# دل کا سکون کیسے حاصل کریں؟

مولانا محمد یعقوب خاصخیلی

’’خبردار! (سن لو) انسان کے جسم میں ایک لوتھڑا ہے، اگر وہ درست ہے تو سارا جسم ٹھیک ہے، اگر وہ خراب ہے تو پورا بدن ناکارہ ہے۔ خبردار، سن لو! وہ دل ہے۔‘‘ انسان کے جسم میں دل کا کردار بہت عظیم ہے۔ قلب، انسانی بدن میں تمام اعضا کا سردار ہے، جسم کے تمام اعضا کا دارومدار اسی پر ہے، اسی لیے حضور ﷺ نے امت کو دل کے بارے میں ہدایات دیں۔ یہ دل کیا ہے؟ یہ پٹھوں کے مجموعے پر مشتمل ایک ایسا عضو ہے جو انسانی بدن کو مسلسل خون پہنچاتا ہے۔ یہ انسانی تن میں موجود خون کے نظامِ گردش کے درمیان واقع ہے۔ یہ پورا نظام، خون کی رگوں کے ایک جال پر مشتمل ہے۔ خون‘ دل سے پورے انسانی بدن کے مختلف حصوں سے ہوتا ہوا پھر واپس دل کی طرف لوٹتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے دل کا نظام ایسا رکھا ہے کہ اس میں غور کرتے ہوئے انسان کی عقل حیران رہ جاتی ہے۔ تحقیق کے مطابق دل‘ ایک دن میں ایک لاکھ مرتبہ سکڑتا اور پھیلتا ہے۔ دل‘ ہر منٹ میں تقریباً پانچ یا چھ ہزار کوارٹر گیلن خون انسانی بدن کے مختلف اعضا تک پہنچاتا ہے۔

انسان کے جسم میں یہ واحد عضو ہے جس کی حرکت پر انسانی زندگی کی بقا ہے۔ اس کا حجم انسانی مٹھی جتنا ہے، جسے انسان آسانی سے اپنے ہاتھ میں تھام سکتا ہے۔ یہ دل ہی ہے اگر اس کی حفاظت نہ کی جائے تو ظاہری و باطنی امراض میں مبتلا ہوسکتا ہے۔ ظاہری مرض تب ہوتا ہے، جب دل کی نالی تنگ ہوجاتی ہے، جس کے سبب خون کا بہاؤ کم ہوجاتا ہے، نتیجے کے طور پر سینے میں درد شروع ہوجاتا ہے اور سانس مشکل سے آنے لگتا ہے۔ اس کے نتیجے میں دل کا دورہ پڑ جاتا ہے، جسے انگریزی میں Heart Attack کہتے ہیں۔ صرف امریکا میں سالانہ ایک ملین افراد اس مرض کا شکار ہوتے ہیں۔ ظاہری مرض کا علاج ڈاکٹر اور حکیم کرتے ہیں، جن پر انسان ہزاروں روپے پانی کی طرح بہا دیتے ہیں۔

دل کے باطنی امراض بھی بہت ہیں، جن میں اکثر انسان مبتلا ہیں، جن کا احساس بھی انسان کو کم ہی ہوتا ہے، جیسے: کینہ، بغض، عداوت، دشمنی، حسد اور تکبر ہے۔ یہ ایسے امراض ہیں جو بغیر توبہ اور اصلاح کے ختم نہیں ہوتے۔ حدیث مبارک سے بھی یہی مراد ہے۔ اس کا علاج بہت ضروری ہے۔ پوری دنیا ان

www.banuri.edu.pk

امراض میں مبتلا ہے۔ آج پوری دنیا سکون وراحت کی تلاش میں ماری ماری پھر رہی ہے، آرام وسکون کیسے حاصل ہوگا؟ جبکہ ہم نے اپنے دل کو بغض، عداوت، حسد، کینہ اور تکبر جیسے گناہ سے جو بھر رکھا ہے۔

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت مروی ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

''إیاکم والحسد فإن الحسد یأکل الحسنات کما تأکل النار الحطب''۔

''اپنے آپ کو حسد سے بچاؤ! اس لیے کہ حسد نیکیوں کو اس طرح کھا جاتا ہے جس طرح آگ خشک لکڑیوں کو کھا جاتی ہے۔''

یہ حسد ہے جو تمام نیکیوں کو برباد کر دیتا ہے، ساری محنت پر پانی پھیر دیتا ہے، جیسا کہ ایک بزرگ نے خوب کہا ہے کہ سب سے پہلی چیز کبر ہے، اس لیے کہ شیطان تکبر کی وجہ سے برائی اور نافرمانی میں مبتلا ہوا۔ دوسری چیز آدمی کا لالچ ہے، کیونکہ آدم علیہ السلام نے لالچ کی وجہ سے پھل کھایا اور جنت سے نکالے گئے۔ تیسری چیز آدمی کا حسد ہے، کیونکہ دنیا میں سب سے پہلا خون حسد کی وجہ سے ہوا۔ قابیل نے ہابیل سے حسد کیا کہ اس کو وہ چیز کیوں مل رہی ہے جو مجھے نہیں مل رہی، اس نے چاہا کہ یہ اس کو نہ ملے، اسی بات نے اُسے پہلے خون پر آمادہ کیا۔ یہ حسد بنیادی چیز ہے جو بہت سارے برے اعمال، اخلاقی برائیوں اور انسانوں کے ساتھ تعلقات میں اپنا کردار ادا کرتی ہے تو ان سب سے ہمیں بچنا چاہیے۔

دل تو ابتدا ہی سے بالکل خالی پیالے کی طرح تھا، ہم نے خود اس میں لذات کا اضافہ کیا ہے، اللہ تعالیٰ اور اس کے رسول صلی اللہ علیہ وسلم کی محبت کی جگہ ہی نہیں رکھی۔ دل کا سکون حاصل کرنے کے لیے ایک ملک سے دوسرے ملک سیر وتفریح کی غرض سے سفر کرتے ہیں۔ آج کا مسلمان، بیہودہ فلموں اور حیا باختہ گانوں میں اپنا سکون تلاش کرتا ہے، اسی کو اپنا مقصدِ حیات بنایا ہوا ہے، حالانکہ اس میں سکون رکھا ہی نہیں۔ سکون اور اطمینان قلب وہاں ڈھونڈنا چاہیے جہاں اللہ تعالیٰ نے رکھا ہے۔ قرآن مجید میں اللہ تبارک وتعالیٰ فرماتے ہیں:

''أَلَا بِذِكْرِ اللّٰهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوْبُ''۔ (الرعد: ۲۸)

''خبردار! (سن لو) اللہ کے ذکر ہی سے دل سکون واطمینان پاتے ہیں''۔

آپ دنیا کا جائزہ لیجیے! خدا کی ذات کو یاد کرنے والے کتنے لوگ چین وآرام کی زندگی پاتے ہیں، ان کو کسی قسم کی پریشانی نہیں ہوتی۔ ہر وقت اللہ تعالیٰ کے ذکر اور عبادت میں مصروف رہتے ہیں۔ سکون واطمینان اللہ کے گھر اور وہاں ہوتا ہے جہاں اللہ اور اس کے رسول صلی اللہ علیہ وسلم کی بات کی جاتی ہے۔ اولیاء اللہ کی صحبت میں جا کر اپنی اصلاح کروایئے! تاکہ دل ان مہلک امراض سے خالی ہو جائے۔ یہی ان مہلک امراض باطنی کے ماہر ہیں جو خانقاہوں میں بیٹھے اللہ کے ذکر سے لوگوں کے دلوں کو روشن کرتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ ہمارے دلوں کو اپنے ذکر سے منور فرمائے۔ آمین