### Al-Nasr

ISSN (Online): 2958-9398 ISSN (Print): 2959-1015 https://alnasrjournal.com/

Al-Nasr Volume 2, Issue 2 (July-September 2023)

# اصلاحِ نَفْس کا قرآنی منج The Qur'anic Methodology of Self Improvement

### Syed Wazir Ahmad

M. Phil, Islamic Thought and Civilization, University of Management and Technology, Sialkot

#### Dr. Naseem Mahmood

Doctoral Candidate, Department of Islamic Thought and Civilization, University of Management and Technology, Sialkot

#### **Abstract**

Qur'anic complete and comprehensive teachings provide a way and methodology of self-purification for human beings. Different thoughts and civilizations have their own habits and manners but Quran provides the unique methods for the purification of human being. "The Qur'anic Methodology of Self Purification" is a research topic which leads the reader to study those Qur'anic verses which deal with the methods of human self-purification process. Some points in this regard, such as Belief on Allah Almighty, Day of Judgment and the life hereinafter, to avoid from selfish desires in religious matters, severeness of selfish desire and its negative and human destructive result, commitment to shariah orders such as prayers, zakat and hajj etc. and its impact on human training have been discussed in this study. This study will help the reader to equip himself with the habits which may save him from the devil attacks and from the acts harmful to human society and as well as to himself.



**Key Words:** Purification, Selfish Desire, Belief, Judgment, Worships, Constructive, Sharia Order

تمهيد

قرآن کا نزول بنیادی طور پرلوگوں کی ہدایت عقیدہ توحید کی دعوت زندگی اور غورو فکر کے لیے اسالیب اور نے اقدار کی تعلیم انسان اور معاشرے کے لیے فلاح وبہود کی ضامن عمل کی رہنمائی اور نفس انسانی کی ان خطوط پر تربیت نشوو نما کے لیے ہوا جو کمال انسانی بام عروج پر پہنچا کر دنیا اور آخرت کی سعادت سے ہمکنار کر دیں جیسا کہ قرآن مجید میں اللہ تعالی نے ارشاد فرمایا:

اِنَّ هٰذَا الْقُرْآنَ یَهْدِی لِلَّیْ هِی اَقْوْمُ وَیُبَشِّرُ الْمُؤْمِنِیْنَ الَّذِیْنَ یَعْمَلُوْنَ الصَّالِحَاتِ اَنَّ لَهُمْ اَجْراً کَیْرِیْنَ الْمُونِیْنَ اللّٰدِیْنَ یَعْمَلُوْنَ الصَّالِحَاتِ اَنَّ لَهُمْ اَجْراً کَیْرِیْنَ اللّٰدِیْنَ یَعْمَلُوْنَ الصَّالِحَاتِ اَنَّ لَهُمْ اَجْراً کَیْرِیْنَ اللّٰدِیْنَ یَعْمَلُوْنَ الصَّالِحَاتِ اَنَّ لَهُمْ اَجْراً کَیْرِیْنَ اللّٰدِیْنَ اللّٰدِیْنَ اللّٰدِیْنَ یَعْمَلُوْنَ الصَّالِحَاتِ اَنَّ لَهُمْ اَجْراً اللّٰ اللّٰ کَدُبَالِحَاتِ اَنَّ لَهُمْ اللّٰمِیٰ یہ کَیْرِیْلًا اللّٰ اللّٰ کَدُبُونِیْنَ اللّٰمِیٰ یہ بِی اللّٰدِیْنَ اللّٰمِیٰ یہ بِی اللّٰمِیٰ یہ بِی اللّٰمِیٰ اللّٰمِیٰ یہ بیارہ تاہ کہ ان کر ایجھے کام کرنے لگیں انہیں یہ بیارہ ناد فرمایا: اللّٰم اللّٰمِیٰ یہ بیارہ کی اللّٰم اللّٰمِیٰ اللّٰمِیٰ کَدُبُونِ وَهُدُی وَرَحْمَةٌ لِلْمُومِیٰ یَاللّٰم کُومِوْقَ مِیْ مِی اللّٰمِیٰ کہ اللّٰم کُومِوْقَ اللّٰم کُومِوْقَ مِی وَرَحْمَةٌ لِلْمُومِیٰ کَاللّٰم کُومِوْقَ اللّٰم کُومِوْقَ اللّٰم کُومِوْقَ اللّٰم کُومُورُومُیْنَ کُومُورُومُیْ کُومُورُومُیْدُ کُلِّم کُومُورُورُومُ کُومُورُومُ کُومُورُومُ کُومُورُومُورُومُورُومُورُومُ کی مُعْرَالِمُورُومُورُومُورُ

قرآن کریم نے اہل عرب کے دلوں پر بالخصوص اور تمام عالم اسلام کے نفوس میں تبدیلیاں پیدا کردیں اور اخلاق و کر داربدل دیے ، زندگی کارُخ پھیر دیا اور ان سے ایسی جماعت تیار کردی جس نے بلندوشریفانہ متحد اور تعاون پیند معاشرہ قائم کر دیا، جس نے اپندوشریفانہ متحد اور تعاون پیند معاشرہ قائم کر دیا، جس نے اپندوشریفانہ متحد اور عظیم سلطنوں (روم اور فارس) کو سر نگوں کر دیابی س کچھ قرآن پر عمل کا نتیجہ تھا۔ جدید معاشروں کے اندر اچھے شہری تیار کرنے کے لیے باوجو دیہ کہ زبر دست کوششیں صرف کی جاری ہیں۔ لیکن اچھے شہریوں کی تیاری میں ان کی کوششوں سے مطلوبہ نتائے سامنے نہیں آرہے تمام معاشروں کے اندر بڑھتے ہوئے جرائم جدید اسالیب تربیت کی ناکامی کی واضح دلیل ہے یہ سب کچھ تبھی کار گر ہوگا جب اسے قرآن وسنت کے مطابق ڈھالا جائے گا جس سے نفس انسانی کی تربیت کا اہتمام ہوگا۔ ذیل میں قرآن پاک کی روشنی میں اصلاحِ نفس کے لئے چند ضروری امور کا مطالعہ کیا جاتا ہے تا کہ آج کے اس دور میں ان تعلیمات کو اپناکر ہواو ہوس سے بچاجا سکے اور انسان کو ملنے والی اس دنیوی زندگی کو بامقصد بنایا جاسکے۔

### ايمان بالله

ایمان نفس انسانی پر زبردست اثر ڈالتا ہے انسان میں خود اعقادی قوتِ صبر اور مشکلاتِ زندگی کے مخل کی قوت کو دوبالا کردیتا ہے نفس کے اندر اطمینان اور امن پیداکر تاہے دل کو راحت و سکون پہنچاتا ہے۔خوشی وکامر انی کے احساس سے لبرین کردیتا ہے۔ ایمان باللہ انسان کے نفس میں جس لمحے آتا ہے فکر آخرت کا تصور کو اجاگر کرتا ہے جملہ نفسانی امر اض سے تحفظ اور دفاع کی قوت عطاکر تاہے جبلہ نفسانی امر اض سے تحفظ اور دفاع کی قوت عطاکر تاہے جبیبا کہ قرآن مجید میں اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے: أَلَّذِينَ آهَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَائَهُم بِظُلْمٍ أُولِئَكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُم مُّهُنَدُونَ 4 حقیقت میں تو امن انہیں کے لیے ہے اور راہ راست پر وہی ہیں جو ایمان لائے اور جنہوں نے اپنے ایمان کو ظلم سے آلودہ نہیں کیا"اتی طرح ایمان باللہ انسان کے اندر اس کے نفس میں اس عقیدہ توحید کو مستخکم کرتا ہے جو بھی تکیف اور مصیبت آتی ہے یاخوشی کا کوئی عمل نصیب ہو تا ہے تووہ اللہ تعالیٰ کی عطاکے اردگر دگھومتا ہے۔

جیسا کہ ارشاد باری تعالی ہے: مَا أَصَابَ مِن مُّصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ ﴿ وَمَن يُؤْمِن بِاللَّهِ يَهْدِ قَلْبَهُ ۚ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ \* "کوئی مصیبت بھی نہیں آتی مگر اللہ تعالی کی اجازت سے جو شخص اللہ تعالی پر ایمان رکھتا ہے تو اللہ تعالی اس کے دل کوہدایت بخشاہے "مؤمن کامل کواس بات کاعلم ہو تاہے کہ دنیا ایک گزرگاہ ہے جہاں سے گزر کر آخرت کی زندگی میں داخل ہو جانا ہے اس لیے وہ دنیا کے اندر اس تناظر سے عمل کرتا ہے اور ایمان ، عبادات اور اعمال صالحہ کے ذریعے آخرت کے لیے این تیاری کرتارہتا ہے۔

مومن کو موت کااس طرح خوف نہیں ہو تاجیبا کہ دو سر ہو گوں کوا کر ہو تا ہے۔ کیونکہ جو مومن ہے وہ سجھتا ہے کہ موت اس کے لیے ایک تخد ہے جو اسے اللہ تعالی کے قرب اور اخروی نعتوں تک پہنچا پیکی اور وہ ہیشہ اس عمل میں کوشاں رہتا ہے کہ اپنے زندگی کے ہر عمل سے اپنے رب کو راضی کر کے اخروی نعتوں کے لیے اپنے آپ کو اس کا مستحق بنالے جیبا کہ اس نظر یہ کی تعدیق خالتی کا کتات نے اس کے راضی کر کے اخروی نعتوں کے لیے اپنے آپ کو اس کا مستحق بنالے جیبا کہ اس نظر یہ کی تعدیق خالتی کا کتات نے اس کے اس کا کہ اس خو بنائے ہوں کا کتات نے اس کے لیے خود فرمائی ہے۔ من عمل صالح خوص بھی نیک عمل کرے گاخواہ وہ مر و کو ان غلام کر گاخواہ وہ مر و ہوں ہوا کہ اللہ تعالی کی اسے لوگوں کو ان کے اجران کے ہجرین اعمال کے مطابق عطا کریں گے" ان تمام آیات قرآنیہ سے معلوم ہوا کہ اللہ تعالی کی وحدانیت پر پختہ یعین اور حضور عنی اعمال کے مطابق عطا کریں گے" ان تمام آیات قرآنیہ سے معلوم ہوا کہ اللہ تعالی کی وحدانیت پر پختہ یعین اور حضور عنی اعمال کے مطابق عطا کریں گے" ان تمام آیات قرآنیہ سے معلوم ہوا کہ اللہ تعالی کی وحدانیت پر پختہ یعین اور حضور ہوا کہ اللہ تعالی کی وحدانیت پر پختہ یعین اور حضور ہوا کہ اللہ تعالی کی وحدانیت پر پختہ یعین اور حضور ہوا کہ اللہ تعالی کی ارشی کو ان کی اندوں کی کہا گواؤین آلفی شختہ ہو گاتی ہو کہ ہو گاتی ہو کہ میں نہ کی نہ کی زندگی کی کی ایکن وری انسان کی عملی زندگی جو اب دینا ہو تی ہو کہ ہو سے بی جس میں ہو کہ میں نے اپنے رب کے سامنے گھڑے ہو کہ اس کی ہو کہ ہو کہ سے بی جس میں ہو کہ میں نے اپنے رب کے سامنے گھڑے ہو کہ اس کے ہو کہ ہو کہ ہو کہ سے بی جہ سے ہو کہ میں نہ کی بیا خور کو کہا ہوں کی آلودگوں میں ملوث کر سکتا ہے۔

آمات قرآنی ہے اصلاح نفس وفکر آخرت

قرآن پاک کی روشیٰ میں جملہ ہدایات ور جنمائیوں کا ایسامر بوط نظام موجودہ جوانسان کی شخصیت میں اچھی صفات پیدا کرنے کی رہنمائی کرتاہے اور ان وجہ سے قرآن پاک میں کی رہنمائی کرتاہے اور اس وجہ سے قرآن پاک میں تعلیمات الہید پر عمل کرنے والوں کو جو مقام حاصل ہوتاہے اس کی ایک جھلک اس آیت مبار کہ میں ہے اللہ تعالی کا ارشاد گرامی ہے: یَا دَاوُودُ إِنَّا جَعَلْنَاكَ خَلِیفَةً فِی الْأَرْضِ فَاحْکُمْ بَیْنَ النَّاسِ بِالْحَقِّ وَلَا تَتَّبِعِ الْہُوَی فَیْضِلَّكَ عَنْ سَبِیلِ اللَّهِ إِنَّ الْبَدِینَ یَضِلُّونَ عَنْ سَبِیلِ اللَّهِ لَهُمْ عَذَابٌ شَدِیدٌ بِمَا فَسُوا یَوْمَ الْحِسَابِ8" اے داؤد علیہ الله اِنَّ الْبَدِینَ یَضِلُّونَ عَنْ سَبِیلِ اللَّهِ لَهُمْ عَذَابٌ شَدِیدٌ بِمَا فَسُوا یَوْمَ الْحِسَابِ8" اے داؤد علیہ الله اِنَّ الْبَدِینَ یَضِلُّونَ عَنْ سَبِیلِ اللَّهِ لَهُمْ عَذَابٌ شَدِیدٌ بِمَا فَسُوا یَوْمَ الْحِسَابِ8" اے داؤد علیہ الله مِن مِن مقرر کیاہے آپ کو (اپنا) نائب زمین میں پس فیصلہ کیا کرولوگوں کے در میان انصاف کے ساتھ اور نہ پیروی کیا کروہوائے نفس کی وہ کہ وہ تمہیں راہِ خداسے بہادیا تھا" اس آیت کریمہ میں اس بات کا تھم دیاجارہاہے کہ خواہشات نفس کی عذاب کو بھلادیا تھا" اس آیت کریمہ میں اس بات کا تھم دیاجارہاہے کہ خواہشات نفس کی

پیروی نہیں کرنی ورنہ راہِ خداسے بھٹک جاؤگے۔ اور یہاں پر اصلاح نفس کا حکم دیا جارہاہے کہ ہمیشہ عدل وانصاف سے کام لینا کہیں ایسانہ ہو کہ اپنی پیند اور ناپیند کو اپنے فیصلوں پر اثر اند از نہ ہونے دینااگر تم نے خواہشات نفس پر انصاف کو قربان کر دیا تو یا در کھنا کہ تم راہِ حق سے بہک جاؤگے لہذا اصلاح نفس کے لیے ضروری ہے کہ معاشرہ میں عدل وانصاف کو قائم رکھا جائے۔ <sup>9</sup> اسی طرح اصلاح نفس کے حوالہ سے قرآن مجید میں بیان کیا گیاہے۔

دین کے معاملہ میں نفسانی خواہشات کی اتباع سے گریز

اسلام ایک مسلمان کو اپنی زندگی کے تمام معاملات شریعت کے تابع رکھنے کا حکم دیتا ہے اس بارے اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے: ثُمَّ جَعَلْنْكَ عَلَى شَرِيْعَةٍ مِّنَ الْأَمْدِ فَاتَّبِعْهَا وَلَا تَتَّبِعْ أَهْوَأَّةَ الَّذِيْنَ لَا يَعْلَمُوْنَ 10 پھر ہم نے آپ کو صحیح راہ پر دین کے معاملہ میں پختہ کر دیا پس آپ اس کی پیروی کرتے رہیں اور ان لوگوں کی خواہشات کی پیروی نہ کریں جو بے علم ہیں " اس کی توضیح میں علامہ بیضاوی کلھتے ہیں:

طريقة من الامر امرالدين فاتبعها فاتبع شريعتك الثابتة بالحجج ولا تتبع اهوآئ الذين لا يعلمون آرآء الجهال التابعة للشهوات وهم رؤساء قريش قال له ارجع الى دين آبائك 11

"دین کے معاملات سے پس آپ پیروی کریں اپنی شریعت کی جو دلائل کے ساتھ ثابت ہے اور ان لو گوں کی خواہشات کی پیروی نہ کریں جو نہیں جانتے یعنی جاہلوں کی آراء کی جوخواہشات کی پیروی کرتے ہیں اور بیہ قریش کے سر دار حضور مُثَافِیَّةً کی سے کہا کرتے سے کہ آپ اپنے باپ داداکے دین کی پیروی کریں"اس کی مزید وضاحت پیر کرم شاہ الاز ہری کے ان الفاظ سے ملتی ہے:

"دین کے معاملہ میں اے پیارے حبیب مکی الیّنیِّم آپ پر فرض ہے کہ آپ اس کی پیروی کریں جو آپ کی طرف نازل کیا گیا ہے اور نفس کے پرستار اور دنیا کے پجاری لاکھ شور مجائیں آپ ان کی قطعا پر واہنہ فرمائیں آپ ثابت قدمی اور استقامت کے ساتھ آگے بڑھتے چلے جائیں اور اعتراض کرنے والے جاہل اور نفس پرست ہیں ان کی ایک نہ سنئے اور اصلاح نفس کالوگوں کے لیے انتظام فرماتے جائے جو جامع شریعت کے مطابق ہو "12

اللہ تعالی نے انسان کو کامیابی کے لیے مختلف اصلاح نفس کے طرق قرآن مجید کے ذریعے سے بیان فرمائے جو دنیا میں ابنی اسلام کے لیے تیار نہیں اور جو بے راہ روی کا شکار ہے وہ گمان کر تاہے کہ میں بھی آخرت میں اہل ایمان کے ساتھ کامیاب ہوجاؤنگاتو اس کے بارے ارشاد باری تعالی ہے: أَمْ حَسِبَ الَّذِينَ اجْتَرَحُوا السَّيِقَاتِ أَنْ نَجْعَلَهُمْ کَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا السَّيِقَاتِ أَنْ نَجْعَلَهُمْ کَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا السَّالِحَاتِ سَوَاءً مَحْيَاهُمْ وَمَمَاتُهُمْ ءَ سَاءَ مَا يَحْکُمُونَ 13 سُكِان لوگوں نے جو ارتکاب کرتے ہیں برائیوں کا خیال کر رکھاہے کہ ہم انہیں ان لوگوں کی مانند بنادیں گے جو ایمان لائے اور نیک عمل کرتے رہے کہ ان دونوں کا جینا اور مرنایکسال ہوجاتے ہیں بڑاغلط فیصلہ ہے جووہ کرتے ہیں "اس سے واضح ہو تاہے کہ دین کے معاملات میں خواہشات کی اتباع انسان کی کامیابی نہیں بلکہ بربادی کا سبب بنتی ہے اور خواہشاتِ نفس سے دوری اس کو اس تباہی سے بچاکر اللہ کی امان میں آنے کا ذریعہ بن جاتا ہے۔ قرآن پاک کی اس تعلیم میں کفار کے نظریہ کو مستر دکرتے ہوئے اخروی محاہے کے تصور کی پختگی کا حکم۔

### نفسانی خواہشات کو شرک کے مماثل سمجھنا

نفس انسانی کی اصلاح کے لئے لازم ہے کہ انسان نفسانی خواہشات سے دور رہے اور ہر دم اس کی اتباع کی بجائے ان سے بچنا رہے۔ نفسانی خواہشات کی پیروی کرنے والوں کے بارے میں ارشاد ربانی ہے: آفَرَائِتَ مَنِ اتَّخَذَ اِلْہَهُ هَوَاهُ وَاَحْسَلَهُ اللّهُ اللّهُ عَلٰی عِلْمِ وَحَمَّمَ عَلٰی مِسْمُعِهِ وَقَلْبِهِ وَجَعَلَ عَلٰی بَصَرِهِ غِشَاوَةً فَمَنْ بَّهُدِیْهِ مِنْ بَعْدِ اللّهِ اللّهِ اللّهِ افْلَا اللّهِ اللّهُ اللّهِ اللّهِ اللّهُ اللّهِ اللّهُ اللّهُ اللّهُ اللّهُ اللّهُ اللّهُ اللّهِ اللّهُ الللّهُ الللّهُ الللّهُ الللّهُ الللّهُ اللّهُ الللّهُ اللّهُ اللّهُ اللّهُ اللّهُ اللّهُ اللّهُ اللّهُ اللّهُ اللّهُ الللّهُ اللّهُ الللّهُ اللّهُ اللّهُ اللّهُ اللّهُ اللّهُ اللّهُ اللللللّهُ اللّهُ ال

اس سے واضح ہوتا ہے خواہ شاتِ نفس کی اتباع میں پڑنے والانہ دنیا میں کامیاب ہو سکتا ہے اور نہ آخرت میں سرخروہ و سکتا ہے بلکہ دائی بربادی اس کا مقدر بن جاتی ہے۔ لہذا اصلاحِ نفس کا راستہ اختیار کرتے ہوئے نفسانی خواہ شات سے گریز کرتے ہوئے اللہ اور اس کے رسول مَنَّ اللّٰیٰ اُور اس کے دیاں میں نفسانی خواہ شات اور ذکر الہی سے غفلت: اصلاح نفس کے حوالے سے اللہ تعالی نے خواہ شات کے چند اثر است کا جائزہ لیا جاتا ہے: نفسانی خواہ شات اور ذکر الہی سے غفلت: اصلاح نفس کے حوالے سے اللہ تعالی نے ارشاد فرمایا: وَلَا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَن ذِکْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَکَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا آ ''سی ایسے شخص کی اطاعت نہ کرو جس کے دل کو ہم نے اپنی یا دسے غافل کر دیا ہے اور جس نے اپنی خواہ ش کی پیروی کی اور جس کا طریق کار افراط و تفریط پر مبنی ہو ۔ اس کی توضیح میں علامہ بیضاوی لکھتے ہیں: ولا تطع من اغفلنا قلبہ من جعلنا قلبہ غافلا عن ذکرنا کامیة بن

خلف فی دعائک الی طرد الفقراء عن مجلسک لصنادید قریش <sup>18</sup> "اور نہ پیروی کریں اس شخص کی جس کے دل کو ہم نے غافل کیا یعنی اس کے دل کو ہم نے اپنی یادسے غافل کر دیا جیسے کہ اُمیہ بن خلف جو آپکو کہا کرتا تھا کہ ان غریب فقراء کو اپنی مجلس سے دور کر دیں تاکہ ہم قریش کے سر دار آپکی مجلس میں شریک ہوں گے اور ہدایت حاصل کریں گے "اس کی مزید وضاحت سید مودودی یوں کرتے ہیں:

"جوحق کو پیچھے جھوڑ کر اور اصلاح نفس نہ کرنے والا تمام اخلاقی حدوں کو توڑ کر اکڑ کر چلنے والا اور اپنے کر یم رب کو بھول کر سرکش نفس کا بندہ بننے والا اور اس کے ہرکام میں بے اعتدالی پیدا ہو جاتی ہے اور وہ احکام الہی سے نا آشنا ہو کر رہ جاتا ہے ایسے شخص کے اطاعت کرنے کا مقصد یہ ہے کہ مطاع جب کہ خود بھٹکا ہوا ہے اور مطبع بھی اس کی اطاعت میں بھٹکتا چلا جائیگا۔ لہذا مطاع کو مثالی بننا ہوگا تا کہ وہ اپنی اصلاح نفس کے ساتھ ساتھ دو سروں کی اصلاح کا ذریعہ بن یائے "19

خواہشات کا بندہ اللہ کے ذکر سے غافل رہتا ہے اور شیطان کاسائتھی بن جا تا ہے جواسے گناہوں کی ایسی دلدل میں بھنسا تا ہے کہ اس کا وہاں سے نکلنامشکل ہو جاتا ہے اور جو اپنے آپ کو اس سے بچاتا ہے اور خوفِ خدا دل میں بسا کر ہمیشہ اس کی رضا کا طالب ر ہتا ہے وہ اسے کہیں بھی رسوانہیں ہونے دیتا بلکہ اسے اپنے سابھ رحمت میں لے لیتا ہے۔نفسانی خواہشات کی پیروی میں نمازوں کاضیاع: نمازوں کوضائع کرنے والے نفسانی خواہشات کے پیرو کار ہیں نفسانی نماز سے دور ہی رہتاہے اللہ تعالی قر آن مجید مين ارشاد فرما تاب:-أَضَاعُوا الصَّلاةَ وَاتَّبَعُوا الشَّهَوَاتِ-فَسَوْفَ يَلْقَوْنَ غَيًّا<sup>20</sup>" جنهوں نے ضالَع كيا نمازوں كواور پیروی کی (نفسانی) خواہشات کی سووہ اپنی نافر مانی (کی سزا) سے دوچار ہوں گے "اب اگر غور کیا جائے توشر اب کا پینا اور باپ شر کی بہن حلال سمجھنااور گناہوں میں منہمک ہونا ہیہ سب خواہشاتِ نفس کی پیروی کا ہی نتیجہ ہے۔اسی لئے بقول پیر کرم شاہ الازہری اسلاف کے طریقے کو چھوڑنے والے، نمازو زکوۃ جیسے فرائض کو انہوں نے پس پیثت ڈالنے والے یا ان کا انکار کرنے والے سب نفس کے پیجاری ہیں اور انہیں اس کی سز الاز می ملے گی۔ <sup>21</sup> نفسانی خواہشات کی پیروی فساد فی الارض: اللہ تعالی قرآن مجيد مين ارشاد فرمات عين: وَلُو اتَّبَعَ الْحَقُّ أَهْوَاءَهُمْ لَفَسَدَتِ السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ وَمَن فِيهنَّ عَلْ أَتَيْنَاهُم بذِكْرهِمْ فَهُمْ عَن ذِكْرهِم مُعْرِضُونَ 22" اور اگر پیروی كرتاحق خواهشات (نفس) كی تو در ہم برہم ہوجائے آسان اور ز مین اور جو پچھ ان میں ہے بلکہ ہم ان کے پاس لے آئے ان کی نصیحت تووہ اپنی نصیحت سے رو گر دانی کرنے والے ہیں " اس آيت كي وضاحت اس انداز مين كي كي ب: ولو اتبع الحق اهوائهم بان كان في الواقع آلهة شئي لفسدات السموت والارض ومن فيهن كاسبق تقريره في قوله لوكان فيهما الهة الاالله لفسدتا وقيل لواتبع الحق اهواء هم وانقلب باطلا لذهب ما قام به العالم فلا يبق 23" اگر حق ان كي خواهشات كي پيروي كرتاليغي واقعه ك اندر کئی خداہوتے توالیتہ زمین وآسان جو کچھ ان کے اندر ہے جیسا کہ پہلے اللہ تعالی کا ارشاد گرامی گذر چکاہے اگر آسان وزمین میں اللہ تعالیٰ کے علاوہ کئی خداہوتے توز مین وآسان تباہ ہو جاتے اور بعض نے کہاہے اگر حق ان کی خواہشات کی پیروی کر تااور خود باطل ہو جاتاجس کی وجہ سے جہاں قائم ہے وہ باقی نہ رہتا"

اس سے واضح ہو تا ہے کہ اگر احکام خداوندی کی تعبیر میں ہواہوس اور خواہشاتِ نفس کو شامل کرلیا جائے تو حق نہیں رہتا بلکہ شیطانیت کاروپ دھار کر مخلوق کی گمر ابی کاسامان بن جاتا ہے اور وہ اللہ تعالیٰ کے احکام کی خلاف ورزی کی وجہ سے زمین میں فساد کا ذریعہ بن جاتا ہے جس سے بربادی کے علاوہ پچھ حاصل نہیں ہوتا۔ نواہشات نفس دین سے انحراف کا ذریعہ: انسان اگر نفسانی خواہشات کی اتباع میں لگ جائے تواسے گر اہی، دین سے دور اور بربادی کے علاوہ پچھ حاصل نہیں ہوتا چنانچہ اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے: فَكُلُ دَنَیْ بِعَلَ اللّٰہِ عَالَ اللّٰہِ کَانَ بِعَا قَدْهَلُونَ خَبِیرًا اُلَا اللّٰہِ کَانَ بِعَا قَدْهَلُونَ خَبِیرًا اُلا تعالیٰ کہ فران ہے: فَكُلُ وَ اللّٰہِ کَانَ بِعَا قَدْهَلُونَ خَبِیرًا اُلا تعالیٰ کہ فران ہے: فَکَلُ دَنَیْ بِیروی نَمُ کیا کرو کہ عدل سے ہٹ جاؤے اور اگر تم گوائی میں نیج دار بات کروگ یا (حق سے) پہلو تہی کروگ تو اللہ تعالیٰ تمہارے سب کامول سے باخبر ہے "اس آیت مذکورہ سے یہ بات واضح ہوئی کہ نفس کی پیروی نہ کروبلکہ اصلاح نفس کرتے رہو۔ اس میں بیان ہوا فلا تقبولو آء ھوی کے معنی ہیں اُڑائے پگرنا نیچ گرانا قر آن مجید میں آتا ہے: اُؤ تَہُویِ بِهِ الرّبِحُ فِي هَكَانٍ سَجِيقٍ 25" ہوا اسے دور کی جگہ پچینکتی ہے "اس آیت قر آئی میں واضح کیا جارہا ہے کہ نفس امارہ انسان سے الزّبے فی هَکَانٍ سَجِیقٍ کُواہُ ہوا ہے دور کی جگہ تھینکتی ہے "اس آیت قر آئی میں واضح کیا جارہا ہے کہ نفس امارہ انسان سے کہ دو ابنی خواہشات کی طب کا مربادی سے بچالے۔ اتباع نفس محرومی نفر سِت اللّٰی نفسانی خواہشات کی اتباع انسان کو اللہ تعالیٰ کی مدد اور تائید سے محروم کر دیتا ہے۔ اس حوالے سے اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے: بَلِ النّٰہُ عِنْ مَا اِسْدَ کی پیروی کرتے رہے پس کون ہدایت دے سکتا ہے جے (نافرمانی کے باعث) اللہ تعالیٰ گر اہ کر دے اور ان لوگوں کا کوئی مد دگر نہیں "

# امام بیضاوی اس ظلم کامعنی شرک لیتے ہوئے لکھتے ہیں:

بل اتبع الذديين ظلموا بالاشراك اهؤآهم بغير علم جاهلين لا يكفهم شئى فان العالم اذ اتبع هواه ربما ردعه علمه 27

"مشر کین نے اپنی جانوں پر ظلم کیا شرک کی وجہ سے (اصلاح نفس نہ کی)اور بغیر علم کے اپنی خواہشات کی پیروی کی "

یعنی وہ جاہل تھے اور کسی چیز سے روکتے نہیں تھے کیونکہ عالم جب اپنی خواہشات کی پیروی کرتا ہے اور کافی بار اس کاعلم اسکو نفسانی خواہشات کی پیروی سے روک دیتا ہے اس طرح بیہ علم جہالت سے بھی زیادہ خطرناک ہواکیونکہ اس سے وہ ہٹ دھر می کرتے ہوئے شریعت کاباغی بن جائے گاجس کی کوئی معافی نہیں۔

### عدم اصلاح نفس غضب الهي كاسبب

اصلاً ح نفس نہ کرنے والوں کے بارے میں قرآن مجید میں بیان کیا گیا ہے کند ذہن اور ناسمجھی ہے ارشاد باری تعالی ہے: وَمِنْهُمْ مَنْ یَسْتَمِعُ إِلَیْكَ حَتَّی إِذَا خَرَجُوا مِنْ عِنْدِكَ قَالُوا لِلَّذِینَ أُوتُوا الْعِلْمَ مَاذَا قَالَ آنِفًا أُولَئِكَ الَّذِینَ طَبَعَ اللَّهُ عَلَی قُلُوبِهِمْ وَاتَّبَعُوا أَهْوَاءَهُمْ 28" ان میں بعض ایسے بھی ہیں کہ آپ کی طرف کان لگاتے ہیں یہاں تک کہ جب آپ کی طرف سے چلے جاتے ہیں تو اہل علم سے (بوجہ کند ذہنی کے) پوچھتے ہیں کہ اس نے ابھی کیا کہا تھا، یہی لوگ ہیں جس کے دلوں پر خدائے ذوالجلال نے مہر لگادی ہے اور وہ اپنی خواہشوں کی پیروی کرنے والے ہیں " اب ان کے دلوں پر کی خواہشات کی اتباع اور دینی احکام کی اتباع میں سستی کا شاخسانہ ہے جو کہ اللہ تعالی کے غضب کا واضح ثبوت ہے۔ یعنی اصلاح نفس نہ کرنے والوں کی بے و قونی اور نفسانی خواہشات کے بیچھے بھاگ دوڑ کرنے والوں کا ذکر اللہ تعالی بیان فرماتے ہوئے فرمارہے ہیں۔ اس ذیل میں علامہ ابن کثیر لکھتے ہیں "آپ کی مجلس شریف کی حاضری کے بعد اور کلام الرسول سننے کے بعد مجھے میں پھے نہیں آتا اور بعد میں اہل علم اصحاب رضی اللہ عنصم سے پوچھتے ہیں کہ اس وقت آپ منگا للہ اللہ عنصم سے پوچھتے ہیں کہ اس وقت آپ منگا للہ اللہ علی اللہ عنص نہیں سکتی کیونکہ ان کے کیا فرمایا تھا اس کی وجہ یہ ہے کہ ان کے دلوں پر اللہ تعالی نے مہر لگادی ہے۔ ان کی اصلاح ہو بی نہیں سکتی کیونکہ ان کے قلوب میں منافقت بھری ہوئی ہے اور یہ نفس کے بندے ہو چکے ہیں۔ فہم صری اور قصد صحیح ہے ہی نہیں اور بیہ خود اپنے نفس کی اصلاح ہی نہیں ورنہ بی اللہ تعالی ان کو ہدایت کی توفیق دیتا ہے کیونکہ یہ اینی اصلاح کی کوشش نہیں کرتے جو لوگ ہدایت اور ان کو ہدایت اور ان کو ہدایت یا قصد کرتے ہیں تو ایسے لوگوں کو اللہ تعالی ہدایت دیتا ہے اور ان کو ہدایت پر قائم رہنے کی بھی توفیق دیتا ہے اور ان کی ہدایت کوبڑھا تار ہتا ہے اور انہیں رُشد وہدایت الہام فرما تار ہتا ہے "29 ہدایت الہہ یہ یہ عمل کے تمرات

قر آن پاک نے تزکیہ نفس کے لیے یہ رہنمائی فرمائی ہے کہ انسان اپنے اندراللہ تعالی پر ایمان کے ساتھ اللہ تعالی کاخوف یعنی تقوی کی صفات پیدا کرے اور تقوی گناہوں سے دوری اور اللہ تعالی کے عذاب اور غضب والے کاموں سے بچنے کا نام ہے۔ انسان جب اینے دل میں اصلاح نفس کا مصمم ارادہ کرلیتاہے تواس کے اندر جذبات پر کنٹر ول اور خواہشات اور شہوات پر ضبط کی کامل صلاحیتیں اُجاگر ہو جاتی ہیں۔اور وہ شریعت کے دائرے میں ان کی پیمیل کو مقصد حیات بنالیتاہے اور اس کے ساتھ ساتھ اینے تمام کاموں میں عدل وانصاف امانت اور صداقت کی یاسداری کرتاہے اور لوگوں کے ساتھ حسن سلوک کو روار کھتاہے ظلم اور سرکشی سے گریز کر تاہے جس کی وضاحت قر آن یاک میں اللہ تعالی نے اس انداز میں ذکر فرمائی ہے۔ان تين آيات كے ذكر كرنے يراكتفاكيا جاتا ہے۔ 30 يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَآمِنُوا برَسُولِهِ يُؤْتِكُمْ كِفْلَيْنِ مِنْ رَحْمَتِهِ وَيَجْعَلْ لَكُمْ نُورًا تَمْشُونَ بِهِ وَيَغْفِرْ لَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ "اكايان والواتم الله تعالى ت ورد رد رد الله تعالى ت ورد رد رد الله تعالى ت ورد رد رد الله تعالى عن ورد الله تعالى ال کر و اوراس کے رسول مَثَاثِیْغِ پر ایمان لے آؤ اللہ تعالی تمہیں اپنی رحت سے دوجھے عطافرمائے گاتمہارے لیے ایک نور بنا دے گاجس کی روشنی میں تم چلو گے اور تہمیں بخش دے گا اور اللہ تعالی غفور اور رحیم ہے "اور دوسرے مقام پر ارشاد باری تَعَالَى إِنَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا-يُصْلِحُ لَكُمْ أَعْمَالَكُمْ وَنَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُونَكُمْ وَوَمَن تعالی تمہارے کاموں کو درست کر دیگااور تمہارے گناہوں کو معاف کر دیگااور جو شخص اللّٰہ تعالی کا اور اس کے رسول سَاُلَّا يُنْتِمُ کا تَكُم مانتا ہے تو وہی شخص بہت بڑی كاميابي حاصل كرتاہے" ايك اور مقام پر ارشاد ہے: وَمَن يَتَّق اللَّهَ يَجْعَل لَّهُ مِنْ أَمْدِهِ يُسْرًا 33 أن اور جو شخص الله تعالى سے ڈرتار ہتاہے تو وہ اس كے كام ميں آساني پيدا فرما دے گا" يعني ان آيات كريمه سے اصلاح نفس کے حوالے سے خالق کا کنات نے انسان کو تسلی اور خوشنجری عطافر مائی ہے کہ اگرتم ایمان باللہ وبالرسول کے بعد تقویٰ اور سید ھی بات انصاف کے ساتھ کے معاملات کو اگر اختیار کر وتواللّٰہ تعالی تمہیں اپنی رحت سے دو گنا حصہ عطافر مائیگا اور تمہیں اصلاح اعمال اور گناہوں کی بخشش کی خوشنجری اور مشکلات کی آسانی کی نوید بھی سنا تاہے ان آیات میں اصلاح نفس کا بہترین طریقیہ اللہ تعالی نے واضح فرمادیا ہے۔ عبادات اور تزكيه نفس

قر آن نے لوگوں کی شخصیات کر دار اور عمل کی تبدیلی کے لیے افکار کی تبدیلی کے ساتھ ساتھ کر دار اور عمل کی مسلسل مشق کی ضرورت پر زور دیاہے تاکہ باربار ان کی انجام دہی ہے عمل و کر دار میں مضبوطی اور استحکام پید اہوجائے۔ اسی لیے نماز،روزہ، زکوۃ اور جج جیسی مختلف عبادات فرض فرمائیں ان عبادات کی ادائیگی مؤمن کو اللہ تعالی کی اطاعت اور اس کے احکامات کی تعمیل اور اللہ تعالی کی جانب ہمیشہ سر تسلیم حم رکھنے کی تعلیم دیتاہے جب مؤمن ان عبادات کو بجالا تاہے تو اس میں تزکیہ باطن کے ساتھ ساتھ تمام اچھی صفات بھی پیدا ہو جاتی ہیں۔

جونفیاتی صحت کے لیے اسباب فراہم کرتی ہیں اور نفیاتی امراض سے تحفظ عطاکرتی ہیں جس کی نثان دہی اللہ تعالی نے اس انداز میں فرمائی ہے: إِنَّ الصِّلوةَ تَنہیٰ عَنِ الفَحشَاءِ وَالمُنكَرِ \*3" بِ شَک نماز بِ حیائی اور برائی سے رو کتی ہے "اس طرح نفس کے تزکیہ کے حوالہ سے زکوۃ کے بارے میں خالق کا نئات نے ارشاد فرمایا: خُدْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَبِّرُهُمْ وَتُوَى مِن خالق کا نئات نے ارشاد فرمایا: خُدْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَبِّرُهُمْ وَتُوَى مِن خالق کا نئات نے ارشاد فرمایا: خُدْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَبِّرُهُمْ وَتُوَى مِن عَن اللهِ عَلَى اللهِ عَن النہیں (گناہوں وَتُوَى مِن اللهِ عَن اللهِ عَنْ اللهِ عَن اللهِ عَم اللهِ اللهِ اللهِ عَن اللهُ عَنْ اللهِ عَن اللهِ عَنْ اللهِ عَن اللهِ عَن اللهِ عَنْ اللهِ اللهِ اللهِ اللهِ اللهِ اللهِ عَنْ اللهُ عَلَي اللهُ عَنْ اللهُ عَنْ اللهُ عَنْ اللهُ اللهُ عَنْ اللهُ عَنْ اللهُ اللهُ عَنْ اللهُ عَلْ اللهُ عَنْ اللهُ عَنْ اللهُ عَنْ اللهُ عَلْ اللهُ عَلْ اللهُ عَنْ اللهُ عَنْ اللهُ عَنْ اللهُ عَنْ اللهُ عَنْ اللهُ عَنْ اللهُ عَلْ ال

حج کے ذریعے سے اصلاح نفس

#### خلاصة بحث

نفس کی اصلاح کے لیے نفس کے اندر عقیدہ توحید کو اُجاگر کرنا اور اپنی شخصیت کے نکھار کے لیے اپنے قلوب میں تقوی پیدا کرنا۔ مختلف عبادات کے ذریعے سابقہ غلط عادات واطوار سے گلو خلاصی اور اچھی صفات سے آرائنگی کرکے معتدل و متوازن اور مکمل شخصیت کی تعمیر نو کرنا۔ مبر و مخل کی تعلیم جو شخص خوش دلی کے ساتھ مشکلات کو دور کرنے اور تناؤو تنگی اور احساس غم کو کممل شخصیت کی تعمیر نو کرنا۔ مبر و مخل کی تعلیم جو شخص خوش دلی کے ساتھ مشکلات کو دور کرنے اور تناؤو تنگی اور احساس غم کو کممل شخصیت کی تعمیر نو کرنا۔ مبر و مخل کی تعلیم جو شخص کے لیے ذکر الہی کی پابندی کی ترغیب جس سے اللہ تعالی کا قرب اس کی حمایت اور نگہبانی کا شعور عطاکر کے امن و طمانیت کا احساس پید اگرتی ہے۔ تو بہ اور استغفار کی ترغیب جو احساس گناہ سے اُبھرنے والے قلق سے گلو خلاصی عطاکرتی ہے۔ عبادات میں انہاک اور روزہ و جج جیسی خصوصی عبادات کا لزوم واہتمام انسانی نفس کی اصلاح کا بہترین ذریعہ ہے۔ اس ساری بحث کے بعد لازم محسوس ہو تا ہے انسان کی اصلاح نفس کے دیگر پہلوؤں اور طریقوں کا

# اصلاح نفس کا قرآنی منہج

جائزہ لیا جائے تا کہ اخلاق، معیشت ومعاشرت کے متعد د پہلوؤں پر شخفیق کرکے انسانی نفس کی اصلاح کا سامان کیا جائے اور انسان کوخواہشات کا اسیر بننے کی بجائے شریعت کا متبع اور عملی مسلمان بنانے کا سامان کیا جاسکے۔

#### References

- <sup>1</sup> Al-Isr**ā'** 17:9.
- <sup>2</sup> Al-unus IO: 57.
- <sup>3</sup> Al-Fussilat 41:44.
- 4 Al-An`ām 6:82
- <sup>5</sup> At-Taghābun 64:11.
- <sup>6</sup> An-Nahl 16:97.
- <sup>7</sup> Al-Anbiiā' 21:47.
- <sup>8</sup> Al-Saad 38:26.
- <sup>9</sup> Muhammad Karam Shāh Azharī, *Dhīā'-ul-Quraān* (Lahore: Al- Quraān Publīcations), 4:238.
- 10 Al-Jāthijah 45: 18
- <sup>11</sup> `Abdullah Ibn `Umar, *Anuār al-Tanzīl wa Asrār al-Ta'uīl*, 4<sup>th</sup> Edition (Labonan: Dār al-Fikr), 661.
- <sup>12</sup> Karam Shāh Al-Azhari, Dhiā'-ul-Quraān, Vol.4, P:456.
- 13 Al-Jāthijah 45: 21
- 14 Al-Jāthijah 45: 18
- 15 `Abdullah Ibn `Umar, Anuar al-Tanzil wa Asrar al-Ta'uil, 662.
- <sup>16</sup> Azharī, *Dhīā '-ul-Quraā n* 4:458-459.
- 17 Al-Kahf 18:28
- <sup>18</sup> Ibn 'Umar, Anuār al-Tanzīl wa Asrār al-Ta'uīl, 391.
- <sup>19</sup> Abū al-A`lā Maududī, Tafhīm al-Quraān (Lahore: Maktaba Ta`mīr-e-Insāniīīat), 3:23.
- <sup>20</sup> Mariam 19:59
- <sup>21</sup> Karam Shāh Al-Azharī, Dhīā'-ul-Quraān, Vol.3, P:90.
- <sup>22</sup> Al-Mu'minun 23:71.
- <sup>23</sup> Ibn `Umar, Anuar al-Tanzīl wa Asrar al-Ta'uīl, 407.
- <sup>24</sup> An-Nisā' 4:135.
- <sup>25</sup> Al-Haii 22: 31.
- <sup>26</sup> Ibn `Umar, Anuar al-Tanzīl wa Astār al-Ta'uīl, 131.
- <sup>27</sup> Ar-Rum 30:29.
- <sup>28</sup> Al-Muhammad 47:16.
- <sup>29</sup> Ibn-e-Kathīr, Abu-Āl-Fidā `imād-ul-Dīn, Tafsīr-Ul-Quraān-il-`azīm, Nūr Muhammad Kārkhāna Tijārt-e-Kutub, Āārām Bāgh Karāchī, Vol.5, P:36
- <sup>30</sup> Niiātī, Muhammad `uthmān, Al-Ouraān Aur `ilm-ul-Nafs, Al-Fītal Nāshirān Wa Tājirān-e-Kutub, Urdu Bāzār, Lāhore, P:320-32I
- 31 Al-Hadid 57:28
- <sup>32</sup> Al-Ahzāb 33:70-7I
- <sup>33</sup> At-Talāa, 65:4
- 34 Al-`Ankabut 29:45
- 35 At-Taubah 9:103
- <sup>36</sup> Al-Bagarah 2: 197