

محاسبہ اور تربیت نفس

ارشاد الرحمن

امکانات سے بھری اس دنیا میں یہ ممکن نہیں کہ انسانوں میں کوئی انسان ایسا ہو جس کے اندر کوئی عیب اور نقص نہ ہو وہ کبھی غلطی اور خطا کا ارتکاب نہ کرتا ہو اس سے کبھی گناہ نہ ہوتا ہو۔ خامیوں کو تا ہیوں، غلطیوں اور خطاؤں کے وقوع کو روک دینا انسان کے بس میں نہیں البتہ ان کے وقوع کے امکانات کو کم سے کم کرنا ممکن ہے۔ خطاؤں اور برائیوں کے سلسلے کی تاریخ جس قدر مختصر ہوتی ہے ان سے چھٹکارا حاصل کرنا اتنا ہی آسان ہوتا ہے اور یہ تاریخ جس قدر طویل ہو چھٹکارا اتنا ہی مشکل ہوتا ہے۔

خطاؤں سے چھٹکارا حاصل کرنے کے لیے سب سے پہلی چیز انسان کا احساس ہے۔ پھر اس کا ارادہ و عزم اور جوش و جذبہ اس احساس کو عملی قالب میں ڈھالتے ہیں تو انسان کی زندگی گناہوں سے دور اور نیکوں سے قریب تر ہوتی جاتی ہے۔

احساس سے مراد انفرادی احساس ہے کہ انسان سب سے پہلے اپنے آپ کو بڑھنے کی کوشش کرنے اپنے نفس کی خرابیوں کو پہچانے اور ان کو دور کرنے کا محکم ارادہ کرے۔ تحریک اسلامی کے ایک کارکن کے لیے اس عمل کی اہمیت اس لیے بھی زیادہ ہے کہ وہ جب داعی الی اللہ کی حیثیت سے اصلاح عوام کے لیے نکلتا ہے تو اس کا اپنا دامن ان گناہوں سے پاک ہونا چاہیے جن گناہوں کی آلودگی سے وہ لوگوں کا تزکیہ کرنے کے لیے اٹھا ہے۔ اسے مضبوط عزم اور ٹھوس کردار کا مالک ہونا چاہیے۔ اسے اپنے ایمان، علم، اخلاق اور کردار کے لحاظ سے ممتاز اور منفرد ہونا چاہیے۔

اس وقت حالات کی دگرگوئی کا عالم یہ ہے کہ ہر سمجھ دار اور حساس فرد امت اسلامیہ کی دینی و اقتصادی اور سیاسی و اجتماعی زندگی کی بد حالی کا ذکر افسوسناک انداز میں کرتا ہے۔ یقیناً یہ احساس ایک اچھے مستقبل کی تمہید ہے۔ حالات کی بہتری کے لیے اسی طرح کا احساس درکار ہوتا ہے، لیکن مشکل یہ ہے کہ بہتری کا یہ عمل کیسے ممکن

ہو۔ کوئی پر امن راستہ کون سا ہے جس پر چل کر اصلاح امت کی اس منزل تک پہنچا جاسکے؟ اگر صرف ایک جملے میں اس کا جواب دیا جائے تو کہا جاسکتا ہے کہ ”فرد اپنی اصلاح کر لے تو امت کی بگڑی سنور سکتی ہے“۔ مگر یہ کس طرح ہو؟

محاسبۂ نفس: ضرورت و اہمیت

اصلاح نفس کے انداز و طریقے اور اسباب و ذرائع بے شمار ہیں۔ ہم صرف اس ایک ذریعے کی طرف توجہ دلاتے ہیں جس کو اختیار کر لیا جائے تو انسان تزکیہ و تربیت کے دیگر بہت سے ذرائع کی کمی کو از خود پورا کر سکتا ہے۔ یہ ذریعہ ’محاسبۂ نفس‘ کا عمل ہے۔

اسلام کا پورا نظام دراصل فرد کی اصلاح کا ضابطہ پیش کرتا ہے۔ شریعت کے احکام کے علاوہ عقل و دانش کا تقاضا بھی ہے کہ مسلمان اپنی تربیت نفس کی طرف خصوصی توجہ دے۔ لہذا فرد کو یہ جائزہ لینے کی ضرورت ہے کہ اس نے کیا بھلائی کی اور کون سی برائی کا مرتکب ہوا ہے۔ وہ اپنے انفرادی اور اجتماعی فرائض کہاں تک ادا کر رہا ہے۔ اس جائزے کا مقصد اپنی آئندہ زندگی کو نکھارنے اور سنوارنے کی جدوجہد کو مزید تیز کرنا ہوتا ہے۔ قرآن مجید نے محاسبۂ نفس کا تصوریوں دیا ہے:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ (الحشر ۵۹: ۱۸) اے

لوگو جو ایمان لائے ہو! اللہ سے ڈرو اور ہر شخص یہ دیکھے کہ اُس نے کل کے لیے کیا سامان کیا ہے۔

امام ابن کثیر کہتے ہیں: ”اس کا مفہوم یہ ہے کہ اپنا محاسبہ کیے جانے سے پہلے پہلے خود ہی اپنا محاسبہ کر لو اور دیکھو کہ تم نے قیامت کے روز اپنے رب کے سامنے پیش کرنے کے لیے کیا اعمال صالحہ جمع کیے ہیں اور یہ بھی جان لو کہ اللہ تمہارے تمام احوال و اعمال کو خوب جانتا ہے۔ اس سے تمہاری کوئی شے مخفی نہیں“۔ (تفسیر ابن کثیر، ج ۳، ص ۳۶۵)

حدیث رسولؐ سے بھی اس ضمن میں رہنمائی ملتی ہے۔ ایک حدیث میں ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم

نے فرمایا:

أَلْقَيْتُ مَنِّي ذَانَ نَفْسِهِ وَ عَمِلَ لِمَا بَعْدَ الْمَوْتِ، وَالْعَاجِزُ مَنِ اتَّبَعَ نَفْسَهُ هَوَاهَا وَ تَمَنَّى عَلَى اللَّهِ الْأَمَانِي (ترمذی: ۶۳۵۹) مجھ داروہ ہے جس نے اپنے نفس کو مطیع کر لیا اور بعد الموت کے لیے عمل کیا۔ اور بے بس وہ ہے جس نے اپنے نفس کو اس کی خواہشات کے پیچھے لگا دیا اور اللہ سے آرزوئیں کرتا رہا۔

حضرت عمر رضی اللہ عنہ کا مشہور قول ہے: ”اپنا محاسبہ کیے جانے سے پہلے خود اپنا محاسبہ کر لو اور اپنا وزن

کے جانے سے قبل خود اپنا وزن کر لو۔ یہ تمہارے لیے آسان ہے کہ کل کے حساب سے پہلے آج اپنا محاسبہ کر لو۔ اور بہت بڑی پیشی کے لیے تیار ہو جاؤ، جس روز تم کو پیش کیا جائے گا تو تمہاری کوئی چیز غفنی نہیں ہوگی۔“ (امام احمد، کتاب الزهد، ص ۱۷۷)

حضرت حسن بصریؒ کہتے ہیں: ”آدمی اس وقت تک بھلائی پر رہتا ہے جب تک اس کو وعظ و نصیحت کرنے والا اس کا اپنا نفس ہوتا ہے اور محاسبہ نفس اس کی ترجیحات میں شمار ہوتا ہو۔“

امام ابن قیم لکھتے ہیں: ”غفلت، محاسبہ نہ کرنا، اصلاح کے کام کو مؤخر کرتے رہنا، اور معاملات کو معمولی خیال کرنا، یہ سب رویے تباہی کی طرف لے جاتے ہیں۔ اور یہ دھوکے میں مبتلا لوگوں کی حالت ہوتی ہے۔ ایسے لوگ نتائج و عواقب سے آنکھیں بند کر لیتے ہیں اور پیش نظر صورت حال ہی کو دیکھتے اور معافی کے تصور پر انحصار کیے رہتے ہیں۔ وہ محاسبہ نفس اور انجام پر نظر رکھنے کو اہمیت نہیں دیتے۔ جب انسان ایسی روش اختیار کرنے لگے تو اس کے لیے ارتکاب گناہ کے مواقع آسان ہونا شروع ہو جاتے ہیں۔ گناہوں سے اس کو پیار ہونے لگتا ہے اور ان سے کنارہ کش ہونا اس کے لیے مشکل ہوتا ہے۔“ (اغاثۃ اللہفان، ج ۱، ص ۷۷، ۱۳۳)

ابن قیم محاسبہ نفس کے طریقوں کی وضاحت کرتے ہوئے لکھتے ہیں کہ سب سے زیادہ مفید طریقہ یہ ہے کہ آدمی سونے سے پہلے کچھ دیر کے لیے بیٹھ جائے اور اپنا محاسبہ کرے کہ آج اس کو کیا خسارہ ہوا اور کیا منافع؟ پھر از سر نو اللہ کے سامنے خالص توبہ کرے اور اس عزم کے ساتھ سو جائے کہ اب وہ بیدار ہو کر گناہ نہیں کرے گا۔ یہ عمل وہ روزانہ رات کو سوتے وقت انجام دے۔ اگر وہ ایسے عمل پر کسی روز فوت ہو گیا تو وہ توبہ پر فوت ہوگا اور اگر بیدار ہوگا تو عمل صالح کی طرف متوجہ ہوتا ہو یا بیدار ہوگا۔ (کتاب الروح، ص ۷۹)

عقیدے کی درستی

انسان کو اپنے جن اعمال و افکار کا جائزہ لینا چاہیے اور محاسبہ کرنا چاہیے ان میں سرفہرست عقیدہ ہے۔ عقیدے کی درستی توحید اور شرک خفی و شرک اصغر سے دُوری..... عموماً ایسا مسئلہ ہے جس کی جانب لوگ توجہ نہیں کرتے۔ اس کے ساتھ ہی دیگر ایسے اعتقادات اور اعمال بھی ہیں جو توحید کے منافی ہوتے ہیں یا عقیدہ توحید کو کمزور کرتے ہیں۔ دراصل توحید کا عقیدہ و تصور ہی انسان کو فرائض کی ادا گی پر آمادہ کرتا ہے، مثلاً پانچ وقت کی نماز باجماعت کا اہتمام والدین کے ساتھ اچھا برتاؤ، رشتہ داری کو قائم رکھنا، فریضہ امر بالمعروف اور نہی عن المنکر کی ادا گی، پھر تمام چھوٹے بڑے محرمات و منکرات سے دور رہنا اور سنت و نقل اعمال و افعال کو انجام دینا۔ ان تمام صالح امور کی انجام دہی اور ممنوع امور سے اجتناب کے اہتمام پر یقیناً انسان کے عقیدے کا بہت زیادہ اثر ہوتا ہے۔ عقیدہ جس قدر قوی و مستحکم ہوگا اعمال کی ادا گی اسی قدر اہتمام سے ہوگی اور عقیدے میں کمزوری ہوگی

تو اعمال کی ترتیب ترجیح اور اہمیت بھی متاثر ہوگی۔

وقت کی صحیح قدر

دوسری اہم چیز جس پر ایک فرد کو خصوصی توجہ دینے کی ضرورت ہے وہ وقت ہے۔ فرد کو یہ دیکھنا چاہیے کہ وہ 'وقت' سے کیسے اور کس قدر استفادہ کر رہا ہے۔ دراصل وقت ہی اس کی عمر اور اصل مال ہے اور یہ ضائع ہو گیا تو انسان کے پاس کچھ باقی نہیں بچے گا۔ یہ دیکھنے کی ضرورت ہوتی ہے کہ اس اصل سرمایے کو خیر کے کاموں میں صرف کیا ہے یا برائی کے کاموں میں برباد کیا ہے۔ وقت کا استعمال برائی اور بھلائی کے علاوہ بھی ہوتا ہے اور وہ وقت کو بے مقصد اور فضول کاموں میں ضائع کرتا ہے۔ وقت کو اگر برے کام میں ضائع نہیں کیا اور اچھے کام میں بھی استعمال نہیں کیا گیا تو یہ بھی وقت کا ضیاع ہی ہے۔ وقت یعنی انسان کی عمر سے متعلق رسول اکرمؐ نے فرمایا: "قیامت کے روز جب تک چار چیزوں کے بارے میں پوچھ نہ لیا جائے گا انسان اپنے قدم ہلانے سے گئے گا۔ ان چار چیزوں میں سے ایک چیز 'وقت' ہے۔ آپؐ نے فرمایا: "عمر کے بارے میں پوچھا جائے گا کہ اسے کہاں ختم کیا اور جوانی کے بارے میں پوچھا جائے گا کہ اسے کن کاموں میں کھپایا۔"

محاسبہ نفس اور توبہ

محاسبہ نفس کا لازمی تقاضا یہ ہے کہ انسان ان تمام رویوں، روشوں، اعمال و افعال اور افکار و خیالات سے دامن کش ہو جائے جن کا خلاف شریعت اور مثنائی اخلاق ہونا ثابت ہو۔ کوتاہی اور گناہ کے چھوٹے ہونے کو معمولی نہ سمجھا جائے بلکہ اسے غلطی اور گناہ سمجھتے ہوئے اس کو اپنے عمل کے دائرے سے خارج کر ڈالنے کے لیے کمر ہمت باندھنی چاہیے۔ یہ کام توبہ سے ہوتا ہے۔ غلط اعمال و افکار کا تعلق اگر براہ راست شریعت سے ہو تو بھی توبہ ہی ان کی تطہیر کرتی ہے اور اگر انسانی رویوں سے ہو تب بھی توبہ ہی ان سے خلاصی حاصل کرنے کا ذریعہ ہے۔

امام ابن قیمؒ لکھتے ہیں: "گناہوں سے توبہ فوراً ضروری ہے۔ اس کو مؤخر کرنا جائز نہیں۔ اگر گناہ گار عمل توبہ کو مؤخر کرے گا تو اپنی اس تاخیر میں اللہ کی نافرمانی کرے گا۔ اگر وہ توبہ تاخیر سے کرے گا تو گناہ سے اس کی توبہ کا فرض تو پورا ہو جائے گا مگر تاخیر کی غلطی کی توبہ اس کے ذمے باقی رہے گی۔ چونکہ یہ کوتاہی گناہگاروں کی عمومی روش ہوتی ہے اس لیے اس سے نجات کا طریقہ یہ ہے کہ معلوم اور نامعلوم تمام گناہوں سے توبہ کی جائے۔" (مدارج السالکین ج ۱ ص ۲۷۲-۲۷۳)

یہاں یہ وضاحت ضروری ہے کہ جس طرح گناہگاروں کو اللہ کی طرف رجوع کرنے اور گناہوں سے تائب ہونے کی ضرورت ہے اس طرح مطیع اور فرماں بردار لوگوں کے لیے بھی ضروری ہے۔ جو شخص یہ سمجھتا ہو

لینے والے بہترین خطا کار ہیں۔“

رسول اللہ نے فرمایا: يَخْزِلُ رَبُّنَا تَبَارَكَ وَتَعَالَى كُلَّ لَيْلَةٍ إِلَى السَّمَاءِ الدُّنْيَا حِينَ يَبْقَى
 ثُلُثُ اللَّيْلِ الْآخِرِ يَقُولُ: مَنْ يَذْعُرُنِي فَأَسْتَجِيبُ لَهُ، مَنْ يَسْأَلُنِي فَأُعْطِيهِ، مَنْ
 يَسْتَغْفِرُنِي فَأَغْفِرُ لَهُ (صحیح بخاری) ”جب رات کا آخری تہائی حصہ باقی رہ جاتا ہے تو ہمارا رب
 تبارک و تعالیٰ ہر رات کو آسمان دنیا پر نزول فرما ہوتا ہے اور اعلان کرتا ہے: کوئی ہے جو مجھے پکارے میں اس کی پکار
 کا جواب دوں، کوئی ہے جو مجھ سے مانگے میں اس کو عطا کروں، کوئی ہے جو مجھ سے معافی طلب کرے میں اس کو
 معاف کر دوں۔“

ایک دوسرے موقع پر آپ نے فرمایا: إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى يَبْسُطُ يَدَهُ بِاللَّيْلِ لِيَتُوبَ مُسِيءُ
 النَّهَارِ وَيَبْسُطُ يَدَهُ بِالنَّهَارِ لِيَتُوبَ مُسِيءُ اللَّيْلِ حَتَّى تَطْلُعَ الشَّمْسُ مِنْ مَغْرِبِهَا
 (بخاری) ”اللہ تعالیٰ رات کے وقت اپنا ہاتھ پھیلاتا ہے تاکہ دن کو گناہ کرنے والے پر مہربانی فرمائے۔ اور
 دن کو ہاتھ پھیلاتا ہے تاکہ رات کو گناہ کرنے والے پر مہربانی فرمائے یہاں تک کہ سورج اپنے غروب ہونے کی
 جگہ سے طلوع ہونا شروع ہو جائے۔“ گویا اللہ تعالیٰ کی طرف سے درتو بہ قرب قیامت تک کھلا ہے جو بھی اس کی
 طرف بڑھے لپکے یا دوڑے اس کو یہ دروازہ بند نہیں ملے گا۔ وہ رات کو جائے یا دن کی روشنی میں اسے ہر وقت
 اللہ تعالیٰ اپنے دامنِ عفو میں چھپا لینے کے لیے تیار ہے۔

گناہ کے عام مفہوم کے متعلق یہ غلط فہمی دور کرنے کی بھی ضرورت ہے کہ گناہ صرف چوری، زنا اور غیبت
 جیسے برے کام ہی نہیں ہوتے بلکہ شریعت کے فرائض کو ادا نہ کرنا یا ان کی ادا لگی میں کمی یا کوتاہی کرنا بھی گناہ ہے
 مثلاً نماز ادا نہ کرنا یا مکمل طور پر ادا نہ کرنا، اس کے اوقات میں ادا کرنے سے سستی کرنا، جماعت کے ساتھ ادا نہ کرنا،
 خشوع و خضوع سے ادا نہ کرنا۔ اسی طرح امر بالمعروف اور نہی عن المنکر کا فرض ادا نہ کرنا، یا اللہ کی طرف دعوت
 دینے میں غفلت کرنا، یا مسلمانوں کے مسائل و معاملات سے سروکار نہ رکھنا، یا ایسے دیگر فرائض جن کو عموماً نظر
 انداز کر دیا جاتا ہے۔

گہرا ایمان اور اللہ تعالیٰ کا بہت زیادہ خوف رکھنے والے مسلمان کے نزدیک گناہ چھوٹے بڑے نہیں
 ہوتے۔ اس کے نزدیک تو تمام گناہوں پر تو بہ فرض ہوتی ہے۔ اس کے نزدیک تمام خطائیں اللہ کے حق میں گناہ
 ہوتی ہیں۔ کسی بزرگ نے کہا ہے: گناہ کے چھوٹا ہونے کو نہ دیکھو بلکہ یہ دیکھو کہ گناہ کر کے تا فرمائی کس کی کر رہے
 ہو۔

حضرت سہل بن سعد روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ نے فرمایا: إِذَا كُنْتُمْ وَمُحَقَّرَاتِ الذُّنُوبِ، فَأَذْنًا

مَثَلُ مُحَقَّرَاتِ الذُّنُوبِ كَمَثَلِ قَوْمٍ نَزَلُوا بَطْنَ وَاوٍ فَجَاءَ ذَابِعُودٌ وَجَاءَ ذَابِعُودٌ، حَتَّى حَمَلُوا مَا أَنْصَجُوا بِهِ خُبْرَهُمْ ، وَإِنَّ مُحَقَّرَاتِ الذُّنُوبِ مَتَى يُؤْخَذُ بِهَا صَاحِبُهَا تَهْلِكُهُ (روایت امام احمد بن حنبل ۳۳۱/۵) ”گناہوں کو معمولی نہ سمجھو گناہوں کو معمولی سمجھنا ایسا ہے جیسے کوئی قوم کسی جگہ پر (دوران سفر) ٹھہری اور کوئی ادھر سے ایک لکڑی اٹھالایا اور کوئی ادھر سے۔ یہاں تک کہ لوگوں نے اس قدر لکڑیاں اکٹھی کر لیں جس سے ان کی روٹیاں پک سکیں۔ اور گناہوں کو معمولی سمجھنے کی بنا پر جب کسی انسان کو پکڑا جائے گا تو یہ روش اس کو ہلاک کر ڈالے گی۔“

محاسبہ نفس اور دعا

جب انسان اللہ تعالیٰ کے حضور اپنی غلطی کا اعتراف کر لیتا ہے اور آئندہ کے لیے اپنی دامن بچانے کا عہد کرتا ہے تو اس کے ذمے ایک فرض عائد ہو جاتا ہے۔ انسان جس قدر کوشش کرتا ہے اس کو اسی قدر اس کا صلہ ملتا ہے۔ لیکن ایک مومن کا معاملہ محض کوشش ہی پر منحصر نہیں ہے بلکہ وہ اس کوشش کو اللہ کی توفیق سے وابستہ کرتا ہے۔ وہ نیکی کرتا ہے تو اللہ کی حمد بیان کرتا ہے کہ اس نے اسے نیکی کرنے کی توفیق بخشی، گناہ سے بچتا ہے تو بھی اللہ کا شکر کرتا ہے کہ اللہ نے اسے گناہ سے بچالیا۔

اس تناظر میں دیکھیں تو نیکی کرنے اور گناہ سے بچنے کے لیے توفیق ایزدی کا ہونا ہمارے ایمان کا جزو قرار پاتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ اس توفیق ایزدی کے حصول کے لیے مومن کو دعا کا طریقہ بتایا گیا ہے۔

مسلمان معاشروں کے انفرادی و اجتماعی تمام دائروں میں دعا کو ایک خاص اہمیت حاصل ہے۔ فرد کی ذاتی اصلاح اور محاسبہ نفس میں اس کی ضرورت و اہمیت سے وہی شخص حقیقتاً آگاہ ہو سکتا ہے جو اس تجربے سے گزرا ہو۔ دعا دراصل انسان کا اللہ کے سامنے بے بسی عاجزی اور فقیری کا اظہار اور اللہ تعالیٰ کی قوت و قدرت اور سلطوت و جبروت کا اعتراف ہوتا ہے۔ دعا کی ترغیب خود اللہ تعالیٰ نے ان الفاظ میں دی ہے:

وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِيْٓ اَسْتَجِبْ لَكُمْ ط (المومن ۶۰:۴۰) تمہارا رب کہتا ہے: مجھے پکارو میں تمہاری دعائیں قبول کروں گا۔

دوسری جگہ فرمایا:

اَجِبْ دَعْوَةَ الدَّاعِ اِذَا دَعَا (البقرہ ۱۸۶:۲) پکارنے والا جب مجھے پکارتا ہے میں اس کی پکار سنتا اور جواب دیتا ہوں۔

رسول اللہ نے فرمایا: مَا عَلَى الْاَرْضِ مُسْلِمٍ يَدْعُو اللّٰهَ بِدَعْوَةٍ اِلَّا اَتَاهُ اللّٰهُ اِيَّاهَا اَوْ صَرَفَ عَنْهُ مِنَ السُّؤِّ وَمَثَلُهَا مَا لَمْ يَدْعُ بِاِسْمِ اَوْ قَطِيْعَةٍ رَجِمَ (ترمذی) ”روے زمین پر جو

بھی مسلمان اللہ تعالیٰ سے دعا کرے اللہ تعالیٰ اس کی دعا پوری کر دیتا ہے یا مطلوبہ چیز کے مثل کوئی شرفِ دفع کر دیتا ہے۔ (قبولیت کا یہ حق اسے اس وقت تک حاصل رہتا ہے) جب تک وہ کسی گناہ کے لیے یا رشتے داری توڑنے کے لیے دعا نہ کرے۔“

یہ بات سن کر ایک شخص بولا تب تو ہم بہت زیادہ دعا کیا کریں گے۔ اس پر رسول اللہ نے فرمایا: اللہ اس سے بھی بہت زیادہ دے سکتا ہے۔

ایک حدیث میں اس شخص کو بے بس کہا گیا ہے جو دعا کرنے سے عاجز ہو۔ فرمایا: اَعَجَزَ النَّاسُ مَنَ عَجَزَ عَنِ الدُّعَاءِ (جامع ترمذی) ”لوگوں میں سب سے زیادہ بے بس وہ شخص ہے جو دعا نہ کر سکتا ہو۔“ رسول اکرمؐ نے تزکیہ نفس اور دعا کے باہمی تعلق کو صراحت سے بیان فرمایا ہے کہ یہ تزکیہ کے ذرائع میں سے ایک ذریعہ ہے فرمایا: اِنَّ الْاِيْمَانَ لَيَخْلُقُ فِيْ جَوْفِ اَحَدِكُمْ كَمَا يَخْلُقُ الْقُوْبُ، فَسَلُّوْا اللّٰهَ تَعَالٰى اَنْ يُجَيِّدَ الْاِيْمَانَ فِيْ قُلُوْبِكُمْ (طبرانی، حدیث حسن) ”جس طرح کپڑا پرانا ہو جاتا ہے۔ اسی طرح تم میں سے کسی کے پیٹ (مراد دل) میں موجود ایمان بھی پرانا ہو جاتا ہے۔ لہذا اللہ سے دعا کرتے رہو کہ وہ تمہارے دلوں میں موجود ایمان کی تجدید کرتا رہے۔“

جو شخص دعا کو اپنا شیوہ بنا لیتا ہے، گویا اس کو یہ یقین ہوتا ہے کہ اسے خیر کی توفیق اور راہِ راست کی طرف ہدایت کے لیے اللہ کی نصرت کی خصوصی ضرورت ہے۔ وہ سمجھتا ہے کہ اگر یہ توفیق الہی مجھے میسر نہ رہی تو میں دنیا و آخرت میں سراسر خسارے میں رہوں گا۔ اس احساس کو جس قدر مضبوط کیا جائے اس کے فوائد اسی قدر بڑھتے جائیں گے۔ مسلمان کی زندگی میں اسے عمر کے بڑھنے کے ساتھ ساتھ ہر لمحے بڑھتے رہنا ضروری ہے۔ جب اسے احساس کی یہ توفیق میسر ہوگی تو وہ ہر لمحے اپنی دعا کی قبولیت کے لیے اللہ سے پُر امید رہے گا۔ وہ زیادہ سے زیادہ الحاح اور آہ و زاری کے ساتھ اللہ سے اپنی حاجت طلب کرے گا۔ وہ ہمیشہ اپنے ایمان کی صلاح و سلامتی کے لیے دعا گورے گا۔ ہمیشہ اللہ کی عبادت اور ذکر و شکر کی توفیق مانگتا رہے گا۔

یہاں یہ ذکر کرنا مناسب ہوگا کہ رات کی آخری تہائی، اذان اور اقامت کا درمیانی وقت اور حالتِ سجدہ قبولیت دعا کے بہترین اوقات ہیں۔

محاسبہ نفس کے یہ تمام ذرائع دراصل انسان کی تربیتِ نفس کے ذرائع ہیں اور شریعت کا مقصود نفس کی تربیت ہی ہے کہ انسان اپنی خواہشات کو الہ بنا کر زندگی بھر ان کی پیروی نہ کرے بلکہ نفس کو ایک ضابطے اور قاعدے کا پابند بنا کر محفوظ اور پُر امن راستے پر چلائے جو اس کو کامیابی و کامرانی کی منزل پر پہنچا دے۔ قرآن مجید نے اس تزکیہ کو کامیابی کا ذریعہ بتایا ہے فرمایا:

قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَكَّى ۝ وَذَكَرَ اسْمَ رَبِّهِ فَصَلَّى ۝ (الاعلى ۸۷: ۱۳-۱۵) فلاح پاگياوه
جس نے پاكيوگى اختياركى اور اپنے رب كا نام ياوكيا پھر نماز پڑھی۔

قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا ۝ وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا ۝ (الشمس ۹۱: ۱۰) يقيناً فلاح پاگياوه جس
نے نفس كا تزكيا اور نامراد هو اوہ جس نے اس كو دبا ديا۔

اس سفر تربيت كو يوں بيان كيا جاسكتا ہے: محاسبہ نفس، تزكيا، نفس كا ذريعہ ہے اور تزكيا، نفس كا مرئي نفس كا
باعث ہے۔ اس كا ميالبي كا دوسرا نام خوشنودي رب ہے جسے حاصل كرنا مومن كى زندگى كا مقصود و مطلوب ہے۔

ماہنامہ ترجمان القرآن جنوری ۲۰۰۷ء