تزکیہ وتہذیب نفس۔ صوفیہ کی آراء کا جائزہ

ڈاکٹر حافظ محمد نعیم ☆

Abstract:

"Self-purification is among main priorities of the Shariah. In this respect the Holy Quran has diveded "Nafs" (self) into different types. Allah has regarded the most prosperous man who purifies himself. The Holy Prophet (ﷺ) has also kept desire for a contented soul (Nafs-e-Mutma'innah). Purifying one's self is the key to success in the life hereafter. That is why Mystics have paid much attention to explain the kinds of Nafs (Nafs-e-Luwwamah, Nafs-e-Ammarah, Nafs-e-Mutma'innah) as mentioned in the Holy Quran. According to them Nafs is the real enemy of man and cause of all the evils. They have indicated hurdles in the way of purifying self. Mystics have also derived and practiced some methods to achieve this goal. This article explains the Mystics views about Self-cleansing (Tazkia-e-Nafs)"

Key Words:

Self-purification, Priorities, Shariah, Nafs, Contented soul, Hurdles, Enemy, Methods, Self-Cleansing.

تخلیق کے اعتبار سے انسان اللہ تعالیٰ کی مخلوقات میں سے منفرد حیثیت کا حامل ہے۔ نفس انسانی اپنی ذات میں ایک کائنات سموئے ہوئے ہے اور یہ نفسی کائنات ظاہری کائنات سے کم پیچیدہ اور الجھی ہوئی نہیں۔

☆ اسسٹنٹ پروفیسر، شعبہ اسلامیات، جی سی یونیورسٹی، لاہور

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

نفس اگر ایک طرف روحانیت کی طرف مائل ہوتا ہے، اپنے رب کے سامنے بندگی وعاجزی اختیار کرتا ہے تو دوسری طرف نفسانی خواہشات اور لہوولعب کی طرف جھک کر بغاوت اور سرکشی کی صورت میں انسان کو مختلف فتنوں میں مبتلا بھی رکھتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ نفس کے اندر پیدا ہونے والی بری خواہشات اور باغیانہ خیالات ، جو کہ انسان کو اپنے رب سے دور کر کے اسے اس کے مقصد تخلیق سے غافل کر دیتے ہیں، سے بچنے کے لیے تزکیہ نفس وتہذیب نفس پر بہت زور دیا گیا ہے۔ جہاں تک تزکیہ نفس کا تعلق ہے تو "نفس کا تزکیہ یہ ہوگا کہ اس کے اندر جو غلط افکار ونظریات جڑ پکڑ گئے ہیں، ان کی جڑیں اکھاڑی جائیں، جاہلی عادات واخلاق نے اس کے اندر جو کجیاں اور ناہمواریاں پیدا کر رکھی ہیں، ان کو درست اور ہموار کیا جائے، تقلیدوں اور رسموں کی پرستش نے ان کو بے حسی اور جمود کے جو روگ لگا رکھے ہیں ان کو دور کیا جائے۔ فانی اور نفسانی لذتوں کی چاٹ نے اس پر جو پست ہمتی اور بزدلی طاری کر رکھی ہے اس کا علاج کیا جائے تاکہ اس کی آنکھیں کھل سکیں، اس کا دماغ سوچ سکے، اس کی ہمت ابھر سکے، اس کی عادتیں سنور سکیں اور وہ اپنی فطری صلاحیتوں کے مطابق اپنی ذہنی، اخلاقی اور روحانی ترقی کے اس بلند مرتبہ تک پہنچ سکے جس مرتبہ تک پہنچنے کی اللہ تعالیٰ نے اس کے اندر قابلیت رکھی ہے۔"(۱)

تزکیۂ نفس۔ قرآن کا بنیادی موضوع:

تزکیہ وتہذیب نفس قرآن کے بنیادی موضوعات میں سے ہے۔ یہی وجہ ہے کہ قرآن مجید میں نہ صرف تزکیہ نفس کے اختیار کرنے پر زور دیا گیا ہے بلکہ تزکیۂ نفس کے ضروری لوازمات سے بھی بحث کی گئی ہے۔ تزکیہ نفس کے ضمن میں قرآن مجید میں پہلے تو مختلف آیات میں لفظ نفس کا اطلاق ذات، شخصیت، وجود انسانی، قوت خیر، قوت شر، قلب، اور روح وغیرہ پر کیا گیا ہے اور پھر ان میں سے ہر ایک کی پاکیزگی اور طہارت پر اصرار کیا گیا ہے۔ علاوہ ازیں قرآن مجید میں نفس کی اقسام ثلاثہ:

(۱) نفس امارہ(۲)

(۲) نفس لوامہ(۳)

(۳) نفس مطمئنہ(۴)

وغیرہ اور ان کے تقاضوں و کیفیات وغیرہ سے بھی بحث کی گئی ہے۔ قرآن مجید کے نزدیک فلاح وکامرانی کا معیار محض تزکیہ ہے۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

قد أفلح من تزکی (۵)

بیشک وہ مراد کو پہنچ گیا جو پاک ہوا۔

قد أفلح من زکھا (۶)

جس نے اپنے نفس (یعنی روح) کو پاک رکھا وہ مراد کو پہنچا۔

جو شخص اپنے نفس کی خواہشات کو اپنے اوپر سوار نہیں کرتا اور اپنے نفس کو اپنے معبود کے مقابل کھڑا نہیں کرتا قرآن ایسے لوگوں کا ٹھکانہ بہشت قرار دیتا ہے۔ ایسے پاکیزہ نفس لوگوں کے بارے میں اللہ تعالیٰ فرماتا ہے:

و امامن خاف مقام ربہ و نھی النفس عن الھوی ○ فان الجنۃ ھی المأوی (۷)

اور جو اپنے پروردگار کے سامنے کھڑے ہونے سے بچا اور جی کو خواہشوں سے روکتا رہا اس کا ٹھکانہ جنت ہے۔

جبکہ اس کے برعکس جو شخص اپنے نفس کو نفسانی خواہشات کی تکمیل کے لیے کھلا چھوڑ دیتا ہے اور گناہوں کی مٹی سے اپنے آپ کو سرتاپا ڈھانپ لیتا ہے تو ایسے لوگوں کے بارے میں قرآن فرماتا ہے کہ

و قد خاب من دسھا (۸)

اور جس نے اسے خاک میں ملایا وہ خسارے میں رہا

قرآن مجید میں تزکیہ کے لیے متضاد لفظ تدسیہ استعمال کیا گیا ہے جس کے معنی ڈھانپ لینا، چھپانا وغیرہ ہیں۔ اصطلاحی طور پر کفر و معصیت سے نفس کو ڈھانپ دینا تدسیہ کہلاتا ہے۔

ابن جزی لکھتے ہیں:

(و قد خاب من دساھا) أی حقرھا بالکفر و المعاصی (۹)

امام قرطبی فرماتے ہیں:

قولہ تعالی: (وقد خاب من دساھا) أي خسرت نفس دسھا اللہ عزوجل بالمعصیۃ و قال ابن عباس: خابت نفس أضلھا و أغواھا و قیل: أفلح من زکی نفسہ بطاعۃ اللہ و صالح الأعمال و خاب من دس نفسہ فی المعاصی (۱۰)

بعثت انبیاء کا مقصد حقیقی۔ تزکیہ نفس:

قرآن میں انبیاء کی بعثت کا بنیادی مقصد ہی تزکیہ نفس قرار دیا گیا ہے، تلاوت آیات اور تعلیم کتاب و

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

حکمت کی اصل غرض و غایت قرآن مجید کے نزدیک انسانی نفوس کا تزکیہ ہی ہے۔

مولانا امین احسن اصلاحی لکھتے ہیں:

"تزکیہ تمام دین و شریعت کی غایت اور تمام انبیاء کی بعثت کا اصلی مقصود ہے، دین میں جو اہمیت اس کو حاصل ہے وہ اہمیت دوسری کسی چیز کو بھی حاصل نہیں ہے۔ دوسری ساری چیزیں وسائل و ذرائع کی حیثیت رکھتی ہیں اور یہ چیز غایت و مقصد کی حیثیت رکھتی ہے۔ انبیاء علیہم السلام کی سرگرمیاں، خواہ ظاہر میں کتنے ہی مختلف پہلو رکھتی ہوں لیکن باطن میں ان کا ہدف انسان اور انسانی معاشرہ کے تزکیہ کے سوا اور کچھ نہیں ہوتا۔ (۱۱)

تزکیہ و محاسبہ نفس۔ احادیث کی روشنی میں:

نبی کریم ﷺ سے منقول بعض روایات سے بھی تہذیب و مجاہدہ نفس کی ضرورت و اہمیت کا اندازہ ہوتا ہے۔ آپ ﷺ نے ایسے شخص کو دانا قرار دیا ہے جو اپنے نفس کا تزکیہ و محاسبہ کرتے ہوئے اسے اخروی زندگی کے لیے ہمہ وقت تیار رکھتا ہے اور ایسے انسان کو عاجز قرار دیا جو نفس کی خواہشات کی غلامی میں لگا رہتا ہے۔ آپ ﷺ نے فرمایا:

الکیس من دان نفسه و عمل لما بعد الموت و العاجز من اتبع نفسه هو اها و تمنی علی الله الامانی (۱۲)

دانا وہ ہے جو اپنے نفس کا محاسبہ کرتا ہے اور موت کے بعد والی زندگی کے لیے عمل کرتا ہے اور عاجز وہ ہے جو اپنے نفس کی خواہشات کی پیروی کرتا ہے اور پھر اللہ سے (بڑی بڑی) توقعات (بھی) رکھتا ہے۔

ایک دوسری جگہ آپ ﷺ تزکیہ نفس کے لیے دعا کرتے ہوئے فرماتے ہیں:

اللھم آت نفسی تقواھا و زکھا أنت خیر من زکاھا أنت ولیھا و مولاھا۔ (۱۳)

اے اللہ! میرے نفس کو تقویٰ عطا فرما، اس کو پاکیزہ کر، تو سب سے بہتر پاک کرنے والا ہے اور تو ہی اس کا ولی اور مولیٰ ہے۔

مندرجہ بالا دعا کے علاوہ نبی کریم ﷺ سے بیسیوں دعائیں منقول ہیں جن میں حضور ﷺ نے نفس کے شر اور برے اعمال سے پناہ مانگی ہے اور نفس مطمئنہ کے حصول کی خواہش کا اظہار کیا ہے۔ (۱۴)

اسلاف کے ہاں محاسبہ نفس کی فکر و روایت:

امام غزالی نے آیات قرآنیہ:

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

(۱) ونضع الموازين القسط ليوم القيامة فلا تظلم نفس شيئا۔ (۱۵)
اور ہم قیامت کے دن انصاف کی ترازو کھڑی کریں گے تو کسی شخص کی ذرا بھی حق تلفی نہ کی جائے گی۔

(۲) وان كان مثقال حبة من خردل أتينا بها وكفى بنا حاسبين۔ (۱۶)
اگر کوئی رائی کے دانے کے برابر بھی (کسی کا عمل) ہوگا تو ہم اس کو لاموجود کریں گے اور ہم حساب کرنے کو کافی ہیں۔

(۳) ثم توفى كل نفس ما كسبت وهم لا يظلمون۔ (۱۷)
اس دن ہر شخص اپنے اعمال کا پورا بدلہ پائے گا اور کسی کے ساتھ ظلم نہیں کیا جائے گا۔

(۴) يوم تجد كل نفس ما عملت من خير محضرا و ما عملت من سوء۔ (۱۸)
جس دن ہر شخص اپنے اعمال کی نیکی کو موجود پائے گا اور ان کی برائی کو بھی (دیکھ لے گا)

(۵) واعلموا أن الله يعلم ما في أنفسكم فاحذروه۔ (۱۹)
جان رکھو کہ جو کچھ تمہارے دلوں میں ہے اللہ کو سب معلوم ہے تو اس سے ڈرتے رہو۔

وغیرہ درج کر کے لکھا ہے کہ جملہ عباد میں سے ارباب بصائر نے (ان آیات کی روشنی میں) جان لیا کہ اللہ تعالیٰ ان (بندوں) کی تاک میں ہے اور (روز آخرت) ان کا مناقشہ کیا جائے گا اور ایک ذرہ کے برابر بھی ان کے عمل کو بغیر حساب نہیں چھوڑا جائے گا اور یہ بات وہ یقینی طور پر جان گئے کہ ان چیزوں سے نجات ممکن نہیں الا یہ کہ نفس کا محاسبہ کیا جائے کیونکہ جو کوئی نفس سے حساب لیے جانے سے قبل اپنے نفس کا محاسبہ کرتا رہے گا تو روز قیامت اس کا حساب ہلکا ہوگا اور اس سے جواب بن پڑے گا اس کے برعکس جو شخص اپنے نفس کا محاسبہ نہ کرے گا ہمیشہ پچھتائے گا اور آخرت میں رسوا ہوگا پس جب اہل بصیرت پہ یہ امر منکشف ہو گیا کہ ان کی نجات محاسبہ نفس کے بغیر ممکن نہیں تو انہوں نے محاسبہ نفس کے مختلف طریقے اپنائے۔ یہی وجہ ہے کہ اسلاف کے ہاں محاسبہ نفس وتزکیہ نفس کی فکر و روایت ہمیشہ زندہ رہی ہے۔ (۲۰)

حضرت عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا قول ہے:

حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا وتزينوا للعرض الأكبر وإنما يخف الحساب يوم القيامة على من حاسب نفسه في الدنيا (۲۱)

تم اپنے نفوس کا محاسبہ کرلو قبل اس کے کہ تمہارا محاسبہ کیا جائے اور سب سے بڑی بارگاہ میں

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

حاضری کے لیے تیاری کرلو۔ قیامت کے دن صرف اسی کا حساب آسان ہوگا جس نے دنیا میں اپنے نفس کا محاسبہ کرلیا۔

شیخ محی الدین ابن العربی فرماتے ہیں:

وكان أشياخنا يحاسبون أنفسهم على ما يتكلمون به وما يفعلونه، ويقيدونه في دفتر، فإذا كان بعد صلاة العشاء دخلوا في بيوتهم، حاسبوا أنفسهم وأحضروا دفترهم، ونظروا فيما صدر منهم في يومهم قول وعمل، وقابلوا كل عمل بما يستحقه، إن استحق استغفاراً استغفروا، وإن استحق توبة تابوا، وإن استحق شكراً شكروا، إلى أن يفرغ ما كان منهم في ذالك اليوم، وبعد ذلك ينامون (۲۲)

ہمارے مشائخ اپنا محاسبہ کرتے تھے، وہ اپنے کلام اور افعال پر غور کرتے تھے اور دن بھر کی مکمل روداد کو ایک دفتر (رجسٹر) میں لکھ لیتے تھے۔ پھر جب (نماز) عشاء کے بعد اپنے گھروں میں داخل ہوتے تو اپنے نفوس کا محاسبہ کرنے کے لیے اس رجسٹر یا ڈائری کو اپنے سامنے رکھ لیتے اور اس دن میں ان سے صادر ہونے والے ہر قول و عمل کو بغور دیکھتے اور کما حقہ اس کا موازنہ کرتے۔ اگر کوئی عمل استغفار کے لائق ہوتا تو استغفار کرتے اور اگر توبہ کے لائق ہوتا تو توبہ کرتے اور اگر کوئی حسن عمل ہوتا تو شکر بجالاتے، پھر آرام گاہ میں جا کر سو جاتے۔

تزکیہ وتہذیب نفس اور صوفیہ کرام:

قرآن وحدیث میں مذکور تزکیہ نفس کی ضرورت واہمیت اور فوز وفلاح اخروی کا معیار اول وآخر ہونے کی بناء پر ہر دور کے مسلمان مفکرین، علماء اور خاص طور پر صوفیاء کرام نے اس کو بہت زیادہ اہمیت دی ہے اور اپنے اقوال وارشادات اور عملی نمونہ کے ذریعہ تزکیہ نفس کی ضرورت وافادیت اور نتائج واثرات پر روشنی ڈالی ہے نیز تزکیہ وتہذیب نفس کے مختلف طرق سے بھی بحث کی ہے۔ صوفیہ کے نزدیک تزکیہ نفس کے معنی نفس کو صفات ذمیمہ سے پاک کرنا ہے جبکہ تصفیہ کے معنی دل کا ماسوائے اللہ سے پاک کرنا ہے اور دل میں غیر اللہ کو جگہ نہ دینا ہے۔ (۲۳)

نفس۔ انسان کا سب سے بڑا دشمن:

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

صوفیاء کے نزدیک انسان کا سب سے بڑا دشمن اس کا نفس ہی ہے جو اس کو مختلف برائیوں کی طرف مائل کر کے خیر سے دور کر دیتا ہے۔ حجۃ الاسلام امام محمد الغزالی لکھتے ہیں۔

"أعلم أن أعدى عدوک نفسک التی بین جنبیک وقد خلقت أمارة بالسوء میالة إلی الشر فرارة من الخیر وأمرت بتزکیتها وتقویمها وقودها بسلاسل القهر إلی عبادة ربها وخالقها ومنعها عن شهواتها وفطامها عن لذاتها فإن أهملتها جمحت وشردت ولم تظفر بها بعد ذلک وإن لازمتها بالتوبیخ والمعاتبة والعذل والملامة کانت نفسک هی النفس اللوامة التی أقسم الله بها ورجوت أن تصیر النفس المطمئنة المدعوة إلی أن تدخل فی زمرة عباد الله راضیة مرضیة فلا تغفلن ساعة عن تذکیرها و معاتبتها ولا تشتغلن بوعظ غیرک مالم تشتغل أولا بوعظ نفسک"(۲۴)

جان لو! تیرا نفس تیرا بڑا دشمن ہے جو تیرے دونوں پہلوؤں کے درمیان ہے وہ بدی کا حکم کرنے والا اور مائل بشر پیدا ہوا ہے خیر سے فرار اختیار کرتا ہے اور (آدمی کو نفس کے) تزکیہ، اسے سیدھا رکھنے اور اپنے رب وخالق کی عبادت پر آمادہ کرنے، شہوات سے روکنے اور لذات سے علیحدہ رکھنے کا حکم ہوا ہے پس اگر آدمی اس کی خبر نہ لے تو نفس خودسری اختیار کر کے بھاگ جاتا ہے اور پھر ہاتھ نہیں آتا اور اگر ہمیشہ ڈانٹ، عتاب اور عذل وملامت کرتا ہے تو وہی نفس پھر نفس لوامہ بن جاتا ہے جس کی قسم اللہ تعالیٰ نے کھائی ہے اور امید ہے کہ نفس مطمئنہ ہوجائے جو زمرہ عباد اللہ میں راضی اور مرضی ہوکر بلایا جائے گا اس لیے آدمی پر لازم ہے کہ کسی ساعت بھی اس کی نصیحت ومعاتبت سے غافل نہ رہے اور اپنے علاوہ دوسرے کو نصیحت اس وقت کرے جب پہلے اپنے نفس کو کرے۔

ابوطالب المکی فرماتے ہیں:

فإن أردت أن تملک نفسک فلا تملکها وضیق علیها ولا توسع لها فإن ملکتها ملکتک وإن لم تضیق علیها اتسعت علیک فإن أردت الظفر بها فلا تعرضها لهواها(۲۵)

اگر تو چاہتا ہے کہ اپنے نفس کو قابو میں رکھے تو اس کو اپنا مالک نہ بنا، اس پر تنگی کر اور اس کے

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

لیے وسعت پیدا نہ کر اگر تم نے اسے اپنا آقا بنایا تو وہ تمہارا مالک بن بیٹھے گا اور اگر تم نے اس پر تنگی نہیں کی تو وہ تم پر وسعت (غلبہ) پائے گا اگر تو اس پر فتح پانا چاہتا ہے تو اس کی خواہشات کی پیروی نہ کر۔

امام ابوالقاسم قشیری رحمۃ اللہ علیہ کے نزدیک:

"قالوا: ذبح النفس بسیوف المخالفة واعلم أن من نجمت طوارق نفسه أفلت شوارق أنسه"

انہوں (اہل مجاہدہ ومحاسبہ) نے فرمایا: مخالفت کی تلوار سے نفس کو ذبح کرو۔ جان لو کہ جس (شخص) کے نفس کے خواہشات ظاہر ہوتے ہیں اس (شخص) کے اللہ کے ساتھ انس کے روشن ستارے ڈوب جاتے ہیں۔(۲۶)

میمون بن مہران رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ:

"کوئی شخص متقین میں سے نہیں ہو سکتا جب تک وہ اپنے نفس سے اس طرح حساب نہ کرے جس طرح دو شریک آپس میں عمل کے بعد حساب کیا کرتے ہیں۔"(۲۷)

ابوطالب المکی لکھتے ہیں:

قد قال بعض السلف كان أحدهم يحاسب نفسه أشدمن محاسبة الشريک لشريكه:(۲۸)

بعض سلف کا فرمان ہے کہ ان میں سے ہر ایک کا اپنے نفس کا محاسبہ ایک شریک کے اپنے شریک کے محاسبہ سے بھی زیادہ سخت ہوتا تھا۔

قال سهل بن عبدالله رحمه الله سئل عن سر النفس، فقال (النفس سر ماظهر ذلک السر على احد من خلقه إلاعلى فرعون، فقال: أنا ربكم الأعلى، ولهاسبع حجب سماوية، ولهاسبع حجب أرضية، فكلمايدفن العبدنفسه أرضاً أرضاً سماقلبه سمائً سمائً، فاذا دفنت النفس تحت الثرى، وصلت بالقلب الى العرش (۲۹)

"کسی نے سہل بن عبداللہ رحمہ اللہ سے سرِ نفس کے متعلق سوال کیا تو فرمایا: نفس کا ایک راز ہوتا ہے جو فرعون کے سوا کسی مخلوق پر واضح نہیں ہوا۔ چنانچہ اس نے أنا ربكم الأعلى کہہ دیا اور اس کے سات آسمانی

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

حجاب ہیں اور سات ارضی۔ جس قدر بندہ اپنے نفس کو ایک زمین کے بعد دوسری زمین میں دفن کئے جاتا ہے اسی قدر اس کا دل ایک آسمان سے دوسرے آسمان کو بلند ہوئے جاتا ہے چنانچہ جب تو نفس کو تحت الثری میں دفن کر دیتا ہے تو تو اپنے دل کے ساتھ عرش تک جا پہنچتا ہے۔''

اُبو حفص کے نزدیک

''من لم يتهم نفسه على دوام الأوقات ولم يخالفها في جميع الاحوال, ولم يجرها إلى مكروهها في سائر أيامه كان مغرورا ومن نظر اليها باستحسان شيء منها فقد أهلكها۔ وكيف يصح لعاقل: الرضا عن نفسه، والكريم ابن الكريم ابن الكريم ابن الكريم يوسف بن يعقوب بن إسحق بن إبراهيم الخليل يقول: وما أبرئ نفسي إن النفس لأمارة بالسوء''(۳۰)

جس شخص نے ہر لحہ اپنے نفس کو متہم نہیں کیا اور تمام احوال میں اس کی مخالفت نہیں کی اور تمام زندگی اسے ایسے امور میں نہیں لگایا جنہیں وہ ناپسند کرتا ہے تو وہ شخص دھوکہ کھائے گا اور جس شخص نے نفس کی کسی ایک چیز کو بھی استحسان کی نگاہ سے دیکھا اس نے اسے ہلاک کر دیا۔ عقلمند اپنے نفس سے کیسے راضی ہو سکتا ہے جبکہ کریم، ابن کریم، ابن کریم، ابن کریم یوسف بن یعقوب بن اسحق بن ابراہیم خلیل جیسی شخصیت فرمائے۔ ''وما أبرى نفسي إن النفس لأمارة بالسوء'' میں اپنے نفس کو بری قرار نہیں دیتا کیونکہ نفس تو برائی کا حکم دیتا ہے۔

مخالفت نفس۔ قرب الٰہی کے حصول کا ذریعہ:

مخالفت نفس اور اس کے نتیجہ میں قرب الٰہی کے حصول کے حوالے سے ذوالنون مصری رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں:

''مفتاح العبادة: الفكر، وعلامة الاصابة: مخالفة النفس والهوى، و مخالفتهما ترک شهواتهما''(۳۱)

عبادت کی کنجی غور و فکر ہے۔ نفس اور خواہشات کی مخالفت درست کام کرنے کی علامت ہے اور ان دونوں کی مخالفت ان کی خواہشات ترک کر دینے سے ہوتی ہے۔

ابن عطاء فرماتے ہیں:

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

النفس مجبلة على سوء الأدب، والعبدمأمور بملازمة الأدب، فالنفس تجري بطبعهافي ميدان المخالفة، والعبديردهابجهده عن سوء المطالبة، فمن أطلق عنانهافهو شريكهامعهافي فسادها۔ (۳۲)

نفس کی سرشت ہے کہ برے کاموں کی طرف لگے اور بندے کو حکم دیا گیا ہے کہ آداب کو ہاتھ سے جانے نہ دے۔ لہٰذا نفس اپنی طبیعت کے مطابق مخالفت کے میدان میں چلتا ہے اور بندہ اسے اپنی کوشش سے برے مطالبہ سے روکتا ہے جس نے نفس کی لگام چھوڑ دی وہ نفس کے فساد میں نفس کا شریک ہے۔

صاحب مکاشفۃ القلوب غلبہ نفس وعداوت شیطان کا مقابلہ کرنے کی تدبیر بتاتے ہوئے فرماتے ہیں کہ:

"ينبغي للعاقل أن يقمع شهوة النفس بالجوع، إذا الجوع قهر لعدو الله . . . وأعظم المهلكات لابن آدم شهوة البطن فيها أخرج آدم و حواء من دارالقرار الى دارالذل والافتقار، أذنهما عن أكل الشجرة فغلبتهما شهوتهما فأكلا فبدت لهما سوآتهما، والبطن على التحقيق ينبوع الشهوات۔ وقال بعض الحكماء: من استولت عليه النفس صار أسيراً في حب شهواتها محصوراً في سجن هفوتها، ومنعت قلبه من الفوائد، من سقى أرض الجوارح بالشهوات فقد غرس في قلبه شجرة الندامة۔ إن الله تعالىٰ خلق الخلق على ثلاثة ضروب خلق الملائكة وركب فيهم العقل ولم يركب فيهم الشهوة، وخلق البهائم وركب فيها الشهوة ولم يركب فيها العقل، وخلق ابن آدم وركب فيه العقل و الشهوة، فمن غلبت شهوته عقله فالبهائم خير منه ومن غلب عقله شهوته فهو خير من الملائكة" (۳۳)

ایک عقل مند انسان کے لیے ضروری ہے کہ شہوت نفس کو بھوک کے ذریعہ مغلوب کرے۔ بھوک اللہ کے دشمن (نفس) کے لیے قہر ہے۔ انسان کے لیے سب سے زیادہ ہلاک کرنے والی چیزوں میں سے پیٹ کی خواہشات ہیں۔ اسی کی بدولت حضرت آدم اور حواء دارالقرار سے دارالذل پر اتارے گئے۔ ان دونوں کو منع کیا گیا تھا کہ درخت کا پھل

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

نہیں کھانا لیکن ان کی شھوت ان پر غالب آ کے رہی پس دونوں نے پھل کھالیا نتیجۃً ان کی شرم گاہیں کھل گئیں۔ درحقیقت پیٹ ہی مرکز شہوات ہے۔ کسی حکیم کا قول ہے کہ جس انسان پر اس کا نفس غالب آ جاتا ہے تو وہ نفس کی شہوت کا غلام بن جاتا ہے۔ (اور) اس کی بے ہودگی کے قید خانہ میں محصور ہو جاتا ہے، اس کا دل تمام فوائد سے منہ موڑ لیتا ہے۔ جس نے اپنے جوارح (جسم) کی زمین کو شہوت سے سیراب کیا۔ پس اس نے اپنے دل میں ندامت کا درخت اگایا۔ اللہ تعالیٰ نے مخلوق کو تین اقسام میں پیدا کیا۔ (۱) فرشتوں کو پیدا کیا ان میں عقل رکھی مگر شہوت نہیں رکھی۔ (۲) بھائم (جانوروں) کی تخلیق کی اور ان میں شہوت رکھی لیکن عقل نہیں رکھی (۳) انسانوں کی تخلیق کی اور اس کو عقل اور شہوت دونوں عطا کیں۔ جب انسان کی عقل پر شہوت غلبہ پالیتی ہے (تو اس صورت میں) جانور اس سے بہتر ہیں اور جب اس کی عقل شہوت پہ غالب آتی ہے تو وہ فرشتوں سے بہتر (بن جاتا) ہے۔

خواجہ حسن بصری رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں:

هیچ ستوری بلگام سخت اولیتر از نفس تو نیست در دنیا و گفت اگر خواهی که دنیارا بینی که بعداز تو چون خواهد بود بنگر که بعد از مرک دیگران چو نست۔ (۳۴)

اس دنیا میں نفس سے زیادہ سرکش کوئی چیز نہیں اگر تم دیکھنا چاہتے ہو کہ تمہارے بعد دنیا کی کیا کیفیت ہوگی تو یہ دیکھ لو کہ دوسرے لوگوں کے جانے کے بعد کیا حالت ہے۔

بشر حافی رحمۃ اللہ فرماتے ہیں۔

هر گز حلاوت عبادت نیابی تانگردانی میان خود و میان شهوت دیوار آهنی و گفت سخت ترین کارهاسه است: بوقت دست تنگی سخاوت و ورع در خلوت وسخن گفتن پیش کسی که از او بترسی (۳۵)

بندہ اس وقت تک عبادت میں حلاوت ولذت حاصل نہیں کر سکتا۔ جب تک نفس کے سامنے فولادی دیوار قائم نہیں کر لیتا فرمایا تین کام بہت مشکل ہیں۔ تنگ دستی میں سخاوت، خلوت میں تقویٰ اور کسی ایسے شخص کے سامنے (حق) بات کہنا جس کا تجھے ڈر ہو۔

بایزید رحمہ اللہ کہتے ہیں:

دوازده سال آهنگر نفس خود بودم در کوره ریاضت می نهادم وبآتش

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

مجاهده می تافتم و بر سندان مذمت می نهادم و پتک ملامت برو می زدم تا از نفس خویش آئینه کردم پنج سال آئینه خود بودم بانواع عبادت وطاعت آن آینه می زدودم پس یکسال نظر اعتبار کردم بر میان خویش از غرور و عشوه وبخود نگرستن زناری دیدم و از اعتماد کردن بر طاعت و عمل خویش پسندیدن، پنج سال دیگر جهد کردم تا آن زنار بریده گشت و اسلام تازه بیاوردم، بنگریستم همه خلایق مرده دیدم چهار تکبیر در کار ایشان کردم و از جنازه همه باز گشتم و بی زحمت خلق بمدد خدای بخدای رسیدم۔(۳۶)

میں نے بارہ (۱۲) سال تک اپنے نفس کو ریاضت کی بھٹی میں ڈالا اور مجاہدے کی آگ میں تاپا۔ اور اس پر ملامت کے ہتھوڑے برساتا رہا جس کے بعد میرا نفس مثل آئینہ ہو گیا پھر پانچ سال میں اپنے لیے آئینہ بنا رہا اور مختلف قسم کی عبادات سے اس کو صیقل کرتا رہا جب میں نے اس کا خود اعتمادی کی نظر سے مشاہدہ کیا تو اس میں غرور و تکبر اور خود پسندی کی لعنت کو موجود پایا۔ پھر پانچ سال مزید جدو جہد کی اور اطاعت الٰہی کا غرور اور اپنے افعال و اعمال کو پسند کرنے کے (مذموم) خیال کو جڑ سے اکھاڑ پھینکا اور حقیقی اسلام سے آشنا ہوا اور جب میں نے مخلوق پر نظر ڈالی تو سب کو مردہ پایا اور ان کے دنیاوی امور پر چار تکبیریں (نماز جنازہ) پڑھ کر ان سے کنارہ کش ہو گیا اور مخلوق کا احسان اٹھائے بغیر اللہ کے لطف و کرم سے اس تک پہنچ گیا۔

علی بن عثمان الہجویری رحمۃ اللہ علیہ لکھتے ہیں کہ نفس انسان کو دوزخ میں لے جانے والا ہے کیونکہ نفس دنیا میں دوزخ کا نمونہ ہے۔ اس لیے طالبان شریعت و حق پر (بر طلاب ایں درگاہ) واجب ہے کہ مخالفت نفس پر ہمیشہ کمر بستہ رہیں۔(۳۷)

نفس کو مغلوب کرنے کے حوالے سے شیخ نصیر الدین محمود رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں

نفس آدمی بمنزلۂ درختیست که بمدد هوائے شیطانی در ذات این کس بیخ مے گیرد و محکم مے شود اگر آدمی بتدریج و سکونت بزور عبادت و تقوے و بقوت محبت و عشق هر روز آن درخت را بجنباند هر آئینه بیخ او سست شود قابل قلع۔(۳۸)

انسان کا نفس ایسے درخت کی مانند ہے جو شیطانی خواہشات کی مدد سے اس کی ذات میں جڑ

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

پکڑتا ہے اور توانا ہو جاتا ہے۔ اگر انسان اپنی عبادت کی قوت، تقویٰ اور محبت وعشق کی طاقت سے اس کو ہر روز آہستہ آہستہ ہلاتا رہے تو یقیناً اس کی جڑ کمزور ہو جائے گی اور وہ اکھڑنے کے لائق ہو جائے گا۔

مندرجہ بالا آراء سے واضح ہوتا ہے کہ نفس انسان کا سب سے بڑا دشمن ہے اور اس کا تزکیہ ومحاسبہ انسان کے لیے بہت ضروری ہے اگر انسان نفس کے تزکیہ اور محاسبہ سے ذرا بھی غافل ہو گیا تو یہ نفس انسان کو بہت سی نفسانی خواہشات میں بتلا کر کے اپنے مقصد اور اطاعت الٰہی سے بہت دور کر دے گا اور انسان کو انسانیت کے معیار سے گرا کر حیوانیت کی سطح پر لے آئے گا اسی لیے اگر انسان ہمہ وقت نفس کو اطاعت پر مجبور کرنا چاہتا ہے تو اسے چاہیے کہ ہر وقت نفس کا محاسبہ کرتا رہے۔

حصول تزکیہ نفس کے مختلف مدارج اور حائل رکاوٹیں:

صوفیاء کے ہاں تزکیہ نفس کے مختلف مدارج کا تذکرہ بھی ملتا ہے جن کی مدد سے ایک انسان بتدریج تزکیہ وتصفیہ کی منزل پا سکتا ہے۔ ان مدارج میں:

(۱) مشارطہ

(۲) مراقبہ

(۳) محاسبہ

(۴) معاقبہ

(۵) مجاہدہ

(۶) معاتبہ

وغیرہ اہم ہیں۔ امام غزالی لکھتے ہیں:

فرابطوا أنفسهم أولا بالمشارطة ثم بالمراقبة ثم بالمحاسبة ثم بالمعاقبة ثم بالمجاهدة ثم بالمعاتبة۔ (۳۹)

امام غزالی نے انہی مدارج کو اپنی تصنیف کیمیای سعادت میں مشارطت، مراقبت، محاسبت، معاقبت، مجاہدت اور معاتبت کے الفاظ کے ساتھ نقل کیا ہے۔ (۴۰)

شیخ عبد القادر جیلانی رحمۃ اللہ علیہ نے تزکیہ نفس وکامل پرہیزگاری کے حصول کے لیے دس چیزوں کو لازمی قرار دیا ہے شیخ کے نزدیک جب تک انسان یہ دس چیزیں اپنے نفس پر فرض نہ کرے اس کی پرہیزگاری کامل

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

نہیں ہوسکتی۔ لکھتے ہیں:

ولأهل المجاهدة والمحاسبة واولی العزم عشر خصال جربوها لأنفسهم فاذا اقاموها واحكموها باذن الله تعالى وصلوا الى المنازل۔(۴۱)

اصحاب مجاہدہ ومحاسبہ اور اولوالعزم کو اپنی ذات میں دس چیزوں کو آزمانا چاہیے، پس جب وہ اللہ کے حکم سے انہیں مضبوطی سے قائم کریں گے تو (تزکیہ نفس کی) منزل پالیں گے:

شیخ نے جن چیزوں کی طرف اشارہ کیا ہے وہ درج ذیل ہیں۔

(i) بدگمانی سے بچنا (ii) غیبت سے بچنا

(iii) برا گمان نہ کرنا (iv) ٹھٹھا نہ کرنا

(v) غض بصر (vi) سچ بولنا

(vii) خدا کا احسان تسلیم کرنا (viii) مال کو مستحق لوگوں پر خرچ کرنا

(ix) بلند مرتبہ کی خواہش نہ کرنا (x) پانچ وقت کی نماز کی ادائیگی اور سنت رسول کی پیروی کرنا(۴۲)

صوفیاء کرام نے تزکیہ نفس کے حصول میں رکاوٹ پیدا کرنے والی چند چیزوں کا تذکرہ کیا ہے جب تک ان چیزوں سے نفس کو پاک نہ کیا جائے اس وقت تک مطلوبہ مقاصد کا حصول ممکن نہیں صوفیاء کے نزدیک جو چیزیں انسان کے لیے مہلک ہیں ان میں سے چند درج ذیل ہیں:

(i) حرص وبخل (ii) کبر وغرور

(iii) خود پسندی (iv) حسد وحقد

(v) جاہ طلبی (vi) نفاق

(vii) جھوٹ (viii) حلال وحرام میں تمیز نہ کرنا

(ix) حب دنیا (x) شیطان کی پیروی

(xi) آخرت سے غفلت (xii) حرص مال ودولت

(xiii) عبادت میں ریاکاری (xiv) علمی تکبر

(xv) کدورت (xvi) حیلہ ومکر

صوفیاء کے نزدیک ان میں سے کچھ چیزیں فطرت کا حصہ ہیں اور انسان کے تخلیقی جوہر کی بنیاد پر اس میں پائی جاتی ہیں ابوطالب المکی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں۔

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

وجبلات النفس الأربعة هي أصول ماتفرع من هو هواها وهي مقتضى مافطرها عليه مولاها: أولها الضعف وهو مقتضى فطرة التراب، ثم البخل وهو مقتضى جبلة الطين، ثم الشهوة وموجبها الحمأ، الجهل وهوما اقتضاء موجب الصلصال۔ (۴۳)

نفس کی چار جبلتیں ہیں اور یہی اس کی خواہشات کی (اصل) جڑ (یہی) ہیں۔ اس کی فطرت کا یہی متقضاء ہے۔ جس پر اس کے رب نے اسے پیدا کیا۔ ان میں سے اول ضعف ہے۔ یہ خشک مٹی کی فطرت کا تقاضا ہے۔ پھر بخل: یہ طین (تر مٹی) کی فطرت کا تقاضا ہے۔ پھر شہوت: اس کا باعث کیچڑ ہے۔ پھر جہالت: یہ خشک اور سوکھی مٹی کے باعث کا تقاضا ہے۔

شارح رسالہ روح القدس فی محاسبۃ النفس لکھتے ہیں:

اعلم ان الصفات التي جبل عليها الانسان لاتتبدل، فانها ذاتية له في هذه النشاة الدنيا والمزاج الخاص، من الجبن والشح والحسد والحرص والغلظة والتكبر والغلظة وطلب القهر وامثال هذا، فهي صفات لازمة لها في أصل خلقتها، لاتنفك عنها، حتى إن بعض اصحابنا قد جعلها عين ذاتها، وانها صفات نفسية لها۔ (۴۴)

اللہ نے انسان میں جو صفات پیدا کی ہیں، تبدیل نہیں ہوتیں، اس دنیوی مرحلے میں اس کی ذات اور مزاج کا حصہ ہیں مثلاً بزدلی، لالچ، حسد، حرص، چغل خوری، تکبر، اکھڑ پن، غلبہ حاصل کرنے کی آرزو وغیرہ۔ یہ تمام صفات اس کی اصل خلقت ہیں اور اس سے الگ نہیں ہوتیں حتی کہ ہمارے بعض اصحاب نے انہیں عین ذات قرار دیا ہے، اور یہی اس کی نفسی صفات بھی ہیں۔

صاحب عوارف المعارف نے نفس کی تکوینی صفات اور ان کی نوعیت کے پیش نظر تزکیۂ نفس کے لیے علاج تجویز کیا ہے لکھتے ہیں:

وصفات النفس لها أصول من أصل تكونها، لأنها مخلوقة من تراب، ولها بحسبه وصف، وقيل وصف الضعف في الآدمي من التراب، ووصف البخل فيه من الطين، ووصف الشهوة فيه من الحما المسنون، ووصف

الجهل فيه من الصلصال۔ وقيل قوله [كالفخار] فهذا الوصف فيه شيء من الشيطنة لدخول النار في الفخار، فمن ذلک الخداع والحيل والحسد، فمن عرف أصول النفس وجبلاتها عرف أن لا قدرة له عليها إلا بالاستعانة ببارئها وفاطرها، فلا يتحقق العبد بالإنسانية إلا بعد أن يدبر دواعي الحيوانية فيه بالعلم والعدل، وهو رعاية طرفي الافراط والتفريط، ثم بذلک تتقوى إنسانيته ومعناه ويدرک صفات الشيطنة فيه والأخلاق المذمومة، وكمال إنسانيته يتقاضاه أن لا يرضى لنفسه بذلک، ثم تنكشف له الأخلاق التي تنازع بها الربوبية من الكبر والعز ورؤية النفس والعجب وغير ذلک، فيرى أن صرف العبودية في ترک المنازعة للربوبية۔(۴۵)

بعض صفات ایسے ہیں کہ ان کی اصل انسان کی تکوین سے وابستہ ہے انسان چونکہ خاک سے پیدا ہوا ہے اس لیے ضعف اور کمزوری اس میں پائی جاتی ہے اور بخل کا وصف اس میں طین کی بدولت ہے اور وصف شہوت کی وجہ حماء مسنون ہے۔ وصف جہل صلصال کی وجہ سے ہے اور کہا گیا (قرآن مجید میں کالفخار) وہ مٹی ٹھیکرے کی طرح تھی اس فخار کے باعث اس میں شیطنت ہے۔ فخار آگ سے بن جاتی ہے اس سے مکر، حیلہ اور حسد پیدا ہوئے۔ پس جو شخص نفس کی اصلوں (اصول النفس) اور جبلتوں سے آشنا ہو گیا وہ جان گیا کہ خالق وفاطر کی استعانت کے بغیر وہ ان پر (قابو پانے کی) قدرت نہیں رکھتا۔ انسانیت کی تکمیل اسی وقت ممکن ہے جب انسان میں موجود ان حیوانی داعیوں کا علاج افراط وتفریط سے بچتے ہوئے علم اور عدل کے ذریعہ کیا جائے۔ پھر انسان صفات شیطنت اور اخلاق مذمومہ کا ادراک کرے اور کمال انسانیت کے تقاضے کے پیش نظر اپنے نفس کے لیے ان (برے اخلاق) پر راضی نہ ہو، بعدازاں اس پر وہ اخلاق منکشف ہوتے ہیں جو (اوصاف) ربوبیت کے ساتھ ٹکراتے ہیں جیسے کبر، عزت، خود بینی اور عجب وغیرہ پھر وہ دیکھتا ہے کہ (خالص) بندگی ربوبیت کے ساتھ منازعت ترک کرنے میں (ہی) ہے۔

بعض صوفیاء اور واعظین نے نفس انسانی کو مختلف حصوں میں تقسیم کرتے ہوئے ہر حصہ کے لیے مختلف علاج تجویز کیا ہے جیسا کہ ابن جوزی رحمۃ اللہ علیہ لکھتے ہیں:

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

الصوم ثلاثة: صوم الروح وهو قصر الأمل وصوم العقل وهو مخالفة الهوى وصوم الجوارح وهو الإمساك عن الطعام والشراب والجماع... ومن صام على خلاف النفس والهوى أفطر على الشكر والرضا فهو صائم عالم(۴۶)

روزہ کی تین اقسام ہیں: (۱) روح کا روزہ خواہشات کو کم کرنا ہے (۲) عقل کا روزہ ہوائے نفس کی مخالف کرنا ہے (۳) اور اعضاء کا روزہ جو کھانے پینے اور مباشرت سے رکنا ہے جس نے نفس اور اس کی خواہش کے خلاف روزہ رکھا تو وہی ہے شکر و رضا سے اسے کھولنے والا اور صائم الدھر۔

بعض صوفیہ نے افعال نفس کی تقسیم کرتے ہوئے ہر قسم کے لیے الگ الگ علاج تجویز کیا ہے۔ علی بن عثمان الہجویری رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں:

واین بر دو قسم است یکے معاصی و دیگر اخلاق دونی چون کبر و حسد وبخل و حشم و حقد و آنچه بدین مانداز معانی ناستوده اندر شرع و عقل پس بریاضت مراین اوصاف راز خود دفع توان کرد چنانچه بتوبه مر معصیت را معاصی از اوصاف ظاهر بود واین اخلاق از اوصاف باطن وریاضت ازافعال ظاهر بودوتوبه ازاوصاف باطن آنچه اندر باطن ،پدیدارآیداز اوصاف دفی باوصاف سنی ظاهر پاک شودو آنچه بر ظاهر پدیدار آیدباوصاف ستودۂباطن پاک شود۔(۴۷)

اس (نفس کے افعال) کی دو اقسام ہیں ایک معصیت و نافرمانی، دوسرے گھٹیا اوصاف، جیسے تکبر، حسد، بخل، غصہ، کینہ اور ان سے ملتی جلتی وہ باتیں جو عقل و شریعت کے نزدیک مذموم و رکیک ہیں، اس لیے ریاضت و مجاہدے سے ان برے اوصاف کو زائل کیا جا سکتا ہے جس طرح توبہ سے گناہ کو دور کیا جا سکتا ہے ، اور یہ کہ معاصی نفس کے ظاہری اوصاف میں سے ہے اور کمینہ خصائل اس کے باطنی افعال میں سے ہیں۔ ریاضت و مجاھدہ اس کے ظاہری افعال اور توبہ اس کے باطنی افعال درست کر دیتی ہیں اور گھٹیا اوصاف سے جو باطن میں کدورت پیدا ہوتی ہے وہ ظاہری اوصاف کے ذریعہ پاک کی جا سکتی ہے اور جو کدورت ظاہری افعال بد سے پیدا ہوتی ہے وہ باطن کی صفائی سے جاتی رہتی ہے۔

صاحب کیمیای سعادت کے نزدیک نفس انسانی میں اس وقت تک اللہ تعالیٰ کی محبت پیدا نہیں ہوتی

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

جب تک اسے تمام بری عادتوں سے دور نہ رکھا جائے، آنکھ، زبان اور کان وغیرہ کی راہ بند نہ کی جائے اور نفس کو تنہائی، خاموشی اور بے خوابی کی ریاضتوں سے دوچار نہ کیا جائے۔ (۴۸)

ابراہیم ادھم رحمۃ اللہ علیہ سے کسی نے دریافت کیا کہ کیا آپ کو اسم اعظم یاد ہے تو انہوں نے فرمایا کہ ہاں یاد ہے۔ لقمہ حرام سے اپنے معدے کو پاک رکھو اور محبت دنیا سے دل کو خالی کرو تو اس کے بعد اللہ کو جس اسم سے بھی یاد کرو گے وہ اسم اعظم ہی ہوگا۔ (۴۹)

تزکیہ وتہذیب نفس صوفیاء کے ہاں بنیادی اہمیت کا حامل موضوع ہے۔ صوفیاء نے تزکیہ نفس کی ضرورت واہمیت کے پیش نظر ہر پہلو سے اس پر بحث کی ہے اور نفس کے لیے جو آفات وآلائشیں ہیں، جو کہ اطاعت الٰہی وقرب الٰہی میں رکاوٹ ہیں، ان کو تفصیلاً بیان کیا ہے نیز شیطان کی تمام چالوں کو ناکام بنانے کے لیے قرآن وسنت کی روشنی میں علاج بھی تجویز کیا ہے۔ صوفیاء کی آراء سے اس بات کا ثبوت نہیں ملتا کہ اسلام ترک دنیا کا قائل ہے۔ نفس کی مخالفت سے مراد یہ نہیں کہ اس کی بنیادی ضروریات ہی پوری نہ کی جائیں اور مختلف ریاضتوں اور مشقتوں کے ذریعہ اس کو اذیت میں مبتلا کیا جائے۔ تزکیہ نفس تو محض اس چیز کا تقاضا کرتا ہے کہ انسان نفسانی خواہشات کا غلام بن کر نہ رہ جائے اور اس کا قلوب دنیاوی آرزوؤں کی تکمیل اور حیوانی جذبات کی تسکین کے پیچھے ہی نہ پڑا رہے بلکہ انسان اس کائنات ارضی میں اپنے مقام ومرتبہ کو پہچانتے ہوئے اپنی تخلیق کے مقاصد اصلیہ پر نظر رکھے اور ان کے حصول کی ہر ممکن کوشش کرے۔ اور اس ضمن میں ایمانیات سے عبادات تک اور اخلاقیات سے معاملات تک اپنے اوپر عائد ہونے والی ذمہ داریوں کو احسن طریقے سے نبھائے۔ اسلام میں روحانیت نام ہے دین اور دنیا کے امتزاج اور دونوں میں توازن قائم رکھنے کا، اگر دونوں میں توازن قائم نہ رکھا جائے تو انسان روحانیت کی طرف بھی گامزن نہیں ہوسکتا جو کہ درحقیقت تزکیہ نفس کی منزل مقصود ہے۔

خلاصۂ بحث:

تزکیہ وتہذیب نفس کے حوالے سے مذکورہ بالا بحث کو درج ذیل نکات کی صورت میں مختصراً بیان کیا جا سکتا ہے۔

(۱) تزکیہ نفس قرآن کے بنیادی اور اہم موضوعات میں سے ہے۔ قرآن مجید میں نفس کی مختلف اقسام اور ان کی کیفیات وتنوعیات کا تذکرہ اس بات پہ شاہد ہے۔

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

(۲) قرآن مجید نے نبی کریم ﷺ کی بعثت کا مقصد ہی تزکیہ نفس قرار دیا ہے۔ آپ ﷺ کے اسوۂ اور تعلیمات سے تزکیہ و تہذیب نفس کی اہمیت واضح و مسلمہ ہے۔

(۳) اسلاف کے ہاں محاسبہ نفس کی روایت ہمیشہ موجود رہی ہے۔ ارباب بصائر کبھی بھی نفس کی تہذیب و تزکیہ سے غافل نہیں رہے۔

(۴) صوفیہ کے مطابق انسان کا سب سے بڑا دشمن نفس ہی ہے جو اسے مختلف برائیوں کی طرف مائل کرتا ہے۔

(۵) نفس امارہ، نفس مطمئنۃ اور نفس لوامہ کے علاوہ صوفیاء کے ہاں نفس کی دیگر اقسام مثلاً النفس الملھمۃ، النفس الراضیۃ، النفس المرضیۃ، النفس الکاملۃ، النفس الشھوانیہ، النفس الکلیۃ اور النفس الناطقۃ وغیرہ بھی ملتی ہیں۔

(۶) صوفیہ کرام کے نزدیک انسان کو اپنے نفس سے ایسے حساب کرنا چاہیے جیسے وہ اپنے شریک سے کرتا ہے۔

(۷) صوفیہ نے نفس انسانی کو افعال اور نوعیت کے اعتبار سے مختلف اقسام میں بیان کیا ہے اور ہر قسم کے نفس کے تزکیہ کے لیے مختلف علاج تجویز کیا ہے۔

(۸) بدگمانی، غیبت، برا گمان، ٹھٹھا اور لقمہ حرام سے بچنا تزکیہ و تہذیب نفس کے حصول کے سلبی پہلو ہیں جبکہ غض بصر، سچ بولنا، خدا کا احسان تسلیم کرنا، مال کو مستحق لوگوں پر خرچ کرنا وغیرہ اس کے ایجابی پہلو ہیں۔

(۹) پیٹ کی خواہشات کی تکمیل نہ کرنا بھی نفس کی آفات سے بچنا کا ایک اہم ذریعہ اور ہتھیار ہے۔

(۱۰) شہوت، شح، حسد، حرص، تکبر، مکر، حیلہ، غرور، جہل وغیرہ نفس کے تزکیہ میں بنیادی رکاوٹیں ہیں۔ یہ چیزیں انسان کی جبلت و فطرت میں ہیں۔ صوفیاء کے نزدیک ان کا علاج علم اور عدل کے ذریعہ ہی ممکن ہے۔

(۱۱) تزکیہ و تہذیب نفس کے لیے صوفیاء کا تجویز کردہ علاج مشارطہ، مراقبہ، محاسبہ، معاقبہ، مجاھدہ اور معاتبہ وغیرہ پہ مشتمل ہے۔

◆◆◆

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

حوالہ جات

۱۔ اصلاحی، امین احسن، تزکیہ نفس، فیصل آباد، ملک سنز تاجران کتب، ۱۹۸۱ء، ص۔ ۳۴

۲۔ یوسف: ۵۳

۳۔ القیمۃ: ۲

۴۔ الفجر: ۲۷

☆ نفس کی مذکورہ اقسام ثلاثہ کے علاوہ دیگر کا تذکرہ بھی صوفیاء کے ہاں ملتا ہے۔ اس ضمن میں الشیخ العارف الکبیر قاسم بن صلاح الدین الخانی (ت ۱۱۰۹ھ) نے مزید چار کا اضافہ کیا ہے۔ لکھتے ہیں:

"أن النفوس السبعة، واحدة وتسمى باعتبار صفاتها المتكثرة بالاسماء المختلفة من الأمارة واللوامة والملهمة والمطمئنة والراضية والمرضية والكاملة"

موصوف نے مندرجہ بالا اقسام نفس کی کیفیت ونوعیت اور اوصاف وقبائح پر تفصیل سے روشنی ڈالی ہے (دیکھیے الخانی، قاسم بن صلاح الدین (ت ۱۱۰۹ھ)، السیر والسلوک الی ملک الملوک، دراسۃ وتحقیق، سعید عبدالفتاح، القاہرہ، مکتبۃ الثقافۃ الدینیۃ، ۱۴۲۲ھ/ ۲۰۰۲م ص ۲۷ ، ۱۲ علاوہ ازیں النفس الشھوانیۃ (ص ۷۰)، النفس الکاملۃ (ص ۵۴)، النفس الکلیۃ (ص ۱۱۴) اور النفس الناطقۃ (ص ۷۱) وغیرہ کو بھی مختلف مباحث کے حوالے سے زیر بحث لایا گیا ہے۔

۵۔ الاعلیٰ: ۱۴

۶۔ الشمس: ۹

۷۔ النزعت: ۴۰۔۴۱

۸۔ الشمس: ۱۰

۹۔ ابن جزی، ابوالقاسم محمد بن احمد بن محمد، التسہیل لعلوم التنزیل بیروت، شرکۃ دار الارقم بن أبی الارقم، ۱۴۱۶ھ، ۲/ ۴۸۷

۱۰۔ القرطبی، ابوعبداللہ محمد بن احمد بن أبی بکر، الجامع ل أحکام القرآن تحقیق، احمد البردونی، القاہرہ، دار الکتب المصریۃ، ۱۳۸۴ھ/ ۱۹۶۴ء، ۲۰/ ۷۷

۱۱۔ اصلاحی، تزکیہ نفس۔ ص ۱۹۔ ۲۰

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

۱۲۔ المعجم الکبیر ۷/ ۲۸۱، مسند احمد بن حنبل۔ ۴/ ۱۲۴

۱۳۔ صحیح مسلم، کتاب الذکر والدعاء والتوبۃ، باب التعوذ من شر ماعمل ومن شر مالم یعمل۔ رقم الحدیث۔ ۷۰۸۱

۱۴۔ مثلاً آپ ﷺ نے فرمایا: ”اللّٰھم إن أسألک نفسا بک مطمئنۃ تومن بلقائک وترضی بقضائک وتقنع بعطائک“ دیکھیے: المعجم الکبیر۔ ۸/ ۹۹، کنز العمال۔ ۲/ ۶۸۷، مسند الشامیین۔ ۲/ ۴۰۹

۱۵۔ الانبیاء: ۴۷

۱۶۔ ایضاً: ۴۷

۱۷۔ البقرۃ: ۲۸۱

۱۸۔ آل عمران: ۳۰

۱۹۔ البقرۃ: ۲۳۵

۲۰۔ الغزالی، محمد بن محمد، أبوحامد، إحیاء علوم الدین، بیروت، دار المعرفۃ، (س ن) ۴/ ۳۹۴

۲۱۔ الترمذی، محمد بن عیسی، أبوعیسی، الجامع الصحیح سنن الترمذی، تحقیق، احمد محمد شاکر وآخرون، بیروت

۲۲۔ الغراب، محمود محمود، شرح رسالۃ روح القدس فی محاسبۃ النفس من کلام الشیخ الاکبر محی الدین ابن العربی، مطبعۃ نضر، ۱۴۱۴/ ۱۹۹۴۔ص ۸۶

۲۳۔ عبدالصمد، خواجہ شاہ محمد، اصطلاحات صوفیہ، لاہور، مکہ بکس اردو بازار، ص ۳۲

۲۴۔ الغزالی، احیاء علوم الدین، ۴/ ۴۱۶

۲۵۔ ابوطالب المکی، محمد بن علی بن عطیہ الحارثی، قوت القلوب فی معاملۃ المحبوب ووصف طریق المرید الی مقام التوحید، بیروت، دار الکتب العلمیہ، ۱۴۲۶ھ/ ۲۰۰۵ء، ۱/ ۱۵۵

۲۶۔ القشیری۔ الرسالۃ القشیریہ (ناقص الطرفین) ص۔ ۱۴۰

۲۷۔ الغزالی، احیاء علوم الدین۔ ۴/ ۴۰۴

۲۸۔ المکی، قوت القلوب، ۱/ ۱۵۶

۲۹۔ الطوسی، ابونصر سراج، اللمع فی التصوف، تحقیق وتخریج، الدکتور، عبدالحلیم محمود، مصر، دار الکتب الحدیثۃ، مکتبۃ المثنی بغداد، ص ۲۹۹

۳۰۔ قشیری، الرسالۃ القشیریہ ص۔ ۱۴۱

۳۱۔ ایضاً ص۔ ۱۴۰

۳۲۔ ایضا

۳۳۔ غزالی، مکاشفۃ القلوب۔ ص ۱۵

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

۳۴۔ فرید الدین عطار، حامد بن محمد بن ابی بکر ابراہیم، کتاب تذکرۃ الاولیاء، مقدمہ، آقای میرزا محمد خان قزوینی، کتابخانہ مرکزی ناصر خسرو۔ ص ۴۶

۳۵۔ ایضاً۔ ص ۱۱۰

۳۶۔ ایضاً ص ۱۳۲۔ ۱۳۳

۳۷۔ ھجویری، علی بن عثمان، کشف المحجوب فارسی، لاہور، عشرت پبلشنگ ہاؤس، ہسپتال روڈ انار کلی، (س ن) ص۔ ۱۵۶۔

۳۸۔ علوی کرمانی، سید محمد بن مبارک، معروف بہ میر خورد (م ۷۷۰ھ)، سیر الاولیاء مرکز تحقیقات فارسی ایران و پاکستان رموسسہ انتشارات اسلامی لاہور۔ ۱۳۹۸ھ ر ۱۹۸۷۔ ص ۲۵۲

۳۹۔ الغزالی، احیاء علوم الدین۔ ۴ر ۳۹۴

۴۰۔ محمد غزالی، ابو حامد، کیمیای سعادت، بہ کوشش حسین خدیو جم، تہران۔ ۱۳۸۰۔ ۲ر ۴۸۴

۴۱۔ جیلانی، عبد القادر، غنیۃ الطالبین، در مطبع امید، (س ن) ۲ر۱۰۵۹

۴۲۔ ایضاً۔ ۲ر۱۰۵۹۔ ۱۰۶۳

۴۳۔ قوت القلوب۔ ۱ر ۱۵۴

۴۴۔ الغراب، شرح رسالۃ روح القدس فی محاسبۃ النفس۔ ص ۲۳

۴۵۔ السھر وردی، عبد القاھر بن عبد اللہ، عوارف المعارف، بیروت، دار الکتاب العربی۔ ۱۹۶۶ء، ص ۴۵۳

۴۶۔ ابن جوزی، جمال الدین أبو الفرج عبد الرحمن، بستان الواعظین و ریاض السامعین، تحقیق أیمن البحیر ی، بیروت، دار النشر رموسسۃ الکتب الثقافیۃ، ۱۴۱۹ھ ر ۱۹۹۸۔ ص ۲۱۸

۴۷۔ الھجویری، علی بن عثمان، کشف المحجوب فارسی۔ ص ۱۵۴

۴۸۔ محمد غزالی، کیمیای سعادت، ۲ر ۲۲

۴۹۔ سجزی، امیر حسن، معروف بہ حسن دھلوی، فوائد الفواد، تصحیح و مقدمہ، محمد لطیف ملک، لاہور، ملک سراج الدین اینڈ سنز پبلشرز، ۱۳۸۶ھ ر ۱۹۶۶ء، ص ۱۶۷

◆◆◆

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com