

# قیام لیل کے آداب

ڈاکٹر محی الدین غازی

کیا آپ جانتے ہیں؟

رسول پاک صلی اللہ علیہ وسلم راتوں کو تہجد پڑھتے تھے، حالاں کہ وہ اللہ کے محبوب، معصوم اور چلتی تھے۔

رسول پاک صلی اللہ علیہ وسلم، بیماری میں بھی تہجد کی نماز نہیں چھوڑتے تھے۔

رسول پاک صلی اللہ علیہ وسلم، سفر کی حالت میں بھی تہجد کی نماز پڑھا کرتے تھے۔

رسول پاک صلی اللہ علیہ وسلم، میدان جنگ میں بھی قیام لیل نہیں چھوڑتے تھے۔

قیام لیل کی فضیلت

دن کا مجاہد رات کا عابد سچے مومن کی پہچان ہے۔ جس کی رات گھائے کی نذر ہوئی، اس کا دن بھی نفع بخش نہیں ہو سکتا۔ دن کی محنت تو رات کی عبادت ہی کی بنیاد پر ہوتی ہے۔

سورہ سجدہ میں رات کے عبادت گزاروں کی تصویر اس دلاویز انداز سے پیش کی گئی ہے:

تَتَجَافَى جُنُوبُهُمْ عَنِ الْمَضَاجِعِ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ خَوْفًا وَطَمَعًا ۚ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ ﴿۱۵﴾ فَلَا تَعْلَمُ نَفْسٌ مَّا أُخْفِيَ لَهُم مِّن قُرَّةِ أَعْيُنٍ ۗ جَزَاءً مِّمَّا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴿۱۶﴾ (السجدہ ۳۲: ۱۶-۱۷) ان کے پہلو خواب گا ہوں سے دور ہوتے

ہیں۔ وہ اپنے رب کو خوف اور طلب کے ساتھ پکارتے ہیں اور جو ہم نے دیا ہے اس

میں سے خرچ کرتے ہیں۔ تو کوئی نہیں جانتا کہ ان کے لیے کیسی آنکھوں کی ٹھنڈک

چھپا کر رکھی گئی ہے ان کے کاموں کے بدلے میں۔

حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے قیام لیل کی چار نمایاں خصوصیات اس طرح بیان فرمائیں:

”قیام لیل کے پابند ہو جاؤ کیوں کہ:

..... یہ تم سے پہلے کے صالحین کا شیوہ رہا ہے،

..... یہ رب سے قریب ہونے کا ذریعہ ہے،

..... یہ گناہوں کی معافی کا سبب ہے۔

..... اور یہ گناہوں سے باز رہنے کی تدبیر ہے۔“

امام حسن بصریؒ نے بتایا: ”رات کی نماز سے زیادہ سخت عبادت میں نے نہیں دیکھی۔“

ان سے جب پوچھا گیا: تہجد گزاروں کے چہرے اتنے اچھے کیوں ہوتے ہیں؟

فرمایا: ”تنہائی میں رحمان سے مناجات کیں تو رحمن نے اپنے نور کی خلعت سے نوازا۔“

عام راتوں کی عبادت کی فضیلت میں یوں تو بہت ساری آیتیں، حدیثیں اور اقوال ملتے

ہیں، لیکن رمضان کی راتوں کی فضیلت جداگانہ ہے۔ ارشاد نبویؐ کے مطابق: ”جس نے رمضان کی راتوں

کو ایمان و اخلاص کے ساتھ عبادت میں گزارا، اس کے تمام پچھلے گناہ معاف کر دیے جائیں گے۔“

پھر بالخصوص رمضان کے آخری دس روز کے سلسلے میں رسول پاک صلی اللہ علیہ وسلم کا

خصوصی اہتمام منقول ہے کہ جب آخری عشرے کا آغاز ہوتا تھا تو کمر کس لیتے تھے، اہل خانہ کو

جگاتے تھے اور رات کو زندہ کر دیتے تھے۔ یہ بیان حضرت عائشہؓ کا ہے اور رات کو زندہ کر دینے کا

مفہوم وہی سمجھ سکتا ہے جو شب بیداری اور دعائے نیم شبی کے تجربات سے گزر چکا ہو۔

ایک مرتبہ رسول پاک صلی اللہ علیہ وسلم نے حضرت عبداللہ بن عمرؓ کے حوالے سے کہا:

”عبداللہ بہت اچھا آدمی ہے اگر وہ رات میں عبادت بھی کرنے لگے۔“ سالم کا بیان ہے کہ پھر

عبداللہ بن عمرؓ نے اپنی نیند بہت گھٹادی اور تاحیات قیام لیل کے معمول پر قائم رہے۔

دراصل رسول پاک صلی اللہ علیہ وسلم کی عبداللہ بن عمرؓ کے سلسلے میں شہادت اور پھر یہ

لطیف اشارہ ایک بہت بڑا محرک تھا۔ جس کی تحریک نے انھیں تاحیات شب بیداری پر قائم رکھا۔

ہمارے لیے بھی سارے محرکات اور معاون ذرائع موجود ہیں جن کا اہتمام کیا جائے تو اس عظیم

عبادت کا پابند ہونا مشکل نہیں ہے۔ علما کرام نے اس سلسلے میں بہت کچھ ذکر کیا ہے:

● جہنم کا خوف اور جنت کی طلب: ایک بزرگ کا کہنا تھا: 'جہنم کے تصور نے عبادت گزاروں کی نیند اڑادی'۔ دوسرے بزرگ کے بقول: 'جب میں جہنم کو یاد کرتا ہوں تو میں بے حد خوف زدہ ہو جاتا ہوں اور جنت کو یاد کرتا ہوں تو اس کی طلب بے پناہ ہو جاتی ہے۔ دراصل یہی خوف اور یہی طلب قیام لیل کا محرک بنتی ہے۔'

● گناہ اور نا فرمانی سے اجتناب: فضیل بن عیاض کہا کرتے تھے: 'جب تم یہ دیکھو کہ رات کو اٹھ نہیں پاتے ہو، اور دن میں روزہ نہیں رکھ پاتے ہو، تو سمجھ لو کہ تم بد نصیب ہو اور بیڑیوں میں جکڑے ہوئے ہو۔ یہ بیڑیاں تمہارے گناہ ہیں جنہوں نے تمہیں جکڑ رکھا ہے۔'

حسن بصری سے ایک آدمی نے پوچھا کہ: 'میں اچھا خاصا سوتا ہوں، رات میں اٹھنا بھی چاہتا ہوں، وضو کا پانی بھی رکھ دیتا ہوں، پھر آخر کیوں نہیں اٹھ پاتا ہوں؟' انہوں نے جواب دیا: 'تمہارے گناہوں نے تمہیں باندھ رکھا ہے۔'

امام ثوری کہتے ہیں: 'محض ایک گناہ کی وجہ سے میں پانچ مہینے تک قیام لیل سے محروم رہا۔'  
● مناجات رب کی لذت: ابوسلیمان کہتے ہیں: 'رات کو اٹھنے والوں کو عبادت کرنے میں اتنا مزہ آتا ہے، جتنا عیاشی کرنے والوں کو آہی نہیں سکتا، اور اگر رہبت نہ ہوتی تو میں دنیا میں رہنا ہی پسند نہ کرتا۔'

ایک بزرگ نے اپنے مریدوں کو خطاب کر کے کہا: 'زیادہ مت کھاؤ، ورنہ زیادہ پانی بھی پیو گے، زیادہ سونا بھی پڑے گا اور انجام کار زیادہ گھائے میں رہو گے۔'

● عیش کوشی سے اجتناب: حضرت لقمان نے اپنے بیٹے کو نصیحت کرتے ہوئے کہا: 'اے بیٹے جب معدہ زیادہ بھر جاتا ہے تو سوچنے کی طاقت سوجاتی ہے، حکمت و دانائی گونگی ہو جاتی ہے، اور جسم کے اعضا عبادت سے جی چرانے لگتے ہیں۔ بعض بزرگوں سے منقول ہے کہ وہ چھت پر یا صحن خانہ میں سویا کرتے تھے اور نرم بستر سے پرہیز کرتے تھے، تاکہ گہری نیند نہ آجائے۔'

● قیام لیل کی نیت کرتے ہوئے جلد سونے کی عادت: بزرگوں کا تجربہ ہے کہ آدمی سچے دل سے جس وقت اٹھنے کی نیت کرتا ہے اس کی آنکھ اس وقت کھل جاتی ہے۔ بصورت دیگر جو بھی تدبیریں ہو سکتی ہوں بیدار ہونے کی خاطر انہیں آزمانا چاہیے، خواہ وہ الارم گھڑی ہو یا ٹیلی فون

الارم۔ بعض لوگ تہجد گروپ تشکیل دیتے ہیں اور ان میں سے جس کی آنکھ پہلے کھل جاتی ہے وہ تمام لوگوں کو فون کی گھنٹی سے ہوشیار کر دیتا ہے۔

● دن کی مختصر نیند: جسے عربی میں 'قیلولہ' کہا جاتا ہے۔ رسول پاک صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: سحری کھا کر دن کا روزہ رکھنے کی قوت پاؤ اور قیلولہ سے قیام لیل میں مدد حاصل کرو۔ رسول پاک صلی اللہ علیہ وسلم نے تو اس قدر تاکید کی کہ "قیلولہ کیا کرو، کیوں کہ شیطان قیلولہ نہیں کرتے ہیں"۔ ظاہر ہے شیطان کو تہجد تو پڑھنا نہیں ہوتی ہے پھر وہ قیلولہ کس لیے کرے گا۔

● اعانت اور توفیق کی دعا: سو جانے کے بعد دوبارہ آدمی صرف اللہ کے حکم اور فیصلے سے بیدار ہوتا ہے۔ اس لیے اللہ سے اعانت اور توفیق کی دعا مانگتے رہنا چاہیے۔

● اسلاف کی زندگی کا مطالعہ: حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی شب بیداری کے احوال، صحابہ کرامؓ، تابعین اور دیگر بزرگان دین کی راتوں کی عبادتوں کے احوال و واقعات پڑھ کر بھی حوصلہ ملتا ہے، تحریک پیدا ہوتی ہے۔

● عادت: عادت بذات خود ایک محرک ہے۔ اللہ پاک نے جس کام کا بھی حکم دیا ہے وہ بالیقین آسان (یسر) ہوتا ہے۔ نفس کا عادی نہ ہونا اسے مشکل بناتا ہے۔ اگر آدمی خود کو اس کا عادی بنالے تو پھر اسے اس کام میں اتنا مزہ آئے گا کہ وہ پھر اس کے بغیر زندگی بے کیف ہی محسوس کرے گا۔

چند مزید راہ نمائیاں

○ رات کی عبادت قدرے کم روشنی میں ہونی چاہیے، روشنی اور بالخصوص تیز روشنی خشوع کی راہ میں حجاب بن جاتی ہے۔ برقی قلموں کا روحانی تجلیات کے ساتھ اجتماع بہت مشکل ہوتا ہے۔

○ نماز انفرادی ہو، تنہائی میں ہو اور آواز ہلکی بلند ہو۔ نہ بالکل ایسی کہ خود کو سنائی نہ دے، نہ بالکل بلند، ہلکی گنگناہٹ سی ہو۔ رات کی نماز کے بارے میں رسول پاک صلی اللہ علیہ وسلم نے ایک دفعہ حضرت ابو بکرؓ کو ہدایت دی کہ آواز کچھ بلند رکھیں اور حضرت عمرؓ کو ہدایت دی کہ آواز کچھ دھیمی رکھیں۔

○ قیام، رکوع اور سجدے خوب لمبے ہوں۔ حالت قیام میں لمبی سورتوں کی تلاوت کرے، نہیں یاد ہوں تو ایک ہی رکعت میں متعدد چھوٹی سورتوں کی تلاوت کرے، اور وہ بھی یاد نہ

ہوں تو ایک دو سورتوں کو ہی بار بار پڑھے۔

○ رکوع اور سجدے کی حالت میں تسبیح بار بار پڑھنی چاہیے، تین یا سات کی قید ضروری نہیں ہے۔ سجدے کی حالت میں تسبیح کے علاوہ دعائیں بھی مانگی جائیں۔ ایک ایک دعا کو بار بار دہرایا جائے۔ کبھی کبھی عام افراد کو الجھن سی ہوتی ہے کہ لمبی نمازیں کس طرح پڑھیں۔ مذکورہ مشورے اس بارے میں مفید ہوں گے۔

○ قیام لیل کے اعمال میں نماز، تلاوت کلام پاک، ذکر و دعا اور غور و تدبر سب شامل ہیں۔ تاہم نماز افضل ترین اور جامع ترین عمل ہے۔ اس کے بغیر قیام لیل کا تصور ہی نہیں ہے۔

○ رات کی نماز اور بالخصوص رمضان کی راتوں کی خاص دعا ہے: اللَّهُمَّ إِنَّكَ عَفُوٌّ مُجِيبُ الْعَفْوَ فَا عَفُ عَنِّي (اے اللہ تو معاف کرنے والا ہے۔ معاف کرنا تجھے پسند ہے۔ مجھے معاف کر دے)۔ یہ چھوٹی سی دعا ہمارے قیام لیل کو بہت بابرکت اور نفع بخش بنا سکتی ہے۔

ایک مشن، ایک پیغام، ایک دعوت!  
۸۰ سال سے اس پیغام کا علم بردار ہے!

ماہنامہ عالمی  
ترجمان القرآن

آپ رسالہ پڑھتے ہیں، بہت اچھا کرتے ہیں۔ لیکن یہ کافی نہیں۔ اپنی استطاعت کے مطابق ہر ماہ یہ رسالہ آگے پہنچائیے۔ اس سے جو خیر رُو نما ہوگا، آپ کے لیے صدقہ جاریہ ہوگا۔ اپنے مقام پر رسالہ حاصل کرنے میں مشکل ہو تو دفتر سے رابطہ کیجیے۔

یہ دعوت پھیلانا سنت نبوی ہے۔ اللہ نے آپ کو بھی اس کام کا مکلف کیا ہے۔

وقت کے ذریعے، مال کے ذریعے، صلاحیت کے ذریعے آگے بڑھیے۔

اس جدوجہد میں اپنا حصہ ادا کیجیے، محض تماشائی بن کر نہ رہ جائیے!