

## غصہ

ہمارا موضوع غیض و غضب اور غصہ ہے۔ ہم انگریزی میں بھی اس کے لیے کئی الفاظ استعمال کرتے ہیں۔ مثلاً (anger) اس میں شدت کا احساس موجود ہے۔ ایک اور لفظ استعمال ہوتا ہے (upsetness) یہ بھی غصہ ہی ہے۔ (frustration) جس کو اردو میں جھنجھلاہٹ کہتے ہیں، یہ بھی غصے ہی کا اظہار ہوتا ہے۔ یا پھر (irritation) چڑچڑاپن، مزاج کا درہم برہم ہو جانا۔ یہ بھی غصہ ہی کا اظہار ہے۔ قوتِ غضب انسان کے اندر موجود ہے، انسان کو قدرتی طور پر غصہ آتا ہے، اس لیے اگر ہم اپنی شخصیت کو نکھارنا چاہتے ہیں، سنوارنا چاہتے ہیں، پاک صاف اور خوب صورت بنانا چاہتے ہیں اور جنت کا شہری بننا چاہتے ہیں، تو غصے پر قابو پانے کی کوشش کریں۔ کسی کا قول ہے، کسی شخص کی اس وقت تک تعریف مت کرو جب تک اُسے غصے کی حالت میں نہ دیکھ لو، کیوں کہ انسان کی اصلیت غصے کی حالت میں سامنے آتی ہے۔

یہ ناممکن ہے کہ کسی شخص کو کبھی غصہ ہی نہ آئے۔ اللہ نے انسان کی سرشت میں غصہ رکھا ہے، اللہ سے بڑھ کر ہمیں کون جان سکتا ہے اسی لیے انسانوں سے یہ تقاضا نہیں کیا گیا کہ وہ کبھی اس صلاحیت کا اظہار نہ کریں، اللہ تعالیٰ انسان سے ناممکنات کا تقاضا نہیں کرتا بلکہ تقاضا یہ ہے کہ صحیح موقع پر، صحیح مقدار میں، صحیح جگہ اور صحیح وجہ سے غصہ کیا جائے۔ مثلاً غصہ کے اظہار میں شریعت کی حدود پامال نہ کرے، گالم گلوچ پر نہ اتر آئے، تہمت اور بہتان لگانے سے اجتناب کرے وغیرہ۔ یعنی ہمیں سکھایا گیا ہے کہ غصے میں گناہوں کا ارتکاب نہ ہو اور غصے میں آپے سے باہر ہو کر، بے قابو ہو کر، ایسے کام نہ کر بیٹھیں جو گناہ کے زمرے میں آتے ہیں۔

غصہ ایک طرح سے فائدہ مند بھی ہو سکتا ہے اگر اس کو سدھالیا جائے۔ اگر ہم چاہتے ہیں کہ غصہ سے فائدہ اٹھائیں تو اس کو سدھانا (tame) ہوگا۔ علماء نے غصہ کو شکاری گتے سے تشبیہ دی ہے۔ اگر تربیت یافتہ ہے تو مالک کے لیے فائدہ مند بنے گا یعنی شکار پکڑ کر لائے گا اور اگر وحشی ہوگا تو تباہ کن ثابت ہوگا، اپنے مالک ہی کو چیر پھاڑ دے گا۔ سواں جذبے کو سدھانا ہے، صحیح رخ پر لانا ہے۔ جب انسان کو کوئی بات ناگوار گزرتی ہے تو اُسے غصہ آتا ہے۔ اگر ہم نے اپنی ناگواری کا دائرہ اتنا وسیع کر لیا کہ ہر چھوٹی چھوٹی بات برداشت سے باہر لگنے لگے تو ہر وقت غصے ہی میں رہیں گے، بات بات پر طیش آجائے گا۔ یاد رکھیں غصے کے وجود کو مانا (acknowledge) گیا ہے اس کا مطلب یہ نہیں کہ غصہ کرنے کی سند (license) دے دی گئی ہے جب چاہیں، جہاں چاہیں

غصہ کرتے پھریں، یہ درست نہیں۔ غصہ وہ دُرست ہے جو ناصافی اور ظلم کے خلاف دل میں پیدا ہو، دین کی غیرت کی وجہ سے دل میں پیدا ہو، اللہ اور اُس کے رسول ﷺ کی غیرت کی وجہ سے دل میں آئے۔ پہلی بات جو غصے کی حمایت میں کی گئی اُس کو سن کر خوش نہیں ہونا چاہیے بلکہ غصے کی شرائط ملحوظ رکھنی چاہئیں۔ جب ہم یہ ذہن میں رکھیں گے کہ غصہ حق کی خاطر کرنا ہے، اور دین کی غیرت کی وجہ سے کرنا ہے تو پھر ہم دیکھیں گے کہ غصہ کے باقی سب دروازے بند ہوتے چلے گئے ہیں، کسی اور وجہ سے غصہ کرنے کا جواز نہیں رہا۔

### دین اور اللہ کی خاطر غصہ:

اگر کبھی دین کی خاطر غصہ آجائے تو اُسے بھی صحیح رُخ (channalize) پر رکھنا چاہیے۔ اس کا اظہار مثبت طریقے سے کرنا چاہیے تاکہ خیر برآمد ہو اور اصلاح کا سبب بنے۔ سو دین کی خاطر اگر غصہ آتا ہے تو اس کا مطلب یہ نہیں کہ جب چاہا، جو چاہا، جس کو چاہا کہہ دیا۔ اس کی گنجائش نہیں ہے، اس معاملے میں بھی کچھ حد و دکان خیال رکھنا ضروری ہے۔

اللہ تعالیٰ کے لیے غصہ مطلوب ہے، انسان کے دل میں جس کی عزت اور محبت ہوتی ہے، اس کی توہین دیکھ کر غصہ آتا ہے۔ جس کی محبت دل میں ہوتی ہے، اس کا مذاق اڑتا دیکھ کر غصہ آتا ہے، اُس کی نافرمانی دیکھ کر غصہ آتا ہے۔ ایسا شخص تو بڑا سفاک ہے جس کو اللہ کی خاطر کبھی غصہ نہ آئے۔ انتہائی خود غرض، بے حمیت ہے جو اللہ کی نافرمانی اور مخالفت ہوتے ہوئے دیکھتا ہے اور اس کے اندر غصہ نہیں پھوٹتا!! مگر خیال رہے کہ غصے کا اظہار رسول اللہ ﷺ کے بتائے ہوئے طریقے کے مطابق کرنا ہے۔ اللہ کی حق تلفی ہوتے دیکھ کر، اللہ کی محبت کی وجہ سے، اللہ کے لیے غیرت کی وجہ سے غصہ آنا مطلوب ہے۔ پھر جو چیزیں اللہ سے منسوب یعنی شعائر اللہ ہیں، اُن کی بے حرمتی ہوتے دیکھ کر بھی انسان کو غصہ آنا چاہیے، قرآن کی بے حرمتی، مسجدوں کی بے حرمتی، نبی اکرم ﷺ، خانہ کعبہ، یا اللہ والوں کی بے حرمتی، ان سب چیزوں کا تعلق چوں کہ اللہ سے ہے، ان کی بے عزتی دیکھ کر غصہ آئے گا۔ حضرت موسیٰ ﷺ کو جب یہ پتا چلا کہ بنی اسرائیل نے بچھڑے کی پوجا شروع کر دی ہے تو ان کی کیفیت کیا ہوئی سورۃ الاعراف آیت ۱۵۰ میں ملاحظہ کیجیے۔

{وَلَمَّا رَجَعَ مُوسَىٰ إِلَىٰ قَوْمِهِ غَضْبَانَ أَسْفًا}

”اور موسیٰ ﷺ لوٹے، اپنی قوم کی طرف، انتہائی غصے میں اور انتہائی افسوس کے ساتھ۔“

نبی اکرم ﷺ کو بھی غصہ آتا تھا۔ لیکن کبھی آپ نے اپنی ذات کے لیے غصہ نہیں کیا۔ بلکہ آپ ﷺ نے ہمیشہ دین کی خاطر غصہ کیا۔ جیسے ایک دفعہ حضرت معاذ رضی اللہ عنہ نے کچھ طویل نماز

پڑھائی جو لوگوں کے لیے آزمائش بن گئی۔ لوگوں نے آ کر شکایت کی تو آپ ﷺ نے حضرت معاذ رضی اللہ عنہ کو یوں سمجھایا:

(( فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَا مَعَاذُ أَفْتَانِ أَنْتَ ))<sup>(۱)</sup>

”اے معاذ رضی اللہ عنہ! کیا تم لوگوں کو فتنے میں ڈال رہے ہو؟“

یعنی کیوں اتنی لمبی نماز پڑھا رہے ہو کہ لوگ بے زار ہو رہے ہیں۔ اس پر آپ ﷺ کو غصہ آیا۔ ایک دفعہ ایک عورت نے چوری کی، اُس کی سفارش کروائی گئی کہ اس کو معاف کر دیں یہ اونچے قبیلے کی عورت ہے۔ حدود اللہ میں سفارش کی جا رہی تھی۔

(( فَكَلِمَةُ أَسَامَةَ فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَتَشْفَعُ فِي حَدِّ مَنْ

خُدُوهُ اللَّهُ ثُمَّ قَامَ فَاخْتَطَبَ ثُمَّ قَالَ إِنَّمَا أَهْلَكَ الَّذِينَ قَبْلَكُمْ أَنَّهُمْ كَانُوا إِذَا

سَرَقَ فِيهِمُ الشَّرِيفُ تَرَكُوهُ وَإِذَا سَرَقَ فِيهِمُ الضَّعِيفُ أَفَأَمُوا عَلَيْهِ الْحَدَّ وَأَيُّمُ

اللَّهُ لَوْ أَنَّ فَاطِمَةَ بِنْتَ مُحَمَّدٍ سَرَقَتْ لَقَطَعْتُ يَدَهَا ))<sup>(۲)</sup>

”اللہ کی قسم! اگر فاطمہ رضی اللہ عنہا بنت محمد ﷺ بھی چوری کرتی تو میں اس کا بھی ہاتھ کاٹ دیتا۔“

یہ آپ ﷺ کو بہت برا لگا کہ اللہ کے حکم کے خلاف سفارش کیوں کرائی گئی۔ تو آپ ﷺ کو غصہ جب بھی آیا دین کے لیے آیا۔ اپنی ذات کے لیے آپ ﷺ کو کبھی غصہ نہیں آیا۔ نہ کبھی بدلہ لیا اور دین کے لیے بھی جب غصہ آیا وہ کبھی بھی آپ ﷺ پر حاوی نہ ہوا۔ اس غصہ نے آپ ﷺ کو کبھی بے قابو نہیں کیا اور غصے کی کیفیت میں آپ ﷺ نے کبھی کوئی اقدام بھی نہیں کیا۔ بلکہ غصے کو قابو کر کے پھر قدم اٹھایا۔ پھر صحابہ رضی اللہ عنہم میں بھی ہمیں مثالیں ملتی ہیں۔ حضرت علی رضی اللہ عنہ ایک جنگ میں شریک تھے، ایک کافر پر قابو پالیا۔ اُس کی گردن کاٹنے والے تھے کہ اس نے حضرت علی رضی اللہ عنہ کے منہ پر تھوک دیا۔ حضرت علی رضی اللہ عنہ نے فوراً اُس کو چھوڑ دیا۔ کہا اب تک تجھ کو اللہ کی خاطر قتل کرنا چاہتا تھا، اب تو نے مجھ پر تھوک دیا ہے اور مجھے غصہ دلا دیا ہے۔ اب اگر میں تجھ کو اس غصے میں آ کر قتل کر دیتا تو میں اپنی ذات کا بدلہ لیتا اس لیے چھوڑ دیا۔ دیکھیں صحابہ کرام بھی انسان ہی تھے، انھیں بھی غصہ آتا تھا مگر برداشت کرتے تھے۔ گویا غصے پر قابو پانا ناممکن نہیں، غصے پر قابو پایا جاسکتا ہے۔ ہمیں یہ ذہن نشین کرنا ہوگا کہ غصے میں آپے سے باہر نہیں ہونا اور ہوش و حواس نہیں کھونا چاہیے۔ ہمیں

(۱) صحیح البخاری، کتاب الاذان، باب من شکا امامہ اذا طول

(۲) صحیح البخاری، کتاب احادیث الانبیاء، باب حدیث الغار

خود کو کمتر نہیں سمجھنا چاہیے کہ ہم یہ نہیں کر سکتے، اگر شکست کا پہلے ہی اعتراف کر لیا تو پھر فتح حاصل نہیں ہوگی۔ مسلمان مجاہد ہوتا ہے، ہمیں مجاہدوں والی زندگی گزارنی ہے، ہمیں اپنے نفس سے بھی جہاد کرنا ہے، اور شیطان کے خلاف بھی اور ساری زندگی اس جہاد میں گزارنی ہے۔

پہلے تو یہ پکارا دہ کر لیں کہ غصے پر قابو پانا ہے۔ میں مسلمان ہوں، بدناما شخصیت مجھے زیب نہیں دیتی، بدوی شخصیت مجھے زیب نہیں دیتی، غصہ شخصیت کو بدناما کر دیتا ہے، بگاڑ دیتا ہے۔ مجھے اپنے آپ کو سنوارنا ہے۔ میں نبی اکرم ﷺ کی امت میں سے ہوں اور آپ ﷺ کی تو قرآن نے گواہی دی ہے۔

{إِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ} (القلم: ۴)

”آپ تو بہت اونچے اخلاق پر ہیں۔“

یہ ہمارے رسول ﷺ ہیں، جن کی ہم امت ہیں، ہم کچھ تو ان کی پیروی کریں کہ ”اللہ تعالیٰ ہمارے غصے کو جنت حاصل کرنے کا ذریعہ بنا دے اور اس غصے کو ہمارے آگ میں جلنے کا سبب نہ بنے دے۔“ اللہ نہ کرے دنیا میں بھی غصے کی آگ میں جلتے بھتے رہیں اور آخرت میں اسی کی وجہ سے جہنم کی آگ کے سپرد ہو جائیں۔ ”اے اللہ! ہمارا غصہ تو اپنے لیے کر دے، جیسا کہ تجھے پسند ہے“ اور یہ ممکن ہے ناممکن نہیں، کچھ چیزیں فوری طور پر سامنے آتی ہیں، کچھ غصے کے مواقع ایسے ہوتے ہیں، جب انسان کو احساس ہو جاتا ہے اور انسان اپنے آپ کو فوراً قابو میں کر لیتا ہے۔ اور کچھ چیزیں مشق (practice) سے آتی ہیں۔ کچھ چیزوں میں مہینے لگیں گے، کچھ پر قابو پاتے پاتے سالوں لگ جائیں گے۔ لہذا اپنے غصے پر قابو پانا تین اہداف میں تقسیم کر دیتے ہیں۔

(1) ایک ہے فوری ہدف، یعنی کچھ عادتوں کو آج ہی ختم کر دیں۔

(2) دوسرا ہدف اگلے 3 مہینوں کے لیے متعین کریں کہ اس مدت میں ان چیزوں پر قابو پالیں گا۔

(3) اور کچھ اہداف کی میعاد طویل کر دیں، ان پر قابو پانے کے لیے لمبا عرصہ درکار ہے۔ یہ

ایک حقیقت پسندانہ طریقہ ہے۔ خود سے یہ توقع کرنا کہ ہم بالکل برف کے تودے بن جائیں گے، کسی بات پر غصہ نہیں آئے گا، نہ بچوں پر، نہ نوکروں پر اور نہ شوہر پر یا شوہر کو بیوی پر تو یہ ناممکن ہے۔ اپنے آپ سے بہت زیادہ غیر حقیقی توقعات نہ رکھیں۔

صحابہ کرام رضی اللہ عنہم کی مثالیں موجود ہیں وہ غصہ کرتے تھے۔ یعنی اللہ اور اللہ کے رسول ﷺ کی خاطر انہوں نے غصہ کیا۔ خلاصہ یہ ہے کہ غصہ دوشراٹھ کے ساتھ کرنا جائز ہے۔ (1) پہلا اللہ کے لیے کیا گیا ہو (2) دوسرا غصے کا اس طرح اظہار ہو کہ اس میں شریعت کا کوئی حکم نہ ٹوٹے۔ یعنی غصے کو

اپنے اوپر حاوی نہ ہونے دیں، غصے پر قابو پا کر اقدام کیا جائے۔ اس لیے کہ غصہ سے مغلوب ہو کر کوئی کام کیا جاتا ہے، تو انسان کا عقل سے تعلق کٹ جاتا ہے۔ جب غصہ آئے اپنے آپ کو تھام لیں، رد عمل ظاہر نہ کریں۔ ہاتھ کے ہاتھ جواب نہ دیں۔ تھوڑی دیر رُک کر فیصلہ کریں۔

بہت کم لوگ اللہ کی خاطر غصہ کرتے ہیں اور اُس کو جائز حدوں کے اندر رکھ پاتے ہیں۔ زیادہ تر غصہ اپنی ذات کے لیے کیا جاتا ہے اور جو اظہار کیا جاتا ہے وہ ناجائز طریقے سے کیا جاتا ہے۔ جس میں بہت سا گناہ اور لوگوں کی حق تلفی شامل ہو جاتی ہے اور محض خرابی اور تخی پیدا ہوتی ہے۔

غصے کے متعلق قرآن و حدیث کے ارشادات:

قرآن حکیم اور حدیث مبارکہ میں اس بارے میں ہمیں بہت تاکید ملتی ہے۔ سورۃ آل عمران آیت 134 میں فرمایا گیا:

{وَالْكٰظِمِيْنَ الْغَيْظِ وَالْعَافِيْنَ عَنِ النَّاسِ وَاللّٰهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِيْنَ}

”جو غصے پر قابو پالیتے ہیں اور لوگوں کو معاف کرنے والے ہوتے ہیں اور اللہ تو ایسے محسنوں سے محبت کرتا ہے۔“

ہم یہی تو چاہ رہے ہیں کہ اللہ کی محبت کے مستحق ہو جائیں۔ اللہ ہم سے محبت کرے۔ اس کے لیے بہت ہی ضروری ہے کہ غصے پر قابو پایا جائے۔ سورۃ الشوریٰ آیت نمبر 37 میں فرمایا:

{وَإِذَا مَا غَضِبُوا هُمْ يَغْفِرُونَ}

”اور جب ان کو غصہ آتا ہے وہ معاف کر دیتے ہیں۔“

بخاری اور مسلم میں حدیث ہے، نبی اکرم ﷺ نے فرمایا:

((لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرْعَةِ إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ))<sup>(۱)</sup>

”پہلوان وہ نہیں جو مقابل کو بچھاڑ دے، بلکہ پہلوان وہ ہے حقیقتاً، جو غصہ کے وقت اپنے نفس کو قابو میں رکھے۔“

کتنی پیاری بات ہے کہ غصہ پر قابو پانا Strength، طاقت اور بہادری کی علامت ہے۔

ابوداؤد کی حدیث مبارکہ ہے۔ نبی اکرم ﷺ نے فرمایا:

((إِنَّ الْغَضَبَ مِنَ الشَّيْطَانِ وَإِنَّ الشَّيْطَانَ خَلِقَ مِنَ النَّارِ))<sup>(۲)</sup>

(۱) صحیح البخاری، کتاب الأدب، باب الحذر من الغضب

(۲) سنن ابی داؤد، کتاب الأدب، باب ما يقال عند الغضب

”بے شک غصہ شیطان کی طرف سے ہے اور بے شک شیطان آگ سے بنایا گیا ہے۔“  
جب غصہ آتا ہے تو انسان کی کیفیت عجیب سی ہو جاتی ہے۔ جسم گرم ہو جاتا ہے۔ شیطان جو آگ سے بنا ہے انسان کے اندر سرگرم عمل ہو جاتا ہے، انسان کا سر، منہ لال اور گرم ہو جاتے ہیں۔  
غصے کی وجوہ:

اب ہم غصہ کی چند وجوہ پر نظر ڈالتے ہیں۔ ہر کسی کو ایک ہی بات پر غصہ نہیں آتا، ہر ایک کی اپنی وجہ ہوتی ہے۔ سو جس کو اپنے اندر جو وجہ نظر آئے وہ اس کا محاسبہ کرے اور اس کو ترک کرنے کی کوشش کرے۔  
پہلی وجہ:

غصہ آنے کی سب سے بڑی وجہ لوگوں کی توقعات، امیدوں اور ارادوں کا پورا نہ ہونا ہے۔ مایوسیوں (disappointments)، محرومیاں (unfulfilled desires) اور ناکامیاں (failures) انسان کو مشتعل کر دیتی ہیں۔ بچے ویسے نہیں نکلے جیسی امید تھی، شادی اُس جگہ نہیں ہوئی جہاں چاہت تھی، نوکری حسب منشا نہیں ملی، کسی سے توقعات لگائی تھیں وہ توقعات پر پورا نہ اُترا۔ اس طرح کی باتوں سے غصہ پیدا ہوتا ہے۔ انسان ماضی پر، لوگوں پر، اور نقد پر بار بار اعتراض کرتا رہتا ہے، شکایتیں کرتا رہتا ہے، پچھتا رہتا ہے اور اُس کا غصہ بڑھتا رہتا ہے۔ ایسا شخص خود کو انتہائی مظلوم سمجھتا ہے اور اپنی حسرتوں کا، محرومیوں کا بدلہ وہ لوگوں پر غصہ کر کے لیتا ہے۔ وہ ایک طرح سے لوگوں سے بدلہ لے لیتا ہے، اس کا علاج کیا ہے؟

### غصے کا علاج:

اس کا علاج مرحلہ وار ہوگا۔ سوچ سے شروع ہو کر عمل تک جائے گا۔ دنیاوی ناکامیوں پر جو غصہ آتا ہے اُس کے پیچھے اصل مرضِ حُبِّ الدنیا ہے۔ دنیا کی محبت اس قدر دل میں پیدا ہو جاتی ہے کہ اس کے ضائع ہوجانے پر انسانِ نغم سے نڈھال ہو جاتا ہے، اُس کا دل جلتا بھنتا رہتا ہے، اندر ہی اندر گھلتا رہتا ہے، بد مزاج ہو جاتا ہے۔ لہذا سب سے پہلے اس سوچ کی اصلاح کرنی چاہیے۔ اپنے آپ کو یہ باور کرائیں:

{ إِنَّ اللَّهَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ } (البقرة: ۲۰)

”بے شک اللہ ہر چیز پر قادر ہے۔“

{ مَا شَاءَ اللَّهُ كَانَ وَ مَا لَمْ يَشَأْ لَمْ يَكُنْ } (۱)

(۱) سنن ابی داؤد، کتاب الادب، باب ما یقول اذا صبح

”جو اللہ نے چاہا وہ ہوا، اور جو اس نے نہیں چاہا وہ نہیں ہوا۔“

تقدیر پر ایمان اور تقدیر پر راضی رہنا انسان کے غضب کو ٹھنڈا کر دیتا ہے۔ جب انسان اپنے اوپر یاد و سروسوں پر الزام تراشی کرتا ہے، ناکامیوں کا ذمے دار ٹھہراتا ہے تو بھی اُس کے اندر غصہ بھر جاتا ہے۔ انسان کو چاہیے کہ اپنے آپ کو سمجھائے کہ ٹھیک ہے تذبذب میں نے کی تھی، اگر تذبذب میں کوئی کمی رہ گئی یا کسی سے کوئی غلطی ہوئی تو آئندہ یہ تجربہ میرے کام آئے گا۔ لیکن فی الحال جو نتیجہ نکلا ہے یہ تو تقدیر میں لکھا تھا۔ میں کچھ بھی کرتا، انجام یہی ہونا تھا۔ اس طرح تقدیر پر ایمان صبر پیدا کرتا ہے۔

دوسری تذبذب یہ کہ قرآن حکیم کھول کر پڑھنا شروع کر دے۔ قرآن میں جا بجا دنیا کے فانی اور حقیر ہونے کا ذکر ہے۔ اور پھر سوچے کہ میں کس کے لیے اتنا غمگین ہو رہا ہوں، کیا اس دنیا کی اللہ کی نظر میں کوئی حیثیت ہے۔ فلاں رشتے کی، فلاں نوکری کی، فلاں گھر کی یا کسی اور چیز کی اللہ کی نظر میں کیا حیثیت ہے۔

اولاد کی تربیت اور اس کی جواب دہی بھی دراصل کوشش سے متعلق ہے۔ اللہ ہماری محنت اور ہماری کوشش دیکھے گا۔ اگر ہم نے اپنی طرف سے اچھا پالنے کی پوری کوشش کی، اچھی تعلیم و تربیت کا بندوبست کیا۔ اب آگے وہ جا کر اولاد ناخلف نکلے تو خود کو کوسنا نہیں چاہیے بلکہ اللہ کا فیصلہ سمجھ کر قبول کر لینا چاہیے۔ اور سوچ لیں کہ دنیا اس قابل ہی نہیں کہ اس پر افسوس کیا جائے۔ حدیث مبارکہ میں آتا ہے کہ:

((وَلَوْ كَانَتْ الذُّنُوبُ تَنْزِيلًا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ جَمَّاحٌ يَغْوِي صَوْنًا مَسْقِيٌّ كَمَا فَرَّ مِنْهَا قَطْرَةٌ آبًا)) (۱)

”اگر دنیا کی حقیقت اللہ کی نظر میں پتھر کے پر کے برابر ہوتی تو اللہ کافر کو اس میں سے پانی کا ایک قطرہ بھی نہ دیتا کبھی بھی“

یوں سوچیں کہ اللہ کی نظر میں اس کی اتنی وقعت ہے تو میں نے اس کو اتنا عظیم کیوں بنا دیا۔ نہ ملی تو نہ سہی۔ تھوڑی عمر ہی کے لیے یہاں رہنا ہے! یہ دنیا تو ایسی ہے کہ اگر کوئی ایک بھی اُمید، ایک بھی منصوبہ، ایک بھی توقع پوری نہ ہوتی، کوئی کامیابی نہ ملتی تو بھی کوئی بڑی بات نہ تھی۔ یہ سوچ کر اللہ سے تعلق ضرور جوڑ کر رکھے اور یہ دُعا مانگتے رہنا چاہیے:

”اے اللہ! اس دنیا میں جو بھی ناکامیاں مجھ کو ملی ہیں جو بھی محرومیاں ملی ہیں، ان کو تو میری آخرت کے لیے کامیابی بنا دے۔ میری ادھوری اور ناکام آرزوؤں کو آخرت کا خزانہ بنا دے۔ ذخیرہ بنا دے۔“

(۱) اسنن ابن ماجہ، کتاب الزہد، باب مثل الدنيا

یہ کرنے سے اُس کے دل کو سکون اور اطمینان حاصل ہوگا اور پھر مزاج میں بھی ٹھہراؤ آنا چاہیے۔ اگر یہ نہیں کریں گے تو بچھتاوا ہوگا، غصے کی حالت میں اندر ہی اندر سلگتا رہے گا تو اللہ کو ناراض کر کے آخرت کا نقصان بھی اٹھائے گا۔ اُس ناشکری کے رویے سے اللہ بھی ناراض ہوگا اور دنیا بھی نقصان میں رہے گی۔ دنیا اور آخرت کے نقصان کا تصور غصہ کم کرنے میں مدد کرے گا۔ غصہ کا نتیجہ دیکھے انسان۔ کس قدر مہلک اور خوف ناک نکلے گا۔

میں لوگوں پر چیختا ہوں، بُرا بھلا کہتا ہوں، بچوں کو ڈانٹتا رہتا ہوں۔ ہر وقت افسردہ (Depressed) رہتا ہوں۔ یہ تو میں اپنے اوپر اور دوسروں پر زیادتی کر رہا ہوں۔ اللہ کے ہاں سزا تو ملے گی، تو جہنم کا خیال بھی غصہ کو ٹھنڈا کر دیتا ہے۔ یہ ڈر غصے کی آگ پر پانی کے چھڑکاؤ کا کام کرتا ہے، اور یہ ڈر ہی کی تاثیر ہے کہ کوئی سخت غصے میں ہے اور زور کا دھماکا سنا دے تو غصہ فرو چکر ہو جاتا ہے۔ اسی طرح کوئی خاتون سخت غصہ میں سبچ پاہور ہی ہے، بیچ چلا رہی ہے اور اچانک اوپر سے چھپکلی اُس کے اوپر گر جائے تو منظر تبدیل ہو جائے گا۔ اب چھپکلی سے جان چھڑانے میں لگ جائے گی، چھپکلی کے خوف سے سارا غصہ غائب ہو جائے گا۔ اس کی بجائے اللہ کا خوف دل میں پیدا کریں، جہنم کی سزا کا ڈر دل میں رکھیں تو ان شاء اللہ تعالیٰ فرق پڑے گا۔

### غصے کے مفاسد:

جو شخص غصہ کرتا ہے وہ اپنے ہاتھوں اپنی دنیا خراب کرتا ہے۔ اپنے ارد گرد کے لوگوں کو تنگ کرتا ہے، وہ بھی شکایتیں کرتے ہیں، اُن کے دل بھی دکھتے ہیں۔ اس طرح اُن کے ذہن اور دل پر بُرے اثرات پڑتے ہیں، پورا ماحول سہا ہوا ہوتا ہے۔ ایک شخص کے غصہ کی وجہ سے پورے گھر کا ماحول بگڑ جاتا ہے۔ دنیا بھی برباد ہوتی ہے اور آخرت بھی بگڑ جاتی ہے۔ اللہ کے فیصلے پر ناراض رہنے سے اللہ کا تو کچھ نہیں بگاڑ سکتا۔ اسی لیے اللہ کی مخلوق کو تشدد کا نشانہ بناتا ہے، اُن سے بدلہ لیتا ہے۔ اللہ تک تو رسائی ہے نہیں، مخلوق پر اپنی بھڑاس نکالتا ہے۔ دنیا میں بھی آرزو میں پوری نہ ہوئیں اور آخرت میں بھی اپنے غصے کی وجہ سے سخت جواب دہی کا سامنا ہوگا۔ یہ کوئی عقلمندی کی بات تو ہے نہیں! اپنے پاؤں پر کلہاڑی مارنے والی بات ہے۔

نبی اکرم ﷺ نے فرمایا، مشکوٰۃ میں حدیث مبارکہ ہے:

(( اِنَّ الْعُصْبَ لَيَنْفِسُ الْاِيْمَانَ كَمَا يَنْفِسُ الضَّبْرُ الْعَسَلَ )) (۱)

”بے شک غصہ ایمان کو ایسے فاسد کر دیتا ہے جیسے ایلو اشہد کو“ (یہ ایک بہت کڑوی چیز ہوتی



ہے اس کو اگر شہد میں ملا دیا جائے تو شہد کی شیرینی خراب ہو جاتی ہے) یعنی غصہ ایمان کو بگاڑ دیتا ہے، ایمان کی چاشنی سے محروم کر دیتا ہے۔ کتنے ہی گناہ ہیں جو انسان عام حالات میں نہیں کرتا لیکن غصے کی حالت میں کر گزرتا ہے۔  
ابوداؤد میں حدیث مبارکہ ہے۔

((لَا يَدْخُلُ الْجَنَّةَ الْجَوَّاطُ وَلَا الْجُعْطَرِيُّ)) (۱)

”سخت گو اور درشت خور آدمی جنت میں نہیں جائے گا۔“

اس لیے کہ غصہ اور بدزبانی کا آپس میں تعلق ہے۔ غصہ میں آدمی اپنی زبان پر قابو نہیں رکھ پاتا، نہ جانے کیا کچھ اُلٹا سیدھا بول دیتا ہے۔

### غصے کی دوسری وجہ:

غصے کی دوسری وجہ یہ ہے کہ کسی انسان کے ساتھ بہت ظلم اور زیادتی ہوئی ہو، بہت زیادہ نا انصافی کا شکار ہوا ہو۔ ایسی صورت حال میں یا تو وہ بدلہ لینے کی قدرت رکھتا ہوگا یا پھر بے بس ہوگا۔ اگر وہ بدلہ لینے کی قدرت رکھنے کے باوجود بدلہ نہیں لیتا تو غصہ پیدا نہیں ہوگا۔ ایسا شخص حلیم انسان ہے، اُس کے اندر قوت برداشت ہے، صابر انسان ہے۔

لیکن اگر اُس کے ساتھ زیادتی ہوئی اور وہ بدلہ لینا چاہتا ہے لیکن بدلہ نہیں لے سکتا، اپنے آپ کو مجبور اور بے بس محسوس کرتا ہے تو غصہ اور تلخی پیدا ہوتی ہے، جھنجھلاہٹ اور چڑچڑاپن پیدا ہوتا ہے۔ ایسی صورت حال میں کیا کیا جائے۔ زیادتی کا تعلق ماضی سے ہوتا ہے، اگر ماضی میں اُس کے ساتھ کوئی ظلم و زیادتی یا نا انصافی ہوئی تھی، کبھی جان کو خطرہ ہوا تھا یا عزت کو خطرہ ہوا تھا یا مال پر حملہ ہوا تھا اور وہ بدلہ نہ لے سکے تو اندر ہی اندر غصہ پکارتا رہے گا، سلگتا رہے گا۔

بعض دفعہ جس شخص پر زیادتی ہوتی ہے وہ خود کو بھی برابر کا قصور وار سمجھتا ہے۔ مثال کے طور پر کسی کا مال چوری ہوا اور اُس کے اندر یہ احساس پیدا ہو جائے کہ میرا اپنا قصور تھا میں نے احتیاط نہ برتی۔ اب یہ غصہ دو طرفہ ہو گیا۔ اپنے اوپر بھی، اور جس نے زیادتی کی اُس کے اوپر بھی۔

### ایسے غصے کے لیے تدبیر:

سب سے پہلے اپنے آپ کو فاصلے پر لے جائے اور خود کو یہ باور کرائے کہ میرا قصور نہیں تھا، اُس جرم میں اپنے آپ کو شامل نہ کرے۔ پہلے اس جرم سے اپنے آپ کو بری کر لے کہ میں بے

(۱) سنن ابی داؤد، کتاب الادب، باب فی حسن الخلق

قصور ہوں۔ بعض لوگ اپنے آپ کو قصور وار ٹھہرا کر اپنے آپ سے بھی بدلہ لیتے ہیں۔ اپنے آپ کو چاقو وغیرہ سے زخمی کر لیتے ہیں، اپنی نبض کاٹ لیتے ہیں، اپنے آپ کو اذیت اور تکلیف پہنچاتے ہیں۔ یعنی غصے کا رخ اپنی طرف ہو جاتا ہے جس کا ظہور ان صورتوں میں ہوتا ہے۔

یہاں یہ سوچنا چاہیے کہ ایک حادثہ ماضی میں ہوا، اب گذر چکا، اب آگے بڑھنا چاہیے۔ ساتھ ساتھ اللہ سے اچھی جزا کی، اچھے بدلے کی امید رکھے۔ اللہ دیکھ رہا ہے کہ میرے ساتھ زیادتی ہوئی ہے، میں اس زیادتی کا بدلہ نہیں لے سکتی یا نہیں لے سکتا۔ میرے بس میں وہ مجرم نہیں، لیکن اللہ کے بس میں تو ہے! اللہ تو ہر چیز پر محیط ہے، قہار ہے، ذوالنقما ہے، حبیب ہے۔ اللہ ضرور بدلہ لے گا اور مجھے اس کا اچھا صلہ دے گا۔

کچھ لوگ اپنے بچپن میں ماں باپ کی عدم توجہی (neglect) کا شکار رہے ہوتے ہیں۔ اس وجہ سے ان کے اندر غصہ پیدا ہوتا ہے، محرومی کا احساس، نہ چاہے جانے کا احساس جنم لیتا ہے۔ یا ماں باپ میں طلاق ہوگئی، خوب جھگڑے اور فساد کے بعد علاحدگی (separation) ہوئی۔ ایسے واقعات اُن کے ذہنوں پر بہت بُرا اثر چھوڑ جاتے ہیں۔ یا بعض دفعہ والدین کسی ایک بچے کو بہت لاڈ پیار (pamper) کرتے ہیں اور دوسرا بچہ احساس محرومی (neglected) کا شکار ہو جاتا ہے۔ یہ زیادتی ہے، اس کا بھی غصہ دل کے اندر جمع ہوتا رہتا ہے اور ایسے بچوں کا غصہ عجیب طرح سے نکلتا ہے۔ ان کو خود وجہ معلوم نہیں ہوتی مگر لاشعور میں کوئی چیز موجود ہوتی ہے۔ ایسا غصہ زندگی بھر ساتھ نہیں چھوڑتا اور چھوٹی چھوٹی باتوں پر ظاہر ہوتا ہے۔ مثال کے طور پر اگر کوئی کم قیمت کا تحفہ دے دے تو وہ آپے سے باہر ہو جاتے ہیں۔ عام طور پر ایسے لوگوں کا غصہ حیران کن ہوتا ہے، دوسرے لوگ اُن کے اس شدید رد عمل پر حیران رہ جاتے ہیں کہ اس میں ایسی کون سی غصے کی بات ہے۔ لیکن وہ بچپن کے واقعات ایک خلش بن کر دل میں رہ جاتے ہیں کہ جب میں چھوٹا تھا یا چھوٹی تھی تو سب سے گھٹیا چیز مجھے ملتی تھی، بڑے بہن بھائیوں کے چھوٹے کپڑے مجھے پہننے پڑتے تھے، ان کو ہر دفعہ نیا جوڑا ملتا اور مجھے ان کا پہنا ہوا جوڑا ملتا تھا وغیرہ وغیرہ۔

علاج:

انسان اپنے آپ کو ٹٹولے کہ اُسے غصہ کیوں آتا ہے۔ ہو سکتا ہے وہ کسی نتیجے پر پہنچ جائے اور اُسے اپنے شدید غصے کی کوئی وجہ ہاتھ لگ جائے۔ ایک اور فائدہ مند ترکیب یہ ہے کہ وہ کسی سمجھدار شخص کو اپنا طبیب بنا لے اور اس سے اپنے مسائل (syndromes) ڈسکس (discuss) کر لے، اپنے ماضی سے تھوڑا بہت آگاہ کر دے تاکہ مرض کی تشخیص میں مدد مل سکے، وہ چھپی ہوئی

وجوہ کھوج (extricate) سکے۔ بعض دفعہ ہمارا ذہن بہت الجھا (complicated) ہوا ہوتا ہے، ہمیں اپنے اعمال کی عاقبتیں خود نہیں مل رہی ہوتیں۔ انسان خود اپنا جائزہ نہیں لے پاتا کہ اُس کی بیماری کی وجہ کیا ہے؟ سو غصے کی وجہ معلوم کر لینا ایسا ہے جیسے آدھی جنگ جیت لینا۔

ایسا بھی ہو سکتا ہے بچپن میں کسی کو بہت دبا کر رکھا گیا ہو، بہت رعب میں رکھا گیا ہو، زیادتی کی حد تک سختی کی گئی ہو، مجبور کر کے ناقابل برداشت بوجھ ڈالا گیا ہو لیکن اب وہ بڑے ہو گئے اور اب وہ سرکشی کرنا چاہتے ہیں، کوئی صحیح بات بھی سننا نہیں چاہتے، اگر ذرا بھی مزاج کے خلاف بات ہو تو وہ طیش میں آ جاتے ہیں۔ یہ وہ تمام دبے ہوئے جذبات ہیں، جو بروقت ظاہر نہیں ہو سکے تھے۔

اگر اپنے اندر کسی اتھارتی کے خلاف بغاوت محسوس ہوتی ہے، غصہ جمع ہوتا رہتا ہے تو انسان فکر کرے اور کسی سے مشورہ کرے کہ مجھ میں اتنی نفرت کیوں ہے۔ فی الحال تو ہم مرض کی تشخیص کے مرحلے میں ہیں، علاج تجویز کر رہے ہیں، باقاعدہ علاج تو ابھی باقی ہے۔ علاج تجویز کرنا بہت آسان ہے لیکن اُس پر عمل (application) میں وقت لگے گا اور پھر زندگی اعتماد پر آنے میں اور بھی وقت چاہیے۔ یہ بھی اہم ہے کہ یہ مرض یا زخم کتنا گہرا ہے، ان زخموں کو مندرجہ ہونے میں سال بھی لگ سکتے ہیں، لیکن کم از کم انسان کوشش شروع کر دے، اس غصے سے نجات حاصل کرے، یہ جو غصے کی آگ اندر رہی اندر سلگ رہی ہے، انسان کو کھوکھلا کر رہی ہے، اس کو بچھانا شروع کر دے۔

اگر زیادتی کرنے والے کو معاف کر دے تو یہ بہترین درجہ ہے اور اگر معاف نہیں کر سکتا تو معاملہ اللہ کے حوالے کرے۔ وہ سب سے بہترین بدلہ لینے والا اور اجر و صلہ دینے والا ہے۔

{وَأَفِضْ أَمْرِي إِلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ بَصِيرٌ بِالْعِبَادِ} (المؤمن: ۴۴)

”میں اپنے تمام کام اللہ کے سپرد کرتا ہوں بے شک اللہ اپنے بندوں کو دیکھنے والا ہے۔“

یہ سوچ کر کہ اللہ قیامت کے روز میرے گناہوں اور غلطیوں کو بھی ڈھانپ لے گا، میں بھی خطا کار انسان ہوں، مجھے بھی غنودرگزر کی ضرورت پڑے گی، انسان کو معاف کر دینا چاہیے۔

اور اگر کوئی ایسی زیادتی ہے جس کا سلسلہ اب تک جاری ہے تو پھر زیادتی کرنے والے کو احساس دلائے کہ آپ میرے ساتھ زیادتی کر رہے ہیں۔ بعض لوگ دوسروں کو تختہ مشق (punching bag) بنا لیتے ہیں۔ جس طرح گھونے باز (boxer) ایک بیگ (bag) لٹکا کر اُس کو مار مار کر مشق کرتے ہیں۔ بیگ کچھ بول نہیں سکتا، نہ بدل لے سکتا ہے۔ اسی طرح کچھ لوگ اُٹھتے بیٹھے باتیں سنائیں گے، ڈانٹیں گے یا پھر کوئی اور ایسی حرکت کرتے رہیں گے جو دوسروں کے

لیے ناقابل برداشت ہو جائے گی۔ جو لوگ اس قسم کی سرکشی کا شکار ہو جاتے ہیں، ان کے اندر بہت سا غصہ جمع ہو جاتا ہے۔ مثلاً ماں کے ہاں جانا چاہتی ہوں لیکن نہیں جاسکتی! میں ذرا آدھے گھنٹے کے لیے سہیلی کے پاس چلی جاؤں؟ کوئی ضرورت نہیں! گھر میں بیٹھو! بعض لوگوں کو زیادتی کرنے کا شوق ہوتا ہے رُعب جھاڑنے کا خط ہوتا ہے۔ اب اس زیادتی کا شکار بننے والے کو چاہیے، زیادتی کرنے والے کو احساس دلانے۔ اگر یہ شخص خاموشی سے نشانہ بنتا رہے اور آگے سے کچھ نہ بولے تو ہو سکتا ہے اگلے کی ظلم و زیادتی بڑھتی چلی جائے۔ لیکن اگر وہ ہمت کر کے احساس دلادے کہ مجھے آپ کی خواہ مخواہ کی باتوں سے تکلیف ہوتی ہے، یہ جو آپ ہر وقت مجھ کو سب کے سامنے طنز کا، ڈانٹ کا، بے عزتی کا نشانہ بناتے ہیں، یہ مجھے بہت بُرا لگتا ہے تو جب اس زیادتی کا سلسلہ رُکے گا تو غصہ بھی ختم ہو جائے گا اور اگلے کو بھی اپنی زیادتی کا احساس ہو جائے گا۔

لیکن اگر زیادتی مسلسل جاری ہے۔ احساس دلانے سے بھی وہ شخص باز نہیں آتا تو اللہ تعالیٰ نے اختیار دیا ہے کہ بدلہ لے لے۔ کسی نے اگر تنگ کیا ہے تو اس کو بھی حق ہے کہ اتنا ہی تنگ کر لے لیکن اس سے بڑھ کر نہیں ورنہ یہ خود ظالم بن جائے گا۔ بس اس حد تک بدلہ لے کہ غصہ ٹھنڈا ہو جائے، اس کی اللہ تعالیٰ نے اجازت دی ہے۔ لیکن جو بدلہ نہ لے سکے، وہ اپنے غصے کو قابو میں رکھنے کی کوشش کرے، خود کو اُس ظالم سے، زیادتی کرنے والے سے حتی الامکان دور کر لے، ذہنی طور پر، جسمانی، جذباتی طور پر، اپنے آپ کو ایک محفوظ فاصلے (safe distance) پر کر لے۔ یاد رکھیں کچھ کا تو کام ہے ڈسٹا، اس سے محفوظ رہنے کے لیے اُس سے دور ہٹا جاتا ہے، کچھو کے ڈنگ کی اصلاح تو نہیں کی جاسکتی۔ یہ بہترین لائحہ عمل (strategy) ہے کہ خود دُور رہا جائے، اس کی پہنچ سے باہر رہا جائے۔ اسی طرح جس شخص سے بدلہ نہیں لیا جاسکتا، اُس کے ساتھ بھی ایسا ہی رویہ اختیار کرنا چاہیے۔ ایک حد تک تعلق رکھیں، بالکل قطع تعلق کی اجازت نہیں ہے۔

اگر اس شخص کے ساتھ ہر وقت کا واسطہ ہے، رات دن اس کے ساتھ رہنا پڑتا ہے۔ اب کیا کرے؟ ایسی صورت میں صبر کرے۔ لیکن ایک صابر اور مظلوم میں بڑا فرق ہے۔ مظلوم بن کر نہ رہے، صابر بن کر رہے۔ مظلوم کے اندر غصہ پک رہا ہوتا ہے۔ اُس کو اپنے ساتھ زیادتی کے احساس کے ساتھ یہ بھی احساس ہوتا ہے کہ ظالم کو کوئی کچھ نہیں کہہ رہا، اس کا کچھ نہیں بگڑ رہا، میرے ساتھ اتنی زیادتی ہو رہی ہے۔ جب کہ صابر وہ ہے جس کو یہ احساس تو ہے کہ میرے ساتھ زیادتی ہو رہی ہے لیکن وہ یہ بھی جانتا ہے کہ زیادتی کرنے والے کی پکڑ ہوگی، اس کو سزا ملے گی تو صابر شخص اپنے اندر غصے کے الاؤ نہیں جلاتا۔

در اصل صبر غصے پر قابو پانے کا سب سے بہترین طریقہ ہے۔ صابر انسان کے اندر غصہ جڑ ہی نہیں پکڑ پاتا۔ اُسے یقین ہوتا ہے کہ یہ اذیتیں رائیگاں نہیں جائیں گی، مجھے اپنے صبر کا صلہ اللہ تعالیٰ سے ضرور ملے گا۔ اور اس سے بہتر صبر یہ ہے کہ انسان زیادتی کرنے والے کو مجبور سمجھے اور درگزر کرے، اس کی ہدایت کی دُعا کرے، اس کی اصلاح کی دُعا کرے۔ یہ اعلیٰ ترین درجہ ہے۔

{ذَالِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ} {لقمان: ۱۷}

”یہ تو بڑے عزم والے کاموں میں سے ایک کام ہے۔“

ایک حدیث مبارکہ کا مفہوم ہے قیامت کے دن ایک شخص کو لایا جائے گا، اُس کے نلمہ اعمال میں زیادہ نیکیاں تو نہ ہوں گی۔ لیکن ایک خاص نیکی یہ ہوگی کہ جو شخص اس پر زیادتی کرتا تھا یہ اُس کو معاف کر دیتا تھا۔ یعنی بہت عالم فاضل، عبادت گزار، تہجد گزار، روزہ دار تو نہیں تھا لیکن یہ زیادتی کرنے والوں کو معاف کر دیا کرتا تھا اور اگر کسی کے ذمے اس کا مالی حق ہوتا اور وہ ادا نہ کر پاتا تو یہ اپنا حق چھوڑ دیتا تھا۔ اللہ تعالیٰ فرمائے گا، ”جب یہ شخص میرے بندوں کے ساتھ معافی کا معاملہ کرتا تھا تو آج میں بھی اس کے ساتھ معافی کا معاملہ کروں گا۔“ اور اُس شخص کی مغفرت ہو جائے گی۔ یہ ہے اصل کامیابی۔ یہ آخرت کا احساس انسان کے غصے کو بہت جلد ٹھنڈا کر دیتا ہے کہ میں بھی تو نہ جانے کتنی زیادتیاں، نا فرمانیاں یا غلطیاں کر کے اللہ کا غضب بھڑکاتا ہوں لیکن اللہ معاف کرتا رہتا ہے، بدلہ نہیں لیتا۔ سو جو شخص میرا غصہ بھڑکا رہا ہے میں بھی اس کو معاف کر دوں! اس کے بدلے میں اللہ مجھے معاف کر دے گا تو بہت اچھا ہوگا۔ انعام کا خیال غصے کو فوری طور پر ٹھنڈا کر دیتا ہے۔ جیسے بچے کو چوٹ لگتی ہے تو ہم کوئی ٹانی دلا کر، کھلو نادے کر فوراً چپ کر دیتے ہیں۔ اور بچے اُس میں گن ہو کر اپنی چوٹ بھول جاتے ہیں۔ گڑیا کی خوشی میں بچی رونا بھول جائے گی۔

ایسا محسوس ہوتا ہے غصے کی سب سے بڑی وجہ کسی کی زیادتی کا نشانہ بننا ہے۔ لہذا سب سے پہلے تہیہ کر لیں کہ کوئی کیسی ہی تکلیف کیوں نہ دے، کسی کو غصہ دلانے کا اختیار نہیں دینا، اپنا کنٹرول (control) اپنے پاس رکھنا ہے۔ کسی اور کو یہ اختیار نہیں دینا کہ وہ میرے اوپر غالب آ جائے یا مجھے غصہ دلانے پر پوری طرح سے قادر ہو جائے۔

**غصے کی تیسری وجہ:**

غصے کی تیسری وجہ جلد بازی ہوتی ہے۔ جلد بازی کی وجہ سے جھنجھلاہٹ (irritation) ہوتی ہے اور پھر غصے کا سبب بن جاتی ہے۔ مثلاً کسی چیز کی دل میں خواہش پیدا ہوئی اور بس دل

چاہنے لگا جلدی سے یہ خواہش پوری ہو جائے۔ یا کوئی کام شروع کیا اور جلد از جلد مکمل کرنے کی فکر لگ جائے۔ اور اگر ایسا نہ ہو تو غصہ آنے لگتا ہے۔ جیسا کہ اگر بھوک لگ رہی ہے، گھر والوں سے کھانا لگانے کو کہا اور اگر پانچ منٹ تک کھانا میز پر نہیں آیا تو پھر گئے، چیخنے چلانے لگے۔ کپڑا ادھیڑنا شروع کیا اور جھنجھلا کر پھاڑ دیا۔ کہیں پہنچنا ہے اور دیر ہوگئی تو گاڑی چلاتے ہوئے باقی گاڑیوں کو خلاف قاعدہ اور ٹیک (overtake) کریں گے، ہاتھ ہارن پر سے نہیں اٹھائیں گے، برا بھلا کہیں گے، گالیاں دیں گے۔ یاد رکھیں غصہ جلد بازی کی وجہ سے بڑھتا چلا جاتا ہے۔

### علاج:

اگر جلد بازی کی وجہ سے کسی کو غصہ آتا ہے تو اسے وقت کو صحیح استعمال کرنا سیکھنا چاہیے۔ اس جلد بازی کا علاج ”حلم“ ہے۔ یہ اللہ کی صفت ہے، اللہ بڑا بردبار ہے، ”الحلیم“ ہے۔ حدیث مبارکہ ہے۔ ابن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے نبی اکرم ﷺ نے ایک شخص سے کہا:

((إِنَّ فَيْكَ لَخَصْلَتَيْنِ يُحِبُّهُمَا اللَّهُ الْحِلْمَ وَالتَّوَدَّةَ)) (۱)

”تم میں 2 خوبیاں ایسی ہیں جو اللہ کو بہت محبوب اور پیاری ہیں۔ ایک ہے بردباری (غصہ سے مغلوب نہ ہونا) اور دوسری جلد بازی نہ کرنا۔“

یہ بہت بڑی خوبیاں ہیں۔ ایسے لوگ اللہ کے نزدیک انتہائی پسندیدہ ہیں، جو لوگ بردبار ہوتے ہیں، جلد باز نہیں ہوتے ان کو غصہ بہت کم آتا ہے۔ ان کے مزاج میں ٹھہراؤ ہوتا ہے۔ ایک حدیث مبارکہ ہے، نبی اکرم ﷺ نے فرمایا:

((الْأَنَاءَةُ مِنَ اللَّهِ وَالْعَجَلَةُ مِنَ الشَّيْطَانِ)) (۲)

”کام کو تمنا سے انجام دینا اللہ کی طرف سے ہے۔ اور جلد بازی شیطان کی طرف سے ہے۔“

انسان کے اندر جتنا ٹھہراؤ پیدا ہوگا، اتنا وہ اپنا وقت اچھا استعمال کرے گا اور اس طرح غصہ نہیں آئے گا۔ سب کام خوش اسلوبی سے بروقت انجام پائیں گے۔ ترمذی میں بھی نبی اکرم ﷺ کا قول ہے:

((السَّمْتُ الْحَسَنُ وَالتَّوَدَّةُ وَالْإِقْتِصَادُ جُزْءٌ مِنْ أَرْبَعَةٍ عَشْرٍ مِنْ جُزْءِ أَمْنِ النَّبُوَّةِ)) (۳)

”اچھی سیرت، اطمینان اور وقار سے اپنے کام انجام دینے کی عادت اور میانہ روی۔ یہ نبوت

(۱) سنن ابن ماجہ، کتاب الزہد، باب الحلم

(۲) جامع الترمذی، کتاب البر والصلۃ، باب ماجاء فی التانی والعجلۃ

(۳) جامع الترمذی، کتاب البر والصلۃ، باب ماجاء فی التانی والعجلۃ

کے چوبیس حصوں میں سے ہے۔“

## غصے کی چوتھی وجہ:

غصے کی ایک وجہ جسمانی صحت ہے۔ بیماری (medical reason) کی وجہ سے مزاج میں کئی تبدیلیاں پیدا ہو جاتی ہیں۔ عام طور پر انسان حلیم ہوتا ہے، بردبار ہوتا ہے۔ بات بات پر غصہ نہیں کرتا۔ مگر بیماری میں عام حالات کے برعکس غصے کا تیز اور چڑچڑا ہوا جاتا ہے۔ لیکن یہ ایک عارضی وقت (temporary phase) ہوتا ہے، جو گذر جاتا ہے۔ جب انسان صحت مند ہو جاتا ہے، بیماری چلی جاتی ہے، دواؤں کا اثر ختم ہو جاتا ہے تو مزاج نارمل ہو جاتا ہے۔ اگر اُس نے بیماری کے دوران غصے کا اظہار کیا بھی ہے تو اُسے معذور سمجھا جانا چاہیے کیوں کہ عام طور پر اس کا مزاج ایسا نہیں تھا۔ لیکن عام حالات میں بھی اسی طرح غصہ کرتے رہنا مناسب نہیں۔

جہاں تک زندگی کے مختلف مراحل میں جسمانی تبدیلی کا تعلق ہے، مثلاً ۱۳، ۱۴ سال کی عمر سے جسمانی تبدیلی (hormonal changes) آتی ہے، بلوغت کا عمل شروع ہوتا ہے۔ اگر کوئی اس بات کو بنیاد بنا کر غصہ کو اس عمر میں جائز قرار دے رہا ہو کہ لڑکپن (teenage) ہے، اس میں تو غصہ آئے گا۔ اس طرح کی باتوں سے اُن بچوں کو غصے کا لائسنس (license) مل جاتا ہے اور وہ سوچتے ہیں کہ اچھا ہم تو لڑکپن (teenage) میں ہیں، ہمیں تو سب کچھ کرنے کا حق ہے۔ اس لیے وہ خوب کھل کر غصہ کریں گے، کیوں کہ انھیں پتا ہے ہم میں جسمانی تبدیلیاں (harmonal changes) آ رہی ہیں، اب ہم جتنا چاہے غصہ کر سکتے ہیں، توڑ پھوڑ کر سکتے ہیں، کتابیں شیخ سکتے ہیں، دروازہ زور زور سے بند کر سکتے ہیں، برتن اٹھا کر پھینک سکتے ہیں۔ خدارا بچوں کے ذہن میں یہ نہ بٹھائیں، انھیں یہ سب کرنے کی اجازت مت دیں! یہ کوئی نرالی عمر نہیں ہے، جب سے انسان اس دنیا میں موجود ہیں تب سے یہ عمر آتی رہی ہے، اس کو جواز بالکل فراہم نہ کریں۔ خاص طور پر مائیں یہ ذہن نشین کر ادیتی ہیں کہ تمہارا غصہ ٹھیک (justified) ہے۔

زندگی کے اگلے دور میں مردوں پر کمانے کی ذمہ داری آ جاتی ہے اور خواتین پر گھر داری اور بچوں کی ذمہ داری آ جاتی ہے۔ اس دور میں خواتین و حضرات اپنی ذمہ داریوں کے بوجھ کو غصے کا جواز بناتے ہیں اور کہتے ہیں چوں کہ ہم پر اتنی بڑی بڑی ذمہ داریاں ہیں، ہمیں کئی ٹینشن (tension) ہیں۔ اسی لیے ہمیں بہت غصہ آ جاتا ہے، بات بات پر صبر کا پیمانہ لبریز ہو جاتا ہے اور پھٹ پڑتے ہیں۔ پھر خواتین عمر کے اُس دور کو پہنچ جاتی ہیں جب جوانی رخصت ہو رہی ہوتی ہے اس دور کو ”سن

یاس“ (menopause) کہتے ہیں۔ عمر کے اس حصے میں بھی جسمانی تبدیلیاں (harmonal changes) ہوتی ہیں۔ جس کی وجہ سے غصہ آتا ہے، اسی لیے فی الحال غصہ جانز ہے کیوں کہ ڈاکٹر نے کہہ دیا ہے ان حالات میں غصہ آ جاتا ہے۔

پھر چند ہی سال کے بعد بڑھاپا آ جائے گا۔ اور بڑھاپے میں ویسے ہی بہت غصہ آتا ہے کیوں کہ بوڑھا شخص پھر سے بچہ بن جاتا ہے۔ دیکھا جائے تو زندگی کے ہر دور میں غصے کا کوئی نہ کوئی جواز موجود ہوتا ہے۔ لڑکپن کا دور، دورانِ حمل، سن یاس، بڑھاپا، اس سب کے بعد جو تھوڑی بہت زندگی بچتی ہے اس میں بھی عارضی جواز ملتے رہتے ہیں مثلاً بھوک کی وجہ سے غصہ آ گیا، کبھی نیند پوری نہیں ہوئی غصہ آ گیا، کبھی کام کا بوجھ زیادہ ہے تو غصہ آ گیا وغیرہ۔ اگر مخصوص حالات میں غصے کو جائز قرار دیا جائے تو غصہ ضبط کرنا بے معنی ہو جائے گا۔ کیوں کہ انسان کو کسی خاص وجہ ہی سے غصہ آتا ہے، اس طرح مزاج کی اصلاح نہیں ہو سکی گی۔ کہتے ہیں نا! مزاج شریف کیسے ہیں؟ تو یہ مزاج کو شریف رکھنا آسان نہیں۔ اس میں بد معاش ہونے کی پوری قابلیت موجود ہے! اللہ سے دُعا کرنی چاہیے کہ میرا مزاج ”شریف“ ہو جائے۔

اگر انسان غصہ کے ہاتھوں اتنا ہی مجبور ہوتا تو اسلام ہم سے کبھی تقاضا نہ کرتا کہ غصے پر قابو پاؤ۔ جس طرح انسان کے جمیلی تقاضوں (instincts) کو پورا کرنے کی اجازت ہے اگر غصہ بھی اسی قبیل سے ہوتا تو اس کو پورا کرنے کی بھی کھلی اجازت ہوتی۔ جس طرح نیند اور بھوک کو پورا کرنے کی اجازت ہے، اسی طرح اس داعیے کو بھی اسلام تسکین پہنچانے کا سامان فراہم کرتا۔ لیکن اسلام تقاضا کرتا ہے کہ غصے پر قابو رکھو، اس کا مطلب ہے کہ ہم غصے پر قابو (control) پاسکتے ہیں۔

لہذا غصہ کو کبھی جواز (justify) فراہم مت کیجیے۔ عام طور پر مائیں اپنے بچوں کے غصے کو بجا قرار دے کر ان کو لاڈ کرتی ہیں۔ مثلاً تین چار سال کا بچہ ضد کر رہا ہے، چیزیں مٹخ رہا ہے، زمین پر لوٹ پوٹ رہا ہے تو ماں کہتی ہے تمہیں بھوک کی وجہ سے غصہ آ رہا ہے، چلو تمہیں کھانا کھلاؤں! اس طرح بچے کی عادت پختہ ہو جائے گی، اب جب بھی بھوک لگے گی وہ اس کا اظہار غصہ سے ہی کرے گا یا چڑچڑاہٹ دکھائے گا۔ آج ماں غصہ برداشت کر رہی ہے، کل بیوی کو برداشت کرنا پڑے گا۔ اسی طرح بچہ بد تمیزی پر اتر آئے تو ماں کہتی ہے اسے نیند آ رہی ہے اس وجہ سے غصہ کر رہا ہے۔ یا بچے کھیل کر آتے ہیں اور بد مزاجی کا مظاہرہ کرتے ہیں تو ماں کہتی ہے تمہیں گھٹے ہیں اس لیے غصہ آ رہا ہے۔ دیکھیے ہم نے کیا غلط کیا؟ ہم نے غصے کی انہیں دلیل فراہم کر دی۔ اب انہیں کوئی ندامت (guilt) نہیں رہی، کوئی شرمندگی نہیں ہوئی، اپنی غلطیوں پر مزید مُصر ہو گئے۔ پھر جب وہ بچے



بڑے ہوں گے، باختیار ہوں گے تو اپنے ماتحت سے بھی اسی طرح غصہ برداشت کرنے کا تقاضا کریں گے، مرد کا سارا غصہ اپنی بیوی پر نکلے گا۔ اور اُسے کوئی پشیمانی بھی نہیں ہوگی۔

یہ جدید نفسیات (modern psychology) کی ایک بہت بڑی خرابی ہے کہ انھوں نے کئی رد اُل کا جواز فراہم کر دیا، انسان کو دلیل دے دی کہ تم غصہ کرتے رہو، تمہارا کوئی تصور نہیں (it is not your fault)، تم مجبور ہو۔ جب کہ اسلام ہمیں غصے پر ضبط کرنے پر ابھارتا ہے۔

كَلِّفَ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا (البقرة: ۲۸۶)

”اللہ کسی جان پر ایسا بوجھ نہیں ڈالتا جو اس کی وسعت سے زیادہ ہو۔“

حضرت سہل بن معاذؓ اپنے والد سے روایت کرتے ہیں، نبی اکرم ﷺ نے فرمایا:

((مَنْ كَظَمَ غَيْظًا وَهُوَ قَادِرٌ عَلَى أَنْ يُنْفِذَهُ دَعَاهُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ عَلَى رُؤُوسِ

الْحَلَائِقِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ حَتَّى يُخَيَّرَهُ اللَّهُ مِنَ الْخُورِ الْعَيْنِ مَا شَاءَ))<sup>(۱)</sup>

”جو شخص غصہ کرے، حالانکہ اُس کو اپنا غصہ نکالنے کا اختیار ہو تو قیامت کے دن اللہ تعالیٰ

اُس کو تمام لوگوں کے سامنے بلا کر فرمائے گا۔ جس حور کو تو چاہے پسند کر لے“

ایک شخص نبی اکرم ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوا اور کہا ”مجھے مختصر نصیحت کیجیے“ ہم تو یہ سوال

سن کر ہی غصے میں آجائیں کہ سننا ہے تو سنو ورنہ چلتے بنو! لیکن یہ حلم تھا۔ علم کے ساتھ حلم بڑا ضروری

ہے، اگر علم آجائے اور حلم نہ ہو تو انسان متکبر ہو جاتا ہے۔ آپ ﷺ انتہائی حلیم انسان تھے۔

آپ ﷺ نے فرمایا ”لَا تَغْضَبْ“ دو لفظوں میں مختصر ترین نصیحت کی کہ ”غصہ مت کرو۔“

ایک اور شخص کے بارے میں حدیث مبارکہ میں آتا ہے اُس نے آ کر کہا کہ کوئی نصیحت کیجیے۔

آپ ﷺ نے فرمایا ”غصہ مت کرو“ اُس نے کہا ”کوئی اور نصیحت“ فرمایا ”غصہ مت کرو“ اس نے

پھر درخواست کی ”کچھ اور نصیحت فرمائیے۔“ آپ ﷺ نے پھر فرمایا ”غصہ مت کرو۔“

جَاءَ رَجُلٌ إِلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ عَلَّمَنِي شَيْئًا وَلَا تَكْثُرْ عَلَيَّ لَعَلِّي

أَعْيَبُهُ قَالَ لَا تَغْضَبْ فَرَدَّ ذَلِكَ مِرَازًا كُلَّ ذَلِكَ يَقُولُ لَا تَغْضَبْ<sup>(۲)</sup>

غصے کی پانچویں وجہ:

غصہ کرنے کی ایک وجہ تکبر بھی ہے۔ ہو سکتا ہے اللہ نے کوئی خوبی عطا فرمائی ہو، حسن یا عقل

(۱) سنن ابی داؤد، کتاب الأدب، باب من كظم غيظا

(۲) جامع الرمذی، کتاب البر والصلة، باب ما جاء في كثرة الغضب

ودائش وغیرہ سے نوازنا ہو، جس کی وجہ سے دوسروں سے ممتاز ہو گئے۔ یا والدین نے اتنا لاڈ پیار دیا، کبھی جھڑکا نہیں، کبھی کسی چیز سے منع نہیں کیا۔ ہر خواہش اور تمنا پوری ہوتی رہی تو وہ بالکل ہی طبع نازک ہو گئے، قوت برداشت رہی نہیں، کوئی بات مزاج کے خلاف ہوتی ہے تو غصہ آجاتا ہے اور غصہ ناک پر رہنا اپنی خوبی بھی سمجھتے ہیں۔ احساسِ ندامت (guilt) تو دُور کی بات، یہ تو اس کو عین اپنا حق سمجھتے ہیں کہ جو دل چاہے، جس کو چاہے کہہ دیں۔ یہ ہے تکبر!

اللہ تعالیٰ نے کوئی مقام دے دیا تو اُس کا غلط استعمال (misuse) شروع کر دیا۔ یہ ناشکری کی حد ہے کہ دوسروں کو آڑے ہاتھوں لیں یا جملے (bash) کسیں۔ میں بے وقوفوں کو برداشت نہیں کر سکتا، (I don't suffer fools gladly) یا میں یہ بے وقوفی کی باتیں برداشت نہیں کر سکتا، (I can't put up with nonsense) ان جملوں کے اندر تکبر ہی تکبر ہے! اگر ہم ایک دوسرے کو برداشت نہ کریں تو اس دنیا میں گزارا ممکن ہی نہیں۔ کتنے لوگ ہماری بے وقوفیاں برداشت کرتے ہیں۔ یہ جملے صرف وہ کہہ سکتا ہے جس کو اپنے اوپر یہ غرہ ہو کہ میں تو کبھی کوئی بے وقوفی کی بات نہیں کرتا، میری تو ہر بات نپتی تلی، اعلیٰ، انتہائی عقلمندی پر مبنی ہوتی ہے۔ ایسے لوگ دوسروں کی غلطیوں کو اپنے غصے کا جواز سمجھتے ہیں، بلکہ اپنے غصے پر فخر کرتے ہیں، غصہ کرنے کو اپنی شان سمجھتے ہیں۔ لہذا اپنی من مانی کرنے کے لیے، یا دوسروں کو ڈرانے اور رعب جھاڑنے کے لیے، لوگوں پر فوقیت ظاہر کرنے کے لیے غصہ کرتے ہیں۔

بعض لوگ اپنے بزرگوں کے غصے کی مثال دیتے ہوئے کہتے ہیں کہ وہ بڑے ہی غصہ والے تھے، نوکروں کو مارتے پیٹتے بھی تھے۔ پتا نہیں نوکروں پر لوگوں کا ہاتھ کیسے اٹھ جاتا ہے، تکبر کی انتہا ہے! نوکروں کو گالیاں دیتے ہوئے، چلاتے ہوئے، ہاتھ چلاتے ہوئے ان کے دل نہیں کانپتے! تکبر جس دل میں ہوتا ہے، اس کا ضمیر بالکل مردہ ہوتا ہے۔

بعض لوگ اس بات پر بھی فخر کرتے ہیں کہ انھیں بہت جلدی غصہ آتا ہے اور جلدی ختم ہو جاتا ہے۔ ہم چیخ چلا کر ٹھنڈے ہو جاتے ہیں۔ یہ کہاں کی خوبی ہے! تصور کریں کہ اُبلتے ہوئے پانی کی دیکھی کسی پرائنڈیل دی اور وہ جل بھن گیا لیکن دیکھی ٹھنڈی ہو گئی۔ کیا یہ درست رویہ ہے؟ غصہ آیا، دوسروں کو بُرا بھلا کہنا شروع کر دیا، جو دل میں آیا منہ سے نکال دیا اور پھر مطمئن ہو گئے۔ سامنے والوں کو توجلا دیا اور پھر خود ٹھنڈے ہو کر بیٹھ گئے۔ کیا یہ زیادتی نہیں؟ کیا اللہ نہیں پوچھے گا اُن سے؟ تو یہ کوئی فخر کی بات نہیں کہ غصہ آتا ہے اور پھر جلدی ہی ختم ہو جاتا ہے۔ غصے کی حالت میں انسان

کا عقل سے تعلق کٹ جاتا ہے اور یادداشت کا بٹن بھی بند ہو جاتا ہے، بعد میں کچھ یاد نہیں رہتا، خود تو بھول بھال جاتے ہیں مگر جسم کو سنائی ہے وہ نہیں بھول پاتا۔ وہ معاف کر سکتا ہے مگر بھول نہیں سکتا۔ اُسے جب بھی یاد آئے گا اُس کے جسم میں اذیت کی ایک لہر دوڑ جائے گی۔ یہ کوئی خوبی نہیں ہے، یہ کوئی شخصیت کا حسن نہیں ہے۔ ایسے غصہ کرنا شخصیت کا عیب ہے، یہ کھرا این نہیں کمزوری ہے، یہ اعلیٰ نسل ہونے کی علامت نہیں، گھٹیا ہونے کی علامت ہے، یہ کوئی شاہانہ مزاج نہیں۔ ہمیں اپنی نسبت اپنے رسول اکرم ﷺ سے کرنی ہے، اپنے گدرے ہوئے نواب اور شاہی رشتہ داروں سے نہیں کرنی۔ ہم نے آپ ﷺ کو رہنما بنانا ہے، آپ ﷺ سے رہنمائی لینی ہے۔

{لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ} (الاحزاب: ۲۱)

”رسول اللہ ﷺ میں تمہارے لیے بہترین اُسوہ موجود ہے۔“

اس رویے اور طریقے کو انسان چھوڑ دے اور اپنی اصلاح کی کوشش کرے۔ جو اس طرح غصہ کر رہا ہوتا ہے، اپنا تماشا بنا رہا ہوتا ہے۔ دوسرے بالکل مرعوب نہیں ہوتے۔ وہ سوچتے ہیں ان کو اپنے اوپر قابو نہیں تو دوسروں پر کیا اثر انداز ہوں گے۔ نبی اکرم ﷺ نے فرمایا:

((اتَّقُوا الْغَضَبَ فَإِنَّهُ جَمْرَةٌ عَلَى قَلْبِ ابْنِ آدَمَ أَلَّا تَرَوْنَ إِلَى انْتِفَاحِ أَوْ دَاجِحِهِ وَ حُمْرَةِ عَيْنَيْهِ)) (۱)

”غصے سے بچو! بے شک یہ ایک انگارہ ہے جو ابن آدم کے دل میں بھرتا ہے۔ کیا تم دیکھتے نہیں کہ غصہ کے وقت اُس کی گردن کی رگیں پھول جاتی ہیں اور آنکھیں سرخ ہو جاتی ہیں۔“

جب غصہ آتا ہے تو انسان کا رنگ لال ہو جاتا ہے۔ آنکھیں آگ برساتی ہیں، کان بھی لال ہو جاتے ہیں اور گردن کی رگیں پھول جاتی ہیں۔ بدنما لگنے لگتا ہے۔ اچھی اچھی شکلیں، بدنما ہو جاتی ہیں۔ بعض لوگوں کا خیال ہے کہ محبت کا اظہار بھی غصے سے کرنا چاہیے۔ مثلاً کسی بچے کا گلا خراب ہو گیا اور بخار آ گیا تو مائیں کہیں گی اور ٹھنڈا پانی، بیو، بغیر چیلوں کے باہر گھومو، گرم کپڑے مت پہنو، اچھا ہوا بخار ہو گیا! منع کرتے کرتے تھک گئی، سنتے ہی نہیں تھے! یہ بچوں کو سمجھانے کا مناسب طریقہ نہیں ہے! بچوں کو تو ہمدردی چاہیے، حفاظت (care) چاہیے، پیار چاہیے۔ محض کڑوی کسلی دواؤں سے صحت نہیں آئے گی۔ لیکن ہم نے اپنی زندگی ایسی بنالی ہے کہ ہمیں اپنی ہی پریشانیوں سے فرصت نہیں کہ بچے کے ساتھ ہمدردی کر سکیں۔ اسی لیے بہت سے بچے اگر کہیں باہر زخمی ہو جائیں تو ماؤں

(۱) مصنف ابن ابی شیبہ، کتاب الآداب، ما ذکر فی الغضب۔

سے چھپاتے ہیں کہ ڈانٹیں گی باہر کھینے کیوں نکلے تھے؟ گھر میں کوئی بھی معمولی سے معمولی کام بگڑ جائے تو فوراً بچوں پر غصہ شروع کر دیتے ہیں۔ یہ کس نے کیا؟ یہ کیوں ہوا؟ تم لوگ ہر روز کچھ نہ کچھ پریشانی ضرور پیدا کر دیتے ہو، سکون سے تو بیٹھے نہیں دیتے۔ اس طرح معاملہ سنورنے کی بجائے اور بگڑ جاتا ہے۔ ایسے لوگ بجائے مسئلہ حل کرنے کے خود ایک مسئلہ بن جاتے ہیں۔ اس وجہ سے لوگ اسی کو عافیت سمجھتے ہیں کہ بھی ان کو نہ بناؤ! ان کو غصہ آ گیا تو مسئلہ سلجھے کی بجائے اور خراب ہو جائے گا۔

**غصے کے بعد معذرت اور افسوس:**

جب غصہ ٹھنڈا ہوا جائے تو اُس پر ندامت ہونی چاہیے۔ اور جن پر غصہ کیا تھا ان کو معنائیں اور تلافی کریں۔ جو ماحول غصے کی وجہ سے بگاڑا تھا اس کو درست حالت پر لائیں، یہ زندہ ضمیر کی علامت ہے۔ سارے نقصان کی ذمہ داری قبول کر لینی چاہیے، sorry کہنا چاہیے۔ یہ ایمان کی بھی علامت ہے۔ اپنے آپ کو جھکائے اور غلطی کا اعتراف کرے۔ بے حس لوگ ہی اپنا غصہ دوسروں پر نکالنے کے بعد بے فکر رہتے ہیں جیسے کچھ ہوا ہی نہیں۔ غصہ کرنے کے بعد اگر ذرا بھی ضمیر زندہ ہے تو غصہ کرنے کے بعد سکون نہیں ملے گا۔

**ناگزیر غصہ:**

آپ دیکھیں غصے کا جب اظہار کیا جاتا ہے تو چھوٹوں پر، یا ماتحتوں پر ٹھل کر کیا جاتا ہے اور بڑوں پر اس کا اظہار اس طرح سے نہیں کیا جاتا۔ جیسے والدین بچوں پر یا مالک ملازموں پر یا اپنے ماتحتوں پر کرتا ہے۔ تو کیا یہ غصہ ٹھیک ہے؟ ماتحتوں کو غلطی کا احساس دلانے کے لیے، تربیت کے لیے، ایک حد تک غصہ کرنے کی ضرورت پڑتی ہے۔ دیکھیے اللہ نے ہمارے اندر غصہ رکھا ہوا ہے، یہ ایک توانائی (energy) ہے۔ ایک قوت (power) ہے۔ انسان اس کا استعمال دُرست کرے اور اس کے ذریعے غلط چیزوں کو معاشرے سے نکال باہر کرے۔ غصے کا مثبت استعمال (positive use) ہونا چاہیے۔ ورنہ اگر غصہ بالکل ہی نہ آئے، ٹھنڈی طبیعت کا بندہ ہو تو ہر چیز قبول کرتا جائے گا چاہے غلط ہو یا ٹھیک۔ آپ نے ایسے لوگ بھی دیکھے ہوں گے جنہیں کسی بات پر غصہ نہیں آتا۔ بچے نماز پڑھیں تو بھی ٹھیک اور نہ پڑھیں تو بھی ٹھیک۔ کوئی اللہ کا حکم مانتا ہے یا نہیں مانتا، ان کے لیے برابر ہے۔ ان وجوہ سے ان کا خون نہیں کھولتا، مزاحمت نہیں کرتے۔ ایسی لاتعلقی (indifferent) پسندیدہ نہیں ہے۔ غصے کا اظہار ناگزیر ہے۔

**غصے کا غلط اور صحیح اظہار:**

غصے کا اظہار کس طرح ہونا چاہیے یہ اہم بات ہے۔ ایک بزرگ اپنی کتاب میں لکھتے ہیں،

جب ماتحتوں پر غصہ آئے تو فوراً اظہار کرنے سے اصلاح نہ ہوگی۔ بلکہ یہ غصہ جلے کئے الفاظ کی شکل اختیار کر لے گا۔ جیسے آتش فشاں پہاڑ لاوا اُگلتا ہے۔ جو اگلے کو بھی سن کر دیتا ہے، بے اثر کر دیتا ہے، وہ اپنی غلطی پر افسوس کرنے کی بجائے، سب و شتم پر توجہ مرکوز کر دیتا ہے۔ لہذا آپ جب بھی اپنے اندر کسی بات پر غصہ کے جذبات اُبھرتے دیکھیں، محسوس کریں تو اس وقت روک لیں، کَظْمِینَ الْعَیْظِ ”غصے کو روکنے والے۔“ ”کَظْمٌ“ کا مطلب ہوتا ہے ”روک لینا۔“ جیسے کسی بوتل میں گرم پانی بھر کر ڈھکنا بند کر دیں اور پھر کسی کپڑے میں لپیٹ کر رکائی کریں۔ کپڑے کی وجہ سے درجہ حرارت قابل برداشت ہو جائے گا اور کھولتے ہوئے پانی کی حرارت باعث شفا بن جائے گی۔ لیکن اگر بوتل کا پانی جسم پر گر جائے تو کیا نتیجہ ہوگا؟ آبلے نکل آئیں گے اور وہ حرارت مضر ثابت ہوگی۔

غصے کی مثال بالکل ایسی ہی ہے۔ اس کو قابو میں کر کے، اچھے الفاظ میں لپیٹ کر نصیحت کا جامہ پہنائیں تاکہ اصلاح کی صورت پیدا ہو جائے۔ اگر غصہ براہ راست ظاہر کیا تو اگلے کو جلا دے گا۔ ایک دم پھٹ پڑنے سے، برس جانے سے اصلاح نہیں ہوتی بلکہ خرابی کے امکانات زیادہ ہو جاتے ہیں، غصے کے دوران فوری ردعمل سے انسان کو حتی الامکان بچنا چاہیے۔ بلکہ ذرا وقفہ دے کر تنبیہ (reprimand) کی جائے۔ غصے پر قابو رکھ کر اگر کسی کو ڈانٹا جائے گا تو نہ آواز بلند ہوگی، نہ الفاظ تلخ ہوں گے۔ دوسرا بھی اپنی بے عزتی محسوس نہیں کرے گا اور اپنی غلطی تسلیم کر لے گا۔

مثلاً کچن سے چھنا کے کی آواز آئی، گلاس ٹوٹ گیا، بیگم صاحبہ کا پارہ چڑھ گیا۔ پیر پختی، گلا پھاڑتی ہوئی کچن میں پہنچ گئیں، سنانا شروع کر دیں، روز چیزیں توڑتی ہو! ہاتھوں میں سوراخ ہیں کیا؟ یا دماغ کہیں اور ہوتا ہے! میں تنخواہ کا ٹوں گی! ذرا خیال نہیں! یا پھر غصہ مزید بھڑکا تو نوکرانی کو نکال باہر کیا۔ جب وہ رخصت ہو گئی تو ان کو احساس ہوا کہ اب باقی ماندہ کام کون کرے گا اور دوسری عورت کا انتظام کیوں کر ہوگا۔

غصہ ہی میں تو طلاقیں دے دیتے ہیں۔ تین دفعہ طلاق کہہ کر بیوی کو رخصت کر دیا اور پھر بیٹھ کر روتے ہیں، اسی انجام سے دین بچانا چاہتا ہے۔ اس فوری ردعمل سے روکنا چاہتا ہے کہ اس میں سراسر نقصان ہے۔ ایسے ردعمل میں اس قدر گری ہوئی زبان اور بُرے الفاظ استعمال ہوتے ہیں۔ اگلے کی خودداری کو، انا کو، عزت نفس (self respect) کو کچل کر رکھ دیتے ہیں جیسے کوئی (bull dozer) چلا دیا جائے۔ غصہ میں آ کر یہ تک بھول جاتے ہیں کہ یہ بھی انسان ہیں اور غلطی تو انسانوں سے ہی ہوتی ہے۔ جب انسان اپنے آپ کو قابو میں کر کے بات کرتا ہے تو بہت سی برائیوں سے بچ نکلتا ہے۔

ایک خاتون نے بتایا کہ میرا غصہ بہت تیز تھا۔ ذرا سا کھانے میں کوئی چیز پسند نہ آتی تو میں کھانے کی پلیٹ زمین پر دے مارتی مگر پھر قرآن پڑھ پڑھ کر اس خرابی سے نجات پائی۔ اللہ سے دُعا کرتی رہی اور اللہ نے کرم کیا۔

غصے کا سلسلہ وار رد عمل:

یہ جو غصے کا جن (monster) ہے، اگر اس کو قابو میں نہ کیا تو معاشرے میں ایک (chain reaction) شروع ہو جاتا ہے۔ مثلاً باس (boss) نے اپنے ماتحت کو خوب ڈانٹا، الفاظ کی مار ماری۔ جس وجہ سے اُس کا پورا گھر پریشان ہوگا۔ دیکھیں اللہ نے ہر انسان کو ایک مقام دیا ہے، عزت دی ہے۔ ڈرائیور ہو یا کوئی ملازم ہو اُس کے گھر میں بھی ماں، بہنیں یا بیوی بچے ہیں، جن کا وہ سربراہ ہے، وہ اس کی عزت احترام کرتے ہیں، اُس کی خدمت ہوتی ہے۔ اگر کوئی اُس کو ایسے جھاڑ دے اور بے نقط سنادے تو اس کی عزت نفس کا کیا حال ہوگا؟ یہ ماتحت اپنے صاحب کو تو کچھ نہیں کہہ سکتا، اُس نے گھر میں بیوی بچوں کو نشانہ بنا ڈالا۔ اس طرح ایک تلخیوں کا سلسلہ شروع ہو جاتا ہے۔ گھروں میں بھی آپ دیکھیں گے کہ اگر خانہ ماں کو ڈانٹ پڑی تو اُس نے ڈرائیور پر اپنی بھڑاس نکالی، اُس کو چائے نہ دی یا ٹھنڈی دے دی۔ ڈرائیور نے صفائی والے پر دل کا غبار نکالا۔ دیکھیں انسان کے غصے کی کیسی بازگشت ہوتی ہے۔ کتنی دور تک گونج جاتی ہے، گھر کا ماحول بگڑتا ہے، خاندانوں میں دراڑیں آتی ہیں، اور پورے معاشرے میں غصے کی لہر دوڑتی ہے۔ ہر ایک کسی نہ کسی انسان سے کسی نہ کسی بات پر خفا ہے۔ گھر کا ماحول خراب کرنے کے لیے ایک بد مزاج انسان کافی ہے۔ کہتے ہیں نایک مچھلی پورے جل کو گندہ کر دیتی ہے، پورے تالاب کو خراب کرتی ہے۔ ایک غصہ کی بوچھاڑ سے سب سہم جاتے ہیں۔ ادھر ادھر ہو جاتے ہیں۔ خاموشی چھا جاتی ہے۔

غصے کی ضرر رسانی:

ایسے گھروں میں جہاں بد مزاج لوگ ہوتے ہیں وہاں کے بچے ڈر کے مارے سہمے سہمے رہتے ہیں، کوئی خوشی کی آواز نہیں سنائی دیتی اور ایسے انسانوں سے کوئی نہ محبت کرتا ہے، نہ دل سے ان کی عزت اور احترام کرتا ہے۔ غصہ محبت اور سکون کا قاتل ہے۔ ماں باپ کا غصہ تیز ہوگا تو بچے کبھی محبت نہیں کریں گے، فرماں بردار رہیں گے، ذمے داریاں نبھائیں گے مگر پاس بیٹھ کر گپ شپ نہیں کریں گے۔ اگر شوہر کا غصہ تیز ہے، شوہر بد مزاج ہے تو بیوی فرانس تو نبھائے گی، مگر اُس کے دل سے محبت رخصت ہو جائے گی۔ یا بیوی کا غصہ تیز ہو تو خواہ وہ لاکھ حسین ہو، میاں خائف ہی

رہے گا۔ ایسی خواتین کے شوہر بے زار ہو جاتے ہیں، مرد گھر جانا پسند ہی نہیں کرتے، دوستوں میں زیادہ خوش رہتے ہیں۔

دوسری طرف غصے والے افراد تنہائی کا شکار ہو جاتے ہیں اور اس پر انھیں مزید غصہ آتا ہے کہ ہمیں نظر انداز کیا جاتا ہے وہ یہ نہیں سوچتے کہ ہم میں کیا کمی یا عیب یا خرابی ہے جو لوگ قریب نہیں آنا چاہتے۔ غصہ اور بدزبانی لازم و ملزوم ہیں۔ بد مزاج لوگ بد زبان بھی ہوتے ہیں۔ لہذا کوئی اُن کی عزت نہیں کرتا۔

### بعض لوگوں کا غلط خیال:

جو بد مزاج لوگ افسران وغیرہ ہوتے ہیں وہ اپنے غصے کو بجا سمجھتے ہیں۔ کچھ اساتذہ بھی انتہائی بد مزاج ہوتے ہیں جب تک شاگردوں کی بے عزتی نہ کر دیں، اُن کو خوب ڈانٹ نہ لیں وہ سمجھتے ہیں کہ اس وقت تک اُن کے دل و دماغ پڑھنے کے لیے نہیں کھلیں گے۔ حالاں کہ غصے کی وجہ سے سامنے والوں کا ذہن ماؤف (lock up) ہو جاتا ہے۔ جو سمجھ آ رہا ہوتا ہے اور یاد ہوتا ہے وہ بھی بھول جاتے ہیں۔ کچھ لوگ یہ یقین رکھتے ہیں کہ جب تک ڈانٹیں گے نہیں لوگ دھیان سے بات نہیں سنیں گے۔ اُن کا خیال ہے کہ لیڈر بننے کے لیے اور نظم و ضبط (discipline) قائم کرنے کے لیے چیخنا چنگھاڑنا ضروری ہے۔ اس کے بغیر کام نہیں چلے گا۔ اگر پیار سے بات کرو تو سر پر چڑھ جائیں گے۔ اسی لیے دبا کر رکھو، عام سی بات بھی تمہاں نہ انداز میں کریں گے۔ اللہ تعالیٰ نے سورۃ آل عمران میں نبی اکرم ﷺ کو مخاطب کر کے ہدایت دی کہ مسلمانوں کے ساتھ شفیق رہیں۔ آپ ﷺ حاکم تھے، آپ ﷺ سے بڑا حاکم اور کون ہوگا؟ آپ ﷺ کا میاب ترین لیڈر تھے۔ لیکن آپ ﷺ نے لوگوں کو قابو کرنے کے لیے کبھی غصہ کو استعمال نہ کیا۔ اللہ تعالیٰ نے فرمایا:

{ قَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ }

آل عمران: ۱۵۹

”اللہ کی مہربانی سے آپ ﷺ ان کے لیے نرم مزاج ہیں۔ اگر آپ کہیں ٹیند خو ہوتے سخت

دل ہوتے تو یہ سب آپ ﷺ کے ارد گرد سے چھٹ چکے ہوتے۔“

یہ ارشاد الہی ہے کہ سخت دل اور تند خو کے پاس سے لوگ چھٹ جاتے ہیں۔ عزت، ڈانٹ

ڈپٹ کر نہیں کمائی جاتی، محنت اور کوشش سے کمائی جاتی ہے۔

علاج:

عموماً غصہ والے لوگ مانتے ہی نہیں کہ اُن کا غصہ تیز ہے۔ اور اگر مان بھی لیں تو تاویل یہ

کرتے ہیں کہ لوگ غصہ دلاتے ہیں ہمیں خود نہیں آتا۔ حالانکہ یہ تو خود ایک کمزوری ہے کہ اپنا اختیار (control) دوسروں کے ہاتھوں میں دے دیا کہ جب جی چاہے وہ آپ کو غصہ دلا دیں۔ یوں تو ساری خود مختاری ہی ختم ہوگئی۔ دوسروں کے رحم و کرم پر آگئے۔ انسان کو چاہیے کہ اپنے اعمال کی ذمہ داری اپنے سر لے کہ یہ میرا قصور ہے، میری بیماری و عیب ہے۔ چلیں کسی نے غصہ دلا بھی دیا تو اس پر قابو پانا تو اپنے اختیار میں ہے۔ جو بیماری لگ گئی اس کا علاج تو خود ہی کرنا ہے۔ یہ کہنا تو کافی نہیں ہے کہ فلاں نے غصہ دلا دیا، غصہ کی کوئی نہ کوئی وجہ تو ہوتی ہی ہے۔ پُرسکون حالات میں تو کوئی غصہ نہیں کرتا، بلا وجہ کوئی غصہ میں نہیں آتا، غصہ کسی وجہ سے آتا ہے تب ہی تو قابو کرنے کو کہا جا رہا ہے۔ تو یہ ضرور یاد رکھیں کہ جو اللہ کی رضا چاہتا ہے اور اللہ کے غیض و غضب سے بچنا چاہتا ہے وہ اپنے اوپر قابو پائے۔ سورۃ آل عمران آیت ۱۶۲ میں فرمایا:

{ اَفْتَمِنَ الْتَّبِعَ رِضْوَانَ اللَّهِ كَمَنْ بَاءَ بِسَخِطِ مَنِ اللَّهُ وَمَاؤُهُ جَهَنَّمُ وَيَتَسَّ النَّصِيبُ }

”کیا وہ جس نے اللہ کی رضا کی پیروی کی وہ اس طرح ہو سکتا ہے جو اللہ کے غصے کی زد میں

آ گیا وہ اس کا ٹھکانا جہنم ہے اور وہ بڑی بڑی جگہ ہے ٹھہرنے کی۔“

تو انسان جب اللہ کے غصے کا خیال کر لیتا ہے تو اس کا اپنا غصہ ختم ہو جاتا ہے۔ جتنا ہمیں دوسروں پر اختیار ہے، اللہ کو اُس سے کہیں زیادہ ہم پر اختیار ہے۔ جن وجوہ کی بنا پر ہمیں دوسروں پر غصہ آتا ہے ان سے کئی زیادہ وجوہ پر اللہ کو ہم پر غصہ آ سکتا ہے۔ سو اگر ہم اللہ کے غضب سے بچنا چاہتے ہیں تو ہم لوگوں کو اپنے غضب سے بچائیں۔

**غصے کی وجہ سے مختلف عوارض:**

جو لوگ غصے کے بہت تیز ہوتے ہیں۔ اُن کو کئی نفسیاتی اور جسمانی عارضے لاحق ہو جاتے ہیں۔ مثلاً فشارخون (blood pressure) اور جو لوگ زیادہ غصیلی طبیعت والے ہوتے ہیں۔ وہ (depression) کا بھی شکار ہوتے ہیں۔ تناؤ کی سی کیفیت سے دوچار رہتے ہیں۔ پریشانی اُن کے چہرے سے عیاں ہوتی ہے، کرخنگی آ جاتی ہے، ماتھے پر سلوٹیں آ جاتی ہیں۔ محسوس ہوتا ہے کہ بہت تلخ زندگی گزاری ہے۔ جس طرح جو لوگ بہت ہنستے اور مسکراتے رہتے ہیں اُن کے چہرے پر خوشی (laugh lines) کی علامات بن جاتی ہیں۔

ہنسنے میں کم پٹھے استعمال ہوتے ہیں اور غصہ میں زیادہ، کیوں کہ غصہ میں انسان تناؤ (tense) میں ہوتا ہے اور خوشی میں پُرسکون (relax) ہوتا ہے۔ غصہ کرنے والے کے چہرے



پر سختی آجاتی ہے۔ نرمی (softness) ختم ہو جاتی ہے۔ آواز میں بھی کرخنگی آجاتی ہے اور عمر زیادہ لگنے لگتی ہے۔ آپ ہنس مکھ، خوش مزاج اور شگفتہ مزاج لوگوں کو دیکھیں کہ اُن کے چہروں پر ایک تازگی اور شگفتگی سی ہوتی ہے، اُن سے مل کر دل خوش ہوتا ہے۔ جب کہ غصہ کرنے والے مر جھائے سے، سگڑے ہوئے رہتے ہیں، چہرے پر سختی آجاتی ہے۔ اُن کے اعصاب (nerves) بھی جلد جواب دے جاتے ہیں اور ساتھ روحانی بیماریاں گھیر لیتی ہیں کیوں کہ غصہ گناہوں کا سبب بن جاتا ہے۔

### مزید اثرات و نقصانات :

دوسروں پر ظلم و زیادتی کرنے والے دوسروں کی بددعاؤں کا ہدف بنتے ہیں۔ خود بھی پریشان رہتے ہیں اور دوسروں کو بھی ازیت دیتے ہیں۔ غصے کی وجہ سے حقوق العباد ادا نہیں کر پاتے، غیبت کرتے ہیں، طعنے دیتے ہیں، گالی گلوچ اور بُرا بھلا کہتے رہتے ہیں، بدزبانی، بدکلامی اور بدگمانی کا شکار رہتے ہیں۔ یہ سب غصے کا شاخسانہ ہے۔ اگر کوئی اپنی آواز، چہرے پر غضب اور حرکات و سکنات غصے کی حالت میں دیکھ لے تو یقین نہ کرے کہ یہ ہم ہی ہیں۔ سورۃ لقمان میں اللہ تعالیٰ نے فرمایا:

{إِنَّ أَنْكَرَ الْأَصْوَاتِ لَصَوْتُ الْحَمِيرِ} (۱۹)

”سب سے بُری آواز گدھوں کی آواز ہوتی ہے۔“

غصے میں آواز بھی بہت بھیانک ہو جاتی ہے اور شکل بھی کمر وہ ہو جاتی ہے۔ تو سوچیں کہ جن لوگوں کو ایسے لوگوں سے روز واسطہ پڑتا ہو جو ایسی آواز اور غصے والی شکل کے مالک ہوں تو اُن کی وہ کیسے عزت کرتے ہوں گے۔

غصے میں انسان اللہ کی حدود توڑ ڈالتا ہے۔ آپے سے باہر ہو جاتا ہے، عبادت اور ایمان کی حلاوت نہیں رہتی۔ نماز بھی لطف نہیں دیتی، شیطان انسان پر سوار ہو کر قابو پا لیتا ہے۔

غصے میں ایسے فیصلے کر بیٹھتا ہے، جو انتہائی نقصان دہ ثابت ہوتے ہیں۔ اپنے ہی پاؤں پر کلباڑی مارتا ہے۔ بیوی کو طلاق دے دی یا نوکری چھوڑ دی یا اپنوں سے تعلق توڑ بیٹھے۔ اور پھر بعد میں پچھتاتے ہیں۔ وہ کہتے ہیں ناکہ ”کمان سے نکلا ہوا تیر واپس آ جائے گا، زبان سے نکلا ہوا لفظ واپس نہیں آ سکتا۔“ بخاری کی ایک طویل حدیث مبارکہ کا آخری حصہ یہ ہے:

”اللہ کے نزدیک قیامت کے دن درجے کے لحاظ سے بدترین شخص وہ ہوگا جس کی بدکلامی اور بدزبانی کے ڈر سے لوگ اس کو چھوڑ دیں۔“

### غصے کے متعلق راہ عمل :

سب سے پہلے خود کو یقین دلائیں کہ میں غصہ کرتا ہوں اور بعض اوقات بلا جواز بھی کر بیٹھتا

ہوں۔ پھر گھر والوں سے فرداً فرداً پوچھیں کہ تم بناؤ میرا مزاج کیسا ہے؟ میرا غصہ تیز ہے؟ یہ ضرور پوچھیں اور ایک آدھ سے نہیں سب سے پوچھیں۔ نوکروں سے، بچوں سے، والدین سے، شوہر سے، بہن بھائیوں سے، ساتھ کام کرنے والوں سے ضرور پوچھیں۔ ہو سکتا ہے کہ ہمیں احساس نہ ہو کہ ہمارا غصہ واقعی تیز ہے اور دوسروں کے لیے تکلیف دہ ہے۔

اُس کے بعد یہ جاننے کی کوشش کریں کہ کن باتوں پر غصہ آتا ہے۔ مثال کے طور پر تیار ہو کر کہیں جانے کے لیے نکلے، باہر پہنچے تو پتا چلا گا ڈی کوئی اور لے گیا تو غصہ آتا ہے۔ یا گھر پہنچے تو کھانا تیار نہیں، یا بچوں کے نمبر اچھے نہیں آئے یا بچے نماز نہیں پڑھتے۔ ایسے چند موقعوں پر ضرور غصہ آتا ہے۔ ان کو لکھ لیں اور ان پر کام شروع کر دیں۔ تصور کی قوت کو کام میں لائیں۔ اُن تمام صورت حال کو ذہن میں لائیں جن میں غصہ آتا ہے اور پھر تصور کریں کہ کس طرح میں نے اپنے غصے پر قابو پایا میں خاموش رہا۔ اب آپ نے اُس کی اتنی مشق کر لی ہوگی کہ آپ ذہنی طور پر مقابلہ کرنے کے لیے پوری طرح تیار ہوں گے اور ایک دم آپ سے باہر نہیں ہوں گے۔ تو جب غصہ آئے تو بندہ خاموش ہو جائے۔ آپ سٹیڈیٹم نے فرمایا:

((اِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ فَلْيَسْكُتْ))<sup>(۱)</sup>

”جب تم میں سے کسی کو غصہ آئے تو وہ خاموش ہو جائے۔“

یہ بات آپ سٹیڈیٹم نے 3 دفعہ دہرائی۔ مسند احمد میں یہ حدیث مبارکہ موجود ہے۔

### خاموش غصہ:

غصہ کے اظہار کے دو طریقے ہوتے ہیں۔ کچھ لوگ چیخ چلا کر اور چیزیں پٹخ کے، دروازے زور سے بند کر کے، چیزیں توڑ کر، برتن پھینک کر، غصے کا اظہار کرتے ہیں۔ اور کچھ لوگ غصے کا اظہار ہی خاموش رہ کر کرتے ہیں۔ احتجاجی خاموشی (they protest in silence) اختیار کر لیتے ہیں، ہرگز کسی صورت نہیں بولتے۔ یہ اُن کی ناراضی اور غصے کا اظہار ہوتا ہے، یہ بھی مناسب نہیں۔ سو غصے کو ضبط کرنے کے لیے خاموشی اختیار کرنا دوسری چیز ہے اور خاموش غصہ مختلف چیز ہے۔ اب فرض کریں خاوند سے کسی بات پر جھگڑا ہو گیا اور بیوی خاموش رہ کر اپنے غصے کا اظہار کر رہی ہے۔ شوہر لاکھ ناراضی کی وجہ پوچھے لیکن بیوی بالکل خاموش رہے تو یہ بھی غصہ ہی کا اظہار ہے۔ بخاری میں روایت ہے حضرت انس رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں:

(۱) مسند احمد، مسند بنی ہاشم، بداية مسند عبد الله بن العباس

((لَمْ يَكُنِ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ سَبَابًا وَلَا فَحَاشًا وَلَا لَعَانًا كَمَا يَقُولُ  
لَا أَحَدَنَا عِنْدَ الْمُعْتَبَةِ مَا لَمْ تَرِبْ جَبِينُهُ)) (۱)

نبی اکرم ﷺ نہ فحاش باتیں کرتے تھے، نہ لعنت کرتے تھے، نہ گالیاں دیتے تھے، جب ان کو  
غصہ آتا تھا تو کہتے تھے اُس انسان کو کیا ہو گیا ہے۔ اُس کی پیشانی خاک آلود ہو۔

غصہ کیسے ختم کیا جائے:

حضرت ابو ذر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے نبی اکرم ﷺ نے ہم سے فرمایا:

((إِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ وَهُوَ قَائِمٌ فَلْيَبْسُجِلْ)) (۲)

”اگر تم میں سے کسی کو غصہ آئے اور وہ کھڑا ہو تو وہ بیٹھ جائے۔“

دیکھیے غصے کی کیفیت انسان کو ابھارتی ہے۔ غصے میں انسان اٹھنا چاہتا ہے تو آپ ﷺ نے  
اس کا الٹ بتایا یعنی اگر غصہ آئے، کھڑا ہو تو بیٹھ جائے اگر غصہ چلا گیا تو ٹھیک، ورنہ لیٹ جائے۔  
اپنے آپ کو جھکائے اور ہیئت بدل لے یا جگہ بدلنے سے بھی غصہ ٹھنڈا ہوتا ہے۔ شدید غصہ آ رہا ہو تو  
اُس جگہ سے ہٹ جائیں، دُور ہو جائیں۔ دوسرے کمرے میں چلے جائیں، کمرے میں ہیں تو باہر  
صحن میں نکل آئیں یا پھر زور زور سے قرآن کی آیات تلاوت کریں یا تلاوت لگا کر سنیں یا کلمہ پڑھنا  
شروع کر دیں، اللہ سے دُعا کریں، تعوذ پڑھیں، شیطان سے پناہ مانگیں۔ ابو داؤد میں حدیث  
مبارکہ ہے نبی اکرم ﷺ نے فرمایا:

((إِنَّ الْغَضَبَ مِنَ الشَّيْطَانِ وَإِنَّ الشَّيْطَانَ خَلِقٌ مِنَ النَّارِ)) (۳)

”غصہ شیطان کے اثر سے آتا ہے اور شیطان آگ سے بنایا گیا۔“

اسی لیے انسان غصہ میں آگ بگولا ہو جاتا ہے اور آگ پانی سے بجھائی جاتی ہے۔ لہذا جب  
کبھی تم میں سے کسی کو غصہ آئے، اُس کو چاہیے وہ وضو کر لے، اپنے آپ کو ٹھنڈا کر لے۔ یہ بھی کیا  
جا سکتا ہے کہ اپنے غصہ پر خود کوئی کفارہ مقرر کر لے کہ جب میں غصہ کروں گا میں سو روپے صدقہ کروں  
گا اور اتنا کفارہ رکھیں جس کے ادا کرنے سے جیب پر اور غصہ پر اثر پڑے۔ اگر کوئی کروڑ پتی ہے تو  
اُس کے لیے پانچ سو روپے تو پانچ روپے کے برابر ہوں گے۔ اس لیے اتنی رقم رکھیں کہ بار بار دینا

(۱) صحیح البخاری، کتاب الادب، باب لم یکن النبی فاحشا۔۔

(۲) سنن ابی داؤد، کتاب الادب، باب ما یقال عند الغضب

(۳) سنن ابی داؤد، کتاب الادب، باب ما یقال عند الغضب

تھوڑا سا گھلے۔ اپنی حیثیت کے مطابق مقرر کریں اور جب غصہ آئے تو نکالا کریں یا اپنے لیے کوئی جرمانہ مقرر کر لیں، یہ ان شاء اللہ اثر کرے گا۔

اور غذا میں وہ چیزیں استعمال کریں، جن کا قرآن میں ذکر آتا ہے، غذا کا بھی مزاج پر اثر پڑتا ہے اور سنت کے حساب سے کھائیں۔ بہت زیادہ کھانا بھی مزاج میں فساد پیدا کرتا ہے۔ سب سے بڑا علاج اور دوا اللہ سے دُعا ہے کہ ”اے اللہ! میرا غصہ تھم جائے اور میرے قابو میں آجائے۔“ اس کے لیے کوئی وظیفہ نہیں ہے، اس کے لیے کوشش اور مشق چاہیے اور دُعا ساتھ ساتھ۔ اَعُوذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ یہ بھی حدیث مبارکہ سے ثابت ہے۔ پڑھا کریں۔ اس کی مسلسل مشق کرنی چاہیے دنیا و آخرت کے نقصانات اور خسارہ سامنے رکھیں۔ ان پر غور کریں۔ پھر ان شاء اللہ العزیز اللہ مدد فرمائے گا۔

سب سے اچھے تو وہ لوگ ہیں جن کو دیر سے غصہ آئے اور جلدی ٹھنڈا ہو جایا کرے۔ (Once In a blue moon) کبھی کبھار آئے، اور جلد ختم ہو جائے۔ دوسرے نمبر پر وہ ہیں جن کو دیر سے آئے اور دیر سے جاتے۔ پھر وہ جن کو جلدی آئے اور جلدی جاتے۔ یہ آخری دو قسم کے لوگ پسندیدہ نہیں۔ لوگ ان کے ہاتھوں خاصے پریشان رہتے ہیں، غصہ والوں کے ساتھ انسان بے یقین (uncertain) رہتا ہے، کچھ نہیں پتا کب مزاج بگڑ جائے۔ سب سے بُرے وہ لوگ ہوتے ہیں جن کو جلدی غصہ آئے اور دیر تک رہے۔

نبی اکرم ﷺ نے فرمایا:

((مَنْ إِذَا غَضِبَ لَمْ يُخْرِجْهُ غَضَبُهُ عَنِ الْحَقِّ، وَإِذَا رَضِيَ لَمْ يُخْرِجْهُ رِضَاؤُهُ إِلَى الْبَاطِلِ، وَإِذَا قَدَّرَ لَمْ يَتَنَاوَلَ مَا لَيْسَ لَهُ)) (۱)

” (3 چیزیں مومن کے اخلاق میں سے ہیں) ایک تو یہ کہ غصہ آئے مگر غصہ اس کو باطل کی طرف نہ لے جائے، دوسرے خوش ہو تو خوشی میں حق کے دائرے سے نہ نکلے (یعنی خوشی سے دیوانہ نہ ہو جائے)، تیسرے یہ کہ طاقت ور ہو تو وہ چیز لینے کی کوشش نہ کرے جو اس کی نہیں۔“

غصہ پر قابو پانے کے فائدے:

اب اس بحث کو سمیٹتے ہیں کہ غصے پر قابو پانے کے کیا کیا فائدے ہیں۔ جو لوگ غصہ پر قابو پانے میں کامیاب ہو جائیں وہ باہر اد ہو جائیں گے، لوگ ان سے محبت کرنے لگیں گے اور عزت بھی کریں

(۱) شعب الایمان للبيهقي، کتاب حسن الخلق، فصل فی ترک الغضب۔۔۔

گے۔ نبی اکرم ﷺ کے فرمان کا مفہوم ہے ”مومن تو محبت و الفت کا مرکز ہوتا ہے، لوگ اس کو چاہتے ہیں، اور اُس آدمی میں کوئی بھلائی نہیں جو دوسروں سے الفت نہیں کرتا اور دوسرے اُس سے الفت نہیں کرتے۔“ جب کوئی غصہ کرتا ہے تو لوگ اس سے الفت نہیں کرتے بلکہ دور زہنا ہی ٹھیک سمجھتے ہیں۔

ہم نے عرض کیا تھا کہ کچھ لوگ چھوٹوں پر غصہ نکال لیتے ہیں، بُرا بھلا کہہ دیتے ہیں اور بڑوں کی پیٹھ پیچھے بُرائیاں کرتے ہیں، غیبت کرتے ہیں۔ جو غصے کا اظہار سامنے نہ کر سکے وہ اپنا غصہ غیبت کی شکل میں نکالتا ہے۔ اس طرح یہ غصہ اور کتنی ہی بیماریوں کا اور خرابیوں کا سبب بنتا ہے، جو غصہ نہیں کرے گا وہ دوزخ کی آگ سے بچ جائے گا۔

حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہما سے روایت ہے، رسول اللہ ﷺ نے فرمایا ”میں اب تم کو ایسے شخص کی خبر نہ دوں جو جہنم کے لیے حرام ہے اور جہنم کی آگ اس پر حرام ہے۔ ہر ایسے شخص پر جہنم کی آگ حرام ہے جو مزاج کا تیز نہ ہو، نرم ہو، لوگوں سے قریب ہو، نرم خو ہو۔“ اور غصے کے ساتھ یہ سب ناممکن ہے۔ غصے پر قابو پا کر یہ سب ممکن ہو سکتا ہے۔ تو بار بار اپنے آپ کو یاد دلائیں کہ غصے کو قابو کر کے ہم کتنے فائدے حاصل کر سکتے ہیں۔

دوسرے کے غصے کے متعلق کیا کیا جائے:

اب اگر دوسرے کے غصے کا کوئی علاج کرنا چاہتا ہے تو کیا کرے؟ سب سے پہلے تو ذہنی طور پر اُس شخص سے جس کو غصہ آ رہا ہے، اپنے آپ کو علاحدہ (detach) کر لیں، یہ ضروری ہے، ذہنی طور پر اپنے آپ کو الگ کر لیں۔ ایسے ظاہر (pretend) کریں جیسے وہ کسی اور سے مخاطب ہے تاکہ آپ کو نقصان نہ پہنچے، آپ کی شخصیت مسخ نہ ہو، وہ آپ کو تختہ مشق (punching bag) بنانا چاہتا ہے۔ آپ یہ بننے سے صاف انکار کر دیں۔ تصور کر لیں وہ کسی اور سے بات کر رہا ہے۔ آپ کہیں اور ہیں، دور سے اُسے دیکھ رہے ہیں۔ اس طرح غصہ برداشت بھی کر جائیں گے اور آپ کو نقصان بھی نہیں ہوگا۔ تو برداشت کر لینا بہترین چیز ہے، اس پر بڑا اجر ہے، بہت بڑی بات ہے کہ کوئی صبر کا اور عفو کا مظاہرہ کرے۔

قرآن میں آتا ہے:

{لَمَنْ صَبَرَ وَغَفَرَ إِنَّ ذَلِكَ مِنْ الْأُمُورِ} (الشوری: ۴۳)

”جو صبر کرے، اور معاف کرے، یہ تو بڑے عظیم کاموں میں سے ہے۔“

غصے کا جواب کبھی غصے سے مت دیں۔ آگ کو آگ سے نہیں بجھایا جاتا۔ پانی سے بجھایا جاتا ہے۔ حضرت مفتی محمد تقی عثمانی صاحب نے اپنی کتاب میں کہا ہے اگر بچے بہت چیخ رہے ہیں یا کوئی بڑا غصے میں چیخ رہا ہو اور آپ اس کا جواب نہایت آہستگی سے دیں تو اُس کی چیخ پکار بھی کم ہوگی۔ وہ اپنے آپ پر قابو پانے میں کامیاب ہو جائے گا، یہ فوری علاج ہے اس کے بعد وجہ تلاش کریں کہ کس وجہ سے غصہ آتا ہے۔

بعض لوگوں کا غصے کا بھی ایک متوقع انداز (predictable pattern) ہوتا ہے۔ آپ بتا سکتے ہیں کس بات پر غصہ آتا ہے۔ بچوں کو پتا ہوتا ہے کہ نمبر اچھے نہیں آئیں گے تو ان کو غصہ آئے گا۔ کپڑے پھٹ گئے یا بہت گندے کر دیے تو غصہ آئے گا۔ کچھ بیویوں کو پتا ہوتا ہے شوہر گھر آئیں اور میں گھر پر نہ ہوں تو شوہر کو غصہ آ جاتا ہے۔ ساتھ رہتے رہتے ہمیں ان باتوں کی کافی پہچان ہو جاتی ہے۔ سو وجہ تلاش کر لیں اور اس کو حتی الامکان دور کرنے کی کوشش کریں۔ وہ صورت حال پیدا ہی نہ ہو، یہ ہے خیر خواہی۔

جیسے بعض لوگوں کو کچھ غذاؤں سے الرجی (allergy) ہوتی ہے تو ان غذاؤں سے پرہیز کرنا ہی مناسب ہوتا ہے ورنہ بار بار الرجی (allergy) ہوتی رہے گی۔ اسی طرح بعض حالات بھی غصے کا سبب بنتے ہیں۔ اسی لیے حدیث مبارکہ میں ہم یہ بات پڑھتے ہیں کہ بیوی ایسے لوگوں کو گھر میں نہ بلائے جو شوہر کو پسند نہیں۔ اس سے کیا ہوگا؟ شوہر غصہ کرے گا، خفا ہوگا۔ تو مزاج، طبیعت، پسندنا پسند کا ضرور خیال رکھیں۔

بعض لوگوں کو سیاست پر بہت غصہ آتا ہے۔ تو سیاست پر گفتگو چھوڑ دیں۔ سیاست پر بات مت کریں۔

### غصے کا ایک مثبت پہلو:

بعض اوقات غصہ میں آ کر انسان کوئی حل تلاش کر لیتا ہے، بعض دفعہ اچانک ایسی توانائی (energy) آتی ہے کہ وہ فیصلہ کر لیتا ہے کہ اب اس کو ٹھیک کر کے چھوڑوں گا۔ انسان کی قوت ارادی مضبوط ہوتی ہے غصے کو صحیح جگہ استعمال کیا جائے تو بہت فائدہ مند ثابت ہوتا ہے۔ مثلاً کوئی چیز آپ کو روزانہ کوفت دلاتی ہے جیسے ایک لکڑی کا تختہ ہے جس سے راستے میں آتے جاتے، ٹھوکر لگ جاتی ہے اور آپ کو ایک دن غصہ آ جائے اور آپ فیصلہ کر لیں کہ آج تو اس کا حل نکال کر

رہوں گا اور اس کو راستے سے ہٹاؤں۔ بہتری کی طرف چل پڑیں۔

اور بچوں سے تو کبھی مت کہیں کہ نیند آرہی ہے، اس لیے غصہ کر رہے ہیں۔ بھوک لگ رہی ہے اس لیے غصہ کر رہے ہیں۔ جہاں ہم بچوں کی جسمانی ضروریات پوری کرتے ہیں بچوں کو سکھاتے ہیں اپنا خیال کیسے رکھیں، ہاتھ کیسے دھوئیں، گندگی سے کیسے بچیں، چیزیں اپنی جگہ پر کیسے ترتیب سے رکھیں۔ بالکل اسی طرح یہ جو جذبات ہیں، اُن کو بھی حد میں رکھنے کی مشق کریں۔ یہ والدین کی ذمہ داری ہے۔ صبر سکھائیں، وقت کا پابند بنائیں، کھانا وقت پر ملے گا۔ دودھ وقت پر ملے گا، کھیلنے کا وقت ہے، پڑھنے کا الگ وقت ہے، اور پھر سونے کا وقت ہے، اور یہ کہ اپنے منفی جذبات کو کیسے سنبھالیں گے اور مثبت جذبات کو کیسے سنبھالیں گے۔ اپنے جذبات (emotions) کا اظہار کیسے کریں گے۔ غصے پر قابو کیسے پانا ہے، یہ بھی بچوں کو سکھانا ہے اور ساتھ ساتھ حلم اور بردباری کی دُعا کیجیے، اپنے لیے اور اپنی اولاد کے لیے بھی، انسان اپنے مزاج کے خلاف بات آسانی سے برداشت کر لے۔ تنقید کو سن سکے اور لوگ اُس سے ملنا جلنا پسند کریں۔

**غصے کے وقت درست حکمت عملی:**

جدید علم نفسیات (modern psychology) میں کہتے ہیں جو دل میں ہے اس کو باہر نکالو، ہلکے ہو جاؤ، بھڑاس نکالو، غصہ آئے تو اظہار کرو۔ تجربے نے الٹا ثابت کیا ہے، اگر کسی بات پر غصہ آیا اور اس کا بار بار ذکر نہ ہو، تو وقت کے ساتھ ساتھ اس پر نسیان کے، بھول کے پردے پڑ جاتے ہیں۔ وہ واقعہ مدہم ہو جاتا ہے، وہ معاملہ بھی چھوٹا لگنے لگتا ہے اور وہ جذبہ بھی مدہم پڑ جاتا ہے۔ دوسروں سے اگر بار بار اس کا تذکرہ کریں گے تو وہ زخم تازہ رہے گا۔ مندرل نہ ہونے پائے گا، اور وہ جذبات بھی تازہ رہیں گے۔ کسی بھی گز رہے ہوئے تکلیف دہ واقعے کا ذکر کر کے دیکھ لیں، از سر نو پورا واقعہ زندہ اور تازہ ہو جائے گا۔ وہی تکلیف محسوس ہوتی ہے، رونا بھی دوبارہ آ جائے گا، منہ سرخ ہو جائے گا، دل کی دھڑکن تیز ہو جائے گی۔ یہ اپنے آپ کو اذیت دینے والی بات ہے۔ اللہ نے ہم سے فرمایا ہے غصے کو پنی جایا کرو، درگزر کر دیا کرو، معاف کر دو، بھول جاؤ۔ ضبط کرنے والے بنیں اور کوئی مصروفیت تلاش کریں۔ جب بھی غصہ آئے زبان کی بجائے ہاتھوں کو کسی کام میں مصروف کر لیں۔ کتب خانہ صاف کر لیں یا الماری صاف کر لیں، اپنے آپ کو مصروف کر لیں، جو توانائی آپ کے اندر غصہ کی وجہ سے آئی ہے اس کو مثبت کام میں صرف کر لیں اور آپ غور کریں گے کہ الماریاں

صاف کرنا بڑا باعث سکون کام ہے، تھوڑی دیر میں سکون کا احساس ہوگا اس سے بھی فائدہ ہوگا۔

حلم اور بردباری کا ایک واقعہ:

حلم اور بردباری کے بارے میں امام ابوحنیفہ رحمۃ اللہ علیہ کا ایک واقعہ آتا ہے۔ جو انبیاء کے نقش قدم پر چلتے ہیں، جو خود اذاب ہوتے ہیں ان کو دیکھیں وہ کیسے غصے کو قابو میں رکھتے تھے، اور یہ صفت کیسے پاکیزہ، متقی لوگوں میں پیدا ہو جاتی ہے، کیسا ضبط (self control) اُن میں آجاتا ہے اس واقعے سے وہ پتا چلے گا:

”ایک روز ظہر کی نماز کے بعد گھر تشریف لے گئے اوپر کی منزل پر آپ کی رہائش تھی۔ جا کر آرام کرنے کے لیے بستر پر لیٹے ہی تھے کہ نیچے دروازے پر دستک ہوئی۔ اندازہ کیجیے، جو رات بھر جاگا ہو، عبادت کی ہو، سارا دن مصروف رہا ہو۔ اُس کی کیا کیفیت ہوگی عین آرام کے وقت کوئی ملنے آیا۔ لیکن امام صاحب اُٹھے، زینے سے نیچے اُترے، دروازہ کھولا، ایک صاحب کھڑے تھے۔ امام صاحب نے پوچھا کیسے آتا ہوا، اُس نے کہا ایک مسئلہ معلوم کرنے آیا تھا، جب امام صاحب مسائل حل کرنے بیٹھے تھے وہاں تو مسئلہ پوچھا نہیں اور اب بے وقت پریشان کرنے آ گیا۔ لیکن امام صاحب نے اس کو کچھ نہیں کہا، بلکہ فرمایا، اچھا بھائی کیا مسئلہ ہے؟ اس نے کہا جب میں آ رہا تھا تو مجھے یاد تھا مگر اب بھول گیا ہوں۔ یاد نہیں رہا، کیا مسئلہ پوچھنا تھا۔ امام صاحب نے فرمایا ”اچھا جب یاد آ جائے تو پوچھ لینا۔“ یہاں حلم دیکھیں۔ آپ نے اس کو بڑا بھلا نہ کہا اور نہ ڈانٹا۔ خاموشی سے واپس جا کر بستر پر لیٹے کہ اتنے میں پھر دستک ہوئی۔ پھر نیچے آئے دروازہ کھولا۔ وہی شخص کھڑا تھا۔ آپ نے پوچھا کیا بات ہے، اُس نے کہا حضرت وہ مسئلہ یاد آ گیا تھا۔ آپ نے کہا پوچھ لو۔ اُس نے کہا ابھی تک یاد تھا مگر جب آپ آدھی سیزھویں تک آئے تو پھر بھول گیا۔ اب اگر ایک عام آدمی ہوتا تو اس کے غصے کا کیا عالم ہوتا۔ سوچیں! لیکن یہ لکھتے ہیں کہ امام صاحب اپنا نفس مٹا چکے تھے۔ امام صاحب نے دروازہ بند کرتے ہوئے کہا، اچھا بھائی جب یاد آ جائے تو پوچھ لینا یہ کہہ کر واپس جا کر بستر پر لیٹ گئے۔ دوبارہ پھر دروازے پر دستک ہوئی۔ آپ پھر نیچے آئے، دروازہ کھولا وہی شخص کھڑا تھا۔ آپ نے پوچھا کیوں؟ کیا بات ہے؟ اُس نے کہا حضرت، وہ مسئلہ یاد آ گیا کہ انسان کی نجاست (Excretion) کا ذائقہ کڑوا ہوتا ہے یا میٹھا۔ کوئی بھی اور آدمی ہوتا اور بڑا ضبط کرتا تو اس سوال کے بعد تو اس کے صبر کا پیمانہ بھی لہریز ہوتی جاتا، لیکن ابوحنیفہ رحمۃ اللہ علیہ ایسے ہی تو امام نہیں بن گئے



تھے۔ اتنا بڑا جو اللہ نے مقام عطا کیا، مرتبہ دیا، یوں ہی تو نہیں دے دیا۔ تھڑو لے مزاج کے ساتھ تو امام کا رتبہ نہیں ملتا۔ امام صاحب نے بہت اطمینان سے جواب دیا۔ اگر آدمی کی نجاست تازہ ہو تو اس میں مٹھاس ہوتی ہے اور جب خشک ہو جائے تو وہ کڑوا ہو جاتا ہے۔ اس شخص نے پوچھا آپ نے چکھا ہے کبھی؟ امام صاحب نے فرمایا (اور واقعی اس وقت دل سے نکل رہا ہے رحمہ اللہ علیہ) ہر چیز کا علم چکھ کر حاصل نہیں ہوتا بلکہ بعض چیزوں کا علم عقل سے حاصل ہوتا ہے اور عقل سے یہ معلوم ہوتا ہے کہ تازہ نجاست پر کھیاں بیٹھتی ہیں اور سوکھی پر نہیں بیٹھتیں۔ جب امام صاحب نے یہ جواب دے دیا اس شخص نے کہا امام صاحب میں آپ کے آگے ہاتھ جوڑتا ہوں مجھے معاف کر دیجیے۔ میں نے آپ کو بہت ستایا۔ آج آپ نے مجھ کو ہر ادا کیا۔“

یہ ہے غصہ پر قابو پانا۔ نبی اکرم ﷺ دُعا کرتے تھے: ”اے اللہ! مجھ کو علم دے کر غصی عطا کر دے اور حلم کی زینت عطا فرما دے۔“

یہ guide Lines ہیں تھوڑی سی رہنمائی ہے کہ کن کن موقعوں پر محتاط رہنے کی ضرورت ہے۔ ایک تو دُعا کیا کریں! مسنون دُعا ہے۔ ”اے اللہ! تجھ سے حق بات کا سوال کرتے ہیں، چاہے غصے میں ہوں چاہے ہم راضی ہوں۔“ تو اگر انسان مناسب بات کرتا ہے تو بھی غصہ قابو میں آ جاتا ہے۔ بڑا فرق پڑتا ہے۔

غصے کا مناسب اور اصلاحی اظہار:

اب غصے کے عمومی مواقع دیکھیں۔ مثلاً اگر بچے نماز نہیں پڑھتے۔ اس موقع پر غصے کا غلط اظہار کیا ہے؟ چیخنا چلانا، ان کو باتیں سنانا، تم تو منافق ہو، تم تو جہنم میں جاؤ گے یا یہ کہنا کہ تم کبھی نماز نہیں پڑھ سکو گے، تم کبھی ٹھیک نہیں ہو گے، تم کبھی نماز نہیں پڑھو گے۔ زندگی بھر بے نمازی رہو گے وغیرہ۔ ایسی باتیں بچوں کو سنانا، یہ سب کرنے کی ضرورت نہیں۔ غصہ ضرور آتا ہے جب بچے نماز نہ پڑھیں۔ یا قاری صاحب آئیں تو قرآن پڑھنے میں دیر لگاتے ہیں، اس وقت اور کام یاد آ جاتے ہیں۔

پہلے یہ دیکھیں غصہ کیوں آ رہا ہے۔ میری نافرمانی پر، یا اللہ کی نافرمانی پر۔ اس کو الگ کر لیں۔ اگر اللہ کی نافرمانی پر غصہ آ رہا ہے تو غصے کا اظہار اس طرح کریں کہ ان کی اصلاح ہو جائے۔ اُن کو پیار سے سمجھا کر، حدیثیں سنا کر، آخرت کے انعامات، تحفے، جنت کے بانگوں کا وعدہ یاد دلا کر، اُن کو متوجہ کیا جائے۔ اُن کے لیے عمل آسان کرنے کی کوئی ترکیب سوچ لیں اور

افہام و تفہیم کے طور پر مل جل کر اس مسئلے کو حل کرنے کی کوشش کریں۔ پہلے پتا کریں کہ نماز کیوں نہیں پڑھ رہا؟۔ کیا اُس کو یقین نہیں کہ نماز ضروری ہے۔ فرض ہے نماز پڑھنا! یا نماز یاد نہیں، وضو کرنا مشکل لگتا ہے؟ اصل وجہ کیا ہے؟۔ رات کو دیر سے سوتا ہے، اس لیے فجر کو نہیں اُٹھ سکتا تو اس مسئلے کو حل کرنے کی کوشش کریں۔ تبلیغ بھی اللہ کے لیے اور نماز بھی اللہ ہی کے لیے ہے۔ مل کر، بیٹھ کر بات کریں تو پھر کوئی حل نکل آئے گا۔ غصے سے بچے بدل ہو جاتے ہیں۔

اب ایک حساس معاملہ دیکھیں! آپ ﷺ کے کارٹون دیکھ کر غصے کا غلط استعمال۔ عام عوام توڑ پھوڑ، جلاؤ، گھیراؤ، اپنی قوم ہی کے املاک کو خاستر کر ڈالتے ہیں، رکشے جلا دینا، بسوں کو آگ لگا دینا، دکائیں لوٹ لینا، یہ سب کس کا نقصان ہے؟ یہ سب تو رسول اللہ ﷺ کی تعلیمات کے بالکل برعکس اور خلاف ہے۔ غصے کا صحیح استعمال کیا ہونا چاہیے؟ انسان کے اندر تلاش کا داعیہ پیدا ہو جائے، قوتِ ارادی مضبوط ہو جائے کہ یہ اللہ کے رسول ﷺ کے کارٹون بنا رہے ہیں، ہم اپنے عمل سے آپ ﷺ کی ایک ایک تعلیم، ایک ایک سنت کو زندہ کریں گے۔

کہیں ٹریفک جام میں پھنس گئے، تو ہمارا ردِ عمل کیا ہوتا ہے؟ منہ ہی منہ میں بڑ بڑانا، زور زور سے بارن بجانا، گالیاں دینا، گھور گھور کے ساتھ والوں کو دیکھنا، ہر ایک کو اپنا دشمن سمجھنے لگنا کہ اُنہی کا قصور ہے۔ اتنا غصہ آتا ہے کہ بڑی دیر میں جا کر ٹھنڈا ہوتا ہے۔ اگر آپ کو مصروف اوقات میں نکلنا ہی ہے تو پھر کوئی اچھی سی تلاوت، کوئی درس (lecture) یا کوئی پڑھنے کے لیے رسالہ، کتاب وغیرہ گاڑی میں رکھ لیں۔ جو اس وقت کا بہترین مصرف ہو۔

بعض دفعہ بچے اسکول کی کتابیں لے جانا بھول جاتے ہیں یا اسکول میں ٹفن (tiffin) box یا پانی کی بوتل (water bottle) یا ڈائری وغیرہ بھول آتے ہیں تو اس پر بہت شور نہ مچائیں، زیادہ مت ڈانٹیں۔ ذمے داری کا احساس دلائیں، سنجیدگی سے کوئی حل تلاش کریں، یہ دوسری انتہا (extreme) ہے۔ یعنی غصہ کا اظہار ایسے کرنا کہ صورت حال درست ہو جائے اور بچے پھر وہ غلطی نہ دہرائیں، اصلاح کے لیے غصہ کرنا چاہیے۔

**غصہ کسی مسئلے کا حل نہیں:**

ہماری غلط فہمی یہ ہے کہ ہم سمجھتے ہیں کہ غصہ ہر مسئلے کا بذاتِ خود حل ہے۔ کام والے نے بغیر اطلاع کے چھٹی کر لی تو غصہ سے اُبلنے لگیں۔ آنے دوکل، میں اس کو سمجھ لوں گا، اپنی مرضی چلانے لگا

ہے، جب دل چاہا چھٹی کر لی یا دکان سے نکلے، ڈرائیور نظر نہ آیا تو فوراً دل میں سوچ لیا، کہ کہیں بیٹھا گپ شپ لگا رہا ہوگا وغیرہ وغیرہ۔ یہ سب منفی غصے کی علامات ہیں۔

میاں کو شوگر ہے، ٹیسٹ (test) کروایا، شوگر زیادہ تھی۔ بیوی نے شور مچانا شروع کر دیا کہ ہر بیٹھی چیز کھانے لگتے ہیں منع کر کر کے تھک گئی، مانتے ہی نہیں، پڑھے لکھے ہیں کم از کم اپنا خیال تو رکھا کریں۔ ہر وقت مرغن کھانے چاہئیں، کوئی ورزش (exercise) نہیں کرتے اور پھر خود رونے بیٹھ گئیں۔ اب وہ بے چارا، جس کی پہلے شوگر ہائی تھی اس کا بلڈ پریشر بھی بڑھا دیا، پھر شوگر کہہ دے گا، آئندہ تمہیں رپورٹ (report) نہیں دکھاؤں گا۔

بچوں کے ساتھ بھی یہی معاملہ ہوتا ہے۔ ماں باپ سے اپنے مسائل ان کے غصے کے ڈر سے (share) نہیں کرتے، اس حجاب کو ختم کرنے کی ضرورت ہے۔ ذرا بیٹھ کر سوچیں، اگلے سے ہمدردی کریں، حوصلہ دلائیں، غصے کو دبائیں۔ بیماری بد پر ہیزی کرنا بڑا تو لگتا ہے مگر غصے سے پھٹ پڑنا جائز نہیں، یہ حل نہیں ہے۔

### مزاج سے غصہ میں نہیں آنا چاہیے:

غصے کو دُور کرنے کا ایک طریقہ مزاج بھی ہوتا ہے۔ تھوڑا سا مزاج کر لیں، یا کوئی ایسی بات کر دی جائے جس سے دوسرے کو ہنسی آجائے۔ بعض لوگ مزاج برداشت نہیں کر سکتے۔ اگر ان سے کوئی مزاج کیا جائے تو فوراً غصے میں آجاتے ہیں۔ بھائی بہنوں میں یہ بہت ہوتا ہے، ایک دم غصہ آجاتا ہے روناد ہونا شروع ہو جاتا ہے۔ آپس میں بات چیت بند ہو جاتی ہے، ان رشتوں میں تھوڑا بہت مزاج ضروری ہے۔ خود بھی مزاج کو برداشت کریں اور دوسروں سے مزاج کرتے ہوئے حدود کا خیال رکھیں۔ اپنے اوپر بھی ہنسنا سیکھیں۔ بعض دفعہ شوگر بھی چھیڑ چھاڑ کر لیتے ہیں، مزاج کر لیتے ہیں۔ یا ماں باپ کوئی بچپن کی حماقت یاد دلاتے ہیں، ایسے موقعوں پر غصے میں نہیں آنا چاہیے۔

### خواتین تھکن وغیرہ کی وجہ سے بد مزاج نہ ہوں:

غصہ کرنا ایک طرح کا روئے بن جاتا ہے۔ تھکن کو تو بہت ہی جواز بنایا جاتا ہے۔ خواتین رات کو ٹھیک سے نہ سو پائیں تو دوسرے دن بات بات پر یہ یاد دلاتی ہیں کہ نہ دن کو چلین ہے نہ رات کو آرام ہے۔ نہ بچوں کا کام صحیح سے کرتی ہیں، نہ شوگر کے کام وقت پر کرتی ہیں۔ اور جواز یہ ہے چوں کہ ہم رات کو ٹھیک سے سو نہیں پائے، اب ہم جتنا چاہیں غصہ کریں۔ اگر کبھی ایسی صورت حال ہو تو

آپ آرام سے کہہ دیں کہ میں رات کو ٹھیک سے سوئی نہیں، اس لیے تھکن ہو رہی ہے۔ ذرا آرام کر لوں پھر سب کر دیتی ہوں۔ لیکن پاؤں پیچ کر، اور بڑبڑا کر، منہ پھلا کر کام نہ کریں۔ چیخنا چلانا سب کو باتیں سنانا بھی ٹھیک نہیں۔ اور جہاں تک بچوں کے ساتھ جائے معاملہ ہے، اس بے آرامی اور تھکن کو کوئی بھی محسوس نہیں کر سکتا۔ نہ کسی کو محسوس کروانے کی کوشش کریں، یہ مشقت صرف ماں کر سکتی ہے اور وہی جانتی ہے امور خانہ داری بھی انجام دینے پڑتے ہیں۔ بچوں کی دیکھ بھال، شوہر کی ذمہ داریاں تو عورت کی تو دن رات کی (duty) ہے، تھکن تو ہونی ہے، مگر اس کی وجہ سے بد مزاج نہ ہوں۔ اپنا خیال خود رکھیں۔

### خواتین کے لیے خصوصی نصیحت :

دیورانی یا ساس سے ان بن ہو گئی۔ اب بڑوں پر تو غصہ نکال نہیں سکتیں، ان کی پیٹھ پیچھے غیبت کرنے لگتی ہیں۔ نوکروں کے سامنے ساس اور جھٹانی کی غیبتیں کرتی ہیں۔ نوکر بھی ہاں میں ہاں ملاتے ہیں۔ لیکن آپ کی غیر حاضری میں یہی نوکر لگائی جھٹائی کرتے ہیں اور معاملات مزید خراب ہو جاتے ہیں۔ بعض دفعہ دیورانی جھٹانی دونوں ساس کی چوں کہ (common victims) ہوتی ہیں تو اکثر یہ دونوں پیٹھ کر ساس کی غیبت کرتی رہتی ہیں اور پھر یہی باتیں ان دونوں میں سے کسی ایک کے منہ سے ساس تک پہنچ جاتی ہیں۔ ایسی حرکت کرنا خاندان کے اتحاد کے سخت خلاف ہے۔ آپس میں ساس کی، یا نندوں کی یا اپنی بھابیوں کی بُرائیاں اور غیبت کسی بھی غیر فرد کے ساتھ نہ کریں۔ ایک تو آپ کا کوئی بھی راز (secret) محفوظ نہیں رہ سکے گا۔ دوسرے پہلی ہی فرصت میں، موقع ملتے ہی یہ باتیں ان تک پہنچ جائیں گی۔ اس سے اجتناب کریں۔ گھر کی باتوں کو اپنے سینوں میں دفن کر دیا کریں۔ کسی کی بُرائی کسی کے سامنے ہرگز مت کریں۔ اس طرح ہم اپنے پاؤں پر کلہاڑی مارتے ہیں، اور نوکروں کے سامنے یہ سب کرنے سے تو ان کے دل سے آپ کی عزت بھی جاتی رہتی ہے۔ ویسے بھی یہ اخلاق سے گری ہوئی حرکت ہے، زیب نہیں دیتا۔ جہالت اور حماقت کے علاوہ یہ سب گناہ کی باتیں بھی ہیں۔

کچھ بیویوں کو ہمیشہ بیمار بنے رہنے کا شوق ہوتا ہے، ماہواری (periods) آئے ہوئے ہیں یا آنے والے ہیں یا ہو چکے ہیں۔ ان تین میں سے کوئی ایک حالت تو رہتی ہی ہے اور اس کی سب سے زیادہ زد خاوند پر پڑتی ہے۔ ایسی بیویاں خاوند سے توقع کرتی ہیں کہ شوہر ہر وقت ناز

اٹھائے۔ اور ہمہ وقت شکوہ کرتی ہیں، نوکروں پر غصہ، بچوں پر غصہ، شوہر سے شکایت، خیال نہیں رکھتا۔ وغیرہ وغیرہ۔ یہ ضرور دیکھیں کہ کیا آپ کے ارد گرد لوگ، گھر والے آپ کو بد مزاج یا تلخ مزاج کہتے ہیں؟ اگر ہاں تو ذرا اپنے اندر جھانک کر دیکھنے کی کوشش کریں اور اپنی اصلاح خود کریں۔

خلاصہ :

پہلے اعتراف کریں کہ میں غصے کی تیز ہوں، اور اس کے لیے دلیل مت تلاش کیجیے کہ مجھے فلاں غصہ دلاتا ہے یا فلاں بات پر غصہ آتا ہے۔ نہ اپنا ریموٹ کنٹرول دوسرے کے ہاتھ میں دیجیے اور نہ جواز ڈھونڈیں، یہ شیطان نے کیا تھا اپنی غلطی کی دلیل تلاش کی تھی۔ مان لیں کہ میرا غصہ تیز ہے۔ اللہ سے کثرت سے دُعا کیجیے ”اللہ مجھے صبر، حلم اور تحمل عطا کرے۔“ ”غصہ پر قابو پانے کی توفیق عطا کرے۔“ ”سوچ سمجھ کر، اپنے جذبات کا اظہار کروں، اللہ سے یہ دعا کیجیے، ایسی کیفیت میں ضرور اَعُوذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ پڑھیں اور بار بار پڑھیں۔ شعوری طور پر گہرے سانس لے کر، ممکن ہو تو وضو کر لیں، ٹھنڈا پانی پی لیں، جس پر غصہ کیا تھا، اُس سے معافی مانگیں، اس طرح عاجزی آئے گی اور دوبارہ ایسی صورت حال میں محتاط رہیں۔ اپنا جرمانہ، کفارہ مقرر کیجیے اور پورا کرنے کی بھرپور کوشش کریں۔ اس طرح اپنے آپ کو سزا دیں تاکہ آخرت کی سزا سے بچیں۔

یاد رکھیے، اگر غصہ اور جھوٹ ان دو برائیوں پر ہم نے قابو پالیا، اصلاح کر لی، تونوے فی صد برائیوں سے جان چھوٹ جائے گی۔ ان دو برائیوں کی وجہ سے ہم بہت سے گناہوں سے جھولی بھر لیتے ہیں۔ ہمارے اعمال نامے ان کی وجہ سے گناہوں سے بھر جاتے ہیں۔

سوچئے غصے کے غلط اظہار کی وجہ سے نہ ہم اصلاح کر پاتے ہیں، نہ عزت رہتی ہے، یہ بھی سوچیں کیا قیامت کے دن میرے اعمال نامے میں اتنی گنجائش ہوگی کہ میں اتنے بڑے بڑے گناہوں کا بوجھ اٹھا سکوں۔ کیا میں اس کا بدلہ چکا پاؤں گی، کوئی ندیہ دے سکوں گی۔ یقیناً ہم نہیں کر سکیں گے۔ کسی نے کہا ہے کہ وہ کیا چیز ہے جو ہے تو حرام مگر اُس کا پینا حلال ہے تو وہ غصہ ہی ہے۔ اللہ تعالیٰ سے یہ دُعا کرتے ہیں کہ ”اللہ ہمیں اپنے غصے پر قابو پانے کی توفیق عطا فرمادے اور ہم کو بھی علم اور حلم کی زینت سے آراستہ فرمادے۔“

## بغض

تذکرہ کے ضمن میں ہمارا اگلا مضمون ”بغض“ ہے۔ بغض کو کینہ، آزر دگی (resentment)، بددلی (rancor) بھی کہتے ہیں، اس کے لیے عربی میں لفظ آیا ہے ”بغل“، یعنی جگہ، کدورت، دل کے اندر جگہ شکوہ رکھنا وغیرہ۔

بغض کا محل:

حدیث میں آتا ہے:

((مَنْ أَحَبَّ لِلَّهِ وَأَبْغَضَ لِلَّهِ وَأَعْطَى لِلَّهِ وَمَنَعَ لِلَّهِ فَقَدْ اسْتَكْمَلَ الْإِيمَانَ)) (۱)  
 ”جس نے محبت کی تو اللہ کے لیے، بغض رکھا تو اللہ کے لیے اور جس نے دیا تو اللہ کے لیے اور روکا تو اللہ کے لیے، اس نے اپنا ایمان مکمل کر لیا۔“

اس حدیث کی رو سے پتا چلا کہ اللہ کی خاطر بغض رکھنا اچھی بات ہے، اللہ تعالیٰ وہ ہستی ہے جس کی خاطر کسی سے بغض رکھنا عین عبادت ہے، اپنے گناہوں کے خلاف بھی بغض (rancor، resentment) ہونا چاہیے۔ شیطان سے بغض رکھیں، اسی طرح گناہوں کے خلاف آپ کے دل میں کینہ ہونا چاہیے، گناہ آپ کو ایک آنکھ نہ بھائیں۔ ہمارے اندر جو بڑی صفات ہیں ان سے بغض رکھنا چاہیے لیکن یہ بغض صرف بری عادتوں سے ہو اپنی ذات سے نہ ہو، اپنی ذات سے نفرت (self loathing) یا بغض نہیں رکھنا چاہیے بلکہ اس بری عادت سے رکھنا چاہیے جو ہمارے اندر ہے۔ اگر ہمارے اندر شریعت کے خلاف کوئی چیز ہے تو اس سے بغض رکھنا چاہیے لیکن ان برائیوں کا ذکر ہر آنے جانے والے کے سامنے نہ کیا جائے، بلکہ صرف ان کے سامنے کریں جو ان خرابیوں کا علاج بتا سکیں، جن پر آپ کو اعتماد ہو کہ وہ آپ کا راز فاش نہیں کریں گے، اور اس شخص کے سامنے اپنی برائی کا ذکر کریں جو خود اس برائی سے پاک نظر آتا ہو، اور اللہ سے دعا کریں ”اے اللہ! میری برائیوں کو دور کر دے۔“ برائیوں سے بغض رکھیں گے تو ہی ان سے نجات پانے کی کوشش کریں گے اور اللہ سے مدد مانگیں گے۔ لہذا اپنی برائیوں سے بغض رکھنا اچھی بات ہے۔ جو چیزیں اللہ کو ناپسند ہیں، ان سے بغض رکھنا بھی اچھی بات ہے۔ بغض دفعہ دوسرے

(۱) سنن ابی داؤد، کتاب السنۃ، باب الدلیل علی زیادۃ الایمان۔۔۔

لوگوں میں ہمیں ایسی برائیاں نظر آتی ہیں جو اللہ کو ناپسند ہیں، مثلاً کسی میں جھوٹ بولنے کی یا چوری کی عادت ہے یا طرز کرنے کی عادت ہے تو اس برائی سے بغض رکھنا چاہیے لیکن اس شخص کی ذات سے بغض نہ رکھیں جو ان برائیوں میں مبتلا ہو۔ پتا چلا کہ شرعی وجہ سے بغض ہو سکتا ہے، مگر اس میں ضروری ہے کہ بندہ بُرائی اور بُرائی کرنے والے میں فرق رکھے، بغض انسان کی ذات سے نہ رکھے بلکہ اس بری عادت سے رکھے۔

بعض دفعہ کچھ لوگوں کی طبیعت آپس میں نہیں ملتی اس کو ہم کہتے ہیں ان کی کیمسٹری (chemistry) نہیں ملتی، یہ الگ چیز ہے، ہم اس کی بات نہیں کر رہے۔ یہ کوئی گناہ نہیں، کیوں کہ بعض لوگ آپ کو برے تو نہیں لگتے لیکن اچھے بھی نہیں لگتے، آپ ان کے ساتھ زیادہ میل جول نہیں رکھنا چاہتے، زیادہ اٹھنا بیٹھنا پسند نہیں کرتے، یہ کسی بغض، کینہ یا کدورت کی وجہ سے نہیں ہوتا بلکہ طبیعتیں میل نہیں کھاتیں، اس میں کوئی حرج نہیں اور نہ ہی یہ بغض میں شمار ہوتا ہے۔

امام غزالی رحمۃ اللہ علیہ نے اپنی کتاب میں یہ بات لکھی ہے کہ وہ غصہ جو انسان کے اندر پیدا ہو اور انسان برداشت کر جائے یعنی بدلہ لینے کا اختیار رکھتا ہو مگر پھر بھی بدلہ نہ لے اور وہ غصہ پی لے، برداشت کر لے تو ایسا غصہ بہت مبارک ہوتا ہے۔ غصہ کب آتا ہے؟ جب کوئی زیادتی کرے یا کوئی ناگوار معاملہ پیش آئے، پھر آپ کا بدلہ لینے کا دل چاہتا ہے۔ لیکن اگر کسی بے بسی کی وجہ سے بدلہ نہیں لے سکتے تو وہ غصہ اندر ہی اندر جمع ہوتا رہتا ہے اور کینہ بن جاتا ہے، بغض بن جاتا ہے۔ امام غزالی رحمۃ اللہ علیہ کہتے ہیں غصے کا بیٹا کینہ ہے، اور کینے کے آٹھ بیٹے ہیں، ان میں سے ایک حسد ہے۔ یعنی حسد ان بیٹوں میں سب سے زیادہ گارہی چیز ہے، زیادہ بھاری چیز ہے، مہلک چیز ہے، بہت بری چیز ہے۔ غل نسبتاً ہلکی چیز ہے، بغض اور حسد میں کہیں کہیں مماثلت محسوس ہوتی ہے، ملتی جلتی سی کیفیت ہے، قریب قریب ہیں، سب ایک ہی خاندان کے ہیں کہیں نہ کہیں تو مشابہت محسوس ہوگی۔ حسد رکھنے والا جنت میں داخل نہ ہوگا، اور حسد کی کوئی شرعی وجہ بھی نہیں ہو سکتی۔ اس کی کوئی گنجائش ہی نہیں جب کہ غل نسبتاً ہلکی چیز ہے، اگر اسے کنٹرول کر لیا جائے، دل کو صاف کر لیا جائے، بغض دل سے نکال دیا جائے تو آگے بڑھ کر وہ حسد میں تبدیل نہیں ہوگا۔

### سسرالی رشتوں میں بغض:

اکثر یہ بیماری سسرالی رشتے داروں میں پیدا ہو جاتی ہے، ایک دوسرے کے خلاف دلوں میں بغض پلٹا رہتا ہے۔ بہو کو شکایت ہوتی ہے کہ ساس ہر وقت ڈانٹتی رہتی ہے، طعنے دیتی رہتی ہے، بہت با اختیار (powerful) ہے، اُن کا بیٹا اپنی ماں کا بہت فرماں بردار ہے، وہ ساس کو کچھ نہیں کہہ سکتی،

کمزور ہونے کی وجہ سے بدلہ نہیں لے سکتی، لہذا اپنے دل میں ساس کے خلاف بغض پالتی رہے گی۔ جب دل کے اندر بغض کا بیج پڑ جاتا ہے تو دل چاہتا ہے اس شخص کو تکلیف پہنچے، اس کو اپنے دشمن کی تکلیف سے خوشی محسوس ہوتی ہے یا چھوٹی چھوٹی باتوں میں جس کے خلاف بغض ہوتا ہے اس کی مخالفت کی جاتی ہے۔ جو چیز اس کو بری لگے گی اس کو اچھا کہہ کر خوش ہوں گے اور جو اسے اچھی لگے گی، اس کو برا ثابت کرنے کی کوشش کریں گے۔ بعض دفعہ ایسا بھی ہوتا ہے کہ ساس کو بہو کا کوئی بچہ اچھا لگتا ہے، پیارا لگتا ہے تو بہو اس بچے کو اذیت دیتی ہے، مارتی پیٹتی ہے اور اس طرح بالواسطہ (indirectly) ساس کو تکلیف پہنچاتی ہے، اپنے ہی بچے پر زیادتی کرتی ہے تاکہ ساس کو دکھ پہنچے۔ اس طرح یہ بغض بہت ہی تکلیف دہ صورت اختیار کر لیتا ہے، یا اگر کوئی نوکر ساس کو اچھا نہیں لگتا تو بہو اس کے کام کی تعریف کرتی ہے اور اس پر بہت مہربان ہوتی ہے۔ یہ بغض کا مظاہرہ ہے، یعنی صرف دوسرے کو اذیت دینے کے لیے اس کی پسند کی مخالفت کرنا اور کوئی آپ کے سامنے اس شخص کی برائی کرے تو خوشی محسوس کرنا۔ اسی سے پھر غیبت اور بدگمانی جیسے گناہ سرزد ہوتے ہیں، اگر اس شخص پر کوئی مشکل آن پڑے تو خوشی کا احساس ہوتا ہے۔ اس جذبہ کو ”شامت“ کہتے ہیں یعنی دشمن کی مشکلات پر خوش ہونا، یہ چیز ہلاک کرنے والی چیزوں میں سے ایک ہے۔

حدیث میں مضمون آتا ہے:

((لَا تَنْظُرُوا الشَّمَاتَةَ لِأَخِيكَ فَيَزِيحَ اللَّهُ وَبَيْنَتَيْكَ)) (۱)

”جو کسی مسلمان کو مصیبت میں دیکھ کر خوش ہوگا، اللہ اس کو اسی مصیبت میں مبتلا کرے گا۔“

بغض سے بچاؤ:

انسان اپنے دل کو ہر وقت بغض سے پاک کرنے کی کوشش کرتا رہے، بغض کی پرورش نہ کرے اور اگر ظلم و زیادتی کا نشانہ بن رہا ہے تو صبر کے ساتھ برداشت کرے، اور یہ سوچے کہ اس کا بدلہ اللہ دینے والا ہے۔ اب اگر کسی کے ساتھ زیادتی ہوئی تو شیطان دل میں بغض پیدا کرنے کی کوشش کرے گا۔ کسی نے کسی پر ظلم کیا تو مظلوم کے دل میں بغض تو پیدا ہوگا اب اس کو دور کیسے کیا جائے؟ امام غزالی رحمۃ اللہ علیہ نے واقعہ اُفک نقل کیا ہے جس میں حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا پر منافقوں نے جو جھوٹا الزام لگایا تھا سورہ نور میں اس کا تذکرہ آتا ہے جب یہ جھوٹی تہمت حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا پر لگائی گئی تھی تو اس میں حضرت مسطح رضی اللہ عنہ بن اثاثہ رضی اللہ عنہ بھی شامل تھے۔ حضرت مسطح رضی اللہ عنہ حضرت ابو بکر رضی اللہ عنہ کے

(۱) جامع الترمذی، کتاب صفۃ القیامۃ والرفاق، باب منہ



قریبی رشتہ دار اور زیر کفالت تھے تو حضرت ابو بکر رضی اللہ عنہ کے دل میں خیال پیدا ہوا کہ میری بیٹی پر اتنا بڑا الزام لگایا چناں چہ میں اب حضرت مسطح رضی اللہ عنہ کی مدد نہیں کروں گا پہلے وہ ان کی کفالت اور مدد کیا کرتے تھے۔ جب انہوں نے قسم کھائی تو یہ ایک فطری رد عمل (natural reaction) تھا۔ ان کے قسم کھانے پر قرآن میں آیات نازل ہوئیں۔

{ وَلَا يَأْتِلِ أُولُو الْفَضْلِ مِنْكُمْ وَالسَّعَةِ أَنْ يُؤْتُوا أُولِي الْقُرْبَىٰ وَالْمَسْكِينِ  
وَالْمُهَاجِرِينَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ مِمَّا كَسَبُوا وَلَا يَعْطُونَ آلَهُمْ مِمَّا كَسَبُوا وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ }  
{ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ }  
}

”اور چاہیے کہ دینی بزرگی اور دنیاوی وسعت رکھنے والے اس بات پر قسم نہ کھائیں کہ وہ قرابت داروں کی، مسکینوں کی اور مہاجرین سمیل اللہ کی مدد نہ کریں گے، ان کو چاہیے کہ وہ درگزر کریں اور معاف کر دیں کیا تم پسند نہیں کرتے، اس بات کو کہ اللہ تم کو معاف کر دے، اللہ غفور ہے اور رحیم ہے۔“

جب یہ آیات نازل ہوئیں تو حضرت ابو بکر رضی اللہ عنہ نے فرمایا کہ اللہ کی قسم میں چاہتا ہوں کہ اللہ مجھے معاف کرے، اور حضرت مسطح رضی اللہ عنہ کے ساتھ انہوں نے دوبارہ حسن سلوک شروع کر دیا، مالی مدد جاری کر دی۔ یہ واقعہ نقل کر کے امام غزالی رحمۃ اللہ علیہ لکھتے ہیں کہ بغض اور کینہ رکھنے والا تین میں سے ایک حالت میں ضرور ہوتا ہے۔

(۱) اپنے نفس سے جہاد کرے گا اور اس متعلقہ شخص کے ساتھ نیکی اور احسان کرے گا تاکہ اس کا دل خوش اور صاف ہو جائے، یہ حضرت ابو بکر رضی اللہ عنہ نے کیا، کتنے بڑے حوصلے اور صبر والی بات ہے۔ کیوں کہ اس میں زیادتی بھی اُن صحابی کی طرف سے ہوئی، خواہ مخواہ اپنے محسن کی بیٹی پر جھوٹی تہمت لگانے والوں کا ساتھ دیا لیکن اس کے باوجود حضرت ابو بکر رضی اللہ عنہ نے ان کے ساتھ ایسا سلوک کیا کہ ان صحابی کا دل صاف ہو گیا اور وہ اپنی غلطی پر شرمسار ہوئے۔ اس پر امام غزالی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ یہ ”صدیقوں“ کا درجہ ہے۔

(۲) جس کے خلاف بغض ہے، اس کے ساتھ نیکی تو نہیں کرتا مگر بڑائی بھی نہیں کرتا اس کا بڑا بھی نہیں چاہتا، اس کی غیبت بھی نہیں کرتا، اس کی تکلیف اور مشکل پر خوش بھی نہیں ہوتا، بلا وجہ مخالفت نہیں کرتا یہ پرہیزگاروں کا درجہ ہے، یہ بھی اچھا ہے۔

(۳) بغض اور کینے کی وجہ سے انسان خود بھی ظلم پر اتر آئے، مظلوم انسان کے دل میں بغض

پیدا ہو جاتا ہے اور نتیجتاً وہ اس ظالم شخص کو نقصان پہنچانے کی فکر میں لگ جاتا ہے، اپنا غصہ ٹھنڈا کرنے اور بغض نکالنے کی خاطر منصوبے بناتا رہتا ہے۔ اس شخص نے تو صرف ایک بار ظلم کیا جب کہ اس نے بدلے لینے کے لیے کئی بار نقصان پہنچایا، کوئی موقع ہاتھ سے نہیں جانے دیا۔ لہذا اب یہ شخص خود ظالم ہو جاتا ہے، ہر وقت اس کی برائی میں لگا رہتا ہے، اس کے عیبوں کی ٹوہ میں لگا رہتا ہے اور اس کی تکلیفیں سن سن کر خوش ہوتا رہتا ہے۔ کبھی ہم نے سوچا کہ بہوں ساسوں کی برائی سن کر اتنی خوش کیوں ہوتی ہیں۔ یہ گھر گھر کا مسئلہ ہے اس لیے سسرالی رشتوں کا خاص ذکر کیا ہے، کہ اس میں عورتیں بغض پالتی ہیں اور غیبت کر بیٹھتی ہیں۔ کینے کی وجہ سے دوسرے کی برائی کرنے لگیں اور ان کا بڑا چاہنے لگیں، یہ درجہ فاسقوں اور ظالموں کا ہے۔ اس طرح دو ہر نقصان ہوا ایک تو اپنے ساتھ زیادتی ہوئی اور اس کا اللہ کے ہاں کوئی صبر کا پھل بھی نہ ملا۔ اس صبر نہ کرنے کے بدلے جنت بھی کھوئی، دنیا میں بھی جلتے جھنٹے کیباب ہوتے رہے اور آخرت میں جہنم میں جا پڑے۔ بغض کتنا تباہ کن اور نقصان دہ ہو گیا۔

لہذا کوئی زیادتی کرے تو اُسے معاف کر دو، دل صاف کر لو، دل میں بغض مت رکھو۔ حدیث میں آتا ہے عفو در گذر کرنے والوں کی حق تعالیٰ قیامت کے دن عزت افزائی فرمائے گا، قیامت کے دن اللہ ان کو بڑے درجے دے گا۔ حضرت عتبہ بن عامر رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ایک مرتبہ میرا ہاتھ پکڑ کر فرمایا کہ ”میں تجھ کو آگاہ کروں کہ اہل دنیا اور آخرت کے فاضل ترین اخلاق کون سے ہیں؟“ پھر فرمایا کہ ”جو شخص تجھ سے قطع تعلق کرے تو اس سے ملتا رہ، اور جو تجھے محروم اور ناکام کرنے کی کوشش کرے اس کے ساتھ عطا اور عنایت سے کام لے، اور جو تجھ پر ظلم کرے اس کے ساتھ عفو و در گذر سے کام لے۔“

اس سے کیا ہوگا دل کے اندر بغض پیدا نہیں ہوگا۔ اگر دل میں کسی کے خلاف بغض آ گیا ہے تو اللہ سے دعا کریں کہ میرا دل صاف کر دے۔ تصور کریں آپ کا دل ایک آئینہ ہے جس کو آپ دھبوں سے پاک صاف کر رہے ہیں اور چمکا رہے ہیں۔ جب دل سے بغض نکل جاتا ہے تو دل صاف اور ذہن ہلکا ہو جاتا ہے۔

### بغض کا نقصان:

بغض پالنے کا نقصان یہ ہوتا ہے کہ انسان ہر وقت اُداس (upset) رہتا ہے، جلتا جھنٹتا رہتا ہے، ذہن اور جسم پر بھی منفی (negative) اثرات پڑتے ہیں، اور کئی لوگوں سے تعلقات خراب

ہو جاتے ہیں، کیوں کہ جس شخص سے بغض ہوتا ہے وہ اکیلا ہی اس کی زد میں نہیں آتا بلکہ جن لوگوں سے اس شخص کی دوستی ہے یا اچھے تعلقات ہیں ان سب سے بھی دشمنی اور نفرت ہو جاتی ہے۔ اسی چیز کو دوسرے زاویے سے سمجھیں، اگر کسی کو اپنی ساس بڑی لگتی ہے تو اس وجہ سے مندریں بھی بڑی لگنے لگتی ہیں، کیوں کہ ساس اُن کی ماں ہے اور ماں کو اپنی بیٹیوں سے فطری طور پر محبت ہوتی ہے۔ چنانچہ پھر بہو ساس کے ساتھ ساتھ زندگی تکالیف یا پریشانیوں پر بھی خوش ہوتی ہے۔ اگر نندا اپنے خاوند یا سسرال والوں کے ساتھ خوش نہیں یا جھگڑا ہو جائے تو انہیں خوشی ہوگی۔ دیکھیے یہ بغض کتنا خوف ناک جال ہے، جس میں ایک نفرت سے شروع ہو کر آپ کتنی نفرتوں کا شکار ہو جاتے ہیں، یہ خاندانی سیاست (family politics) دراصل عورتوں کی تمام تر صلاحیتوں کو ختم کر کے رکھ دیتی ہے، وہ اس سے نکل ہی نہیں پاتیں، سازشوں پر سازشیں اور ارد گرد جالوں پر جال بنتے چلے جاتے ہیں، اور ان جالوں میں بالآخر کون پھنستا ہے، خود اُس کی اپنی ذات۔ لہذا بغض کو معمولی چیز نہ سمجھیں۔ اس سے بچاؤ کے طریقوں پر عمل کریں، اپنا تزکیہ کریں، اپنی روحانی صحت کے لیے ذہنی سکون اور خوش حالی کے لیے بغض سے دور رہیں۔ کیوں کہ یہ انسان کو اندر سے کھوکھلا کر دیتا ہے، تعمیری صلاحیتوں کو چاٹ جاتا ہے، جس طرح مکڑی کے جالے میں پھنسی ہوئی مکھی یا کیڑے کا حشر ہو جاتا ہے بالکل ویسا ہی حشر بغض انسان کا کر دیتا ہے، ذہن ہر وقت منصوبے اور سازشیں کرتا رہتا ہے، اُس کی ٹوہ میں لگا رہتا ہے کہ کس طرح اس شخص کو تکلیف اور اذیت دی جائے۔ اس طرزِ عمل کا دنیا میں بھی نقصان ہے اور آخرت میں سخت عذاب کا خدشہ ہے۔ نبی اکرم ﷺ نے فرمایا:

((وَلَا تَبَاغَضُوا))<sup>(۱)</sup>

”ایک دوسرے سے بغض مت رکھو۔“

ترمذی اور مسند احمد میں حدیث ہے

((ذَبْ إِلَيْكُمْ ذَاءَ الْأُمَّمِ قَبْلَكُمْ الْحَسَدُ وَالْبَغْضَاءُ هِيَ الْحَالِقَةُ لَا أَقُولُ تَخْلِقُ

الشَّعْرَ وَ لَكِنْ تَخْلِقُ الدِّينَ))<sup>(۲)</sup>

”اگلی امتوں کی مہلک بیماری یعنی حسد اور بغض تمہاری طرف چلی آ رہی ہے اور یہ بالکل صفایا

کر دینے والی اور موٹھ دینے والی ہے، میرے کہنے کا مطلب یہ نہیں کہ بالوں کو موٹھ دینے والی

(۱) صحیح البخاری، کتاب الادب، باب ایھا الدین امنو

(۲) جامع الترمذی، کتاب صفة القيامة، باب منه

ہے بلکہ یہ دین کا صفایا کرنے والی ہے۔“

ایک اور حدیث میں آتا ہے:

((نَغْرَضُ الْأَعْمَالَ فِي كُلِّ يَوْمٍ حَمِيمٍ وَ اثْنَيْنِ فَيَغْفِرُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ فِي ذَلِكَ  
الْيَوْمِ لِكُلِّ امْرِئٍ لَا يُشْرِكُ بِاللَّهِ شَيْئًا إِلَّا أَمْرًا كَانَتْ بَيْنَهُ وَبَيْنَ أَخِيهِ شَحْنَاءُ  
فَيَقَالُ اذْ كُوا هَذَيْنِ حَتَّى يَضْطَلَّ حَاذِ كُوا هَذَيْنِ حَتَّى يَضْطَلَّحَا))<sup>(۱)</sup>

”ہر ہفتہ میں بیس اور جمعرات کو لوگوں کے اعمال (اللہ کے حضور) پیش ہوتے ہیں تو ہر بندہ  
مومن کی معافی کا فیصلہ کیا جاتا ہے، سوائے ان دو آدمیوں کے جو ایک دوسرے سے بغض  
رکھتے ہیں، ان کے بارے میں حکم دے دیا جاتا ہے کہ ان کو چھوڑے رکھو یہاں تک کہ یہ  
آپس کے کینہ اور دشمنی سے باز آجائیں۔“

آپ ﷺ نے یہ بھی فرمایا ”مومن کینہ پرور نہیں ہوتا۔“ یعنی وہ دل کے اندر بغض پال پال کر  
نہیں رکھتا۔ اس چیز سے بچنے کی ضرورت ہے، دل بڑا کریں درگزر کریں معاف کرتے رہیں کیوں  
کہ اللہ بھی ہمیں معاف کرتا رہتا ہے، پردہ پوشی کرتا ہے۔

### بغض کی دوسری وجہ:

بغض کی ایک اہم وجہ یہ ہے کہ کسی کے گھر والے یا گھرے رشتہ دار انصافی کریں، بدسلوکی کریں  
یا اُس کے مقابلے میں کسی اور کو ترجیح دیں۔ مثلاً ایک گھر میں دو بیٹیاں ہیں لیکن ماں کا جھکاؤ ایک بیٹی  
کی طرف زیادہ ہے، اس کے ہر کام کی تعریف کرتی ہے اور دوسری بیٹی کے کسی کام پر توجہ نہیں دیتی۔  
لہذا اس بیٹی کو اپنی ہی بہن سے بغض ہو جاتا ہے لیکن اس معاملے میں اُس بہن کا تو کوئی قصور نہیں  
جسے ماں کی محبت حاصل ہے بلکہ ہو سکتا ہے وہ زیادہ فرماں بردار ہو، ماں کا ہاتھ بٹاتی ہو، ماں کا بہت  
خیال کرتی ہو، اسی وجہ سے ماں کا جھکاؤ اس کی طرف زیادہ ہو۔ لیکن اس طرح ایک بہن کو دوسری  
سے بغض ہو جائے گا۔ اس لیے اسلام پسند نہیں کرتا کہ بچوں کا آپس میں موازنہ کیا جائے۔ یہ نہیں کہنا  
چاہیے اُس بچے سے کچھ سیکھو، کتنا تابع فرمان اور تمیز دار ہے، اپنے بھائی کو دیکھو کتنا اچھا پڑھتا ہے تم  
تو نکتے ہو، وغیرہ وغیرہ۔ اس طرح کی مقابلے بازیاں اور بچوں کی ایک دوسرے کے سامنے تعریفیں  
کرنا بہن بھائیوں کے دلوں میں بغض پیدا کر دیتا ہے۔ لہذا تعریف کے معاملے میں بہت محتاط رہنا  
چاہیے۔ اسی طرح ایک ساس کی دو بہویں ہیں ساس ایک کی بہت تعریف کرتی ہے اور دوسری کو

(۱) صحیح مسلم، کتاب البر والصلو والاداب، باب غصی عن النحاء، التہاجر

بالکل نظر انداز کرتی ہے تو دوسری کو پہلی بہو سے بغض ہو جائے گا۔ دیورانیوں اور جھٹھانیوں کے اندر یہ بغض کثرت سے پایا جاتا ہے، ایک دوسرے کو بلا وجہ اذیت پہنچاتی ہیں، ہر وہ کام کریں گی جس سے دوسری کو اذیت پہنچے اور وہ ساس کی نظروں سے کسی طرح گر جائے یا میاں بیوی میں جھگڑا ہو جائے۔ اگر ایک کا بچہ بیمار ہو جائے، کوئی اور تکلیف آجائے یا امتحان میں فیل ہو جائے تو دوسری بہو اندر ہی اندر خوش ہوگی۔ چلتے پھرتے ایک دوسرے پر طنز کریں گی، کڑوی کیسی کہیں گی، چھتے جملے استعمال کریں گی۔ ایک واقعہ سننے میں آیا تھا کہ ایک دیورانی جھٹھانی فلیٹ (flat) میں رہا کرتی تھیں، آپس میں بالکل نہیں بنتی تھی، کم ظرفی کی وجہ سے دلوں میں بغض تھا۔ دیورانی نے اپنی دوستوں کی دعوت کی اور تیاری میں مصروف ہو گئی، انڈے بھی ایلنے رکھے، جھٹھانی بھی پکین میں کام کر رہی تھی۔ دیورانی کسی اور کام میں مصروف ہو گئی اور انڈے بھول گئی جو کہ اہل اہل کر جل گئے۔ جھٹھانی دیکھتی رہی مگر چولھے سے نہ اتارا۔ جب دیورانی نے پوچھا کہ آپ نے دیکھا نہیں؟ تو اس نے جواب دیا مجھے لگا تم کو جلے ہوئے انڈے ہی چاہیے تھے۔

یہ ہمارے معاشرے میں گھر گھر کی کہانی ہے۔ اس طرح ہم ایک دوسرے کو جلاتے کڑھاتے رہتے ہیں، اذیت اور نقصان پہنچاتے رہتے ہیں۔ دیورانی کو تکلیف ہوئی تو جھٹھانی بہت خوش ہوئی۔ لیکن اگر جھٹھانی یہ سوچے کہ اس عمل سے آخرت پر کیا نتائج مرتب ہوں گے، اس کو کتنا ثواب ملا؟ گناہ ہی گناہ کیا، نقصان الگ ہوا، کسی کا دل دکھایا، اور اس کے دل میں جھٹھانی سے مزید غصہ اور نفرت پیدا ہوئی ہوگی، اور یہ سب کر کے دوسری عورت کو کتنا سکون ملا ہوگا۔ یہ کوئی عقلمندی کا سودا تو نہیں کیا، اس عمل کے ذریعے خود کو جہنم کا ایندھن بنایا۔ ذرا سا چولھا ہی بند کر دینا تھا، لیکن بغض کی وجہ سے نہیں کیا۔

### اس بغض کا علاج:

جب کبھی دل میں کسی کی تعریف سن کر بغض پیدا ہو جائے تو انسان ٹھنڈے دل سے یہ سوچے کہ آخر اس بندے یا بندی کی تعریف کیوں کی جا رہی ہے، کیا یہ بندی واقعی تعریف کی مستحق ہے؟ اُس میں ایسی کیا خوبی ہے؟ اگر کوئی قابل تعریف خوبی ہے تو میں بھی اپنالوں اور ایسی ہو جاؤں، یہ مثبت رویہ ہے۔ دوسری طرف آپ یہ سوچیں: یہ کہاں کا انصاف ہے کہ کسی کی تعریف لوگ کر رہے ہیں اور دشمنی اس سے ہو گئی جس کی تعریف ہو رہی ہے، اس میں اُس بے چارے یا بے چاری کا کیا تصور؟ حضرت یوسف علیہ السلام کے بھائیوں کو پہلے حضرت یوسف علیہ السلام سے حسد پیدا ہوا تھا کیوں کہ وہ اپنے والد

کو بہت پیارے تھے لیکن اس میں حضرت یوسف علیہ السلام کا کیا قصور تھا؟ اور یہ حسد پھر بغض کی شکل اختیار کر گیا، اور آپ کے علم میں ہے کہ اس کے بعد انہوں نے کیا کیا ترکیبیں کیں، تو بغض سب سے زیادہ نقصان خود بغض رکھنے والے کو پہنچاتا ہے۔ دوسری طرف خاندان کا ماحول خراب کر کے رکھ دیتا ہے، آس پاس کے لوگوں کو پٹیاں پڑھاتا ہے، گروہ بندی کروا دیتا ہے۔ بغض دفعہ خواتین خانہ نوکروں کے ساتھ مل کر گھر کے دوسرے افراد کے خلاف ملی بھگت کرتی ہیں، اور جس سے بغض اور حسد ہے اس کو نقصان پہنچانے کی کوشش کرتی ہیں۔

### بغض کی ایک اور وجہ:

بغض ہمیشہ اُن لوگوں سے ہوتا ہے جو دن رات ساتھ رہتے ہیں۔ روزمرہ کی زندگی میں جو رشتے ہم نبھاتے ہیں ان رشتوں میں ٹکراؤ (friction) ہوتا ہے، لہذا دلوں میں ایک دوسرے کے خلاف میل (hatred) آجاتا ہے دلوں میں کینہ اور غل پیدا ہو جاتا ہے۔ اب ہم دیکھتے ہیں کہ مردوں میں عام طور پر کس بنا پر بغض پیدا ہوتا ہے۔ دو مردوں کی مثال دیکھیں جو ایک آفس میں ایک ہی عہدے پر کام کرتے ہیں، اب اُن دونوں کی ترقی (promotion) ہونی ہے لیکن (boss) نے ترقی (promotion) کے لیے ایک کو دوسرے پر ترجیح دے دی۔ اس وجہ سے جس کی ترقی ہوگئی اس کے خلاف دوسرے کے دل میں نفرت و بغض پیدا ہو جائے گا، حالانکہ جس کی ترقی (promotion) ہوئی اس کا اس معاملے میں کوئی عمل دخل نہیں تھا، یہ تو (boss) کا فیصلہ تھا۔ لیکن اب دوسرا شخص چاہے گا کہ یہ کسی طرح (boss) کی نظروں سے گرجائے، اس پر کوئی مصیبت آجائے، کوئی معاملہ (case) اس کے خلاف (against) بن جائے۔ اور اگر وہ واقعی کسی معاملے میں پھنس جائے تو خوشی ملتی ہے کہ چلو اچھا ہوا، حالانکہ اس نے آپ کا کچھ بھی نہیں بگاڑا اس کے نقصان سے آپ کا فائدہ ہوا۔ بس اس کی کامیابی دیکھ کر بغض ہو گیا۔ اہل کتاب کے حوالے سے اسی بغض کا تذکرہ سورہ آل عمران میں آیا ہے:

{قَدْ بَدَتِ الْبَغْضَاءُ مِنْ أَفْوَاهِهِمْ وَمَا تُخْفِي صُدُورُهُمْ أَكْبَرُ} (۱۱۸)

”وہ مسلمانوں سے بغض رکھتے ہیں۔ بغض ان کے منہ سے پھوٹ رہا ہے اور جو ان کے سینوں

میں مخفی ہے وہ کہیں زیادہ ہے۔“

غور کریں! اہل کتاب کو مسلمانوں سے کس بات پر بغض ہوا تھا؟ بات یہ تھی کہ نبی ﷺ بنی

اسماعیل میں کیوں آگئے، بنی اسحاق میں سے کیوں نہیں آئے۔ یہ شرف کسی اور کو کیسے حاصل ہوا، یہ

بغض ہو گیا چنانچہ مسلمانوں کی پریشانیوں، مصائب، اذیتوں اور شکست ان کو اچھی لگتی تھی، مسلمانوں کی کامیابی ان کو گھلتی تھی۔ اللہ تعالیٰ سے دعا کرنی چاہیے اللہ تعالیٰ ہمارے دلوں کو بغض سے پاک کر دے، اور جس کا دل کینہ سے نخل سے، بغض اور حسد سے پاک ہو جائے، وہ جنت کا شہری بننے کا مستحق ہے۔ ایک دفعہ نبی اکرم ﷺ نے کسی صحابی کے بارے میں متواتر تین دن جنت کی بشارت دی کہ یہ جنتی ہیں، ان صحابی رضی اللہ عنہم کے بارے میں جب یہ خوش خبری دی گئی تو ایک اور صحابی رضی اللہ عنہ نے چاہا کہ میں جا کر ان کا معمول دیکھوں کہ یہ کیا عمل کرتے ہیں جس کی وجہ سے جنت کے مستحق ہو گئے۔ کسی نہ کسی بہانے سے تین دن وہ ان کے گھر جا کر رہنے لگ گئے، کوئی غیر معمولی چیز نہ دیکھی، کوئی غیر معمولی عبادت نہ دیکھی کہ بہت زیادہ عبادت گزار ہوں، دن بھر روزہ ہو اور رات بھر جاگ کر عبادت میں گزارتے ہوں، یا صدقات اور خیرات کرتے ہوں۔ آخر انہوں نے پوچھ لیا کہ رسول اکرم ﷺ نے آپ کے بارے میں جنتی ہونے کی خوش خبری سنائی ہے، آپ کا ایسا کیا عمل ہے؟ انہوں نے جواب دیا کوئی اور چیز تو مجھے اپنے اندر نظر نہیں آتی، صرف یہ ہے کہ دن بھر کام میں گزارنے کے بعد رات کو سوتے وقت میرے دل میں کسی کے خلاف کوئی بغض نہیں ہوتا۔ کتنا پیارا اور ہلکا ہو گا وہ دل جس میں کسی کے خلاف بغض نہ ہو۔

### بغض کا علاج:

اب اگر کسی کے خلاف دل میں بغض آ گیا تو انسان کیا کرے؟ اس کا علاج یہ ہے کہ انسان سوچے کہ میں جس شخص سے اتنا بغض رکھتا ہوں، کیا پتا کل کو مجھے اسی سے کوئی کام پیش آ جائے، یا اس کے ساتھ کوئی تعلقات استوار کرنے یا رشتہ قائم کرنا پڑ جائے تو پھر کیا ہوگا؟ چلیں دنیا میں نہ سہی لیکن کیا قیامت میں آپ پسند کریں گے کہ وہ آپ کی نیکیاں لے جائے۔ پھر خصوصاً اس کے لیے دعا کریں کہ اللہ اس کو دنیا اور آخرت کی بھلائیاں عطا کر دے۔ جس کے لیے بغض پالا ہے اس کے لیے خاص طور پر دعا کریں، دوسروں کے سامنے اس شخص کی خوبیوں کا ذکر کریں، یہ خود کار تجویز (auto-suggestion) بھی ہوتی ہے انسان کا اپنا دل دھلتا ہے، جب وہ اپنی زبان سے اس شخص کی تعریف کرتا ہے اور اس کے اپنے کان اس کی تعریف سن رہے ہوتے ہیں، تو جس طرح انگریزی میں کہا جاتا ہے (I have risen above my self) یعنی اپنی نفرت اور اپنے بغض پر قابو پا کر میں اس کی تعریف کر رہا ہوں، اس طرح آپ کو خود سکون ملے گا، ایسا لگے گا کہ اندر سے صفائی ہو رہی ہے، تزکیہ ہو رہا ہے۔ بغض کی وجہ سے جو گندگی اور نجاست دل میں جمع ہے اسے

کھریج کر باہر کر دیں، اور آپ آزما کر دیکھیں کہ جب آپ اپنے بغض پر قابو پائیں گے تو جس کے خلاف بغض ہوگا وہ بھی آپ کو معاف کر دے گا، اور آپ کے قریب آجائے گا، جب وہ آپ کے رویے میں تبدیلی (change) محسوس کرے گا تو اُسے خوش گوار حیرت کا احساس ہوگا۔ سسرالی رشتہ داروں میں، اپنے قریبی خاندان والوں کے تعلقات میں اچھی مثبت تبدیلی آئے گی جب کسی کو پتا چلے گا کہ یہ شخص میری تعریف کرتا ہے، میری بھلائی چاہتا ہے، میری غیر حاضری میں میرا دفاع (defend) کرتا ہے تو اس سے تعلقات بہت بہتر ہوں گے۔ اس شخص کی موجودگی میں بھی اور اس کے پیٹھ پیچھے بھی اس کی کسی خوبی کی، کسی نیک عادت کی یا اچھائی کی تعریف جائز طریقے پر کیجیے، ان شاء اللہ تعالیٰ فائدہ ہوگا۔

اس کے ساتھ اللہ تعالیٰ سے دعا کیجیے ”اے ہمارے رب! تو ہمارے دلوں میں ایمان والوں کے لیے کوئی غل نہ بنا، اس لیے کہ تو تو بہت معاف فرمانے والا، رحم فرمانے والا ہے۔“ کیا ہم چاہیں گے کہ اللہ ہمارے گناہوں کی بدولت ہم سے بغض رکھے اور ہمارے خلاف ہو جائے، تو ہم تو ہلاک ہو جائیں گے۔ اگر ہم ایسا نہیں چاہتے کہ اللہ ہمارے خلاف بغض رکھے تو پھر ہم کیوں لوگوں کے خلاف بغض رکھیں، بغض کوئی فائدہ نہیں دیتا، کوئی معاملہ نہیں سنوارتا، اس سے کوئی بہتری نہیں ہوتی، صرف تباہی، ہلاکت، دین و دنیا اور صلاحیتوں کا ضیاع ہے۔ منفی اور غیر تعمیری جذبہ ہے، اور اس کا علاج عنف و درگزر ہے۔ اگر آپ کے دل میں کسی زیادتی کی وجہ سے بغض پیدا ہوا ہے تو درگزر کیجیے، اور اگر کسی کی میاں بی، کسی خوبی یا تعریف کی وجہ سے بغض پیدا ہوا ہے تو اللہ سے دعا کیجیے کہ میرے اندر بھی یہ خوبی پیدا کر دے، مجھے بھی اس طرح سے کامیابی عطا فرمادے۔ اس کی خوبی سے نفرت کی بجائے اس خوبی کو سراہیں اور اپنے اندر یہ خصوصیت پیدا کرنے کی کوشش کریں، اپنے کردار کو پسندیدہ اور قابل تعریف بنائیے، اور اگر ماں کا معاملہ ہے کہ آپ کی ماں کو آپ کی بہن نسبتاً زیادہ پسند ہے، تو اس بہن کے نقش قدم پر چلیں، وہ خوبیاں اپنے اندر پیدا کریں، اور دوسروں کی خوبیوں کا اعتراف کھلے دل سے کریں، اور مناسب الفاظ میں تعریف کریں۔ یاد رکھیں کامیابی تو اللہ نے مقدر کر دی ہے، جتنا جس کے مقدر میں ہے مقدر ہو چکا وہ اسے مل کر رہے گا، دعا ہے اللہ ہمارے دلوں سے بغض دور کر دے، ہمارے اخلاق سنوار دے، ہمارے خاندانی معاملات سنوار دے۔

(آمین - یا رب العالمین)



## جھوٹ

جھوٹ، منافق کے علامت:

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم سے روایت کرتے ہیں۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:  
 ((آيَةُ الْمُنَافِقِ ثَلَاثٌ إِذَا حَدَّثَ كَذَبَ وَإِذَا وَعَدَ أَخْلَفَ وَإِذَا أُؤْتِمِنَ  
 حَانَ))<sup>(۱)</sup>

”منافق کی تین علامات ہیں۔ (پہلی) جب بات کرتا ہے، جھوٹ بولتا ہے، (دوسری) جب وعدہ کرتا ہے تو اس کے خلاف کرتا ہے، (تیسری) جب امانت رکھوائی جائے تو خیانت کرتا ہے۔“

منافق کی پہلی علامت حدیث مبارکہ کے مطابق یہ ہے کہ جب وہ بات کرتا ہے تو جھوٹ بولتا ہے۔ پھر آگے وعدہ خلافی اور خیانت یہ سب بھی جھوٹ ہی کی شکلیں ہیں۔  
 ایک اور روایت میں الفاظ آتے ہیں:

((وَإِنْ صَامَ وَصَلَّى وَرَزَعَمَ أَنَّهُ مُسْلِمٌ))<sup>(۲)</sup>

”چاہے وہ نماز پڑھے، روزہ رکھے اور اپنے بارے میں گمان کرے کہ وہ مسلمان ہے۔“  
 لیکن اگر وہ جھوٹ بولتا ہے، وعدہ خلافی کرتا ہے، خیانت کرتا ہے، تو منافق ہے۔

یہ حقیقت ہے کہ اگر ہم مسلمانوں سے جھوٹ اور غصہ نکل جائے تو ہم منافقت سے بچ جائیں جو تمام گناہوں کی جڑ ہے اور بڑی حد تک اصلاح ہو جائے۔ محدود سے محدود اندازہ بھی لگایا جائے تو ہم کم از کم پچاس فی صد گناہوں سے بچ جائیں گے۔ اللہ تعالیٰ نے منافقوں کے بارے میں فرمایا ہے:

{فَإِنَّ قُلُوبَهُمْ مَّرْضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ بِمَا كَانُوا يَكْذِبُونَ}  
 (البقرہ: ۱۰۰)

”ان کے دلوں میں ایک مرض ہے تو اللہ نے ان کے مرض کو اور بڑھا دیا (نفاق کا مرض) اور

(۱) صحیح البخاری، کتاب الأدب، باب قول اللہ تعالیٰ {يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ۔۔۔

(۲) شعب الایمان للبيهقي، کتاب الجهاد، فصل فی المزاح

ان کے لیے دردناک عذاب ہے اس لیے کہ وہ جھوٹ بولتے ہیں۔“  
سورۃ المنفقون میں اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے:

{وَاللّٰهُ يَشْهَدُ اِنَّ الْمُنٰفِقِيْنَ لَكَٰذِبُوْنَ} (المنفقون: ۱)  
”اور اللہ گواہی دیتا ہے کہ بے شک منافق البتہ جھوٹے ہیں۔“  
سورۃ الزمر میں فرمایا:

{اِنَّ اللّٰهَ لَا يَهْدِي مَنْ هُوَ كَاذِبٌ كَفّٰرٌ} (الزمر: ۳)  
”بے شک اللہ نہیں ہدایت دیتا ایسے کسی شخص کو جو جھوٹا ہو اور جو کفر کرنے والا ہو۔“  
سورۃ التوبہ میں ارشاد باری تعالیٰ ہے:

{يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوا اتَّقُوا اللّٰهَ وَكُونُوْا مَعَ الصّٰدِقِيْنَ} (التوبہ: ۱۱۹)  
”اے لوگو! جو ایمان لائے ہو، تم اللہ کا تقویٰ اختیار کرو اور سچوں کے ساتھ ہو جاؤ۔“

### جھوٹ کی وجوہ:

جھوٹ بولنے کی کئی وجوہ ہو سکتی ہیں۔ اس کا انحصار اس بات پر ہے کہ کس وقت انسان کس حیثیت میں ہے، اپنی حیثیت کے مطابق وہ الگ الگ وجوہات کی بنا پر جھوٹ بولتا ہے۔ کہیں ماتحت کی حیثیت میں، کہیں کسی کے مہمان کی حیثیت میں، کہیں کسی کا میزبان ہوتا ہے، کہیں لوگ کاروبار کرتے ہیں، کہیں کچھ خرید رہے ہوتے ہیں اور کہیں کچھ بیچ رہے ہوتے ہیں۔ منافق کا مسئلہ یہ ہوتا ہے کہ جب جہاں اور جس حیثیت میں ہوتا ہے، جھوٹ بولتا ہے۔

### خوف کی وجہ سے جھوٹ:

جھوٹ بولنے کی ایک وجہ ”ڈر“ یا ”خوف“ ہوتا ہے۔ سچ بولنے سے سزا ملے گی، یا نقصان اٹھانا پڑے گا یا زیادہ نفع نہ ہوگا۔ کوئی کام ذمے تھا لیکن نہیں کیا، یا کوئی کام غلط ہو گیا، بگڑ گیا۔ اب ڈر ہے کہ سچ بولیں گے تو سزا ملے گی یا کوئی نتیجہ بھگتنا پڑے گا لہذا جھوٹ کا سہارا لیا جاتا ہے۔ عموماً ماتحت (juniors) اس وجہ سے جھوٹ بولتے ہیں۔ بچے اور نوکر عموماً خوف کی وجہ سے جھوٹ بولتے ہیں۔ ایک دفعہ جھوٹ بولنے سے جان بچ جائے تو پھر لگ جاتی ہے۔ ہر دفعہ جھوٹ بول کر اپنے آپ کو محفوظ کر لیتے ہیں، سزا سے، ڈانٹ ڈپٹ سے بچ جاتے ہیں اور رفتہ رفتہ عادت پڑ جاتی ہے اس کے بعد جھوٹ بولنے والوں کو کچھ بھی احساس نہیں رہتا کہ جھوٹ بولنا کوئی عیب ہے یا بری بات

ہے۔ ایک ضرورت اور مجبوری سمجھ کر جھوٹ بولتے رہتے ہیں۔ بچوں کو کسی نے بتایا نہیں ہوتا کہ جھوٹ بولنا کتنی بُری بات ہے، اس کے کیا نقصانات ہیں، یا بتایا تو جاتا ہے لیکن ان کے سامنے بڑے طرح طرح کے جھوٹ بولتے رہتے ہیں چنانچہ بچے بھی بولتے ہیں، اور بڑے ہونے پر یہ عادت پختہ ہو جاتی ہے۔

جہاں کسی کی ناراضی کا ڈر ہوتا ہے، جہاں کوئی کام غلط ہو گیا، آرام سے جھوٹ بول دیا اور جب بڑے ہو جاتے ہیں تو مصلحت کا نام دے دیا۔ مثال کے طور پر بچے سے گلاس ٹوٹ گیا۔ اس کو ڈر ہے ماں کو پتا چل گیا تو سزا دے گی۔ وہ جھوٹ بول دے گا کہ میں نے تو نہیں توڑا، اس طرح بچے یہ سیکھتے ہیں کہ جھوٹ بولنے سے سزا سے بچ جاتے ہیں۔ جب بڑے ہوتے ہیں تو یہ عادت پختہ ہوتی چلی جاتی ہے۔ نوکروں کا معاملہ یہ ہوتا ہے کہ اُن سے کوئی چیز جل جائے تو چھپا لیتے ہیں۔

### ناگوار صورت حال میں جھوٹ:

جہاں کہیں کسی ناگوار صورت حال سے سابقہ پیش آتا ہے، کوئی ایسی صورت پیدا ہوتی ہے جو ان کو اچھی نہیں لگتی تو جھوٹ بول کر جان چھڑا لیتے ہیں۔ مثلاً کسی کا فون آیا، بات کرنے کا دل نہیں ہے تو کہلوادیا کہ گھر پر نہیں ہیں۔ اور کوئی احساس ندامت بھی نہیں کہ جھوٹ بولا گیا، جو ایک غلط کام ہے۔ جب احساس نہیں ہوتا تو غلطی کی اصلاح بھی نہیں ہوتی۔ جھوٹ پر جھوٹ بولتے چلے جاتے ہیں، عادی جھوٹ بولنے والے (compulsive liars) بن جاتے ہیں جیسے عادی چور ہوتے ہیں، عادی پان کھانے والے، عادی نشہ کرنے والے، بغیر جھوٹ کے گزارہ نہیں، ایسی لت پڑ جاتی ہے۔ جھوٹ ایسے ان کی زبان پر رہتا ہے کہ اس کی خرابی کا، گناہ کا، تلخی کا، اس کی کڑواہٹ کا کوئی احساس باقی نہیں رہتا۔

### دل رکھنے کو جھوٹ:

بعض دفعہ دل رکھنے کو جھوٹ بول دیتے ہیں کہ کسی کا دل نہ دکھے یا نہ ٹوٹے، اگر کہہ دیا جائے کہ جو ابھی فون آیا تھا ان کو کہہ دیتے کہ ابھی بات نہیں کر سکتا تو کہتے ہیں کہ نہیں نہیں ان کا دل ٹوٹ جائے گا۔ مصلحتاً تو جھوٹ بولنا جائز ہے۔ ہم نہیں چاہتے کسی کا دل دکھے، دل دکھانا بڑا گناہ ہے۔

### ڈر والے جھوٹ کا علاج:

ڈر اور خوف کی وجہ سے جھوٹ بولنے کا علاج یہ ہے کہ گھر میں بچوں کو، نوکروں، ملازمین کو یا

اگر ماتحت ہیں، ان کو جھوٹ بولنے کی برائی کا احساس دلایا جائے۔ حدیثیں سنائیں، قرآن کی آیات سنائیں اور بتائیں کہ جھوٹ بولنے والے کی کتنی بے عزتی اور بُرا انجام بتایا گیا ہے۔ اللہ اور رسول ﷺ کی طرف سے کتنی مذمت کی گئی ہے۔ اس کے ساتھ جھوٹ بولنے کے محزرات بھی تلاش کریں کہ کہیں ان کے ساتھ بہت سختی کا مظاہرہ تو نہیں کیا جا رہا۔ تو اس کا علاج یوں کیا جاسکتا ہے کہ بچوں اور نوروں پر بہت زیادہ سختی اور غصہ نہ کیا جائے بلکہ کچھ عرصے کے لیے ان پر بالکل غصہ کرنا چھوڑ دیں۔ اکثر بچے جھوٹ بولتے ہیں وجہ جو بھی ہو مگر بچوں کی یہ عادت تو چھڑوانی ہے، اگر بچے ماں کے پیٹ سے سیکھے سکھائے، تربیت یافتہ، سچے مومن پیدا ہوں تو اللہ تعالیٰ کو نہ ماں باپ کا سایہ عطا کرنے کی ضرورت تھی اور نہ قرآن نازل کرنے کی ضرورت تھی۔

{وَيَسْتَلُوا عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُرِيهِمْ} (ال عمران: ۱۶۳)

”رسول ﷺ قرآن کی آیات پڑھ کر سنا تے ہیں اور ان کا تزکیہ فرماتے ہیں۔“

جہاں خرابی کا خدشہ ہوگا، وہیں تزکیے کی ضرورت پڑے گی۔ اللہ تعالیٰ نے بچوں کی تربیت کی ذمہ داری ماں باپ پر عائد کی ہے۔ صرف پیدا کرنا کافی نہیں، تربیت کرنا اصل مرحلہ ہے، بچے کو انسان بنانا مشکل ہے، اُس کے اخلاق سنوارنا نازک کام ہے۔ جب ہم بچوں کو ڈانٹتے ہیں تو وہ اور ڈرتے ہیں، اور زیادہ جھوٹ بولتے ہیں، سہم جاتے ہیں۔ اسی لیے بالکل ڈانٹنا چھوڑ دیں۔ بچوں کے خراب نمبر آتے ہیں تو وہ ٹیسٹ کا پی چھپا لیتے ہیں، بچے ڈائری چھپا دیتے ہیں یا خود ہی دستخط کر کے لے جاتے ہیں۔ سو کچھ دن اپنے غصے پر قابو پالیں۔ بچوں کو یہ باور کرائیں کہ اگر اُن سے غلطی ہو بھی گئی تو کوئی مسئلہ نہیں، اُس کا رزلٹ دیکھ کر بھی سختی نہ کریں، اگر وہ صفر بھی لے کر آیا ہے تو آپ غصہ نہ کریں اور اس کو سچ بولنے پر شاباش دیں، تعریف کریں کہ آپ نے مجھ سے جھوٹ نہیں بولا۔ پہلے بڑی چیز کا علاج کریں نمبر اچھے لانے کا تعلق تو دنیاوی قابلیت سے ہے لیکن جھوٹ تو جہنم میں لے جائے گا۔ آپ بچے کو پہلے بڑی برائیوں سے بچائیں۔ اس کے بعد چھوٹے مسائل کی طرف توجہ دیں، ایسا نہیں ہے کہ دنیا کے معاملے میں بالکل بے نیاز ہو جائیں، یہ بھی غلط ہے۔ اس کا بھی علاج کرنا ہے لیکن جو زیادہ خطرناک ہے اس پر پہلے توجہ دیں۔ مثلاً ایک طرف مجھ سے دوسری طرف سے سانپ بچھو ہے، پہلے کس سے بچائیں گے؟ کیا ہم مجھ سے بچانے کے لیے خود کو سانپ کے حوالے کر دیں گے؟ کبھی بھی نہیں، پہلے بڑے نقصان سے بچائیں، پھر چھوٹے نقصان کا

بھی ازالہ ہو جائے گا۔

اسی طرح نوکروں سے بھی غلطیاں ہوتی رہتی ہیں۔ برتن ٹوٹتے ہیں، کھانا خراب ہو جاتا ہے، جہل جاتا ہے، کچھ دن صبر سے کام لیں بجائے ڈانٹنے کے، سمجھانے کی کوشش کریں۔ بُرا کہنا چھوڑ دیں۔ اللہ نے چاہا تو یہ عادت جاتی رہے گی۔ اسی طرح بچوں پر توجہ دیں اور اُن کے عیبوں اور برائیوں کو کھوج کھوج کر ختم کریں لیکن بڑی حکمت و دانائی سے، جہاں پیار کی ضرورت ہو، وہاں پیار سے اور جہاں دھمکانے یا غصے کی ضرورت ہو، وہاں سختی سے نمٹیں۔

### علاج کی ضرورت:

بجائے ناراض ہونے کے، چیخنے چلانے کے ہمیں علاج اور تربیت کی فکر کرنی چاہیے۔ یہ احساس دلائیں کہ جھوٹ بولنا بہت بُرا ہے۔ پھر ان کو ڈر اور خوف سے نجات دلانے کی کوشش کریں۔ ساتھ ہی ساتھ تعمیر سیرت کی ضرورت ہے کہ دیکھو جھوٹ بول کر ہم نے ایک برائی کی ہے ایک گناہ کیا ہے، غلط کام کیا ہے، سچ کا اور جھوٹ کا انجام بتانا چاہیے۔

حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

((عَلَيْكُمْ بِالصِّدْقِ فَإِنَّ الصِّدْقَ يَهْدِي إِلَى الْبِرِّ وَإِنَّ الْبِرَّ يَهْدِي إِلَى الْجَنَّةِ وَمَا يَزَالُ الرَّجُلُ يَصْدُقُ وَيَتَحَرَّى الصِّدْقَ حَتَّى يُكْتَبَ عِنْدَ اللَّهِ صِدْقًا)) (۱)

”تم سچائی کو لازم پکڑ لو اور ہمیشہ سچ ہی بولو کیوں کہ سچ بولنا نیکی کے راستے پر ڈال دیتا ہے اور نیکی جنت تک لے جاتی ہے اور آدمی جب ہمیشہ سچ ہی بولتا ہے اور سچائی ہی کو اختیار کرتا ہے تو وہ مقام صدیقیت تک پہنچ جاتا ہے اور اللہ کے ہاں صدیقین میں لکھ لیا جاتا ہے۔“

ایک اور حدیث مبارکہ میں آتا ہے۔

((وَأَيَّاكُمْ وَ الْكُذِبَ فَإِنَّ الْكُذِبَ يَهْدِي إِلَى الْفُجُورِ وَإِنَّ الْفُجُورَ يَهْدِي إِلَى النَّارِ وَمَا يَزَالُ الْعَبْدُ يَكْذِبُ وَيَتَحَرَّى الْكُذِبَ حَتَّى يُكْتَبَ عِنْدَ اللَّهِ كَذَابًا)) (۲)

”اور جھوٹ سے ہمیشہ بچتے رہو کیوں کہ جھوٹ کی عادت آدمی کو بدکاری کے راستے پر ڈال

(۱) جامع الترمذی، کتاب البر والصلوة، باب ماجاء فی الصدق والكذب

(۲) سنن ابی داؤد، کتاب الأدب، باب فی التشدید فی الکذب

دیتی ہے اور بدکاری اس کو دوزخ تک پہنچا دیتی ہے اور آدمی جب جھوٹ بولنے کا عادی ہو جاتا ہے اور اس کو اختیار کر لیتا ہے تو انجام یہ ہوتا ہے کہ وہ اللہ کے ہاں کذابین یعنی انتہائی جھوٹ بولنے والوں میں لکھ دیا جاتا ہے۔“

مشہور ہے ایک جھوٹ چھپانے کے لیے ستر جھوٹ اور بولنے پڑ جاتے ہیں اور یہ حقیقت ہے کہ جھوٹ کے پاؤں نہیں ہوتے، وہ وہیں کا وہیں ہوتا ہے اور پکڑا جاتا ہے۔ اس کے علاج کے لیے ”ترغیب“ اور ”ترہیب“ دونوں ساتھ ساتھ استعمال کرنا ہوں گے۔ اُمید بھی دلانی ہے اور خوف بھی باقی رکھنا ہے۔ سزا کا خوف بھی ہو اور انعام کی کشش بھی تاکہ وہ سچائی اختیار کریں اور رفتہ رفتہ جھوٹ کو چھوڑ دیں۔

### ستی اور کاہلی کی وجہ سے جھوٹ:

جھوٹ کی ایک اور وجہ ”ستی“ اور ”کاہلی“ ہے۔ پتا ہے ایک کام کرنا ہے لیکن نہیں کر رہے، نالتے جا رہے ہیں، پھر بہانے بناتے ہیں اور جھوٹ کا سہارا لیتے ہیں۔ کہیں وقت پر پہنچنا ہے، دیر سے اٹھے، تیار ہونے میں بہت سا وقت لیا، اگلا شخص انتظار کر رہا ہے۔ جب اس نے پوچھا دیر کیوں ہو گئی؟ تو کہہ دیا کہ راستے میں ٹریفک بہت زیادہ تھا، جھوٹ بول کر جان چھڑائی حالاں کہ دیر کی وجہ اپنی سستی کاہلی اور غیر ذمہ دارانہ رویہ تھا۔

بعض لوگ دیر سے پہنچنے پر یہ جھوٹ بول دیتے ہیں کہ نکلنے ہی والے تھے کہ مہمان آ گئے۔ بڑے آرام سے جھوٹ بول دیا، کوئی کہیں کام کرتا ہے تنخواہ لیتا ہے، مگر ایک دن دل چاہا گھر پر پڑے رہیں، آرام کر لیں، تو بیماری کا بہانہ بنا کر چھٹی لے لی، جھوٹ بول دیا۔ یہ تو بہت عام ہے، بیوی اچانک بیمار ہو گئی، یا بچہ بیمار ہو گیا یا کوئی اور جھوٹا بہانہ بنا کر چھٹی کر لی۔ یہ بہانہ بڑے بڑے افسروں سے لے کر چیرا سی تک سب کے سب بناتے ہیں۔ لہذا علاج کاہلی کا کرنا چاہیے۔ احساسِ ذمہ داری پیدا کرنا چاہیے، وقت کی پابندی کو اپنا شعار بنائیں، اچھے طریقے سے ہر وعدہ پورا کریں۔ وقت کا صحیح حساب کتاب رکھیں تاکہ کاہلی اور سستی کی وجہ سے جھوٹ نہ بولنا پڑے۔ جس کام کا جو وقت ہے اس وقت پر وہ کام مکمل کر لیں۔ جب انسان بروقت کام کرنے کا عادی ہوتا ہے تو پھر بہت سے موقعوں پر جھوٹ نہیں بولنا پڑتا۔

### غیر حقیقی وعدہ:

ایک اور وجہ غیر حقیقی وعدے ہوتے ہیں، جذبات میں آ کر وعدہ کر لیا، مگر اب نبھایا نہیں جا رہا۔ مثلاً کسی بچے کی ماں ملی، جس کا بچہ اسی سکول میں ہے جس میں آپ کا بچہ پڑھتا ہے۔ اس نے

ذکر کیا کہ مجھے اپنے بچے کو اسکول لانے اور لے جانے میں بہت مشکل ہو رہی ہے اور میرے میاں بھی یہاں نہیں ہوتے، بڑی مشکل میں ہوں۔ آپ کا دل اتنا نرم ہوا کہ فوراً وعدہ کر لیا کہ میں آپ کے بچے کو روز لے لیا کروں گی اور واپسی پر چھوڑ بھی دیا کروں گی، کوئی مسئلہ نہیں ہے۔ اس وقت تو ترس کھا کر وعدہ کر لیا۔ لیکن خود اپنا بچہ وقت سے کچھ دیر بعد ہی تیار ہو کر گھر سے نکلتا ہے۔ خود اس کو اسکول پہنچتے پہنچتے دیر ہو جاتی ہے۔ دوسرے کے بچے کو کیسے راستے سے لیں گے، بغیر سوچے سمجھے وعدہ تو کر لیا مگر پھر روز جھوٹ بول رہے ہیں۔ اس کا علاج یہ ہے کہ پہلے سوچ سمجھ کر وعدہ کریں کہ پورا کر پائیں گے یا نہیں، اس کے ساتھ جن لوگوں پر اس وعدے کو نبھانے میں مدد لینا ہے ان سے بھی پوچھ لیں کہ کیا روز کسی دوسرے بچے کی ذمہ داری لے سکتے ہیں؟ فوراً وعدہ مت کریں۔ پہلے سوچ لیں، اور اس کے بعد اگر ممکن ہے تو ضرور مدد کریں اور اگر ممکن نہیں تو وعدہ مت کریں۔

اور اگر وعدہ کر لیا اور نبھانے میں کوئی مشکل پیش آرہی ہے تو قرآن نے اس کا بھی ہمیں راستہ بتا دیا ہے۔ ”ان کے سامنے تم اس چیز کو رکھ دو۔“ بتا دو کہ ہم یہ وعدہ پورا نہیں کر سکتے، آپ اپنا کوئی اور انتظام کر لیں۔ اس کی بھی اجازت ہے۔ اگر وعدے پر عمل کرنا ممکن نہیں تو سامنے والے کو اطلاع دے دیں کہ ہم مجبور ہیں، یہ کام نہیں کر سکتے آپ اپنا کوئی اور بندوبست کر لیں اور اگر کسی سے ملنے کا وقت طے کر لیا ہے اور آپ وقت پر نہیں پہنچ پائیں گے اور وہ انتظار کرے گا تو قبل از وقت مطلع کر دیں کہ میں ذرا دیر سے پہنچوں گا۔

### بھول جانے کی وجہ سے جھوٹ:

جھوٹ بولنے کی ایک اور وجہ بھول جانا ہے۔ کسی سے کوئی وعدہ کیا مگر بالکل بھول گئے، آنکھ لگ گئی، ذہن سے نکل گیا کہ ان سے ملنا تھا، یا فون کرنا تھا۔ اب ان کو فون کر کے ساری صورت حال بتا دیں کہ میں بالکل بھول گیا تھا یا سو گیا تھا۔ بجائے اس کے کہ کوئی جھوٹی کہانی بنا سکیں، کہہ دیں معافی چاہتا ہوں آپ کو انتظار کرنا پڑا۔ اس معاملے میں عام طور پر جھوٹ کہا جاتا ہے کہ ہم مسلسل فون کر رہے تھے مگر مل نہیں رہا تھا یا کوئی اٹھا ہی نہیں رہا تھا۔ ایسا مت کریں بلکہ اعتراف کر لیں کہ کیا ماجرا ہوا۔ اپنی غلطی مان لینے سے وقتی شرمندگی اور ندامت ہوتی ہے مگر آئندہ انسان محتاط رہتا ہے، اس کے برعکس جھوٹ بولنے سے اصلاح کا موقع جاتا رہتا ہے، جان چھوٹ جاتی ہے اور ندامت بھی نہیں ہوتی۔ ان چھوٹی چھوٹی باتوں پر پوری کوشش کریں کہ جھوٹ کی نوبت نہ آئے۔

## بچوں کو بہلانے کے لیے جھوٹ:

بچوں کو بہلانے کے لیے بھی اکثر جھوٹ بولا جاتا ہے۔ بچہ رو رہا ہے، اسے بہلانے کے لیے کہہ دیا کہ کل تمہیں پارک لے جائیں گے، چڑیا گھر لے جائیں گے یا کوئی چیز دلوادیں گے۔ ابھی ابو آجائیں تو باہر لے جائیں گے یا کوئی چیز چھپا کر کہہ دیا کہ چڑیا لے گئی، بلی لے گئی۔ یا ڈرانے کے لیے کہہ دیا کہ کتا آجائے گا، کاٹ کھائے گا، باہر مت نکلو، بڈھا بابا بوری میں باندھ کر کے لے جائے گا۔ اس طرح خوف ان کے ذہن پر مسلط کر دیا۔ جس سے وہ زندگی بھر نکل نہیں پاتے۔ اس بارے میں بھی محتاط رہنے کی ضرورت ہے۔ اس معاملے کی نزاکت ایک حدیث میں ملاحظہ فرمائیں، حضرت عبداللہ بن عامر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے:

(( دَعَتْنِي أُمِّي يَوْمًا وَرَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَاعِدًا فِي بَيْتِنَا فَقَالَتْ هَا تَعَالَ أُعْطِيكَ فَقَالَ لَهَا رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَمَا أَرَدْتِ أَنْ تُعْطِيَهُ قَالَتْ أُعْطِيهِ تَمْرًا فَقَالَ لَهَا رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَمَا أَنْكَ لَوْ لَمْ تُغْطِهِ شَيْئًا كُتِبَتْ عَلَيْكَ كِذْبَةٌ ))<sup>(۱)</sup>

”میری ماں نے مجھ کو ایک دن بلایا اور رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم ہمارے گھر تشریف فرما تھے، میری ماں نے کہا ادھر آ، میں تجھ کو ایک چیز دوں۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ”تم نے کیا دینے کا ارادہ کیا ہے؟“ میری ماں نے کہا کھجور یا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم! آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے ان سے کہا کہ ”اگر تو اس کو کھجور نہ دیتی تو تیرے اوپر ایک جھوٹ لکھ دیا جاتا۔“

اور ہم کتنے آرام سے بچوں سے جھوٹ بول دیتے ہیں بلکہ انھیں جھوٹ سے بچانے کے لیے بھی جھوٹ بول دیتے ہیں۔ ان سے کہتے ہیں کہ اگر جھوٹ بولا تو زبان کالی ہو جائے گی۔ غیر شعوری طور پر جھوٹ بولے چلے جاتے ہیں۔

## اپنا یاد و سروں کا مرتبہ بڑھانے کے لیے جھوٹ:

اسی طرح بعض دفعہ اپنے رشتے داروں کی عزت رکھنے کے لیے، ان کا مرتبہ بڑھانے کے لیے یا کسی سے اپنا خاص تعلق ظاہر کرنے کے لیے غلط بات بول دی جاتی ہے۔ مثلاً بیوی بہت سی چیزیں خود شوہر کی کمائی سے خرید کر لاتی ہے، ساس، نند یا دیورانی پوچھ لے تو کہہ دیتی ہے امی نے دی ہے تاکہ میکے کا مرتبہ بلند ہو جائے۔ یا پھر جمعہ بازار، اتوار بازار سے کوئی اچھا جوتا یا بستہ خرید کر

(۱) سنن ابی داؤد، کتاب الأدب، باب فی التشدید فی الکذب



لائی اور پوچھنے پر بتایا کہ بھائی نے باہر سے بھجوا دیا ہے، یہ بہت عام جھوٹ ہے۔ اس سے بھائی کا بھی رعب ہو گیا کہ کتنا خیال کرتا ہے اور یہ بھی کہ ہم کیسی مہنگی مہنگی چیزیں استعمال کرتے ہیں۔ ایسے جھوٹ کو گناہ بھی نہیں سمجھتے ہیں حالانکہ یہ سراسر جھوٹ ہے۔

اس بارے میں بخاری اور مسلم میں ایک روایت ہے کہ:

((أَنَّ امْرَأَةً قَالَتْ يَا رَسُولَ اللَّهِ إِنَّ لِي صَرَّةً فَهَلْ عَلَيَّ جُنَاحٌ إِنْ تَشَبَعْتُ مِنْ زَوْجِي غَيْرَ الَّذِي يُعْطِينِي فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْمَتَشَبِعُ بِمَا لَمْ يُعْطِ كَلَابِسِ ثَوْبِي زُورًا))<sup>(۱)</sup>

”ایک عورت نے رسول اللہ ﷺ سے کہا ”یا رسول اللہ ﷺ! میری ایک سوکن ہے، کیا مجھے اس بات کا گناہ ملے گا اگر میں اس پر یہ ظاہر کروں کہ مجھے اپنے خاوند کی طرف سے خوب مل رہا ہے جب کہ وہ یہ چیزیں مجھ کو نہیں دیتا۔“ نبی اکرم ﷺ نے فرمایا ”جو چیز اُس کو نہیں دی گئی اس کا جھوٹ موٹ اظہار کرنے والا، جھوٹ کے دو کپڑے پہننے والے کی طرح ہے۔“

اسی طرح کوئی دعوت کی اور سارا کھانا باورچی سے پکوا دیا۔ سب انگلیاں چاٹتے رہ گئے، بہت تعریف ہوئی! تعریفیں وصول کرتے ہوئے کسی کو یہ نہیں بتایا کہ یہ کھانا کس نے بنایا ہے، یہ دراصل خانہ ماں کے ہاتھ کا مزہ ہے، تھوڑی سی ہمت کر کے بتا دیتے کہ اس ساری تعریف کا اصل حق دار باورچی ہے مگر نہیں! کچھ نہیں کہا اور خاموشی سے سارا کریڈٹ (credit) خود لے لیا اور جھوٹ کا ارتکاب کیا۔ جھوٹ موٹ کی اپنی تعریف کروالی اور لوگوں پر اپنی دھاک بٹھادی۔

ٹالنے کے لیے جھوٹ:

پھر ٹالنے کے لیے بھی جھوٹ بولا جاتا ہے۔ فقیر دروازے پر خیرات مانگ رہا ہے۔ نوکر سے کہلوادیا گھر پر کوئی نہیں ہے۔ یا کوئی ملنے والا آ گیا تو نوکر سے کہلوادیا کہ سب باہر گئے ہوئے ہیں۔ یا کوئی ملنے آ رہا ہے، آنا چاہ رہا ہے، جھوٹ کہہ دیا کہ ہم نے تو باہر جانے کا پروگرام بنا رکھا ہے، ہم اس وقت گھر پر نہیں ہوں گے۔ اس کو ٹالنے کے لیے یہ بھی خیال نہ آیا کہ کتنا بڑا گناہ کر بیٹھے۔

پیسہ دینے میں جھوٹ:

بعض دفعہ دکان دار سے معاملہ ہوتا ہے، بل بنا ۳۶۰ روپے، اس کو ہزار کا نوٹ دے دیا۔

(۱) صحیح البخاری، کتاب النکاح، باب المتبع بما لم یمل۔۔۔

وہ کہتا ہے جناب کھلا دے دیں تو کہہ دیا گھلا (change) نہیں ہے۔ اچھا خاصا گھلا (change) بیگ میں موجود ہے، مگر جھوٹ کہہ دیا کہ گھلا (change) نہیں ہے۔ یہ عام کرتے ہیں اور یہ احساس نہیں کہ جھوٹ کا گناہ سرزد ہو رہا ہے۔ تھوڑی سی کاہلی کی وجہ سے کہ کون گن گن کر بل ادا کرے، دکان دار کو کرنے دو۔ چھوٹی چھوٹی چیزوں کے لیے اتنے بڑے گناہ کو سرمول لے لیتے ہیں۔

عجلت اور تاخیر والا جھوٹ :

عجلت، جلد بازی کی وجہ سے بھی جھوٹ بولا جاتا ہے۔ کوئی کپڑا خریدا اور سلنے کے لیے دیا پہننے کی جلدی میں درزی سے کہا کہ تین دن بعد شادی ہے یا پارٹی ہے اور مجھے پہننا ہے، بس جلدی سے دیں۔ یا مجھے شہر سے باہر جانا ہے، مجھے جلدی چاہیے۔ حالاں کہ ایسی کوئی بات نہیں، صرف بے صبری ہے۔ یہ بہت بڑی بات ہے۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کو سچ بولنے کی توفیق عطا کرے اور پچھلے جھوٹ کو معاف فرمادے۔ آمین! نبی ﷺ نے دعا فرمائی ہے:

((طَهِّرْ لِسَانِي مِنَ الْكُذْبِ))<sup>(۱)</sup>

”اے اللہ! میری زبان کو جھوٹ سے پاک کر دے۔“

ہنسی مزاح کے لیے جھوٹ :

جھوٹ بولنے کی ایک وجہ مزاح بھی ہوتی ہے۔ ہر وقت لطیفہ گوئی کی عادت۔ صرف لوگوں کو ہنسانے کے لیے، تفریح (entertain) کی خاطر جھوٹ بولا جاتا ہے، جھوٹے قصے، کہانیاں مختلف لوگوں کے بارے میں بنائی جاتی ہیں۔ اسٹیج شو اور کامیڈی شو (comedy shows) دکھائے جاتے ہیں۔ بڑے ذوق و شوق سے یہ پروگرام دیکھے جاتے ہیں اور ٹھٹھے مارے جاتے ہیں۔

نبی اکرم ﷺ نے فرمایا:

((وَيْلٌ لِلَّذِي يُحَدِّثُ فَيَكْذِبُ لِيُضْحِكَ بِهِ الْقَوْمَ وَنِيلٌ لَهُ))<sup>(۲)</sup>

”ہلاکت اور بربادی اس شخص کے لیے، جو بات کرے تو جھوٹ بولے تاکہ وہ لوگوں کو ہنسائے، افسوس اس کے اوپر، افسوس اس کے اوپر۔“

(۱) کنز العمال فی سنن الاقوال والاعمال، کتاب الدعاء، الفصل السادس جوامع الأذعية

(۲) سنن ابی داؤد، کتاب الأدب، باب فی التشدید فی الکذب

مزاح کی اسلام میں یقیناً اجازت ہے، مزاح سے کام لیا جاسکتا ہے۔ کسی کے اندر حس مزاح (sense of humour) ہو۔ کسی بات کو اس طریقے سے بیان کر دیا جائے کہ شگفتگی پیدا ہو جائے یہ اور چیز ہے اور اس کی مثالیں ہمیں خود رسول اکرم ﷺ کی سنت سے بھی ملتی ہیں اور صحابہؓ کے عمل سے بھی ملتی ہیں۔ لیکن صاف جھوٹ بول دینا کہ ایک سگھ تھا، سردار تھا، پٹھان تھا یا یمین تھا۔ یہ پورے طبقے اور قوم کا مذاق اڑانے کے مصداق ہے، بد اخلاقی کا مظاہرہ ہے، حد سے بڑھی بد نظیری کی ہے۔

### لاڈ میں جھوٹ:

بعض دفعہ لاڈ میں بھی جھوٹ بولا جاتا ہے اور یہ احساس بھی نہیں ہوتا کہ ہم نے جھوٹ بول دیا، یہ اعتراف بھی نہیں کر پاتے کہ غلط بیانی ہو گئی۔ بڑے بڑے جھوٹ سے تو ہم بچ جاتے ہیں لیکن بعض دفعہ غیر شعوری طور پر چھوٹے چھوٹے جھوٹ بول دیتے ہیں، بلا وجہ غلط بیانی سے کام لیتے ہیں۔ کسی نے محفل میں پوچھ لیا یہ بریسٹ (bracelet) آپ کے شوہر نے دیا ہے؟ اب بتانا نہیں چاہتی تو کہہ دیتی ہے نہیں، انہوں نے تو کبھی کچھ نہیں دیا۔

### لطیفہ گوئی کی عادت:

لطیفہ گوئی کی عادت اچھی نہیں ہے۔ اس کی شاعت حدیث مبارکہ میں بھی موجود ہے، اس سے بچنا چاہیے، ہاں اگر کوئی سچا واقعہ مزاح کے طور پر سنایا تو ٹھیک ہے۔ اس کی اجازت ہے، گنجائش ہے۔ لیکن گھر گھر کر لطیفہ بنانا اور محفلوں میں سنانا اور داد پانا، لوگوں کو ہنسا ہنسا کر لوٹ پوٹ کرنا۔ بعض لوگ لطیفے سنانے کے ماہر ہوتے ہیں۔ اور باقاعدہ پیشے کے طور پر اختیار کر لیتے ہیں، میڈیا پر یا اسٹیج ڈراموں میں اپنے فن کا مظاہرہ کرتے ہیں، لوگ لاکھوں روپے دے کر انھیں بلاتے ہیں۔ یہ سب بھی جھوٹ کا کاروبار ہے، جھوٹ کی محفلیں ہیں۔

### ہر سنی سنائی بات بیان کرنا:

پھر ایک وجہ ہے ہر سنی سنائی بات آگے بیان کر دینا۔ مسلم میں روایت ہے نبی اکرم ﷺ نے فرمایا:

((كَفَى بِالْمَرْءِ كَذِبًا أَنْ يُحَدِّثَ بِكُلِّ مَا سَمِعَ))<sup>(۱)</sup>

(۱) صحیح مسلم، مقدمۃ الكتاب، باب النهی عن الحدیث بکل ما سمع

”کسی انسان کے جھوٹا ہونے کے لیے یہی کافی ہے کہ ہر سنی سنائی بات آگے بیان کر دے۔“

یعنی جھوٹ افواہیں پھیلانے کا باعث بنتا ہے۔ حتی الامکان پہلے بات کی تصدیق کریں پھر اگر ضرورت ہے تو بات کو آگے بیان کریں ورنہ نہ کریں۔ اس کا یہ مطلب نہیں کہ ہر سنی سنائی بات جھوٹ ہوتی ہے اور ہر بات کو شک کی نگاہ سے دیکھا جائے، بس کوئی بات آگے بتانے میں احتیاط سے کام لیں۔ مثلاً ڈاکٹر کوئی مرض تشخیص کرتا ہے کہ آپ کو یہ بیماری ہے تو ہم اسے سنی سنائی نہیں کہتے بلکہ اس حدیث سے مراد یہ ہے کہ ادھر سے بات سنی ادھر بیان کر دی اور ادھر سے سنی ادھر بیان کر دی، اس طرح معاشرے میں افواہوں کا بازار گرم کر دیا، بے چینی پھیلا دی۔ بھارت حملہ کرنے والا ہے، فلاں دن گھروں سے باہر نہ نکلنا، اس قسم کی افواہیں پھیلانے کو سنی سنائی کہتے ہیں۔

### خوابوں میں جھوٹ:

پھر ایک وجہ ہے جھوٹے خواب بیان کرنا۔ بخاری میں حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے نبی اکرم ﷺ نے فرمایا:

((مَنْ تَخَلَّمَ بِخَلْمٍ لَمْ يَزِهِ كُفْلٌ أَنْ يَغْفَدَ بَيْنَ شَعِيرَتَيْنِ وَلَنْ يَفْعَلَ))<sup>(۱)</sup>

”جس شخص نے ایسا خواب بیان کیا، جو اُس نے نہیں دیکھا تو قیامت کے دن اس کو مجبور کیا جائے گا کہ جو کے دو دانوں کے درمیان گرہ لگائے، جو وہ نہیں کر سکے گا۔“

یہ بھی جھوٹ میں شامل ہے کہ لوگوں کو متاثر (impress) کرنے اور لوگوں پر اپنے تقویٰ و زہد یا عبادت گزار کی کاروبار قائم کرنے کے لیے خواب جوڑ کر بیان کیے جائیں۔ اوّل تو ویسے ہی لوگوں کو اپنے خواب بیان کرنے سے گریز کرنا چاہیے اور اگر کبھی خواب بیان کریں تو پھر حاشیہ آرائی (embroidery) نہ کریں۔ خوابوں کو زیب داستان کے لیے بڑھا چڑھا کر بیان نہ کریں، جتنا دیکھا ہے اتنا بیان کریں۔ کسی کی نیکی، بزرگی اور جنتی ہونا خوابوں سے نہیں پتا چلتا، عمل سے پتا چلتا ہے، اخلاق اور کردار سے پتا چلتا ہے۔ سو خوابوں کو صرف سمجھ بوجھ رکھنے والوں کے سامنے بیان کریں اور بُرے خوابوں کا کسی سے ذکر مت کریں، بڑھا چڑھا کر بیان نہ کریں۔

بخاری میں حضرت ابن عمر رضی اللہ عنہما سے روایت ہے نبی اکرم ﷺ نے فرمایا:

(۱) صحیح البخاری، کتاب التعبير، باب من کذب فی حلمہ

(( اِنَّ مِنْ اَفْرِى الْفَرِّى اَنْ يُّرِى عَيْنِيَه مَا لَمْ تَرَ )) (۱)

”سب سے بڑا جھوٹ یہ ہے کہ آدمی اپنی آنکھوں کو وہ چیز دکھائے جو اس نے نہیں دیکھی۔“  
یعنی کسی چیز کے متعلق کہے کہ میں نے دیکھا ہے حالانکہ اس نے نہیں دیکھا۔ اس میں بھی غیر شعوری طور پر جھوٹ شامل ہو جاتا ہے۔ اگر اپنی آنکھوں سے کوئی چیز نہیں دیکھی تو کبھی مت کہیں کہ ہاں ہم نے یہ دیکھا ہے۔

**تعریف میں جھوٹ:**

ایک جھوٹ کی وجہ جو سب کے نزدیک بہت پسندیدہ ہے، وہ ہے: ”جھوٹی تعریف۔“ اس کا رواج ہم اپنے معاشرے میں کافی حد تک دیکھتے ہیں اور لوگ نیکی سمجھ کر جھوٹی تعریفیں کرتے ہیں۔ اب کوئی خاتون جو فربہ (over weight) تھیں، چہرہ بہر حال خوب صورت تھا، چمکتا تھا، چلد ترو تازہ تھی لیکن ڈائٹنگ (dieting) کر کے اپنے آپ کو بہت دبلا کر لیا، وزن گھٹا تو چہرے کی رونق بھی ختم ہو گئی، چلد ڈھلک گئی، آنکھوں کے نیچے حلقے پڑ گئے، لیکن لوگ اُس خاتون کو دیکھ کر زمین و آسمان کے قلابے ملانے لگے۔ آپ تو دوبارہ جوان ہو گئیں، کتنا وزن کم کر لیا ہے، بہت ہی کم عمر لگ رہی ہیں حالانکہ یہ سب اس کو خوش کرنے کے لیے کہا جا رہا ہے اور سب جھوٹ ہے۔ وزن کم ہوا ہے مگر چہرے کا نکھار چلا گیا۔ اگر وہ دُبلی ہونے کے بعد اتنی حسین اور جوان نہیں لگ رہیں تو جھوٹ کیوں بولیں! اسی طرح کوئی مناسب سا کھانا بنا ہو اور دل رکھنے کے لیے بہت زیادہ تعریف کرنا بھی جھوٹ ہے۔

پھر کسی نئے فیشن کے کپڑے جو آپ کو زیادہ پسند نہیں ہوں گے مگر جس نے پہنے ہیں، اس کی حد سے زیادہ تعریف کر ڈالی، اس کے بالوں کی بہت تعریف کی۔ اس کی بالکل ضرورت نہیں یا تو چپ رہیں یا بالکل سچ کہیں، جھوٹ بالکل مت بولیں یا مناسب الفاظ استعمال کریں۔ اچھا ہے تو کہہ دیں اچھا ہے اور اگر نہیں ہے تو جھوٹی تعریف مت کیا کریں، چپ رہیں، جھوٹ اور مبالغہ آرائی کی بالکل ضرورت نہیں۔

**ٹکٹ وغیرہ میں رعایت کے لیے جھوٹ:**

اکثر ایسا ہوتا ہے کہ تفریح گاہوں میں بچوں اور بڑوں کا ٹکٹ الگ الگ قیمت کا ہوتا ہے۔ یا ایسا ہوتا

(۱) صحیح البخاری، کتاب التعبیر، باب من کذب فی حلمہ۔۔۔

ہے کہ چھ یا آٹھ برس کے بچوں کا داخلہ مفت ہے۔ ایسی جگہ پر اگر آپ اپنے دس گیارہ سال کے بچے چھ یا آٹھ سال کا بنا کر مفت لے جانا چاہیں تو یہ بھی جھوٹ ہے یا پورے ٹکٹ کی جگہ آدھا ٹکٹ چلانا چاہیں تو یہ بھی جھوٹ ہے۔ وہ آپ سے ثبوت نہیں مانگتا۔ لیکن یہ سوچیں کہ ایک جھوٹ بول کر کتنا بچا لیا؟ اور جھوٹ کا کتنا بڑا گناہ کمالیا؟ بعض اوقات جہاز کا ٹکٹ، بسوں کے ٹکٹ یا کسی میوزیم کا ٹکٹ لیتے ہوئے جھوٹ کا سہارا لے کر کچھ روپے بچا لیتے ہیں۔ یہ انتہائی گری ہوئی حرکت ہے۔ چند روپوں کی خاطر ایمان کا سودا کر لیتے ہیں۔ آخرت کا نقصان، ناقابل تلافی نقصان۔ ان چیزوں میں یہ احساس بھی نہیں ہوتا، کہ غلط کام کیا ہے، پر وہ بھی نہیں کرتا بلکہ فاتحانہ انداز سے مسکرا مسکرا کر اندر داخل ہو جاتے ہیں، جیسے بڑا تیر مار ڈالا۔

بعض دفعہ کوئی چیز خریدی، اپنی لاپرواہی سے خراب ہوئی تو دکان دار کو واپس کر دی کہ یہ خراب نکلی یا کیسٹ لے آئیں گے، دیکھ کر پسند نہ آئی تو واپس کر دی کہ یہ تو خراب نکلی، چلی نہیں یا ٹوٹ گئی تھی وغیرہ وغیرہ۔ پچیس تیس روپے بچا کر کیا کیا؟ ایسا نہیں کرنا چاہیے اور اگر کبھی کیا ہے یا کرتے رہتے ہیں تو بہت غلط ہے، مت کریں! دھوکا بھی ہے اور جھوٹ بھی۔

دام کم کروانے کے لیے جھوٹ:

کپڑا یا کوئی اور چیز خریدنے گئے، دام کم کروانے کے لیے جھوٹ کہہ دیا کہ ساتھ والی دکان میں تو کم قیمت میں مل رہا ہے۔ اور پھر اس طرح کے ہتھکنڈوں کو عقل مندی کی دلیل سمجھتے ہیں۔ بعض دفعہ دکان دار سے کپڑا حاصل کرنے کے لیے یہ جھوٹا وعدہ بھی کر لیتے ہیں کہ آئندہ ہم آپ کی دکان سے خریداری کریں گے، جاننے والوں کو بھی آپ کی دکان کا پتا دیں گے۔ حالانکہ گھر جاتے جاتے بھول جاتے ہیں کہ کیا وعدہ کیا تھا۔ منافق کی نشانی یاد کریں کہ جب وعدہ کرتا ہے تو خلاف ورزی کرتا ہے۔ اس طرح کالا بچ دینے کی کیا ضرورت ہے۔ اگر گنجائش بن رہی ہے تو لے لیں ورنہ چھوڑ دیں، بازاروں میں زیادہ پھرنا ویسے بھی پسندیدہ نہیں، بہت آوازوں کا بلند کرنا، بہت بھاؤ تاؤ کرنا، لڑنا جھگڑنا، بس اس حد تک ہونا چاہیے کہ اُس نے قیمت بتائی، آپ نے اپنی قیمت بتائی۔ معاملہ طے ہوتا ہے تو ٹھیک ورنہ چل دیں، بات طویل مت کریں۔

یہ تو جھوٹ کی عام اقسام ہیں، حقیر فائدوں کے لیے، اٹھتے بیٹھتے، گفتگو کے اندر جھوٹ بولا جاتا ہے، اگر ہم اپنی دن بھر کی فہرست بنائیں، تو جانے کتنے ہی جھوٹ ہم دن بھر بولتے ہیں، کچھ لوگ اتنا جھوٹ بولتے ہیں کہ ان کو خود جھوٹ اور سچ کی پہچان ختم ہو جاتی ہے۔ جو موقع بہ موقع کے

حساب سے جھوٹ گھڑ لیتے ہیں۔ کوئی ملنے والا آیا کہ آپ اتنے دن سے ہمارے ہاں ملنے نہیں آئے۔ فوراً کہہ دیا میرے پاس تو گاڑی ہی نہیں تھی یا میں آنا چاہتا تھا، فون بھی کیا، مگر تم گھر پر نہیں تھے۔ ترمذی میں حضرت ابن عمر رضی اللہ عنہما سے روایت ہے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا (متن) ”جب بندہ جھوٹ بولتا ہے تو فرشتہ اس کے جھوٹ کی بو سے ایک میل دور چلا جاتا ہے۔“ تو سوچیں جب فرشتہ چلا جائے گا تو پھر اس کی جگہ کون لے گا۔ شیطان ہی آئے گا۔

### احادیث میں جھوٹ:

کچھ جھوٹ پیشہ چلانے کے لیے بولے جاتے ہیں۔ ایک زمانے میں جھوٹی احادیث گھڑنے کا ایک سلسلہ شروع ہوا تھا۔ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم پر جھوٹ گھڑا گیا، آپ کا نام لے کر ایسی باتیں بیان کیں جو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے نہیں فرمائی تھیں ان کو موضوع احادیث کہا جاتا ہے۔ صحیح مسلم میں سورۃ ذی القعدة سے روایت ہے، رسول صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

((مَنْ حَدَّثَ عَنِّي بِحَدِيثٍ يَزِي أَنَّهُ كَذِبٌ فَهَوَّ أَحَدَ الْكَاذِبِينَ))<sup>(۱)</sup>

”جو شخص میری طرف منسوب کر کے کوئی بات بیان کرے اور وہ جانتا ہے یہ جھوٹ ہے، بس وہ بھی جھوٹوں میں سے ایک جھوٹا ہے۔“

یعنی معلوم ہے کہ یہ حدیث ہے ہی نہیں، پھر بھی لوگوں کے دل نرم کرنے کے لیے، وعظ اور بیان میں تاثیر پیدا کرنے کے لیے اگر وہ حدیث بیان کی جائے گی تو بیان کرنے والا بھی جھوٹا ہے۔ دھیان رکھیں، ایک ہوتی ہیں ضعیف احادیث اور ایک ہیں موضوع احادیث۔ موضوع حدیث تو صریحاً جھوٹ ہے۔ ضعیف حدیث یہ ہے کہ روایات میں کہیں نہ کہیں راویوں کا سلسلہ مچھول ہے، یا کسی راوی کے ثقہ ہونے میں شک ہے۔ ضعیف احادیث ترغیب کے لیے بیان کی جاسکتی ہیں مگر ان سے احکام نہیں نکالے جاسکتے۔ بد قسمتی سے ایک دور میں باقاعدہ لوگوں نے یہ پیشہ بنا لیا تھا اور اپنی طرف سے احادیث گھڑ کر بیان کرتے تھے، ہزاروں کا مجمع ہوا کرتا تھا، خود بھی روتے تھے اور لوگ بھی ساتھ روتے جاتے تھے۔ تو یہ نہ سمجھیں کہ جھوٹ میں تاثیر نہیں ہوتی۔ جھوٹ میں بھی تاثیر ہو سکتی ہے۔ اللہ تعالیٰ اپنی رحمت نازل فرمائے ان محدثین کے اوپر امام بخاری، امام مسلم، امام ترمذی، امام نسائی و دیگر ائمہ رحمہم اللہ انہوں نے بڑی مشقت، محنت، عرق ریزی کر کے موضوع احادیث کو الگ

(۱) صحیح مسلم، مقدمۃ الكتاب، باب وجوب الروایة عن الثقات

بخاری کی حدیث ہے نبی اکرم ﷺ نے فرمایا:

((مَنْ كَذَبَ عَلَيَّ مَتَعَمَدًا فَلَيْتَبَوَّأَ مَفْعَدَهُ مِنَ النَّارِ)) (۱)

”جو جان بوجھ کر مجھ پر جھوٹ گھڑتا ہے، اس کو چاہیے کہ اپنا ٹھکانا آگ میں بنا لے۔“

اتنا بڑا گناہ ہے، جھوٹی حدیث گھڑنا۔ یا کسی بات کو جو حدیث نہ ہو اس کو حدیث کہہ کر بیان کیا جائے، یہ بڑی جرأت ہے اور بہت بڑا گناہ ہے، اس معاملے میں بہت زیادہ محتاط رہنے کی ضرورت ہے۔

بعض دفعہ لوگوں نے تفسیر یا تو خود پڑھی ہوتی ہے یا پھر سنی ہوتی ہے تو تفسیر بیان کرتے وقت ادھر ادھر کی کئی باتیں کہہ دیتے ہیں۔ قرآن کی ایک آیت کی جب تفسیر ہوتی ہے کئی مثالیں اور قصے اس کے اندر آجاتے ہیں، جو مفسر کا اپنا بیان ہوتا ہے۔ لوگ ایسے قصوں کو بھی کہتے ہیں قرآن میں لکھا ہے، یا قرآن میں آیا ہے، اگر ہم اپنی طرف سے قرآن میں اضافہ کریں گے تو ہم اللہ پر جھوٹ باندھیں گے۔

{وَمَنْ أَظْلَمُ مِمَّنِ افْتَرَى عَلَى اللَّهِ كَذِبًا أَوْ كَذَّبَ بِالْحَقِّ لَمَّا جَاءَهُ }

(العنکبوت: ۶۸)

”اس شخص سے بڑا ظالم کون ہوگا، جس نے اللہ پر جھوٹ باندھا اور جب سچائی اس کے سامنے آئی تو اس کو جھٹلادیا۔“

اسی طرح ہم جو لطیفوں کی بات کر رہے تھے، اس میں بھی لوگوں کی اتنی جرأت ہو جاتی ہے کہ وہ باقاعدہ خدا اور انسان کا مکالمہ بیان کرنے لگتے ہیں۔ آپ نے ایسے مکالمے سنے ہوں گے کہ فلاں صاحب اللہ سے ملنے گئے، انہوں نے اللہ سے یہ کہا اور اللہ نے ان سے یہ کہا۔ اللہ پر جھوٹ گھڑتے ہیں، لطیفوں کے لیے، قبیلے لگوانے کے لیے یا فرشتوں پر جھوٹ گھڑ دیتے ہیں، پیسے کمانے کے لیے، اس معاملے میں بھی بہت زیادہ محتاط ہونے کی ضرورت ہے۔

جھوٹی قسم:

پھر ایک جھوٹ بولا جاتا ہے جھوٹی قسم کے طور پر، جس کو ”بِئِمْنِ عَمُوس“ یعنی ڈبو دینے والی

(۱) صحیح البخاری، کتاب العلم، اثم من كذب على النبي



قسم کہا گیا ہے۔ کوئی فائدہ حاصل کرنے کے لیے جھوٹی قسم کھالی جاتی ہے۔ بخاری اور مسلم میں حضرت عبد اللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

((مَنْ حَلَفَ عَلَى يَمِينٍ يَفْتَطِعُ بِهَا مَالَ امْرِئٍ مُسْلِمٍ هُوَ عَلَيْهَا فَاجِرٌ لَقِيَ اللَّهَ وَهُوَ عَلَيْهِ غَضَبَانٌ))<sup>(۱)</sup>

”جس شخص نے حاکم کے سامنے جھوٹی قسم کھائی، تاکہ اس کے ذریعے کسی مسلمان کا مال مار لے تو قیامت کے دن اللہ کے سامنے اس حال میں پیشی ہوگی کہ اللہ اس شخص پر غضب ناک ہوگا۔“  
مسلم میں حضرت ابوامامہ باہلی رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

((مَنْ افْتَطَعَ حَقَّ امْرِئٍ مُسْلِمٍ بِمَيْمِنِهِ فَقَدْ اَوْجَبَ اللَّهُ لَهُ النَّارَ وَ حَرَّمَ عَلَيْهَا الْجَنَّةَ

فَقَالَ لَهُ رَجُلٌ وَاِنْ كَانَ شَيْئًا يَسِيرًا يَا رَسُولَ اللَّهِ قَالَ وَاِنْ قَضَيْتَا مِنْ اَزَاكِ))<sup>(۲)</sup>  
”جس شخص نے قسم کھا کر، کسی مسلمان کا حق ناجائز طور پر مار لیا تو اللہ نے ایسے آدمی کے لیے دوزخ واجب کر دی اور جنت کو اس پر حرام کر دیا“ حاضرین میں سے کسی شخص نے پوچھا ”یا رسول اللہ! اگرچہ وہ کوئی معمولی چیز بھی ہو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ”ہاں“ اگرچہ پیلو کی ٹہنی ہی ہو۔“

اتنی معمولی اور حقیر چیز بھی اگر لے لی جھوٹی قسم کھا کر تو یہ حال ہوگا ایسا شخص اب جنت میں نہیں جاسکتا کہ اللہ نے اس پر اپنی جنت حرام کر دی۔

ابوداؤد میں حضرت اشعث بن قیس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

((لَا يَفْتَطِعُ أَحَدٌ مَالًا بِمَيْمِينٍ إِلَّا لَقِيَ اللَّهَ وَهُوَ أَجْدَمٌ))<sup>(۳)</sup>

”جو شخص کسی کا مال، جھوٹی قسم کھا کر مار لے گا وہ اللہ کے سامنے کوڑھی بن کر حاضر ہوگا۔“

کوئی مال، زمین، مکان یا دکان جھوٹی قسم کھا کر حاصل کر لی، کہ یہ میرا ہے اور ناجائز طور پر اپنا لیا۔ اپنے حق میں قسم کھا کر فیصلہ کروا لیا تو قیامت کے دن اس کا یہ انجام ہوگا۔ مگر آج کل تو یہ جھوٹی قسم کھا کر دوسروں کا مال ہتھیانا بہت عام ہے، جو قوم حقیر اور معمولی چیزوں کے لیے جھوٹ بولتی ہو، وہ بڑی بڑی چیزوں میں کس حد تک جاسکتا ہے۔ جھوٹ تو اب مزاج بن چکا ہے۔ ایک قوم کی کیا

(۱) صحیح البخاری، کتاب المساقاة، باب الخصومة في البر والقضاء فيها

(۲) صحیح مسلم، کتاب الایمان، باب وعید من افطع حق مسلم۔

(۳) سنن ابی داؤد، کتاب الایمان والنذور، باب فیمن حلف یمینا۔۔۔

بات ہے، پوری دنیا میں یہ عام ہے۔ کمزور تو کمزور، بڑے بڑے طاقت ور، ڈکٹیٹر جھوٹ بولتے ہیں، بڑے بڑے ملکوں کے سربراہ جھوٹ بولتے ہیں، سفید جھوٹ بولتے ہیں۔

جھوٹی قسم کھا کر سودا بیچنے والا ان تین لوگوں میں سے ہے جن سے قیامت کے دن اللہ نہ کلام فرمائے گا، نہ ان کو دیکھے گا، نہ ان کو پاک کرے گا اور ان کے لیے عذاب الیم ہے، یہ عام طور پر دکان دار کرتے ہیں، کپڑا خریدنے گئے۔ قیمت بتائی کہ اتنے میں میٹر دو یا سوٹ اتنے میں دو۔ فوراً کہیں گے۔ اللہ کی قسم اتنے کی تو خرید بھی نہیں ہے۔ شاید کوئی سچ کہہ رہا ہو، مگر اکثر جھوٹ ہی بولتے ہیں۔ دنیا میں تھوڑا بہت فائدہ حاصل ہو گیا لیکن آخرت میں اللہ تعالیٰ ان کی طرف دیکھے گا بھی نہیں۔ اتنا بڑا گناہ ہے یہ! اسی لیے ایمان دار تاجر کا مرتبہ، انبیاء، صدیقین اور شہداء کے مرتبہ کے برابر بتلایا گیا ہے۔

### جھوٹی گواہی:

جھوٹی گواہی بھی اب پیشہ بن گئی ہے۔ مقدمات میں فیصلے اپنے حق میں کروانے کے لیے کچھ معاوضے پر جھوٹے گواہ بھی مل جاتے ہیں۔ عدالت میں جا کر جب جھوٹی گواہیاں عام اور آسان ہو جاتی ہیں انصاف تو پھر ایک جنس بازار (commodity) بن کر رہ جاتا ہے، خریدی بیچی جانے والی چیز بن جاتا ہے۔ بخاری، مسلم میں حضرت ابی بکرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے، نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ”کیا میں تم کو سب سے بڑے گناہ کی خبر نہ دوں؟ ہم نے کہا ضرور یا رسول اللہ! صلی اللہ علیہ وسلم“

((الْكِبَايِرُ قَالَ الشُّرْكُ بِاللَّهِ وَغُفُوقُ الْمَوَدِّينِ)) (۱)

فرمایا ”اللہ کے ساتھ شریک کرنا اور والدین کی نافرمانی کرنا۔“

جب آپ صلی اللہ علیہ وسلم یہ فرما رہے تھے اس وقت آپ صلی اللہ علیہ وسلم تکیے سے ٹیک لگائے بیٹھے تھے پھر آپ صلی اللہ علیہ وسلم سیدھے ہو کر بیٹھ گئے پھر آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ”اور جھوٹی گواہی! سنو جھوٹی گواہی کبیرہ گناہ ہے“ آپ صلی اللہ علیہ وسلم یہ بات دہراتے رہے، دہراتے رہے یہاں تک کہ ہم نے تمنا کی کہ کاش آپ صلی اللہ علیہ وسلم خاموش ہو جائیں۔ یعنی آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی پریشانی دیکھ کر صحابہ کرام رضی اللہ عنہم نے چاہا کہ آپ خاموش ہو جائیں تو جھوٹی گواہی اتنا بڑا جرم ہے۔ ہم سمجھتے ہیں کہ گواہی صرف عدالت میں لی جاتی ہے، حالانکہ یہ بات غلط ہے۔ گواہی کی اور بھی کئی شکلیں ہیں۔

## جھوٹی گواہی کی مختلف شکلیں:

مثال کے طور پر (medical certificate) اس بات کی گواہی ہے کہ یہ آدمی بیمار ہے، جھوٹا میڈیکل سرٹیفکیٹ جس ڈاکٹر نے بھی بنایا اس نے جھوٹی گواہی دی۔ بچہ اسکول نہیں گیا تو لکھ کر بھیج دیا کہ بیمار ہے، جھوٹی گواہی دے دی۔ اتنی حقیر چیز کے لیے اتنا بڑا گناہ کمایا۔ یا عمرے یا حج کا ویزا چاہیے ویسے ہی باہر ملک کے سفر کے لیے ویزا چاہیے۔ ان کی شرط ہوتی ہے کہ ٹیکے لگوائیں، کچھ لوگ جھوٹا سرٹیفکیٹ لے لیتے ہیں۔ جاننے والے ڈاکٹروں سے بنا لیتے ہیں۔ ٹیکے نہیں لگوائے مگر سرٹیفکیٹ لے لیا۔ یا جیسے خواتین کے لیے شرط ہے کہ بغیر محرم حج پر یا عمرہ پر نہیں جاسکتیں تو کسی کو بھی پکڑ لیا۔ دور پرے کا رشتہ دار ساتھ لے لیا، بعض دفعہ تو صرف جان پہچان والوں کو محرم بنا کر، دکھا کر ویزے لے لیتے ہیں اور وہ محرم نہیں ہوتا، جھوٹی گواہی دے کر اللہ کے گھر جاتے ہیں تو کیا عبادت قبول ہوگی؟

اسی طرح ڈگری بھی گواہی ہے کہ آپ نے یہ تعلیم حاصل کی ہے۔ بی اے، ایم اے کر لیا ہے۔ جعلی ڈگری جاری کرنا جھوٹی گواہی ہے۔

پھر برتھ سرٹیفکیٹ (birth certificate) بھی گواہی ہے کہ یہ بچہ، اس دن، اس سال پیدا ہوا ہے۔ اگر عمر کم کرنے کے لیے غلط سرٹیفکیٹ بنایا تو جھوٹی گواہی حاصل کی۔ پھر امتحانوں کے پرچوں پر نمبر دینا بھی گواہی ہے، جان بوجھ کر کمی بیشی کرنا، کسی تعصب کی وجہ سے یا کسی کی رعایت کی وجہ سے یا سفارش کی وجہ سے نمبر کم یا زیادہ کرنا۔ یا شان بے نیازی، لاپرواہی اور غیر ذمہ دارانہ رویے کے نتیجے میں جو جی چاہا نمبر دے دیے یا امتحانی پرچے اپنے ماتحتوں سے چیک کروانا۔ یہ سب جھوٹی گواہی اور خیانت ہے۔ (character certificate) بھی گواہی ہے، اگر آپ کسی کو جانتے ہیں تو سرٹیفکیٹ دیں اور اگر نہیں جانتے تو کیسے کہہ سکتے ہیں کہ تمہاری بخش کردار رہا ہے۔

اس کا ایک نقصان یہ ہوتا ہے کہ جو شخص جھوٹا مشہور ہو جائے، لوگ اس کے سچ پر بھی یقین نہیں کر پاتے۔ شک رہتا ہے، لوگ عزت نہیں کرتے اور جھوٹ ایک دن گھل ہی جاتا ہے۔ جھوٹ کے پاؤں نہیں ہوتے۔ انسان خود بھی خوف کا شکار رہتا ہے کہ نہ جانے کب جھوٹ گھل جائے، پھر یاد بھی نہیں رہتا کہ کس موقع پر کیا جھوٹ بولا تھا۔ کب تک یاد رکھیں گے، اپنے اتنے سارے جھوٹ کو۔ تو یہ یقین دلانا چاہیے لوگوں کو کہ یہ کبیرہ گناہ ہے۔

وہ مواقع جن میں جھوٹ بولنا جائز ہے:

کچھ مواقع ایسے ہیں کہ جن پر جھوٹ بولنا جائز ہے۔ ریاض الصالحین میں امام نووی رحمۃ اللہ علیہ اس طرح بیان کرتے ہیں یاد رکھو اگرچہ بالاصالہ جھوٹ بولنا حرام ہے لیکن بعض حالات میں چند شرائط کے ساتھ جھوٹ بولنا جائز ہو جاتا ہے۔ میں نے ان شرائط کا ذکر کتاب الاذکار میں کیا ہے، مختصراً سن لیجیے کہ چوں کہ کلام کرنا مقاصد کا ذریعہ ہے تو ہر وہ مقصود جو صحیح ہو اور جھوٹ کے بغیر اس تک پہنچنا ممکن ہو تو وہاں جھوٹ بولنا حرام ہے اور اگر مقصود کا حصول جھوٹ بولنے بغیر ممکن نہ ہو تو جھوٹ بولنا جائز ہو گا پھر اگر مقصود کو حاصل کرنا جائز ہے تو جھوٹ بولنا بھی جائز ہے اور اگر مقصود ضروری ہے تو جھوٹ بولنا ضروری ہے۔ مثلاً کوئی مسلمان آدمی کسی ظالم سے چھپا ہوا ہے، جو اس کو قتل کر دینا چاہتا ہے یا اس سے مال غصب کرنا چاہتا ہے لیکن اس نے اپنے مال کو چھپا دیا ہے تو اگر کسی آدمی سے اس کے بارے معلوم کیا جائے (جب کہ وہ جانتا ہے) تو اس کو چھپانا اور جھوٹ بولنا ضروری ہے، اسی طرح اگر کسی شخص کے پاس امانت ہے اور کوئی ظالم اس سے چھیننا چاہتا ہے تو اس کو پوشیدہ کرتے ہوئے جھوٹ بولنا ضروری ہے۔ ان تمام صورتوں میں احتیاط یہ ہے کہ وہ توریے سے کام لے۔ مقصد یہ ہے کہ وہ عبارت کے ساتھ صحیح مقصود کا ارادہ کرے کہ مقصود کے لحاظ سے وہ جھوٹا نہیں ہے، اگرچہ ظاہری الفاظ اور اس مفہوم کے لحاظ سے وہ جھوٹا ہے جس کو مخاطب سمجھتا ہے اور اگر تو یہ چھوڑ دے اور بالاطلاق عبارتاً جھوٹ کہے تو اس حالات میں جھوٹ کہنا حرام نہیں ہے، اس حالت میں کذب کے جواز پر حضرت ام کلثوم رضی اللہ عنہا کی حدیث سے استدلال کیا جاتا ہے۔ انہوں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے سنا آپ فرماتے تھے کہ

((لَيْسَ الْكُذَّابُ الَّذِي يُضْلِحُ بَيْنَ النَّاسِ فَيَنْجِي خَيْرًا أَوْ يَقُولُ خَيْرًا))<sup>(۱)</sup>

”وہ انسان جھوٹا نہیں ہے جو لوگوں کے درمیان مصالحت کراتا ہے اور بہتر بات کی نسبت کرتا ہے یا اچھی بات کہتا ہے۔“

((لَمْ أَسْمَعْ يَرْحُصْ فِي شَيْءٍ مِمَّا يَقُولُ النَّاسُ كَذِبَ إِلَّا فِي ثَلَاثِ الْحَزْبِ))

وَالْإِصْلَاحِ بَيْنَ النَّاسِ وَحَدِيثِ الرَّجُلِ أَمْرَ أُنْتَهُ وَحَدِيثِ الْمَرْأَةِ زَوْجَهَا))<sup>(۲)</sup>

(۱) صحیح البخاری، کتاب العلم، باب لیس الکاذب الذی یصلح بین الناس۔

(۲) صحیح مسلم، کتاب البر والصلو والاداب، باب تحریم الکذب۔

امام مسلم رحمۃ اللہ علیہ نے روایت میں ایک اور اضافہ کیا کہ حضرت ام کلثوم رضی اللہ عنہا نے بیان کیا کہ میں نے آپ سے نہیں سنا کہ آپ کسی بات میں (جھوٹ بولنے کی) اجازت دیتے ہوں مگر تین باتوں میں! جہاد میں، لوگوں کے درمیان صلح کرانے میں اور خاوند کا اپنی بیوی سے باتیں کرتے ہوئے یا بیوی کا اپنے خاوند سے باتیں کرتے ہوئے جھوٹ کہنا۔

اللہ تعالیٰ ہمیں جھوٹ کی ہر صورت سے بچنے کی توفیق عطا فرمائے!

## حسد

حسد کا بنیادی مطلب ہے ”کسی کے پاس کوئی نعمت دیکھ کر جلنا، اور دل میں تکلیف محسوس کرنا“ یہ حسد ہے۔ حدیث پاک میں مضمون آتا ہے:

((كُلُّ ذِي نِعْمَةٍ مَحْسُودٌ))<sup>(۱)</sup>

”ہر نعمت والے پر حسد کیا جاتا ہے۔“

اس دنیا میں ذرائع محدود ہیں، ہر شخص کے پاس ہر نعمت نہیں۔ اس وجہ سے جس انسان کے پاس نعمت ہوتی ہے، اُس سے جلنے والے، اُس سے حسد کرنے والے پیدا ہو ہی جاتے ہیں۔ یہاں تک کہ دنیا میں پہلا قتل بھی حسد کی وجہ سے ہوا۔ ایک بھائی نے دوسرے بھائی کے پاس نعمت دیکھی، اُس سے برداشت نہ ہوا، دل میں حسد پیدا ہوا اور اُس نے اپنے بھائی کو جان سے مار ڈالا۔ شیطان جب کسی کو علم، مال، دولت یا حسن سے محروم یا دوسرے کے مقابلے میں کمتر دیکھتا ہے تو ان محروم لوگوں پر کام شروع کر دیتا ہے۔ شیطان کو یہ فکر لاحق ہو جاتی ہے کہ یہ محروم افراد کہیں صابر، شاکر بن کر آخرت کا دائمی ثواب حاصل نہ کر لیں۔ بہترین اور ہمیشہ رہنے والی نعمتیں نہ حاصل کر لیں۔ چنانچہ وہ کوشش کرتا ہے کہ دنیا میں تو محروم ہے ہی، آخرت میں بھی محروم ہو جائے لہذا اس کو حاسد بنا دیتا ہے۔

## حسد کی وجوہ:

حسد بنیادی طور پر دو وجہ سے ہوتا ہے: حُبِ جاہ اور حُبِ مال۔ دنیا میں یا تو جاہ و حشمت کی وجہ سے حسد کیا جاتا ہے یا مال و دولت کی وجہ سے حسد کیا جاتا ہے۔ یعنی دنیاوی چیزوں کے بارے میں لوگ حسد کا شکار ہو جاتے ہیں۔

## حسد کی ابتدا:

اس کی ابتدا کیسے ہوتی ہے؟ اگر اللہ کی مدد سے اس کو پہچان لیا جائے اور یہیں پر اس کو قابو کر لیا جائے تو زیادہ پریشانی کا باعث نہیں بنے گی۔ اگر وقت پر علاج کر لیا جائے تو بیماری سے شروع ہی میں چھٹکارا پانا آسان ہو جاتا ہے۔ اگر بڑھ جائے تو سرطان (cancer) کی طرح انسان کی پوری شخصیت کو نگل جاتی ہے اور ناقابل علاج ہو جاتی ہے۔

(۱) شعب الایمان للبیہقی، باب فی الحث علی ترک الغل والحسد، الثالث والأربعون...

حسد کی ابتدا احساس محرومی (sense of deprivation) سے ہوتی ہے۔ کسی کے پاس نعمت دیکھ کر دل میں حسرتیں اُٹھتی ہیں، انسان ٹھنڈی آہیں بھرتا رہتا ہے اور اسی بارے میں سوچتا رہتا ہے۔ یہ بڑی خطرناک علامت ہے، کسی اور کی نعمت پر ڈیرہ لگا لینا، اُسی کی نعمت کے بارے میں سوچتے رہنا، دوسروں سے بھی وہی ذکر کرنا، دوسروں کی خوش بختی پر جلتے رہنا اور اپنے آپ سے اس کا موازنہ (comparison) کرنا کہ میں کتنا محروم ہوں وہ کیسے نعمتوں میں کھیل رہا ہے۔ میں بد قسمت ہوں، میرے پاس وہ سب کیوں نہیں۔ پھر اس احساس محرومی کے ساتھ ساتھ اپنے اوپر ترس کھانے لگنا، خود کو بے چارا سمجھنا۔ کچھ عرصے بعد یہ خود ترسی (self pity) کی کیفیت جلن، کڑھن میں تبدیل ہو جاتی ہے۔ اللہ تعالیٰ نے سورۃ النساء آیت ۳۲ میں فرمایا ہے:

{وَلَا تَسْتَمْتُوا مَا فَضَّلُ اللَّهُ بِهِ بَعْضَكُمْ عَلَى بَعْضٍ}

”تم مت تمنا کرو اس فضیلت کی، جو اللہ نے تم میں سے بعض کو بعض پر عطا کی ہے۔“

### حسد کا علاج:

اس سے پہلے کہ یہ احساس محرومی حسد میں تبدیل ہو جائے، اس کا علاج کر لیں۔ جیسے ہی کسی کی نعمت کو دیکھ کر دل میں احساس محرومی پیدا ہو، فوراً اس آیت کو یاد کر لیں، اللہ کا ارشاد ہے کہ ”دنیاوی فضیلت کے بارے میں ایک دوسرے سے مقابلہ نہ کرو۔“ ایک حدیث میں بھی یہی اصول بیان کیا گیا کہ دنیا کے بارے میں اس کو دیکھو جو تم سے کمتر ہے، ہاں دین کے بارے میں اُن کو دیکھو جو تم سے اعلیٰ ہیں۔ کیوں کہ دین میں اونچے درجے حاصل کرنا سب کے اختیار میں ہے، جو چاہے جنت کا اعلیٰ سے اعلیٰ درجہ حاصل کر لے۔ اس کی کوئی حد نہیں، اس کو حاصل کرنے لیے کسی سے جلنے کی، کسی سے کوئی نعمت چھیننے کی ضرورت نہیں۔ لیکن دنیاوی معاملات میں کوشش کے بعد جب نتیجہ برآمد نہ ہو تو پھر حسد میں تبدیل ہو جائے گا جو کہ کبیرہ گناہ ہے۔ اس کے بارے میں فرمایا:

{أَمْ يَحْسُدُونَ النَّاسَ عَلَى مَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ} {النساء ۵۴}

”کیا یہ حسد کرتے ہیں لوگوں سے اس پر جو اللہ نے اُن کو اپنے فضل سے دیا ہے۔“

حسد کی ابتدا اتنی غیر محسوس طریقے سے ہوتی ہے کہ انسان کو پتا بھی نہیں چلتا۔ جب ہم اُٹھتے بیٹھتے کسی شخص کی کسی نعمت کی، کسی خوبی کی تعریفیں کرتے ہیں تو ہمیں یہ احساس نہیں ہوتا کہ یہ چیز ہمیں حسد کی طرف لے جا رہی ہے۔ دراصل اپنی احساس محرومی کا باعث اور ذریعہ ہم خود بنتے ہیں۔ کسی

خوب صورت شخص کو دیکھ کر اُس کی بے تحاشا تعریف کرنا ہمارے اس احساس کا پتا دیتا ہے کہ ہم خود ایسے خوب صورت نہیں، ہم میں یہ کمی ہے، اس لیے اسلام میں یہ چیز پسندیدہ نہیں کہ دوسروں کی نعمتوں اور خوبیوں پر زیادہ توجہ (focus) کی جائے، دوسروں کی نعمتوں کو بہت زیادہ موضوع بنایا جائے۔ اسلام نے کسی کے سامنے اُس کی تعریف کرنے سے منع کیا ہے اور نہ ہی پیٹھ پیچھے بہت زیادہ تعریف کرنا چاہیے۔ لہذا جو فضل و کرم اللہ نے دوسروں پر کیا ہے، اُس کی تمننا مت کرو اور اُس کے لیے کوشش کرو جو تم حاصل کر سکتے ہو۔ ہاں اگر کسی سے دینی معاملات میں حسد ہوتا ہے تو اس کا علاج بہت آسان ہے، اُس شخص جیسی محنت شروع کر دے، وہ بھی دین کا علم پالے گا۔

حسد کے درجے:

حسد کے تین درجے ہوتے ہیں: پہلا درجہ یہ ہے کہ دل میں خواہش پیدا ہو کہ مجھے بھی ایسی نعمت مل جائے جو فلاں کے پاس ہے۔ اب اگر دل میں حسرت ہے اور وہ شخص غیب نہیں کرتا، اس کو نقصان پہنچانے کی کوشش نہیں کرتا، بلکہ دل میں پریشان بھی ہوتا ہے کہ مجھے ایسے خیالات کیوں آتے ہیں تو یہ حسد کا ہلکا درجہ ہے۔ وہ یہ نہیں چاہ رہا کہ اگر میرے پاس نہیں تو اُس سے بھی چھن جائے۔ وہ یہ چاہتا ہے کہ مجھے ملے لیکن اگر یہ تمنا بڑھ کر ایسی صورت اختیار کر لے کہ یہ اُس سے چھن کر مجھے مل جائے، یہ خطرناک درجے میں شامل ہو گیا۔

اگر کوئی یہ سوچتا ہے کہ فلاں چیز مجھے ملے اور دل میں ایک جلن کا احساس ہے، لیکن جس کے پاس ہے اُس کا بُرا نہیں چاہ رہا، اُس کی حق تلفی نہیں کرتا، غیبت نہیں کرتا، اُس کی ٹوہ میں نہیں رہتا، بس اُس کی نعمت کو دیکھ کر دل میں خواہش اور تمنا ہوتی ہے کہ وہ اس کو بھی مل جائے اور یہ چیز اُس کو پریشان بھی کرتی ہے، یہ حسد ہے مگر ہلکا درجہ ہے۔ اس صورت میں انسان اپنی حق تلفی اور ناقدری کرتا ہے، خود اپنے آپ کو ذہنی تکلیف اور اذیت پہنچاتا ہے، اپنی ذات کو نقصان دے رہا ہوتا ہے۔ اس لیے کہ جب انسان کی توجہ کسی اور کی نعمت پر مرکوز ہو جاتی ہے تو پھر اللہ نے جو نعمتیں اُس کو دی ہیں وہ نگاہوں سے اوجھل ہو جاتی ہیں اور اُن نعمتوں کی ناقدری اور ناشکری شروع ہو جاتی ہے۔ اس کا احساس نہیں رہتا کہ اللہ نے اُس پر کیا کیا مہربانیاں کی ہیں۔ یہ تو اپنی ذات کی ناقدری ہے اور اس کے نتیجے میں نفسیاتی رگاڑ پیدا ہوتا ہے، احساس کمتری پیدا ہو جاتا ہے، شخصیت میں اعتماد کی کمی پیدا ہونا شروع ہو جاتی ہے۔



مثال کے طور پر ایک شخص حسین ہے اور دوسرا شخص ذہین ہے، اگر ذہین بندہ حسین کو دیکھ دیکھ کر حسن کی تمنا اور خواہش میں کڑھتا رہے تو اُس سے اپنی ذہانت کی قدر جاتی رہے گی۔ اسے وہ نعمت نظر نہیں آئے گی جو اس کے پاس ہے، اُس کے اعصاب پر یہ فکر چھا جائے گی۔ جب اپنی ذہانت کی قدر نہیں ہوگی تو ذہانت سے کوئی مثبت کام بھی نہ لے سکے گا، اندر ہی اندر گھٹنا شروع کر دے گا۔ یہ اپنی ذات کے ساتھ زیادتی ہے اور اللہ کی نعمتوں کی ناشکری بھی ہے۔ تو حسد کا یہ ادنیٰ ترین درجہ بھی نقصان پہنچاتا ہے۔

### علاج:

اس کا علاج یہ ہے کہ دنیا کی حقیقت پر غور کرے کہ یہ دنیا ہے کیا؟ قرآن حکیم پڑھے، قرآن اس کا علاج کرے گا۔ اللہ نے قرآن میں فرمایا:

{وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعٌ الْغُرُورِ} (آل عمران: ۱۸۵)

”دنیا کی زندگی صرف دھوکے کا سامان ہے۔“

یعنی اللہ کی نظر میں، دنیا کی چیزوں کی کوئی وقعت نہیں۔ تو انسان کو بھی ان چیزوں کو اتنا سر پر نہیں چڑھانا چاہیے۔ یہ پڑھ کر اندرونی تسکین ہوتی ہے کہ جو ہمارے پاس نہیں اُس کی اللہ کی نظر میں کوئی حیثیت نہیں۔

دوسری بات یہ کہ اگر کسی کے پاس کوئی نعمت موجود بھی ہے، کسی کو کسی پر فضیلت حاصل بھی ہے تو اللہ تعالیٰ نے اس کے بارے میں فرمایا:

{وَرَفَعَ بَعْضَكُمْ فَوْقَ بَعْضٍ دَرَجَاتٍ لِّيَبْلُوَكُمْ فِي مَا آتَيْتُمْ} (الانعام: ۱۶۵)

”اللہ نے تم میں سے بعض کو بعض پر فضیلت دی ہے درجوں کے لحاظ سے تاکہ جو کچھ تمہیں دیا ہے اس میں تمہاری آزمائش کرے“

ایسا کیوں ہے؟ کسی کو پیسا بہت دیا، کسی کو حسن بہت عطا کیا، کسی کو علم سے بہت زیادہ نوازا، کسی کو عزت شہرت اور رتبہ عطا کیا تاکہ وہ تم کو آزمائے اس نعمت میں جو اُس نے عطا کی۔ یہ سوچ لینا چاہیے کہ یہ تمام نعمتیں آزمائش کا ذریعہ ہیں۔ ان نعمتوں کے ذریعے سے ہمارا امتحان مقصود ہے۔ اور پھر جن کو نوازا گیا ہے، اُن کے لیے دُعا کرنی چاہیے کہ اللہ ان کو ان نعمتوں کا حق ادا کرنے والا بنائے، اور اللہ کا شکر ادا کرے کہ اللہ نے مجھ کو اس آزمائش سے بچالیا ہے، میرا حساب قیامت کے

دن ہلکا ہوگا۔

ایک بزرگ کہتے ہیں میں نے کبھی کسی سے حسد نہیں کیا کیوں کہ اگر وہ اہل جنت میں سے ہے تو اُس کی نگاہوں میں دنیا کی کیا وقعت ہو سکتی ہے۔ اور اگر وہ اہل جہنم میں سے ہے تو دنیا کی یہ نعمتیں اُس کے کس کام کی۔ کتنا آسان (simple) طریقہ ہے اپنے آپ کو حسد سے بچانے کا! سو حسد کا پہلا علاج یہ ہے کہ جب احساس محرومی پیدا ہو تو اپنی نعمتوں کا جائزہ لیا جائے۔

حسد کا دوسرا درجہ:

دوسرا درجہ یہ ہے کہ خود بھی بندہ، جلتا کڑھتا رہے اور اللہ کے خلاف بھی بدگمانی رکھے۔ ذہنیت یہ بن جائے کہ فلاں کو دے کر اللہ نے میرا حق مار لیا، مجھے ملنا چاہیے تھا، اس کو کیوں ملا۔ اللہ کے فیصلوں پر اعتراض پیدا ہوگا۔ اللہ کے خلاف غصہ اور شکایتیں ہوں گی کہ پتا نہیں ہم نے اللہ کا کیا بگاڑا تھا۔ کسی نے بہت اچھے اس پر دو اشعار کہے ہیں۔

جب کھینچ کے آہ سرد کہتا ہے کوئی بندہ  
جس حال میں بھی رکھے صد شکر ہے اللہ کا  
میں سوچنے لگتا ہوں یہ شکر کیا اُس نے؟  
یا طعنہ دیا اُس نے رزاقِ دو عالم کو

شکوے کے بجائے شکر کریں:

ہمیں غور کرنا چاہیے کہ کیا ہم بھی اللہ کا شکر اسی انداز سے ادا کرتے ہیں؟ بے دلی سے، مجبوری کا اظہار کر کے اللہ کا شکر ادا کرنا جیسے شکر ہے زندہ تو ہیں، مرنے تو نہیں گئے! یہ کس طرح کا شکر ہوا؟ دراصل شکر کے پردے میں کفر! شکر کے پردے میں ناشکری! اس کے بجائے بندہ اللہ سے دُعا کرے کہ ”اے اللہ تو نے اس کو دیا مجھے بھی نواز دے۔“ بجائے شکوے کے اللہ سے التجا اور دُعا کرے۔ اور اللہ تو وہ دینے والا داتا ہے کہ جو اس سے نہ مانگے اس پر ناراض ہوتا ہے۔

((مَنْ لَمْ يَسْتَأْلِ اللَّهَ يَغْضَبْ عَلَيْهِ)) (۱)

”جو اللہ سے سوال نہیں کرتا اللہ اس پر غضب نازل فرماتا ہے۔“

وہ تو فرماتا ہے:

{ اَدْعُوْنِ اَسْتَجِبْ لَكُمْ } (المؤمن: ۶۰)

”مجھے پکارو، میں تمہیں جواب دوں گا۔“

اور حکم دیتا ہے یوں دُعا کرے:

{ رَبَّنَا اِنْتَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةٌ وَّ فِي الْاٰخِرَةِ حَسَنَةٌ وَّ قِنَا عَذَابَ النَّارِ }

(البقرة: ۲۰۱)

”اے اللہ دنیا کی بھلائیاں بھی عطا کر اور آخرت کی بھلائیاں بھی عطا فرما اور جہنم کی آگ

سے بچالے۔“

یہ حسد کا علاج ہے۔ جلنے کڑھنے کی بجائے رب سے دُعا کرے اور اللہ کی تقسیم سے ناراض نہ ہو۔ اللہ اپنی حکمت سے اس دنیا کو چلاتا ہے، اپنی چیزوں کو تقسیم کرتا ہے، یہ سوچے کہ کیا پتا یہ نعمت میرے پاس ہوتی تو میں اس نعمت کا حق ادا نہ کر پاتا۔ یہ اُس کے لیے نعمت ہے میرے لیے ہو سکتا ہے زحمت بن جاتی، میں اس کی وجہ سے ہلاک ہو جاتا۔ اللہ اپنی حکمت سے اپنی نعمتیں بانٹتا ہے، اُس کے علم میں ہے کہ کون کتنا بوجھ اٹھا سکتا ہے! کس کو وہ نعمت چھتی (suit) ہے، کس کو نہیں چھتی۔ بعض دفعہ دوسرے کی نعمت ہمیں بہت بھلی لگتی ہے مگر اُس کے ساتھ وابستہ ذمے داری ہمیں محسوس نہیں ہوتی کہ یہ نعمت اس شخص کے لیے کتنی بڑی آزمائش ہے، اس شخص کو کتنی بڑی ذمے داری سونپی گئی ہے۔ یہ تو اللہ کی مہربانی اور کرم ہے کہ مجھ کو یہ ذمہ داری نہیں دی۔ میں شاید اس قابل نہیں۔ مجھ میں کوئی ایسی کمزوری ہے کہ میں اس نعمت کا بوجھ نہ اٹھا سکتا۔ اس طرح میرا آخرت کا حساب ہلکا اور دنیا کی مشکل بھی ہلکی۔ لہذا اللہ کی تقسیم پر انسان کبھی ناراض اور دل برداشتہ نہ ہو اور زیادہ سے زیادہ کلمہ شکر ادا کرے۔ اپنی نعمتوں ہی پر نظر رکھے اور اُن کی ذمہ داری کو ادا کرنے کی کوشش کرتا رہے۔ اسی میں بھلائی ہے۔

حسد کا تیسرا درجہ:

تیسرے درجے کی علامات یہ ہیں کہ خود بھی دوسرے کی نعمتوں کو دیکھ دیکھ کر جل بھن کر کباب ہوتا رہے، اللہ سے بھی ناراض رہے اور یہ خواہش دل میں ابھرنے لگے کہ یہ اُس سے بھی چھن جائے۔ خواہ مجھے نہ ملے لیکن اُس سے چھن جائے۔ اور اگر اُس سے نہیں چھنی تو اُس کے لیے باعث عذاب بن جائے، اُس کو ہضم نہ ہو۔ اُس کو اس نعمت کے ذریعے نقصان اور اذیت پہنچے اور اُس کو

تکلیف میں دیکھ کر خوشی محسوس ہو۔ فرض کریں کسی کے پاس اولاد نرینہ کی نعمت ہے۔ اور اُس کے بیٹے نالائق ہو گئے، نافرمان گمراہ نکل گئے تو اس پر خوش ہونا کہ چلو میرے بچے نہیں، اُس کے ہیں، لیکن اُس کو ان کی طرف سے کوئی خوشی، کوئی اطمینان، کوئی نیک نامی حاصل نہیں ہے۔ کسی کا گھر دیکھا، بہت شاندار ہے، آرام دہ ہے۔ دل میں آیا کہ ان کے گھر کو کچھ نہ کچھ ہو جائے، کوئی آفت پیش آ جائے اور اگر گھر کو کچھ نہیں ہوتا تو ان کو اس گھر میں سکون سے رہنا نصیب نہ ہو۔ اس نعمت سے فائدہ نہ اٹھا سکیں۔ یہ حسد کا بدترین درجہ ہے۔ مجھے ملے نہ ملے اس کو نہ ملے، اُس کو فائدہ نہ ہو۔ یہ سب سے مہلک درجہ ہے۔ اسی درجے کے متعلق اس قسم کی روایتیں وارد ہوئی ہیں چنانچہ حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

((إِيَّاكُمْ وَالْحَسَدَ فَإِنَّ الْحَسَدَ يَأْكُلُ الْحَسَنَاتِ كَمَا تَأْكُلُ النَّارُ الْحَطَبَ))<sup>(۱)</sup>

”تم حسد سے بچو! کیوں کہ حسد نیکیوں کو ایسے کھا جاتا ہے جیسے کہ آگ سوکھی لکڑیوں کو کھا جاتی ہے۔“  
حضرت زبیر سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

((ذَبَّ إِلَيْكُمْ ذَاءُ الْأُمَّمِ قَبْلَكُمْ الْحَسَدُ وَالْبَغْضَاءُ هِيَ الْحَالِقَةُ لَا أَقُولُ تَخْلِقُ

الشَّعْرَ وَلَكِنْ تَخْلِقُ الدِّينَ))<sup>(۲)</sup>

”ایک بیماری ہے جو پچھلی قوموں میں تھی، اور اے مسلمانو! وہ تمہاری طرف بھی چلی آ رہی ہے۔ وہ ہے حسد اور بغض۔“ یہ مؤند دینے والی ہے اور میں یہ نہیں کہتا کہ یہ بالوں کو مؤند دیتی ہے، بلکہ یہ دین کا صفایا کر دیتی ہے۔“

حاسد اگلے کو ہر ممکن نقصان پہنچانے کی کوشش کرتا ہے۔ محفل میں ہوگا تو اُس کی بُرائی کرے گا، غیبت کرے گا، تنہائی میں ہوگا تو اُس کو بددعا میں دے گا، تجسس میں رہے گا، کھوج کرید کرے گا، محمود کا کوئی عیب، کوئی خرابی، کوئی بُرائی پتا چل جائے تو ہمدردی کے بھیس میں ہر مجلس میں بیٹھ کر اُس کا تذکرہ کرے گا۔ لوگوں کو بتاؤں گا، ”مجھے بڑا افسوس ہوا، یہ جان کر کہ اُن کے اندر یہ عیب ہے۔ یہ خرابی ہے۔“ اندر اندر سے خوشی سے پھولے نہیں سماتا اور ظاہراً ہمدردی جتاتا ہے۔ اپنے بچوں سے ہمدردی ہوتی ہے، محبت ہوتی ہے تو کیا ہم بیچ بازار میں بیٹھ کر اُن بُرائیوں کا تذکرہ کرتے ہیں؟ یہ جو ہمدردی کے نام پر عیب جوئی کی جارہی ہوتی ہے، یہ صرف حسد کا اظہار ہے۔ دوسرے کو

(۱) سنن ابی داؤد، کتاب الادب، باب فی الحسد...

(۲) جامع الترمذی، کتاب حقیقة القیامۃ و الزقاقی، باب منہ

بدنام کرنے کا مقصد ہے۔ اب اگر اللہ نے چاہا تو نعمت والے کا تو یہ کچھ بھی نہ بگاڑ سکے گا۔ ہاں! غیبت کر کے اپنی نیکیاں دوسرے کو دے دیتا ہے اور بلاوجہ کسی کو بدعادی دینے والا، خود اس آفت کا شکار ہوتا ہے، جس کے لیے اس نے دوسرے کو بدعادی ہوتی ہے۔

شہادت:

جامع ترمذی میں حدیث مبارکہ ہے:

((لَا تُظْهِرِ الشَّمَاتَةَ لِأَخِيكَ فَيَزِجَ حَمَمَةَ اللَّهِ وَيَنْتَلِيكَ))<sup>(۱)</sup>

”تم اپنے بھائی کی مصیبت پر خوشی کا اظہار مت کرو، ہو سکتا ہے اللہ اس کو مصیبت سے نجات دے دے، اور تم کو اس میں مبتلا کر دے۔“

دوسرے کی مشکل پر خوش ہونے کو ”شہادت“ کہا جاتا ہے۔ حاسد خواہش کرتا ہے کہ فلاں شخص نعمتوں سے محروم ہو جائے۔ خود تو اُس کو محروم نہیں کر سکتا لیکن اپنی نیکیاں اُس کے حوالے کر دیتا ہے اور خود آخرت کا عذاب مول لے لیتا ہے۔ حاسد خود اپنا دشمن ہوتا ہے۔ جس بندے میں حسد کی بیماری ہوتی ہے وہ کسی کو اپنے سے آگے جاتا دیکھ نہیں سکتا۔ وہ یہ برداشت نہیں کر سکتا کہ کوئی اور کسی کی توجہ کا مرکز بن جائے۔ استاد کی نظروں میں، والدین کی یا باس (boss) کی نظروں میں اونچا ہو جائے۔ مثال کے طور پر حضرت یوسف عليه السلام کے بھائیوں نے حسد کی وجہ سے اپنے بھائی کے خلاف چالیس چلیس، نقصان پہنچانے کی کوششیں کیں۔

ایسے لوگ جن کے اندر حسد ہوتا ہے اُن کے بارے میں کہتے ہیں کہ *الْحَسَنُودُ لَا يَسُوذُ* ”حسد کرنے والا سردار نہیں بن سکتا“، اللہ تعالیٰ نے قرآن میں ہمیں سکھایا ہے کہ حاسد کے شر سے بچنے کے لیے بھی تم اللہ کی پناہ طلب کرو:

{وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ} (الفرق: ۵)

”میں حاسد کے شر سے پناہ مانگتا ہوں، جب وہ حسد کرنے لگے۔“

ایک دفعہ حاسد شر پر آمادہ ہو جائے تو دوسرے کو تکلیف پہنچانا، اُس کی زندگی کا مقصد بن جاتا ہے۔ غور طلب بات یہ ہے کہ یہ حسد کس معاشرے میں بڑھتا ہے؟ ایسے معاشرے میں حسد زیادہ ہوتا ہے جہاں اسراف و تبذیر، دکھاوا و نمائش جیسی چیزیں زیادہ ہوں۔ لوگ زیادہ ایک دوسرے سے حسد کرتے ہیں۔

(۱) جامع الترمذی، کتاب صفة القیام مقوالرافقان، باب منہ

## حسد کا علاج:

حسد کا علاج یہ ہے کہ قناعت کی عادت ڈالے، اپنی نعمتوں پر نظر رکھے، اللہ کا شکر ادا کرتا رہے اور اپنے سے نیچے لوگوں کو دیکھے۔ حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں، اللہ کے رسول صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

((لَا يَجْتَمِعَانِ فِي قَلْبِ عَبْدٍ الْإِيمَانُ وَالْحَسَدُ))<sup>(۱)</sup>

”کسی بندے کے دل میں دو چیزیں جمع نہیں ہو سکتیں: ایمان اور حسد۔“

سو ایمان کو بڑھائیں تاکہ حسد دل میں نہ آنے پائے۔ جس پر حسد ہے، اُس کے لیے تنہائی میں دُعا کریں اور محفل میں اُس کی تعریف کریں۔ اُس کی اچھائیوں کو بیان کریں اور بُرائیوں اور عیبوں پر پردہ ڈالیں۔ ان باتوں سے حسد میں کمی ہوگی۔ دوسروں کو آگے بڑھ کر سلام کریں، تحفے تحائف دینے کی کوشش کریں۔ حضرت ابو دردہ رضی اللہ عنہ کا قول ہے کہ ”جسے موت یاد رہتی ہے، اُسے نہ حسد ہوتا ہے، نہ خوشی۔“

اب اگر کسی کا تقویٰ، دین داری یا نیکی دیکھ کر حسد پیدا ہو رہا ہے تو یاد رکھیں اس میدان میں اللہ نے سب کو برابر کا موقع دیا ہے۔ اپنی کوشش رکھے، عملِ صالح میں آگے بڑھے، کاہلی چھوڑ دے، اپنے اندر اعتماد پیدا کرے اور اس شخص کے معمولات کو دیکھے کہ وہ کیسے یہ کام کر لیتا ہے۔ اب اگر کوئی بڑا خوب صورت قرآن پڑھتا ہے اور لوگوں کو اُس سے حسد پیدا ہوتا ہے تو بجائے حسد کرنے کے وہ یہ دیکھیں کہ وہ اتنا خوب صورت قرآن کیسے پڑھتا ہے۔ اگر ہمارے اندر کسی صلاحیت کی کمی ہے تو اس کمی کی وجہ سے جنت کے کسی درجے سے محروم نہیں ہوگا۔ اللہ تعالیٰ فرماتا ہے:

{لَا يُكْفِ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا} (البقرة: ۲۸۶)

”اللہ کسی جان پر اُس کی وسعت سے زیادہ بوجھ نہیں ڈالتا۔“

## کسی اور نام سے حسد:

دیکھیں آج کل بہت سے مسلمان بے عمل ہیں، اپنے آپ کو سیکولر مسلمان کہتے ہیں۔ لیکن کافروں کو بُرا بھلا بھی کہتے رہتے ہیں، اور کافروں پر پڑنے والی مشکلات پر خوش بھی ہوتے رہتے ہیں۔ کیوں بُرا بھلا کہہ رہے ہیں؟ کیوں اُن کی مشکلات پر خوش ہو رہے ہیں؟ اس لیے نہیں کہ وہ کافر ہیں یا وہ اسلام کے دشمن ہیں، یہ تو خود اسلام سے وفاداری نہیں رکھتے۔ یہ کافروں کا بُرا صرف حسد کی وجہ سے چاہتے ہیں کہ کافروں کے پاس جو دنیا ہے وہ ان کے پاس نہیں ہے۔ دنیا نے اشتراکیت

(۱) سنن النسائی، کتاب الجہاد، فَضَّلَ مَنْ عَمِلَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ عَلَيَّ قَدِيمًا

(communism) کا چرچا دیکھا، وہ بھی بہت حد تک حسد کا نتیجہ تھا۔ لیکن اس حسد کو انصاف کا نام دے دیا، برابری کا نام دے دیا۔ امیروں سے زبردستی دولت چھین لی اور کہا یہ غریبوں کا حق ہے۔ اُن چیزوں پر قابض ہو گئے اور اُن چیزوں کو اپنے استعمال میں لے لیا۔

### بچوں کے حسد کی حقیقت:

بچوں میں بھی کہا جاتا ہے کہ حسد ہوتا ہے، اس کی کیا حقیقت ہے؟ حسد کا احساس خود حسد کرنے والے کو ہوتا ہے کہ مجھے فلاں شخص سے حسد ہے، جلن ہے۔ جہاں تک بچوں کا تعلق ہے آپ کا تجربہ ہوگا کہ پہلا بچہ دوسرے بھائی یا بہن پیدا ہونے پر اُنھیں مارتا ہے، پیٹتا ہے، رُلاتا ہے، ستاتا ہے، ماں کی گود میں اُنھیں دیکھ کر رونا شروع کر دیتا ہے۔ ماں کو اُس کے نزدیک نہیں جانے دیتا۔ یہ بچوں کے ساتھ عام طور پر ہوتا ہے، اس کو حسد کا نام دینا تو زیادتی ہوگی۔ پہلے بچے کو عدم توجہی کا احساس ہوتا ہے کہ ماں اب مجھ کو توجہ نہیں دے رہی اور یہ مشترکہ خاندان (joint family) کے بچوں میں یہ جذبہ کم ہوتا ہے۔ چوں کہ مشترکہ خاندان میں ماں کے نئے آنے والے بچے کے ساتھ مصروف ہونے کے باوجود دادا، دادی، پھوپھی وغیرہ پہلے بچے پر توجہ برقرار رکھتے ہیں اس لیے اس نظام میں پلنے والے بچے پھر دوسرے بہن بھائیوں کو مارتے پیٹتے نہیں ہیں، اور اُن کے آنے پر بہت زیادہ دکھی (upset) نہیں ہوتے۔ سو اس تصور کو حسد کی بجائے عدم توجہی (lack of attention) سے جوڑنا چاہیے۔ اس لیے کہ بچہ حسد نہیں کر سکتا، اُسے شعوری طور پر یہ احساس نہیں کہ ماں کوئی نعمت ہے یا میں اس بھائی یا بہن سے بدلہ لوں، اسے تکلیف پہنچاؤں۔ اس کو (sibling jealousy) کا نام دے دیا جاتا ہے مگر یہ جلن (jealousy) نہیں۔ بلکہ جیسے ہم بچوں کو بے حیا کہہ دیتے ہیں حالاں کہ بچے بے حیا تو نہیں ہوتے۔ بے حیائی کیا ہے؟ جان بوجھ کر اپنے آپ کو اس طرح نمایاں کرنا یا جان بوجھ کر لباس نہ پہننا، یہ بے حیائی ہے۔ اُن کو یہ اندازہ نہیں ہے کہ اپنے آپ کو کیسے ڈھانپنا چاہیے۔ اسی طرح اُن کو یہ شعور نہیں کہ جو ہم کر رہے ہیں، اس سے بہن یا بھائی کو تکلیف ہوگی، ان کو یہ احساس نہیں ہوتا، وہ صرف توجہ چاہتے ہیں، اس کو حسد کا نام دینا مناسب نہیں۔

### حسد کی خرابی:

ایک انگریزی کہاوت ہے:

"Envy is like the acid which eats up the vessel, it is stored in"

یعنی حسد اس تیزاب کی طرح ہے جو اس برتن کو کھا جاتا ہے جس میں اس کو رکھا جائے۔ حسد دل کے اندر ہوتا ہے اور اندر ہی اندر انسان اپنے آپ کو ختم کرتا رہتا ہے۔

رشک :

کسی کی نعمت کو دیکھ کر ایک اور صورت حال یہ ہو سکتی ہے کہ کسی کے پاس اچھی چیز دیکھی اور اُس کی اچھی چیز دیکھ کر خوشی ہوئی۔ دل چاہا کہ اللہ اس کو یہ چیز مبارک کرے اور ساتھ ہی ساتھ وہ چیز اتنی اچھی لگی کہ دُعا کی ”اے اللہ اپنے خزانے میں سے مجھ کو بھی یہ نعمت عطا فرما۔“ اس میں کوئی حرج نہیں، اس کو ”رشک“ کہا جاتا ہے۔ یہ تمنا انسان کے دل میں قدرتی طور پر پیدا ہوتی ہے۔ یعنی انسان کسی کے پاس کوئی نعمت دیکھے تو دُعا کرے کہ اللہ اس کو یہ چیز مبارک ہو۔ اللہ نے اُسے اپنے حکیمانہ فیصلے کے مطابق یہ عنایت فرمایا ہے۔ سو وہ خوش رہے اور یہ نعمت اس کو نصیب ہو۔ بخاری شریف میں حدیث مبارکہ ہے:

(( لَا حَسَدَ إِلَّا عَلَىٰ اثْنَتَيْنِ رَجُلٌ آتَاهُ اللَّهُ الْكِتَابَ وَقَامَ بِهِ آتَاءَ اللَّيْلِ وَرَجُلٌ

أَغْطَاهُ اللَّهُ مَا لَا فَهْوَ يَتَصَدَّقُ بِهِ آتَاءَ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ )) (۱)

”دو آدمی رشک کے قابل ہیں، ایک وہ جس کو اللہ نے مال دیا اور پھر وہ اس کو حق کے راستے میں خرچ کرتا ہو، دوسرا وہ جس کو اللہ تعالیٰ نے علم دین اور دانائی عطا کی ہو پھر وہ اس سے فیصلے کرے اور لوگوں کو تعلیم دے۔“

شریعت کے مطابق ان ہی دو لوگوں پر رشک کیا جاسکتا ہے اور ایسا کرنا چاہیے۔ اللہ سے ایسی نعمتوں کا سوال بھی کرنا چاہیے۔

اب اپنا جائزہ لیں کہ ہم میں حسد ہے یا رشک ہے۔ حسد اور رشک کی شروعات اکٹھی ہوتی ہے، ایک جیسی کیفیت ہوتی ہے۔ کسی کے پاس نعمت دیکھی، جو آپ کے پاس نہیں ہے تو حسد سے بچ کر رشک کی طرف اس جذبے کو موڑ لیں۔ رشک بھی ہر نعمت پر پسندیدہ نہیں جیسے ہم نے ابھی حدیث مبارکہ دیکھی کہ صرف دو لوگوں پر رشک کیا جاسکتا ہے۔ بہر حال حسد کی نسبت رشک میں پھر بھی عافیت ہے۔

حسد کی ابتدا اور ظہور :

کسی کی نعمت دیکھ کر دل میں محرومی محسوس ہوئی۔ دل میں ایک تمنا، خواہش پیدا ہوئی، یا پھر کسی کے پاس نعمت دیکھی تو دل میں جلن اور تنگی محسوس ہوئی اور یہ سوچا کہ اس نعمت پر میرا حق زیادہ تھا۔

(۱) صحیح البخاری، کتاب فضائل القرآن، باب اغتباط صاحب القرآن



مثلاً ایک خاتون نے کسی کے پاس سونے کا زیور دیکھا جو اُس کے پاس نہیں ہے۔ اُسے بہت اچھا لگا، بہت پیارا لگا، دل کے اندر جلن پیدا ہونے لگی کہ اس کی تو شکل بھی عام سی ہے، یہ زیور اس پر بالکل نہیں چلتا۔ میں جوان ہوں، خوش شکل ہوں، میں پہنتی تو مجھ پر بہت اچھا لگتا۔ اس کو تو اللہ نے بے کار دے دیا مجھ کو دینا چاہیے تھا۔ اب اللہ سے دُعا مانگنے کے بجائے اس کے لیے بددعا ہونے لگی، اس کی بُرائیاں شروع کر دیں، اُس کے عیب نکالنے شروع کر دیے۔ مثلاً اس عمر میں بھی زیور پہننے کا شوق قائم ہے، اس کا تو بڑا گہرا رنگ (dark complexion) ہے۔ اس پر تو بالکل نہیں چلتا۔

یہ معاملہ صرف زیور تک محدود نہیں۔ اولاد پر، گھر پر، کپڑوں پر، ہر چیز پر تنقید ہی کرتے ہیں۔ عیب ڈھونڈ ڈھونڈ کر نکالیں گے، موقع ملتے ہی بُرائیاں شروع کر دیں گے، اگر کوئی تعریف کرے تو تعریف پر منہ بنا سکیں گے۔ اس کی تعریف پر تکلیف محسوس کریں گے، ایک تو اُس کے پاس نعمت بھی ہے اوپر سے لوگ تعریف بھی کر رہے ہیں لہذا تعریف کرنے والوں کو بدگمان کرنے کی کوشش کرتا ہے۔ اس کے چاہنے والوں کو بھی اس سے بدظن کرنے کی کوشش کرتا ہے۔ غور کریں حسد کی بیماری کتنی بُرائیوں کو جنم دیتی ہے۔ چغلی، بدگمانی، تجسس، غیبت جیسے کبیرہ گناہ سرزد ہوتے ہیں۔

**حسد سے اصل نقصانِ حاسد ہی کا ہوتا ہے:**

حسد میں مبتلا شخص، ذہنی اور جسمانی، ظاہری و باطنی ہر طرح سے اپنی ذات کا نقصان کرتا ہے۔ اپنی عزت کھو بیٹھتا ہے، لوگ پہچان جاتے ہیں کہ یہ فلاں سے جل رہا ہے۔ لوگ حسد کرنے والے کی خاک بھی عزت نہیں کرتے۔ کتنا ہلکا انسان ہے، کن چیزوں پر جل رہا ہے! کن چیزوں کی اس کی نظر میں اہمیت ہے!

**رشک کی صورت حال:**

رشک کی ابتدا بھی نعمت سے ہوتی ہے۔ دوسرے کے پاس کوئی نعمت دیکھی، دل میں تمنا پیدا ہوئی اور پھر نعمت دینے والے سے فوراً اپنا تعلق جوڑ لیا یعنی اللہ سے دُعا کی کہ اللہ یہ نعمت مجھ کو بھی عطا فرمادے اور جس کے پاس نعمت ہے اُس کے لیے شعور اور کھلے دل کے ساتھ، نیک نیتی سے، برکت اور سلامتی کی دُعا کی۔ جو ہی انسان نعمت دینے والے سے تعلق جوڑتا ہے اس کی کیفیت ہی بدل جاتی ہے، ساری حسرت، ساری جلن، ختم ہو جاتی ہے۔ استغنا کی کیفیت طاری ہو جاتی ہے اور بندہ پرسکون ہو جاتا ہے۔ سو انسان اپنی توجہ نعمت پانے والے پر نہ کرے بلکہ نعمت دینے والے پر کرے۔ اپنے آپ کو بتائے کہ یہ نعمت اس کی اپنی ذاتی نہیں ہے، کسی نے اس کو دی ہے۔ وہ ذات اس پر قادر ہے کہ

مجھے بھی عطا کر دے۔ اگر نعمت پانے والے کو کوئی نقصان پہنچے تو دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ نے مجھ کو جو نعمتیں دی ہیں انھیں نظر بد سے، حاسد کے شر سے اور ہر نقصان سے بچالے، اور جس کو نقصان پہنچا اس کو بہترین بدلہ عطا فرمادے۔ اس کا نتیجہ یہ نکلے گا کہ نعمت ملنے پر انسان اللہ تعالیٰ کا بھرپور شکر ادا کرے گا اور نہ ملنے پر بھی رب سے پُر امید رہے گا۔ اس طرح دین دنیا دونوں کا بھلا ہوگا۔

### حسد کا علاج:

اس کا علاج یہ ہے کہ کثرت سے استغفار کرے، پہلے تو پہچانے اور اقرار کر لے کہ ہاں مجھ میں حسد ہے اور مجھے شعوری طور پر اس سے نجات حاصل کرنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ مجھے پتا نہیں تھا یہ اس قدر خطرناک بیماری ہے۔ اگر ہم اپنی بُرائی کو ڈھانپ دیں، اقرار نہ کریں تو پھر ہم اپنی بُرائی کو دُور نہیں کر سکتے۔ سو پہلے مان (confess) لیں کہ یہ کمزوری ہے اور پھر اللہ سے استغفار کر لیں کہ اللہ میرے اندر یہ بیماری ہے تو اس سے مجھے شفاء عطا کر دے۔

بعض حاسد جن سے حسد کرتے ہیں، اُن کی منہ پر بڑھ چڑھ کر تعریف کرتے ہیں۔ جو خوبیاں اُن میں نہیں ہیں وہ بھی گنوا لیں گے تاکہ لوگ کہیں کہ یہ خوبیاں اُن میں تو ہمیں نظر نہیں آتیں۔ اس طرح تعریف کے بھیس میں ان کے عیب نمایاں کرنے کی نیت ہوتی ہے۔ کیا کیا چالاکیاں ہیں انسان کے اندر! اللہ سب نیتوں کا حال جانتا ہے، ہم کس کے بارے میں کیا کہہ رہے ہیں اور ہمارا مقصد کیا ہے۔ اللہ سے کچھ چھپا نہیں۔ انسان اللہ سے ڈرے اور جائز تعریف کرے۔

جو نعمتیں ہمارے پاس ہیں ہم اُن کی ذمے داری محسوس کریں اور حق ادا کریں۔ ان ہی کے حقوق ادا کر کے آخرت میں چھوٹ گئے تو بڑی بات ہے۔ کہاں اور نعمتیں مانگ کر اپنے اوپر مزید پوچھ گچھ کا بوجھ لادنے کی فکر میں ہیں۔ اس لیے جب اللہ سے کوئی نعمت مانگیں تو ساتھ ہی ساتھ یہ بھی دُعا مانگیں کہ اللہ ان نعمتوں کا حق ادا کرنے کی توفیق بھی عطا فرماتا کہ تیری رضا اور مرضی کے مطابق ان کو استعمال کر سکیں اور آخرت کے لیے کچھ کمائی جمع کر سکیں۔ یہ نہ ہو کہ دنیا کی نعمتیں آخرت کی مصیبت بن جائیں۔ نعمت کے ساتھ ساتھ ذمے داری کا شعور بھی انسان میں ہونا چاہیے۔ جو نعمتیں ہمارے پاس ہیں ان کے حساب کتاب کے بارے میں محتاط رہیں اور اللہ کا شکر ادا کرتے رہیں۔

سب سے پیاری چیز جو انسان کو حسد سے نجات دیتی ہے وہ ہے قرآن پڑھنا اور جنت کا تصور۔ آپ کو ایسا محسوس ہوگا کہ ہر نعمت ملنے والی ہے، ہر خواہش پوری ہونے والی ہے۔ ہمارے ہی لیے تو اللہ نے جنت بنائی ہے، پھر کسی پر کیا رشک کرنا۔ دنیا کی نعمتیں تو دنیا کی طرح فانی ہیں۔ اس دنیا میں خواہ کتنی ہی بڑی نعمت کسی کے پاس ہے تخت و تاج، محلات، مال و اولاد، خزانے اور زیورات،

سب ختم ہو جانے والے ہیں، دنیا کی طرح ناپائے دار ہیں، سب مٹی اور نیست و نابود ہو جائیں گے۔ کیوں نہ جنت کی نعمتیں، آخرت کی نعمتیں جمع کر لیں، جنت کا کثرت سے ذکر کریں اور سوچیں۔

جس کو یہ اندیشہ ہو کہ لوگ مجھ سے جلتے ہیں وہ کیا کرے:

اگر یہ محسوس ہوتا ہے کہ دوسرے ہم سے جلتے ہیں تو اس کے لیے بھی صبح و شام کی مسنون دُعائیں اپنا معمول بنائیں۔ آیت الکرسی، معوذتین پڑھیں، سورۃ البقرہ کی آخری دو آیات پابندی سے پڑھیں۔ اپنی نعمتوں کا ذکر ہر وقت دوسروں کے سامنے نہ کریں، دکھاوے سے، تہذیر سے، اترانے سے بچیں۔

بعض دفعہ تصور ہمارا اپنا ہوتا ہے اور ہم شکایت کرتے ہیں کہ لوگ ہم سے حسد کرتے ہیں۔ مثلاً شوہر کا رویہ بدلا یا خاندان میں انتشار کی صورت پیدا ہوئی تو اس کی ذمے داری لوگوں کے حسد پر ڈالی دی کہ حاسدوں نے کچھ پڑھ پھونک دیا ہے۔ اپنی غلطیوں اور اپنی ذمے داری، اپنے کردار اور اپنے رویوں کی تبدیلی کا جائزہ نہیں لیا کہ ہم سے کہاں غلطی ہوئی ہے لہذا اپنا بھی جائزہ لیا کریں۔ بعض لوگ تو اس بات میں بھی فخر محسوس کرتے ہیں کہ لوگ ہم سے جلتے ہیں، جیسے یہ کوئی خوبی ہے۔ بعض لوگوں کا پہننے اور ہنسنے کا مقصد یہ ہوتا ہے کہ لوگ ہم سے جلیں۔ ایسا کرنا دراصل اپنی ہی شامت کو دعوت دینا ہے۔ کیوں کسی کے اندر حسد کی آگ بھڑکتے ہیں! ایسا نہ ہو کہ روز قیامت اللہ ہمیں ہمارے کرتوتوں اور نیتوں کی وجہ سے اپنی آگ میں جلانے۔ اس سے پرہیز کریں۔

اگر آپ کے پاس کوئی نعمت ہے جس کے بارے میں آپ کو یہ احساس ہو جاتا ہے کہ لوگ اُسے دیکھ کر جلیں گے، حسد کریں گے۔ سو ایسی چیزوں کے استعمال سے پرہیز کریں۔ کیوں کہ دوسروں کو احساس کمتری کا شکار کرنا بڑی چیز ہے۔ ذرا احساس ہو کر زندگی گزارنے کی ضرورت ہے۔ اگر اللہ نے کوئی نعمت دی ہے، تو بہت تذکرہ مت کریں۔ نیت، دکھاوے اور نمائش کی نہ ہو۔ اگر آپ کو احساس ہو جائے کہ کوئی آپ سے حسد کرتا ہے تو اُس کی طرف خصوصی توجہ دیں، دوستانہ رویہ اختیار کریں، اپنائیت کا احساس دلائیں، اُس کے احساس کمتری کو کسی طرح دور کرنے کی کوشش کریں۔

# گسل

کاہلی ایسی کمزوری ہے جس سے خود نبی اکرم ﷺ نے پناہ مانگی۔

((اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْعَجْزِ وَالْكَسَلِ وَالْجُبْنِ وَالْبُخْلِ))<sup>(۱)</sup>

”اللہ میں تیری پناہ چاہتا ہوں، کمزوری سے، کسلمندی سے، بزدلی سے اور بخل سے۔“

رسول اللہ ﷺ نے ان برائیوں اور خرابیوں سے خود پناہ مانگی ہے۔ اگر یہ کاہلی عبادت میں شروع ہو جائے تو پھر انسان کو نفاق تک لے جاتی ہے۔ قرآن حکیم میں جہاں منافقین کی علامات بیان ہوئی ہیں، وہاں پرستی کا ذکر بھی ہمیں ملتا ہے۔

سورۃ النساء آیت نمبر ۲۴۱ میں فرمایا:

{وَإِذَا قَامُوا إِلَى الصَّلَاةِ قَامُوا كَسَالًا}

”اور جب یہ کھڑے ہوتے ہیں نماز کے لیے تو سستی کے ساتھ کھڑے ہوتے ہیں۔“

سورۃ التوبہ آیت نمبر ۵۴ میں فرمایا:

{وَلَا يَأْتُونَ الصَّلَاةَ إِلَّا وَهُمْ كُسَالَى}

”اور یہ نہیں آتے نماز کے لیے، مگر سستی کے ساتھ“

سورۃ الانبیاء آیت نمبر ۱۹ میں فرمایا:

{وَمَنْ عَنَدَكَ لَا يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِهِ وَلَا يَسْتَحْسِبُونَ}

”اور جو اس کے پاس ہیں (فرشتے) وہ اس کی عبادت سے نہ تکبر کرتے ہیں، اور نہ وہ سستی

کرتے ہیں (نہ اکتاتے ہیں، نہ جھکتے ہیں)۔“

کاہلی سے اچھے مواقع ضائع ہو جاتے ہیں:

ایک چیز جس سے مومن کو نجات حاصل کرنے کی ضرورت ہے جس سے ہمیں اپنا تزکیہ کرنا ہے وہ ہے سستی، کاہلی۔ زندگی میں نیکی کے چھوٹے چھوٹے مواقع آتے ہیں۔ بعض دفعہ کاہلی کی وجہ سے ہم ان کو ضائع کر دیتے ہیں، کھو دیتے ہیں۔ چھوٹا سا کام کسی نے کہا، پانی پلا دو، پانی پلا دیتے، کتنا ثواب ملتا؟ وہیں کرسی پر بیٹھے بیٹھے نوکر کو یا کام والی کو آواز دے دی کہ اُس کو پانی پلا دو، کوئی مشکل

(۱) صحیح البخاری، کتاب الدعوات، باب التعوذ من فتنۃ المحیا والممات

کام تھا؟ ماں نے مانگا، کسی اور بزرگ نے پانی پلانے کو کہا آپ نے اُٹھ کر پلا دیا۔ کتنا ثواب تھا۔ آسانی سے نیکی کمائی جا سکتی تھی۔ کسی اور کو حکم جاری کر کے کہ تم پلا دو یہ موقع گنوا دیا یا ضائع کر دیا صرف سستی کا ہلی کی وجہ سے۔

کاہلی کو چھپا کر عذر پیش کرنا:

بعض دفعہ ہم اپنے آپ کو تھکن کے نام پر کاہل کر لیتے ہیں۔ کچھ لوگوں کا تو یہ تکیہ کلام بن جاتا ہے کہ کام کر کے تھک گئے، تھکن کو ذہن پر سوار کر لیتے ہیں۔ اپنے آپ کو یہ یاد دلاتے رہتے ہیں کہ اب ہم بہت تھک گئے، اب یہ ہم سے نہیں ہو سکتا۔ جو جتنا سست اور کاہل ہوتا ہے وہ اپنے کاموں کی اتنی ہی لمبی فہرست گنواتا ہے۔ میں تو صبح اُٹھ کر یہ بھی کرتا ہوں، یہ بھی کرتا ہوں، یہ بھی کرتا ہوں، اتنا کچھ کرنے کے بعد اب میں کچھ نہیں کر سکتا۔ بعض لوگ اپنے ماضی کے کارنامے گنواتے رہتے ہیں اور حال سے مستغنی ہو جاتے ہیں، ماضی کی تھکن کو یاد کر کے ہلکان ہوئے جاتے ہیں۔ مثلاً جب بچے چھوٹے تھے تو رات بھر جاگتا پڑا، پھر ذرا بڑے ہوئے تو اسکول کی فکر لگی رہی، تعلیم کے مسائل سے نپٹنے میں خود کو دلگائے رکھا اس کے ساتھ پورا گھر سنبھالنا، کھانا پکانا، یہ سب کچھ یاد کر کے تھکن کو اپنے اوپر حاوی کیے رکھا ہوتا ہے۔ نتیجتاً بے کار بیٹھے بیٹھے وزن چڑھا لیتے ہیں، ماضی کے کاموں نے اتنا تھکا دیا ہوتا ہے کہ آرام پورا ہی نہیں ہو پاتا، تھکن اترنے کا نام ہی نہیں لیتی۔ اس طرح ماضی کو بہانہ بنا کر حال میں کام نہیں کرتے اور بعض لوگ حال کو سامنے رکھ کر مستقبل کے لیے فراغت طے کر لیتے ہیں کہ بس آج یہ کام کر لیں، آگے چل کر کچھ نہیں کریں گے۔

تھکن ایک نعمت:

غور کریں تو تھکن ایک بڑی نعمت ہے! اور تھکن کے بعد آرام کی نیند سو جانا کتنی بڑی نعمت ہے! پھر دوبارہ تروتازہ اُٹھتے ہیں۔ اگر ہمیں روزانہ ایک نئے دن کا سامنا کرنے کا احساس ہو جائے تو ہم میں ایک تازہ ولولہ پیدا ہو جائے۔ ہم سمجھتے ہیں تھکن عذاب ہے جب کہ نہ تھکن عذاب ہے۔ کبھی اُن لوگوں کو دیکھیں جو دائم المرض (bed ridden) ہوتے ہیں، فالج ہو جاتا ہے، ٹانگیں کام نہیں کرتیں۔ ایسے لوگ چلتے پھرتے، بھاگتے دوڑتے لوگوں کو حسرت سے دیکھتے ہیں۔ ان مریضوں کو دیکھ کر اللہ کی نعمتوں کا احساس ہوتا ہے کہ اللہ کا کتنا کرم ہے کہ ہمارے ہاتھ پاؤں سلامت ہیں۔ سمجھ نہیں آتا کن الفاظ میں اللہ کا شکر ادا کریں! کتنا بڑا احسان ہے اللہ کا! جن لوگوں کو نیند نہیں آتی کبھی اُن

سے پوچھیں گہری نیند کتنی بڑی نعمت ہے۔ ایسے وقفے وقفے سے سارا دن اوگھتے رہتے ہیں، نہ جاگے ہوتے ہیں، نہ سوئے ہوتے ہیں۔ رات اتنی لمبی ہو جاتی ہے کہ اذیت بن جاتی ہے، سو نہیں سکتے۔

سو تھکن کا احساس نہ ہونا اذیت کا باعث ہو جاتا ہے۔ تھکن اللہ کی ایک نعمت ہے جو تھکنے کو نعمت سمجھتا ہے وہ کابلی سے دور رہتا ہے۔ جو تھکنے کو عذاب اور مصیبت سمجھتا ہے وہ کابل سے کابل ہوتا چلا جاتا ہے۔ اللہ نے ہمارا جسم ہمارے بس میں دیا ہوا ہے، میری ٹانگیں اور میرا ہاتھ میرا کہنا مانتے ہیں۔ اللہ کا کتنا کرم ہے۔ اگر ہمارا جسم ہماری مرضی سے چلنا چھوڑ دے تو کیا زندگی کے کوئی معنی ہوئے! سرگرم عمل رہنا، تھکن محسوس کرنا تو زندگی کی علامات ہیں۔

اللہ تعالیٰ کا لاکھ لاکھ شکر ہے کہ اُس نے ہمیں مصروف عمل رکھا ہے۔ حدیث شریف میں مضمون آتا ہے کہ ”مومن عیش کوش نہیں ہوتا، مومن کابل و سست نہیں ہوتا۔“ مومن کے لیے کابلی سے زیادہ اذیت دینے والی کوئی چیز نہیں ہونی چاہیے۔ اللہ سے دُعا کرنی چاہیے کہ ”اے اللہ! میں کبھی فارغ نہ رہوں! اللہ مجھے فارغ کر کے بستر پر نہ بٹھا!“

کابلی اتنی تکلیف دہ چیز ہے کہ انسان کسی قابل نہیں رہتا، دوسروں کا محتاج اور ان کے لیے بوجھ بن جاتا ہے۔ نہ اپنی زندگی میں کوئی سدھار لاپاتا ہے، نہ دنیا میں کوئی کارنامہ سرانجام دیتا ہے اور نہ آخرت میں سرخرو ہوتا ہے۔ ہر طرف سے فارغ ہو جاتا ہے۔

### مصروفیت کی اہمیت:

مصروفیت خود اللہ کی کتنی بڑی نعمت ہے۔ انسان مصروف رہتا ہے تو خوش رہتا ہے۔ ذہن کام کرتا ہے، صحت قائم رہتی ہے، اور انسان بہت سی برائیوں سے بچ جاتا ہے۔ فراغت میں انسان بہت سی برائیوں میں مبتلا ہو جاتا ہے، مصروف رہ کر، انسان برائیوں سے بچ جاتا ہے۔ جو فارغ رہتے ہیں، ان کو غصہ بھی زیادہ آتا ہے، مصروفیت کے ساتھ انسان کا ردِ عمل معتدل ہو جاتا ہے۔ اس لیے اگر کوئی اپنے کام میں مصروف رہنا چاہتا ہے تو زیادہ ادھر ادھر کی باتوں پر کان نہیں دھرتا، اپنی صلاحیت کو ضائع نہیں کرتا۔ حدیث مبارکہ میں ارشاد ہے:

((بِعَمَلَانِ مَغْبُونٍ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ الصِّحَّةُ وَالْفَرَاغُ))<sup>(۱)</sup>

”دونوں باتوں کی بابت بہت سے لوگ نقصان میں ہیں، صحت اور فرصت،

(۱) صحیح البخاری، کتاب الرفاق، باب الصحۃ و الفراع

یہ دونوں بڑی نعمتیں ہیں تو فرصت کو کاہلی میں ضائع مت کریں۔

## کاہلی کی وجہ سے محرومی:

یقین کیجیے زیادہ تر ہم نفسیاتی کسل میں مبتلا ہیں۔ یہ محض ہمارا خیال ہے کہ ہم بہت تھک گئے ہیں۔ بعض اوقات ہم کاہلی کی وجہ سے چھوٹے چھوٹے کام بھی نہیں کرتے۔ مثال کے طور پر نماز کے لیے کچھ جلدی اٹھ گئے، وضو کیا، اب نماز سے پہلے دو رکعت تحنیتی الوضو کے نفل پڑھ سکتے ہیں۔ صرف دو منٹ لگتے ہیں، لیکن کاہلی کی وجہ سے ہم یہ موقع ضائع کر دیتے ہیں۔ حالاں کہ یہ عمل جنت میں لے جانے والا عمل ہے۔ ایک دفعہ نبی اکرم ﷺ نے حضرت بلال رضی اللہ عنہ سے فرمایا:

((أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ لِبَلَالٍ عِنْدَ صَلَاةِ الْفَجْرِ يَا بَلَالُ حَدِّثْنِي بِأَرْجَى عَمَلٍ عَمِلْتَهُ فِي الْإِسْلَامِ فَإِنِّي سَمِعْتُ ذَكَرَكَ بَيْنَ يَدَيَّ فِي الْجَنَّةِ قَالَ مَا عَمِلْتُ عَمَلًا أَزَجِي عِنْدِي أَنِّي لَمْ أَتَطَهَّرْ طَهُورًا فِي سَاعَةِ لَيْلٍ أَوْ نَهَارٍ إِلَّا صَلَّيْتُ بِذَلِكَ الطَّهُورِ مَا كَتَبَ لِي أَنْ أُصَلِّيَ)) (۱)

”بلال میں نے اپنے آگے آگے تمہارے جوتوں کی آواز سنی۔ پوچھا تم کیا عمل کرتے ہو؟ تو انہوں نے جواب دیا، میں کوشش کرتا ہوں کہ جب بھی وضو کروں، اس وضو سے میں کچھ نہ کچھ نماز جتنی اللہ توفیق دے ضرور پڑھ لوں۔“

سوچیں یہ دو چار منٹ اگر ہمیں جنت میں لے جائیں، تو کیا بڑا ہے۔ کیوں ہم کاہلی کی وجہ سے یہ قیمتی وقت ضائع کر دیتے ہیں۔ صرف بیٹھے بیٹھے، کھڑے کھڑے، کسی کے انتظار میں گھنٹوں گزار دیتے ہیں۔ اسکول سے آئے، کھانا کھا کر وہیں بیٹھ گئے، تھکے ہوئے ہیں، اٹھ کر کپڑے بھی نہیں بدلتے۔ ذہن کے اندر ایک چیز بٹھالی ہے کہ ہم تھک گئے۔ نماز پڑھ کر آپ فارغ ہوئے، سو دفعہ تسبیح نہیں پڑھ سکتے، سلام پھیر کر جائے نماز لیٹی اور کھڑے ہو گئے۔ یا فارغ ہو کر بیٹھ گئے یا لیٹ گئے مگر وہ دو تین منٹ صرف کر کے تسبیح نہیں پڑھی جاتی۔ لیٹ کر ہی پڑھ لیں زبان ہی تو ہلانی ہے۔ چار گھنٹے گپ شپ، باتیں کروالیں کچھ تھکن کا احساس نہیں ہوتا اور اتنا سا اللہ کا ذکر اگر کر لیں، تو شیطان وسوسہ ڈال دیتا ہے کہ بہت تھک گئے تو یہ کاہلی بھی شیطان کی طرف سے آتی ہے اور وہ چھوٹی چھوٹی نیکیوں کے مواقع ضائع کر دیتا ہے۔ جو ہمارے بس میں ہیں۔ بڑی بڑی نیکیوں سے تو روکتا

(۱) صحیح البخاری، کتاب الجمعة، باب فضل الطهور باللیل والنهار.....

ہے ہی، کہ یہ تو تم کر رہی نہ پاؤ گے۔ تمہاری اتنی سکت اور طاقت، تو فین نہیں۔ یہ ذرا ذرا سی نیکیوں سے بھی محروم کر دیتا ہے۔ کوئی کاغذ، نیچے پڑا ہے اٹھا کر کچر ادان (dustbin) میں ڈال دو۔ یہ بھی نیکی ہے۔ حدیث میں آتا ہے:

((إِمَاطَةُ الْأَذَى عَنِ الطَّرِيقِ))<sup>(۱)</sup>

”مسلمان کے راستے سے تکلیف دہ چیز کو دور کر دینا صدقہ ہے۔“

آپ کچن میں کام کر رہی ہیں، باہر بلی میاؤں میاؤں کر رہی ہے۔ آدھا کپ دودھ چھوٹی سی پلیٹ میں ڈال کر اُس کے لیے رکھ دیا نیکی کمالی۔ چیونٹیوں کو باہر دیکھا اُن کے راستے میں تھوڑا آٹا یا چینی ڈال دی۔ وہ اٹھا اٹھا کر اپنے گھر کی طرف لے گئیں، اس کا بھی اجر و ثواب ہے۔ اس کا ہم کبھی سوچتے ہی نہیں۔ بجائے کچرے میں پھینکنے کے، بچا ہوا کھانا، دال، چاول، روٹی وغیرہ کو ہم ذرا وقت لگا کر دیواروں پر یا صحن میں کہیں بکھیر دیں تو پرندے اور کیڑے مکوڑے کھالیں۔

بعض اوقات لوگ جانوروں کو بھی ڈانٹتے ہیں۔ پالتو جانوروں پر برس پڑتے ہیں، دھتکار دیتے ہیں۔ ان بے زبان جانوروں پر ظلم کر کے کوئی جنت نہیں جاسکا، ہاں ان کی بھوک پیاس مٹا کر ضرور جنت میں جاسکتے ہیں۔ ایک حکایت سنی ہوگی کہ ایک عورت نے دیکھا کہ ایک کتا پیاس کے مارے کیچڑ چاٹ رہا ہے۔ اُس کو رحم آیا اور اس نے اپنے جوتے کے اندر پانی بھر کر اُس کے آگے رکھ دیا۔ اس پر وہ عورت بخشنی گئی، اگر وہ کاہل ہوتی تو یہ سب نہ کر پاتی۔ یہ احساس بھی نہ ہوتا کہ کتا پیاسا ہے، اپنی راہ لیتی۔ یہ بھی یاد رکھیں جتنا غصہ انسان کو کاہل کرتا ہے کم ہی چیزیں کرتی ہیں۔ ایک اپنے اوپر ترس کھانا اور دوسرا غصہ، انسان کی توانائی کو ختم کر دیتا ہے۔ انسان غصے کے بعد تھک جاتا ہے۔ جو بہت غصیلے ہوتے ہیں ان کے اندر بھی کاہلی بہت پائی جاتی ہے۔ سو اپنے آپ سے یہ مت کہا کریں کہ ہم تھک گئے ہیں۔ اس لفظ کو اپنی زندگی سے نکال دیں اور اگر تھکنے کا ذکر کریں تو اللہ کے احسان کے شعور کے ساتھ، یعنی تھکن نعمت لگنی چاہیے۔ اگر تھکن نہ ہو تو آرام کی کیا قدر و قیمت رہ جائے، اپنے ہاتھ پاؤں سے دوسروں کے کام کر دینا، ان کی مدد کر دینا، گھر میں بڑوں بزرگوں کی خدمت کر دینا، یہ بہترین صدقہ ہے۔ اگلے زمانے کی بڑی بوڑھیاں دوسروں کے کام کرنے کو ہاتھ پیروں کی زکوٰۃ کہا کرتی تھیں۔ اس میں بڑی برکت اور خیر ہے۔ اسی کی برکت سے ہو سکتا ہے اللہ

(۱) صحیح مسلم، کتاب الایمان، باب بیان عدد شعب الایمان ...



ہمارے ہاتھ پیروں میں برکت دے۔ اس میں سستی نہیں کرنی چاہیے۔

### سستی کا مقابلہ کیا جائے :

حضرت مفتی محمد تقی عثمانی رحمۃ اللہ علیہ کے اصلاحی خطبات میں لکھا ہے اگر کسی معمول کو پورا کرنے میں سستی ہو رہی ہو، تو وہی وقت انسان کے امتحان کا موقع ہے۔ فرض کریں آپ روزانہ چاشت کے دو یا چار نفل پڑھتے ہیں۔ ایک دن بلا وجہ سستی آگئی اور دل میں آیا کہ آج چھوڑ دیتا ہوں کون سے فرض ہیں۔ یہی دراصل امتحان کا موقع ہے! ایک صورت تو یہ ہے کہ سستی کے آگے ہتھیار ڈال دیں اور شیطان کی بات مان لیں۔ اس کا نتیجہ یہ ہوگا کہ آج ایک معمول پر ہتھیار ڈالا، کل یہ دوسرے معمول پر ہتھیار ڈلوائے گا اور آہستہ آہستہ آپ سستی کے تابع اور کابلی کے عادی ہو جائیں گے۔ دوسری صورت یہ ہے کہ سستی کا مقابلہ کر کے اس معمول پر قائم رہیں اور اُسے کر گزریں، محنت و مشقت کا ثواب ملے گا اور اس محنت و مشقت کی برکت سے اللہ تعالیٰ آئندہ بھی معمولات کا پابند بنا دے گا۔ فرماتے ہیں سستی کا واحد علاج اس کا مقابلہ کرنا ہے۔ اس کے آگے ڈٹ جانا ہے، ہمت سے مقابلہ کریں اور اس کا علاج سوائے ہمت کے اور کچھ نہیں۔ انسان سوچ لے کہ مجھے سستی کا مقابلہ کرنا ہے اور کوئی علاج نہیں اور کوئی وظیفہ یا آسان راستہ نہیں ہے۔ خود ارادہ کرنا ہے کہ مجھے اپنے وقت کا بہترین استعمال کرنا ہے، میں نے نیکیوں میں سستی نہیں کرنی، مومن کی متاع تو وقت ہے اور اگر وقت ہی ضائع کر دیا تو پھر کیا پایا۔

## نعمتوں کو بھول جانا

سورۃ النحل آیت نمبر ۵۳ میں اللہ تعالیٰ فرماتا ہے:

{وَمَا يَكُم مِّنْ نَّعْمَةٍ فَمِنَ اللَّهِ}

”اور جو بھی نعمت تمہارے پاس ہے وہ اللہ کی طرف سے ہے۔“

ہر نعمت اللہ کی دی ہوئی ہے۔ قرآن میں ہم بار بار اللہ کی عطا کردہ نعمتوں کا ذکر پڑھتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ ہمیں احساس دلاتا ہے کہ تم میری عطا کردہ نعمتوں کو محسوس کرو تا کہ تمہارے اندر شکرگزاری پیدا ہو۔ تم اللہ کی عبادت شکر کے جذبے کے ساتھ کرو، قرآن حکیم شروع ہی اس آیت ہوتا ہے:

{الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ} (الفاتحة: ۱)

”کل شکر گل حمد اللہ کے لیے جو تمام جہانوں کا رب ہے۔“

اللہ کی صفت ”رحمان“ و ”رحیم“:

”اللہ تعالیٰ کے ان دونوں ناموں، ”الرحمن“ اور ”الرحیم“ کے بارے میں علماء نے بہت کچھ لکھا ہے، بہت خوب صورت باتیں لکھی ہیں۔ کچھ علماء کا کہنا ہے کہ رحمان میں ایک شان ہے تو اللہ کی صفت رحمن کا مطلب ہوا ایسی ہستی جس نے وہ نعمتیں دیں جو ہم محسوس کر سکتے ہیں، جو اسِ خمسہ کی گرفت میں لا سکتے ہیں۔ اور رحیم کون؟ لطیف نعمتوں (Subtle blessing) کا دینے والا۔ جن کا اس وقت تک شعور نہیں ہوتا، جب تک وہ واپس نہ لے لی جائیں۔

مثال کے طور پر ہم سب جانتے ہیں کہ آنکھ نعمت ہے۔ اس آنکھ کے اندر جو نمی (moisture) ہے وہ کتنی بڑی نعمت ہے۔ بعض لوگوں کی آنکھیں خشک ہو جاتی ہیں، اُن کو آنکھوں میں شدید کھجلی رہنے لگتی ہے، مریضیں (soreness) لگتی ہیں، پھر اُن کو وہ دوا استعمال کرنے کو دی جاتی ہے جو آنکھوں کو نم رکھتی ہے۔ ہم آنکھیں کھول کے بیٹھے چلتے پھرتے ہیں کبھی یہ احساس ہوا کہ یہ پپونا جو اس وقت اُٹھا ہوا ہے یہ کتنی بڑی نعمت ہے۔ یہ بھی ایک بیماری ہوتی ہے کہ آنکھ کے پپوٹے یا تو بند نہیں ہو سکتے یا گھل نہیں سکتے۔ اس تکلیف میں بتلا لوگ نگاڑی چلا سکتے ہیں، نہ پڑھ سکتے ہیں، نہ پڑھا سکتے ہیں۔ یہ آنکھ کا پٹ خود بخود کھلا رہنا، کتنی بڑی نعمت ہے۔ یہ نعمتیں جب اللہ لے لیتا ہے تب ان کی قدر و قیمت کا احساس ہوتا ہے۔

## انگوٹھے کی نعمت:

یہ انگوٹھا جس کو ہم غیر شعوری طور پر استعمال کرتے رہتے ہیں، کبھی اس نعمت کا احساس ہوا؟ سکندر اعظم جب کوئی ملک فتح کرتا تو وہاں کے قیدیوں کے انگوٹھے کٹوا دیتا تھا۔ انگریز جب ہندوستان آئے تو بنگال میں بہت ہی خوبصورت ململ بنائی جاتی تھی۔ جس وجہ سے مانچسٹر کی فیکٹریوں میں بننے والا کپڑا نا کام ہو گیا، انگریزوں نے اُس ململ کے تمام ماہر کارگریوں کے انگوٹھے کٹوا دیے، اس طرح ململ کی صنعت ختم ہو گئی۔ اس ململ کا تھان روایت کے مطابق چھوٹی سی ڈبیہ میں سما جاتا تھا۔ انگوٹھا نہ ہو تو ہاتھ کام ہی نہ کر سکیں، نہ پکڑ سکیں، نہ باندھ سکیں، نہ توڑ سکیں، نہ کوئی چیز اٹھا سکیں۔ کتنے کام ہیں جن میں ہمیں انگوٹھے کی ضرورت پڑتی ہے۔ اگر انگوٹھا نہ ہو تو ہم ایک چائے کا مگ تو کیا ایک قلم، پنسل، سوئی تک نہ اٹھا سکیں۔

اگر کوئی ہم سے کہتا کہ ایک ہاتھ کا نقشہ (design) بنا دو تو ہم تو پانچوں انگلیاں ایک جیسی بنا کر لے جاتے۔ خیال بھی نہ آتا کہ اس انگوٹھے کا سائز اتنا ہو جتنا اللہ نے بنایا ہے۔ ذرا اس سے لمبا ہوتا تو بے کار ہو جاتا۔ اللہ نے ہر چیز کو مناسب رکھا، ذرا بڑا، ذرا چھوٹا رکھا، ہوتا تو گڑبڑ ہو جاتی۔ ہر انسان کو اُس کے جسم کے مطابق ہاتھ پاؤں دیے۔ انگلیاں ہاتھ پاؤں کی مناسب سائز کی دیں اور کمی خرابی نہیں رکھی۔ یہ انگوٹھا کتنی بڑی نعمت ہے۔ یہ خیال ہم کو کبھی نہیں آتا۔ اتنی نعمتیں ہیں جو ہمارے رب نے ہمیں دی ہیں۔

## نعمتوں کی بڑی تقسیم:

نعمتوں کو ہم دو بڑے حصوں میں تقسیم کر سکتے ہیں۔ ایک ہے ”أَضْوَالُ النِّعْمَةِ“ اور دوسری ”فُرُوعُ النِّعْمَةِ“ اصول بنا ہے اصل سے، اصل کہتے ہیں جڑ کو۔ یعنی وہ نعمتیں جو جڑ ہیں (primary blessings) اور فروغ (blessings secondary) شاخوں (branches) کو کہا جاتا ہے۔

(1) أَضْوَالُ النِّعْمَةِ یعنی اصل نعمتیں کیا ہیں، واقعی جن کو نعمت کہا جاسیے وہ کیا ہیں؟ ان میں زندگی، ایمان، ہدایت، صبر کی صفت، شکر کی صفت، نیکیوں میں دوڑ لگانا، عبادت میں تیزی دکھانا، اخلاق کا اعلیٰ ہونا وغیرہ۔ یہ ہیں اصل نعمتیں، یہ جڑ ہیں۔ یہی تو دراصل نعمتیں ہیں۔ یہ جتنی زیادہ ہوں گی نیکیوں کا پلڑا بھاری ہوگا، عبادت میں خشوع ہوگا، اخلاق بہترین ہوں گے، اتنا ہی آخرت

میں حساب ہلکا ہوگا، آدمی آگ سے دُور اور جنت اور کامیابی کے قریب ہوگا۔

خود اللہ تعالیٰ نے نعمتوں کے بارے میں فرمایا:

{ الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتْمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَرَضِيتُ لَكُمُ الْإِسْلَامَ دِينًا }

(المائدة: ۵)

”آج میں نے تمہارا دین کمال کو پہنچا دیا (مکمل کر دیا) اور میں نے اپنی نعمت تم پر مکمل کر دی

اور میں نے اسلام کو بطور دین تمہارے لیے پسند کر لیا۔

(2) فَرْوَعُ النِّعْمَةِ کیا ہیں۔ اس میں بہت سی چیزیں آتی ہیں۔ مثلاً صحت ہے، ذہانت ہے

زندگی کی سجاوٹ ہے۔ یہ بھی سب نعمتیں ہیں۔ اللہ تعالیٰ نے سورۃ الکہف میں فرمایا ہے کہ:

{ الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا } (الكهف: ۴۶)

”مال اور اولاد دنیا کی زندگی کی زینت ہیں۔“

”فروع النعمة“ کا مسئلہ یہ ہے کہ یہ جتنی زیادہ ہوں اتنا ہی آخرت میں حساب کتاب زیادہ

ہوگا۔ حساب دینا ہوگا کہاں سے آیا اور کہاں خرچ کیا اور کیسے خرچ کیا۔ اسراف کیا یا بخل کیا۔ اپنی

نعمتوں کی حفاظت بھی ہماری ذمے داری ہے۔ ہم انہیں خوش نصیبی اور خوش بختی کی علامت سمجھتے ہیں۔

مگر یہ سخت آزمائش کا باعث بھی ہیں۔ ان کے بارے میں قیامت میں بہت کچھ پوچھ گچھ ہونی ہے

اور اگر نافرمان ہے لیکن ساتھ ساتھ نعمتیں بھی بہت ملی ہوئی ہیں، روپے پیسے کی فراوانی ہے، خوب کھاتا

پیتا ہے، اولاد بھی بہت ہے تو اس کو ”استدراج“ کہتے ہیں۔ اللہ ری دراز کر رہا ہے یہ بہت سخت

آزمائش اور امتحان ہے۔ جب اللہ کا غصہ بہت زیادہ بھڑکتا ہے، تو پھر نافرمانی اور گمراہی کے ساتھ

ساتھ نعمتوں کی فراوانی بھی ہو جاتی ہے۔

### نسیان النعمة:

”نسیان النعمة“ کیا ہے؟ یہ کہ اصل نعمت کو بھول جانا۔ بڑی بڑی نعمتوں کو نظر انداز کرنا،

مثلاً ایمان اور ہدایت سب سے بڑی نعمتیں ہیں، عبادت اور شکر بڑی نعمتوں میں سے ہے، یہ سب

یکسر بھول جانا اور ان کی کوئی قدر نہ کرنا۔ اس کے برعکس دوسرے اور تیسرے درجے والی نعمتوں کو

مثلاً صحت، ذہانت اور زینت وغیرہ کو کُل سمجھ لینا۔ یہ بھی ممکن ہے کہ کسی کے پاس ”اصول النعمة“

نہ ہوں، بنیادی نعمتیں نہ ہوں لیکن دوسرے درجے کی نعمتوں سے مالا مال ہو۔ اگر کسی میں نہ ایمان

ہے نہ ہدایت ہے نہ شکرگزاری ہے نہ صبر ہے، نہ زندگی میں نیکیاں ہیں، کردار اور اخلاق بھی نہیں ہے اس کے باوجود بھی ایسے لوگوں کو اللہ صحت، اولاد، مال کی نعمت دے سکتا ہے اور دیتا بھی ہے۔ بلکہ ان میں مسلسل اضافہ ہوتا رہتا ہے اور جب یہ نعمتیں بہت زیادہ مل جاتی ہیں تو انسان سوچتا ہے کہ اللہ ان سے محبت کرتا ہے، اللہ کو یہ لوگ پسند ہیں۔ یہ نعمتیں، ہمارے ہاں اکثر، اللہ کی رضا اور پسندیدگی کی علامت سمجھی جاتی ہیں۔ اس وجہ سے وہ مزید گمراہی اور نافرمانی میں آگے سے آگے بڑھتے چلے جاتے ہیں۔ بالآخر وہ ہلاک کر دیے جاتے ہیں، اور قیامت کے دن کا ان کا حال تو قرآن میں بار بار بیان ہوا ہے۔

### اصول النعمة کے بغیر فروع النعمة، نعمت ہی نہیں:

آپ خود سوچیں کہ جب بنیاد ہی مضبوط نہ ہو یا موجود نہ ہو تو اس پر ایک مضبوط عمارت کھڑی رہ سکتی ہے؟ یا پھر کمزور جڑوں پر بھاری بھر کم درخت قائم رہ سکتے ہیں؟ وہ پھل اس پودے کی ہلاکت کا سبب بن جائیں گے، اگر پھل اور درخت کا بوجھ جڑیں نہ سنبھال سکیں تو یہ پھل درخت کو جڑ سے اکھاڑ کر پھینک دیں گی۔ ایسا درخت جڑوں سمیت گر جائے گا۔ یہی حال ان لوگوں کا ہوتا ہے جن کے پاس بنیادی نعمتیں نہیں ہیں لیکن دنیاوی نعمتوں کی بہتات ہے، ایسے لوگ انہی نعمتوں میں مگن ہو جاتے ہیں۔ علماء فرماتے ہیں کہ بھٹکنے سے زیادہ بڑی صرف ایک چیز ہے کہ گمراہی کے ساتھ ساتھ خود کو اللہ کا پسندیدہ سمجھا جائے۔ یہ گمراہی سے بھی بدتر ہے۔ اللہ تعالیٰ نے سورہ ہود میں فرمایا ہے:

{ وَلَئِنْ أَذَقْنَا لَعْنَاءَ بَعْدَ صَرَءَ مَسْتَه لَيَقُولَنَّ ذَهَبَ السَّيِّئَاتُ عَنِّي إِنَّهُ لَفَرِحٌ

فَخُورٌ } (ہود: ۱۰)

”جب ہم اس کو اپنی نعمت کا مزہ چکھاتے ہیں، کسی نقصان کے بعد جس نے اسے چھوا، وہ ضرور کہے گا میری برائیاں مجھ سے چلی گئیں۔ پھر وہ اترنے والا اور فخر کرنے والا بن جاتا ہے۔“

### دنیاوی نعمتوں میں آزمائش:

اگر کسی کے پاس بنیادی نعمتیں ہیں، اسلام ہے، ایمان ہے، ہدایت ہے، تقویٰ ہے، اخلاق ہے، نیک اعمال کی توفیق ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ فروع النعمة، دنیاوی نعمتیں بھی ہیں۔ دولت، صحت اور اولاد بھی ہے، آرزوئیں اور تمنائیں بھی پوری ہو رہی ہیں۔ لیکن اُس کی توجہ (focus)

اولاد پر، دولت پر، زینت پر بڑھ گئی۔ یعنی ایسا انسان جس کو اللہ نے دنیاوی نعمتوں کے ساتھ ساتھ، اخروی نعمتوں سے بھی نواز رکھا ہے مگر اس کا جھکاؤ دنیا کی طرف زیادہ ہو رہا ہے تو کبھی اللہ تعالیٰ کسی نعمت کو فوت کر دیتا ہے، دنیاوی نعمتوں میں سے کچھ واپس لے لیتا ہے تاکہ وہ دائمی نعمت کی طرف متوجہ رہے۔ کہیں ایسا نہ ہو کہ ثانوی چیزوں کی وجہ سے اصل نعمتوں کا احساس ختم ہو جائے۔ ابدی نعمتوں کو بچانے کی غرض سے سجاوٹ، زینت دنیاوی کو تھوڑا سا کم کر دیتا ہے۔ یہ اللہ کا کرم اور بڑی رحمت ہوتی ہے۔ یہ اللہ کی طرف سے اشارہ (knocking) ہوتا ہے کہ سنبھل جاؤ!

کسی جگہ ایک کمزور سامروں کا پیڑ تھا، اس پر بہت زیادہ پھل آئے، کسی نے کہا اس کے پھل اُتر والیں۔ یہ اتنے پھلوں کا بوجھ نہ سہا سکتا۔ تو اس کے جتنے پھل اُتر سکتے تھے اُتار لیے، باقی چھوڑ دیے گئے۔ اگلی دفعہ اُس پر اور زیادہ پھل آ گئے، اس وجہ سے وہ پیڑ کچھ فصلیں دے کر سوکھ گیا۔ انسانوں کے ساتھ بھی ایسا ہی ہوتا ہے۔ ہم بعض چیزوں کی خواہش اور تمنا کرتے ہیں کہ مل جائیں، اللہ نہیں دیتا۔ ہم گلہ شکوہ کرتے ہیں کہ اللہ سنتا نہیں، ہماری دُعا میں قبول نہیں ہوتی حالانکہ ہم زینت، سجاوٹ اور دنیاوی چیزوں ہی کی خواہش کرتے ہیں۔ مال سے متعلق، اولاد سے متعلق، اپنی ذہانت، اپنی شکل و صورت سے متعلق کوئی چیز ہوتی ہے، مگر اللہ نہیں دیتا۔ اس لیے روک لیتا ہے کہ اگر وہ چیز مل گئی تو ایسا نہ ہو کہ ہم اتنے بھاری ہو جائیں کہ اپنی جڑوں پر قائم نہ رہ سکیں، اصل نعمتیں عدم توجہی کا شکار ہو جائیں۔ اس پیڑ کی مثال سے سمجھ لیں۔ اس پیڑ کی جڑ بالکل مضبوط نہیں تھی اور وہ کھڑا نہیں ہو سکتا تھا، اس پر پھل لگ گئے تو بے چارہ پورا پیڑ ہی ختم ہو گیا۔ بعض دفعہ اگر ایمان انسان کے اندر مضبوطی سے جڑ نہ پکڑے یا اللہ سے تعلق بہت مضبوط نہ ہو، اور دنیا بہت خوب صورت بنا کر دے دی جائے تو ہو سکتا ہے کہ انسان بھٹک جائے اور اُس کا ایمان بے موت مر جائے۔ سواصل چیز کیا ہے کہ انسان اپنی اصل نعمت کو بیچانے کہ اللہ نے مجھے کیا نعمت دی ہے۔ کیوں کہ اگر اسلام ہے، ایمان ہے تو سب کچھ ہے، یہی کافی ہے اور کسی نعمت کی پھر ضرورت نہیں۔

خلاصہ کلام یہ کہ نعمت کی تین شاخیں ہیں۔

۱۔ ایک وہ نعمت جو دنیا اور آخرت میں فائدہ مند ہو، اس کے لیے دُعا کرنی چاہیے۔

{ رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ }

(البقرہ: ۲۰۱)

”ہمیں دنیا و آخرت دونوں طرح کی بھلائیاں عطا فرما اور آخرت کے عذاب سے بچا!!“

۲۔ کچھ نعمتیں ہوتی ہیں، دنیا کے لیے فائدہ مند اور آخرت کے لیے نقصان دہ۔

"Short term gains, long term loss"

یہ بہت تکلیف دہ، بہت بُری اور آخرت کا خسارہ ہی خسارہ ہیں۔

۳۔ کچھ ایسی نعمتیں ہیں، جو دنیا کے لیے نقصان دہ مگر آخرت کے لیے فوز و فلاح، کامیابی و کامرانی اور نجات کی باعث ہوتی ہیں مثلاً فروغ النعمۃ میں سے، یعنی دنیاوی زینت اور سجاوٹ میں سے کچھ کام ہو جانا یہ بذات خود ایک نعمت ہے۔ اگر کوئی نعمت جسے ہم نعمت سمجھتے ہیں وہ ہاتھ سے چلی جائے، چھن جائے تو ہم زیادہ افسوس نہ کریں۔ بس اِنَّا لِلّٰہِ وَاِنَّا اِلَیْہِ رَاجِعُونَ پڑھ لیں۔ اللہ نے فرمایا ہے۔

{عَسَىٰ اَنْ تَكْرَهُوْا شَیْئًا وَّہُوْ خَیْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ اَنْ تُحِبُّوْا شَیْئًا وَّہُوْ سَرٌّ لَّكُمْ}

(البقرہ: ۲۱۶)

”ہوسکتا ہے ایک چیز تم کو بُری لگ رہی ہو لیکن اُسی میں تمہارے لیے خیر ہو اور ایک چیز تم کو اچھی لگ رہی ہو لیکن وہی تمہارے لیے نقصان دہ ہو۔ کیوں کہ اللہ جانتا ہے تم نہیں جانتے۔“

ہوسکتا ہے دنیا کا کوئی چھوٹا سا نقصان ہو لیکن اس کی نسبت پتا نہیں، آخرت کے کتنے بڑے نقصان سے اللہ نے تم کو بچا لیا جو تم کو لاحق ہو جاتا۔

مسند احمد میں حدیث مبارکہ ہے۔ عبد اللہ بن عمرو رضی اللہ عنہما سے نبی اکرم ﷺ نے فرمایا ”چار باتیں، اور چار عادتیں ایسی ہیں کہ اگر وہ تم کو نصیب ہو جائیں، تو پھر دنیا اور اُس کی نعمتوں کے فوت ہو جانے اور ہاتھ نہ آنے میں کوئی مضائقہ اور کوئی گھٹا نہیں۔ امانت کی حفاظت، باتوں میں سچائی، حسن اخلاق اور کھانے میں احتیاط اور پرہیزگاری۔ اگر یہ چار نصیب ہو گئی ہیں تو ساری دنیا کی نعمتیں بھی چلی جائیں، تب بھی گھٹے کا سودا نہیں۔“

اللہ سے دُعا ہے کہ ”ہمیں نسیان النعمۃ سے اپنی پناہ میں رکھے۔ ایسا نہ ہو کہ ہم اپنے اسلام، اپنے ایمان اور اپنی زندگی کی قدر نہ کریں اور ہم ثانوی چیزوں کے اندر الجھ کر رہ جائیں۔“

## کراہیت الذم

”کراہیت“ (revulsion) کے معنی ہیں ناگواری اور ”ذم“ کہتے ہیں، کسی کی مذمت کرنا، بُرا بھلا کہنا۔ کراہیت الذم کا مطلب ہے کسی کی طرف سے مذمت کو ناپسند کرنا، اس سے ناخوش ہونا۔ کراہیت الذم دین پر عمل کرنے میں حائل ہو جاتی ہے۔ اس بیماری کی وجہ سے انسان معصیت کا ارتکاب کر بیٹھتا ہے، گناہ کر بیٹھتا ہے۔ یہاں تک کہ فرائض اور واجبات کو چھوڑ دیتا ہے صرف اس لیے کہ اس کے اندر کراہیت الذم پائی جاتی ہے۔

لوگوں کی طرف سے مذمت کی پروا نہ کریں:

انسان کو فطری طور پر تنقید ناپسند ہے۔ بلکہ تنقید کو پسند کرنا تو غیر فطری چیز ہے اور یہ چیز اچھی بھی نہیں کہ بلا وجہ انسان اپنے آپ کو تنقید کا ہدف بنائے۔ یہ چیز اسلام میں پسندیدہ نہیں کہ بلا وجہ ایسا کام کیا جائے جس پر تنقید ہو۔ ہاں اصولوں کی خاطر اور حق کی خاطر اگر تنقید سنی پڑ جائے تو اس پر کراہت نہیں ہونی چاہیے، یہ مطلوب ہے اگر یہ نہ کریں گے تو دین پر عمل نہ کر سکیں گے۔ صحابہ کرام کی اسلامی اقدار کے ساتھ مکمل وفاداری تھی۔ انہوں نے نبی اکرم ﷺ کی اطاعت کے دوران بہت سے ایسے کام کیے، ایسے فیصلے کیے جن کی وجہ سے ارد گرد کے قبائل کے لوگ ناراض ہوئے اور سخت مذمت کرنے لگے مگر وہ اس تنقید سے بے نیاز رہے۔ اپنے عمل پر اُس تنقید کو اثر انداز نہ ہونے دیا۔ قرآن مجید میں جب رسولوں کے قصے پڑھتے ہیں تو یہ بات ہمارے سامنے آتی ہے کہ رسولوں پر کس شدت کی تنقید ہوئی۔ کون سا الزام تھا جو کفار نے اور اللہ کے نافرمانوں نے رسولوں کی ذات پر نہ لگایا ہو۔ جادوگر، ساحر، مجنون کہنے سے لے کر اُن کی نیت پر شک کہ یہ ہم پر فضیلت حاصل کرنا چاہتے ہیں اور یہ کہ یہ تو ہمیں اپنے آباؤ اجداد کا نافرمان بنانا چاہتے ہیں۔ غرض یہ کہ لوگوں نے ہر طرح کی تنقید کی۔ لیکن رسولوں کے نمونے میں ہمیں ایک چیز نظر آتی ہے کہ انہوں نے اپنا موقف نہ چھوڑا۔ ثابت قدم رہے اور بالآخر اللہ نے اُنہی کو کامیاب فرمایا اور تنقید کرنے والے نامراد ٹھہرے۔ جو طریقہ رسولوں کا تھا، اُن کے ساتھیوں کا تھا اور ہمارے پیارے رسول اللہ ﷺ کا تھا، اور آپ کے صحابہ کرام رضی اللہ عنہم کا تھا، ہمیں بھی وہی طریقہ اختیار کرنے کی ضرورت ہے۔ دین کے معاملے میں ہمارے اندر کراہیت الذم نہیں ہونا چاہیے۔ دین کے معاملے میں اگر ہم اس بات کی فکر کریں گے کہ



ہمارے اس فیصلے کا لوگوں پر کیا اثر ہو رہا ہے؟ اگر ہم نے یہ کام شروع کیا تو لوگ کیا کہیں گے؟ وہ تنقید کریں گے، ناخوش ہو جائیں گے۔ اگر ہم بہت زیادہ ان چیزوں پر سوچیں گے اور لوگوں کی تنقید پر کراہیت محسوس کریں گے تو اتنی ہی اللہ سے دُوری بڑھتی چلی جائے گی۔ یعنی کراہیت اللہ اور بندے کے بیچ میں رکاوٹ بن جاتی ہے۔ تو اس کو ہٹانا ہوگا اور جب اس کو ہٹادیں گے تو تیزی سے ہم سیدھے راستے پر چل نکلیں گے۔ کراہیت الذم، محسن بننے کے راستے میں سب سے بڑی رکاوٹ ہے، اللہ تعالیٰ نے ہماری ذمہ داری رکھی ہے:

{ كُنْتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَتَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ }

(آل عمران: ۱۱۰)

”ہم نے بنایا ہے تم کو بہترین اُمت تاکہ تم لوگوں پر گواہ بن جاؤ“

گواہی دینے والا جب گواہی دینے کھڑا ہوتا ہے تو وہ یہ نہیں دیکھتا کہ اس کی گواہی کا کسی پر کیا ردِ عمل ہو رہا ہے۔ اس کی گواہی سے ملزم ناراض ہو رہا ہے، یا ملزم کا وکیل خفا ہو رہا ہے، یا اُس کے جان پہچان والے ناراض ہو رہے ہیں۔ اگر وہ یہ سوچتا رہے تو وہ گواہی دے نہیں سکتا۔ وہ یہ نہیں سوچتا کہ میری گواہی کس کو بڑی لگ رہی ہے اور اگر بڑی لگ رہی ہے تو گواہی نہ دوں۔ اس کو توجیح کہنا ہے۔ وَلَوْ كَرِهَ الْكَافِرُونَ وَلَوْ كَرِهَ الْمُشْرِكُونَ....

اس کو توجیح بولنا ہے چاہے کافروں کو، مشرکوں کو کتنا ہی برا لگے۔

اسلام ہمیں جو اقدار (values) دیتا ہے، ان کو اگر ہم آگے بڑھانا چاہتے ہیں تو کراہیت الذم کو راستے سے ہٹانا ہوگا۔ اسلامی اقدار دائی ہیں۔ ان کا ہمیں پرچار کرنا ہے، اُن کا بول بالا کرنا ہے۔ اس کے علاوہ اسلام کے جو اصول ہیں قرآن اور سنت کے جو احکام ہیں، یہ انسانوں کی پسندنا پسند کے تابع نہیں، بلکہ یہ انسانوں کو تابع کرنے کے لیے آئے ہیں اور جب انسانوں کو ان کے ہی فائدے کے لیے کچھ اصول دیے جاتے ہیں یا احکام دیے جاتے ہیں تو اکثر لوگوں کو اچھے نہیں لگتے، پسند نہیں آتے۔ لیکن بہر حال اُن کو نافذ کرنے کے لیے کوشش کرنی ہے۔ اسلام کی دعوت عین حق ہے۔ اور حق میں یہ طاقت ہوتی ہے کہ وہ لوگوں کے دلوں تک پہنچ جائے۔ انسانیت کا یہ حق ہے کہ انسانوں میں سے ہی کچھ گواہ کھڑے ہوں جو حق کی گواہی دیں، حق کی حفاظت کریں، چاہے حق کتنا ہی غیر مقبول کیوں نہ ہو۔ کوئی بات نہیں۔ حق اور حق بتانے والے کتنے بھی غیر معروف

(unpopular) ہو جائیں، کتنے بھی ناپسندیدہ ہو جائیں، یہ کرنا تو ہے۔ نبی اکرم ﷺ نے فرمایا ہے:

((بَدَأَ الْإِسْلَامَ غَرِيبًا وَ سَيَعُوذُ كَمَا بَدَأَ غَرِيبًا فَطُوبَىٰ لِلْغُرَبَاءِ)) (۱)

”اسلام کا جب آغاز ہوا تو اسلام اجنبی تھا، لوگ پہچانتے نہ تھے اور عنقریب یہ دوبارہ ایسا ہی اجنبی ہو جائے گا تو مبارک باد ہے اجنبی لوگوں کے لیے۔“

یعنی جو تنقید برداشت کر لیں لیکن اسلام کا ساتھ نہ چھوڑیں۔ آپ ﷺ نے یہ پیشین گوئی کر دی تھی کہ یہ عروج جو اسلام کو حاصل ہو رہا ہے یہ مستقل نہیں ہے۔ ایک زمانہ آئے گا کہ لوگ پھر اسلام کو بھول جائیں گے، قرآن و سنت سے بالکل غافل ہو جائیں گے، بدعتیں عام ہو جائیں گی، غیر اسلامی رسوم عام ہو جائیں گی اور اسلامی شعائر اجنبی ہو جائیں گے۔ ایسے زمانے میں جو بھی سنتوں کو زندہ کرنے کے لیے کھڑا ہوگا وہ غیر مقبول ہوگا، تنقیدیں ہوں گی، طنز اور طعنے زنی ہوگی، اس کو برداشت کرنا ہے، جھیل جانا ہے۔ ایسے لوگ جو اسلام کی تعلیم دیں، قول اور عمل سے، پورے وجود سے، حال سے تو پھر وہ اجنبی ہو جائیں گے۔ لیکن یہ فکر کی بات نہیں، یہ سب برداشت کر لیں ورنہ اگر یہ نہ کیا تو دین کے معاملے میں سمجھوتا کرنا پڑے گا۔ کراہیت الذم کے ساتھ ریا کاری ہوئی ہے یعنی اللہ کے دین کے بس وہ کام کرنا جو لوگوں کی نظر میں پسندیدہ ہوں۔

جس کو تنقید بڑی لگتی ہے پھر وہ یہ چاہتا ہے کہ میری تعریف ہوتی رہے، دین کا بس ایسا کام کروں کہ لوگ میری تعریف کریں۔ وہ چاہے گا کہ جو کام کروں لوگوں کو اُس کے بارے میں پتا چلے اور پھر میری تعریف ہو۔ اس طرح دکھاوے کا اور ریا کا شکار ہو جائے گا۔

اللہ تعالیٰ نے سورۃ المائدہ میں فرمایا ہے:

{يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا مَنْ يَرْتَدَّ مِنْكُمْ عَنْ دِينِهِ فَسَوْفَ يَأْتِي اللَّهَ بِقَوْمٍ يُحِبُّهُمْ وَيُحِبُّونَهُ أَذِلَّةٌ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ أَعِزَّةٌ عَلَى الْكَافِرِينَ يُجَاهِدُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا يَخَافُونَ لَوْمَةَ لَائِمٍ} (المائدة: ۵۴)

”اے لوگو جو ایمان لائے ہو، جو کوئی تم میں سے پھر جائے گا دین سے تو عنقریب اللہ ایسی قوم لے آئے گا کہ وہ محبت کرے گا اُن سے اور وہ لوگ محبت کریں گے اللہ سے۔ بہت نرم ہوں

(۱) صحیح مسلم، کتاب الایمان، باب بیان ان الاسلام بدأ غریبا ...

گے مومنوں پر اور بڑے سخت ہوں گے کفار کے اوپر، وہ جہاد کریں گے اللہ کی راہ میں اور کسی ملامت کرنے والے کی ملامت سے نہیں ڈریں گے۔ یہ تو اللہ کا فضل ہے جسے چاہتا ہے دیتا ہے اور اللہ بڑی وسعت والا علم والا ہے۔“

یہ خوبیاں معمولی نہیں بلکہ یہ تو اللہ سے مانگنے کی چیز ہے کہ ”اے اللہ! ایسا نہ ہو کہ ہم کراہیت الذم کا شکار ہو کر دین کا کام چھوڑ دیں۔“ اللہ تعالیٰ سے بہت دُعا کرنی چاہیے کہ اللہ تعالیٰ ہمیں اس بیماری سے بچالے۔ یہ چیز دین کے معاملے میں انسان کو آگے نہیں بڑھنے دیتی، جو بھی دین کے راستے پر چلے گا، خاص کر ایسے معاشرے میں جہاں دین اجنبی ہے اُس کو تنقید کا سامنا تو لامحالہ کرنا ہوگا۔ لہذا اس کے لیے پہلے سے تیاری کر لیں۔ جب انسان ذہنی طور پر تیار ہوتا ہے تو مشکل حالات میں اُلٹے قدموں نہیں لوٹتا۔ اس معاملے میں قوت تصور کو بھی استعمال کرنا چاہیے۔ یوں تصور کریں کہ ہم دین کے راستے میں آگے بڑھنے کی کوشش کر رہے ہیں اور ہمارے راستے میں جو مشکلات آرہی ہیں اُن کا ہم سامنا کر رہے ہیں۔ خود سے حقیقی توقعات لگائیں گے تو صحیح تصور کو استعمال کر کے اپنے آپ کو ذہنی طور پر تیار کریں گے، پھر ان شاء اللہ اس راہ میں کراہیت الذم ہمیں نقصان نہیں پہنچائے گی۔

## کراہیت الموت

موت کے ذکر کو ناپسند کرنا، موت کے ذکر سے کترانا (Death Revulsion of) یہ ایک رواج بن چکا ہے اور یہ بات تہذیب کے خلاف سمجھی جاتی ہے کہ کہیں موت کا ذکر کیا جائے۔ یہ حقیقت ہے کہ انسان کو فطری طور پر موت پسند نہیں اسلام کا نکتہ نظر یہ ہے کہ موت کی تمنا نہ کی جائے یا موت کی دُعا تو نہ مانگی جائے لیکن موت سے کراہیت بھی نہ رکھی جائے یعنی اب نہ ہو کہ تم موت سے فرار حاصل کرنے کی کوشش کرو، موت کے بارے میں بالکل سوچو ہی نہ! اپنی گفتگو سے، اپنی سوچ سے موت کے لفظ کو اور موت کے تصور کو بالکل خارج کر دو، یہ ہے دراصل کراہیت الموت اور یدل کی کئی بیماریوں کا سبب بن جاتی ہے۔

موت سے چارہ نہیں:

موت تو آئی ہے۔ یہ ایک غیر متنازعہ حقیقت (undisputed fact) ہے، ایک اٹل حقیقت ہے۔ کوئی اللہ کو نہیں مانتا، رسول ﷺ کو نہیں مانتا، آخرت کے حساب کتاب کو نہیں مانتا لیکن موت کو تو سبھی مانتے ہیں کیوں کہ موت کو، مرتے ہوئے لوگوں کو سب دیکھ رہے ہوتے ہیں۔ عقلمندی یہ ہے کہ انسان اس کو زندگی کی ایک حقیقت سمجھ کر اس کے لیے تیاری کرے۔

اللہ تعالیٰ نے سورہ آل عمران میں فرمایا:

{كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ} (۱۸۵)

”ہر جان موت کا مزہ چکھنے والی ہے“

موت کے بارے میں کہا جاتا ہے ”Death is the best guard“ موت بہترین محافظ ہے۔ جب تک موت کا وقت نہیں آجائے گا موت نہیں آسکتی۔

{وَمَا كَانَ لِنَفْسٍ أَنْ تَمُوتَ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ كِتَابًا مُّوَجَّلًا} (آل عمران: ۱۳۵)

”اور کوئی جان مرنے والی نہیں مگر یہ کہ اللہ کی اجازت سے اور

ایک وقت جو مقرر کر دیا گیا ہے۔“

صحیح مسلم میں ایک حدیث حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا سے مروی ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

((مَنْ أَحَبَّ لِقَاءَ اللَّهِ أَحَبَّ اللَّهُ لِقَائَهُ وَمَنْ كَرِهَ لِقَاءَ اللَّهِ كَرِهَ اللَّهُ)) (۱)

”جو اللہ کی ملاقات کو پسند کرتا ہے، اللہ بھی اُس کی ملاقات کو پسند کرتا ہے، اور جو اللہ سے ملنے کو ناپسند کرتا ہے تو اللہ بھی اس سے ملنے کو ناپسند کرتا ہے۔“

((قَالَتْ عَائِشَةُ أَنَا لَتَكْرَهُ الْمَوْتَ قَالَ لَيْسَ ذَاكَ وَلَكِنَّ الْمُؤْمِنَ إِذَا حَضَرَهُ الْمَوْتُ بُشِّرَ بِرِضْوَانِ اللَّهِ وَكَرَامَتِهِ فَلَيْسَ شَيْءٌ أَحَبَّ إِلَيْهِ مِمَّا أَمَامَهُ فَأَحَبَّ لِقَاءَ اللَّهِ وَأَحَبَّ اللَّهُ لِقَائَهُ وَإِنَّ الْكَافِرَ إِذَا حَضَرَ بُشِّرَ بِعَذَابِ اللَّهِ وَعُقُوبَتِهِ فَلَيْسَ شَيْءٌ أَكْرَهَ إِلَيْهِ مِمَّا أَمَامَهُ كَرِهَ لِقَاءَ اللَّهِ وَكَرِهَ اللَّهُ لِقَائَهُ)) (۲)

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ میں نے عرض کیا ”یا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم اس سے مراد موت کو ناپسند کرنا ہے تو پھر تو ہم سب ہی موت کو ناپسند کرتے ہیں۔“ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ”نہیں! بلکہ موت کے وقت جب مومن کو اللہ کی رحمت، اُس کی رضامندی اور جنت کی خوش خبری دی جاتی ہے تو وہ اللہ کی ملاقات کو پسند کرنے لگتا ہے، پس اللہ تعالیٰ بھی اُس سے ملنے کو پسند کرتا ہے اور کافر کو موت کے وقت جب اللہ کے عذاب اور اُس کی ناراضی کی خبر دی جاتی ہے، تو وہ اللہ سے ملاقات کو ناپسند کرنے لگتا ہے۔ اللہ بھی اس سے ملنے کو پسند نہیں کرتا۔“

### موت کی تیاری:

بات یہ ہے کہ انسان اپنے آپ کو اس طرح تیار رکھے، کہ موت کے بعد اس کا انجام اچھا ہو، ورنہ اگر کراہیت رکھے گا تو وہ موت کی تیاری بھی نہ کرے گا۔ یہ ہے اسلام کا موت کے بارے میں تصور، موت کے ذکر سے کراہیت نہ ہو۔ موت کو حقیقت سمجھ کر انسان اُس کی تیاری کرتا رہے۔ اسی لیے ہم دیکھتے ہیں کہ موت کے بعد سوگ صرف تین دن کا ہے۔ بہت لمبا سوگ منانا، بہت زیادہ سوگ منانا، یہ حب دنیا کی علامت ہے۔ حد سے زیادہ افسوس کا اظہار کرنا دراصل کس بات کی علامت ہے! مومن تو ہمہ وقت موت کے لیے تیار رہتا ہے۔ اپنی بھی اور اپنوں کی بھی، اس کو پتا ہے مرنا سب کو ہے، جو پیدا ہوتا ہے وہ مرتا بھی ہے۔ چوں کہ وہ ذہنی طور پر اس کے لیے تیار ہوتا ہے تو وہ کسی کی موت کی خبر سن کر زیادہ پریشان نہیں ہوتا، اُس کے اعصاب بے کار (nervous break down) نہیں ہوتے، غشی اور بے ہوشی طاری نہیں ہوتی۔ اسلام تو موت کی خوب تیاری

(۱) صحیح مسلم، کتاب الذکر والدعاء والتوبة، باب من احب لقاء الله...

(۲) صحیح مسلم، کتاب الذکر والدعاء والتوبة، باب من احب لقاء الله...

کر دیتا ہے۔

موت کی تیاری کے بارے میں سورۃ الجمعہ میں اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے:

{قُلْ إِنَّ الْمَوْتَ الَّذِي تَفِرُّونَ مِنْهُ فَإِنَّهُ مُلْقِيكُمْ} (۸)

”اے نبی ﷺ ان سے کہہ دیجیے بے شک وہ موت جس سے تم فرار حاصل کرنا چاہتے ہو وہ تو تم سے ضرور مل کر رہے گی۔“

تم اس سے ملنا چاہو یا نہ ملنا چاہو، موت تم سے ضرور آ کر ملے گی۔ ہم اپنے معاشرے میں ایسے موقعوں پر جملے سنتے ہیں کہ اگر فلاں سے علاج کروالیتا تو نہ مرتا اگر اس بس یا جہاز پر نہ بیٹھتا تو نہ مرتا یہ سب کراہیت الموت کا اظہار ہے۔ یہ بھی سنتے ہیں کہ بے وقت مر گیا۔ حالانکہ بے وقت کوئی نہیں مرتا۔ ہر مرنے والا اپنے وقت پر ہی مرتا ہے نہ اُس سے پہلے، نہ اُس کے بعد بلکہ مقررہ وقت پر۔ اس کو کوئی ٹال (avoid) نہیں سکتا۔ یہ چیز ذہن اور دل میں جمادینی چاہیے، کہ وقت پورا ہو جائے تو نہ کسی کی عمر دیکھی جاتی ہے نہ ضرورت۔ نہ ہی رتبہ درجہ دیکھا جاتا ہے۔ سورۃ النساء آیت ۸۷ میں فرمایا:

{أَيْنَ مَا تَكُونُوا يَدْرِكَكُمُ الْمَوْتُ وَلَوْ كُنْتُمْ فِي بُرُوجٍ مُّشِيدَةٍ}

”جہاں کہیں تم ہو گے موت تم کو پالے گی، چاہے تم زبردست مضبوط گچ کیے ہوئے قلعوں کے اندر ہو۔“

**موت کو یاد رکھنے کے فوائد:**

جو شخص موت کی تیاری کرتا رہتا ہے، جیسے کہ نبی اکرم ﷺ نے فرمایا کہ ”کثرت سے موت کو یاد کرو“ تو اس کا فائدہ کیا ہوتا ہے؟ انسان کے اندر قناعت (Contentment) آ جاتی ہے، اس کو یاد رہتا ہے کہ اس دنیا میں بہت تھوڑی دیر رہنا ہے، اس لیے جتنا اُس کے پاس ہوتا ہے، اُسی پر مطمئن ہو جاتا ہے۔ دوسرا فائدہ یہ کہ اس میں نیکی کرنے کا شوق اور رغبت پیدا ہو جاتی ہے۔ اس کو پتا ہے کہ موت کے بعد نیکیاں ہی فائدہ دیں گی، نیکیاں کمانا آسان ہو جاتی ہیں، بلکہ ہو جاتی ہیں بلکہ انسان کی زندگی کا مقصد بن جاتی ہیں۔ انسان نشاط کے ساتھ نیکی کرتا ہے۔ نشاط ایک قسم کی قوت (energy) ہے جو انسان کے اندر پیدا ہوتی ہے۔ یہ نیکیاں کرنا خوش گوار اور دل چسپ بنا دیتی ہے۔ جس کو ہم شرح صدر بھی کہتے ہیں یعنی کھلے دل کے ساتھ، خوشی خوشی عبادت کرتا ہے۔ انسان

نیکیوں کی طرف لپکتا ہے۔ موت کو یاد رکھنے کا تیسرا فائدہ یہ ہے کہ جوں ہی کوئی گناہ ہو جائے تو فوراً ہی استغفار کر لیتا ہے اور اللہ سے مغفرت اور معافی چاہتا ہے اور فوراً رجوع کر لیتا ہے، منیب ہو جاتا ہے، اللہ کی طرف رجوع کرنے والا ہوتا ہے۔

موت سے فرار کفار کی علامت:

موت سے فرار کفار اور منافقوں کی خاص نشانی ہے۔ ہمیشہ زندہ رہنے کی تمنا ان کا خاصہ ہوتا ہے۔ دنیا میں مگن، خوش اور مطمئن لیکن موت بھولی ہوتی ہے۔ سورۃ البقرہ میں ہے:

{يَوْمَ أَحَدُهُمْ لَوْ يُعْمَرُ أَلْفَ سَنَةٍ} (البقرہ: ۹۶)

”کہ ان میں تو ہر ایک چاہتا ہے کہ اس کی ہزار برس کی زندگی ہو جائے۔“

یعنی مرنا نہیں چاہتے، دنیا ہی میں رہنا چاہتے ہیں۔ علامہ اقبال کا ایک فارسی شعر ہے:

نشان مرد مومن با تو گویم چوں مرگ آید تبسم بر لب اوست

یعنی مرد مومن کی نشانی یہ ہے کہ جب موت آتی ہے تو ان کے چہروں پر مسکراہٹ آ جاتی ہے۔

اس لیے کہ محبوب سے ملاقات میں جو چیز حائل ہے وہ یہ زندگی ہی تو ہے۔

یہ زندگی ختم ہوگی، موت آئے گی تو اللہ تعالیٰ سے ملاقات ہوگی۔ ایک بہت متقی اور اللہ والے

ہمارے جاننے والے ہیں۔ اُن کا ایک دفعہ فون آیا۔ کہنے لگے: مجھے آپ کو دو خبریں سنانی ہیں، ایک

بُری خبر اور ایک اچھی۔ بُری خبر یہ ہے کہ مجھے سرطان ہو گیا ہے اور ڈاکٹروں کا کہنا ہے کہ میں اب چند

مہینے کا مہمان ہوں اور اچھی خبر یہ ہے کہ عنقریب میں اپنے رب سے ملنے والا ہوں۔

یہ بات وہی کہہ سکتا ہے جس کے دل میں واقعی اللہ سے محبت ہے۔ ایسے انسان کے لیے موت

اتنی ڈراؤنی، خوفناک اور بھیانک نہیں رہتی۔ اسلام کا ایک بڑا احسان یہ ہے کہ موت سے کراہیت

نکال دی، خوف اور ڈر نکال دیا ہے کہ پتا نہیں کیا ہوگا، دسو سے اور اندیشے نکل گئے ہیں کہ مرنے کے

بعد کیا ہوگا۔ ہمیں ٹھیک ٹھیک بتا دیا گیا ہے کہ ہمارے ساتھ مرنے کے بعد کیا ہوگا۔ ہم خود اپنی

آخرت کو بنانے اور بگاڑنے والے ہیں۔ قرآن اور حدیث مبارکہ نے پوری طرح تیار اور باخبر کر دیا

ہے موت سے، یہ تو سارے موت کو یاد رکھنے کے فائدے ہیں۔

موت سے فرار ہونے کی خرابیاں:

جو شخص موت سے فرار حاصل کرنا چاہتا ہے اُس میں تین خرابیاں پیدا ہو جاتی ہیں: حرص اور

طرح آجاتی ہے اور قناعت ختم ہو جاتی ہے۔ بس نہیں چلتا کیا کچھ جمع کر لے، جو ہاتھ آئے اُس کو بھورتا چلا جاتا ہے۔ اُس کی ہوس اور حرص پوری نہیں ہوتی۔ دوسرے گناہوں کی کثرت ہو جاتی ہے، کیوں کہ موت اُس کو یاد ہی نہیں رہتی۔ تیسرے یہ کہ گناہوں اور نافرمانیوں پر کوئی شرمندگی اور افسوس نہیں ہوتا۔

نبی اکرم ﷺ نے فرمایا:

((أَكْثُرُوا إِذْ كُرْهًا ذِمَّ اللَّذَاتِ)) (۱)

”کثرت کے ساتھ لذتوں کو ختم کرنے والی چیز موت کو یاد کیا کرو“

حقیقت کو جاننا ہی علاج ہے:

ایک پیاری سی دعا ہے

((اللَّهُمَّ أَرِنَا حَقِيقَةَ الْأَشْيَاءِ كَمَا هِيَ)) (۲)

”اے اللہ! تو دکھا دے مجھے چیزوں کی اصل حقیقت جیسی کہ وہ ہیں۔“

ہم بھی اللہ تعالیٰ سے یہ دُعا کریں کہ اس دنیا کی حقیقت جتنی ہے وہ ہمیں بتا دے اور ہمارے دل کو قرار دے دے۔

تو اللہ کرے ہمیں چیزوں کی حقیقت صحیح طرح سے نظر آجائے۔ ہم موت سے فرار حاصل کرنے کا نہ سوچیں! اس لیے کہ موت سے فرار ممکن نہیں۔ موت کو یاد رکھیں گے تو تیاری بھی کریں گے۔ شیطان کا سب سے بڑا حملہ یہی ہوتا ہے کہ وہ ہمیں ہماری موت بھلا دے۔ زندگی کو آنکھوں میں سجادے، خوب صورت کردے اور اتنا اس میں مصروف اور مشغول کر دے کہ ہم ہر حقیقت سے غافل ہو جائیں۔ یہ دنیا فانی ہے ختم ہو جانے والی ہے اور ہمیں اس کو چھوڑ کر جانا ہے۔ اللہ کرے ہم موت کو یاد رکھ سکیں اور تیاری بھی کر سکیں۔

(۱) صحیح البخاری، کتاب الرقاق، باب من احب لقاء الله...

(۲) جامع الرمذی، کتاب صفة القيامة و الرقاق، باب منه...







اغراض و مقاصد

عربی زبان کی تعلیم و ترویج

قرآن مجید کے مطالعے کی عام ترغیب و تشویق

علوم قرآنی کی عمومی نشر و اشاعت

ایسے نوجوانوں کی مناسب تعلیم و تربیت جو تعام و تعلیم قرآن کو اپنا مقصد زندگی بنالیں

ایسی قرآن اکیڈمی کا قیام جو قرآن حکیم کے فلسفہ و حکمت کو وقت کی اعلیٰ ترین علمی سطح پر پیش کر سکے

انجمن خدام القرآن

ہندہ، کراچی، رجسٹرڈ

مرکزی دفتر: B-375، پہلی منزل، علامہ شبیر احمد عثمانی روڈ، بلاک 6

گلشن اقبال، کراچی۔ پاکستان۔

+92-21-34993436-7

info@QuranAcademy.com