

بد نظری

میرزا کاظمی نے لکھا ہے کہ جو آدمی بد نظری سے پرہیز کرے وہ دنیا کی ہر بات سے بے رغبت رہے گا



مکتبہ ملت دیوبند

پو پی ۲۴۵۵۲ (انڈیا)

بد نظری

مصنف

حضرت مولانا پیر ذوالفقار احمد نقشبندی

ناشر



مکتبہ ملیّت دیوبند
MAKTABA MILLAT

تفصیلات

نام : بد نظری

مصنف : حضرت مولانا پیر ذوالفقار احمد نقشبندی

تعداد : گیارہ سو

باہتمام : مولانا انعام الہی قاسمی

کمپیوٹر کتابت : کمٹیک کمپیوٹرز دیوبند

ملنے کا پتہ



مکتبہ ملت دیوبند

MAKTABA MILLAT

DEOBAND-247554 DIST. SAHARANPUR (U.P.)

PHONE: 01336-225268 (off.) 223268 (resi.)

اجمالی فہرست

5	بد نظری
5	نظری حفاظت سے متعلق آیات
7	نظری حفاظت سے متعلق احادیث
8	اچانک نظر معاف ہے
8	بد نظری فساد کا بیج ہے
9	بد نظری زنا کی پہلی یزیدی ہے
9	بد نظری سے بچنے پر حلاوت ایمان
10	بد نظری سے کبھی سیری نہیں ہوتی
10	بد نظری دھم کو گہرا کرتی ہے
11	بد نظری سے بوڑھے بھی محفوظ نہیں
12	بد نظری سے توفیق عمل چھن جاتی ہے
13	بد نظری سے قوت حافظہ کمزور ہوتا ہے
13	بد نظری ذلت خواری کا سبب ہے
14	بد نظری سے برکت ختم ہو جاتی ہے
14	بد نظری کرنے والے سے شیطان پر امید رہتا ہے
15	بد نظری سے نیکی برباد گناہ لازم
15	بد نظری سے اللہ تعالیٰ کی غیرت بھڑکتی ہے
15	بد نظری کرنے والا ملعون ہوتا ہے
16	بد نظری کو لوگ خفیف سمجھتے ہیں
16	بد نظری سے بد معاشی تک
16	بد نظری سے جسم میں بدبو
17	بد نظری کی نقد سزا
18	بد نظری کی وجہ سے قرآن بھول گیا
18	بد نظری اور تصادیر
19	بد نظری اور حسن پسندی کا دھوکہ

19	بد نظری کی نحوست
20	بد نظری کا عبرت ناک انجام
21	بد نظری پر غیر معینہ سزا
21	بد نظری کا اثر دل پر
22	بد نظری اور بے نور چہرہ
22	بد نظری سے پرہیز کا انعام
22	بد نظری میں غایت احتیاط
23	بد نظری سے ہاتھی بھی پھسل جاتا ہے
24	بد نظری کے تین بڑے نقصانات
25	بد نظری سے متعلق اقوال سلف
26	بد نظری کا علاج
27	قرآن مجید کی روشنی میں
31	حدیث پاک کی روشنی میں
32	اقوال سلف کی روشنی میں
32	خیال بدلانا
33	نفس کو سزا دینا
34	راقم الحروف کے چند مزید مجرب نسخے
34	بد نظری کے موقع سے بچے
35	بیوی کو خوش رکھے
36	اپنے آپ کو بے طمع کر لے
36	خوری کی خوبیوں کا تصور
37	دیدار الہی سے محرومی کا تصور
38	اپنی ماں بیٹی کا تصور کرو
38	آنکھوں میں سلائی پھیرنے کا تصور کریں
38	اصول کی بات
39	اپنے نفس سے مناظرہ
40	مراقبہ معیت
40	ایک مغالطہ

بد نظری

انسانی آنکھیں جب بے لگام ہو جاتی ہیں تو اکثر فواحش کی بنیاد بن جاتی ہیں۔ اسی لئے محققین کے نزدیک بد نظری ”ام الخبائث“ کی مانند ہے۔ ان دوسو راخوں سے ہی فتنے کے چشمے ابلتے ہیں اور ماحول و معاشرے میں عریانی و فحاشی کے پھیلنے کا سبب بنتے ہیں اسلام نے ان دوسو راخوں پر پہرہ بٹھا دیا۔ یہ بھی اسلامی تعلیمات کا حسن و جمال ہے کہ ہر مؤمن کو نگاہیں نیچی رکھنے کا حکم دیا۔ نہ ہی غیر محرم پر نظر پڑے اور نہ ہی شہوت کی آگ بھڑکے نہ رہے بانس نہ بجے بانسری، اصولی بات ہے کہ (برائی کو ابتدا ہی میں ختم کرو) Nip the evil in the bud.

عام مشاہدہ ہے کہ جن لوگوں کی نگاہیں بے قابو ہوتی ہیں ان کے اندر شہوت کی آگ بھڑکتی رہتی ہے حتیٰ کہ انہیں فحاشی کا مرتکب کر دیتی ہے۔

نظر کی حفاظت سے متعلق آیات

ارشاد باری تعالیٰ ہے

قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ (سورۃ نور)

(ایمان والوں سے کہہ دیجئے کہ اپنی نگاہیں نیچی اور شرمگاہوں کی حفاظت کریں اس میں ان کے لئے پاکیزگی ہے۔ بے شک اللہ تعالیٰ کو خبر ہے اس کی جو کچھ وہ کرتے ہیں) قرآن مجید کی یہ آیت مؤمنین کے لئے ایک کامل مکمل پیغام ہے۔ مفسرین نے لکھا ہے کہ اس آیت میں تادیب، تنبیہ اور تہدید کا بیان ہے جس کی تفصیل درج ذیل ہے۔

تادیب : آیت کے ابتدائی حصے میں تادیب ہے۔ مؤمنین کو ادب سکھایا گیا ہے کہ جن چیزوں کا دیکھنا ان کے لئے جائز نہیں ان سے اپنی نگاہیں نیچی رکھیں۔ بندوں کو یہی زیب دیتا ہے کہ اپنے آقا کی فرماں برداری کریں۔ اس سے یہ بھی معلوم ہوا کہ غض بصر ابتدا ہے اور حفاظت فرج انتہاء ہے۔ گویا یہ دونوں لازم و ملزوم ہیں۔ پس جس کی نگاہ قابو میں نہیں اس کی شرمگاہ قابو میں نہیں۔

تنبیہ : ذَلِکَ اَنْ کَسی لَہُم میں تنبیہ ہے۔ کہ غضب بصر کا فائدہ یہ ہے کہ دلوں میں پاکیزگی آئے گی۔ گناہ کا وسوسہ ہی نہیں پیدا ہوگا۔ اس میں ان کا اپنا فائدہ ہے۔ عبادت میں یکسوئی نصیب ہوگی، نفسانی، شیطانی، شہوانی وساوس سے جان چھوٹ جائے گی اور اگر اس ہدایت پر عمل نہیں کریں گے تو بد نظری کی وجہ سے سکون قلب سے محروم ہو جائیں گے۔ دل میں حسرتوں کی بھرمار ہوگی۔ فتنے میں پڑنے کا اندیشہ قوی ہوگا۔

تہدید : اِنَّ اللہَ خَبِیْرٌ بِمَا یَصْنَعُوْنَ میں تہدید ہے۔ پروردگار عالم کی طرف سے تنبیہ ہے کہ اگر بندوں نے اس ہدایت کی پرواہ نہ کی تو یاد رکھیں کہ اللہ رب العزت غافل نہیں وہ ان کی تمام کاروائیوں سے واقف ہے۔ وہ نافرمانوں سے نمٹنا اچھی طرح جانتا ہے۔

یہ بات ذہن نشین رہے کہ اگر اسلام نے مردوں کو واشگاف الفاظ میں اپنی نگاہیں نیچی رکھنے کا حکم دیا ہے تو عورتوں کو بھی فراموش نہیں کیا۔ چونکہ مرد اور عورت دونوں کا خمیر ایک ہی ہے لہذا عورت کی فطرت میں بھی شہوت رکھی گئی ہے۔ ان کے بارے میں ارشاد باری تعالیٰ ہے۔

وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ یَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَیَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ

(ایمان والیوں سے کہہ دیجئے کہ اپنی نگاہیں نیچی رکھیں اور اپنی شرم گاہوں کی حفاظت کریں) ان دونوں آیات کا لب و لہجہ اس حقیقت کو واضح کر رہا کہ آنکھوں کی پیبا کی شہوت میں انتشار اور شرم گاہ میں ابھار پیدا کرتی ہے۔

ایسی حالت میں انسانی عقل پر پردہ پڑ جاتا ہے۔ شہوت کھلی آنکھوں کے باوجود انسان کو اندھا بنا دیتی ہے۔ انسان گناہ کا ارتکاب کر کے ذلت و رسوائی کے گڑھے میں جا گرتا ہے۔ شہوت کے معاملہ میں جو حال مردوں کا ہے کم و بیش وہی حال عورتوں کا ہے۔ عورتیں عموماً جذباتی ہوتی ہیں جلد متاثر ہو جاتی ہیں ان کی نگاہیں میلی ہو جائیں تو زیادہ فتنے جگاتی ہیں لہذا انہیں بھی چاہئے کہ اپنی نگاہیں نیچی رکھیں امام غزالی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں۔

ثم عليك وفقك الله وایانا بحفظ العين فانها سبب كل فتنة وآفة (منہاج العابدین ۲۸) (پھر تو آنکھ کی ضرور حفاظت کر اللہ تجھے اور ہمیں توفیق عطا فرمائے کیوں کہ یہ ہر فتنے اور آفت کا سبب ہے۔)

اس سے معلوم ہوا کہ آنکھوں کا فتنہ نہایت مہلک ہے اور اکثر فتنوں اور آفتوں کا بنیادی سبب ہے۔

نظری حفاظت کے متعلق احادیث

نبی علیہ السلام کا ارشاد گرامی ہے۔

غَضُّواْ أَبْصَارِکُمْ وَاحْفَظُواْ فُرُوجَکُمْ (الجواب الکافی ۲۰۴)

(اپنی نگاہوں کو پست رکھو اور اپنی شرم گاہ کی حفاظت کرو)

حافظ ابن القیم تحریر فرماتے ہیں۔

نگاہ شہوت کی قاصد اور پیامبر ہوتی ہے اور نگاہ کی حفاظت دراصل شرم گاہ اور شہوت کی جگہ کی حفاظت ہے۔ جس نے نظر کو آزاد کر دیا اس نے اس کو ہلاکت میں ڈال دیا۔ نظر ہی ان تمام آفتوں کی بنیاد ہے جس میں انسان مبتلا ہوتا ہے۔ (الجواب الکافی ۲۰۴)

۲۔ نبی ﷺ کا ارشاد گرامی ہے۔

النَّظْرَةُ سَهْمٌ مَسْمُومٌ مِنْ سَهَامِ ابْلِیْسَ (الجواب الکافی ۲۰۴)

(نظر ابلیس کے تیروں میں سے ایک زہر آلود تیر ہے)

۳۔ بعض سلف کا قول ہے۔

النَّظْرَةُ سَهْمٌ سَمَّ إِلَى الْقَلْبِ (ابن کثیر ۳/۲۸۳)

(نگاہ ایک تیر ہے جو دل میں زہر ڈال دیتا ہے)

۴۔ نبی علیہ السلام کا ارشاد گرامی ہے۔

الْعَيْنَانِ زَنَا هُمَا النَّظَرُ (مسلم)

(آنکھوں کا زنا دیکھنا ہے۔)

اس حدیث پاک سے معلوم ہوا کہ جو شخص کسی غیر محرم کے چہرے پر شہوت بھری نگاہ ڈالتا ہے وہ اپنے دل میں اس کے ساتھ زنا کر چکا ہوتا ہے۔ سلف صالحین نے نگاہ کو ”برید العشق“ یعنی عشق کا پیامبر کہا ہے۔

زلیخا اگر حضرت یوسف علیہ السلام کے چہرے پر نظر نہ ڈالتی تو جذبات کے ہاتھوں بے قابو ہو کر گناہ کی دعوت نہ دیتی۔ چند لحوں کی بیتابی نے اس کے رسوا کن قول کا تذکرہ قرآن مجید میں کروادیا۔ بے حیائی والے کام کی نسبت قیامت تک اس کی طرف ہوتی رہے گی۔

عبرت حاصل کرنی چاہئے کہ بد نظری کی رسوائیاں کتنی بڑی اور کتنی بری ہیں۔

تا ہے پھر معاملہ اس کے بعد بے اختیاری والا ہو جاتا ہے۔

چلے کہ ایک نظری تیری بزم دیکھ آئیں
یہاں جو آئے تو بے اختیار بیٹھ گئے
اس لئے بہتر ہے کہ پہلی نظر سے ہی بچا جائے۔ خطرے میں پڑنا محتاط لوگوں کا کام نہیں ہوتا۔
بد نظری زنا کی پہلی سیڑھی ہے

نبی علیہ السلام کا ارشاد گرامی ہے:

الْعَيَانُ زَنَا هُمَا النَّظَرُ وَالْأَذْنَانُ زَنَا هُمَا الْإِسْمَاعُ وَاللِّسَانُ زَنَا هُمَا الْكَلَامُ
وَالْيَدُ زَنَا هُمَا الْبَطْشُ وَالرَّجُلُ زَنَا هُمَا الْخَطَاوَالْقَلْبُ يَهْوَى وَيَتَمَنَّى وَيَصْدُقُ
وَيَتَصَدَّقُ ذَلِكَ الْفَرْجُ أَوْ يُكَذِّبُهُ

(آنکھوں کا زنا دیکھنا ہے، کانوں کا زنا سننا ہے، زبان کا زنا بات کرنا ہے، ہاتھ کا زنا پکڑنا
ہے، پاؤں کا زنا چلنا ہے، دل آرزو اور تمنا کرتا ہے، شرمگاہ اس کی تصدیق یا تکذیب کرتی ہے)
(مشکوٰۃ: ج ۱، ص ۳۲)

امام غزالی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں: ”نظر کھٹک پیدا کرتی ہے، کھٹک سوچ کو وجود بخشی
ہے، سوچ شہوت کو ابھارتی ہے اور شہوت ارادہ کو جنم دیتی ہے“

اس سے معلوم ہوا کہ زنا کا ارادہ تب ہوتا ہے جب انسان غیر محرم کو دیکھتا ہے۔ اگر دیکھے گا
ہی نہیں تو ارادہ ہی نہیں ہوگا پس معلوم ہوا کہ بد نظری زنا کی پہلی سیڑھی ہے۔ مثل مشہور ہے کہ دنیا
کا سب سے لمبا سفر ایک قدم اٹھانے سے شروع ہوتا ہے۔ اس طرح زنا کا سفر بد نظری کرنے
سے شروع ہوتا ہے۔ مؤمن کو چاہئے کہ پہلی سیڑھی چڑھنے سے ہی پرہیز کرے۔

بد نظری سے بچنے پر حلاوت ایمان

مسند احمد میں نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد گرامی ہے

مَأْمِنٌ مُسْلِمٌ يَنْظُرُ إِلَى مُحَاسِنِ الْمَرْأَةِ أَوَّلَ مَرَّةٍ ثُمَّ يَغْضُ بَصَرَهُ إِلَّا أَحَدَتْ
اللَّهُ لَهُ عِبَادَةٌ يَجِدُ حَلَاوتَهَا (مشکوٰۃ: ۲۷۰)

(کوئی مسلمان جب پہلی مرتبہ کسی عورت کی خوبصورتی دیکھے پھر اپنی نگاہ پست کر لے تو اللہ تعالیٰ

اچانک نظر معاف ہے

کئی مرتبہ ایسا ہوتا ہے کہ راہ دچلتے یا آتے جاتے غیر محرم عورت سامنے آ جاتی ہے تو اس کے
چہرے پر نظر پڑ جاتی ہے۔ ایسی صورتحال کے بارے میں حضرت علی رضی اللہ عنہ نے نبی علیہ
السلام سے سوال پوچھا تو نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا

يَا عَلِيُّ لَا تَتَّبِعِ النَّظْرَةَ النَّظْرَةَ فَإِنَّ لَكَ الْاُولَىٰ وَلَيْسَتْ لَكَ الْاٰخِرَةُ
(مشکوٰۃ: ۲۱۹)

(اے علی! ایک مرتبہ نظر پڑ جانے کے بعد پھر دوبارہ نہ دیکھو کیونکہ تمہارے لئے صرف پہلی
نظر معاف ہے دوسری نہیں)

اس سے معلوم ہوا کہ پہلی اچانک نظر معاف ہے اور اگر کسی وقت پہلی نظر ہی ارادہ ڈالی گئی تو وہ
بھی حرام ہوگی اور پہلی نظر معاف ہونے کا یہ مطلب بھی نہیں کہ پہلی نظر ہی اتنی بھر پور ہو کہ دوبارہ دیکھنے
کی ضرورت ہی نہ رہے۔ صرف اتنی بات ہے کہ اچانک نظر پڑ گئی تو نظریں فوراً ہٹانے کا حکم ہے۔

حضرت جریر رضی اللہ عنہ بن عبد اللہ الجعفی کہتے ہیں میں نے نبی علیہ السلام سے پوچھا کہ جو
نظر دفعہ پڑ جاتی ہے اس کے متعلق کیا حکم ہے۔ ارشاد فرمایا

اَصْرَفَ بَصَرِكَ (نگاہ پھیر لو) مشکوٰۃ۔ ابن کثیر
بعض اوقات حکیم، ڈاکٹر یا جج کو کسی شرعی عذر کی وجہ سے کسی نامحرم کا چہرہ دیکھنا پڑ جاتا ہے تو
بقدر ضرورت دیکھنے کے بعد نظر کو فوراً ہٹالینا چاہئے۔

بد نظری فساد کا بیج ہے

غیر محرم کی طرف شہوت کی نظر سے دیکھنا فساد کا بیج ہے۔ شیطان غیر محرم کے چہروں کو مزین
کر کے پیش کرتا ہے ویسے بھی دور سے ہر چیز بھی نظر آتی ہے۔ اسی لئے تو مثل مشہور ہے کہ دور
کے ڈھول سہانے ہوا کرتے ہیں۔ بد نظری کرنے سے انسان کے دل میں گناہ کا تخم پڑ جاتا ہے جو
موقع ملنے پر اپنی بہار دکھاتا ہے۔ قاتیل نے ہاتیل کی بیوی کے حسن و جمال پر نظر ڈالی تو دل و
دماغ پر ایسا بھوت سوار ہوا کہ اپنے بھائی کو قتل کر دیا۔ دنیا میں سب سے پہلی نافرمانی کا مرتکب ہوا
قرآن مجید میں اس کے قبیح فعل کا تذکرہ ہوا۔ گناہ کی بنیاد ڈالنے کی وجہ سے قیامت تک
جتنے قاتلین آئیں گے ان کا بوجھ بھی اس کے سر پر ہوگا۔ معلوم ہوا کہ پہلی نظر ڈالنے کا تو اختیار ہو

اس کو عبادت میں لذت عطا فرماتے ہیں۔

طبرانی میں غیر محرم سے نظر ہٹانے کے متعلق روایت ہے کہ

مَنْ تَرَ كَهَامَيْنِ مَخَافَتِي أَبْدَلْتَهُ إِيمَانًا يَجِدُ حَلَاوَتَهُ فِي قَلْبِهِ (رواہ طبرانی والحاکم۔

الترغیب والترہیب ۲/۳۷۲)

(جس نے میرے ڈر کی وجہ سے (بد نظری) چھوڑی میں اسے ایسا ایمان عطا کروں گا جس

کی حلاوت وہ دل میں محسوس کرے گا)

کتنا توقع مند سودا ہے کہ بد نظری کی وقتی اور عارضی لذت کو چھوڑنے پر ایمان کی دائمی حلاوت اور شیرینی نصیب ہوتی ہے۔ ثابت ہوا کہ اللہ تعالیٰ ایسے شخص کے سینے میں ٹھنڈک ڈال دیتے ہیں۔ ویسے بھی دستور ہے کہ عمل کی جزا اسی کی جنس سے ہوا کرتی ہے۔ پس جو شخص غیر محرم پر نظر بازی کی لذت کو ترک کرے گا اللہ تعالیٰ اس کو عبادت اور ایمان کی لذت عطا کرے گا۔

بد نظری سے کبھی سیری نہیں ہوتی

حضرت اقدس تھانوی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں:

”بد نظری چاہے کتنی ہی زیادہ کی جائے، چاہے ہزاروں مردوں اور عورتوں کو گھورا جائے

اور گھنٹوں گھورا جائے سیری نہیں ہوتی“

بد نظری ایسی پیاس لگاتی ہے جو کبھی نہیں بجھتی۔ استنقاء کا مریض اتنا پیاسی ہے کہ پیٹ پھٹنے کو آئے تو بھی پیاس ختم نہیں ہوتی۔ اللہ تعالیٰ نے ایک سے بڑھ کر ایک کو خوبصورت بنایا ہے۔ انسان کتنے ٹھپے دیکھے گا۔ نتیجہ یہی نکلتا ہے کہ ایک دیکھا ہے دوسرے کو دیکھنے کی ہوس ہے۔ اس دریا میں ساری عمر بہتے رہیں گے تو بھی کنارے پر نہیں پہنچیں گے اس لئے کہ یہ دریا ناپیدا کنارہ ہے۔

بد نظری زخم کو گہرا کرتی ہے

نظر کا تیر جب پیوست ہو جاتا ہے تو پھر سوزش قلب بڑھنا شروع ہو جاتی ہے۔ جتنی بد نظری زیادہ کی جائے اتنا ہی یہ زخم زیادہ گہرا ہوتا ہے۔

حافظ ابن قیم فرماتے ہیں ”نگاہ کا تیر پھینکا جائے تو پھینکنے والا پہلے قتل ہو جاتا ہے وجہ یہ ہے کہ نگاہ ڈالنے والا دوسری نگاہ کو اپنے زخم کا مداوا سمجھتا ہے۔ حالانکہ وہ زخم کو زیادہ گہرا کرتا ہے“

(الجواب الکافی ۷/۴۱۷)

لوگ کانٹوں سے بچ کے چلتے ہیں

ہم نے پھولوں سے زخم کھائے ہیں

حافظ ابن قیم رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں

الصبر علی غرض البصر ایسر علی الصبر علی القدر بعده

(آنکھ بند کرنا آسان ہے مگر بعد کی تکلیف پر صبر کرنا مشکل کام ہے) (الجواب الکافی ۱۲۳)

بد نظری سے بوڑھے بھی محفوظ نہیں

زنا کے عمل سے بہت سے لوگ بچ جاتے ہیں چونکہ اس کے لئے بڑے اہتمام کرنے پڑتے ہیں۔ اول تو جس سے زنا کرنا چاہے وہ راضی ہو، دوسرا مناسب موقع محل میسر ہو، تیسرا انتہائی بھی ہو ورنہ ڈر لگا رہتا ہے کہ اگر کسی کو اطلاع ہوگئی تو عزت خاک میں مل جائے گی۔ اس لئے شائستہ اور معزز لوگ اس میں کم مبتلا ہوتے ہیں۔ اگر پیشہ و عورتوں سے زنا کرنا چاہے تو مال پیسہ پانی کی طرح بہانہ پڑتا ہے۔ مزید براں ایڈز، آتشک، سوزاک جیسی موزی بیماریوں کا ڈر لگا رہتا ہے۔ برخلاف بد نظری والے گناہ کے کہ اس میں سامان کی ضرورت نہیں ہوتی۔ نہ ہی اس میں بدنامی کا ڈر ہوتا ہے۔ کیونکہ اس کی خبر اللہ ہی کو ہے کہ نیت کیسی ہے۔ وہ بوڑھے جو عملی طور پر جماع کی قدرت نہیں رکھتے وہ بھی بد نظری کے گناہ میں مبتلا ہو جاتے ہیں بلکہ اس میں گناہ کی حسرت کوٹ کوٹ کر بھری ہوتی ہے۔ بقول شاعر

جوانی سے زیادہ وقت پیری جوش ہوتا ہے

بھڑکتا ہے چراغ صبح جب خاموش ہوتا ہے

بعض لوگوں کا جسم بوڑھا ہوتا ہے دل نوجوان ہوتا ہے وہ ہر وقت جوانی کو یاد کرتے رہتے ہیں۔

پیری تمام ذکر جوانی میں کٹ گئی

کیا رات تھی کہ ایک کہانی میں کٹ گئی

بعض کی ناگئیں قبر میں پہنچ کر جھک جاتی ہیں پھر بھی انہیں جوانی کی تلاش رہتی

ہے، بقول شاعر

یہیں کہیں تھی جوانی مگر پتہ نہ چلا
اسی کو ڈھونڈ رہا ہوں کمر جھکائے ہوئے
سوچنا چاہئے اگر جوانی غفلت میں گزر چکی تو چلو بڑھاپے میں ہی رب کو یاد کر لیں مگر یہاں
تو الٹی لنگاہ تہی ہے

عہد پیری میں جوانی کی امنگ
آہ کس وقت میں کیا یاد آیا

طرفہ تماشہ یہ بھی ہے عورتیں بوڑھے سمجھ کر اس سے پردے کا اہتمام بھی نہیں کرتیں۔ اس
سے بد نظری کے گناہ میں اور زیادہ آسانی ہو جاتی ہے۔ شہوت پرست بوڑھے بال سفید کر لیتے
ہیں جب کہ دل سیاہ کر بیٹھتے ہیں۔ روز محشر زبان حال سے کہیں گے
نا کردہ گناہوں کی بھی حسرت کی ملی داد
یارب! اگر ان کردہ گناہوں کی سزا ہے

حضرت تھانوی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ مجھ سے ایک بوڑھے آدمی ملے جو بہت سے
کاموں میں متقی تھے۔ مگر انہوں نے اپنی حالت بیان کی کہ میں غیر محرم کو لپچائی نظروں سے دیکھنے
میں مبتلا ہوں۔ بد نظری کا کتنا نقصان ہے کہ بوڑھا آدمی قبر کے کنارے تک پہنچے جاتا ہے مگر یہ
موذی مرض ساتھ لگا رہتا ہے۔

بد نظری سے توفیق عمل چھن جاتی ہے

حضرت شیخ الحدیث مولانا محمد زکریا رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں:

”بد نظری نہایت ہی مہلک مرض ہے۔ ایک تجربہ تو میرا بھی اپنے بہت سے احباب پر ہے
کہ ذکر شغل کی ابتداء میں لذت و جوش کی کیفیت ہوتی ہے مگر بد نظری کی وجہ سے عبادت کی
حلاوت اور لذت فنا ہو جاتی ہے اور اس کے بعد رفتہ رفتہ عبادت کے چھوٹنے کا ذریعہ بھی بن
جاتا ہے“ (آپ جی ۶/۲۱۸)

مثال کے طور پر اگر صحت مند نو جوان شخص کو بخار ہو جائے اور اترنے کا نام ہی نہ لے تو لاغر
اور کمزوری کی وجہ سے اس کے لئے چلنا پھرنا مشکل ہو جاتا ہے۔ کوئی کام کرنے کو دل نہیں چاہتا،
بستر پر پڑے رہنے کو جی چاہتا ہے۔ اسی طرح جس شخص کو بد نظری کی بیماری لگ جائے تو وہ باطنی

طور پر کمزور ہو جاتا ہے۔ نیک عمل کرنا اس کے لئے مشکل ہو جاتا ہے۔ دوسرے لفظوں میں اس
سے عمل کی توفیق چھن جاتی ہے۔ نیک کام کرنے کی نیت بھی کرتا ہے تو بد نظری کی وجہ سے نیت
میں فتور آ جاتا ہے۔ بقول شاعر

تیار تھے نماز کو ہم بن کے ذکر حور
جلوہ بتوں کا دیکھ کر نیت بدل گئی

بد نظری سے قوت حافظہ کمزور ہوتی ہے

حضرت مولانا خلیل احمد سہارنپوری رحمۃ اللہ علیہ فرمایا کرتے تھے کہ غیر محرم عورتوں کی طرف
یا نو عمر لڑکوں کی طرف شہوت کی نظر ڈالنے سے قوت حافظہ کمزور ہو جاتی ہے۔ اس کی تصدیق کیلئے
یہ شہوت کافی ہے کہ بد نظری کرنے والے حفاظ کو منزل یاد نہیں رہتی اور جو طلبہ حفظ کر رہے ہوتے
ہیں ان کے لئے سبق یاد کرنا مصیبت ہوتا ہے۔ امام شافعی رحمۃ اللہ علیہ نے اپنے استاذ کبج رحمۃ
اللہ علیہ سے قوت حافظہ میں کمی کی شکایت کی تو انھوں نے معصیت سے بچنے کی تلقین کی۔ امام
شافعی رحمۃ اللہ علیہ نے اس گفتگو کو شعر کا جامہ پہناتے ہوئے فرمایا

شکوت الی و کعب سوء حفظی
فاوصانی الی ترک المعاصی
فان العلم نور من الہی
ونور اللہ لا یعطی لعاصی

میں نے امام و کعب رحمۃ اللہ علیہ سے اپنے حافظے کی شکایت کی، انھوں نے وصیت کی کہ
اے طالب علم! گناہوں سے بچ جاؤ کیونکہ علم اللہ تعالیٰ کا نور ہے اور اللہ تعالیٰ کا نور کسی گناہ کار کو
نہیں عطا کیا جاتا۔

کالج، یونیورسٹیوں اور مدرسوں کے طلبہ اور طالبات کے لئے اس میں عبرت کا درس موجود ہے۔

بد نظری ذلت خواری کا سبب ہے

شیخ واسطی رحمۃ اللہ علیہ فرمایا کرتے تھے کہ جب اللہ کسی بندے کی ذلت و خواری چاہتے
ہیں تو اسے خوب صورت چہرے دیکھنے کی عادت میں مبتلا کر دیتے ہیں۔ اس سے معلوم ہوا کہ
بد نظری ذلت و خواری کا بنیادی سبب بنتی ہے۔ جو خوش نصیب لوگ اپنی نگاہوں کو پست رکھتے ہیں

وہ بڑی بڑی آفتوں اور مصیبتوں سے بچے رہتے ہیں۔

بقول میر تقی میر

اس عاشقی میں عزت سادات بھی گئی
مرزا غالب ایک شعر میں کہتے ہیں۔

عشق نے غالب نکما کر دیا
ورنہ ہم بھی آدمی تھے کام کے

بد نظری سے برکت ختم ہو جاتی ہے

بد نظری کے بد اثرات میں سے ایک یہ بھی ہے کہ انسان کی زندگی میں سے رزق میں سے اور وقت میں سے برکت اٹھالی جاتی ہے۔ چھوٹے چھوٹے کام بڑے بڑے مسئلے بن جاتے ہیں جس کام کی بھی انسان کوشش کرے وہ ادھورا رہ جاتا ہے۔ ظاہر میں لگتا ہے کہ کام ہو جائے گا مگر عین وقت پر ہوتے ہوئے رہ جاتا ہے اور پریشانی و پشیمانی کا سبب بنتا ہے۔ لوگ سمجھتے ہیں کہ کسی نے کچھ کر دیا ہے حالانکہ وہ اپنے نفس کی خباثت کی وجہ سے مصیبت میں مبتلا ہوتے ہیں۔ اپنی زبان سے اقرار کرتے ہیں کہ ایک وقت تھا کہ مٹی کو ہاتھ لگاتے تھے تو سونا بن جاتی تھی اب سونے کو ہاتھ لگاؤ تو وہ بھی مٹی بن جاتا ہے۔ معلوم ہوا کہ بد نظری کی وجہ سے انسان کی زندگی سے برکت اٹھالی جاتی ہے۔

بد نظری کرنے والے سے شیطان پر امید رہتا ہے

ایک بزرگ کی شیطان سے ملاقات ہوئی۔ انہوں نے شیطان لعین سے پوچھا کہ ایسے نقصان دہ عمل کی نشاندہی کرو جس کی وجہ انسان بآسانی تمہارے جال میں پھنس جاتا ہے۔ اس مردود نے جواب دیا کہ غیر محرم کی طرف شہوت کی نظر کرنا ایسا کام ہے کہ میں اس بندے سے پر امید رہتا ہوں کہ کبھی نہ کبھی اس کو گناہ میں ملوث کر کے اپنے جال میں پھنسا لوں گا۔ جو لوگ نگاہیں نیچی رکھتے ہیں میرے بہت سے حُرے ان پر کارگر ثابت نہیں ہوتے۔ میں نے چاروں سمتوں سے اولاد آدم کو بہکانے کی قسم کھائی ہوئی ہے۔ نیچے کی سمت محفوظ سمت ہے۔ جس نے نگاہیں جھکائے رکھیں اس نے مجھے ناامید کئے رکھا۔

بد نظری سے نیکی برباد گناہ لازم

غیر محرم کی طرف للچائی نظروں سے دیکھنے والا عموماً جلد یا بدیر عشق مجازی میں گرفتار ہو جاتا ہے۔ وہ مخلوق کو اپنا محبوب بنا لیتا ہے۔ بقول شخصے

تو میرا دین ایمان سبجاں

(اے محبوب تو ہی میرا دین اور ایمان ہے)

یہ عمل شرک خفی کہلاتا ہے۔ جب کہ شرک ایسا گناہ ہے جو کئے ہوئے عملوں کے ضائع ہونے کا سبب بنتا ہے۔ اس کو کہتے ہیں نیکی برباد گناہ لازم۔

بد نظری سے اللہ تعالیٰ کی غیرت بھڑکتی ہے

نبی علیہ السلام کا ارشاد گرامی ہے:

”اَنَا غَيُورٌ وَاللَّهُ أَغْيَرُ مِنِّي وَمَنْ غَيَّرَ تَهَ حَرَمَ الْفَوَاحِشَ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطَنَ“
”میں غیور ہوں اللہ تعالیٰ مجھ سے زیادہ غیور ہیں۔ غیرت ہی کی وجہ سے اللہ تعالیٰ نے ظاہر باطن فواحش کو حرام کر دیا ہے“

بد نظری فحش کاموں کا مقدمہ ہے۔ جو اس کا ارتکاب کرتا ہے اللہ جل شانہ کو غیرت آتی ہے اپنے دربار عالی سے اس کو ملعون و مردود کر دیتے ہیں۔ بد نظری کرنے والے کو اپنی رحمت سے دور کر دیتے ہیں۔ جو لوگ نیک بن کر زندگی گزارنا چاہتے ہیں وہ بد نظری سے بچیں تاکہ اللہ تعالیٰ کی رحمت سے قریب ہوں۔

بد نظری کرنے والا ملعون ہوتا ہے

حدیث پاک میں ہے:

لَعَنَ اللَّهُ النَّاطِرَ وَالْمَنْظُورَ إِلَيْهِ (بیہقی - مشکوٰۃ ۲۷۰)

”اللہ تعالیٰ لعنت برسائے دیکھنے والے پر اور دیکھنے کا موقع دینے والی پر“

جو لڑکیاں بن سنور کر بے پردہ گلی بازاروں میں گھومتی ہیں پھوتی ہیں اور جو لوگ ان کی طرف للچائی نظروں سے دیکھتے ہیں وہ دونوں اللہ تعالیٰ کی لعنت کے مستحق بنتے ہیں۔ یہ کتنا نقصان عظیم ہے کہ بد نظری والے گناہ کے ارتکاب کے دوران انسان اللہ تعالیٰ کی رحمت سے دور

ہوتا ہے اور لعنتیں برسنے کا موجب بنتا ہے۔ بد نظری والے گناہ سے توبہ کرنے میں دیر نہیں کر چاہئے ایسا نہ ہو کہ ادھر موت آئے اور ادھر رحمتوں کے بجائے لعنتیں برس رہی ہوں۔

خسر الدنيا والآخرة ذالك هو الخسران المبين
(یہ دنیا و آخرت کا خسارہ ہے اور واضح خسارہ ہے)

بد نظری کو لوگ خفیف سمجھتے ہیں

بد نظری اگرچہ بہت بڑا گناہ ہے مگر اکثر لوگ اس کو خفیف سمجھتے ہیں۔ اس لئے بے دھڑک کرتے ہیں۔ یہ گناہ اول جوانی میں غلبہ شہوت کی وجہ سے کیا جاتا ہے پھر ایسا مرض اور روگ لگ جاتا ہے کہ لب گور تک نہیں جاتا۔ لہذا یہ گناہ ہلکا نہیں بلکہ انہ من اعظم المصائب (یہ بڑی مصیبتوں میں سے ایک ہے۔)

بد نظری سے بد معاشی تک

حافظ ابن قیم رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں

”حوادث کی ابتدا نظر سے ہوتی ہے جیسا کہ آگ اور شعلوں کی ابتدا ایک چنگاری سے ہوتی ہے۔ اس لئے شرمگاہ کی حفاظت کے لئے نظر کی حفاظت ضروری ہے“ (الجواب الکافی ۲۰۴)

جو لوگ بد نظری کے مرتکب ہوتے ہیں وہی بد معاشی کا ارتکاب کرتے ہیں۔ جو لوگ اپنی نظروں کو آزاد چھوڑ دیتے ہیں ان کی شرمگاہ بھی بے قابو ہو جاتی ہے۔ پھر انسان کو بخش کام کرنے پر مجبور کر دیتی ہے۔ پس معلوم ہوا کہ آنکھ ابتدا کرتی ہے اور شرمگاہ انتہا کرتی ہے۔

بد نظری سے جسم میں بد بو

حضرت شیخ الحدیث مولانا زکریا رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں۔

”یہ تو بہت خرب چیز ہے کہ بد نگاہی سے کپڑوں میں تعفن یعنی بد بو پیدا ہو جاتی ہے“ (آپ بیتی)

بد نظری کتنا مہلک مرض ہے کہ اس کا اثر فوری طور پر ظاہر ہوتا ہے حتیٰ کہ جسم اور کپڑوں سے عجیب قسم کی مہلک بد بو آنے لگتی ہے۔ اس کے بالمقابل جو لوگ اپنی نگاہوں کو پاکیزہ بنا لیتے ہیں اور پاک دامنی کی زندگی گزارتے ہیں ان کے جسموں سے خوشبو آتی ہے۔ حدیث پاک

سے بھی اس کا ثبوت ملتا ہے۔ نبی علیہ السلام کے جسم اطہر سے اتنی خوشبو آتی تھی کہ صحابہ کرام رضی اللہ عنہم محسوس کر لیتے تھے کہ نبی علیہ السلام کس راستے سے گزر رہے ہیں

ایک روایت میں آیا ہے کہ ام سلیم رضی اللہ عنہا چھوٹے بچوں کے ذریعہ نبی ﷺ کے پسینے کے قطرے پیشی میں جمع کروا لیتی تھیں۔ پھر جب اسکو خوشبو میں ملائی تھیں تو خوشبو کی خوشبو میں اضافہ ہو جاتا تھا۔

یہی بات سیدنا صدیق اکبر رضی اللہ عنہ میں دیکھی گئی، سیدنا عمر فاروق رضی اللہ عنہ فرمایا کرتے تھے۔

كَأَنَّ رِيحَ أَبِي بَكْرٍ أَطْيَبُ مِنْ رِيحِ الْمِسْكِ
(ابو بکر کی خوشبو مشک سے بھی زیادہ اچھی تھی)

اس سے معلوم ہوا کہ عفت و پاک دامنی کی زندگی گزارنے والوں کے جسم میں خوشبو پیدا ہو جاتی ہے، جب کہ بد نگاہی اور فحاشی کے مرتکب ہونے والوں کے جسم سے بد بو آتی ہے۔ یورپ امریکہ کا سفر کرنے والے اس کا مشاہدہ کرتے ہیں کہ فرنگی لوگ دیکھنے میں گورے چٹے ہوتے ہیں، کپڑے صاف ستھرے ہوتے ہیں، مگر جہاز میں ساتھ والی سیٹ پر بیٹھ جائیں تو عجیب سی بد بو ان کے جسم سے آرہی ہوتی ہے۔ اللہ تعالیٰ نے قرآن مجید میں فرمایا ہے

إِنَّمَا الْمُشْرِ كُنُوجُ نَجِسٍ (بے شک مشرکین نجس ہوتے ہیں)

ساری دنیا جانتی ہے کہ نجاست میں بد بو ہوتی ہے۔ مزید کچھ کہنے کی ضرورت ہی نہیں ہے۔

بد نظری کی نقد سزا

بد نظری کی ایک قسم یہ ہے کہ کسی مکان کے سوراخ، کھڑکی یا دروازے سے دیکھا جائے۔ حدیث پاک میں اسکی بہت وعید آئی ہے۔ یہاں تک کہ گھر والوں کو اختیار دیا گیا ہے کہ جھانکنے والی کی آنکھ پھوڑ دے۔

نبی علیہ السلام نے فرمایا:

ان امر اطلع عليك بغیر اذن فخذفته بخصات ففقات عينه ما كان عليك

من جناح

(اگر کوئی بغیر اجازت تمہارے گھر میں جھانکے تو تم اس کو نکتری اٹھا کر مارو جس سے اس کی

آنکھ پھوٹ جائے تو تم تم پر کوئی گناہ نہیں)

بد نظری کی وجہ سے قرآن بھول گیا

امام ابن جوزی اپنی کتاب تلخیص ابلیس تحریر فرماتے ہیں کہ ابو عبد اللہ ابن اجلا کہتے ہیں کہ میں کھڑا ہوا ایک خوبصورت نصرانی لڑکی کو دیکھ رہا تھا اتنے میں ابو عبد اللہ بلخی میرے سامنے سے گزرے پوچھا کیسے کھڑے ہو؟ میں نے کہا اے چچا! آپ اس خوبصورت چہرے کو دیکھتے ہیں اسے کیوں کر آتش دوزخ میں عذاب دیا جائے گا۔ انہوں نے اپنے دونوں ہاتھ میرے شانوں کے درمیان مارے اور کہا کہ اس بد نظری کا نتیجہ تمہیں ملے گا۔ اگرچہ کچھ مدت گزر جائے، میں نے چالیس برس کے اس گناہ کی نحوست دیکھی کہ قرآن مجید مجھ کو یاد نہ رہا۔ (تلخیص ابلیس ۳۴۹)

ابولادیاں کہتے ہیں کہ میں اپنے استاد ابو بکر دقاق کے ساتھ جا رہا تھا۔ ایک نوعمر لڑکے کے چہرے پر میری لپٹائی نظر پڑی تو شیخ نے فوراً بھانپ لیا۔ فرمایا کہ تم اس کا نتیجہ پاؤ گے۔ میں کچھ عرصے کے بعد قرآن بھول گیا۔

بد نظری اور تصاویر

بد نظری کی ایک قسم وہ برہنہ تصاویر دیکھنا ہے جو اخباروں اور کتابوں کی زینت بنتی ہیں یا جنسی مضامین پر مشتمل رسالوں کے سرورق پر چھپتی ہیں۔ فلموں اور ڈراموں میں کام کرنے والی عورتوں کی تصاویر دیکھنا، ٹی وی اناؤنسری کو خبریں سننے کے بہانے دیکھنا یا گرل فرینڈ، بوائے فرینڈ کی تصویر چھپا کر رکھنا اور تنہائی میں گھنٹوں لپٹائی نظروں سے دیکھنا یا انٹرنیٹ پر پیشہ ور لڑکیوں کی تنگی تصاویر دیکھنا یا فحش مناظر والی سی ڈی پر تصاویر کو دیکھنا سب کا سب حرام ہے۔ بعض لوگ شادی بیاہ کے موقع پر مخلوط محفلوں کی تصاویر اپنے پاس رکھتے ہیں اور دیکھتے دکھاتے ہیں۔ تصاویر دیکھنا زندہ آدمی کو دیکھنے سے زیادہ نقصان دہ ہے۔ راہ چلتے غیر محرم کے خدو خال کو اتنا باریک بینی سے نہیں دیکھا جاسکتا جتنا تصاویر کے ذریعے دیکھنا ممکن ہے۔ اس سے زیادہ محتاط رہنے کی ضرورت ہے۔ کسی بد حال شاعر نے تصویر کی تعریف کرتے ہوئے کہا ہے

تری تصویر میں اک بات تجھ سے بھی نرالی ہے

کہ جتنا چاہو بو سے لو نہ جھڑکی ہے نہ گالی ہے

بد نظری اور حسن پسندی کا دھوکہ

بعض جاہل لوگ کہتے ہیں کہ ہم خوبصورت شکلوں صورتوں کو دیکھ کر اللہ تعالیٰ کی عظمت کا مشاہدہ کرتے ہیں۔ یہ محض دھوکہ اور شیطانی تلخیص ہے۔ اللہ تعالیٰ نے کتنی جائز اور حلال چیزیں ایسی بنائی ہیں جو اس کی قدرت کا شاہکار ہیں۔ پھولوں کے رنگ برنگ ڈیزائن دیکھیں۔ اس کی نزاکت پر غور کریں۔ اس کی خوشبو سونگھ کر دیکھیں کہ کیسے دماغ معطر کر دیتی ہیں پھولوں کی بناوٹ اور ان کی شیرینی پر غور کریں۔

انظروا الی ثمرہ اذا اثمر

(دیکھو اس کے پھولوں کی طرف جب پھل لے آئیں)

دریاؤں، آبشاروں، مرغزاروں کو دیکھیں۔ زمیں کی وسعتیں آسمان کی رفعتیں انسان کو اپنے اوپر غور کرنے کی دعوت دیتی ہیں۔ رب کریم نے ارشاد فرماتے ہیں

اَفَلَا يَنْظُرُونَ اِلَى الْاِبِلِ كَيْفَ خُلِقَتْ وَ اِلَى السَّمَاءِ كَيْفَ رُفِعَتْ وَ اِلَى الْجِبَالِ كَيْفَ نُصِبَتْ وَ اِلَى الْاَرْضِ كَيْفَ سُطِحَتْ

(کیا نہیں دیکھتے اونٹ کی طرف کہ کیسے پیدا کیا گیا اور آسمان کی طرف کہ کیسے بلند کیا گیا اور پہاڑوں کی طرف کیسے گاڑے گئے اور زمین کی طرف کہ کیسے پھیلائی گئی)

غور کرنا ہے تو سورج چاند ستاروں کے حسن و جمال کو دیکھیں۔ کیا ہوا میں اڑتے خوبصورت پرندے اور پانی میں تیرتی رنگ برنگی مچھلیاں غور کرنے کے لئے کم ہیں؟ فقط انسانوں کے چہرے ہی دیکھنے کے لئے رہ گئے ہیں۔ یہ سب عذر رنگ ہے اور عذر گناہ بدتر از گناہ کی مانند ہے۔

حضرت مولانا اشرف علی تھانویؒ کے سامنے ایک مرتبہ ایسے ہی کسی دل کے ہاتھوں مجبور شخص نے یہی عذر کیا کہ حضرت ہم تو خوبصورت چہروں کو اس لئے دیکھتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ کی صناعت اور قدرت ظاہر ہوتی ہے۔ آپ نے اسے بڑا عبرت انگیز جواب دیا، فرمایا پھر تم اپنی والدہ کی شرمگاہ کو دیکھا کرو کہ کس طرح ایک چھوٹے سے راستے سے تمہارے جیسے شخص کو پیدا کیا۔

بد نظری کی نحوست

حضرت عثمان غنی رضی اللہ عنہ کی خدمت میں ایک شخص آیا جس کی نگاہ نے راستے میں خطا

کی تھی آپ نے اس کی آنکھوں کو دیکھتے ہی پہچان لیا اور فرمایا مابال اقوام یترشح الزنا من اعینہم (اس قوم کو کیا ہو گیا ہے بے محابا ہمارے پاس چلے آتے ہیں حالانکہ ان کی آنکھوں سے زنا نکلتا ہے) وہ شخص حیران رہ گیا اور پوچھنے لگا کہ کیا ابھی وحی کا سلسلہ باقی ہے۔ آپ نے فرمایا نہیں۔ یہ تو مومن کی فراست ہے:

اتَّقُوا فِرَاسَةَ الْمُؤْمِنِ فَإِنَّهُ يَنْظُرُ بَنُورِ اللَّهِ

(مومن کی فراست سے ڈرو کیونکہ وہ اللہ کے نور سے دیکھتا ہے)

اہل کشف نے لکھا ہے کہ بد نظری سے آنکھوں میں ایسی ظلمت پیدا ہو جاتی ہے کہ جس کو بصیرت والا شخص پہچان لیتا ہے۔ جب کہ عقیف اور متقی شخص کی آنکھوں میں نور ہوتا ہے۔

بد نظری کا عبرتناک انجام

حضرت شیخ الحدیث فرماتے ہیں ”ایک شخص کا جب مرنے کا وقت ہوا تو لوگ اسے گلے کی تلقین کرنے لگے تو وہ جواب دینے لگا کہ ایک عورت مجھ سے تولیہ خریدنے آئی تھی مجھے اچھی لگی میں لپٹائی نظروں سے اسے دیکھتا رہا“ (آپ بقی ص ۴۲۰ ج ۶)

ابن جوزی نے لکھا ہے کہ مصر کی جامع مسجد کا مؤذن مینار پر اذان دینے کے لئے چڑھا۔ ہمسائے کی چھت پر نظر پڑی تو ایک خوبصورت نصرانی لڑکی نظر آئی۔ سوچا کہ نئے کرایہ دار معلوم ہوتے ہیں اذان کے بعد تعارف کروں گا۔ اذان دے کر ہمسائے کے دروازے پر پہونچا۔ دستک دینے پر لڑکی کے والد سے ملاقات ہوئی۔ دوران گفتگو پتہ چلا کہ لڑکی کنواری ہے۔ مؤذن نے کہا کہ میں اس سے شادی کرنا چاہتا ہوں۔ لڑکی کے والد نے کہا کہ ہمارا مذہب قبول کرلو۔ ہم شادی کر دیں گے۔ اس مؤذن کے دل پر شہوت کا ایسا بھوت سوار تھا کہ اس نے ہاں کر دی۔ لڑکی کے والد نے کہا آپ اوپر چھت پر آئیں۔ بیٹھ کر تفصیل سے بات کرتے ہیں۔ مؤذن سیڑھیاں چڑھنے لگا کہ درمیان میں پاؤں پھسلا تو یہ گردن کے بل گر اور جان نکل گئی۔ بقول شاعر

نہ خدا ہی ملا نہ وصال صم

نہ ادھر کے رہے نہ ادھر کے رہے

بد نظری پر غیر معینہ سزا

ارشاد باری تعالیٰ ہے

يَعْلَمُ خَائِنَتِ الْأَعْيُنِ وَمَاتُخْفِي الصُّدُورِ

(جانتا ہے آنکھوں کی خیانت کو اور جو دلوں میں چھپاتے ہیں)

اس آیت میں بد نظری کے گناہ ہونے کا تذکرہ تو فرمایا مگر کوئی معین و مقرر سزا نہیں بیان کی گئی۔ اس میں راز یہ ہے کہ لوگ دو طرح کے ہوتے ہیں ایک بے حس لوگ لاتوں کے بھوت ہوتے ہیں جو باتوں سے نہیں بلکہ جوتوں سے ہی مانتے ہیں۔ ان کو دھمکی دی گئی ہے کہ ہم آنکھوں کی خیانت کو جانتے ہیں۔ اگر تم لوگ باز نہ آئے تو خوب سزا دیں گے۔

چوریاں آنکھوں کی اور سینوں کے راز

جانتا ہے سب کو تو اے بے نیا ز

دوسرے حساس لوگ ہوتے ہیں ان کو پتہ چل جائے کہ ہمارے آقا کو ہمارے کروت کی خبر ہو گئی تو شرم کے مارے گڑ جاتے ہیں۔ تو اس آیت میں ان کو شرم دلا دی گئی۔ ان کے لئے اتنا ہی کافی تھا۔ بد نظری کرنے پر ہر شخص کو اس کی طبیعت کے مطابق سزا دی جائے گی۔

بقول شخصے

”جیسی روح ویسے فرشتے“ جتنا بے حیاتی زیادہ سزا

بد نظری کا اثر دل پر

حضرت اقدس تھانوی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ دل کا گناہ نظر بازی سے وجود میں آتا ہے۔ بہت سے لوگ غیر محرم عورتوں اور نوعمر لڑکوں کو لپٹائی نظروں سے دیکھتے ہیں تو دل میں ان کے نقش نین کی چھاپ لگ جاتی ہے۔ پھر وہ اپنی خلوتوں میں سوچ اور خیال کے ذریعے ان سے شہوت پوری کرنے کے مزے لیتے ہیں۔ یہ دل کا گناہ آنکھوں کے گناہ سے شدید تر ہے۔ فقہاء نے لکھا ہے کہ اگر کوئی شخص اپنی بیوی سے ہمبستری کرے مگر تصور میں کسی غیر عورت کا خیال لائے تو اسے زنا کرنے کا گناہ ہوگا۔

بد نظری اور بے نور چہرہ

بد نظری کے اثرات میں سے ایک یہ بھی ہے کہ چہرے کو بے نور کر دیا جاتا ہے۔

حدیث پاک میں آیا ہے: عَنْ أَبِي أُمَامَةَ عَنِ النَّبِيِّ ﷺ قَالَ لَتَحْضَنَ أَبْصَارُكُمْ أَوْ لَتَحْفَظَنَّ قُرُوجُكُمْ أَوْ لَيَكْسِفَنَّ اللَّهُ وُجُوهَكُمْ (رواہ الطبرانی، الترغیب والترہیب، ج ۳ ص ۳۷)

(نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد ہے کہ یا تم اپنی نگاہیں نیچی رکھو گے اور اپنی شرمگاہوں کی حفاظت کرو گے یا پھر اللہ تعالیٰ تمہاری صورتیں بدل دے گا)

شکل بدلنے کی ابتدا ابھی ہے کہ چہرے کو بے نور کر دیا جائے، خوبصورتی کے باوجود چہرہ بے رونق ہو۔

بد نظری سے پرہیز کا انعام

جو شخص اپنی نگاہوں کی حفاظت کرے اسے آخرت میں دو انعام ملیں گے۔ ایک تو ہر نگاہ کی حفاظت پر اسے اللہ کا دیدار نصیب ہوگا۔ دوسرا انعام یہ کہ ایسی آنکھیں قیامت کے دن رونے سے محفوظ رہیں گی۔ حدیث پاک میں ہے

رَوَى عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كُلُّ عَيْنٍ بَأْكِيَّةٌ يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِلَّا عَيْنَ غَضَّتْ عَنْ مَحَارِمِ اللَّهِ وَعَنْ يَهْدٍ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَعَيْنٌ خَرَجَ مِنْهَا مِثْلُ رَأْسِ الدُّبَابِ مِنْ خَشْيَةِ اللَّهِ (الترغیب والترہیب: ج ۳ ص ۳۷)

(نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ ہر آنکھ قیامت کے دن روئے گی سوائے اس آنکھ کے جو خدا کی حرام کردہ چیزوں کو دیکھنے سے بند رہے۔ اور وہ آنکھ جو خدا کی راہ میں جاگتی رہے اور وہ آنکھ جو خدا کے خوف سے روئے گو اس میں سے مکھی کے سر کے برابر آنسو نکلے)

بد نظری میں غایت احتیاط

بد نظری والے گناہ سے بچنے کے لئے ہر ممکن احتیاط کرنی چاہئے۔ مردوں کے لئے فقط غیر محرم عورتوں کو دیکھنے کی بات ہی نہیں۔ اگر محرم عورت کو دیکھنے سے شہوت ابھرے تو اس کی طرف

بھی نہ دیکھے۔ نو عمر لڑکوں کی طرف بھی نہ دیکھے بلکہ اگر کسی مرد کے دچہرے کو دیکھ کر گناہ کا خیال پیدا ہو تو اس کے چہرے کو دیکھنے سے بھی پرہیز کرے۔ یہی معاملہ عورتوں کا ہے کہ ان کے لئے فقط غیر مرد کو دیکھنا ہی منع نہیں بلکہ اگر کسی لڑکی کا چہرہ دیکھ کر دل میں چھپی شہوت بیدار ہوتی ہے تو اس کی طرف بھی نہ دیکھے۔

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ منع فرمایا کرتے تھے کہ آدمی کسی نو عمر لڑکے کو نظر جما کر دیکھے۔ (تلیس ابلیس ۳۴۶)

ہمارے مشائخ نے فرمایا کہ تم نو عمر لڑکوں کے ساتھ نہ بیٹھو کیونکہ ان کا فتنہ دو شیزہ لڑکیوں کے فتنے سے بھی زیادہ ہے۔ اس میں حکمت یہ ہے کہ غیر لڑکی کے ساتھ بیٹھنے میں تو کئی رکاوٹیں ہوتی ہیں مگر نو عمر لڑکے کے ساتھ بیٹھنے میں کوئی رکاوٹ نہیں ہوتی لہذا فتنے کا اندیشہ زیادہ ہے۔ اسی پر قیاس کرنا چاہئے کہ عورت کے لئے مرد تک پہنچنے میں کئی رکاوٹیں ہوتی ہیں مگر ایک عورت کے لئے دوسری عورت کے پاس بیٹھنا تو آسان ہوتا ہے۔ لہذا اگر عورت دل میں خطرہ محسوس کرے کہ فلاں عورت کے پاس بیٹھنے میں گناہ میں ملوث ہونے کا ڈر ہے تو اس سے اسی طرح دور رہے جیسے مرد سے دور رہتی ہے حتیٰ کہ اس کے چہرے کی طرف بھی نظر نہ اٹھائے۔ زیادہ گفتگو سے بھی پرہیز کرے۔

قدم قدم پہ یہاں احتیاط لازم ہے
کہ منتظر ہے یہ دنیا کسی بہانے کی

بد نظری سے ہاتھی بھی پھسل جاتا ہے

جس شخص کو بد نظری کی عادت پڑ جائے وہ شرمگاہ کی حفاظت کبھی نہیں کر سکتا۔ شیطان عجیب انداز سے دھوکہ دیتا ہے کہ تم فقط دیکھتے ہو کرتے تو کچھ نہیں۔ حالاں کہ یہ دیکھنا ہی تو کرنے کا مقدمہ ہے۔ ظاہر میں انسان جتنا بھی صاحب استقامت (ہاتھی) ہو اگر بد نظری سے نہیں بچے گا تو ایک دن ضرور پھسل جائے گا۔

اب جس کے جی میں آئے وہی پائے روشنی
ہم نے تو دل جلا کے سرعام رکھ دیا

بد نظری کے تین بڑے نقصانات

بد نظری سے انسان کے اندر نفسانی خواہشات کا طوفان اٹھ کھڑا ہوتا ہے اور انسان اس سیلاب کی رو میں بہہ جاتا ہے۔ اس سے تین بڑے نقصانات وجود میں آتے ہیں۔

(۱)..... بد نظری سے انسان کے دل میں خیالی محبوب کا تصور پیدا ہو جاتا ہے۔ حسین چہرے اس کے دل و دماغ پہ قبضہ کر لیتے ہیں۔ وہ شخص جانتا ہے کہ میں ان حسین شکلوں تک رسائی حاصل نہیں کر سکتا مگر اس کے باوجود تنہائیوں میں ان کے تصور سے لطف اندوز ہوتا ہے۔ بعض مرتبہ تو گھنٹوں ان کے ساتھ خیال کی دنیا میں باتیں کرتا ہے۔ معاملہ اس حد تک بڑھ جاتا ہے کہ

تم مرے پاس ہوتے ہو گویا
جب کوئی دوسرا نہیں ہوتا

بد نظری کے ساتھ ہی شیطان انسان کے دل و دماغ پر سوار ہو جاتا ہے اور اس شخص سے شیطانی حرکتیں کروانے میں جلدی کرتا ہے۔ جس طرح ویران اور خالی جگہ پر تند و تیز آندھی اپنے اثرات چھوڑتی ہے۔ اسی طرح شیطان بھی اس شخص کے دل پر اپنے اثرات چھوڑتا ہے تاکہ اس دیکھی ہوئی صورت کو خوب آراستہ و مزین کر کے اس کے سامنے پیش کرے اور اس کے سامنے ایک خوبصورت بت بنا دے۔ ایسے شخص کا دل رات و دن اسی بت کی پوجا میں لگا رہتا ہے۔ وہ خام آرزوؤں اور تمنائوں میں الجھا رہتا ہے۔ اسی کا نام شہوت پرستی، خواہش پرستی، بلکہ بت پرستی ہے۔ یہ شرک خفی ہے۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے۔

وَلَا تَطْعَمَنَّ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَنْ ذِكْرِ نَا وَالتَّبَعِ هُوَا وَكَانَ أَمْرُهُ فُرْطًا

اور اس کا کہنا نہ مان جس کا دل ہم نے اپنی یاد سے غافل کر دیا اور وہ اپنی خواہش کی پیروی کرتا ہے اور اس کا کام حد سے بڑھ گیا ہے (الکہف ۳۸)

ان خیالی معبودوں سے جان چھڑائے بغیر نہ تو ایمان کی حلاوت نصیب ہوتی ہے نہ قرب الہی کی ہوا لگتی ہے۔ بقول شاعر

بتوں کو تو ڈھیل کے ہوں کہ پتھر کے

۲..... بد نظری کا دوسرا نقصان یہ ہے کہ انسان کا دل و دماغ متفرق چیزوں میں بٹ جاتا ہے۔ یہاں تک کہ وہ اپنے مصالح و منافع کو بھول جاتا ہے۔ گھر میں حسین و جمیل نیکو کار اور وفادار بیوی موجود ہوتی ہے مگر اس شخص کا دل بیوی کی طرف مائل ہی نہیں ہوتا۔ بیوی اچھی نہیں لگتی ذرا ذرا سی بات پر اس سے الجھتا ہے، گھر کی فضا میں بے سکونی پیدا ہو جاتی ہے، جب کہ یہی شخص بے پردہ گھومنے والی عورتوں کو اس طرح لپٹائی نظروں سے دیکھتا ہے جس طرح شکاری کتا اپنے شکار کو دیکھتا ہے۔ بسا اوقات تو اس شخص کا دل کام کاج میں بھی نہیں لگتا۔ اگر طالب علم ہے تو اس کو پڑھائی کے سوا ہر چیز اچھی لگتی ہے۔ اگر تاجر ہے تو کاروبار سے دل اکٹا جاتا ہے، کئی گھنٹے سوتا ہے مگر پرسکون نیند سے محروم رہتا ہے، دیکھنے والے سمجھتے ہیں کہ سویا ہوا ہے جب کہ وہ خیالی محبوب کے تصور میں کھویا ہوا ہوتا ہے۔

۳..... بد نظری کا تیسرا نقصان یہ ہے کہ دل حق و باطل اور سنت و بدعت میں تمیز کرنے سے عاری ہو جاتا ہے۔ قوت بصیرت چھن جاتی ہے۔ دین کے علوم و معارف سے محرومی ہونے لگتی ہے۔ گناہ کا کام میں اس کو گناہ نظر نہیں آتا۔ پھر ایسی صورتحال میں دین کے متعلق شیطان اس کو شکوک و شبہات میں مبتلا کر دیتا ہے۔ نیک لوگوں سے بدگمانیاں پیدا ہوتی ہیں حتیٰ کہ اسے دینی شکل و صورت والے لوگوں سے ہی نفرت ہو جاتی ہے۔ وہ باطل پہ ہوتے ہوئے بھی اپنے آپ کو حق پر سمجھتا ہے اور بالآخر ایمان سے محروم ہو کر دنیا سے جہنم رسید ہو جاتا ہے۔

بد نظری سے متعلق اقوال سلف

۱..... حدیث پاک میں ہے کہ نبی علیہ السلام نے ارشاد فرمایا

لَعَنَ اللَّهُ النَّاطِرَ وَالْمَنْظُورَ إِلَيْهِ (بیہقی - مشکوٰۃ ۲۷۰)

(اللہ تعالیٰ لعنت کرتے ہیں بد نظری کرنے والے مرد اور بد نظری کرنے والی عورت پر)

۲..... حضرت داؤد علیہ السلام نے اپنے بیٹے کو نصیحت فرمائی کہ شیر اور اٹھوہے کے پیچھے چلے جانا مگر کسی عورت کے پیچھے ہرگز نہ جانا (مقصد یہ ہے کہ شیر اور اٹھوہے پالپٹ آیا تو موت کے منہ میں چلے جاؤ گے اگر عورت پلٹ آئی تو جہنم کے منہ میں چلے جاؤ گے)

۳..... حضرت یحییٰ بن زکریا علیہ السلام سے لوگوں نے پوچھا کہ زنا کی ابتداء کہاں سے ہوتی ہے؟ فرمایا، آنکھوں سے۔

۴..... حضرت عمر فاروق رضی اللہ عنہ نے فرمایا کہ اگر دو بوسیدہ ہڈیاں بھی خلوت میں تنہا ہوں تو ایک دوسرے کا قصد کریں گی (بوسیدہ ہڈیوں سے مراد بوڑھا مرد اور بوڑھی عورت ہے) ۵..... حضرت سعید بن المسیب رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ جب تم کسی کو دیکھو کہ وہ نوعمر لڑکے کی طرف نظر جما کر دیکھ رہا ہے تو سمجھ لو کہ دال میں کچھ کالا ہے۔ ۶..... فتح موصلی رحمۃ اللہ علیہ فرمایا کرتے تھے کہ میں تمیں مشائخ سے ملا ہوں جو ابدال شمار کئے جاتے تھے ہر ایک نے مجھے رخصت کے وقت وصیت کی کہ نوعمروں کی ہم نشینی سے بچتے رہنا۔ ۷..... ابن طاہر مقدسی فرمایا کرتے تھے کہ جس شخص کی شہوت کسی مرد کو دیکھنے سے بھڑکے تو اس کے لئے اس مرد کو دیکھنا حرام ہے۔

۸..... اما غزالی رحمۃ اللہ علیہ فرمایا کرتے تھے کہ مجھ پر پھاڑ کھانے والا شیر چھپے تو میں اتنا نہیں ڈرتا جتنا نوعمر لڑکوں کی ہم نشینی سے ڈرتا ہوں۔ ۹..... حضرت مولانا خلیل احمد سہارن پوری فرمایا کرتے تھے کہ بد نظری کرنا قوت حافظہ کیلئے زہر قاتل کے مانند ہے۔

۱۰..... حضرت مجدد الف ثانی رحمۃ اللہ علیہ اپنے مکتوبات میں لکھتے ہیں کہ جس شخص کی نظر قابو میں نہیں اس کا دل قابو میں نہیں اس کی شرمگاہ قابو میں نہیں رہے گی۔

بد نظری کا علاج

دور حاضر میں انٹرنیٹ، ٹی وی اور وی سی آر کی وجہ سے گھر گھر میں فلمیں ڈرامے عام ہو گئے ہیں، عریانی فحاشی کا سیلاب اٹھ آیا ہے، جوان العمر عورتیں بن ٹھن کر بے پردہ گلی بازاروں میں گھومتی پھرتی ہیں، اشتہار بازی کے نام پر سڑکوں کے اطراف میں عورتوں کی جاذب نظر تصاویر آویزاں ہیں، اخبار و رسائل میں پرکشش تصاویر عام سی بات ہے، ایسے حالات میں نو جوان تو کیا بوڑھوں کے لئے بھی نظر کی حفاظت ایک مصیبت بن گئی ہے، کوشش کے باوجود اس سے نجات کی صورت نظر نہیں آتی، جن لوگوں کے دلوں میں ہدایت کا نور موجود ہے وہ اس گناہ کے صادر ہونے پر اندر ہی اندر کڑھتے رہتے ہیں، سالکین طریقت اپنے مشائخ سے بد نظری کا علاج معلوم کرتے ہیں تاکہ اس بیماری سے شفا نصیب ہو، ضروری معلوم ہوتا ہے کہ قرآن و سنت کی روشنی میں اس بیماری سے شفا یاب ہونے کے چند مجرب نسخے پیش کر دئے جائیں تاکہ نگاہیں

حرام سے ہٹ کر حلال کی طرف متوجہ ہو جائیں، شہوت کی بھڑکتی آگ کے شعلے ٹھنڈے ہوں، پاکیزگی اور پاک دامنی کی زندگی گزارنی آسان ہو جائے۔

قرآن مجید کی روشنی میں

بد نظری سے بچنے کے لئے قرآن مجید کی روشنی میں سات نسخے درج ذیل ہیں:

۱..... ارشاد باری تعالیٰ ہے:

قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوْا مِنْ اَبْصَارِهِمْ

(ایمان والوں سے کہہ دیجئے کہ اپنی نگاہیں نیچی رکھیں)

بد نظری کا سب سے بہترین علاج اپنی نگاہوں کو پست رکھنا ہے، پس سالک کو چاہئے کہ گلی کو چہ بازار میں چلتے ہوئے اپنی نگاہیں نیچی رکھنے کی عادت بنائے، پیدل چل رہا ہو تو سڑک پر نظر رکھے، سواری پر ہو تو نگاہ اتنی اٹھائے کہ دوسری سواریاں اور راہ گروں کے گزرنے کا پتہ چلتا رہے، کسی کے چہرے کی طرف نظر نہ اٹھائے چونکہ فتنے کا مبتدا یہی ہوتا ہے، اگر نظر خطا کرے تو استغفار پڑھے اور پھر نگاہیں نیچی کرے، اس عادت کو اپنانے کے لئے کوشش کرتا رہے حتیٰ کہ یہ زندگی کا حصہ بن جائے، اگر دفتری کام کے سلسلے میں یا خرید و فروخت کے معاملے میں کسی عورت سے حسب ضرورت بات کرنی پڑے تو اس کے چہرے کی طرف نظر نہ کرے، جس طرح دونار ارض بندے مجبوری میں ایک دوسرے سے بات کریں بھی تو چہروں پر نظر نہیں ڈالتے، آنکھ سے آنکھ نہیں ملاتے اسی طرح ذہن میں خیال رکھے کہ غیر محرم سے میری اللہ تعالیٰ کے لئے ناراضگی ہے لہذا اس کے چہرے کو نہیں دیکھنا۔

۲..... ارشاد باری تعالیٰ ہے:

فَانْكُحُوا مَاطَابَ لَكُمْ مِنَ النِّسَاءِ (النساء: ۳)

(نکاح کرو عورتوں سے جو تمہیں بھلی لگتی ہوں)

جتنا جلدی ممکن ہو سکے دیندار، فرماں بردار، حسن و جمال والی لڑکی سے شادی کرے تاکہ جنسی ضرورت پوری ہو سکے، جو انسان بھوکا ہو وہ چاہے کہ میں نفلیں پڑھ لوں تاکہ بھوک اتر جائے تو اس کو اپنا علاج کروانا چاہئے، بھوک کا علاج یہ ہے کہ روٹی کھائے اور اللہ تعالیٰ سے بھوک اترنے کی دعا کرے، اسی طرح نظر کو پاکیزہ رکھنے کا طریقہ یہ ہے کہ شادی کر لے، اور اللہ

تعالیٰ سے پاکیزہ نظر حاصل ہونے کی دعا کرے، جب موقع ملے تو اپنی بیوی کے چہرے کو محبت کی نظر سے دیکھے، اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کرے کہ اگر یہ نعمت نہ ملتی تو کتنی مصیبت ہوتی، جو شوقیہ نظریں گلی کو چہ بازار میں چلنے والی بے پردہ عورتوں پر ڈالتا ہے وہ اپنی بیوی پر ڈالے، بیوی کو صاف ستھرا رہنے کی تلقین کرے، اچھے کپڑے لا کر دے، جو کچھ دوسری عورتوں کے پاس ہے وہی سب کچھ بیوی کے پاس ہے، دل میں سوچے کہ اگر میں غیر محرم کی طرف دیکھوں گا تو اللہ تعالیٰ ناراض ہوں گے اور اگر بیوی کو دیکھوں گا تو وہ راضی ہوں گے، حدیث پاک میں ہے:

جو شخص اپنی بیوی کو مسکراتا ہوا دیکھتا ہے اور بیوی خاوند کو مسکراتی دیکھتی ہے تو اللہ تعالیٰ ان دونوں کو مسکر کر دیکھتے ہیں، حلال کو جی بھر کر دیکھے تاکہ حرام کی طرف میلان ہی نہ ہو، جب بھی نفس غیر محرم کی طرف دیکھنے کی خواہش کرے تصور میں اپنی بیوی کا چہرہ لے آئے، گناہ کا خیال دل سے دور ہو جائے گا۔

۳..... ارشاد باری تعالیٰ ہے۔

إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِّنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُمْ مُبْصِرُونَ
(الاعراف: ۲۱)

(بے شک جو لوگ ڈرتے ہیں، جب ان پر شیطانی لشکروں میں سے کوئی گھیرے تو وہ اللہ کا ذکر کرتے ہیں پس انہیں سوچھ آتی ہے)

اس آیت مبارکہ سے یہ راز کھلتا ہے کہ جب بھی انسان پر حملہ آور ہو اور دل میں گناہ کا دوسرہ ڈالے تو ذکر کے ذریعہ سے اپنا دفاع کرے، چنانچہ بازار میں سے گزرتے ہوئے ذکر کا اہتمام کرے، ہو سکے تو ہاتھ میں تسبیح رکھ لے ورنہ قلبی ذکر تو کرتا ہی رہے، غفلت گناہ کا مقدمہ ہے، ذکر کے ذریعہ غفلت دور کرے، ذکر کا نور رفتہ رفتہ دل میں ایسا سرور پیدا کرتا ہے کہ غیر کی طرف آنکھ اٹھا کر دیکھنے کو جی نہیں چاہتا۔

دو عالم سے کرتی ہے بیگانہ دل کو
عجب چیز ہے لذت آشنائی

۴..... ارشاد باری تعالیٰ ہے:

أَلَمْ يَعْلَم بِأَنَّ اللَّهَ يَرَى (العلق: ۱۴)
(کیا جانتے نہیں کہ اللہ دیکھ رہا ہے)

سالمک کا نفس جب بھی نامحرم کی طرف دیکھنے کا تقاضا کرے تو فوراً سوچے کہ اللہ مجھے دیکھ رہے ہیں، نگاہ قابو میں رکھنی آسانی ہو جائے گی، اس کی مثال یوں سمجھیں کہ اگر اس عورت کا باپ یا خاوند ہماری طرف دیکھ رہا ہو تو کیا ہماری نظریں اس حال میں اس عورت کے چہرے کی طرف اٹھ سکیں گی، ہمیں جھجک محسوس ہوگی کہ اس عورت کا باپ یا خاوند ہم سے سخت ناراض ہوگا، اسی طرح یہ سوچنا چاہئے کہ جب اللہ تعالیٰ ہمیں دیکھ رہے ہیں اور منع فرمایا ہے کہ ہم غیر محرم کی طرف نظر نہ اٹھائیں، اس کے باوجود اگر ہم دیکھیں گے تو یقیناً پروردگار عالم کو جلال آئے گا، اگر پکڑ کر لی تو ہمارا کیا بنے گا۔

۵..... ارشاد باری تعالیٰ ہے:

وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا (العنکبوت: ۶۹)

(جو ہماری راہ میں مجاہدہ کرتے ہیں ہم ضرور اسے اپنا راستہ دکھاتے ہیں)

مفسرین کرام نے لکھا ہے کہ شریعت پر عمل کی خاطر نفس کے خلاف کام کرنے کو مجاہدہ کہتے ہیں، یہ حقیقت ہے کہ مجاہدے سے مشاہدہ نصیب ہوتا ہے، لہذا جب بھی نفس غیر محرم کی طرف دیکھنے کا تقاضا کرے تو اپنی قوت ارادی سے اس کے خلاف کرے، ذہن میں یہ رکھے کہ اس مجاہدے کے بدلے مجھے محبوب حقیقی کا مشاہدہ نصیب ہوگا، ویسے بھی یہ مجاہدہ چند لمحوں کا ہوتا ہے جب کہ مشاہدے کی لذت ہمیشہ کے لئے ہوگی، یاد رکھیں کہ ضبط نفس کے نور سے دل بہت جلدی صاف ہوتا ہے، تسبیح کے دانے اس کا مقابلہ نہیں کر سکتے، ہمت ہارنے سے مسئلہ حل نہیں ہوتا ہمت کرنے سے مسئلہ حل ہوگا، پس اپنے نفس پر جبر کرے اور اسے شریعت کی لگام ڈالے تاکہ قیامت کے دن سعادت کا ہار پہننا نصیب ہو۔

۶..... ارشاد باری تعالیٰ ہے: إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُكُمْ أَنْ تُؤَدُّوا الْأَمَانَاتِ إِلَىٰ أَهْلِهَا

(النساء: ۵۸) (اللہ تعالیٰ حکم دیتا ہے کہ امانتیں امانت والوں کو پہنچا دو)

سالمک اپنے ذہن میں یہ خیال جمائے کہ میری آنکھیں اللہ تعالیٰ کی دی ہوئی امانت ہیں، مجھے اس امانت کو حکم الہی کے مطابق استعمال کرنا ہے، اگر اس کے خلاف کیا تو امانت میں خیانت کا مرتکب ہوگا، عام دستور ہے کہ جو بندہ ایک مرتبہ امانت میں خیانت کا مرتکب ہو تو دوسری مرتبہ اس کو امانت سپرد نہیں کی جاتی، ایسا نہ ہو کہ میں دنیا میں اللہ تعالیٰ کی دی ہوئی بینائی کو غیر محرم کے دیکھنے میں استعمال کروں اور قیامت کے دن مجھے بینائی واپس ہی نہ کی جائے، اگر اس دن اندھا

کھڑا کر دیا تو کیا بنے گا۔

قرآن مجید سے ثابت ہے کہ اللہ تعالیٰ قیامت کے دن کچھ لوگوں کو اندھا کھڑا کریں گے اور وہ پوچھیں گے کہ:

رَبِّ لِمَ حَشَرْتَنِيْ اَعْمٰی وَقَدْ كُنْتُ بَصِيْرًا

(اے رب مجھے اندھا کیوں کھڑا کیا حالانکہ میں تو بینا تھا)

یہ بات بھی غور طلب ہے کہ ہم دنیا میں ایسے وقت میں پیدا ہوئے ہیں کہ اللہ تعالیٰ کے محبوب کی زیارت نہیں کر سکے، اگر قیامت کے دن اندھے کھڑے کئے گئے تو اس دن بھی محبوب خدا صلی اللہ علیہ وسلم کا دیدار نہیں کر سکیں گے، اللہ تعالیٰ اس دہری محرومی سے ہم سب کو بچائے، لہذا نگاہوں کا ٹھیک استعمال کرنا ضروری ہے تاکہ قیامت کے دن یہ امانت دوبارہ نصیب ہو جائے، نبی علیہ السلام نے ارشاد فرمایا

اِنَّ اللّٰهَ تَعَالٰی جَمِيْلٌ

(اللہ تعالیٰ خوبصورت ہے) (الجامع الصغیر: ج ۱، ص ۲۶۳)

اس مضمون کو ذہن میں رکھ کر سوچے کہ اگر میں نے دنیا کی حسینوں کو گندی نظر سے دیکھا تو کہیں اللہ تعالیٰ قیامت کے دن اپنے حسن و جمال کا مشاہدہ کرنے سے محروم نہ کر دے۔

۷..... ارشاد باری تعالیٰ ہے:

اَلَمْ يَأْنِ لِلَّذِيْنَ اٰمَنُوْا اَنْ تَخْشَعَ قُلُوْبُهُمْ لِذِكْرِ اللّٰهِ وَمَا نَزَلَ مِنَ الْحَقِّ (الحدید)

(کیا ایمان والوں پر ابھی وہ وقت نہیں آیا کہ ان کے دل اللہ کی یاد سے ڈر جائیں اور جواترا

ان پر سچا دین)

سائل کا نفس جب بھی بد نظری کا ارتکاب کرنا چاہے تو فوراً دل میں اس آیت کا مضمون سوچے کہ کیا ایمان والوں کے لئے ابھی وقت نہیں آیا کہ ان کے دل ڈر جائیں، جب جب نظر اٹھانے کو جی چاہے تب تب اپنے آپ کو مخاطب کر کے کہے، کیا ایمان والوں کے لئے ابھی اللہ تعالیٰ سے ڈر جانے کا وقت نہیں آیا، ہر نظر پر یہ مضمون سوچتا رہے اور اللہ تعالیٰ سے مدد مانگتا رہے، اللہ تعالیٰ اپنا ڈر عطا فرمائیں گے اور بد نظری سے بچی تو بہ نصیب ہو جائے گی۔

حدیث پاک کی روشنی میں

نبی علیہ السلام نے نظر کی حفاظت کے متعلق بہت تاکید فرمائی۔ انسانی چہرے کی کشش تو اپنی جگہ ہوتی ہے نبی علیہ السلام نے تو جانوروں کی شرمگاہ دیکھنے سے بھی منع فرمایا۔ نظر کو شیطان کے زہر آلود تیروں میں سے ایک تیر کہا۔ حدیث پاک پر غور کرنے سے دواہم نسخے بد نظری کے علاج سے متعلق نظر آتے ہیں جو درج ذیل ہیں۔

۱..... نبی علیہ السلام نے ارشاد فرمایا کہ اگر کسی غیر محرم پر اچانک نظر پڑ جائے اور اس کا حسن و جمال دل میں اتر جائے تو چاہئے کہ گھر آ کر اپنی بیوی سے ہمبستری کرے۔ جو کچھ اس غیر محرم کے پاس ہے وہی سب کچھ بیوی کے پاس ہے۔ اس سے معلوم ہوا کہ حلال طریقے پر اپنی ضروریات کو پورا کر لینے سے حرام سے بچنا آسان ہو جاتا ہے۔

۲..... ایک نوجوان نبی علیہ السلام کی خدمت میں حاضر ہوا۔ عرض کرنے لگا کہ اے اللہ کے نبی صلی اللہ علیہ وسلم مجھے زنا کی اجازت دے دیجئے۔ نبی علیہ السلام نے ڈانٹ ڈپٹ کرنے کے بجائے پیار سے فرمایا کہ یہ بتاؤ کیا تم چاہتے ہو کہ کوئی تمہاری والدہ سے زنا کرے؟ اس نے کہا نہیں۔ پھر پوچھا کہ کیا تم چاہتے ہو کہ کوئی تمہاری بیوی کے ساتھ زنا کرے؟ اس نے کہا نہیں۔ پھر پوچھا کیا تم چاہتے ہو کہ کوئی بہن سے زنا کرے؟ اس نے کہا نہیں۔ پھر پوچھا کیا تم چاہتے ہو کہ کوئی تمہاری بیٹی سے زنا کرے؟ اس نے کہا نہیں۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ جس سے بھی تم زنا کرو گے وہ کسی کی ماں ہوگی، بیوی ہوگی، بہن ہوگی، یا بیٹی ہوگی۔ جیسے تمہیں پسند نہیں کہ کوئی تمہاری محرم عورتوں سے زنا کرے اسی طرح دوسرے لوگ بھی پسند نہیں کرتے کہ کوئی ان کی محرم عورتوں سے زنا کرے۔ اس کے بعد نبی علیہ السلام نے اس کے سینے پر ہاتھ رکھ کر اس کی عفت و عصمت کی حفاظت کی دعا مانگی۔ وہ صحابی رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ میرے سینے سے زنا کا تقاضا بھی ختم ہو گیا بلکہ مجھے زنا سے اتنی نفرت ہو گئی کہ کسی اور گناہ سے نہیں تھی۔

اس سے معلوم ہوا کہ سائل بد نظری کے موقع پر یہ سوچے کہ جس طرح میں یہ پسند نہیں کرتا کہ لوگ میری محرم عورتوں کی طرف شیطانی نظر سے دیکھیں اسی طرح اور لوگ بھی پسند نہیں کرتے کہ میں ان کی عورتوں کو لپچائی نظروں سے دیکھوں۔ اس سے دل کو ٹھنڈک اور سکون نصیب ہوگا۔ بد نظری کا داعیہ کمزور ہو جائے گا۔ مزید برآں کسی شیخ کامل سے رابطہ ہو تو اس بیماری کا

تذکرہ ان کے سامنے کریں اور دعا و توجہ کی درخواست کریں۔ مشائخ کرام نبی علیہ السلام کے تابع ہوتے ہیں۔ ان کی توجہات سے دلوں کی ظلمتیں دور ہو جاتی ہیں۔ نفسانیت کی پستیوں سے نکل کر انسان روحانیت کی بلندیوں پر پہنچ جاتا ہے۔ ان کی صحبت دوا اور ان کی نظر شفا ہوتی ہے۔

اقوال سلف کی روشنی میں

مشائخ کرام نے اپنے مریدین و متوسلین کو بد نظری سے بچنے کے لئے مختلف طریقے بتائے ہیں۔ بنیادی طور پر انہیں دو حصوں میں تقسیم کیا جاسکتا ہے۔

۱..... خیال بدلنا

☆..... جب بھی انسان کا نفس غیر محرم کی طرف دیکھنے کا تقاضا کرے تو سالک کو چاہئے کہ اپنا دھیان غیر محرم کی طرف سے ہٹا کر دوسری طرف جمالے۔ ذہن میں ارادنا کوئی خیال سوچیں گے تو غیر محرم کا خیال خود بخود دور جایگا۔ چند مثالیں پیش خدمت ہیں۔

☆..... امام غزالی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ اے عزیز! جان لو جب کوئی غیر محرم سامنے سے گزرے تو شیطان تقاضا کرتا ہے کہ تو اس پر نظر ڈال اور دیکھ کہ کیسی ہے۔ اس وقت شیطان سے مناظرہ کرنا چاہئے کہ میں کیوں دیکھوں؟ اگر یہ بد صورت ہے تو میں گناہ بے لڑت کا مرتکب ہوں گا، اگر خوب صورت ہے تو گناہ کے ساتھ ساتھ دل میں حسرت بھی پیدا ہوگی کہ کاش مجھے یہ حاصل ہوتی۔ ہر عورت تو حاصل نہیں ہو سکتی۔ لہذا دل کو افسردہ کرنے سے کیا فائدہ۔ پس دل یہی فیصلہ کریگا گناہ کا ارتکاب ہو نہ ہی دل افسردہ ہو۔ دل کا اطمینان گونا گونا عقل مندوں کا کام نہیں۔

☆..... حضرت اقدس تھانوی رحمۃ اللہ علیہ فرمایا کرتے تھے کہ جب کسی حسین کی طرف طبیعت مائل ہو تو اس کا علاج یہ ہے کہ فوراً کسی ایسے شخص کا تصور باندھو کہ جس کا رنگ کالا ہے، چمک کے داغ ہیں، آنکھوں سے اندھا ہے، سر سے گنجا ہے، دانت لمبے اور آگے کو نکلے ہوئے ہیں ہونٹ موٹے موٹے ہیں، ناک بہہ کر ہونٹوں تک پہنچ چکی ہے کھیاں بیٹھی ہوئی ہیں، تو طبیعت میں سخت کراہت پیدا ہوگی یہ کراہت و نفرت اس جنسی میلان کو ختم کر دے گی جو حسین کو دیکھ کر قلب میں پیدا ہوا تھا۔

کبھی کبھی یہ تصور بھی کرے کہ یہ حسین جب مرے گا اور قبر میں جائے گا تو اس کا نازک

بدن گل سڑ جائے گا، کیڑے اسے کھائیں گے، سخت بدبو پیدا ہوگی، لہذا اس کو دیکھ کر میں اپنے رب کو ناراض کیوں کروں۔

☆..... ایک بزرگ فرمایا کرتے تھے کہ جب کسی حسین و جمیل کی طرف دیکھنے کو دل چاہے تو فوراً تصور کرے کہ میرے شیخ میری طرف دیکھ رہے ہیں تو طبیعت میں جھک پیدا ہو جائے گی نظر ہٹ جائے گی۔ پھر سوچے کہ میرے شیخ اس عمل کو دیکھیں تو کس قدر ناراض ہوں گے۔ حالانکہ اللہ تعالیٰ تو حقیقت میں دیکھ رہے ہیں تو وہ کتنا ناراض ہوں گے۔ اس سے بد نظری سے توبہ کی توفیق نصیب ہو جائے گی۔

۲..... نفس کو سزا دینا

بد نظری سے بچنے کے لئے دوسرا طریقہ یہ ہے کہ انسان اپنے نفس پر سزا مقرر کرے کہ اگر بد نظری کی تو تمہیں یہ سزا دوں گا۔ چونکہ سزا کی تکلیف زیادہ ہوگی بہ نسبت بد نظری کی لذت کے۔ لہذا وقت کے ساتھ ساتھ نفس بد نظری کی عادت سے رک جائے گا۔

☆..... حضرت اقدس تھانوی رحمۃ اللہ علیہ فرمایا کرتے تھے کہ بد نظری کا مرتکب ہونے پر بیس رکعت نفل پڑھنے کی سزا متعین کر لے۔ ایک دو دن میں ہی نفس جچ اٹھے گا اور بد نظری سے باز آجائے گا۔ شیطان بھی کہے گا کہ یہ شخص ایک مرتبہ بد نظری کرنے پر ۴۰ مرتبہ سجدہ کر رہا ہے ایسا نہ ہو کہ اس کے گناہ نیکیوں میں بدل دیئے جائیں۔ میری زندگی بھر کی محنت ضائع جائے گی۔ لہذا اس شخص کو بد نظری کے لئے اکسانا ہی نہیں چاہئے۔

☆..... ایک بزرگ فرمایا کرتے تھے کہ جس شخص کو کھانے پینے کا چسکا ہوا سے چاہئے کہ تین روزے رکھنے کی سزا متعین کرے۔ جب بھوکا پیاسا رہے گا تو سب خرمستیاں رفو چکر ہو جائیں گی۔

☆..... ایک بزرگ فرمایا کرتے تھے کہ بد نظری کرنے والا اگر غریب شخص ہے تو اپنے اوپر کچھ مال صدقہ کرنے کا جرمانہ مقرر کرے۔ جب اپنی ضرورتوں کو قربان کر کے مال صدقہ کرنا پڑے گا تو سب نشہ ہرن ہو جائے گا۔

☆..... ایک بزرگ فرمایا کرتے تھے کہ نفس میں بد نظری کا داعیہ پیدا ہو تو تنہائی میں اپنی پیٹھ پر کپڑے کا بنا کوڑا متعدد مرتبہ مارے اور سوچے کہ جب قیامت کے دن فرشتے کوڑے لگائیں گے تو کیا بنے گا۔ اس طریقے سے چند دنوں میں بد نظری کی عادت ختم ہو جائے گی۔

راقم الحروف کے چند مزید مجرب نسخے

درج ذیل میں چند نسخے پیش کئے جاتے ہیں جن سے رقم الحروف اور متعلقین نے بہت فائدہ پایا۔ قارئین ان نکات کو ذہن نشین کر کے فائدہ اٹھائیں۔ آزمودہ پائیں گے۔

۱..... بد نظری کے موقع سے بچے

سب سے بڑی احتیاط یہی ہے کہ جن مواقع پر بد نظری کا امکان ہو ان سے گریز کرے۔ شادی بیاہ کے موقع پر مخلوط محفلوں میں ہرگز نہ جائے۔ کسی جگہ جانے کے دوراستے ہوں تو وہ راستہ اختیار کرے جس میں بد نظری کا امکان کم ہو۔ کسی گھر کا دروازہ کھٹکھٹائے تو سامنے سے ہٹ کے کھڑا ہو ایسا نہ ہو کہ کوئی بچہ دروازہ کھولے اور بے پردگی ہو۔ ہوائی جہاز وغیرہ پر سفر کے دوران ٹکٹ کاؤنٹر پر جہاں مرد و وہاں جائے تاکہ عورت سے بات چیت کا موقع ہی پیش نہ آئے۔ گاڑی میں سفر کرتے ہوئے اطراف کی گزرنے والی گاڑیوں پر نظر نہ جمائے ممکن ہے بے پردہ عورت بیٹھی ہو تو بد نظری ہو جائے گی۔ اپنے گھر میں داخل ہوتے وقت کھٹکھٹا کر ایسی آواز پیدا کر دے کہ اگر کوئی غیر عورت موجود ہے تو وہ پردہ کر لے۔ بس ٹرین اور ہوائی جہاز کے سفر کے دوران کوئی دلچسپ کتاب اپنے پاس رکھے اور اسے پڑھتے ہوئے وقت گزاردے۔ جب تھک جائے تو سو جائے۔ نیند نہ آئے تو مراقبہ کی نیت کر کے بیٹھا رہے۔ آنکھیں کھولنے سے مسافر خواتین پر نظر پڑنے کا اندیشہ ہوگا۔ راستہ چلتے نگاہ اس طرح نیچی رکھے کہ قریب سے گزرنے والوں کے پاؤں سے اندازہ ہو کہ مرد ہے یا عورت ہے۔ ہر وقت یہ ذہن میں رکھے کہ عورتوں کو ہم سے پردہ نہیں کرنا ہمیں عورتوں سے پردہ کرنا ہے۔ طواف کے دوران نظروں کو قدموں پر جمائے رکھے۔ ہرگز اوپر نہ اٹھنے دے۔ محلے کی وہ جگہ جہاں تنور وغیرہ پر عورتیں ہوتی ہیں اس مکان کی طرف نظر ہی نہ اٹھائے۔ تفریح گاہوں میں اول تو جائے نہیں اگر مجبوری میں جانا پڑے تو ایسا وقت اور ایسے دن کا انتخاب کرے کہ لوگ نہ ہونے کے برابر ہوں۔

اگر کسی ایسے دفتر یا رپورٹ لاؤنچ وغیرہ میں انتظار کے لئے بیٹھنا پڑے جہاں ٹی وی چل رہا ہو یا عورتوں کی تصویریں لگی ہوں تو اراداً ان کی طرف پیٹھ کر کے بیٹھے۔ سڑکوں کے کنارے لگے ہوئے اگر رکشہ یا ٹانگہ سامنے ہو تو اس میں بیٹھی خواتین کی طرف نظر نہ اٹھنے دے۔ جس سڑک

یا گلی میں لڑکیوں کا اسکول کالج ہو اس سے گزرنا چھوڑ دے تو بہتر ہے۔ کفار کے ملک میں سفر کرنا پڑے تو بہتر ہے کہ لوگوں کے چہروں پر نظر ہی نہ ڈالے اول تو موسم گرما میں ان کے جسم آدھے سے زیادہ ننگے ہوتے ہیں اگر موسم سرما میں جسم پر کپڑے ہوں بھی تو مرد عورت کے درمیان پتہ ہی نہیں چلتا کئی مرتبہ لباس ایک جیسا ہوتا ہے، عورتیں کوٹ پتلون پہنتی ہیں نائی لگاتی ہیں، مردوں کی مانند بال کٹواتی ہیں، اس مصیبت سے بچنے کا حل یہی ہے کہ نگاہیں جھکائے اور اپنا ایمان بچائے۔ اللہ تعالیٰ سے عاجزی کے ساتھ التجا کرے کہ یا الہی

غم حیات کے سائے محیط نہ کرنا
کسی غریب کو دل کا غریب نہ کرنا
میں امتحان کے قابل نہیں مرے مولیٰ
مجھے گناہ کا موقع نصیب نہ کرنا

۲..... بیوی کو خوش رکھے

(۱) اپنی بیوی کے ساتھ محبت و الفت کا برتاؤ رکھے۔ اس کے پہننے اوڑھنے وغیرہ کا خیال رکھے جب بیوی گھر میں خاوند کو محبت و پیار دے گی خدمت کرے گی مسکراہٹوں سے استقبال کریگی تو خاوند کی طبیعت غیر محرم کی طرف متوجہ نہیں ہوگی، ذرا غور کریں اس صورت حال پر کہ جب میاں بیوی کا روزانہ گھر میں جھگڑا ہو پریشان حال خاوند دفتر میں بغیر ناشتہ کئے پہنچ جائے وہاں اس کی بے پردہ کارکن خاتون مسکرا کر انتہائی ہمدردانہ لہجے میں پوچھے کہ سر! آپ کیسے ہیں؟ تو اس لڑکی کی مسکراہٹ خاوند کی ازدواجی زندگی میں زہر گھول دیتی ہے۔ اس صورت حال میں ہنستے ہستے گھر تباہ ہو جاتے ہیں۔ جب گھر میں خوبصورت بیوی جھگڑے کرتی رہے تو باہر کالی کلونی عورت بھی حور پری نظر آنے لگتی ہے۔ لہذا میاں بیوی دونوں کو کوشش کرنی چاہئے کہ گھر میں الفت و محبت کا ماحول رہے تاکہ باہر کی گندگیوں سے بچنا آسان ہو۔ عام طور پر بد نظری کے مرتکب وہی ہوتے ہیں جن کی بیوی نہیں ہوتی یا بیوی ہوتی ہے مگر وہ بیوی سے جنسی طور پر مطمئن نہیں ہوتے۔ قرآن مجید نے بیوی کا مقصد بتایا ہے لنسکونوا الیہا (تاکہ تم اس سے سکون پاؤ) اور جو بیوی پر سکون خاوند کو پریشان کر دے وہ اللہ تعالیٰ کے سامنے کیا جواب دے گی۔ آج کا نوجوان اگر بیوی کو اس شوق سے دیکھے جس شوق سے ٹی وی کو دیکھتا ہے تو بیوی جنت کی حور نظر آنے لگ جائے گی۔ سنا ہے کہ غلبہ محبت میں زلیخانے ہر چیز کا نام یوسف رکھ دیا تھا۔ اسے دنیا میں یوسف کے سوا کچھ نظر ہی نہیں آتا تھا۔

جب بیوی اور خاوند میں ایسی سچی محبت ہوگی تو خاوند کی کسی غیر محرم پر نظر ہی نہیں اٹھے گی۔

۳..... اپنے آپ کو بے طمع کر لے

سالک بار بار اپنے دل میں یہ خیال جمائے کہ میں اللہ رب العزت کو ناراض نہیں کرنا چاہتا۔ میری غیر محرم پر اٹھنے والی ہر نظر میرے محبوب حقیقی سے دور کرے گی۔ جب کہ غیر محرم سے ہٹنے والی ہر نظر مجھے محبوب حقیقی کا قرب نصیب کرے گی۔ لہذا میں نے اللہ تعالیٰ کے قرب کو اپنے لئے چن لیا ہے۔ اس کی محبت میں آکر میں نے غیر محرم کی طرف دیکھنے سے توبہ کر لی ہے۔ اب کوئی بے پردہ عورت سامنے آئے گی مجھے اس سے کوئی طمع نہیں۔ وہ نیلی ہے پیلی ہے یا پتلی ہے یا موٹی ہے۔ گوری ہے یا کالی حور ہے یا ڈائن ہے کسی اور کے لئے ہے میرے لئے نہیں۔ جب مجھے اس سے کوئی مطلب پورا نہیں کرنا تو دیکھنے کا کیا فائدہ۔

گلی بازار سے گزرتے ہوئے جب نفس غیر محرم کی طرف دیکھنے کی خواہش کرے تو فوراً اپنے دل میں یہ خیال دہرائے کہ مجھے اس سے کوئی طمع نہیں۔ آپ نے تجربہ کیا ہوگا کہ اگر کسی بس میں یا انتظار گاہ میں کوئی مرد آپ کے قریب والی سیٹ پر بیٹھ جائے تو آپ کو محسوس ہی نہیں ہوتا اور اگر کوئی عورت بیٹھ جائے تو ذہن منتشر ہو کر اسی کے متعلق سوچنا شروع کر دیتا ہے۔ یہ سب اس لئے کہ نفس میں طمع ہوتی ہے، اگر وہی بوڑھی عورت ہو تو پرواہ ہی نہیں ہوتی۔ یہ ثبوت اس بات کا ہے کہ نفس میں خباثت ہوتی ہے۔ لہذا اس کو دل سے ارادۂ دور کرنے کی کوشش کریں۔ رات کے آخری پہر میں تہجد کے بعد اللہ رب العزت سے دعا مانگے اے مالک مجھے غیر محرم سے بے طمع کر دے، اے وہ ذات جس کی انگلیوں میں انسانوں کے قلوب ہیں میرے دل سے غیر محرم کی ہوس نکال دے تاکہ میرے لئے غیر محرم میں اور دیوار میں کوئی فرق نہ رہے، اس کی برکت چند دنوں میں ظاہر ہو کر رہے گی۔ آزمائش شرط ہے۔

۴..... حور کی خوبیوں کا تصور

اگر نفس غیر محرم کی طرف دیکھنے کی خواہش کرے تو سالک اپنے دل میں حور کی خوبیوں کا تصور کرے مثلاً

حُورٌ مَّقْصُورَاتٌ فِي الْبَيْتِ (خیمہ میں رکی رہنے والی حوریں)

قَاصِرَاتِ الطُّرُفِ (نیچے نگاہ رکھنے والی)

لَمْ يَطْمِئْنَنْ اَنْسَ قَبْلَهُمْ وَلَا جَانٌّ (ان سے کسی آدمی یا جن نے قربت نہیں کی)

اَزْوَاجٌ مُّطَهَّرَةٌ (حیض و نفاس سے پاک بیبیاں)

كَانَهُنَّ الْيَاقُوتُ وَالْمَرْجَانُ (یا قوت مرجان جیسے موتیوں کی طرح)

ان تمام صفات کو مد نظر رکھ کر غیر محرم کے متعلق سوچے کہ کبھی حیض کا بد بودار خون جاری ہے کبھی نفاس جاری ہے، روز آنے کی بار پیشاب پاخانہ کی گندگی پیٹ سے نکلتی ہے، ناک صاف کرتی ہے، منہ سے بگم خارج ہوتی ہے، بغلوں سے پسینے کی بو آتی ہے، سر میں جو میں پڑی ہوئی ہیں، چند دن نہ نہائے تو بد بو آئے، مسواک نہ کرے تو منہ سے بد بو آئے، بیمار ہو تو چند دن میں لاغر ہو جائے، بوڑھی ہوگی تو چہرہ چھو بارے کی طرح بن جائے گا، منہ میں دانت نہیں رہیں گے، پیٹ میں آنت نہیں رہے گی، کمر جھکا کے چل رہی ہوگی، منہ سے الفاظ پورے نہیں نکلیں گے، پوشیدہ حصوں کے بال نہ صاف نہ کرے تو جنگل کا نمونہ بن جائے، ہر وقت پیٹ میں پاخانہ اور پیشاب کی گندگی اٹھائے پھر رہی ہیں، کیا ایسی عورت کی طرف نظر اٹھا کر میں اپنے پروردگار کو ناراض کروں؟ جنت کی نعمتوں اور حوروں سے محروم ہو جاؤں؟ وہ حور جو ہمیشہ پاک رہے گی موتیوں کی طرح چمکتی ہوگی، جسم سے ہر حصے سے خوشبو آئے گی، پاک و صاف ہوگی، اگر لعاب کھارے پانی میں ڈالے تو میٹھا ہو جائے، اگر انگلی عرش سے نیچے نکالے تو سورج کی روشنی مات پڑ جائے، اگر مسکرا کر بات کرے تو مردہ بھی زندہ ہو جائے، جس کو کسی غیر نے ہاتھ نہیں لگایا ہوگا، جس کے دل میں محبت کے اٹھتے ہوئے جذبات کو انسان اپنی آنکھوں سے دیکھ سکے گا، نہ بیماری ہو نہ خواری ہوگی، بالا خانے میں بیٹھی خاوند کا انتظار کر رہی ہوگی۔ میں ایسی با وفا حسین و جمیل بیوی غیر محرم کی طرف ایک نظر اٹھا کر دیکھنے کی خاطر محروم ہو جاؤں یہ کہاں کی عقلمندی ہے۔ پس دنیا میں میرے لئے میری بیوی ہے، اور آخرت میں میرے لئے حوریں ہیں، گلی بازار میں پھرنے والیوں سے مجھے کوئی طمع نہیں ہے۔ میں غیر محرم سے ہر نظر بچاؤں گا، اپنے رب کو مناؤں گا۔ اور حوروں کا حقدار بن جاؤں گا۔

۵..... (دیدار الہی سے محرومی کا تصور کرو

حدیث پاک کا مفہوم ہے کہ جنتیوں کو اللہ تعالیٰ کا دیدار نصیب ہوگا باز کو ایک مرتبہ ہوگا۔ بعض کو ہر سال ہوگا۔ بعض کو ہر مہینہ ہوگا۔ کسی کو ہر جمعہ کے دن ہوگا اور بعض لوگوں کو ہر روز ہوگا۔

ایسے میں وہ شخص جو دنیا میں نابینا پیدا ہوا اور اس نے نیکو کاری اور پرہیز گاری اور صبر و شکر والی زندگی گزاری۔ اس کو یہ سعادت نصیب ہوگی کہ وہ ہر وقت اللہ تعالیٰ کے دیدار میں محو رہے گا۔ اللہ تعالیٰ فرمائیں گے یہ میرا وہ بندہ ہے جس نے دنیا میں کسی غیر کو محبت کی نظر سے نہیں دیکھا اب یہ جب چاہے میرے چہرہ انور کا دیدار کرے۔

بعض علماء نے لکھا ہے کہ جو شخص دنیا میں اللہ کی رضا کی خاطر غیر محرم سے اپنی نظروں کی حفاظت کرے گا۔ اللہ تعالیٰ جنت میں ہر ہر نظر کے بدلے ایک ایک مرتبہ اسے اپنے چہرہ انور کا دیدار عطا فرمائیں گے۔ سالک کو چاہئے کہ وہ اس مضمون کا مراقبہ کرے اور اپنے دل کو سمجھائے کہ میں چند لمحوں کی بد نظری کی وجہ سے اللہ تعالیٰ کے دیدار سے محروم کیوں ہو جاؤں؟ علامہ ابن قیمؒ نے لکھا ہے کہ جنت میں عمل کا اجر اسی کی جنس سے ہوگا لہذا جو شخص غیر محرم چہرے سے آنکھ ہٹائے گا اسے اللہ تعالیٰ کے دیدار کی سعادت نصیب ہوگی۔ سالک کو چاہئے کہ وہ غیر محرم سے نظریں ہٹائے تاکہ اللہ تعالیٰ کے دیدار کا حق دار بن جائے۔

۶..... اپنی ماں بیٹی کا تصور کرو

انسان کا نفس غیر محرم کی طرف للچائی نظروں سے دیکھنا چاہے تو فوراً دل میں ماں یا بیٹی کا تصور کرے اور اس کے متعلق سوچنا شروع کر دے یہ اتنے مقدس رشتے ہیں کہ نفسانیت کے تقاضے اس طرح ختم ہو جاتے ہیں جس طرح پانی ڈالنے سے آگ کے شعلے بجھ جاتے ہیں۔ مگر یہ عمل با حیا اور با شرع لوگوں کے لئے زیادہ فائدہ مند ہے۔

۷..... آنکھوں میں سلائی پھیرنے کا تصور کریں

علماء کرام نے لکھا ہے کہ بد نظری کرنے والا جہنم میں پہونچے گا تو فرشتے اس کی آنکھوں میں پکھلا ہوا سیسہ ڈالیں گے۔ بعض کتابوں میں لکھا ہے کہ لوہے کی سلاخیں گرم کر کے اس کی آنکھوں میں گھونپ دیں گے۔ جب سالک کا نفس بد نظری پر اکسائے تو سالک اپنے ذہن میں تصور کرے کہ وقتی لذت کی خاطر میری آنکھوں میں گرم سلائیاں پھیری جائیں گی تو کیا حال ہوگا چند دن متواتر یہ تصور کرنے سے نفس کی خباثت ختم ہو جائے گی۔

۸..... اصول کی بات

جن لوگوں کو بد نظری کی پرانی عادت ہوتی ہے اور ابتدائی نسخوں سے ان کے نفس کی ہٹ

دھرمی دور نہیں ہوتی انہیں چاہئے کہ اپنے نفس کو سمجھائیں کہ اللہ رب العزت کے ہاں ایک اصول ہے۔ جو شخص کچھ گناہ کا ارتکاب شروع کرے تو اول تو رب کریم اس کے ساتھ علم اور بردباری کا معاملہ فرماتے ہیں۔ اگر بندہ پیچھے نہ ہٹے تو کچھ عرصہ ستاری کا معاملہ فرماتے ہیں۔ اور اگر پھر بھی آگے بڑھتا ہے جائے تو سزا کا ارادہ فرماتے ہیں۔ اور جس بد نصیب کے لئے سزا کا ارادہ کر لیں پھر اس کو کتنی کا ناچ نچا دیتے ہیں۔ گھر بیٹھے بٹھائے ذلیل کر دیتے ہیں۔ دوسرے کیلئے عبرت کا نشان بنا دیتے ہیں۔ لہذا میں بہت عرصے سے بد نظری والے گناہ کا مرتکب ہو رہا ہوں، ابھی تک اللہ تعالیٰ ستاری کا معاملہ فرما رہے ہیں۔ اگر سزا کا ارادہ کر لیا تو میں دین و دنیا میں برباد ہو جاؤں گا، کہیں کا نہیں رہوں گا۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے۔

وَمَنْ يُهِنِ اللَّهُ فَمَا لَهُ مِنْ مُكْرِمٍ (الحج: ۱۸)

جس کو اللہ تعالیٰ ذلیل کرے اس کو کوئی عزت دینے والا نہیں

اس آیت کا تصور کرنے سے بد نظری کی عادت سے جان چھوٹ جاتی ہے۔

۹..... اپنے نفس سے مناظرہ

جب انسان کا نفس بد نظری کی کوشش کرے تو اپنے نفس سے یوں مناظرہ کرنا چاہئے، اے نفس! تیرا نام اتنا بلند مگر تیری حرکتیں اتنی پست ہیں، تو مخلوق کی نظر میں اللہ کا دوست ہے مگر اللہ کے دشمنوں والے کام کر رہا ہے، تو ظاہر میں مومن ہے باطن میں فاسق ہے، تو اوپر سے لالا ہے اندر سے کالی بلا ہے، تو ظاہر میں اللہ کا بندہ ہے تنہائی میں شیطان کا پجاری ہے، تیری زبان اللہ کی طلبگار ہے تیری آنکھ کو غیر محرم سے پیار ہے تو مخلوق کی نظر میں صوفی صافی ہے مگر خالق کی نظر میں قابل معافی ہے، تیرے ظاہر پہ سنت سچی ہوئی ہے تیرے باطن میں شہوت بھری ہوئی ہے، مخلوق کی نظر سے تیری حرکتیں پوشیدہ ہیں مگر خالق حقیقی کی نظر میں آشکارہ ہیں، تو ظاہر میں جنت کا طالب ہے مگر درحقیقت جہنم کا خریدار ہے، بہتر یہی ہے کہ خسارے کی تجارت سے باز آ، گھائٹے اور نقصان کے سودے سے پیچھے ہٹ جا، اللہ تعالیٰ نے تیرے لئے توبہ کا دروازہ کھلا رکھا ہے، شاید یہ تیری مہلت کا آخری دن ہو۔ بعد میں حسرت و افسوس کرنے کا کیا فائدہ ہے۔

اب پچھتائے کیا ہو ت
جب چڑیا چک گئیں کھیت

چند مرتبہ نفس کے ساتھ اس طرح مناظرہ کرنے سے بد نظری میں خاطر خواہ کمی آئے گی۔

۱۰..... مرقہ معیت

جب انسان کا نفس بد نظری سے باز نہ آئے تو سالک معیت الہی کا استحضار پیدا کرنے کیلئے ہر نماز کے بعد چند لمحے اپنے دل میں آیت کریمہ کا مضمون سوچے کہ

هو معكم اينما كنتم (وہ تمہارے ساتھ ہے تم جہاں کہیں بھی ہو)

پھر اپنے نفس کو سمجھائے کہ دیکھو تم اللہ تعالیٰ کی نظر سے کہیں بھی اوجھل نہیں ہو سکتے، جب تم غیر محرم کو دیکھ رہے ہوتے ہو پروردگار تمہاری طرف دیکھ رہا ہوتا ہے، یہ اللہ تعالیٰ کی بردباری ہے کہ تمہاری پکڑ نہیں فرما رہا ہے اگر یہی کچھ کرتے رہے تو بکرے کی ماں کب تک خیر منائے گی، یہ نظر کے تیر تمہیں روحانی موت ملنے کا سبب بنیں گے، ادا لے کا بدلہ ہو کے رہتا ہے تم غیر عورت کو لگائی نظروں سے دیکھتے ہو کوئی تمہاری عورتوں کو ایسی نظروں سے دیکھے گا، اے نفس! یہ بات اچھی طرح جان لے کہ۔

جیسی کرنی ویسی بھرنی نہ مانے تو کر کے دیکھ

جنت بھی ہے دوزخ بھی ہے نہ مانے تو مر کے دیکھ

انشاء اللہ اس مراقبہ سے، اللہ تعالیٰ کی رحمت شامل حال ہوگی اور بد نظری سے توبہ کی توفیق

نصیب ہوگی۔

ایک مغالطہ

بعض نوجوان یہ چاہتے ہیں کہ نفس میں غیر محرم کی طرف دیکھنے کا خیال اور تقاضا ہی پیدا نہ ہو۔ اس کے حاصل نہ ہونے پر بہت پریشان ہوتے ہیں۔ سمجھتے ہیں کہ ہمارے ذکر و مراقبہ کا کوئی فائدہ نہیں۔ یاد رکھیں یہ شیطانی وسوسہ ہوتا ہے اگر نفس میں بد نظری کی خواہش ہی نہ رہے تو اس سے بچنا کون سی بہادری ہے۔ اندھا کہے کہ میں غیر محرم کو نہیں دیکھتا تو یہ کون سی فخر کی بات ہے مزہ تو یہ ہے کہ بھر پور شہوت کے باوجود گناہ سے بچ جائے۔ دل میں ندامت و شرمندگی کا پیدا ہونا اور غیر محرم کی طرف نظر اٹھانے سے بچ جانا یہی بڑا جہاد ہے۔ یہ سب کچھ زندگی بھر کرنا پڑتا ہے اور اپنی کوتاہیوں پر رونا دھونا پڑتا ہے۔ جب اس حال میں مریں گے تو قبر میں پرسکون نیند آئے گی۔ شاید فرشتے مگر تکبر آپس میں یوں گفتگو کریں

سرہانے میر کے آہستہ بولو

ابھی تک روت روتے سو گیا ہے