

## نماز میں خشوع کیسے پیدا ہو

ابوعبدالرحمن

الحمد لله رب العلمين والصلوة والسلام على محمد وآله وصحبه اجمعين۔ اما بعد:

”نماز میں خشوع“ کا مسئلہ ایک اہم مسئلہ ہے کیونکہ خشوع نماز کی روح، دلوں کیلئے نفع بخش اور چہروں کا نور ہے اور یہی وہ ”علم“ ہے جو صحیح حدیث کے مطابق اس اُمت سے سب سے پہلے اٹھالیا جائے گا۔ (صحیح الجامع: ۲۵۶۹)

جامع ترمذی (۹۴/۲) اور سنن دارمی (۷۵/۱) میں عبادہ بن صامتؓ سے روایت ہے کہ وہ فرماتے ہیں:

”اگر تم چاہو تو میں تمہیں اُس ”علم“ کے بارے میں بتاؤں جو سب سے پہلے لوگوں سے اٹھالیا جائے گا۔ وہ علم ”خشوع“ ہے،

قریب ہے کہ تم جامع مسجد (لوگوں سے بھری ہوئی مسجد) میں داخل ہو گے مگر ایک آدمی کو بھی خشوع سے نماز پڑھتا ہوا نہیں پاؤ گے۔“

بعض علماء نماز کے تمام ارکان میں خشوع کو واجب قرار دیتے ہیں۔ سنن اربعہ میں صحیح حدیث ہے کہ: ”نمازی کیلئے خشوع کے

ہونے یا پھر نہ ہونے کی وجہ سے، اس کی نماز کا اجر دسواں، نواں، آٹھواں، ساتواں، چھٹا، پانچواں، چوتھا، تہائی یا نصف حصہ لکھا جاتا ہے“

(یعنی جتنا خشوع زیادہ ہوگا اتنا ہی اجر زیادہ ملے گا ورنہ کم ہوتا جائے گا)۔

ایک حدیث میں آتا ہے کہ ”جو مسلمان فرض نماز کیلئے آئے اور اس کے لئے بہترین وضو کرے اور اس کے خشوع اور رکوع کو پورا

کرے تو وہ نماز اس کے تمام گناہوں کا کفارہ بن جاتی ہے بشرطیکہ کبیرہ گناہوں سے اجتناب کیا ہو اور یہ گناہوں کا دھلنا ہمیشہ ہوتا ہے۔“

(رواہ مسلم، المشکاۃ المصابیح/۱/۳۸)

صحیحین کی ایک حدیث میں ہے کہ نبی اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا: ”جو میرے اس وضو کی طرح وضو کرے، پھر دو رکعت (تختیہ

الوضو) ادا کرے اور نماز کے دوران اپنے دل کو خیالات سے پاک رکھے تو ایسے شخص کے پچھلے تمام گناہ معاف کر دیئے جاتے ہیں۔“

(بخاری و مسلم، المشکاۃ/۱/۳۹)

اسی طرح مسلم کی ایک اور حدیث میں آپ ﷺ نے فرمایا:

”جو مسلمان اچھی طرح وضو کرے اور پھر دو رکعتیں ادا کرے، اپنا رخ اور دل دونوں نماز ہی کی طرف لگائے رکھے، اس کیلئے

جنت واجب ہو جاتی ہے۔“ (مسلم، مشکاۃ/۱/۳۹)

خشوع کے موضوع پر کثرت کے ساتھ احادیث موجود ہیں بلکہ خود قرآن کریم نے اس کو بیان کیا ہے۔ چنانچہ سورۃ مؤمنون میں

اللہ تعالیٰ فرماتا ہے:

قد افلح المؤمنون ۝ الذين هم في صلاتهم خاشعين ۝ (المؤمنون: ۲۰۱)

”بے شک ان مومنین نے فلاح پائی جو نماز میں خشوع کرتے ہیں۔“

مزید فرمایا: وانها لكبيرة الا على الخشعين ۝ (البقرة: ۴۵)

”اور یہ (نماز) گراں ہے مگر خشوع کرنے والوں پر گراں نہیں۔“

خشوع ایمان والوں کی صفات میں ایک اہم صفت ہے، چاہے نماز میں ہو یا نماز کے علاوہ۔

والخشعين والخاصعت (القرآن)

”خشوع کرنے والے مرد اور خشوع کرنے والی عورتیں (جنت کی مستحق ہیں)۔“

تفسیر خازن کے مطابق ”خشوع کرنے والا“ وہ شخص ہے جو گناہوں میں مبتلا ہو جانے کے ڈر سے بعض (مشتبہ) کام ترک

کردے۔

اللہ تعالیٰ نے انبیاء کو اسی وصف (خشوع) سے موصوف فرمایا۔ چنانچہ ارشاد ہوتا ہے:

كانوا يدعوننا رغبا ورهبا وكانوا لنا خاشعين ۝ (القرآن)

”وہ ہمیں خوف اور اُمید سے پکارا کرتے تھے اور ہم سے دبے دبائے رہتے تھے۔“

اسی طرح اہل کتاب کے صالح افراد کا بھی یہی وصف بیان فرمایا:

وان من اهل الكتاب لمن يؤمن بالله واليوم الآخر خاشعين لله (القرآن)

”بے شک اہل کتاب میں ایسے لوگ بھی ہیں جو اللہ پر اور یوم آخرت پر ایمان رکھتے ہیں اور اللہ کی خاطر دبے دبائے رہتے

ہیں۔“

خشوع کی علامت:

خشوع کی علامت یہ ہے کہ انسان نماز کی حالت میں اپنے کپڑے یا جسم کے کسی عضو سے نہ کھیلے اور نہ ہی اپنی نگاہیں اوپر کو اٹھائے

بلکہ خشوع کا اتنا غلبہ ہو کہ انسان کو یہ بھی معلوم نہ ہو کہ اس کے دائیں اور بائیں کون شخص کھڑا ہے۔ سکون کے ساتھ کھڑا رہے اور اپنی نظریں

سجدہ کی جگہ پر رکھے۔

علماء ربانی کا اس بات پر اتفاق ہے کہ خشوع کی اصل جگہ ”دل“ ہے۔ خشوع خوف اور اللہ کیلئے اپنے آپ کو پست کر دینے کا نام

ہے اور اپنے معبود کی تعظیم کے سوا کسی دوسری طرف متوجہ نہ ہو۔

خشوع پیدا کرنے کے طریقے:

خشوع پیدا کرنے کے کئی طریقے ہیں جن میں سے بعض کا ذکر ہم کر دیتے ہیں۔

(1) اپنے دل کو اللہ کے خوف سے معمور کر دے۔ کیونکہ جب دل خوف سے بھر جاتا ہے تو خشوع خود بخود پیدا ہوتا ہے۔ یہ ایک ہی

طریقہ خشوع پیدا کرنے کیلئے کافی ہے۔ سلف صالحین نماز کے دوران اسی کا التزام فرمایا کرتے تھے۔

(2) ہر اس چیز سے دور رہے جو خشوع میں رکاوٹ پیدا کرتی ہو۔ مثلاً بھوک لگنا، بول و براز کی حاجت ہونا وغیرہ۔ خود نبی اکرم ﷺ نے اس جانب اشارہ کر کے فرمایا:

جب رات کا کھانا سامنے ہو اور نماز کی اقامت ہو جائے تو کھانے سے ابتدا کرو (یعنی پہلے کھانا کھا لو) اسی طرح فرمایا: حاجت (بول و براز) کو روک کر نماز پڑھی جائے تو نماز نہیں ہوتی۔ (بخاری و مسلم)

لہذا انسان کو چاہئے کہ جب وہ نماز پڑھے تو اپنے آپ کو تمام کاموں سے فارغ کر لے۔

(3) نماز میں قرآن مجید کو اونچی آواز سے پڑھے یا کم از کم اتنی آواز تو ضرور ہو کہ وہ خود سن سکے، کیونکہ تلاوت قرآن کی آواز دل پر بہت ہی زیادہ اثر کرتی ہے۔

نوٹ: جو شخص ہونٹ ہلائے بغیر نماز پڑھے اس کی نماز درست نہیں۔ اس مسئلہ کی تفصیل کیلئے ہماری کتاب ”الدين الخالص“

(۴/۲۸) کا مطالعہ کیجئے۔

(4) اپنی زبان سے ادا ہونے والے الفاظ پر غور و فکر کرے کہ وہ قرأت میں ہے یا ثناء پڑھ رہا ہے یا فاتحہ کی تلاوت کر رہا ہے وغیرہ۔

(5) قرأت قرآن، نماز میں کی جانے والی تسبیح اور ذکر کے معنی بھی سمجھے۔ عبداللہ بن عباس فرماتے ہیں ”تمہاری نماز کا اتنا ہی اجر تمہیں ملے گا جو تم نے سمجھ کر ادا کی“۔

(6) ایسی آیات کریمہ اور احادیث صحیحہ کا مطالعہ کرتا رہے جو خشوع اور عاجزی پر ابھارتی ہوں۔ یہ طریقہ کافی فائدہ مند ثابت ہوگا۔

(7) اس بات کو اچھی طرح ذہن نشین کر لے کہ جو نماز میں ادا کر رہا ہوں اس کا ثواب بغیر خشوع کے ملنے والا نہیں ہے۔

(8) خشوع پیدا کرنے کی مسلسل کوشش کرے۔ شروع شروع میں ہو سکتا ہے یہ مشکل لگے مگر پھر ان شاء اللہ یہ نمازی کی عادت بن جائے گی۔ انسان کو چاہئے کہ خود اس بات کا تجربہ کر لے کیونکہ جب نمازی یہ چاہے گا کہ نماز کے دوران اُسے دنیاوی خیالات نہ آئیں تو یہ

چیز یقیناً ایک مشکل کام ہوگا۔ (یہ طریقہ سب سے بہتر ہے)

(9) یہ سوچ کر نماز ادا کرے کہ یہ اس کی آخری نماز ہے جسے وہ ادا کر رہا ہے۔ جیسا کہ حدیث میں آتا ہے کہ:

”دُنیا چھوڑ کر جانے والے شخص کی طرح نماز پڑھو“۔

اور اللہ تعالیٰ نے فرمایا:

الذین یظنون انہم ملاقوا ربہم وانہم الیہ راجعون (البقرة: ۲۶)

”جو لوگ یہ سمجھتے ہیں کہ وہ اپنے رب سے ملیں گے اور یہ کہ وہ اُسی کی طرف لوٹنے والے ہیں (ان پر نماز ادا کرنا ذرا بھی گراں

نہیں)۔

یہ سوچ نمازی کو خشوع بڑھانے میں بہت کارآمد ہوگی۔

10) پڑھی جانے والی دُعائیں اور اذکار بدل بدل کر پڑھے، یہ چیز بہت اثر انگیز ہے کیونکہ ایک ہی ذکر کو ہمیشہ پڑھنا دل کو سخت کر دیتا ہے اور دل اس کا عادی ہو جاتا ہے پھر اس کا کوئی اثر نہیں ہوتا۔

11) آداب بندگی اور سنت سے ثابت شدہ چیزوں کا بھرپور اہتمام کرے۔ مثلاً ارکان کو تعدیل سے ادا کرنا، کبھی نماز پڑھنا، لمبے سجدے کرنا اور حیوانات سے تشبہ اختیار نہ کرنا وغیرہ۔

12) لمبی نماز پڑھنا اور طویل قرأت کرنا خشوع پیدا کرنے کا اہم ذریعہ ہے۔ تجربہ سے یہ بات ثابت ہے کہ چھوٹی نماز میں خشوع کم ہی پیدا ہوتا ہے۔

13) ایسی آیات، دُعائوں اور اذکار کو بار بار دہرائے جو ”خوف اور امید“ پر مشتمل ہوں جیسا کہ نبی اکرم ﷺ اپنی رات کی نماز میں یہی ایک آیت ساری رات تلاوت کرتے رہتے تھے۔

ان تعذبهم فانهم عبادك وان تغفر لهم فانك انت العزيز الحكيم (المائدة: ۱۱۸)

”اگر تو انہیں عذاب دے (تو تو اس کا حق رکھتا ہے کیونکہ) وہ تیرے بندے ہیں اور اگر تو انہیں بخش دے تو تو ہے ہی زور آور اور حکمت والا۔“

یہی آیت مبارکہ نبی اکرم ﷺ نے رکوع میں بھی پڑھی اور سجدے میں بھی۔

(انتخاب از ”الفوائد“ مؤلفہ شیخ امین اللہ، ص ۳۲۱ تا ص ۳۶۴)

ربنا تقبل منا انك انت السميع العليم، وتب علينا انك انت التواب الرحيم

☆☆☆☆☆☆☆☆