چاہتا ہے۔ اب میرے کوئی تنازعہ یا مؤخر معاملات نہیں ہیں۔ ہر چیز مکمل اور سادہ ہے۔“

8- تعلقات

اب ہمیں 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 ماضی 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 رہتی ہوں میں اس شخص کے ذاتی و فطری اظہار کو تسلیم کرتا رہتی ہوں اور ساتھ ہی میں مجھے اپنے رویے میں سزا باز کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ یہاں سے تعلقات روزانہ ہر طرح سے بڑھ رہے ہیں، مگر سے ہو رہے ہیں اور پہلے سے کہیں زیادہ بہتر ہو رہے ہیں۔“

9- بائیاں کندھا

”میں ماضی میں اپنی ذمہ داری صحیح طرح انجام نہ دینے سے متعلق اپنا جرم ختم کرتا ہوں۔ میں نے اپنے ظلم کے مطابق سچ کیا۔ میں اُسے اللہ تعالیٰ کی مرضی کے طور پر قبول کرتا رہتی ہوں۔ اور اپنے آپ کو معاف کرتا رہتی ہوں۔ میں مستقبل کی ذمہ داریوں سے عہدہ برا ہونے کے لیے راہنمائی اور طاقت کار کی طلب گار ہوں۔“

10- وایاں کندھا

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

11- والدین سے نفرت ختم کرنا

”میں اس بات کو بخوبی سمجھتا رہتی ہوں کہ میرے والدین اپنے حالات اور خدشات سے متاثر ہیں۔ میں بدلنے ہوئے وقت سے باخبر ہوں اس لیے میں نسلی خفا کو بھی سمجھتا رہتی ہوں میں اپنے متعلق والدین کے خدشات کے لیے ان سے محبت کرتا رہتی ہوں۔ میں سمجھتا رہتی ہوں کہ وہ ایسے لوگ ہیں کہ انہیں محبت اور جذبات و توجیہ کی ضرورت ہے۔ میں ان سے محبت کرتا رہتی ہوں۔ اور اپنے آپ کو نفرت سے آزا کرتا رہتی ہوں۔“

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

جسم طاقت ور، چکدار اور جہت بن جائے۔ میں اپنے جسم کے ہر ٹھیکے کی دوبارہ جوانی اور زندگی خیالی بناتا رہتا ہوں۔

13۔ "میں اپنا ماضی بھلا دینا چاہتا رہتا ہوں اب میں نئی زندگی نئی ٹھوس بنیاد اور قدر و قیمت کا رکھی حامل ہوں۔ میں اپنی نئی زندگی میں روشنی کا رکھی طلب گار ہوں۔"

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

15۔ میرے منفی خیالات رکھوں میرے اپنے خیالات ہیں اور میں انہیں آسانی سے مثبت خیالوں میں تبدیل کر سکتا رہتا ہوں۔ مجھے اپنے مثبت خیالات پر یقین کرنے سے کوئی نقصان نہیں ہوگا۔

16۔ "میں اپنا انٹرویو بہت اچھے انداز میں دے رہا رہی ہوں۔ انٹرویو میں میری کارکردگی بہت اچھی ہے۔ اگر یہ میری بہتری، کبھی اور دوسرے متعلقہ لوگوں کی بہتری میں ہے تو مجھے یہ جاب (ملازمت) ملنی چاہیے۔"

17۔ مجھے اب اس کبھی میں ملازمت مل گئی ہے جو میرے گھر کے قریب ہے۔ نرسپورٹ کا تو اب کوئی مسئلہ ہی نہیں ہے۔ کام کرنے کا ماحول اچھا ہے۔ ساتھی بہت معاون اور بااقتدار لوگ ہیں۔ ملازمت پھر پورا درخشاں اچھی ہے۔ میں اور دوسرے تمام لوگ میرے کام سے مطمئن ہیں۔

18۔ میں اپنے شعور سے کہتا رہتا ہوں کہ مجھے نئی ملازمت کا موقع ملنا چاہیے۔ ایک حیران کن نئی ملازمت جس میں میری تعلیقی ذہانت اور قابلیت کا بھر پورا استعمال ہوگا۔ میں یہ نظریہ ختم کرتا رہتا ہوں کہ مواقع محدود ہیں۔ زندگی کے ہر مرحلے میں، میں مواقع میں گھرا ہوا رہتا ہوں۔

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 پُر جوش، ہلکے سٹائلڈ اور بچوں کی تربیت کرنے والا ہے یہ ہمیشہ خوش قسمتی اور نشوونما سے معمور ہوتا ہے۔

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

21۔ ہر واقعہ صحیح وقت پر رونما ہوتا ہے تمام تجربات وقت پر حاصل ہوتے ہیں۔ حتیٰ کہ یہ بھی گزر جائے گا۔ یہ مستقل نہیں ہے۔ کوئی بھی صورت حال باحالات 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 قابو 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 کرتی رہتی ہوں۔

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

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

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 آجاتی ہے۔ اور منفی خیالات سے جسم کی انرٹی میں کمی واقع ہوتی ہے۔

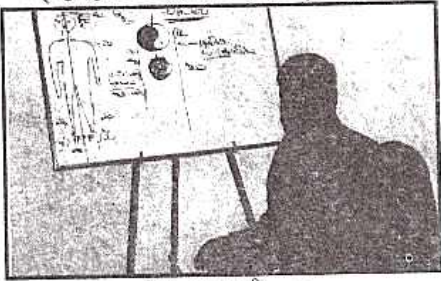
27- میں اپنی تنگدستی کے خیالات ختم کر رہا رہی ہوں۔ میں جانتا رہا جانتی ہوں کہ ہر ایک شخص کے لیے کافی کچھ موجود ہے۔ منظر میں فراہمی ہے اور اس لیے ہر ایک سے انسانی زندگی کے لیے ہے۔

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 جانتی ہوں کہ موت کا ایک دن معین ہے۔ میں اس بات کو تسلیم کرتا رہا کرتی ہوں کہ ایک روز مجھے مر جانا ہے۔ ہر ذی روح نے موت کا ڈانٹ چکنا ہے۔ ازبجی اسکال تبدیل کر کے برقرار رہتی ہے۔ میں اپنی موت کو اسی طرے قبول کرتا رہتی 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 رہتی ہوں۔ میں اپنی زندگی کی تاپائیدار منظر کو قبول کرتا رہتی ہوں۔ میں اپنی زندگی کا ہر دن پھر پورا انداز میں گزارنے کا پختہ ارادہ کرتا رہتی ہوں۔

وَاللَّيْلَةَ نَزِيحَةً فِي بَيْتِهَا لِيَأْتِيَهُنَّ الْمَلَائِكَةُ لِيُخْبِرْنَ بِمَا كُنَّ يَفْعَلْنَ



مذہبِ حیات، عظیم غلام سرور شاہ



مذہبِ حیات، عظیم غلام سرور شاہ



مذہبِ حیات، عظیم غلام سرور شاہ

انٹرنیشنل انٹرنیٹ ٹیوٹ آف جیو انارٹل سائنسز میں کلاسز کی تصویری جھلکیاں



لہام سرور شباب پر چیک ہینک انٹرنیٹ فرانسز کرتے ہوئے



خواتین و حضرات پر چیک ہینک انٹرنیٹ کوڈز کی ایک مشق کرتے ہوئے



خواتین و حضرات کو پر چیک ہینک انٹرنیٹ فرانسز کی جاری ہے

انٹرنیشنل انٹرنیٹ ٹیوٹ آف جیو انارٹل سائنسز میں کلاسز کی تصویری جھلکیاں



لہام سرور شباب پر چیک ہینک انٹرنیٹ فرانسز کرتے ہوئے

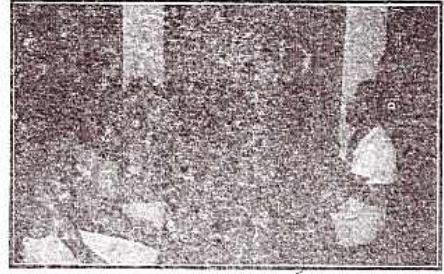


تعمیر لہام سرور شباب پر چیک ہینک انٹرنیٹ فرانسز کرتے ہوئے



لہام سرور شباب پر چیک ہینک انٹرنیٹ فرانسز کرتے ہوئے

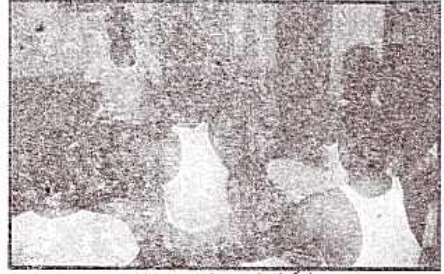
انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیراناٹل سائنسز میں گامز کی تصویری جھلکیاں



تجربہ نامہ سرور شاہ یوگا کلاس کے وقت



یوگا کورس 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 پیراناٹل سائنسز میں (اوکاڑہ) میں

کنڈالٹی ٹیکنی کی بیداری کی ایک خاص یوگا مشق کرتے ہوئے

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



کلاس سرور شباب کلاس میں ایک لڑکے کی طرف سے ہے ہیں



معاذ اللہ کئی باری کی توجہ سے ہے ہیں



پیر پچل بیٹنگ انرجی کی ایک کلاس کا منظر

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



پیر پچل بیٹنگ انرجی کی ایک کلاس



کلاس سرور شباب کلاس میں ایک لڑکے کی طرف سے ہے ہیں



رنگین کلاس کا ایک خوبصورت منظر

انٹرنیشنل اسٹیٹسٹ آف پیراناڈل سائنسز میں کلاسز کی تصویری جھلکیاں



قائمہ روحانی علاج کورس کے پیراناڈل سائنسز کلاسز سے ہیں



پہرچول ہیلنگ انرجی کی ایک کلاس کا سحر



پہرچول ہیلنگ انرجی کی ایک کلاس کا سحر

پہرچول ہیلنگ انرجی

(روحانی شفا بخشی کی طاقت)

پہرچول ہیلنگ انرجی کے بارے جاننے سے پہلے توجیہ اہم چند امور کی وضاحت کرنا ضروری سمجھتے ہیں۔ ہمیں یہ سمجھنا ہوگا کہ خیال کیا ہے؟ ہیومن انرجی فیڈ کیا ہے؟ ذہن کیا ہے اور کس چیز سے بنا ہے؟ اس کے بعد ہم پہرچول ہیلنگ انرجی کو باسانی 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!۔۔۔ واہریشن Vibration ہے!۔۔۔ واہریشن کیا ہے؟۔۔۔ واہریشن دراصل افکاریشن کا بیجا ہے!۔۔۔ جب یہ بہاؤ ٹکڑوں میں بٹ جاتا ہے تو بہاؤ کی ہر تقسیم ایک انٹم بن جاتی ہے۔ یہ انٹم ایک سے ہزاروں لاکھوں گروہوں بن جاتے ہیں۔ اس کی مثال یوں ہے کہ آپ پائپ سے پریشر کے ساتھ پانی پھینکیں، پانی کے ٹکڑے قطررات بنتیں گے ان قطررات کو کسی بھی طریقے سے شمار نہیں کیا جاسکتا۔ یہی صورت خیال کی ہے۔ خیال جب آپتیس Space سے نکراتا ہے تو گھر کر انیوں میں ہو جاتا ہے اور آپتیس میں قیام کے لئے اربوں گھربوں گھربنی خانے بنالیتا ہے اور جب ایک انٹم اپنی جگہ سے چھلانگ لگاتا ہے۔ چھلانگ لگانے کے بعد جس جگہ وہ گرتا ہے وہاں ایک خانہ یا ہول بن جاتا ہے، یہی ہول اور خانہ خلیہ Cell ہے۔ دوسری طرف جیسے ہی انٹم چھلانگ لگاتا ہے۔ اس کی جگہ دوسرا انٹم آ جاتا ہے اور یہ سلسلہ اتنا طویل ہے کہ اس پر ساری کائنات کے قیام کا انحصار ہے۔

قدرت کاملہ نے انسانی جسم کو جس بے شمار خلیات (Cells) سے بنایا ہے۔ یہ ہل Cell زندگی کی توانائی بخشتے ہیں اور اس توانائی سے زندگی قائم رہتی ہے۔ ان خلیات (Cells) یا خلیات کی جسم انسانی میں ٹکست در پخت ہوتی رہتی ہے۔ ہر خلیہ کے اندر بہت سے اجزاء ہوتے

ہیں اور انہی اجزاء سے زندگی قائم رہتی ہے۔ جس طرح خلیات میں نوٹ پیوٹ ہوتی رہتی ہے، اسی طرح جسم میں بھی ہمہ وقت تعمیر و تخریب کا عمل ہوتا رہتا ہے۔ تعمیر تخریب کا یہ عمل ایک طرف نشوونما میں اضافہ کرتا ہے تو دوسری طرف نشوونما کو ماضی میں ریکارڈ کرتا ہے۔

جس طرح خیال اور پائی خود کا طریقہ سے ہزاروں، لاکھوں انیم بن جاتے ہیں اسی طرح کائنات سے سپر چوکل ہیٹلنگ انرجی ہم ایک خاص طریقہ سے کائنات سے وصول کر کے اپنے ہاتھوں، سانسوں اور خیالات کے ذریعے بیمار بدنوں، ذہنوں اور مثالی اجسام میں ٹرانسفر کر کے ان کو بیمار یوں اور منفی سوج سے دلاتے ہیں۔

ہیومن انرجی فیلڈ

”ہیومن انرجی فیلڈ (HEF) سے لوگ صدیوں سے آگاہ ہیں۔ انسان کے گرد اس متناطیسی فیلڈ کو ماضی قدیم کی مختلف تہذیبوں نے اپنے طریقہ علاج میں استعمال کیا ہے۔ اسی انرجی کو ”وائٹل 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 قطع 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 پوست کے دماغ سے آزاد ایک غیر مادی حیثیت رکھتا ہے۔“

ایچ ایس پی (HSP)

”ذہن اندھیرے میں HSP (وہ صلاحیت ہے جس کے ذریعے ہم دنیا کو دیکھا جا سکتا ہے) کے ذریعے دیکھ سکتا ہے اور ہم کسی بھی مادی جسم کے اندر کام کرنے والی لہروں اور

دماغی ساخت سے ماہر امان اشیاء کے ارد گرد روشنیوں کے ہالے آئینل لائٹ یا اورانی انرجی (Aura) کے ذریعے مشاہدہ کر سکتے ہیں۔“

ذہن کس چیز سے بنا ہے؟

کچھ غیر مر بوط Unstable پارٹیکلز، مر بوط Stable ہو کر ایک طاقت ور فیلڈ بناتے ہیں۔ مثال کے طور پر ایک نیوران، گلیوٹیکس کے اندر ٹھہراؤ Stable پیدا کرتا ہے لیکن گلیوٹیکس کے باہر Unstable ہوتا ہے اور اس کی زندگی تقریباً 15 منٹ کی ہوتی ہے۔ ایک Kaon نیوران 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 ہیں تو ہم ایک وجدانی طاقت Blue Sense حاصل کر لیتے ہیں۔ Blue Sense رکھنے والا شخص مثبت طرز فکر کا حامل ہوتا ہے اور وہ تمام منفی باتوں سے اپنے آپ کو محفوظ رکھتا ہے۔

ذہن کی تحریکات

Blue Sense کا حامل شخص جو اپنے ارادے کی قوت سے ذہنی 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 ریاضتوں سے بھی یہ صلاحیت بیدار نہیں ہوتی۔ ماہرانی صلاحیت پر مختلف تجربات کر کے بھی نتائج اخذ کئے گئے ہیں۔ مثلاً 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 پیار ایک جذبہ ہے۔ نفرت

بھی ایک جذبہ ہے۔ ہمدردی ایک جذبہ ہے۔ اسی طرح دیگر جذبات ہیں۔ یہ جذبات لہروں کی شکل میں ہی ہم تک پہنچتے ہیں اور ہم انہیں محسوس 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 منفی لہریں یعنی بے یقینی کا احساس ہوگا اور اُس کا بہت محسوس ہوگی۔

ذہنی بیماریاں

”بہت سی ذہنی بیماریاں ہیں جن میں شیئز فریجیا، ہسٹریا، ایگنورائی، فرسٹریشن، انٹرلس، دو باؤ وغیرہ شامل ہیں۔ یہ جس طرح براہ راست جسم پر اثر انداز ہوتی ہیں اسی طرح بہت سی جسمانی بیماریاں مثلاً کینسر، گردوں کا تکالیف، امراض قلب، اور ایڈز وغیرہ کا تعلق بھی سائنسی طور پر ذہن سے ثابت کیا جا چکا ہے“

سپر چوکل ہیملنگ انرجی طریقہ علاج

سپر چوکل ہیملنگ انرجی ایک یونیورسل طریقہ علاج ہے جسے ہم پوری دنیا میں متعارف کرا دینا چاہتے ہیں اور پوری دنیا میں اس طریقہ علاج کے ڈاکٹرز، سپر چوکل تکیم، سپر چوکل معالج، سپر چوکل ملٹری کی عملی تربیت کرنا چاہتے ہیں تاکہ انسانیت کی خدمت اور فلاح کی جاسکے اور ترقی، مسکمی، بلقی انسانیت کو بہاریوں سے نجات دلائی جاسکے۔

ہم جب بھی کسی قسم کی انرجی، لائف فورس یا مادرائی 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 شفا بخش انرجی ہے۔ آپ اسے کوئی بھی فورس کہہ لیں، کوئی بھی طاقت کہہ لیں، مادرائی لہریں کہہ لیں یا شفا بخش 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 آرہی 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؟ ۱۹ سے پیراناٹل 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 آرہی ہے مگر یہ سب جو ہورہا ہے بہت پاورفل طاقت کے ذریعے ہورہا ہے۔ ہمارے اندر بھی ایک کمپیوٹر ہے جس میں ہر طرح کی پروگرامنگ ہوتی ہے۔ یہ ایک ایسا کمپیوٹر ہے جو بہت بڑا ہے اور اس کی پروگرامنگ بھی بہت بڑی ہے۔ اس جیسا کمپیوٹر آج تک نہ کوئی بن سکا ہے اور نہ بن سکے گا۔ ہم سپر چوکل ہیملنگ انرجی کے ذریعے انسانی دماغ کے اندر واقع کمپیوٹر میں ایک پروگرامنگ (جسے سپر چوکل ہیملنگ انرجی ہوگی یا ایڈیشنٹ 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 پلیٹ لگا دیتے ہیں اور اس کے ذریعے توانائی ذخیرہ ہو جاتی ہے جسے سٹیسی 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 شفا کی 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 (سیو) 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 (جو پیس یا ایڈیشنٹ) نہیں ہوتی۔ جو ریکی ماسٹر اور سپر چوکل پاور ماسٹر ہمارے اندر اس انرجی کی ایک پروگرامنگ کرتا ہے۔ مثلاً سافٹ ویئر، ہارڈ ویئر یا اسے آپ کوئی بھی نام دے لیں (فیڈ بک دیتا ہے)۔ تو پھر ہم اس انرجی کو استعمال میں لاتے ہیں۔ جس کی ایک خاص فریکوئنسی ہوتی ہے جیسے وی، ڈی، ڈیٹیل، جینکولر یا موبائل فونز کے خلیوں نمبر یا کوڈز ہوتے ہیں۔ جب ہم ریڈیو، ٹی وی یا ڈیٹیل کا کوئی

تھینڈرو آج کرتے ہیں تو اس کی شریات یا آواز آنا شروع ہو جاتی ہے یا فون کا جو نمبر ہم ملا تے ہیں تو مطلوبہ فرد سے فوراً بات ہو جاتی ہے۔ وہ خواہ دنیا کے کسی بھی گوشہ میں موجود ہو۔ اسی طرح ریکی انرجی اور سپر چوکل انرجی کا بھی ایک خاص کوڈ، ایک خاص نمبر اور فریکوئنسی ہوتی ہے۔ اسی طرح یوسٹی ریکی کے چار (4) کوڈز یا تھینڈرو اور سپر چوکل ہیلتھ انرجی کے آٹھ (8) کوڈز یا تھینڈرو اور اصل ہمارے جسم کے اندر وہ صلاحیتیں موجود ہیں ریکی ماٹرز اور سپر چوکل پاور ماٹرز ان صلاحیتوں کو ایک خاص طریقہ سے بیدار کر دیتا ہے۔ یونیورسل انرجی سے ان کا رابطہ پیدا کر دیتا ہے، ہم آجنگ کر دیتا ہے جسے ہاپس (Hope) دینا کہتے ہیں۔

ظاہران روحانی و مادی علوم کے لئے ہم یوسٹی ریکی کے چار (4) تھینڈرو آج کرتے ہیں اور سپر چوکل ہیلتھ انرجی کے آٹھ (8) تھینڈرو آج کرتے ہیں۔

سپر چوکل ہیلتھ انرجی کے پہلے درجہ سے علاج کا طریقہ کار

میڈیکل میں ایک ایسے ڈاکٹر سے (میڈیکل کے لحاظ سے) صرف 25% مریش ٹھیک ہوتے ہیں۔ اور یہی حال اطباء اور حکماء اور دیگر طریقہ علاج کا ہے۔ جبکہ سپر چوکل ہیلتھ انرجی کے ایک ایسے تھیلر سے 75% سے 85% مریش ٹھیک ہوتے ہیں۔ سپر چوکل طریقہ علاج میں (سپر چوکل ہیلتھ انرجی یوز) کام کرتی ہیں۔ اور یہ طریقہ علاج دنیا کا زبردست اور سب سے طاقتور طریقہ علاج ہے۔ باقی طریقوں کی نسبت اس میں زیادہ مریش ٹھیک ہوتے ہیں اور اس طریقہ علاج میں وہ مریش بھی ٹھیک ہو جاتے ہیں جو دوسرے طریقہ علاج سے لا علاج ہوں۔

سپر چوکل ہیلتھ 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 چوکل ہیلتھ انرجی سے کر سکتا ہے۔ پہلے درجہ یا لیول میں سپر چوکل تھیلر کے دونوں ہاتھوں میں شفا بخش انرجی کی ایک طاقت و فرورس آ جاتی ہے اور سپر چوکل تھیلر ہاتھوں کے ذریعے مریشوں کا علاج کرتا ہے۔ بدن انسانی میں جہاں کہیں بھی تکلیف ہوتی ہے۔ وہ ہاتھوں کو رکھتا ہے

اور سپر چوکل انرجی کے ذریعے شفا ملی لہریں بدن انسانی میں چلنا شروع ہو جاتی ہیں۔ ہیلتھ (علاج) کے لئے مریش کو آرام دہ جگہ پر بیٹھا دیا جاتا ہے اور سب سے پہلے سر پر دماغ والے حصہ پر ہاتھوں سے انرجی دی جاتی ہے۔ پھر ستارہ جھنڈے پر ہاتھ رکھ کر انرجی دی جاتی ہے۔ تمام بدن میں جہاں کہیں بھی مرض ہوتا ہے یہ انرجی اس جگہ پہنچ کر تکلیف یا مرض کو ختم کر دیتی ہے اور مریش بغیر ادویات کے تندرست ہو جاتا ہے۔ ہیلتھ انرجی کے ذریعے تمام امراض اور تمام مسائل کا علاج بغیر ادویات کے کیا جاتا ہے۔

سپر چوکل ہیلتھ انرجی درجات کا مختصر تعارف

سپر چوکل ہیلتھ انرجی لیول 1

پہلے لیول میں ہاتھوں میں (ایک روحانی شفا ملی طاقت) ہیلتھ انرجی آ جاتی ہے اور ہاتھ دست شفا بن جاتے ہیں۔

سپر چوکل ہیلتھ انرجی لیول 2

دوسرے لیول میں سانسوں میں (ایک روحانی شفا ملی طاقت) ہیلتھ انرجی آ جاتی ہے اور پھر سانسوں کے ذریعے مریشوں کا علاج کیا جاتا ہے۔

سپر چوکل ہیلتھ انرجی لیول 3

تیسرے لیول میں دوسری چیزوں میں ہیلتھ انرجی ٹرانسفر کی جاتی ہے۔

سپر چوکل ہیلتھ انرجی لیول 4

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

سپر چوکل ہیلتھ انرجی لیول 5

پانچویں درجہ میں ہادی میں انرجی مشترک و بیدار کیا جاتا ہے۔

سپر چوکل ہیلنگ انرجی لیول 6

چھٹے 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 ہیلنگ انرجی لیول 7

ساتویں درجہ سے ہر قابل آپریشن امراض کا اس انرجی سے آپریشن کیا جاتا ہے گرمی، سردی کو کم کر سکتے ہیں اور نیند کو کنٹرول کر سکتے ہیں۔

سپر چوکل ہیلنگ انرجی لیول 8

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

علاج میں سپر چوکل ہیلنگ انرجی درجہ کا کردار

سپر چوکل علاج میں ہر سپر چوکل ہیلنگ 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 کے ہو پس رائٹو منٹ اور استعمال معالج (Healer) کی ہیلنگ پاور میں بہت زیادہ اضافہ کر دیتے ہیں۔ سپر چوکل ہیلر کے اپنے لئے اس کا زیادہ استعمال دوسروں پر بے حد قانکہ مند ہے۔ سپر چوکل ہیلنگ انرجی دوسروں پر استعمال کرنے سے نئی زندگی اور انجانی خوشیوں کا آغاز ہوتا ہے۔ زندگی کے پیشار مسائل خود بخود حل ہونا شروع ہو جاتے ہیں۔ اور ہیلرز کی شخصیت میں خود بخود جدوجہدیں ہونا شروع ہو جاتی ہیں۔

سپر چوکل ہیلنگ انرجی درجہ 1

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

گھبراہٹ، دل ڈوبنا، پریشانی، بخار وغیرہ میں کارآمد ہے۔ سپر چوکل پاور ماسٹر جب اس درجہ کے حویس ہیلرز کو دیتا ہے تو اس کے ہاتھ دست شفا بن جاتے ہیں اور ہیلرز کے ہاتھوں میں شفا بنی لہریں آجاتی ہیں اور بوقت علاج ہاتھوں سے نکل کر مریض کے متاثرہ حصے میں منتقل ہونا شروع ہو جاتی ہے ہیلر اور مریض دونوں محسوس کرتے ہیں جیسے ہاتھوں میں ہوتی ہے یا پھر مریض کو پیش ہی محسوس ہونا شروع ہو جاتی۔ بعض مریضوں کو دوران علاج ٹھنڈک، گرمی، سناہٹ اور ہاتھوں پر ہٹ بھی محسوس ہوتی ہے یہ ہاتھوں پر ہٹاؤ شفا بنی انرجی کو وہاں 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 جیسی بیماریوں کے علاج کے امکانات بہت کم ہیں۔ اس طرح لا علاج بیماریوں کے لئے دوسرے اور تیسرے درجے کی مدد لینی پڑتی ہے یہ تینوں مل کر کینسر جیسی بیماریوں کو ٹھیک کر سکتے ہیں۔ تاہم کینسر جیسی بیماریوں کے لئے پانچویں درجہ کا کردار سب سے اعلیٰ ہے۔

سپر چوکل ہیلنگ انرجی درجہ 2

بے شک سپر چوکل انرجی درجہ دوم سے تمام تر نفسیاتی اور جسمانی بیماریوں کا علاج کیا جاسکتا ہے لیکن اس کا خاص اثر نفسیاتی بیماریوں پر ہے۔ ڈپریشن، خوف، بے جا خوف، گھبراہٹ، تعلیمی مسائل، حافظہ اور یادداشت کی کمزوری، گنگوے بھرے پن، کان کے امراض، عصبی و ذہنی اور روحانی امراض میں اس کا اہم کردار ہے۔ اس درجہ کی انرجی رُوح اور مثالی جسم Aura کو تازگی دیتی ہے۔ بچوں کے علاج میں آسانی پیدا کرتی ہے۔ بچوں کا ردنا، ہضدی پن، بچوں کا ڈر خوف وغیرہ کے لئے یہ درجہ خوب کام کرتا ہے۔ بچوں اور بڑوں کے حتمی آجیسی امراض کے علاج میں ہیلر تیسرے درجہ سے بھی مدد لے سکتا ہے۔ دوسرا درجہ انسان کے مثالی جسم پر ہر دنیائے اثرات کو ختم کرتا ہے اور جسم کا دفاع کرتا ہے۔ یہ درجہ حیوانات کے لئے بہت مفید اور سرچل الا اثر 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 چوکل ہیلنگ انرجی کا تیسرا درجہ زیادہ بہتر ہے تاہم دونوں کو بیک وقت استعمال کرنا نباتات اور حیوانات کے علاج میں مؤثر کردار ادا کرتا ہے۔

سپر چوکل ہیلنگ انرجی درجہ 3

تیسرے درجہ کی سپر چوکل ہیلنگ انرجی تمام طریقہ ہائے علاج سے ہم آہنگی پیدا کرتی ہے۔ ادویات کے مضر اثرات کو ختم کر دیتی ہے اور علاج میں ہر درجہ کی ہیلنگ 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 مریض علاج اور آسان طریقہ علاج ہے۔ یہ صرف بیماری کو ہی نہیں بلکہ جسم کے تمام فاسد مواد کو باہر نکال دیتی ہے۔ جسم کو ہر قسم کی بیماریوں سے نجات بخشتی ہے۔ گھروں کو توانا (Energize) کرتا۔ اور ان سے منفی اثرات (Negativity) ختم کرتا۔ مثلاً گھروں میں سے شریر جنات اور ارواح، ارواح خبیثہ، بھوت، پریٹ، سفلی اور گندری ارواح کے سیرا، اور سحر جادو کالے، پیلے، سفلی اور غلیظ گندے علم کے تمام بد اثرات کو بھی اسی درجہ کی انرجی سے ختم کیا جاسکتا ہے۔ گھروں کے کشیدہ ماحول کو اس درجہ کی انرجی سے خوشگوار بنایا جاسکتا ہے اور بے جا چیزوں مثلاً کلزی، پتھر، پانی، دھاکہ، کپڑے وغیرہ میں اس درجہ کی انرجی ڈالی جاسکتی ہے اور پھر یہ چیزیں جس منفی احوال میں رکھی جائیں گی وہاں یہ مثبت انرجی خارج کرتی رہیں گی۔ گویا ایک متناہسی لہریں خارج کرنے والا آلہ تیار ہو جاتا ہے۔ اس درجہ سے ہیلر سپر چوکل میڈیٹن بھی تیار کر سکتا ہے جو ہر مرض سے نجات دلاتی ہیں۔ سپر چوکل ادویات براہ راست رُوح پر اثر انداز ہو کر بدن انسانی میں پیدا ہونے والی تمام امراض کو ختم کر دیتی ہیں۔

سپر چوکل ہیلنگ انرجی درجہ 4

جب اس چوتھے درجہ کے ہو پس ہیلرز 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 ہیلنگ انرجی سے ہیلر دور فاصلے سے علاج کر سکتا ہے۔ سپر چوکل طریقہ علاج ایک ایسا ذواثر اور حیرت انگیز ہے کہ ہو پس لینے کے بعد سپر چوکل ہیلرز کے پاس چند منٹوں کے اندر اندر روزانہ مریض ہزاروں کی تعداد میں آنا شروع ہو جاتے ہیں۔ اس درجہ سے اجتماعی علاج یعنی (Group Healing) کی جاتی ہے۔ جو کہ بہت ہی مفید ہے اس کا مددگار چھٹا درجہ ہے۔ جب سپر چوکل ہیلر کے مریضوں کی تعداد ہزاروں لاکھوں تک بڑھ جائے تو چوتھے درجہ سے کام لیا جاتا ہے۔ بہت سے مریضوں کو ایک جگہ ششائش کی شکل 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 نزدیک اس کا اثر ایک ہی جیسا ہوتا ہے سپر چوکل ہیلنگ انرجی کے ضرورت مند ناہیں جہاں کہیں بھی ہوں سپر چوکل ہیلر سے ٹیلی فون پر رابطہ کر کے اپنی بیماریوں کے بارے میں بتا کر علاج کروا سکتے ہیں۔ اس طریقہ کار میں سپر چوکل ہیلر مریض کو کوئی نام نہاد بتاتا ہے کہ اس وقت پر آپ بیٹھ جائیں یا بیٹ جائیں میں آپ کو سپر چوکل ہیلنگ انرجی بھیج دوں گا۔ اس طریقہ علاج میں نام نہاد بہتر ہوتا ہے کیونکہ کبھی کبھی مریض پر اتنے سکون کی کیفیت طاری ہو جاتی ہے کہ وہ ٹینڈی آغوش میں چلا جاتا ہے۔ اس لئے وقت مقرر کرنا ایک بہتر طریقہ ہے۔

سپر چوکل ہیلنگ انرجی درجہ 5

اس درجہ کی انرجی کا تعلق جسم کے تمام بڑے انرجی سینٹرز سے ہے۔ جب اس پانچویں درجہ کے ہو پس ہیلرز 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 ہیلرز اپنے بدن کے انرجی سینٹرز کو طاقت ور کرنے کے لئے استعمال میں لاتے ہیں۔ جبکہ یہ درجہ کینسر اور پیمانہ نائس بی اور سی وغیرہ کے امراض کے لیے بھی خوب کام کرتا ہے۔ ایسی تمام موڈی تکالیف جو سیلے چاروں درجات سے مکمل طور پر ختم نہ ہو رہی ہوں اس درجہ کی انرجی سے علاج کیا جاتا ہے۔ اس درجہ کی انرجی بدن مریض کے ہر ایک خلیہ میں پہنچ کر تکلیف کو ختم کر دیتی ہے۔ نیز اس درجہ کی سپر چوکل انرجی جسم مثالی کی روشنیوں کو متوازن کر دیتی ہے جب اوراء کی روشنیاں متوازن ہو جاتی ہیں تب تکلیف خود بخود ختم ہو جاتی ہے۔ اس درجہ کی انرجی ہیلرز کے لیے ایک طرح کی بار بار انڈیمنٹ بھی ہے جو ہیلرز کی سپر چوکل ہیٹنگ انرجی پاؤر کو طاقت ور کرتی رہتی ہے۔

سپر چوکل ہیٹنگ انرجی درجہ 6

اس درجہ کی بیداری یعنی سپر چوکل پاؤر ماسٹرس کو پس لینے کے بعد ہوتی ہے۔ جب ہیلرز کو اس درجہ کے ہو پس مل جاتے ہیں تب اس کی سانس جسم سے باہر کی سپر نیچرل انرجی سے منسلک ہو جاتی ہیں اور سپر چوکل ہیٹنگ انرجی درجہ چہارم کی طرح ڈور سے ہی ہیلر سانسوں کے ذریعے مریضوں کا علاج کر سکتا ہے۔ ذہنی یا مصلحہ خواہ کتنا ہی کیوں نہ ہو چند لمحوں میں مریضوں تک ان شفا کی لہروں کو پہنچا کر انہیں بیماری سے نجات دلائی جاسکتی ہے۔ ایک برا عظم سے دوسرے برا عظم تک مریض اس شفا کی انرجی کو کم از کم پانچ منٹ تک محسوس کرتا ہے۔ یہ درجہ چوتھے درجہ سے زیادہ طاقتور اور زیادہ تیزی سے کام کرتا ہے۔ فاصلاتی مریضوں کا علاج کرنے کے لئے یہ درجہ اللہ تعالیٰ کی ایک خاص نعمت ہے جس سے سپر چوکل ہیلر چند لمحوں میں مریضوں کو شفا کی لہریں بھیج کر انہیں تیار یوں سے نجات دلا سکتا ہے۔

سپر چوکل ہیٹنگ انرجی درجہ 7

اس درجہ کے ہو پس 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 کے جاتے ہیں۔ بدن انسانی میں ضروری چیزوں مثلاً گردوں کی پتھری، مٹھنہ کی پتھری، پتہ کی پتھری، غدودوں کا بڑھ جانا، بدن کے کسی بھی حصہ میں رسولیاں بن جانا، امراض دل، امراض معدہ وغیرہ حتیٰ 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 بظہر لطف یہ کہ مریضوں کو جراحی کے تکلیف دہ مراحل سے بھی نہیں گزرتا پڑتا اور مریض کا آپریشن بھی ہو جاتا ہے۔ مگر چند پدم مریض کو پرہیز ضرور کرنا پڑتا ہے جیسا کہ جراحی آپریشن کے بعد پرہیز ہوتا ہے۔

سپر چوکل ہیٹنگ انرجی درجہ 8

ہیلرز کو جب اس آٹھویں درجہ کے ہو پس سپر چوکل پاؤر ماسٹرس مل جاتے ہیں تب ہیلرز میں اس درجہ کی انرجی بیدار ہو جاتی ہے۔ اس درجہ کی انرجی سے انسان اپنا دوسرے لوگوں کا حسن بڑھا سکتا ہے۔ یہ انرجی جنسیات سے متعلق ہے جنسی کشش، پیاس اور سرکشی کا باعث یہی انرجی ہے۔ یہ انسانی زندگی اور حیات کو ارتقا بھی دیتی ہے اور ختم بھی کر سکتی ہے۔ اس انرجی سے انسان زندگی میں اپنی مرضی سے خوشیاں لاسکتا ہے اور اپنی صلاحیتوں کو بڑھا بھی سکتا ہے۔ اس کے ذریعے مرد اور عورت کے تمام تر جنسی امراض کا علاج کیا جاتا ہے۔ جنسی اعضا، مکی خوبصورتی کے لئے بھی اس درجہ کی انرجی کا استعمال میں لایا جاتا ہے۔ جنسی قوتوں کو کنٹرول بھی کیا جاسکتا ہے اور انہیں بڑھایا بھی جاسکتا ہے۔ چہرے کی خوبصورتی اور کشش کے لئے بھی یہ انرجی خوب کام کرتی ہے۔ علاوہ انہیں اپنے وزن اور عمر پر کنٹرول کیا جاسکتا ہے اس انرجی کے ذریعے آپ اپنے وزن اور قد کو نارمل کر سکتے ہیں۔ بھریاں ختم کر کے چہرے کو انتہائی پرکشش بنا لیا جاسکتا ہے۔

جیوانا ریل سائنس میں (مثلث اور دائرہ) کیا ہے؟

کانکات کی ہر چیز مثلث Triangle اور دائرہ Circle کے تالے بانے میں بنی ہوئی ہے۔ فرق صرف یہ ہے کہ کسی نوع کے اوپر دائرہ غالب ہے اور کسی نوع کے اوپر مثلث غالب ہے مثلث کا نلبلہ ٹائم اینڈ اسپیس Time and Spacs 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۔

مثلث اور دائرے کا مطلب ہے۔ حاکم تو انیوں کا مجموعہ یا گروپ آف سپر چوکل پاورز یا انرجیز۔ اسے آپ کا کانات اور ہستی پر اثر انداز ہونے والے ان ذرات کا مجموعہ بھی کہہ سکتے ہیں جس سے پوری کانات اور زندگی وجود میں آئی۔ دوسرے الفاظ میں ہم یہ بھی کہہ سکتے ہیں کہ کانات میں موجود ہر بنیادی اصلی اور حقیقی توانائی کا نام مثلث ہے۔ ایک مثلث میں سات توانائیاں موجود ہوتی ہیں۔ تمام ششوں کی شکل و صورت کچھ اس طرح ہوتی ہے جو کہ اوپر سے دائرہ اور اندر سے مثلث توانائیاں ہوتی ہیں۔ مثلث انسان پر حاکم ہے اور دائرہ سپر چوکل پاورز پر حاکم ہے۔ جب انسان اپنے اوپر محیط مثلث کی گرت کو ختم کر کے دائرہ میں داخل ہو جائے تو اس کا رابطہ سپر چوکل پاورز سے ہو جاتا ہے۔ ہماری کانات پر مثلث محیط ہے اور سپر چوکل ورلڈ پر دائرہ محیط ہے۔ اسے آپ سمجھنے کے لئے اس طرح بھی کہہ سکتے ہیں۔ دائرہ (گن) اور مثلث (فیکن) ہے۔ مثلث عالم ناموس و امثال ہے اور دائرہ عالم آمر ہے۔ یعنی عالم ملکوت سے برہمہ ہر آن سپر چوکل ورلڈ سے حاکم توانائیاں عالم ناموس کی طرف نزول کر رہی ہیں۔ اس کے درمیانی فاصلہ میں سات اہم ستون ہیں۔ انہی آپ سات قسم کی توانائیاں بھی کہہ سکتے ہیں۔ آسانی سے لئے ہم کہہ سکتے ہیں کہ مثلث زندگی ہے اور یہ کیکشاؤں سے مربوط ہے۔ مثلث کے اوپر دائرہ تمام نظام شمسی اور دیگر کیکشاؤں کے نظام کو ظاہر کرتا ہے۔ مثلث ہی زندگی کی ابتدا ہے۔ اور دائرہ کا ان پیکر زندگی کا خاتمہ یا قیامت ہے۔ سپر چوکل پاوری کا کانات کی احساس ہے۔ جب کوئی سپر چوکل

فرد ایسی اشیاء دیکھتا ہے جو ہمارے حواس خمسہ سے بالاتر ہیں تو وہ انہیں ایک اور قسم کی فضا یا خانہ میں دیکھتا ہے۔ جسے ذہنی فضا یا سپر چوکل ورلڈ کہتے ہیں۔ سپر چوکل ویزوی ہر قسم کی لہروں مشا (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 تقدیر ذہن اس کام کی خوبی یا خرابی سے آگاہ کر دیتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے اسے دو قسم کے حواس متخل کئے ہیں۔ ایک حواس ٹائم اینڈ اسپیس کے پابند ہیں اور دوسرے حواس ٹائم اینڈ اسپیس 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 ٹائم اینڈ اسپیس 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 کانات کی مائیکرو فلم ہے۔ اس نقطہ کو جب پھیلنے اور نشر ہونے کا موقع دیا جاتا ہے تو ساری کانات دماغ کی سکریں پر فلم بن کر متحرک ہو جاتی ہے۔ اس نقطہ کی ایک بھر پور اور دلکش مثال برگلہ کے درخت کے سچ سے دی جا سکتی ہے۔ برگلہ کا سچ جو ششخاش کے دانے سے چھوٹا ہوتا ہے، جب زمین ایک خاص پردوس Process کے تحت اس کو حرارت پہنچاتی ہے تو سچ کے اوپر کا پرت اتر جاتا ہے اور اندر سے برگلہ کا پودا نمودار ہو جاتا ہے۔ پھر اس کی جسمات اتنی بڑھ جاتی ہے کہ اس کے نیچے بارشیں ٹپ ٹپ سمجھ جاتی ہیں اور اس کی وسعت پھر بھی برقرار رہتی ہے۔ جب ششخاش سے چھوٹے دانے میں ایک برگلہ 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 سپر چوکل یا ورتھی رکھی ہے اپنی اپنی حیثیت کے مطابق آپ جتنی چاہیں 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 نام 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 انیما و کرام کی تعلیمات سے استوار کی تھیں۔ ان کے فلسفہ کی پیچیدگیوں کو نظر انداز کر کے جب ان کی تعلیمات پر غور کر لیا 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 "نیوما" قرار دیتے ہیں۔ ماہرین نے "نیوما" کو بلا اختلاف روح قرار دیا ہے ارسطو کے مطابق نیوما انسانی جسم میں کرنٹ کی مانند حرکت کرتی ہے۔ چنانچہ "نیوما" ہی کی وجہ سے خیالات اور خواہشات ہوتی ہیں۔ "جسم" زووج کی تین اقسام کے تحت کام کرتا ہے۔ پہلی زووج حقیقی (Natural Spirit) ہے جس کا مقام جگر ہے۔ دوسری زووج حیاتی (Vital Spirit) جس کا مقام دل کے بائیں وائٹریکل پر ہے۔ جب کہ تیسری زووج حیوانی (Animal Spirit) ہے جس کا مقام دماغ پر ہے۔

گروپ ہیملنگ کے لئے

گروپ ہیملنگ کے لئے جتنے زیادہ مریض ہوں مثلاً میں، پچاس، سو یا دوسو مریضوں کے گروپ کا علاج کرنے کے لئے یہ طریقہ استعمال کریں۔ سب کو شٹلٹ کی شکل میں بیٹھا دیں اور خود کھڑے ہو کر لیول 4 کی سپر چوکل انریزی دیں۔ تمام مریضوں کو پیلے سے آگاہ کر دیں کہ جس کو اتفاق ہو جائے وہ اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں دعا کے لئے اپنے ہاتھ اٹھائے اور دعا مانگنے کے بعد اپنی آنکھیں کھول لے۔ اسے گروپ سے الگ کر دیں۔

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

کر (انگوٹھے نیچے ناک کی طرف کریں اور انگلیوں کو اوپر ماتھے کی طرف کریں اور آنکھیں بند کر کے سپر چوکل ہیملنگ انریزی دیں) مریضوں کو انریزی ملے گی۔ اس طرح زیادہ سے زیادہ مریضوں کو انریزی دی جا سکتی ہے۔

انریزی بال کے ذریعے فصلاتی مریضوں کا علاج کرنا

سپر چوکل ہیملنگ انریزی لیول 4 میں آنکھوں کو بند کر کے دونوں ہاتھوں میں انریزی بال پکڑیں پھر ہاتھوں کو گھماتے جائیں یعنی (موو) کرتے جائیں۔ اور چند بار درجہ 4 کی فریکوئنسی گھمائیں۔ جب انریزی بال سے ہاتھوں کو انریزی محسوس ہو تو دنیا میں کسی جگہ اپنے مریض کی طرف انریزی بال فضا میں پھینک دیں۔ مریض جہاں کہیں بھی ہوگا اسے شفائی انریزی محسوس ہوگی اور وہ اسے چند منٹ تک اسے انریزی محسوس ہوگی۔ جس کا شفائی اثر پچیس گھنٹے تک رہے گا۔ چوبیس گھنٹے بعد دوبارہ اسے انریزی بال کے ذریعے شفائی لہریں (سپر چوکل ہیملنگ انریزی) بھیج دیں۔ چند بار کے علاج سے مریض صحت یاب ہو جائے گا۔

سپر چوکل لیول 4 سے آپ انریزی بال بنا کر دنیا کے کسی بھی کونے 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 انریزی بھیج سکتے ہیں مریض جہاں کہیں بھی ہوگا اسے شفا ہو جائے گی۔ کیونکہ تصویر اور فرد کے درمیان بھی ناوردائی لہروں کے ذریعے رابطہ ہوتا ہے۔ انریزی بال بنانے کے لئے کھڑے ہو کر سپر چوکل لیول 4 کی فریکوئنسی ڈائل کریں اور ہاتھوں کو تھوڑے فاصلے پر اوپر نیچے دائیں بائیں موو کرتے جائیں۔ تھوڑی دیر میں آپ اپنے ہاتھوں میں انریزی خارج ہوتی ہوئی محسوس کریں گے۔ پھر انریزی بال کا آپ کو احساس ہونا شروع ہو جائے گا۔ جیسے ہی آپ کے ہاتھوں کے درمیان انریزی بال محسوس ہو تو تصور سے جہاں آپ کا مریض ہے وہاں انریزی بال پھینک دیں۔ انریزی بال کی توانائی کو مریض دنیا کے کسی بھی کونے میں 5 سے 10 منٹ تک محسوس کرے گا اور اس کے اثرات بدن انسانی میں 24 گھنٹے تک رہیں گے۔ یعنی یہ انریزی 24 گھنٹے تک اپنا درک کرتی رہے

گی۔ اگلے روز آپ دوبارہ انرجی بھیج سکتے ہیں۔ اس طرح چند بار سے آپ کا مریض تندرست ہو جائے گا۔ اس کے لئے فاصلے کی کوئی حد مقرر نہ ہے۔ زمینی فاصلہ خواہ کتنا ہی ہو۔ آپ سپر چوکل لیول 6 سے بھی فاصلاتی مریضوں کا علاج کر سکتے ہیں۔ یہ لیول چار سے 4 سے زیادہ طاقت ور ہے اور آسان بھی ہے۔ آپ بائیں ہاتھ کی پہلی تین انگلیوں سے ٹرائی اینگل بنا کر اپنے ہاتھ پر یعنی تیسری آنکھ کے مقام پر رکھیں اور لیول 6 کی فریکوئنسی ڈائل کریں اور انرجی بھیج Send کر دیں۔ یعنی e-mail کی طرح چند لمحوں میں انرجی وہاں پہنچ جائے گی جہاں آپ کا مریض ہے اور وہ محسوس بھی کرے گا۔ اور اُسے جو مرض یا تکلیف ہوگی اس سے نجات حاصل کر لے گا۔ یہ طریقہ بہت زیادہ زبردست ہے۔

انسان اور سپر چوکل انرجی

انسان کے اندر بھی ایک نظام کھینکشاؤں کی طرح ہے۔ انسان کے اندر بھی ایک یونیورسل فورس موجود ہے۔ اس کو ایک خاص طریقہ سے حرکت دینا گویا سپر نیچرل دنیا میں داخل ہونا ہے (SUPERNATURAL WORLD) سپر نیچرل دنیا کیا ہے؟ یہ ایک اورائی دنیا ہے نیچر کے قانون میں کہ ہم اپنی باؤں کو کچھ خاص حرکات دے کر نیچر کے ساتھ ہم آہنگ ہو سکتے ہیں۔ جیرا نارمل سائنسز میں سپر چوکل ہیلنگ ایک زبردست طریقہ علاج ہے جو بغیر ادویات کے ہے۔ سپر چوکل ہیلنگ انرجی کورس میں کسی قسم کی ریاضت، کسی خاص مشق، کسی خاص عمل، کسی خاص چلہ کشی کی ضرورت نہیں ہوتی۔ پس ایک علم آپ کو ٹرانسفر کر دیا جاتا جو سرتے ہم تک نہ کوئی آپ سے چھین سکتا ہے نہ آپ کے علم میں کسی واقع ہوگی اور نہ اس علم کی کبھی رجعت ہوگی اور آپ کے مریضوں کے تعداد ہزاروں تک پہنچ جائے گی۔ سپر چوکل انرجی ایک زبردست روحانی فورس ہے جس سے آپ ہر مرض کا کامیاب علاج کر سکتے ہیں۔ زدوہ اخاند بنانے کی ضرورت اور نہ کسی طرح کی میڈیسن لانے کی ضرورت ہے۔ چند لمحوں میں آپ کو ایک سپر چوکل 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 سپر چوکل ہیلنگ انرجی کا نام دیا گیا ہے۔ میرے بے شمار ایسے شاگرد ہیں جو یہ علم حاصل کرنے سے پہلے دو اسازی 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۔

سپر چوکل ہیلنگ 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 بیمار کیوں ہوتے ہیں اور جب بیمار ہو جاتے ہیں تو کبھی کبھی بغیر میڈیسن کھائے کیوں تندرست ہو جاتے ہیں؟ میڈیکل سائنس کی ترقی سے پہلے بیماریاں کم کیوں تھیں اور علاج کے عام طریقوں سے انسان جلدی 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 جیرا نارمل سائنس ہی دے سکتی ہے۔ سپرٹ انرجی خلیہ کو شکل اور تازگی دیتی ہے۔ خلیہ کے لئے تمام ضروری مواد فراہم کرتی ہے اور اضافی مواد کو ختم کر دیتی ہے۔ اگر مواد میں کمی و بیشی ہو تو اس کو بھی پورا کرتی ہے اور خلیہ اس قابل بن جاتا ہے کہ وہ مشورہ دے سکے۔

انسان ہزاروں سال سے سپر چوکل پاؤرز کی تلاش میں رہا ہے جس نے اسے تھوڑا بہت سمجھا بھی ہے اور حاصل بھی کیا ہے مگر جتنا جانا ہے اس کے مطابق کم از کم ایک درجن کے قریب اس کے مختلف نام رکھے ہیں۔ مثلاً، ہائیو انرجی، ہائیو کیمک فورس، لائف فورس، پرائیام، میکنل فورس، ذہنی قوت، کائناتی قوت، ہائیو پلازمیک فورس، میکینیکل فورس، روحانی طاقت، پیکراز، جیرا نارمل فورس، مانا این رین، آئل فورس، کنڈائنٹی، پچی ہاورز، چناس، نیلی جینٹی، ایٹھریک قوت، اورا، ہمزاد، وغیرہ ایسے اور بھی بے شمار نام ہیں۔

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

صلاحتی موجود نہیں ہے۔ سوائے مادی ریشوں کے اور بس۔

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

انسان روز ازل سے اب تک ایک برتر قوت کا عقیدت مند رہا ہے اور اس برتر قوت کی تلاش میں تھکا دینے والی ریاضتیں بھی کی اور گوش نشین ہو کر چلے کٹی بھی کی اور نہ جانے کیا کیا مشقتیں کی ہیں۔ اس برتر قوت کی خاطر قسم قسم کے عقائد و عقود میں آئے۔ برتر قوت کو ہر عقیدت مند الگ الگ تصور سے دیکھتا ہے ہر مذہب کے پیروکار خدا کے بتائے ہوئے بیانات، احکامات، الہامات، معجزات اپنے طور طریقے سے دیکھتا ہے اور دوسرے مذاہب کے پیروکار غلط ٹھہراتے ہیں کہ خدا نے ایسے نہیں بتایا ہے۔ 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۔ دنیا میں انہیں بڑے مذاہب کی تقریباً 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، سلوک وغیرہ مذہب کے بارے میں درست نہیں ہے یا خدا نے ایسا نہیں فرمایا ہوگا۔ یا خدا کے فرمان اور ہیں اور ہم کچھ اور سمجھتے ہیں۔ کچھ فرقے سائنسی علوم کو بھی گمراہی سمجھتے ہیں۔ جبکہ کائنات کی اچھی اور مضرا ایجادات 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 مضمرات اثرات بھی ہیں لیکن سب سے زیادہ نفرتیں، انتقادات، اختلافات، اعتراضات اور خود غرضیاں تباہ کن 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 عقائد 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 نوح بیمار ہے گی۔ کیونکہ یہ سب بیماریاں ہیں۔ اس کی جہ سے ہم برتر قوت تک رسائی حاصل نہیں کر سکتے ہیں اور نہ ہی برتر قوت کو صحیح پہچانا جا سکتا ہے۔ برتر قوت ہمیں محبت سے دیکھ رہی ہے نہ کہ غضب، نفرت اور انتقاد 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 ہم مادی قوت کو حاصل کریں اور حقیقت سامنے آئے۔

سپر چوکل ہیلنگ انرجی کے درجات یا لیولز

لیول 1 (پہلا درجہ)

سپرٹ انرجی خلیہ کو عمل اور تازگی دیتی ہے۔ خلیہ کے لئے تمام ضروری مواد مہیا کرتی ہے اور اضافی مواد کو ختم کر دیتی ہے۔ اگر مواد میں کمی و بیشی ہو تو اس کو بھی پورا کرتی ہے اور خلیہ اس قابل بن جاتا ہے کہ نشوونما پاسکے۔

A- یہ تو انائی ہمیشہ خود کار طریقہ سے چلتی ہے جو گوشت، ہڈی، پوست Skin اور خون کو زندہ رکھتی ہے۔ یہ کچھ خاص مدت کے بعد ختم ہو جاتی ہے کسی جاندار میں اس تو انائی کے ختم ہونے کا مطلب اس کی موت ہے۔

B- یہ لازوال اور لافانی تو انائی ہے۔ کوئی جاندار اگر مر بھی جائے تو بھی یہ اسی حالت میں ٹرائی انگل کے اندر رہتی ہے۔ اس تو انائی کو سپر چوکل پارماٹر ایک خاص طریقہ سے بیدار (سوپس) کرتا ہے۔ جس کی شدید ہیڈ میڈ اور خوشگوار لہریں جسم میں دوڑنا شروع کر دیتی ہیں۔ جب یہ تو انائی بیدار ہوتی ہے تو پھر ہم کائنات میں موجود تمام تو انائیوں سے منسلک ہو جاتے ہیں اور ہم اپنے اندر سپر چوکل انرجی اور کائنات میں موجود حیاتیاتی تو انائی (سپر چوکل پاورز) دونوں کو استعمال کرتے ہیں اس سے ہم اپنا اور دوسروں کا علاج کر سکتے ہیں۔

C- یہ ہدایات یعنی "امر اور گن" والی تو انائی ہے جو کہ تو انائیوں کو ہم آہنگ (سوپس)

یا مریوط کرنے کے ساتھ خود بخود بیدار ہو جاتی ہے۔ یہ ہیلتھ 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 سب سے پہلے سپر چوکل پاور ماسٹر ہمارے ہاتھوں کی انرجی کو بیدار کرتا ہے جس سے ہاتھوں میں شفا کی لہر (ویلیٹھ ویوز) آ جاتی ہیں اور ہاتھوں سے آگے نکل کر مریض کے متاثرہ حصے میں منتقل ہو جاتی ہیں اور ہاتھوں سے علاج کیا جاتا ہے۔ جب اس توانائی کو اپنے اور دوسروں لوگوں کی بیماریاں ختم کرنے میں استعمال کر لیا جائے تو پھر اگلے مرحلہ یعنی (دوسرا درجہ) لینے کے لئے تیار ہو جاتے ہیں۔ تو سپر چوکل پاور ماسٹر آپ کو سپر چوکل ہیلتھ انرجی کے دوسرے درجہ کے چھوٹے حصے دے دیتا ہے۔ اب آپ اس توانائی کو استعمال میں لا کر پھر اگلے یعنی تیسرے مرحلہ کے لئے تیار ہو جاتے ہیں تو سپر چوکل پاور ماسٹر تیسرے درجہ کے چھوٹے حصے کو دے کر اس انرجی کو آگے لے کر تیار ہو جاتا ہے اور اسی طرح یہ سلسلہ آخر تک چلتا رہتا ہے۔

لیول 2 (دوسرا درجہ)

اس کا تعلق سائنس سے ہے اور ہمارے نظام حسیں کو حیات بخشتا ہے اس کا حصہ آکسیجن جیسی توانائی کو جسم کے پچاس کھرب خلیات کو پہنچاتا ہے مگر سپر چوکل پاور ماسٹر B حصہ کے چھوٹے حصے یعنی بیدار کرتا ہے تو شفا کی Healing توانائی ہماری سانسوں کے ساتھ شفا شکت ہو جاتی ہے۔ اس طرح بذریعہ سانس علاج کیا جاتا ہے۔

لیول 3 (تیسرا درجہ)

اس انرجی کے پھیلنے کے لیے سپر چوکل ہیلرا سے بے جان چیزوں میں منتقل کر دیتا ہے جنہیں پھر میڈیسن اور ادویات کے طور پر علاج کے لئے استعمال میں لایا جاتا ہے اور اس انرجی سے سحر جاودہ اور آسیب زدہ گھروں سے سحر جاودہ اور آسیب کے اثرات کو ختم کیا جاتا ہے۔ کیونکہ سحر جاودہ اور آسیب ارواح حیثیت بھوت نیت وغیرہ سب کی بنیاد (V) ہیں۔ اور تیسرے درجہ کی

انرجی (V)۔ کو ختم کر کے (V) + ویوز کی زیادتی کو روکتی ہے۔ اس لئے گھروں کے کشیدہ ماحول کو بھی خوشگوار اسی انرجی سے بنایا جاتا ہے۔ یعنی گھروں کو انرجی زکریا جاتا ہے اور اہل خانہ ایک دوسرے سے کچھے کچھے رہنے کی بجائے خوش و خرم رہتے ہیں۔ اہل خانہ کے لڑائی جھگڑے اور گھریلو اختلافات ختم ہو جاتے ہیں۔ سحر و آسیب زدہ افراد کو اسی توانائی سے کوئی بے جان چیز انرجیوں کر کے دی جاتی ہے۔ جس سے ہر وقت مثبت ویوز کا اخراج ہوتا رہتا ہے۔ اور فرہنگی اثرات سے محفوظ رہتا ہے۔

لیول 4 (چوتھا درجہ)

جب یہ انرجی بیدار (چھوٹے) ہوتی 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 توانیوں مثلاً (کاسمک ریز، کانٹائی توانائی، سپر اتل فورس، سپر نیچرل فورس) وغیرہ کے ساتھ بھی شکت کیا جاسکتا ہے۔ اس انرجی کے ذریعہ مریض جتنی بھی ذوری پر ہو سپر چوکل ہیلرا اس انرجی کو استعمال میں لا کر اس کا علاج کر سکتا ہے۔

سپر چوکل ہیلتھ انرجی کے فوائد

جیسا کہ نام سے ظاہر ہے اس انرجی سے بدن انسانی میں پیدا ہونے والی تمام امراض بشمول نفسیاتی پر ایملر اور آسٹریل ہائی کے نفاٹس کو بھی اس انرجی سے دور کیا جاتا ہے اور ایسے امراض سے جدید میڈیکل سائنس نے علاج قرار دے دیا ہو سپر چوکل ہیلتھ انرجی سے ان کا علاج ممکن ہے۔ فاصلاتی مریضوں کا علاج وغیرہ بھی اس میں شامل ہے۔ یعنی مریض اگر دیکھا گیا ہے ایک کونے اور معالج دیکھا گیا ہے دوسرے کونے پر موجود ہو تو بھی علاج کیا جاسکتا ہے۔

بچے اور سپر چوکل ہیٹلنگ انرجی

چھوٹے بچوں کو نصف فرشتے بھی کہا جاتا ہے اور انہیں پھولوں سے بھی تشبیہ دی جاتی ہے۔ بچے مصوم ہوتے ہیں اور ان کے ذہن ماورائی دنیا سے بڑوں کی نسبت زیادہ آشنا ہوتے ہیں۔ اسی وجہ سے ان میں منفی انرجی نہ ہونے کے برابر ہوتی ہے جو انہیں بچے شعوری منازل طے کرتے ہیں تو ان میں منفی انرجی پیدا ہونا شروع ہوجاتی ہے۔ کیونکہ منفی انرجی بچوں میں بہت کم ہوتی ہے۔ اسی وجہ سے سپر چوکل ہیٹلنگ انرجی بچوں پر زیادہ خونگوار اثرات پیدا کرتی ہے سپر چوکل ہیٹلنگ بچوں کے لئے بے ضرر اور زیادہ مفید و دلکش طریقہ علاج ہے۔ مزے کی بات یہ کہ سوتے ہوئے بچوں کے بدن پر ہاتھ رکھ کر آپ سپر چوکل ہیٹلنگ انرجی صرف چند منٹ دیں تو بچے نیند بہت خوش بھاشا بپاش اور تازہ دم انہیں گے۔ اگر روزانہ ایک وقت مقرر کر کے بچوں کو ہیٹلنگ دیں تو ان کی ذہنی صلاحیتیں بہت زیادہ بڑھ جائیں گی اور ان کی شخصیت مثبت ہوگی۔ لڑکپن کی بیماریوں سے محفوظ رہیں گے نایاب بچے جن کو بچپن سے ہی سپر چوکل انرجی دی جائے وہ بڑے ہو کر نامور اور عظیم شخصیت کے مالک بن جاتے ہیں۔ اگر سپر چوکل انرجی حاملہ عورتوں کو دی جائے تو بچوں کی ولادت باسانی ہوتی ہے زچہ و بچہ دونوں ہڈ سکون رہتے ہیں۔

سپر چوکل ہیٹلنگ انرجی کے حوصلہ یا ایڈیوٹمنٹ

حوصلہ سے مراد بیدار کرنا، ہم آہنگ کرنا، منسلک کرنا، جگانا، یا سپر چوکل پاور کی نیٹنگ کرنا ہے۔ سپر چوکل سائنسز میں کائناتی توانائیوں سے منسلک ہونے کو حوصلہ یا Hops کہا جاتا ہے۔ حوصلہ ایک ایسا عمل ہے جس میں سپر چوکل پاور ماسٹراپی ہستی یا بیہ انارٹی تو قوتوں کو استعمال میں لاتا ہے۔ اس عمل میں سپر چوکل پاور ماسٹراپی لاشعوری Un Conscions کائناتی اور شاعرانہ کی صلاحیتوں کو استعمال میں لاکر شاعرانہ حوصلہ (Hops) دے دیتا ہے۔ حوصلہ عمل کائناتی قوتوں سپر چوکل پاور ماسٹرا شاعرانہ کے درمیان ہم آہنگی پیدا کرتا ہے۔ یعنی جب تک ماسٹرا شاعرانہ کو سپر چوکل ہیٹلنگ انرجی کے حوصلہ نہ دے شاعرانہ اس انرجی سے کام نہیں لے سکتا۔ دوسرے

الفاظ میں ماسٹرا شاعرانہ کو ہیٹلنگ انرجی ٹرانسفر کر دیتا ہے اور شاعرانہ بغیر کسی ریاضت اور بغیر کسی چند کوشش کے سپر چوکل ہیٹلنگ بن جاتا ہے۔

حوصلہ کے دوران شاعرانہ کے محسوسات و مشاہدات

ماسٹرا سپر چوکل ورلڈ میں ذوق جاتا ہے اور توانائیوں کو ایک دوسری سے ملانے میں مصروف ہوجاتا ہے۔ شاعرانہ بہت سی قوتوں کو محسوس کرتا ہے۔ جس میں اول پورے جسم میں خوشگوار سپر چوکل و یوز کا دورانا اور جسم کے ارد گرد توانائیوں کا ایک سرکل محسوس کرنا۔ خوشی اور سکون محسوس کرنا شامل ہے۔ شاعرانہ اپنے جسم کو بہت ہلکا محسوس کرتا ہے۔ شاعرانہ بند آنکھوں سے سپر چوکل ورلڈ کے مشاہدات بھی بعض اوقات کرتا ہے۔ مختلف قسم کے رنگ اور روشنیوں کو دیکھتا ہے۔ سپر چوکل انرجی کے مسلسل بہاؤ کی وجہ سے جسم میں ایک خوشگوار کپکپاہٹ (Vibration) محسوس ہوتی ہے۔ یہ حوصلہ لینے کے دوران محسوسات اور مشاہدات ہیں۔ لیکن صرف یہ نہیں کبھی کبھی تو حوصلہ کے دوران کچھ اور چیزیں بھی مشاہدہ میں آتی ہیں لیکن یہ تمام لوگوں کے ساتھ نہیں ہوتا۔

- 1- کبکھانی نظام میں اپنے آپ کو محسوس کرنا اور مختلف روشنیاں دیکھنا۔
- 2- اپنے ارد گرد غیر مادی اجسام یا اشخاص کو محسوس کرنا۔
- 3- اپنے آپ کو زمین سے اوپر اٹھتا ہوا 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 اشخاص ماورائی دنیا کے اشخاص ہو سکتے ہیں۔ کشش ثقل پر قابو پانا اور زمین سے اوپر اٹھتا ہوا محسوس کرنا مشاہدات توانائیوں اور دائرہ کی توانائیوں کی آپس میں ہم آہنگی کی وجہ سے ہے۔ جس میں کشش ثقل نہیں آزاد گردتی ہے۔ اس میں خوشی کی بات یہ ہے کہ حوصلہ عمل کے کوئی منفی اثرات نہیں ہیں سوائے مثبت اثرات کے۔ سپر چوکل ہیٹلنگ انرجی کے بے شمار فوائد ہیں۔ یہ طلبہ کی روحانی، جذباتی، ذہنی، اعصابی اور

جسمانی نظام میں مثبت اور خوش گواری تہدیلیاں لاتی ہے۔ بہت سے لوگوں میں ناقص اور مسخر سمحت تو تائیاں جو پہلے عمل کے دوران ہی ختم ہو جاتی ہیں۔ جو پہلے بے نظم قوتوں کو منظم کر دیتا ہے۔ تو تائیاں کی ناقص کارکردگی کو مثبت قالب میں ڈھال دیتی ہے۔ لوگوں نے جس وجہ سے بھی نحوہیں لیا ہو وہ اپنے آپ میں تبدیلی ضرور محسوس کرتے ہیں ایک عام تبدیلی سکون کی کیفیت ہے۔ جو پہلے دینے کے بعد سپر چوکل پاور ماسٹر شاگردوں کو بیٹھا کر یہ ہدایت کرتا ہے کہ آپ ایک دوسرے سے پوچھیں کہ جو پہلے کے دوران کیا محسوس کیا؟ اور اب آپ اپنے اندر کیا تبدیلی محسوس کرتے ہیں۔ تقریباً بہت سے لوگ یہ کہتے ہیں کہ ایسی خوشگوار پر لطف اور پُر سکون حالت تمام زندگی میں کبھی محسوس نہیں ہوئی تھی کہ جو پہلے کے دوران محسوس کی ہے۔ اب ہم بشاش بشاش اور ترد تازہ ہیں۔ اور ایسے لگتا ہے 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 تہدیلی محسوس نہیں کرتے مگر بہت سی لطیف تہدیلیاں رونما ہو چکی ہوتی ہیں۔ اس طرح کے لوگوں کو بعد میں سپر چوکل ہیٹلنگ انرجی کو استعمال میں لانے سے محسوس ہوتا ہے۔ اس ہیٹلنگ انرجی کو جتنا دوسروں اور اپنے آپ پر استعمال کرتے ہیں اتنی ہی محسوسات و مشاہدات اور خوشگوار تہدیلیاں رونما ہوتی ہیں اور سپر چوکل تو تائیاں میں اضافہ ہوتا ہے۔ سپر چوکل پاور کے زیادہ استعمال سے ہی ہم دوسری مافوق الفطرت قوتوں کو زیادہ حاصل کر سکتے ہیں۔ سپر چوکل پاور کا استعمال مراقبہ بھی ہے اور عبادت بھی ہے۔ اس کے استعمال سے ہمیں تسلی اور اطمینان 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 غم دکھ درد پر بیٹھتی اور بیماری کو سپر چوکل ہیٹلنگ انرجی سے ختم کرتے ہیں تو ان کے اندر آپ کے لئے مثبت سوچ کی انرجی پیدا ہو جاتی ہے اور وہ مثبت انرجی انہی ہماری صلاحیتوں اور کارکردگی میں اضافہ کرتی ہے اور اگر آپ کے لئے دوسرے لوگ منفی سوچ رکھتے ہوں تو آپ میں بھی منفی انرجی اجاگر ہو جاتی ہے۔ لیکن آپ سپر چوکل پاور سے اپنے منفی

خیالات کو فوراً مثبت بنا سکتے ہیں یا کنٹرول کر سکتے ہیں۔ اس لئے اگر ہم زندگی کی کتنی کو مزید مقصود سمک خوشیوں اور سکون کے ساتھ صحیح سلامت پہنچانا چاہتے ہیں تو وہ دوسروں کی خدمت کرنے میں ہے۔ خوشی صحت اور ہر کام میں کامیابی دوسروں کی خدمت کرنے میں ہے۔ آج کل کی دنیا لینے اور دینے کی دنیا ہے اس لئے اگر آپ دوسروں کو خوشی و صحت بخانتے ہیں تو دوسرے بھی آپ کو خوشی دیں گے۔ جب آپ سپر چوکل پاور ماسٹر بن کر جو پہلے دیتے ہیں یا سپر چوکل ہیٹلنگ بن کر علاج کرتے ہیں تو آپ ایک اچھا کام کرتے ہیں۔

کیا سپر چوکل ہیٹلنگ پاور سلب بھی سکتی ہے؟

آپ یہ بات تو جان چکے ہیں کہ سپر چوکل ہیٹلنگ انرجی ایک باقاعدہ علم اور فن ہے۔ جسے جو پہلے کے ذریعے سپر چوکل پاور ماسٹر سے حاصل کیا جاتا ہے۔ جو پہلے کے بعد سپر چوکل ہیٹلنگ میں ایسی شفا فی انرجی بیدار ہو جاتی ہے۔ جس سے نہ صرف وہ اپنا اور دوسرے افراد کا علاج کر سکتا ہے۔ بلکہ نباتات و حیوانات کو بھی بیماریوں سے نجات دلا سکتا ہے۔ آپ کو یہ بھی معلوم ہو گا کہ ماورائی علوم یا وجدانی صلاحیتوں سے متعلق یہ بات بھی زبان زد عام ہے کہ یہ علوم اور صلاحیتیں سلب بھی ہو جاتی ہیں۔ ہو سکتا ہے کہ آپ کے ذہن میں بھی یہ سوال پیدا ہو کہ سپر چوکل ہیٹلنگ کی پاور بھی سلب ہو سکتی ہے؟ اس سلسلہ میں ہم آپ پر یہ بات واضح کر دیں کہ جب کوئی فرد ایک مرتبہ سپر چوکل ہیٹلنگ انرجی کے جو پہلے لے لیتا ہے تو مرتبہ وہ ہم تک اس کی یہ قوت ختم نہیں ہوتی اور نہ ہی کوئی دوسرا فرد اسے سلب یا ختم کر سکتا ہے۔ ایک مرتبہ جو فرد بذریعہ ہونہیں اس قوت کو اپنے اندر جاری و ساری کر لیتا ہے تو یہ قوت اس کے ساتھ ہم عمر رہتی ہے۔ مگر اگر آپ اپنے سپر چوکل پاور اساتذہ کا احراز نہیں کریں گے تو اس قوت میں تھوڑی بہت کی واقع ہونا شروع ہو جاتی ہے۔ اس بات سے تو سب ہی آگاہ ہیں اگر کوئی فرد کتاب، علم اور استاد کا احترام نہ کرے تو وہ عظیم شخصیت نہیں بن سکتا۔ سپر چوکل ہیٹلنگ جو ہمیشہ اپنے اساتذہ کا احراز کرتے ہیں اور مسلسل رابطہ میں رہتے ہیں، انہیں سپر چوکل پاور ماسٹر سے اضافی قوتیں فرانسفر ہوتی رہتی ہیں۔

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

سپر چوکل ہیملنگ پاور کتب کے مطالعہ، چاند کشی، وظائف، تہنیتا اور ریاضات سے ہم اپنے اندر کسی بھی طرح جاری ساری نہیں کر سکتے۔ کیونکہ اس میں تمام ترقی اور مشکل ترین ریاضتیں سپر چوکل پاورز ماسٹرنے کی ہوتی ہیں، اور وہ ایک خاص طریقہ سے شاگردوں میں پاورز ٹرانسفر کرتا ہے۔ جس میں وہ اپنی بہت ساری پیراناہل قوتوں کو استعمال میں لاکر شاگردوں کو سپر چوکل ورلڈ سے ہم آہنگ کر دیتا ہے۔

سپر چوکل ہیملنگ بننے کے لیے کتنا عرصہ درکار ہوتا ہے

سپر چوکل ہیملنگ بننے کے لیے سالوں، مہینوں اور ہفتوں 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، حضرات بچے، نوجوان اور بوڑھے سبھی سپر چوکل ہیملنگ بن سکتے ہیں۔ کیونکہ اس میں کھینے والی بات زیادہ اہمیت نہیں رکھتی بلکہ علم کی منتقلی ایک خاص اہمیت رکھتی ہے۔ سپر چوکل ہیملنگ روایتی طریقوں سے پڑھائی نہیں جاتی اور نہ ہی اس میں سال یا سال کی پریکٹس ضروری ہوتی ہے۔ اس کے حصول کے لئے ضروری ہے کہ شاگرد اپنے استاد سپر چوکل پاور ماسٹر کے پاس موجود ہو۔ چند گھنٹوں میں لیکچر اور وہیں عمل کے بعد اسے علم ٹرانسفر کر دیا جاتا ہے۔ اگلے لمحے وہ سپر چوکل ہیملنگ بن کر اپنا اور دوسرے افراد کا علاج شروع کر دیتا ہے۔

کیا سپر چوکل ہیملنگ سے مضمرات بھی مرتب ہو سکتے ہیں؟

سپر چوکل ہیملنگ 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 پاک میں ارشاد باری تعالیٰ ہے کہ
اللَّهُ نُورٌ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ مِثْلُ نُورِ كَمِيحَةِ فِئْتِهَا مِصْبَاحُ الْمُبْصَحِ
فِي زُجَاجَةٍ الزُّجَاجَةُ كَأَنَّهَا كَوْكَبٌ دُرِّيٌّ يُوقَدُ تَرَجِدُ اللَّيْلُ نُورَهُ إِسْمَانِيٌّ أَوْ رُ

زمین کما۔ مثال اس کے نور کی ایسی ہے جیسے ایک طلاق ہو جس میں رکھا ہو چراغ۔ یہ چراغ ایک فانوس میں ہو اور یہ فانوس ایسا ہو جیسے ایک ستارہ مونی کسی طرح جھمکنے والا۔ (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 پیراناہل قوتوں کو عمل میں لاتا ہے۔ یہ عمل ہی نورانی کا نفاذ انرجی جسے ہم نے سپر چوکل ہیملنگ انرجی کا نام دیا ہے۔ سپر چوکل پاور ماسٹر کے رگ و بدن اور سانسوں میں یہی انرجی کافی مقدار میں سرایت کر جاتی ہے۔ جسے وہ وہیں عمل کے ذریعے اپنے شاگردوں میں منتقل کر دیتا ہے۔ اس انرجی کا نفاذ استعمال نامکین ہے۔ اس لیے بدن انسانی پر اس کے کسی قسم کے مضر اثرات بھی مرتب نہیں ہو سکتے۔ نوزائیدہ بچوں بلکہ عین میں موجود بچے کو بھی یہ انرجی دی جاسکتی ہے۔ جس سے پیدا ہونے والا بچہ موروثی بیماریوں، اٹھرا، موکھڑا، جب دق اور دیگر بے شمار بیماریوں سے محفوظ رہتا ہے۔ اس بات کی بھی وضاحت کر دی جائے کہ اس طریقہ علاج میں نہ تو مریض کی بیماری ہیملنگ کو منتقل ہو سکتی ہے اور نہ ہی ہیملنگ کوئی بیماری مریض کو منتقل ہو سکتی ہے۔ گویا سپر چوکل ہیملنگ انرجی اب حیات سے کسی بھی طرح کم نہیں ہے۔ جو فرد بھی وہیں لیتا ہے۔ اس کے اندر سے منفی انرجی ختم ہونا شروع ہو جاتی ہے اور اس کی شخصیت میں بے شمار تبدیلیاں آنا شروع ہو جاتی ہیں۔

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

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

کرتی ہے۔ پھر چونکہ ہیٹلنگ انرجی کیجئے اور کھانے کے لیے بھی کسی خاص عقیدے کے ہونے یا نہ ہونے سے کوئی فرق نہیں پڑتا۔ اسے دیکھ کر ہر مذہب کا کوئی بھی فرد دیکھ سکتا ہے اور پھر چونکہ پاور ماسٹر بن کر دوسروں کو اس کے سونے دے سکتا ہے۔ جس طرح فرانس، کینیڈا، آسٹریلیا، امریکا اور میڈیکل سائنس کیجئے کے لیے کسی خاص عقیدہ 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 مذاہب کی قید سے آزاد ہے۔ جس سے مذاہب عالم کے لوگ یہ فائدہ حاصل کر رہے ہیں

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیراناٹل سائنسز جو بلی لکھا سے 2006ء میں مختلف کورسز تکمیل کرنے والے حکیم غلام سرور شباب کے اسٹوڈنٹ کی تصاویر



دکٹر محمد علی شاہ

پہنچاٹل

پہنچاٹل



پہنچاٹل

پہنچاٹل

پہنچاٹل



پہنچاٹل

پہنچاٹل

پہنچاٹل

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیراناٹل سائنسز جو ملی لکھا سے 2006ء میں
مختلف کورسز مکمل کرنے والے حکیم غلام سرور شہاب کے اسٹوڈنٹ کی تصاویر



رہنما کتب
مولانا محمد طاہر صاحب - برطانیہ



رہنما کتب
راؤ وقار احمد - میان پور



رہنما کتب
ایضاً ڈاکٹر محمد عمران - امریکہ



رہنما کتب
مستاز احمد - ممبئی



رہنما کتب
سید شفیق عباس خاں - ممبئی



رہنما کتب
حکیم سکرانی



رہنما کتب
حکیم سید اعجاز حسین خاں - لاہور



رہنما کتب
سید عبدالرزاق - لاہور



رہنما کتب
محمد سرخان کوٹلی

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیراناٹل سائنسز جو ملی لکھا سے 2006ء میں
مختلف کورسز مکمل کرنے والے حکیم غلام سرور شہاب کی اسٹوڈنٹس کی تصاویر



رہنما کتب
ساجدہ طاہران - چیچوٹی



رہنما کتب
سیدہ امیرہ بی بی - میان پور



رہنما کتب
پروین اختر - میان پور



رہنما کتب
سیدہ بی بی - میان پور



رہنما کتب
ایضاً ڈاکٹر زینب بی بی - میان پور



رہنما کتب
روینہ کوشل - میان پور



رہنما کتب
عصمت بی بی - میان پور



رہنما کتب
ایضاً ڈاکٹر سحر بی بی - میان پور



رہنما کتب
سکینہ بی بی - میان پور

پریشان

ہونے کی ضرورت نہیں

آپ پیناٹوم کی تعلیم حاصل کر کے

ہزاروں روپے کماسکتے ہیں۔

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیرانارمل سائنسز

میں روحانی، کارنگلام سرور شباب کی زیر سرپرستی پیناٹوم کی مکمل تعلیم اور مناسب عملی تربیت کا معقول انتظام ہے۔ شائقین خواتین اور حضرات پیناٹوم سیکھ کر مافی اور نفسیاتی سرلیٹیوں کا کامیاب علاج اور تعلیمی، کاروباری، ازدواجی اور شخصیت کے مسائل بھی پیناٹوم کے ذریعے حل کر سکتے ہیں۔ پیناٹوم کے ذریعے ڈپریشن، اپوی، اداسی، ہٹرمیلاپن، احساس کمتری اور عادات بد سے چھٹکارا حاصل کیا جاسکتا ہے علاوہ ازیں شہرت و عزت اور دولت حاصل کر کے باوقار زندگی گزار سکتے ہیں۔

جواب طلب امور کے لئے جوابی لٹافہ تا ضروری ہے۔

پرنسپل: غلام سرور شباب

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیرانارمل 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

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیرانارمل سائنسز حویلی لکھا سے 2006ء میں مختلف کورسز مکمل کرنے والے حکیم غلام سرور شباب کے اسٹوڈنٹ کی تصاویر



رکھی ہیکل
اشفاق احمد زاید - کراچی



رکھی ہیکل
محمد شام الدین - کوئٹہ



رکھی ہیکل
حاجی سر فرخ احمد - لاہور



رکھی ہیکل
حکیم سرور شفقت علی - ہٹاری، جالندہ



رکھی ہیکل
میاس خاں احمد - حویلی لکھا



رکھی ہیکل
ڈاکٹر شہین حسین زبیر نی اکاڈمی - برطانیہ



رکھی ہیکل
پیر محمد عمر حیات - لاہور



رکھی ہیکل
احمد خان - میانوالی



رکھی ہیکل
قصور حسین - سیٹی

کیا آپ کامیاب روحانی معالج بننا چاہتے

تاکہ ادویات 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 الاثر، سریع الاثر اور کامیاب ترین
طریقہ علاج

سپرچونٹل ہیلتھ انرجی

کورس کر لیں

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیراناٹل سائنسز

میں روحانی سکالر غلام سرور شباب کی زیر سرپرستی سپرچونٹل ہیلتھ انرجی کورس کرایا جاتا
ہے۔ سپرچونٹل ہیلتھ کا علم آپ کو نرسفر کیا جاتا ہے جس کے لئے نہ کسی چلے، وظیفہ کی ضرورت
ہے اور نہ ہی لمبے چوڑے عملیات پڑھنے کی ضرورت نہ روزانہ مداومت کی ضرورت، ایک مرتبہ
جب آپ یہ سائنٹیفک علم حاصل کر لیں گے تا حیات آپ کے پاس رہے گا نہ اسے کوئی جھین سکتا
ہے نہ اس میں کمی ہوتی ہے نہ کسی قسم کی رجعت بلکہ جوں جوں وقت گزرے گا علم کی طاقت بوجہ
جائے گی۔ اس علم سے آپ بدن انسانی میں پیدا ہونے والی تمام امراض کا آسانی کامیاب علاج
کر سکیں گے۔ جواب طلب امور کے لئے جو ابی الفاؤ آنا ضروری ہے۔

پرنسپل: غلام 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

کائناتی انرجی

یوسوئی رکی (Usui Reiki)

رکی دو جاپانی الفاظ کا مرکب ہے ”رے“ اور ”کی“ ”رے“ کے معنی یونیورسل پاور
کا، پاور، اللہ کی طاقت اور ”کی“ انسانی پاور۔ جب یہ دونوں قوتیں ملتی ہیں تو رکی وجود میں آتی
ہے۔ رکی دوسرے طریقہ ہائے علاج سے مختلف ہے دوسرے طریقوں میں مشقت اور ہدایات
پر عمل کرنا پڑتا ہے۔ جبکہ ”رکی“ ”صرف ہدایات پر مشتمل ہے اور باقی کام آپ خود بخود کرتے
رہتے ہیں۔ کائناتی انرجی کو ”رکی ماسٹر“ ایک خاص طریقہ سے دوسروں کو نرسفر کر دیتا ہے تو ان
میں ہیلتھ پاور (شفا بخشی کی طاقت) آجاتی ہے۔ جس سے رکی ہیلتھ انسانوں، جانوروں،
انہات کی تمام تریاریوں کا علاج کر سکتا ہے۔ رکی طریقہ علاج پوری دنیا میں مشہور اور کامیاب
طریقہ علاج ہے۔

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیراناٹل سائنسز

میں روحانی سکالر غلام سرور شباب کی زیر سرپرستی رکی کورس کرایا جاتا ہے۔ یعنی رکی کا
علم نرسفر کیا جاتا ہے۔

جواب طلب امور کے لئے جو ابی الفاؤ آنا ضروری ہے۔

پرنسپل: غلام 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

چیچا پاؤر کورس

چیچا پاؤر کورس میں سات خاص قسم کی مشقوں کی عملی تربیت دی جاتی ہے جس سے مندرجہ ذیل امداد حاصل ہوتے ہیں

1- روزانہ پانچ منٹ کی مشق سے گردوں پر توانائی کا بڑا ہوتا سا توازن ہو جائے گا اور آپ گردوں اور پیشاب کی دیگر تکالیف سے محفوظ رہیں گے۔

2- ذہنی صلاحیتیں اور سوچنے کی قوتیں بیدار ہوتی ہیں۔ اس سے چہرے کی خوبصورتی میں اضافہ ہوتا ہے اور حیریاں ختم ہو جاتی ہیں اور بوجھ ہوئی عمر میں بھی چہرہ شاداب رہتا ہے اور نسوانی حسن میں اضافہ ہوتا ہے۔

3- اس مشق سے جنس قوت میں اضافہ ہوتا ہے، مٹاؤ کو قوت ملتی ہے۔

4- اس کے ذریعے ذہنی صلاحیتوں میں اضافہ ہوتا ہے۔ اور ہر شے کی ہوئی ہوئی چیز آسانی 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 ہتھپھروں کو تقویت ملتی ہے۔ سانس کے مرینوں کے لئے فائدہ مند ہے۔

7- پانچ منٹ کی یہ مشق ہر طرح کے ذہنی تناؤ، تھکن اور اعصابی کھچاؤ کے لئے مفید ہے

اس کے ذریعے آپ اپنے اندر ہی توانائی اور کام کرنے کا نیا جوش و ولولہ محسوس کریں گے۔

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیراناٹارمل سائنسز

میں روحانی، کارملام سرور شباب کی زیر سرپرستی چیچا پاؤر کورس کرایا جاتا ہے۔

پرنسپل: علام سرور شباب

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیراناٹارمل سائنسز

0333-6974734 0300-4967412

پیراناٹارمل علموں کا خلاصہ
مراثر، ہیلتھ، ترقی، مانتا، پاور، بی پنا، اولیٰ، اولیٰ اور دیگر اسی کی علوم پر
مستند تحقیقی حقائق پر مشتمل اور دلچسپ اور سیکھنے والی کتاب

پیراناٹارمل علوم کا خلاصہ

ازا فادات

حکیم نلام سرور شباب

شائع کردہ

انٹرنیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پیراناٹارمل سائنسز جو علی لکھا

قیمت میں = 250/- روپے

ملنے کا پتہ

ادارہ فیضانِ روحانیہ پاکستان® علامہ اسلام گھوٹلی کھانہ شائع اور کاغذ

www.rohaniyat.com

+92-44-4774734 +92-44-4008634

E-mail: ghulamSarwarShabbab@hotmail.com

اجازت عملیات

ملوک سید، ان کی ذریعات یا العقریات میں سے کسی کی بھی خدمت حاصل کرنے کے لئے یہ ضروری ہے کہ کسی کی رہنمائی حاصل کریں۔ اکابر علمائے عظیمات و مخفیات اور ماہرین روحانیت و عملیات نے چلہ کشی کے حقائق پر مشتمل وظائف 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 اجازت 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، ردح حصہ اول، ردح حصہ دوم، ردح حصہ 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 تکسیم غلام سرور شباب ماہر علوم مخفی و روحانی مدظلہ العالی مصنف مذکورہ کتب سے اجازت عملیات حاصل کر لیں تاکہ شب و روز کی محنت و کاروائی نہ جائے۔ اساتذہ سے رہنمائی اور اجازت حاصل کرنے کے بعد طالب کامیابی و کامرانی حاصل کرنے کے علاوہ رجعت سے بھی محفوظ رہتا ہے اور بے استاد ہمیشہ ناکام و نامراد رہتا ہے۔

حکیم سرور شباب

صدر مجلس مشاورت: ادارہ فیضان روحانیہ پاکستان (رجسٹرڈ)

اسلام نگر جوہلی کتب خانہ

فون نمبر: 0092-44-4008534

ادارہ فیضان روحانیہ پاکستان (رجسٹرڈ)

”ادارہ فیضان روحانیہ 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 کفر کے فوے انگی ترویج و ترقی میں رکاوٹ بنتے ہیں۔ علاوہ ازیں قومی سرمایہ اتنا مختصر ہے کہ ساری عمر درق گردانی پر بھی صرف پڑھ بھو کریں کتنا ہے۔ ان حالات میں لازمی ایک وقت ایسا آنا تھا۔ جب کہ علم اور صاحب علم دونوں معدوم ہو جاتے۔ عوام روحانی علم سے بدخون اور خاص غیر مطمئن نظریہ رکھتے یہ وہی زندگی کا ہمیں نصیب ہو رہا ہے۔ وطن عزیز پاکستان میں سرکار کی سرپرستی تو ان علوم و فنون کی بالکل نہیں ہے اور نہ ہی کوئی پرائیویٹ طور پر ایسا جامع ادارہ وجود میں آیا ہے۔ جو تھکان فتن کی طلب کو پورا کر سکے۔ پرائیویٹ طور پر کیا فرمایا صاحب حیثیت اور دلچسپی لینے والا نہیں ہے۔ جو طالب علم کی مدد کرے۔ اس طرح مستحق حضرات علم کی تلاش میں عمر بھر گرداں رہتے ہیں۔ انفرادی طور پر کوئی شخص اس لئے کامیاب نہیں ہوتا کہ رہبری کر لیا جائے۔ پاکستان میں ایک عرصے سے ایسے ادارے کی ضرورت بڑی شدت سے محسوس کی جا رہی ہے۔ لہذا ”ادارہ فیضان روحانیہ پاکستان“ ان علوم و فنون کی متعارف 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 سربستہ 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 مہر شپ کا باقاعدہ سلسلہ شروع کیا جا چکا ہے۔ آپ بھی ادارہ کی مہر شپ اختیار کر کے محضی طلسماتی، نقلیاتی اور روحانی علوم کی تکمیل و ترقی اور اشاعت کے لئے ہمارے ساتھ شامل ہو سکتے ہیں۔

صدر مجلس مشاورت

حکیم سرور شباب

ادارہ فیضان روحانیہ پاکستان رجسٹرڈ اسلام نگر جوہلی کتب خانہ

آپ بھی

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

ادارہ کے اغراض و مقاصد یہ ہیں۔

- 1- حقیقی 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 شرح فری۔
- 4- ادارہ کے تمام ممبران کو شائع کردہ کتب کے جملہ اعمال کی ان کے پوچھنے پر بلا فیس راہنمائی کرنا۔
- 5- روحانی علوم و مادی علوم کے مقابلہ میں لانے کی کوشش کرنا۔
- 6- حقیقی علوم پر کانفرنس اور سیمینار منعقد کرانے کی کوشش کرنا۔
- 7- روحانی علوم کی تعلیم و تربیت کے لئے تدریسی اداروں کے قیام کی کوشش کرنا۔

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

مگھوانے کا پتہ:

ادارہ فیضان روحانیہ پاکستان (رجسٹرڈ)

اسلام نگر حویلی کھاشلیج اوکاڑہ

فون: 0092-44-4008534

لوح شرف شمس

عروج و ترقی، تفسیر خلائق، حصول شان و شوکت، اور علوم مرتبت کیلئے روحانی نعمت شمس سیارگان فلکی میں سب سے بڑا اور شہنشاہ 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 برج حمل میں حرکت کرتا ہوا برج ۱۹ درجے پر پہنچتا ہے تو اسے شرف ہوتا ہے۔ اس وقت جو حقیقی قوتیں زمین پر اثر انداز ہوتی ہے۔ اگر ان کو ضبط میں لایا جائے تو وہ اپنی طاقت سے حامل کیلئے عظیم ہیبت، رعب اور قوت پیدا کرے گا اور متنازعیت لائے گا۔ شرف شمس کی لوح جس فرد کے پاس ہو۔ اللہ تعالیٰ اسے عزت و توقیر عطا فرمائے۔ 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 دشواریاں اور مشکلیں حل ہو جاتی ہیں۔ عوام الناس مسرور فرماں بردار ہو کر ہر حکم مانتے ہیں۔ شرف شمس کی لوح خواتین و حضرات سب کے لئے مفید یکساں ہے۔ گورنمنٹ اور پرائیویٹ ملازم، تاجر حضرات، ڈاکٹر، لیڈر، 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 کامیاب زندگی کے حصول کیلئے انہوں نے میدان مار لیا ہے۔

بدیہ لوح شرف شمس چاندی پر = 3000 روپے

مگھوانے کا پتہ

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

لوح شرف مرتخ

لوح شرف مرتخ 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 یابی - دشمنان سے تحفظ - لوح شرف مرتخ 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 مرتخ نہایت قوی الاثر ہے - جس شخص کے پاس یہ لوح ہوگی - اس کا مقابلہ کرنے والا ہمیشہ ذلیل و خوار ہوگا اور کبھی غلبہ نہ پاسکے گا - امراض میں تقوہ، توبہ، رخصت اور باغی مزاج کے لئے بھی مفید ہے -

بدیہ لوح چاندی = 3000 روپے

منگوانے کا پتہ

ادارہ فیضان روحانیہ پاکستان (رجسٹرڈ)

محلہ اسلام نگر جوہلی 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 سعادر پر تاثیر اوقات کا عظیم کارنامہ ہے - یہ مالی امور میں خوشی بخلتی کو اس طرح

کشش کرتی ہے جیسے مقناطیس لوہے کو - اسے دیکھئے، اسے ہاتھ لگائیے

اور تمنا دل میں قائم کر کے دعا کیجئے پسنے رکھیں - انشاء اللہ مالی معاملات اور

روپیہ کے حصول کے لئے جو اسباب بھی کریں گے - ان سے روپیہ ملے گا - اور قدرت

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

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

فضل سے غنی 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 بنانے ورنہ حال کے

تقاضوں کے ساتھ نہ چل سکیں گے۔

بدیہ لوح چاندی پر = 3000 روپے

منگوانے کا پتہ

روحانی - حکیم غلام سرور شہاب ماہر علوم غیبی

محلہ اسلام نگر جوہلی لکھا ضلع اوکاڑہ

شیخ رشید احمد ریس کی جڑوں کی تلاش

معروف روحانی طبیبہ مشترکہ روینہہ بیگم کا صاحبہ جو "ریکس" کے
 متعدد ناموں میں ماہتر اور ہمناسبن میں اہل ہیں۔ سلوا مانسٹڈ پروکرو اسٹنگ
 اور بوگا جیسے علوم پر دسترس رکھتی ہیں۔ "ریکس ہیلتھ کورس" کے
 بارے میں تعزیر فرماتی ہیں

کاٹالی ڈیول کی کائنات سے ماخذ لے کے مطلب ہے کہ جہاں اس کی کیا ضرورت ہو
 ہٹانے کا کام بھی ہے۔ ایسا ایک جنی مسائل بہت ضروری ہے اور وہ یہ کہ "میں نے چہ کہ
 کرتے ہوں انہیں سے۔" یا انہیں سے نہ کرانی کہ کرانی کا مطلب ہے کہ انہیں سے نہ کرانی
 یا انہیں سے نہ کرانی کے لیے ضروری ہے کہ آپ کو اپنی اسٹیج یا کیریئر کی اعزازت حاصل
 اور ایک اعزاز حاصل کرنا ہے کہ انہیں سے نہ کرانی کا مطلب ہے کہ انہیں سے نہ کرانی کا
 مطلب ہے کہ انہیں سے نہ کرانی کا مطلب ہے کہ انہیں سے نہ کرانی کا مطلب ہے کہ انہیں سے نہ کرانی کا
 مطلب ہے کہ انہیں سے نہ کرانی کا مطلب ہے کہ انہیں سے نہ کرانی کا مطلب ہے کہ انہیں سے نہ کرانی کا
 مطلب ہے کہ انہیں سے نہ کرانی کا مطلب ہے کہ انہیں سے نہ کرانی کا مطلب ہے کہ انہیں سے نہ کرانی کا
 مطلب ہے کہ انہیں سے نہ کرانی کا مطلب ہے کہ انہیں سے نہ کرانی کا مطلب ہے کہ انہیں سے نہ کرانی کا
 مطلب ہے کہ انہیں سے نہ کرانی کا مطلب ہے کہ انہیں سے نہ کرانی کا مطلب ہے کہ انہیں سے نہ کرانی کا
 مطلب ہے کہ انہیں سے نہ کرانی کا مطلب ہے کہ انہیں سے نہ کرانی کا مطلب ہے کہ انہیں سے نہ کرانی کا

روینہہ بیگم

www.iqbalkalmati.blogspot.com

بیگم رشید احمد ریس کی جڑوں کی تلاش



انٹرنیشنل انٹیمیٹیٹ آف بھارت اور پاکستان اور انی طبیبہ کی طبیعت کے لیے علاج دہاری ہیں

پہر چنگ ہیلتھ انجی کے ذریعے معالج اولیات سے بے نیاز ہو جاتا ہے اور یہ طریقہ
 علاج دہاری کے دیگر تمام طریقہ ہائے علاج سے زیادہ قوی الٹرا سونج الٹرا سونج اور کا مایاب ترین ہے۔ یہ پیکل ہیلتھ انجی
 کے چوتھے درجہ میں خاصا طبی معالجینوں کا علاج بھی کیا جاسکتا ہے۔
 دہاری کے ذریعے آپ مختلف امراض کا علاج اولیات کے معالج کر سکتے ہیں۔ یہ طریقہ علاج پوری دنیا میں مشہور اور کامیاب طریقہ علاج ہے۔

گروہ

گروہ کی تصویر گروہ کے علاج کے بارے میں آپ نے ضرور پڑھا یا سنا ہوگا مگر قرانی کے ذریعے مختلف امراض کا علاج گروہ
 پانی نکل اور دہاری سے کیا جاسکتا ہے۔ دیکھا گیا کہ یہ طریقہ علاج کرتے ہیں جس سے صرف مختلف خلیات سے نجات پائی جاتی ہے بلکہ
 انسان کی شخصیت بھی باخوبی بدل جاتی ہے۔

نہم

نہم کے ذریعے اور طبی اور نفسیاتی امراض کا کامیاب علاج کیا جاسکتا ہے۔ جسمی کارروائی اور ذہنی اور شخصیت کے مسائل بھی
 بہتر انداز میں لے جاسکتے ہیں۔

کنسن

کنسن ہونگا ہوگا سائنس دان انسان کے ذہن کو جاننے کا کام ہے۔ اس کی بنیاد ہم لطف (آنرل ڈاٹ) کی تصویر پر ہے۔ کنسن ہونگا
 ایک اور تجربہ کرنا ہوتا ہے۔ یہ تجربہ ہم کی ذہنی اور جسمانی باتیں کو دیکھ کر کرنے کا مشاغل ہے۔ ہونگا انسان کی ذہنی اور جسمانی مشاغل میں
 اعزازت کا ہے۔ شخصیت کو پرورش دیتا ہے۔ ہر شخص کو ذاتی طاقت سے زیادہ صرف ذہن کا ہونے کے لیے بلکہ زیادہ تر افراد ہوں گے۔ لے گئے جسمی ضروری ہے۔
 ہونگا سے انسان کی طبیعت اور مشاغل کا دھوا اور ڈھونڈنا حاصل کرتے ہیں۔ ہونگا کے لغوی معنی ڈاب، بیکہا کرنا ہے۔ ہونگا کے معنی بھی ہیں کہ ہونگا
 نفسیاتی اور فزیکل ایلین ہے۔

اوراٹریٹی

اوراٹریٹی ایک قدیم طریقہ علاج ہے جسے جدید ماہرین ہیلتھ طریقہ علاج کے طور پر پوری دنیا میں تسلیم کیا جا چکا ہے۔ اوراٹریٹی
 سے تمام جسمانی امراض کا علاج کیا جاتا ہے۔

یگانگی

یگانگی ہونا ایک انہی طاقت ہے جس سے صرف بیمار سے نجات پائی جاتی ہے۔ بلکہ اس سے وہاں مسالمتوں میں بھی اعزازت ہوتا ہے۔
 دیگر ذہنی طبیبہ کے گروہ کی بہت جلدیوں کے جا رہے ہیں۔

بلا

علامہ رشید احمد ریس کی جڑوں کی تلاش

0333-6974734, 0300-4967412 OR Visit www.roohaniyat.com

