

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 بڑھ 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 مucchom (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 کرکے 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۔ مucchom کا ارشاد ہے:

(اذا احبا اللہ عبدا زینه بالسکینۃ والحلمن). 1 اللہ جب کسی بندھ 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 الذی انزل السکینۃ علی قلوب المؤمنین). 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 ہو جانے 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 بڑھ پرانے اور بشریت کے ہم زاد ہیں لیکن یہی شکوک و شبہ ہر نوجوان کے لئے نئے اور تازہ اور خوف و براس پیدا کرنے والے ہوتے ہیں۔

جو انوں 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 ہو جاتا 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 فإذا اصابه اطمأن وقر) 3 دل انسان کے سینہ میں دھڑکتا رہتا ہے اور حق کا تلاش میں رہتا ہے اور جو نبی حق کو پالیتا ہے مطمئن اور پر سکون ہو جاتا 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 سکینہ الہی کے نزول کا مرکز بنا دیتا ہے ارشاد معصوم ہوتا ہے:

(المومنون هم اهل الفضائل هدیهم السکوت واولئک المومنوں المطمئنوں) 4 مومنین ہی تو اہل فضائل وکمالات ہیں ان کی سیرت، سکوت ہے اور وہ لوگ اطمینان سے سر شار 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 وجہ و روح کو منور کر دے۔ اور یہ کام صرف اس کی بنیاد کا پاس ولحاظ رکھ کر ہی ممکن ہے یعنی ہمیشہ خدا کی یاد میں تازہ رکھنا اور یاد خدا کے محکم قلعہ میں وارد ہو جانا۔

جو شخص خدا کی یاد کو بھلا دیتا ہے وہ زندگی کے تلخ اور تھکا دینے والے حادثات میں وحشت زدہ ہو جاتا 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 کران قدرت سے مقایسه کرتا ہے اور حادثات کی خرابی اور سختی سے پیدا شدہ رنج آور صورت حال کا خدائی 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 آئے دیتا کیونکہ وہ اچھی طرح جانتا ہے کہ سارے امور کی باز گشت خدا کی طرف ہے ارشاد ہوتا ہے:

(الى اللہ ترجع الامور... والیه المصیر) 5 سارے امور کی باز گشت بالآخر 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 و بے 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) سورہ رعد کی، ۶ ویں آیت کو بیان کرتے ہوئے فرماتے ہیں:

(ذکر اللہ جلاء الصدور وطمأنیة 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 احزنه 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 ہوتے تھے تو نماز کی پناہ لیتے تھے اور نماز کے بعد اس آیت کریمہ کی تلاوت کرتے تھے:

(استعینوا بالصبر والصلوة) 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:

(ما يمنع احدكم اذا دخل عليه غم من غموم الدنيا ان يتوضأ ثم يدخل مسجده ويركع ركعتين فيدعوا الله فيهما اما سمعت الله يقول: استعينوا بالصبر والصلوة) 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 کرئے اور اپنے مصلی پر آکر دور رکعت نماز ز پڑھئے پھر خدا سے دونوں رکعت میں دعا کرئے کیا تم نے خدا کا یہ قول نہیں سنा ہے (صبر اور نماز سے مدد طلب کرو)؟

3. نڈرھونا

خوف و ہراس، اضطراب و بے چینی کا اہم سبب ہے۔ زندگی و حشتناک حالات ہمیں بے چین کر دیتے ہیں اور ہمارے سکون و قرار کو چھین لیتے ہیں اور ہمیں بجائے اس کے کہ نا گوار 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 کر دیتا ہے اور جسمانی صدمات کے علاوہ دل کی تپش، رگوں کو سرد اور ہماری روح و جان اور ارادہ کو سست بنادیتا ہے کہ جس کا نتیجہ ناتوانی و کمزوری کا احساس ہمیں ستانے لگتا ہے اور ہم پناہگاہ ڈھونڈھنے لگتے ہیں اور جب پناہ کے چکر میں پڑھاتے ہیں تو پھر نا امیدی 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 راستے اور دوراہ حل بتلاتی ہے۔

الف) عملی راہ حل

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

"اذاهبت امرا فقع فيه؛ فان شدة توقيه اعظم مما تخاف منه؛" 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 مسئللوں 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 مسئللوں 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 یا رات 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 کا رساز ہو سکتا ہے' خدا کی صحیح معرفت اور اس سے معرفت کا زندہ و پائندہ رکھنا اور روح کی گھرائیوں میں یقین و باور کو اتار لینا انسان کی شخصیت کو صحیح معنوں میں سنوارتا ہے حضرت امیر المؤمنین علیہ السلام نے ان دونوں کی طرف اشارہ فرمایا ہے:

"الجبن والحرص والبخل غرائز سوء يجمعها سوء الظن بالله سبحانه؛" 13 خوف و براس، حرص و طمع اور بخل و کنجوسی، 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 زياـدـه خوف و وحـشت "نفس کی ناتوانی اور خد اپر کمزور یقین سے پیدا ہوتا ہے فکری راہ حل کی تلاش میں رینے والے انسان خوف کو بھی کامیابی ایک سب 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 بسٹے بلکہ خوف و دبشت 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 وتلاش 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 ارادت 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 ہنسنے تھے رضا بھی مسکرا دیتا تھا اور اسے اپنے لئے تشویق و ترغیب سمجھتا تھا نہ کہ طنزآمیز ہنسی اور مسخرہ کرنا۔

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

"خذ من حسن الظن بطرف تروح به قلبك و يروح به امرك؛¹⁵ خوش بین اختیار کرو کہ اس سے تمہارے مضطرب دل کو قدرت 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 بر 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 براس 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 پریبیز 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 ذکرات ہے کہ خوش بینی کا دائیرہ 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 المؤمنین(ع) فرماتے ہیں:

"اذا استولى الصلاح على الزمان واهله، ثم اساء رجال الظن برجل لم تظهر منه حوبة فقد ظلم واذا استولى الفساد

علی الزمان واہلہ 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 کرہ تو اس نے ظلم کیا ہے اور جس وقت زمانے اور زمانے والوں پر فساد کا غالبہ ہو اگر کوئی کسی پر خوش بین رہے تو فریب کھایا ہے۔

5. عدم تصنع

ہم میں سے بہت سے لوگ مهمان یا نئے دوست کے آجائے پر اپنے آپ کو مرتب اور ٹھیک ٹھاک کرتے ہیں۔ کمرہ کو صاف ستھرا کرتے ہیں گھر کے ساز و سامان پر ہاتھ لگاتے ہیں اور انھیں 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 مان باپ یا بھائی بہن میں سے کسی کے ذریعہ انشاء لکھہ 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 مطلب ہے کہ انسان خود کچھ نہیں ہے اور اپنے اندر سے اپنے کو بزرگ و بڑا دکھا نا چاہتا ہے یعنی بالکل ایک ہواسے پھولے ہوئے غبارہ کے مانند اس نے اپنے حقیقی وجود کے اوپر لگارکھا 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 و سوچ، 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 المؤمنین (ع) کی اس فرمایش پر ایمان رکھتا ہے:

اهنئُ العیش اطراح الکلف؛ 20 گوارہ ترین زندگی تکلفات (اور بے جا دکھاوا) 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 و آگہی 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 براس 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 و اطمینان ایجاد کرنے والا ایک دوسرا عامل جو دوسرے عوامل سے کسی طرح کم تر نہیں ہے صداقت و صاف گوئی ہے۔ کردار گفتار اور 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 پراس نہیں رکھتا۔ سچا و درستکار انسان بھی اس بات سے کہ دوسرا اس کی نیت وارادہ اور اس کے جذبات و خیالات سے آشنا ہوں جائیں کوئی خوف و پراس 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 طمأنينة 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:

الخير طمأنينة 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 اور زیادہ 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 ماسكت الیه النفس واطمان الیه القلب والاثم ما لم یسكن الیه النفس ولم یطمئن الیه 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 دھڑکی اور جعل سازی کرنے والے جرم و جنایت کرنے کے وقت بھی اور کرنے کے مدت توں 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 خدا وند متعال ہمارے لئے برا نہیں چاپتا اور تمام مقدرات بشر کی منفعت کے لئے ہے یہاں تک کہ بلائیں سختیاں مصیبتوں 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 قانون و راضی رہتا ہے نہ کسی چیز کا ہم وغم رکھتا ہے اور

نہ ہی مستقبل کی فکر اس کو سنتا ہے اور اس طرح وہ سکون واطمینان 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 وآرام رضا ویقین میں ہے اور ہم وغم اور رنج وملال، شک و تردید اور ناراضیگی میں ہے۔

یہ صحیح ہے کہ سکون وآرام کے لئے لوازم زندگی امنیت اور کام وکسب کی درستگی اور مناسب ذریعہ معاش ضروری ہے اور زندگی بغیر ان کے اجیرن ہے لیکن بہت سے انسان مادی زندگی کی بدخلی تھے بتھ 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 بڑھ سکون وآرام 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 رضيا؛ 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 وغم دور کرنے کا بہترین وسیلہ سمجھتے ہیں فرماتے ہیں:

نعم الطار للهم الرضا بالقضاء؛ 27 ہم وغم 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 گردانے ہوئے کہتے ہیں:

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

اتنی ساری تفصیلات کی روشنی میں یہ کہا جا سکتا ہے کہ جو معنی سست اور کاہل لوگوں نے نکالا ہے اس کا کوئی نتیجہ نہیں ہے کیونکہ بغیر کوشش کئے ہوئے ہاتھ پر ہاتھ دھرتے بہٹھے رینے 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 ہوگیا اور اپنی ضروریات زندگی کی معمولی چیزیں بھی فرایم 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 گھرائیوں میں نہیں ہوتا۔

ایک وضاحت

ایک مطلب جس سے غافل نہیں ہونا چاہئے یہ ہے کہ یہ عوامل واسباب سکون واطمینان - 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 انھیں 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 واطمینان بخش عوامل میں سے ہر ایک کی چھان بین و تحقیق کر کے انھیں صحیح طریقہ اور بر 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 واطمینان سے لبریز چھپا ہوا ہوتا ہے اور یہیں سے حضرت امیر المؤمنین(ع) کے فرمان مبارک کی عظمت کا پتہ چلتا ہے آپ فرماتے ہیں:

السکینۃ 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 کرکے تزلزل آفرین حوادث میں پائیداری واستقامت سے کام لیتا ہے اور فتنوں اور شبہوں اور موائع و نفاق سے مقابلہ کرتا ہے اور میدان زندگی میں سکون و چین 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۔

اللہ! فاجعلنا من الذین ترسخت اشجار الشوق الیک فی حدائق صدورهم... واطمانت بالرجوع الی رب الارباب انفسهم و تيقنت 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 پورودگار 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 کہو 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 موقع پر بھروسہ کرنے سے ہوشیار رکھا ہے۔

حضرت موسیٰ(ع) سے خطاب کرتے ہوئے حدیث قدسی میں آیا ہے:

لا ترکن الی حب الدنيا فلن تاتینی بکبیرة ہی اشد منها؛ 32 دنیاکی 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 کرکے فرماتے ہیں:

لا ترکن الی الدنيا ولا تطمئن اليها فستفارقهعن قليل؛ 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 كانت الدنيا فانية، فالطمانينة اليها لماذا؟ 34 اگر دنیا فنا پذیرھے تو اس پر اطمینان کرنا کیسا؟ سچ مج ہم سکون و آرام کی شاخوں کو کس خاک میں گاڑیں؟ کس سقا خانہ سے اطمینان و اعتماد کا پانی پئیں؟ حقیقت توبیہ 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 خزان 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. غرالحکم، ح ۲۹۹۔ اس کتاب کی تمام احادیث امام علی(ع) سے منقول ہیں۔
 2. سورہ فتح، آیت ۷۔
 3. الکافی، ج ۲، ص ۴۲۱۔
 4. بحار الانوار، ج ۷۸، ص ۲۳۔

5. سورة آل عمران، آیت، ۲۸ و ۱۰۹.
6. "الذين آمنوا وطمئن قلوبهم بذكر الله الا بذكر الله تطمئن القلوب".
7. غررالحكم، ح۵۱۶۵، اور دیکھیں بحار الانوار، ج۹۳، ص۱۵۱۔
8. سنن ابی داؤد، ج۲، ص۳۶(ح۱۳۱۹).
9. سورة بقرہ آیت ۱۵۳۔
10. الصلاة فی الكتاب والسنۃ(فارسی ترجمہ)، ص۱۱۸(ح۱۱۳۹)۔
11. گذشتہ حوالہ، ح۲۳۰۔
12. نهج البلاغہ، حکمت ۱۷۵۔
13. غررالحكم، ح۱۸۳۷۔
14. گذشتہ حوالہ، ح۵۷۷۳۔
15. بحار الانوار، ج۷۸، ص۲۰۹۔
16. میزان الحکمة فارسی ترجمہ، ج۷، ص۳۳۹۲(ح۱۱۵۳۲)۔
17. نهج البلاغہ، حکمت، ۱۱۲۔
18. رحم الله امرء عرف قدره۔
19. لا يكلف الله نفسا الا وسعها؛ خدا کسی کو اس تو ان سے زیادہ تکلیف نہیں دیتا۔ (سورہ بقرہ، آیت ۳۸۶)
20. غرر الحكم، ح۲۹۶۴۔
21. کنز العمال، ح۷۲۹۶۔
22. گذشتہ حوالہ۔
23. کنزالعمال، ح۷۲۷۸۔
24. گذشتہ حوالہ دیکھیں، ح۷۳۰۔
25. بحار الانوار، ج۷۱، ص۱۵۹۔
26. غررالحكم، ح۳۲۹۷۔
27. غررالحكم، ح۹۹۰۹۔
28. گذشتہ حوالہ، ح۲۲۳۔
29. غررالحكم، ح۷۸۵۔
30. بحار الانوار، ج۱، ص۱۰۷۔
31. میزان الحکمة فارسی ترجمہ، ج۲، ص۱۸۵۲(ح۶۲۳۱)۔
32. تنبیہ الخواطیر، ج۱، ص۱۳۲۔
33. بحار الانوار، ج۷۷، ص۱۰۴۔
34. الکافی، ج۴، ص۳۹۳(ح۵۸۳۶)۔
35. کم من ذی طمایینہ الی الدنیا قد صر عنہ (غررالحكم، ح۶۹۳۸)۔