Quarterly Research Journal "Al-Qudwah", Volume 03, Issue 01, Jan-Mar 2025

AL-QUDWAH

ISSN(P): 2959-2062 / ISSN(E): 2959-2054

https://al-qudwah.com

اسلامی تعلیمات کی روشنی میں نفسِ انسانی کی اصلاح اور عصری تقاضے

Reform of the human soul and contemporary requirements in the light of Islamic teachings

ABSTRACT

The man does his best with all his conscious abilities to overcome the good and defeat the evil, the Holy Qur'an has called it Tazkiyah. And the purification of the soul will be that the wrong thoughts and ideas that have matured within it, they should be eliminated. The weaknesses and diseases that wrong habits and morals have created in him should be corrected; the diseases of indifference and stagnation that have been caused by the worship of imitations and rituals should be reformed and removed. The low courage and cowardice that temporary and sensual desires have cast on him should be cured so that he can understand his life purpose. His courage can emerge, his habits can be refined and he can reach the high level of his mental, moral and spiritual development according to his natural abilities which Allah Almighty has bestowed him.

Keywords; *Conscious, purification, imitations, emerges, purification and rituals.*

AUTHORS

Dr. Zuha Qaisar*
Visiting Faculty Member, Department of Islamic Studies,,B. Z. U. Multan:
zuhaqaisarbzu@gmail.com

Dr. M. Majid Khan**
Punjab Education Department,Vehari, Pakistan:
majidbzu586@gmail.com

Dr. Hafiz Nasir Ali****
V. Assistant Professor, Department of Islamic Studies, Thal University Bhakkar:
rao5110@gmail.com

Date of Submission: 15-12-2024
Acceptance: 11-01-2025
Publishing: 15-01-2025

Web: https://al-qudwah.com/
OJS: https://al-qudwah.com/index.php/aqrj/user/register
e-mail: editor@al-qudwah.com

***Correspondence Author:**
Dr. Zuha Qaisar**Visiting Faculty Member, Department of Islamic Studies, B. Z. U. Multan.*

جس طرح بنی نوع انسان کے مادی جسم میں ظاہری قوتیں پائی جاتی ہیں جنھیں حواس خمسہ کہا جاتا ہے۔ یہ سونگھنے، چھکنے، مس کرنے، دیکھنے اور سننے کی قوتیں ہیں۔ اسی طرح انسان کا وجود مختلف قسم کے باطنی قوتوں کا مسکن ہے۔ یہی وجہ ہے کہ دنیا کے ہر ایک ولی، عارف کامل اور مفکر نے اپنے من میں ڈوبنے اور اپنی ذات کی معرفت حاصل پر زور دیا ہے۔ اپنی ذات کی معرفت کیا ہے؟ انسان اس کو کیسے حاصل کر سکتا ہے؟ اپنی ذات کی معرفت کا تعلق کسی خاص مذہب یا فرقے سے ہر گز نہیں ہے۔ یہ ہر ایک انسان کو اس دنیا میں زندگی گزارنے کے لئے ایسی ضروری ہے جس طرح کہ زندہ رہنے کے لئے خوراک کی ضروری ہوتی ہے۔ اس کا تعلق ان قدرتی قوانین سے ہے جو دنیا کے ہر ذی شعور انسان پر لاگو ہوتے ہیں۔ یہ وہ باطنی طاقتیں ہیں جو انسانی حیات پر ہر لمحہ اور ہر وقت اثر انداز ہوتے ہیں۔

بلاشبہ انسانی اقدار اور اخلاق انہی باطنی قوتوں سے بنتے ہیں۔ انسان کے کردار پر ان کا بہت گہرا اثر ہوتا ہے۔ جب تک انسان ان باطنی قوتوں کا ادراک نہیں کرتا۔ اپنے باطن کی معرفت حاصل نہیں کرتا۔ وہ معاشرے کا ایک ذمہ دار فرد نہیں بن سکتا۔ انسان کی سب سے بڑی خرابی یہی ہے کہ وہ اپنے مسائل کے لئے خود احتسابی کے عمل سے نہیں گزرتا۔ وہ اپنے مشکلات اور تکالیف کے لئے اپنے علاوہ ساری دنیا کو ذمہ دار ٹھہراتا ہے۔ جب انسان اپنی غلطی اور کوتاہی کو تسلیم کرنے سے گریزاں رہتا ہے۔ اس وقت تک اس کے وجود میں شر کا عنصر موجود رہتا ہے۔ یہ شر بعد میں جا کر پورے معاشرے کو اپنے لپیٹ میں لے لیتا ہے۔ پھر یہ مسئلہ ایک فرد تک محدود نہیں رہتا۔ پہلے انسان اپنے کسی غلط عمل کا دفاع کرتا ہے۔ پھر یہ بات قوم اور قبیلے تک پہنچ جاتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ پھر انسان حقیقت کا ادراک کرنے سے قاصر رہتا ہے۔ اس کا من درست فیصلہ کرنے اور حق کا ساتھ دینے سے انکاری رہتا ہے۔ یہیں سے مختلف قسم کی قلبی امراض یعنی انا، حسد، غرور، تکبر اور نفرت کی ابتداء ہو جاتی ہے اور یوں یہ سلسلہ نسل در نسل چلتا رہتا ہے۔

اگر ان قوتوں میں ذرا بھی بگاڑ پیدا ہو جاتا ہے تو پھر انسانی ذہن کا یہ فساد پورے انسانی معاشرے کو اپنے لپیٹ میں لے لیتا ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ وہ انسان اپنے اندر عدل کے نفاذ میں ناکام ہو چکا ہوتا ہے۔ اب وہ اپنے اندر سرکش باطنی قوتوں کا غلام بن کر اپنی ذاتی انانیت اور فرعونیت کو تسکین دے رہا ہوتا ہے۔ وہ درست فیصلہ کرنے سے عاری ہو جاتا ہے۔ اس وقت اس کو کسی دوسرے انسان کی جانی اور مالی نقصان کی کوئی پرواہ نہیں ہوتی۔ معاشرے میں شر انگیزی اور فساد کی بنیادی وجہ یہی ہوتی ہے کہ انسان اپنے نفس کا تزکیہ نہیں کرتا ہے۔ اپنے سرکش باطنی قوتوں کو حد اعتدال میں رکھنے کی کوشش نہیں کرتا۔ جن سرکش گھوڑوں پر انسان سوار ہے ان کو کنٹرول میں رکھنے اور درست سمیت میں چلانے کی ذمہ داری بھی انسان کی ہی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ کبھی غصے کا گھوڑا قابو سے باہر ہو جاتا ہے تو کبھی کوئی اور باطنی طاقت بے لگام ہو جاتی ہے۔ اس لئے ضرورت اس امر کی ہے کہ انسان دوسرے لوگوں، قوموں اور حکومتوں کو مورد الزام ٹھہرانے کی بجائے اپنی ذات، اپنے نفس سے اصلاح کا آغاز کرے۔

نفس کا معنی و مفہوم :

نفس انسانی میں اللہ تعالیٰ نے خیر اور شر دونوں طرح کی صلاحیت بیک وقت ہر انسان میں رکھ دی ہے اور یہ ہر انسان کے اپنے اختیار میں ہے کہ وہ چاہے تو خیر کی صلاحیت کو استعمال کرتے ہوئے شر کے پہلو کو دبائے یا اس کے برعکس شر کی صلاحیت کو استعمال کرتے ہوئے خیر کو دبائے۔ نفس میں یہ خیر و شر کی جنگ نفس کے مختلف مظاہر میں سے ایک مظہر اور اس کے مختلف خصائص میں سے ایک خاصیت ہے اور اس کے اندر خیر و شر کی یہ کشمکش ہر وقت جاری رہتی ہے۔ اس کشمکش میں نفس تین حالتوں میں تبدیل ہوتا رہتا ہے۔

اس ضمن میں مولانا عبد الرحمن کیلانی یوں لکھتے ہیں:

”نفس کی ابتدائی حالت یہ ہوتی ہے کہ وہ عموماً بری باتوں کا ہی انسان کو حکم دیتا ہے۔ اس کا مطمع نظر صرف ذاتی مفادات کا حصول، اپنی بڑائی اور اپنی کبریائی کا اظہار ہوتا ہے، لہٰذا وہ دوسروں کے حقوق و مفادات کی پرواکیے بغیر خواہشات پیدا کرتا اور ان کو پورا کرنے کے لیے انسان کو اکساتا رہتا ہے۔ نفس کی ایسی حالت کو نفس امارہ کہا گیا ہے۔“ [1]

لسان العرب میں نفس کے مندرجہ ذیل معانی درج ہیں:

کسی شے کی ذات، حقیقت اور کلیت روح، منبع الحیاۃ ، عقل، حس تمیز ، حیول و عواطف اور خون۔ تنفس [2]

صاحب القاموس المحیط[3]، الفیروز آبادی نے بھی نفس کو انہیں معانوں میں استعمال کیا ہے۔[4]

اس کے ساتھ ساتھ یہ لفظ کئی معنوں میں استعمال ہوتا ہے۔ زبیدی نے اس کے پندرہ مفاہیم بیان کیے ہیں۔[5]

جبکہ مولانا وحید الزمان قاسمی نے نفس کے تیرہ معانی بیان کیے ہیں۔[6]

مندرجہ بالا مفاہیم کے ساتھ ساتھ عظمت، عزت، ہمت، ارادہ، سزا، غیب، ناک، آنکھ، پاس ہونا اور چمڑہ رنگنے کے رنگ کو بھی نفس کے مفاہیم میں شامل کیا گیا ہے۔

جب اس نفس کی کسی حد تک اصلاح ہو جاتی ہے تو پھر اسے کوئی بڑا کام کر لینے کے بعد ایک طرح کی ندامت اور خفت کا احساس ہونے لگتا ہے تو نفس کی اس حالت کو نفس لوامہ یا ملامت کرنے والا نفس کہا گیا ہے۔ پھر جب نفس کی پوری طرح اصلاح ہو جاتی ہے اور وہ اللہ کا فرمانبردار بن جاتا ہے تو اسے برے کاموں سے نفرت اور چڑسی ہو جاتی ہے اور بھلائی کے کاموں میں اس کا دل لگتا ہے۔ انہی میں وہ اپنی خوشی اور اطمینان محسوس کرتا ہے۔ ایسے نفس کو نفس مطمئنہ سے تعبیر کیا گیا ہے۔ [7]

نفس کی مندرجہ بالا حالتوں میں سے کامیاب ترین حالت وہ ہے جس میں نفس کا تعلق اللہ کے ساتھ مضبوط ہوتا ہے اور وہ ہر حالت میں اللہ کا مطیع و فرمانبردار رہتا ہے۔ کامیاب نفس کا ذکر کرتے ہوئے۔

جیسا کہ قاضی ثناء اللہ پانی پتی یوں رقم طراز ہیں :

”یہاں تک کہ وہ (بندہ) اللہ سے اور اللہ کے احکام سے رضامند ہو گیا، اس کی یاد اور اطاعت سے اطمینان اندوز ہو گیا اس کے ممنوعات سے اور ان تمام امور سے جو اللہ سے روکنے والے ہیں مجتنب ہو گیا وہی کامیاب ہو گیا۔“[8]

---

[1] کیلانی، عبد الرحمن، مولانا: تیسیر القرآن، ج:چ4، ص:555، مکتبہ اسلام لاہور، 1428ھ

[2] ابن منظور: لسان العرب، ج:14، ص:234

[3] Rasool, H. F., Aziz, A., Usman, H. M., & Kiran, M. (2024). Economic Justice in Islam: A Comprehensive Qur’anic Framework for Equity and Social Harmony in Seerah Perspective. *Tanazur*, *5*(4 (a)), 1-16.

[4] الفیروز آبادی، مجد الدین، محمد بن یعقوب: القاموس المحیط، ص:790، الطبعۃ الاول، بیروت، لبنان، داراحیاء التراث العربی، 1997ء/1417ھ

[5] الزبیدی، محمد مرتضیٰ: تاج العروس، ج:9،، ص:17-16 بیروت، لبنان، دارالفکر، 1996ء

[6] القاسمی، وحید الزمان: القاموس الوحید، ص:1684، اشاعت اوّل، لاہور، ادارہ اسلامیات، 2001ء/1422ھ

[7] Rasool, H. F., Aziz, A., Usman, H. M., & Kiran, M. (2024). Economic Justice in Islam: A Comprehensive Qur’anic Framework for Equity and Social Harmony in Seerah Perspective. *Tanazur*, *5*(4 (a)), 1-16.

[8] ثناء اللہ، پانی پتی، قاضی: تفسیر مظہری، ترجمہ، مولانا سید عبد الرائم الجلالی، ج:11، ص:420، کراچی، ایچ۔ ایم، سعید کمپنی، 1980ء

نفس انسانی کی اصلاح اسلام کی بنیادی تعلیمات میں شامل ہے۔ انسان کی فطرت میں اچھائی اور برائی دونوں پہلو پائے جاتے ہیں، اور اسلامی تعلیمات کا مقصد انسان کو برائیوں سے بچا کر اصلاح کی راہ پر گامزن کرنا ہے۔ اسلامی نقطہ نظر کے مطابق انسان کی اصلاح اس کی کامیابی اور فلاح کا راستہ ہے، جو کہ دنیاوی اور اخروی دونوں زندگیوں کے لیے ضروری ہے۔

نفس کی اقسام:

اسلامی تعلیمات میں نفس کا مفہوم ایک وسیع اور گہرا ہے۔ قرآن مجید اور احادیث مبارکہ میں نفس کی پہلی تین اقسام کا ذکر ملتا ہے۔ لیکن صوفیائے کرام نفس کی سات درجہ ذیل اقسام بیان کرتے ہیں:

1۔ نفسِ امارہ: نفس امارہ سات اقسام نفس میں سے یہ پہلا نفس سب سے زیادہ گناہوں کی طرف مائل کرنے والا اور دنیوی رغبتوں کی جانب کھینچ لے جانے والا ہے، اس ضمن میں سورۃ یوسف میں ایسے آیا ہے:

" إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ "[9]

"بے شک نفس تو لازماً برائی کا حکم دیتا ہے۔"

گویا یہی نفس امارہ ہے جو کہ بے حیائی و فحاشی، لذاتِ دنیوی، شہواتِ نفسانی اور جملہ بدکاریوں کی طرف راغب ہوتا ہے جن میں بخل، کنجوسی، حرص، طمع، لالچ، بدی، بغض و کینہ، حسد و عناد، جہالت و غفلت، سستی و کاہلی، غیض و غضب، غیبت و چغلی اور عیب جوئی وغیرہ شامل ہیں۔

اسی طرح نفس کی شہوات پرستی کی کیفیت کو قرآن میں یوں بیان کیا گیا ہے۔

نفس امارہ پر بحث کرتے ہوئے ڈاکٹر طاہر القادری لکھتے ہیں:

"نفس امارہ رکھنے والے شخص کا دل تصوف کی اصطلاح میں 'قلبِ بہیمی (حیوانی دل)' کہلاتا ہے۔ اس شخص کی طبیعت اور مزاج میں بہیمی قوتوں کا غلبہ ہوتا ہے۔ ایسے دل کو شیطانی وسوسے اور منفی خیال اپنی سواری بنا لیتے ہیں۔ بعض اوقات اس کی حالت یہ ہو جاتی ہے کہ بیرونی اسباب اور اثرات کے بغیر ہی دل و دماغ میں شیطانی وسوسے پیدا ہونے لگتے ہیں۔ کبھی ان وسوسوں کا زور اتنا بڑھ جاتا ہے کہ انہیں وسوسوں کی بجائے کھلے خیالات کے طور پر ذہن میں تسلیم کرنے لگتا ہے۔ ان پر اس کی رائے قائم ہو جاتی ہے اور بالآخر یہ وسوسے اعتقادات میں بھی شکوک پیدا کرنے لگتے ہیں اور وہ شخص اس راہ پر بڑھتا بڑھتا ذہنی اور طبعی طور پر ان میں اتنا منہمک ہو جاتا ہے کہ اس کی طبیعت ہی سراپا نفس امارہ بن جاتی ہے اور عدالت و اعتدال سے خالی ہو جاتی ہے۔"[10]

2۔ نفسِ لوامہ: نفس لوامہ میں انسان جب نفس امارہ سے آگے نکل جاتا ہے تو اس کا نفس "لوامہ" کے مقام پر فائز ہوتا ہے۔[11] جب نفس لوامہ کا حامل انسان کسی گناہ یا زیادتی کا ارتکاب کر بیٹھتا ہے تو اس کا نفس اسے فوری طور پر سخت ملامت کرنے لگتا ہے، اسی وجہ سے اسے لوامہ (سخت ملامت کرنے والا) کہتے ہیں۔ یہ اچھا نفس ہے۔ یہ نہ صرف نیکی اور بدی میں تمیز کرتا ہے بلکہ اپنے داخلی نور کے باعث بدی سے نفرت بھی پیدا کرتا ہے۔ اس نفس کے بارے میں اللہ تعالیٰ نے قرآن مجید میں یوں قسم کھائی ہے۔

---

[9] القرآن، یوسف، 12:53

[10] طاہر القادری، ڈاکٹر: سلوک و تصوف کا عملی دستور، ص: 122، منہاج القرآن پبلی کیشنز لاہور، 2011ء

[11] Raz, A. A., Aorangzaib, S., & Rasool, H. F. (2023). حسنِ اخلاق کی سماجی اہمیت اور تقاضے سیرتِ نبوی ﷺ کی روشنی میں تجزیاتی مطالعہ: Social Importance and Requirements of Good Manners: Analytical study in the light of the Prophet's (PBUH) life. *AL-IDRAK JOURNAL*, *3*(2), 57-77.

"لَا أُقْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيَامَةِ وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ[12]"

"میں قیامت کے دن کی قسم کھاتا ہوں اور میں نفس لوامہ کی قسم کھاتا ہوں۔"

یہ نفس صالحین کو نصیب ہوتا ہے، علمائے عاملین بھی اسی نفس سے فیضیاب ہوئے ہیں۔ سورۃ النازعات میں اسی نفس کی طرف اشارہ کیا ہے :

"وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَى فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَى" [13]

"پس جو شخص اپنے رب کے حضور کھڑا ہونے سے خائف ہوا اور اس نے نفس کو بری خواہش سے روکے رکھا تو اس کا مسکن یقیناً جنت ہی ہو گا۔"

3۔ **نفس ملہمہ:** تیسرا نفس "نفس ملہمہ" ہے۔ جب انسان لوامہ کے دائرہ سے نکل آتا ہے تو "ملہمہ" کے مقام پر فائز ہوتا ہے۔ یہ دل میں نیکی اور اطاعت کے خیالات ڈالتا یعنی الہام کرتا ہے اسی نیک الہام کے باعث اسے ملہمہ کہتے ہیں۔

نفس ملہمہ ہی وہ نفس ہے جو انسان کے دل اور طبیعت میں نیکی اور تقویٰ کی رغبت پیدا کرتا ہے اور نیک خیالات کو اچھے خوابوں کی صورت میں ظاہر بھی کرتا ہے۔ اس سے نیکی کی طرف طبیعت کے میلان اور شوق میں مزید اضافہ ہوتا ہے۔ طبیعت نیکی کی طرف اس طرح مائل ہو جاتی ہے کہ نیکی کے ترک کرنے سے اس میں مایوسی اور غم کی کیفیت پیدا ہو جاتی ہے۔ جس کا ازالہ پھر اعمال صالحہ کے ذریعے ہوتا ہے۔

4۔ **نفس مطمئنہ:** یہ چوتھا نفس ہے جو بُری خصلتوں سے بالکل پاک اور صاف ہو جاتا ہے۔ نیک اور پاکیزہ خصائل سے متصف ہو جاتا ہے اور بارگاہ الٰہی سے اپنا ربط و تعلق قائم کر کے حالت اطمینان پر فائز ہو جاتا ہے۔ اسی وجہ سے اسے "نفس مطمئنہ" کہا گیا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے قرآن مجید میں اس نفس کو یوں مخاطب فرمایا ہے :

يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً فَادْخُلِي فِي عِبَادِي وَادْخُلِي جَنَّتِي"[14]

ترجمہ: "اے نفس مطمئن، واپس چل اپنے رب کی طرف، تو اس سے راضی اور وہ تجھ سے، داخل ہو جا میرے بندوں میں، داخل ہو جا میری جنت میں۔"

نفس مطمئنہ اولیاء اللہ کا نفس ہے۔ اس کی حقیقت اس طرح ہے کہ جب کسی شخص میں عطاء الٰہی سے خلقی وو ہبی طور پر یا ریاضات و مجاہدات سے کسبی طور پر ملکوتی قوت کا زور ہو جاتا ہے اور اس کے مقابلے میں بہیمی قوت بالکل زیر ہو جاتی ہے، اس طرح کہ اس کا کہیں وجود بھی نہ تھا، تب اس شخص کا قلب "روح" کے درجہ میں چلا جاتا ہے اور نفس 'قلب' کے مقام پر فائز ہو جاتا ہے اور قلب کی خاصیت یہ ہے کہ وہ ذکر الٰہی سے اطمینان حاصل کرتا ہے۔

5۔ **نفس راضیہ:** یہ پانچواں نفس ہے۔ یہ وہ نفس ہے جس میں اللہ تعالیٰ کے جملہ فیصلوں پر اور اس کی مشیت کے تمام احکام پر راضی اور خوش ہونے کا ملکہ پیدا ہو جاتا ہے۔ معاملات ظاہراً انسانی طبیعت کے مطابق ہو یا مخالف، خواہ نقصان اور تکلیف کا پہلو بھی واضح اور نمایاں ہو مگر یہ نفس اسے حکم خداوندی سمجھ کر نہ صرف قبول کر لیتا ہے بلکہ اپنے اندر خوشگواری اور مسرت و فرحت کی کیفیت کو بدستور برقرار رکھتا ہے۔ لہٰذا اس کے ہر حال میں اللہ تعالیٰ سے راضی رہنے کے باعث اسے "نفس راضیہ" کا نام دیا گیا ہے۔ اسی کا ذکر نفس مطمئنہ کے ساتھ ان الفاظ میں کیا گیا ہے۔

---

[12] القرآن، القیامہ، 2:75

[13] القرآن، النازعات، 23

[14] القرآن، الفجر، 89:30-26

"ارْجِعِیْ إِلٰی رَبِّکِ رَاضِیَۃً "[15]

"اپنے رب کی طرف لوٹ آ، اس حال میں کہ تو اس سے راضی ہو"

6۔ نفس مرضیہ: یہ چھٹا نفس ہے اور یہی نفس کا سب سے کامل درجہ ہے۔ جب نفس انسانی ہر حال میں اللہ سے راضی رہنے لگتا ہے اور اس کے مقام رضا میں کسی قسم کی کمی نہیں آتی تو مقام کی یہی استقامت اسے "مرضیہ" کے درجہ پر فائز کر دیتی ہے۔ جس کا مطلب یہ ہے کہ اب اللہ اس سے اس قدر راضی ہے کہ وہ جو کہے گا وہی کر دیا جائے گا۔ حقیقت یہ ہے کہ بندہ کے نفس کو اللہ سے راضی ہونے کی توفیق بھی اسی وقت نصیب ہوتی ہے جب اللہ سے راضی ہو جاتا ہے۔ گویا نفس کا اللہ سے راضی ہونا "مقام راضیہ" ہے اور اللہ کا اس نفس انسانی سے راضی ہونا "مقام مرضیہ" ہے۔

مقام مرضیہ کا بیان بیعت رضوان میں شامل صحابہ کرام کی شان میں آیا ہے۔

"لَقَدْ رَضِیَ اللَّهُ عَنِ الْمُؤْمِنِیْنَ إِذْ یُبَایِعُونَکَ تَحْتَ الشَّجَرَۃِ "[16]

بے شک اللہ مومنوں سے راضی ہو گیا جب انہوں نے آپ ﷺ کے دست مبارک پر درخت کے نیچے بیعت کی

اسی طرح سورۃ البینۃ میں مقام مرضیہ اور مقام راضیہ دونوں کا اکٹھا ذکر کیا گیا ہے۔ ارشاد ربانی ہے۔

"رَّضِیَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ "[17]

"اللہ ان سے راضی ہے اور وہ اللہ سے راضی ہیں۔

7۔ نفس کاملہ (صافیہ): یہ ساتواں نفس ہے اور یہی آخری کاملیت کا مقام ہے۔ سورۃ الفجر کی آیات میں اسی مقام نفس کی طرف اشارہ ہے۔

"یَا أَیَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِی إِلَیرَبِّکِ رَاضِیَۃً مَّرْضِیَّۃً فَادْخُلِی فِی عِبَادِیْ وَادْخُلِیْ جَنَّتِیْ "[18]

"(میرے بندوں) میں داخل ہونے کا حکم نفس کو شان کاملیت سے سرفراز کر رہا ہے اور جنتی (میری جنت) میں بسیرا کرنے کا حکم اسے اعلیٰ مقام سے بہرہ یاب کر رہا ہے۔

سات نفوس کو اس طرح تقسیم کیا گیا ہے :

پہلا نفس۔ کافرین، شیاطین اور منافقین کا ہے۔

دوسرا نفس۔ مومنین، غیر فاسقین کا ہے۔

تیسرا نفس۔ متعلمین اور عاملین کا ہے۔

چوتھا نفس۔ معلمین اور عالمین کا ہے۔

پانچواں نفس۔ اولیاء کرام کو حاصل ہوتا ہے۔

---

[15] القرآن، الفجر، 27:89

[16] القرآن، الفتح، 18:48

[17] القرآن، البینہ، 8:98

[18] القرآن، الفجر، 89:30-26

چھٹا نفس۔ عارفین کے لیے مخصوص ہے۔

ساتواں نفس۔ انبیاء و مرسلین کا ہے۔

تزکیہ نفس کا اصطلاحی مفہوم :

تزکیہ نفس کا اصطلاحی مفہوم بیان کرتے ہوئے مولانا امین احسن اصلاحی لکھتے ہیں :

"نفس کو غلط رجحانات و میلانات سے موڑ کر نیکی اور خدا ترسی کے راستہ پر ڈال دینا اور اس کو درجہ کمال پر پہنچنے کے لائق بنانا ہے۔"[19]

ڈاکٹر محمد امین نے تزکیہ نفس کی تعریف مندرجہ ذیل الفاظ میں کی ہے۔

"تزکیہ نفس سے مراد یہ ہے کہ انسان اپنی شخصیت کے سارے قویٰ (جبلتیں، عواطف، محرکات، تعقل و ادراک وغیرہ) کی ایسی تعمیر و تربیت کرے کہ وہ ہر قسم کے شر، رذائل، منکرات اور مصائب سے بچ جائے اور ہر قسم کے خیر، فضائل، معروفات اور اخلاق و افعال حسنہ کو اپنا لے اور انہیں اپنے اندر پروان چڑھائے۔"[20]

مذکورہ بالا تعریفات کی روشنی میں یہ بات واضح ہو جاتی ہے کہ اللہ تعالیٰ نے انسان کے نفس کو اس طرح بنایا ہے کہ وہ اپنے اندر موجود نیکی اور بدی دونوں کے درمیان امتیاز کر سکے، پھر انسان کے لیے فلاح و کامرانی کا راستہ یہ ٹھہرایا ہے کہ وہ نیکی اور بدی کی اس کشمکش میں نیکی کا ساتھ دے۔ اور اس کو بدی پر غالب کرنے کی کوشش کرے۔

تزکیہ نفس قرآن کی روشنی میں

تزکیہ نفس کی اصطلاح جس طرح اردو زبان میں استعمال کی جاتی ہے، قرآن و سنت میں اس طرح استعمال نہیں ہوئی، البتہ تزکیہ اور نفس کے الفاظ قرآن و سنت میں استعمال ہوئے ہیں۔

ا۔ تزکیہ قرآن مجید کی روشنی میں :

تزکیہ بمعنی "تزکیہ نفس اس کی نسبت قرآن حکیم میں نفس انسانی کی طرف بھی آتی ہے۔ پیغمبر ﷺ کی طرف بھی اور اللہ تعالیٰ کی طرف بھی۔

تزکیہ کی نسبت انسان کی طرف:

"قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّىٰهَا"[21]

"بے شک کامیاب ہوا وہ شخص جس نے اپنے نفس کا تزکیہ کیا۔"

"وَمَن تَزَكَّىٰ فَإِنَّمَا يَتَزَكَّىٰ لِنَفْسِهِ وَإِلَى اللَّهِ الْمَصِيرُ"[22]

"اور جو شخص اپنے نفس کا تزکیہ کرتا ہے وہ اپنے لیے ہی کرتا ہے اور سب کو اللہ ہی کے پاس جانا ہے۔"

"وَمَا يُدْرِيكَ لَعَلَّهُ يَزَّكَّىٰ"[23]

---

19 اصلاحی، امین احسن، مولانا: تزکیہ نفس، ج: اوّل، ص: ۴۳، طبع اوّل، فیصل آباد، ملک سنز پبلشرز، ۱۹۹۴ء

20 محمد امین، ڈاکٹر: اسلام اور تزکیہ نفس، ص: ۲۱، طبع اوّل، لاہور، اردو سائنس بورڈ، ۲۰۰۴ء

21 القرآن، الشمس، 9:91

22 القرآن، الفاطر، 18:35

23 القرآن، الاعلیٰ، 3:80

"اور اے نبی! آپ کیا معلوم، شاید وہ اپنا تزکیہ کرتا۔"

تزکیہ کی نسبت پیغمبر کی طرف :

"كَمَا أَرْسَلْنَا فِيْكُمْ رَسُولاً مِّنكُمْ يَتْلُو عَلَيْكُمْ آيَاتِنَا وَيُزَكِّيْكُمْ "[24]

"جیسا کہ ہم نے تمہارے درمیان ایک رسول بھیجا ہے جو تمہیں ہماری آیتیں پڑھ کر سناتا ہے اور تمہارا تزکیہ کرتا ہے۔"

"يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِكَ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَوَيُزَكِّيْهِمْ "[25]

تزکیہ کی نسبت اللہ کی طرف :

"بَلِ اللّهُ يُزَكِّيْ مَن يَشَاءُ وَلاَ يُظْلَمُونَ فَتِيْلاً" [26]

"حالانکہ اللہ جس کا چاہتا ہے تزکیہ کرتا ہے اور اللہ کسی پر ذرا بھی ظلم نہیں کرتا۔"

"وَلَكِنَّ اللّهَ يُزَكِّيْ مَن يَشَاءُ وَاللّهُ سَمِيْعٌ عَلِيْمٌ " [27]

"اور لیکن اللہ جس کا چاہتا ہے تزکیہ کرتا ہے اور اللہ سننے والا اور جاننے والا ہے۔" العبس،

تزکیہ بمعنی طہارت و پاکیزگی :

"ذَلِكُمْ أَزْكَى لَكُمْ وَأَطْهَرُ وَاللّهُ يَعْلَمُ وَأَنتُمْ لاَ تَعْلَمُونَ " [28]

"تمہارے لیے یہی طریقہ زیادہ پاکیزہ اور ستھرا ہے اور اللہ جانتا ہے، تم نہیں جانتے۔"

"وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ " [29]

"اور (انہیں چاہیے) کہ اپنے ستر کی حفاظت کریں، یہ ان کے لیے پاکیزہ طریقہ ہے۔"

تزکیہ بمعنی، ذہین، بہترین صلاحیتوں والا :

"قَالَ إِنَّمَا أَنَا رَسُولُ رَبِّكِ لِأَهَبَ لَكِ غُلَاماً زَكِيّاً " [30]

"فرشتے نے کہا: تمہارے رب کا بھیجا ہوا فرشتہ ہو اور اس لیے بھیجا گیا ہوں تا کہ آپ کو ایک بہترین بیٹا دوں"

تزکیہ بمعنی تعریف کرنا، خود کو پاکیزہ بتانا:

"فَلَا تُزَكُّوا أَنفُسَكُمْ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنِ اتَّقَى " [31]

"لہٰذا تم اپنے آپ کو مقدس نہ سمجھو، وہی بہتر جانتا ہے کہ کون پرہیز گار ہے۔"

[24] القرآن، البقرہ، 151:2

[25] القرآن، آلِ عمران، 164:3

[26] القرآن، النساء، 40:4

[27] القرآن، البقرہ، 262:2

[28] القرآن، البقرہ، 222:2

[29] القرآن، النور، 30:24

[30] القرآن، مریم، 19:19

[31] القرآن، النجم، 32:53

”اَ لَمۡ تَرَ إِلَى الَّذِيۡنَ يُزَكُّونَ أَنفُسَہُمۡ “ [32]

کیا آپ نے ان لوگوں کو نہیں دیکھا جو اپنے آپ کو گناہوں سے پاک سمجھتے ہیں۔“

تزکیہ نفس حدیث کی روشنی میں :

تزکیہ بمعنی تزکیہ نفس :

”قال النبی اللّٰھم آت نفسی تقواھا و زکاھا انت خیر من زکاھا “ [33]

”نبی کریم ﷺ نے فرمایا: اے اللہ مجھے متقی بنا اور میرا تزکیہ فرما تو ہی بہترین تزکیہ کرنے والا ہے۔“

”صلوا علی فانھا زکاۃ لکم “ [34]

”مجھ پر درود بھیجا کرو کہ اس سے تمہارے نفس کا تزکیہ ہو گا۔“

”فقال موسیٰ علیہ السلام اقتلت نفسازاکیہ بغیر نفس لقد جئت شیئا نکرا “ [35]

”موسیٰ نے کہا تم نے ایک بے گناہ شخص کو بغیر سبب وجحت کے قتل کر دیا ہے۔ یہ تو، تو نے بہت برا کام کیا۔“

تزکیہ بمعنی تزکیہ عمل :

”یتشھد االلہ بہ (بمرض الطاعون) انفسھم و یزکی بھا اعمالھم“[36]

”(مرض طاعون) نہ صرف اللہ کے وجود کی گواہی دیتا ہے بلکہ انسانی اعمال کے لیے تزکیہ کا سبب بھی بنتا ہے۔“

”ما من عمل ازکیٰ عند االلہ عزوجل و لا اعظم اجرا من خیر یعملہ فی عشر الاضحیٰ“ [37]

”جو عمل (یعنی قربانی) ذوالحجہ کے دس دنوں میں کیا جاتا ہے، وہ سارے اعمال سے زیادہ پاکیزہ اور باعث اجر و ثواب ہے۔
“

تزکیہ جسم یعنی جسم کو پاک کرنا :

”لکل شی ء زکاۃ و زکاۃ الجسد الصوم “ [38]

”ہر شے کو پاک کرنے کے لیے کوئی چیز ہوتی ہے اور جسم کو پاک کرنے والی چیز روزہ ہے۔“

تزکیہ بمعنی تعریف و نفس مزکیٰ :

---

32 القرآن، النسائ، 49:4

33 النسائی، احمد بن شعیب: سنن النسائی، کتاب الاستعاذہ، باب الاستعاذہ من دعاء لا ستجاب، ص:753، الطبعۃ الاول، الریاض، دار السلام، 1999ء/1420ھ

34 ابن حنبل، احمد بن محمد: المسند احمد، ج:7، ص:365، بیروت، المکتب اسلامی، 1983ء

35 المسند احمد، ج:5، ص:118

36 المسند احمد، ج:5، ص:243

37 الدارمی، عبد اللہ بن عبد الرحمن: سنن الدارمی، کتاب الصوم، باب فی فضل العمل فی العشر، ج:2، ص:2، طبع بعنایۃ، بیروت، دار الکتب العلمیۃ۔ (س،ن)

38 السنن ابن ماجہ، ابواب ماجاء فی الصیام، باب فی الصوم زکوۃ الجسد، ص:248

"قالت (ام العلاء رضی االله عنها) فواالله لا ازکی احدا بعده ابدا " [39]

"ام العلاء نے کہا بخدا آج کے بعد میں کسی کی پاکیزگی اور بے گناہی کی گواہی نہ دوں گی۔"

"قالت عائشةؓ ، ادفنی مع صواحبی ، ولا تدفنی مع النبی فی البیت، فانی اکره ازکیٰ" [40]

حضرت عائشہؓ نے فرمایا، مجھے دیگر امہات المومنین کے ساتھ (بقیع) میں دفن کرنا اور نبی کریم صَلَّى ٱللَّٰهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ کے حجرے میں دفن نہ کرنا کیونکہ میں نہیں چاہتی کہ میں اس بہانے مستحق ثناء بنوں۔

قرآن وحدیث میں لفظ تزکیہ اور نفس کے استعمال کو جان لینے کے بعد، تزکیہ نفس کی اصطلاح کو اس طرح سمجھا جاسکتا ہے کہ انسان اپنے نفس کا تزکیہ کرتے ہوئے اس کی ایسی دیکھ بھال کرے کہ وہ ہر قسم کے شر، رذائل اخلاق اور ممنوعات سے بچ جائے اور ہر قسم کے خیر، اخلاق حسنہ اور اعمال صالحہ کو اپنالے اور انہیں کے مطابق زندگی بسر کرے۔

تزکیہ نفس کی ضرورت و اہمیت :

تزکیہ نفس کی اہمیت اس سے واضح ہوتی ہے کہ اللہ تعالیٰ نے جتنے انبیاء ورسل بھیجے اور ان پر جو صحیفے اور کتب نازل کیں ان سب کا مقصد نفس انسانی کا تزکیہ ہی تھا۔ نفس کی اصلاح کا بنیادی مقصد انسان کو خیر کی طرف راغب کرنا ہے۔ تزکیہ نفس سے مراد اپنے نفس کو بُرائی سے پاک کر کے اسے اللہ کی محبت اور اطاعت کی طرف مائل کرنا ہے۔

عبادات کا کردار:

عبادات جیسے نماز، روزہ، زکوٰۃ، اور حج نفس کی اصلاح میں اہم کردار ادا کرتی ہیں۔ نماز انسان کو برائی اور فحاشی سے روکتی ہے، روزہ نفس کی خواہشات پر قابو پانے کی تربیت دیتا ہے، اور زکوٰۃ مال کی محبت سے انسان کو پاک کرتی ہے۔

جدید دنیا کی مادی ترجیحات:

آج کے دور میں لوگ مادی آسائشوں اور دنیاوی کامیابیوں کو اولین ترجیح دیتے ہیں، جس کی وجہ سے انسان کی روحانی حالت کمزور ہو رہی ہے۔ نفس کو زیادہ مادی فوائد اور لذتوں کی طرف مائل کرنے والے عناصر بہت زیادہ ہیں۔

اخلاقی بحران:

جدید معاشروں میں اخلاقی بحران اور اقدار کا زوال ایک بڑا مسئلہ ہے۔ اخلاقیات کی پستی اور اخلاقی حدود کی پامالی نے لوگوں کو روحانی اور نفسیاتی مسائل میں مبتلا کر دیا ہے۔

روحانی پستی:

روحانیت کی کمی اور نفس کے تقاضوں کو پورا کرنے کی دوڑ نے انسان کو حقیقی سکون اور اطمینان سے دور کر دیا ہے۔ یہ چیلنجز اسلامی تعلیمات کے مطابق نفس کی اصلاح میں رکاوٹ پیدا کرتے ہیں۔

---

[39] البخاری، کتاب الجنائز، باب الدخول علی المیت بعد الموت، ج:2، ص:71

[40] البخاری، کتاب الاعتصام بالکتاب والسنۃ، باب ماذکر النبی وحض علی اتفاق اھل العلم، ج:8، ص:243

نفس انسانی کی اصلاح کے اصول:

اسلام نے نفس کی اصلاح کے لیے کچھ اہم اصول اور رہنمائی فراہم کی ہے۔ ان اصولوں پر عمل کر کے انسان اپنی زندگی کو برائیوں سے پاک اور اعلیٰ اخلاقی صفات سے آراستہ کر سکتا ہے۔

تزکیہ نفس: تزکیہ یعنی نفس کی پاکیزگی حاصل کرنا اسلامی تعلیمات کا بنیادی مقصد ہے۔ قرآن مجید میں متعدد مقامات پر تزکیہ نفس کا ذکر آیا ہے:

" قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا "[41]

"کامیاب ہوا وہ جس نے اپنے نفس کو پاک کر لیا"

یہ آیت نفس کی پاکیزگی اور اصلاح کی اہمیت کو بیان کرتی ہے، کہ وہ شخص حقیقی کامیابی پاتا ہے جو اپنے نفس کو برائیوں سے پاک کر کے اللہ کی اطاعت کی طرف مائل کرتا ہے۔

توبہ و استغفار: توبہ گناہوں سے معافی مانگنے اور اپنی اصلاح کی جانب پہلا قدم ہے۔ قرآن میں ارشاد ہے

"وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهَا الْمُؤْمِنُونَ[42]"

"اور اے مومنو! تم سب اللہ کی طرف توبہ کرو"

یہ آیت توبہ کی اہمیت کو واضح کرتی ہے اور تمام مومنین کو اللہ کی طرف رجوع کرنے کا حکم دیتی ہے تاکہ وہ اپنی غلطیوں اور گناہوں سے پاک ہو کر اللہ کی رضا حاصل کر سکیں۔

صبر و تقویٰ: نفس کی اصلاح کے لیے صبر اور تقویٰ لازم ہیں۔ صبر کا مطلب مشکلات اور خواہشات کے خلاف ثابت قدمی اختیار کرنا اور تقویٰ کا مطلب اللہ تعالیٰ کا خوف دل میں رکھنا اور اس کی نافرمانی سے بچنا ہے۔

سیرت النبی ﷺ کی روشنی میں نفسِ انسانی کی اصلاح اور عصری تقاضے:

نفسِ انسانی کی اصلاح اور عصرِ حاضر کے تقاضے سیرت النبی ﷺ کی روشنی میں نہایت اہم موضوع ہے۔ سیرت نبوی ﷺ کا ہر پہلو انسانی نفس کی پاکیزگی، تربیت اور اصلاح کے لیے ایک جامع اور کامل رہنمائی فراہم کرتا ہے۔ اس مضمون میں ہم نبی کریم ﷺ کی زندگی کے چند اہم واقعات کی روشنی میں نفس کی اصلاح اور ان واقعات کی عصری تقاضوں سے مناسبت کو بیان کریں گے۔ نفسِ انسانی کی اصلاح ایک مسلسل عمل ہے، اور یہ سیرتِ نبوی ﷺ کے اہم ترین موضوعات میں شامل ہے۔ نبی کریم ﷺ نے انسان کو اندرونی پاکیزگی، ایمان کی مضبوطی اور اعلیٰ اخلاقی اقدار کے ذریعے نفس کو بہتر کرنے کا طریقہ سکھایا۔ آپ ﷺ نے نہ صرف اپنے صحابہ کرام کو نفس کی پاکیزگی کی تعلیم دی بلکہ خود بھی ایک عملی نمونہ بن کر دکھایا۔

واقعۂ غارِ حرا اور پہلی وحی:

[41] القرآن، الشمس، 9:91

[42] القرآن، النور، 24:31

نفس کی اصلاح کا سب سے پہلا قدم روحانی تعلق کو مضبوط بنانا ہے۔ نبی کریم ﷺ کا غارِ حرا میں عبادت اور غور و فکر کا عمل اس بات کی علامت ہے کہ انسان کو اپنے اندرونی مسائل اور نفس کے ساتھ محاسبہ کرنا چاہیے۔ غار حرا میں آپ ﷺ کا تنہائی میں عبادت کرنا ہمیں یہ سکھاتا ہے کہ جب انسان اپنے نفس کے ساتھ وقت گزارتا ہے اور اللہ کی طرف رجوع کرتا ہے، تو اسے نفس کی اصلاح میں مدد ملتی ہے۔

عصری تقاضے:

آج کے دور میں انسانوں کو ایک ایسی زندگی کا سامنا ہے جو انتہائی مصروف اور شور سے بھرپور ہے۔ روحانی طور پر جڑنے کا عمل نفس کو سکون دیتا ہے۔ نبی کریم ﷺ کی یہ سنت ہمیں بتاتی ہے کہ نفس کی اصلاح کے لیے اللہ کے قریب ہونے اور عبادات میں وقت گزارنے کی ضرورت ہے، تاکہ جدید دور کے نفسیاتی دباؤ اور مشکلات کا مقابلہ کیا جا سکے۔

واقعہ طائف:

نبی کریم ﷺ کی زندگی کا واقعہ طائف نفس کی پاکیزگی اور صبر کا ایک عظیم نمونہ ہے۔ جب نبی ﷺ دعوتِ اسلام دینے کے لیے طائف گئے اور وہاں کے لوگوں نے آپ ﷺ کو ظلم و ستم کا نشانہ بنایا، تو آپ ﷺ نے صبر اور تحمل کا مظاہرہ کیا۔ آپ ﷺ کو شدید زخم آئے، مگر آپ نے ان لوگوں کے لیے بددعا کے بجائے دعا کی کہ "اے اللہ! ان کی ہدایت فرما کیونکہ یہ نہیں جانتے کہ کیا کر رہے ہیں"۔

عصری تقاضے:

اس واقعہ سے ہمیں یہ سبق ملتا ہے کہ عصرِ حاضر میں جب لوگ ہمیں تکلیف دیتے ہیں یا مشکلات کا سامنا ہوتا ہے، تو ہمیں اپنے نفس کو قابو میں رکھنا چاہیے اور غصہ اور انتقام کے بجائے صبر، تحمل، اور معافی کا راستہ اختیار کرنا چاہیے۔ نفس کی اصلاح کا مطلب یہ ہے کہ انسان اپنے جذبات کو قابو میں رکھ کر اللہ کے احکامات پر عمل کرے۔

واقعہ:

صلح حدیبیہ کے موقع پر نبی کریم ﷺ نے عقل و حکمت اور صبر و تحمل کا مظاہرہ کیا، جس سے ایک بڑی جنگ ٹل گئی اور امن کا راستہ نکالا گیا۔ نبی ﷺ نے وقتی طور پر بعض شرائط کو قبول کیا جو بظاہر مسلمانوں کے حق میں نہ تھیں، مگر آپ ﷺ نے دور اندیشی کا مظاہرہ کیا۔ اس کا نتیجہ یہ نکلا کہ بعد میں یہ صلح اسلام کی بڑی فتح کا پیش خیمہ بنی۔

عصری تقاضے:

اس واقعے سے یہ سبق ملتا ہے کہ بعض اوقات انسان کو اپنے نفس کی خواہشات اور جذبات کو دبانا پڑتا ہے تاکہ دور اندیشی سے بہتر فیصلے کیے جا سکیں۔ عصرِ حاضر میں جہاں طاقت کا استعمال اور فوری فیصلے کرنے کا رجحان بڑھتا جا رہا ہے، صلح حدیبیہ ہمیں صبر اور حکمت کی تعلیم دیتی ہے۔ اس سے پتہ چلتا ہے کہ جذباتی فیصلوں کے بجائے دور اندیشی اور حکمت کے ساتھ فیصلے کرنا ہی بہتر ہوتا ہے۔

واقعہِ معافی مکہ:

فتح مکہ کے موقع پر نبی کریم ﷺ نے اپنے تمام دشمنوں کو معاف کر دیا، حالانکہ یہ وہی لوگ تھے جنہوں نے آپ ﷺ اور مسلمانوں پر کئی سالوں تک ظلم کیا تھا۔ آپ ﷺ نے عام معافی کا اعلان کیا اور فرمایا: "آج تم پر کوئی مواخذہ نہیں، جاؤ تم سب آزاد ہو"۔

عصری تقاضے:

آج کے دور میں انتقام اور دشمنی عام ہے، جبکہ سیرت النبی ﷺ ہمیں معاف کرنے اور درگزر کرنے کی تعلیم دیتی ہے۔ نفس کی اصلاح کے لیے ضروری ہے کہ انسان اپنے اندر معافی اور درگزر کی صفت پیدا کرے، تاکہ دنیا میں امن و محبت کا فروغ ہو۔ معاف کرنے کا عمل نہ صرف دوسروں کے لیے بلکہ اپنے نفس کے لیے بھی سکون کا باعث بنتا ہے۔

واقعۂ بدر اور احد:

غزوہ بدر اور احد کے واقعات بھی نفس کی اصلاح کی تعلیم دیتے ہیں۔ بدر میں مسلمانوں نے اللہ کے بھروسے اور ایمانی قوت کے ذریعے فتح حاصل کی، جبکہ احد کی جنگ میں چند غلطیوں کی وجہ سے نقصان اٹھانا پڑا۔ نبی کریم ﷺ نے احد کے بعد بھی اپنے صحابہ کو تسلی دی اور ان کی حوصلہ افزائی کی کہ اللہ کی رضا پر راضی رہیں اور اپنی غلطیوں سے سبق سیکھیں۔

عصری تقاضے:

آج کے دور میں جب انسان کو ناکامی کا سامنا ہوتا ہے، تو وہ مایوس ہو جاتا ہے یا دوسروں کو الزام دینے لگتا ہے۔ نبی ﷺ کی تعلیم یہ ہے کہ ناکامی سے سبق سیکھیں اور اپنے نفس کو ملامت کرنے کے بجائے اسے بہتر کرنے کی کوشش کریں۔

نفس کی اصلاح کے ہمہ جہتی اجتماعی عصری تقاضے:

آج کے دور میں انسان کو متعدد چیلنجز اور فتنے درپیش ہیں۔ ٹیکنالوجی، میڈیا اور سوشل نیٹ ورکس کے ذریعے نفس کو برائیوں کی طرف مائل کرنے والے بہت سے ذرائع پیدا ہو گئے ہیں۔ ایسے میں نفس کی اصلاح کے لیے درج ذیل اقدامات ضروری ہیں:

ٹیکنالوجی کا صحیح استعمال: : آج کے دور میں موبائل فون اور انٹرنیٹ زندگی کا لازمی حصہ بن چکے ہیں، مگر ان کا غیر ضروری اور غلط استعمال انسان کو برائیوں کی طرف لے جا سکتا ہے۔ اسلامی تعلیمات کی روشنی میں ان کا استعمال فحاشی، جھوٹ اور فضولیات سے بچتے ہوئے فائدہ مند اور مثبت مقاصد کے لیے کیا جانا چاہیے

وقت کا صحیح استعمال: عصر حاضر میں وقت کا ضیاع ایک بڑا مسئلہ بن چکا ہے۔ اسلامی تعلیمات میں وقت کی قدر پر بہت زور دیا گیا ہے، اور اس کا بہترین استعمال نفس کی اصلاح کا ایک ذریعہ ہے۔ حضرت محمد ﷺ نے فرمایا:

"دو نعمتیں ایسی ہیں جن کے بارے میں اکثر لوگ خسارے میں رہتے ہیں: ایک صحت اور دوسری فرصت۔

سوشل میڈیا کا مثبت اثر: سوشل میڈیا نفس انسانی پر گہرے اثرات ڈال رہے ہیں۔ لوگ زیادہ وقت ان پلیٹ فارمز پر گزار کر اپنی زندگی کے روحانی پہلوؤں سے دور ہوتے جا رہے ہیں۔ اس لیے ضروری ہے کہ ان کا استعمال متوازن ہو۔

جدید تعلیم اور اسلامی تعلیمات کا امتزاج: نفس کی اصلاح کے لیے ضروری ہے کہ جدید تعلیم اور اسلامی تعلیمات کے درمیان توازن قائم کیا جائے۔ اسلامی تعلیمات کا مقصد انسان کو دنیاوی اور اخروی کامیابی کے لئے تیار کرنا ہے، جس میں دونوں پہلوؤں کو مد نظر رکھا جائے۔

اسلامی اخلاقیات کو فروغ دینا: نفس کی اصلاح کے لئے اسلامی اخلاقیات کا فروغ بہت ضروری ہے۔ جدید معاشرے میں اخلاقی اقدار کو پروان چڑھانے سے نہ صرف فرد کی اصلاح ہوتی ہے بلکہ پورا معاشرہ بھی ترقی کی راہ پر گامزن ہو سکتا ہے۔

اسلامی تعلیمات کے مطابق کامیاب زندگی: اسلامی نقطہ نظر سے کامیاب زندگی وہ ہے جو اللہ کی رضا کے مطابق گزاری جائے۔ نفس کی اصلاح اسلامی تعلیمات کی بنیاد ہے، جس سے انسان دنیا اور آخرت میں کامیاب ہو سکتا ہے۔

نفس کی اصلاح اور معاشرتی بھلائی: نفس کی اصلاح سے نہ صرف فرد کی ذاتی زندگی بہتر ہوتی ہے، بلکہ یہ معاشرتی بھلائی کا بھی سبب بنتی ہے۔ جب افراد کا نفس پاک ہوتا ہے، تو معاشرہ امن، عدل اور انصاف کی بنیاد پر استوار ہوتا ہے۔

خلاصہ بحث:

اسلامی تعلیمات کی روشنی میں نفس انسانی کی اصلاح ایک بنیادی دینی و عصری ضرورت ہے، کیونکہ نفس انسان کو خیر و شر کی طرف مائل کرتا ہے۔ قرآن اور حدیث میں نفس کی تین اقسام بیان کی گئی ہیں: نفس امارہ (برائی کی طرف مائل)، نفس لوامہ (برائی پر ملامت کرنے والا) اور نفس مطمئنہ (اللہ کی رضا میں مطمئن)۔ نفس کی اصلاح کا مقصد یہ ہے کہ انسان اپنی خواہشات کو کنٹرول کر کے اپنے اعمال کو اللہ کی رضا کے مطابق ڈھالے۔ عبادات جیسے نماز، روزہ، ذکر، اور قرآن کی تلاوت نفس کو پاکیزہ بنانے میں مددگار ثابت ہوتے ہیں۔ تزکیہ نفس کی اہمیت پر زور دیتے ہوئے اسلام فرد کو روحانی، اخلاقی اور سماجی طور پر بہتر زندگی گزارنے کی ترغیب دیتا ہے۔

عصر حاضر میں نفس کی اصلاح کے لیے نئے تقاضے سامنے آئے ہیں جن میں ٹیکنالوجی اور سوشل میڈیا کے منفی اثرات، مادی ترجیحات کی بڑھتی ہوئی خواہشات اور اخلاقی بحران شامل ہیں۔ جدید دور میں لوگوں کی توجہ دنیاوی کامیابیوں کی طرف زیادہ ہوگئی ہے، جس کی وجہ سے روحانیت اور اخلاقیات کو نظر انداز کیا جاتا ہے۔ ان چیلنجز کا مقابلہ کرنے کے لیے ضروری ہے کہ اسلامی تعلیمات اور جدید زندگی کے درمیان توازن قائم کیا جائے۔ ٹیکنالوجی کا معتدل استعمال، حلال روزی کی کوشش، اور اخلاقی و روحانی تربیت جیسے عوامل انسان کے نفس کی اصلاح میں مددگار ثابت ہو سکتے ہیں، تاکہ وہ دنیاوی زندگی میں کامیابی کے ساتھ ساتھ اخروی حیات میں بھی فلاح پا سکے۔

سیرت النبی ﷺ میں نفس کی اصلاح کے بے شمار واقعات ملتے ہیں جو ہمیں بتاتے ہیں کہ انسان کو اپنے اندرونی جذبات، خواہشات اور اعمال کو قابو میں رکھ کر اللہ کی رضا کے مطابق ڈھالنا چاہیے۔ نبی کریم ﷺ کی زندگی ہر دور کے انسان کے لیے ایک بہترین مثال ہے۔ عصرِ حاضر کے تقاضے چاہے کتنے ہی مشکل کیوں نہ ہوں، اگر ہم نبی ﷺ کی سیرت کو اپنائیں گے تو نہ صرف اپنے نفس کی اصلاح کر سکیں گے بلکہ دنیا میں بھی کامیاب ہوں گے