Sociology & Cultural Research Review (SCRR)
Available Online: https://scrrjournal.com
Print ISSN: 3007-3103 Online ISSN: 3007-3111
Platform & Workflow by: Open Journal Systems

Self-Purification in Quran and its Practical Aspect (An Inductive and Applied Study)

تزکیہ نفس کا قرآنی تصوراور اس کی عملی تطبیق

(ایک استقرائی واطلاقی مطالعہ)

Dr. Naveed Altaf Khan,
Lecturer, Department of Shariah, Faculty of Shariah & Law, International Islamic University, Islamabad
Dr. Wajahat Khan
Lecturer Islamic Studies, University of Kotli, AJ&K
Wajahat_iiui@yahoo.com

ABSTRACT

The main purpose of the Holy Quran is the reform and welfare of the individual and the society. The path that the Holy Qur'an lays down for the fulfilment of this goal is، the construction of humanity, which is not possible without self-purification. According to the Qur'an, the most important and fundamental responsibility on a human being is to prove himself as the vicegerent of God Almighty while living in this world, which necessarily means that it is very important for a person to focus on his own reformation. The Holy Qur'an has mentioned three stages of Nafs (human feeling): Nafs al-Imarat al-Saw, al-Nafs al-Lawamah, al-Nafs al-Mutmainah. The most difficult but important task for a human being is to make the self-satisfied by obeying the will of his Lord. According to the Qur'an, the one who purifies the soul gets success and the one who submits to the soul is doomed to failure. In this discussion, while describing the Quranic meaning of self-purification, the statistics of the Quranic verses about self-purification, the determination of the meaning that comes out in the light of these blessed verses and its relation to our lives, the description of the three types of Nafs are explained. In the context of self-purification, the need and importance of self-purification and the damages caused by neglecting, it will be briefly highlighted.

***Keywords**: Purification of the Nafs, Nafs al-Imarat Balsau, Nafs al-Lawamah, Nafs al-Mutmaina.*

مقدمہ:

قرآن حکیم کا سب سے بنیادی مقصد فرد و معاشرہ کی اصلاح و فلاح ہے۔ اس مقصد کی تکمیل کے لیے قرآن حکیم جو راستہ وضع کرتا ہے وہ تعمیر انسانیت کا ہے جو تزکیہ نفس کے بغیر ممکن نہیں۔ قرآن کے نزدیک انسان پر سب سے اہم و بنیادی ذمہ داری اسے اس دنیا میں رہتے ہوئے اپنے آپ کو خدا تعالی بزرگ و برتر کا نائب ثابت کرنا ہے۔ جس کے لیے اسے اشرف المخلوقات بنایا گیا ہے۔ مگر احسن تقدیم کے حامل انسان کے لیے سب سے زیادہ خطرہ اسفل السافلین کا ہے۔ جس کا لازمی مطلب یہ ہے کہ انسان کا اپنی اصلاح کی طرف متوجہ ہونا نہایت ضروری ہے۔ قرآن حکیم نے نفس کے تین مراحل بتائے ہیں :

نفس الامارة بالسوء، النفس اللوامہ، النفس المطمئنہ

انسان کے لیے سب سے مشکل مگر اہم کام برائی کی طرف مائل نفس امارہ کو اپنے رب کی مرضی کے تابع فرمان کر کے نفس مطمئنہ بنانا ہے۔اس کے لیے قرآن حکیم نے تزکیہ نفس کا اصول فراہم کیا ہے۔ ۔قرآن کے مطابق فلاح وہی پاتا ہے جو نفس کا تزکیہ کرتا ہے اور جو نفس کے تابع ہو جاتا ہے ناکامی اس کا مقدر بن جاتی ہے۔

اس بحث میں تزکیہ نفس کا قرآنی مفہوم بیان کرتے ہوئے،تزکیہ نفس کی بابت قرآنی آیات کا احصاء،ان آیات مبارکہ کی روشنی میں سامنے آنے والے منہج کی تعین اور ہماری زندگی سے اس کا تعلق،نفس کی تینوں اقسام کی تفصیل اور فرد معاشرہ کے تناظر میں تزکیہ نفس کی ضرورت واہمیت اور اس سے عدم توجہی سے برآمد ہونے والے نقصانات پر مختصر اروشنی ڈالی جائے گی۔

کلیدی الفاظ:تزکیہ نفس،نفس الامارۃ بالسوء،النفس اللوامہ،النفس المطمئنۃ

نفس کا مفہوم

نفس عربی زبان میں انسان،جان،سانس،ہوا،خون اورانسانی سوچ خیالات اور دل کی مختلف کیفیات کے عکاس کے طور پر استعمال کیا گیا ہے۔[i]

قرآن حکیم میں لفظ نفس انسان جانی،دل اور دلی کی مختلف کیفیات میں مستعمل ہوا ہے۔[ii]

جبکہ تزکیہ کا لغوی معنٰی کسی چیز کو پاک صاف اور درست و صحیح کرنے کے ہیں۔[iii]

تزکیہ نفس کا مفہوم

تزکیہ نفس قرآنی اصلاح ہے جس کا عمومی معنٰی نفس کو پاک کرنا ہے۔اور پاک کرنے سے مراد اانسانی سوچ کو غلط عقائد و نظریات اور خیالات سے پاک رکھنا[iv] اور ایسے اعمال سر انجام دینا جن سے اللہ پاک راضی ہوتا ہو اور اعمال سے اجتناب برتنا جن سے اللہ پاک ناراض ہوتا ہو۔

یعنی انسان کے اندر تمام اخلاق حمیدہ جیسے سچائی،ایمانداری،توکل،صبر،حلم،ایفائے عہد،صلہ رحمی،پاک دامنی،رواداری وغیرہ پیدا ہو جائیں اور ان میں ترقی ہو اور تمام رزائل اخلاق مثلا جھوٹ،غیبت،چغلی،تہمت،حرامی خوری،تکبر،وغیرہ نکل جائیں۔[v]

گویا جس طرح منکرات سے اپنے آپ کو دور رکھنا تزکیہ کا ایک اہم جزؤ ہے اسی طرح معروف پر اپنے آپ کو لانا اور قائم رکھنا بھی تزکیہ ہے۔انسان کی روحانی پاکیزگی کے حصول میں یہ تینوں چیزیں شامل ہیں۔

اور جو انسان جتنا زیادہ درست عقائد،نظریات اور سوچ وفکر کا مالک اور اخلاق حمیدہ سے مزین اور رزائل اخلاق سے مبرہ ہوتا ہے وہ اسی قدر متقی ہوتا ہے۔جس کے لیے قرآن حکیم نے ہدایت دینے کا وعدہ کر رکھا ہے۔

تزکیہ نفس کی ضرورت و اہمیت

قرآن کریم کا موضوع انسان اور مقصدِ نزول فلاحِ انسانیت ہے۔قرآن وہ راہ ہدایت ہے جس پر عمل کرتے ہوئے ایک انسان دنیا میں بھی فلاح حاصل کرتا ہے اور آخرت کی ہمیشہ کی کامیابی اس کے قدم چومتی ہے۔

مخلوقات میں انسان کو اللہ تعالیٰ نے مکلف بنایا ہے اور اسے اپنے نیابت عطا فرمائی ہے۔مکلف ہونے کے حوالے سے ارشاد باری تعالی ہے:

إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَن يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنسَانُ ۖ إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا[vi]

ترجمہ:یقینا ہم نے اس امانت(مکلف ہونے)کو آسمانوں اور زمینوں پر پیش کیا۔اسی طرح پہاڑوں پر بھی مگر انہون نے اسے اٹھانے سے انکار کر لیا اور اس سے ڈر گیے اور انسان نے اسے اٹھایا۔بے شک انسان بڑا ظالم اور بڑا جاہل ہے۔

قرآنی تعلیمات کے مطابق انسان کے اپنے لیے مکلف ہونا پسند کیا۔ یعنی اپنی مرضی سے اچھائی یا برائی کا راستہ اپنانے کا اختیار کہ اس کے سامنے دو راستے ہوں ایک راستہ رحمنٰ کے بندوں والا اور دوسرا شیطان اور نفس پرستی کا۔ ایک پر چل کر دونوں جہانوں میں کامیابی اور دوسرے پر دونوں جہانوں میں ناکامی ورسوائی۔

چونکہ اللہ تعالیٰ نے انسان پر وہ ذمہ داری عائد فرمائی جس کو اٹھانے کے لیے کائنات کی طاقت ور حقیقتیں انکاری ہوئیں۔ جتنی بڑی ذمہ داری تھی اتنی بڑی اس کی آزمائش اور پھر اس ضمن میں احتیاط۔ آزمائش کے لیے اس کے ساتھ شیطان اور اس کی نفسائی خواہشات ساتھ ساتھ لگا دیں۔ تاکہ وہ چاہتے ہوئے اور قدرت رکھتے ہوئے شیطان اور نفس دونوں کو شکست دے کر اپنے رب کے ہاں حاضر ہو اور قیامت کے دن اسے یہ سند تصدیق دی جائے کہ وہ واقعی خلافت ارضی کا اہل تھا اور انعام کے طور پر جنت کا مستحق ہے۔

اللہ پاک نے انسان کے لیے جو راستہ فلاح اختیار کیا اس کی بنیاد قرآن کریم ہے

قرآن کریم اپنے آغاز میں ہی فرماتا ہے:

''ذَٰلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ۔[vii]

ترجمہ: یہ بھی کتاب ہے جس میں کوئی شک نہیں یہ متقین کے لیے راہ ہدایت ہے۔

آیت مبارکہ میں پیغام الٰہی یہ ہے کہ قرآن کریم متقین کے لیے سیدھا راستہ دیکھانے والے کتاب یعنی راہ ہدایت ہے۔ اس راہ ہدایت کے لیے جو اصلاح فرد و معاشرہ کا منہج اللہ پاک نے مقرر فرمایا ہے وہ تزکیہ نفس کا ہے۔

ارشاد باری تعالیٰ ہے:

قَدْ أَفْلَحَ مَن تَزَكَّىٰ [viii]

ترجمہ: تحقیق اس نے فلاح پائی جس نے تزکیہ اختیار کیا۔

یعنی تقوی اختیار کیا۔

ایک دوسرے مقام پر ارشاد ہے:

قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا[ix]

ترجمہ: تحقیق اس نے فلاح پائی جس نے اس (نفس) کو پاک کیا۔

تزکیہ نفس کی مقصدیت کے حوالے سے امام اصفہانی مفردات القرآن میں لکھتے ہیں:

''وبِزَكَاءِ النّفس وطهارتها يصير الإنسان بحيث يستحقّ في الدّنيا الأوصاف المحمودة، وفي الآخرة الأجر والمثوبة.''[x]

ترجمہ: اور تزکیہ نفس (یعنی اپنے آپ کو پاک اور صاف کرنے سے) انسان دنیا میں اچھے اخلاق کا حامل اور آخرت میں اجر و ثواب کا مستحق بن جاتا ہے۔

گویا اصل راہ ہدایت یہ ہے کہ انسان اپنا تزکیہ کر کے فلاح حاصل کرے۔

تمام تر تفصیل کا حاصل یہی ہے کہ قرآن کریم کی تعلیمات کی روشنی میں انسان کی حقیقی کامیابی اور فلاح تزکیہ نفس کے بغیر ممکن نہیں

تزکیہ نفس مقصد نبوت

تزکیہ نفس بنوت کے مقاصد میں سے ایک اہم مقصد ہے۔ قرآن حکیم کے مطابق تمام انبیائے کرام بشمول رسالت مآب حضرت محمد ﷺ کی بعثت کا بنیادی مقاصد لوگوں کا تزکیہ نفس تھا۔ اس بات قرآن کریم میں مقاصد نبوی کے حوالے ارشاد ہوتا ہے:

لَقَدْ مَنَّ اللَّهُ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ إِذْ بَعَثَ فِيهِمْ رَسُولًا مِّنْ أَنفُسِهِمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِن كَانُوا مِن قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ-[xi]

ترجمہ: تحقیق اللہ تعالیٰ نے مومنین پر بڑا احسان کیا کہ ان ہی میں سے ایک (انسان) کو رسول بنا کر بھیجا جو ان پر اس کی آیات پڑھ کر سناتا ہے اور انہیں پاک کرتا ہے اور انہیں کتاب وحکمت کی تعلیم دیتا ہے اور یقیناوہ اس سے پہلے واضح گمراہی میں تھے۔

اس آیت مبارکہ میں آپ ﷺ کے مقاصد نبوت قرآن کریم کی تلاوت، کتاب وحکمت کی تعلیم اور پھر حاصل مقصد یعنی دلوں واذہان کو غلط عقائد اور اللہ کے علاوہ سے لو لگانے سے، نفوس کو رزائل اخلاق اور اجسام کو نجاستوں اور گندگیوں سے پاک کرنے، کو بڑی وضاحت کے ساتھ بیان کی گیا ہے۔[xii]

اور ان مقاصد کے حصول کے لیے امت کے فرد و معاشرہ کو اللہ اور اس کے رسول کی اطاعت کا حکم دیا گیا تاکہ تزکیہ نفس کا عمل کامیابی سے ہمکنار ہو سکے۔ چنانچہ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ--[xiii]

ترجمہ: اے ایمان والوں اطاعت کرو اللہ اور اس کے رسول کی۔

اور اللہ اور اس کے رسول کی اطاعت سے مراد یہ ہے کہ:

وَمَا آتَاكُمُ الرَّسُولُ فَخُذُوهُ وَمَا نَهَاكُمْ عَنْهُ فَانتَهُوا ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۖ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ[xiv]

ترجمہ: اور رسول جو تمہیں دیں اسے لے لو اور جس سے منع کریں اس سے باز آجاؤ۔ اور اللہ سے ڈرتے رہو بے شک اللہ سخت سزا دینے والا ہے۔

اس سے معلوم ہوا کہ اللہ اور اس کے رسول کی اطاعت کے بغیر تزکیہ نفس ممکن نہیں اور تزکیہ یہ ہے کہ اللہ کے رسول ﷺ جس بات کا حکم دیں اس کو بجالانا اور جس سے منع فرمائیں اس سے باز آجانا۔ یہی تقوی ہے اور اس سے راہ فرار اختیار کرنے والوں کے لیے سخت ترین عذاب ہے۔

یعنی تزکیہ نفس سے ہی تعمیر انسانیت اور تکمیل انسانیت ممکن ہوتی ہے۔

نفس کی مختلف کیفیات

اللہ تعالیٰ نے انسان کے اندر خیر و شر دونوں صفات ودیعت فرمائی ہیں۔ خیر کی صفت کے ساتھ اپنی مدد کا وعدہ بھی فرمایا ہے اور شر والی تمام تر داعیات وصفات کے ساتھ شیطان ونفس کی صورت میں آزمائش بھی ساتھ لگا رکھی ہے۔ تنہا شیطان انسان پر اثر انداز نہیں ہو سکتا جب تک کہ انسان پر اس کا نفس قابو سے باہر نہ ہو جائے اس لیے نفس کو قابو پانا شریعت میں بہت مطلوب ہے۔ اور نفس انسانی کے تین مراحل قرآن کریم نے بیان فرمائے ہیں۔ نفس الآمارۃ بالسوء، النفس اللوامہ اور النفس المطمئنہ[xv]

نفس الآمارۃ بالسوء

قرآنی اصطلاح میں نفس الآمارۃ بالسوء سے مراد نفس کی وہ کیفیت یا مرحلہ ہے جس میں انسان کو برائی کی طرف جانے کا زیادہ میلان ہوتا ہے۔ یعنی نفس برائی کی طرف جانے کا گویا حکم دے رہا ہو۔ یہ خاصیت ساری زندگی انسان میں موجود رہتی ہے اور اس خواہش ومیلان کو دبائے رکھنے والا ہی اللہ کے ہاں کامیاب ٹھہرتا ہے۔ اور نفسانی خواہش کا تابع فرمان دنیا و آخرت میں خوار ہوتا ہے۔ اسی بارے میں ارشاد باری تعالیٰ ہے:

قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا[xvi]

ترجمہ: تحقیق اس نے فلاح پائی جس نے اس (نفس) کو پاک کیا۔

یعنی جس نے نفس کی اس کیفیت یعنی نفسانی خواہش کے مقابلہ میں اللہ اور اس کے رسول کا کہا مانتا تو اس نے اس کا تزکیہ کر لیا اور کامیابی اس کا مقدر بنی۔

ارشاد باری تعالیٰ ہے:

وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ- فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ-[xvii]

اور جو شخص اپنے رب کے سامنے کھڑا ہونے سے ڈرا اور نفس کو بری خواہشات سے دور رکھا تو اس کا ٹھکانہ جنت ہے۔

اس کے بر خلاف جس اس کے حوالے ہو گیا اور اللہ اور اس کے رسول ﷺ کی نافرمانی کر تا رہا تو وہ ناکام ہوا۔ چنانچہ ارشاد ہو تا ہے:

وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّاهَا-[xviii]

ترجمہ: اور ناکام ہوا جس نے اسے فجور میں غرق کر دیا۔

تو نفس کی یہ صورت یا کیفیت نفس الأمارۃ بالسوء میں داخل ہے اور اس سے کسی کو بھی مفر نہیں۔

البتہ اگر انسان اپنی خواہشات کو اپنا خدا بنا ڈالتا ہے تو پھر اس کو ہلاکت سے کوئی نہیں بچا سکتا۔

ارشاد باری تعالیٰ ہے:

أَفَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلَٰهَهُ هَوَاهُ وَأَضَلَّهُ اللَّهُ عَلَىٰ عِلْمٍ وَخَتَمَ عَلَىٰ سَمْعِهِ وَقَلْبِهِ وَجَعَلَ عَلَىٰ بَصَرِهِ غِشَاوَةً فَمَن يَهْدِيهِ مِن بَعْدِ اللَّهِ ۚ أَفَلَا تَذَكَّرُونَ-[xix]

ترجمہ: کیا آپ نے اس شخص کو بھی دیکھا جس نے اپنا خدا اپنی نفسانی خواہشات کو بنا ڈالا تو اللہ نے علم کے باوجود اسے گمراہی میں ڈال دیا اور اس کے کان اور دل پر مہر لگا دی اور اس کی آنکھ پر پردہ ڈال دیا۔

یہ صورت حال نفس الامارۃ پر عمل کا لازمی نتیجہ ہے جس کی وجہ سے انسان انفرادی و اجتماعی سطح پر صرف نفسا نفسی کے عام میں ہو تا ہے اور اپنی خواہشات کا غلام بن جانے کی وجہ سے اللہ سے دور سے دور تر ہو تا جاتا ہے جس کے بعد اسے نیک کام کی توفیق صلب ہو جاتی ہے۔ اور وہ انسانیت کی پست ترین سطح اسفل السافلین تک گر جاتا ہے۔[xx]

ارشاد باری تعالیٰ ہے:

بس اللہ پاک سے اس پر غلبہ کی ہمیشہ دعا کرتے رہنا چاہیے اور اگر غلبہ حاصل ہو تو عجب کا شکار ہونے کے بجائے اسے فضل الہی گردانناچاہیے جیسا کہ حضرت یوسف علیہ السلام نے فرمایا تھا جب سب کچھ ثابت ہو گیا کہ ان پر لگایا گیا زنا کا الزام جھوٹا تھا تو اس پر بھی انہوں نے اپنے اچھے کردار کو بھی اللہ کا فضل قرار دیا اور اپنے نفس کے بارے میں فرمایا تھا:

وَمَا أُبَرِّئُ نَفْسِي ۚ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي ۚ إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَّحِيمٌ-[xxi]

ترجمہ: اور میں یہ دعویٰ نہیں کرتا کہ میرا نفس پاک صاف ہے۔ حقیقت میں انسانی نفس تو ہمیشہ اسے برائی کی طرف مائل کرتا ہی رہتا ہے۔ البتہ اگر میرا رب رحم فرمائے تو الگ بات ہے۔ بے شک میرا رب خوب درگزر کرنے والا اور بڑا مہربان ہے۔

اس کا مطلب یہ ہوا کہ حضرات انبیائے کرام نفس الأمارۃ پر قابو کو اللہ کا ہی احسان سمجھتے ہیں۔[xxii] اس لیے عام انسان کو اسے آسان نہیں لینا چاہیے بلکہ اس کے علاج کے لیے ہمہ وقت کوشش میں لگا رہنا چاہیے تاکہ اس کی خواہشات تن آور درخت نہ بن سکیں۔

حضرت یوسف علیہ السلام نے اپنے طور پر زلیخا کے مطالبہ سے خود کو دور رکھا اور اس کے آخری کوشش کو بھی حتیٰ الامکان ناکام بنانے کی کوشش کی اور دروازے کی طرف بھاگے۔ اس کے بعد اللہ تعالیٰ نے ان کی مدد فرمائی۔

النفس اللوامۃ

نفس کی دوسری کیفیت اس کا اپنے آپ کو ملامت کرتے رہنے کی کیفیت ہے۔ انسانی جی جہاں ایک طرف انسان کو برابر برائی کی طرف مائل کرتا رہتا ہے تو اس وقت اللہ نے اس کے اندر ایک ایسی کیفیت بھی ساتھ رکھی ہوتی ہے کہ اسے برائی برائی نہ صرف محسوس ہوتی رہتی ہے بلکہ اس برائی کے برے ہونے کا اسے برابر احساس بھی ہوتا رہتا ہے اور کبھی تو نفس لوامہ جیت جاتا ہے انسان کو گناہ اور خدا تعالیٰ کی ناراضگی کا احساس اسے گناہ کرنے ہی نہیں دیتا اور کبھی نفس امارہ کے ہاتھوں مغلوب ہو کر انسان گناہ کر بیٹھتا ہے مگر نفس لوامہ اسے احساس ندامت میں گھیر لیتا ہے اور اگر انسان اس پر توبہ تائب ہو جائے تو نفس لوامہ زندہ رہتا ہے۔ اور نفس کی یہ کیفیت اور اس کی زندگی اللہ کے ہاں بڑی محبوب ہے۔ قرآن کریم میں اسی نفس لوامہ کی قسم کھائی گئی ہے۔ چنانچہ ارشاد ہے:

وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ-[xxiii]

ترجمہ: اور میں (انسان کے) اپنے اوپر ملامت کرنے والے نفس کی قسم کھاتا ہوں۔

اللہ تعالیٰ نے نفس لوامہ کی قسم کھائی ہے جو نیکی کر کے بھی اس طور پر اسے ملامت کرتا ہے کہ شاید اس میں اخلاص کی کمی ہوئی ہو گی اور گناہ کر کے اس پر نادم ہو۔[xxiv]

النفس المطمئنۃ

نفس کی تیسری کیفیت وحالت نفس مطمئنہ ہے۔ جب انسان اللہ اور اس کے رسول ﷺ کی اطاعت میں آجاتا ہے تو اسے جو قلبی سکون و اطمینان میسر ہوتا ہے اسے نفس مطمئنہ کہا جاتا ہے۔

جس طرح جسم کے لیے غذا ضروری ہے اسی طرح روح کے لیے بھی غذا کی ضرورت ہوتی ہے اور اس کی غذا خود اسکے پیدا کرنے والے کے لیے حسب ذیل تجویز فرمائی ہے:

أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ-[xxv]

ترجمہ: آگاہ رہو اللہ کی یاد ہی وہ واحد چیز ہے جس سے دلوں کو سکون نصیب ہوتا ہے۔

اسلام میں داخل ہونے کے بعد اللہ تعالیٰ اپنے بندے پر جو سب سے پہلا انعام فرماتے ہیں وہ اطمینان قلب ہے۔ اور یہ بات تواتر سے سامنے آئی ہے جو دنیا کی بڑی سی بڑی نعمتوں سے لطف اندوز ہونے کے بعد بھی جو شخص حلقہ بگوش اسلام ہوتا ہے اس کا یہ کہنا ہوتا ہے کہ سب کچھ ہونے کے باجود مجھے دلی سکون نہیں تھا اور اب مجھے دلی سکون مل گیا ہے۔

پھر جوں جوں انسان اللہ کی قربت حاصل کرتا جاتا ہے اس میں مزید اضافہ ہوتا جاتا ہے۔ اور بظاہر ایک مؤمن خواہ کتنے ہی مشکل حالات میں کیوں نہ نظر آرہا ہو اللہ کے ساتھ تعلق کی وجہ سے اس کے دل میں کمال درجے کا اطمینان و سکون ہوتا ہے۔ یہ وہ نعمت جو اس دنیا میں صرف اہل ایمان والوں کی ہی حصہ میں آتی ہے۔

اس نعمت کی اصل وانتہائی کیفیت تو ایک مؤمن کو مرتے وقت اور اس کے بعد قیامت کے دن نصیب ہو گی جب اسے ہمیشہ کی کامیابی کا پروانہ تھمایا جائے گا۔ جس کے بارے میں ارشاد باری تعالیٰ ہے:

يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ- ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً-[xxvi]

ترجمہ: اے مطمئن جی! لوٹ اپنے رب کی طرف اس حالت میں کہ تو اس سے راضی اور وہ تجھ سے راضی۔

تزکیہ نفس کے قرآنی منہج مختصر احاطہ

تزکیہ نفس کے قرآنی تصور اور اس تین بنیادی کیفیات کے بعد اس کے قرآنی نظر پر مختصرا روشنی ڈالی جائے گی۔

جیسا کہ تزکیہ نفس کے قرآنی تصور سے واضح ہوتا ہے کہ تزکیہ کے تین بنیادی میادین ہیں۔

عقیدہ وافکار کا تزکیہ

پہلا میدان عقیدہ، افکار وخیالات کو پاک کرنا، اور پاک رکھنے کا ہے۔ قرآن حکیم نے عقیدہ وافکار کی خرابی کو دل کا مرض قرار دیا ہے جس کا تزکیہ ضروری ہے۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

فِي قُلُوبِهِم مَّرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا--[xxvii]

ترجمہ: ان کے دلوں میں مرض ہے اور اللہ نے ان کے مرض میں اضافہ کر دیا۔

جس میں بالعموم عقائد اسلام اور خاص کر کے ذات باری تعالیٰ کی کماحقہ معرفت ہے۔ اس کے لیے اللہ کا وہی تعارف معتبر ہے جو خود قرآن عظیم نے کرایا ہے اور اس کے لیے مستقلا مطالعہ وفہم قرآن ضروری ہے۔ خاص کر کے معرفت باری تعالیٰ سے متعلقہ آیات۔ اس کے علاوہ اس ذات کے ساتھ تعلق پیدا کرنے، قائم رکھنے اور مضبوط سے مضبوط تر کرنے کے لیے دنیا کے کاموں سے یک سو ہو کر تنہائی میں مستقلاً اللہ کو وقت دینے کی عادت بنانا اور ذکر اللہ کا اہتمام ضروری ہے۔ جیسا کہ قرآن حکیم میں ارشاد ہوتا ہے:

فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ-وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَب[xxviii]

ترجمہ: بس جب فارغ ہوں تو خود کو (عبادت فی ذاتہ میں) خوب تھکائیں اور اپنے رب سے ہی لو لگائیں۔

یعنی زندگی میں باقی ذمہ داریوں کے دوران میں بھی اللہ کو بھی وقت دینا چاہیے اور اس کے ساتھ براہ راست تعلق کو مضبوط سے مضبوط تر کرنا چاہیے۔[xxix]

اسی طرح فرمایا:

وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي[xxx]

ترجمہ: اور میری یاد کے لیے نماز قائم کرو۔

جہاں تک اعمال کے ذریعے تزکیہ کا تعلق ہے تو حتیٰ الامکان، اطاعت اللہ واطاعت رسول ﷺ یعنی قرآن وسنت کی تعلیمات کے ذریعے یہ فریضہ سرانجام دیا جانا چاہیے۔

ارشاد باری تعالیٰ ہے:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ--[xxxi]

ترجمہ: اے ایمان والوں اطاعت کرو اللہ اور اس کے رسول کی۔

اگر اس آیت مبارکہ کو تزکیہ نفس کے تناظر میں دیکھا جائے تو معلوم ہوتا ہے کہ اصل تزکیہ نفس تو اللہ اور اس کے رسول کی اطاعت ہے۔ اس کے لیے ظاہر ہے قرآن وسنت کے احکام کو آپ ﷺ کے بتائے گیے طریقے کے مطابق ہی سرانجام دینا ضروری ہے اور ہر وہ عمل خواہ اجتماعی ہو یا انفرادی جو اس طور طریقے سے ہٹ کا انجام پائے گا تو اطاعت اللہ اور اطاعت رسول ﷺ کے دائرہ سے نکل کا تزکیہ کا سبب نہیں بن پائے گا۔

اور اس ضمن میں مستقلاً توبہ اور اس کے بعد دعا کو بطور تریاق عمل میں لایا جائے۔ جہاں کہیں اوامر کی انجام دہی میں غفلت یا سستی ہو جائے وہاں فوراً گناہوں سے توبہ اور دعا کے ذریعے سے مدد مانگی جانی چاہیے۔

اسی طرح اخلاق میں تزکیہ کے لیے سیرۃ النبی ﷺ اور اللہ والوں کے حالات زندگی کا مطالعہ کرنا اور اللہ والوں کی مجالس میں گاہے بگاہے میں شریک ہوتے رہنا ضروری ہے۔

اللہ پاک نے قرآن کریم میں قیامت تک کی انسانیت کے لیے نمونہ عمل آپ ﷺ کی حیات مبارکہ کو قرار دیا ہے۔ چنانچہ ارشاد ہوتا ہے:

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ--[xxxii]

ترجمہ: یقیناً تمہارے لیے اللہ کے رسول ﷺ کی زندگی بہترین نمونہ ہے۔

جس طرح اسوہ رسول ﷺ حضرات صحابہ کرام رضوان اللہ علیھم اجمعین کے لیے ایک مکمل نمونہ عمل تھا؛ بالکل اسی طرح اسوہ رسول ﷺ ہمارے لیے اور قیامت تک کی نسل انسانیت کے لیے نمونہ عمل ہے اور ظاہر ہے اس سے آگاہی سیرۃ النبی ﷺ کے مطالعہ کے بغیر ممکن نہیں۔ چنانچہ آج بھی انسان کی اخلاقی تربیت اور تعمیر و تکمیل انسانیت کے لیے اسوہ رسول کی اتنی ہی اہمیت ہے جتنی آپ ﷺ کی حیات مبارکہ کی وقت تھی۔

اسی طرح ارشاد باری تعالیٰ ہے:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَكُونُوا مَعَ الصَّادِقِينَ

ترجمہ: اے ایمان والوں اللہ سے ڈرو (یعنی تقویٰ اختیار کرو) اور سچے لوگوں کے ساتھ رہو۔

اللہ تعالیٰ نے یہاں تقویٰ اور اس کے بعد سچے لوگوں کی صحبت اپنانے کا حکم دیا ہے۔ جس کا لازمی مطلب یہ ہے کہ تقوی کے حصول کے لیے سچے لوگوں کی معیت ضروری ہے۔ اس کی ایک صورت تو براہ راست اللہ والوں کی صحبت اور ایک صورت ان کے احوال زندگی کا مطالعہ بھی ہے۔

خلاصہ بحث

بحث کا خلاصہ حسبِ ذیل نکات کی شکل میں پیش کیا جاتا ہے۔

1. انسان میں خیر و شر دونوں مادے بطور آزمائش فطری طور پر ودیعت کیے گیے ہیں۔ خیر کے مادہ کو غالب اور شر کو مغلوب بنا کر رکھنے والا انسان و معاشرہ ہی اللہ کے ہاں اس کی اصل نیابت کا حق دار بنتا اور اس کے ہاں کامیاب و کامران ٹھہرتا ہے۔
2. تعمیر و تکمیل انسانیت کے لیے شریعت نے تزکیہ نفس کا راستہ وضع کیا ہے۔
3. تزکیہ نفس درحقیقت ایک جہد مسلسل ہے جو ساری زندگی جاری رہتی ہے۔
4. قرآن عظیم کے ہاں تزکیہ نفس کا مفہوم بڑا وسیع ہے جو انسان کے عقائد، خیالات و نظریات، اس کے اعمال اور اس کے اخلاق سب کو شامل ہے۔
5. قرآنی تعلیمات کی روشنی میں انسانی نفس کی تین کیفیات؛ نفس الامارۃ بالسوء، النفس اللوامہ، النفس المطمئنۃ ہیں۔ نفس امارہ برائی پر اکسانے و آمادہ کرنے کی کیفیت ہے۔ نفس لوامہ برائی کو برائی سمجھنے اور اس پر ملامت کرنے والی کیفیت ہے اور نفس مطمئنہ فکر میں درستگی، اوامر کی انجام دہی، نواہی سے اجتناب اور اخلاق فاضلہ سے خود کو مزین کرنے یا اس کوشش میں مصروف عمل رہتے وقت، اللہ کی طرف سے ملنے والے اطمینان و سکون اور آخرت میں ہمیشہ کے کامیابی سے حاصل ہونے والی کیفیت کا نام ہے۔

6. تزکیہ نفس کے قرآنی منہج میں عقیدہ وفکر کی درستگی کے لیے بنیادی کام معرفت الہیٰ ہے جس کے لیے قرآن کریم کا بالعموم اور معرفت الہی سے متعلقہ آیات مبارکہ کا خصوصی مطالعہ ضروری ہے۔اس تعلق کو قائم ومضبوط سے مضبوط تر کرنے کے لیے توبہ ودعا کو بطور تریاق استعمال کرنا چاہیے۔
7. تزکیہ نفس کے قرآنی منہج میں اعمال کی درستگی کے لیے قرآن وسنت ہی معیار ہیں۔
8. اخلاق کی تہذیب واصلاح کے لیے ، سیرۃ النبی ﷺ کا مستقل مطالعہ، اللہ والوں کے احوال پر مبنی کتب بنی،ان سے تعلق اور گاہے بگاہے ان کی مجلس میں اصلاح کی نیت سے شرکت ضروری ہے۔

---

i مزید مطالعہ کے لیے دیکھیے:- https://www.almaany.com/ar/dict/ar-ar/%D9%86%D9%81%D8%B3/

ii https://www.almaany.com/quran-b/%D9%86%D9%81%D8%B3/

iii مزید مطالعہ کے لیے دیکھیے:مجمع اللغة العربية بالقاهرة (إبراهيم مصطفى / أحمد الزيات / حامد عبد القادر / محمد النجار)، المعجم الوسيط،دار الدعوة، ج1، ص396

iv امین احسن اصلاحی، تزکیہ نفس، فلان فاؤنڈیشن لاہور، ج1و ص34

v مزید مطالعہ کے لیے دیکھیے: صوفی عبد الحمید سواتی، معالم العرفان فی دروس القرآن، ج۔ ص---

vi الأحزاب33: 72

vii البقرة2: 2

viii الأعلى87: 14

ix الشمس91: 9

x مزید مطالعہ کے لیے دیکھیے:أبو القاسم الحسين بن محمد المعروف بالراغب الأصفهانى، المفردات في غريب القرآن دار القلم، الدار الشامية - دمشق بيروت، الطبعة: الأولى - 1412 هـ، ج1، 381

xi سورة آل عمران3:164

xii مزید مطالعہ کے لیے دیکھئے: سواتی ، معالم العرفان،

xiii سورة النساء4: 59

xiv سورة الحشر59: 7

xv تھانوی، مولانا اشرف علی، بیان القرآن (مکمل)، ج2، ص257، 258،مکتبہ رحمانیہ ، لاہور۔

xvi سورة الشمس91: 9

xvii سورة النازعات79:40-41

xviii سورة الشمس91: 10

xix سورة الجاثية45: 23

xx مزید مطالعہ کے لیے دیکھیے: سواتی، معالم العرفان،تفسیر سورۃ التین۔

xxi سورة يوسف12: 53

xxii مزید مطالعہ کے لیے دیکھیے: المظهري، محمد ثناء الله، التفسير المظهري، مكتبة الرشدية – الباكستان، الطبعة: 1412 هـ، ج5، ص171

xxiii سورة القيامة 75: 2

xxiv تھانوی ، مولانا اشرف علی، بیان القرآ ن (مکمل)، جلد سوم، ص 614؛ سواتی ، معالم العرفان، ج، ص395

xxv الرعد13: 28

xxvi سورة الفجر89: 27- 28

xxvii سورة البقرة2: 10

xxviii سورة الشرح94: 7

xxix مزید مطالعہ کے لیے دیکھیے: عثمانی،مولانا شبیر احمد، تفسیر عثمانی؛ مودودی، سید ابو الاعلی، تفہیم القرآن

xxx سورة طحہ20: 13

xxxi سورة النساء4: 59

xxxii سورة الأحزاب33: 21

SCRR