



TIME AUR FOCUS MANAGEMENT

Muhammad Ali (Teacher, Trainer, Educator)

COURSE KA TAARUF

- Is course ke giyarah (11) modules hain
- Har module ke aakhir main paanch (5) number ka aik (1) quiz ho ga
- Is course main aap ko time management aur focus management ki ehmiyat Qur'an-o-hadith ki roshni main batai jayegi
- Main aap ko research assignments dunga. Us ke koi number nahi hongay. Wo sirf aap ke zaati mafaad ke liye hongay.



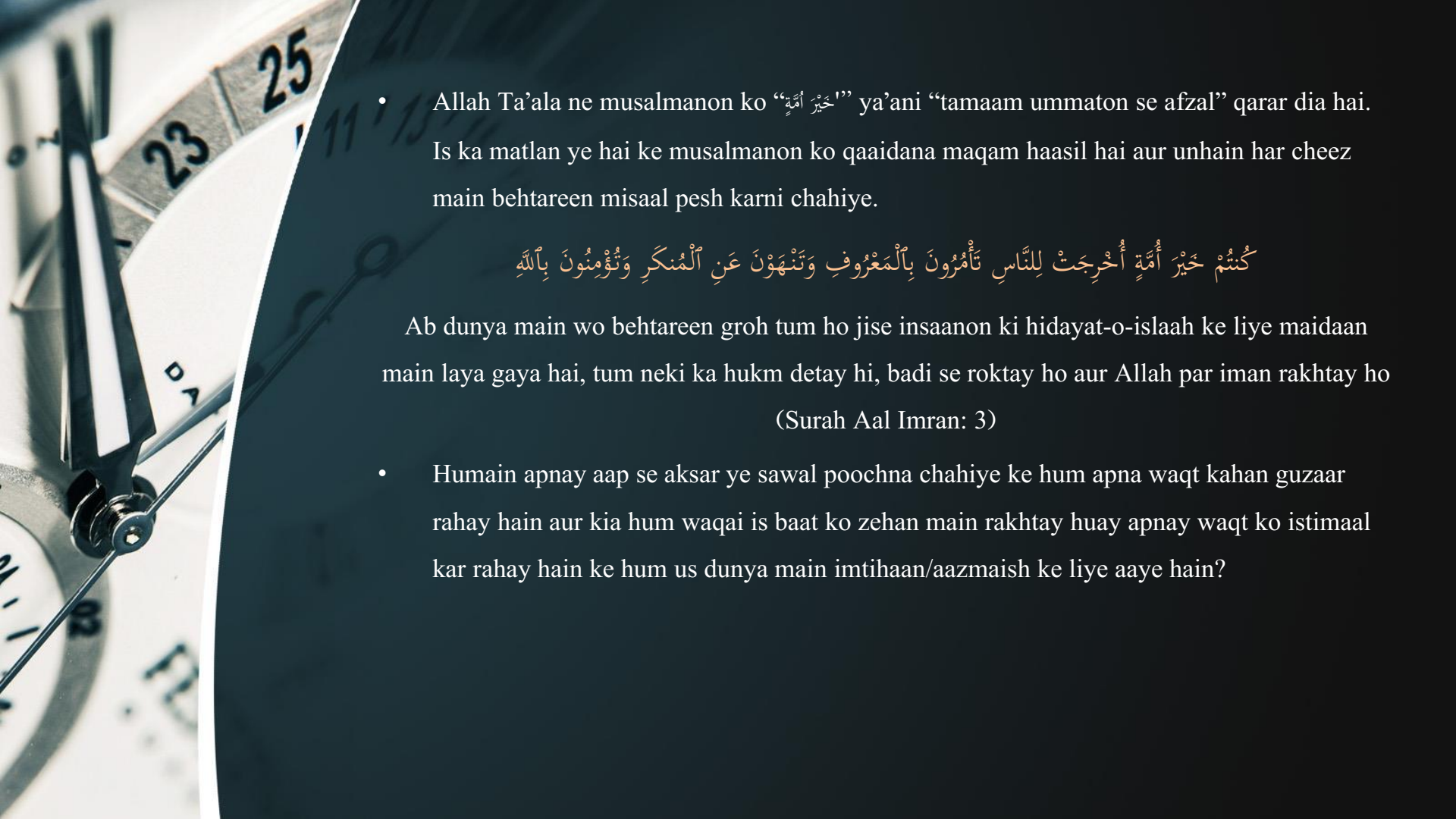
WAQT KI EHMIYAT

- Aik (1) musalman ke liye waqt bohot ehmiyat rakhta hai kyun ke musalman jaanta hai ke ye dunya aarzi hai aur aazmaish ki jagah hain. Is liye humain waqt ka behtareen istimaal karna chahiye.

الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا ۗ وَهُوَ الْعَزِيزُ الْعَفُورُ

Jis ne maut aur zindagi ko paida kia takay tum logon ko aazma kar dekhay
tum main se kon behtar amal karnay wala hai

(Surah Mulk: 2)

- 
- Allah Ta'ala ne musalmanon ko “الْخَيْرِ أُمَّةٍ” ya'ani “tamaam ummaton se afzal” qarar dia hai. Is ka matlan ye hai ke musalmanon ko qaidana maqam haasil hai aur unhain har cheez main behtareen misaal pesh karni chahiye.

كُنْتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَتَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَتُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ

Ab dunya main wo behtareen groh tum ho jise insaanon ki hidayat-o-islaah ke liye maidaan main laya gaya hai, tum neki ka hukm detay hi, badi se roktay ho aur Allah par iman rakhtay ho

(Surah Aal Imran: 3)

- Humain apnay aap se aksar ye sawal poochna chahiye ke hum apna waqt kahan guzaar rahay hain aur kia hum waqai is baat ko zehan main rakhtay huay apnay waqt ko istimaal kar rahay hain ke hum us dunya main imtihaan/aazmaish ke liye aaye hain?

‘An Ibn ‘Abbas رضي الله عنهما qaal: qaala Rasool Allahi

‘sallalahu ‘alaihi wasallam:

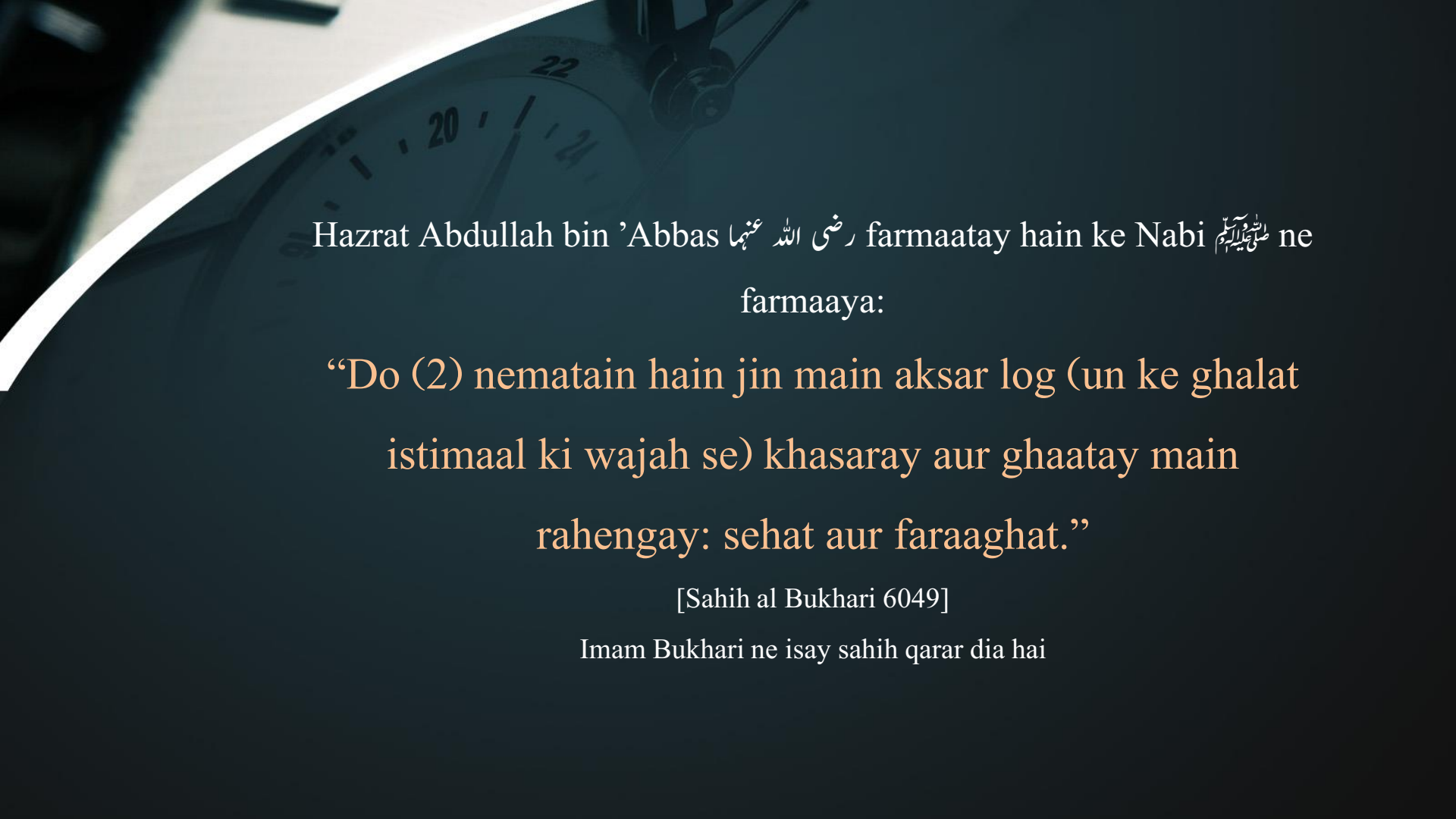
(عن ابن عباس رضي الله عنهما قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم)

“n’imatani maghbunun fihima katheerun mina–n naas:

as’–’si’hatu, wa–l faraaghu”

(”نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس: الصحة، والفراغ”)

(6049 صحيح البخاري كتاب الرقاق باب لا عيش إلا عيش الآخرة)



Hazrat Abdullah bin 'Abbas رضي الله عنهما farmaatay hain ke Nabi ﷺ ne
farmaaya:

“Do (2) nematain hain jin main aksar log (un ke ghalat
istimaal ki wajah se) khasaray aur ghaatay main
rahengay: sehat aur faraaghat.”

[Sahih al Bukhari 6049]

Imam Bukhari ne isay sahih qarar dia hai



EHEM NUKTA

Jab hum kehtay hain ke humaray paas
kisi cheez ke liye waqt nahi hai tou
humaray kehney ka asal matlab ye hota
hai ke **wo cheez humari tarjeeh nahi hai!**



TIME MANAGEMENT KIA HAI?

- Bunyaadi taur par time management apnay aap ko manage [munazzam] karnay ka naam hai
- Time management ka focus management se gehra talluq hai
- Focus management se murad koi bhi kaam poori tawajjah ke saath is tarah karna hai ke wo waqt par mukammal ho

An ‘Abdullah bin ‘Abbas – رضي الله عنهما – anna Rasool Allahi ‘sallalahu
‘alaihi wasallam

(عن عبد الله بن عباس - رضي الله عنهما - أن رسول الله صلى الله عليه وسلم)

“Aghtanim khamsin qabla khamsin: shababaka qabla harmuka, wa
si’hatika qabla saqmika, wa ghanaaka faqrika, wa faraaghaka qabla
shaghlika, wa ‘hayaataka qabla mawtik”

(“اغتنم خمسا قبل خمس: شبابك قبل هرمك، وصحتك قبل سقمك، وغناك قبل فقرك، وفراغك قبل شغلك،
وحياتك قبل موتك”)

(9767 شعب الإيمان للبيهقي الزهد وقصر الأمل)

(1077 المحدث الألباني خلاصة حكم المحدث صحيح في صحيح الجامع)



Hazrat Abdullah bin ‘Abbas رضي الله عنهما se riwaayat hai:

“Paanch (5) cheezon ko paanch (5) cheezon se pehlay
ghanimat jaano: Jawaani ko burhhapay se pehlay, sehat ko
bemaari se pehlay, maaldari ko tangdasti se pehlay,
faraaghat ko mashghooliyat se pehlay, aur zindagi ko maut
se pehlay.”

[Sha’ab al iman 9767]

[Imam Albani ne isay sahi qarar dia hai]



KHULASAH

- “حَيْرُ أُمَّةٍ” (tamaam ummaton main afzal) honay ke naatay waqt ko manage [munazzam] karnay ki ehmiyat ko samjhain
- Musalman leader hain jinhain dunya ki qayadat karni hai
- Dunya aazmaish ki jaga hai. (Surah al-Mulk ayat no. 2 ko hifz karein)
- Durust tarjeehaat ka ta’yyun karein aur faraaiz ko tarjeeh dain jaisay namaz aur zaati talluqaat



RESEARCH ASSIGNMENT

- Surah al-Asr ki tafseer parhain



YAAD KARNAY KE LIYE PARHAIN

Allahumma akthir maali, wawalidi, wabaarik li fima a'a'taitani

اللَّهُمَّ أَكْثِرْ مَالِي، وَوَلَدِي، وَبَارِكْ لِي فِي مَا أُعْطَيْتَنِي

Ay Allah meray maal aur aulaad main barkat ataa farma aur jo kuch tu ne
mujhay ataa kia hai us main barkat ataa farma

مسنون دعا

اللَّهُمَّ أَعِنِّي عَلَى ذِكْرِكَ وَشُكْرِكَ وَحُسْنِ عِبَادَتِكَ

ترجمہ:

اے اللہ میری مدد فرما کہ میں تیرا ذکر کروں شکر ادا کروں اور
تیری بہترین عبادت کروں

احمدؑ 5:245، سنن ابو داؤد 2:86، سنن نسائی

اللہ سے نفع بخش علم مانگنے کا حکم
5. اَللّٰهُمَّ اِنِّىْ اَسْأَلُكَ عِلْمًا نَافِعًا وَّ اَعُوْذُ بِكَ مِنْ عِلْمٍ
لَا يَنْفَعُ .

اے اللہ! میں تجھ سے نفع بخش علم کا سوال کرتا ہوں اور فائدہ نہ دینے والے علم سے تیری پناہ چاہتا ہوں

(السلسلة الصحيحة: 1511)

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: اللہ سے نفع بخش علم مانگو اور فائدہ نہ دینے والے علم سے اللہ کی پناہ مانگو۔ (سنن ابن ماجہ: 3843)