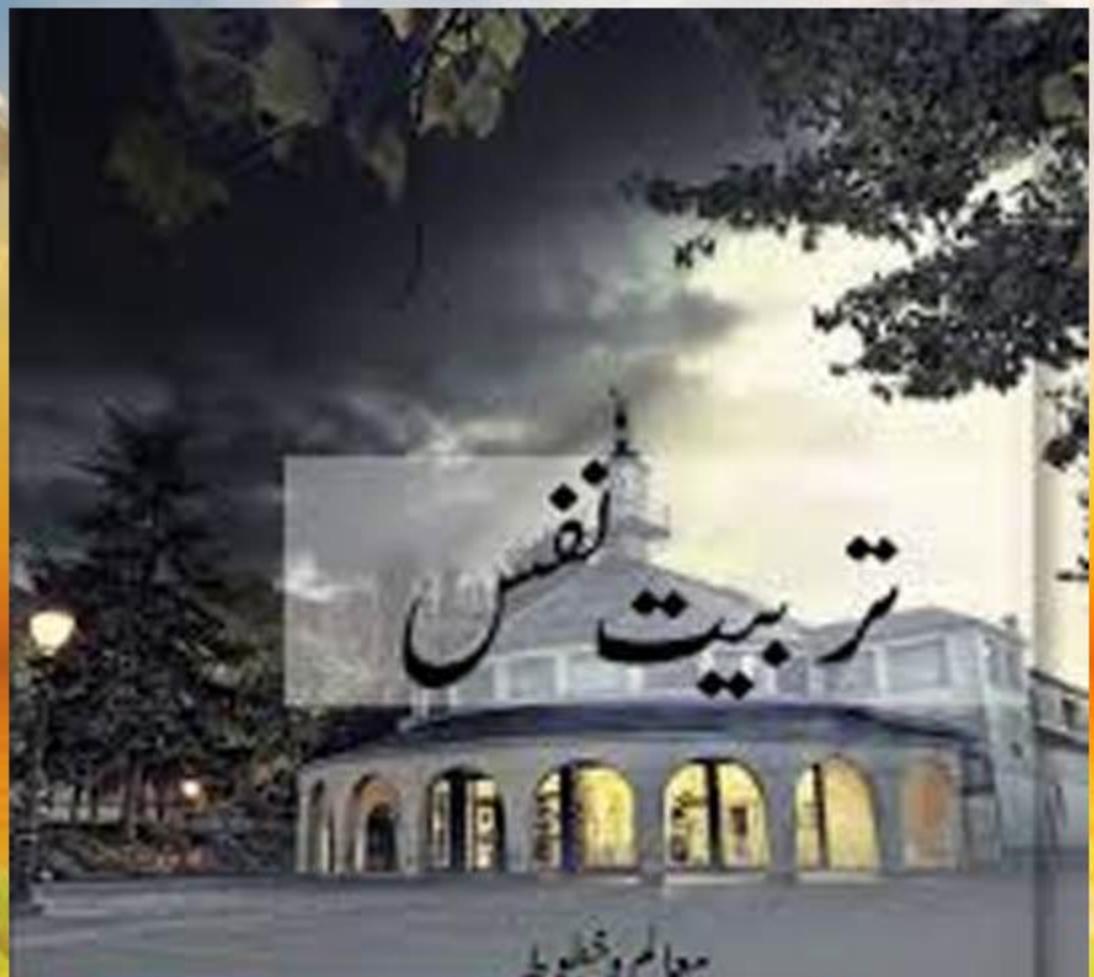


urdukutabkhanapk.blogspot



urdukutabkhanapk.blogspot

عبدالله بن عبد الرحمن

دہلی

مشاق احمد کریمی



اردو کتب خانہ

URDUKUTABKHANAPK.BLOGSPOT

# تربيت نفس

## معالم وخطوط

تأليف

عبدالله بن عبد العزيز العيدان

ترجمانی

## مشتاق احمد کریمی

صدر و بانی الہلال ایجو کیشنل سوسائٹی کلیپہار، بہار (انڈیا)

ناشر

الہلال ایجو کیشنل سوسائٹی کلیپہار، بہار



اُردو کتب خانہ

URDUKUTABKHANAPK.BLOGSPOT

## فہرست

### صفحہ نمبر

### مضمومین کتاب

۳	..... مقدمہ مترجم
۵	..... تمہید مولف
۶	..... ذاتی تربیت کا مقصد
۷	..... ☆ ذاتی تربیت کی اہمیت
۷	..... اولاً: جان بچانا ہر چیز پر مقدم ہے
۸	..... ثانیاً: اگر آپ خود اپنی تربیت نہ کریں تو کون کرے گا؟
۸	..... ثالثاً: حساب انفرادی طور پر ہو گا
۹	..... رابعاً: بد لئے پرسب سے بڑا قادر
۱۰	..... خامساً: استقامت و ثابت قدمی کے وسائل
۱۰	..... سادساً: دعوت کے موثر ترین وسائل
۱۱	..... سابعاً: موجودہ حالت کی اصلاح کا صحیح طریقہ
۱۲	..... شانما: اس کی انفرادیت
۱۳	..... ☆ تربیت سے اہال برتنے کے اسباب
۱۳	..... اول: علم و معرفت کی قلت و کمی
۱۴	..... دوم: غرض و غایت اور مقصد کا دھن و غوض
۱۴	..... سوم: دنیا سے تعلق خاطر
۱۵	..... چہارم: تربیت کا غلط فہم و سمجھ
۱۵	..... پنجم: صحیح تربیت گاہوں کی قلت و کمی
۱۶	..... ششم: مریبوں کا خال خال وجود

۱۷	..... ہفتہم: طویل امید و یہم کا شعور و احساس
۱۹	..... ☆ ذاتی تربیت کے اسلوب:
۲۰	..... پہلا اسلوب: محاسبہ نفس
۲۵	..... دوسرا اسلوب: تمام گناہ و معاصی سے توبہ
۳۱	..... تیسرا اسلوب: طلب علم اور دائرہ معرفت میں توسعہ
۳۵	..... چوتھا اسلوب: اعمال ایمانی کی تطہیق و تتفییز
۴۲	..... پانچواں اسلوب: اخلاقی پہلو کا خاص اهتمام
۴۹	..... چھٹا اسلوب: دعویٰ امور میں شرکت
۵۳	..... ساتواں اسلوب: مجاهدہ نفس
۵۸	..... آٹھواں اسلوب: صدق دعا اور اللہ تعالیٰ سے سرگوشی
۶۲	..... ☆ شمرات و مثال
۶۲	..... اول: اللہ تعالیٰ کی رضا و خوشنودی اور جنت کے حصول سے کامیابی
۶۳	..... دوم: سعادت و کامرانی اور چین و سکون
۶۴	..... سوم: محبت و مقبولیت
۶۵	..... چہارم: کامیابی و درستگی
۶۶	..... پنجم: ہر شر و برائی سے حفاظت
۶۷	..... ششم: وقت اور مال میں برکت
۶۸	..... ہفتم: مصائب و شدائد اور گردش ایام کا تحمل و برداشت
۶۹	..... هشتم: قلبی امن و سکون کا شعور و احساس

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

### تمہید

الْحَمْدُ لِلّٰهِ، وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلٰى رَسُولِ اللّٰهِ:

پیارے بھائیو اور بہنو!

اس کے بعد کہ اللہ تعالیٰ نے ہمیں اپنی بہترین نعمت بصورت اسلام عطا کی ہے .....  
اور لاکھوں کروڑوں انسانوں میں ہمیں بطور مسلمان منتخب فرمایا ہے .....  
کیا یہ درست ہو گا کہ ہم اعمال و ارکانِ اسلام پر کاربند اور عمل پیرا ہیں، اس حد پر رک جائیں؟ یا ہمارے لئے یہ مناسب ہو گا کہ ہم اپنے علم و ایمان اور اخلاق کی سطح کو مزید بلند کرنے کی گگ و دوکریں؟

پھر زندگی کے ان مختلف پہلوؤں کے سطحوں کو مزید بلند کرنے کا ذمہ دار کون ہے؟  
کیا وہ ہمارے والدین ہیں؟ یا دوست احباب ہیں، یا خاندان و معاشرہ ہے، یا ذرائع  
ابلاغ اور وسائل اعلام ہیں؟

یا بنیادی طور پر اس اہمیت کے حامل کام کا ذمہ دار خود انسان ہی ہے؟  
پھر اس تربیت کے جوانب کیا اور اقسام و انواع کیا ہیں؟  
اور دنیا و آخرت میں اس کے ثمرات و آثار اور نتائج کیا ہیں؟  
اس جیسے بہت سارے سوال ہیں جن کے جواب اللہ کی توفیق سے آئندہ سطور میں دینے کی  
کوشش کی گئی ہے۔

مولف کتاب

عبداللہ بن عبد العزیز العیدان

## تربيت نفس کا مقصد

کوئی یہ سوال کر سکتا ہے کہ تربیت نفس کا مقصد کیا ہے؟

اس کا جواب یہ ہے کہ یہ وہ مختلف تربیتی اسلوب ہیں جن کی ایک مسلمان - مرد ہو یا عورت - اپنے آپ کو علمی، ایمانی، اخلاقی اور اجتماعی پہلوؤں سے ایک مکمل اسلامی شخصیت میں ڈھالنے کی ہدایت و رہنمائی کرتا ہے اور اسے بشری کمال کی سب سے اوپری سطحیں میں پہنچاتا ہے۔ یادوسرے لفظوں میں انسان کا اپنے نفس و ذات کی مختلف اسالیب کے تحت اور تمام پہلوؤں سے تربیت کرنا ہے۔

اور اس معنی میں یہ تربیت اجتماعی تربیت کے رو برو ہوتی ہے، یا ان عام میدانوں کا سامنا کرتی ہے کہ جن پر ایک انسان عملاً چل رہا ہے اور وہ ان میدانوں میں دوسروں کا شریک کار ہے، یا وہ ان میں ان کے ساتھ نشوونما پار ہا ہے، مثلاً مسجد، مدرسہ، خاندان، ذرائع ابلاغ و وسائل اعلام، صحبت و رفاقت، سفر و زیارت وغیرہ متعدد سرگرمیاں اور عمومی پروگرام۔

## ذاتی تربیت کی اہمیت

ذاتی تربیت کے اسلوب اور ایک مسلمان پر اس کے دنیا و آخرت میں اثرات و نتائج پر گفتگو سے قبل یہ مناسب ہے کہ ہم اس کی اہمیت اور ہر مسلمان مرد و عورت کو اس کی حاجت و ضرورت کے بارے میں بیان کریں، تاکہ یہ ہمارے لئے اس پر کاربند ہونے اور اس کی پابندی کرنے کا سب سے بڑا باعث و محرك بنے اور خصوصاً اس دور میں۔

ذاتی تربیت کی اہمیت درج ذیل اسباب سے نمایاں طور پر ظاہر ہوتی ہے:

**اولاً: جان کی حفاظت دوسری تمام باتوں پر مقدم ہے:**

ایک مسلمان کی اپنے نفس کی تربیت اللہ تعالیٰ کے عذاب اور جہنم سے اس کی حفاظت و بچاؤ

کا سبب ہے۔ اور بلاشبہ اپنی جان کی حفاظت دوسرے تمام جانوں کی حفاظت سے مطلقاً مقدم ہوتی ہے جیسا کہ ایک انسان اس وقت کرتا ہے جب اس کے گھر میں یا کسی دوسرے مکان میں آگ لگ جائے تو سب سے پہلے وہ اپنی جان بچانے کی فکر کرتا ہے، اس کے بعد دوسروں کے جان کی۔ اس حقیقت کی اللہ تعالیٰ کا یہ فرمان تائید کرتا ہے: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوَا نَفْسَكُمْ وَأَهْلِيْكُمْ نَارًا وَقُوْدُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ﴾ (التحريم: ۶) ”اے ایمان والو! تم اپنے نفس کو اور اپنے گھر والوں کو اس آگ سے بچاؤ جس کا ایندھن انسان ہیں اور پھر،“ اور بقول علامہ عبد الرحمن ناصر السعید رحمہ اللہ نفس کو بچانے کا معنی یہ ہے کہ ”نفس کو اللہ تعالیٰ کے اوامر کی اطاعت اور نواہی سے اجتناب کا پابند بنایا جائے اور ہر اس بات سے توبہ کی جائے جس سے اللہ تعالیٰ نار ارض ہو اور اس کے عذاب کا موجب ہو۔“ یہی ذاتی تربیت کا معنی و مفہوم ہے اور یہی اس کی غرض و غایت۔ (تيسیر الرحمن فی تفسیر کلام المنان: ص ۸۰۹

ثانیاً: اگر آپ خود اپنے نفس کی تربیت نہ کریں تو پھر آپ کی تربیت کون کرے گا؟

کون آدمی کی تربیت کرے جب وہ اپنی عمر کی پندرہ ہویں، یا بیسویں، یا تیسویں، یا اس سے زیادہ کی بہار کو دیکھ لے۔ حقیقت یہ ہے کہ آدمی جب خود اپنے نفس کی تربیت نہ کرے تو کوئی بھی شخص اس کی تربیت نہیں کر سکتا، اور نہ اس پر کوئی اپنا اثر ڈال ہو سکتا ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ اس کے والدین خصوصاً اور تمام لوگ عموماً سمجھ لیتے ہیں کہ لڑکا اب بڑا ہو چکا ہے اور وہ اپنے نفس کے مصالح سے زیادہ واقف ہو چکا ہے، یا وہ لوگ اب اس سے بے پرواہ کر دنیوی امور میں مشغول ہو گئے ہیں جو اس کے طاقت کے موقعوں اور خیر کے مناسبوں کے ضائع ہونے کا سبب ہے، اگر وہ بذات خود اپنے نفس کی تربیت کا یہ رانہ اٹھائے، اس کا وقت گزرتا چلا جائے گا، اس کی عمر ضائع ہوتی رہے گی اور وہ اپنی کمی کا تدارک وتلاشی نہیں کر سکے گا، یا وہ کمال

بشری کی تگ و دوکرے گا جو اس سے فوت ہو چکا ہے اور موت کی گھڑیوں میں کف افسوس ملے گا اور تغابن (ہارجیت) کے دن بھی: ﴿يَوْمَ يَجْمَعُ كُمْ لِيَوْمِ الْجَمْعِ ذَلِكَ يَوْمُ التَّعَابِنَ﴾ (التغابن: ۹) ”جس دن تم سب کو اس جمع ہونے کے دن جمع کرے گا وہی دن ہے ہارجیت کا“۔

### ثالثاً: حساب و کتاب انفرادی طور پر ہوگا:

کیونکہ اللہ تعالیٰ کی طرف سے بروز قیامت بندوں کا حساب و کتاب انفرادی طور پر ہوگا، اجتماعی طور پر نہیں۔ یعنی ہر انسان اپنے نفس اور اپنے تمام اچھے و بے عمل و تصرف کا ذمہ دار خود ہوگا اور تھا اس سے ہی ان اعمال کا حساب لیا جائے گا خواہ وہ اس بات کا دعویٰ کرے کہ اس کے ان عملوں کے ارتکاب میں، یا ان میں کوتا ہی واہماں میں، یا اس کے انحراف و گمراہی میں دوسرے لوگ سبب رہے ہیں اور اس کے اس زعم باطل کے مطابق اس کے ساتھ ان لوگوں کا بھی محاسبہ ہونا چاہئے! اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا: ﴿وَكُلُّهُمْ آتِيهِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ فَرِدًا﴾ (مریم: ۹۵) ”یہ سارے کے سارے قیامت کے دن اکیلے اس کے پاس حاضر ہونے والے ہیں“۔ نیز ارشاد ربانی ہے: ﴿وَكُلُّ إِنْسَانٍ أَلْزَمَنَا طَائِرَةٌ فِي عُنْقِهِ وَنُخْرِجُ لَهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ كِتَابًا يَلْقَاهُ مَنْشُورًا ، إِقْرَأْ كِتَابَكَ كَفَى بِنَفْسِكَ الْيَوْمَ عَلَيْكَ حَسِيبًا﴾ (الإسراء: ۱۲) ”ہم نے ہر انسان کی برائی بھلائی کو اس کے گلے لگادیا ہے اور بروز قیامت ہم اس کے سامنے اس کا نامہ اعمال نکالیں گے جسے وہ اپنے اوپر کھلا ہوا پالے گا۔ لے! خود ہی اپنی کتاب آپ پڑھ لے، آج تو تو آپ ہی اپنا خود حساب لینے کو کافی ہے“۔ اور حدیث پاک میں نبی کریم ﷺ سے مروی ہے کہ آپ نے ارشاد فرمایا: ﴿مَا مِنْكُمْ مِنْ أَحَدٍ إِلَّا سَيْكُلْمُهُ رَبُّهُ لَيْسَ بَيْنَهُ وَبَيْنَهُ تَرْجُمَانٌ﴾ ”تم میں سے کوئی نہیں ہے مگر اس کا رب

اس سے ہمکلام ہوگا اور اللہ اور اس کے درمیان کوئی ترجمان نہیں ہو گا،۔ لہذا جس نے اپنے نفس کی حقيقی معنی میں تربیت کی ہوگی اللہ کے اذن سے اس کے حساب میں تخفیف ہوگی اور اس کی رحمت کے سبب وہ عذاب سے نجات پا جائے گا۔

#### رابعاً: اصلاح نفس پر سب سے بڑا قادر:

کوئی بھی انسان عیوب و نقص سے پاک نہیں ہے، یا کوئی شخص بھی کوتا ہی و گناہ کے ارتکاب سے چاہے کم ہو یا زیادہ، خالی نہیں ہے۔ جب یہ ایک قطعی امر ہے تو ان پہلوؤں کا علاج اور اول امر میں، یا پانی سر سے اوچا ہو جانے سے قبل ہی اس کی اصلاح کی سخت حاجت و ضرورت ہوگی۔ اور کوئی بھی انسان اپنی غلطیوں کی اصلاح، یا اپنے عیوب کا علاج و تدارک کامل اور مستقل طور پر نہیں کر سکتا، الا یہ کہ ذاتی تربیت کے راستے سے اس مہم جوئی کا بیڑا اٹھائے، کیونکہ وہ اپنے نفس کے احوال کا سب سے زیادہ جائز کار اور اس کے پوشیدہ راز و اسرار سے زیادہ واقف ہے، لہذا اگر وہ خود اپنی تربیت کرنا چاہے تو نفس کو قابو و کنٹرول کر کے متعین طریق، اچھے سلوک و بر تاؤ اور مفید سرگرمی و حرکت اور عمل کی جانب موڑ سکتا ہے۔

#### خامساً: ثبات واستقامت کا وسیلہ وذریعہ:

کیونکہ تربیت ہی ایک مسلمان کے ایمان و ہدایت کے طریقہ پر باذن الہی زندگی کے آخری سانسوں تک ثابت قدم رکھنے کا اولین سبب و ذریعہ ہے۔ اور یہی ان فتنوں اور ورغلانے والی باتوں کے مقابلہ کا دفاعی خط ہے جو دور حاضر میں ایک مسلمان پر منڈلا رہی ہیں اور اسے انحراف و انحطاط، ضعف و گمنامی، یا مستقبل میں خوف کا شعور و احساس اور عصر حاضر کے حقائق سے چلی سطح تک گر جانے پر شدت کے ساتھ ورغلارہی ہیں۔ اور اس پہلو سے ذاتی تربیت کی مثال ایک درخت کی سی ہے کہ جتنا زیادہ اس کی جڑیں زمین میں پھیلتی جائیں گی

اتنا ہی وہ آندھیوں اور بگلوں کے آگے ڈٹ کر ثابت رہ سکے گا۔

### سادساً: تربیت ہی دعوت کی سب سے بڑی مؤثر چیز ہے:

دراصل ہر مسلمان مرد و عورت کو ایک داعی کا روول ادا کرنا چاہئے، جو اصلاح کرے، تعلیم دے، رہنمائی کرے اور اپنے علم و قدرت کے مطابق تربیت کرے۔ اس سب سے کوہ اپنے و پرانے لوگوں میں مقبول ہے اور ان کی زندگی میں اصلاح و تاثیر پر قدرت رکھتا ہے، اس لئے وہ طاقتو ر زاد سفر اور کارگر ہتھیار کا سخت احتیاج مند ہے۔ اور ان کی دعوت اور قبولیت میں اس سے زیادہ گہرا اثر اندازشی اور کوئی نہیں ہے کہ ایک انسان لوگوں کے لئے نیک قد وہ بن جائے اور اپنے ایمان، علم اور اخلاق میں ممتاز ترین اسوہ ثابت ہو۔ اور فقط کثرت تقریر و خطبہ اسے اس مثالی قد وہ اور عوام میں کافی طاقتو را ثڑالنے کے درجہ پر فائز نہیں کر سکتے، بلکہ ایک داعیہ کے اندر یہ خوبی اس کی حقیقی ذاتی تربیت ہی پیدا کر سکتی ہے۔

### سابعاً: اصلاح احوال کا صحیح طریقہ:

کیا مسلمانوں میں ایک بھی ایسا شخص موجود ہے جو امت اسلامیہ کی تمام پہلوؤں سے حالت زار کا، خواہ وہ دینی حالت ہو، یا اقتصادی، سیاسی حالت ہو یا ذرائع ابلاغی اور یا اجتماعی حالت ہو، شاکی نہیں ہے؟ اس کا جواب یہ ہے کہ ایک بھی ایسا شخص نہیں ہے! لیکن آپ کے خیال میں اس کڑوی صورت حال کی اصلاح کا کیا طریقہ ہے جس سے آج امت اسلامیہ دوچار ہے؟ اور اس کے علاج کے لئے صحیح سمت پر چلنے کا محفوظ و صحیح اقدام کیا ہے؟ کیا وہ صرف شکوہ و شکایت کا طریقہ اور لا حول پڑھنا رہ گیا ہے؟ یا مختصر لفظوں میں۔ اپنی جد و جہد اور دیگر وسائل کو ترک کئے بغیر ذائقی تربیت سے اس اصلاح کا آغاز ہوتا ہے۔ جب تمام افراد خواہ مرد ہوں یا عورت اس مہم جوئی کا بیڑا احسن پیرائے اور پوری جامعیت و توازن کے ساتھ اٹھائے، کیونکہ جب فرد کی اصلاح

ہوگی تو باذن اللہ خاندان کی اصلاح ہو جائے گی اور پھر اس طریقہ سے معاشرہ کی اصلاح ہوتی جائے گی، تو پھر رفتہ رفتہ پوری امت اسلامیہ کے حالات سدھرتے و بدلتے چلے جائیں گے۔  
ثامناً: اس تربیت کے امتیاز و تفوق کے لئے:

اور اخیر میں..... تربیت کی اہمیت اس پر کار بند ہونے کی سہولت و آسانی، اس کے اسلوب کے تنوع و تعدد اور ہر حال، ہر وقت اور ہر جگہ اس کے ایک مسلمان کو دستیاب ہونے کے سب طاہر ہو جاتی ہے، جیسا کہ اس کی مزید وضاحت بعد کے سطور میں آئے گی، بخلاف عمومی تربیت کے کہ جس کے متعین اوقات اور مخصوص مکان ہوتے ہیں۔

### تربیت سے غفلت والا پرواہی کے اسباب

اس کے باوجود کہ مذکورہ حیثیات ہر مسلمان مرد و عورت کے سامنے ذاتی تربیت کی اہمیت مزید موکد و بڑھادیتی ہیں، مگر آج کے حالات کے تناظر میں کہ جس میں مسلمانوں کی اکثریت اپنی زندگی کے متعدد جوانب میں زندگی بسر کرتی ہے، ہم اس تربیت کی جانب ان کی کھلی غفلت واہماں دیکھ رہے ہیں اور ان کی وہ توجہ و اہتمام نہیں پاتے جس کا وہ مستحق ہے۔

جب ہم اس غفلت والا پرواہی کے اسباب کی تلاش و جتنو کرتے ہیں تو پاتے ہیں کہ اس کے کئی اسباب ہیں، جن میں:

#### اول: قلت علم و معرفت:

بہت سارے مسلمانوں کی کتاب و سنت میں واردان نصوص سے جہالت و عدم واقفیت جو اس تربیت کی ترغیب اور اس کی دعوت دیتے ہیں اور ان کی اعمال صالح کے فضائل اور اجر عظیم اور ثواب و افرکی قلت معرفت، اسی طرح ان کے اپنے نفس اور دنیا و آخرت میں ان کی زندگی پر اچھے اثرات کے بارے میں قلت بیداری اور دوسرا جانب شیطان کی عداوت و دشمنی کے

بارے میں ان کی ناواقفیت و جہالت جو ہر طریقہ و اسلوب سے ان کو خیر و طاعت کے کاموں سے تھکیاں دے کر سلاادے رہا ہے۔ یہ سب تربیت نفس کے مطلوب اصلاح میں غفلت والا پرواہی کے اسباب ہیں۔

### دوم: غرض و غایت کا مبہم اور غیر واضح ہونا:

ایک مسلمان کو اپنے نفس کی تربیت پر جو چیز مددگار ثابت ہوتی ہے اس میں ایک اس کی زندگی وجود کا مقصد اور غرض و غایت کا بالکل واضح ہونا ہے۔ انسان اللہ کی اطاعت، جہاد فی سیمیل اللہ اور دعوت الی اللہ کے لئے پیدا کیا گیا ہے تاکہ وہ آخرت میں اس جنت کے حصول سے شاد کام ہو جس کی چوڑائی آسمان وزمین کے برابر ہے، بلکہ فردوس بریں سے کامراں ہو۔ اور دنیوی زندگی میں سعادت قلب اور سکون و اطمینان نفس سے فائز المرام ہو۔ البتہ جو شخص بلا غرض و غایت اور بے مقصد کی زندگی گزارے، یا زندگی کا مقصد اس پر مبہم اور غیر واضح ہو اور وہ شکوہ و شبہات و عقل پر پرده پڑا ہونے کا شکار ہو۔ جیسا کہ عصر حاضر کے مسلمانوں کا حال ہے۔ اور اس کا سب سے بڑا مقصد اور مبلغ علم فقط دنیائے دنی اور اس کی خواہشات و شہوات کا حصول ہو، تو پھر وہ کہاں اس بارے میں غور و فکر کر پائے گا، یا اپنے نفس کی تربیت کرنے میں مختمس و سرگرم ہو گا، یا وہ جس کدو کاوش، محنت و مشقت اور استمرار عمل کا محتاج ہے اس پر وہ کہاں صبر کر پائے گا۔

### ثالثاً: دنیا سے تعلق اور اس سے چھٹے رہنا:

شاید بعض لوگوں پر وہ فضائل اور اجر و ثواب پوشیدہ نہیں ہیں اور وہ اس دنیوی زندگی کی حقیقی غرض و غایت کا ادراک رکھتا ہے، لیکن اس کو اپنی تربیت نفس سے اس کا قبیل اور جسمانی تعلق مانع ہے جس نے اس کی جدوجہد، وقت اور سوچ کو اس سے سلب کر لیا ہے جو اسے یہ سوچنے پر مجبور کر دیتا ہے کہ وہ اپنی تربیت کرنے سے معدور و مجبور ہے۔ کیونکہ وہ اپنے وہم

وخيال میں اس سے بہتر و اہم کام میں مشغول ہے، مثلاً لقمه عیش کی تلاش، اپنے اور اپنے بچوں کے مستقبل کو محفوظ و مامون بنانے میں کوشش ہے، یا مال کے عشق و محبت اور زیادہ نفع کمانے، یا اپنے لہو و لعب اور لذتوں و خواہشوں میں مشغول ہے۔

#### رابعاً: تربیت کا غلط مفہوم:

تربیت کے حقیقی معنی، اس کے وسائل و ذرائع اور اغراض و مقاصد کا غلط مفہوم بعض مسلمانوں کو اپنے نفس اور اس کی تربیت پر توجہ دینے سے مانع ہے کہ کیونکہ اس کے اپنے زعم میں تربیت اعمال اپنانے میں زندگی اور لوگوں سے ایک قسم کٹ جانے اور ان سے مکمل گوشہ نشیں ہو جانے کا خدشہ ہے، یا اس کے خیال میں یہ تربیت اس کے اوقات اور جدوجہد کا بڑا حصہ لے گا اور حیات کے اساسی و بنیادی ضروریات سے متصادم ہو جائے گی، یا اسے سرے سے تربیت کی کوئی حاجت ہی نہیں ہے، کیونکہ محمد اللہ وہ مسلمان ہے اور اپنے دین کے اہم واجبات و فرائض کو بخوبی ادا کر رہا ہے اور یہ ان سارے طاعات اور دیگر عبادات میں مستغرق ہونے کے مقابلہ میں کافی ہے جن کا التزام کوئی ضروری نہیں۔

#### خامساً: اچھی تربیت گاہوں کی قلت:

انسان جس ماحول میں زندگی بسر کر رہا ہے اس کا اس کی زندگی پر ایجادی ہو یا سلبی بڑا دور رس اثر پڑتا ہے۔ چنانچہ گھر، سڑک، دوست، مدرسہ، بازار اور آڑیو و ویڈیو اور رسائل و جرائد جیسے ذرائع ابلاغ وسائل اعلام یہ سب انسان کے سوچ، اہتمام اور سلوک و بر تاؤ پر قوی اثر انداز ہوتے ہیں۔ لہذا اگر تربیت گاہ اور خاص طور سے گھر کا ماحول نیک ہو اور اللہ کی ہدایت پر گا مزن ہو تو فرد کی استقامت، ترزکیہ نفس اور تربیت کے اہتمام پر معاون ہوتا ہے اور ان تربیت گاہوں کے وجود کا مقصد پورا ہوتا ہے۔ اور اگر معاملہ اس کے بر عکس ہو تو یہ تربیت گاہ بڑا افسوس

کا مقام ہے کہ ناکامی و بزدیلی اور ذلت و رسائی کا بڑا سیلہ بن جاتی ہیں اور عروج و ترقی اور اصلاح و تغیری کی راہ میں بہت بڑی رکاوٹ ثابت ہوتی ہیں۔ اور اگر ہم آج کے ان تربیت گا ہوں پر نظر دوڑا میں تو پائیں گے کہ ان کی اکثریت ان کے انحراف و برے حال، یا ضعف و گھٹیاپن کے سبب اس درجہ و سطح پر پوری نہیں اتر رہی ہے جو تربیت واستقامت پر معاون ثابت ہو سکے۔

### سادساً: مریبوں کا خال خال وجود:

یہ مسلم ہے کہ ایک انسان بچپن سے لے کر بلوغت اور بڑا ہونے تک کہ موت تک اپنی حیات کے مختلف مراحل میں رہنمائی، تعلیم اور تربیت کا سخت محتاج ہوتا ہے، اور یہ درست نہیں ہے کہ یہ بچپن یا جوانی کے ساتھ خاص ہے جیسا کہ ہمارے بعض بھائی کے ذہنوں میں یہ بات پہنچی ہوئی ہے۔ مگر یہ تربیت اور یہ رہنمائی ضروری نہیں ہے کہ ایک معین طرز، یا مخصوص اسلوب میں ہو، ہرگز نہیں! اس کی نوعیت وقت، عمر اور حالات کے تقاضوں کے تحت مختلف اسلوب اور متعدد طرق سے بدلتی ہے۔

اور جب یہ معلوم ہے کہ انسان کا مریبی اول بآپ ہوتا ہے اور مریبی دوم معلم و استاذ ہوتا ہے، قریب ہے کہ آج کے معاشرہ میں ایک سبب یادگیر اسباب سے وہ اپنا مطلوب تربیتی رول کھو دیں، علاوہ ازیں خیرخواہ دوست اور رہنمای برادر بھی ناپید ہیں، اس وقت ہمیں یہ معلوم ہوتا ہے کہ ایک مسلمان مرد و عورت کو خود اپنی تربیتی محض جوئی کا یہاں اٹھانے اور اپنے والدین، استاذ و دوست کے اس کھوئے ہوئے رول کو ادا کرنے کی کتنی سخت ضرورت ہے جو گزر چکے ہیں، یا اپنی تربیتی ذمہ داری اور برادرانہ فرائض ادا کرنے میں کمزور ثابت ہو چکے ہیں۔

### سابعاً: طویل امید و ہیم کا شعور و احساس:

یہ لا علاج بیمار شعور و احساس جو بہت سارے مسلمانوں کے دل و دماغ میں سراحت کئے ہوا

ہے، یہ ایک مسلمان کو ان دونوں باتوں کے درمیان مختیر و مترد دنادیتا ہے کہ وہ اپنی تزکیہ نفس اور تربیت پر اقدام کرے اور تمام طاعات اور اعمال صالحہ کو اختیار کر لے، یا اس تربیت سے مذکورہ شیطانی شعور و احساس کے سبب روگردانی کرے جو اسے ہر مرتبہ جب وہ اپنی کسی نیک کے منصوبہ کو شروع کرنے کا ارادہ کرتا ہے: تربیت نفس اور اطاعت الٰہی کی ابھی کیا جلدی پڑی ہے، ابھی حیات و عمر بہت باقی و لمبی ہے! کچھ وقت تک کے لئے انتظار کرو یہاں تک کہ سعادتمند گھٹری اور غم و فکر سے فارغ وقت آجائے جو تمہیں مناسب فرصت اور تربیت نفس اور اس کے اہتمام کا مضبوط عزیمت کا مناسب وقت میسر آجائے۔ اس خطرناک شعور و احساس کے ساتھ ہمیشہ اس کا یہی حال رہتا ہے یہاں تک کہ ایک کی عمر گزر جاتی ہے اور حیات کے مہ و سال کٹ جاتے ہیں اور حال یہ ہوتا ہے کہ وہ اپنی تربیت نفس و اصلاح کی طرف ایک قدم بھی آگئے نہیں بڑھایا ہوا ہوتا ہے۔

### ثامناً: راحت پسندی اور کام چوری کا میلان:

بہت سارے مسلمان اس بات کی تمنا کرتے ہیں کہ اس کے احوال درست ہو جائیں اور اس کی زندگی راہ مستقیم پر چل پڑے اور وہ تقویٰ و ایمان اور صلاح و استقامت میں بہترین انسان بن جائے! لیکن اسے اس بات سے روکی ہے اور اسے ایسا محروم قسمت بنادیتی ہے جو آج اکثریت کے یہاں ایک مشہود واقعہ بن چکا ہے اس کے نفس میں ودیعت سنتی و کمزوری، راحت و آرام پسندی، مجاہدہ نفس سے بے رغبتی اور اسے اللہ سے ملاقات کے وقت خیر و بقا کے کاموں میں عدم تکان اور کام چوری ہے۔ اس آفت و بیماری کے سبب اس کے اور اس جیسے دیگر افراد کے کتنے فضیلت والے موقع اور ثقیقی فرصت اور اعمال صالحہ ضائع ہو گئے، کیونکہ اس کا نفس ضعیف و کمزور اور اس کا شیطان اس پر غالب آ چکا ہے۔

### ذاتی تربیت کے اسلوب

ہم پر اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم میں سے ایک یہ ہے کہ اس نے ہمارے لئے اپنی رضا و محبت اور جنت کے حصول اور خاص کر ایک مسلمان کے اپنے نفس کی تربیت و تزکیہ کے بہت سارے دروازے اور متعدد طریقے آسان فرمادیئے ہیں، تاکہ مسلمان مردو عورت میں سے ہر ایک ان دروازوں اور طریقوں میں سے وہ بات اختیار کر لے جس کی اس کا نفس طاقت رکھتا ہے اور اس کی جرات و ہمت بلند ہوتی ہے۔

ذاتی تربیت کے اسلوب بہت زیادہ ہیں جن میں ایک:

### پہلا اسلوب: محاسبہ نفس:

مشہور داعی شیخ محمد غزالی رحمہ اللہ فرماتے ہیں: ”اگر کوئی انسان اس دنیوی زندگی میں بلا کسی ٹکران و محاسب کے اپنے من پسند طریقہ پر تصرف کرے تو اس کے لئے اپنی کوتاہی و حماقت کے باوجود جائز ہو گا کہ اپنی زندگی کو شکست و ریخت کا شکار بنادے جیسے ایک جاہل اپنے مال میں بے ہنگام تصرف کرتا ہے تو پھر کیا یہ ممکن ہے جبکہ اللہ کے حافظین ملائکہ ہیں جو ہر چھوٹی بڑی شی کو لکھتے رہتے ہیں اور اس کی ذرہ برابر شی کا بھی ریکارڈ رکھتے ہیں۔“

اور جب معاملہ اس کے بر عکس ہے تو ایک مسلمان کے یہاں عقل و حکمت کی بات یہ ہے جبکہ وہ اپنے نفس کی تربیت کا پچھتہ عزم کئے ہوا ہے کہ وہ سب سے پہلے اپنے پچھلے تمام خیر و شر کا محاسبہ کرے اور اپنی نیکیوں کی چھان بین کرے اور اپنی برا نیکیوں کو چھان بینے، تاکہ بلا موقع وہ یوم موعدہ اچانک نہ آجائے جسے وہ یہ سمجھ رکھا تھا کہ وہ خیر پر قائم ہے اور وہ صالحین متقيین میں سے ہے!!  
ارشادر بانی ہے: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلَا تَنْظُرْ نَفْسٌ مَا قَدَّمَتْ لِغَدِ﴾ (الحشر: ۱۸) ”اے ایمان والو! اللہ سے ڈرتے رہو اور ہر شخص دیکھ بھال لے کہ کل قیامت کے واسطے اس نے اعمال کا کیا ذخیرہ بھیجا ہے،“ - علامہ ابن کثیر رحمہ اللہ اس آیت کی

تفسیر میں لکھتے ہیں: ”یعنی اپنے نفس کا محاسبہ کر لوتیں ازیں کہ تمہارا محاسبہ کیا جائے اور دیکھ بھال لو کہ تم نے اپنے نفس کے لئے کیا اعمال صالحہ کا ذخیرہ اپنے معاد اور رب کے یہاں پیشی کے دن کے لئے جمع کر رکھا ہے اور یاد رکھو کہ اللہ تعالیٰ تمہارے تمام اعمال و احوال سے باخبر ہے اور اس پر تمہاری کوئی شیٰ پوشیدہ نہیں ہے“۔ اور نبی کریم ﷺ سے مردی ہے کہ آپ نے ارشاد فرمایا: ”**أَلَّا كَيْسُ مَنْ دَانَ نَفْسَهُ وَعَمِلَ لِمَا بَعْدَ الْمَوْتِ وَالْعَاجِزُ مَنْ أَتَبَعَ نَفْسَهُ هَوَاهَا وَتَمَنَّى عَلَى اللَّهِ الْأَمَانِي**“ (ترمذی: ۲۲۵۹، حسن) ”زیرک و شخص ہے جو اپنے نفس کو غلام بنائے رکھے اور موت کے بعد کی زندگی کے لئے عمل کرے اور عاجزوہ شخص ہے جو اپنے نفس کو خواہشات کا غلام بنائے اور اللہ تعالیٰ پر بے جا امیدیں لگائے ہاتھ پر ہاتھ دھرے بیٹھا رہے“۔ اور فاروق اعظم عمر بن خطاب رضی اللہ عنہ نے اپنی مشہور و معروف حکمت بھری باتوں میں فرمایا: ”تم اپنے نفس کا محاسبہ کرو ازیں قبل کہ تمہارا محاسبہ کیا جائے، اپنے نفس کو قتل بواس سے قبل کہ تمہیں تولا جائے، کیونکہ کل کے حساب کے مقابلہ میں آج کا تمہارا نفس کا محاسبہ آسان ترین ہے، اور پیشیٰ اکبر کے لئے خود کو سنوار لو جس دن تمہاری پیشی ہو گی تو تمہاری کوئی بھی بات مخفی نہ رہے گی“۔

حسن بصری رحمہ اللہ نے فرمایا: ”بندہ اس وقت تک خیر و بھلائی میں رہے گا جب تک اس کا ضمیر اسے چھبھوڑتا رہے گا اور اپنے قصد و ارادہ سے اپنا محاسبہ کرتا رہے گا“۔

علامہ ابن قیم رحمہ اللہ نے اس پہلو پر زور دیتے ہوئے فرمایا: ”مکفٰ انسان پر ضرر سار ترین بات: اہماں، ترک محاسبہ، کھلی چھوٹ اور حرام امور کو سہل تر بنا کر کر گز رنا، یقیناً یہ سب اسے ہلاکت کے گھاٹ تک پہنچا دے گا۔ اور یہی فریب خورده لوگوں کا حال ہے، ان میں کا ایک فرد انجام و عواقب سے اپنی آنکھ موند لیتا ہے اور اپنے حال پر چلتا رہتا ہے اور رب کے عنفو

ودرگز رپرے جا بھروسہ کر لیتا ہے! اس طرح وہ اپنے نفس کا محاسبہ اور انعام پر غور و فکر کرنا چھوڑ بیٹھتا ہے۔ جب وہ ایسا کرے گا تو اس پر گناہ و معصیت میں ملوث ہونا آسان تر ہو جائے گا، معصیت کا مانوس و دلدادہ ہو جائے گا اور اس سے ترک کرنا اس پر دشوار تر ہو جائے گا،۔

تربیت نفس کے اس پہلو کی اسی اہمیت کے سبب شاید بعض خطوط و معامل پر تنبیہ کر دینا

مناسب ہوگا، ان میں سے ایک:

### ۱۔ دورانی محاسبہ کی ضرورت:

اپنے نفس کی تربیت میں کوشش مسلمان اپنی حیات کی جزئیات میں چھان بین اور تحقیق کرتے ہوئے وقفہ وقفہ سے اپنے نفس کے محاسبہ کی کوشش کرتا ہے تاکہ دیکھے کہ وہ کون سے صحیح اور درست افکار کا حامل ہے جنہیں وہ مضبوطی کے ساتھ پکڑ لے اور انہیں ترقی دے اور اس کے پاس کون سے نیک اعمال ہیں کہ جنہیں وہ پوری قوت کے ساتھ پکڑ لیں رہیں اور ان کو برابر انعام دیتے رہیں۔ اور کون سے نقص و کوتا ہی اور مخلوط علمی و عملی گناہ و معصیت ہیں جن سے وہ اجتناب کریں۔

علامہ ابن قیم رحمۃ اللہ علیہ کے ایک طریقہ کی وضاحت کرتے ہوئے لکھتے ہیں: ”اور فائدہ مند طریقوں میں ایک یہ ہے کہ انسان جب سونے کا ارادہ کرے تو کچھ وقت کے لئے اپنے نفس کا محاسبہ کے لئے بیٹھے جس میں وہ یہ محاسبہ کرے کہ دن بھر میں کتنا فائدہ کیا ہے اور کتنا نقصان اٹھایا ہے، پھر وہ اپنے اللہ کے درمیان توبہ نصوح کی تجدید کرے اور اس توبہ کی حالت میں سو جائے اور یہ عزم مصمم کرے کہ جب وہ بیدار ہو گا تو دوبارہ وہ گناہ نہیں کرے گا، ایسا ہر رات کرے، تاکہ اگر اس رات اس کی موت ہو جائے تو توبہ پر اس کی موت ہو اور اگر بیدار ہو جائے تو وہ آئندہ عمل کا استقبال کرتے ہوئے اور اپنی موت میں تاخیر سے مسرور ہو کر بیدار ہو گا، یہاں تک کہ وہ اپنے رب کریم سے ملے اور اپنے مافات کی تلافی کرے۔ (الروح لابن القیم: ۹۷)۔

## ۲۔ اہم دراہم کو ترجیح واولیت:

سب سے پہلے ایک انسان اپنے نفس کی جس چیز کا محاسبہ کرے وہ ہے عقیدہ کی صحت، توحید کی سلامت و درستگی اور شرک کے تمام انواع و اقسام اور خاص طور سے شرک اصغر اور شرک خفی جن سے بکثرت اہماں برتا جاتا ہے وغیرہ عقائد و اعمال سے براءت جو ایمان کے منافی ہیں یا ایمان کو کمزور کرتے ہیں۔ پھر فرائض و واجبات کی ادائیگی جن میں پانچوں نمازوں کی جماعت کے ساتھ ادائیگی، والدین کے ساتھ حسن سلوک، صدر حمی، امر بالمعروف والنبی عن المنکر داخل ہیں۔ پھر تمام چھوٹے و بڑے حرام و منکر کاموں سے اجتناب اور پھر تمام سنن اور طاعات کی ادائیگی..... اور..... اور۔

## ۳۔ محاسبہ کے انواع و اقسام:

بقول علامہ ابن قیم رحمہ اللہ نفس کے محاسبہ کی دو قسمیں ہیں: ایک قسم عمل سے قبل اور دوسری قسم عمل کے بعد ہے۔

**پہلی قسم:** یہ ہے کہ عمل کے عزم و ارادہ سے قبل توقف کرے اور اس میں جلد بازی سے کام نہ لے یہاں تک کہ اس کے لئے اس کام کے کرنے کا پہلو ترک کے پہلو پر غالب آجائے۔

**دوسری قسم:** عمل کے بعد نفس کا محاسبہ، اور اس کی تین قسمیں ہیں:

(الف) نفس کا طاعت پر محاسبہ جس میں نفس نے اللہ کے حقوق میں کوتا ہی کی اور اسے مناسب صحیح ڈھنگ سے ادا نہیں کی۔

(ب) نفس کا ہر اس عمل کے بارے میں محاسبہ کرے جس کا ترک عمل سے بہتر ہو۔

(ج) نفس کا مباح یا عادت و روانج کے کاموں پر محاسبہ کرے کہ اسے کیوں کیا؟ اور کیا اس عمل سے اسے اللہ کی رضا اور دار آخرين مقصود ہے یا فقط دنیوی لذت؟ (اغاثۃ اللہفان)۔

## ۴۔ اوقات کا محاسبہ:

اسی طرح محاسبہ کی صورتوں میں ایک یہ ہے کہ ایک مسلمان اپنے نفس کا اپنے اوقات سے فائدہ اٹھانے کی کیفیت و نوعیت پر محاسبہ کرے جو اس کی عمر اور اس کا راس المال ہے کہ کیا اس نے ان اوقات کو خیر کے کاموں، اعمال صالحہ اور مسلمان کی نفع رسانی میں خرچ کیا ہے؟ یا اس کے برعکس گناہ و معصیت، لہو و لعب اور غفلت و سستی میں ضائع کر دیا ہے! کیونکہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا ہے: ﴿لَا تَرُوْلُ قَدَمًا عَبْدِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ حَتَّىٰ يُسْأَلَ عَنْ أَرْبَعَ: وَمِنْهَا: عَنْ عُمُرِهِ فِيمَا أَفْنَاهُ وَعَنْ شَبَابِهِ فِيمَا أَبْلَاهُ .....﴾ (ترمذی) ”بندہ کے قدم بروز قیامت اس وقت تک نہیں ہٹ سکتے جب تک چار باتوں سے متعلق اس کی پرسش نہیں ہو جاتی، ان میں سے ایک اس کی عمر کی بابت کہ اس نے اپنی عمر کس بات میں گنوائی اور اس کی جوانی کے بارے میں کہ اس نے اسے کس چیز میں ڈھلوادی“۔

اور سلف صالحین رضی اللہ عنہم اپنے اوقات کی حفاظت کے انتہائی حریص تھے، کیونکہ وہ ان کی قدر و قیمت کے سب سے بڑے واقف کا رہتے۔ حسن رحمہ اللہ فرماتے ہیں: ”میں نے ایسے کچھ لوگوں سے ملنے کا شرف حاصل کیا جو اپنے اوقات کی حفاظت کے اس سے بھی بڑھ کر شدید حریص تھے جتنا تم اپنے دینار و درهم کی حفاظت کے حریص ہو“۔ (الوقت: یوسف القرضاوی)۔

## ۵۔ حساب اکبر کی یاد:

ایک مسلمان کے لئے اس کے اپنے محاسبہ کی معین و مددگار باتوں میں ایک اس کا یہ علم و معرفت ہے کہ اللہ تعالیٰ بروز قیامت اپنے بندوں سے نہایت ہی دقیق انداز میں حساب لے گا اور ان سے ان کے کئے ہوئے خیر یا شر کے متعلق دریافت کرے گا اور اس دن انسان اپنے اعمال کو پائے گا کہ ان کو جوڑ کر رکھا گیا ہے اور ان میں سے کچھ بھی خواہ ذرہ برابر کیوں نہ ہو

غائب وضائع نہیں ہوا ہے۔

حسن رحمہ اللہ اس سلسلہ میں فرماتے ہیں: ”ایک مومن اپنے نفس کا نگران و نگہبان ہے، وہ اپنے نفس کا اللہ کی رضا کے لئے محاسبہ کرتا ہے۔ اور بروز قیامت ایک قوم کا حساب و کتاب ہلاکا ہو گا کیونکہ انہوں نے دنیا ہی میں اپنے نفوں کا محاسبہ کیا تھا، اور دیگر قوموں کا حساب و کتاب نہایت سخت ہو گا کیونکہ انہوں نے اس معاملہ کو آسان طور پر بلا محاسبہ لیا تھا۔ (ادب الغفوس: لآ جری) ص ۲۸)۔

### دوسرا اسلوب: تمام گناہ و معاصی سے توبہ:

نظری محاسبہ اور انسان کے گناہ و کوتا ہیوں کے بعد جیسا کہ علماء نے کہا ہے تحلیہ سے قبل تخلیہ کا نمبر آتا ہے اور وہ اس طرح کہ تمام معاصی، تمام عیوب اور تمام فکری و عملی اور اخلاقی نقاصل وغیرہ سے توبہ کیا جائے۔ اور ایک مسلمان کی اللہ کی محتاجی، اس کا قرب اور اس کی رضا کا شعور و احساس کیا جائے اور یہ بات اسی وقت حاصل ہو سکتی ہے جب وہ اپنے ہر گناہ و کوتا ہی اور خامی سے نکل چکا ہو۔

علامہ ابن قیم رحمہ اللہ قم طراز ہیں: ”گناہوں سے توبہ میں جلدی فوری طور پر فرض و واجب ہے، تاخیر جائز نہیں۔ لہذا جب تاخیر کرے گا تو تاخیر میں اللہ کی نافرمانی کرے گا۔ اب اگر وہ گناہ سے توبہ کرتا ہے تو اس پر دوسری توبہ رہ جاتی ہے اور وہ ہے تاخیر توبہ سے توبہ! اور یہ کم ہی تائب کے دل میں ٹکلتی ہے! اور اس سے وہ اسی وقت چھکارا و خلاصی پاسکتا ہے جب وہ اپنے انجانے اور جانے گناہوں سے عمومی توبہ کر لے،۔ (مدارج السالکین ۱/ ۲۷۲)۔

نیز جس طرح اہل معاصی اور گناہ گار لوگ توبہ اور رجوع الی اللہ کا محتاج ہے اسی طرح اہل طاعت واستقامت بھی اس کا محتاج ہے۔ لہذا ان میں سے جو شخص بھی یہ خیال کرے کہ اس کے یہاں ایسی کوئی بات نہیں کہ جس سے وہ توبہ کرے، یا وہ یہ سمجھے کہ وہ توبہ سے مستغثی و بے نیاز

ہے تو اس نے لغزش کھائی ہے! اور غرور نے اسے راہ حق سے دور پھیک دیا ہے اور وہ اپنے نام را د کمال نفسی کے جال کا شکار ہو چکا ہے جو اس کے دشمن شیطان نے اس کے کان میں پھونکا ہے تاکہ وہ گناہ و معصیت اور جرم و تقصیر کے دلدل میں گرتا چلا جائے۔ آغاز اس کے قلب کے اس گناہ کبیرہ سے ہوا اور دوسرے تمام گناہ و معاصی میں گرفتار ہوتا چلا جائے جس کی کوئی انہتا و کنارہ نہ ہو۔

علامہ ابن تیمیہ رحمہ اللہ اس سلسلہ میں فرماتے ہیں: ”جو بندہ ہمیشہ اللہ کی نعمتوں کے درمیان گھرا ہوا سے شکر گزاری کی احتیاج ہے اور جو گناہوں میں لٹ پت ہوا سے تو بہ واستغفار کی ضرورت ہے اور یہ دونوں با تین ایک بندہ کے لئے دائی طور پر لازمی امر ہے، کیونکہ وہ برابر اللہ کی بخششوں اور نعمتوں میں الٹا پلٹتا رہتا ہے اور ہمیشہ توبہ و استغفار کا محتاج رہتا ہے۔ یہی سبب ہے کہ بنی آدم کے سید و سردار اور متقيوں کے امام محمد ﷺ اپنے تمام احوال میں اللہ تعالیٰ کا استغفار کیا کرتے تھے“۔ (مجموع فتاویٰ ابن تیمیہ ۱۰/۸۸)۔

یہاں سے ہمارے لئے یہ بات مزید موکد ہو جاتی ہے کہ گناہ و معاصی قلوب کے ربط کو اللہ تعالیٰ سے کاٹنے و کمزور کرنے اور اسے خیر و عمل صالح کے ارادہ سے کمزور کرنے اور عمل صالح کرنے اور اس پر مستمر رہنے سے محروم کردینے کے بڑے اسباب میں سے ایک ہے۔ اور اس کی نمایاں دلیل وہ بات ہے جو ہم اس مسلمان کی جو معاصی میں گرفتار ہے، اپنے نفس کی کامل ایمانی و علمی تربیت سے کمزوری کا مشاہدہ کر رہے ہیں، بلکہ شاید اس سلسلہ میں وہ کبھی مطلقاً غور و فکر ہی نہیں کرتا، حالانکہ وہ اس کا شدید محتاج ہوتا ہے۔

اللہ تعالیٰ نے توبہ کی ترغیب دیتے ہوئے فرمایا: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا تُوبُوا إِلَى اللَّهِ تَوْبَةً نَصُوحًا﴾ (التحريم: ۸) ”اے ایمان والو! تم اللہ کے سامنے سچی خالص توبہ کرو“، اور نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: ﴿إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى يَبْسُطُ يَدَهُ بِاللَّيلِ لِيَتُوبَ

مُسِيَءَ النَّهَارِ، وَيَبْسُطُ يَدَهُ بِالنَّهَارِ لِيُتُوبَ مُسِيَءَ اللَّيلِ حَتَّى تَطْلُعَ الشَّمْسُ مِنْ مَغْرِبِهَا ﴿١﴾ ”اللَّهُ تَعَالَى اپنا ہاتھ رات کے وقت پھیلاتا ہے تاکہ دن کے خطا کا رکی تو بے قبول کرے اور اپنا ہاتھ دن کے وقت بڑھاتا ہے تاکہ رات کے گھنگار کی توبہ بے قبول کرے، یہاں تک کہ سورج مغرب کی جانب سے طلوع ہونے لگے۔“ (مسلم)، نیز بنی کریم صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَاٰلِهٖ وَسَلَّمَ نے ارشاد فرمایا: ﴿وَإِنِّي لِأَسْتَغْفِرُ اللَّهَ فِي الْيَوْمِ مِائَةً مَرَّةٍ وَفِي رِوَايَةٍ أَكْثَرَ مِنْ سَبْعِينَ مَرَّةً﴾ ”اور میں دن میں اللہ تعالیٰ سے سو مرتبہ استغفار کرتا ہوں“ اور ایک روایت میں ہے کہ: ”ستر سے زائد مرتبہ استغفار کرتا ہوں“۔ (مسلم، بخاری)۔

اور یہاں تک کہ یہ وسیلہ نفس کے اندر اپنا تربیتی اثر و نشان برپا و ثابت کر دے، ہم بعض توجیہات و ارشادات کی طرف نگاہ و تنبیہ مرکوز کر دینا مناسب سمجھتے ہیں، ان میں سے:

### ۱۔ گناہ و معاصی کی حقیقت:

یہ ضروری ہے کہ آج کے دور میں بہت سارے مسلمانوں کے ذہنوں میں راجح مفہوم کی اصلاح کریں اور وہ یہ ہے کہ گناہ فقط منکرات کا ارتکاب ہے مثلاً چوری، زنا کاری، غیبت اور اس جیسے دیگر معاصی۔ حالانکہ یہ مفہوم غلط ہے کیونکہ یہ بات بھی گناہ و معصیت ہے کہ شرعی واجبات کو بجائہ لا یا جائے، یا ان میں کوتا ہی برتنی جائے کہ کامل طریقہ ادا نہ کیا جائے، مثلاً نماز کی اس کے اوقات میں ادا یا یگی میں غفلت و اہمال برتنا، یا جماعت کی پابندی کے ساتھ ادا کرنے میں سستی و تکالی کا مظاہرہ کرنا، یا خشوع و خضوع میں کمزوری دکھانا، یا امر بالمعروف اور نہی عن المکر بجانہ لانا، یا دعوت الی اللہ میں اہمال برتنا، یا معاملات اور احوال مسلمین کا اہتمام نہ کرنا وغیرہ فرائض و واجبات جنہیں اکثر بھلا دیا جاتا ہے۔

نیز بڑے گناہ و معاصی میں سے جو اعضاء و جوارح کے گناہوں سے بھی بڑھ کر شدید

ہیں وہ قلوب کے گناہ و معا�ی ہیں مثلاً حسد، تکبر، غرور نفس، محجوب و خود پسندی وغیرہ۔ اور یہ سارے گناہ پچی و خالص توہبہ جسے توہبہ نصوح کہتے ہیں، کامتحان ہیں۔

### ۲۔ توہبہ کے شرائط:

اور بقول امام ابن کثیر رحمہ اللہ ”توہبہ نصوح کہتے ہیں اس پختہ اور پچی توہبہ کو جو ماقبل کے تمام گناہ و معا�ی پر خط نہ پھیر دے اور آدمی کو ہر قسم کے گھٹیا و پچ عمل سے روک دے۔ اور اس کی صورت یہ ہے کہ حال کے تمام گناہوں سے دستبرداری اختیار کی جائے اور ماضی کے تمام گناہوں پر ندامت کا اظہار کیا جائے اور مستقبل میں دوبارہ نہ کرنے کا عزم مصمم کیا جائے“۔  
(تفسیر ابن کثیر ۳۱۸/۲)۔

### ۳۔ تمام گناہ و معا�ی جرم ہیں:

ایک پکے ایمان اور اللہ سے پچی خشیت و خوف والے مسلمان کے نزد یک گناہ کبیرہ کے مابین کہ جس سے توہبہ کرنا واجب ہے اور صغیرہ گناہ کے درمیان جس سے تساهل برتنے کی گنجائش ہے، کوئی فرق نہیں ہے۔ لہذا تمام گناہ و معصیت اس کے نزد یک اللہ کے حق میں جرم و خطا ہوتے ہیں جیسا کہ کسی سلف نے ارشاد نے فرمایا: ”گناہ کے چھوٹا پن کونہ دیکھو بلکہ اس پر نظر رکھو کہ کس بڑے اللہ کی نافرمانی کر رہے ہو“۔ پھر بہت سارے کبیرہ گناہ ایسے ہوتے ہیں کہ جن کو توہبہ و صدق رجوع الی اللہ صغیرہ بنادیتے و مٹادیتے ہیں اور بہت سارے صغیرہ گناہوں کو مسلسل اصرار و تساهل کبیرہ بناؤ التے ہیں۔ اس کی مصدقہ سہل بن سعد رضی اللہ عنہ کی حدیث ہے جس میں نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: ﴿إِيَّاُكُمْ وَمُحَقَّرَاتِ الدُّنُوبِ، فَإِنَّمَا مَثُلُ مُحَقَّرَاتِ الدُّنُوبِ كَمَثَلِ قَوْمٍ نَّزَلُوا بَطْنَ وَادِ، فَجَاءَهُمْ ذَا بُعُودٍ، وَجَاءَهُمْ ذَا بُعُودٍ حَتَّىٰ حَمَلُوا مَا أَنْصَحُوا بِهِ خُبْزَهُمْ، وَإِنَّ مُحَقَّرَاتِ الدُّنُوبِ مَتَىٰ يُؤْخَذُ بِهَا﴾

صَاحِبَهَا تُهْلِكُهُمْ ”تم خود کو معمولی و حقیر گناہوں سے بچاؤ، معمولی و حقیر گناہوں کی مثال اس قوم کی سی ہے جو کسی دادی کے بطن میں پڑا وڈا لے۔ چنانچہ ایک آدمی لکڑی لے کر آیا، دوسرا شخص بھی لکڑی لایا، یہاں تک کہ وہ اتنی لکڑیاں اٹھالائے جن سے ان کی روٹیاں پکائی جاسکیں۔ اور یاد رکھو کہ جب چھوٹے معمولی گناہوں کا آدمی سے مواخذہ ہونے لگے گا تو وہ ہلاکت کے گڑھے میں جا گرے گا،“ (احمد: ۵/۳۳۱)۔

### ۴۔ فوری و عاجلانہ سزا و عقوبت:

گنہگار جن گناہوں سے تائب نہیں ہوتا اس کو آخرت سے قبل دنیا ہی میں ان کو فوری سزا و عقوبت سے دوچار ہونا پڑتا ہے گرچہ یہ سزا و عقوبت آنے میں کچھ عرصہ تاخیر ہو جائے! اور ہمیں اس بات کو اس وقت محسوس کر لینا چاہئے جب ہمیں کوئی بھی مصیبت خواہ ہمارے نفس یا مال یا اہل و عیال یا کام و عمل میں لگے اور خواہ وہ مصیبت چھوٹی ہو یا بڑی اس معاملہ میں فضیل بن عیاض رحمہ اللہ کی پر از حکمت قول کو یاد کرتے ہوئے جس میں انہوں نے فرمایا: ”جب میں اللہ کی نافرمانی کرتا ہوں تو اسے میں اپنی اہلیہ اور سواری کے جانور کے سلوک و بر تاؤ میں جان لیتا ہوں“۔ اس سے ایک مسلمان کی عقل و خرد کی زیادتی ظاہر ہو جاتی ہے جب وہ ہر وقت وہر حال میں توبہ و استغفار کی کثرت اس لئے کرتا ہے، تاکہ شاید اللہ تعالیٰ دنیا میں اسے معاف کر دے اور آخرت میں اس سے مواخذہ نہ فرمائے۔

### ۵۔ اور ہمارے دشمنوں کا ایک فریب و چال :

شاید ہمیں اس مقام پر ہر مسلمان مرد و عورت کو اس بات کی تنبیہ کرنے کی حاجت و ضرورت نہیں کہ شیطان اپنے مکروہ فریب کے ساتھ ہمارے میں تعاقب میں ہے اور اپنے تمام تر وسائل و ذرائع کے ساتھ ہمیں فریب دینے میں جٹا ہوا ہے اور ان میں سے ایک اس کا یہ حرث

وآز ہے کہ ہم میں کسی کو بہت ساری دلیل و جدت سے توبہ کرنے میں دیر کرادے اور اللہ کی طرف رجوع میں ٹال مٹول کر اتا رہے جن میں ایک بات یہ ہے کہ ابھی تو بہت عمر باقی ہے، ابھی موت بہت دور ہے! لیکن زیرِ ک وہی شخص ہے جو موت آنے سے پہلے توبہ کرنے میں جلدی کرے کیونکہ وہ نہیں جانتا کہ وہ کب اس کا بلا وَا آجائے؟ کبھی ایسا ہوتا ہے کہ وہ گھر سے نکلتا ہے اور گاڑی کے حادثہ کے سبب یا اور کسی دوسرے سبب سے گھر نہیں لوٹ پاتا۔ کبھی انسان سوتا ہے اور پھر بیدار ہونے کی نوبت نہیں آتی، یا اچانک موت کے منہ میں جا گرتا ہے اور وہ اپنے اہل و عیال اور احباب کے درمیان بیٹھا ہوا ہوتا ہے اور اس وقت کف افسوس ملتا ہے لیکن وہ افسوس کا وقت کہاں؟ اس سلسلہ میں حسن بصری رحمہ اللہ فرماتے ہیں: ”کچھ لوگ ایسے ہیں جن کو امید مغفرت نے غفلت میں ڈال رکھا ہے یہاں تک کہ وہ دنیا سے بلا توبہ کوچ کر جاتا ہے۔ ان میں سے ایک شخص یہ کہتا ہے کہ میں اپنے رب کے ساتھ حسن ظن رکھتا ہوں۔ وہ جھوٹا ہے، کیونکہ اگر وہ حسن ظن رکھتا ہوتا تو نیک و اچھا عمل ضرور کرتا“۔ (الجواب الکافی لابن القیم: ۲۶)۔

### تیسرا اسلوب: طلب علم اور معرفت کا دائرہ وسیع کرنا:

طلب علم اور اپنی معرفت میں اضافہ کرنا نفس کی اچھی تربیت اور اس کی صحیح رہنمائی کا اہم طریقہ اور ضروری وسیلہ و ذریعہ ہے، کیونکہ یہ کیسے ممکن ہے کہ انسان اپنے نفس کی صحیح تربیت کرنے پر قادر ہو اور وہ حلال و حرام، حق و باطل اور صحیح و غلط عقائد و افکار سے ناواقف و جاہل رہے؟ شیخ محمد بن عبد الوہاب رحمہ اللہ قم طراز ہیں: ”یاد رکھو کہ طلب علم فرض ہے اور یہ میریض دلوں کے لئے شفاء ہے اور ایک بندہ پر سب سے اہم بات جو ضروری ہے وہ یہ کہ وہ اپنے دین کی معرفت حاصل کرے جو معرفت اور دین پر عمل دخول جنت کا سبب ہے“۔ (حاشیہ ثلاثۃ الاصول: ۱۰)۔

ہاں! جس علم سے تربیت نفس حاصل ہوتی ہے وہ شرعی علم ہے جو کتاب و سنت اور فہم سلف

صالحین سے مانخوذ ہوا اور جو اللہ کا تقویٰ و مرافقہ اور خوف و خشیت پیدا کرنے والا ہوا اور جو اللہ کی اطاعت و فرمان برداری، اس کے احکام و حدود پر دال ہوا اور جو جنت لے جانے والا اور جہنم سے دور کرنے والا ہو۔ (ورثة الانبیاء لعبداللہ القاسم: ص ۱۱)۔ مزید براں وہ علوم جو تربیت نفس کے معاون اور کامل وہم گیر ہونے کے متعاون ہوں وہ بھی درست ہیں، مثلاً علم نفس و سائیکلو جی، علم اجتماع و سوشیالوجی اور علم تربیت ذات وغیرہ جو مفید عصری علوم ہیں۔

تربیت کے مسئلہ میں علم کی اہمیت اس بات سے واضح ہوتی ہے اور علم و تربیت دونوں آپس میں ایک دوسرے سے مر بوٹ ہیں ایک کو دوسرے سے جدا نہیں کیا جاسکتا کہ عبداللہ بن مبارک رحمہ اللہ سے جب یہ دریافت کیا گیا کہ آپ کب تک حدیث لکھتے رہیں گے؟ تو انہوں نے جواب میں فرمایا: ”شاید کوئی بات جس سے مجھے نفع حاصل ہوا بھی تک میرے کانوں میں پڑا نہ ہو“۔ اور محمد بن اسماعیل رحمہ اللہ نے فرمایا: ”ہمارے پاس سے امام احمد بن حنبل رحمہ اللہ گزرے اور آپ اپنے ہاتھ میں اپنے جوتے پکڑے ہوئے تھے اور آپ بغداد کی سڑکوں میں ایک حلقة علم سے دوسرے حلقة علم جانے کے لئے بھاگ دوڑ کر رہے تھے۔ تو میرے والدائلے اور امام صاحب کے کپڑوں کو پکڑ کر کہا: اے ابو عبد اللہ! آپ کب تک علم حاصل کرتے رہیں گے؟ امام احمد رحمہ اللہ نے جواب دیا: موت تک!!۔ (شرف اصحاب الحدیث: ص ۲۸)۔

چنانچہ ثابت ہوا کہ طلب علم تربیت نفس کی صحیح تربیت کا ایک اہم وسیلہ و ذریعہ ہے۔ جہاں تک اس کے طریقوں کا معاملہ ہے تو وہ بہت زیادہ ہیں اور شاید ان میں:  
 ۱۔ ان ہفتہ واری علمی دروس و اسپاچ میں حاضری کی پابندی کرنا جو علماء کرام مساجد میں قائم کرتے ہیں۔  
 ۲۔ ان علمی و تربیتی لیکچروں میں حاضری جن کا نظم و قاؤ فو قاؤ مساجد اور فلاحی اور سوشن

اداروں میں کیا جاتا ہے۔

۳۔ مختلف علوم و فنون پر مشتمل علمی و تہذیبی تعلیم کا حریص ہونا خواہ وہ تہذیبی کتابیں ہوں یا عصری اور اس سلسلہ میں ایک دورانی پروگرام کا نظم کرنا۔

۴۔ علماء، ادباء، مفکرین اور اہل فن مہذب لوگوں کی زیارت کرنا تاکہ ان کے علم و فن اور تجربہ سے استفادہ کیا جاسکے اور ان کے ساتھ علمی و فکری بحث و تحقیق اور گفتگو کا سلسلہ جاری کیا جاسکے۔

۵۔ مختلف علوم و معارف پر مشتمل علمی تقریروں اور یکچرلوں کی کیسیٹ سننا۔

۶۔ مملکت سعودی عرب کے ریڈ یو سے قرآن کریم نشریات کو باقاعدگی کے ساتھ سننا اور اس کے عمدہ پروگراموں سے استفادہ کرنا۔

۷۔ کمپیوٹر کے ڈسک اور انٹرنیشنل مواصلاتی نیٹ ورک میں متوفر علمی و ثقافتی پروگراموں سے استفادہ کرتے رہنا۔

۸۔ اخبارات و جرائد کے توسط سے عالم اسلامی اور مسلمانوں کے اخبار و احوال سے معلومات حاصل کرتے رہنا۔

۹۔ علماء اور اساتذہ کا لجوں، انسٹی ٹیوٹوں اور مدارس میں جو کورس کے دروس یکچر دیتے ہیں ان سے بہترین استفادہ کرتے رہنا۔

اور اس ذریعہ و سیلہ کے تحت بعض ہدایات بھی ہیں جن پر تنبیہ مناسب معلوم ہوتی ہے اور وہ درج ذیل ہیں:

(الف) طلب علم میں اخلاص اور اللہ تعالیٰ کی رضا جوئی کی ضرورت، تاکہ اللہ اپنے اذن سے اس میں قبولیت و پذیرائی اور نفع و فیض رسانی ڈال دے۔

(ب) طلب علم اور مختلف وسائل وذرائع سے ازدیاد معرفت کا ہمیشہ حرص اور تحصیل علم کا سلسلہ منقطع نہ کرنا، خواہ انسان کو کتنی ہی بڑی علمی ڈگریاں حاصل ہو جائیں۔

(ج) اپنے نفس پر اس علم کی تطبیق اور اس پر عمل، تاکہ ایک مسلمان ایمانی، اخلاقی اور اجتماعی معاملات وغیرہ تمام پہلوؤں سے ایک ممتاز قدوہ و اسوہ بن سکے۔

(د) اس علم کے حقوق اور اس کی زکوٰۃ کی ادائیگی یعنی دعوت الی اللہ، لوگوں کے مابین اس کی ہر اسلوب و طریقہ اور حکمت و موعظت حسنہ کے ذریعہ نشر و اشاعت اور تعلیم۔

### چوتھا اسلوب: اعمال ایمانی کی تطبیق:

یہ باعتبار انواع و تعدد طرق سب سے زیادہ، نفس کے تزکیہ اور اس کی اثر پذیری کے سب سے عظیم ہے۔ کیونکہ یہ اللہ اور اس کے رسول کے اوامر و احکام کی عملی تطبیق ہے اور یہی اس شخص کے صدق و سچائی کی معرفت کا امتحان و کسوٹی ہے جو ہدایت و استقامت کی طلب میں انہیں ادا کرتا ہے۔ نیز اس کے تربیت و اصلاح نفس میں خلوص رغبت پر کھلی دلیل و برہان ہے۔ جہاں تک اس کے میدانوں کی بات ہے تو وہ بہت زیادہ ہیں جن میں:

#### ۱۔ عبادات و فرائض کو کامل طریقہ پر ادا کرنا: مثلاً:

(الف) مردوں کے لئے پورے سکون و اطمینان اور خشوع و خضوع کے ساتھ مسجد میں باجماعت پانچوں نمازوں کی ادائیگی کی پابندی کرنا۔ (عثمان بن عفان رضی اللہ عنہ سے مروی روایت میں انہوں نے کہا کہ میں نے رسول اللہ ﷺ سے یہ فرماتے سنا: ﴿مَا مِنْ امْرٍ إِلَّا مُسْلِمٌ تَحْضُرُهُ صَلَاةً مَكْتُوبَةً، فَيُحِسِّنُ وُضُوئَهَا وَخُشُوعَهَا وَرُكُوعَهَا إِلَّا كَانَتْ كَفَارَةً لِمَا قَبْلَهَا مِنَ الذُّنُوبِ مَا لَمْ تُؤْتَ كَبِيرَةً، وَذَلِكَ الدَّهْرُ مُكْلَهٌ﴾ کوئی مسلمان نہیں ہے کہ اس کے پاس فرض نماز آ حاضر ہوتی ہے، تو وہ نماز کے لئے بہترین وضو، خشوع

وخصوصاً اور کوع کرتا ہے مگر یہ نماز اس کے ماقبل کے گناہوں کا کفارہ بن جاتی ہے جب تک کہ  
کمیرہ گناہ کا ارتکاب نہ ہو، اور یہ تمام زمانہ کے لئے ہے۔ (مسلم)۔

(ب) ہر فرض نماز میں تکمیر تحریمہ پانے کا حریص ہونا۔

(ج) حرام و منکر کا مول سے دور رہ کر ماو رمضان کے روزے رکھنا۔ (ابو سعید خدری)

رضی اللہ عنہ سے روایت ہے انہوں نے کہا کہ میں نے رسول اللہ ﷺ سے یہ فرماتے ہوئے سنا:  
 ﴿مَنْ صَامَ رَمَضَانَ وَعَرَفَ حُذُودَهُ وَتَحْفَظَ مِمَّا كَانَ يَنْبَغِي لَهُ أَنْ يُتَحَفَّظَ مِنْهُ  
 كَفَرَ مَا قَبْلَهُ﴾ ”جو شخص ماہ رمضان کے روزے رکھے اور اس کے حدود کو پہنچانے اور اس  
 بات کی حفاظت کرے جس کی حفاظت اس کے لئے مناسب تھا، تو اس کے ماقبل کے گناہوں کا  
 کفارہ بن جائیں گے،“ (احمد)۔

(د) جب حج کی استطاعت ہو اور اس کے لئے موقع میسر ہو، تو فریضہ حج ادا کرنے میں  
 جلدی کرنا۔

## ۲- زیادہ سے زیادہ نفلی عبادات بجالانا: مثلًا:

(الف) روزانہ سنت موکدہ (سنن راتبہ) کی ادائیگی کا اہتمام کرنا۔ (ام المؤمنین ام  
 حبیبہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے انہوں نے کہا کہ میں نے رسول اللہ ﷺ سے یہ فرماتے  
 سنا: ﴿مَا مِنْ عَبْدٍ مُّسْلِمٍ يُصْلِي لِلَّهِ تَعَالَى كُلَّ يَوْمٍ ثُنْتَيْ عَشَرَةَ رَكْعَةً تَطْوِعاً  
 غَيْرَ الْفَرِيضَةِ إِلَّا بَنَى اللَّهُ لَهُ بَيْتاً فِي الْجَنَّةِ﴾ ”کوئی مسلمان بندہ نہیں ہے جو اللہ کے  
 لئے روزانہ فرض کے علاوہ بارہ رکعت نفل نماز پڑھے، مگر اللہ تعالیٰ اس کے لئے جنت میں ایک  
 گھر بنائے گا،“ (مسلم)۔

(ب) نمازو ترکی ادائیگی کی پابندی کرنا خواہ ایک رکعت ہی سہی۔ (ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ)

سے روایت ہے انہوں نے کہا: ﴿أو صَانِي خَلْبَلِيٰ بِشَلَاثٍ : صِيَامٌ ثَلَاثَةُ أَيَّامٌ مِنْ كُلِّ شَهْرٍ، وَرَكْعَتَيِ الْضُّحَىٰ، وَأَنْ أُوتَرَ قَبْلَ أَنْ أَنَامَ﴾ ”میرے خلیل محمد ﷺ نے مجھے تین باتوں کی وصیت کی: ایک ہر مہینہ تین دن روزے رکھنا، دوسرا چاشت کی دورکعت پڑھنا اور تیسرا یہ کہ میں سونے سے پہلے وتر پڑھ لوں، متفق علیہ)۔

(ج) نماز فجر کے بعد مسجد میں ذکر و تلاوت قرآن کے لئے سورج نکلنے تک بیٹھنا اور پھر دو رکعت نماز پڑھنا۔ (انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے انہوں نے کہا: رسول ﷺ نے ارشاد فرمایا: ﴿مَنْ صَلَّى الْفَجْرَ فِي جَمَاعَةٍ ثُمَّ قَعَدَ يَذْكُرُ اللَّهَ تَعَالَى حَتَّى تَطْلُعَ الشَّمْسُ ثُمَّ صَلَّى رَكْعَتَيْنِ كَانَتْ كَأْجِرٍ حَجَّةٍ وَعُمْرَةٍ تَامَّةٌ تَامَّةٌ﴾ ”جو شخص باجماعت نماز فجر پڑھے، پھر اللہ تعالیٰ کا ذکر کرتا رہے یہاں تک کے سورج طلوع ہو جائے، پھر دو رکعت نماز پڑھے تو یہ کامل و مکمل حج و عمرہ کے اجر و ثواب کے برابر ہے، ترمذی، حسن)۔

(د) نماز ضحیٰ (چاشت) کی پابندی کرنا۔

(ھ) قیام اللیل کے کچھ حصہ کی پابندی کرنا، خواہ چند منٹوں کے لئے سہی۔

(و) فضیلت والے ایام کے روزے رکھنا مثلاً شوال کے چھ روزے، عرف و عاشوراء کا روزہ نیز پرو جمعرات کا روزہ۔

(ز) برداحسان کے راستوں اور کاموں میں صدقہ و خیرات اور خرچ کرنا خواہ تھوڑی مقدار ہی کیوں نہ ہو۔

### ۳۔ ذکر و عبادت کا اہتمام کرنا:

ذکر اپنے وسیع معنی و مفہوم میں آدمی کے اپنے نفس کی تربیت میں نہایت بلند درجہ رکھتا ہے

اور اس کے کئی درجات ہیں، سب سے اوپرے درجے کا وہ ذکر ہے جو قلب ولسان دونوں سے ہو، اس کے بعد اس کا جو صرف قلب سے ہو اور سب سے نچلا درجہ جو صرف زبان سے ہو۔ (ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے انہوں نے کہا کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا:

**﴿سَبَقَ الْمُفَرِّدُونَ! قَالُوا وَمَا الْمُفَرِّدُونَ يَا رَسُولَ اللَّهِ؟ قَالَ: الَّذِي أَكْرَوْنَ اللَّهَ كَثِيرًا وَالَّذِي أَكْرَأَتُهُمْ﴾** ”مفردین بازی لے گئے! صحابہ کرام نے دریافت کیا: اے اللہ کے رسول! مفردین کس قسم کے لوگ ہیں؟ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: کثرت سے اللہ تعالیٰ کا ذکر کرنے والے مردو عورت“، مسلم)۔

ذکر کی بہت ساری اقسام ہیں، جن میں:

(الف) قرآن کریم کی تلاوت، اور یہ ذکر کی قسموں میں سب سے افضل ہے، اس لئے ایک مسلمان کے لئے مناسب یہ ہے کہ روزانہ قرآن مجید کا کچھ نہ کچھ حصہ بطور وظیفہ وورد ضرور پڑھے، خواہ کتنا ہی زیادہ مشغولیت رہے، وہ چھوٹنے نہ پائے، مثلاً چار صفحوں سے آغاز کرے اور اپنے وظیفہ وورد میں ہر ہمہینہ ایک ایک صفحہ کا اضافہ کرتا جائے، یہاں تک کہ ایک عرصہ بعد وہ روزانہ پورا ایک پارہ قرآن مجید تلاوت کر لے اور پھر اس پر پوری زندگی قائم رہے۔ (ابو مسعود رضی اللہ عنہ سے روایت ہے انہوں نے کہا کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا:

**﴿مَنْ قَرَأَ حَرْفًا مِّنْ كِتَابِ اللَّهِ فَلَهُ حَسَنَةٌ وَالْحَسَنَةُ بِعَشْرِ أَمْثَالِهَا، لَا أَقْوُلُ الْآمِ حَرْفَ، وَلِكِنَ الْأَلِفُ حَرْفٌ وَلَامٌ حَرْفٌ وَمِيمٌ حَرْفٌ﴾** ”جو شخص کتاب اللہ سے ایک حرف پڑھے اس کو ایک نیکی ملے گی اور نیکی دس گناہ بڑھاتی جاتی ہے، میں یہ نہیں کہتا کہ ”ام“ ایک حرف ہے، بلکہ الف ایک حرف ہے اور لام دوسرا حرف ہے اور میم تیسرا حرف ہے،“ - ترمذی، حسن صحیح)۔

(ب) ہر وقت اور ہر حال کی مناسب دعائیں واذکار کا اہتمام، اور اس سے مرادگھر میں داخل ہونے اور گھر سے نکلنے، مسجد میں داخل ہونے اور مسجد سے نکلنے کی دعائیں ہیں، نیز کھانا شروع کرنے اور کھانے سے فارغ ہونے کی دعا، نیا کپڑا پہننے کی دعا، نیا چاند دیکھنے کی دعا اور بارش کے نزول کے وقت کی دعائیں وغیرہ، ان سب دعائیں کی پابندی کرے۔

(ج) صبح و شام کی دعائیں، اور یہ وہ دعائیں ہیں جو دن کے آغاز میں اور رات کے شروع میں پڑھی جاتی ہیں، جن میں آیت الکرسی، سورہ اخلاص اور موعودتین، تین تین بار پڑھنا اور دعا سید الاستغفار وغیرہ اذکار و معروف دعائیں کا اہتمام کرنا شامل ہے۔

(د) تعداد کے ساتھ مقید دعائیں کو پڑھنا، جیسا کہ اس کی تعداد اور فضیلت پر صحیح احادیث وارد ہیں جن میں:

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَلَا سُورَةَ لَهُ وَلَا مُرْتَبَ لَهُ وَلَا مَرْتَبَ لَهُ  
الصَّلَوةُ نَفَادُ فِيمَا يَأْتِي: ﴿مَنْ قَالَ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ  
الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ فِي يَوْمٍ مِائَةٍ مَرْقَةٍ كَانَتْ لَهُ  
عِدْلُ عَشْرِ رِقَابٍ، وَكُتُبَتْ لَهُ مِائَةٌ حَسَنَةٌ، وَمُحِيطَتْ عَنْهُ مِائَةٌ سَيِّئَةٌ وَكَانَتْ  
لَهُ حِرْزًا مِنَ الشَّيْطَانِ يَوْمَهُ ذَلِكَ حَتَّىٰ يُمْسِيَ، وَلَمْ يَأْتِ أَحَدٌ بِأَفْضَلِ مِمَّا  
جَاءَ بِهِ إِلَّا رَجُلٌ عَمِيلٌ أَكْثَرُ مِنْهُ﴾ ”جو شخص دن میں لا إله إلا الله وحده  
لا شریک له، له الملک وله الحمد وهو على کل شيء قادر، سمرتبہ پڑھے  
اسے دس غلام آزاد کرنے کے برابر ثواب ملے گا اور اس کے لئے سونیکیاں لکھی جائیں گی اور  
اس کے سو گناہ مٹا دیے جائیں گے اور یہ اس دن شام تک کے لئے شیطان سے اس کی حفاظت  
کا ذریعہ بن جائے گا اور کوئی شخص اس سے بڑھ کر کوئی عمل نہیں کر سکتا، مگر وہ شخص جو اس آدمی

سے زیادہ عمل کرئے، متفق علیہ)۔ اور ہر فرض نماز کے بعد سبحان اللہ تین تیس مرتبہ اور الحمد للہ تین تیس مرتبہ اور اللہ اکبر تین تیس مرتبہ اور سو کا عدد مکمل کرنے کے لئے لا إله إلا الله ایک مرتبہ پڑھے۔ (ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ نبی کریم ﷺ سے روایت کرتے ہیں کہ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: **فَمَنْ سَبَّحَ اللَّهَ فِي ذُبْرٍ كُلُّ صَلَاةٍ ثَلَاثَةً وَثَلَاثَيْنَ، وَحَمْدَ اللَّهَ ثَلَاثَةً وَثَلَاثَيْنَ، وَكَبَرَ اللَّهَ ثَلَاثَةً وَثَلَاثَيْنَ وَقَالَ تَمَامَ الْمِائَةِ: لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، غُفرَتْ خَطَايَاهُ وَإِنْ كَانَتْ مِثْلَ زَبَدِ الْبَحْرِ**) جو شخص ہر نماز کے بعد تین تیس مرتبہ سبحان اللہ اور تین تیس مرتبہ الحمد للہ اور تین تیس مرتبہ اللہ اکبر پڑھے اور لا إله إلا الله وحدہ لا شریک له، لہ الملک و لہ الحمد و ہو علی کل شیء قادر پڑھ کر سو کا عدد مکمل کرے، تو اس کے تمام گناہ معاف کردیجے جائیں گے گرچہ وہ سمندر کے جھاگ برابر ہوں، مسلم)۔ اور سبحان اللہ وبحمدہ سوم مرتبہ پڑھنا۔ (ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے انہوں نے کہا کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: **فَمَنْ قَالَ سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ فِي يَوْمٍ مِائَةٍ مَرَّةٍ حُطِّتَ خَطَايَاهُ وَإِنْ كَانَتْ مِثْلَ زَبَدِ الْبَحْرِ**) ”جو آدمی سبحان اللہ وبحمدہ دن میں سو مرتبہ کہے، اس کے تمام گناہ مٹا دیجے جائیں گے گرچہ وہ سمندر کے جھاگ برابر ہوں“، متفق علیہ)۔

(ھ) ذکر مطلق، اور یہ وہ ذکر کہلاتا ہے جو کسی متعین وقت، یا مخصوص جگہ، یا خاص حال کے ساتھ مقید نہیں، مثلاً سبحان اللہ، الحمد للہ، لا إله إلا الله، اللہ اکبر، ولا حول ولا قوۃ إلا بالله اور الصلاۃ والسلام علی رسول اللہ وغیرہ۔ اور اس وسیلہ وذریعہ کے تحت ہم بعض اہم ہدایات کا ذکر کرتے ہیں، جن میں:

**اول: پانچ وقت کی نمازوں کی اہمیت:**

ایک سچا مسلمان جوان نمازوں کی پابندی کرتا ہے اور انہیں مسجد میں وقت پر اور باجماعت پورے اركان و واجبات و سنن کی پابندی کے ساتھ ادا کرنے کا حریص ہوتا ہے ان سنتوں اور دیگر طاعات کی کوتا ہیوں سے اجتناب کرتے ہوئے جن میں بعض لوگ واقع ہوتے ہیں، یا بے فائدہ ہو ولعب اور گناہ و معصیت میں مشغول ہوتے ہیں، یا ان فرائض کی اور خاص طور سے نماز فخر کی وقت پر ادا نیگی کی قیمت پر دیررات جاتے ہیں! نیز اسی طرح وہ تکبیر تحریکہ پانے کا انتہائی حریص ہوتا ہے جس سے بہت سارے مصلح حضرات غفلت کا شکار ہوتے ہیں۔

### دوم: عادت اور عبادت کے درمیان:

تاکہ ہم ان عبادات کی قدر و قیمت اور مقام و مرتبہ کو بلند کر سکیں یہاں تک کہ یہ اکتادینے والے عادات و روتین میں تبدیل نہ ہو جائیں، انہیں ہم فقط جسم بلا روح اور مجرد اقوال و مردہ حرکات کے ساتھ ادا کرنے لگیں۔ بلکہ ہماری یہ انتہائی کوشش ہونی چاہئے کہ ہم ان عبادات کو اپنے قلب و روح کے ساتھ ادا کریں، ان کے حقیقی معانی اور بلند مقاصد کی حقیقتوں میں کھو جائیں، پورے سکون واطمینان اور صدق و اخلاص اور دل جمعی کے ساتھ ادا کریں، تاکہ ان کا اثر نہ صرف ہمارے نفس اور زندگی پر پڑے بلکہ ان کا اثر ہمارے اعضاء و جوارح اور اخلاق و سلوک پر نمایاں ہو جائے۔ ارشادِ بانی ہے: ﴿قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ حَاسِدُونَ﴾ (سورۃ المؤمنون: ۱۰۲) ”یقیناً ایمان والوں نے فلاح حاصل کر لی، جو اپنی نمازوں میں خشوع کرتے ہیں“۔

### سوم: صرف علم و معرفت کافی نہیں:

کیا یہ درست ہے کہ ہمارے بعض بھائیوں کے حصہ میں ان اعمال صالح کا ان پر عمل اور عملی تطبیق دیئے بغیر صرف اجر و ثواب اور فضیلت کا علم و معرفت آئے؟ میں نہیں سمجھتا کہ جن کے

قب میں اللہ اور اس کے رسول ﷺ کی محبت ہے اور جو فرد وہ بریں کا حریص ہے کہ وہ کبھی بھی ایسی حرکت کرے گا، بلکہ آپ اسے ہر عمل و میدان میں دوڑ لگاتے اور ہر خیر و طاعت میں سبقت کرتے پائیں گے، جیسا کہ اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا: ﴿سَابِقُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِنْ رَبِّكُمْ وَجَنَّةٌ عَرْضَهَا كَعَرْضِ السَّمَاءِ وَالأَرْضِ أَعِدَّتْ لِلَّذِينَ آمَنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ﴾ (الحدیڈ: ۲۱) ”آؤ دوڑ واپسے رب کی مغفرت کی طرف اور اس جنت کی طرف جس کی وسعت آسمان و زمین کی وسعت کے برابر ہے، یہ ان کے لئے بنائی گئی ہے جو اللہ پر اور اس کے رسولوں پر ایمان رکھتے ہیں“۔ اس قول زریں سے رہنمائی لیتے ہوئے کہ: ”اگر تمہارے بس میں یہ بات ہو کہ کوئی بھی شخص تم سے اللہ کے دین کی طرف سبقت لے جانے میں پہل نہ کر سکے تو ایسا ضرور کرو“۔

#### چہارم: ہم اللہ کے ذکر کو نہ بھولیں:

فرائض و واجبات کی ادائیگی کے بعد سب سے افضل عبادت یہ ہے کہ ایک مسلمان کی زبان اللہ کے ذکر و تسبیح و استغفار اور مختلف اذکار سے تر ہو، نہ صرف گھر و گاڑی اور سڑکوں پر بلکہ ہر جگہ، ہر وقت اور ہر حال میں۔ ارشادِ بانی ہے: ﴿وَادْكُرْ رَبَّكَ فِي نَفْسِكَ تَضَرُّعًا وَخِيفَةً وَذُونَ الْجَهَرِ مِنَ القَوْلِ بِالْغُدُوِ وَالآصَالِ وَلَا تَكُنْ مِنَ الْغَافِلِينَ﴾ (الاعراف: ۲۰۵) ”اور اے شخص! اپنے رب کی یاد کیا کر اپنے دل میں عاجزی کے ساتھ اور خوف کے ساتھ اور زور کی آواز کی نسبت کم آواز کے ساتھ صحیح اور شام اور اہل غفلت میں سے مت ہونا“۔

#### پنجم: سرور و نشاط کے اوقات کو غیمتِ جان کر استعمال کرنا:

کبھی نفس طاعت پر آمادہ و متوجہ ہوتا ہے اور کبھی اس سے روگردانی اور منہ موڑتا ہے۔ اور

ظفر یا بخرد مندوہ شخص ہے جو اپنے اوقاتِ صحت اور سر و رونشاط اور اوقاتِ فراغ کو غنیمت جان کر طاعت و بندگی اور کثرت نوافل میں متوجہ و مشغول رکھے۔ چنانچہ حدیث پاک میں آیا ہے: ﴿إِغْتَنِمْ خَمْسًا قَبْلَ خَمْسٍ، شَابَّاكَ قَبْلَ هَرَمَكَ، وَصِحَّتَكَ قَبْلَ سُقِمَكَ، وَعِنَّاكَ قَبْلَ فَقْرِكَ، وَفَرَاغَكَ قَبْلَ شُغْلِكَ، وَحَيَاكَ قَبْلَ مَوْتِكَ﴾ ”پانچ باتوں سے قبل پانچ باتوں کو غنیمت سمجھو: پیران سالی سے قبل جوانی کو، مرض سے قبل صحت و عافیت کو، فقر و محتاجی سے قبل مالداری کو، مشغولیت سے قبل اوقات فراغ کو اور موت سے قبل حیات و زندگی کو۔“ (امام حاکم نے ۳۰۶ھ میں روایت کر کے صحیح قرار دیا ہے اور علامہ ذہبی نے ان کی موافقت کی ہے)۔

### ششم: فضیلت والے اوقات و مقامات سے استفادہ کرنا:

اللہ تعالیٰ نے بعض اوقات اور بعض مقامات کو زیادتی فضیلت کے ساتھ خصوصیت عطا کی ہے اور انہیں باراں رحمت کے نزول اور دعاوں کی قبولیت کی جگہ قرار دیا ہے، اس لئے ایک مسلمان کے لئے یہ سزاوار ہے کہ ان اوقات و مقامات کا بہترین استعمال کرے، مثلاً ماہ رمضان، عشرہ ذی الحجه، روز جمعہ کی آخری گھنٹی اور رات کی آخری تہائی گھنٹی وغیرہ۔ چنانچہ حدیث پاک میں آیا ہے: ﴿إِنَّ فِي اللَّيْلِ سَاعَةً لَا يُوَافِقُهَا رَجُلٌ مُسْلِمٌ يَسْأَلُ اللَّهَ تَعَالَى خَيْرًا مِنْ أَمْرِ الدُّنْيَا وَالآخِرَةِ إِلَّا أَعْطَاهُ إِيمَانًا وَذَلِكَ كُلُّ لَيْلَةٍ﴾ ”رات میں ایک گھنٹی ہے کہ اسے کوئی مسلمان شخص نہیں پاتا جس میں وہ اللہ تعالیٰ سے دنیا و آخرت کے امور میں کچھ خیر کا سوال کرے، مگر اللہ اسے وہ عطا فرماتا ہے، اور یہ گھنٹی ہر رات میسر ہے۔“

### ہفتم: توازن کی حاجت و ضرورت:

ایک مسلمان کے لئے مناسب ہے کہ وہ ان عبادات و طاعات کو بجا لانے میں انتہائی محنت و کوشش کرے لیکن کچھ توازن کے ساتھ، کیونکہ یہ بالکل درست نہیں کہ آدمی بعض باتوں کا تو

اهتمام کرے اور بعض دیگر با توں میں غفلت والا پرواہی سے کام لے۔ لیکن وہ اپنے امکان وقت کی حد تک تمام امور پر عمل کرنے کا حریص ہوتا کہ وہ عبودیت کاملہ کا اہل ہو جائے۔

علامہ ابن قیم رحمہ اللہ کی طرف سعی میں لوگوں کے طرق کو بیان کرنے کے بعد رقم طراز ہیں: ”ان میں سے ایک اللہ کی جانب سالک ہے جو ہر طریق سے اللہ کا وصل ہے جس نے وظائف و مراسم عبودیت کو اپنے قلب کا قبلہ اور اپنی آنکھوں کا نشانہ بنایا ہے، وہ اسی کا جو یا ہے خواہ وہ کہیں ہو اور اسی کے ساتھ گردش کرتا ہے جہاں وہ جائے، اس نے ہر فریق عبادت کے ساتھ اپنا ایک حصہ ضرور لگایا ہوا ہے۔ لہذا جہاں عبودیت پائی جائے گی آپ وہاں اسے پا جائیں گے۔ اگر وہ علم ہو تو آپ اسے اہل علم کے ساتھ پائیں گے، یا جہاد ہو تو اسے مجاہدین کی صفائی میں دیکھیں گے، یا نماز ہو تو اسے قائمین کے زمرہ میں پائیں گے، یا ذکر ہو تو آپ اسے ذاکرین کے حلقہ میں پائیں گے، یا احسان و نفع ہو تو آپ اسے محسینین کی جماعت میں پائیں گے۔ وہ شیوه عبودیت کا شیدائی ہے جہاں اس کی سواری پڑا تو ڈال دے، وہ اسی کا رخ کرتا ہے جہاں وہ خیمه زن ہو جائے۔ اگر اس سے دریافت کیا جائے: تم کن اعمال کا قاصد ہو؟ تو وہ جواب میں کہے گا: میرا مقصد تو صرف اپنے رب کے احکام و فرائیں پر عمل آوری ہے خواہ وہ جہاں ہوں“۔ (طریق الہجرتین: ص ۸۷۹۷۱ اور دیکھیں: الغواندلا بن القیم ص: ۳۸)۔

### پانچواں اسلوب: اخلاقی پہلو کا خصوصی اهتمام:

اسلام نے اخلاق حسنہ پر خصوصی توجہ دی ہے اور اپنے تمام اوامر و نواہی اور عبادات و طاعات میں نفس اور انسان کی حیات پر ایجابی ثمرات و نتائج پر خصوصی عنایت مرکوز کی ہے، جن میں سے حقوق اللہ میں عظیم اللہ کا تقویٰ و خشیت اور محبت والفت، اور حقوق العباد میں بندوں کے ساتھ حسن خلق اور ان کے ساتھ نیک سلوک و احسان ہے، کیونکہ دین معاملہ کا نام ہے۔

اللہ تعالیٰ نے بہت سارے اخلاق و اقدار پر ترغیب دیتے ہوئے فرمایا: ﴿إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُقْسِطِينَ﴾ (الحجرات: ٩) ”بے شک اللہ تعالیٰ انصاف کرنے والوں سے محبت کرتا ہے“۔ نیز ارشاد فرمایا: ﴿وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ﴾ (آل عمران: ١٣٨) ”اور اللہ تعالیٰ نیک لوگوں سے محبت کرتا ہے“۔ نیز ارشاد ربانی ہے: ﴿وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ أَدْفَعُ بِالْأَتْقَى هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاؤُهُ كَائِنُهُ وَلِيُّ حَمِيمٌ﴾ (حم السجدة: ٣٢) ”نیکی اور بدی برا بر نہیں ہوتی، برائی کو بھلانی سے دفع کرو پھر وہی جس کے اور تمہارے درمیان دشمنی ہے ایسا ہو جائے گا جیسے دلی دوست“۔ نیز ارشاد الہی ہے: ﴿إِنَّمَا يُوْفَى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ﴾ (الزمیر: ١٠) ”صبر کرنے والوں ہی کو ان کا پورا پورا بے شمار اجر دیا جاتا ہے“۔

اور حدیث پاک میں نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: ﴿مَا مِنْ شَيْءٍ أَثْقَلَ فِي مِيزَانِ الْعَبْدِ الْمُؤْمِنِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ مِنْ حُسْنِ الْخُلُقِ، وَإِنَّ اللَّهَ يُبَغْضُ الْفَاحِشَ الْبَذِيءَ﴾ ”قیامت کے دن مومن بندہ کے میزان میں حسن خلق سے بڑھ کر کوئی نیکی وزن دار نہیں ہوگی، اور اللہ تعالیٰ نخش گواور منہ پھٹ بذریعہ سے بعض وعداوت رکھتا ہے“۔ (ترمذی، حسن صحیح)۔ اور ایک دوسری حدیث پاک میں نبی کریم ﷺ کا ارشاد ہے: ﴿إِنَّ الْمُؤْمِنَ لَيُدِرِكُ بِحُسْنِ خُلُقِهِ دَرَجَةُ الصَّائِمِ الْقَائِمِ﴾ ”ایک مومن اپنے اچھے اخلاق کے ذریعہ روزہ دار و تہجد گزار کا درجہ حاصل کر لیتا ہے“۔

اس سے ثابت ہوا کہ اخلاق تربیت کے وسائل میں سے ایک وسیلہ اور نفس الوقت اس کا ہدف و نشانہ بھی ہے۔ لہذا ایک مسلمان پر لازم ہے کہ وہ اپنے نفس کی تربیت ان اخلاق کی بنیادوں پر کرے جن کی دعوت ہمارے دین حنیف نے دی ہے، مثلاً حلم و بردباری اور صبر و رضا، الفت و محبت اور تواضع و خاکساری، کرم و سخاوت اور غمزوگاری، صدق و امانت، عدل

وانصاف اور ایذا کا تحمل، والدین کے ساتھ حسن سلوک اور صلہ رحمی، بڑوں کا اکرام و احترام اور چھوٹوں پر شفقت و محبت، محتاج و فقیر اور مظلوم کی مدد و نصرت، تاکہ ایک مسلم معاشرہ کا ہر فرد الفت و محبت کی فضاؤں میں زندگی گزارے اور ان میں ایسے تعلقات استوار ہوں جن پر محبت و سعادت، اعتماد و احترام اور ایک دوسرے کی شفقت و خبرگیری کی بالادستی و حکمرانی ہو۔

علامہ ابن قیم رحمہ اللہ خامہ فرمادیں: ”پورا دین اسلام اخلاق کا نام ہے، لہذا جو شخص تم سے اخلاق میں بڑھا ہوا ہو وہ دین میں بھی ضرور بڑھا ہوا ہو گا“۔ (مدارج السالکین ۲۰۷/۲)۔

اور علامہ ابن رجب رحمہ اللہ نبی کریم ﷺ کے قول: **وَخَالِقُ النَّاسَ بِخُلُقٍ حَسَنٍ** ”لوگوں کے ساتھ اچھے اخلاق کا برداشت و سلوک کرو“ کی شرح کرتے ہوئے رقمطراز ہیں: (یہ خصال تقویٰ میں سے ایک ہے اور اچھے اخلاق کے بغیر تقویٰ کی تکمیل نہیں ہو سکتی، اور اسے الگ سے بیان کی حاجت و ضرورت تھی اس سبب سے مستقل بیان کیا گیا، کیونکہ بہت سارے لوگوں نے یہ سمجھ رکھا ہے کہ تقویٰ صرف حقوق اللہ کی ادائیگی کا نام ہے، حقوق العباد کی ادائیگی اس میں داخل نہیں! اور حقوق اللہ اور حقوق العباد دونوں کی ادائیگی نہایت ہی گراں و دشوار ہے، اس پر تو انبیاء و صدیقین جیسے کاملین ہی قدرت رکھتے ہیں“۔ (جامع العلوم والحكم ۱/۲۵۲)۔

اور اے مسلمان بھائی! تاکہ آپ اپنے نفس کی اخلاقی تربیت کریں، درج ذیل ہدایات

آپ کے پیش خدمت ہیں:

### ۱- مستقل مزاجی کے ساتھ حلم و بردباری:

ایک عظیم تربیتی بنیاد جس کی اس پہلو بلکہ ہر پہلو سے ہمارے نبی کریم ﷺ نے تعلیم دی ہے اور وہ یہ ہے کہ ہمارے ہر غلط سلوک و برداشت یا بُری عادت و صفت کی اصلاح بار بار کی کوششوں اور پھری جدو جہد سے کی جائے، کیونکہ ایک مسلمان کی جانب سے یہ بات ناپسندیدہ ہے کہ وہ

اس جحث و دليل کے ساتھ اخلاق سینہ سے چھڑا رہے کہ یہ عادات و خصائص اس کے اندر پائندار عادت، یا اس کی فطرت ثانیہ کی شکل اختیار کر چکے ہیں۔ اس لئے کہ ہر وہ انسان جس کے اندر یہ بُری خصلت ہے اس کی اصلاح پر آمادہ نہ ہونے پر مذکورہ قول سے دلیل پکڑے، تو پھر ادا مر و نواہی، عقل و ارادہ اور اسلام میں ترغیب و تہیب کا کوئی فائدہ نہیں جس کی امید کی جائے۔

### ۲۔ اخلاق ذمیمہ سے قلب کی تطہیر:

یہ اسلام میں چوٹی کے اخلاق میں سے ایک ہے، کیونکہ ایک مسلمان جب دوسروں کو فائدہ اور وہ جس بھلائی و تعاون کا مستحق ہے نہ پہنچا سکے اور ان کے ساتھ حسن اخلاق اور آداب کا مظاہرہ نہ کر سکے، تو کیا یہ کم ہے کہ وہ اس حال میں صحیح و شام کرے کہ اس کا قلب کینہ و کپٹ، حقد و حسد، غرور و تکبر اور تمام اخلاق ذمیمہ سے پاک و صاف ہو۔

### ۳۔ امتداد و تکمیل اخلاقی:

بہت سارے مسلمان مزید اخلاق و آداب سے آراستہ ہونے یا اخلاق کے اعلیٰ درجہ و سطح تک پہنچنے سے اس دلیل و جحث سے باز رہتے ہیں کہ اس کے اخلاق کامل ہو چکے ہیں اور اس کے اوصاف و خصائص بلنڈ یوں تک رسائی حاصل کر چکے ہیں! حالانکہ یہ بات علی الاطلاق غلط اور نادرست ہے، کیونکہ اسلام جن اخلاق و اقدار کی دعوت دیتا ہے وہ بکثرت اور گہرائی و گیرائی لئے ہوئے ہیں کہ ان کا حصر نہ ہو سکے۔ اور اگر انسان اپنے آپ سے اور وہ بھی اس دور میں یہ دریافت کرے کہ وہ تمام اخلاق کا کامل و مکمل طور پر حامل ہو چکا ہے، تو اگر وہ سچا ہے تو اس کا جواب اسے شرمندگی سے دوچار کر دے گا۔

### ۴۔ اہل اخلاق حسنہ کی صحبت و اختلاط:

ایک مسلمان کی اخلاقی تربیت نفس اور اپنے ناقص اخلاق کی تکمیل میں اثر انداز وسائل

میں سے ایک اخلاق حسنہ اور اوپرے اوصاف والدار کے حامل لوگوں کی صحبت و اختلاط اختیار کرنا ہے، تاکہ ان کے اخلاق سے کسب فیض کر سکے اور ان کے آداب کا حامل بن سکے، کیونکہ انسان اپنی فطرت کے تحت اپنے ماحول و معاشرہ اور میل جوں کے لوگوں سے غیر محسوس اور ناقابل کے طور پر اثرات اخذ کرتا ہے۔ اس بنا پر اسلام نے اس بات کی ترغیب دی ہے کہ ایک مسلمان اہل خیر و تقویٰ کی صحبت اختیار کرے اور انہیں عطر فروش سے تشبیہ دی ہے اور برے لوگوں کی صحبت سے تشبیہ کی ہے اور انہیں بھٹی پھونکنے والے لوہار سے تشبیہ دی ہے۔ لہذا اے مسلمان بھائی! تمہیں مبارک ہو! تمہاری صحبت صالح ہو شاید تم کسی سے ایک اچھا اخلاق یا عمدہ عادت دیکھو جو تمہاری دنیا و آخرت کے لئے مفید ثابت ہو۔

## 5۔ عام آداب کی رعایت:

ایک مسلمان کے لئے یہ مناسب نہیں کہ وہ ایسی بات کا ارتکاب کرے جو قواعد مردموت کے خلاف، یا جسے لوگوں کے ساتھ تعامل کے آداب، یا ان کے ساتھ گفتگو، یا سلوک و برتاؤ اور آداب عامہ کے جوانب میں سے کسی بھی جانب سے خواہ وہ معمولی ہی کیوں نہ ہو، جہالت و ناواقفیت شمار کیا جائے، مثلاً بلا ضرورت آواز بلند کرنا، یا معمولی اسباب کی بنا پر ناراض ہونا، یا کثرت سے مذاق گفتگو کرنا، یا نظام ڈرائیونگ کی مخالفت جیسے ایسی جگہ گاڑی کھڑی کرنا کہ جس سے دوسروں کو ایزا پہنچے، یا اس کے علاوہ دیگر معمولی اور چھوٹے امور خواہ اس کی نگاہ میں کتنا ہی معمولی ہو۔ اس لئے کہ ایک مہذب مسلمان سے یہ مطلوب ہے کہ وہ دوسروں کے مابین ممتاز قوت شامہ اور موقع کی نزاکت کو تاثر نہ والی قوت احساس والا اور کثیر ادب و خوبیوں والا ہو۔ اور کیوں نہ ہو کہ وہ بلند اخلاق والی امت اسلامیہ کا نمائندہ ہے اور ایک ترقی یافتہ تہذیب و تمدن کے قیام کے لئے جدوجہد کر رہا ہے اور اس کے تمام حرکات و تصرفات اسلام

کے حساب میں ڈالے جاتے ہیں۔

### چھٹا اسلوب: دعویٰ امور میں شرکت:

دعویٰ امور میں شرکت ذاتی تربیت کے اہم اسلوب میں سے ایک شمار ہوتا ہے، کیونکہ ایک مسلمان جو دعوت الی اللہ کے فرائض انجام دیتا ہے اور لوگوں کے ساتھ تعلیم و تربیت میں شرک ہوتا ہے، وہ اس کے بالمقابل اللہ اور اس کے رسول کے ادما رمانے، دوسروں کے جذبات و احساسات کی قدر کرنے اور ان کے احوال کا اہتمام کرنے، ان کو معصیت و کفر کی حالت سے نکالنے کی اپنی رغبت و خواہش میں اپنے نفس کی بھی تربیت کرتا ہے اور اس کی پروش و نشوونما کرتا ہے اور وہ بہت سارے اخلاق و اقدار کی تعلیم لیتا ہے جو وہ اس طریقہ کو اپناۓ بغیر حاصل نہیں کر سکتا۔ اور یہ سب ایسے اغراض و مقاصد ہیں جو بذات خود مطلوب ہیں۔

دوسری طرف ایک مسلمان جب اسلامی ممالک کے تمام خطوط و حصوں میں مسلمانوں کے حالت زار اور ان کی اکثریت تمسکِ دین و عقیدہ میں جس خلل و کمزوری سے دوچار ہے اور اپنی عبادات اور اخلاق و سلوک کے اتزام میں جس ضعف و اضلال کا شکار ہے، کو دیکھ رہا ہوتا ہے، چنانچہ ایک مسلمان جب یہ صورت حال دیکھتا ہے تو امت اسلامیہ جس افسوس ناک حالات اور اندو ہناک صورت حال تک پہنچ چکی ہے وہ ان پر حسرت والم کا شعور و احساس کرتا ہے۔

لیکن کیا اس صورت حال کی اصلاح کے لئے صرف حسرت ویاس اور غم والم کا اظہار ہی کافی ہے؟ ہم نہیں سمجھتے کہ جس کے قلب میں اپنے دین کے لئے خلوص اور اپنی امت کے لئے درد ہو، اتنی ہی بات پر اکتفا کر بیٹھے گا۔ ہمارا خیال ہے اور پوری توقع ہے کہ وہ ایسا کام کرے گا جس سے وہ اپنی ذمہ داری سے عہدہ برآ ہو سکے اور قیامت کے دن حساب سے نجات پا لے۔ اس بنا پر کہ ایک مسلمان اس دعویٰ تربیت کے ساتھ جڑ جائے اور اسے اپنانے کا حریص

بن جائے، ہم کچھ مفید خطوط و معالم کا تذکرہ کرتے ہیں، جن میں:

### ۱۔ دعوت کے وجوب وفرضیت کا شعور و احساس:

یہ نہایت ہی اہم امر ہے، کیونکہ ایک مسلمان اپنے نفس کی دعویٰ تربیت میں اپنے دعوت الی اللہ کے علم و معرفت کے مطابق آگے بڑھتا رہتا ہے اور اسے اس اہم ذمہ داری کو اٹھانے کے بارے میں کوئی عذر یا کوئی اختیار نہیں ہوتا، ہر شخص اپنے علم و حال اور کوشش کی حد تک آیات و احادیث پاک سے استدلال کرتے ہوئے انجام دیتا ہے۔ ان میں سے ایک اللہ تعالیٰ کا یہ فرمان ہے: ﴿قُلْ هَذِهِ سَبِيلٌ أَدْعُوكُلٰى اللَّهِ عَلٰى بَصِيرَةٍ أَنَا وَمَنِ اتَّبعَنِي﴾ (یوسف: ۱۰۸) ”آپ کہہ دیجئے میری راہ یہی ہے، میں اور میرے تبعین اللہ کی طرف بلارہ ہے ہیں، پورے یقین و اعتماد کے ساتھ“۔ نیز نبی کریم ﷺ کا یہ فرمان: ﴿مَنْ دَعَا إِلَى هُدًى كَانَ لَهُ مِنَ الْأَجْرِ مِثْلُ أَجْوَرِ مَنْ تَبَعَهُ لَا يَنْقُصُ ذَلِكَ مِنْ أَجْوَرِهِمْ شَيْئًا﴾ (مسلم) ”جو شخص کسی نیک کام و ہدایت کی دعوت دے، وہ ان لوگوں کے اجر و ثواب کے برابر اجر و ثواب کا حق دار ہو گا جنہوں نے اس نیک کام پر عمل کیا اور اس سے ان کے اجر و ثواب میں کچھ کمی بھی نہیں ہو گی“۔ نیز نبی اکرم ﷺ کا یہ ارشاد: ﴿مَنْ رَأَى مِنْكُمْ مُنْكَرًا فَلْيَعْيَّرْهُ بِيَدِهِ، فَإِنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَبِلِسَانِهِ، فَإِنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَبِلِلَبِّهِ، وَذَلِكَ أَضَعَفُ الْإِيمَانِ﴾ (مسلم) ”تم میں سے جو شخص منکر بات دیکھے وہ اسے ہاتھ سے دور کرے، اگر اس کی استطاعت نہ ہو تو زبان سے، اگر اس کی بھی طاقت نہ ہو تو قلب سے براجانے، لیکن یہ ایمان کا کمزور ترین درجہ ہے“۔

### ۲۔ ہر موقع و فرست کو دعویٰ کام کے لئے استعمال کرنا:

دعوت الی اللہ کسی جگہ، زمانہ، حال یا مخصوص افراد کے ساتھ خاص نہیں ہے، بلکہ یہ ہر وقت

اور ہر زمانہ میں اور کسی بھی شرعی طریقہ و اسلوب میں جو متوقع ہدف و نشانہ کا حامل ہو، دی جاسکتی ہے۔ اس لئے ایک مسلمان کے یہ درست نہیں ہے کہ وہ دعوت و اصلاح کی کسی مناسبت، یا فرصت، یا ہنگامی حالت کو حقیر و معمولی سمجھے۔ کون جانتا ہے، ممکن ہے اسی سبب وجہ سے کوئی انسان ہدایت پاجائے جس کی داعی کو توقع اور وہم و گمان نہ ہو۔

### ۳۔ بلا ناغہ مسلسل دعوت کا کام انجام دیتے جانا:

کیونکہ دائیگی تھوڑی سی چیز منقطع بہت ساری چیزوں سے افضل ہوتی ہے۔ اور دعوتی میدان میں یہ ایک بنیادی و کلیدی اصول ہے۔ اس سبب سے کہ بعض مسلمان اپنی حیات کے کچھ مخصوص مراحل میں خاص طور سے جوانی کے مرحلہ میں دعوت الی اللہ کے کاموں میں کافی سرگرمی دکھاتے ہیں، پھر رفتہ رفتہ کچھ ایام و سال کے بعد اس پر ضعف و اصحاب لال کے آثار نظر آنے لگتے ہیں، یہاں تک کہ وہ بہت سارے اسباب کے تحت بالکلیہ۔ اللہ نہ کرے۔ دعوت الی اللہ ترک دیتے ہیں۔ اس کے نمایاں اسباب میں سے ایک، جیسا کہ شروع میں بیان کیا جا چکا ہے، علمی و ایمانی جواب و پہلوؤں کے التزام میں ضعف و کمزوری دکھانا ہے۔

### ۴۔ دعوت کا باب نہایت وسیع ہے:

اس بارے میں ایک داعی کا اجتہاد کہ عصر حاضر کے کثیر وسائلی دعوت میں جواس کے میلان و رجحان، حال و وقت اور عمل و محنت کے مناسب ہو، کس وسیلہ کو اپنائے، اس کے ذہانت و فظاںت کی دلیل ہے۔ اس وجہ سے آپ دیکھیں گے کہ وہ ہر اس وسیلہ و ذریعہ سے خواہ وہ کتنا ہی چھوٹا ہو اور اس موقع و فرصة سے خواہ کتنا ہی کم ہو، استفادہ کرتا ہے۔ اور خاص طور سے وہ دوسروں کے ساتھ حسن سلوک کا حریص ہوتا ہے۔ کیونکہ وہ جانتا ہے کہ یہ نفوس میں عظیم دعوتی اثر پیدا کرتا ہے۔ ان میں سے ایک حقیقی مسکراہٹ، اچھی بات، ہدیہ، کتاب، کیسیٹ، درس

ویک پیش کشی اور ان کے علاوہ دیگر وسائل و ذرائع ہیں جو بہت زیادہ ہیں۔

## ۵۔ دوسروں کے ساتھ تعاون:

ایک داعی جب دعوت کی نشر و اشاعت میں محنت و کوشش کرتا ہے اور مقدور بھرا پنے علم وقت اور مال کو خرچ کرتے ہوئے اصلاح و رہنمائی کے فرائض کو ادا کرتا ہے، تو یہ ایک عظیم عمل اور قابل قدر رشاط و سرگرمی ہے۔ لیکن اس کی تاثیر و نفع بخشی اس وقت دو بالا ہو جاتی ہے جب اس کی اس دعوت و محنت میں دوسروں کی جدوجہد بھی شامل ہو جائے۔ اور یہ اور وہ لوگ مل کر اس فرض کی ادائیگی پر تعاون کریں جو آج اجتماعی کوششوں اور اداری پروگراموں کا سخت محتاج ہے تاکہ یہ سب اعمال مل کر پورے غلبہ و کامیابی کے ساتھ مطلوبہ ہدف و نشانہ حاصل کر سکے۔

## ساتواں اسلوب: مجاہدہ نفس:

یہ نہایت اہم ہے کہ ایک مسلمان اپنی ذات کی کامل تربیت کے حصول کی دشواری کا ادراک کر سکے، مگر یہ کہ وہ تمام لازمی شرائط کو اپنے اندر جمع کر لے اور اپنے مناسب حالات تیار کر لے۔ اور ان میں سب سے بڑا فرائض کی ادائیگی اور ترک معاصی پر نفس کا مجاہدہ اور اسے سنن و طاعات اور اللہ سے تعلق دار آخرت کی طلب کا عادی بنانا ہے۔ اس کی وجہ یہ کہ اللہ کے اوامر پر استقامت اور کمال تزکیہ کے حصول کا طریقہ مصیبت و تکلیف اور مشقت و پریشانی سے گھرا ہوا ہے اور اس راستے پر دشمن ایک مسلمان کو ضرر پہنچانے و مگراہ کرنے کے لئے گھات لگائے بیٹھے ہوئے ہیں اور یہ دشمن ہیں ہوائے نفس، شیطان، نفس امارہ اور ہر وہ چیز جس کا پیچھا و مقابله کرنے اور ان کو ذلیل و رسوا کرنے میں اپنا محنت کا بازو نہ اٹھایا گیا ہو، تو وہ بڑی سہولت و آسانی کے ساتھ ان کے سامنے تربیت کے اول مرحلہ ہی میں شکست کھا جائے گا، یا تربیت کے سفر میں گامزن رہنے یا اس کے اعلیٰ درجوں تک رسائی حاصل کرنے میں کمزور پڑ جائے گا۔

اس موضوع سے متعلق درج ذیل ہدایات ہیں جن کی یاد دہانی نہایت ہی مناسب ہے:

### ۱۔ صبر واستقامت مجاہدہ کا زادراہ ہے:

اور صبر ہی تربیت کے استمرار و تقویت کا سبب ہے اور جو آدمی صبر جیسی نعمت سے محروم ہو جائے وہ کبھی بھی مجاہدہ نفس میں کامیاب و کامراں نہیں ہو سکتا۔ اور جتنا زیادہ نفس کا تعلق لذات و خواہشات کے ساتھ بڑھتا جائے گا اتنا ہی بندہ کو مجاہدہ نفس پر صبراً اور اس کی عداوت و دشمنی پر غلبہ پانے کی حاجت و ضرورت بڑھتی جائے گی، یہاں تک کہ وہ نفس کو اللہ تعالیٰ کی اطاعت و فرمان برداری کا تابع و غلام بنادے۔

### ۲۔ ارادہ کا مصدر و سرچشمہ:

خارجی احوال و ظروف کے ساتھ ایک انسان کا تعلق خاطر اور ان پر اعتماد مال کی زیادتی و کثرت کے سبب، یا شادی کے باعث یا مستقبل کی طویل امیدوں کے انتظار کی وجہ کہ یہ چیزیں اسے آہنی ارادہ اور اس کے تربیت نفس کے لئے بلا محنت و مشقت کے داخلی و اندر ورنی قوت دافعہ عطا کرے گا، غلط خیال اور شیطانی حیلہ ہے! البتہ مجاہدہ اور حقیقتی ارادہ نفس و ذات کے اندر سے اور انسان کے حرص اور اس کی مناسب قیمت ادا کرنے سے آتا ہے۔ ارشاد ربانی ہے: ﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِي نَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبْلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ﴾ (العنکبوت: ۲۹) ”اور جو لوگ ہماری راہ میں مشقتیں برداشت کرتے ہیں، ہم انہیں اپنی راہیں ضرور دکھادیں گے، یقیناً اللہ تعالیٰ نیکو کاروں کا ساتھی ہے۔“

علامہ ابن قیم رحمہ اللہ قطر از ہیں: ”اللہ تعالیٰ نے ہدایت کو جہاد پر متعلق کیا ہے، لہذا سب سے کامل انسان وہی ہے جو سب سے بڑا جہاد کرنے والا ہو اور جہاد میں سب سے بڑا فرض نفس و خواہشات، شیطان اور دنیا سے جہاد کرنا ہے۔ اس لئے جو شخص اللہ کی رضا کے لئے ان

چاروں سے جہاد کرے اللہ تعالیٰ اسے اپنی رضا و خوشنودی کے راستوں کی جو اسے جنت تک لے جائے ہدایت دے دیتا ہے۔ اور جو جہاد ترک کردے اس سے اس قدر ہدایت کا دامن چھوٹ جائے گا جتنا اس نے جہاد کو اپنی زندگی سے معطل کر رکھا ہے۔

### ۳۔ مجاہدہ میں تدریج کا خیال رکھنا:

نفس میں اصلاح و تبدیلی صبح و شام کے درمیان نہیں آ جاتی بلکہ یہ رفتہ رفتہ اور آہستگی کے ساتھ تدریجیاً آتی ہے۔ اور وہ یوں کہ انسان ہمارے بیان کردہ اسلوب میں ان اعمال صالحہ اور مفید پروگراموں میں اتنے ہی کو اپنائے جن کی وہ روزمرہ استطاعت رکھتا ہے، اور بلاشبہ چند ہی ایام اور مہنث کوشش کے صرف اور اللہ کے لئے خلوص نیت کے ساتھ وہ اپنے نفس کو پائے گا کہ وہ ان باتوں سے اپنا تعلق جوڑنے لگا ہے اور اس کی مزید رغبت کر رہا ہے۔ اس وقت اس پرسوائے اس کے مزید کچھ واجب نہیں کہ وہ ایک نئی چیز کا اضافہ کرے اور اس پر ثابت قدم رہے۔ اور باذن اللہ وہ اپنے نفس و ایمان اور اخلاق میں تغیر اور ثبات ترقی ملاحظہ کرے گا۔ اس ایمانی حقیقت کی تاکید میں ایک حدیث قدسی بھی آئی ہے جس میں نبی کریم ﷺ نے اپنے رب کی بات روایت کی کہ اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا: ﴿مَنْ تَقَرَّبَ إِلَيَّ شِبْرًا تَقَرَّبَ إِلَيْهِ ذِرَاعًا وَمَنْ تَقَرَّبَ إِلَيَّ ذِرَاعًا تَقَرَّبَتْ إِلَيْهِ بَاعًا، وَمَنْ جَاءَنِي يَمْشِي أَتَيْتُهُ هَرَوْلَةً﴾ (بخاری و مسلم) ”جو بندہ میری طرف ایک ہاتھ بڑھ کر آئے میں اس کی جانب ایک ہاتھ لپکتا ہوں، اور جو آدمی میری طرف ایک ہاتھ بڑھے میں اس کی جانب دو ہاتھ لپکتا ہوں، اور جو شخص میری طرف چل کر آئے میں اس کی جانب دوڑ کر آتا ہوں“۔ اور جیسا کہ کہاوت ہے: ”ایک قدم بڑھادینے سے ہی ایک ہزار میل کی مسافت طئے کرنے کا آغاز ہو جاتا ہے“۔ لہذا اے مسلمان بھائی! آپ کو صرف اتنا ہی تو کرنا ہے کہ آپ آج ہی

اپنی مقدور بھر اعمال صالحہ کا آغاز کر دیں، باذن اللہ جلد ہی اس کے اثرات و نتائج سے آپ خوش ہو جائیں گے۔

### ۴۔ بیدار مغزی کا ثبوت و تجھے:

بلانا غاہ اور نیک عمل سے توقف کئے بغیر نفس و خواہشات اور شیطان کے ساتھ مجاہدہ کے استمرار و تسلسل میں ایک لحظہ ہی کافی ہے، کیونکہ بسا اوقات غفلت اور ترک خواہ چند لمحوں ہی کے لئے کیوں نہ ہو، ایسے عظیم ایمانی و تربیتی خسارہ کا موجب ہوتا ہے کہ کبھی اس کا بدل مطلقاً ممکن نہیں ہوتا اور کبھی بعد میں اس کا بدل ممکن ہوتا ہے لیکن بڑی مشقت و دشواری کے ساتھ۔ حکیم ترمذی رحمہ اللہ فرماتے ہیں: ”اگر تم نفس کو ریاضت اور نیکی کا عادی بنانے سے غفلت برتو، تو تم اس بات سے مامون و بے خوف نہیں رہ سکتے کہ تم نفس کی بعض بری عادت کی طرف مائل ہو جاؤ، جب تک اس کی شہوات زندہ اور خواہشات بیدار ہیں“۔ (اسرار مجاہدہ النفس للحکیم الترمذی ص ۸۲)۔

علامہ حافظ ابن حجر رحمہ اللہ رقمطر از ہیں: ”مجاہدہ نفس کی تکمیل یہ ہے کہ انسان اپنے تمام احوال میں بیدار مغزر ہے، کیونکہ جب وہ اس سے غافل ہو گا تو شیطان اسے اور اس کے نفس کو منوع و حرام کا موس میں پھانسے کے لئے ورغلائے گا“۔ (فتح الباری ۱۱/۳۳۸)۔

### ۵۔ مجاہدہ نفس سے فائدہ کون اٹھاتا ہے؟

مسلمان بھائیو و بہنو! کیا آپ کو ہمیں یہ بتانے کی ضرورت ہے کہ اس کے فائدہ اٹھانے والوں میں آپ ہی اول اور آخر ہیں، اگر آپ نے اپنے نفس اور اپنے دشمنوں سے جہاد و مجاہدہ کر لیا؟ اور آپ کے نیک اعمال کا اجر و ثواب آپ ہی کے نامہ اعمال کے ترازو میں ہو گا دوسرے کے ترازو میں نہیں؟ اگر اس کا متوقع جواب اثبات میں ہے، تو پھر یہ غفلت والا پروادی سستی و کاہلی اور آسائش و راحت اور ناز و نعمت کے داعیہ کے آگے سرتسلیم خم کیوں؟ کیا آپ

اس حقیقت کا علم نہیں رکھتے کہ یہ زندگی چند ایام کی زندگی ہے، پھر ساری مشقتوں و پریشانی ختم ہو جائے گی، اور آپ انشاء اللہ اجر و ثواب سے شاد کام ہوں گے۔

### آٹھواں اسلوب: اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں صدقِ دعا والتجا:

اس پہلو کا شمار ذاتی تربیت کے اہم پہلوؤں میں ہوتا ہے، کیونکہ جب تک ایک مسلمان اللہ تعالیٰ کی جانب سے نصرت و توفیق اور اپنے مقصود و مراد کے حصول اور مکروہ و ناپسندیدہ باتوں کے دفاع میں عزم و ہمت نہیں پائے گا تو اپنی ذکاوت و فراست اور اپنی طاقت و قوت کے بل بوتے پر خواہ وہ لکھتا ہی طاقتوں ہوا پنے نفس کی تربیت نہیں کر سکے گا۔

اور دعا تربیت کے وسائل و ذرائع میں ایک نہایت اہم وسیلہ ہے، کیونکہ دعا ایک بندہ کی جانب سے اپنے آقا و مولیٰ کے سامنے اپنی عاجزی و درمانگی اور اپنے فقر و محتاجی اور قوت و طاقت کی براءت کا اعتراف ہے، نیز اس بات کا بھی اعتراف ہے کہ ساری قوت و طاقت و انعام کا سرچشمہ صرف اور صرف اللہ تعالیٰ ہی کی ذات ہے۔

ارشادر بانی ہے: ﴿وَقَالَ رَبُّكُمْ أَدْغُونِي أَسْتَعِجِبُ لِكُمْ﴾ (آل عمران: ۶۰) ”اور تمہارے رب کا فرمان (سر زد ہو چکا) ہے کہ مجھ سے دعا کرو میں تمہاری دعاؤں کو قبول کروں گا“۔ اور نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: ﴿مَا عَلَى الْأَرْضِ مُسْلِمٌ يَدْعُو اللَّهَ تَعَالَى بِدُعَةٍ إِلَّا آتَاهُ اللَّهُ إِيَّاهَا، أَوْ صَرَفَ عَنْهُ مِنَ السُّوءِ مِثْلَهَا مَا لَمْ يَدْعُ بِإِيمَنِ أَوْ قَطِيعَةٍ رَّجِمٌ، فَقَالَ رَجُلٌ مِّنَ الْقَوْمِ: إِذْنُ نُكَثِّرُ! قَالَ: اللَّهُ أَكْثَرُ! وَفِي رِوَايَةِ اخْرَى وَزَادَ فِيهِ: أَوْ يَدْلِلُهُ مِنَ الْأَجْرِ مِثْلَهَا﴾ ”روئے ز میں کا کوئی مسلمان اللہ تعالیٰ سے کوئی دعا نہیں مانگتا، مگر اللہ تعالیٰ اسے وہ عطا فرمادیتا ہے، یا اس جیسی کوئی بلا و آفت اس سے ٹال دیتا ہے جب تک وہ کسی گناہ یا قطع رحمی کی دعا نہ کرے“۔ یہ سن کر قوم کے ایک

آدمی نے کہا: ”تب تو ہم بہت زیادہ دعا کریں گے۔ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: ”اللہ تعالیٰ اس سے بھی زیادہ دینے والا ہے“، اور ایک دوسری روایت میں یہ اضافہ ہے: ”یا اللہ تعالیٰ اس کے مثل اجر و ثواب اس کے لئے ذخیرہ کر دے گا“، (اسے امام ترمذی نے روایت کیا اور فرمایا: یہ حدیث حسن صحیح ہے)۔

نیز حدیث پاک میں آیا ہے: ﴿أَعْجَزُ النَّاسِ مَنْ عَجِزَ عَنِ الدُّعَاء﴾ ”سب سے عاجز انسان وہ شخص ہے جو دعا مانگنے میں عاجز رہ جائے“، (صحیح البامع: ۱۰۳۲)۔

نیز ایک دوسری حدیث میں یوں آیا ہے: ﴿وَلَا يَرُدُّ الْقَدْرَ إِلَّا الدُّعَاءُ﴾ ”اور دعا و مناجات ہی تقدیر الہی کو پلٹ سکتی ہے“، (اسے امام احمد نے روایت کیا ہے اور علامہ البانی نے صحیح البامع: ۶۸۷) میں حسن قرار دیا ہے)۔

اور نبی کریم ﷺ نے دعا اور ترزیکیہ کے مابین تعلق کو صراحت کے ساتھ بیان فرمایا ہے اور یہ ذکر کیا ہے کہ دعا تربیت و تزکیہ کے وسائل میں سے ایک نہایت اہم وسیلہ ہے، آپ ﷺ نے فرمایا: ﴿إِنَّ الإِيمَانَ لَيَخْلُقُ فِي جَوْفِ أَحَدٍ كُمَّا يَخْلُقُ الثُّوْبُ، فَسُلُوا اللَّهُ تَعَالَى أَنْ يُجَدِّدَ الإِيمَانَ فِي قُلُوبِكُمْ﴾ ”ایمان تمہارے قلوب میں اسی طرح بوسیدہ ہو جاتا ہے جیسے تمہارا کپڑا بوسیدہ ہوتا ہے، الہذا اللہ تعالیٰ سے اس بات کا سوال کیا کرو کہ وہ تمہارے قلوب میں ایمان کی تجدید کر دیا کرے“، (اسے امام طبرانی نے روایت کیا ہے اور اس کی سند حسن ہے)۔

اور ابوالدرداء رضی اللہ عنہ سے روایت ہے انہوں نے کہا: ”أَدْعُ اللَّهَ فِي يَوْمِ سَرَائِكَ لَعَلَّهُ أَنْ يَسْتَجِيبَ لَكَ فِي يَوْمِ ضَرَائِكَ“، ”تم اللہ تعالیٰ سے اپنے ایام خوش حالی میں دعا کیا کرو، شاید تمہاری بدحالی کے ایام میں وہ تمہاری دعا سن لے“،

علامہ ابن قیم رحمہ اللہ رقم طراز ہیں: ”اور نہیں ہلاک کیا گیا جس قوم کو ہلاک کیا گیا مگر اس

اس کے اللہ کی شکرگزاری کے ضیاع اور اللہ کی محتاجی اور اس سے دعا و فریاد سے غفلت و اہمال کے سبب، اور نہیں کامیاب و کامراں ہوا جو کامیاب ہوا مگر اس کی شکرگزاری کا شیوه اپنانے اور اللہ کی پچی محتاجی اور اس سے صدق دعا و فریاد کے سبب، (الفوائد: ص ۲۳۳، تحقیق عامر یاسین)۔

اور اس وسیلہ کے خاطر خواہ ثرات و فوائد پانے کے لئے نہایت ضروری ہے کہ ہم درج ذیل معالم و خطوط سے غفلت والا پرواہی نہ بر تیں:

### ۱۔ دعا کی حاجت و ضرورت:

اللہ تعالیٰ کی نصرت، خیر کی توفیق، صراط مستقیم کی ہدایت، موت تک اس پر ثابت قدمی اور اس کے بغیر دنیا و آخرت کے خسارہ و نقصان، کی ایک مسلمان کی انتہائی حاجت و ضرورت کا شعور و احساس، اس جانب میں نہایت ضروری امر ہے اور یہ اس سے اس امر کا مطالبہ کرتا ہے کہ اس کا یہ شعور و احساس اس کی عمر کے ہر پل و لحظہ اور اس کی زندگی کے ہر سانس کے ساتھ اتنا قوی و مضبوط ہو جائے کہ یہ سب اسے ہر اس موقع و فرصت اور لحظہ کو غنیمت جانے پر آمادہ کر دے جس میں دعا کی قبولیت کی امید ہوتی ہے، کثرت دعا اور اللہ سے الاحاج و زاری کے ساتھ کہ وہ اس کے تزکیہ نفس اور ایمان و احسان کے اعلیٰ درجات تک وصول کے مقصد کو پورا کر دے اور ہمیشہ وہ وقت اس کے ذکر و شکر اور حسن عبادت پر اس کی اعانت فرمائے۔

### ۲۔ قبولیتِ دعا کے اوقات و جگہیں:

دعا کا بہترین وقت آخری تھائی رات، پانچوں نمازوں کے اذان کے وقت، اذان واقامت کے درمیان اور بحالت سجدہ ہے۔ اور افضل ترین جگہوں میں کعبہ شریف کے اندر، حجر کعبہ، صفا و مروہ کی پہاڑی پر اور سفر کے وقت دعا ہے۔

### ۳۔ دعا کے شرائط:

تاکہ اللہ تعالیٰ ہماری دعا میں قبول فرمائے یہ نہایت اہمیت کا حامل ہے کہ ہم دعا کے شرائط اور آداب کو لازماً پورے کریں اور قبولیت کے موافع سے خود کو فارغ کر لیں۔ مثلاً حلال و پاک کھانا، عزم مضموم سوال، دعا میں اللہ تعالیٰ کے سامنے اپنے ضعف و تزلل کا اظہار، حضور قلب، گناہوں سے توبہ، اور صرف اللہ ہی سے رغبت و خوف وغیرہ۔

### ۴۔ دعا کی قبولیت کے لئے جلدی نہ چاہئیں:

کبھی مسلمان بکثرت اللہ تعالیٰ سے دعا والجاح وزاری کرتا ہے لیکن اس کا مطلوب جلد حاصل نہیں ہوتا، تو کیا یہ بات اس کے لئے یہ جواز بن سکتی ہے کہ وہ ما یوں ہو کر دعا کرنا ہی ترک دے؟ اگر اس نے ایسا کیا تو شیطان اسے شکست دینے، اس عظیم عبادت کے ثمرات اور اس مضبوط ہتھیار کو جسے ہریمیت سے دوچار نہیں کیا جاسکتا، استعمال کرنے سے ناکام بنانے میں کامیاب ہو گیا۔ البتہ اس پر برابر دعا کرتے رہنا ضروری ہے تاکہ وہ تین باتوں میں سے کسی ایک سے فائدہ اٹھائے: یا تو اللہ تعالیٰ اس کی حاجت کو پوری کر دے اور اس کی مانگ عطا کر دے، یا اس سے اس حصی بلا و آفت ٹال دے، یا اس کے لئے اس دعا کا اجر و ثواب جمع رکھے۔ پھر تو وہ دنیوی و آخری دلوں نعمتوں سے مالا مال ہو گیا۔

### ۵۔ صرف خود کو نہیں، دوسروں کو بھی فائدہ پہنچائیے:

اپنے لئے ہدایت و استقامت کی دعا کوں میں اپنے اہل و عیال، عزیز واقارب، دعاۃ و مجاهدین اور تمام مسلمانوں کو نہ بھولئے۔ اس سے آپ ایک ساتھ اپنے لئے اور دوسروں کے لئے دعا کا اجر و ثواب کمالیں گے، جیسا کہ حدیث پاک میں آیا ہے: ﴿مَا مِنْ عَبْدٍ مُسْلِمٍ يَدْعُو لَا خِيَهْ بِظَهَرِ الرَّغْيِ إِلَّا قَالَ الرَّبُّ: وَلَكَ بِمِثْلِهِ﴾ ”جو مسلمان بندہ اپنے بھائی کے لئے اس کے پیٹھ پیچھے دعا کرتا ہے، تو فرشتہ کہتا ہے: اور تجھے بھی اس کے مثل ملے گا۔“ (مسلم)۔

## ذاتی تربیت کے ثمرات و نتائج:

اس بحث کے اخیر میں مناسب سمجھا گیا کہ بعض ان اچھے آثار و نتائج اور پکے ہوئے ثمرات کو بیان کر دیا جائے جو ایک مسلمان (مرد و عورت) چلتا ہے جب وہ اپنے نفس کی ہمہ جہت و کامل تربیت کرتا ہے، شاید یہ ہم سب کے لئے اپنے نفس کی تربیت و اصلاح اور تزکیہ کے لئے مہیز کا کام کرے۔ اور وہ ثمرات و نتائج درج ذیل ہیں:

### ۱۔ اللہ تعالیٰ کی رضا اور جنت کی کامیابی:

ایک مسلمان جب اپنے نفس کی واجبات کی ادائیگی اور معاصی سے دوری اختیار کرتے ہوئے ہمہ جہت کامل تربیت کرتا ہے، تو بلاشبہ وہ اپنے رب سبحانہ و تعالیٰ کی رضا حاصل کرتا ہے اور اس کے بعد پھر جنت کی کامیابی سے کامیاب و کامراں ہوتا ہے جو کہ ہر مسلمان کی آخرت میں طبع اور اس کی خوشی و سعادت کی غایت ہے، ارشادِ ربانی ہے: ﴿وَمَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَأُولَئِكَ يَدْخُلُونَ الْجَنَّةَ يُرَزَّقُونَ فِيهَا بِغَيْرِ حِسَابٍ﴾ (المومن: ۲۰) ”اور جس نے نیکی کی ہے خواہ وہ مرد ہو یا عورت اور وہ ایمان والا ہو تو یہ لوگ جنت میں جائیں گے اور وہاں بے شمار روزی پائیں گے“۔ نیز ارشادِ الہی ہے: ﴿إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ كَانَتْ لَهُمْ جَنَّاتُ الْفِرْدَوْسِ نُرْثًا﴾ (الکھف: ۱۰) ”جو لوگ ایمان لائے اور انہوں نے کام بھی اچھے کئے یقیناً ان کے لئے الفردوس کے باغات کی مہماںی ہے“۔ اور اس کے اپنے نفس کی تربیت و تزکیہ کے مطابق جنت میں اس کا درجہ ہوگا، ارشادِ باری تعالیٰ ہے: ﴿وَمَنْ يَاتِهِ مُؤْمِنًا قَدْ عَمِلَ الصَّالِحَاتِ فَأُولَئِكَ لَهُمُ الدَّرَجَاتُ الْعُلُى﴾ (طہ: ۷۵) ”اور جو بھی اس کے پاس ایمان کی حالت میں حاضر ہوگا اور اس نے اعمال بھی نیک کئے ہوں گے، اس کے لئے بلند و بالا

درجے ہوں گے۔“

## ۲۔ اطمینان و سکون اور سعادت و کامرانی:

میرے خیال میں ایک بھی انسان ایسا نہیں ملے گا جو اپنی قلبی سعادت اور دلی سکون و اطمینان نہ چاہتا ہو، لیکن اکثریت اس کے حصول کے طریق میں خطا کرتی ہے اور اس کی گلیوں میں بھٹک کر رہ جاتی ہے۔ کیونکہ وہ اسے کھانے پینے، شہتوں اور گناہوں کی لذتوں میں اور بیہاں وہاں ڈھونڈھتی ہے، جس کے نتیجہ میں اسے تھوڑی دیر کی خوشی و سعادت اور وہ بھی دکھاوا اور حیرتی شکل میں حاصل ہوتی ہے، چنانچہ اس کڑی محنت و کدو کاوش اور لمبی عمر کے ضیاع کے بعد اسے سوائے زیادہ حزن و ملال اور بڑی حسرت و یاس کے کچھ نہیں حاصل ہوتا۔

اے جو یائے سکون و سعادت! ہم تمہیں اس کی رہنمائی کرتے ہیں اور تمہارے لئے راستہ کو مختصر اور تمہاری محنت وقت کو بچاتے ہیں۔ یقیناً یہ رجوع الی اللہ اور اس کے تمام اور مکی پابندی و اس کے تمام نواہی سے اجتناب کر کے تربیت نفس کا طریقہ ہے، ارشادِ بانی ہے: ﴿مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثِيٍّ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيهَنَّ حَيَاةً طَيِّبَةً﴾ (الخل: ۷۹) ”جو شخص نیک عمل کرے۔ مرد ہو یا عورت۔ لیکن با ایمان ہو، تو ہم اسے یقیناً نہایت بہتر زندگی عطا فرمائیں گے۔“ نیز ارشادِ الہی ہے: ﴿وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكاً وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى﴾ (طہ: ۱۲۳) ”اور (ہاں) جو میری یاد سے روگردانی کرے گا اس کی زندگی میں رہے گی اور ہم اسے بروز قیامت انداھا کر کے اٹھائیں گے۔“

امام ابن کثیر رحمہ اللہ رقمطر از ہیں: ”یعنی اس کی دنیوی زندگی بیگنی میں رہے گی، نہ اسے سکون نصیب ہوگا اور نہ شرح صدر، بلکہ اس کا سینہ اس کی گمراہی کے سبب نہایت تنگ ہوگا، گرچہ بظاہر وہ ناز و غم میں ہوا اور جو چاہے پہنے، جو چاہے کھائے اور جہاں چاہے رہے۔“

علامہ ابن قیم رحمہ اللہ خامہ فرمادیا ہے: ”زندگی تو صرف ان عاشقوں کی ہے جن کی آنکھیں اپنے محبوب سے ٹھنڈی ہوتی ہیں اور جن کے نفوس اس کے یہاں سکون حاصل کرتے ہیں اور جن کے قلوب اس سے اطمینان کی حلاوت پاتے ہیں اور جس کی قربت سے وہ انسیت کی لذت کام ہوتے ہیں اور جس کی محبت سے لطف و نعمت اندوڑ ہوتے ہیں۔ چنانچہ قلب میں ایک خاص قسم کی بھوک ہوتی ہے جسے اللہ تعالیٰ کی محبت، اس کی توجہ اور اس کا دھیان ورجوع ہی مٹا سکتا ہے۔ اور اس کی پریشانی و پر اگندگی کی اصلاح اس کے بغیر ممکن ہی نہیں۔ اور جو شخص اس پر کامیابی حاصل نہ کر سکے اس کی پوری زندگی حسرت غم اور مصائب و آلام سے پُر رہے گی۔“ (مدارج السالکین: ۳/۲۷۸)۔

### ۳۔ محبت و قبولیت:

اور یہ ایک مومن کے لئے دنیوی بشارت و خوش خبری ہے جیسا کہ حدیث پاک میں آیا ہے۔ لہذا جس نے اپنے نفس کی اصلاح کی اور اس کی ایمان و تقویٰ اور عمل صالح پر تربیت کی وہ اللہ تعالیٰ کی محبت حاصل کرے گا اور یہ انعام کتنا بڑا ہے!! ﴿وَلَيَزَّ الْعَبْدِ يَتَقَرَّبُ إِلَيْهِ بِالنَّوَافِلِ حَتَّى أُحِبَّهُ﴾ ”بندہ نوافل کے ذریعہ میرا التقرب حاصل کرتا رہتا ہے یہاں تک کہ میں اسے اپنا محبوب بنالیتا ہوں“۔ اور پھر وہ بلا قصد و اختیار لوگوں کی محبت و عزت حاصل کر لیتا ہے، اور اللہ تعالیٰ ان کے دلوں میں اس کی پریائی و قبولیت ڈال دیتا ہے، ارشاد ربانی ہے: ﴿إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ سَيَجْعَلُ لَهُمُ الرَّحْمَنُ وُدُّاً﴾ (مریم: ۹۶) ”بے شک جو ایمان لائے ہیں اور جنہوں نے شاستہ اعمال کئے ہیں ان کے لئے اللہ رحمٰن محبت پیدا کر دے گا“۔ اور حدیث پاک میں آیا ہے: ﴿إِذَا أَحَبَ اللَّهُ تَعَالَى الْعَبْدُ نَادَى جِبْرِيلُ إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى يُحِبُّ فُلَانًا فَأَحِبْهُ، فَيُحِبُّهُ جِبْرِيلُ، فَيُنَادِي

فِي أَهْلِ السَّمَاءِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ فُلَانًا فَأَحْبُوهُ، فَيُحِبُّهُ أَهْلُ السَّمَاءِ، ثُمَّ يُوَضِّعُ لَهُ الْقُبُولُ فِي الْأَرْضِ۔ (متقن عليه) ”جب اللہ تعالیٰ کسی بندہ سے محبت کرتا ہے تو جریل کو بلا تا ہے اور کہتا ہے کہ اللہ تعالیٰ فلاں بندہ سے محبت کرتا ہے، لہذا تم بھی اس سے محبت کرو، چنانچہ جریل اس سے محبت کرنے لگتا ہے، پھر وہ اہل آسمان میں یہ آواز لگاتا ہے کہ اللہ تعالیٰ فلاں بندہ سے محبت کرتا ہے، اس لئے تم بھی اس سے محبت کرو، تو اہل آسمان اس سے محبت کرنے لگتے ہیں، پھر اس کے لئے زمین میں قبولیت رکھ دی جاتی ہے۔“ (متقن عليه) یعنی قلوب میں اس کی محبت پیدا کر دی جاتی ہے اور اس کے لئے دلوں میں رعب و خوف بودیا جاتا ہے، چنانچہ قلوب اس سے محبت کرتے ہیں اور نفوس اس سے راضی ہوتے ہیں بلکہ دوستی اور بلا ان اسباب کے اختیار کئے جن سے قلوب کی محبت کمائی جاتی ہے خواہ وہ قرابت ہو یادوستی ہو یا بناؤٹی، نیز اس کے دشمنوں کے قلوب میں اس کی عظمت شان اور اس کی قدر و منزat کی عزت افزائی میں اس کا رعب اور اس کی بیبیت ڈال دی جاتی ہے۔ (فیض القدر لیلمناوی ۲۰۳/۲)۔

### ۳۔ کامیابی و درستگی:

اللہ کے حکم پر ثابت قدی اور اس کی طاعت نفس کی تربیت کے ثمرات و برکات میں سے ایک یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ ایسے آدمی کی عام زندگی میں کامیابی و توفیق لکھ دیتا ہے، مثلاً خواہ اس کا تعلق اس کی اہلیہ اور بچوں اور گھر والوں سے ہو، یا اس کے ہمسایوں، قرابت داروں اور دوستوں سے ہو، یا اس کا تعلق اس کے تجارتی اسکیموں اور علمی تحقیقات سے ہو، یا کوئی اور ہو، لیکن اس کا معنی ہرگز نہیں ہے کہ اس انسان کی زندگی نقش عیب سے، یاد نیوی معاملات میں نقصان و خسارہ سے، یا گناہوں میں ملوث ہونے سے خالی ہو۔ ایسا ہرگز نہیں، وہ ایک انسان ہے، وہ ان تمام عیب، کوتاہی، غفلت اور بھول چوک سے دوچار ہوتا ہے جن سے دوسرے

انسان دوچار ہوتے ہیں، البتہ اس انسان کی زندگی میں جس پر توفیق و صواب غالب ہے اور اس انسان کی زندگی میں جس پر ناکامی اور کوتاہی غالب ہے، بڑا فرق ہے!

### ۵۔ ہرش و مکروہ سے حفاظت:

کیونکہ اللہ تعالیٰ اس جیسے مسلمان کو دنیا کے عام مصائب و آفات، زندگی کی مکروہات، شیاطین انس و جن کے برے ارادوں حتیٰ کہ تمام حیوانات و موزی جانوروں سے محفوظ رکھتا ہے۔ علامہ ابن قیم رحمہ اللہ آیت: ﴿إِنَّ اللَّهَ يُدَافِعُ عَنِ الَّذِينَ آمَنُوا﴾ (الج: ۳۸)

”اللہ تعالیٰ مومنوں کی طرف سے دفاع کرتا ہے“ کے تحت رقم طراز ہیں:

”تو اللہ تعالیٰ کا ان کے لئے دفاع و مدافعت ان کے ایمان کی قوت و کمال اور ایمان کے مادہ و ذکر کے ذریعہ اس کی قوت کے مطابق ہوتی ہے، لہذا جو شخص سب سے زیادہ کامل ایمان والا اور سب سے بڑھ کر ذکر کرنے والا ہو، اس کے لئے اللہ تعالیٰ کا دفاع و مدافعت زیادہ بڑی ہوگی“۔ (الوابل الصیب لابن القیم ص ۷۰)۔

اسی طرح اللہ تعالیٰ اس متقدی اور تربیت یافتہ آدمی کے کان، آنکھ اور اس کی دماغی و جسمانی قوت و طاقت کی حفاظت اس کی جوانی اور بڑھاپے دونوں حالتوں میں کرتا ہے۔

ابن رجب رحمہ اللہ خامہ فرسا ہیں: ”جو شخص اپنے بچپن اور جوانی میں اللہ تعالیٰ کے احکام کی حفاظت کرتا ہے، اللہ تعالیٰ بڑھاپے اور ضعف قوت کی حالت میں اس کی حفاظت کرتا ہے اور اسے اپنے سمع و بصر اور طاقت و قوت اور عقل سے زیادہ فائدہ اٹھانے کا موقع عنایت کرتا ہے۔ اس کی ایک مثال یہ ہے کہ ایک عالم کی عمر سو سال پار کر گئی، اس نے یہ زندگی پائی اور وہ اپنی عقل و قوت سے محفوظ ہو رہا تھا۔ اس نے ایک دن لمبی چھلانگ لگائی تو اس پر اسے عتاب کیا گیا تو اس نے جواب دیا: ”بچپن میں ہم نے ان اعضاء و جوارح کی گناہوں سے حفاظت کی،

تو اللہ تعالیٰ بڑھاپے میں ہمارے لئے ان کی حفاظت کر دی،۔ (جامع العلوم والحكم ص ۱۶۳)۔ اور یہ واقعہ نبی کریم ﷺ کی اس حدیث کے مضمون کو مزید مضبوط کرتا ہے جس میں آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ﴿احفظِ اللہَ يَحْفَظُكَ، إِحْفَظِ اللَّهَ تَجَدُّهُ تَجَاهَكَ﴾ ”تم اللہ تعالیٰ کے فرمان کی حفاظت کرو، وہ تمہاری شر سے حفاظت کرے گا، تم اللہ کے احکام کی حفاظت کرو، تم اسے اپنے رو برو پاؤ گے،۔ (اس حدیث کو امام ترمذی رحمہ اللہ نے روایت کیا ہے)۔

## ۲۔ مال وقت میں برکت:

اس میں کوئی شک نہیں کہ ہر انسان دن میں چوبیس گھنٹے کا مالک ہوتا ہے، لیکن یہاں اس انسان کے ما بین جو اپنے نفس کی تربیت کا حریص ہوتا ہے اور جس کے نتیجہ میں اس وقت سے بہت سے بار آؤ را عمل اور خیر کی سرگرمیوں سے استفادہ کر لیتا ہے جو اس کے نفس اور امت کے لئے مفید ہوتی ہیں، اور دوسرا سے اس انسان کے ما بین کو وہ بھی اسی وقت کا مالک ہوتا ہے، لیکن وہ اسے ضائع کر دیتا ہے اور اسے ایسے کاموں کے لئے کاٹتا ہے جس کے پیچھے کوئی فائدہ نہیں نہ اپنی ذات کا فائدہ اور نہ دوسروں کا۔ چنانچہ اگر آپ اس سے دن کے اخیر میں دریافت کریں کہ اس نے آج کیا کیا نیکی و خیر کا کام کیا ہے، تو اس کا بیگار حال ہی اس کا سب سے بڑا جواب ہو گا..... اور تقریباً یہی اس کی پوری زندگی کا حال ہے !!

بعینہ یہی حال مال کے ساتھ بھی ہے، کیونکہ آپ اس نیک شخص کو پائیں گے کہ وہ اپنے مال کے بہترین مصرف پالیا ہے اور وہ اسے خیر کے کاموں اور نیکی و احسان کے ابواب میں صرف کر رہا ہے، جبکہ اس کے برعکس دوسرا شخص اسے گناہ و معااصی، شہوات و لذات میں خرچ کرتا ہے جو دنیا میں اس کے وباں کا سبب بن جاتا ہے مثلاً لاعلاج امراض اور مصاریب سے دوچار ہوتا ہے، یا اسے جیل کی ہوا کھانی پڑتی ہے، اور رہی بات آخرت کی، تو وہ حساب و کتاب اور

جزاء وعقاب سے ہمکنار ہو گا۔

## ۷۔ حالات و شدائد کا تحمل و برداشت:

اس دنیوی حیات کو اللہ تعالیٰ نے ایک ہی حال پر پیدا نہیں کیا ہے کہ وہ صفائی و مالداری اور عافیت و اجماع میں برقرار رہے، بلکہ اللہ نے اسے بدلتے حالات کے ساتھ مربوط کیا ہے اور اس کے راستوں میں بلکہ اس کے پہلوؤں میں بہت ساری مشقت و صعوبت اور آلام و مصائب کو نصب کر دیا گیا ہے۔ اور اس میں بہت ساری حکمتیں پہاڑ ہیں اور شاید سب سے اہم حکمت یہ ہے کہ لوگوں کے لئے یہ بدلتے حالات اور پلٹتے حوادث اس بات پر مہیز کا کام کریں کہ وہ اللہ تعالیٰ کی طرف متوجہ ہوں اور اعمال صالحہ کرنے میں جد و جہد کریں جن سے وہ جنت تلاش کریں جو راحت و سکون اور سلامتی کا گھر ہے۔ اور ایک صالح مسلمان کو ان شدائد و تکالیف کے مقابلہ میں آپ پائیں گے کہ وہ زبردست صبر و تحمل، رضا و استقامت کے بیانس کا مالک ہے۔ اور وہ اس سبب سے کہ وہ یہ جانتا ہے کہ یہ مصائب و تکالیف اس کے گناہوں کے کفارہ اور درجات کی بلندی کا سبب ہیں، ارشاد ربانی ہے: ﴿وَلَنَبْلُوَنُّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالشَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ﴾ (البقرہ: ۱۵۵) ”اور ہم کسی نہ کسی طرح تمہاری آزمائش ضرور کریں گے، دشمن کے ڈر سے، بھوک پیاس سے، مال و جان اور چلوں کی کمی سے اور ان صبر کرنے والوں کو خوش خبری دے دیجئے“۔ اور جیسا کہ حدیث پاک میں آیا ہے: ﴿عَجَباً لِّأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَهُ كُلُّهُ لَهُ خَيْرٌ، وَلَيْسَ ذَلِكَ لَا حِدَّةٌ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ، إِنَّ أَصَابَتْهُ سَرَّاً إِشَّكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَّهُ وَإِنَّ أَصَابَتْهُ ضَرَّاً إِصَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَّهُ﴾ ”مؤمن کا معاملہ بڑا عجیب ہے، اس کا ہر معاملہ اس کے لئے خیر ہی ہوتا ہے، اور یہ بات مومن کے سوا کسی اور کو حاصل نہیں، اگر اسے خوشی پہنچتی ہے تو شکر گزاری کرتا ہے، جو اس کے لئے خیر ہے۔

اور اگر اسے تکلیف پہنچتی ہے تو صبر کرتا ہے، جو اس کے لئے خیر کا باعث ہے۔“ (مسلم)۔

## ۸۔ قلبی چین و سکون کا شعور و احساس:

اس دنیا میں کوئی انسان ایسا نہیں ہے جس کو ہر چہار جانب سے خوف و خطرات گھیرے ہوئے نہ ہوں، اور ہر چہار سو سے اس پر حزن و ملال اور غمتوں کا ہجوم نہ ہو، اور کیوں نہ ہو جبکہ وہ ایسے ماضی کے مابین ہوتا ہے کہ وہ نہیں جانتا کہ اللہ تعالیٰ اس کے بارے میں کیا فیصلہ صادر فرمائچا ہے! اور ایسے مستقبل کے درمیان ہوتا ہے کہ اسے یہ علم نہیں کہ اللہ اس کے بارے میں کیا فیصلہ کرنے والا ہے!! لیکن ایک مومن ان تمام خوف و خطرات اور غمتوں کا بالکل احساس و ادراک نہیں کرتا، نہ ماضی کا، نہ حال کا اور نہ ہی مستقبل کا۔ وہ تو۔ باذن اللہ۔ اللہ کی رحمت اور عفو و مغفرت پر بالکل یہ بھروسہ کرتا ہے خواہ اس سے کتنا ہی بڑا و بھیانک گناہ سرزد ہو چکا ہو، اور وہ اپنے رزق و معاش سے بالکل مطمئن و بے خوف نظر آتا ہے، کیونکہ اسے یہ علم ہے کہ اس کا یہ رزق لوح محفوظ میں پہلے ہی لکھا جا چکا ہے۔ وہ اپنی زندگی و موت سے بالکل مامون و بے خوف ہوتا ہے، کیونکہ اس کا یہ پختہ یقین ہوتا ہے کہ موت ایک لمحہ بھر کے لئے بھی آگے پیچھے نہیں ہو سکتی۔ وہ ہر اس بات پر مطمئن و راضی ہوتا ہے جو اللہ تعالیٰ س کی تقدیر میں لائے، نیز اس کا ایمان ہوتا ہے کہ اسی میں اس کے لئے خیر و فلاح ہے ساتھ ہی وہ تمام شرعی و کوئی اسباب کو انجام دینے کی جدوجہد کرتا رہتا ہے۔

ارشاد ربانی ہے: ﴿إِنَّ الَّذِينَ قَاتَلُوا رَبِّنَا اللَّهَ ثُمَّ اسْتَقَامُوا فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ (الاحقاف: ۱۳) ”بے شک جن لوگوں نے کہا کہ ہمارا رب اللہ ہے، پھر اس پر مجھے رہے، تو ان پر نہ تو کوئی خوف ہو گا اور نہ غمگین ہوں گے۔“ نیز ارشادِ الہی ہے: ﴿هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزَدَوْا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ﴾ (الفتح: ۲) ”وہی ہے جس نے مسلمانوں کے دلوں میں سکون و اطمینان ڈال دیا تاکہ اپنے ایمان کے ساتھ ہی ساتھ

اور بھی ايمان میں بڑھ جائیں، اور یہ سکون و اطمینان قلب کے لئے زندگی ہے، ایک نور ہے جس سے روشنی حاصل کرے، اس کی بیداری کا سبب ہے اور ایسی طاقت و قوت ہے جو اس کے عزم کو مضبوط تر بنادیتی ہے، اسے شدائد کے موقع پر ثابت قدم رکھتی ہے اور جزع و فزع کے موقع پر اس کے نفس کو تابو میں رکھتی ہے۔ اور یہی وجہ ہے کہ یہ سکون و اطمینان ایک مومن کے ايمان میں مزید اضافہ کا سبب بن جاتا ہے، (مدارج السالکین لابن القیم ج ۲ ص ۵۰-۵۷)۔

اور یہ حقیقت پیکر مجسم بن کر ہمارے سامنے آجائے، اس کے لئے ہم اپنے سلف صالحین کی تاریخ سے ایک مثال چنتے ہیں جو اللہ تعالیٰ کی پچی عبودیت اور آزمائش کے موقع پر سکون نفس کی بہترین مثال ہے، اور وہ مثال یہ ہے جب شیخ الاسلام ابن تیمیہ رحمہ اللہ کو دمشق کے قلعہ میں قید کر دیا گیا اور ان کے ساتھ ان کے شاگرد رشید امام ابن قیم رحمہ اللہ کو بھی محبوس کیا گیا، امام ابن قیم راوی ہیں کہ شیخ الاسلام ابن تیمیہ رحمہ اللہ نے مجھ سے ایک بار فرمایا: میرے دشمن میرا کیا بگاڑ لیں گے، میری جنت و باغ تو میرے سینہ میں ہے، میں جہاں رہوں وہ میرے ساتھ ہوتی ہے اور مجھ سے کبھی جدا نہیں ہوتی، میری قید خلوت ہے، اور میرا قتل شہادت ہے اور میری جلاوطنی سیاحت ہے، اور شیخ الاسلام حالت قید میں اپنے سجدہ میں یہ دعا کیا کرتے تھے: ”اے اللہ! تو میری اپنے ذکر و شکر اور حسن عبادت پر مدد کر،“ شیخ نے ایک مرتبہ مجھ سے فرمایا: ”محبوس تو وہ شخص ہوتا ہے کہ اپنے رب سے جس کا قلب محبوس ہو، اور قید تو وہ ہوتا ہے جسے اس کے خواہشات نے قید کر کھا ہو،“ (الوابل الصیب من الکلم الطیب لابن القیم ص ۶۶-۶۷)۔

ذاتی تربیت کے یہ اسباب و سائل اور ثمرات و نتائج ہیں جنہیں بیان کرنا ہمارے لئے ممکن ہو سکا۔ اخیر میں اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ وہ اس کتابچے سے قارئین کو نفع پہنچائے اور اسے اپنی رضا و خوشنودی کا ذریعہ بنائے اور ہمیں اپنی پسند و خوشی کے کاموں کے انجام دینے کی توفیق

ارزانی عطا فرمائے۔ و آخر دعوانا ان الحمد لله رب العالمين ، وصلی الله وسلم  
علی نبینا محمد وعلی آلہ وصحبہ اجمعین . آپ کا خلوص کیش

مشتاق احمد کریمی

صدر الہلال ایجو کیشنل سوسائٹی کلیشا ر، بہار