

آرام بخش اسباب و عوامل

<?xml encoding="UTF-8">

اس کے ہم کلاس طلبہ اس کی بڑی تعریف کر رہے تھے اور اس کے گھر والے بھی داد و تحسین کی نگاہوں سے اسے دیکھ رہے تھے اس کے سامنے بڑا اور فیصلہ کن امتحان تھا۔ لیکن آقا رضا بڑے اطمینان کے ساتھ اپنی کامیابی کی بات کر کے دوسروں کو امید دلا رہا تھا۔

اس کا سکون و اطمینان زبان زد عام و خاص تھا، وہ بڑی اچھی طرح سوجاتا اور آسانی کے ساتھ اٹھ جاتا تھا۔ منظم اور ٹائم ٹیبل کے حساب سے اپنے درسوں کو پڑھتا تھا اور اپنے کاموں کو انجام دیتا تھا بغیر کسی بے چینی و اضطراب کے بغیر کسی درد سر یا پریشانی کے۔

آخر اس کے پاس کیا تھا؟ اس نے کیا کیا تھا اور کس طرح زندگی بسر کر رہا تھا کہ اس قدر پر سکون تھا؟ آئیے انہیں سوال کو قرآن کی آیتوں اور معصومین (ع) کی حدیثوں کے سامنے رکھتے ہیں اور انہیں سے جواب طلب کرتے ہیں۔ آیات و روایات ہم سے کہتی ہیں کہ: سکون و اطمینان کے عوامل و اسباب کی معرفت حاصل کرو پھر ایک ایک کر کے سب کو اپنے اندر ایجاد کرو اور ہر چیز سے پہلے دھیان رکھو کہ سچا سکون اور حقیقی اطمینان تو بس اللہ کے دوستوں کا نصیب ہے۔ معصوم کا ارشاد ہے:

(اذا احب الله عبدا زينه بالسكينة والحلم)۔ 1 اللہ جب کسی بندے کو دوست بنا لیتا ہے تو اسے سکون و وقار اور حلم و برد باری کی زینت سے آراستہ کر دیتا ہے۔ قرآن مجید میں بھی ارشاد خداوندی ہوتا ہے: (هو الذي انزل السكينة على قلوب المؤمنين)۔ 2 خدا ہی نے تو مومنین کے دلوں پر سکون و اطمینان نازل کیا ہے۔

1. ایمان اور یقین

آدمی کے اندر اضطراب و بے چینی کا سب سے بڑا سبب اس کے ذہن و روح میں پیدا ہوجانے والا شک و شبہ ہے، انسان کا ہمیشگی شک و شبہ جو ہر انسان کے فکری بلوغ کے دور میں اس پر غالب رہتا ہے اور انسان کو کائنات، مخلوقات اور خالق ہستی، حقیقت زندگی وغیرہ کے بارے میں سوچنے پر مجبور کرتا ہے یہ سارے شکوک و شبہات اگر چہ بڑے پرانے اور بشریت کے ہم زاد ہیں لیکن یہی شکوک و شبہ ہر نوجوان کے لئے نئے اور تازہ اور خوف و ہراس پیدا کرنے والے ہوتے ہیں۔

جوانوں کا دل ان شکوک و شبہات کی جولانگاہ میں دھڑکتا ہے اور نوجوان سکون و اطمینان کو کھو دیتا ہے اور سوالات اشکالات اور شکوک و شبہات کے طوفان میں ایسا گرفتار ہوجاتا ہے کہ وہ اپنی ذات میں اپنے اندر موجود صلاحیت و قابلیت اور توانائی میں بھی شک و شبہ کرنے لگتا ہے اور اس پر اضطراب راہ کے آخری موڑ پر صرف حقیقت اور صداقت ہے کہ جو اس طوفان دریامیں سکون و اطمینان کا ساحل اور جان و روح انسانی کے لئے لنگر کا کام کرتے ہیں حضرت امام جعفر صادق (ع) فرماتے ہیں:

(القلب، ليتجلجل في الجوف يطلب الحق فاذا اصابه اطمأن وقر) 3 دل انسان کے سینہ میں دھڑکتا رہتا ہے اور حق کا تلاش میں رہتا ہے اور جونہی حق کو پالیتا ہے مطمئن اور پر سکون ہوجاتا ہے۔

اس ظاہر اور ہویدا حقیقت پر دسترسی جب بھی تسلیم کی منزل میں آجائے اور انسان کو اس پر یقین ہو جائے تو یہ اعتقاد و یقین ثمر بخش ہو جاتا ہے پھر اس سے ایمان پیدا ہوتا ہے اور سکون و اطمینان میں

پائیداری و استحکام آجاتا ہے اور اس صورت میں دل کو سکون و سکینۃ الہی کے نزول کا مرکز بنا دیتا ہے ارشاد معصوم ہوتا ہے:

(المؤمنون هم اهل الفضائل هديهم السكوت واولئك المؤمنون المطمئنون) 4 مومنین ہی تو اہل فضائل و کمالات ہیں ان کی سیرت، سکوت ہے اور وہی لوگ اطمینان سے سرشار مومنین ہیں۔

2. خدا کی یاد

جو انسان، ایمان کی بدولت سکون و اطمینان حاصل کر لیتا ہے اسے چاہئے کہ کوشش کرے یہ نو مولود اطمینان اس کے دل کے اندر گھر کر جائے اور پھر تابندہ نور کی شکل اختیار کر لے تاکہ اس کے پورے وجود و جان و روح کو منور کر دے۔ اور یہ کام صرف اس کی بنیاد کا پاس و لحاظ رکھ کر ہی ممکن ہے یعنی ہمیشہ خدا کی یاد میں تازہ رکھنا اور یاد خدا کے محکم قلعہ میں وارد ہوجانا۔

جو شخص خدا کی یاد کو بھلا دیتا ہے وہ زندگی کے تلخ اور تھکا دینے والے حادثات میں وحشت زدہ ہوجاتا ہے اور اپنا سکون و اطمینان کھو بیٹھتا ہے۔ لیکن با ایمان اور قدرت و رحمت خدا یاد رکھنے والا انسان، حوادث کی سختیوں کا خدا کی بے کراں قدرت سے مقایسہ کرتا ہے اور حادثات کی خرابی اور سختی سے پیدا شدہ رنج آور صورت حال کا خدائے بزرگ کے لطف و کرم اور اس کی مہربانیوں سے موازنہ کرتا ہے تو پھر اپنی تقدیر سے بھلے ہی بڑی مبہم مشکوک ہی کیوں نہ ہو۔ اپنے دل میں بے قراری و اضطراب کو نہیں آنے دیتا کیونکہ وہ اچھی طرح جانتا ہے کہ سارے امور کی باز گشت خدا کی طرف ہے ارشاد ہوتا ہے:

(الی اللہ ترجع الامور... والیہ المصیر) 5 سارے امور کی باز گشت بالاخر خدا کی طرف ہے اور اس کی طرف سب کی باز گشت ہے۔

تمام قدرت و طاقت سے بڑی قدرت و طاقت والے تمام ارادوں کے اوپر غالب ارادے والے تمام پناہ طلبوں کی پناہ، بھر پور نعمتوں بے شمار وبے انتہا نعمتوں کے مالک خدا کی یاد، انسان کو چھوٹے بڑے، تلخ و شیرین، سخت و آرام ہر حادثات میں انسان کو سکون و قرار عطا کرتی ہے یہی وجہ ہے کہ حضرت علی ابن ابی طالب (ع) سورۃ

رعد کی، 28 ویں آیت کو بیان کرتے ہوئے فرماتے ہیں:

(ذکر اللہ جلاء الصدور وطمأنیۃ القلب) 7 اللہ کی یاد سینوں کی جلا اور دلوں کا سکون و اطمینان ہے۔

اس جگہ اہم نکتہ، ذکر خدا کی کیفیت اور خدا کی یاد کے طریقہ پر ہے۔ زبانی اذکار و ادوار کی قرائت ان راہوں میں سے ایک راہ ہے دوسری راہ نیک اعمال اور اطاعت الہی بجالانا ہے کہ جس میں بہترین اطاعت و عمل، نماز ہے۔ نماز پیغمبروں اماموں اور ہمارے دینی پیشواؤں کی ہمیشہ پناہ گاہ رہی ہے حضرت حذیفہ جنا ب رسول خدا (ص) کے بارے میں فرماتے ہیں:

(کان النبی اذا احزنہ امر صلی) 8 رسول خدا (ص) کو جب کوئی مشکل رنجیدہ و محزون کرتی تھی تو آپ نماز پڑھتے تھے۔ حضرت علی ابن ابی طالب (ع) بھی جب کسی چیز سے کبیدہ خاطر ہو تے تھے تو نماز کی پناہ لیتے تھے اور نماز کے بعد اس آیت کریمہ کی تلاوت کرتے تھے:

(استعینوا بالصبر والصلاة) 9 صبر اور نماز سے مدد طلب کرو۔ حضرت امام جعفر صادق (ع) تمام امتیوں کو

نماز کی تاکید کرتے ہیں اور آپ اس طرح فرماتے ہیں:

(مايمنع احدکم اذا دخل علیہ غم من غموم الدنيا ان يتوضا ثم یدخل مسجده ویرکع رکعتین فیدعوا اللہ فیہما اما سمعت اللہ یقول: استعینوا بالصبر والصلاة) 11 تم لوگوں کو کون سی چیز مانع ہو رہی ہے کہ جب تم میں

سے کسی کے اوپر غم و مشکلات دنیا کا سامنا ہو جائے تو وضو کرے اور اپنے مصلے پر آکر دو رکعت نماز پڑھے پھر خداسے دونوں رکعت میں دعا کرے کیا تم نے خدا کا یہ قول نہیں سنا ہے (صبر اور نماز سے مدد طلب کرو)؟

3۔ نڈرھونا

خوف و ہراس، اضطراب و بے چینی کا اہم سبب ہے۔ زندگی وحشتناک حالات ہمیں بے چین کردیتے ہیں اور ہمارے سکون و قرار کو چھین لیتے ہیں اور ہمیں بجائے اس کے کہ ناگوار حادثہ اور مشکلات کا ڈٹ کر مقابلہ کریں فرار اختیار کرنے کی دعوت دیتے ہیں۔ خوف ہمارے اندر عزم و ارادہ کی قوت و قدرت کو کمزور کردیتا ہے اور جسمانی صدمات کے علاوہ دل کی تپش، رگوں کو سرد اور ہماری روح و جان اور ارادہ کو سست بنا دیتا ہے کہ جس کا نتیجہ ناتوانی و کمزوری کا احساس ہمیں ستانے لگتا ہے اور ہم پناہ گاہ ڈھونڈنے لگتے ہیں اور جب پناہ کے چکر میں پڑجاتے ہیں تو پھر ناامیدی و بے اعتمادی پر اس کا خاتمہ ہوتا ہے۔ اسلامی روایات نے ہمیں اس قسم کے لاعلاج مرض اور لا ختم نہ ہونے والی مشکل سے مقابلہ ہونے کا دو راستہ اور دوراہ حل بتلاتی ہے۔

الف) عملی راہ حل

اس روش کے بارے میں حضرت امیر المومنین علیہ السلام فرماتے ہیں:

"اذھبت امرأ فقع فیہ؛ فان شدة توقیہ اعظم مما تخاف منہ؛" 12 جب تمہیں کسی چیز سے خوف و وحشت ہو رہی ہو تو خود کو اس میں ڈال دو کیونکہ اس سے بچتے رہنے کی سختی و پریشانی کہیں بڑی ہے کہ جس سے تم ڈر رہے ہو قابل ذکر بات یہ ہے کہ مقابلہ اور مشق بار بار، بتدریج اور مسلسل ہونا چاہئے اور نیچے سے اوپر یا کم سے شروع ہو کر زیادہ کی طرف جانا چاہئے یعنی چھوٹے چھوٹے حادثوں اور کم خوف والے مسئلوں سے شروع کرنا چاہئے اور ورزشی مشقوں کی طرح جب چھوٹے سے خوف ختم ہو جائے اور اس سے سامنا اس کے لئے آسان ہو جائے تب بڑے حادثوں اور خطرناک اور خوفناک مسئلوں سے مقابلہ کرنا چاہئے اس کی مثالیں بہت ہیں جیسے تفریحی سفر میں پہلے چھوٹے سے پہاڑ پر چڑھنا، کلاس میں کوئی چیز پڑھنا، کوئی چھوٹا سا مقالہ لکھنا یا قبرستان کی تاریکی میں ٹھہرانا یارات کی تاریکی کے خوف کو دور کرنا وغیرہ۔

ب) فکری راہ حل

خوف و ہراس کو ختم کرنے اور اس سے پیدا ہونے والی بے چینی کو دور کرنے کے لئے فکری راہ حل وہی ہے جسے پہلے عامل یعنی خدا کی یاد میں بتلایا گیا جس طرح پہلے عامل میں قوت ایمان و یقین کی طرف اشارہ ہوا وہ اس جگہ بھی کارساز ہو سکتا ہے 'خدا کی صحیح معرفت اور اس سے معرفت کا زندہ و پائندہ رکھنا اور روح کی گہرائیوں میں یقین و باور کو اتار لینا انسان کی شخصیت کو صحیح معنوں میں سنوارتا ہے حضرت امیر المومنین علیہ السلام نے ان دونوں کی طرف اشارہ فرمایا ہے:

"الجبن والحرص والبخل غرائز سوء یجمعها سوء الظن بالله سبحانه؛" 13 خوف و ہراس، حرص و طمع اور بخل

وکنجوسی، بری خصلتیں ہیں جو خدا پر سوء ظن سے پیدا ہوتی ہیں 'نیز جناب امیر علیہ السلام کا ارشاد ہے:

"شدة الجبن من عجز النفس وجعف اليقين؛" 14 زیادہ خوف و وحشت ' نفس کی ناتوانی اور خد اپر کمزور یقین سے پیدا ہوتا ہے فکری راہ حل کی تلاش میں رہنے والے انسان خوف کو بھی کامیابی ایک سبب سمجھتے ہیں اور شکست کو عبرت حاصل کرنے کا اور کامیابی کا ایک مقدمہ سمجھتے ہیں وہ لوگ حتیٰ کہ اپنے اضطراب کو ظاہر کرنے اور اپنے خوف کی جلوہ نمائی سے اپنے دل کے اندر ڈر نہیں بسنے دیتے بلکہ خوف و دہشت کو مزید کوشش کا انگیزہ سمجھ لیتے ہیں۔ مثلاً امتحان میں فیل ہونے کے خوف کو شب بیداری اور درس پڑھنے کا عامل، فقر و فاقہ کے خوف کو سعی و تلاش اور کام کا انگیزہ، مقبول نہ ہونے کے خوف کو اپنے اندر پوشیدہ کمالات اور صلاحیت کو رشد و نمو دینے کا موجب بنا لیتے ہیں ' پریشانی کو ناراضگی اور بے چینی کو پسپائی کا سبب نہیں سمجھتے۔ وہ لوگ جو بھی ہو جائے جتنی بھی چیخ و پکار کی جائے اپنے ارادے میں مضبوط اور، محکم اور ہو کر قدم آگے ہی بڑھاتے ہیں۔

4. خوش ہونا

اپنے سامنے مدرسہ کی گھنٹی بجنے کا تصور مسجم کرو' سوچو جس وقت رضا اپنا مقالہ پڑھتا تھا کلاس کے آخر میں سب ہنستے تھے رضا بھی مسکرا دیتا تھا اور اسے اپنے لئے تشویق و ترغیب سمجھتا تھا نہ کہ طنز آمیز ہنسی اور مسخرہ کرنا۔

خوش بین لوگ - مسکراہٹوں کو تشویق، بزرگ نمائی کو احترام ہاتھ ہلا دینے کو محبت کے اظہار کا وسیلہ سمجھتے ہیں وہ لوگ خوش بینی کے ذریعہ منفی افکار و خیالات کو اور واقعات پر بد بینی اور غلط توضیحات کو اور دوسروں کے سلوک و کردار کی غلط بیانی کو اپنے ذہن و فکر سے دور کردیتے ہیں اور اس روش کو اپنا کر وہ اپنے اندر سے بے چینی و بے تابی کے ایک اہم ترین عامل کو دور کردیتے ہیں۔ وہ لوگ جان بوجھ کر تھوڑی سے خوش بینی اپنے راہ کر لیتے ہیں اور اپنے دل کو قدرے سکون عطا کرتے ہیں بھلے ہی واقع میں انہیں سکون وا اطمینان نہ ہو۔ امام معصوم کا بیان، اس روش کی تائید کرتا ہے:

"خذ من حسن الظن بطرف تروح بہ قلبک و یروح بہ امرک؛ 15 خوش بینی اختیار کرو کہ اس سے تمہارے مضطرب دل کو قدرے راحت و آرام مل جائے گا اور تمہارے کام بھی آسانی کے ساتھ آگے بڑھیں گے۔ دوسری جگہ ارشاد ہوتا ہے "من لم یحسن ظنه استوحش من کل احد؛ 16 جو خوش بین نہیں ہوتا وہ ہر ایک شخص اور ہر شے سے وحشت کرتا ہے۔

خوش بین انسان ہر آواز کو اپنے خلاف نہیں سمجھتا ہر تحریک و حرکت کو اپنا مخالف نہیں گردانتا اس لئے نہ وہ ڈرتا ہے اور نہ بے چین ہوتا ہے وہ دوسروں پر اعتماد کرتا ہے اپنی مشکلات کے حل کے لئے دوسرے سے مدد چاہتا ہے اور اپنے کو خوف و ہراس اور اضطراب و بے چینی اور دوسروں سے دوری میں مبتلا نہیں کرتا۔ وہ اپنی مشکلات کو اپنے میں ہی منحصر کرنے اور سماج و معاشرہ سے دوری اختیار کرنے سے پرہیز کرتا ہے ایسا آدمی کام کو انجام تک نہ پہنچانے اور اپنی ذمہ داری کو نہ نبھانے کو برا سمجھتا ہے نہ کہ دوسروں سے مدد لینے کو۔

یہ بھی قابل ذکر بات ہے کہ خوش بینی کا دائرہ ماحول اور معاشرہ کی صلاح و فساد سے وابستگی کے باعث تنگ و وسیع بھی ہو سکتا ہے اور یہ انسان کا عقل اور شعور و ادراک ہے جو معاشرہ کی خوبی یا بدی کے پیش نظر اپنے اندر خوش بینی اور بد بینی کو منظم کرے۔ حضرت امیر المومنین (ع) فرماتے ہیں:

"إذا استولى الصلاح على الزمان واهله، ثم اساء رجل الظن برجل لم تظهر منه حوبة فقد ظلم وإذا استولى الفساد

علی الزمان واهله فاحسن رجل الظن برجل فقد غرر؛" 17 جس وقت درستگی و صلاح زمانے اور زمانے والوں پر حکم فرما ہو اگر کوئی کسی پر۔ بغیر اس کے کہہ اس سے کوئی گناہ سرزد نہ ہو۔ بد گمانی کرے تو اس نے ظلم کیا ہے اور جس وقت زمانے اور زمانے والوں پر فساد کا غلبہ ہو اگر کوئی کسی پر خوش بین رہے تو فریب کھایا ہے۔

5. عدم تصنع

ہم میں سے بہت سے لوگ مہمان یا نئے دوست کے آجانے پر اپنے آپ کو مرتب اور ٹھیک ٹھاک کرتے ہیں۔ کمرہ کو صاف ستھرا کرتے ہیں گھر کے ساز وسامان پر ہاتھ لگاتے ہیں اور انہیں منظم طریقہ سے رکھتے ہیں حتیٰ اپنے لحن ولہجہ میں تبدیلی لاتے ہیں اور بہت سے کلمات زبان پر جاری نہیں کرتے۔ یہاں تک تو ٹھیک اور طبیعی چیز ہے اور یہی صحیح ہے۔ لیکن اس سے پہلے یعنی اپنی جیب میں لگانے کے لئے کسی کے خوبصورت قلم کا قرض لینا، اپنے ہم کلاس کی خوبصورت کاپی لے کر اس کی ورق گردانی کرنا ماں باپ یا بھائی بہن میں سے کسی کے ذریعہ انشاء لکھ کر لے جانا یہ سب کا سب دکھاوا اور بے جا تکلف ہے اور انسان کے اضطراب و بے چینی میں اضافہ کا باعث ہے۔ اس لئے کہ دل میں قلق رہتا ہے کہ اگر قرض نہ دیا۔ اگر ہم کلاسی نے اپنی خوبصورت کاپی نہ دی اگر پتہ چل گیا کہ میرے ہاتھ لکھی ہوئی انشاء نہیں ہے وغیرہ وغیرہ یہ سب اضطراب کا باعث ہے اور ان سب کا موم کا مطلب ہے کہ انسان خود کچھ نہیں ہے اور اپنے اندر سے اپنے کو بزرگ و بڑا دکھانا چاہتا ہے یعنی بالکل ایک ہواسے پھولے ہوئے غبارہ کے مانند اس نے اپنے حقیقی وجود کے اوپر لگا رکھا ہے کہ جو ایک سوئی کے نوک لگ جانے سے سکڑ جائے گا یا اس کی ہوا ہوا ہو جائے گی۔ جب کہ آقا رضا یعنی ہمارا پر سکون ہم کلاسی ایسا نہیں ہے اس نے اپنی قدر قیمت پہچان لی ہے 18 وہ کہتا ہے کہ: میرے لکھنے کی قدرت و طاقت بس اتنی ہے میرا مطالعہ، میری فکر وسوچ، میری صلاحیت بس ایسی ہی انشاء نگاری کی اجازت دیتی ہے میں اپنی طاقت سے زیادہ ذمہ داری نہیں رکھتا ہوں۔ 19 میرے گھر کی اقتصادی حالت بس اس قسم کے قلم کاپی، بیگ اور جوتے و لباس کی اجازت دیتی ہے اور میں ان سے اس سے زیادہ کی امید بھی نہیں رکھتا، آقارضا حضرت امام امیر المومنین (ع) کی اس فرمایش پر ایمان رکھتا ہے:

اھنئ العیش اطراح الکلف؛ 20 گوارہ ترین زندگی تکلفات (اور بے جا دکھاوے) کا دور پھینکنا ہے۔ وہ کبھی امتحان میں کم نمبر لانے سے بے چین نہیں ہوتا کیونکہ اس نے اپنی توان بھر کوشش و سعی کی تھی وہ کبھی نقل کرنے کو سوچتا بھی نہیں کیونکہ وہ ضرورت بھر خوشنود تھا اور زبردستی دوسروں کے علم واگہی کو اپنے اندر مصنوعی اضافہ کو حقیقی ترقی اور واقعی علمی اضافہ نہیں سمجھتا۔ وہ خوبصورتی کو پسند کرتا ہے مگر حقیقی خوبصورتی کو وہ قدرت و توانائی چاہتا ہے مگر غیر واقعی طاقت کو نہیں، اس لئے اسے اپنی حقیقت کے اظہار اور اپنے اندر کی بات کے اظہار کرنے میں کبھی خوف و ہراس نہیں ہوتا اور نہ ہی اسے اپنے آپ کو پیش کرنے میں کسی قسم کا اضطراب لاحق ہوتا ہے۔

6. صداقت و صاف گوئی

سکون واطمینان ایجاد کرنے والا ایک دوسرا عامل جو دوسرے عوامل سے کسی طرح کم تر نہیں ہے صداقت و صاف گوئی ہے۔ کردار گفتار رفتاراور معاملات میں صداقت و سچائی سے پیش آنا اپنے آپ سے، دوسروں سے

دوستوں سے رشتہ داروں سے بلکہ تمام لوگوں سے سلوک و رفتار میں صاف گوئی و صداقت رکھنے سے انسان کا وجود ایک صاف شفاف وجود میں دھل جاتا ہے، آئینہ کبھی اپنے سامنے کی چیز کو جیسے ہے ویسی ہی دکھلا نے میں کسی قسم کا خوف و ہراس نہیں رکھتا۔ سچا و درستکار انسان بھی اس بات سے کہ دوسرے اس کی نیت و ارادہ اور اس کے جذبات و خیالات سے آشنا ہوں جائیں کوئی خوف و ہراس اپنے دل میں نہیں لاتا۔ سچائی و درستگی اپنے وسیع مفہوم کے ساتھ۔ تمام عقائد و افکار میں، نظریات و گفتار میں سلوک و کردار میں انسان کو سکون و اطمینان عطا کرتی ہے جس طرح کہ جھوٹ، شک و تردید کو اپنے ہمراہ لاتا ہے پیامبر اسلام (ص) کا ارشاد ہے:

الصدق طمانينة والكذب ريبة؛ 21 سچائی اطمینان بخش اور جھوٹ شک و تزلزل کا باعث ہے۔

7. نیکی و بھلائی

خیر و نیکی بھی سچائی کی طرح وسیع مفہوم کی حامل ہے اور اپنی تمام تر وسعتوں کے باوجود اس کے سکون و اطمینان میں بڑی تاثیر گذار ہے۔ ٹھیک اس کے مقابل برائی و بدی انسان کے متزلزل و مضطرب ہونے کا باعث ہے حضرت رسول خدا (ص) فرماتے ہیں:

الخیر طمانينة والشر ريبة؛ 22 خیر و نیکی اطمینان بخش اور بدی و برائی شک و تردید کا باعث ہے۔ اسی لئے نیک لوگ زیادہ سرگرم عمل اور آرام و پرسکون تر ہوتے ہیں بہتر کام کرتے ہیں اور زیادہ کام پیش کرتے ہیں (بہتر بھی زیادہ بھی) اسی لئے اپنی محنتوں اور کاموں سے رضایت و خوشنودی کا احساس کرتے ہیں اور بعد کی نیکیوں کے لئے مزید انرجی حاصل کر لیتے ہیں کیونکہ روح و جان کو نیکی کرنے اور نیک کام انجام دینے سے سکون و آرام ملتا ہے اسی لئے پیغمبر خدا (ص) نے فرمایا ہے:

البر ماسكنت اليه النفس واطمان اليه القلب والاثم ما لم يسكن اليه النفس ولم يطمئن اليه القلب؛ 23 نیکی وہ ہے کہ جس سے روح و جان کو سکون اور دل کو اطمینان حاصل ہو جائے۔ برائی وہ ہے کہ جس سے نہ روح و جان کو سکون حاصل ہو اور نہ ہی دل کو اطمینان نصیب ہو۔

تمام حلال اور نیک کام انسانی فطرت و روح کے لئے اطمینان بخش ہیں اور تمام حرام کام خیانتیں، جنایات اور نا فرمانیاں سکون و چین چھیننے والی ہیں 24 اس لئے بہت سے جرم جنایت کرنے والے دھوکہ دھڑی اور جعل سازی کرنے والے جرم و جنایت کرنے کے وقت بھی اور کرنے کے مدتوں بعد تک اضطراب و تشویش میں مبتلا رہتے ہیں اور یہی اندرونی کیفیت اور بد حالی، جرم و جنایت کشف کرنے والے اور سچ اور جھوٹ کا اندازہ لگانے والے اور جنایتکاروں کے کلام میں صداقت کا پتہ لگانے والے ماہرین کو جرم کشف کرنے کی توانائی عطا کرتی ہے۔

8. رضایت و خوشنودی

رضایت یعنی یہ کہ انسان کو اطمینان و یقین ہو کہ خداوند متعال ہمارے لئے برا نہیں چاہتا اور تمام مقدرات بشر کی منفعت کے لئے ہے یہاں تک کہ بلائیں سختیاں مصیبتیں اگر کوئی تمام چیزوں کو نعمت گردانے ہر چیز کو خوبصورت سمجھے اور خلقت میں خطا کو قبول نہ کرے تو اپنے کو اتنی سب نعمتوں کا مستحق نہیں سمجھے گا اور اتنی سب نعمتوں کے مقابلہ میں اپنے اعمال اور شکر گذاری کو بہتکم سمجھے گا۔ ایسا آدمی جو کچھ خدا نے اس کے لئے مقدر کر رکھا ہے اس پر قانع و راضی رہتا ہے نہ کسی چیز کا ہم و غم رکھتا ہے اور

نہ ہی مستقبل کی فکر اس کو ستاتی ہے اور اس طرح وہ سکون و اطمینان کے کمال تک پہنچ جاتا ہے حضرت امام جعفر صادق (ع) فرماتے ہیں:

الروح الراحة في الرضا واليقين، والهم والحزن في الشك والسخط؛ 25 چین و آرام رضا و یقین میں ہے اور ہم و غم اور رنج و ملال، شک و تردید اور ناراضگی میں ہے۔

یہ صحیح ہے کہ سکون و آرام کے لئے لوازم زندگی امنیت اور کام و کسب کی درستگی اور مناسب ذریعہ معاش ضروری ہے اور زندگی بغیر ان کے اجیرن ہے لیکن بہت سے انسان مادی زندگی کی بد حالی تہہ بہ تہہ فقر و تنگدستی میں بھی جو کچھ خدا نے ان کے واسطے مقرر کر رکھا ہے اس سے رضایت و خوشنودی کا اظہار کر کے بڑے سکون و آرام کی زندگی بسر کر رہے ہیں بلکہ اپنی زندگی سے بے حد راضی ہیں حضرت امام علی (ع) فرماتے ہیں:

ان اهنا الناس عيشا من كان بما قسم الله له راضيا؛ 26 لوگوں میں سب سے بہترین زندگی کا مالک وہ ہے جو خدا کی جانب سے اپنے لئے مقرر کردہ چیزوں پر راضی و خوشنود ہے۔ یہی امام ہمام رضایت و خوشنودی کو ہم و غم دور کرنے کا بہترین وسیلہ سمجھتے ہیں فرماتے ہیں:

نعم الطار للهم الرضا بالقضاء؛ 27 ہم و غم کو دور کرنے والا بہترین ذریعہ، خدا کے فیصلہ پر راضی و خوشنود رہنا ہے۔ آپ (ع) رضایت خوشنودی کو راحت و آرام کا بلا فصل ثمرہ اور بہترین نتیجہ گردانتے ہوئے کہتے ہیں:

ارض، تسترح؛ 28 راضی رہو آسودہ خاطر رہو گے۔

اتنی ساری تفصیلات کی روشنی میں یہ کہا جا سکتا ہے کہ جو معنی سست اور کahl لوگوں نے نکالا ہے اس کا کوئی نتیجہ نہیں ہے کیونکہ بغیر کوشش کئے ہوئے ہاتھ پر ہاتھ دھرے بیٹھے رہنے سے کوئی فائدہ نہیں ہے بغیر کوشش کے اللہ پر بھروسہ کو فقر و فاقہ سے باہر نکلنے کا بہانہ، کام نہ کرنے کا بہانہ سعی و تلاش سے فرار کا بہانہ نہیں قرار دیا جا سکتا۔ بلکہ خدا پر توکل و اعتماد کا مطلب ہے کہ اگر انسان اپنی تمام تر سعی و کوشش کے باوجود مصیبت زدہ یا فقیر رہ گیا اور طبیعی و انسانی مصیبتوں اور بلاؤں میں گرفتار ہو گیا اور اپنی ضروریات زندگی کی معمولی چیزیں بھی فراہم نہ کر سکا تو اسے چاہئے کہ عنصر رضا و خوشنودی سے توکل و اعتماد بہ خدا سے مدد مانگے تاکہ جسمانی پریشانیوں کو روحانی و معنوی اضطراب و بے چینی میں تبدیل نہ کر لے اور یہ یقین کر لے کہ سمندر کی اوپری سطح میں طوفان آتا رہتا ہے مگر اس کا کوئی اثر اس کی گہرائیوں میں نہیں ہوتا۔

ایک وضاحت

ایک مطلب جس سے غافل نہیں ہونا چاہئے یہ ہے کہ یہ عوامل و اسباب سکون و اطمینان۔ اللہ کی لایزال قدرت سے قابل تحصیل ہیں صرف اس کی عنایت و توجہ سے ہی یہ سارے عوامل ہمارے اختیار میں آسکتے ہیں۔ لیکن ان عوامل سے استفادہ اور انہیں صحیح ڈھنگ سے استعمال کرنا یہ عقل خرد انسانی سے وابستہ ہے۔ عقل اپنے حقیقی مفہوم میں دینی معارف اور فطری صلاحیت کی مدد سے سکون و اطمینان بخش عوامل میں سے ہر ایک کی چھان بین و تحقیق کر کے انہیں صحیح طریقہ اور ہر محل اور بقدر ضرورت انسان کے حوالے کر سکتی ہے اس کے لئے انسان کے اس ظاہری چہرے کے پیچھے ایک دیندار عقل و خرد کے وجود کا پتہ دینے والا سکون و اطمینان سے لبریز چہرہ چھپا ہوا ہوتا ہے اور یہیں سے حضرت امیر المومنین (ع) کے فرمان مبارک کی عظمت کا پتہ چلتا ہے آپ فرماتے ہیں:

السكينة عنوان العقل؛ 29 سکون واطمینان، عقل و خرد کا عنوان ہے نیز اس کو تقویت پہنچاتا ہے۔ 30 جی ہاں! عقلمند اور دیندار آدمی انہیں عوامل پر عمل کر کے تزلزل آفرین حوادث میں پائیداری واستقامت سے کام لیتا ہے اور فتنوں اور شبہوں اور موانع و نفاق سے مقابلہ کرتا ہے اور میدان زندگی میں سکون وچین کے ساتھ پا بر جا رہتا ہے آئیے ہم حضرت امام زین العابدین (ع) کے ہم آواز ہو کر اس چیز کو خدا وند عالم سے باصرار طلب کریں۔

الہی! فاجعلنا من الذین ترسخت اشجار الشوق الیک فی حدائق صدورهم --- واطمانت بالرجوع الی رب الارباب
انفسهم وتیقنت بالفوز والفلاح ارواحهم؛ 31 خدایا! مجھے ان لوگوں میں سے قرار دے کہ جن کے سینوں کے چمنستانوں میں تیرے شوق واشتیاق کے درختوں کی جڑیں بیٹھ چکی ہیں۔۔۔ اور ان کی جانبیں اپنے پروردگار کی طرف پلٹ کر مطمئن ہو چکی ہیں اور ان کی روحیں کامیابی و کامرانی سے ہمکنار ہو چکی ہیں۔

آخری سخن:

خیال سکون کے حوالے سے ہم سب اپنی دنیاوی زندگی میں بظاہر پائیدار پلیٹ فارموں پر اعتماد واطمینان کر کے اپنے کو مطمئن و پر سکون سمجھتے ہیں اور جیسے ہی ان کی کمزوری و بے پائیگی اور سستی کا راز فاش ہو جاتا ہے خود کو کھو بیٹھتے ہیں اور ہمارے پورے وجود پر اضطراب و بے چینی کا غلبہ ہو جاتا ہے ان تمام ناپائیدار سکون بخش تکیہ گاہ کا خلاصہ اور جامع، دنیا اور دوستی دنیا ہے اور دنیا سے متعلق لمبی لمبی خیالی آرزوئیں ہیں، خدا و رسول خدا (ص) اور ائمہ طاہرین (ع)، نے انسانوں کو دنیا پہ اطمینان و اعتماد کرنے سے منع کیا ہے اسی طرح جوانی، پیسہ اور مواقع پر بھروسہ کرنے سے ہوشیار رکھا ہے۔
 حضرت موسیٰ (ع) سے خطاب کرتے ہوئے حدیث قدسی میں آیا ہے:

لا ترکن الی حب الدنیا فلن تاتینی بکبیرۃ ہی اشد منها؛ 32 دنیا کی دوستی و محبت پر بھروسہ نہ کرو کہ ایسی صورت میں اس سے بھاری گناہ کے ساتھ میرے پاس نہ آنا۔ حضرت رسول خدا (ص) کا ارشاد گرامی ہے: آپ عبد اللہ بن مسعود کو خطاب کر کے فرماتے ہیں:

لا ترکن الی الدنیا ولا تطمئن الیہا فستفارقہا عن قلیل؛ 33 دنیا پر اعتماد نہ کرنا اور اس پر مطمئن نہ ہو جانا کہ بہت جلد تمہیں چھوڑ کر چلی جائے گی۔

روایت میں آیا ہے کہ کسی نے حضرت امام جعفر صادق (ع) سے واعظ و نصیحت چاہی آپ نے فرمایا:
ان کانت الدنیا فانیۃ، فالطمینۃ الیہا لماذا؟ 34 اگر دنیا فنا پذیر ہے تو اس پر اطمینان کرنا کیسا؟ سچ مچ ہم سکون و آرام کی شاخوں کو کس خاک میں گاڑیں؟ کس سقا خانہ سے اطمینان و اعتماد کا پانی پئیں؟ حقیقت تو یہ ہے کہ صرف اس سایہ دار درخت سے سکون و اطمینان حاصل کیا جا سکتا ہے جو ہمیشہ باقی رہنے والا ہو اور موت کی تیز و تند خزاں جس کے پتوں کو سکھا کر زمین بوس نہ کر دے کہ نہ جانے کتنے لوگوں نے دنیا پر بھروسہ کیا اور زمین بوس ہو گئے زمین و خاک پر آ رہے۔ 35

1. غرر الحکم، ح ۹۹، ۲۰۹۹۔ اس کتاب کی تمام احادیث امام علی (ع) سے منقول ہیں۔

2. سورہ فتح، آیت ۴۔

3. الکافی، ج ۲، ص ۴۲۱۔

4. بحار الانوار، ج ۷۸، ص ۲۳۔

5. سورة آل عمران، آیت، ۲۸ و ۱۰۹۔
6. "الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله الا بذكر الله تطمئن القلوب"۔
7. غررالحکم، ح ۵۱۶۵، اور دیکھیں بحار الانوار، ج ۹۲، ص ۱۵۱۔
8. سنن ابی داؤد، ج ۲، ص ۳۶ (ح ۱۳۱۹)۔
9. سورة بقرہ آیت ۱۵۳۔
10. الصلاة فی الكتاب والسنة (فارسی ترجمہ)، ص ۱۱۸ (ح ۳۲۹)۔
11. گذشتہ حوالہ، ح ۲۳۰۔
12. نہج البلاغہ، حکمت ۱۷۵۔
13. غررالحکم، ح ۱۸۳۷۔
14. گذشتہ حوالہ، ح ۵۷۷۳۔
15. بحار الانوار، ج ۷۸، ص ۲۰۹۔
16. میزان الحکمة فارسی ترجمہ، ج ۷، ص ۳۳۹۲ (ح ۱۱۵۳۲)۔
17. نہج البلاغہ، حکمت، ۱۱۲۔
18. رحم الله امرء عرف قدره۔
19. لا یکلف الله نفسا الا وسعها؛ خدا کسی کو اس توان سے زیادہ تکلیف نہیں دیتا۔ (سورة بقرہ، آیت ۳۸۶)
20. غرر الحکم، ح ۲۹۶۴۔
21. کنز العمال، ح ۷۲۹۶۔
22. گذشتہ حوالہ۔
23. کنز العمال، ح ۷۲۷۸۔
24. گذشتہ حوالہ دیکھیں، ح ۷۳۰۶۔
25. بحار الانوار، ج ۷۱، ص ۱۵۹۔
26. غررالحکم، ح ۳۳۹۷۔
27. غررالحکم، ح ۹۹۰۹۔
28. گذشتہ حوالہ، ح ۲۲۲۳۔
29. غررالحکم، ح ۷۸۵۔
30. بحار الانوار، ج ۱، ص ۱۰۷۔
31. میزان الحکمة فارسی ترجمہ، ج ۲، ص ۱۸۵۲ (ح ۶۲۲۱)۔
32. تنبیہ الخواطر، ج ۱، ص ۱۳۲۔
33. بحار الانوار، ج ۷۷، ص ۱۰۴۔
34. الکافی، ج ۴، ص ۳۹۳ (ح ۵۸۳۶)۔
35. کم من ذی طمانینۃ الی الدنیا قد صر عنہ (غررالحکم، ح ۶۹۲۸)۔