

سوال

میں ایک مسلمان لڑکی ہوں اور غیر اسلامی ملک میں رہائش پذیر ہوں اللہ تعالیٰ نے مجھ پر کرم کیا کہ میں پچھلے برس صراط مستقیم پر آئی ہوں (میں نے اسلامی شعرا پرانے شروع کر دیے ہیں) حالانکہ میں ایک مسلمان گھرانے میں ہی پیدا ہوئی تھی (جو بھی حالات ہوں پچھلے چند مہینوں میں میرا ایمان بہت ہی زیادہ کمی کا شکار ہو چکا ہے - اور الحمد للہ میں نے اسلامی تعلیمات پر عمل نہیں چھوڑا لیکن وسوسے مجھے ڈراتے کسی کام کا نہیں چھوڑتے میں نے بعض دعائیں بھی پڑھیں ہیں جن کا اثر بھی ہوا لیکن میری ان وسوسوں سے مکمل جان نہیں چھوٹی - میں یہ محسوس کرتی ہوں کہ مجھے اپنے ارد گرد کی ہر چیز سے بہت خوف آتا ہے (خاص طور پر کفار اور ان طریقوں سے) مجھے کوئی علم نہیں کہ وہ کون سی چیز ہے جو مجھے یہ محسوس کراتی ہے ؟

میں اسے حقیقی طور پر پسند نہیں کرتی مجھے بہت ہی زیادہ خطرہ ہے کہ میں کہیں گمراہ نہ ہو جاؤں --- میں بعض اوقات اپنے اندر مغربی افکار پاتی ہوں ، مجھے اب معلوم ہوا ہے کہ شیطان مجھے تنگ کر رہا ہے ، لیکن میں یہ جاننا چاہتی ہوں کہ میں اس سے کس طرح چھٹکارا پاسکتی ہوں ؟

جیسا کہ میں نے پہلے بھی ذکر کیا ہے کہ کچھ آیات اور دعائیں پڑھیں ہیں لیکن ابھی تک کوئی فرق نہیں پڑا --- مجھے علم ہے کہ یہ سب کچھ کسی غلطی کے سبب ہے جو مجھ سے ہو رہی ہے میں صرف یہ معلوم کرنا چاہتی ہوں کہ وہ غلطی کون سی ہے ؟

اگر آپ کے پاس اس موضوع کے بارہ میں کوئی تجویز ہو تو آپ مجھے بتائیں اللہ تعالیٰ آپ کو جزائے خیر عطا فرمائے اور اللہ تعالیٰ سے دعا گو ہوں کہ وہ ہمیں صحیح راستہ کی راہنمائی فرمائے - آمین -

پسندیدہ جواب

الحمد للہ.

اللہ تبارک و تعالیٰ نے انسان کو دنیا میں اپنی عبادت اور اطاعت کرنے کے لیے جو کچھ ممکن ہوا عطا فرمایا تو اللہ تعالیٰ نے اسے قدرت نفس دی اور اس کی خلقت بھی اچھی اور بہتر بنائی اور اس کے بعد اللہ تعالیٰ نے مخلوق کی طرف رسول مبعوث فرمائے جو کہ انہیں عبادت اور اطاعت کے طریقے بتائیں اور مخلوق کی طرف اپنی کتابیں نازل فرمائیں اور انہیں فہم و فراست علم و معرفت اور سمجھ کی قدرت عطا فرمائے -

تو بندے پر واجب اور ضروری ہے کہ وہ ایسے اسباب تلاش کرے جو اطاعت اور ایمان کے راستے میں لے جانے میں

مددگار معاون ثابت ہوں ، ان اسباب میں سے چند ایک ذیل میں دیے جاتے ہیں :

1 - فرائض شرعیہ اور واجبات کی ادائیگی اور ان کی حفاظت کی کوشش

2 - حرام کردہ اشیاء اور معاصی و گناہوں سے بچنے اور دور رہنے سے انسان کے دل پر بہت اثر پڑتا ہے -

3 قرآن کریم کی تلاوت کرنا یہاں پر یہ خیال رہے کہ تلاوت کلام پاک وہ نفع مند ہوتی ہے اور اپنا اثر بھی چھوڑتی ہے جس میں دوران تلاوت آیات پر غور و فکر اور تدبر بھی پایا جائے ، اللہ سبحانہ و تعالیٰ نے مومنوں پر قرآن کریم کے اثر کے متعلق کچھ اس طرح خبر دی ہے :

اور جب ان پر آیات کی تلاوت کی جاتی ہے تو ان کے ایمان میں زیادتی ہوجاتی ہے -

اور ایک دوسرے مقام پر کچھ اس طرح فرمایا :

اللہ تعالیٰ نے بہترین کلام نازل فرمایا ہے جو ایسی کتاب ہے کہ آپس میں ملتی جلتی اور بار بار دہرائی ہوئی آیتوں کی ہے جس سے ان لوگوں کے رونگٹے کھڑے ہوجاتے ہیں جو اپنے رب کا خوف رکھتے ہیں آخر میں ان کے جسم اور دل اللہ تعالیٰ کے ذکر کی طرف نرم ہوجاتے ہیں الزمر (23)

4 - اللہ تعالیٰ سے دعا اور اس کی طرف رجوع کریں - اس سلسلے میں نبی صلی اللہ علیہ وسلم سے ثابت شدہ ادعیہ میں سے ایک یہ بھی ہے :

نبی صلی اللہ وسلم نے فرمایا :

جس کسی کو بھی کبھی کوئی غم و پریشانی ہو تو وہ یہ دعا پڑھے تو اللہ تعالیٰ اس کے سب غم و پریشانی دور کر دے گا اور اس کے بدلے میں اسے آسانی فراہم کرے گا -

راوی کہتے ہیں کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم سے کہا گیا کیا ہم اسے یاد نہ کر لیں ؟ تو نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا جو بھی اسے سنے اس کے لیے ضروری ہے کہ وہ اسے یاد کرے -

(اللهم إني عبدك وابن عبدك وابن أمتك ناصيتي بيدك ماض في حكمك عدل في قضاؤك أسألك بكل اسم هو لك سميت به نفسك أو علمته أحدا من خلقك أو أنزلته في كتابك أو استأثرت به في علم الغيب عندك أن تجعل القرآن ربيع قلبي ونور صدري وجلاء حزني وذهاب همي)

(اے اللہ میں تیرا بندہ ، اور تیرے بندے کا بیٹا ، اور تیری بندی کا بیٹا ہوں تیرا حکم مجھ میں جاری ہے میرے بارے

میں تیرا فیصلہ عدل وانصاف پر مبنی ہے ، میں تجھ سے تیرے ہر اس خاص نام کے ساتھ سوال کرتا ہوں جو تو نے خود اپنا نام رکھا ہے یا اسے اپنی کتاب میں نازل فرمایا ہے ، یا اپنی مخلوق میں کسی ایک کو سکھایا ہے ، یا علم غیب میں اس کو اپنے پاس رکھنے کو ترجیح دی ہے ۔

کہ تو قرآن کو میرے دل کی بہار اور میرے سینے کا نور اور میرے غم کو دور کرنے والا اور میرے فکر کو لے جانے والا بنا دے) -

6 - دنیا سے تعلق میں کمی کرنے کی کوشش کرنا - اور آخرت سے اپنے تعلق کو جوڑنے کی کوشش کرنا ، اس لیے کہ دنیا میں مشغول ہونے والے کے غم و پریشانی میں اضافہ ہوتا ہے اور ان مشکلات سے دوچار ہوتا ہے جو اس کے ذہن کو مشغول اور بکھیر دیتا ہے ۔

7 - ایسے اسباب پر عمل پیرا ہونا جو شرح صدر اور ہم و غم کو ختم کر دیں ، جن میں سے چند ایک یہ ہیں :

نیک اور صالح لوگوں کے ساتھ اٹھنا بیٹھنا اور نفس کو مباح چیزوں سے راحت دینا ، اور اکٹھا ہونے والی اشیاء سے دور رہنا ۔

اور جب کوئی شخص کسی نفسیاتی ڈاکٹر کے مشورہ کرنے کی ضرورت محسوس کرے تو اس میں کوئی حرج نہیں لیکن کچھ ڈاکٹروں کے غلط اور منحرف قسم کے مشوروں سے بچنا ضروری ہے ۔

واللہ اعلم .