جناب حکیم محمد سعید صاحب
چیئرمین ہمدرد فاؤنڈیشن کراچی

تزکیۂ نفس

دنیا کے بیشتر مذاہب میں ایک بنیادی عقیدہ ہے کہ انسان پیدائشی طور پر گنہگار ہے۔ لیکن اسلام نے اس باطل عقیدے کی، جو گمراہ کن بھی ہے اور شرفِ انسانیت کے منافی بھی، تردید کی ہے۔ اللہ تعالیٰ نے تخلیقِ انسان کے بارے میں اپنا یہ اصول قرآنِ پاک میں بیان فرمایا ہے کہ:۔
لقد خلقنا الانسان فی احسن تقویم یعنی ہم نے انسان کو ہر لحاظ سے بہترین پیمانے پر تخلیق کیا ہے۔

سورۃ الشمس میں اللہ تعالیٰ نے جہاں اپنی دیگر مخلوقات کو اپنی ربوبیت پر گواہ کے طور پر بیان کیا اور ان کی قسم کھائی ہے، ان کے من جملہ نفسِ انسانی کی استواری اور سلامتی کو بھی شامل فرمایا۔ ارشاد ہوتا ہے:۔
وَنَفْسٍ وَّمَا سَوّٰهَا۔ یعنی "قسم ہے نفسِ انسانی کی اور اس کو استوار کرنے والی ذات کی"

اس کا مطلب یہ ہے کہ انسان کا نفس حقیقت میں ایک بے غبار آئینہ ہے، لیکن زندگی کے تقاضے اور اس کے مسائل جو اَن گنت، بے شمار اور مختلف النوع ہیں اور ان کی تکمیل کی تگ و دو انسان کو ہمہ وقت اس گرد و غبار کے زیرِ اثر رکھتی ہے جو اس آئینے کو گدلا دیتا ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ انسان اپنی شعوری زندگی کے ہر لمحے میں تین قسم کے حقوق ادا کرتے رہنے کا پابند ہے یعنی، حقوق اللہ، حقوق عباد اللہ اور حقوق نفس۔

کارِ دنیا کی انجام دہی کی اس تگ و دو میں آدمی ان تینوں قسم کے حقوق کی ادائی میں وہ توازن قائم نہیں رکھ سکتا جو اگر قائم رہے تو آئینۂ دل کی صفائی میں فرق نہیں آسکتا۔ یہ فضیلت صرف انبیائے کرام کے حصے میں آئی ہے۔ درحقیقت حقوق اللہ، حقوق العباد اور حقوقِ نفس میں ہر کوتاہی آئینۂ دل کو زنگ آلود کر دیتی ہے۔ دل کی اس صفائی کا ہر وقت خیال رکھنا اور شعوری یا غیر شعوری کوتاہی کی وجہ سے اس پر آجانے والے داغ دھبوں اور کدورت کو صاف کرتے رہنا ہی تزکیۂ نفس ہے۔ نفس کو کدورتوں سے صاف رکھنے کا یہ عمل اللہ کے نزدیک حصولِ فلاح کا ضامن ہے۔ ارشادِ باری تعالیٰ ہے:۔
قد افلح من زکّٰھا۔ یعنی: "اللہ کا ہر وہ بندہ فلاح سے ہمکنار ہوا جو اپنے نفس کا تزکیہ کرتا رہتا ہے"۔

سورۃ الشمس ہی میں اللہ تعالیٰ نے نفسِ انسانی کے بارے میں ارشاد فرمایا ہے کہ اس نے اس کو نیکی اور برائی میں تمیز اور فرق کرنے کی صلاحیت سے بھی مالا مال فرمایا ہے۔ ارشاد ہوتا ہے:۔

فَاَلْهَمَهَا فُجُوْرَهَا وَتَقْوٰهَا۔

اس خداداد صلاحیت کا اثر ہے کہ آدمی جب اللہ یا اس کے بندوں کے حقوق کی ادائیگی میں کوئی کوتاہی کرتا ہے، کسی پر کوئی ظلم دانستہ یا نادانستہ کر بیٹھتا ہے یا اُس سے کوئی ایسا قول یا فعل سرزد ہو جاتا ہے جو اللہ کے کسی بندے کی دل آزاری کا سبب ہو تو اس کے دل پر ایک غبار سا چھا جاتا ہے۔ اسی حقیقت کو رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے گناہ کی اس تعریف کے ذریعہ سمجھایا ہے کہ: الاثم ما حاک فی صدرک

اس کا مطلب یہ ہے کہ گناہ سلیم القلب فرد کے دل میں کانٹے کی طرح کھٹکتا ہے۔ اسلام کی تعلیمات یعنی قرآنِ حکیم کی آیات اور رسولِ اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے ارشادات سے ہمیں یہ تعلیم ملتی ہے کہ جو شخص اس طرح اپنے ضمیر کی خاموش آواز کو سن لیتا اور اس گناہ کی تلافی کی کوشش کر لیتا ہے تو اُس کا نفس گناہ کی کثافت سے پاک ہو جاتا ہے ــــ دل کے آئینے کو ہر گناہ سے، خواہ اس کا تعلق حقوق اللہ سے ہو خواہ حقوق العباد یا حقوقِ نفس سے، پاک کرنے کی کوشش تزکیۂ نفس ہے۔

اس ساری گفتگو کا ماحاصل یہ ہے کہ انسان کا نفس شعوری اور غیر شعوری طور پر غلطیوں، کوتاہیوں اور بے احتیاطیوں کی وجہ سے مکدر ہوتا رہتا ہے۔ نفس کی اس خرابی پر متوجہ رہنا اور اس کی صفائی سے غفلت نہ برتنا ہی تزکیۂ نفس ہے۔ یہ عمل اللہ تعالےٰ کی نظروں میں اس قدر اہم ہے کہ اسے انبیاء کرام کے فرائضِ منصبی میں شامل فرمایا گیا ہے۔ اس لیے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے اپنی امت کو ان طریقوں کی خصوصی طور پر تعلیم دی ہے جو تزکیۂ نفس کے لیے ضروری ہیں۔ آپؐ کی تعلیمات اور ہدایات پر غور کرنے سے یہ معلوم ہوتا ہے کہ انسان جو کوتاہیاں اور غلطیاں حقوق اللہ کے بارے میں کرتا ہے اُن کی تلافی اور ان کے برے اثرات کو نفس سے دُور کرنے کی تدبیر یہ ہے کہ آدمی اللہ تعالےٰ سے معافی مانگتا رہے۔

اللہ تعالےٰ سے معافی مانگنے کا یہ عمل استغفار کہلاتا ہے جس کے بارے میں حضور صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد ہے "میں دن میں ستّر سے زیادہ بار استغفار کرتا ہوں"۔ لیکن جہاں تک حقوق العباد کے سلسلے میں ہونے والی غلطیوں، کوتاہیوں اور خطاؤں کا معاملہ ہے، یہ کام ضرورت اور اہمیت کے لحاظ سے سب سے بڑھ کر ہے۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد ہے کہ اللہ تعالےٰ حقوق العباد کو اُس وقت تک معاف نہیں فرماتا جب تک متاثر ہونے والے سلوک یا کسی زیادتی سے کبھی تو ایک یا چند افراد متاثر ہوتے ہیں اور کبھی ان اثرات کا دائرہ بڑھ کر معاشرے، قوم، ملک اور بعض اوقات ساری انسانیت تک جا پہنچتا ہے۔ اور اسی مناسبت سے نفس کی کدورت میں اضافہ ہو جاتا ہے اور اس تناسب سے تزکیۂ نفس کا عمل مشکل ترین ہو جاتا ہے۔ اس لیے دوسروں کو اپنے ہاتھ، زبان، قلم، قوت و صلاحیت کے غلط استعمال

(باقی ص ۴۴ پر)