بدنظری و عشق مجازی کی تباہ کاریاں اور اس کا علاج

عارف باللہ حضرت اقدس مولانا شاہ حکیم محمد اختر صاحب دامت برکاتہم

ناشر

کتب خانہ مظہری

گلشنِ اقبال ۲ پوسٹ بکس ۱۱۱۸۲

کراچی فون ۴۶۸۱۱۲

بسم اللہ الرحمٰن الرحیم
نحمدہ ونصلی علیٰ رسولہ الکریم

احقر محمد اختر عفا اللہ تعالیٰ عنہ عرض کرتا ہے کہ اس زمانہ میں اہلِ تقویٰ اور اہلِ دین اور اہلِ صلاح اور جُملہ سالکین طریق کے لئے تباہی کا سامان فِتنۃُ النساء سے زیادہ فِتنۃُ الامارد ہے۔ اور چونکہ فِتنۂ امارد میں ظاہری موانع کم ہیں، اس لئے نفس کو شیطان جلد اس فِتنہ میں مبتلا کر دیتا ہے۔ اور نامحرم عورتوں میں اکثر بدنگاہی تک کا مُجرم بناتا ہے اور حکیم الامّت مجدّد الملّت مولانا شاہ اشرف علی تھانوی رحمۃ اللہ علیہ تحریر فرماتے ہیں۔

ارشادِ حکیم الامّت تھانوی

۱: غیر محرم عورت یا مرد (خوبصورت نوجوان) سے کسی قسم کا علاقہ (تعلق) رکھنا خواہ اس کو دیکھنا یا اس سے دل خوش کرنے کے لئے اس سے باتیں کرنا یا تنہائی میں اس کے پاس بیٹھنا، یا اس کے دل کو خوش کرنے کے لئے اپنے لباس کو سنوارنا اور کلام کو نرم کرنا۔ میں سچ عرض کرتا ہوں کہ اس تعلق سے جو خرابیاں پیدا ہوتی ہیں اور جو مصائب پیش آتے ہیں ان کو میں تحریر کے دائرہ میں نہیں لا سکتا۔

۲: عشقِ مجازی عذابِ الٰہی ہے (جس طرح دوزخ میں موت اور زندگی کے درمیان انسان پریشان ہوگا۔ (لا یموت فیہا ولا یحییٰ) اسی طرح بدنظری کے بعد انسان عشقِ مجازی میں مُبتلا ہوکر تڑپتا رہتا ہے۔ سکون کی نیند سے بھی محرُوم ہوجاتا ہے۔ دُنیا اور دین دونوں تباہ ہوں گے اور آخرِ کار پاگل خانہ میں داخل ہوگا۔ پاگل خانہ میں آجکل نوّے فیصد عشقِ مجازی کے مریض ہیں جو وی سی آر، سینما، ٹی وی ناول پڑھ کر پاگل ہُوئے ہیں۔

۳: بدنظری کے بعد عشقِ مجازی میں مُبتلا ہوکر اگر گناہ کی نوبت آگئی تو فاعل اور مفعول دونوں ہمیشہ کے لئے ذلیل ہوجاتے ہیں (ایک دُوسرے سے نظر کبھی نہ ملا سکیں گے) اور جس طرح شفیق باپ چاہتا ہے کہ میرے بیٹے عزّت سے رہیں کسی بدفعلی میں ذلیل نہ ہوں تو اللہ تعالیٰ کی رحمتِ غیر محدُود بھی یہی چاہتی ہے کہ میرے بندے کسی ذلیل فعل سے حقیر اور رُسوا نہ ہوں اور تقویٰ کے ساتھ رہ کر باعزّت زندگی گذاریں اور حلال پر اکتفاء کریں اور حرام سے صبر کریں۔ اور جب اہلِ دُنیا دُنیا کی لذّتوں سے اپنی آنکھیں ٹھنڈی کریں تو میرے خاص بندے میری عبادت اور میرے ذکر کی لذت سے اپنی آنکھیں ٹھنڈی کریں، اور یہ ٹھنڈک دائمی ہے، دُنیا والوں کی ٹھنڈک ہزاروں بلاؤں سے گھری ہُوئی اور فانی ہے۔

احقر کے دو شعر ہیں ؎

دُشمنوں کو عیشِ آب و گِل دیا
دوستوں کو اپنا دردِ دل دیا

ان کو ساحل پر بھی طغیانی ملی
مجھ کو طوفانوں میں بھی ساحل دیا

اسی لئے خواجہ صاحب فرماتے ہیں ؎

ڈال کر ان پر نگاہِ شوق کو
جان آفت میں نہ ڈالی جائے گی
حُسنِ فانی پر اگر تو جائے گا
یہ منقش سانپ ہے ڈس کھائے گا

مولانا اسعد اللہ صاحب محدث مظاہر العلوم سہارن پور خلیفہ حضرت حکیم الامت مجدد الملت تھانویؒ فرماتے ہیں ؎

عشقِ بتاں میں اسعد کرتے ہو فکرِ راحت
دوزخ میں ڈھونڈھتے ہو جنت کی خوابگاہیں

حُسنِ فانی پر حضرت مرشدنا و مولانا شاہ ابرار الحق صاحب دامت برکاتہم نے خانقاہِ گلشنِ اقبال میں یہ شعر سُنایا ؎

دورِ نشاط چل بسا گردشِ جام ہو چکی
ساقیا گلعذار کی ترکی تمام ہو چکی

احقر محمد اختر عفا اللہ تعالیٰ عنہ عرض کرتا ہے کہ بدنظری کرنے والے پر حضور صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم کی بددُعا ہے لعن اللہ الناظر و المنظور الیہ (مشکوٰۃ) اللہ تعالیٰ لعنت فرمائے بدنظری کرنے والے پر اور جو بدنظری کی عورت دے یعنی بے پردہ پھرے اس پر بھی۔ اولیاء کی بددُعا سے ڈرنے والے سیّد الانبیاء صلی اللہ علیہ وسلم کی بددُعا سے ڈریں۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کی حفاظت فرمائیں۔

چند دن کا حُسن جادو کی طرح پاگل کرتا ہے پھر کچھ ہی دن میں چہرہ کا جغرافیہ

بدل جاتا ہے اور بڑھاپے میں تو نقشہ ہی عجیب ہوتا ہے۔ احقر کا اسی فناء حُسن پر یہ شعر ہے ؎

اِدھر جغرافیہ بدلا اُدھر تاریخ بھی بدلی
نہ اُن کی ہسٹری باقی نہ میری ہسٹری باقی

ایک پُرانا شعر یاد آیا ؎

کسی خاکی پہ مت کر خاک اپنی زندگانی کو
جوانی کر فدا اس پر کہ جس نے دی جوانی کو

اس خطرناک مرض سے کتنے جوانوں کی زندگی تباہ ہوگئی احقر کے اشعار

سنبھل کر رکھ قدم اے دل! بہارِ حُسنِ فانی میں
ہزاروں کشتیوں کا خون ہے بحرِ جوانی میں
وہ جوانانِ چمن اور ان کا ظالم بانکپن
دیکھتے ہی دیکھتے سب ہوگئے دشت و دمن

بدنظری کے بارے میں جو آیت نازل ہوئی کہ اِنَّ اللّٰہَ خَبِیۡرٌۢ بِمَا یَصۡنَعُوۡنَ ۔ اور اللہ تعالیٰ تمہاری بدنگاہیوں کے تمام مصنوعات سے باخبر ہے۔ احقر کا شعر ؎

جو کرتا ہے تو چھپ کے اہلِ جہاں سے
کوئی دیکھتا ہے تجھے آسماں سے

حق تعالیٰ نے بدنگاہی کے فعل اور عمل کو صنعت سے کیوں تعبیر فرمایا۔ اس میں کیا حکمت ہے۔ بات یہ ہے کہ بدنگاہی کرنے والا دل میں اس معشوق کے لئے اپنی مختلف تمناؤں کی فیچر (تصویر) بناتا ہے۔ خیالی پلاؤ میں کبھی بوسہ لیتا ہے۔ کبھی سینے سے لگاتا ہے وغیرہ وغیرہ۔ اس وجہ سے

مختلف صنعتوں سے باخبر ہونے کو حق تعالیٰ نے اس آیت میں ذکر فرمایا ہے چنانچہ علامہ آلوسی سید محمود بغدادی (مفتی بغداد) اپنی تفسیر رُوح المعانی میں اس کی تفسیر چار عنوانات سے ارقام فرماتے ہیں اِنَّ اللّٰہَ خَبِیْرٌۢ بِمَا یَصْنَعُوْنَ پارہ اٹھارہ (سُورۃ النور)

۱۔ باجالۃ النظر : تمہارا نظر گھما گھما کر بدنگاہی کرنے سے اللہ تعالیٰ باخبر ہیں۔

۲۔ باستعمال سائر الحواس : بدنگاہی کرنے والا تمام حواسِ خمسہ سے حرام لذت لینے کی کوشش شروع کر دیتا ہے۔ اللہ تعالیٰ اس کی ہر حرکت سے باخبر ہے۔ یعنی دیکھنے (باصرہ) سُننے (سامعہ) چکھنے (ذائقہ) چھُوتے (لامسہ) سُونگھنے (شامہ) ہر قوت کے استعمال کو خدا دیکھ رہا ہے۔

۳۔ بتحریك الجوارح : اور اللہ تعالیٰ بدنظری کرنے والے کے تمام اعضاء کی حرکات سے باخبر ہے۔ یعنی محبوب مجازی کو حاصل کرنے کے لئے یہ ہاتھ پاؤں اور جُملہ اعضاء جس طرح استعمال کرتا ہے سب خدا دیکھ رہا ہے اور باخبر ہے۔

۴۔ بما یقصدون بذلك : اور بدنگاہی کرنے والے کا اس بدنگاہی سے جو آخری مقصد ہے یعنی بدفعلی اس سے بھی اللہ باخبر ہے۔

اس جُملہ خبریہ میں جُملہ انشائیہ پوشیدہ ہے یعنی سخت پٹائی ہوگی اور سخت سزا دی جائے گی۔

احقر کو تمام زندگی میں بہت کثیر تعداد میں بدنگاہی اور عشق مجازی کے مریض ملے اور سب نے یہی کہا کہ زندگی تلخ، نیند حرام، بے چینی، موت

کی آرزو ، خودکشی کے خیالات ، صحت خراب ، دل میں گھبراہٹ، دل و دماغ کمزور ، کسی کام میں جی نہیں لگتا ۔ میں نے ہمیشہ یہی عرض کیا کہ عشق مجازی اور غیر اللہ کو دل دینے کا یہی عذاب ہے اور یہ شعر احقر اس قسم کے پریشان حالوں کی خدمت میں پیش کیا کرتا ہے۔

ہتھوڑے دل پہ ہیں مغزِ دماغ میں کھونٹے
بتاؤ عشقِ مجازی کے مزے کیا لوٹے

اصلاحِ عشقِ مجازی کے سلسلے میں احقر کے چند اشعار اور ملاحظہ ہوں ؎

نہیں علاج کوئی ذوقِ حُسن بینی کا
مگر یہی کہ بچا آنکھ بیٹھ گوشے میں
اگر ضرور نکلنا ہو تجھ کو سُوئے چمن
تو اہتمام حفاظت نظر ہو توشے میں

ان کا چراغِ حُسن بجھا یہ بھی بجھ گئے
بلبل ہے چشمِ نم گلِ افسردہ دیکھ کر

یہ حسین جو آج زمین پر چل پھر رہے ہیں ایک دن قبر میں مٹی ہونے والے ہیں۔ مرنے کے بعد قبر کھول کر دیکھو گے تو صرف مٹی ہی نظر آئے گی۔ اگر اس سے پوچھو کہ اے مٹی تیرا کون سا حصہ گال تھا اور کون سا حصہ بال تھا اور کون سا حصہ آنکھ تھا تو وہاں صرف مٹی ہی ملے گی۔ پہچان نہ سکو گے کہ کون سی مٹی آنکھ تھی کون سی ناک تھی۔ کون سی گال تھی۔ اللہ تعالیٰ نے امتحان کے لئے مٹی پر ڈسٹمبر کر دیا ہے کہ کون اس

ڈسٹمپر پر مرتا ہے اور کون حکم پیغمبر پر جان دیتا ہے۔ اگر یہ نقش و نگار اور چمک دمک مٹی پر نہ ہوتی تو پھر امتحان ہی کیا ہوتا اس لئے ڈسٹمپر سے دھوکا نہ کھائیے بہت سے سالک اس سے دھوکہ کھا کر تباہ ہو گئے اور اللہ تک نہ پہنچ سکے۔ میرا شعر ہے

میر مارے گئے ڈسٹمپر سے
ورنہ مٹی کی حقیقت کیا تھی

لہٰذا ایسی فانی چمک دمک سے کیا دل لگانا۔ فنائیتِ حُسن پر احقر کے چند شعر ملاحظہ ہوں ؎

کسی گلفام کو کفنا رہا ہوں
جنازہ حُسن کا دفنا رہا ہوں
لگانا دل کا ان فانی بتوں سے
عبث ہے، دل کو یہ سمجھا رہا ہوں

شیریں لبی کے ساتھ وہ شیریں دہن بھی تھا
آغوشِ موت میں وہی زیرِ کفن بھی تھا

بلکہ مرنے سے پہلے ہی وقت گذرنے کے ساتھ جب چہرہ سے نمک جھڑ جاتا ہے اور ناک نقشہ کا جغرافیہ بگڑ جاتا ہے اور

کمر جھک کے مثل کمانی ہوئی
کوئی نانا ہوا، کوئی نانی ہوئی
ان کے بالوں پہ غالب سفیدی ہوئی
کوئی دادا ہوا، کوئی دادی ہوئی

تو عشق کا بھی جنازہ نکل جاتا ہے اور عاشقانِ مجازی اپنے ہاتھوں سے اپنے عشق کا جنازہ دفن کر کے نہایت حسرت وندامت سے بھاگتے ہیں۔ اس حقیقت پر احقر کے دو شعر ؎

ان کے چہرہ پہ کھچڑی داڑھی کا
ایک دن تم تماشہ دیکھو گے
میر اس دن جنازہ اُلفت کا
اپنے ہاتھوں سے دفن کر دو گے

اس لئے محبت کے قابل صرف اللہ تعالیٰ کی ذات ہے جس کے حُسن وجمال پر کبھی زوال نہیں بلکہ ہر لمحہ اس کی ایک نئی شان ہے۔ كُلَّ يَوْمٍ هُوَ فِي شَأْنٍ ۔ حق تعالیٰ کی ذات سے ان کی صفات کا انفکاک و انفصال محال ہے۔ برعکس دُنیا کے حسینوں کا حُسن ہر لمحہ علیٰ معرض الزوال ہے۔ یہ اجسام قبروں میں اُترنے والے ہیں کالے بال سفیدی سے بدلنے والے ہیں کمریں جھکنے والی ہیں آنکھوں سے کیچڑ بہنے والا ہے، چہروں کے نور سے دُھواں اُٹھنے والا ہے۔ کہاں زندگی ضایع کرتے ہو۔

احقر کے چند شعر ملاحظہ ہوں ؎

آج کچھ ہیں کل اور کچھ ہوں گے
حُسنِ فانی سے دل لگانا کیا
میر مت مرنا کسی گلفام پر
خاک ڈالو گے انہیں اجسام پر

سانپ جاتا ہے تو لکیر چھوڑ جاتا ہے لیکن حُسن کا سانپ اس طرح جاتا ہے کہ حُسن کے آثار ونشانات کی ایک لکیر بھی باقی نہیں رہتی اس وقت

عشاق مجازی حیرت زدہ ہو کر ہاتھ ملتے رہ جاتے ہیں۔

حُسنِ رفتہ کا تماشہ دیکھ کر
عشق کے ہاتھوں کے طوطے اڑ گئے

حَسین صُورتوں کا انجام سامنے رہے تو مجاہدہ آسان ہو جائے۔

احقر کا ایک اور شعر ہے ؎

ان کے پچپن کو ان کے بچپن سے
پہلے سوچو تو دل نہیں دو گے

اور فنائیتِ حُسن کا یہ مراقبہ تو نفس کو بہلانے کے لئے ہے تاکہ ایسی عارضی و فانی چیز کی طرف مائل نہ ہو لیکن فنائیتِ حُسن کے سبب حسن سے باز رہنا یہ تو بندگی کا نہایت گھٹیا درجہ ہے اس کے معنی تو یہ ہُوئے کہ اگر ان حسینوں کا حسن فانی نہ ہوتا تو نعوذ باللہ ہم ان سے دل لگا لیتے لہٰذا عبدیت و بندگی کا اعلیٰ درجہ یہ ہے کہ ہم یُوں کہیں کہ اے اللہ آپ کی محبت اور آپ کی عظمت اور آپ کے جو ہم پر احسانات ہیں ان کا حق تو یہ ہے کہ اگر قیامت تک ان حسینوں کے حُسن پر زوال نہ آئے اور ان کے حُسن کی آب و تاب یُوں ہی باقی رہے تب بھی ہم ان کی طرف نظر اُٹھا کر نہ دیکھیں گے کیونکہ جس خوشی سے آپ ناخوش ہوں، آپ کی ناخوشی کی راہوں سے جو خوشی حاصل ہوتی ہے وہ لعنتی خوشی ہے۔ میرا ہی شعر ہے ؎

ہم ایسی لذتوں کو قابلِ لعنت سمجھتے ہیں
کہ جن سے رب مرا اے دوستو ناراض ہوتا ہے

اور گناہ کی ذراسی دیر کی لذت میں ہزاروں کلفتیں اور ہزاروں غم پوشیدہ ہیں گناہ کے ارادہ اور اسکیم کا نقطۂ آغاز حق تعالیٰ سے دُوری اور عذاب کا نقطۂ آغاز

ہے جس کے بعد دل میں چین و سکون کا خواب بھی نہیں آسکتا۔

ہر عشقِ مجازی کا آغاز بُرا دیکھا
انجام کا یا اللہ کیا حال ہُوا ہو گا

اس لئے کہ دل میں مُردار آیا اور دل مُردہ ہُوا۔ یہ حسین ایک دن مُردہ ہونے والے ہیں۔ اس وقت اگرچہ زندہ ہیں لیکن چونکہ حادث و فانی ہیں لہٰذا جب یہ دل میں آئیں گے تو حدوث و فنا کے اثرات کے ساتھ آئیں گے ایسے قلب میں تعلق مع اللہ کی لذت و حلاوت نہیں رہ سکتی مثلاً ایک کمرہ میں آپ لوگ کھانا کھا رہے ہوں، مزے مزے کے کھانے لگے ہوں کہ اتنے میں ایک جنازہ آگیا اور اسی کمرہ میں رکھ دیا گیا تو بتائیے اب کھانے کا مزہ آئے گا۔ اسی طرح جب دل میں مُردہ آگیا تو تعلق مع اللہ کا مزہ باقی نہیں رہ سکتا۔ اللہ ایسے قلب میں نہیں آتا جس میں غیر اللہ کی بدبُو اور غلاظت بھی ہو۔ حضرت مولانا شاہ محمد احمد صاحب رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں

نہ کوئی راہ پا جائے نہ کوئی غیر آجائے
حریمِ دل کا احمدؔ اپنے ہر دم پاسباں رہنا

اسی لئے اہل اللہ ہر وقت اپنے قلب کی نگرانی کرتے ہیں کہ نفس کہیں سے کوئی حرام لذت نہ چُرا لے اس لئے وہ ایسی صُورتوں کو بھی قریب نہیں آنے دیتے جن سے احتیاط واجب ہے اس سے نفس کو تو تھوڑا سا غم ہوتا ہے لیکن اس غم کے فیض سے ان کا دل ہر وقت مست و سرشار اور حق تعالیٰ کے قُربِ عظیم سے مشرف رہتا ہے۔ احقر کا شعر ہے

مرے ایامِ غم بھی عید رہے
ان سے کچھ فاصلے مفید رہے

جب آفتاب نکلنے والا ہوتا ہے تو مشرق کا پورا اُفق سُرخ ہو جاتا ہے۔ یہ علامت ہوتی ہے کہ آفتاب طلوع ہونے والا ہے۔ اسی طرح جو شخص اپنی حرام آرزوؤں کے خون سے اپنے دل کے آفاق کو لال کرتا ہے اس دل میں حق تعالیٰ کے قُرب کا آفتاب طلوع ہوتا ہے۔ احقر کے چند شعر ہیں ؎

وہ سُرخیاں کہ خُونِ تمنا کہیں جسے
بنتی شفق میں مطلع خُورشید قرب کی
مرا انجامِ الفت میر تم بھی دیکھتے جانا
مری ویرانیاں آباد ہیں خُونِ تمنّا سے
مگر خُونِ تمنّا سے جو بنتی ہے شفق احمر
انہیں آفاق سے دل میں طلوع خورشید حق ہوگا

برعکس جو لوگ نظر کی حفاظت نہیں کرتے بالآخر عشق مجازی میں مبتلا ہو کر برباد ہوتے ہیں اور ان کو دُنیا ہی میں جس قدر پریشانی کا عذاب ہوتا ہے وہ خود عاشق مجاز ہی محسُوس کرتا ہے اور انجام کار کتنے لوگ بجائے اللہ کے اس معشوق کا نام لیتے لیتے مر گئے اور کلمہ نصیب نہ ہُوا اس لئے حضرات مشایخ کرام نے فرمایا ہے کہ سالک کے لئے عورتوں اور بے ریش لڑکوں سے میل جول زہر قاتل ہے۔ شیطان جب گمراہی کے ہر راستہ سے مایُوس ہو جاتا ہے تو صُوفیوں کو عورتوں اور لڑکوں کے چکر میں پھنسانے کی کوشش کرتا ہے۔ اس کا یہ حربہ اتنا بڑا ہے کہ جو اس کے چکر میں آیا اس کا راستہ بالکل مارا گیا کیونکہ دُوسرے گناہوں سے اتنی دُوری اللہ تعالیٰ سے نہیں ہوتی جتنی اس گناہ سے ہوتی ہے۔ مثال کے طور پر اگر جھُوٹ بول دیا

یا غیبت کرلی یا جماعت کی نماز چھوڑ دی تو مثلاً اللہ تعالیٰ سے چالیس ڈگری قلب کا انحراف ہُوا پھر توبہ کرلی اور دل پھر اللہ کی طرف متوجّہ ہو گیا لیکن اگر کسی صُورت کے عشق میں مُبتلا ہو گیا تو قلب کا اللہ تعالیٰ سے ۱۸۰ ڈگری کا انحراف ہوتا ہے۔ قلب کا قبلہ ہی بدل جاتا ہے۔ اب اگر نماز میں کھڑا ہے تو وہ حسین سامنے ہے تلاوت کر رہا ہے تو وہ سامنے ہے ذکر کر رہا ہے تو وہی صُورت سامنے ہے۔ قلب کا رُخ اللہ تعالیٰ سے پھر کر ایک گلنے سڑنے والی لاش کی طرف ہو گیا۔ اللہ تعالیٰ سے اتنا بُعد کسی گناہ سے نہیں ہوتا جتنا عشقِ صُورت سے ہوتا ہے۔ شکاری جس چڑیا کا شکار کرنا چاہتا ہے اس کے پَروں میں گوند لگا دیتا ہے جس سے وہ اُڑ نہیں سکتی اور آسانی سے شکار کر لیتا ہے۔ اسی طرح شیطان جب دیکھتا ہے کہ کوئی سالک بہت تیزی سے اللہ کے راستہ میں ترقی کر رہا ہے، ہر گناہ سے بچ رہا ہے تو کسی صُورت کے عشق میں مُبتلا کر دیتا ہے اور اللہ تعالیٰ سے بالکل محرُوم کر دیتا ہے۔

لہٰذا کتنی ہی حسین صُورت سامنے آجائے ہرگز اس کی طرف گوشۂ چشم سے بھی نہ دیکھیں۔ اس وقت نابینا بن جائیے آنکھوں میں روشنی ہوتے ہُوئے روشنی سے دست بردار ہو جائیے۔ احقر کا شعر ہے ؎

جب آگئے وہ سامنے نابینا بن گئے
جب ہٹ گئے وہ سامنے سے بینا بن گئے

کیا اس ارحم الراحمین کو اس بات پر پیار نہیں آئے گا کہ میرا بندہ میری دی ہُوئی روشنی کو کس امانت سے خرچ کر رہا ہے۔ جہاں دیکھنے سے میں راضی ہوتا ہوں وہاں دیکھتا ہے جہاں میں ناراض ہوتا ہوں وہاں اپنی روشنی کو استعمال نہیں کرتا۔ مجھ کو راضی کرنے کے لئے اپنی آرزوؤں

کا خُون کر رہا ہے، اپنے دل کو میرے لئے غمگین کر رہا ہے تو اللہ تعالیٰ کی رحمت بھی ایسے دل کا پیار لے لیتی ہے۔ احقر کا شعر ہے ؎

مرے حسرت زدہ دل پر انہیں یوں پیار آتا ہے
کہ جیسے چُوم لے ماں چشمِ نم سے اپنے بچّے کو

ایسے ویران ٹوٹے ہُوئے دل میں اللہ آجاتا ہے اور اس دل پر خُوشیاں برسا دیتا ہے۔ ؎

دلِ ویراں پہ میرا شاہ برساتا ہے آبادی
سمجھ مت میر ان کی راہ میں مرنے کو بربادی

میرے شیخ اوّل حضرت شاہ عبد الغنی صاحب رحمۃ اللہ علیہ فرمایا کرتے تھے کہ ہرے بھرے درخت کے پاس آگ جلا دو تو اس کے تر و تازہ پتے مُرجھا جاتے ہیں اور دوبارہ بہت مشکل سے ہرے بھرے ہوتے ہیں۔ سال بھر کھاد پانی دو تب کہیں جا کر دوبارہ تازگی آتی ہے۔ اسی طرح ذکر و عبادت اور صحبتِ اہل اللہ سے قلب میں جو انوار پیدا ہُوئے اگر ایک بدنظری کر لی تو باطن کا ستیا ناس ہو جاتا ہے۔ قلب میں دوبارہ ایمانی حلاوت اور ذکر اللہ کے انوار بحال ہونے میں بہت وقت لگتا ہے۔ بدنگاہی کی ظلمت بہت مشکل سے دُور ہوتی ہے بہت توبہ و استغفار گریہ وزاری اور بار بار حفاظتِ نظر کے اہتمام کے بعد کہیں قلب کو دوبارہ حیاتِ ایمانی ملتی ہے۔

احقر عرض کرتا ہے کہ ہم سے جو گناہ نہیں چھُوٹ رہے ہیں اس کا سبب یہ ہے کہ ہم اپنی ہمت کو استعمال نہیں کر رہے ہیں اگر گناہ چھوٹنا ناممکن ہوتا تو اللہ تعالیٰ ذَرُوْا ظَاهِرَ الْاِثْمِ وَبَاطِنَهٗ (یعنی ظاہری

گناہ بھی چھوڑو اور باطنی گناہ بھی چھوڑو) کا حکم نہ دیتے۔ یہ حکم دینا اس بات کی دلیل ہے کہ ہم میں گناہ چھوڑنے کی استطاعت ہے کیونکہ اللہ تعالیٰ کوئی ایسا حکم نہیں دیتے جو ہماری طاقت سے باہر ہو۔ لَا یُکَلِّفُ اللّٰهُ نَفْسًا اِلَّا وُسْعَهَا۔ اصل بات یہ ہے کہ ہم اپنے نفس کی موافقت و حمایت کر رہے ہیں جس کو آجکل کی زبان میں کہتے ہیں کہ نفس کا فیور کر رہے ہیں اسی لئے گناہوں کے فیوَر (بخار) میں مُبتلا ہیں۔ حالانکہ نفس ہمارا سب سے بڑا دشمن ہے اور اس کی دشمنی کی خبر دینے والے مخبرِ صادق سیّد الانبیاء صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم ہیں۔ ارشاد فرماتے ہیں اِنَّ اَعْدَاءَ عَدُوِّکَ فِیْ جَنْبَیْکَ تمہارا سب سے بڑا دشمن تمہارے پہلو میں ہے بتائیے آپ کا دشمن اگر آپ کو مٹھائی پیش کرے تو آپ اسے قبول کر لیتے ہیں یا فوراً کھٹک جاتے ہیں کہ خدا خیر کرے کہیں اس مٹھائی میں کچھ زہر نہ ملا دیا ہو لیکن افسوس نفس دشمن ہمیں بدنگاہی کی ذراسی لذّت دکھاتا ہے اور ہم اس کو فوراً قبول کر لیتے ہیں حالانکہ بظاہر تو یہ لذت پیش کر رہا ہے لیکن حقیقت میں سزا کا انتظام کر رہا ہے۔ بدنظری کے بعد آخرت کا عذاب تو الگ ہے دُنیا ہی میں دل بے چین ہو جاتا ہے اس کی یاد میں تڑپے گا نیندیں حرام ہوں گی اور اللہ سے دُوری کے عذاب میں مُبتلا ہوگا۔ بدنظری کا گناہ نہایت حماقت کا گناہ ہے۔ کچھ ملنا نہ ملانا مُفت میں دل کو تڑپانا۔ بتائیے پرائے مال پر نظر کرنا حماقت ہے یا نہیں۔ دیکھنے سے کیا وہ چیز مل جائے گی جو چیز ملنے والی نہیں اسے دیکھ کر دل کو تڑپانا بے وقوفی ہے یا نہیں۔ اور بالفرض اگر مل بھی جائے تب بھی چین نہیں مل سکتا کیونکہ اللہ تعالیٰ کی ناخوشی کی راہوں سے جو خوشی درآمد ہوتی ہے اس کے اندر غم پریشانی اور بے چینی کے

سیکڑوں سانپ اور بچھو ہوتے ہیں اللہ کو ناراض کر کے چین کا خواب دیکھنا انتہائی بے وقوفی اور گدھاپن ہے کیونکہ اللہ خوشی اور غم کا خالق ہے۔ جو بندہ اللہ تعالیٰ کو خوش رکھتا ہے اللہ تعالیٰ کو خوش کرنے کے لئے گناہ سے بچنے کا غم برداشت کرتا ہے یعنی اللہ تعالیٰ کو خوش کرنے کے لئے اپنے دل کو ناخوش کرتا ہے اللہ تعالیٰ بھی اس کے دل کو خوش رکھتے ہیں بغیر اسباب خوشی کے اس کے دل میں خوشیوں کا سمندر موجیں مارتا رہتا ہے ایسی خوشی اس کو عطا فرماتے ہیں جو بادشاہوں نے خواب میں نہیں دیکھی اور جو اللہ کو ناراض کرتا ہے اللہ تعالیٰ اس کی زندگی کو تلخ کر دیتے ہیں۔

حق تعالیٰ کا ارشاد ہے وَمَنْ اَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِیْ فَاِنَّ لَهٗ مَعِیْشَةً ضَنْكًا جو میری یاد سے اعراض کرے گا میں اس کی زندگی تلخ کر دوں گا۔

جو لوگ عشق مجازی میں مبتلا ہیں اور اس جال سے نکلنا چاہ رہے ہیں لیکن نکل نہیں پا رہے ہیں وہ اگر یہ چھ کام کرلیں انشاء اللہ تعالیٰ نجات پا جائیں گے۔

۱: اللہ تعالیٰ نے جو ہمّت عطا فرمائی ہے اس سے کام لیں۔

۲: اللہ تعالیٰ سے عطائے ہمّت کی دُعا کریں۔

۳: خاصانِ خدا سے بالخصوص اپنے دینی مربی یا دینی مشیر سے عطائے ہمّت کی دُعا کرائیں۔

۴: ذکر اللہ کا اہتمام کریں۔

۵: اسباب معصیت یعنی حسین صُورتوں سے قلباً و قالباً دُوری اختیار کریں اور

۶: کسی اللہ والے کی صحبت میں آنا جانا رکھیں اور ان سے اصلاحی تعلق قائم کریں۔

علاج بدنظری و عشق مجازی کی مزید تفصیل اگلے صفحات پر آرہی ہے انشاء اللہ تعالیٰ

بہرحال کیسی ہی بُری حالت ہو یا کیسے ہی بُرے تقاضے دل میں پیدا ہوتے ہوں مایوس نہ ہوں۔ یہ محبّت کا مادّہ تو بڑی اچھی چیز ہے بشرطیکہ اس کا استعمال صحیح ہو۔ جس انجن میں پیٹرول زیادہ ہوتا ہے وہ جہاز کو بہت تیزی سے لے اُڑتا ہے بشرطیکہ اس کا رُخ صحیح کردیا جائے اگر کعبہ کی طرف رُخ کردیا تو منٹوں میں کعبہ پہنچادے گا لیکن اگر جہاز کا رُخ مندر کی طرف کردیا تو اتنی ہی تیزی سے مندر پہنچادے گا۔ عشق کا مادّہ تو پیٹرول ہے اگر کسی اللہ والے کی صحبت سے ذکر اللہ کی کثرت سے اس کا رُخ صحیح کردیا جائے تو ایسے لوگ اتنی تیز رفتاری سے اللہ کا راستہ طے کرتے ہیں کہ غیر اہلِ محبت وہاں برسوں میں بھی نہیں پہنچ پاتے۔ چنانچہ بعض رندان بادہ نوش جب اللہ کی طرف آئے ہیں تو ایک آہ میں اللہ تک پہنچ گئے جس تیز رفتاری سے وہ حُسنِ مجازی کی طرف بھاگ رہے تھے اتنی ہی تیز رفتاری سے وہ اللہ کی طرف اُڑ گئے ان کے آہ و نالے، گریہ وزاری، ندامت و شکستگی، اور کسی اللہ والے صاحبِ نسبت پر ان کی وارفتگی و آشفتگی نے ان کو ایک لمحہ میں فرش سے عرش پر پہنچادیا ایسے لوگوں کے لئے احقر کا شعر ہے۔ ؎

خوبرویوں سے ملا کرتے تھے میر
اب ملا کرتے ہیں اہل اللہ سے
مت کرے تحقیر کوئی میر کی
رابطہ رکھتے ہیں اب اللہ سے

دستورُ العمل برائے علاج بدنظری و عشقِ مجازی

اب مندرجہ ذیل سطور میں وہ دستور العمل مختصراً پیش کرتا ہوں جو احقر کے رسالہ دستور تزکیۂ نفس میں درج ہے جو قرآن و حدیث سے استنباط کردہ اور بزرگانِ دین کے ارشادات سے ماخوذ ہے۔ اس پر عمل کرنے سے انشاء اللہ تعالیٰ بدنظری اور عشقِ مجازی کے پُرانے سے پُرانے مرض سے نجات حاصل ہوگی۔ اور ایک مدت ان معمولات پر پابندی سے انشاء اللہ تعالیٰ ایسا محسوس ہونے لگے گا کہ گویا آخرت کی زمین پر چل رہا ہوں اور جنّت و جہنم کو دیکھ رہا ہوں اور شہوات و لذاتِ دُنیا لگا ہوں میں ہیچ نظر آنے لگیں گے۔

۱: نمازِ توبہ

ایک وقت خلوت کا مقرر کر کے، صاف کپڑے پہن کر اور اگر میسّر ہو تو خوشبو لگا کر اوّل دو رکعت نفل توبہ کی نیّت سے پڑھے پھر اللہ تعالیٰ کے رُوبرو اپنے تمام گناہوں سے خُوب استغفار کرے کہ اے اللہ جب سے بالغ ہُوا ہوں میری آنکھوں سے اب تک جتنی خیانتیں صادر ہُوئی ہیں یا سینہ میں گندے خیالات پکا کر میں نے جتنی ناجائز لذتیں حاصل کی ہیں یا جسم سے گناہوں کے جتنے حرام مزے اُڑائے ہیں اے اللہ میں ان سب سے

توبہ کرتا ہوں اور معافی چاہتا ہوں اور عزم کرتا ہوں کہ آئندہ کبھی گناہ کر کے آپ کو ناراض نہ کروں گا۔ اے اللہ اگرچہ میرے گناہوں کی تھاہ نہیں لیکن آپ کی رحمت میرے گناہوں سے بہت وسیع تر ہے پس اپنی رحمت واسعہ کے صدقہ میں میرے تمام گناہوں کو معاف فرما دیجئے۔ اے اللہ آپ بہت معاف کرنے والے ہیں اور معاف کرنے کو محبوب رکھتے ہیں پس میری تمام خطاؤں کو عفو فرما دیجئے۔

۲: نمازِ حاجت

پھر دو رکعت نماز حاجت کی نیت سے پڑھ کر یہ دُعا کرے کہ میری گناہوں سے تباہ شدہ عُمر پر رحم فرمائیے اور میری اصلاح فرما دیجئے اور مجھے میرے نفس کی غلامی سے چھڑا کر اپنی فرماں برداری کی عزت والی زندگی عطا فرمائیے اور اپنا اتنا خوف عطا فرمائیے جو مجھے آپ کی نافرمانیوں سے بچالے۔ اے اللہ میں آپ سے صرف آپ کو مانگتا ہوں۔

کوئی تجھ سے کچھ کوئی کچھ مانگتا ہے
الٰہی میں تجھ سے طلب گار تیرا
جو تُو میرا تو سب میرا فلک میرا زمیں میری
اگر اک تو نہیں میرا تو کوئی شے نہیں میری

۳: ذکرنفی واثبات

پھر تین سو مرتبہ لَآ اِلٰہَ اِلَّا اللہ کا ذکر کرے اس خیال کے ساتھ

کہ لاالٰہ سے دل غیر اللہ سے پاک ہو رہا ہے اور الا اللہ کے ساتھ اللہ کی محبّت دل میں داخل ہو رہی ہے۔

۴: ذکر اسم ذات

کسی وقت تین سو مرتبہ اللہ اللہ کر لیا کریں۔ جب زبان سے اللہ کہیں تو تصور کریں کہ زبان کے ساتھ ساتھ دل سے بھی اللہ نکل رہا ہے اور نہایت محبّت اور درد بھرے دل سے اللہ کا نام لیا جاوے جیسے دُوری اور فراق میں ہم اپنے ماں باپ کو یاد کرتے ہیں کم سے کم اس دردِ محبّت کے ساتھ تو اللہ کا نام زبان پر آنا چاہیئے لیکن اگر دل میں اتنی محبّت نہ معلوم ہو تو اہلِ محبت کی نقل کر لینا بھی کافی ہے۔ بس اللہ کے عاشقوں کی سی صُورت بنا کر اور محبت کی نقل کر کے ان کا نام لینا شروع کر دیں۔ اللہ کا نام بہت بڑا نام ہے جب زبان پر آئے گا تو نفع سے خالی نہ ہو گا۔ نور ہی بنے گا۔

۵: ذکر اسم ذات بہ طریقۂ خاص

اور ایک سو مرتبہ ذکر اسم بسیط اللہ اللہ اس تصوّر سے کریں کہ میرے بال بال سے اللہ نکل رہا ہے۔ کچھ دن بعد یہ اضافہ کر لیں کہ میرے بال بال کے ساتھ زمین و آسمان شجر و حجر بحر و بر چرند و پرند غرض ہر ذرۂ کائنات سے ذکر جاری ہے۔

۶: مراقبہ اَلَمْ یَعْلَمْ بِاَنَّ اللّٰہَ یَرٰی

پھر حق تعالیٰ کے بصیر وخبیر ہونے کا مراقبہ کریں یعنی چند منٹ یہ تصوّر کریں کہ حق تعالیٰ مجھے دیکھ رہے ہیں اور میں اس محبوبِ حقیقی کے سامنے بیٹھا ہوں اور دُعا کرتے رہیں کہ اے اللہ اس تصور کو کہ آپ مجھے دیکھ رہے ہیں میرے دل میں جما دیجئے تاکہ میں گناہ نہ کرسکوں کیونکہ جب ہر وقت یہ دھیان ہوگا کہ آپ دیکھ رہے ہیں تو گناہ کی ہمت نہ ہوگی۔

اور دل ہی دل میں اللہ تعالیٰ سے یُوں باتیں کرے کہ اے اللہ جب میں بدنگاہی کر رہا تھا یا جس وقت گناہ کر رہا تھا اس وقت آپ کی قدرتِ قاہرہ بھی مجھے اس جُرم کی حالت میں دیکھ رہی تھی۔ اسی وقت اگر آپ کا حکم ہو جاتا کہ اے زمین شق ہو کر اس نالائق کو نگل جا یا آپ حکم فرما دیتے کہ ذلیل بندر ہو جا تو مخلوق میری ذلّت ورُسوائی کا تماشہ دیکھتی یا آپ مجھے اُسی وقت کسی دردناک بیماری میں مُبتلا کر دیتے تو میرا کیا حال ہوتا لیکن اے اللہ آپ کے حلم وکرم نے مجھ سے انتقام نہیں لیا ورنہ میری تباہی یقینی تھی۔

۷: مراقبۂ موت وقبر

اس کے بعد ذرا دیر موت کو یاد کرے کہ دُنیا کے تمام ہمدرد۔ بیوی بچّے عزیز واقارب نوکر چاکر سلام حضور کرنے والے سب چھُوٹ گئے۔ مرنے کے بعد کپڑے قینچی سے کاٹ کر اُتارے جا رہے ہیں، اب نہلایا جا رہا ہوں، اب کفنایا جا رہا ہوں۔ جس مکان کو ہم اپنا سمجھتے تھے اب

بیوی بچوں نے زبردستی اس مکان سے نکال باہر کیا۔ حواسِ خمسہ سے جو عیش اندر پہنچ رہے تھے سب معطل ہو گئے۔ جن آنکھوں سے حسینوں کو دیکھ کر حرام لذت اندر درآمد کی جاتی تھی وہ آنکھیں اب دیکھنے سے قاصر ہیں۔ کان گانے سُننے سے، زبان شامی کباب اور مُرغ کی لذت کے ادراک سے قاصر ہیں۔ عناصر سے متعلق جتنی لذتیں تھیں سب ختم ہو گئیں اب رُوح کے اندر اگر عبادت اور تقویٰ کے انوار ہیں تو وہی کام آئیں گے ورنہ سب عیش خواب ہو گیا۔

پھر سوچئے کہ اب قبر میں لٹایا جا رہا ہوں اور تختے لگائے جا رہے ہیں اب لوگ مٹی ڈال رہے ہیں، قبر کی تنہائی میں منوں مٹی کے نیچے دبا پڑا ہوں یہاں اب کوئی ساتھ نہیں بس جو نیک اعمال کئے تھے وہی کام آئیں گے۔ قبر یا تو جنّت کے باغوں میں سے ایک باغ ہے یا دوزخ کے گڑھوں میں سے ایک گڑھا ہے۔

موت کا کثرت سے یاد کرنا دل کو دُنیا سے اچاٹ کرتا ہے اور آخرت کی تیاری یعنی نیک اعمال کی اس سے توفیق ہوتی ہے۔ حدیث شریف میں ہے کہ لذّات کو سرد کرنے والی چیز یعنی موت کو کثرت سے یاد کرو۔ (جامع الصغیر ص۵۳ ج ۱)

پس موت کا اتنا تصوّر کریں کہ اس کی وحشت لذّت سے بدل جائے۔ مومن کے لئے موت دراصل محبوبِ حقیقی کی طرف سے ملاقات کا پیغام ہے۔ موت کے بعد مومن کے لئے راحت ہی راحت ہے۔

۸: مراقبۂ حشر و نشر

پھر چند منٹ یہ تصور باندھے کہ میدانِ حشر قائم ہے اور میں اللہ تعالیٰ کے رُو برُو حساب کے لئے کھڑا ہوں اور اللہ تعالیٰ فرما رہے ہیں کہ اے بے حیا تجھ کو شرم نہ آئی کہ ہمیں چھوڑ کر غیر پر نظر کی اور ایک مرنے والی لاش کی طرف مائل ہُوا۔ کیا تجھ پر ہمارا یہی حق تھا، کیا ہم نے تجھ کو اسی لئے پیدا کیا تھا کہ غیروں سے دل لگائے اور ہمیں یاد نہ کرے، کیا ہم نے تجھ کو آنکھوں میں بینائی اسی لئے دی تھی کہ اس کو حرام موقع میں استعمال کرے۔ اے بے حیا ہماری ہی دی ہُوئی چیزوں کو آنکھوں کو کانوں کو، دل کو ہماری نافرمانی میں تُو نے استعمال کیا اور تجھے شرم بھی نہ آئی۔

پھر سوچے کہ مُجرمین کے لئے حکم ہو رہا ہے خُذُوْهُ پکڑ لو اس نالائق کو فَغُلُّوْهُ اور زنجیروں میں جکڑ دو ثُمَّ الْجَحِيْمَ صَلُّوْهُ پھر اس کو جہنّم میں ڈال دو۔ اس کے بعد خوب گڑگڑا کر اللہ تعالیٰ سے معافی مانگے اصلاحِ اعمال اور خاتمہ بالخیر کی دُعا کرے اور حق تعالیٰ کے غضب سے پناہ چاہے۔

۹: مراقبۂ عذابِ جہنّم

پھر جہنّم کے عذاب کا اس طرح مراقبہ کرے کہ جہنّم اس وقت آنکھوں کے سامنے ہے اور اللہ تعالیٰ سے اس طرح باتیں کرے کہ اے اللہ یہ جہنّم آپ کی روشن کی ہُوئی آگ ہے نَارُ اللّٰهِ الْمُوْقَدَةُ ۝ الآیۃ اور اے اللہ اس کا دُکھ دلوں تک پہنچے گا تَطَّلِعُ عَلَى الْاَفْئِدَةِ ۝

اِنَّهَا عَلَيْهِمْ مُّؤْصَدَةٌ ۝ فِيْ عَمَدٍ مُّمَدَّدَةٍ ۝ الآیۃ اور اے اللہ جہنمی لوگ آگ کے لمبے لمبے ستونوں میں دبے ہوئے جل رہے ہیں اور اے اللہ جب ان کی کھالیں جل کر کوئلہ ہوگئیں تو آپ نے ان کی کھالوں کو پھر تازہ تازہ دوسری کھالوں سے تبدیل فرمادیا تاکہ ان کو احساس دکھ اور الم کا زیادہ ہو کُلَّمَا نَضِجَتْ جُلُوْدُهُمْ بَدَّلْنٰهُمْ جُلُوْدًا غَيْرَهَا الآیۃ اور اے اللہ جب ان کو بھوک لگی تو ان کو خاردار درخت زقوم کھانے کو دیا گیا اور یہ بھی نہ ہوگا کہ وہ کانٹوں کی تکلیف سے انکار کرسکیں کہ مجھ سے تو اب نہیں کھایا جارہا بلکہ مجبورًا ان کو پیٹ بھرنا ہوگا لَاٰكِلُوْنَ مِنْ شَجَرٍ مِّنْ زَقُّوْمٍ ۝ فَمَالِئُوْنَ مِنْهَا الْبُطُوْنَ ۝ الآیۃ اور اے اللہ جب ان کو پیاس لگی تو آپ نے کھولتا ہوا پانی پلایا اور اس پانی سے یہ انکار بھی نہ کرسکیں گے بلکہ اس طرح پئیں گے جس طرح پیاسا اونٹ پیتا ہے۔ فَشَارِبُوْنَ عَلَيْهِ مِنَ الْحَمِيْمِ ۝ فَشَارِبُوْنَ شُرْبَ الْهِيْمِ ۝ اور یہی ان کی مہمانی ہوگی قیامت کے دن هٰذَا نُزُلُهُمْ يَوْمَ الدِّيْنِ ۝ اور اے اللہ جب انہیں کھولتا ہوا پانی پلایا جائے گا تو ان کی آنتیں کٹ کٹ کر پاخانہ کی راہ سے نکلنے لگیں گی۔ فَسُقُوْا مَآءً فَقَطَّعَ اَمْعَآءَهُمْ اور اے اللہ یہ جہنمی لوگ آگ اور کھولتے ہوئے پانی کے درمیان چکر کریں گے يَطُوْفُوْنَ بَيْنَهَا وَبَيْنَ حَمِيْمٍ اٰنٍ ۝ الآیۃ اور اے اللہ جب رونا چاہیں گے تو آنسوؤں کے بجائے خون روئیں گے اور جب شدتِ تکلیف سے نکل بھاگنے کی کوشش کریں گے تو ان کو پھر جہنم میں لوٹا دیا جائے گا كُلَّمَآ اَرَادُوْٓا اَنْ يَّخْرُجُوْا مِنْهَآ اُعِيْدُوْا فِيْهَا ۝ اور اے اللہ جب ہر طرح سے ہار جائیں گے تو آپ سے فریاد کی اجازت

چاہیں گے تو آپ فرمائیں گے اِخْسَئُوْا فِيْهَا وَلَا تُكَلِّمُوْنِ ۝ اسی جہنم میں ذلیل پڑے رہو اور مجھ سے تم لوگ بات مت کرو۔ اے اللہ دُنیا کی ایک چنگاری کی ہمیں برداشت نہیں تو جہنم کی آگ کا جو ستّر گنا اس آگ سے زیادہ ہے کیسے تحمل ہوگا۔ اے اللہ میرے اعمال تو جہنم کے لائق ہیں مگر میں آپ کی رحمت سے فریاد کرتا ہوں کہ جہنم کے دردناک عذاب سے نجات کو میرے لئے مقدر فرما دیجئے۔ یہاں پہنچ کر اس دُعا کو تین بار عرض کرے اور خُوب روئے۔ رونا نہ آئے تو رونے والوں کا سا چہرہ بنالے۔ اس عمل کو پابندی سے کرے رفتہ رفتہ ایمان میں ترقی ہوتی رہے گی اور ایک دن ایسا آئے گا کہ گویا جہنم آنکھوں کے سامنے ہے پھر کسی نافرمانی کی ہمّت نہ ہوگی اور معاصی سے کلی اجتناب کی توفیق انشاء اللہ تعالیٰ ہو جائے گی۔

۱۰: مراقبۂ انعاماتِ الٰہیہ

اس کے بعد اللہ تعالیٰ کے الطاف و انعامات کا اس طرح مراقبہ کرے اور حق تعالیٰ سے اس طرح عرض کرے کہ اے اللہ آپ سے میری رُوح نے اپنے وجود کے لئے سوال نہیں کیا تھا آپ کے کرم نے بغیر سوال مجھے وجُود بخشا۔ پھر میری رُوح نے یہ سوال بھی نہیں کیا تھا کہ آپ مجھ کو انسانی قالب عطا فرمائیں آپ کے کرم نے بغیر سوال کے سُور اور کتّے کے قالب میں مجھے پیدا نہیں کیا بلکہ قالبِ اشرف المخلوقات عطا فرمایا یعنی مجھے انسان پیدا فرمایا۔ پھر اے میرے اللہ اگر آپ مجھے کسی کافر یا مُشرک گھرانے میں پیدا فرماتے تو میں کس قدر نقصان اور خسارہ میں

ہوتا اگر صدارت اور بادشاہت بھی مجھ کو مل جاتی لیکن کفر اور شرک کے سبب جانوروں سے بدتر ہوتا۔ آپ نے اپنے کرم سے بغیر سوال کئے مجھ کو مسلمان گھرانے میں پیدا فرما کر گویا شہزادہ پیدا فرمایا۔ ایمان جیسی عظیم دولت جس کے سامنے کائنات کے تمام مجموعی انعامات و خزائن کوئی حقیقت نہیں رکھتے آپ نے بے مانگے عطا فرمادی۔ اے اللہ جب آپ کے کرم نے اتنے بڑے بڑے انعام بے مانگے عطا فرمائے ہیں تو مانگنے والے کو آپ بھلا کیونکر محروم فرمائیں گے ؎

میرے کریم سے گر قطرہ کسی نے مانگا
دریا بہا دئیے ہیں دُر بے بہا دئیے ہیں

اے اللہ میں آپ کی رحمت کو ان بے مانگے ہوئے انعامات و الطافِ بے کراں کا واسطہ دیتا ہوں اور آپ کے فضل سے اپنی اصلاح اور اپنا تزکیۂ نفس مانگتا ہوں تاکہ مرتے دم تک آپ کی نافرمانیوں سے محفوظ رہوں۔

اے اللہ پھر آپ نے مجھے اچھے گھرانے میں پیدا فرمایا اور اپنے نیک بندوں کے ساتھ محبت عطا فرمائی اور دین پر عمل نصیب فرمایا۔ ورنہ اگر آپ کی رہبری نہ ہو تو مسلمان گھرانے میں پیدا ہونے کے باوجود لوگ بے دین دہریہ و گمراہ ہوجاتے ہیں اور اے اللہ آپ ہی کے کرم سے اللہ والوں کے ساتھ تعلق قائم کرنے کی توفیق ہوئی اور اہلِ حق سے تعلق بخشا ورنہ اگر کسی بددین اناڑی کے ہاتھ پڑجاتا تو آج گمراہی میں مبتلا ہوتا۔ اے اللہ دُنیا میں آپ نے صالحین کا ساتھ عطا فرمایا ہے اپنے کرم سے آخرت میں بھی اپنے صالحین کا ساتھ عطا فرمائیے۔ اے اللہ کتنے جرائم مجھ سے صادر ہوئے

اور آپ کی قدرتِ قاہرہ اس وقت مجھے دیکھ رہی تھی مگر آپ نے اپنے عفو و حلم کے دامن میں میرے ان جرائم کو ڈھانپ لیا اور مجھے رُسوا نہ فرمایا۔ اے اللہ میری لاکھوں جانیں آپ کے اس حلم پر قربان ہوں ورنہ آج بھی اگر میرے اترے پترے آپ خلق پر کھول دیں تو لوگ اپنے پاس بیٹھنے بھی نہ دیں اے اللہ اپنے کرم سے ایمان پر میرا خاتمہ مقدر فرما دیجئے۔ اے اللہ اپنے فضل سے جنّت میں دخولِ اوّلیں کو میرے لئے مقدر فرما دیجئے۔ غرض ایک ایک انعام کو سوچے کہ اللہ تعالیٰ نے مال و دولت عزّت و آبرُو صحت و عافیت وغیرہ عطا فرمائی ہے اور خوُب شکر کرے اور آخر میں اللہ تعالیٰ سے عرض کرے کہ اے اللہ آپ کے احسانات و انعامات غیر محدُود و لا متناہی ہیں جن کا استحضار بھی ممکن نہیں اے اللہ اس وقت جتنے احسانات کا استحضار ہو سکا اور جن لامتناہی احسانات کا استحضار نہ ہو سکا ان سب کا میں اپنے ہر بن مو سے اور ہر ذرّۂ کائنات کی زبان سے شکر ادا کرتا ہوں۔ بس اے اللہ اپنے کرم سے آپ میرے تزکیۂ نفس کا فیصلہ فرما دیجئے۔

۱۱: حفاظتِ نظر کا اہتمام

جو لوگ شہر میں آمد و رفت رکھتے ہوں وہ جب گھر سے نکلیں تو پہلے دو رکعت نماز حاجت پڑھ کر دُعا کرلیں کہ اے اللہ میں اپنی آنکھوں کو اور اپنے قلب کو آپ کی حفاظت میں دیتا ہوں اور آپ بہترین حفاظت کرنے والے ہیں دفتروں میں بازاروں وغیرہ میں حتی الامکان باوضو رہیں اور ذکر میں مشغول رہیں پھر بھی اگر کوتاہی ہو جائے تو واپسی پر اس سے استغفار کریں

اور ہر غلطی پر چار رکعت نفل نماز کا جُرمانہ مقرر کریں اور حسبِ حیثیت کچھ مالی جُرمانہ بھی ادا کریں یعنی صدقہ کریں اور اگر محفوظ رہیں تو شکر ادا کریں۔

۱۲: مراقبۂ فنائیتِ حُسن

اگر کبھی کسی حسین پر اچانک نظر پڑ جائے تو فوراً کسی بدصورت کو دیکھے۔ موجود نہ ہو تو تصور کرے کسی کالے کلوٹے کا کہ چیچک رو ہے چپٹی ناک ہے لمبے لمبے دانت ہیں، آنکھ کا کانا سر کا گنجا ہے موٹا اور بھدا جسم ہے، توند نکلی ہوئی ہے اور دست لگے ہیں مکھیاں بھِنک رہی ہیں۔ سوچے کہ اس محبوب کا جو آج حسین نظر آرہا ہے یہی حشر ہونے والا ہے اور یُوں بھی سوچے کہ یہ حسین جب مر جائے گا تو لاش گل سڑ کر کیسی بدنما ہو جائے گی اور کیڑے رینگتے نظر آئیں گے، پیٹ پھُول کر پھٹ جائے گا اور ایسی بدبُو ہو گی کہ ناک دینا مشکل ہو گا۔ پس ایسی فانی شے سے کیا دل لگانا۔ مگر کسی بدصورت کے تصور کا نفع وقتی ہو گا۔ پھر تقاضا دوبارہ ستائے گا۔ لہٰذا آئندہ تقاضے کو مضمحل اور کمزور کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ اس تقاضے پر ہمت کر کے عمل نہ کرے اور خدا تعالیٰ کو بہت یاد کرے اور خدا کے عذاب کے خیال کو دل میں جمائے اور کسی اللہ والے صاحبِ نسبت کی صُحبت اختیار کرے۔

۱۳: اصلاحِ نفس کا سب سے اہم نسخہ

اصلاح و تزکیۂ نفس کے لئے سب سے اہم نسخہ یہ ہے کہ کسی اللہ والے

کی صحبت میں وقتاً فوقتاً پابندی سے حاضری دیتا رہے اور اللہ کی محبت کی باتیں سنتا رہے کہ اہل اللہ کی صحبت کے بغیر اصلاحِ نفس اور دین پر استقامت عادۃً دشوار بلکہ ناممکن ہے۔ بلکہ جس اللہ والے سے مناسبت ہو اس سے اصلاحی تعلق قائم کرے یعنی اس کو اپنا دینی مشیر بنالے۔ اور اپنے حالات کی اطلاع اور جو علاج وہ تجویز کرے اس کی اتباع کرے اور اس پر اعتماد رکھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ بہت جلد تمام رُوحانی امراض کو شفا ہوگی۔ ذکر و معمولات پابندی سے کرتا رہے۔

نوٹ : اس دستور العمل میں جو ذکر بتایا گیا ہے وہ ایک صحت مند آدمی کے لئے ہے لیکن اگر کسی کو ضُعف یا مرض ہو تو مصلح کے مشورہ سے ذکر کی تعداد کم کر دیں۔ اس لئے یہ بات یاد رکھنے کی ہے کہ مصلح یا شیخ کے مشورہ کے بغیر یہ دستور العمل کچھ مفید نہیں لہٰذا کسی مصلح اللہ والے سے اطلاعِ حال و اتباعِ تجویزات و انقیاد کا سلسلہ بذریعہ صُحبت و مکاتبت جاری رہنا ضروری ہے۔

۱۴: مراقبۂ نقصاناتِ بدنگاہی

بدنگاہی کے نقصانات کو سوچا کریں کہ یہ ایسا مُہلک مرض ہے جس میں مُبتلا ہو کر بہت سے لوگ کفر پر مر گئے یعنی بدنگاہی کی نحوست سے عشقِ مجازی میں مُبتلا ہو کر آخری سانس تک خلاصی نہ پا سکے اور کلمہ کے بجائے منہ سے کچھ اور نکل گیا العیاذ باللہ۔ مُرشدی و مولائی حضرت اقدس مولانا شاہ ابرارالحق صاحب دامت برکاتہم نے حفاظتِ نظر کے لئے چند نہایت اہم ہدایات پر مشتمل ایک نسخہ مرتب فرمایا ہے اس کو یہاں نقل کرتا ہوں اس کو روزانہ ایک بار بہ نیتِ اصلاح پڑھ لیا کریں

عرض احقر برائے حفاظتِ نظر

مرتبہ

مُرشدی مولائی حضرت مولانا شاہ ابرار الحق صاحب مدظلہ العالی ناظم مجلس دعوۃ الحق ہردوئی

بدنگاہی کے مضرات اس قدر ہیں کہ بسا اوقات ان سے دُنیا اور دین دونوں برباد ہو جاتے ہیں۔ آجکل اس مرضِ رُوحانی میں مبتلا ہونے کے اسباب بہت زیادہ پھیلتے جا رہے ہیں اس لئے مناسب معلوم ہُوا کہ اس کے بعض مضرات اور اس سے بچنے کا مختصر علاج تحریر کر دیا جائے تاکہ اس کے مضرات سے حفاظت کی جا سکے۔ چنانچہ حسبِ ذیل اُمور کا اہتمام کرنے سے نظر کی حفاظت بسہولت ہو سکے گی۔

۱: جس وقت مستورات کا گذر ہو اہتمام سے نگاہ نیچی رکھنا خواہ کتنا ہی نفس کا تقاضا دیکھنے کا ہو۔ جیسا کہ اس پر عارف ہندی خواجہ عزیز الحسن صاحب مجذُوب نے اس طور پر متنبہ فرمایا ہے ؎

دین کا دیکھ ہے خطر اُٹھنے نہ پائے ہاں نظر
کُوئے بُتاں میں تُو اگر جائے تو سر جُھکائے جا

۲: اگر نگاہ اُٹھ جاوے اور کسی پر پڑ جائے تو فوراً نگاہ کو نیچا کر لینا خواہ کتنی ہی گرانی ہو، خواہ دم نکل جانے کا اندیشہ ہو۔

۳: یہ سوچنا کہ نگاہ کی حفاظت نہ کرنے سے دُنیا میں ذلّت کا اندیشہ ہے طاعات کا نور سلب ہو جاتا ہے، آخرت کی تباہی یقینی ہے۔

۴: بدنگاہی پر کم از کم ایک مرتبہ بارہ رکعت نفل پڑھنے کا اہتمام اور کچھ نہ کچھ حسبِ گنجائش خیرات اور کثرت سے استغفار۔

۵: یہ سوچنا کہ بدنگاہی کی ظلمت سے قلب کا ستیاناس ہو جاتا ہے اور یہ

ظلمت بہت دیر میں دُور ہوتی ہے حتیٰ کہ جب تک بار بار نگاہ کی حفاظت نہ کی جائے باوجود تقاضا کے اس وقت تک قلب صاف نہیں ہوتا۔

۶: یہ سوچنا کہ بدنگاہی سے میلان پھر میلان سے محبت اور محبت سے عشق پیدا ہوجاتا ہے اور ناجائز عشق سے دُنیا و آخرت تباہ ہوجاتی ہے۔

۷: یہ سوچنا کہ بدنگاہی سے طاعات ذکر شغل سے رفتہ رفتہ رغبت کم ہوجاتی ہے حتیٰ کہ ترک کی نوبت آجاتی ہے۔ پھر نفرت پیدا ہونے لگتی ہے۔

۱۵: مختصر تتمہ برائے علاجِ عشق مجازی

بدنگاہی کی نحوست سے اگر عشق مجازی میں مُبتلا ہوگیا ہو تو ایسی صورت میں مزید چند باتوں کا اہتمام کرنا ہوگا۔

۱: اس معشوق سے تعلق قطعاً ترک کردے یعنی اس سے بولنا چالنا، اس کو دیکھنا، اس سے خط و کتابت کرنا، اس کے پاس اُٹھنا بیٹھنا یا کبھی کبھی ملاقات کرنا، سب مطلقاً بند کردے حتیٰ کہ اگر کوئی دُوسرا شخص اس کا تذکرہ کرنے لگے تو اس کو روک دیا جائے اور اس سے اس قدر دُوری اختیار کی جاوے کہ ملاقات ممکن نہ ہو بلکہ غلطی سے اس پر نظر پڑنے کا بھی امکان نہ ہو۔ غرض بالکل قطع تعلق کرلیا جاوے۔

۲: اگر اس حسین کے آنے کا خطرہ ہو تو قصداً اس سے جھگڑا کرلے کہ اس سے دوستی کی اب اس کو کوئی اُمید باقی نہ رہے۔

۳: اس کا خیال قصداً نہ لائے نہ ماضی کے تصوّرات سے لُطف حاصل کرے کہ یہ دل کی خیانت گناہِ کبیرہ ہے جو دل کا ستیاناس کردیتا ہے اور اس کا ضرر بدنگاہی سے بھی زیادہ ہے۔

۴: عِشقیہ اشعار و عِشقیہ قصے و ناول نہ پڑھے، سینما، ٹی وی، وی سی آر، عُریاں و شہوت کو بھڑکانے والی تصاویر سے مکمل پرہیز کرے اور ایسے ماحول سے جہاں عُریانی و نافرمانی ہو دُور رہے۔ نافرمانوں کی صُحبت میں نہ رہے۔

۵: دُنیا کے حسینوں کی بے وفائی کو سوچے کہ ان پر کوئی لاکھ جان و مال اور دولت و عزت سب قربان کر دے لیکن اگر ان کا دل کسی اور سے لگ گیا یا کوئی زیادہ مالدار انہیں مل گیا تو یہ سابق عاشق سے آنکھیں چُرانے لگتے ہیں اور بعض اوقات اس سے پیچھا چھڑانے کے لئے اس کو زہر کھلا کر ہلاک کر دیتے ہیں۔

۶: اگر وہ محبوب مر گیا تو آپ اس کو جلد سے جلد قبرستان کے حوالے کر دیتے ہیں اور اگر آپ پہلے مر گئے تو وہ معشوق آپ کی لاش سے متنفر ہو جائے گا۔ اور اگر دونوں میں سے کسی ایک کا بھی حسن زائل ہو گیا تو سارا عشق رفوچکر ہو جاتا ہے کیسی عارضی محبت ہے۔ حضرت حکیم الامت تھانویؒ نے التشرف بمعرفۃ احادیث التصوف حصہ سوم صفحہ ۲۴۲ پر ایک حدیث پاک نقل کی ہے۔ اَحْبِبْ مَنْ شِئْتَ فَاِنَّکَ مُفَارِقُهٗ تم جس سے چاہو محبت کر لو ایک دن اس سے جُدا ہونے والے ہو۔

۷: اور اس دستور العمل کے باقی تمام مذکورہ اعمال کو پابندی سے کرتا رہے۔ رفتہ رفتہ تقاضے گھٹتے جائیں گے اور یہ تمنا نہ کرے کہ تقاضے بالکل ہی ختم ہو جائیں۔ مطلوب صرف اتنا ہے کہ تقاضے اتنے مغلوب اور کمزور ہو جائیں جو بآسانی قابو میں آجائیں اور مذکورہ طریقوں پر عمل کرنے سے ایک دن انشاء اللہ تعالیٰ نفس قابو میں آجائے گا اور غیر اللہ کی محبت

سے نجات حاصل ہو جائے گی اور وہ انعامات قلب و رُوح کو محسوس ہوں گے جو ہر وقت رُوح پر وجد طاری رکھیں گے اور قلب کو ایسا سکون عطا ہو گا جو بادشاہوں نے خواب میں بھی نہیں دیکھا اور ایسا معلوم ہو گا کہ کوئی دوزخی زندگی جنتی زندگی سے تبدیل ہو گئی ؎

نیم جاں بستاند و صد جاں دہد
انچہ در وہمت نیاید آں دہد

ترجمہ : اللہ تعالیٰ مجاہدات میں صرف آدھی جان لیتے ہیں لیکن اس کے بدلہ میں سیکڑوں جانیں عطا کرتے ہیں اور باطن کو ایسی نعمتیں عطا فرماتے ہیں جو تمہارے وہم و گمان میں نہیں آسکتیں۔

اب دُعا کرتا ہوں کہ حق تعالیٰ اس دستور العمل کو رذائلِ نفس سے خلاصی کا اپنے بندوں کے لئے بہترین ذریعہ بنا دیں اور غیر اللہ کے علائق سے نجات عطا فرما دیں اور اس خدمت کو شرفِ قبول عطا فرما دیں۔

وَاٰخِرُ دَعْوَانَا اَنِ الْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِيْنَ

نوٹ

روزانہ دو نفل پڑھ کر خوب گڑگڑا کر اپنی اصلاح و تزکیۂ نفس کے لئے دُعا کریں کیونکہ بغیر اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم کے کسی شخص کا نفس پاک نہیں ہو سکتا۔ یہ نعمت اللہ کے فضل و رحمت کے بغیر کوئی نہیں پا سکتا۔