زندگی میں غم کیوں ہے؟

بسم اللہ الرحمن الرحیم

اپنے اردگرد پھیلی ہوئی کائنات پر آپ جس قدر غور کریں گے۔ آپ اسی نتیجے پر پہنچیں گے کہ اس کا خالق نہایت قدرت والا نہایت مہربان اور نہایت حکیم ہے۔ وہ خالق جس نے اس قدر وسیع اور خوبصورت کائنات بنائی' جس نے تمام مخلوقات کی ضروریات کی تکمیل کا بہترین بندوبست کیا' جس کی چھوٹی سے چھوٹی اور بڑی سے بڑی تخلیق میں جتنا غور کرتے جائیں اس کی حکمتیں حیران کئے دیتی ہیں۔ کیوں اس کی بنائی ہوئی کائنات میں انسان اس قدر غمگین ہے۔ وہ رب جس نے ہمارے کسی حق کے نہ ہوتے ہوئے بھی ہم پر اپنی نعمتوں کی بارش کر رکھی ہے۔ وہ ہم پر کوئی ظلم نہیں کر سکتا۔ اور اگر غم اس کی طرف سے ہے تو اس میں بھی ضرور کوئی نہ کوئی حکمت ہوگی۔

وجوہاتِ غم

توبہ اور اصلاح کا موقع فراہم کرنا: اصل کامیابی آخرت کی کامیابی ہے۔ جب ہم اللہ تعالیٰ کی نافرمانی کی زندگی بسر کر رہے ہوتے ہیں تو ہم اپنی دُنیا اور آخرت دونوں تباہ کر رہے ہوتے ہیں۔ جس طرح ایک مہربان استاد اپنے ماہانہ امتحان میں ناکام ہونے والے شاگرد کو ڈانٹتا اور سزا دیتا ہے تو اسکی وجہ دشمنی نہیں بلکہ محبت ہوتی ہے۔ وہ چاہتا ہے کہ شاگرد اپنی اصلاح کر لے تاکہ سالانہ امتحان میں ناکام ہو کر اس کی زندگی کا ایک قیمتی سال برباد نہ ہو جائے۔ اللہ تعالیٰ چاہتے ہیں کہ ہر انسان آخرت میں کامیاب ہو۔ جب وہ ہمیں جہنمی راستوں پر چلتا دیکھتے ہیں تو وہ ہماری زندگی میں دُکھ ہمیں ہمارے اعمال کی طرف متوجہ کرنے کیلئے بھیجتے ہیں۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

"جو مصیبت بھی تمہیں پہنچتی ہے وہ تمہارے اپنے ہاتھوں ہی کی کمائی سے پہنچتی ہے اور اللہ تمہارے بہت سے قصوروں سے تو ویسے ہی درگزر کر جاتا ہے"۔ (الشوریٰ ۴۲:۳۰)

اللہ تعالیٰ کی کتنی بڑی عنایت ہے کہ وہ یوں ہمیں گناہوں کی بخشش کیلئے توبہ کا موقع فراہم کرتا ہے۔

گناہوں کا کفارہ اور تزکیہ قلوب: بعض اوقات اللہ تعالیٰ اپنے بندوں کے دلوں کی کمزوریوں کو دھونے کیلئے انہیں مشکلات میں ڈالتے ہیں اور مومن کی ثابت قدمی پر ان مشکلات و مصائب کو اس کے گناہوں کا کفارہ بنا دیتے ہیں۔ نیز ان آزمائشوں سے ہمیں اپنی خامیوں کا پتہ چلتا ہے تاکہ ہم انہیں دور کرنے کی فکر کریں۔ یہ اگر آئیں تو سمجھیں اللہ تعالیٰ نے ابھی ہمیں بھلایا نہیں' یہ نہ آئیں تو فکر ہونی چاہیے کہ کہیں اللہ تعالیٰ نے ہمیں بھلا تو نہیں دیا۔ آپ ﷺ نے فرمایا:

"مومن مرد و عورت کی جان، اولاد اور مال پر برابر آزمائش آتی رہتی ہے (اور ان سے اس کے گناہ دھلتے رہتے ہیں) یہاں تک کہ وہ اللہ کو اس حالت میں ملتا ہے کہ اس پر کوئی گناہ نہیں ہوتا"۔ (ترمذی)

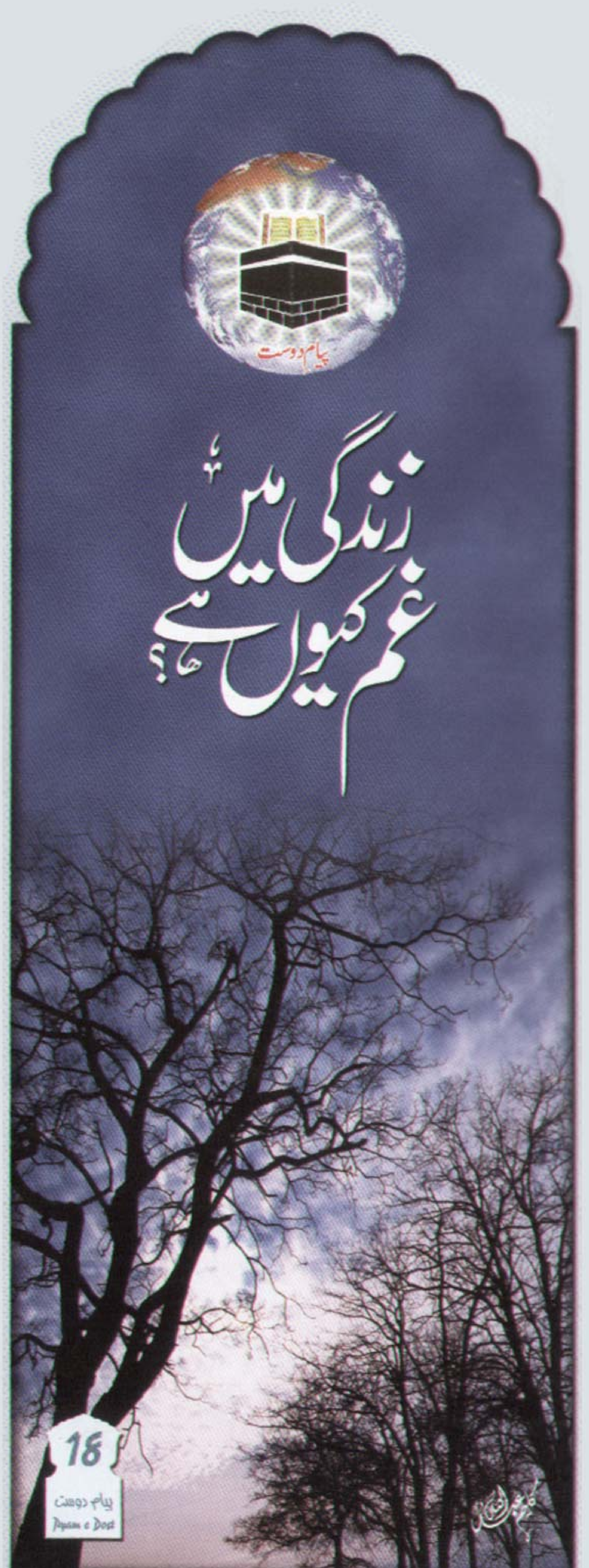
درجات کی بلندی: اللہ تعالیٰ اپنے بندوں کو مشکل میں ڈالتے ہیں اور وہ جس جذبہ ایمانی سے اپنے رب کی آزمائش سے کامیاب نکلتا ہے اس کے اتنے ہی درجات بلند کرتے اور ایمان کی مضبوطی عطا فرماتے ہیں۔ آپ ﷺ نے فرمایا:

"آزمائش جتنی سخت ہوگی اتنا ہی بڑا انعام ملے گا (بشرطیکہ آدمی مصیبت سے گھبرا کر راہِ حق سے بھاگ نہ کھڑا ہو) اور اللہ تعالیٰ جب کسی گروہ سے محبت کرتا ہے تو ان کو (مزید نکھارنے اور صاف کرنے کے لئے) آزمائشوں میں ڈالتا ہے۔ پس جو لوگ اللہ تعالیٰ کے فیصلے پر راضی رہیں اور صبر کریں تو اللہ ان سے خوش ہوتا ہے اور جو لوگ آزمائش میں اللہ سے ناراض ہوں تو اللہ بھی ان سے ناراض ہو جاتا ہے"۔ (ترمذی)

سیدنا ابراہیم علیہ السلام کو نمرود نے آگ میں پھینک دیا۔ اگر ابراہیم علیہ السلام اس آزمائش کے آنے پر اللہ تعالیٰ سے مایوس ہو جاتے اور آگ سے بچنے کیلئے نمرود کی بات تسلیم کر لیتے تو اللہ تعالیٰ پر اس اعتماد' توکل اور یقین سے محروم رہ جاتے جو آگ سے بچ جانے پر انہیں حاصل ہوا اور نہ ہی ایسی اور آزمائشوں میں کامیابی پر انہیں امام الناس کا مقام ملتا۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

"شاید تم کسی چیز کو برا جانو اور اللہ تعالیٰ نے اس میں خیر کثیر رکھی ہو"۔ (النساء ۴:۱۹)

حضرت یوسفؑ کیلئے بھائیوں' قافلے والوں اور زلیخا کی پیدا کردہ مشکلات نے عزیز مصر بننے کا راستہ ہموار کیا۔ اللہ تعالیٰ خوشی اور غم کے ذریعے مومن کی تربیت کر کے اسے ایک صابر و شاکر حوصلہ مند اور روحانی طور پر مضبوط انسان بنا دیتے ہیں۔ یوں اسے دنیا میں نفس مطمئنہ کی بادشاہی حاصل



ہوتی ہے اور پھر اسکا ثمرہ آخرت کی ابدی بادشاہی ہے۔

آنے والی بڑی آفتوں سے نجات: قرآن مجید میں قصہ موسیٰ وخضرؑ میں حضرت خضرؑ ایک غریب ملاح کی صحیح کشتی کا تختہ توڑ دیتے اور ایک لڑکے کو قتل کر دیتے ہیں۔ سیدنا موسیٰ کو یہ کام خلاف عدل وحکمت معلوم ہوتے ہیں۔ بعد میں حضرت خضرؑ نے بتایا کہ قریب ہی ایک بادشاہ کشتیوں کو زبردستی لوگوں سے چھین رہا تھا۔ انہوں نے کشتی کو اس لئے عیب دار کر دیا تا کہ بادشاہ اپنے مقصد کیلئے ناکارہ سمجھ کر اسے چھوڑ دے اور یہ غریب اپنی روزی کے اس واحد ذریعہ سے محروم نہ ہو جائے۔ لڑکے نے بڑا ہو کر اپنے مومن والدین کا نافرمان بننا تھا۔ اللہ نے چاہا کہ اس کی جگہ ان کو نیک اولاد دے۔

اللہ تعالیٰ آزمائشوں میں مدد کرتے ہیں

- "اللہ تعالیٰ کسی پر اس کی طاقت سے زیادہ بوجھ نہیں ڈالتا۔" (البقرہ ۲:۲۸۶)
- اگر بندہ آزمائش میں خود کامیاب ہونا چاہتا ہو اور وہ پورے ارادے اور ہمت کے ساتھ اس کا سامنا کر رہا ہو۔ ایسے میں اگر وہ پھسلنے لگے تو اللہ تعالیٰ اپنی نصرت کے ساتھ اسے سنبھال لیتا ہے۔ حضرت موسیٰ علیہ السلام کی والدہ نے الٰہی اشارے پر اپنے بیٹے کو دریا کی موجوں کے حوالے کر دیا لیکن آخر ماں تھیں ان کا دل صبر و قرار سے بالکل خالی ہو گیا۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے۔

"اور موسیٰ کی والدہ کا دل بے قرار ہو گیا (اور) قریب تھا کہ وہ موسیٰ (کے راز) کو ظاہر کر دیتی اگر ہم اس کے دل کو نہ سنبھالتے۔" (القصص ۲۸:۱۰)

- جتنی آزمائش سخت ہو اور بندہ جس قدر اللہ تعالیٰ کی خاطر بڑے سے بڑا نقصان اٹھانے پر تیار ہو، اللہ تعالیٰ کی مدد بھی اسی درجہ کی نمودار ہوتی ہے۔ حضرت ابراہیمؑ کی زندگی اس کا بہترین نمونہ ہے۔

علاجِ غم

جاننے کی بات: بہت اچھی طرح جان لیجئے کہ یہ دنیا کھونے اور پانے، کامیابی اور ناکامی، خوشی وغم کی جگہ نہیں، بلکہ صرف اور صرف امتحان کی جگہ ہے۔ یہاں غم اس لئے بھی ہیں کہ انسان اللہ تعالیٰ کی جنت کو چھوڑ کر دنیا کی اس سرائے کو اپنا مستقل گھر نہ سمجھ بیٹھے۔ وہ کریم رب یہ چاہتا ہے کہ دکھوں کی آگ آپ کے وجود کو جھلسائے تا کہ آپ پر بے حسی کی نیند طاری نہ ہو۔ آپ جہنم سے بھاگنے والے بنیں۔ آپ کو محرومی کے تجربے سے گزارا جائے تا کہ آپ جنت سے محرومی کی تکلیف یاد رکھیں۔ کسی عورت پر ظلم ہونا، اسے طلاق ہو جانا، کسی کا بے اولاد رہنا، کسی پر تہمتیں لگنا، کسی کا کاروبار ٹھپ ہو جانا، کوئی معذوری، اگر ان سے گزر کر جنت ملنے والی ہو تو اللہ کے نزدیک یہ معمولی باتیں ہیں۔ وہ رب جانتا ہے کہ جو ان آزمائشوں میں کامیاب ہو کر جنت میں پہنچے گا وہ ان مشکلات کو اپنے لیے نعمت سمجھے گا۔

تمام غموں کی جڑ یہ ہے کہ لوگ موت سے پہلے کی دنیا میں اپنی جنت بنانا چاہتے ہیں اسی لئے خواہشات کا پورا نہ ہونا غم کا باعث بنتا ہے۔ جبکہ یہاں خالق نے وہ حالات ہی نہیں رکھے کہ یہاں کوئی شخص اپنی جنت بنا سکے۔ صحیح یہ ہے کہ آدمی اس قانون کو سمجھے اور اس کے مطابق، وہ اپنی زندگی کا منصوبہ بنائے۔ یعنی موجودہ دنیا میں اپنے آپ کو وہ مطلوب انسان بنانا جو موت کے بعد کی دنیا میں جنت میں داخلے کا مستحق قرار پائے۔

کوشش کیجئے کہ غم اتنا حاوی نہ ہو جائے کہ پھر انسان کچھ کرنے کے قابل نہ رہے۔ کیونکہ اگر ہم نے اس مختصر سی زندگی کو صرف کر کے آخرت کے اجر نہ سمیٹے بلکہ رونے دھونے، شکوے شکایتیں کرنے اور اپنی مظلومی ثابت کرنے میں گذار دیا تو یہ سراسر نقصان کا سودا ہوگا۔ جب مصیبتیں آئیں تو متنبہ ہو کر ایک ہونہار شاگرد کی طرح ان سے سیکھنے پر توجہ دی جائے۔

شکر گزاری: آپ ﷺ نے فرمایا:

"(دنیا کے معاملے میں) اس کو دیکھو جو تم سے نیچے ہیں، ان کو نہ دیکھو جو تمہارے اوپر ہیں۔ اس طرح تم اللہ کی دی ہوئی نعمتوں کو حقیر نہ سمجھو گے"۔ (ترمذی)

دنیا میں آزمائش کے قانون کے تحت کسی کو ایک چیز دی گئی ہے اور کسی کو دوسری چیز۔ شیخ سعدیؒ نے لکھا ہے کہ میرے پاؤں میں جوتے نہیں تھے۔ میں نے کچھ لوگوں کو جوتا پہنے ہوئے دیکھا تو مجھے خیال آیا کہ دیکھو اللہ تعالیٰ نے ان کو جوتا دیا اور مجھے بغیر جوتے کے رکھا۔ وہ اسی خیال میں تھے کہ ان کی نظر ایک شخص پر پڑی جس کا ایک پاؤں کٹا ہوا تھا۔ یہ دیکھ کر انہوں نے اللہ کا شکر ادا کیا کہ اس

نے انہیں اس سے بہتر بنایا اور ان کو دو تندرست پاؤں عطا کیے۔

- ہم اللہ تعالیٰ کی اُن ان گنت نعمتوں کو تو نہیں دیکھتے جن کی بارش صبح شام ہم پر ہوتی رہتی ہے مگر جب کوئی ایسی صورت پیدا ہوتی ہے جو دل کو پسند نہیں ہوتی تو شکوے شروع کر دیتے ہیں۔ مشکل میں ہمیں اللہ تعالیٰ کی ان نعمتوں کی طرف توجہ کرنی چاہیے جنہوں نے اس پریشانی کے وقت بھی ہمیں ڈھانپ رکھا ہوگا۔ آدمی اپنے صحیح سالم وجود پر نظر کرے، صحت وعافیت پر غور کرے (صحت کی قدر کیلئے کبھی کبھی ہسپتال کا چکر لگائیے) ان لذتوں کا خیال کرے جو کھانے پینے وغیرہ میں میسر ہیں۔ پھر وہ خدانخواستہ اپاہج نہیں، ہزاروں بیماریوں سے، دشمنوں سے محفوظ ہے۔ ایمان کی نعمت میسر ہے۔ نعمتوں کی تفصیل دیکھے اور یہ سوچے کہ اس کو ان نعمتوں کا کیا حق ہے؟ اس سے دل میں شکر گزاری پیدا ہوگی اور اتنا کچھ حاصل ہونے کا اطمینان غم کو کم کر دے گا۔
- ہر روز کچھ دیر کیلئے ہمیں اپنی گزشتہ زندگی کے ان تجربات کو تازہ کرنا چاہیے جب اللہ تعالیٰ نے ہماری خاص طور پر مدد فرمائی اور ہمیں مشکل سے نکالا۔ ہمیں ان انعامات پر جو ہماری پچھلی زندگی میں اللہ تعالیٰ نے ہم پر کیے ہیں ان کا شکر ادا کرنا چاہیے۔ یہ یاد کرنے سے ہمارا ایمان مضبوط ہوتا اور ہمارا قلب یقین کے نور سے لبریز ہو جاتا ہے اور ہم یقینی طور پر جاننے لگتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ ہمارے لیے ہر حال میں کافی ہیں اور اللہ تعالیٰ نے جو کچھ اس سے پہلے کیا ہے وہ اب بھی کر سکتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ کا شکر نہ صرف ان نعمتوں پر جن کا ہم نے اپنی گزشتہ زندگی میں تجربہ کیا ہے۔ بلکہ ان بے شمار نعمتوں پر جو ہماری آئندہ زندگی میں ظاہر ہونے والی ہیں ایک کامل، آزاد، خوشگوار و کامیاب زندگی میں داخل ہونے کا سب سے زیادہ یقینی اور سب سے زیادہ آسان طریقہ ہے۔ ہمیں نہ کسی چیز کی فکر کرنی چاہیے نہ کسی چیز کا غم۔ اللہ تعالیٰ کی قدرت کاملہ پر یقین، ان کی گزشتہ و آئندہ نعمتوں پر شکر، مشکلات کے پہاڑوں کو اڑا کر بکھیر دے گا اور راستہ کو ہموار میدان کر دے گا۔

صبر

اللہ تعالیٰ کبھی غم اور محرومیاں دے کر اور کبھی خوشی اور کامیابی عطا کر کے آزماتا ہے۔ صابر وہ ہے جو غم کی حالت میں اللہ تعالیٰ کی رحمت سے مایوس نہ ہو اور مسرت وکامرانی کی صورت میں آپے سے باہر نہ ہو جائے۔ حصولِ صبر کیلئے مندرجہ ذیل حقائق پر غور وفکر کرتے رہنا چاہیے۔

عقیدہ آخرت: صبر پیدا کرنے کیلئے اپنے عقیدہ آخرت کو مضبوط سے مضبوط تر کیا جائے۔ مشکلات کی کثرت مایوس کر رہی ہو یا کامیابیاں مغرور بنا رہی ہوں۔ یہ یقین ہمیشہ سیدھی راہ پر ثابت قدم رہنے میں مدد دیتا ہے کہ یہ گزرنے والی دکھوں کی شکار زندگی فانی ہے اور موت کے بعد ملنے والی زندگی ہمیشہ کی ہے۔ جب زندگی خود ہی مختصر ہے تو اس کے اندر آنے والے یہ پریشانی کے لمحات تو اس سے بھی زیادہ مختصر ہیں۔ یہ تو ابھی ابھی ختم ہوا چاہتے ہیں، چند برسوں کی تو بات ہے پھر نہ ہم رہیں گے نہ امتحان کے یہ صبر آزما لمحے۔ کچھ ہوگا تو اللہ تعالیٰ کی رحمت ہوگی۔ اس کی جنت ہوگی۔ نہ ختم ہونے والی نعمتیں ہوں گی۔ ہیرے جواہرات کے محلات، مشک وعنبر کے باغات، دودھ اور شہد کی نہریں، سونے چاندی کے درخت، صالحین کی پاکیزہ قربت، فرشتوں کے سلام اور طرح طرح کے لذیذ کھانے ہوں گے۔ وہاں نہ ماضی کے پچھتاوے ہوں گے اور نہ مستقبل کے اندیشے۔ بدنصیب وہ نہیں جسے یہ فانی دنیا نہیں ملی۔ بدنصیب وہ ہے جسے وہ ابدی دنیا نہیں ملی۔ آپ ﷺ نے فرمایا:

موسیٰ علیہ السلام نے عرض کی 'اے میرے رب آپ اپنے مومن بندے کو قلیل دنیا (کیوں) عطا فرماتے ہیں'۔ انہیں جنت دکھائی گئی۔ انہوں نے عرض کی۔ 'اے میرے رب تیری عظمت وجلال کی قسم! اگر ایک آدمی کے دونوں ہاتھ اور دونوں پاؤں کٹے ہوں اور اسے پیدائش کے دن سے لے کر ساری عمر چہرے کے بل گھسیٹا جائے لیکن اس کا انجام یہ گھر اور اس کی نعمتیں ہوں تو اس آدمی کا حال یہ ہے گویا اس نے کبھی بھی کوئی تکلیف نہیں دیکھی۔ پھر انہوں نے عرض کی 'اے میرے رب! آپ اپنے ساتھ کفر کرنے والے بندے کو فراخی کے ساتھ دنیا (کیوں) عطا فرماتے ہیں'۔ تب انہیں دوزخ دکھائی گئی۔ انہوں نے عرض کی 'اے میرے رب! اگر دنیا میں کافر پیدائش کے دن سے قیامت تک زندہ رہے (اور عیش کرتا رہے) لیکن اس کا انجام یہ ہو تو اس کا حال یہ ہے کہ گویا اس نے کبھی بھی کوئی بھلائی نہیں دیکھی"۔ (مسند احمد)

صابر کے حق میں چند قرآنی بشارتیں

- "اللہ تعالیٰ صبر کرنیوالوں سے محبت کرتا ہے۔" (آل عمران ۳:۱۴۶)
- "بے شک اللہ تعالیٰ صبر کرنے والوں کے ساتھ ہے۔" (البقرہ ۲:۱۵۳)
- سورہ یوسف کی آیت ۹۰ میں ساری سرگذشت کا نچوڑ یہی بیان کیا گیا ہے کہ وہ تقویٰ اور صبر، جس کے اندر احسان کی روح ہو، بندے پر دنیا اور آخرت دونوں میں اللہ کے فضل کا ضامن ہے۔
- صبر ہی سے امامت و پیشوائی نصیب ہوتی ہے۔ (السجدۃ ۳۲:۲۴)
- "اور صبر کرنے والوں کو تو ان کا صلہ (آخرت میں) بے حساب دیا جائے گا" (الزمر ۳۹:۱۰)
- صابرین کیلئے جنت کے ہر دروازے سے فرشتے ان پر داخل ہو ہو کر کہیں گے۔

"سلامتی ہو تم پر اس صبر کے باعث جو تم نے (دنیا میں) کیا"۔ (الرعد ۱۳:۲۴)

اگر فانی درد پہ صبر کرلیا جائے تو دیکھیں اس کے معاوضہ میں کن چیزوں کا اور کون وعدہ کررہا ہے۔

چند اہم تنبیہات

- آپ ﷺ نے فرمایا:

"صبر تو وہی ہے جو صدمے کی ابتداء میں ہو"۔ (بخاری)

کیونکہ انجام کار تو بڑے سے بڑے بے صبر کو بھی صبر کرنا ہی پڑتا ہے۔

- صبر کرنے کا مطلب یہ نہیں کہ انسان مصیبت سے نکلنے کی کوشش نہ کرے۔ بیمار کو علاج، مفلس کو حصولِ رزق کے جائز ذرائع ضرور استعمال کرنے چاہئیں۔ صبر کا تقاضہ یہ ہے کہ یہ ساری جدوجہد سکون، حوصلے اور وقار سے کی جائے نہ کہ شکوہ شکایت کرتے ہوئے۔ مخلوق سے شکوہ کرنے کے معنی بھی کیا ہیں؟ یہی نا کہ ایک رحیم وکریم ذات کا ایک غیر رحیم ذات سے شکوہ کیا جارہا ہے۔
- آپ ﷺ نے فرمایا:

"تم میں سے کوئی شخص کسی تکلیف کے باعث موت کی تمنا نہ کرے اور اسے چاہیے کہ (یوں) کہے کہ اے اللہ مجھے زندہ رکھ جب تک زندگی میرے لیے (موت سے) بہتر ہے اور مجھے موت دینا جب کہ موت میرے لیے (زندگی سے) بہتر ہو"۔ (ترمذی)

- صبر کی بے پناہ فضیلتوں کے باوجود انسان کو چاہیے کہ وہ اللہ تعالیٰ سے عافیت مانگتا رہے اور کبھی بھی اس بات کی تمنا نہ کرے کہ مصائب آئیں اور وہ ان کے مقابلے میں صبر کرکے اپنے درجے بڑھائے۔ ہاں اگر اللہ کی طرف سے کوئی مصیبت آہی جائے تو اس کے مقابلے میں صبر سے کام لیا جائے اور اللہ سے صبر کی توفیق بھی طلب کی جائے کیونکہ اس کی توفیق کے بغیر صبر ممکن ہی نہیں۔
- کسی تکلیف اور حادثے پر اظہارِ غم ایک فطری امر ہے البتہ غم کی انتہائی شدت میں بھی زبان سے کوئی ناحق بات نہ نکلنی چاہیے۔ آپ ﷺ کے صاحبزادے حضرت ابراہیم جانکنی کے عالم میں آپ ﷺ کی گود میں تھے۔ یہ رقت انگیز منظر دیکھ کر آپ ﷺ کی آنکھوں سے آنسو ٹپکنے لگے اور فرمایا:

"اے ابراہیم ہم تیری جدائی سے مغموم ہیں مگر زبان سے وہی نکلے گا جو پروردگار کی مرضی کے مطابق ہوگا۔" (مسلم)

تقدیر پر ایمان: عقیدہ تقدیر یہ نہیں کہ تکلیف دور کرنے یا آرام وسکون حاصل کرنے کیلئے کوشش نہ کی جائے بلکہ یہ ہے کہ انسان کوشش تو بھرپور کرے مگر اس کے باوجود وہ مقصد حاصل نہ ہوسکے تو زیادہ پریشان نہ ہو۔ یہ یقین رکھے کہ میری تقدیر میں یوں ہی لکھا ہے اور میرا رب مجھے آزمانا چاہتا ہے تاکہ مجھے دنیا وآخرت میں انعامات سے نوازے اور میرے گناہ دھلیں اور اب مجھے پوری کوشش اپنے رب کی اس آزمائش میں کامیاب ہونے کی کرنا ہے۔ لہٰذا اسے صبر کرنا چاہیے اور غلط طریقوں کے استعمال سے بچنا چاہیے۔ جس کا اجر اسے اللہ ضرور عطا فرمائے گا۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

"اور تمہیں کوئی مصیبت ایسی نہیں پہنچتی نہ زمین کی نہ تمہاری جانوں کی مگر وہ وجود میں آنے سے پہلے ہی ایک کتاب میں لکھی ہوئی ہے۔ اور یہ اللہ کے لئے نہایت آسان بات ہے۔ یہ بات تمہیں اس لئے بتائی جارہی ہے کہ جو چیز جاتی رہے اس پر غم نہ کرو اور نہ اس چیز پر اتراؤ جو اس نے تمہیں بخشی ہے۔" (الحدید ۵۷:۲۲،۲۳)

استغفار: آپ ﷺ نے فرمایا:

"جو شخص استغفار کو لازم کرلے۔ اللہ اس کا ہر غم دور کرے گا اور اسے ہر تکلیف سے نجات دے گا اور اسے ایسی جگہ سے روزی دے گا جس طرف اس کا گمان بھی نہ گیا ہوگا"۔ (ابن ماجہ)

زندگی میں غم کیوں ہے؟

غمزدہ کی غمگساری: آپ ﷺ نے فرمایا:

"جب تک بندہ اپنے (غمزدہ) بھائی کی مدد میں لگا رہتا ہے اللہ بھی اس کی امداد فرماتا رہتا ہے"۔ (مسلم)

اہم فیصلوں سے پہلے اللہ تعالیٰ سے مشورہ: اپنی زندگی کے اہم فیصلوں مثلاً شادی، کاروبار وغیرہ سے قبل استخارہ کیجئے۔ صحابہ فرماتے ہیں کہ آپ ﷺ نے ہمیں قرآن جیسی اہمیت کے ساتھ اس کی تعلیم دی۔

قرآن سے تعلق: ارشاد باری تعالیٰ ہے۔

"اور جو کوئی ہماری نصیحت (یعنی قرآن) سے منہ موڑے گا اسے تنگی کا جینا ہوگا۔" (طٰہٰ ۲۰:۱۲۴)

قرآن سے لاعلمی ایسے ہی ہے جیسے ٹریفک قوانین جانے بغیر سڑک پر گاڑی چلانا یا اندھیری رات میں انجان راستہ پر بغیر روشنی کے سفر کرنا، قدم قدم پر حادثے آپ کے منتظر ہوں گے۔ قرآن ہمیں بتاتا ہے کہ کون سے عمل اللہ کے فضل کا اور کون سے عمل اللہ کی ناراضگی کا باعث بنتے ہیں۔

مزید یہ کہ ہمارے جسم کے تمام اعضاء مسلسل اللہ کے حکم پر روبہ عمل ہیں۔ ہمیں جہاں اختیار سے نوازا گیا ہے اگر ہم اسے بھی وحی الٰہی کے تابع کردیں تو ہمیں اطمینان قلب نصیب ہوگا ورنہ ہمارا حال اس گاڑی کی مانند ہوگا جس کا ہر پہیہ مختلف سمت چلنے کی کوشش کررہا ہو۔

پھر اسے اپنا مقصدِ زندگی بنائیے اور اپنے دن رات اس دعا اور کوشش کے ساتھ بسر کریں کہ ہم نے قرآن سیکھنا اور سکھانا ہے۔ اس عظیم مقصد کے حصول کی دھن جب آپ پر طاری ہوگی تو آپ کو اپنے دوسرے غم یاد تک نہ رہیں گے۔ اور آپ اس بشارت کا مصداق ٹھہریں گے۔

"اور (یاد رکھو) اللہ ضرور اس کی مدد کرے گا جو اس کے (دین کی) مدد کرے گا۔ بے شک اللہ بڑا قوت والا اور زبردست ہے"۔ (الحج ۲۲:۴۰)

توکل: اصلاً ہر کام کرنے والے اللہ تعالیٰ ہیں۔ اگر ہمیں یہ یقین حاصل ہوجائے کہ وہ مومنوں کیلئے رحیم بھی ہیں تو ہم اپنے تمام امور ان کے سپرد کرنے پر بخوشی آمادہ ہوجائیں گے۔ اور اس سپردگی کے ساتھ ہی غم وفکر سے آزاد ہوجائیں گے۔ توکل ایک قلبی کیفیت کا نام ہے۔ اسباب کا پورا استعمال لیکن نظر ان کے فعل اور فضل پر ہے اپنے زور بازو پر نہیں۔ اللہ تعالیٰ ہمارے آقا اور ہم ان کے غلام ہیں۔ جس طرح غلام پر آقا کی اطاعت واجب ہے اسی طرح آقا پر غلام کی ضروریات کا خیال رکھنا بھی واجب ہے۔ اگر ہم ان کے ہو رہیں، ان کے سوا کسی کی عبادت نہ کریں نہ کسی سے حاجتیں مانگیں تو کیا یہ ممکن ہے کہ وہ اپنا حق ادا نہ کریں۔ وہ کریم ہیں ان سے معاملہ کرکے کون خسارے میں رہ سکتا ہے۔ ان کا منصوبہ ہمارے منصوبوں سے زیادہ کامل ہے۔ لہٰذا ہم اپنی جانیں اور کام ان ہی کے سپرد کرتے ہیں۔ ذرا اس شخص کا تصور کریں جس کے ساتھ سفر میں ایک ایسا دوست ہے۔ جو راہ کے تمام مراحل سے بخوبی واقف ہے۔ جو اس سفر کا کامل نقشہ بنا چکا ہے اور یہ یقین دلا چکا ہے کہ اس سفر میں کوئی اتفاقی حادثہ تک پیش نہیں آئے گا۔ اس پر کامل اعتماد کیا جاسکتا ہے، اس پر بھی یہ مسافر پریشان ہے۔ مومن کا قلب احمقانہ خوف سے خالی ہوتا ہے۔ وہ اللہ کی رسی (قرآن) کو مضبوط پکڑ کر ہمت ومردانگی سے زندگی کے میدان میں قدم اٹھاتا جاتا ہے۔ زندگی کے مسائل اس کو پریشان نہیں کرتے۔ وہ اللہ تعالیٰ پر کامل توکل واعتماد رکھتا ہے۔

آپ تنہا نہیں

- اللہ تعالیٰ ہی ہمارے معبود اور سچے دوست ہیں۔ ان ہی کے آگے ہمارا سر جھکنا اور انہی سے ہمیں ہر التجا کرنی چاہیے۔ ظاہری آنکھ چاہے جو تماشہ دکھائے نعمتیں دینا اور تکلیف وغم دور کرنا ان کے سوا کوئی نہیں کرسکتا۔ مخلوق میں اسکی طاقت نہیں۔ لوگوں کو جو ہم نے امید وخوف کا مرکز بنالیا ہے۔ یہ کس قدر عظیم دھوکا ہے۔ جوں ہی ہم اپنے خوف اور امیدوں کا مرکز اللہ تعالیٰ کو بناتے ہیں اس کے ساتھ ہی اللہ ہمیں مخلوق سے غنی اور بے نیاز کردیتے ہیں اور ہمیں خوف کے قاتل جذبہ، جس نے لوگوں کی زندگی کو سکون سے ہمیشہ کیلئے محروم کردیا ہے، سے آزاد کردیتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ پر کامل بھروسہ اور اس سے پیدا ہونے والی مسرت تمام مصائبِ زندگی کا کامل علاج ہے۔ یاد رکھئے

ہر چیز جو آپ سے جاتی رہے اس کا بدل ہے لیکن اللہ آپ سے جاتا رہے تو اس کا کوئی بدل نہیں۔

✿ جب ہم نے یہ جان لیا کہ اللہ تعالیٰ مومن کے ولی، مولیٰ و نصیر اور اس پر رحیم ہیں۔ تو اب خوف کے وقت اپنی قوت ایمانی سے کام لے کر جرأت سے کہیں کہ کائنات کی کوئی چیز آپ کو نہیں ڈرا سکتی۔ اپنے خوفزدہ نفس کو کہیں

"کیا اللہ اپنے بندے کیلئے کافی نہیں"۔ (الزمر ۳۹:۳۶)

دیکھئے بچہ اندھیری رات میں جاگ پڑتا اور ڈر کر رونے لگتا ہے تو آپ اس سے کہتے ہیں ڈرو مت یہاں کوئی ایسی ڈرنے والی چیز نہیں بلکہ یہ چیزیں صرف تمہارے خیال میں ہیں۔ یوں خوف کی نفی کرنے کے بعد آپ اسے ان چیزوں سے تسلی دیتے ہیں جو حقیقتاً موجود ہیں۔ مثلاً آپ کہتے ہیں میں تمہارے ساتھ ہوں کیا مجال کہ کوئی چیز تم کو چھو سکے۔ اس طرح آپ اپنے قرب کا اطمینان دلانے کے بعد اور بچہ کو آپ کی قوت پر یقین ہونے کی وجہ سے کہ آپ اسکی حفاظت کے قابل ہیں؛ بچہ بے فکری کی نیند سو جاتا ہے۔ یہی طریقہ خوف و غم کے وقت آپ کو اپنے ساتھ بھی استعمال کرنا چاہیے۔ پہلے خوف کے اسباب کی نفی کریں۔ جرأت و ہمت کے ساتھ اپنے آپ کو یقین دلائیں کہ ساری دُنیا میں اللہ کے سوا کوئی چیز آپ کو نہیں ڈرا سکتی۔ آپ جانتے ہیں کہ یہ حق ہے۔ مومن جس پر اللہ تعالیٰ رحیم ہیں، ساتھ ہیں، جس پر ستر ماؤں سے زیادہ شفیق اور مہربان ہیں۔ ایسا مومن کائنات میں سوائے اللہ تعالیٰ کے کس چیز سے ڈر سکتا ہے۔ اور ڈر کر مومن کیسے رہ سکتا ہے؟ دیکھئے ساری اشیا مخلوق و محکوم ہیں۔ جب تک خالق و حاکم و مالک و رب نہ چاہے یہ ہمیں نقصان کیسے پہنچا سکتی ہیں۔ حکم صرف اللہ ہی کا چلتا ہے۔ ان ہی کے قبضہ قدرت میں تمام جانداروں کی پیشانی کے بال ہیں۔ ڈرنا ہمیں ان ہی کے جلال سے چاہیے۔ سب کچھ انہی کے ہاتھ میں ہے۔ اور سارا عالم فقیر اور محتاج۔ نہ نفع کی قدرت رکھتا ہے نہ نقصان کی۔ اسی لیے آپ ﷺ نے فرمایا۔

"اگر سب بندے مل کر تجھے کچھ نفع پہنچانا چاہیں تو وہ تجھے نفع نہیں پہنچا سکتے سوائے اس کے جو اللہ نے تیرے لئے لکھ دیا ہے اور اگر سب مل کر تجھے کوئی نقصان پہنچانا چاہیں تو وہ کچھ بھی نقصان نہیں پہنچا سکتے سوائے اس کے جو اللہ نے تیرے لئے لکھ دیا ہے"۔ (مشکوٰۃ)

اس صداقت پر پورا یقین رکھ کر اپنے نفس کو کہیں کہ تجھے قطعاً کسی چیز سے نہ ڈرنا چاہیے۔ جو شخص اللہ تعالیٰ کو محافظ سمجھتا ہے وہ بے خوف ہوتا ہے اور کامل بے خوفی نتیجہ ہے ایمان راسخ کا۔

نفس کو یہ یقین دلانے کے بعد کہ خوف کی کوئی وجہ نہیں۔ اب جس طرح کہ چھوٹے بچے کو ہم نے اپنی موجودگی کا یقین دلایا تھا۔ اسی طرح نفس کو اللہ تعالیٰ کے قرب کا یقین دلانا ضروری ہے۔ اللہ تعالیٰ ہماری قوتِ بازو اور ہماری پناہ گاہ ہیں، سہارا ہیں۔ وہی اللہ تعالیٰ جن کے حضور تمام مخلوقات سجدہ ریز ہیں۔ جن کے اشارے سے رات دن میں تبدیل ہو جاتی ہے۔ جب نفس یہ محسوس کرنے لگے کہ اسکے دائیں بائیں اوپر نیچے اللہ تعالیٰ کا نور ہے۔ وہ نور کے قلعے میں محفوظ ہے تو پھر خوف کا سایہ قلب سے اُٹھ جاتا ہے۔ (ظلمت نور کی موجودگی میں کیسے ٹھہر سکتی ہے)۔ سرور و اطمینان اسکے رگ و پے میں چھا جاتا ہے۔ ہم اب اللہ تعالیٰ سے اسی طرح باتیں کر سکتے ہیں جس طرح بچہ اپنے باپ سے باتیں کر سکتا ہے۔ محبت سے، ادب سے، عجز و انکسار سے، پورے اعتماد و ذوق سے ان کے سامنے اپنی خواہشات اور غم رکھ سکتے ہیں۔

✿ مصیبت میں سب سے ضروری چیز قلب کی سنبھال ہے۔ یاد رکھیں کہ خوف طاری ہوتا ہے خوف پیدا کرنے والے خیال کو قبول کر لینے کی وجہ سے۔ ان خیالات کا مقابلہ کرنے کیلئے ذہن کی اس سطح سے بلند ہونا ضروری ہے۔ دیکھئے سمندر کا طوفان اسی وقت فنا کا باعث ہوتا ہے جب ہم اسکی تباہ کن موجوں میں گھر جاتے ہیں۔ لیکن اگر ہم کسی بلند پہاڑی پر چڑھ جائیں تو پھر ان تند و تیز موجوں کی شورش سے ہمیں نجات مل جاتی ہے کیونکہ اب ہم ان کی پہنچ سے باہر ہیں۔ بالکل اسی طرح جب ہم خوف کی حالت میں اللہ تعالیٰ کی طرف متوجہ ہوتے ہیں تو ہمارا قلب خوف کی سطح سے بلند تر ہو جاتا ہے اور اس مقام پر پہنچ جاتا ہے۔ جہاں سکون ہی سکون ہے۔ جب خوف و ہراس کی لہریں آپ کے قلب پر یلغار کر رہی ہوں اور وہ بیٹھا جا رہا ہو تو آپ بیٹھ کر آہستگی اور ثابت قدمی سے اور اللہ کا قرب محسوس کرتے ہوئے یہ دعا کیجئے۔ "اللہ تعالیٰ میں آپ کا شکر گزار ہوں کہ آپ

زندگی میں غم کیوں ہے؟

ہمیشہ سے میرے ساتھ ہیں اور میں آپ کی نظروں میں ہوں" پھر یہ تصور قائم کرنے کی کوشش کی جائے کہ ہم اللہ تعالیٰ کی نظروں کے سامنے ہیں اور ان کی رحمتِ کاملہ نور کی طرح ہر جانب سے ہم پر محیط ہے۔ ساتھ ان الفاظ کی تکرار کرنا چاہیے۔

حَسْبِیَ اللّٰهُ وَ نِعْمَ الْوَكِیْلُ نِعْمَ الْمَوْلٰی وَنِعْمَ النَّصِیْرُ

مجھے اللہ کافی ہے اور وہ کیا خوب کام بنانے والا ہے۔ کیا خوب مولیٰ اور کیا خوب مددگار ہے۔

ان الفاظ کی تکرار سے ہمیں اللہ کے کافی ہونے کا یقین ہو جاتا ہے اور اسی وجہ سے ہمیں خوف سے نجات ملتی ہے۔ آپ ﷺ کو جب کوئی مشکل پیش آتی تو اللہ تعالیٰ سے مخاطب ہو کر فرماتے۔

یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ بِرَحْمَتِكَ اَسْتَغِیْثُ ۔ (مشکوٰۃ)

"اے زندہ! اے سب کو قائم رکھنے والے! میں آپ کی رحمت کی دُہائی دیتا ہوں"۔

آخری بات

زندگی کی جنگ بڑی سخت جنگ ہے، جو شخص اسے تنہا لڑنے کی کوشش کرتا ہے وہ انجام کار شکست کھا کر رہتا ہے، چاہے اس کی شکست اسے خود بھی نظر نہ آ رہی ہو، مگر جس کے ساتھ الْقَوِیُّ (زور والے) الْقَادِرُ (قدرت والے) الْمُقْتَدِرُ (ہر چیز کر سکنے والے) اور مَالِكُ الْمُلْكِ (سلطنت کے مالک) کی امداد شامل ہو وہ فتح یاب ہو کر رہے گا چاہے محدود نگاہ رکھنے والے انسانوں کو اس کی فتح واضح نظر نہ آ رہی ہو۔ عام حالات میں بھی ایک دانا اور احسان شناس انسان کی دانائی اور احسان شناسی کا تقاضا یہی ہے کہ وہ اُس الرَّحْمٰنُ (بہت مہربان) الرَّزَّاقُ (روزی دینے والے) الْمُؤْمِنُ (امن دینے والے) الْمَلِكُ (بادشاہ) الْمُهَیْمِنُ (نگہبان) الْجَبَّارُ (سب سے زیادہ زور آور) الْوَلِیُّ (حمایت کرنے والے) الْحَفِیْظُ (نقصان سے بچانیوالے) الْوَهَّابُ (سب کچھ دینے والے) الْوَدُوْدُ (محبت کرنے والے) الْمُعِزُّ (عزت دینے والے) الْوَكِیْلُ (کام بنانے والے) الْبَرُّ (احسان کرنے والے) النَّافِعُ (نفع دینے والے) اور الْحَسِیْبُ (کفایت کرنے والے) کو ہمیشہ یاد کرتا رہے، مگر جب کوئی غم حملہ آور ہو تو اس وقت تو خصوصی طور پر ذکر و دعا کی طرف توجہ ہونی چاہیے کہ غم کی شدت کو کم کرنے اور بے چین دل کو سکون دینے کے لیے یہ مؤثر ترین عمل ہے۔ جس پاک ذات نے ہمارے غموں کو دُور کرنا ہے اس کا اپنا فرمان ہے۔

"یاد رکھو اللہ کی یاد ہی سے دلوں کو اطمینان نصیب ہوتا ہے"۔ (الرعد ۱۳:۲۸)

نیز ارشاد فرمایا ہے:

"کون ہے جو بے قرار کی دعا سنتا ہے جبکہ وہ اسے پکارے اور کون اس کی مصیبت دور کر دیتا ہے"۔ (النمل ۲۷:۶۲)

مراد یہ ہے کہ وہی قادر مطلق بے قرار کی دعا سنتا اور اس کی مصیبت دور کر دیتا ہے۔ اس انتہائی مہربان رب نے اپنے بندوں کے لیے یہی پسند فرمایا ہے کہ وہ اپنے غم و الم لے کر اس کے حضور میں حاضر ہوا کریں اور اس کے دُور ہونے کی التجا کیا کریں۔ حضرت یونس علیہ السلام کو اللہ نے نجات دی۔ تو فرمایا:

"تب ہم نے اس کی (فریاد) سن لی اور اسے غم سے نجات دی اور اسی طرح ہم مومنوں کو نجات دیا کرتے ہیں"۔ (الانبیاء ۲۱:۸۸)

اسی لیے "آپ ﷺ کو جب کبھی مشکل پیش آتی، نماز کی طرف لپکتے"۔ (مسند احمد)

نماز حاجت، تہجد، صبح شام کے اذکار اور چلتے پھرتے قرآنی و مسنون دعائیں مشکل گھڑی میں مومن کی اصل پناہ گاہ ہیں۔ دعا ہی سے اللہ مشکلات سے نکلنے کی راہیں سجھاتے ہیں۔ آپ ﷺ نے فرمایا:

"دعا مومن کا ہتھیار اور دین کا ستون اور آسمانوں اور زمین کا نور ہے۔ دعا آئی ہوئی مصیبت اور آئندہ آنے والی مصیبت میں نفع دیتی ہے پس اے اللہ کے بندو تم دعا کو لازم پکڑو"۔ (المستدرک: کتاب الدعاء)

اللہ تعالیٰ ہمیں درست راہ پر چلنے کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین

www.ircpk.com