

کتاب
الجالیات

۲۲

۲۰۲



کتاب تعاونی برائے دعوت و ارشاد تبلیغی - ریاض

تلفون: ۰۱۱-۲۰۱۳۳۸۸-۲۰۱۳۳۸۸ فیکس: ۲۳۲۰

خوش گوار زندگی کے خوش نما اصول



0 2 0 1 0 2 8

ترجمہ: شعبہ جالیات

عبدالرحمن بن ناصر السعدی

خوش گوار زندگی کے خوش نما اصول

تالیف

علامہ عبدالرحمن بن ناصر السعدی رحمہ اللہ

ترجمہ

زبیر احمد بن اسد اللہ

فاضل جامعہ ملک سعود، ریاض

نظر ثانی

عبدالکریم عبدالسلام المدنی

طبع و نشر

کتب تعاونی برائے دعوت و ارشاد کلی - ریاض

ٹیلیفون: ۰۱۲۳۱۰۶۱۵ - ۰۱۲۳۱۳۳۸۸ فیکس: ۰۱۲۳۱۱۷۳۳

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

مقدمہ

ساری تعریفیں اس اللہ کے لئے ہیں جو حمد و ثنا کا تنہا مستحق ہے، میں اس بات کی گواہی دیتا ہوں کہ اللہ کے سوا کوئی حقیقی معبود نہیں، وہ تنہا ہے، اس کا کوئی شریک نہیں اور اس بات کی بھی گواہی دیتا ہوں کہ محمد صلی اللہ علیہ وسلم اللہ کے بندے اور رسول ہیں، اللہ کی رحمتیں نازل ہوں آپ پر اور آپ کے نقش قدم کی اتباع کرنے والوں پر۔

حمد و صلاۃ کے بعد:

بلاشبہ دلی سکون، اطمینان بخش زندگی، فرحت و مسرت کا حصول اور قلبی بے چینی، تکلیف دہ زندگی اور غموں سے دوری کی ہر شخص کی دیرینہ خواہش ہوا کرتی ہے، اور یہی ایک کامیاب زندگی کے عظیم عناصر ہیں اور انہیں سے خوشیوں کو کمال ملتا ہے، ایک خوشگوار زندگی گزارنے کے بہت سے دینی، فطری اور عملی اسباب ہوتے ہیں، یہ اسباب و وسائل صرف مومنوں کے یہاں پائے جاتے ہیں، اس کے برعکس ایک غیر مسلم اگر کسی طرح ایک کامیاب خوشگوار زندگی گزارنے میں کامیاب ہو بھی گیا پھر بھی وہ بہت ساری خوشیوں اور نفع بخش چیزوں سے محروم رہ جاتا ہے۔

لیکن میں اپنے اس کتابچے میں خوشگوار زندگی کے ان تمام اسباب کو بیان کرنے کی کوشش کروں گا جو مجھے یاد ہیں اور جس کے لئے ہر شخص کوشش کرتا ہے، کچھ لوگ ان میں سے بہت

ساری چیزوں کو اپنا کر فرحت بخش زندگی گزارنے میں کامیاب ہو جاتے ہیں اور بہت سارے لوگ ان اسباب کے حصول میں کوتاہی کرتے ہیں پھر تو ان کی زندگی الجھنوں اور تکلیفوں کا باعث بن جاتی ہے اور کچھ لوگ ان دونوں کے بیچ کا راستہ اختیار کرتے ہیں اور اللہ تعالیٰ انہیں جس قدر توفیق بخشتا ہے وہ اس میں کوشش کرتے ہیں۔

اللہ تعالیٰ ہی ہر چیز کی توفیق بخشنے والا، ہر کار خیر کا مساعد و مددگار اور ہر برائی سے محفوظ رکھنے والا

ہے۔

ایمان اور عمل صالح

ایک کامیاب زندگی کا سب سے عظیم عنصر اور اصلی سبب ایمان اور عمل صالح ہے اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے: ﴿مَنْ عَمِلْ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾ اسورۃ النحل: ۹۷

جو شخص نیک عمل کرے مرد ہو یا عورت، لیکن با ایمان ہو تو ہم اسے یقیناً نہایت بہتر زندگی عطا فرمائیں گے، اور ان کے نیک اعمال کا بہتر بدلہ بھی انھیں ضرور بالضرور دیں گے۔

اللہ تعالیٰ نے ہمیں یہ خوش خبری سنائی ہے اور وعدہ بھی کیا ہے کہ جو شخص ایمان اور عمل صالح کو ایک ساتھ جمع کرے گا وہ اسے اس دنیا میں بھی کامیاب زندگی کی توفیق بخشے گا اور آخرت میں بھی خوشگوار زندگی سے نوازے گا۔

مومنوں کا دنیا و آخرت میں کامیاب زندگی سے ہمکنار ہونا اس کی وجہ بالکل واضح ہے کیونکہ اللہ پر کامل ایمان جو عمل صالح کا باعث، اور دنیا و آخرت کی زندگی کو خوشگوار بنانے کا ضامن ہے، ان کے پاس ایسے اصول ہیں جن سے خوشی و غمی کے تمام مراحل طے کئے جاتے ہیں۔

خوشی اور غمی کے تمام مراحل کو شرح صدر سے قبول کرنا، ان پر اللہ کا شکر یہ ادا کرنا،

اور ان کے ساتھ ایسا برتاؤ کرنا جو سود مند ہو، جب نعمتوں کے ساتھ ہم خوشی کا مظاہرہ کریں گے، ان میں برکت اور ہمیشگی کے لئے دعا کریں گے اور شکر گزاروں کے ثواب کی امید رکھیں گے، تو خیر و برکت کے بہت سارے دروازے کھل اٹھیں گے۔

اللہ پر ایمان رکھنے والا شخص مصائب و مشکلات کی گھڑیوں میں صبر و ضبط کا دامن اپنے ہاتھ سے نہیں چھوڑتا بلکہ ان سے بچنے کے لئے ہر ممکنہ کوشش کرتا ہے اور تکلیفوں کے آثار کو حتی المقدور دبانے کی کوشش کرتا ہے، ایسا شخص تکلیفیں برداشت کرنے کا عادی بن جاتا ہے، مصیبتوں سے ٹکرانے کے لئے اس کے پاس بہت سارے تجربے اور مفید نسخے ہو جاتے ہیں اور امیدوں کی نئی کرن اس کے دل کو منور کرنے لگتی ہے اور اجر و ثواب کی امید اس کی ذات سے جدا نہیں ہوتی جیسا کہ نبی مکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا ہے: (عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ، إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَاءٌ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ، وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ، وَلَيْسَ ذَلِكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ)

مومن کا معاملہ بھی عجیب ہے، اس کے ہر کام میں اس کے لئے بھلائی ہے اور یہ چیز مومن کے سوا کسی کو حاصل نہیں۔ اگر اسے خوش حالی نصیب ہو تو اس پر اللہ کا شکر کرتا ہے، تو یہ شکر کرنا بھی اس کے لئے بہتر ہے (یعنی اس میں اجر ہے) اور اگر

اسے تکلیف پہنچے، تو صبر کرتا ہے، تو یہ صبر کرنا بھی اس کے لئے بہتر ہے۔ [ملاحظہ فرمائیں صحیح مسلم (۲۹۹۹)]

رسول اللہ ﷺ نے اس حدیث کے اندر ہمیں یہ خبر دی ہے کہ مسلمانوں کا معاملہ ہمیشہ خیر پر مبنی ہوتا ہے چاہے وہ آسائش کی گھڑیاں ہوں یا تکلیف دہ اور پریشانی کا عالم ہو۔

دو ایسے شخص جن کے دروازوں کو کوئی خوشی یا غمی دستک دیتی ہے، دونوں اپنے ایمان و عمل کے بقدر خوشی و غمی کو قبول کرنے کے معاملہ میں مختلف ہوتے ہیں، ایمان و عمل کی روشنی میں نیک و صالح امور کا انجام دینے والا شخص اچھی اور بری چیزوں کو صبر اور شکر کے پہلو سے لیتا ہے تو اس کی زندگی میں خوشیوں کے بہار آتے ہیں اور اس کی پریشانیاں زائل ہو جاتی ہیں اور اس کی زندگی ہمیشہ خوشگوار اور کامیاب رہتی ہے۔

جبکہ دوسرا شخص خوش کن چیزوں کو سرکشی، خود پسندی کے زمرے میں داخل کر دیتا ہے جس کی وجہ سے اس کے اخلاق و کردار بگڑ جاتے ہیں، اس کا سلوک حیوانوں کی طرح ہو جاتا ہے، خوش کن چیزوں کے حصول کے باوجود بھی اس کو سکون نہیں ملتا، اس کی سوچ و فکر پراگندہ ہو جاتی ہے کبھی تو محبوب چیزوں کے زوال سے ڈرتا ہے اور کبھی محبوب و پسندیدہ چیزوں کی حفاظت سے خوف محسوس کرتا ہے، انسانی طبیعت

کسی ایک جگہ اور ایک چیز سے مطمئن نہیں ہوتی بلکہ ہر نئی چیز کی شوقین ہوا کرتی ہے، جو کبھی تلاش کرنے والے کو مل جاتی ہے اور کبھی انسان اس سے محروم رہ جاتا ہے مطلوبہ چیزیں مل جانے پر بھی یہ پریشان حال رہتے ہیں اور لوگوں پر جب مصیبت نازل ہوتی ہے تو ان کی حالت کا بیان ناممکن ہے، چیخ و پکار اور خوف و ہراس ان کا مقدر بن جاتا ہے، یہ ذہنی پریشانیوں کے شکار ہو جاتے ہیں اور ان کی حالت بد سے بدتر ہو جاتی ہے کیونکہ وہ لوگ اللہ سے ثواب کی امید نہیں رکھتے اور نہ ہی صبر و شکر سے ان کا واسطہ ہوتا ہے جو ان کی حالت سے نبرد آزما ہونے میں مساعد و مددگار بن سکے۔

مذکورہ بالا چیزیں تجربات کی روشنی میں بیان کی جا رہی ہیں سابقہ مثالوں میں کسی ایک چیز کو لے لیں اور اس کو لوگوں کی حالتوں سے موازنہ و مقارنہ کریں تو وہ شخص جو اللہ پر ایمان رکھتا ہے اور عمل صالح کرتا ہے اور دوسرا وہ شخص جو اس سے دور ہے دونوں کی حالتوں میں بالکل واضح فرق نظر آئے گا، اسی چیز کو مدنظر رکھتے ہوئے مذہب اسلام نے قناعت پسندی پر ابھارا ہے اور جو کچھ اللہ کی طرف سے ملے اس پر خوش رہنے کی تاکید کی ہے۔

ایک سچا مومن جب بھی مصیبتوں، پریشانیوں اور بیماریوں سے گھر جاتا ہے جیسا کہ آج ہم اپنی آنکھوں سے دیکھ رہے ہیں تو وہ اپنے ایمان اور قناعت پسندی اور اللہ

تعالیٰ نے اس کے لئے جو مقرر کر رکھا ہے وہ اس سے راضی رہتا ہے اور اپنی آنکھوں کو ٹھنڈک پہنچاتا ہے اور اپنے دل کے نہا خانوں میں ایسی چیزوں کو جگہ نہیں دیتا جس کی وہ طاقت نہیں رکھتا، ہمیشہ اپنے سے نیچے لوگوں کو دیکھتا ہے، وہ لوگ جو بلند و بالا مکانوں کے مکین ہیں ان کی طرف ہرگز نہیں دیکھتا، بسا اوقات اس کی زندگی اس شخص کے مقابلے میں زیادہ خوشگوار اور کامیاب رہتی ہے جو قناعت کی دولت سے محروم رہتا ہے۔

اسی طرح وہ شخص جس کا عمل اس کے ایمان کے مطابق نہیں ہوتا جب وہ فقر و فاقہ کی زد میں آتا ہے یا دنیاوی چیزوں میں سے کسی بڑی اہم چیز کو کھودیتا ہے تو وہ بدبختی اور ہلاکت کا شکار ہو جاتا ہے۔

ایک دوسری مثال: جب خوفناک چیزیں انسان کو ہر چہار جانب سے گھیر لیں اور پریشان کن چیزیں اس کو اکھاڑ پھینکنے لئے تیار رہیں تو ایسی صورت میں ثبات قدمی سے نصیب ہوتی ہے جو سچا و پکا مومن ہوتا ہے اور اپنے نفس کو آرام پہنچانے والا اور ہر طرح کی چیزوں سے بچنے کا عزم رکھتا ہے اور اپنے قول و فعل اور عمل سے ان چیزوں کو آسان بنانے کی کوشش کرتا ہے اور اپنے نفس کو پریشان کرنے والی چیزوں کے حوالے نہیں کرتا، یہی وہ اسباب ہیں جن سے سچا مومن اپنے نفس کو سکون پہنچاتا ہے۔

اس کے برعکس وہ شخص جو ایمان و عمل سے عاری ہوتا ہے جب مصیبتیں اس پر نازل ہوتی ہیں، پریشان کن چیزوں سے اس کا سابقہ پڑتا ہے تو وہ حیران و پریشان ہو جاتا ہے، ذہنی اور جسمانی طور پر وہ الجھ کر رہ جاتا ہے، اس کے قوی جواب دے جاتے ہیں، ظاہری اور باطنی خوف کا عالم جو اس پر طاری ہوتا ہے اس کا بیان ناممکن ہے، ایسے لوگ اگر ان کے اطمینان و سکون کے لئے کچھ فطری چیزیں فراہم نہ ہوں تو ذہنی پریشانیوں کے شکار ہو جاتے ہیں کیونکہ ان کے پاس ایمان نام کی وہ انمول چیز نہیں ہے جو ان کو صبر و تحمل کرنے والا بنا دے خصوصاً پریشان کن حالتوں میں۔

نیک و بد، مومن اور کافر یہ دونوں قسم کے لوگ کبھی شجاعت کے معاملے میں یکساں ہوتے ہیں، فطری طور پر ایسی چیزوں سے نوازے ہوئے ہوتے ہیں جو خوف و ہراس کے لمحات کو آسان بنانے والی ہوتی ہیں، لیکن مرد مومن کے ساتھ کچھ ایسی چیزیں جڑی ہوئی ہیں جو اس کے لئے باعث امتیاز ہوتی ہیں مثلاً ایمان، صبر و تحمل اور اللہ کی ذات پر بھروسہ، اسی سے اجر و ثواب کی امید رکھنا، یہ وہ چیزیں ہیں جو مرد مومن کی شجاعت میں اضافہ کر دیتی ہیں، اس کے خوف و ہراس کو کم اور اس کی دشواریوں کو آسان بنا دیتی ہیں جیسا کہ فرمان باری تعالیٰ ہے: ﴿إِنْ تَكُونُوا

تَالْمُؤْمِنِينَ فَيُؤْمِنُوا كَمَا تَالْمُؤْمِنُونَ وَتَرْجُونَ مِنَ اللَّهِ مَا لَا يَرْجُونَ ﴿۱۰۴﴾

اگر تمہیں بے آرامی ہوتی ہے تو انھیں بھی تمہاری طرح بے آرامی ہوتی ہے اور تم اللہ تعالیٰ سے وہ امیدیں رکھتے ہو جو امیدیں انھیں نہیں۔

ایسے لوگوں پر اللہ کی خصوصی نظر کرم ہوتی ہے، وہ ہمیشہ اس کی رحمتوں کے سائے میں ہوتے ہیں سدا اس کی مدد شامل حال ہوتی ہے جس کی وجہ سے پریشان کن چیزیں بہت دور ہوتی ہیں، فرمان باری تعالیٰ ہے: ﴿وَاصْبِرُوا إِنَّ اللَّهَ مَعَ

الصَّابِرِينَ﴾ | سورة الانفال: ۱۴۶ |

اور صبر و سہارا رکھو، یقیناً اللہ تعالیٰ صبر کرنے والوں کے ساتھ ہے۔

قول و فعل کے ذریعے مخلوق کے ساتھ احسان کرنا

رنج و غم، قلق و اضطراب کے دور کرنے کے اسباب میں سے بات چیت، اور اچھے اعمال کے ذریعے مخلوق کے ساتھ حسن سلوک کرنا ہے اچھی اور بھلی چیزیں یہ سب حسن سلوک کے اندر داخل ہیں اس کے ذریعے اللہ تعالیٰ نیک و صالح اور فاسق و فاجر کے رنج و غم کو دور کرتا ہے لیکن سچا مومن قلق و اضطراب سے دوری کا زیادہ حقدار ہے کیونکہ اس کا لوگوں کے ساتھ احسان کرنا یہ اخلاص اور اجر و ثواب کی امید کی خاطر ہوتا ہے جس کی وجہ سے اللہ تعالیٰ مزید اسے کار خیر کی توفیق دیتا ہے اور بری چیزوں کو اس سے بہت دور کر دیتا ہے اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے: ﴿لَا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِّن نَّجْوَاهُمْ إِلَّا مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَاحٍ بَيْنَ النَّاسِ وَمَن يَفْعَلْ ذَلِكَ ابْتِغَاءَ مَرْضَاتِ اللَّهِ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا﴾ [سور النساء:

۱۱۱۴

ان کے اکثر مصلحتی مشورے بے خیر ہیں، ہاں بھلائی اس کے مشورے میں ہے جو خیرات کا یا نیک بات کا یا لوگوں میں صلح کرانے کا حکم کرے اور جو شخص صرف اللہ تعالیٰ کی رضا مندی حاصل کرنے کے ارادہ سے یہ کام کرے اسے ہم یقیناً بہت بڑا ثواب دیں گے۔

مذکورہ بالا اعمال جن کا ذکر اللہ تعالیٰ نے سابقہ آیت میں فرمایا ہے وہ سب خیر کی

چیزیں ہیں، چاہے جس سے بھی صادر ہوں، اچھی چیزوں سے اچھی ہی چیزیں وجود میں آتی ہیں اور بری چیز اپنے وجود کو کھودیتی ہے، مومن جو اللہ کی ذات سے نیک امید وابستہ رکھتا ہے اللہ تعالیٰ اس کو خیر کی چیزوں سے نوازتا ہے اور ان من جملہ خیر کی چیزوں میں سے رنج و الم، قلق و اضطراب کا دور کرنا بھی ہے۔

مفید علم و عمل کے ذریعے اپنے آپ کو مشغول رکھنا

اضطرابی کیفیت جو بسا اوقات دل و دماغ اور اعصاب کے اندر ہیجان کی وجہ سے انسانی ذات پر طاری ہوتی ہے مفید علم و عمل کا راستہ اختیار کرنے کی وجہ سے اس اضطرابی کیفیت سے چھٹکارہ حاصل کیا جاسکتا ہے کیونکہ یہ ایسا راستہ ہے جو دلوں کو پریشان کن چیزوں سے بہت دور کر دیتا ہے اور بسا اوقات نفسوں کو ایسی مسرت و شادمانی سے نواز دیتا ہے جو اس کی سابقہ پریشانیوں کے لئے مداوا ثابت ہوتے ہیں، مشغولیت کا راستہ مومن اور غیر مومن میں قدر مشترک ہے، لیکن ایک مومن کے ساتھ بہت ساری خصوصی چیزیں جڑی ہیں جو اس کے لئے باعث امتیاز ہیں مثلاً اللہ کی ذات پر ایمان، خلوص و للہیت، علم کی روشنی میں ہر اچھے کام کو انجام دینا اجر و ثواب کی امید رکھتے ہوئے ہر عمل کو انجام دینا، مذکورہ تمام چیزیں ان سے ایک غیر مسلم محروم رہتا ہے اور یہی چیز مومن کے لئے عبادت بن جاتی ہے، خصوصاً جب یہ چیزیں خلوص و للہیت کے ساتھ انجام دی جائیں اور ان سے اللہ کی اطاعت و فرمانبرداری مقصود ہو، رنج و الم، قلق و اضطراب کے دور کرنے میں ان کا کردار بڑا اہم ہے، کتنے ایسے لوگ ہیں جو اضطرابی کیفیت کے شکار تھے لیکن اچانک ایسی بیماری میں مبتلا ہو گئے جس نے ان کے قلق و اضطراب کو کوسوں میل دور کر دیا (اس

بیماری نے ان تمام چیزوں کو بھلا دیا جس نے ان کو حیران و پریشان کر دیا تھا اب وہ اس بیماری کی علاج کے لئے دوڑ بھاگ کر رہے ہیں۔

علم و عمل کا وہ میدان جس میں آپ اپنی قسمت آزمانا چاہ رہے ہیں یہ بات ضروری ہے کہ وہ دلوں کو اس آئے تاکہ کار آمد اور نفع بخش چیزوں تک باسانی پہنچا جاسکے اللہ تعالیٰ تمام چیزوں کو بخوبی جاننے والا ہے۔

اپنی تمام تر توجہات کو عصر حاضر کے اعمال کے ساتھ جوڑ دیں

زمانے کے ساتھ کلی طور پر جڑ جانا، جس چیز سے آپ کا سابقہ ہے اس سے نپٹنے کے لئے اپنی تمام توانائیوں کو جھونک دینا، اپنے آپ کو مستقبل سے دور رکھنا اور ماضی کے غموں کو بھلا دینا یہ غموں کے دور کرنے کے اسباب میں سے ہیں اسی وجہ سے رسول عربی ﷺ نے رنجیدہ و غمگین کر دینے والی چیزوں سے پناہ مانگی ہے، گزری ہوئی چیزوں پر آنسو بہانا جس کا ادراک ممکن ہی نہیں یہ نفس کو تکلیف پہنچانا ہے اور کبھی کبھار مستقبل میں آنے والی چیزوں کے خوف سے جس رنج و الم کا ہم شکار ہو جاتے ہیں وہ ہمارے لئے جان لیوا ثابت ہوتے ہیں لہذا بندوں پر ضروری ہے کہ وہ عصر حاضر کا بیٹا بن کر رہیں ہر وہ نئی صبح جس سے ان کا سامنا ہو اس کے ساتھ جڑنے اور اس کی ہر خیر کو اپنانے کی کوشش کریں بلاشبہ دلوں کو عصر حاضر کے ساتھ جوڑ دینے سے دلوں کو سکون ملتا ہے۔

ہمارے رسول محمد ﷺ جب دعا کرتے یا اپنی امت کو دعا کا طریقہ سکھلاتے تو اللہ تعالیٰ سے توفیق طلب کرتے، اس ذات سے حصول خیر کی امیدیں وابستہ رکھتے اور ماضی کی تلخیادوں کے ساتھ قیاس آرائیوں اور افتراضیات کے قائم کرنے سے دوری اختیار کرتے اور اس طرح کے عمل سے دور رہنے کی تلقین کرتے کیونکہ یہ

چیزیں شیطان کے دروازے کو کھول دیتی ہیں، اس لئے ہر بندے کو ایسی چیزوں کے حاصل کرنے کی کوشش کرنی چاہئے جو اس کے لئے دین و دنیا میں کام آئیں اور اپنے مقصد کی کامیابی کے لئے اللہ تعالیٰ سے دعائیں کرتا رہے رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: (أَحْرِصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعِنْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ، وَإِذَا أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ: لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَذَا كَانَ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ: قَدَرُ اللَّهِ وَمَا شَاءَ فَعَلَ، فَإِنِ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلِ الشَّيْطَانِ)

نفع بخش چیزوں کے متلاشی بنو، اللہ تعالیٰ سے مدد کی توفیق طلب کرتے رہو، عاجزی سے دوری برتو، اور جب کوئی مصیبت آن پڑے تو یہ مت کہو کہ اگر میں نے ایسا کیا ہوتا تو ایسا ہوتا بلکہ یہ کہو کہ اللہ تعالیٰ نے ساری چیزوں کو ایک اندازے کے مطابق پیدا فرمایا ہے اور جیسا چاہتا ہے کرتا ہے کیونکہ کلمہ اگر مگر شیطانی دروازوں کو کھول دیتا ہے۔ مسلم (۲۶۶۴)

اللہ کے رسول ﷺ نے ہمیشہ مفید چیزوں کے حاصل کرنے، اللہ تعالیٰ سے مدد طلب کرنے اور سستی و کاہلی سے بچنے کی تلقین کی ہے اور ماضی میں جو کچھ ہوا اس کو اپنی تقدیر کا ایک حصہ تسلیم کریں اور اللہ کے فیصلے سے راضی ہو کر خوشگوار زندگی گزارنے کی کوشش کریں۔

اللہ کے رسول ﷺ نے تمام چیزوں کو دو قسموں میں تقسیم کر دیا ہے پہلی قسم ان

چیزوں کی ہے جہاں انسان تگ و دو کر سکتا ہے چاہے وہ کسی چیز کے حاصل کرنے کے لئے ہو یا کسی چیز کی شر سے بچنے کے لئے، ایسی چیزوں میں انسان اللہ تعالیٰ سے توفیق طلب کرتے ہوئے لگ جائے اور نتیجہ کو اللہ کے اوپر چھوڑ دے۔

دوسری قسم ان چیزوں کی ہے جن میں انسان کی کوشش بے سود ہے جیسے حوادث، موت و حیات وغیرہ ان چیزوں میں انسان کو اپنی تقدیر پر بھروسہ رکھنا چاہئے اور اللہ کے فیصلے سے راضی ہو کر خوشگوار زندگی گزارنی چاہئے۔

بکثرت اللہ کا ذکر کرنا

دلی سکون و اطمینان کا حصول اللہ کے بکثرت ذکر و اذکار سے وابستہ ہے، اس کی تاثیر عجیب و غریب ہے، اور یہ بے چینی اور اضطراب نفس سے آزادی کا ضامن ہے، اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے: ﴿الَّا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [سورۃ الرعد: ۲۸]

یاد رکھو اللہ کے ذکر سے ہی دلوں کو تسلی حاصل ہوتی ہے۔

اللہ کے ذکر و اذکار سے جہاں دلوں کو سکون ملتا ہے وہیں ہم اجر و ثواب سے بھی نوازے جاتے ہیں۔

اللہ تعالیٰ کی عطا کردہ ظاہری و باطنی نعمتوں کو بیان کرنا

اللہ تعالیٰ کی عنایت کردہ ظاہری و باطنی نعمتوں کو یاد کرنا اور ان کا اظہار کرنا، اللہ تعالیٰ اس کے ذریعے بھی غموں اور بے چینی کو دور کرتا ہے اور صاحب نعمت کو اپنے شکر یہ کی ترغیب دلاتا ہے اور یہی سب سے اعلیٰ و ارفع درجہ ہے اگرچہ بندہ فقر و فاقہ اور بیماری کی حالت ہی میں کیوں نہ ہو کیونکہ اللہ کی عطا کردہ نعمتوں اور ان ناپسندیدہ واقعات کے مابین کوئی موازنہ ہی نہیں ہے جو انسان کی زندگی میں رونما ہوتے ہیں

اللہ کی عطا کردہ نعمتیں بے شمار ہیں۔

پریشانیوں سے گھرا ہوا شخص اگر صبر و رضا کا پیکر ہو جائے تو اس کے لئے ان پریشانیوں کا جھیلنا نہایت آسان ہو جاتا ہے اور اس کی تلخیاں اس کے لئے شیرینی میں بدل جاتی ہیں، نئی صبح کا انتظار اس کے لئے آسان ہو جاتا ہے، کیونکہ صبر و ضبط کا پیکر انسان اللہ کی ذات سے اجر و ثواب کی امید لگائے ہوئے ہوتا ہے، اسی وجہ سے وہ بہت ساری تکلیفوں کو کڑوا جام سمجھ کر پی جاتا ہے۔

اپنے سے کم تر کو دیکھنا

خوشگوار زندگی گزارنے کے لئے رسول مکرم ﷺ کی اس حدیث پر ایک طائرانہ نگاہ ڈالتے چلیں جس میں آپ ﷺ نے اپنے سے کم تر شخص کو دیکھنے کا حکم دیا ہے آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: (انْظُرُوا إِلَيَّ مَنْ هُوَ أَسْفَلَ مِنْكُمْ وَلَا تَنْظُرُوا إِلَيَّ مَنْ هُوَ فَوْقَكُمْ، فَإِنَّهُ أَحَدٌ أَنْ لَا تَذَرُوا نِعْمَةَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ)

اپنے سے کم تر شخص کو دیکھو، اس شخص کو مت دیکھو جو تم سے اونچا ہے کیونکہ یہ بات زیادہ مناسب ہوگی کہ تم اپنے اوپر اللہ کی عطا کردہ نعمتوں کی تحقیر نہیں کرو گے۔ ترمذی

بلاشبہ جب انسان اس اصول کو اپنی زندگی کا جزء لاینفک بنا لے گا تو وہ اپنے آپ کو بہت سارے لوگوں پر فائق پائے گا چاہے وہ صحت و تندرستی کا معاملہ ہو یا مالداری کا، جب انسان اپنے سے کم تر شخص کو دیکھے گا تو یقیناً وہ محسوس کرے گا کہ اس جہاں میں بہت سارے لوگ ایسے ہیں جن سے وہ ہزار گنا اچھا ہے اور یہی چیز اس کی خوشی میں اضافے کا سبب ہو جائے گی اور غموں کے پہاڑ اس سے بہت دور جائیں گے۔

جس قدر انسان اللہ کی عطا کردہ ظاہری و باطنی نعمتوں میں غور کرے گا وہ یہ محسوس کرے گا کہ اللہ تعالیٰ نے اس کو بہت ساری نعمتوں سے نوازا ہے اور ہزاروں پریشانیوں سے اس کو بہت دور کر دیا ہے۔

غموں کی دنیا سے باہر نکل کر خوشیوں کے اسباب کو تلاش کرنا
 غموں کی دنیا سے نانا توڑ کر خوشیوں کے اسباب کو تلاش کرنا یہ بھی خوشگوار زندگی
 کے اسرار میں شامل ہے کیونکہ ماضی کی ان تکلیفوں کو جن کو انسان اپنے سے دور نہیں
 کر سکتا ان کو بھلا کر ایک نئے مستقبل کے لئے کوشش کرنا یہ عقل مندوں کا کام ہے،
 اپنی سوچ اور تمام تگ و دو کو ماضی میں پیش آنے والی چیزوں کے ساتھ جوڑ دینا یہ
 بیوقوفی اور پاگلوں کا طریقہ ہے، اس لئے ضروری ہے کہ ہم اپنے دل سے جہاد
 کریں ان چیزوں سے دور رہ کر جو ماضی میں ہمارے ساتھ پیش آئی ہیں اور اسی
 طرح وہ چیزیں جن سے ہمارا سامنا مستقبل میں ہونے والا ہے اور جن کا نتیجہ بھی
 غیر معروف ہے بلاوجہ ان کے پیچھے دوڑنا یہ بھی عقل و خرد سے کورے لوگوں کا شغف
 ہے اس لئے کہ مالداری و غربتی، بیماری و تندرستی، خوشی و غمی وغیرہ جن سے ہر انسان
 کا سابقہ پڑتا ہے جن کے اچھے اور برے انجام کو صرف اللہ تعالیٰ کے علاوہ کوئی اور
 نہیں جانتا اور جن کا وجود و عدم اسی ذات سے وابستہ ہے بندے کا ان میں کوئی عمل
 دخل نہیں ہے سوائے اس کے کہ وہ خیر کی چیزوں کا متلاشی بنے اور نقصان دہ
 چیزوں سے اپنی ذات کو محفوظ رکھے اور بندہ یہ بات جان لے کہ جب وہ اپنے دل
 کو مستقبل میں پیش آنے والی تکلیفوں اور غموں کی سوچ سے آزاد کرالے گا اور ہر

کام اپنے صواب دید کے مطابق انجام دے گا اور اللہ کی ذات سے خیر کی امیدیں وابستہ رکھے گا تو یقین جانیں اس کا دل مطمئن ہو جائے گا اور اس کی حالت اچھی ہو جائے گی اور وہ تکلیف و پریشانی سے بہت دور ہو جائے گا۔

دعاؤں کا سہارا لینا

مستقبل میں پیش آنے والی چیزوں کے تعلق سے وہ دعا بہت ہی نفع بخش ہے جس کو اللہ کے رسول ﷺ ہمیشہ پڑھا کرتے تھے: (اللَّهُمَّ أَصْلِحْ لِي دِينِي الَّذِي هُوَ عِصْمَةٌ لِمِرِّي، وَأَصْلِحْ لِي دُنْيَايَ الَّتِي فِيهَا مَعَاشِي، وَأَصْلِحْ لِي آخِرَتِي الَّتِي إِلَيْهَا مَعَادِي، وَاجْعَلِ الْحَيَاةَ زِيَادَةً لِي فِي كُلِّ خَيْرٍ وَالْمَوْتَ رَاحَةً لِي مِنْ كُلِّ شَرٍّ)

اے اللہ! میرے دین کی درستی فرما دے جو میرے معاملات زندگی کے تحفظ کا ذریعہ ہے اور میری دنیا کی اصلاح فرما دے جس میں مجھے اپنی زندگی کے ایام گزارنے ہیں اور میری آخرت سنوار دے جس میں دنیا کے بعد میرا دائمی ٹھکانہ ہے اور زندگی کو میرے لئے ہر بھلائی کی زیادتی کا ذریعہ بنا دے اور موت کو میرے لئے ہر شر سے آرام کا سبب بنا دے۔ مسلم

اور اسی طرح سے نبی ﷺ کی یہ دعا: (اللَّهُمَّ رَحْمَتَكَ أَرْجُو فَلَا تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ وَأَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ)

اے اللہ! میں تجھ سے تیری نعمتوں کا متمنی ہوں، تو مجھے ایک لمحے کے لئے بھی میرے نفس کے حوالے نہ کرنا، میری حالتوں کو سازگار بنا دے، تیرے علاوہ کوئی

معبود برحق نہیں۔ اوداود

چنانچہ بندہ جب ان دعاؤں کا ورد کرتا ہے اور وہ دل کی گہرائیوں سے اللہ کو یاد کرتا ہے تو اس کی مستقبل سے جڑی چیزیں چاہے اس کا تعلق دین سے ہو یا دنیا سے اللہ اس کو سنوار دیتا ہے، اس کی دعا کو قبول فرماتا ہے، اس کی نیک تمناؤں کو عملی جامہ پہنا دیتا ہے اور اس کے غموں کو خوشیوں سے بدل دیتا ہے۔

سب سے برے احتمال کی توقع رکھنا

قلق و اضطراب کے دور کرنے والی چیزوں میں سے یہ بات بھی نہایت اہم ہے کہ انسان اس موضوع سے متعلق سب سے بری چیز کا تصور اپنے ذہن میں بٹھالے اگر اسی بری چیز سے اس کا سامنا ہوتا ہے تو یہ کوئی نئی چیز نہیں ہوگی بلکہ یہ تو پہلے سے اس کے نہا خانوں میں موجود تھی اور اگر اس سے ادنیٰ چیز اس کے لئے باعث تکلیف بنتی ہے تو یہ اس کے تصور سے پرے ہوگی، اسی وجہ سے ہمیں اپنے نفس کو اس بات کا خوگر بنانا چاہیے کیونکہ اس سے ہمارے قلق و اضطراب کو تسلی کی شکل میں ایک انمول علاج مل جائے گا۔ جب بھی خوف و ہراس، بیماری، فقر و فاقہ اور غیر پسندیدہ چیزوں سے سامنا ہو تو سابقہ اصول کو اپنی زندگی میں اتار لیں پھر دیکھیں ناپسندیدہ چیزوں کی سختیوں سے پنپنے کی قوت کس طرح ہمارے اعصاب میں حرکت کرے گی جس کے ذریعہ پریشانیوں کا جھیلنا ہمارے لئے آسان ہو جائے گا اور اللہ سے ہمارا تعلق اور مضبوط ہو جائے گا۔

بلاشبہ اس اصول کا بہت بڑا فائدہ ہے جس سے انسانی نفوس کو خوشی اور قرار میسر ہوتا ہے اور انسان ثواب دارین سے اپنی جھولیوں کو بھر لیتا ہے، یہ قاعدہ ایک مجرب قاعدہ ہے جس کی بہت ساری مثالیں موجود ہیں۔

مضبوط دل جو پراگندہ افکار سے متاثر نہیں ہوتا

دل کی بیماریوں کا سب سے بڑا علاج بلکہ تمام جسمانی امراض کا بہترین علاج انسانی دل کا مضبوط اور قوی ہونا ہے جو پراگندہ افکار سے متاثر نہیں ہوتا، پریشانیوں سے اس کی دھڑکن تیز نہیں ہوتی، مختلف قسم کے خیالات و خرافات جو بری سوچ اور غیظ و غضب کا نتیجہ ہوتے ہیں اور جن سے انسانوں کے دل کانپ اٹھتے ہیں خوف و ہراس کا عالم ہر چہار جانب سے گھیر لیتا ہے جس کی وجہ سے مختلف قسم کے حوادث رونما ہوتے ہیں جن سے انسانی قوی کمزور پڑ جاتے ہیں ان ناگفتہ بہ حالات میں دل کی مضبوطی ایسا علاج ہے جس سے یہ مذکورہ بیماریاں کو سوں دور رہتی ہیں۔

اللہ پر بھروسہ کرنا

جس قدر دل اللہ پر بھروسہ کرے گا، اسی سے امیدیں وابستہ رکھے گا، خواب و خیال کی دنیا سے اپنا تعلق نہیں جوڑے گا، اللہ سے اجر و ثواب کی امید رکھے گا یقیناً اس سے اس کی بہت ساری بیماریاں چاہے وہ وہ بدنی ہوں یا قلبی سب سے شفا یابی ملے گی، دلوں کو ایسا سکون میسر ہوگا جس کی تعبیر ممکن ہی نہیں، کتنے ایسے ہسپتال ہیں جہاں اوہام و خیالات کے سایہ میں زندگی گزارنے والوں کی کثرت ہے اس طرح کے برے خیالات نے کمزور دل انسان تو درکنار بڑے بڑے علما و فضلاء اور طاقتوروں کو بھی نہیں چھوڑا، بہت سارے لوگوں کو پاگل بنا دیا، اس سے وہی شخص محفوظ رہا ہے جس کو اللہ نے محفوظ رکھا اور اسے اپنے نفس سے جہاد کرنے کی توفیق نصیب فرمائی اور ان اسباب کو فراہم کیا جس نے تقویت قلب میں اہم رول ادا کیا برے خیال اور پراگندہ افکار سے اس کو بچا لیا اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے: ﴿وَمَنْ

يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ﴾ [سورة الطلاق: ۳]

اور جو شخص اللہ پر توکل کرے گا اللہ اسے کافی ہوگا۔

چنانچہ اللہ پر بھروسہ رکھنے والا، مضبوط دل شخص اوہام و خرافات اس پر اثر انداز نہیں ہوتے حوادث اس کو پریشان نہیں کرتے کیونکہ اسے اس بات کا علم ہے کہ

پریشانیوں سے گھبرا جانا یہ کمزوروں کا شیوہ ہے اور ایسے خوف و خدشہ کا نتیجہ ہے جس کی کوئی حقیقت نہیں، مضبوط قلب و جگر کا شخص اسے اس بات کی جانکاری ہوتی ہے کہ اللہ تعالیٰ اس کا ذمہ دار ہے، اس کی حفاظت کا ضامن ہے یہی بھروسہ اس کے اطمینان کے لئے کافی ہے جس سے اس کے غم دور ہو جائیں گے، دشواریاں آسانیوں میں بدل جائیں گی، پزیردگی سرسبزی و شادابی سے بدل جائے گی، خوف و ہراس امن و سکون سے بدل دیا جائے گا، ہم اللہ تعالیٰ سے دعا گو ہیں کہ الہ العالمین تو ہم سب کو مضبوط دل اور کامل توکل کرنے والوں میں سے بنادے جن کی حفاظت کا تو نے وعدہ فرمایا ہے اور ہم سے ہر نا پسندیدہ چیز کو دور کر دے۔

دوسروں کے عیوب پر پردہ پوشی کرنا

اللہ کے رسول ﷺ نے فرمایا: (لَا يَفْرَكُ مُؤْمِنٌ مُؤْمِنَةً إِنْ كَرِهَ مِنْهَا خُلُقًا رَضِيَ مِنْهَا خُلُقًا آخَرَ)

کوئی مومن مرد کسی مومنہ عورت سے بغض نہ رکھے اگر اس کا کوئی ناروا سلوک اس کو راس نہیں آتا تو دوسری پسندیدہ چیزیں اس کو خوش کر دیں گی۔ مسلم

اس حدیث سے دو عظیم فائدے مستنبط کئے جاسکتے ہیں:

پہلا فائدہ: ہر وہ تعلق جس کی بنیاد معاملات پر منحصر ہے چاہے وہ میاں بیوی کا معاملہ ہو یا کسی قریبی رشتہ دار کا یا کسی دوست اور ساتھی کا، سب سے پہلے انسان اپنے نفس کو اس بات کا خوگر بنائے کہ وہ لوگ جو ہمارے قریب ہیں یا جن سے میں معاملہ کر رہا ہوں وہ عیوب اور خامیوں سے مبرا نہیں ہیں بلکہ کوئی بھی شخص برائیوں سے پاک نہیں ہے، کسی بھی شخص کو کمال حاصل نہیں ہے سوائے اللہ کی ذات کے جب انسان کی یہ سوچ ہوگی تو وہ اپنے نفس کو بھی دیکھے گا بلکہ اپنے اور ان میں موازنہ و مقارنہ بھی کرے گا، پھر ان کی جہاں بہت ساری خامیوں اور کوتاہیوں کو اپنی آنکھوں سے دیکھے گا وہیں اس کو بہت ساری ایسی خوبیاں نظر آئیں گی جو اس کے لئے باعث اطمینان ہوں گی جس کی وجہ سے ان کی دوستی اور تعلقات میں

مضبوطی آئے گی۔

دوسرا فائدہ: غموں کی دنیا سے چھٹکارہ حاصل کرنا، معاملات کے میدان میں شفافیت کا مظاہرہ کرنا، واجب اور مستحب حقوق کی ادائیگی پر مداومت برتنا، طرفین کے مابین خوش گوار تعلقات کا پایا جانا، مذکورہ بالا تمام اسباب خوش گوار زندگی کے اہم عناصر میں سے ہیں، رہا وہ شخص جو اللہ کے رسول ﷺ کی اس حدیث سے نصیحت حاصل نہیں کرتا بلکہ ہر معاملہ کو صرف اور صرف برے پہلو ہی سے دیکھتا ہے عیوب و نقائص کی تلاش میں رہتا ہے، اچھائیوں کو نظر انداز کر دیتا ہے، ایسا آدمی ہمیشہ پریشان حال رہتا ہے، سکون کے پل اس کی زندگی میں آتے ہی نہیں، دوسروں سے اس کے تعلقات اچھے نہیں رہتے حتیٰ کہ وہ بہت سارے حقوق کی ادائیگی بھی نہیں کر پاتا۔

بہت سارے ایسے اشخاص ہیں جن کی سوچ و فکر معیاری ہوتی ہے، بلند ہمتوں کے مالک ہوتے ہیں، صبر و ضبط کے پیکر ہوتے ہیں، بسا اوقات وہ بھی معمولی چیزوں سے گھبرا جاتے ہیں، ان کی زندگی تباہ ہو جاتی ہے، اگر اس کی وجہ دریافت کی جائے تو یہ کہنا بجا ہوگا کہ انہوں نے اپنے نفسوں کو بڑی بڑی چیزوں سے ٹکرانے کا خوگر بنا لیا ہے اور چھوٹی چھوٹی پریشانیوں کے بارے میں سوچا بھی نہیں، اسی وجہ سے یہ چیزیں ان کے لئے پریشان کن بن گئیں یہی وجہ ہے کہ ایک دوران دلش شخص چھوٹی

بڑی ہر طرح کی مصیبتوں کو برداشت کرنے کی توفیق اللہ تعالیٰ سے طلب کرتا ہے اور اپنے نفس کو اس کا عادی بنا دیتا ہے تب جا کر کے اس کی زندگی خوش گوار اور کامیاب ہوتی ہے اور حالات اطمینان بخش ہوتے ہیں۔

غموں کے پیچھے نہ دوڑنا

عقل مند آدمی اس بات سے بخوبی واقف ہے کہ اصلی اور میعاری زندگی خوش گوار زندگی ہے جو بہت ہی معمولی ہے اسی وجہ سے وہ پریشانیوں کے پیچھے پڑ کر خوش گوار لمحات کو محدود نہیں کرتا، کیونکہ پریشانیاں خوشگوار زندگی کی ضد ہیں جس کی وجہ سے وہ ہمیشہ اپنی کامیاب زندگی کا لالچی بن جاتا ہے اس ڈر اور خوف سے کہ کہیں پریشانی کے پیچھے دوڑتے ہوئے خوش گوار زندگی ہی ختم نہ ہو جائے یہ سوچ ہر عاقل اور دانشمند انسان میں موجود ہوتی ہے چاہے وہ کافر ہو یا مسلم لیکن ایک مرد مومن اس طرح کی سوچ کا اچھا استعمال کرتا ہے اور دنیا و آخرت کی تمام سعادت مندی سے اپنے نفس کو ہمکنار کرتا ہے۔

اللہ کی نعمتوں اور نعمتوں کے مابین موازنہ کرنا

نا پسندیدہ چیزوں سے گھرا ہوا شخص اس بات کا زیادہ حقدار ہے کہ اللہ کی عنایت کردہ نعمتیں چاہے وہ دینی ہوں یا دنیوی اور وہ پریشانیاں جو اس کے اوپر آن پڑی ہیں ان کے مابین موازنہ کرے تب کہیں جا کے حقیقت حال سے آگاہی ہو سکتی ہے، کتنی بے شمار نعمتوں سے ہم گھرے ہیں جن کا احاطہ ایک انسان کے بس کی بات نہیں اس کے برخلاف اگر ہم مصیبتوں، پریشانیوں اور ناگفتہ بہ حالتوں کو شمار کرنا

چاہیں تو یہ ایک معمولی بات ہوگی۔

ضرر رساں چیزوں کا خطرہ اور اس سے بچنے کی غیر محدود تدبیریں اگر ایک عاقل ان کے مابین موازنہ کرے تو ظاہر ہے کہ ایک خطرناک چیز کے مقابلے میں بچاؤ کی کئی تدبیروں کو ہی ترجیح دے گا، اسی وجہ سے ہر دانشمند انسان کمزور چیزوں کے مقابلے میں مضبوط چیزوں کا سہارا لیتا ہے، وہ کبھی کمزور احتمالات کو یہ موقع نہیں دیتا کہ ثابت شدہ چیزوں پر غالب آجائیں، اگر ایک عقل مند انسان اس نسخے کو اپنالے تو وہ بہت سارے غموں سے آزاد ہو جائے گا اور احتمالات کے سائے سے دور رہ کر وہ عملی زندگی گزار سکے گا اور اگر احتمالات کی چیزیں واقع بھی ہو جائیں تو صبر و ضبط کا ملکہ اس کو جزع و فزع سے روک سکے گا اور یہ کوشش کرے گا کہ جو چیزیں ہو چکی ہیں ان کے ساتھ کیا سلوک کرے اور مستقبل میں ہونے والی چیزوں سے کیسے نمٹا جائے۔

لوگوں کی اذیتوں کو برداشت کرنا

نفع بخش نسخوں میں یہ بات بھی شامل ہے کہ انسان لوگوں کی تکلیفوں کو برداشت کرے خصوصاً وہ بری باتیں جو انسان کے قلب و جگر کو چاق کر دیتی ہیں ان کا کوئی مدد و انہیں ہوتا اگر آپ نے ایسی باتوں کو قابل اہمیت بنا دیا اور اس کے پیچھے پڑ گئے تو پریشان ہو جائیں گے اور اگر آپ نے اس کو کوئی اہمیت نہ دی بلکہ ہواؤں کے جھونکوں کے مانند تصور کر لیا جو آتی ہیں اور چلی جاتی ہیں تو یقیناً ایسا کر کے آپ خوشگوار زندگی گزار سکتے ہیں۔

اچھے اور روشن خیالات سے آپ اپنی زندگی کو منور کر سکتے ہیں یقیناً انسان کی زندگی اس کے سوچ و فکر کی عکاس ہوتی ہے اگر انسان کے افکار اچھے ہیں جن کی وجہ سے دنیا و آخرت کی تمام بھلائیوں کو اکٹھا کیا جاسکتا ہے تو یقیناً ایسے لوگوں کی زندگی کامیاب و خوش گوار بن سکتی ہے اس کے برعکس اگر انسان کی سوچ بری ہے تو اس سے متاثر ہو کر اس کی زندگی کربناک بن جاتی ہے۔

اللہ کی خوشنودی طلب کریں

غموں کو دور کرنے والی چیزوں میں سے یہ بھی ہے کہ انسان احسان کا بدلہ اللہ تعالیٰ کی بارگاہ سے تلاش کرے کسی ایسے شخص کے ساتھ احسان کرنا جس کے احسان کے زیر سایہ آپ زندگی گزار رہے ہیں یا کسی ایسے شخص سے آپ کا واسطہ ہے جس سے آپ کا کوئی معاملہ نہیں، اگر ایسے شخص کے اوپر آپ نے احسان کر دیا تو اس بات کو اپنے دل میں بسالیں کی آپ کا معاملہ اللہ کے حوالے ہے آپ کے احسان کا بدلہ اللہ تعالیٰ دے گا، لہذا آپ اس سے احسان کی امید نہ رکھیں بلکہ اللہ تعالیٰ سے اجر و ثواب کی امید لگائیں جیسا کہ اللہ تعالیٰ اپنے چیدہ بندوں کے بارے میں

ارشاد فرماتا ہے: ﴿إِنَّمَا نَطْعِمُكُمْ لِيُوجِهَ اللَّهُ لَا نُرِيدُ مِنْكُمْ جَزَاءً وَلَا

شُكْرًا﴾ [سورة الانسان: ۲۹]

ہم تو تمہیں صرف اللہ تعالیٰ کی رضامندی کے لئے کھلاتے ہیں نہ تو تم سے بدلہ چاہتے ہیں اور نہ شکر گزاری۔

بیوی، بچوں اور قرابت داروں کے ساتھ حسن سلوک کرنے کے وقت مذکورہ بالا چیزوں کو نظر انداز نہ کریں کیونکہ ہمارا ان کے ساتھ کسی بھی طرح کا معاملہ چاہے وہ برائی ہی کا دور کرنا ہی کیوں نہ ہو اس سے جہاں ان کو سکون نصیب ہوگا وہیں آپ کو بھی خوشی کی چیزیں میسر ہونگی، حصول راحت کے اسباب میں سے یہ بات قابل ذکر ہے کہ آپ اچھی چیزیں اپنائیں اور بغیر کسی تکلف کے لوگوں کو اس سے مستفید فرماتے رہیں کیونکہ ایسے میدان میں قدم بڑھانا جو بے چینی کا باعث بنے اور زندگی کے تباہ ہونے کا سبب بن جائے یہ عقل مندوں کا کام نہیں، ناپسندیدہ چیزوں سے پسندیدہ اور مرغوب چیزوں کو تلاش کر کے زندگی کو خوش گوار بنا سکتے ہیں۔

نقصان دہ چیزوں کو چھوڑ کر فائدے مند چیزوں کو اختیار کرنا
 نفع بخش چیزوں کی تلاش اپنی زندگی کا نصب العین بنالیں اور اس کی حصول
 لئے مر مٹنے کو تیار رہیں، ان چیزوں کے قریب بھی نہ جائیں جو غموں کے اسباب کو
 لا کر دروازے پر کھڑا کر دیتی ہیں اور اپنی تمام تر توانائیوں کو خوشگوار زندگی کے لئے
 صرف کر دیں۔

آج کا کام کل پر نہ ٹالیں

اپنے کاموں کو جلد سے جلد انجام دینے کی کوشش کریں تاکہ مستقبل میں فارغ
 البال رہ سکیں، اس لئے کہ بہت سارے اعمال کا ایک ساتھ جمع ہو جانا یہ ہمارے
 لئے خطرے کا سبب بن سکتا ہے، اور اس کی انجام دہی بھی احسن صورت میں ممکن
 نہیں ہے لیکن اس کے برعکس اگر ہر کام اس کے وقت پر انجام دیا جاسکے تو مستقبل
 میں آنے والے ہر کام کے لئے ہم تن من دھن سے تیار رہیں گے، ہمارے افکار
 منتشر نہیں ہوں گے، تمام اعمال احسن و افضل طریقہ پر انجام دے کر ہم اپنی زندگی
 کو خوش گوار بنا سکتے ہیں۔

مشورہ اور اہمیت کو مد نظر رکھ کر چیزوں کو ترتیب دینا

نفع بخش چیزوں کی اہمیت کے پیش نظر اولویات کو ملحوظ خاطر رکھیں، ہر دل عزیز چیز کو اختیار کریں کیونکہ ایسی چیزوں کو اختیار کرنا جن سے انسانی طبیعت متنفر ہو یہ الجھن، تکلیف اور ناخوش گواری کا باعث ہے، اس لئے خوبصورت سوچ و فکر اور نیک مشورہ کو استعمال میں لاتے ہوئے قدم آگے بڑھائیں کیونکہ مشورہ کرنے والا آدمی کبھی شرمندہ نہیں ہوتا اور اور جس کام کو کرنے کے درپے ہیں باریکی سے اس کا معائنہ فرمائیں اور جب مصلحت بالکل واضح ہو جائے تو اللہ کی ذات پر بھروسہ رکھتے ہوئے اس کام کے لئے آگے بڑھیں بلاشبہ اللہ تعالیٰ بھروسہ کرنے والوں کو پسند فرماتا ہے۔

تمام تعریفیں اللہ کے لئے ہیں جو سارے جہان کا رب ہے، اللہ کی رحمتیں نازل ہوں آپ ﷺ پر اور آپ کے نقش قدم کی پیروی کرنے والوں پر۔

زبیر احمد بن اسد اللہ

جامعہ ملک سمود، ریاض

فہرست

صفحات	عناوین
۳	مقدمہ
۵	ایمان اور عمل صالح
۱۲	قول و فعل کے ذریعے مخلوق کے ساتھ احسان کرنا
۱۳	مفید علم و عمل کے ذریعے اپنے آپ کو مشغول رکھنا
۱۶	اپنی تمام تر توجہات کو عصر حاضر کے اعمال کے ساتھ جوڑ دیں
۱۹	بکثرت اللہ کا ذکر کرنا
۱۹	اللہ تعالیٰ کی عطا کردہ ظاہری و باطنی نعمتوں کو بیان کرنا
۲۱	اپنے سے کم تر کو دیکھنا
۲۲	غموں کی دنیا سے باہر نکل کر خوشیوں کے اسباب کو تلاش کرنا
۲۴	دعاؤں کا سہارا لینا
۲۶	سب سے برے احتمال کی توقع رکھنا
۲۷	مضبوط دل جو پر اگندہ افکار سے متاثر نہیں ہوتا
۲۸	اللہ پر بھروسہ کرنا

صفحات	عناوین
۳۰	دوسروں کے عیوب پر پردہ پوشی کرنا
۳۳	غموں کے پیچھے نہ دوڑنا
۳۳	اللہ کی نعمتوں اور نعمتوں کے مابین موازنہ کرنا
۳۵	لوگوں کی اذیتوں کو برداشت کرنا
۳۶	اچھے اور روشن خیالات سے آپ اپنی زندگی کو منور کر سکتے ہیں
۳۶	اللہ کی خوشنودی طلب کریں
۳۸	نقصان دہ چیزوں کو چھوڑ کر فائدے مند چیزوں کو اختیار کرنا
۳۸	آج کا کام کل پر نہ ٹالیں
۳۹	مشورہ اور اہمیت کو مد نظر رکھ کر چیزوں کو ترتیب دینا
۴۰	فہرست

٢ المكتب التعاوني للدعوة والإرشاد بالسلي، ١٤٣٤هـ -

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

المكتب التعاوني للدعوة والإرشاد بالسلي

الوسائل المفيدة / المكتب التعاوني للدعوة والإرشاد بالسلي -

الرياض، ١٤٣٤هـ -

٤١ ص؛ ١٢×١٧ سم

ردمك: ٩-٤٢-٨٠٤٨-٦٠٣-٩٧٨

(النص باللغة الأردنية)

١- الوعظ ٢- الوسائل المفيدة للحياة السعيدة

١٤٣٤/٧٥١٠

ديوي ٢١٣

رقم الإيداع: ١٤٣٤/٧٥١٠

ردمك: ٩-٤٢-٨٠٤٨-٦٠٣-٩٧٨