OPEN ACCESS
Al-Qamar
ISSN (Online): 2664-4398
ISSN (Print): 2664-438X
www.alqamarjournal.com

اسلام میں خوشی کا تصور: ایک مطالعہ
A Study of the Concept of Happiness in Islam

Dr. Raja Majid Moazzam

Lecturer in Islamic Studies, University Of Kotli, AJ&K

Muhammad Toseef

Doctoral Candidate Islamic Thought and Civilization UMT, Lahore

Abstract

Whenever a person rebels against the religion, the first loss is the loss of peace of mind and happiness. That is why today's modern world is forced to make World Happiness Day and in many countries the Ministry of Happiness has been established regularly. Psychologists are conducting research on these topics and new institutions dedicated to this work courses are also being offered. Despite this, the hearts are unhappy. Islam is a complete code of life and gives full guidance to its followers. The universal teachings of Islam are very clear on these topics such as happiness and peace of mind. But it is important to make these teachings the subject of research and present them to today's world. In this regard, the concept of happiness has been made the subject of research in this article and this concept will be explained in the light of Islamic teachings.

Kay words: Happiness, Concept, Islam, believers

تمہید

انسان جب بھی مذہب سے باغی ہوتا ہے تو سب سے پہلا جو نقصان ہوتا ہے وہ دلی سکون اور خوشی کا روٹھ جانا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ آج کی جدید دنیا خوشی کا عالمی دن بنانے پر مجبور ہے اور کئی ممالک میں تو باقاعدہ طور پر خوشی کی وزارت قائم ہو چکی ہے۔ نفسیات کے ماہرین ان موضوعات پر تحقیق کر رہے ہیں اور اس کام کے لیے مختص ادارے نت نئے کورسز بھی آفر کر رہے ہیں۔ اس کے باوجود دلی سکون اور خوشی عنقا ہے۔ اسلام مکمل ضابطۂ حیات ہے اور اپنے ماننے والوں کی بھرپور راہنمائی کرتا ہے۔ خوشی اور دلی سکون واطمنانجیسے موضوعات پر اسلام کی آفاقی تعلیمات بہت واضح ہیں۔ مگر ان تعلیمات کو تحقیق کا موضوع

CC BY

بنانا اور انھیں آج کی دنیا کے سامنے پیش کرنا انتہائی ضروری ہے۔ اسی حوالے سے اس مقالہ میں خوشی کے تصور کو تحقیق کا موضوع بنایا گیا ہے اور اس تصور کو اسلامی تعلیمات کی روشنی میں بیان کیا جائے گا۔

خوشی کیا ہے؟

کسی پیاری اور محبوب چیز کے پانے سے دل کو جو لذّت حاصل ہوتی ہے اس کو خوشی کہتے ہیں۔ خوشی، دراصلذہنی کیفیت کا نام ہے جو کسی مطلوب چیز کے حصول پر انسان اپنے دل میں محسوس کرتا ہے، اس لیے کہ جب بندہ اچھا محسوس کرتا ہے تو اس کا اظہار کرتا ہے یہی خوشی ہے۔ خوشی کا آغاز انسان کے اندر سے ہوتا ہے۔ خوشی کا تعلق ایک بامقصد زندگی سے ہے۔ اگر آپ کے پاس جینے کا مقصد ہے تو آپ کوئی بھی مشکل برداشت کرسکتے ہیں۔ ایک بامقصد زندگی مشکل ترین حالات میں بھی پر مسرت ہو سکتی ہے۔ اور ایک بے معنی زندگی خوفناک آزمائش ہے خواہ یہ بہت ہی خوشحال کیوں نہ ہو۔ بعض اوقات ماحول کی یکسانیت انسان کو بور کردیتی ہے، وہ پریشان ہوجاتا ہے، اس بناپر ماحول میں جدت پیدا کرنے کے لیے اسے کچھ کرنا پڑتا ہے۔ ہر نئی چیز میں ایک لذت ہوتی ہے۔ انسان کا مزاج یہ ہے کہ وہ ہر نئی چیز کو حاصل کرنا چاہتا ہے، اس لیے کہ وہ نئی چیز میں لذت محسوس کرتا ہے۔ اگر کسی پرانی چیز کو بھی نئے انداز سے پیش کیا جائے تو اس میں بھی ایک نیاپن محسوس ہوتا ہے۔ آپ گھر میں جائیں اور گھر کے فرنیچر کو ایک نئے انداز سے ترتیب دے دیں، اس کی تشکیل بدل دیں تو کمرہ نیا معلوم ہونے لگے گا۔ پرانی کتابیں نکالیں، انہیں نئی ترتیب دے دیں، ان کی نئی جلدیں بنوالیں تو آپ کو اس میں ایک نیاپن اور اپنائیت محسوس ہونے لگے گی، ایک خوشی محسوس کریں گے۔ آپ لباس کی تراش خراش میں تھوڑی جدت پیدا کرلیں تو آپ کو اچھا لگے گا، خوشی محسوس ہوگی۔ گویا جدت میں انسان لذت محسوس کرتا ہے اور نئے پن میں ایک تفریح محسوس ہوتی ہے۔ عام معمول سے ہٹ کر انسان جب کوئی نئی چیز کرتا ہے تو اس کو خوشی ہوتی ہے، اس خوشی کی وجہ سے تفریح محسوس ہوتی ہے، اس تفریح سے جذبے اور احساس میں ایک نئی زندگی محسوس ہوتی ہے۔ ہم لوگ جو شہروں میں رہتے ہیں، خوشی کے لیے پہاڑوں پر جاتے ہیں اور جو لوگ پہاڑوں پر رہتے ہیں، وہ تفریح اور خوشی کے لیے شہروں میں آتے ہیں۔

خوشی کا تصور اور اسلامی تعلیمات

بہت سے لوگ یہ سمجھتے ہیں کہ اسلام میں نہ کسی تفریح کی گنجائش ہے اور نہ کوئی خوشی منانے کی گنجائش ہے۔ اسلام میں اگر کوئی داخل ہوگیا تو اس کا کام یہ ہے کہ خشک زندگی گزارے اور ہر قسم کی مسرت، خوشی اور سیر و تفریح سے بالکل الگ ہوکر ایک تارک الدنیا کے طور پر زندگی بسر کرے۔ یہ ایک رائے ہے جو کچھ لوگوں میں پائی جاتی ہے۔ کچھ اور لوگ ہیں جو یہ سمجھتے ہیں کہ اسلام صرف عبادات اور نماز روزے کا نام ہے۔ نماز پڑھ لی تو گویا اللہ پر بڑا احسان کرلیا۔ اس کے بعد ہم جو جی چاہے کریں۔ ہندوؤں کی نقل کریں، عیسائیوں کی نقل کریں، یہودیوں کی نقل کریں، بدکردار اباحیت پسند لوگوں کی نقل کریں۔ جو جی چاہے کریں کہ ہمیں تفریح اور خوشی کے نام پر دنیا کی ہر چیز کرنے کا اختیار ہے۔ یہ ایک دوسری انتہا ہے۔ یہ دونوں انتہائیں شریعت کے مزاج اور تقاضوں کے خلاف ہیں، شریعت کی تعلیم سے ہم آہنگ نہیں ہیں۔ خوشی انسان کا طبعی تقاضا اور فطری ضرورت ہے۔ شریعت فطری ضرورتوں کی اہمیت کو محسوس کرتی ہے اور کچھ مفید حدود و شرائط کے ساتھ ان ضرورتوں کو پورا کرنے کی ترغیب دیتی ہے۔ دین اسلام ہرگز پسند نہیں کرتا کہ آپ مصنوعی وقار، غیر مطلوب سنجیدگی، ہر وقت کی مردہ دلی اور افسردگی سے اپنے کردار کی کشش کو ختم کردیں۔ دین خوشی کے تمام جائز مواقع پر خوشی منانے کا پورا پورا حق دیتا ہے۔ عبد اللہ بن کعب

نے فرمایا کہ میں نے کعب بن مالک کو بیان کرتے ہوئے سنا، غزوہ تبوک کے موقعہ پر جب کہ میں پیچھے رہ گیا تھا۔(ایک وقت) میں نے رسول اللہ ﷺ کو سلام کیا۔(اس وقت) آپ ﷺ کا چہرہ انور خوشی کے مارے چمک رہا تھا اور آپ ﷺ کی عادت شریفہ تھی کہ جب آپ ﷺ خوش ہوتے تھے تو آپ ﷺ کا چہرہ مبارک چمکنے لگتا تھا گویا وہ ایک چاند کا ٹکڑا سا معلوم ہوتا اور یہ بات ہم آپ ﷺ کے روشن چہرہ سے معلوم کر لیتے تھے۔[1]

تہوار کے مواقع پر خوشی کا اظہار کرنا

ہمارے دین نے مختلف تہواروں پر کھل کر خوشی منانے کی اجازت دی ہے۔حضرت قیس بن سعد سے روایت کہ رسول اللہ ﷺ کے عہد مبارک میں جو کچھ ہوتا تھا وہ سب میں اب بھی دیکھ رہا ہوں سوئے ایک چیز کے وہ یہ کہ عید الفطر کے روز رسول اللہ ﷺ کے سامنے خوشیاں خوب منائی جاتی تھیں۔[2]عید الفطر یا عید الاضحی کے دن حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا کے پاس رسول اللہ ﷺ تشریف فرماتھے کہ حضرت ابو بکر رضی اللہ عنہ بھی اندر گئے۔اس وقت حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا کے پاس دو لڑکیاں ان رجزیہ اشعار کو گا رہی تھیں جو انصار نے جنگ بعاث میں کہے تھے، تو حضرت ابو بکر نے دو مرتبہ کہا: شیطانی راگ۔تب نبی ﷺ نے فرمایا: انہیں رہنے دو۔اے ابو بکر دیکھو ہر قوم میں خوشی کا دن ہوتا ہے اور یہ ہماری خوشی کا دن ہے۔[3]
یحیی لیث عقیل ابن شہاب عروہ حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا سے بیان کرتے ہیں کہ منیٰ یعنی زمانہ حج میں میرے پاس دو لڑکیاں بیٹھی ہوئی گا رہی تھیں اور دف بجا رہی تھیں اور رسول اللہ ﷺ چادر اوڑھے ہوئے آرام فرما رہے تھے۔اتنے میں ابو بکر رضی اللہ عنہ نے آ کر دونوں کو ڈانٹا۔نبی ﷺ نے اپنا چہرہ کھول دیا اور فرمایا: ابو بکر ان کو چھوڑ دو کیونکہ یہ عید کا زمانہ ہے اور منیٰ کے دن ہیں۔حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ میں نے نبی ﷺ کو دیکھا کہ آپ ﷺ مجھے چھپائے ہوئے تھے اور میں حبشیوں کی طرف دیکھ رہی تھی کہ وہ لوگ مسجد میں کرتب دکھا رہے تھے۔جہاں حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے ان کو ڈانٹا تو نبی ﷺ نے فرمایا: انہیں رہنے دو اور اے بنی ارفدہ تم نہایت اطمینان سے فن سپہ گری میں مشغول رہو۔[4]ان احادیث سے ثابت ہوتا ہے کہ عید الفطر اور عید الاضحی کے موقعوں پر خوشی اور مسرت کا بھرپور مظاہرہ کیا جاسکتا ہے۔اس لیے ان دونوں تہواروں میں روزہ رکھنے کی ممانعت ہے۔یحیی بن یحیی، مالک ابن شہاب، حضرت ابو عبید مولیٰ بن ازہر سے روایت ہے انہوں نے کہا کہ میں عید کے دن حضرت عمر بن خطاب رضی اللہ عنہ کے پاس موجود تھا تو آپ آئے اور نماز پڑھی۔پھر نماز سے فارغ ہو کر لوگوں کو خطبہ دیا اور فرمایا: یہ دو دن میں رسول اللہ ﷺ نے روزہ رکھنے سے منع فرمایا ہے۔ایک وہ دن کہ جس دن تم افطار کرتے ہو (عید الفطر) اور دوسرا وہ دن کہ جس میں تم اپنی قربانیوں کا گوشت کھاتے ہو (عید الاضحیٰ)۔[5]

روزے دار کے لیے دو خوشیاں

اللہ تعالی نے روزے رکھنے والے کے لیے دو خوشیوں کا ذکر کیا ہے۔ایک خوشی دنیا میں اور ایک خوشی آخرت میں ملے گی۔
حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں، آپ ﷺ نے فرمایا: اللہ عزوجل فرماتا ہے کہ روزہ میرے لئے ہے اور میں ہی اس کا بدلہ دوں گا، میری وجہ سے وہ اپنی خواہش کو اور کھانے اور پینے کو چھوڑتا ہے اور روزہ ڈھال ہے۔روزہ دار کے لئے دو خوشیاں ہیں: ایک خوشی جس وقت روزہ افطار کرتا ہے اور ایک خوشی جس وقت اپنے رب سے ملاقات کرے گا اور روزہ دار کے منہ کی بو اللہ کو مشک کی خوشبو سے بھی زیادہ اچھی معلوم ہوتی ہے۔[6]

خوشی کی خبر دینے والے کو انعام دینا

دین اسلام خوشی کو منانے کو مختلف طریقے بھی واضح کرتا ہے۔ کعب بن مالک نے خوشی کی خبر دینے والے کو کچھ تحائف دیئے۔ روایت میں آتا ہے کہ کعب بن مالک نے توبہ قبول ہونے کی خوشی پر خوشخبری دینے والے کو دو کپڑے دیئے۔[7]

شادی بیاہ میں خوشی کا اظہار کرنا

شادی بیاہ کے موقع پر خوشی منانے اور اس خوشی میں اپنے رشتے داروں اور دوست احباب کو شریک کرنے کی دین نے حوصلہ افزائی کی ہے۔ اس موقع پر نبی کریم ﷺ نے کچھ اچھے گیت گانے اور دف بجانے کی بھی اجازت دی ہے، تاکہ اس سے نکاح کا عام اعلان ہونے کے ساتھ ساتھ خوشی اور مسرت کا اظہار بھی ہو سکے۔

حضرت ربیع بنت معوذ بن عفراء کہتی ہیں کہ جب میری رخصتی ہو گئی تو رسول اللہ ﷺ میرے بستر پر آکر اس طرح بیٹھ گئے جیسے تو میرے پاس بیٹھا ہے اور چھوٹی چھوٹی لڑکیاں دف بجا بجا کر شہدائے بدر کا مرثیہ گانے لگیں۔ ایک ان میں پڑھنے لگی ہم میں ایک نبی ﷺ ہیں جو کل کا حال جانتے ہیں کہ کل کو کیا ہو گا۔ آپ ﷺ نے فرمایا: اس شعر کو چھوڑ دو اور جو پہلے کہہ رہی تھیں وہی کہے جاؤ۔[8] حضرت ابن عباس فرماتے ہیں کہ عائشہ رضی اللہ عنہا نے اپنی ایک قرابت دار انصاریہ کی شادی کرائی۔ رسول اللہ ﷺ تشریف لائے اور پوچھا تم نے دلہن کو روانہ کر دیا؟ لوگوں نے عرض کیا جی ہاں۔ فرمایا: اس کے ساتھ کسی (بچی) کو بھیجا جو گیت گائے؟ عائشہ رضی اللہ عنہا نے عرض کیا نہیں۔ اللہ کے رسول ﷺ نے فرمایا: انصاری گیت گانے کو پسند کرتے ہیں اگر تم ان کے ساتھ کوئی بھیج دیتے جو یہ کہتیں ہم تمہارے پاس آئی ہیں ہم تمہارے پاس آئی ہیں اللہ ہمیں بھی خوش رکھے اور تمہیں بھی خوش رکھے۔[9]

خوشی کے موقع پر کھانا کھلانا

شادی بیاہ کی خوشی میں اپنی حیثیت اور وسعت کے مطابق اپنے رشتے داروں اور دوست احباب کو کچھ کھلانے پلانے کا اہتمام بھی کیا جا سکتا ہے۔ نبی اکرم ﷺ نے خود اپنی شادی میں بھی ولیمے کی دعوت کی اور دوسروں کو بھی تلقین کی۔ حضرت انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول کریم ﷺ نے حضرت عبد الرحمن رضی اللہ عنہ کے کپڑے پر ایک نشان دیکھا۔ آپ ﷺ نے فرمایا یہ کیا ہے؟ حضرت عبد الرحمن رضی اللہ عنہ نے عرض کیا کہ میں نے ایک خاتون سے نکاح کر لیا ہے اور اس کا مہر سونے کی گٹھلی کے وزن کے برابر مقرر کیا ہے۔ آپ ﷺ نے دعا دی اور فرمایا کہ اس نکاح میں اللہ تعالیٰ تم کو برکت عطا فرمائے اور تم ولیمہ کرو چاہے ایک بکری ہی کیوں نہ ہو۔[10]

دوسروں کی خوشی میں شرکت کرنا

کسی کی شادی ہو یا کسی کے ہاں بچہ پیدا ہوا ہو یا کوئی اور خوشی کا موقع ہو تو اس کی خوشی میں شرکت کرنی چاہئے اور اسے مبارکباد بھی دینی چاہئے۔ حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ نبی کریم ﷺ جب کسی آدمی کو شادی کی مبارک باد دیتے تو یوں فرماتے کہ اللہ تعالیٰ تمہارے لئے مبارک فرمائے اللہ تم پر اپنی برکتوں کا نزول فرمائے اور تم دونوں کو بہترین طریقے پر جمع رکھے۔[11] ابن عمر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ حضوا اکرم ﷺ نے فرمایا کہ جب تم میں سے کوئی اپنے بھائی کو دعوت دے تو اسے قبول کرنا چاہیے خواہ وہ شادی کی دعوت ہو یا اس کے مثل کوئی اور دعوت ہو۔[12]

استقبال کی خوشی منانا

کسی مہمان کی آمد پر اس کا بہترین استقبال کرنا اور خوشی کا اظہار کرنا ہمارے دین کا حصہ ہے۔ اس موقع پر اگر کچھ استقبالیہ گیت بھی گائے جائیں تو کوئی حرج نہیں ہے۔ مالک بن اسماعیل، ابن عیینہ زہری، سائب بن یزید رضی اللہ عنہ سے روایت کرتے ہیں کہ ہم لڑکوں کو اپنے ساتھ لے کر ثنیہ الوداع تک رسالت مآب ﷺ کے استقبال کو جایا کرتے تھے۔[13] حضرت بریدہ رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ ایک مرتبہ کسی جہاد سے واپس تشریف لائے تو ایک سیاہ فام باندی حاضر ہوئی اور عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ میں نے نذر مانی تھی کہ اگر اللہ تعالیٰ آپ ﷺ کو صحیح سلامت واپس لائے تو میں آپ ﷺ کے سامنے دف بجاؤں گی اور گانا گاؤں گی۔ آپ ﷺ نے اس سے فرمایا: اگر تم نے نذر مانی تھی تو بجالو ورنہ نہیں۔ اس نے دف بجانا شروع کیا تو ابو بکر رضی اللہ عنہ آ گئے وہ بجاتی رہی۔ پھر علی رضی اللہ عنہ اور عثمان رضی اللہ عنہ کے آنے پر بھی وہ دف بجاتی رہی، لیکن اس کے بعد عمر رضی اللہ عنہ داخل ہوئے تو وہ دف نیچے رکھ کر اس پر بیٹھ گئی۔ آپ ﷺ نے فرمایا: اے عمر تم سے شیطان بھی ڈرتا ہے کیونکہ میں موجود تھا اور یہ دف بجا رہی تھی پھر ابو بکر رضی اللہ تعالیٰ عنہ، علی رضی اللہ عنہ اور عثمان رضی اللہ عنہ (یکے بعد دیگرے) آئے تب بھی یہ بجاتی رہی لیکن جب تم آئے تو اس نے دف بجانا بند کر دیا۔[14] نبی اکرم ﷺ جب مکہ سے ہجرت کر کے مدینہ پہنچے، اور شہر میں داخل ہونے لگے تو مسلمان مرد، عورتیں، بچے اور بچیاں آپ ﷺ کے استقبال کے لیے ثنیہ الوداع پہنچے اور انصار کی بچیاں خوشی میں یہ گیت گا رہی تھیں۔

اشرق البدر علینا	من ثنیات الوداع
وجب الشکر علینا	مادعا للہ داع
ایھا المبعوث فینا	جئت بالامر المطاع[15]

مزاح اور خوشی

مؤمنین کا دل خوش کرنے کے لیے رسول اللہ ﷺ کبھی مزاح بھی فرمایا کرتے تھے، لیکن تحقیر و تمسخر آمیز، ناحق اور ناپسندیدہ بات آپ ﷺ کی کلام میں نظر نہیں آتی تھی۔ حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ ہم نے عرض کیا: یا رسول اللہ ﷺ، آپ ہم سے خوش طبعی کرتے ہیں۔ آپ ﷺ نے فرمایا: میں سچ کے علاوہ کچھ نہیں کہتا۔[16] حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے انہیں فرمایا: اے دو کانوں والے۔ ابو اسامہ نے فرمایا: آپ ﷺ نے اس طرح (ان الفاظ) کے ساتھ مزاح کیا۔[17] حضرت انس رضی اللہ عنہسے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ ہم سے ملے جلے رہتے۔ یہاں تک کہ میرے چھوٹے بھائی سے فرماتے: اے ابو عمیر تمہارے نغیر کو کیا ہوا۔ (نغیر ایک چھوٹا پرندہ ہے)۔[18] حضرت انس رضی اللہ عنہ کہتے ہیں کہ ایک شخص نے رسول اللہ ﷺ سے سواری مانگی۔ آپ ﷺ نے فرمایا: میں تمہیں اونٹنی کے بچے پر سوار کروں گا۔ اس نے عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ میں اونٹنی کا بچہ لے کر کیا کروں گا؟ آپ ﷺ نے فرمایا: کیا اونٹوں کو اونٹیوں کے علاوہ بھی کوئی جنتا ہے۔ (تمام اونٹ اونٹینوں کے بچے ہیں)۔[19]

مسکراہٹ

رسول اللہ ﷺ بات کرتے وقت کشادہ روئی اور تبسم فرماتے تھے۔ حضرت عبد اللہ بن حارث رضی اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں کہ میں نے کسی کو رسول اللہ ﷺ سے زیادہ مسکراتے ہوئے نہیں دیکھا۔[20] ظاہر ہے کہ کشادہ روئی سے باتیں کرنے سے ہر ایک کو اس بات کا موقع ملتا تھا کہ وہ آپ ﷺ کی عظمت سے مرعوب ہوئے بغیر اطمینان کے ساتھ آپ ﷺ سے گفتگو کرے، اپنے

ضمیر کی آواز کو کھل کر بیان کرے اور اپنی حاجت و دل کی بات آپ ﷺ کے سامنے پیش کرے۔ سامنے والے کی بات کو آپ ﷺ کبھی کاٹتے نہیں تھے ایسا کبھی نہیں ہوا کہ کوئی آپ ﷺ سے گفتگو شروع کرے اور آپ ﷺ پہلے ہی اسکو خاموش کر دیں۔

انسانی جذبات کی تنظیم اور خوشی

اللہ تعالی نے انسان کے اندر کئی طرح کے جذبات رکھے ہیں۔ انہی جذبات میں غصہ، محبت، نفرت، فطری خواہشات، حسد اور بغض وغیرہ شامل ہیں۔ اگر ان جذبات کو منظم اور کنٹرول کرکے انسان اپنی زندگی گزارے تو یہی جذبات انسان کی خوشی کا سبب بن سکتے ہیں۔ اسلام دین فطرت ہے، یہی وجہ ہے کہ اسلام نے ان جذبات کو منظم کرنے کے لیے کئی طرح کے احکامات دیے ہیں تاکہ ایک مسلمان ان جذبات کا مثبت استعمال کرکے اپنی زندگی کو خوشگوار بنا سکے۔ ایک انسان اگر ان جذبات کی رو میں بہہ جائے تو وہ انسانیت کی معراج سے گر جاتا ہے۔ سورۃ التین میں اللہ تعالی کا ارشاد باری تعالی ہے: ثُمَّ رَدَدْنٰهُ اَسْفَلَ سٰفِلِيْنَ " پھر ہم نے (انسان) کو نیچوں سے نیچا کر دیا۔ "[21] ہم نے آسانی کے لیے ان جذبات کو چار حصوں میں تقسیم کیا ہے، ایک انسان اگر ان چار جذبات کو منظم کرے تو دلی سکون اور خوشی اس کا مقدر ہو گی۔

۱۔ غصے کے جذبے کو منظم کرنا: اسلام نے انسانی جذبات کو قابو میں رکھنے کے لیے بہت سے احکامات دیئے ہیں۔ انہی احکامات میں سے غصے کے جذبے کو منظم کرنا بھی ہے۔ اللہ تعالی کا ارشاد ہے: الَّذِيْنَ يُنْفِقُوْنَ فِي السَّرَّاۗءِ وَالضَّرَّاۗءِ وَالْكٰظِمِيْنَ الْغَيْظَ وَالْعَافِيْنَ عَنِ النَّاسِ ۭ وَاللّٰهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِيْنَ۔ "جو لوگ آسانی میں اور سختی کے موقع پر بھی اللہ کے راستے میں خرچ کرتے ہیں، غصہ پینے والے اور لوگوں سے درگزر کرنے والے، اللہ نیکوکاروں سے محبت کرتا ہے۔ [22] اس آیت مبارکہ میں نیک لوگوں کی صفات بیان کرتے ہوئے ایک صفت یہ بھی بیان کی ہے کہ وہ غصے کو ضبط کر لیتے ہیں۔ ایسے لوگ غصے سے مغلوب نہیں ہوتے، بلکہ اس کا مقابلہ کرکے اسے زیر کر لیتے ہیں۔ غصے کو ضبط کرنے کی فضیلت احادیث مبارکہ میں بھی آتی ہے۔ حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: طاقتور پہلوان وہ آدمی نہیں ہے کہ کشتی کرتے وقت اپنے مد مقابل کو پچھاڑ دے بلکہ پہلوان تو وہ آدمی ہے کہ جو غصہ کے وقت اپنے آپ کو قابو میں رکھ سکے۔ [23] حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہبیان کرتے ہیں کہ ایک شخص نے رسول اللہ ﷺ سے درخواست کی کہ آپ مجھے وصیت کیجیے۔ آپ ﷺ نے فرمایا: غصہ نہ کیا کرو۔ اس نے بار بار وصیت کے لیے کہا تو آپ ﷺ نے (ہر بار) یہی فرمایا: غصہ نہ کیا کرو۔ [24]

۲۔ فطری جذبات کی تنظیم: اللہ تعالی نے فطری جذبات کی تنظیم کے لیے نکاح کی سہولت دی ہے اور اس نکاح سے انسانی زندگی میں سکون اور خوشی آتی ہے۔ اللہ تعالی کا ارشاد ہے: وَمِنْ اٰيٰتِهٖٓ اَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِّنْ اَنْفُسِكُمْ اَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوْٓا اِلَيْهَا۔ " اور اس کی نشانیوں میں سے (ایک اہم نشانی یہ) ہے کہ اس نے پیدا فرمائیں تمہارے لئے تمہاری بیویاں خود تمہاری ہی جنس سے تاکہ تم ان سے سکون حاصل کر سکو۔ "[25] اس آیت نے مرد و عورت کی ازدواجی زندگی کا مقصد سکون قلب اور خوشی قرار دیا ہے اور یہ جب ہی ممکن ہے کہ طرفین ایک دوسرے کا حق پہچانیں اور ادا کریں، ورنہ حق طلبی کے جھگڑے خوشی کو عنقا کر دیں گے۔

۳۔ بداخلاقیوں اور برے جذبات سے بچنے کا حکم: اللہ تعالی نے سورۃ الحجرات میں تفصیل کے ساتھ ان تمام بداخلاقیوں اور برے جذبات سے بچنے کا حکم دیا ہے جس سے معاشرے میں فساد برپا ہوتا ہے اور خوشی وسکون غارت ہو جاتا ہے۔ ارشاد باری تعالی

ہے: يَآيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّنْ قَوْمٍ عَسٰٓى اَنْ يَّكُوْنُوْا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَآءٌ مِّنْ نِّسَآءٍ عَسٰٓى اَنْ يَّكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ ۚ وَلَا تَلْمِزُوْٓا اَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوْا بِالْاَلْقَابِ ۭ بِئْسَ الِاسْمُ الْفُسُوْقُ بَعْدَ الْاِيْمَانِ ۚ وَمَنْ لَّمْ يَتُبْ فَاُولٰۗىِٕكَ هُمُ الظّٰلِمُوْنَ ۝ يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوا اجْتَنِبُوْا كَثِيْرًا مِّنَ الظَّنِّ ۡ اِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ اِثْمٌ وَّلَا تَجَسَّسُوْا وَلَا يَغْتَبْ بَّعْضُكُمْ بَعْضًا ۭ اَيُحِبُّ اَحَدُكُمْ اَنْ يَّاْكُلَ لَحْمَ اَخِيْهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوْهُ ۭ وَاتَّقُوا اللّٰهَ ۭ اِنَّ اللّٰهَ تَوَّابٌ رَّحِيْمٌ ۝ "اے ایمان والو! مرد دوسرے مردوں کا مذاق نہ اڑائیں ممکن ہے کہ یہ ان سے بہتر ہوں اور نہ عورتیں عورتوں کا مذاق اڑائیں ممکن ہے کہ یہ ان سے بہتر ہوں اور آپس میں ایک دوسرے کو عیب نہ لگاؤ اور نہ کسی کو برے لقب دو۔ ایمان کے بعد فسق برا نام ہے، اور جو توبہ نہ کریں وہی ظالم لوگ ہیں۔ اے ایمان والو! بہت بدگمانیوں سے بچو یقین مانو کہ بعض بدگمانیاں گناہ ہیں اور بھید نہ ٹٹولا کرو اور نہ تم کسی کی غیبت کرو کیا تم میں سے کوئی بھی اپنے مردہ بھائی کا گوشت کھانا پسند کرتا ہے؟ تم کو اس سے گھن آئے گی اور اللہ سے ڈرتے رہو، بیشک اللہ توبہ قبول کرنے والا مہربان ہے۔[26]

ان آیات مبارکہ میں اللہ تعالی نے مسلمانوں کو ان بد اخلاقیوں اور برے جذبات سے بچنے کی تاکید کی ہے جو اجتماعی زندگی میں فساد برپا کرتی ہیں اور خوشی کے جذبات ختم کرتی ہیں۔ ایک دوسرے کا مذاق اڑانا، ایک دوسرے پر طعن کرنا، ایک دوسرے کے برے برے نام رکھنا، بدگمانیاں کرنا، دوسرے کے حالات کی کھوج کرید کرنا، لوگوں کی پیٹھ پیچھے ان کی برائیاں کرنا، یہ وہ افعال ہیں جو بجائے خود بھی گناہ ہیں اور معاشرے میں بگاڑ بھی پیدا کرتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ نے ان کا ذکر فرما کر انہیں حرام قرار دے دیا ہے۔

۴۔ **محبت اور نفرت کے جذبات کی تنظیم:** اسلام اپنے ماننے والوں کو محبت اور نفرت کی صحیح سمت مہیا کرتا ہے۔ اور وہ صحیح سمت یہ ہے کہ انسان کی محبت اور نفرت صرف اللہ تعالی کے تابع ہونی چاہئے۔ جب محبت اور نفرت صرف اللہ تعالی کے لیے ہوگی تو انسان کا ایمان مکمل ہونے کے ساتھ ساتھ اسے دائمی خوشی نصیب ہوتی ہے۔ حدیث مبارکہ میں حضور ﷺ نے فرمایا: جس نے اللہ کے لیے محبت کی، اور اللہ ہی کی خاطر نفرت کی، اور اللہ کی خاطر دیا اور اللہ ہی خاطر دینے سے رکا، تو یقینا اس نے اپنا ایمان مکمل کر دیا۔[27]

خود شناسی اور خوشی

اللہ تعالی نے ہر انسان کے اندر مختلف صلاحیتیں اور قابلیتیں رکھی ہیں۔ اگر ایک انسان اپنے نفس میں غور وفکر کر کے اپنی صلاحیتوں کو پہچان کر اسی طرح کے شعبے میں جاتا ہے تو اس کا فرض اور شوق ایک ہو جائے گا اور اس کی زندگی میں سکون اور خوشی آجائے گی۔ اسی کو آج کی جدید سائنس سیلف ڈسکوری اور صوفیاء کرام خودی اور خود شناسی کا نام دیتے ہیں۔ اس کے برعکس انسان اگر اپنی صلاحیتوں کے مطابق شعبے کا انتخاب نہیں کرتا تو وہ پوری زندگی کرب میں گزارے گا اور یہی کرب اسے خوش نہیں رہنے دے گا۔ اللہ تعالی نے انسانیت کو اپنے نفس پر غور وفکر کرنے کی دعوت دی ہے۔ ارشادِ باری تعالی ہے: وَفِيْٓ اَنْفُسِكُمْ ۭ اَفَلَا تُبْصِرُوْنَ۔ "اور تمہارے وجود میں بھی (نشانیاں ہیں) کیا تم نہیں دیکھتے؟"[28] اس آیت مبارکہ میں اپنے نفس میں غور وفکر کرنے اور درسِ عبرت حاصل کرنے کے لئے ارشاد فرمایا گیا کہ اگر تم ہر سو پھیلے ہوئے دلائل کے علاوہ خود اپنی جانوں میں غور وفکر سے کام لو تو تم اپنے رب کی معرفت حاصل کرسکتے ہو۔ انسان کا نفس چونکہ انسان کے سب سے زیادہ قریب ہے۔ اس لئے انسان کے ضمیروں پر دستک دیتے ہوئے سوالیہ انداز میں ارشاد فرمایا گیا کیا تم لوگوں کو اتنی قریب کی

نشانیاں بھی نظر نہیں آتیں؟ یعنی زمین کے اطراف و اکناف اگر تم لوگوں کے علم و ادراک سے باہر ہیں، آسمان کی بلندیاں اگر تمہاری دسترس سے باہر ہیں، تو کیا تمہارے نفس بھی تمہارے دائرہ غور و فکر سے باہر ہیں؟ اور کیا تم ان کے اندر بھی جھانک کر ان نشانیوں کو نہیں دیکھ سکتے؟ جو تمہارے خالق و مالک نے ان کے اندر ودیعت فرمائی ہیں۔ ایک اور آیت میں اللہ تعالیٰ نے فرمایا: سَنُرِيهِمْ آيَاتِنَا فِي الْآفَاقِ وَفِي أَنفُسِهِمْ حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ ۗ أَوَلَمْ يَكْفِ بِرَبِّكَ أَنَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ شَهِيدٌ۔ "عنقریب ہم انہیں اپنی نشانیاں آفاق عالم میں بھی دکھائیں گے اور خود ان کی اپنی ذات میں بھی، یہاں تک کہ ان پر کھل جائے کہ حق یہی ہے۔ کیا آپ کے رب کا ہر چیز سے واقف و آگاہ ہونا کافی نہیں۔"[29] آفاقی آیات سے مراد کائنات میں ہر سو بکھرے ہوئے اللہ کے عجائبات ہیں اور آیات انفس سے مراد انسان کے اندر کی دنیا ہے۔ جنہیں بالترتیب عالم اکبر اور عالم اصغر سے تعبیر کیا جاتا ہے۔ اس لحاظ سے اس کا مطلب یہ ہے کہ اس کائنات میں اور انسان کے اندر اللہ تعالیٰ کی لاتعداد نشانیاں موجود ہیں۔ اور ان سب کا نہ انسان آج تک احاطہ کر سکا ہے اور نہ آئندہ کبھی کر سکے گا۔ جبکہ ہر دور میں کوئی نہ کوئی نئی سے نئی نشانی انسان کے علم میں آجاتی ہے اور آئندہ بھی آتی رہے گی۔ جو قرآن کے بیان کی صداقت پر گواہی دیتی رہے گی۔

شکر گزاری اور خوشی

ہمارے معاشرے میں اکثر لوگ اللہ تعالیٰ کی بے شمار نعمتوں سے بے خبر رہتے ہیں۔ وہ ان نعمتوں کو نہ محسوس کرتے ہیں اور نہ ہی اس کا شکر ادا کرتے ہیں۔ جب ایک فرد کے اندر ناشکری آجاتی ہے تو وہ اپنے سے اوپر والے لوگوں کو دیکھنا شروع کر دیتا ہے۔ جب وہ اپنے آپ کو دوسروں سے موازنہ کرتا ہے تو اس کے اندر حسد اور نفرت جیسی برائیاں جنم لیتی ہیں اور یہی حسد اور نفرت اس کی خوشی چھین لیتی ہیں۔ اللہ تعالیٰ کی ذات نے ہمیں بے شمار نعمتوں سے نوازا ہے۔ ہم ان نعمتوں کا شمار نہیں کر سکتے۔ اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے: وَإِن تَعُدُّوا نِعْمَةَ اللَّهِ لَا تُحْصُوهَا۔ "اگر تم اللہ کی نعمتیں گننا چاہو تو انھیں گن بھی نہیں سکتے۔"[30] انسان اگر غور کرے تو وہ اس حقیقت کا اعتراف کئے بغیر نہیں رہے گا کہ اس کے خالق نے اس کو ان گنت نعمتوں سے نوازا ہے اور اس کے اس پر بے شمار احسانات ہیں۔ اگر وہ کھانے کے ایک لقمہ ہی پر غور کرے تو شکر کا جذبہ اس کے اندر ابھرنے لگے کہ اس کے رب نے اس لقمہ کو تیار کرنے کے لیے کیسے کیسے اسباب کئے۔ آسمان و زمین، بارش، ہواؤں اور سورج کی گرمی وغیرہ کو اس نے کس طرح سازگار بنایا کہ بیج مختلف مرحلوں سے گزر کر غلہ بنا اور غلہ مختلف مرحلوں سے گزر کر لقمہ بن گیا جس کو اب وہ مزے کے ساتھ کھا رہا ہے۔ انسان کے لیے جب اپنے بالوں کو یا آسمان کے تاروں کو گننا ممکن نہیں ہے تو وہ اللہ کی نعمتوں کو کیونکر گن سکتا ہے؟ جو فرد شکر گزاری کا جذبہ رکھتا ہے، ایسے فرد کو اللہ تعالیٰ کی ذات مزید نعمتوں سے نوازتی ہے۔ اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے: لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ۔ "اگر تم شکر گزاری کرو گے تو بیشک میں تمہیں زیادہ دونگا۔"[31] شکر میں چار باتیں شامل ہیں۔ ایک یہ کہ بندہ ہر اس نعمت کو جو اسے ملی اللہ کی نوازش سمجھے کسی اور کی نہیں۔ دوسری یہ کہ اس کے دل میں جذبہ شکر پیدا ہو۔ تیسری بات یہ کہ وہ اپنے محسن حقیقی کے ساتھ وفاداری اور عبادت و اطاعت کا طریقہ اختیار کرے۔ چوتھی بات یہ کہ اللہ کی دی ہوئی نعمتوں کو دوسروں پر خرچ کرے۔ ایک فطری اصول یہ بھی ہے کہ جو چیز تقسیم کی جائے، وہ چیز انسان کے پاس زیادہ ہو جاتی ہے، پھر وہ دولت ہو، عزت ہو، علم ہو، محبت ہو، معافی ہو، کھانا ہو یا آسانیاں۔ الغرض بندہ جب شکر گزاری کا طریقہ اختیار کرتا ہے تو وہ مزید انعام کا مستحق قرار پاتا ہے اور اسی دائمی خوشی نصیب ہوتی ہے۔

اللہ کے فضل اور رحمت پر خوش ہونا

لوگوں کو چاہئے کہ صرف اللہ تعالیٰ کے فضل ورحمت ہی کو اصلی خوشی کی چیز سمجھیں اور صرف اسی چیز پر خوش ہوں، دنیا کے چند روزہ مال ومتاع اور راحت وعزت درحقیقت خوش ہونے کی چیز ہی نہیں۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے: قُلْ بِفَضْلِ اللّٰهِ وَبِرَحْمَتِهٖ فَبِذٰلِكَ فَلْيَفْرَحُوْا ۭ هُوَخَيْرٌ مِّمَّا يَجْمَعُوْنَ۔ "آپ کہہ دیجئے کہ بس لوگوں کو اللہ کے اس انعام اور رحمت پر خوش ہونا چاہیے۔ وہ اس سے بدرجہا بہتر ہے جس کو وہ جمع کر رہے ہیں۔"[32] اس آیت میں قرآن کریم کو اللہ کے فضل اور اسلام کو اس کی رحمت سے تعبیر کیا گیا ہے اور ان دونوں کو دنیا ومافیہا سے بہتر بتایا گیا ہے اور کہا گیا ہے کہ مومنوں کو ان دونوں نعمتوں کے حصول پر خوشی منانی چاہیے۔

اللہ تعالیٰ پر توکل اور خوشی

اللہ تعالیٰ پر مضبوط توکل اور یقین انسان کو ہر حال میں دلی سکون اور خوشی دیتا ہے۔ ایک مومن کے لیے ہر حادثہ اور واقعہ خیر کا پہلو رکھتا ہے۔ اگر اسے کوئی مشکل آتی ہے تو وہ صبر کرتا ہے اور اگر وہ اسے راحت ملتی ہے تو وہ شکر ادا کرتا ہے۔ ایک صابر اور شاکر انسان ہی اللہ کو مطلوب ہے۔ جب انسان اللہ کی ذات پر توکل کرتا ہے تو اللہ تعالیٰ اس کے سارے مسائل اور معاملات حل کر دیتا ہے اور انسان کی زندگی خوشیوں سے بھر جاتی ہے۔ اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے: وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللّٰهِ فَهُوَ حَسْبُهٗ۔ "اور جو شخص اللہ پر توکل کرے گا اللہ اسے کافی ہو گا۔"[33] جو شخص اللہ تعالیٰ پر بھروسہ کرے، اللہ تعالیٰ اس کا کام بنا دیتا ہے، لیکن کام بنانے کی نوعیت اور اس کا وقت اللہ تعالیٰ خود مقرر فرماتا ہے، کیونکہ اس نے ہر چیز کا ایک نپا تلا اندازہ طے فرمار کھا ہے۔ بظاہر حالات مایوس کن ہوں لیکن اللہ پر قلبی اعتماد اور اس سے خیر کی توقع آدمی کو کبھی ناکام نہیں بناتی۔ پہاڑ جیسی مشکلات بھی اللہ تعالیٰ کے ایک اشارہ سے دور ہو جاتی ہیں۔ اور یہ آیت اس بات کی ضمانت ہے کہ جو بھی اللہ پر توکل کرے گا اس کی مشکلات کو دور کرنے کے لیے اللہ کافی ہو گا۔ قرآن کریم میں سات مرتبہ وَعَلَى اللّٰهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُوْنَ (اور اسی کی پاک ذات پر مومنوں کو بھروسہ رکھنا چاہیے[34]) فرما کر مؤمنوں کو صرف اللہ تعالیٰ پر توکل کرنے کی تاکید کی گئی ہے، یعنی حکم خداوندی ہے کہ اللہ پر ایمان لانے والوں کو صرف اللہ ہی کی ذات پر بھروسہ کرنا چاہیے۔ حضرت عمر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرام ﷺ نے فرمایا: اگر تم اللہ پر ایسا توکل کرو، جیسا توکل کرنے کا حق ہے، تو اللہ تم کو اس طرح سے روزی دے گا جیسے پرندوں کو دیتا ہے صبح کو وہ بھوکے اٹھتے ہیں اور شام کو پیٹ بھرے ہوئے آتے ہیں۔[35] ایک اور روایت میں حضرت عبد اللہ رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: بدفالی شرک ہے۔ ہم میں سے جس کو بدشگونی کا وہم ہو تو اللہ تعالیٰ توکل کی وجہ سے اسے دور فرما دیں گے۔[36] اللہ تعالیٰ پر کامل توکل اور یقین ہی انسان کو ہر حال میں خوشی کا احساس دیتا ہے۔ اور جو فرد اس نعمت سے محروم ہے وہ ہر آنے والی مشکل اور تکلیف میں جزع فزع کرے گا اور شکوہ شکایت کے انبار لگا کر اپنی خوشی کو غارت کرے گا۔

دعا اور خوشی

دعا وہ ذریعہ ہے جس کے ذریعے سے انسان دلی سکون اور خوشی حاصل کرتا ہے۔ دعا مانگنا انسانی فطرت کا تقاضا ہے، چنانچہ جب ہم مبتلائے آلام ہوتے ہیں اور مصیبتیں ہمیں چاروں طرف سے آگھیرتی ہیں تو ہمارے ہاتھ بے اختیار اٹھ جاتے ہیں۔ مضطرب دل سے الفاظ پکار بن کر نکلتے ہیں، بے ساختگی میں نکلی ہوئی یہی آواز دعا کہلاتی ہے۔ قرآن مجید میں دعا کے سلسلے میں فرمایا گیا: وَقَالَ رَبُّكُمُ ادْعُوْنِيْٓ اَسْتَجِبْ لَكُمْ ۭ "اور تمہارے رب کا فرمان ہے کہ مجھ سے دعا کرو میں تمہاری دعاؤں کو قبول

کروں گا۔"[37]اُدْعُوْا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَّخُفْيَةً "تم لوگ اپنے پروردگار سے دعا کیا کرو گڑ گڑا کے بھی اور چپکے چپکے بھی۔"[38]وَاِذَا سَاَلَكَ عِبَادِيْ عَنِّيْ فَاِنِّيْ قَرِيْبٌ. اُجِيْبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ اِذَا دَعَانِ. فَلْيَسْتَجِيْبُوْا لِيْ وَلْيُؤْمِنُوْا بِيْ لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُوْنَ۔"جب میرے بندے میرے بارے میں آپ سے سوال کریں تو آپ کہہ دیں کہ میں بہت ہی قریب ہوں، ہر پکارنے والے کی پکار کو جب بھی وہ مجھے پکارے قبول کرتا ہوں۔ اس لئے لوگوں کو بھی چاہیے وہ میری بات مان لیا کریں اور مجھ پر ایمان رکھیں یہی ان کی بھلائی کا باعث ہے۔"[39]سنت رسول ﷺ نے واضح کیا ہے کہ دعا عبادت کا مغز ہے۔ حضرت سلمان فارسی رضی اللہ عنہ کہتے ہیں رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: اللہ تعالیٰ حیاء دار اور کریم ہے۔ جب کوئی بندہ اس کے سامنے ہاتھ پھیلاتا ہے تو اسے شرم آتی ہے کہ اسے خالی اور نامراد واپس کرے۔[40]حضرت نعمان بن بشیر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ میں نے نبی اکرم ﷺ کو فرماتے ہوئے سنا کہ دعا ہی تو عبادت ہے۔[41]حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جسے یہ بات پسند ہو کہ اللہ تعالیٰ مصیبت اور سختی میں اس کی دعا قبول کرے تو اسے چاہیے کہ راحت کی حالت میں بکثرت دعا کرے۔[42]حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: تم میں سے ہر ایک کی دعا قبول کی جاتی ہے بشرطیکہ وہ جلدی نہ کرے اور یہ نہ کہنے لگے کہ میں نے دعا مانگی اور وہ قبول نہ ہوئی۔[43]
حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہسے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: اللہ تعالیٰ سے قبولیت کے یقین سے ساتھ دعا مانگا کرو۔ اور جان لو کہ اللہ تعالیٰ غافل اور لہو ولعب میں مشغول دل کی دعا قبول نہیں فرماتے۔[44]

خلاصہ بحث

آج کی جدید دنیا نت نئے نفسیاتی امراض سے دوچار ہے۔ ترقی یافتہ ممالک میں ایسے امراض کے لیے بے شمار کلینک کھل چکے ہیں، جہاں مختلف کورسز کے ذریعے ان نفسیاتی امراض کا علاج کیا جاتا ہے۔ انہی امراض میں سے ایک مرض بے سکونی اور ناخوشی بھی ہے۔ اس مرض کی وجہ سے ہر سال لاکھوں لوگ موت کی وادی میں چلے جاتے ہیں۔ بے سکونی اور ناخوشی کا پھیلتا ہوا رجحان دراصل اسلامی تعلیمات سے دوری کا نتیجہ ہے۔ اگر ہم اسلامی تعلیمات کو اپنی انفرادی اور اجتماعی زندگی میں اپنالیں تو اس مرض پر قابو پایا جاسکتا ہے۔ امید، توکل علی اللہ، اخلاقیات، خودشناسی، شکر گزاری اور تزکیہ نفس ایسی خوبیاں ہیں جو بالعموم تمام نفسیاتی امراض اور بالخصوص بے سکونی اور ناخوشی کے بہترین علاج ہیں۔

References

1 Muhammad Bin Ismail Bukhari,, *A- Jameal-sahih* (Riyadh : Dār-us-salaam),H.No : 810.

2Ibne Maja, Muhammad Bin yazid, *Sunnun* Ibne Maja (Riyadh : Dār-us-salaam),H.No : 1303.

3Bukhari, H No : 1162.

4.Bukhari, H..No : 784.

5 Muslim Bin Hajjaj,Sahih Muslim (Riyadh : Dār-us-salaam),H.No : 177

6.Bukhari, H..No : 2385.

7.Bukhari, H..No : 343.

8.Bukhari, H.No : 138.

Sunnun Ibne Maja ,H.No : 85.9

Ahmad bin shoib,*Sunnun*Nasai(Riyadh : Dār-us-salaam),H.No : 1285.10

11Ahmad bin Hanbal,*Masnad* Imam Ahmad bin Hanbal(Riyadh : Dār-us-salaam),H.No : 1178.

12Abū Dāwūd, Sulymān ibn al-Ash'ath al-Sijistānī, *Sunan Abī Dāwūd* (Riyadh : Dār-us-salaam), H.No : 346.

13Bukhari, H.No : 349.

14Muhammad ibn Essa, *Jame* Termizi (Riyadh : Dār-us-salaam), H.No : 1656.

15Saif Ur Rahman Mubarakpuri, *Al* Rakhiq ul Makhtom (Lahore: Maktaba Salfia,1995), p240.

16*Jame* Termizi,H.No : 2078.

17*Jame* Termizi,H.No : 2079.

18*Jame* Termizi,H.No : 2076.

19*Jame* Termizi,H.No : 2080.

20*Jame* Termizi,H.No : 1607.

[21]Al-Teen, 95: 5.

22All-E-Imran, 3: 134.

23. Sahih Muslim,H.No 2142

24Bukhari, H.No : 6116.

[25]Al-Room, 21: 30.

[26]Al-Hujurat, 11: 12.

27*Sunan Abī Dāwūd*,H.No : 1276.

[28]Al-Zariaat, 21: 51.

[29]Al- Fusilat, 53: 41.

[30]Ibrahim, 14: 34.

[31]Ibrahim, 14: 7.

[32]Younas, 10: 58.

[33]Al- Talaq, 65: 3.

[34]See: All e Imran,3:122. All e imran, 3:160. Al-Mahida,11:5. Al-Toba,9:51. Ibrahim,14:12. Al-Mujadla,58:10. Al-Taghabun,64:13.

35*Sunnun* Ibne Maja ,H.No : 1044.

36*Sunnun* Ibne Maja ,H.No : 418.

[37]Al- Ghafir, 60: 40.

[38]Al- Aaraf, 55:7.

[39]Al- Baqara, 2: 186.

40*Jame* Termizi,H.No : 1512.

41*Jame* Termizi,H.No : 1195.

42*Jame* Termizi,H.No : 1334.

43*Jame* Termizi,H.No : 1339.

44*Jame* Termizi,H.No :1432