The Inna Lillahi Handbook: Meaning, Benefits & The Power of Istirja

انّا للہ و انّا الیہ راجعون: صبر اور سکون کا نبوی نسخہ

مفہوم اور اہمیت قرآن کریم میں اس کلمات کو "استرجاع" کہا گیا ہے یہ محض غم کے اظہار کا جملہ نہیں، بلکہ مومن کے لیے ایک "روحانی ڈھال" ہے جب انسان یہ اقرار کر لیتا ہے کہ "ہم اللہ ہی کے ہیں اور اسی کی طرف لوٹ کر جانے والے ہیں"، تو وہ دراصل یہ تسلیم کر رہا ہوتا ہے کہ دنیا کی ہر چیز (جان، مال، صحت، اولاد) اللہ کی امانت ہے جب مالک اپنی امانت واپس لے لے، تو شکوہ کیسا؟

۱. قرآن مجید کا حکم (سورہ البقرہ: ۱۵۶)

:اللہ تعالیٰ نے صبر کرنے والوں کی پہچان ان الفاظ میں بیان فرمائی ہے

الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُم مُّصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ

ترجمہ: "وہ لوگ کہ جب ان پر کوئی مصیبت پڑتی ہے تو کہتے ہیں: بے شک ہم اللہ ہی "کا مال ہیں اور اسی کی طرف لوٹ کر جانے والے ہیں

۲. کب پڑھنا چاہیے؟ (صرف موت پر نہیں)

عام طور پر یہ سمجھا جاتا ہے کہ یہ کلمات صرف کسی کے انتقال پر کہے جاتے ہیں
:لیکن نبی کریم ﷺ کی تعلیمات کے مطابق یہ ہر چھوٹی بڑی تکلیف کے لیے ہے

- جب کوئی چیز گم ہو جائے
- جب کوئی مالی نقصان ہو
- جب جسمانی تکلیف پہنچے (حتیٰ کہ کانٹا چبھنے پر بھی)

- نبی کریم ﷺ نے فرمایا: "جب کسی کا جوتے کا تسمہ بھی ٹوٹ جائے تو وہ استرجاع پڑھے، کیونکہ یہ بھی مصائب میں سے ہے"

۳. حضرت امِ سلمہؓ کی دعا اور نعم البدل

سنت یہ ہے کہ "اناّ للہ" پڑھنے کے فوراً بعد یہ دعا مانگی جائے:

اللَّهُمَّ أْجُرْنِي فِي مُصِيبَتِي وَأَخْلِفْ لِي خَيْرًا مِنْهَا

ترجمہ: "اے اللہ! مجھے میری اس مصیبت پر اجر عطا فرما اور مجھے اس (چیز جو چھن گئی) سے بہتر بدلہ عطا فرما"

اس کا فائدہ: حضرت امِ سلمہؓ کے شوہر (ابو سلمہ) جب فوت ہوئے، تو انہوں نے یہ دعا پڑھی۔ اللہ تعالیٰ نے انہیں اس صبر کے بدلے نبی کریم ﷺ کی زوجیت کا شرف عطا فرمایا، جو ابو سلمہ سے کہیں بہتر تھے

۴. جنت میں "بیت الحمد" (تعریف کا گھر)

حدیث مبارکہ (ترمذی) میں آتا ہے کہ جب بندہ اپنی اولاد کی وفات پر صبر کرتا ہے اور اللہ کی حمد بیان کرتے ہوئے "اناّ للہ..." پڑھتا ہے، تو اللہ تعالیٰ فرشتوں کو حکم دیتے ہیں: "میرے بندے کے لیے جنت میں ایک گھر بناؤ اور اس کا نام بیت الحمد رکھ دو"