

# مصیبت سے مقابلہ کی مہارتیں

<"xml encoding="UTF-8?>

قرآن و حدیث وہ گران قدر سرمایہ ہیں جنہیں عملی تعلیمات میں تبدیل کرنا چاہیے اور عصر حاضر کی زبان میں بیان کرنا چاہیے، اس خصوصیت کی اس مقالہ میں بخوبی رعایت کی گئی ہے اور اسی وجہ سے نفیسیات کے ماهر دانشوروں اور ڈاکٹروں کی طرف سے اس کا بہت اچھا استقبال کیا گیا ہے۔۔۔

المصیبت زمین میں خدا کی قطعی سنت ہے۔ہم خاکی لوگ سختی میں پیدا کئے گئے ہیں 1 اور ہماری روح کے جوہر کی جلاع کے لئے رنج و مصیبت کا صیقل برداشت کرنا ضروری ہے۔ خداوند متعال نے اپنی کتاب میں جگہ جگہ اس مسئلہ کی طرف اشارہ کیا ہے اور گزشتہ امتوں اور بزرگ رسولوں کی مصیبتوں کو ہمارہ سامنے بیان کیا ہے۔ سورہ بقرہ کی ۱۵۵ ویں آیہ شریفہ میں مصیبتوں کی قسموں کو بیان کیا ہے اور صبر کرنے والوں کو بشارت دی ہے:

"ولنبلوونکم بشی من الخوف والجوع ونقص من الاموال والانفس والثمرات وبشر الصابرين۔"

"ہم تمہیں کچھ خوف اور بھوک سے اور مالوں، جانوں اور پہلووں کی کمی سے ضرور آزمائیں گے اور اے پیغمبر(ص) صبر کرنے والوں کو بشارت دے دیجئے۔"

صبر و تحمل اس مصیبت بھری دنیا میں زندگی کا ایک لازمہ ہے اور ہمارے ہستی شناس ائمہ معصومین علیہم السلام نے بہت سے ارشادات و تعلیمات اپنے پیروؤں کے لئے یادگار میں چھوڑ ہیں تاکہ اس عظیم امتحان پر صابر و شاکر بن کر بشارت حاصل کریں۔ ہم ان ارشادات و تعلیمات کو ان پر عمل کرنے کے مناسب وقت اور مرحلہ کی بنیاد پر تین حصوں میں تقسیم کر رہے ہیں:

(۱) اضطراب کے اضافہ سے روکنا

(۲) اضطراب کی کمی

(۳) مکمل کنٹرول

ان مرحلوں میں سے ہر ایک مرحلہ متعدد روشنوں اور طریقوں کا حامل ہے جو کہ روایات سے اخذ کئے گئے ہیں۔ ان کے بیان کرنے سے پہلے اس بات کا ذکر ضروری ہے کہ اس مقالہ میں مصیبت، مالی اور جانی مصیبتوں اور روحی صدموں سب کو شامل ہے اور حدیث نبوی(ص) کی تعبیر میں: "کل شیء ساءالمؤمن" 2 ہے، یعنی: ہر وہ چیز جو ہم کو اور ہماری روح کو آزار و تکلیف دے، جو تے کے فیتے ٹوٹنے اور لباس پہننے سے لے کر تمام مال و دولت، اعزاء اور اولاد کے کھو دینے تک۔

## الف) اضطراب کے اضافہ سے روکنے کے طریقے

المصیبت کے وقت ابتدائی دن اور گھریلی سخت اور تلخ ہوتی ہیں۔ مصیبت کا شدید دباؤ اور اس سے پیدا شدہ دہشت انسان کو کبھی کبھی غیر عادی کاموں کی طرف ابھارتی ہے، بعض لوگ رونے پیٹنے لگتے ہیں، بعض سکون بخشن دوائیاں استعمال کرتے ہیں اور بعض بیہودہ حرکتیں انجام دینے پر اتر آتے ہیں، لہذا ہمارا فریضہ سب سے پہلے بیہودہ حرکتوں سے روکنا ہے کہ کبھی کبھی خاص اور شدید حالات میں احمقانہ کام جیسے

نشیلی چیزوں کا استعمال کرنے لگتے ہیں۔

## (1) سکون

ہماری روایات میں اس طرح کے کاموں سے منع کیا گیا ہے۔ امیرالمؤمنین حضرت علی ارشاد فرماتے ہیں:

"اَذَا تَنْتَكَ الْمَحْنَ فَاقْعُدْ لَهَا، فَأَنْ قِيَامُكَ فِيهَا زِيَادَةُ لَهَا" 3

جب تم پر مصائب ٹوٹ پڑیں تو ان کے سامنے بیٹھ جاؤ اس لئے کہ ان کے سامنے تمہارا قیام کرنا ان کے اضافہ کا باعث ہوگا۔ یہ حدیث مصیبت پڑنے کے وقت بیہودہ حرکتوں کو صحیح نہیں سمجھتی اور بتاتی ہے کہ نہ صرف وہ تسکین کا سبب نہیں بنتیں بلکہ مصیبت زدہ کی روحی اور جسمی قوتون کے بیکار ہو جانے کا باعث بن جاتی ہیں (کہ جن قوتون کو عقلانی اور منظم طریقے سے استعمال کرنا چاہئے)۔

امیرالمؤمنین حضرت علی علیہ السلام کی طرف منسوب ایک ارشاد میں ایسے شخص کو مختنق سے تشبیہ دی گئی ہے (مختنق اسے کہتے ہیں جس کی گردن رسی سے باندھ دی گئی ہو اور اس کا دم گھٹ ریا ہو) ایسا شخص جتنا ہی زیادہ کوشش کرے گا اور ہاتھ پاؤں مارے گا اس کی حالت اتنی ہی زیادہ سخت اور بدتر ہوگی۔ 4

وہ تاجر جس کی تجارت ٹوٹ گئی ہو اگر وہ یکبارگی بے سوچ سمجھے اپنی طاقت و قوت کی حد سے بڑھ کر جسمانی قوتیں صرف کرتا ہے اور چاہتا ہے کہ پہلی فرصت میں اپنے نقصان کی تلافی کر لے تو وہ نہ صرف اپنی مصیبت کی تلافی نہیں کرپاتا بلکہ وہ اپنی صحت و سلامتی اور سکون و آرام بھی ہاتھ سے دھو بیٹھتا ہے۔ شاید مصیبت زدہ شخص کے اپنے مرحوم عزیز کی قبر میں وارد ہونے کی کراہت کا جو فقہی حکم ہے اس کا راز بھی یہی ہو، کیوں کہ بہت سے مصیبت زدہ لوگ اپنے مرحوم عزیز کی قبر میں وارد ہونے اور اس کے دوبارہ دیدار سے تاب ضبط نہیں لاتے اور اپنی پریشانی اور دوسرے ہماراں کے گریہ وزاری کے اضافہ کا باعث بن جاتے ہیں۔

## (2) بیتابی نہ کرنا

بے تاب ہونا، ترپنا یا جزع و فزع، مصیبت کے مقابل کمزور افراد کا عکس العمل ہے۔ جزع یعنی مصیبت زدہ شخص کے روحی اور نفسانی تعادل و تعاون و توازن کا بگڑنا ہے جو دو شکلوں میں ظاہر ہوتا ہے:

- (1) اضافی کام
- (2) کم کاری۔

ایسا شخص یا ایسے کام کرنے لگتا ہے جو اس سے پہلے نہیں کرتا تھا اور وہ کام زیادہ تر گریہ وزاری، بے تاب، ترپ، اور فریاد و واویلا کی شکل میں ظاہر ہوتے ہیں، یا وہ زندگی کے لازمی اور اپنے روز مرہ کے کاموں سے ہاتھ کھینچ لیتا ہے اور ہاتھ پر ہاتھ رکھ کر خاموش بیٹھ جاتا ہے اور برق زدہ افراد کے مانند اپنے دائمی کاموں کو چھوڑ دیتا ہے۔ بہت سی روایات میں اس حالت سے منع کیا گیا ہے اور اس سے پر بیز کرنے پر تاکید کی گئی ہے۔ امیرالمؤمنین حضرت علی علیہ السلام جزع و فزع اور بے تاب کونہ صرف مصیبت زدہ شخص کا اضطراب ختم ہونے کا سبب نہیں سمجھتے بلکہ اسے اس کے لئے مصیبت کے اور اضافہ کا سبب سمجھتے ہیں 5، کیونکہ یہ شخص روزانہ کے کاموں سے کنارہ گیری اور گوشہ گیری کی وجہ سے اور کام دھنڈتے میں مشغول ہونے کے بجائے باریار اسی مصیبت کو یاد کرتا ہے اور ہمیشہ اسی کے بارے میں فکر کرتا ہے۔ یہ مصیبت کے حقیقی معنی ہیں اس لئے کہ خود مصیبت اس کے یاد کرنے سے کم نقصان پہنچاتی ہے اور یہ

وہی مولیٰ الموحدین حضرت علی علیہ السلام کا ارشاد ہے:

"الجزع عند البلاء تمام المحنۃ" 6 مصیبت کے وقت جزع و فزع کرنا پوری مصیبت ہے۔ ہمارے دوسرے ائمماً مucchomین علیہم السلام نے بھی اس مسئلہ پر پوری توجہ دی ہے اور ان سے وارد شدہ بہت سی روایات میں جزع و فزع اور بے تابی سے منع کیا گیا ہے۔ 7 اس بنابر غیر عادی کام جیسے کالا لباس بدن سے نہ اتارنا، کئی دنوں یا ہفتوں تک سراور داڑھی کے بال نہ کاٹنا، صفائی کرنا، گریبان چاک کرنا اور سرو سینہ پیٹنا یہ سب غلط ہے۔

### (3) سکوت دوسرا طریقہ

جو مصیبت کے پہلے دنوں میں مفید ہے، وہ سکوت اور خاموشی ہے۔ شکوہ کرنے اور اپنے درد مندل کا دستر خوان ہر شخص کے سامنے بچھا دینے کا نتیجہ صرف اپنے کو خوار و ذلیل کرنا ہے اور یہ مصیبت سے پیدا شدہ درد کو ذرہ برابر کم نہیں کرتا۔ دوسرے لفظوں میں مصیبت کے وقت آپے سے باہر ہونا اور اپنے اوپر قابو نہ رکھنے کے بجائے بے صبری کا مظاہر ہ کرنا ممدوح نہیں ہے بلکہ سکوت و خاموشی مصیبت کے مقابلہ میں روح و جسم کی کمزوری سے روکنے کا راستہ ہے۔ سکوت سے بہت ممکن ہے کہ ذہن میں زندگی کے حادثوں سے پیدا شدہ صدموں کے جبران اور حل کا راستہ اور خلاقیت کا موقع حاصل ہو۔ اور انسان کو اس بات کی فرصت ملتی ہے کہ مصیبت کے چھوٹے ہ بڑے ہونے اور اس کے سبب کے بارے میں سوچے اور اس سے مقابلہ کے طریقوں کو سمجھے۔

حضرت پیغمبر اکرم (ص) کی وفات حسرت آیات کے بعد بعض بنی ہاشم اتنا پرشان اور غمگین ہو گئے تھے کہ اپنی حالت کی پرواہ کئے بغیر سرو سینہ پیٹتے تھے اور بے تابی کا اظہار کرتے تھے لیکن امیر المؤمنین حضرت علی علیہ السلام نے جیسا کہ خود فرمایا ہے سکوت و خاموشی اختیار کیا اور اس طرح عالم وجود کی سب سے زیادہ عزیز ہستی کے فقدان کو برداشت کیا۔ 8

### (4) خدا سے گفتگو

بہت سے ایسے ہیں جو نہ خاموش رہنے کی قوت رکھتے ہیں اور نہ کچھ نہ بولنے کی طاقت اور شکوہ شکایت کرنے اور نہ خوشی ظاہر کرنے کی خواہش رکھتے ہیں، نہ تو وہ شکایت نہیں کر سکتے اور نہ تو وہ خدا سے گلا کرنا چاہتے ہیں، وہ نہیں چاہتے کہ اعتراض اور شکایت کر کے اور کون و مکان کو برابھلا کہ کے کفر گوئی کو ظاہر کریں۔ ہماری روایات نے ایسے افراد کو تاکید کی ہے کہ اپنے دل کا خوان خدا یا اپنے حقیقی دوستوں کے سامنے بچھائیں اور اپنے اعتراضات جوان کے انتقال کرنے، فقیر کے محتاج ہونے، ضعیف اور بوڑھا ہونے اور زخمی شخص کے کمزور ہونے سے متعلق ہے خدا کی بارگاہ میں پیش کریں۔

دوسرے لفظوں میں، ہماری روایات میں مصیبت زدہ افراد کے عکس العمل کوناخوشی کے اظہار اور شکوہ و شکایت کی صورت میں منع کیا ہے، لیکن اس کے بجائے ایک مناسب بدل اور عوض کا حکم دیا ہے کہ وہ بدل خدا سے مناجات، اس کی بارگاہ میں گریہ و زاری اور اس سے صبر و تحمل اور ہر اس طریقہ سے صدمات کے جبران کی درخواست ہے جس میں ہماری خیر صلاح سمجھے۔ یہ مناسب بدل، توبہ کے ساتھ قابل مقایسه ہے کہ ایک طرح خدا کے سامنے اپنی کمیوں اور حاجتوں کو فاش کرنا ہے۔ توبہ، دوسروں کے سامنے "اپنے انتقاد" اور عیب و گناہ کے فاش کرنے کا بدل ہے۔ دوسرے لفظوں میں خدا اس درمیان ہمارا بہترین صمیمی دوست اور

محرم راز ہو جاتا ہے چونکہ وہ رئوف، مہربان اور عالم قادر ہے۔ ہم اپنے درد اس سے بیان کرتے ہیں اور اس سے دعا مانگتے ہیں کہ وہ ہم پر رحمت نازل کرے اور کھوئی ہوئی نعمت کو دوسری صورت میں ہمیں واپس کرے یا عالم آخرت میں ہمارے لئے ذخیرہ کرے۔ اس بات پر بہت سی روایات دلالت کرتی ہیں، ہم ان میں سے روایت پر اکتفا کرتے ہیں کہ حضرت رسول خدا صل اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا ہے:

"اذاً أضاق المسلم فلا يشكونّ ربيّاً عزوجل وليشك الى ربه الذي بيده مقاليد الامور وتدبیرها" ۔ 9

جب مومن پر کوئی سختی پیش آئے تو وہ ہرگز اپنے پروردگار کی شکایت نہ کرے بلکہ اس سے شکایت کرے کہ تمام امور کی کنجیاں اور تدبیر اسی کے ہاتھ میں ہیں۔

قابل ذکر بات یہ ہے کہ جو شخص اپنے حال کی شکایت لوگوں سے نہ کرے اس کی جزا، اللہ کے نزدیک مغفرت ہے اور حضرت پیغمبر اکرم صل اللہ علیہ وآلہ وسلم کے ارشاد کے مطابق خدا نے اس بات کو اپنے اوپر واجب قرار دیا ہے۔ 10 حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام اس بارے میں فرماتے ہیں:

"من شکا الى اخيه فقد شكا الى الله ومن شكا الى غير أخيه فقد شكا الله"

جو شخص اپنے دینی بھائی سے شکوہ کرے اس نے گویا خدا سے شکوہ کیا ہے اور جو شخص اس کے علاوہ دوسرے سے شکوہ کرے اس نے خدا کا شکوہ کیا ہے۔

## (5) گریہ سے تسکین

یہ روش بھی گزشتہ روش کے مانند ان لوگوں کے لئے ہے جو کھوئے ہوئی یا مفقود شخص سے کچھ زیادہ ہی جزباتی تعلق رکھتے ہیں۔ مصیبت پڑنے کے پہلے مرحلاں میں مرحوم عزیز کی یاد باطنی غم اور ظاہری گریہ کا باعث ہوتی ہے اور یہ کسی بھی طرح ناپسند نہیں ہے۔ ہماری احادیث اس فطری عکس العمل اور اثر کو انسانی احساسات و جزبات کا نتیجہ جانتی ہیں۔

ایسا جذبہ جو کھوئی ہوئی شے اور مرحوم شخص سے نزدیکی رابطہ کے احساس کی بنا پر فراق وجدائی کی تاب نہیں رکھتا، خصوصاً اگر یہ جدائی دائمی اور بغیر بازگشت کے ہو۔ ایسی حالت میں ہمارے آئمہ معصومین علیہم السلام کی مکرر نصیحت صرف ہزیان گوئی اور بیہودہ کاری سے پرہیز کرنا ہے۔ امیر المؤمنین حضرت علی علیہ السلام نے اس بارے میں فرمایا ہے:

"رخص رسول الله في البكاء عند المصيبة وقال: النفس مصابة والعين دامعة والعهد قريب، فقولوا مارضي الله ولا تقولوا الهجر" 12

حضرت پیغمبر صل اللہ علیہ وآلہ وسلم نے مصیبت کے وقت رونے کی اجازت دی ہے، اور فرمایا ہے: نفس مصیبت زدہ ہے، آنکہ گریا ہے اور عہد ویاد نزدیک ہے۔ لہذا ایسی بات کہو جو خدا کو خوشنود کرے اور ہزیان گوئی نہ کرو۔

"رخص" کے لفظ سے یہ استفادہ ہوتا ہے کہ گریہ کا حکم نہیں دیا گیا ہے اور صرف ان لوگوں کے لئے جائز سمجھا گیا ہے جو اپنے اوپر قابو نہیں رکھتے۔ اس بات کی تائید مندرجہ ذیل دو روایتوں سے بھی ہوتی ہے:

حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام فرماتے ہیں:

"من خاف على نفسه من وجد بمصيبة فليغض من دموعه فانه يسكن منه" 13

جو شخص مصیبت پڑنے سے اپنی جان کے متعلق خائف ہوتا ہے اسے چاہئے جی آنسو بھائے اس لئے کہ وہ اسے تسکین دیتا ہے۔ حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام ایک دوسری روایت میں ایک مصیبت زدہ شخص سے

تم آنسو بھاؤ کہ وہ تسکین بخشنے والا ہے۔

اس کے معنی یہ ہیں کہ جو لوگ مصیبتوں سے دور ہوتے ہیں اور جذبات و احساسات سے بہت کم متاثر ہوتے ہیں یا جو لوگ قوی دل کے مالک ہوتے ہیں اور مصائب کے سامنے نہیں جھکتے وہ رونے کی احتیاج نہیں رکھتے اور یہ روش ان لوگوں کے لئے لازم ہے کہ آنسوؤں کو روکنے اور غم کے دبانے سے جن کی جان پر آبنتی ہے اور گریہ وزاری کا مظاہرہ نہ کرنے کی صورت میں ان کی روح فرسودہ ہو جاتی ہے اور دل مردہ ہو جاتا ہے۔ یہ بالکل ان بعض تندرو فرقوں اور شدت پسند افراد کے مدع مقابل ہے جو مردہ پر رونے کو حرام سمجھتے ہیں اور اس سے منع کرتے ہیں یا کم از کم اسے جائز نہیں سمجھتے۔

#### (6) تسلی (صبر و تحمل کی تلقین)

ہم مصیبت زدہ اشخاص سے ملاقات کے وقت روایات سے استفادہ کرتے ہوئے ان کو مصیبت زدہ اشخاص پر الہی سلوٹ (تسلی) کے نزول کا پیغام سنا سکتے ہیں اور اس طرح سے انہیں صبر و تحمل کی تلقین کرکے صبر و تحمل کا درجہ بلند کر سکتے ہیں۔ سلوٹ یعنی یہ کہ انسان مصیبت کو اپنے فعال حافظہ سے دور کر سکے اور اسے بھلا سکے۔ وہ اس حالت میں دھیرے دھیرے مصیبت کی دائمی فکر سے دور ہو جاتا ہے اور اسے اسی پہلی شدت کے ساتھ نہیں یاد کرتا۔ یہ فراموشی اور بھول انسان کو مصیبت کے اولین جان کا درد و غم کے چنگل سے چھڑا کر اسے زندگی ضروریات اور دوسرے کاموں میں مشغول رکھتا ہے۔

امیر المؤمنین حضرت علی علیہ السلام نے اسی بارے میں ارشاد فرمایا ہے:

"اذتابعدت المصيبة قربت السلوة" 15 جب مصیبت دور ہو جاتی ہے تو تسلی نزدیک ہو جاتی ہے۔ نیز آپ ہی سے یہ بھی منقول ہے۔ "ان الله ينزل الصبر على قدر المصيبة" یہ شک خداوند متعال صبر کو مصیبت کی مقدار بہرنازل فرماتا ہے۔ "اذاصبرت فللت حدها" 17 صبر مصیبت کو بھلا دیتا ہے اسے انسان کے لئے قابل تحمل بنادیتا ہے۔ مصیبت زدہ شخص کو اس بلند معرفت کی رینمائی کرنا اور اسے سمجھانا اس کی روح بلند کرنے میں موثر اور اہلیت علیہم السلام کے ارشادات کے معتقدین کے لئے تسلی بخش ہے۔ تعزیت کے وقت تسلیت دینے کے معنی بھی اس کے علاوہ اور کچھ نہیں ہیں۔

بعض روایات میں سلوٹ (تسلی) کے نزول کی ضرورت کی طرف اشارہ کیا گیا ہے اور اسے انسان پر اس کی زندگی اور نسل کی حفاظت کے لئے خدا کا احسان سمجھا ہے۔ 18 یہ بات قابل توجہ ہے کہ یہ الہی سلوٹ خانوادہ کے سب سے دردمند شخص پر نازل ہوتی ہے اور اسے تسکین دیتی ہے کہ اگر ایسا نہ ہو تو دنیا کا نظام درہم و برہم ہو جائے اور دنیا آباد نہ ہو۔ 19

#### (7) عبادت و ذکر

روایات میں لے کہ مصیبت کے وقت حضرات آئمہ طاہرین علیہم السلام کی سیرت نماز پڑھنا، صدقہ دینا، روزہ رکھنا اور ذکر کرنا بھی رہی ہے۔ روایات ہوئے ہے کہ امیر المؤمنین حضرت علی علیہ السلام اپنی زندگی کی سخت مصیبتوں کے وقت بزار رکعت نماز پڑھتے تھے اور کبھی کبھی سائٹھ لوگوں کو صدقہ دیتے تھے اور تین دن تک روزہ رکھتے تھے اور اپنی اولاد کو بھی ان چیزوں کو حکم دیتے تھے۔ 20 یہ عبادتیں الہی رحمت و رضایت اور خدائی محبت پیدا کرنے کے علاوہ کس قدر انسان کے مصیبت بھلادینے کا

سبب بنتی ہیں اور اسے عام زندگی کی طرف لے جاتی ہیں۔

ذکر بھی آئمہ علیہم السلام کی سیرت میں مصیبت کے وقت ایک خاص مرتبہ کا حامل ہے خصوصاً مخصوص اذکار جیسے ذکر ہونسیہ جو کہ قرآن کریم سے ماخوذ ہے:

"وَذَالِّنُونَ اذْهَبْ مُغَاضِبَاً فَظُنَّ أَنْ لَنْ نَقْدِرْ عَلَيْهِ فَنَادَى فِي الظُّلْمَتِ أَنْ لَالِهِ إِلَّا إِنْتَ سَبِّحْنَكَ أَنِّي كُنْتَ مِنَ الظَّلْمِينَ، فَاسْتَجِبْنَا لَهُ وَنَجَّيْنَاهُ مِنَ الْغَمِّ وَكَذَالِكَ نَنْجِيَ الْمُؤْمِنِينَ"۔ 21

اور ذوانون (یونس کو یاد کرو) جبکہ غصہ میں آکر چلتے ہوئے اور یہ خیال کیا کہ ہم ان پر روزی تنگ نہ کریں گے (تو ہم نے انھیں مچھلی کے ہیٹ میں پھونچا دیا) تو گھٹا ٹوب اندھیرے میں (گھبرا کر) چلا اٹھا کہ (پروردگارا) تیرے سوا کوئی معبد نہیں تو (ہر عیب سے) پاک و پاکیزہ ہے شک میں قصور وار ہوں تو ہم نے ان کی دعا قبول کی اور انھیں رنج سے نجات دی اور ہم تو ایمانداروں کو یوں ہی نجات دیا کرتے ہیں۔

آیہ کریمہ کی آخری عبارت تمام مؤمنین کو یہ خبر دیتی ہے کہ خداوند تعالیٰ ہر مؤمن کی آواز کو سنتا ہے اور اسے رنج و غم سے نجات دیتا ہے۔

ذکر "الاحوال ولاقوة الا بالله" بھی نہایت تاثیر رکھتا ہے یہ ذکر جس کے معنی یہ ہیں کہ تمام تغیرات و تبدیلات اور نشیب و فراز کی قوت خدا کے ہاتھ میں منحصر ہے اور جس کی طرف ہم مقالہ کے تیسرا حصہ میں اشارہ کریں گے، آیہ استرجاع (ان لله وانا اليه راجعون) کے مانند مصیبت زده شخص کو ایک بنیادی نظر اور عقیدت بخشتا ہے اور اسے غم و اندوہ سے بچنے کے لئے دفاعی اسلحہ سے مسلح کرتا ہے۔ اگر دنیا میں ہر گردنچ و تغیر حق مطلق کے ہاتھ میں ہے اور ہر چیز اسی کی طرف سے اور اسی کی طرف پلٹنے والی ہے تو ہم و غم کیوں؟

ذکر استرجاع کا حکم متعدد روایات میں دیا گیا ہے۔ حضرت پیغمبر اکرم صل اللہ علیہ وآلہ وسلم اپنی اکلوتی بیٹی حضرت فاطمہ زہرا صلوات اللہ علیہا سے احتضار کے وقت فرماتے ہیں:

"قولی اذا مامت: انا لله وانا اليه راجعون، فان لكل انسان بها من كل مصيبة موعضة"۔ 22

میں جب دنیا سے چلا جاؤں تو کہو: انا لله وانا اليه راجعون (بیشک ہم خدا کے لئے ہیں اور اسی کی طرف پلٹنے والی ہیں) کہ ہر انسان اس کے ذریعہ اپنی ہر مصیبت کے لئے عوض اور بدل پاتا ہے۔ نیز امیر المؤمنین حضرت علی علیہ السلام مالک اشتر رضی اللہ عنہ کی خبر شہادت سنے کے وقت اسی ذکر کو زبان مبارک پر جاری کرتے ہیں (جیسا کہ سب سے پہلے یہ ذکر استرجاع آپ ہی نے حضرت حمزہ علیہ السلام کی شہادت کے موقع پر فرمایا تھا اور آیت کی صورت میں اس کے بعد نازل ہوا۔ مترجم)۔

## (8) اہم کاموں میں مشغول ہونا

کبھی کبھی حادثہ اور مصیبت اتنی عظیم ہوتی ہے جس کے سبب انسان زندگی کے فعال دائروں سے خارج ہو جاتا ہے اور بے تابی اور بے صبری کی وجہ سے اپنے اہم کاموں کو ترک کر دیتا ہے اور غیر معمول رنج و غم اٹھانے اور حد سے زیادہ طولانی عزاداریوں میں لگ جاتا ہے ایسے لوگوں کے درد کی دوا زندگی کے اہم اور بنیادی کاموں میں مشغول ہونا ہے۔ حتیٰ اگر کوئی انسان ایسا بھی نہ ہو اور اپنے اوپر کنٹرول رکھتا ہو اس کے لئے بھی بہتر ہے کہ مصیبت کو اہم اور بڑے کاموں میں مشغول رکھ کر اپنے ذہن سے دور کر دے۔

امیر المؤمنین علیہ السلام نے حضرت پیغمبر اکرم صل اللہ علیہ وآلہ وسلم کی عظیم مصیبت میں اسی روشن کو اختیار کیا تھا۔ آپ خاموشی اختیار کرنے کے علاوہ قرآن کریم کی جمع آوری میں لگ گئے اور کلام الہی نیز

پیغمبر(ص) کے عہدکی جمع آوری کے اہم اور بنیادی کام میں مشغول رہ کر اپنی دردمند روح کو سکون بخشا۔ اس بات کی سند وہی ہے کہ جس کا ایک حصہ سکوت سے متعلق مطلب میں ذکر کیا جا چکا ہے۔

## 9) ماحول کے عوامل و اسباب کی پاکیزگی

جس طرح سے جسمانی بیماریوں اور معمولی دردؤں میں بیماری پیدا ہونے یا شدید ہونے کے عوامل و اسباب سے بیمار کا دور رکھنا اس کی حفاظت کے لئے ایک اہم اور بنیادی اقدام ہے اسی طرح سے نفسیاتی مشکلات میں بھی مصیبت زدہ شخص کو مشکل بڑھانے والے عوامل و اسباب سے دور رکھنا چاہیئے۔ انہیں مشکلات بڑھانے والوں میں سے ایک ان لوگوں کی شماتت اور زخم پر نمک چھڑکنا ہے جو مصیبت زدہ شخص پر مصیبت پڑنے سے خوش ہوتے ہیں اور اپنی دلی خوشی کو مختلف طریقوں سے ظاہر کرتے ہیں اور اپنا زہر شماتت، مسخرہ اور مزاق کرکے باہر نکالتے ہیں۔

یہ حالت ان مصیبتوں کے وقت جبکہ مصیبت زدہ شخص اپنے کو اس میں مقصر (قصورواڑ) سمجھتا ہے، اور زیادہ سخت ہو جاتی ہے، اس لئے کہ ایسی مصیبتوں کی نفسیاتی تشویش کئی گناہ بڑھ جاتی ہے۔ اس وجہ سے بہت سی روایات میں مصیبت زدہ شخص کی سرزنش کرنے اور اس کا مزاق اڑانے سے منع کیا گیا ہے اور مسخرہ باز کو ہوشیار کیا گیا ہے کہ وہ بھی اسی مصیبت میں گرفتار ہوگا۔

حضرت پیغمبر خداصل اللہ علیہ وآلہ وسلم نے اس بارے میں فرمایا ہے:

"لَا تَظْهِرِ الشَّمَاتَةَ بِالْخَيْكَ فِي رَحْمَةِ اللَّهِ وَبِتْلِيكَ" 24

تم اپنے بھائی کی شماتت نہ کرو کہ خدا اس پر رحم کرے گا اور تمہیں مبتلا کر دے گا۔

ایک دوسری روایت میں حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام اس بات پر راکید کرتے ہیں اور شماتت کرنے والے کے بلا میں مبتلا ہونے کو یقینی سمجھتے ہیں اور فرماتے ہیں کہ جب تک وہ مصیبت نہ دیکھ لے اس دنیا سے نہیں جاتا۔

ابن ابن عبد الملک نے حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام سے روایت کی ہے:

"مِنْ شَمَتَ بِمَصِبَّةٍ نَزَلَتْ بِالْخَيْكَ لَمْ يَخْرُجْ مِنَ الدُّنْيَا حَتَّىٰ يَفْتَنَنَّ بِهِ" 25

جو شخص اپنے دینی بھائی کی اس کی مصیبت کی وجہ سے شماتت کرے تو وہ دنیا سے نہیں جائے گا یہاں تک کہ خود اس مصیبت میں مبتلا ہو جائے۔

المصیبت زدہ شخص کے حق میں ہمارا فریضہ ہے کہ ہم خود بھی اس کی شماتت سے پرہیز کریں اور دوسروں کو بھی ایسے بڑے کام سے باز رکھیں۔ تربیتی سرزنش، تجربہ منتقل کرنے اور عربت پیدا کرنے کے اعتبار سے ایک دوسرے مناسب موقع پر سنانی چاہئے۔ جس شخص کا نہایت سرعت اور حد سے زیادہ تیز دوڑ کے سبب تصادم (ایکسیڈیونٹ) ہو گیا ہے اور اس نے اپنے اعزاء کو کھو دیا ہے وہ نصیحت سننے کا کان اور قبول کرنے کی روح نہیں رکھتا، وہ اس وقت دستگیری اور رحم کا محتاج ہے نہ کہ سرزنش اور نصیحت کا۔ تادیب اور تعلیم کے لئے ایک دوسرا زمانہ چاہئے۔

## ب) اضطراب کم کرنے کے طریقے

پہلے حصہ میں ہم نے ایسے طریقے ذکر کئے کہ مصیبت پڑنے کے پہلے مرحلہ میں جن کی تاکیدکی گئی ہے تاکہ مصیبت زدہ شخص کی نفسیاتی تشویش کے اضافہ سے باز رکھے اور درد کو اسی حد میں روک دے۔ یہاں پر ہم

مصیبت زدہ شخص کے لئے کچھ طریقے پیش کر کے کوشش کر رہے ہیں کہ مصیبت کے درد کو اس کے لئے ہلکے سے ہلکا کریں، ان طریقوں کوہم نے تین حصوں میں بیان کر رہے ہیں۔

الف. مصیبت کو چھوٹا سمجھنا  
ب. مصیبت کو زوال پریز سمجھنا  
ج. عوض اور بدل کی طرف توجہ دینا

### 1) مصیبت کو چھوٹا سمجھنا

بہت سی روایات میں مصیبت کو چھوٹا سمجھنے کا حکم دیا گیا ہے اور اس کے حاصل کرنے کے لئے بہت سے طریقے بتائے گئے ہیں۔ وہ طریقے یہ ہیں:

#### 1/1) مصیبت کو عام سمجھنا

امیرالمؤمنین حضرت علی علیہ السلام فرماتے ہیں:

"المصائب باسویة، مقسمة بين البرية" 26

مصائب مساوی طور پر مخلوق کے درمیان تقسیم کئے گئے ہیں۔ وہ مخلوق کے درمیان تقسیم کئے گئے ہیں۔ اگر ہر شخص اس آسان نکتہ کو سمجھ لے تو اس کی تکلیف کی شدت کم ہو جائے گی۔ فارسی زبان میں اس مسئلہ میں بہت سی ضرب الامثال موجود ہیں، مثلاً: "اجتماعی عزاشادی ہے" یا "یہ ایسا اونٹ ہے جو سب کے گھر میں ہوتا ہے"۔ کہ آخری مثل ممکن ہے آئیہ در "کل نفس ذائقۃ الموت" 27 سے لی گئی ہو۔

میدانی تحقیقات اس بات کی نشاندہی کر سکتی ہیں کہ عظیم جنگوں، شدید زلزلوں اور علاقائی سیلابوں کے موقع پر مشکلات کے سامنے انسان کا مقابلہ چھوٹی اور کم درجہ مصیبتوں کے سامنے مقابلہ کرنے سے زیادہ ہوتا ہے یا نہیں؟ دوسرے لفظوں میں خود کو مصیبت میں تنہا نہ پانا اور ہر شخص کو ایک طرح سے مشکلات و مصائب میں گرفتار دیکھنا، مصیبت سے پیدا شدہ نفسیاتی تشویش کے کم ہونے پر براہ راست اثر رکھتا ہے یا نہیں؟

#### 1/2) مصیبت کو سنت الہی سمجھنا

خداوند متعال سوہہ تغابن کی گیارہوں آیت میں فرماتا ہے:

"مااصاب من مصيبة الا باذن الله" کوئی مصیبت نہیں آتی مگر خدا کے اذن سے۔ اور سوہہ حیدد کی بائیسویں آیت میں فرماتا ہے۔

"مااصاب من مصيبة في الأرض ولا في انفسكم الا في كتاب من قبل ان نبرأها ان ذلك على الله يسیر" جتنی مصیبتوں روئے زمین پر اور خود تم لوگوں پر نازل ہوتی ہیں (وہ سب) قبل اس کے کہ ہم انہیں پیدا کریں کتاب (لوح محفوظ) میں لکھی ہوئی۔ بیشک کہ خدا پر آسانی ہے۔

ان دونوں آیتوں اور اس آیت کا مجموعی مفہوم جو کہ اس مقالہ کی ابتدا میں تحریر کی گئی ہے، یہ ہے کہ ان مصائب کے ذریعے ہمارا امتحان لیا جاتا ہے جو خدا کی جانب سے ہمارے لئے پیش آتے ہیں، تنگدستی، قحط، بیماری، زلزلہ، موت، ہم و غم اور وہ تمام بلائیں اور مصیبتوں (جو کبھی کبھی سخت جان لیوا ہوتی ہیں) خدا

کے اذن سے اور اس کے نظام کے دائروں میں نازل ہوتیں ہیں تاکہ ہماری وجودی ماہر نکھر کر سامنے آجائے۔ مصیبت پر ایسی نگاہ رکھنا اور خداوند متعال کے حکیم، رحیم اور رئوف ہونے پر توجہ رکھنا ہمیں آسانی سے اس نتیجہ تک پہنچاتا ہے کہ مصیبتوں اتفاقی، بے حکمت اور ہماری قدرت و طاقت سے بڑھ کر نہیں ہوتیں کہ "لَا يَكْلُفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا" (خدا کسی کو اس کی قدرت و طاقت سے زیادہ تکلیف نہیں دیتا۔) اور خدا صبر کو بھی مصیبت کے برابر نازل کرتا ہے۔ 28

اور روایات کے الفاظ میں انسان بلا کے تیروں کا دائمی نشانہ ہے اور ہمارا وجود ہمیشہ مصائب میں گھرا ہوا ہے۔

### 1/3) بڑی مصیبت سے تولنا

المصیبت کا درد سے یاد رکھنے کی وجہ سے باقی رہتا ہے لہذا انسان چھوٹے چھوٹے دردوں کو ان سے بڑے بڑے دردوں کی طرف توجہ کرنے بہلا سکتا ہے۔

اگر ہم اپنے کو آخرت کا مسافر سمجھیں عالم بزرخ میں وارد ہونے اور قبر سے محسور ہونے کی طرف توجہ کریں اور اس دن کو سامنے رکھیں جس وقت الہی عظمت وعدالت کی بارگاہ میں اس حال میں کھڑے ہوں گے کہ ہاتھ خالی ہوں گے اور کاندھوں ہر گناہوں کا بوجھ ہوگا اور حساب وکتاب کے لئے آمادہ ہو گے تو پھر کسی بھی طرح دینوی مصیبتوں کو عظمت و وحشت کی نگاہ سے نہیں دیکھیں گے۔ اسی وجہ سے روایات نے حکم دیا ہے کہ ہم موت نیز بزرخ و قیامت کو یاد کریں تاکہ مصیبت کو آسانی سے برداشت کر سکیں۔ 30

امیرالمؤمنین حضرت علی علیہ السلام نے فرمایا ہے:

### ماصغر المصيبة مع عظم الفافة 31

کس قدر (دنیا کی) مصیبت آخرت میں ہمارے ہاتھ خالی ہونے کے مقابل چھوٹی ہے۔

آپ نے حضرت پیغمبر اکرم صل اللہ علیہ وآلہ وسلم کی مصیبت کے بعد کسی مصیبت کو بڑا نہ سمجھا اور آسانی کے ساتھ ہر مصیبت کو برداشت کیا۔ آپ نے مالک اشترا رضی اللہ عنہ کی شہادت کے موقع پر (جو کہ آپ کی حکومت کے سب سے بڑے فداکار اور بہترین عامل، میدان جنگ کے ساتھی اور سب سے بڑے عقیدت مند سردار تھے) فرمایا:

### وطنا على انفسنا على ان نصبر على كل مصيبة بعد مصابنا برسول الله... 32

ہم نے اپنے حضرت رسول خدا صل اللہ علیہ وآلہ وسلم کی مصیبت کے بعد ہر مصیبت برداشت کرنے پر آمادہ کر لیا ہے۔

یہ بات امیرالمؤمنین حضرت علی علیہ السلام سے مخصوص نہیں ہے جیسا کہ کئی ایک روایات نے ہمیں مصیبت پڑنے کے وقت حضرت پیغمبر اکرم صل اللہ علیہ وآلہ وسلم کی وفات کو یاد کرنے کی تاکید کی ہے۔ 33 ہماری تہذیب میں امیرالمؤمنین حضرت علی علیہ السلام، حضرت امام حسین علیہ السلام اور حضرت زینب بنت علیہ السلام، حضرت رسول خدا صل اللہ علیہ وآلہ وسلم کے بعد سب سے عظیم اور عمدہ صبر و تحمل کے نمونے ہیں اور اب بھی شہداء کے غمگین مان باپ کے لئے باعث تسلیت ہیں۔ آپ حضرات کی سیرت پر توجہ دینا مصائب پڑنے کے وقت لازم ہے، جیسا کہ قرآن کریم نے اس مقصد سے الہی انبیاء و مرسیین جیسے ایوب، نوح، داؤد، یعقوب و یوسف علیہم السلام وغیرہ کی زندگی کی طرف اشارہ کیا ہے۔ 34

### 1/4) کھوئی ہوئی چیز کی قیمت و اہمیت کم سمجھنا

یہ طریقہ جو کہ زیادہ تر مالی دنیاوی مصیبتوں میں قابہ عمل ہے، یہ شناخت مصیبت زدہ شخص کو دیتا ہے تاکہ وہ اپنے رنج و غم کی اصل اور بنیاد کو سمجھے۔ ہم اس وجہ سے اپنے کو مصیبت زدہ سمجھتے ہیں کہ کسی گرانبہا چیز کے کھوجانے کا غم محسوس کرتے ہیں۔ اب اگر وہ کھوئی ہوئی چیز ہماری نظر میں کم قیمت و اہمیت رکھتی ہو تو درد کم اور اگر زیادہ قیمت و اہمیت کی حامل ہو تو درد زیادہ احساس ہوتا ہے۔ بہت سی روایات نے اس نکتہ کی طرف توجہ دی ہے کہ ہمارے نزدیک دنیا کا کم قیمت و کم اہمیت ہونا مصیبت کو آسانی سے برداشت کرنے میں مدد دیتا ہے۔ حضرت امام محمد باقر علیہ السلام امیرالمؤمنین حضرت علی علیہ السلام سے نقل کرتے ہوئے فرماتے ہیں:

**"من زهد في الدنيا هانت عليه المصيبات" 35**

جو شخص دنیا میں زہد اختیار کرے (دنیا سے رغبت نہ کرے) اس پر مصیبتوں آسان ہو جاتی ہیں۔ امیرالمؤمنین حضرت علی علیہ السلام نے غرالحکم و درالکلم میں اسی معنی کو "لها عن الدنيا" (دنیا سے دل نہ لگائے) کے الفاظ سے گوش گزار کیا ہے۔ 36

حضرت امام زین العابدین علیہ السلام نے بھی دنیا کو بے قیمت سمجھنے کو مصائب کے ناپسند نہ سمجھنے کا سبب جانا ہے اور عبارت "ولم يكرهها" کا اس معنی وحدیث پر اضافہ فرمایا ہے۔ 37 یہ سختی و مصیبت کے استقبال اور خطرہ، درد اور غم کی طرف دوڑنے کے معنی میں ہے۔ دنیا اور مال دنیا کے متعلق ایسی نظر انسان کے لئے ہر طرح کی سختی سے مقابلہ کرنے کی ہمت و شجاعت پیدا کرتی ہے اور انسانی روح کو ہرجانکاہ دردکے برداشت کی قدرت اور عطا کرتی ہے کہ "الشجاعة صبر ساعة" یا "الصبر شجاعة" شجاعت یعنی ایک طرح پائیدار اور صبر۔ 38

## (2) مصیبت کو زوال پریز سمجھنا

پرانی کہانیوں میں ہے کہ ایک بادشاہ نے اپنے وزیر کو حکم دیا کہ ایک انگوٹھی اس کے لئے بنائے اور اس کے نگینہ پر ایسا جملہ نقش کرے کہ جب بھی غم و اندوہ اور سرور و خوشی کی دونوں حالتوں میں اس پر نظر کرے تو وہ فطری حالت کی طرف واپس آجائے۔ بہت سے مشوروں میں سے صرف ایک جملہ "یہ بھی گزر جائے گا" پسند کیا گیا اور یہ وہی نکتہ ہے کہ جس کی طرف روایات میں اشارہ کیا گیا ہے۔

ہماری روایات نے اس بات پر تاکید کی ہے کہ دنیا کی سختی اور تنگی رویہ زوال ہے اور اس کی نعمت کے مانند اس کی سختی کی مدت بھی معین اور محدود ہے۔ امیرالمؤمنین حضرت علی علیہ السلام نے دنیا کے بارے میں فرمایا ہے۔

**"ضرها وبؤسها الى نفاذوكل مدة منها الى منتها" 40**

اس کا نقصان اور اس کی سختی زوال پریز ہے اور اس کی ہر مدت تمام ہونے والی ہے۔ بعض روایات میں اس زوال کو مسلسل مشکلات و مصائب واقع ہونے کے وقت بتایا گیا ہے۔ حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام ان لوگوں کو خطاب کرکے پے درپے بلاؤں اور مصیبتوں کی خوفناک موجوں میں گرفتار ہوتے ہیں فرماتے ہیں:

**"اذا اضيف البلاء الى البلاء، كان من البلاء عافية" 41**

جب بلا پے درپے آتی ہے تو عافیت کا وقت آپنہنچتا ہے۔ اس صورت میں مشاور کا فریضہ یہ ہے کہ مصیبت زدہ شخص کے نفسیات کو سمجھ کر اسے اپنے اور دوسروں

کے حل شدہ مصائب یاد دلائی اور اس سے مشابہ واقعات کو پیش کرکے اسے سمجھائے کہ یہ نئی مصیبت پہلی دوسری مصیبتوں کے مانند قابل حل اور وقتی ہے۔ ہماری دعاؤں میں یہ یاد آوری نظر آتی ہے۔ اس دعامیں جو حضرت پیغمبر اکرم صل اللہ علیہ وآلہ وسلم نے حضرت امام علی علیہ السلام اور حضرت فاطمہ زہر علیہ السلام کو تعلیم دی اس طرح ذکر ہوا ہے:

"یا هازم الاحزاب لمحمد یا کائد فرعون لموسى یامنجی عیسیٰ من ایدی الظلمة یامخلص قوم نوح من الغرق یاراحم عبده یعقوب یا کاشف ضر ایوب یامنجی ذی النون من الظلمات... " 42

امحمد(ص) کے لئے گروہوں کو شکست دینے والے، اے موسیٰ (ع) کے لئے فرعون کے خلاف تدبر کرنے والے، اے عیسیٰ (ع) کو ظالموں کے ہاتھوں سے نجات دینے والے، اے نوح (ع) والوں کو غرق سے بچانے والے، اے اپنے بندے یعقوب (ع) پر رحم کرنے والے، اے ایوب (ع) کے مصائب و مشکلات کو دور کرنے والے، اے یونس (ع) کو تاریکیوں سے نجات دینے والے۔ . . .

جیسا کہ واضح ہے کہ بڑی بڑی مصیبتوں سے مصیبت زدہ افراد کی رہائی کی یاد آوری اور تمام مصائب و مشکلات کو دور کرنے کے لئے الہی رحمت و قدرت کا تمذکر، ہمارے لئے مصیبتوں کے زوال پذیر سمجھنے اور نتیجہ میں ان کو چھوٹا سمجھنے کا باعث ہوتا ہے۔ ایک دوسری دعا میں (جس کو روایات کی بنا پر حضرت پیغمبر اکرم صل اللہ علیہ وآلہ وسلم بھی اور حضرت علی علیہ السلام بھی سختیوں اور مصیبتوں کے وقت پڑھتے تھے) اسی نکتہ پر تاکید ہے اور پہلی دعا کے مطالب کے علاوہ غرور کے تسلط سے حضرت ابراہیم علیہ السلام کی نجات کی طرف بھی اشارہ ہے۔

قابل ذکر بات ہے کہ موت کی یاد بھی اس سلسلہ میں راہ حل ہے۔ موت جس طرح کہ اس دنیا کی خوشیوں کا آخری نقطہ ہے اور اسی وجہ سے اسے "ہادم الذات" (لذتوں کو ختم کرنے والی) کہا جاتا ہے اسی طرح دنیائے خاکی اور زندان افلاک سے مومن کی رہائی اور آزادی کا سرآغاز ہے۔ یہ بکتہ خصوصاً ساخت اور ناقابل علاج بیماریوں میں تسکین بخشتی ہے۔

### (3) عوض اور بدل کی طرف توجہ دینا

یہ بات گزر چکی ہے کہ کھوئی ہوئی چیز جتنی بڑی ہوگی مصیبت بھی اتنی بڑی ہوگی، اب اگر ہم کو معلوم ہو یا ممید ہو کہ دوسری چیز اسی کھوئی ہوئی چیز کے برابر ہمیں مل جائے گی یا کچھ شرائط حاصل کرنے کے ذریعہ اور مختصر کوشش کے ذریعہ اس سے بہتر ہمیں نصیں ہو جائے گی تو تکلیف بہت حد تک کم ہو جائے گی۔ یہ مسئلہ ہماری روز مرہ کی زندگی میں بارہا سامنے آتا ہے۔ اس ڈرائیور کی تکلیف جس کا تصادم ہو جاتا ہے حادثہ کے مقصر (قصوروار) کی طرف سے معتبر بیمه پیش کرنے کے بعد ختم ہو جاتی ہے اور فوت شدہ فرزند کے بعد دوسرے فرزند کی پیدائش بہت حد تک ہم وغم کو خانوادہ کے چہرے سے دور کر دیتی ہے۔

بہت سی روایات کی بنابرخداوندکریم یہ عوض اور بدل ہمیں بخشتا ہے اور اس ہستی سے آگاہی کی بنا پر امیرالمؤمنین حضرت علی علیہ اسلام، اشعت کو تسلیت دیتے ہیں، آپ اشعت ابن قیس کو اس کے بیٹے کا پرسا دینے کے لئے اس کے پاس جاتے ہیں اور فرماتے ہیں:

"یا اشعت! ان تحزن علی ابنک فقد استحقت منک ذالک الرحيم وان تصریف فی اللہ من کل مصیبة خلف۔ یا اشعت! ان صبرت جری علیک القدر وانت ماجور وان جزعت جری علیک القدر وانت مأزور۔ یا اشعت! ابنک سرک وهو بلاء وفتنة وحزنك وهو ثواب ورحمة۔" 43

اے اشعت! اگر تم اپنے بیٹے پر رنج و ملال کرو تو یہ خون کا رشتہ اس کا سزاوار ہے اور اگر صبر کرو تو اللہ کے نزدیک پر مصیبت کا عوض ہے۔ اے اشعت! اگر تم نے صبر کیا تو تقدیر الہی نافذ ہو گی اس حال میں کہ تم اجر و ثواب کے حقدار ہو گے اور اگر چیخے چلائے جب بھی حکم قضا جاری ہو کر رہے گامگر اس حال میں کہ تم پر گناہوں کا بوجہ ہو گا۔ تمہارے لئے بیٹا مسرت کا سبب ہوا حالانکہ وہ ایک رحمت و آزمائش تھا اور تمہارے لئے رنج و اندوہ کا سبب ہوا حالانکہ وہ (مرنے سے) تمہارے لئے اجر و رحمت کا باعث ہوا ہے۔

اس عوض اور بدل سے استفادہ کرنے اور وعدہ کئے گئے ثواب اور جزا حاصل کرنے کی صرف ایک شرط صبر و شکیبائی ہے اور مصیبت کو عاقلانہ طور پر برداشت کرنا۔

امیر المؤمنین حضرت علی علیہ السلام نے خود حضرت پیغمبر اکرم صل اللہ علیہ وآلہ وسلم کی وفات حسرت آیات کے وقت اپنی اور بنی ہاشم کی تعزیت میں اسی بات کو سنا اور اسی طریقہ سے ان کے غم و اضطراب کو کم کر سکے۔ آپ نے یہ الہی آواز اور غیبی تسلیت حضرت خضر علیہ السلام کی زبان سے سنی:

"السلام عليکم اهل البيت ورحمة الله في الله عزاء من كل مصيبة وخلف من كل هالك وردرک من كل مافات، فبالله ثقوا واياه فارجوا" ۔ 44

اے اہل بیت! آپ حضرات پر سلام اور خدا کی رحمت ہو، خداوند تعالیٰ خود ہر مصیبت کی تعزیت دیتا ہے اور ہر ہلاک ہونے والے کا جانشین ہے اور ہر فوت ہونے والی شے کا جبران کرے والا ہے، لہذا خدا ہی پر بھروسہ رکھو اور اسی سے امید لگاؤ۔

جی ہاں، خداوند کریم ہر مصیبت میں اجر و ثواب کا ایک بدل اور عوض عطا کرتا ہے اور ہر دوسرے طاقتور سے زیادہ کھوئی ہوئی چیز کے جبران کی قدرت رکھتا ہے۔ لہذا آئیں ہم خدا ہی اطمینان کے ساتھ مصیبت زدہ افراد کو بتاسکتے ہیں کہ خدا کے وعدے پر اعتماد کرو اور فوت شدہ چیز کے عوض و بدل کے منتظر رہو، وہی یا اس سے بہتر، اس دنیائی فانی میں یا اس عالم بقامیں۔ اسی طرح ہم اس کے لئے اس عوض و بدل کے جلدی حاصل ہونے کے لئے دعا کر سکتے ہیں جیسا کہ حضرت امام تقی علیہ السلام نے اس شخص کے خط کا جواب میں تحریر فرمایا تھا جس کا فرزند فوت ہو گیا ہے:

"اعظم الله اجرک واحسن عزاك وربط على قلبك انه قادر وعجل الله عليك بالخلف وارجوا ان يكون الله قد فعل، ابشاء الله تعالى" ۔

خداوند کریم تمہیں اجر عظیم اور صبر جمیل عطا کرے اور تمہارے دل کو مضبوط کرے کہ بے شک وہ قادر ہے، اور جلد از جلد اس کا نعم البدل تمہیں عنایت فرمائے اور امید رکھتا ہوں کہ خداوند کریم ایسا ہی کرے گا، انشاء اللہ تعالیٰ۔

قابل ذکر بات ہے کہ صبر کے علاوہ ذکر استرجاع بھی عوض و بدل حاصل کرنے کا ایک ذریعہ ہے امیر المؤمنین حضرت علی علیہ السلام ایک دوسری جگہ ارشاد فرماتے ہیں:

"من استرجع عند المصيبة جبر الله مصيبة" 45

جو شخص مصیبت کے وقت کلمہ استرجاع (آئہ انا لله وانا اليه راجعون) جاری کرتا ہے خداوند کریم اس کی مصیبت کا جبران کرتا ہے۔

ج) مکمل کنٹرول

اضطراب کے مکمل کنٹرول حتیٰ اس سے پہلے ہی بچنے کے لئے حادثہ سے پہلے ہی اس کے متعلق سوچا جا

سکتا ہے اور اس سے بچنے کے کی تدبیر کی جاسکتی ہے، اگر حادثہ اور مصیبت کے وقوع کو نہیں روکا جاسکتا ہے اس لئے کہ وہ خدا کی عام اور قطعی سنت ہے اور صدقہ و دعا بھی کچھ ہی حد تک اسے روک سکتے ہیں لیکن اس سے پیدا شدہ پریشان خاطری اور ذہنی الجهن کو روکا جا سکتا ہے اور مصیبت کے اس چہرہ کو دور کیا جاسکتا ہے جو خطرناک اور نقصان دہ ہے۔ ہم جانتے ہیں کہ مصیبت کا مسلسل دباءً مصیبت زدہ شخص کے اضطراب کا سبب ہوتا ہے اور اس کے جسم و روح کو فرسودہ کر دیتا ہے اور ہم یہ بھی جانتے ہیں کہ اضطراب، بیرونی عامل و سبب اور اندرونی (روحی) فکر کا نتیجہ ہے اور انسان اور ماحول کے درمیان تعامل سے وجود میں آتا ہے،

اس لحاظ سے اضطراب انسان کی فکروں دیشہ نیز اس کے احساسات و جزیات سے وابستہ ہے۔ اس بنا پر اگر ہم حتیٰ بیرونی عوامل و اسباب کو بدل سکتے یا ان کا توازن صحیح بقرار نہیں رکھ سکتے ہیں پھر بھی مصیبت کے متعلق مصیبت زدہ شخص کی اندرونی فکر کو بدل کر اضطراب پیدا ہونے کے اسباب کو دور کر سکتے ہیں۔ انسان کی تفسیر زندگی، موت، رنج و مصیبت سے یہ سب مصیبت سے حاصل شدہ نفسیاتی مشکلات کے سامنے اس کے مقابلہ کے لئے مؤثر ہیں اور اگر یہ شناخت اور فکر و نظر مصیبت سے قبل انسان کے ذہن کے اندر پیدا ہو جائے اور مشکل پیدا ہونے سے پہلے اضطراب سے روکنے میں اپنا کردار ادا کر سکے تو ہم بہترین حالت میں پہنچ جائیں گے، لیکن اس کے معنی یہ نہیں ہیں کہ ان کو مصیبت کے بعد مصیبت زدہ شخص کے سامنے پہش نہیں کیا جاسکتا۔ مصیبت سے پہدا شدہ آگ بجهنے اور پہلے مرحلاں کے ختم ہو جانے کے بعد دھیرے دھیرے مصیبت کے متعلق فکر و نظر کی تصحیح کی جاسکتی ہے۔

ہم روایات کی مصیبت کو مفید سمجھ سکتے ہیں اور اسے کچھ شرائط و حالات کے ساتھ انسان کا مددگار کہہ سکتے ہیں۔

## 1. مصیبت کو مفید سمجھنا پہلے: اجر

روایات کی بنا پر انسان پروار دہونے والی ہر مصیبت ایک اجر رکھتی ہے جس کے حاصل ہونے کی شرط صبر و تحمل ہے اور بے تابی نہ کرنا ہے۔ اجر و ثواب کے لئے مصیبت کے کلید ہونے کے متعلق امیر المؤمنین حضرت علی علیہ السلام کی حسین تعبیر اس الہی ذخیرہ کی نشاندہی کرتی ہے کہ مصیبت جتنی بڑی ہوگی اس کا اجر بھی اتنا ہی عظیم ہوگا:

"کلما کانت البلوی والاختیار اعظم کانت المثوبۃ والجزاء اجزل" 46

بلا اور امتحان جتنا ہی عظیم ہوگا اجر و ثواب اتنا جزیل ہوگا۔

یہ پاداش و اجر اتنا عظیم ہے کہ حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام نے اپنے ایک بزرگ صحابی عبد اللہ بن یعفور (جنہوں نے اپنے پرانے درد کا شکوہ کیا تھا) ان کے جواب میں فرمایا

"یا عبد اللہ! لو یعلم امؤمن ماله من الاجری المصائب لتمنی انه قرض بالمقاریض" 47

اے عبد اللہ! اگر مومن جان لیتا کہ اس کے لئے مصائب میں کتنا اجر ہے تو وہ تمنا کرتا کہ قینچیوں سے اس کے ٹکڑے ٹکڑے ہو جائیں۔

اگر ہم اس نکتہ پر توجہ دیں کہ اجر، اخروی اور نہایت وسیع ابدی عالم ہے اور اس کا مسئلہ کسی بھی طرح دنیا کی چند روزہ اور زود گزر زحمتوں اور سختیوں سے نہیں کیا جا سکتا اور اس کے حصول کی شرط صرف صبر و تحمل کو سمجھیں تو آسانی سے مصیبت کو قبول کر لیں گے، خصوصاً اگر اس نقطہ سے واقف ہوں کہ جو کچھ خدا اپنے مؤمن بندہ کے لئے چاہتا ہے اس میں خیر ہی پوشیدہ ہوتا ہے خواہ اسے عافیت اور خوشحالی بخشے

یا مصیبت میں مبتلا کرے 48 خدا نے خود یہ نقطہ فرمایا ہے:

"عبدی المؤمن لا اصرفه فی شیء الا جعلته خیر الہ۔" 49

میں اپنے مومن بندہ کو کسی جگہ اور کسی میں نہیں لے آتا مگر یہ کہ اسے اس کے لئے خیر قرار دیتا ہوں۔

### دوسرے: گناہ کا کفارہ

ہم اپنی زندگی کے راستے میں معصیت کے کیچڑ میں کود پڑتے ہیں اور اپنی پاک و صاف روح کو آلودہ کر لیتے ہیں، لیکن انسانیت کا آخری مقصد، قرب الہی کی بہشت ہے جس میں وارد ہونے کا حق صرف پاک و پاکیزہ افراد کو ہے۔ لہذا اگر ہم اپنی روح کو رنج و بلا کے حمام سے غسل نہ دیں تو اس میں داخل ہونے کی اجازت نہ پائیں گے۔ مصیبت و بلا ہماری روح کا حمام ہیں جو ہماری روح کو پاک و صاف کرنے کے لئے بنائی گئی ہیں۔ اس روح کے پاک و صاف کرنے کا وسیلہ اور اس کے امکانات فراہم کرنا بندہ کی تکریم ہے نہ اس کی اہانت۔

یہ وہی حضرات امام جعفر صادق علیہ السلام کے اس ارشاد کے معنی ہیں جو آپ نے یونس ابن یعقوب سے فرمایا تھا:

"ای یونس! ان المؤمن اکرم علی اللہ تعالیٰ من ان یمّ علیہ اربعون لایمھص فیھا ذنوبہ ولو بغمّ یصیبہ لایدری مواجهہ۔" 50

اے یونس! مؤمن خدا کے نزدیک اس بات سے بڑا ہے کہ چالیس دن گزر جائیں اور وہ اس کے گناہوں کو پاک نہ کرے اگرچہ ایسے غم کے ذریعہ جس کی وجہ بھی وہ نہیں جانتا۔

اس بنا پر آیہ "وَمَا اصَابُكُمْ مِنْ مُصِيبَةٍ فَبِمَا كَسِبْتُ أَيْدِيكُمْ" 51

(جو مصیبت بھی تم تک پہنچتی ہے وہ تمہارے ہاتھوں کی کمائی ہے) ہم گنہ گاروں کے لئے ایک سخت لیکن نوید بخش آیت ہے۔

### تیسرا: کبرو غفلت کی صفائی

ہمیشگی صحت وسلامت، بے انتہا مال و دولت اور دائمی خوشی اور راحت اس دنیا میں انسان کی مصلحت نہیں ہے اس لئے کہ یہ ممکن نہیں اور اگر وجود میں بھی آجائے تو مفید نہیں ہے۔ خوشی اور عیش میں ڈوبا انسان سرکشی کرنے لگتا ہے اور خداکی بندگی اور خلق خدا کے سامنے تواضع کرنے سے روگردانی کرنے لگتا ہے۔ بلا و مصیبت ہمارے سنبھلنے اور صحیح راستے پر آئے کے لئے ٹھوکے ہیں، سختی اور غم اور کبھی کبھی دولت، صحت اور فرزند کا ہاتھ سے جانا تکبر اور اکڑ کو اگرچہ تھوڑے ہی وقت کے لئے ہمارے دلوں سے دور کر دیتا ہے اور ہمیں روحی تذلل و تواضع عطا کرتا ہے۔ خدا نخواستہ ہم سرمست مغرور ہو جائیں اور اپنی انسانیت کو کھو دیں۔ امیر المؤمنین حضرت علی علیہ السلام نے اپنے ارشادات میں کئ جگہ اس کبر و غرور سے منع کیا ہے اور حجاب غفلت چاک کرنے کا حکم دیا ہے۔ 52

امام (ع) فرماتے ہیں:

"ولَكُنَ اللَّهُ يَخْتَبِرُ عِبَادَهُ بِأَنَوَاعِ الشَّدَائِدِ وَيَتَعَبَّدُهُمْ بِأَنَوَاعِ الْمَجَاهِدِ وَبِيَتَلِيهِمْ بِضُرُوبِ الْمَكَارِهِ اخْرَاجًاً لِتَكَبَّرِهِنَّ  
قُلُوبُهُمْ وَاسْكَانًا لِلْتَذَلِّلِ فِي نُفُوسِهِمْ وَلِيَجْعَلَ ذلِكَ ابْوَابًا فَتْحًا إِلَى فَضْلِهِ وَ اسْبَابًا ذَلِلًا إِلَى عَفْوِهِ۔"

خداوند تعالیٰ اپنے بندوں کا مختلف سختیوں سے امتحان لیتا ہے اور مختلف سخت کاموں میں گرفتار کرتا ہے اور طرح طرح کی تکلیفوں میں مبتلا کرتا ہے تاکہ ان کے دلوں سے تکبر کو دور کر دے اور تواضع و فروتنی ان کی روحوں میں ساکن کر دے اور تاکہ اسے اپنے فضل کے لئے کشادہ دروازہ اور اپنے عفو کا وسیلہ قرار دے۔

## حوالی

1. لقد خلق الانسان في كبد(سورة مائدة: آية ٢) .  
"بتحقيق کہ ہم نے انسان کو مشقت میں (رهنے والا) پیدا کیا ہے۔
2. جامع الصغیر: ج ۱، ص ۲۸۲، ح ۶۳۲۳ .
3. غررالحكم ودررالكلم: ح ۴۱۴۴ .
4. شرح نهج البلاغه: ج ۲۰، ص ۲۹۱ .
5. غررالحكم ودررالكلم: ح ۲۰۴۳۶، ۷۹۳۶، ۶۵۳ .
6. مائة کلمہ جاھظ: ح ۱۲ .
7. ر-ک: میزان لاحکمة: ج ۱، باب الجزع .
8. بحارالانوار: ج ۲۲، ص ۵۱۲، ح ۱۱، ماخوذ از خصال صدوق(رح) .
9. تحف العقول: ص ۱۱۴ .
10. الترغیب والترھیب، منزی: ج ۳، ص ۲۸۶، ح ۳۶ .
11. یہاں پر جس بات کو مستثنی قرار دیا گیا ہے وہ اپنے دینی بھائی اور صمیمی و حقیقی دوست سے شکوہ کرنا ہے کہ حقیقت میں اس سے شکوہ کرنا خدا سے شکوہ کرنا ہے۔ (بحارالانوار: ج ۷۲، ص ۳۲۵، ح ۱) .
12. دعائیم الاسلام: ج ۱، ص ۲۲۵ .
13. من لایحضره الفقیہ: ج اص ۱۸۷ .
14. دعوات الراوندی: ص ۲۸۵، ح ۸ .
15. غررالحكم ودررالكلم: ح ۴۰۵۵ .
16. نهج البلاغه: حکمت ۱۲۲ .
17. غررالحكم ودررالكلم: ح ۴۰۱۴ .
18. علل الشرائع: ص ۲۹۹، ح ۱.الخصال: ج ۱، ص ۱۱۲، ح ۸۷ .
19. الكافی: ج ۳، ص ۲۲۷، ح ۱ .
20. بحارالانوار: ج ۷۶، ص ۱۳۳، ح ۱۷ابحوالہ دعوت راوندی: ص ۲۸۷ .
21. سورة انبیاء: آیہ ۷۸، ۸۷، ح ۸۸ .
22. الطبقات الكبرى: ج ۲، ص ۳۱۲ .
23. الغارات: ج ۱، ص ۲۶۴ .
24. امالی الصدوق: ص ۱۸۸، ح ۵ .
25. الكافی: ج ۲، ص ۱۵۹، ح ۱ .
26. تحف العقول: ص ۲۱۴ .
27. سورة آل عمران: آیہ ۱۸۵.سورة انبیاء: آیہ ۳۵.سورة عنکبوت: آیہ ۵۷ .
28. نهج البلاغه: حکمت ۱۲۲ .
29. ر-ک: بحارالانوار: ج ۷۸، ص ۴، ح ۵۳ .
30. الخصال: ص ۴۱۴، ح ۱۰ .
31. الكافی: ج ۸، ص ۲۴ .

32. مستدرک الوسائل: ج ۲، ص ۴۰۴، ح ۲۳۰۸۰.
33. ر، ک: بحار الانوار: ج ۸۲، ص ۸۴.
34. سوارہ صافات: آیہ ۶۵، ۷۲. سورہ قمر: آیہ ۹، ۱۰. سورہ یوسف: آیہ ۱۵، ۳۳.
35. الکافی: ج ۲، ص ۵۰، ح ۱.
36. ر، ک: غررالحكم ودرالکلم: ح ۸۵۸۷.
37. بحار الانوار: ج ۷۸، ص ۱۳۹، ح ۲۵۵.
38. ایضاً: ص ۱۱، ح ۷۰.
39. نهج البلاغہ: حکمت ۸.
40. من لایحضرہ الفقیہ: ج ۱، ص ۳۳۰.
41. تحف العقول: ص ۳۵۷.
42. مکارم الاخلاق: ج ۲، ص ۱۳۸.
43. نهج البلاغہ: حکمت ۲۹۱.
44. کنزالعمال: ج ۷، ص ۲۵۱، ح ۱۸۷۸۵.
45. بحار الانوار: ج ۸۲، ص ۱۲۶. قابل ذکر بات ہے کہ اہلسنت کی کتابوں میں یہ حدیث حضرت پیغمبر اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے نقل وئی ہے اور اس کے آخر میں یہ اضافہ بھی ہے: "واحسن عقباہ وجعل له خلفا یرضاه" خدا اسے حسن عاقبت عطا کرے گا اور ایسا نعم البدل قرار دے گا کہ وہ خوش ہو جائے گا۔ (ر، ک: مجمع الزوائد: ج ۲، ص ۳۳۱).
46. ر، ک: غررالحكم ودرالکلم: ح ۴۰۰.
47. الکافی: ج ۲، ص ۲۵۵، ح ۱۵.
48. ر، ک: مشکاة الانوار: ص ۵۲۱، ۵۲۰.
49. الکافی: ج ۲، ص ۶۱، ۶۲.
50. بحار الانوار: ج ۸۱، ص ۱۹۱، ح ۴۹.
51. سورہ شوری: آیہ ۳۰.
52. ر، ک: شرح ابن ابی الحدید: ج ۱۳۱، ص ۱۵۶.