نماز میں خشوع

جناب محمد اسحٰق صاحب - ریاض - سعودی عرب

نماز کی ادائیگی آقا و مالک کے سب سے بڑے حکم کی تعمیل اور اس کی بارگاہ میں حاضری ہے نیز بے شمار اخلاقی، دینی اور معاشرتی فوائد کا ذریعہ۔ مگر یہ فوائد اسی صورت میں حاصل ہوتے ہیں جب اسے مسنون طریقے سے اور پورے آداب و شرائط کے ساتھ ادا کیا جائے۔ یاد رکھیے محض نماز ادا کرنے کا حکم کہیں نہیں آیا۔ بلکہ اس کے لیے قیام اور محافظت کے الفاظ استعمال ہوئے ہیں۔ محافظت کا جہاں یہ تقاضا ہے کہ نماز اس مسنون طریقے کے مطابق [illegible] ادا کی جائے اور کبھی ناغہ نہ کیا جائے وہاں یہ بھی ہے کہ پوری یکسوئی اور توجہ سے ادا کی جائے۔ قرآن میں اس کے لیے خشوع کا لفظ استعمال ہوا ہے۔

یہ خشوع ہی دراصل نماز کی روح اور اس کا حاصل ہے۔ نماز کے ثمرات ہمیں اس لیے حاصل نہیں ہوتے کہ ہم اسے محض عادۃً یا رواجاً پڑھتے ہیں۔ اور اس سے خشوع کا اہم عنصر غائب یا تقریباً غائب ہوتا ہے۔ جس جسم سے روح غائب ہو اس کا فائدہ معلوم۔ آئندہ سطور میں نہایت اختصار سے یہ بیان کرنے کی کوشش کروں گا کہ نماز میں خشوع کیونکر پیدا کیا جا سکتا ہے۔

بھوک پیاس، یا دیگر حوائج ضروریہ لاحق ہوں یا کوئی ہنگامی مشکل آڑے آجائے تو نماز سے پہلے اس سے فراغت حاصل کر لی جائے تاکہ نماز کے دوران توجہ اس طرف مبذول نہ ہو اور نماز اطمینان سے ادا کی جا سکے۔

اگر ان فطری تقاضوں کی طرف متوجہ ہونے سے نماز باجماعت سے محروم ہونا پڑے تو اسے گوارا کر لیا جائے۔ بعد میں کسی کو ساتھ ملا کر یا اکیلے ہی نماز ادا کر لی جائے۔ نیند کے غلبے کے وقت بھی

نماز پڑھنا درست نہیں۔ سنت یا نفل کی صورت میں نماز ترک کر کے سو جانے کا حکم ہے۔

جائے نماز پر کھڑے ہوتے ہی جھٹ سے نماز کی نیت نہ باندھ لی جائے بلکہ ذہن کو نماز کے لیے ذرا تیار کیا جائے۔ وہ اس طرح کہ ذہن سے تمام خیالات نکال کر یہ تصور باندھنے کی کوشش کی جائے کہ میں احکم الحاکمین کی بارگاہ میں حاضر ہو رہا ہوں۔ بلکہ حقیقت یہ ہے کہ ذہنی تیاری کا عمل وضو کے ساتھ ہی شروع ہو جاتا ہے۔ وضو بجائے خود عبادت بھی ہے اور نماز کے لیے پیشگی شرط بھی۔ وضو کے دوران ظاہری طہارت کے ساتھ باطنی طہارت بھی پیش نظر رکھیے۔ کیونکہ احادیث کی رُو سے اعضائے وضو دُھلنے کے ساتھ ساتھ سابقہ گناہ بھی دُھلتے جاتے ہیں[۱]۔ یہ ظاہری اور باطنی طہارت کا اہتمام کس لیے ہو رہا ہے؟ اس لیے کہ آپ صاحبِ عظمت و جبروت کے دربار میں حاضر ہونے والے ہیں۔ بس اس خیال کو ذہن میں رکھتے ہوئے مسجد کی طرف یا جائے نماز کی طرف قدم بڑھائیے۔

اس ذہنی تیاری میں صرف چند منٹ صرف ہوں گے۔ لیکن اس کے دو فائدے ہوں گے: ایک یہ کہ خیالات کا انتشار ختم ہو کر یک سوئی پیدا ہوگی، دوسرے اخلاصِ نیت حاصل ہوگا۔ اور یہ دونوں باتیں بے حد اہم ہیں۔ جناب علی بن حسینؓ (امام زین العابدین) نماز کی تیاری کرتے تو چہرے کا رنگ زرد پڑ جاتا۔ پوچھنے پر فرمایا: یہ سوچ کر لرز جاتا ہوں کہ کس کی بارگاہ میں حاضر ہونے چلا ہوں۔

نظر کو بھٹکنے نہ دیا جائے بلکہ سجدے کی جگہ پر مرکوز رکھا جائے۔ آنکھیں بند نہ کی جائیں تاہم بعض اکابر نے لکھا ہے کہ اگر نگاہ کنٹرول کرنے کے لیے ضروری ہو تو ایسا کرنا جائز ہے۔ ایک حدیث میں آسمان کی طرف نگاہ اُٹھانے کی بطورِ خاص ممانعت آئی ہے۔

اگر نمازی کے کپڑوں پر یا جائے نماز پر نقوش وغیرہ بنے ہوئے ہوں یا قریب ہی کوئی ایسی چیز ہو جو نگاہ کو اپنی طرف کھینچنے والی ہو تو نماز شروع کرنے سے پہلے اس کو بدل دینا چاہیے تاکہ نماز کے دوران نگاہ بار بار اس طرف کو نہ اُٹھے۔ کیونکہ اس صورت میں نگاہ کے ساتھ ہی ذہن بھی اس طرف متوجہ ہو جائے گا۔ ایک مرتبہ کسی نے نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کو ایک چادر بطور ہدیہ دی جس پر کچھ

[۱] اسی لیے وضو کے آخر میں یہ کلمات پڑھنا مسنون ہے: اللّٰھم اجعلنی من التوابین واجعلنی من المتطہرین۔ (ن۔ ص)

نقوش بنے ہوئے تھے۔ آپ نے اس چادر کو اوڑھ لیا اور کچھ دیر بعد اسی میں نماز ادا کی۔ نماز کے دوران آپ کی نگاہ اس کے نقوش پر پڑی۔ آپ نے نماز سے فارغ ہوتے ہی چادر اتار کر کسی کو دے دی اور فرمایا نماز میں میری توجہ اس کے نقوش کی طرف چلی گئی تھی۔

نماز میں بلاضرورت ڈاڑھی یا سر کھجانے، کپڑے کو درست کرنے، آگے پیچھے کو حرکت کرنے، کھانسنے اور جمائیاں لینے، انگلیاں چٹخانے اور اسی طرح کی دوسری حرکات سے اجتناب کیا جائے۔ چھینک اور جماہی کو روکنے کے لیے اُلٹا ہاتھ یا کپڑا وغیرہ منہ پر رکھنا چاہیے۔ مذکورہ حرکات سے اجتناب اس لیے ضروری ہے کہ یہ نماز سے باہر کے اعمال ہیں اور خشوع کے منافی ہیں۔ تکبیر تحریمہ کو تحریمہ کہتے ہی اس لیے ہیں کہ اس سے دُنیوی باتیں اور کام حرام ہو جاتے ہیں۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے ایک شخص کو نماز کے دوران ڈاڑھی کھجاتے دیکھا تو فرمایا: اگر اس کے دل میں خشوع ہوتا تو ایسا نہ کرتا۔

یوں بھی عظیم آقا کے سامنے اس طرح کی حرکات خلاف ادب ہیں۔ دُنیوی افسر اور حاکم کے سامنے بھی ایسی حرکات سے اجتناب کیا جاتا ہے تو اللہ جو حقیقی مالک ہے اور شہنشاہ کائنات ہے اس کے سامنے ایسی حرکات کیونکر روا ہو سکتی ہیں۔ جی ہاں اس دربار کی حاضری کے بھی کچھ آداب ہیں جن میں سے ایک یہ بھی ہے کہ پوری طرح اسی طرف متوجہ رہا جائے اور خلافِ ادب کوئی حرکت نہ کی جائے۔

دائیں بائیں یا گرد و پیش کی کسی چیز کی طرف توجہ نہ کی جائے، خصوصاً فرض نماز میں۔ حدیث میں آیا ہے کہ یہ شیطان کی دخل اندازی ہے جو وہ نماز خراب کرنے کے لیے کرتا ہے۔ ظاہر ہے شیطان ہمارا دشمن ہے۔ اس کا تو کام ہی یہی ہے کہ دل میں وسوسے ڈالتا ہے اور اللہ سے غافل کرنے کی کوشش کرتا ہے۔ چنانچہ جب بندہ دنیا کے کام کاج چھوڑ کر طہارت حاصل کرنے اور نماز پڑھنے کا ارادہ کرتا ہے تو شیطان مختلف حیلوں بہانوں سے اُسے نماز سے روکنے کی کوشش کرتا ہے اور جب بندہ اس کا کہنا نہیں مانتا اور نماز شروع کر ہی دیتا ہے تو شیطان دوسری چال چلتا ہے۔ اب وہ نمازی کی توجہ خدا کی طرف سے ہٹانے کے لیے وسوسہ اندازی شروع کر دیتا ہے اور کہتا ہے کہ فلاں کام کو یاد کر اور فلاں بات کو یاد کرو۔

نمازی کو چاہیے کہ ان خیالات کو جھٹک دے اور یہ تصور باندھے کہ میں ایک ادنیٰ غلام کی حیثیت سے اپنے شہنشاہ کے سامنے کھڑا ہوں جو خود بھی میری طرف متوجہ ہے۔ ایسے میں میرا کسی اور چیز کی طرف متوجہ ہونا بڑی بے ادبی ہے۔ اسلاف کی مثالیں ہمارے لیے مشعلِ راہ ہیں۔ وہ لوگ نماز کے لیے کھڑے ہوتے تو دنیا ومافیہا سے بے خبر ہو جاتے۔ حضرت عبداللہ بن زبیرؓ نماز ادا کر رہے تھے۔ ان کا ایک بچہ مکان کی چھت سے گر گیا۔ گھر میں شور و غل مچ گیا اور ہنگامے کی کیفیت پیدا ہو گئی۔ مگر انہیں کچھ پتہ نہ چلا۔ وہ بدستور اطمینان و یکسوئی سے نماز ادا کرتے رہے۔ جب نماز ختم ہوئی تب انہیں حادثے کا علم ہوا۔ پوچھنے پر کہنے لگے مجھے کیونکر پتہ چل سکتا تھا۔ میں تو نماز میں تھا۔

تمام ارکان اطمینان سے ٹھہر ٹھہر کر ادا کیے جائیں۔ جلدی نہ کی جائے۔ عہدِ نبوت کا مشہور واقعہ ہے کہ ایک آدمی نے مسجد میں نماز پڑھی۔ آنحضورؐ بھی قریب ہی تشریف فرما تھے۔ نمازی نے جلدی جلدی نماز ادا کی۔ پھر آنحضرتؐ کے قریب آیا اور سلام کر کے بیٹھ گیا۔ آپؐ نے اسے فرمایا" لوٹ جا اور دوبارہ نماز پڑھ کیوں کہ تو نے نماز نہیں پڑھی"۔ اس نے تین یا چار مرتبہ نماز پڑھی کیونکہ آنحضورؐ ہر مرتبہ فرماتے کہ پھر نماز پڑھ، تیری نماز نہیں ہوئی۔ تب اس نے کہا کہ حضورؐ مجھے سکھائیے کہ کس طرح پڑھوں۔ آپ نے فرمایا: ہر رکن کو اطمینان و سکون سے ٹھہر ٹھہر کر ادا کر۔ آپؐ نے قومے، جلسے، رکوع اور سجدے کا علیحدہ علیحدہ ذکر کیا اور ہر ایک کو اطمینان و سکون سے ادا کرنے کی قید لگائی۔ یہ واقعہ حدیث کی صحیح ترین کتابوں، بخاری اور مسلم دونوں میں مذکور ہے۔

حضرات ذرا رک جائیے اور سوچیے۔ کیا آج اکثر و بیشتر نمازی اسی طرح نماز نہیں پڑھتے جیسی مذکورہ شخص نے پڑھی اور جسے آنحضورؐ نے غیر مقبول قرار دیا۔ خصوصاً قومے (رکوع کے بعد کھڑا ہونا) اور جلسے (دونوں سجدوں کے درمیان بیٹھنا) سے تو ہم لوگ بالکل غافل ہیں، حالانکہ یہ دونوں اسی طرح فرض ہیں جس طرح رکوع و سجدہ ہیں۔ احادیث سے معلوم ہوتا ہے کہ آنحضورؐ کا رکوع، سجدہ، قومہ اور جلسہ طوالت میں تقریباً برابر ہوتے تھے۔ مگر ہم لوگ ہر روز مشاہدہ کرتے ہیں کہ اکثر لوگ رکوع سے سر اٹھاتے ہی سجدے میں چلے جاتے ہیں۔ حالانکہ کھڑے ہو کر اطمینان سے رَبَّنَا لَكَ الْحَمْدُ پڑھنے کا حکم ہے اور حَمْدًا كَثِيرًا طَيِّبًا

مُبَارَکًا فِیْهِ[1] پڑھنے کی ترغیب ہے۔ اسی طرح پہلے سجدے سے اٹھنے کے فوراً بعد دوسرے سجدے میں چلے جانا منع ہے۔ اس موقع پر اطمینان سے بیٹھنے کا حکم ہے اور یہ خوبصورت دعا پڑھنے کی ترغیب دی گئی ہے۔ رَبِّ اغْفِرْ لِیْ وَارْحَمْنِیْ وَعَافِنِیْ وَاھْدِنِیْ وَارْزُقْنِیْ

ترجمہ: الٰہی مجھے بخش دے، مجھ پر رحم فرما، مجھے ہدایت دے، مجھے عافیت سے رکھ اور (بہتر) روزی عطا فرما۔

جس نماز کو جلدی جلدی اور سر سے بوجھ اتارنے کے انداز میں پڑھا جائے اسے آنحضورؐ نے "کوّے کی طرح ٹھونگے مارنا" "بدترین قسم کی چوری" اور منافقوں کی نماز" قرار دیا ہے۔ کوے کی طرح ٹھونگے مارنے سے مراد یہ ہے کہ ارکان کو جلدی جلدی ادا کیا جائے اور ایک کو مکمل کرنے سے پہلے ہی دوسرے کو شروع کر دیا جائے۔ مثلاً ایک سجدہ کرنے کے بعد جلسے میں بیٹھنے کی بجائے فوراً ہی دوسرے سجدے میں گر پڑنا۔ کوا جب دانہ دنکا زمین سے اٹھاتا ہے تو ایک دانہ اٹھا کر سر اونچا نہیں کرتا بلکہ فوراً دوسرا اٹھانے کے لئے چونچ زمین پر مارتا ہے۔

نماز میں چوری یہ ہے کہ رکوع و سجود کو کامل طور پر ادا نہ کیا جائے۔ اذکار کو بے اطمینانی سے جلدی جلدی پڑھنا یا نامکمل پڑھنا چوری ہی ہے، اور چونکہ یہ چوری مالکِ حقیقی کے دربار میں بلکہ عین اس کے سامنے ہے اس لئے عام چوری سے بدتر ہے۔ اللہ ہم سب کو اس سے بچائے۔

منافق کی نماز سے مراد بلا عذر نمازوں کو تاخیر سے پڑھنا اور دورانِ نماز کسل مندی کا اظہار نیز بعض اذکار کو ترک کرکے نماز کو مختصر کر لینا ہے۔

جس حدیث میں جلدی جلدی اور بے اطمینانی سے نماز پڑھنے والے آدمی کا قصہ مذکور ہے اس کی روشنی میں بعض اکابر علماء نے ہر رکن نماز میں "اطمینان و سکون" کو فرض قرار دیا ہے جس کے ترک سے نماز باطل ہو جاتی ہے اور اس کا دہرانا لازم آتا ہے۔

ایک حدیث میں یہ وعید بھی آئی ہے کہ جو شخص بلا عذر نماز کو تاخیر کرکے اور وقت ٹال

---

[1] ترجمہ: اے پروردگار تعریف تیرے ہی لئے ہے۔ ایسی تعریف جو کثرت والی (شرک و ریا سے) پاک اور برکت والی ہو۔

کے پڑھتا ہے بایں طور کہ نہ وضو اچھی طرح کرتا ہے نہ رکوع و سجود اطمینان سے کرتا ہے نہ خشوع کا خیال رکھتا ہے تو ایسی نماز سیاہ ہو کر اٹھتی ہے اور بد دعا کرتی ہے کہ اے اللہ جس طرح اس نمازی نے مجھے برباد کیا ہے تو بھی اسے برباد کر دے۔

اس تفصیل سے یہ ثابت ہوتا ہے کہ اللہ کے نزدیک صرف وہی نماز قابل قبول ہے جو کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم کے نمونے کے مطابق ہو۔ غیر مسنون اور رواجی نماز نہ صرف یہ کہ نامقبول قرار پاتی ہے بلکہ الٹا نمازی کے لئے بربادی کا سبب بنتی ہے۔ خشوع کے ضمن میں ان باتوں کا بیان اس لئے ضروری تھا کہ خشوع صرف اسی نماز میں پیدا ہو سکتا ہے جو ظاہری اعتبار سے بھی نبی اکرمؐ کے نمونے کے مطابق ہو اور جس کی ادائیگی میں آنحضورؐ کی ہدایات کو بتمام و کمال پیش نظر رکھا جائے۔

نماز کے تمام اذکار کو ٹھہر ٹھہر کر اطمینان سے پڑھا جائے۔ خصوصاً قرآن کی آیات کو۔ کیونکہ قرآن کو ترتیل سے یعنی ٹھہر ٹھہر اور سنوار کر پڑھنے کا حکم ہے لہذا ایک ایک آیت کو الگ الگ سنوار کر پڑھنا چاہیئے۔ بے توجہی سے، تیزی سے اور مشینی انداز میں (MACHANICALLY) ہرگز نہ پڑھیں۔ احادیث کے مطالعہ سے معلوم ہوتا ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم قرآن کو ٹھہر ٹھہر کر اطمینان سے پڑھتے تھے اور سورۂ فاتحہ پڑھنے کا انداز تو یہ ہوتا کہ ایک آیت کو پڑھنے کے بعد توقف فرماتے یعنی سانس توڑ دیتے پھر دوسری آیت پڑھتے اور توقف فرماتے۔ اسی طرح ایک ایک آیت پڑھ کر سورۂ فاتحہ مکمل کرتے۔ لیکن ہمارے ہاں اکثر و بیشتر آئمہ مساجد اس طریقے سے بے خبری کا یا بے نیازی کا مظاہرہ کرتے ہیں اور نماز تراویح میں تو حد ہی کر دی جاتی ہے کیونکہ انہیں گھنٹے پون گھنٹے میں بہت سی رکعتیں پڑھ کر نمازیوں کو گپ شپ اور دوسرے مشاغل کے لئے فارغ کرنا ہوتا ہے۔ اِنَّا لِلّٰہِ وَاِنَّا اِلَیْہِ رَاجِعُوْنَ۔ نماز کے ساتھ اور قرآن کے ساتھ جو کہ بندے کے اظہار عجز و نیاز اور تقرب الی اللہ کا ذریعہ ہیں یہ سلوک نہایت افسوسناک ہے۔

یہ بھی ضروری ہے کہ نماز میں پڑھے جانے والے الفاظ کو نمازی زبان سے ادا کرے۔ ہونٹ ہلائے بغیر دل ہی دل میں پڑھنا درست نہیں۔ نماز انفرادی ہو یا اجتماعی، موقع قیام کا ہو یا تشہد کا یا رکوع کا یا سجدے کا۔ الفاظ کی اس طرح ادائیگی ضروری ہے کہ پڑھنے والے کے اپنے کان انہیں سنیں۔

ہمیشہ ایک ہی سورت کی مثلاً سورۂ اخلاص کی تکرار نہ کی جائے۔ سورۂ فاتحہ کے ساتھ دوسری سورتوں کو بدل بدل کر پڑھا جائے۔ اس سے قراءت میں میکانیت کا انداز ختم ہوگا اور شعوری طور پر پڑھنے کا رجحان پیدا ہوگا۔

انفرادی نمازوں میں لمبے لمبے رکوع اور سجدے کیے جائیں اور ان کے اندر اور ان کے ساتھ مسنون دعائیں اور اذکار یاد کر کے پڑھے جائیں۔ احادیث کی کتابوں میں بڑی خوبصورت اور مؤثر دعائیں منقول ہیں۔ ان کو یاد کیجیے اور نمازوں کے ساتھ پڑھیے۔ اس طرح نمازوں میں دل لگے گا تیز حسن پیدا ہوگا۔ نماز کو جلدی جلدی ختم کرنے کی عادت اور رجحان بھی آہستہ آہستہ ختم ہوگا۔

نماز کے دوران زبان سے نکلنے والے الفاظ پر توجہ مرکوز کیجیے اور سوچیے کہ اب میں مَالِكِ يَوْمِ الدِّيْنِ کہہ رہا ہوں، اب اِيَّاكَ نَعْبُدُ وَاِيَّاكَ نَسْتَعِيْنُ کہہ رہا ہوں وغیرہ۔ اس کا فائدہ یہ ہوگا کہ ذہن بھٹکے گا نہیں اور بار بار کی مشق سے خیال بندھ جائے گا۔

اگر قرآنی آیات اور دوسرے اذکار کے معانی معلوم ہوں اور نماز کے دوران ان پر بھی توجہ رکھی جائے تو سونے پہ سہاگہ۔ اس سے توجہ مرکوز کرنے میں مزید مدد ملے گی اور نماز میں دل لگے گا۔ خیالات اور وساوس کو حتی الوسع روکا جائے۔ سو فیصد یک سوئی تو شاید ممکن نہ ہو بس اتنا کافی ہے کہ ہر مرتبہ خیالات کو جھٹک دیا جائے اور ذہن کو اُدھر سے ہٹا کر نماز کے الفاظ و معانی کی طرف موڑ دیا جائے۔ اس سے بڑھ کر اور کوئی مراقبہ اور مجاہدہ نہیں۔

حدیث میں آتا ہے کہ جب نمازی کہتا ہے اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِيْنَ تو اللہ فرماتا ہے "میرے بندے نے میری حمد کی"۔ جب وہ کہتا ہے: اَلرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ تو اللہ فرماتا ہے "میرے بندے نے میرے اوصاف بیان کیے"۔ جب وہ کہتا ہے مَالِكِ يَوْمِ الدِّيْنِ۔ تو فرماتا ہے "میرے بندے نے میری بزرگی بیان کی"۔ جب نمازی کہتا ہے اِيَّاكَ نَعْبُدُ وَاِيَّاكَ نَسْتَعِيْنُ تو اللہ فرماتا ہے "یہ میرے اور میرے بندے کے درمیان منقسم ہے اور اسے دیا جائے گا جو کچھ اس نے مانگا"۔ اِهْدِنَا الصِّرَاطَ ...... وَلَا الضَّآلِّيْنَ پڑھنے پر اللہ فرماتا ہے "یہ میرے بندے کے لیے ہے اور اسے ملے گا جو کچھ اس نے مانگا۔

غور فرمایئے اللہ خود اپنے بندے کی طرف متوجہ ہے اور اس سے ہم کلام ہے۔ لازم ہے

کہ بندہ بھی پوری طرح اللہ کی طرف متوجہ ہو اور ذوق و شوق سے اس کے کلام کو دل کے کانوں سے سنے۔ یہی مفہوم ہے اس حدیث کا کہ نماز مومن کی معراج ہے۔ اللہ سے براہ راست ہم کلامی جب کہ درمیان میں کوئی مخل نہ ہو ایمان کی معراج (CLIMAX) نہیں تو اور کیا ہے۔

یہ تو تھی سورۂ فاتحہ کی بات۔ اس سے آگے جب آپ قرآن مجید کی کوئی سورت پڑھتے ہیں تو بھی اطمینان سے ٹھہر ٹھہر کر پڑھیں۔ آیاتِ رحمت پر سے گزر ہو تو ذرا رک کر اللہ کی رحمت اور اس کے لطف و کرم کی دعا کیجیے۔ عذابِ آخرت کا ذکر آئے تو اللہ کے عذاب سے اس کی پناہ طلب کیجئے اور استغفار کیجیے۔ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم اور بزرگانِ دین کا یہی طریقہ رہا ہے۔

احادیث سے یہ بھی معلوم ہوتا ہے کہ سجدے کے وقت رحمتِ باری تعالیٰ بندے کی طرف بطورِ خاص متوجہ ہو جاتی ہے۔ یہ گویا انتہائی قرب کا مقام ہے۔ لہٰذا انفرادی (نفل) نمازوں میں خصوصاً سجدوں میں دل لگا کر خوب دعائیں کیا کریں ـــــ ذوق و شوق اور یقینِ قبولیت کے ساتھ۔ اس موقع کے لیے بہترین دعائیں وہی ہیں جو نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے سجدوں میں مانگی ہیں۔ اور ہاں رات کی تاریکی، تنہائی اور سناٹے میں پڑھی جانے والی نماز حصولِ خشوع کا بہترین موقع ہے۔ اس نماز کے بارے میں اللہ نے فرمایا ہے۔

"(نماز کے لیے) رات کا اٹھنا نفس کو سخت پامال کرتا ہے اور اس وقت ذکر بھی خوب درست ہوتا ہے۔"

آنحضور صلی اللہ علیہ وسلم اس نماز یعنی تہجد کو نہایت ذوق و شوق سے پڑھتے تھے۔ حضورؐ فرماتے ہیں کہ یہ نماز گناہوں کے دور ہونے کا سبب، قربِ الٰہی کا ذریعہ اور جنت میں داخلے کا پروانہ ہے۔ غرض جو بات اس نماز میں ہے وہ کسی دوسری نماز میں نہیں۔

جیسا کہ اس سے پہلے بھی بیان ہوا، قرآنی آیات اور مسنون دعاؤں کا سوچ سمجھ کر اور عاجزی کے ساتھ پڑھنا بے حد اہمیت رکھتا ہے۔ نماز کی یک سوئی مسمریزم کی سی یک سوئی نہیں۔ یاد رکھیے، عبادت کا مغز دعا ہے اور دعا کی روح عاجزی و انکساری۔ لہٰذا جس قدر ممکن ہو دعا کے وقت عاجزی، تذلل اور بیچارگی کی کیفیت پیدا کریں۔ یہ تصور باندھیں کہ ایک ادنیٰ غلام اپنے عظیم المرتبت شہنشاہ اور محسن آقا کے سامنے ہاتھ باندھے کھڑا ہے۔ عاجزی اور انکساری کے ساتھ نیازمندی کا

اظہار کر رہا ہے۔ بار بار اپنی خطاؤں کا اقرار کر رہا ہے اور معافی مانگ رہا ہے۔ حدیث میں اس کیفیت کو "احسان" کے لفظ سے تعبیر کیا گیا ہے۔

"اپنے رب کی اس طرح عبادت کر گویا تو اسے (اپنے سامنے) دیکھ رہا ہے۔ اگر یہ نہیں تو (کم از کم یہ کر) وہ تجھے دیکھ رہا ہے۔"

احسان کے معنی ہیں: خوبصورت بنانا۔ گویا نماز کو خوب صورت بنانا اور سنوارنا یہ ہے کہ نمازی اپنے عظیم آقا کے سامنے ایک ادنیٰ غلام کی حاضری کا نقشہ پیش کرے جس کے دوران میں جسم، زبان اور دل سے عاجزی، انکساری اور شکستگی کا اظہار ہو رہا ہو۔ اور جس کے سامنے اُس کا آقا ہو اور بس۔ دوسری کسی چیز کی اُسے خبر نہ ہو۔

عاجزی اور نیاز مندی کے اس اظہار اور عظیم بارگاہ میں حاضری کے احساس سے جو کیفیت پیدا ہوتی ہے اُسے گہرا کرنے کی کوشش کیجیے۔ یہاں تک کہ رقت طاری ہو جائے۔ بس یہی نماز کی جان ہے۔ اسی سے ذکر میں لذت پیدا ہوتی ہے اور اسی کیفیت کی بدولت نماز نبی مکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے بقول آنکھوں کی ٹھنڈک اور راحتِ جان بن جاتی ہے۔ اسی سے دل میں اطمینان کے آبِ حیات کا چشمہ پھوٹتا ہے ——— وہ اطمینان جس کا دنیا میں ہر کوئی متلاشی ہے، مگر اُسے مال و دولت میں اور دنیا کی دوسری چیزوں میں ڈھونڈتا ہے اور نہیں جانتا کہ اس خزانے کی کنجی خود اُس کے پاس موجود ہے۔ کسی صوفی کا قول ہے کہ خزانے کی گٹھڑی تو ہر شخص کے پاس موجود ہے، مگر وہ محض اس وجہ سے عمر بھر کنگال رہتا ہے کہ اس کی گرہ کھولنا نہیں جانتا۔ آپ کو یہ دولت میسر آجائے تو خدا کا شکر ادا کیجیے ——— کہ شکر سے نعمت میں اضافہ ہوتا ہے ——— نیز اپنی کوشش کو صحیح رُخ پر جاری رکھیے۔

ہر نماز کو اس طرح دل لگا کر اور سنوار کر پڑھیے جیسے یہ آپ کی زندگی کی آخری نماز ہو۔ جس نماز کے بارے میں پڑھنے والے کو یقین ہو کہ یہ اس کی زندگی کی آخری نماز ہے اس میں انتہا درجے کی عاجزی و انکساری اور بیچارگی اور شکستگی ہو گی نیز انتہائی اخلاص اور قبولیت کی تڑپ ہو گی اور دل و دماغ کی پوری توجہ صرفِ دُعا ہو جائے گی۔ بلکہ جسم کا رواں رواں زبانِ دُعا بن جائے گا۔ اب آپ خود اندازہ کیجیے کہ جس عبادت میں اور دُعا میں یہ عناصر موجود ہو جائیں اس کی قبولیت میں کیا

شک ہو سکتا ہے۔

کچھ باتیں اور بھی ہیں جن کا گو نماز سے براہ راست تعلق نہیں لیکن نمازوں کو مؤثر اور پُرخشوع بنانے میں اور دُعاؤں کی قبولیت میں ان کا بڑا حصہ ہے۔ ان میں سے چند ایک یہ ہیں:

۱۔ گناہوں سے بچنا۔

گناہوں سے دل سیاہ ہو جاتا ہے اور اس میں سختی (قساوت) پیدا ہو جاتی ہے اور آدمی مزید گناہوں پر دلیر ہو جاتا ہے۔ اللہ کے ساتھ اس کا تعلق کمزور پڑ جاتا ہے۔ دل کی سیاہی اور قساوت کا علاج یہ ہے کہ سچے دل سے توبہ کی جائے۔ اگر توبہ میں اخلاص ہو تو سیاہی دُور ہو کر دل کا آئینہ صاف اور روشن ہو جاتا ہے نیز قساوت کی جگہ دل میں نرمی، عاجزی اور انکساری آجاتی ہے۔

جب دل کی اصلاح ہو جائے تو ذکر میں لذت اور اذکار و ادعیہ میں قبولیت آجاتی ہے۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم گناہوں سے معصوم ہونے کے باوجود بکثرت استغفار کیا کرتے تھے۔ ظاہر ہے کہ اس سے تعلیم اور ترغیب ہی مقصود تھی۔

۲۔ حلال روزی کھانا۔

عبادت اور دُعاؤں کی قبولیت میں رزقِ حلال کا بڑا دخل ہے۔ آنحضورؐ کا ارشاد ہے کہ جس شخص کا کھانا پینا اور لباس حرام کی کمائی سے ہو اُس کی دُعا قبول نہیں ہوتی اگرچہ اس میں قبولیت کی دوسری شرائط موجود ہوں۔

۳۔ زبان پر کنٹرول۔

زبان پر کنٹرول آدمی کو بہت سی خرابیوں، رسوائیوں اور گناہوں سے بچاتا ہے۔ زبان کے نامناسب استعمال میں جھوٹ، غیبت، بہتان تراشی، گالی گلوچ، چغل خوری، خوشامد، مبالغہ آرائی اور غیر ضروری گفتگو وغیرہ شامل ہیں۔ آنحضور صلی اللہ علیہ وسلم نے نہایت جامع اصول بتایا فرمایا۔ مومن کو چاہیے کہ بھلی بات منہ سے نکالے ورنہ خاموش رہے۔

زبان کا نامناسب استعمال گناہوں کی طرف لے جاتا ہے اور گناہ جہنم کی طرف۔ جھوٹ بولنے سے اذکار، عبادات اور دُعاؤں کا اثر جاتا رہتا ہے، لہٰذا اس سے بہت بچنے کی ضرورت ہے۔

۴۔ نیک لوگوں کی رفاقت۔

صحبتِ صالح ترا صالح کند ، ایک مسلّمہ حقیقت ہے۔ گلاب کے پودوں کے قریب جو مٹی ہوتی ہے، اس میں بھی خوشبو پیدا ہو جاتی ہے۔ لہٰذا ایسے لوگوں سے میل جول اور دوستی رکھنا جن کی نمازیں اخلاص اور خشوع سے مزیّن ہوں اور جو گناہوں سے بچنے والے، حلال روزی کھانے والے اور اپنی زبان کو قابو میں رکھنے والے ہوں یقیناً مفید ثابت ہوتا ہے۔ ایسے لوگوں کو ڈھونڈیے ان سے تعلقات بڑھایئے اور ان کی خوبیوں کو اپنے اندر پیدا کرنے کی کوشش کیجیے۔

اگر خلوص نیّت سے مندرجہ بالا نکات کو زیرِ عمل لایا جائے اور مذکورہ چاروں صفات کی روشنی میں اپنا محاسبہ جاری رکھا جائے تو ان شاء اللہ ضرور نمازوں کے ثمرات ظاہر ہوں گے اور ایمان کی حلاوت محسوس ہوگی کیونکہ اللہ نے خود فرمایا ہے کہ" جو لوگ ہمارے لیے کوشش کرتے ہیں ہم ضرور انھیں اپنی راہ پر لے آتے ہیں"۔ نیز فرمایا کہ" جو میری طرف چل کر آتا ہے میں اس کی طرف دوڑ کر بڑھتا ہوں"۔

یقین رکھیے کہ جو شخص شہنشاہ کا دروازہ کھٹکھٹاتا ہے وہ محروم نہیں رہتا۔ دروازے پر بار بار دستک دی جائے گی تو کسی نہ کسی وقت ضرور کھلے گا۔ بس شرط یہ ہے کہ آدمی یکسو ہو کر اس دروازے پر آجائے۔ یعنی باقی سب دروازوں کو چھوڑ دے۔

اللہ تعالیٰ اپنے فضل و کرم سے ہم سب کو اپنی راہ میں اخلاص کے ساتھ پیش قدمی کرنے والوں اور اپنے دروازے پر بار بار دستک دینے والوں میں شامل ہونے کی توفیق و سعادت عطا فرمائے۔ آمین۔