Al-Mīthāq ***(Research Journal of Islamic Theology)***
ISSN: 2791-0989 (P), 2791-0997 (E)
Volume 04, **Issue** 03, July - September 2025, **PP**: 67-81
Open Access at: https://almithaqjournal.org/

Article QR

ذکر، شکر اور صبر: قرآن مجید کی روشنی میں راہِ بندگی کا جامع تصور

(سورۃ البقرۃ کی آیات 152 تا 157 کی موضوعاتی تحلیل)

Dhikr, Gratitude, and Patience: A Comprehensive Concept of the Path of Servitude in the Light of the Holy Qur'ān

(Thematic Analysis of Sūrah Al-Baqarah Āyāt152–157)

1. Adiya Younus adiyayounus@gmail.com	*MS Scholar,* *Department of Islamic Studies,* *Bahria University, Karachi Campus*
2. Dr. Maqbool Hassan maqboolhassan.bukc@bahria.edu.pk	*Assistant Professor,* *Department of Islamic Studies,* *Bahria University, Karachi Campus*

How to Cite: Adiya Younus and Dr. Maqbool Hassan. 2025: "Dhikr, Gratitude, and Patience: A Comprehensive Concept of the Path of Servitude in the Light of the Holy Qur'ān (Thematic Analysis of Sūrah Al-Baqarah Āyāt 152–157)". Al-*Mīthāq (Research Journal of Islamic Theology)* 4 (03):67-81.

Article History:

Received:	**Accepted**:	**Published**:
01-09-2025	15-09-2025	29-09-2025

Copyright: **©The Authors**

Licensing: This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Conflict of Interest: Author(s) declared no conflict of interest.

Abstract & Indexing

DRJI, Advanced Sciences Index, CiteFactor, Asian Research Index, SCI, Google Scholar, اردو جرائد اشاریہ, تحقیقات تحقیقاتی اشاریہ, ADL Asian Digital Library, EuroPub

Publisher

HIRA INSTITUTE
of Social Sciences Research & Development

ذکر، شکر اور صبر: قرآن مجید کی روشنی میں راہِ بندگی کا جامع تصور

(سورۃ البقرۃ کی آیات152 تا157 کی موضوعاتی تحلیل)

Dhikr, Gratitude, and Patience: A Comprehensive Concept of the Path of Servitude in the Light of the Holy Qur'ān

(Thematic Analysis of Sūrah Al-Baqarah Āyāt152–157)

1. **Adiya Younus**
MS Scholar, Department of Islamic Studies, Bahria University, Karachi Campus.
adiyayounus@gmail.com

2. **Dr. Maqbool Hassan**
Assistant Professor, Department of Islamic Studies, Bahria University, Karachi Campus.
maqboolhassan.bukc@bahria.edu.pk

Abstract

This research examines the Qur'ānic concepts of *Dhikr* (remembrance of Allah), *Shukr* (gratitude), and *Ṣabr* (patience) as key principles for spiritual, moral, and psychological development. By employing a qualitative strategy through a thematic and analytical study of selected Qur'ānic verses, the research explores how these three virtues form a comprehensive framework *Dhikr* strengthens the believer's connection with the Creator for human well-being. *Dhikr* creates a constant awareness of divine presence that soothes the heart and aligns human emotions with faith. *Ṣabr* enables endurance and moral strength in times of hardship, reinforcing reliance upon Allah and trust in His wisdom. Shukr transforms the believer's perception of reality, fostering contentment, humility, and a positive outlook on life. Together, these three principles constitute a dynamic spiritual triad that enhances resilience, emotional balance, and social harmony. The study further demonstrates that these principles are not confined to spiritual practice but also offer practical guidance for addressing modern challenges such as anxiety, materialism, and moral decline. The findings indicate that remembrance strengthens patience, patience deepens gratitude, and gratitude sustains remembrance forming a self-reinforcing cycle of spiritual growth. The study suggests that these values hold significant relevance for addressing modern challenges such as anxiety, materialism, and moral fragmentation. Integrating *Dhikr*, *Ṣabr*, and *Shukr* into personal life, education, and community practice can cultivate both individual well-being and collective spiritual consciousness.

Keywords: *Dhikr, Ṣabr, Shukr, Qur'ānic Ethics, Spiritual Psychology, Gratitude, Patience, Remembrance of Allah.*

تمہید

قرآنِ مجید انسان کی زندگی کے ہر پہلو کے لیے ایک کامل دستورِ حیات فراہم کرتا ہے۔ اس کا بنیادی مقصد انسان کی فکری، روحانی، اخلاقی اور معاشرتی رہنمائی ہے تاکہ وہ اپنی زندگی کو بندگیِ الٰہی کے سانچے میں ڈھال سکے۔ سورۃ البقرہ، جو مدنی دور میں نازل ہوئی، اُمتِ مسلمہ کے لیے اجتماعی نظامِ حیات کی بنیاد فراہم کرتی ہے۔[1] اس سورۃ کی آیات 152 تا 157 میں اللہ تعالیٰ نے ایمان والوں کو اُن تین بنیادی اوصاف کی تعلیم دی ہے جو بندگی کے راستے کو روشن کرتے ہیں: ذکر (یادِ الٰہی)، شکر (احسان شناسی)، اور صبر (استقامت)۔[2] یہ آیات نہ صرف مومن کے باطنی تعلقِ بندگی کو واضح کرتی ہیں بلکہ عملی زندگی کے چیلنجز میں اس تعلق کو برقرار

رکھنے کا طریقہ بھی بتاتی ہیں۔[3] ذکر انسان کے دل کو اللہ سے جوڑتا ہے، شکر اسے قناعت اور اعتدال سکھاتا ہے اور صبر اسے آزمائش میں ثابت قدم رکھتا ہے۔ یوں یہ تینوں صفات ایمان، عبادت اور اخلاق کی تکمیل کا ذریعہ بنتی ہیں۔[4] عصرِ حاضر کے مادّہ پرستانہ ماحول، ذہنی دباؤ اور روحانی خلا میں ان قرآنی اصولوں کی معنویت مزید بڑھ جاتی ہے۔ یہ آیات مومن کو یہ شعور عطا کرتی ہیں کہ ایمان کا حقیقی مظہر صرف ظاہری عبادت نہیں بلکہ دل کی کیفیت، زبان کی حمد، اور عمل کی استقامت ہے۔ یہی وہ راہِ بندگی ہے جو انسان کو قربِ الٰہی، روحانی سکون، اور معاشرتی توازن کی منزل تک پہنچاتی ہے۔[5]

قرآنِ مجید انسان کی روحانی، اخلاقی اور معاشرتی زندگی کے لیے مکمل رہنمائی فراہم کرتا ہے۔ سورۃ البقرہ کی آیات 152 تا 157 انفرادی و اجتماعی زندگی کے لیے ایک جامع تربیتی منشور پیش کرتی ہیں۔ ان آیات میں ذکر، شکر اور صبر کو راہِ بندگی کے تین بنیادی اصول قرار دیا گیا ہے جو مومن کے باطنی سکون، اخلاقی کردار، اور معاشرتی توازن کے ضامن ہیں۔ ذکر دل کی طہارت، شکر مثبت طرزِ فکر اور صبر عملی استقامت پیدا کرتا ہے۔ ان تینوں عناصر کے امتزاج سے بندگی کا کامل تصور سامنے آتا ہے جو انسان کو قربِ الٰہی کے اعلیٰ مقام تک پہنچاتا ہے۔ عصرِ حاضر کے روحانی و نفسیاتی بحران، مادّہ پرستی، اور سوشل میڈیا کے دباؤ کے دور میں یہ قرآنی اصول نہ صرف فرد کی تربیتِ نفس بلکہ معاشرتی اصلاح کے لیے بھی ایک لازمی بنیاد فراہم کرتے ہیں۔

مسئلہ تحقیق

دورِ حاضر میں روحانی خلا، ناشکری، اور بے صبری نے انسان کو راہِ بندگی سے دور کر دیا ہے۔ قرآن مجید بالخصوص سورۃ البقرۃ کی آیات 152 تا 157 میں ذکر، شکر اور صبر کو بندگی کے بنیادی ارکان کے طور پر پیش کیا گیا ہے۔ ضرورت اس امر کی ہے کہ ان آیات کا موضوعاتی و تحلیلی مطالعہ کر کے ان اقدار کو عصری تناظر میں مؤثر انداز سے سمجھا جائے۔

تحقیقی سوالات

زیرِ نظر مقالہ میں حسبِ ذیل سوالات کے جوابات تلاش کرنے کی کوشش کی گئی ہے:

1. ذکر، شکر اور صبر کا قرآنی مفہوم کیا ہے؟
2. سورہ البقرہ (آیات 152–157) میں ان تینوں تصورات کو کس ترتیب اور تعلق کے ساتھ پیش کیا گیا ہے؟
3. راہِ بندگی کے جامع تصور میں ذکر، شکر اور صبر کا کیا کردار ہے؟
4. ان قرآنی تعلیمات کو موجودہ دور میں فرد اور معاشرے کی اصلاح کے لیے کس طرح بروئے کار لایا جا سکتا ہے؟
5. موجودہ روحانی، نفسیاتی اور سماجی بحران کے تناظر میں ان آیات کی تطبیقی اہمیت کیا ہے؟

مقاصدِ تحقیق

مطالعہ زیرِ نظر میں مذکورہ بالا سوالات کی روشنی میں حسبِ ذیل مقاصد کے حصول کی کوشش کی گئی ہے:

- ذکر، شکر اور صبر کی قرآنی تعریف اور اقسام کی وضاحت کرنا۔
- سورہ البقرہ کی آیات 152–157 کا موضوعاتی و تجزیاتی مطالعہ پیش کرنا۔
- بندگی کے قرآنی تصور میں ان تینوں عناصر کی اہمیت کو واضح کرنا۔
- ان آیات کی روشنی میں عصرِ حاضر کے مسائل کا حل تجویز کرنا۔

- اسلامی تربیت وتزکیہ نفس کے لیے ان تصورات کی افادیت کو اجاگر کرنا۔

موضوع کی عصری اہمیت

آج کے ذہنی دباؤ، روحانی بے سکونی اور انتشار کے اس دور میں ذکر، صبر اور شکر کی یہ قرآنی تعلیمات از حد اہم ہیں۔ جدید انسان مادی ترقی کے باوجود داخلی اضطراب میں مبتلا ہے، اور اس کی روح سکون کی متلاشی ہے۔ ان آیات کا پیغام یہ ہے کہ حقیقی سکون اور کامیابی صرف ذکرِ الٰہی، صبر بر مصیبت، اور شکر بر نعمت میں مضمر ہے۔[6] عصرِ حاضر کے تناظر میں ان آیات کا مطالعہ نہ صرف فرد کی روحانی تربیت کے لیے ضروری ہے بلکہ ایک متوازن معاشرتی نظام کی تشکیل کے لیے بھی بنیادی کردار ادا کرتا ہے۔[7] یہ تعلیمات انسان کو مثبت سوچ، برداشت، اور خلوص کے ساتھ زندگی گزارنے کا شعور عطا کرتی ہیں۔[8]

موجودہ سائنسی و تکنیکی دور میں جب انسان کا رشتہ خالق سے کمزور ہو رہا ہے، قرآن کی یہ تعلیمات انسان کو یاد دلاتی ہیں کہ روحانی تسکین کا سرچشمہ مادّہ پرستی میں نہیں بلکہ اللہ کی یاد اور اس کے احکام کی پیروی میں ہے۔[9] ذکر، صبر اور شکر کے ذریعے فرد اپنے باطن میں ایمان کی روشنی پیدا کرتا ہے، جو بیرونی معاشرتی نظام میں امن، عدل، اور توازن کا باعث بنتی ہے۔[10]

منہجِ تحقیق

اس تحقیق میں معیاری طرزِ تحقیق اختیار کرتے ہوئے موضوعاتی (Thematic) اور تجزیاتی (Analytical) اسلوب اختیار کیا گیا ہے۔ قرآنِ کریم کی وہ آیات منتخب کی گئیں جن میں ذکر، شکر اور صبر کے تصورات کو واضح انداز میں بیان کیا گیا ہے۔ ان آیات کا مطالعہ کلاسیکی تفاسیر جیسے تفسیر ابن کثیر، تفسیر رازی، القرطبی، اور فی ظلال القرآن کے تناظر میں کیا گیا تاکہ الفاظ کے لغوی و اصطلاحی معانی کے ساتھ ساتھ ان کے روحانی و اخلاقی مفاہیم کو بھی سمجھا جا سکے۔ تحقیق کے دوران مفسرین کے مختلف آراء کا تقابلی جائزہ لیا گیا اور ان سے اخذ کردہ نتائج کو جدید انسانی نفسیات اور اخلاقی اقدار کے ساتھ مربوط کیا گیا۔ اس منہج کے انتخاب کا مقصد یہ تھا کہ قرآن کی تعلیمات کو محض نظری نہیں بلکہ عملی و معاشرتی زندگی کے تناظر میں سمجھا جائے تاکہ عصرِ حاضر کے انسان کے لیے ان اصولوں کی افادیت واضح ہو۔

سورہ البقرۃ کی آیات (152–157) کا تعارف

فَٱذۡكُرُونِيٓ أَذۡكُرۡكُمۡ وَٱشۡكُرُواْ لِي وَلَا تَكۡفُرُونِ (١٥٢) يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱسۡتَعِينُواْ بِٱلصَّبۡرِ وَٱلصَّلَوٰةِۚ إِنَّ ٱللَّهَ مَعَ ٱلصَّٰبِرِينَ (١٥٣) وَلَا تَقُولُواْ لِمَن يُقۡتَلُ فِي سَبِيلِ ٱللَّهِ أَمۡوَٰتُۢۚ بَلۡ أَحۡيَآءٞ وَلَٰكِن لَّا تَشۡعُرُونَ (١٥٤) وَلَنَبۡلُوَنَّكُم بِشَيۡءٖ مِّنَ ٱلۡخَوۡفِ وَٱلۡجُوعِ وَنَقۡصٖ مِّنَ ٱلۡأَمۡوَٰلِ وَٱلۡأَنفُسِ وَٱلثَّمَرَٰتِۗ وَبَشِّرِ ٱلصَّٰبِرِينَ (١٥٥) ٱلَّذِينَ إِذَآ أَصَٰبَتۡهُم مُّصِيبَةٞ قَالُوٓاْ إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّآ إِلَيۡهِ رَٰجِعُونَ (١٥٦) أُوْلَٰٓئِكَ عَلَيۡهِمۡ صَلَوَٰتٞ مِّن رَّبِّهِمۡ وَرَحۡمَةٞۖ وَأُوْلَٰٓئِكَ هُمُ ٱلۡمُهۡتَدُونَ (١٥٧)

ترجمہ

تم مجھے یاد کرو، میں تمہیں یاد کروں گا اور میرا شکر ادا کرو اور میری ناشکری نہ کرو۔ اے ایمان والو! صبر اور نماز سے مدد مانگو، بیشک اللہ صابروں کے ساتھ ہے۔ اور جو اللہ کی راہ میں مارے جائیں انہیں مردہ نہ کہو بلکہ وہ زندہ ہیں لیکن تمہیں اس کا شعور نہیں۔ اور ہم ضرور تمہیں کچھ ڈر اور بھوک سے اور کچھ مالوں اور جانوں اور پھلوں کی کمی سے آزمائیں گے اور صبر کرنے والوں کو خوشخبری سنا دو۔ وہ لوگ کہ جب ان پر کوئی مصیبت آتی

ہے تو کہتے ہیں: ہم اللہ ہی کے ہیں اور ہم اسی کی طرف لوٹنے والے ہیں۔ یہ وہ لوگ ہیں جن پر ان کے رب کی طرف سے درود ہیں اور رحمت اور یہی لوگ ہدایت یافتہ ہیں۔[11]

سورۃ البقرۃ قرآنِ مجید کی سب سے طویل سورت ہے، جو مدینہ منورہ میں نازل ہوئی۔ اس کے مضامین میں عقائد، عبادات، معاملات، معاشرتی اصول، اور اُمتِ مسلمہ کی رہنمائی کے جامع احکامات شامل ہیں۔ آیات 152 تا 157 اس سورت کے اُس حصے میں واقع ہیں جہاں اللہ تعالیٰ ایمان والوں کو صبر، شکر اور ذکر کے ذریعے روحانی و عملی استقامت کی تعلیم دیتا ہے۔[12] ان آیات میں انسان اور ربّ کے تعلق کو دو بنیادی اوصاف پر قائم کیا گیا ہے: ذکر (یادِ الٰہی) اور شکر (احسان شناسی)، جن کے ذریعے بندہ روحانی سکون حاصل کرتا ہے اور آزمائشوں میں ثابت قدم رہتا ہے۔[13] ان کے بعد صبر، مصیبت، اور شہادت کے مضامین آتے ہیں، جو مومن کی عملی زندگی کے امتحانات کا خاکہ پیش کرتے ہیں۔

آیات کا نزولی پس منظر

یہ آیات مدنی دور میں اُس وقت نازل ہوئیں جب مسلمانوں کو ابتدائی دور کی مشکلات، جنگی آزمائشوں اور سماجی دباؤ کا سامنا تھا۔ اہلِ ایمان کو مکہ مکرمہ سے ہجرت کے بعد مدینہ میں نئے معاشرتی نظام کی تشکیل کرنی تھی جہاں صبر و استقامت کی سخت ضرورت تھی۔[14] اسی تناظر میں اللہ تعالیٰ نے فرمایا:

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ۔

یعنی، "تم میرا ذکر کرو، میں تمہیں یاد کروں گا، اور میرا شکر ادا کرو اور ناشکری نہ کرو۔

یہ آیات مومنین کو تسلی، حوصلہ اور عملی ہدایت فراہم کرتی ہیں کہ ایمان کا تقاضا صبر اور شکر ہے، کیونکہ اللہ تعالیٰ صابرین کے ساتھ ہے۔ ان آیات میں جنگِ احد اور ابتدائی مدنی زندگی کے نفسیاتی پہلو بھی نمایاں طور پر جھلکتے ہیں، جہاں مومنوں کے ایمان کو آزمائش کے ذریعے مضبوط کیا جا رہا تھا۔[15]

ذکر: لغوی و اصطلاحی تعریف

لفظ "ذِکر" عربی مادّہ "ذ-ک-ر" "ذَکَرَ" سے مشتق ہے جس کے معنی یاد کرنے، بیان کرنے اور زبان پر لانے کے ہیں۔ لغت میں 'ذکر' کا مطلب ہے کسی چیز کو یاد کرنا یا زبان سے ادا کرنا۔ اصطلاحِ شرع میں "ذکر" سے مراد اللہ کی یاد کی ہر وہ صورت ہے جو دل، زبان یا عمل سے ظاہر ہو۔ چنانچہ ذکر محض زبانی تسبیح یا تلاوت تک محدود نہیں بلکہ دل کی توجہ، اطاعتِ الٰہی اور فکرِ آخرت بھی ذکر میں شامل ہیں۔[16]

قرآن میں ذکر کی اہمیت

قرآنِ مجید میں لفظ "ذکر" مختلف معنوں میں متعدد بار استعمال ہوا ہے، مثلاً: یاد دہانی، نصیحت، قرآنِ کریم، اور عبادت۔

سورۃ البقرۃ کی آیت 152 میں اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے:

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ۔

"تم میرا ذکر کرو، میں تمہیں یاد کروں گا، اور میرا شکر ادا کرو اور ناشکری نہ کرو۔"

یہ آیت ذکر کی اہمیت اور اس کے باہمی تعلق کو واضح کرتی ہے کہ جو بندہ اپنے رب کو یاد رکھتا ہے، اللہ تعالیٰ بھی اسے اپنی رحمت و فضل سے یاد فرماتا ہے۔[17]

ذکر کے روحانی، اخلاقی اور معاشرتی اثرات

ذکرِ الٰہی انسان کے دل کو سکون اور اطمینان عطا کرتا ہے۔ جیسا کہ سورۃ الرعد میں فرمایا گیا:

أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

یقیناً اللہ کے ذکر سے دلوں کو اطمینان حاصل ہوتا ہے۔

روحانی طور پر ذکر انسان کے اندر خشیتِ الٰہی، یقین اور توکل کی کیفیت کو مضبوط کرتا ہے۔ اخلاقی طور پر یہ غرور، حسد، اور بُغض جیسے امراضِ قلبیہ سے نجات کا ذریعہ بنتا ہے۔ معاشرتی سطح پر ذکر کرنے والا انسان نرمی، دردمندی، اور ایثار کی صفتوں سے مزین ہوتا ہے، جس سے معاشرہ محبت و اخوت کا گہوارہ بنتا ہے۔[18]

مذکورہ آیات میں ذکر کا مقام

سورۃ البقرۃ کی مذکورہ آیات میں ذکر کا مفہوم شکر، صبر، اور رجوع الی اللہ کے ساتھ جڑا ہوا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے "فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ" کے ذریعے بندے اور رب کے تعلق کو محبت اور قربت کے انداز میں بیان کیا ہے۔ یہاں ذکر صرف زبان تک محدود نہیں بلکہ عملی شکر اور صبر کے ساتھ ذکرِ قلبی کی جامع صورت کو بیان کیا گیا ہے۔ گویا ذکر ایک ایسی عبادت ہے جو بندے کی پوری زندگی پر محیط ہے: دل میں ایمان، زبان پر حمد، اور عمل میں اطاعت۔[19]

شکر: تعریف اور اس کی اقسام

لفظ شُکر عربی مادّہ "ش-ک-ر" سے ماخوذ ہے، جس کے لغوی معنی ہیں: کسی نعمت کا اعتراف اور اس کا اظہار کرنا۔ اصطلاحِ شرع میں شکر سے مراد یہ ہے کہ بندہ اپنے رب کی عطا کردہ نعمتوں کو دل سے پہچانے، زبان سے اس کا اظہار کرے، اور عمل سے اس کی اطاعت کرے۔[20] مفسرین و علما نے شکر کی تین بنیادی اقسام بیان کی ہیں:

- **شکرِ قلبی:** دل میں نعمت دینے والے اللہ تعالیٰ کی پہچان اور اس کی قدرت کا یقین۔ یہ ایمان و توکل کی بنیاد ہے۔
- **شکرِ قولی:** زبان کے ذریعے اظہارِ نعمت، جیسے الحمدُللہ کہنا یا اللہ کی حمد و ثنا کرنا۔
- **شکرِ عملی:** عمل کے ذریعے اللہ کی نعمتوں کا صحیح استعمال، یعنی اطاعت، نیکی و خیر کے امور میں ان نعمتوں کو بروئے کار لانا۔

یوں شکر کا مفہوم صرف زبانی حمد تک محدود نہیں بلکہ دل، زبان، اور عمل — تینوں کا جامع امتزاج ہے، جس سے بندہ مکمل بندگی کے درجے تک پہنچتا ہے۔[21]

آیت 152–153 میں شکر کی تلقین

سورۃ البقرۃ کی آیت 152 میں اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا:

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ۔

تم میرا ذکر کرو، میں تمہیں یاد کروں گا، اور میرا شکر ادا کرو اور ناشکری نہ کرو۔

یہ آیت شکر کے مفہوم کو ذکر کے ساتھ جوڑتی ہے، گویا یادِ الٰہی ہی حقیقی شکر ہے۔[22] اللہ تعالیٰ نے یہاں بندے کو اپنی نعمتوں کے اعتراف اور ان کے مثبت استعمال کا حکم دیا، اور واضح فرمایا کہ شکر ترک کرنا "کفرانِ نعمت" کے مترادف ہے۔ آیت 153 میں شکر کے ساتھ صبر کا تعلق بیان کیا گیا:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ۔

اے ایمان والو! مدد چاہو نماز اور صبر کے ذریعے۔ بیشک اللہ صبر کرنے والوں کے ساتھ ہے۔

یہ تعلیم اس حقیقت کو واضح کرتی ہے کہ صبر اور شکر دونوں ایک ہی روحانی حقیقت کے دو پہلو ہیں۔ مصیبت پر صبر اور نعمت پر شکر، دونوں ہی مومن کے ایمان کی تکمیل کرتے ہیں۔ [23]

ناشکری کے نتائج

قرآنِ مجید میں ناشکری کو اخلاقی اور روحانی انحطاط کی جڑ قرار دیا گیا ہے۔ ارشادِ باری تعالیٰ ہے:

لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ۔ [24]

اگر تم شکر کرو گے تو میں تمہیں ضرور زیادہ دوں گا، اور اگر ناشکری کرو گے تو میرا عذاب سخت ہے۔

ناشکری انسان کو غرور، غفلت اور محرومی میں مبتلا کرتی ہے۔ [25] مفسرینِ قرآن کے نزدیک کفرانِ نعمت دراصل اللہ کی ربوبیت سے بے نیازی اور اس کی قدرت کا انکار ہے۔ یہی کیفیت انسان کو ایمان کی کمزوری اور روحانی تاریکی کی طرف لے جاتی ہے۔

بندگی سے شکر کا تعلق

شکر دراصل بندگی کا جوہر ہے۔ بندہ جب اپنے رب کی نعمتوں کو پہچانتا اور ان کا درست استعمال کرتا ہے تو وہ درحقیقت عبادت کی اعلیٰ ترین صورت اختیار کرتا ہے۔ امام ابن القیمؒ کے مطابق: العبودية نصفها شكر و نصفها صبر یعنی بندگی کا نصف شکر ہے اور نصف صبر۔ [26] شکر کا تعلق محض لفظی اعتراف تک محدود نہیں، بلکہ عملی اطاعت اور دل کی خشوع سے جڑا ہوا ہے۔ بندہ جب اپنی زندگی کو اللہ کی مرضی کے مطابق ڈھالتا ہے، تو یہ سب سے بڑا شکر ہے۔ قرآن میں ارشاد ہے:

وَقَلِيلٌ مِّنْ عِبَادِيَ الشَّكُورُ ۔ [27]

اور میرے بندوں میں شکر کرنے والے بہت کم ہیں۔

یہ آیت اس بات کی یاد دہانی ہے کہ شکر ایک منتخب روحانی مقام ہے جو ہر بندے کو نصیب نہیں ہوتا۔ حقیقی شکر بندگی، محبت اور تسلیم کے امتزاج سے پیدا ہوتا ہے۔ [28]

صبر: تعریف اور اقسام

لفظ صبر عربی مادّہ "ص، ب، ر" سے مشتق ہے جس کے معنی ہیں "روکنا" یا "ضبط کرنا"۔ لغت میں صبر کے معنی برداشت، استقامت اور ضبطِ نفس کے ہیں۔ اصطلاحاً صبر سے مراد یہ ہے کہ انسان مصیبت، بوقتِ آزمائش اپنے نفس کو جزع و فزع اور نافرمانی سے روکے اور اللہ تعالیٰ کے حکم کے سامنے سرِ تسلیم خم کرے۔ [29] علمائے تفسیر و اخلاق نے صبر کی تین بنیادی اقسام بیان کی ہیں:

1. **صبر علی المصیبۃ (مصیبت پر صبر)**: یعنی آزمائش، بیماری، یا تکلیف کے وقت جزع فزع سے بچنا اور اللہ کی رضا پر راضی رہنا۔
2. **صبر علی الطاعۃ (اطاعت پر صبر)**: عبادت اور نیکی کے کاموں میں لگاتار استقامت اختیار کرنا، مثلاً نماز، روزہ اور جہاد میں ثابت قدم رہنا۔
3. **صبر عن المعصیۃ (گناہ سے بچنے میں صبر)**: نفسانی خواہشات اور گناہوں کے مواقع پر اپنے نفس کو قابو میں رکھنا۔

تینوں اقسام کا مجموعہ تکمیلِ ایمان اور بندگی کی علامت ہے، کیونکہ صبر دراصل ایمان کی بنیاد اور عملِ صالح کا زینہ ہے۔

آیات 155–157 میں صبر کی تاکید

اللہ تعالیٰ نے سورۃ البقرہ میں ارشاد فرمایا:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ۔ [30]

اور ہم ضرور تمہیں آزمائیں گے کچھ خوف، بھوک، مالوں، جانوں اور پھلوں کی کمی سے، اور صبر کرنے والوں کو خوشخبری دے دو۔

یہ آیت اس حقیقت کو واضح کرتی ہے کہ دنیا کی آزمائشیں ایمان کا امتحان ہیں، جن کے ذریعے مومن کے صبر کا معیار ظاہر ہوتا ہے۔ اس کے بعد فرمایا گیا:

الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُم مُّصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ۔[31]

وہ لوگ کہ جب ان پر مصیبت آتی ہے تو کہتے ہیں: ہم اللہ کے ہیں اور ہم اسی کی طرف لوٹنے والے ہیں۔

یہ جملہ صبر کی روح ہے۔ گویا کہ مومن اپنے وجود اور تمام نعمتوں کو اللہ کی امانت سمجھتا ہے، اس لیے مصیبت میں جزع فزع نہیں کرتا بلکہ تسلیم و رضا کے ساتھ رجوع الی اللہ کرتا ہے۔

صبر کرنے والوں کے لیے قرآنی انعامات

قرآنِ مجید میں صبر کرنے والوں کے لیے بے شمار انعامات اور فضائل بیان ہوئے ہیں۔ سورۃ البقرہ کی آیت 157 میں اللہ تعالیٰ فرماتا ہے:

أُولَٰئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ۔

یہی لوگ ہیں جن پر ان کے رب کی طرف سے رحمت اور برکتیں ہیں، اور یہی ہدایت پانے والے ہیں۔

یہ آیت واضح کرتی ہے کہ صبر کرنے والوں پر اللہ کی خصوصی توجہ (صلوات)، رحمت، اور ہدایت نازل ہوتی ہے۔[32] امام رازیؒ کے مطابق "صلوات" سے مراد اللہ کی تعریف اور فرشتوں کی دعا ہے، جب کہ "رحمت" سے مراد دنیا و آخرت میں عطا و مغفرت ہے۔[33] مزید ایک مقام پر قرآن میں ارشادِ باری تعالیٰ ہے:

إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ ۔[34]

بے شک اللہ صبر کرنے والوں کے ساتھ ہے۔

یہ قربت اور نصرتِ الٰہی کی سب سے بڑی بشارت ہے، جو صرف اہلِ صبر کو حاصل ہوتی ہے۔[35]

صبر کا قربِ الٰہی سے تعلق

صبر دراصل بندگی کی اعلیٰ ترین منزل اور قربِ الٰہی کا ذریعہ ہے۔ جب بندہ مصیبت کے وقت صبر کرتا ہے تو وہ اپنے رب کے قریب تر ہو جاتا ہے۔ امام ابن القیمؒ کے مطابق:

الصبر منزلة من منازل السالكين لا يُنال القربُ إلا بها۔[36]

صبر سالکین کے لیے ایک ایسی منزل ہے جس کے بغیر قربِ الٰہی حاصل نہیں ہو سکتا۔

قرآنِ مجید میں بارہا آیا ہے کہ اللہ تعالیٰ صبر کرنے والوں سے محبت کرتا ہے:

وَاللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِينَ ۔[37]

اور اللہ صبر کرنے والوں کو محبوب رکھتا ہے۔

یہ محبتِ الٰہی ہی قرب کا اعلیٰ ترین درجہ ہے۔[38] صبر انسان کو توکل، رضا، اور یقین کے اعلیٰ مقام پر پہنچاتا ہے، جہاں بندہ دنیاوی نقصان کو بھی رب کی رضا کا حصہ سمجھ کر سکون و اطمینان حاصل کرتا ہے۔[39]

راہِ بندگی کا جامع تصور: ذکر، شکر اور صبر کا باہمی تعلق

قرآنِ مجید میں ذکر، شکر اور صبر تین ایسے بنیادی روحانی عناصر ہیں جو بندگی کی راہ میں ایک دوسرے سے گہرا تعلق رکھتے ہیں۔ ذکر دل کو اللہ کی یاد سے منور کرتا ہے، شکر نعمتوں کے اعتراف سے ایمان کو مضبوط بناتا ہے اور صبر آزمائشوں کے مقابلے میں استقامت عطا کرتا ہے۔[40] یہ تینوں اوصاف مومن کی روحانی ترقی کے مختلف مدارج ہیں۔ ذکر معرفت کی بنیاد، شکر ایمان کی پختگی، اور صبر یقین و رضا کا مظہر ہے۔ اگر ذکر انسان کے باطن کو بیدار کرتا ہے تو شکر اس بیداری کو عمل میں تبدیل کرتا ہے، اور صبر اس عمل کو آزمائش کے دوران محفوظ رکھتا ہے۔[41] یوں یہ تینوں صفات ایک روحانی تسلسل پیدا کرتی ہیں جو بندے کو اللہ کے قریب تر کر دیتی ہیں۔ امام غزالیؒ نے احیاء علوم الدین میں لکھا ہے کہ: ذکر، شکر اور صبر ایک ہی حقیقت کے تین رخ ہیں: بندہ جب اللہ کو یاد رکھتا ہے تو شکر پیدا ہوتا ہے اور جب شکر میں استقامت اختیار کرتا ہے تو صبر کی قوت پیدا ہوتی ہے۔[42]

عبادت و بندگی کی تکمیل میں ان عناصر کا کردار

عبادت صرف ظاہری اعمال تک محدود نہیں، بلکہ یہ دل، نیت اور عمل کے باہمی توازن کا نام ہے۔ ذکر، شکر اور صبر بندگی کے اسی توازن کو قائم رکھتے ہیں۔ ذکر عبادت کی روح ہے، کیونکہ یہ بندے کو ہر لمحہ اپنے رب سے جوڑتا ہے۔ شکر عبادت کی قبولیت کا زینہ ہے، کیونکہ نعمتوں کا اعتراف بندگی کے احساس کو تازہ رکھتا ہے۔ صبر عبادت کی پائیداری کا ضامن ہے، کیونکہ اس کے بغیر عمل میں استقامت ممکن نہیں۔[43] ان تینوں صفات کے ذریعے مومن کی شخصیت میں عبادت ایک زندہ اور متحرک کیفیت بن جاتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ قرآن بارہا ایمان کے ساتھ عمل صالح، صبر، اور ذکر کو ساتھ بیان کرتا ہے تاکہ بندگی صرف رسمی نہ رہے بلکہ شعوری، قلبی اور عملی کیفیت اختیار کرے۔

سورۃ البقرہ کی آیات 152 تا 157 کو اگر غور سے دیکھا جائے تو یہ پورے قرآن کے پیغامِ بندگی کا خلاصہ پیش کرتی ہیں۔ آیت 152 میں ذکر اور شکر کا حکم دیا گیا جو بندے اور رب کے تعلق کی بنیاد ہے۔ پھر آیت 153 میں صبر اور نماز کے ذریعے مدد حاصل کرنے کی تلقین کی گئی جو بندگی کا عملی مظہر ہے۔ بعد کی آیات (155–157) میں بندے کے لیے صبر و رضا، رجوع الی اللہ، اور قربِ رحمت کے وعدے بیان کیے گئے۔ امام رازیؒ کے مطابق، یہ آیات بندگی کے سفر کا مکمل نقشہ ہیں؛ بندہ ذکر سے معرفت پاتا ہے، شکر سے وفاداری نبھاتا ہے، اور صبر سے قربِ الٰہی حاصل کرتا ہے۔[44] یوں یہ تمام آیات بندگی کے تین مرحلے بیان کرتی ہیں:

- تعلق کا آغاز: ذکر و شکر
- تعلق کی پختگی: صبر
- تعلق کی تکمیل: رحمت و ہدایت

لہٰذا سورۃ البقرہ کی یہ آیات راہِ بندگی کی جامع تعبیر پیش کرتی ہیں، جن میں مومن کو بتایا گیا ہے کہ زندگی کی ہر کیفیت (نعمت یا مصیبت) میں اللہ سے وابستگی برقرار رکھنا ہی حقیقی عبادت ہے۔

مذکورہ آیات کی عصری تطبیق

معاصر روحانی و نفسیاتی چیلنجز

عصرِ حاضر کا انسان بظاہر مادی ترقی کی معراج پر پہنچ چکا ہے لیکن روحانی لحاظ سے شدید اضطراب، تنہائی، اور ذہنی خلفشار میں

مبتلا ہے۔ تکنیکی سہولتوں، صنعتی ترقی، اور معاشی دوڑ نے انسان کو بیرونی آسائش تو عطا کی ہے، مگر اس کے باطن سے سکون اور اطمینان چھین لیا ہے۔[45] ڈپریشن، بے چینی، حسد، اور خود غرضی جیسے امراض آج کی زندگی کی پہچان بن چکے ہیں۔ ایسے ماحول میں سورۃ البقرۃ (آیات 152–157) انسان کو یہ سکھاتی ہیں کہ ذکر کے ذریعے دل کو سکون، شکر کے ذریعے مثبت طرزِ فکر، اور صبر کے ذریعے مضبوط ارادہ اور اطمینان حاصل کیا جا سکتا ہے۔[46] قرآن کا یہ پیغام نفسیاتی توازن پیدا کرتا ہے، کیونکہ ذکر انسان کو خود سے اوپر اٹھا کر خالق سے جوڑتا ہے، شکر اسے قناعت و تسلیم سکھاتا ہے اور صبر اسے ہر مشکل میں پختہ بناتا ہے۔ یہی وہ جامع نظام ہے جو جدید نفسیاتی بحرانوں کا حقیقی علاج پیش کرتا ہے۔[47]

سوشل میڈیا، مادّہ پرستی اور غفلت کا دور

آج کا معاشرہ سوشل میڈیا اور مادّی نمائش کے زیرِ اثر ہے۔ انسان کی قدر کا معیار اس کا اخلاق یا علم نہیں بلکہ لائکس، فالوورز اور دولت ہے۔ یہی وہ غفلت کا دور ہے جس میں انسان اپنے اصل مقصدِ حیات یعنی بندگیِ الٰہی سے دور ہوتا جا رہا ہے۔ ایسے ماحول میں فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ کی آیت ہمیں یہ یاد دلاتی ہے کہ حقیقی پہچان وہی ہے جو اللہ کے ذکر میں قائم ہو، نہ کہ دنیاوی تعریف و تحسین میں۔[48] شکر کی تعلیم انسان کو مادّہ پرستی سے نکال کر اعتدال، قناعت، اور اطمینان کی راہ دکھاتی ہے۔ اسی طرح صبر کی تعلیم ہمیں یہ سکھاتی ہے کہ وقتی ناکامی یا معاشرتی دباؤ مومن کے حوصلے کو متزلزل نہیں کر سکتا، کیونکہ کامیابی کا اصل پیمانہ اللہ کی رضا ہے، نہ کہ دنیاوی شہرت۔ یوں ذکر، شکر اور صبر کے قرآنی اصول سوشل میڈیا کے شور میں بھی انسان کے دل کو خاموش یقین اور داخلی سکون عطا کرتے ہیں۔

ذکر، شکر اور صبر کے قرآنی اصولوں کی عملی افادیت

یہ آیات آج بھی انسان کے اخلاقی اور نفسیاتی احوال کی اصلاح کا کامل نسخہ پیش کرتی ہیں۔ ذکر جدید انسان کے ذہنی انتشار کا علاج ہے، کیونکہ یہ انسان کو اپنے خالق سے ربط میں رکھ کر اندرونی سکون عطا کرتا ہے۔ شکر سماجی حسد اور مادّہ پرستی کا توڑ ہے، کیونکہ شکر گزار انسان دوسروں کی نعمتوں سے متاثر نہیں بلکہ اپنی حالت پر مطمئن رہتا ہے۔ صبر تیز رفتار اور مقابلہ آرائی والے معاشرتی ماحول میں جذباتی توازن اور استقامت پیدا کرتا ہے۔ یہ تینوں اصول فرد اور معاشرہ دونوں کے لیے اصلاحی بنیاد فراہم کرتے ہیں۔

ایک ایسا معاشرہ جہاں لوگ ذکر میں جڑے ہوں، شکر میں مثبت اور صبر میں ثابت قدم ہوں وہی حقیقی معنوں میں قرآنی معاشرہ بن سکتا ہے۔ لہٰذا سورۃ البقرہ کی آیات 152 تا 157 کا پیغام آج کے انسان کے لیے نہ صرف مذہبی نصیحت بلکہ روحانی نفسیات (Spiritual Psychology) کی کامل تعبیر ہے۔ یہ آیات ہمیں سبق دیتی ہیں کہ حقیقی کامیابی ظاہری نہیں بلکہ باطنی یعنی دل کے اطمینان، احساسِ شکر اور صبر کے سکون کا نام ہے۔

تربیتِ نفس

ذکر، شکر اور صبر انسان کی باطنی تربیت کے تین بنیادی اصول ہیں۔ قرآنِ مجید کی تعلیمات کے مطابق انسانی نفس کی اصلاح کا آغاز دل کی حالت سے ہوتا ہے، اور دل کی اصلاح ذکرِ الٰہی کے ذریعے ممکن ہے۔ ذکر انسان کو غفلت، حسد اور نفسانی خواہشات سے نجات دیتا ہے۔ جب دل اللہ کی یاد میں مصروف ہو تو وہ دنیاوی لذتوں اور منفی خیالات کے اثر سے محفوظ رہتا ہے۔ شکر کی عادت نفس میں قناعت، رضا اور تواضع پیدا کرتی ہے۔ شکر گزار انسان کبھی حسد، لالچ یا حرص کا شکار نہیں ہوتا۔ اس کے اندر مثبت طرزِ فکر جنم لیتا ہے جو روحانی توازن اور اخلاقی پاکیزگی کی علامت ہے۔ صبر کی تربیت نفس کو ضبط، استقلال اور عزمِ راسخ عطا کرتی ہے۔ مومن جب

مصیبت پر صبر کرتا ہے تو در حقیقت اپنے نفس کو قابو میں رکھتا ہے اور اسے یقینِ کامل کی منزل تک پہنچاتا ہے۔ یوں ذکر، شکر، اور صبر مل کر ایک ایسا تزکیۂ نفس پیدا کرتے ہیں جو انسان کو باطن کی طہارت، فکری استقامت، اور روحانی سکون عطا کرتا ہے۔

اصلاحِ معاشرہ

جس معاشرے کے افراد اپنے رب کو یاد رکھنے والے (ذَاکِر)، نعمتوں پر شکر گزار، اور مصیبت میں صابر ہوں وہ معاشرہ ظلم، خود غرضی، اور انتشار سے پاک ہو جاتا ہے۔ قرآنِ مجید نے اجتماعی زندگی کے استحکام کے لیے انہی تین اصولوں کو بنیاد بنایا ہے۔ ذکر معاشرے میں روحانی بیداری پیدا کرتا ہے، کیونکہ اللہ کی یاد انسان کے ضمیر کو زندہ رکھتی ہے۔ شکر سماجی تعلقات میں باہمی احترام اور انصاف کو فروغ دیتا ہے، کیونکہ شکر گزار شخص دوسروں کے حقوق کا زیادہ خیال رکھتا ہے۔ صبر معاشرتی برداشت اور رواداری کو جنم دیتا ہے، جو پرامن بقائے باہمی کے لیے ناگزیر ہے۔ ان اصولوں پر قائم معاشرہ توازن، عدل، اور ہمدردی کا عکاس ہوتا ہے۔ اسی طرح اگر موجودہ دور میں ان قرآنی تعلیمات کو اجتماعی سطح پر اپنایا جائے تو اخلاقی زوال، معاشرتی بے حسی، اور روحانی خلا کا خاتمہ ممکن ہو سکتا ہے۔ یوں سورۃ البقرہ کی آیات (152–157) صرف فرد کی اصلاح نہیں کرتیں بلکہ ایک قرآنی سماج کی تشکیل کا منشور بھی فراہم کرتی ہیں۔

حاصلِ بحث

سورۃ البقرہ کی آیات 152 تا 157 قرآنِ مجید کے جامع ترین مضامین میں سے ہیں۔ ان میں ایمان، عبادت، صبر، شکر اور ذکر جیسے بنیادی اخلاقی و روحانی اصول ایک ہی تسلسل میں بیان کیے گئے ہیں۔ یہ آیات مومن کی داخلی و خارجی زندگی کے توازن کو واضح کرتی ہیں کہ بندہ جب نعمت میں شکر، مصیبت میں صبر، اور ہر حال میں ذکر کو اپناتا ہے تو اس کی زندگی بندگیِ الٰہی کے حقیقی رنگ میں ڈھل جاتی ہے۔ ان آیات میں اللہ تعالیٰ نے بندے کے لیے ایک ایسا تربیتی نظام بیان کیا ہے جو روحانی ترقی، اخلاقی استقامت، اور سماجی توازن کا ضامن ہے۔ ذکر انسان کو غفلت سے نکالتا ہے، شکر اسے قناعت و تسلیم سکھاتا ہے، اور صبر اسے آزمائش میں ثابت قدمی عطا کرتا ہے۔ یوں یہ تینوں صفات مل کر ایمان و عمل کی کامل شکل پیش کرتی ہیں، جس کا اختتام اللہ کی رحمت، برکت اور ہدایت پر ہوتا ہے۔ راہِ بندگی میں ذکر، شکر، اور صبر محض اخلاقی اقدار نہیں بلکہ ایمان کی عملی بنیادیں ہیں۔ یہ تینوں عناصر بندگی کی راہ کے تین ستون ہیں۔ ذکر روح کو بیدار کرتا ہے، شکر ایمان کو مستحکم کرتا ہے اور صبر بندگی کو کامل بناتا ہے۔ اسی لیے سورۃ البقرہ کی یہ آیات محض تعبدی احکام نہیں بلکہ انسانی زندگی کے اخلاقی و روحانی دستور ہیں، جو ہر دور اور ہر انسان کے لیے رہنمائی کا سرچشمہ ہیں۔ نتیجتاً یہ کہا جا سکتا ہے کہ ذکر، شکر، اور صبر نہ صرف بندگی کے مظاہر ہیں بلکہ قربِ الٰہی کے راستے کی کلید ہیں۔ جو بندہ ان تینوں اوصاف کو اپنی زندگی میں شامل کر لیتا ہے وہ دنیا میں سکون و اطمینان اور آخرت میں ہدایت و رحمت دونوں کا مستحق بن جاتا ہے۔

نتائجِ تحقیق

محولہ بالا تحقیقی مباحث سے حسبِ ذیل نتائج اخذ کیے گئے ہیں:

- ذکر، صبر اور شکر ایک دوسرے سے گہرے طور پر مربوط ہیں۔ ذکرِ الٰہی صبر کو مضبوط کرتا ہے اور صبر انسان کو شکر کی کیفیت میں داخل کرتا ہے۔
- ذکرِ الٰہی انسان کا خالق سے تعلق مضبوط کرنے میں معاون اور انسان میں قلبی اطمینان، ذہنی سکون اور روحانی قوت پیدا

کرتا ہے۔

- صبر آزمائشوں میں اخلاقی تربیت اور قربِ الٰہی کا ذریعہ بنتا ہے انسان کو مشکلات میں ثابت قدم رکھتا ہے اور اس میں امید پیدا کر کے اس کے ایمان کو مضبوط کرتا ہے۔
- شکر انسان میں قناعت، امید اور مثبت طرزِ فکر کو فروغ دے کر مادّہ پرستی، حسد اور ناشکری جیسے اخلاقی امراض کا علاج ہے۔
- یہ تینوں اوصاف فرد کی نفسیاتی توازن، جذباتی پختگی اور مقصدِ حیات کے احساس کو مضبوط کرتے ہیں۔ یوں یہ تینوں مل کر انسانی شخصیت کی تعمیر اور سماجی توازن کے قیام میں بنیادی کردار ادا کرتے ہیں۔

سفارشات و تجاویز

اس مطالعہ کے نتیجے میں کچھ سفارشات پیش کی جاتی ہیں:

- تعلیمی اداروں خاص طور پر جامعات اور تحقیقی اداروں کو قرآنِ کریم کے اخلاقی اصولوں پر مطالعہ کو فروغ دینا چاہیے۔ اور اخلاقیات کے نصاب میں ذکر، صبر اور شکر کے اسباق کو منظم طور پر شامل کیا جائے۔
- روحانی و نفسیاتی رہنمائی کے پروگراموں میں ان قرآنی اصولوں کو بنیاد بنایا جائے تاکہ ذہنی دباؤ اور اضطراب جیسے مسائل کم کیے جا سکیں۔
- نفسیات اور سماجی علوم میں ذکر، شکر، اور صبر کی قرآنی تعلیمات کو بطور ماڈل علاج *therapeutic model* متعارف کرانا مفید ہو گا۔
- علما اور خطبا عوامی خطابات میں ان اوصاف کے عملی پہلوؤں پر زور دیں۔
- جدید نفسیات اور قرآنی تعلیمات کے تقابلی مطالعے پر مزید تحقیقی کام کیا جائے۔
- افراد کو روزانہ کی بنیاد پر ذکر و شکر کی عادت اختیار کرنے کی تلقین کی جائے۔
- مساجد، جامعات اور اداروں میں اجتماعی ذکر و شکر کے سیشنز کو فروغ دیا جائے تاکہ روحانی یکجہتی پیدا ہو۔ نیز دینی و عصری تعلیمی اداروں میں عملی ورکشاپس اور تربیتی پروگرامز کے ذریعے ان اوصاف کو روزمرہ زندگی میں اپنانے کی ترغیب دی جائے۔

حوالہ جات و حواشی

1 ابن کثیر، ابو الفداء اسماعیل بن عمر، **تفسیر القرآن العظیم**، (ریاض: دار السلام، 1998ء)، 1/418۔

2 الرازی، فخر الدین، **مفاتیح الغیب المعروف التفسیر الکبیر**، (بیروت: دار احیاء التراث العربی، 1999ء)، 4/85۔

3 مفتی محمد شفیع، مولانا، **معارف القرآن**، (کراچی: ادارۃ المعارف، 2006ء)، 1/385۔

4 مودودی، سید ابو الاعلیٰ، **تفہیم القرآن**، (لاہور: ترجمان القرآن پبلیکیشنز، 1992ء)، 1/133۔

5 طاہر القادری، علامہ، **عرفان القرآن**، (لاہور: منہاج القرآن پبلیکیشنز، 2012ء)، 1/76۔

6 ایضاً، 1/78۔

7 مفتی محمد شفیع، **معارف القرآن**، 1/391۔

8 مودودی، **تفہیم القرآن**، 1/137۔

9 الرازی، مفاتیح الغیب،4/90۔

10 ابن القیم الجوزیہ، شمس الدین ابوعبداللہ محمد بن ابی بکر، مدارج السالکین، (بیروت: دارالکتاب العربی،2010ء)،1/122۔

11 ابن کثیر، تفسیر القرآن العظیم،1/420۔

12 القرطبی، ابوعبداللہ محمد بن احمد، الجامع لاحکام القرآن، (بیروت: دارالکتاب العربی،2005ء)،2/56۔

13 مفتی محمد شفیع، **معارف القرآن**،1/389۔

14 الرازی، مفاتیح الغیب،4/88۔

15 مودودی، **تفہیم القرآن**،1/135۔

16 الراغب الاصفہانی، امام، المفردات فی غریب القرآن، (دمشق: دارالقلم،2002ء)، ص210۔

17 ابن کثیر، تفسیر القرآن العظیم،1/418۔

18 الغزالی، ابوحامد محمد بن محمد، احیاء علوم الدین، (بیروت: دارالمعرفۃ،2008ء)،4/125۔

19 الرازی، مفاتیح الغیب،4/86۔

20 الراغب الاصفہانی، المفردات فی غریب القرآن، ص267۔

21 ابن کثیر، تفسیر القرآن العظیم،1/420۔

22 الرازی، مفاتیح الغیب،4/89۔

23 مفتی محمد شفیع، **معارف القرآن**،1/392۔

24 سورۃ ابراہیم14:7۔

25 القرطبی، الجامع لاحکام القرآن،9/63۔

26 ابن القیم الجوزیہ، مدارج السالکین،1/124۔

27 سورۃ سبا34:13۔

28 مودودی، **تفہیم القرآن**،4/372۔

29 الراغب الاصفہانی، المفردات فی غریب القرآن، ص267۔

30 سورۃ البقرۃ2:155۔

31 سورۃ البقرۃ2:156۔

32 ابن کثیر، تفسیر القرآن العظیم،1/423۔

33 الرازی، مفاتیح الغیب،4/91۔

34 سورۃ البقرۃ2:153۔

35 القرطبی، الجامع لاحکام القرآن،2/64۔

36 ابن القیم الجوزیہ، مدارج السالکین،1/140۔

37 سورۃ ال عمران3:146۔

38 ابن تیمیہ، تقی الدین احمد بن عبدالحلیم، مجموع الفتاوی، (ریاض: مکتبۃ المعارف،1998ء)،10/220۔

39 مودودی، **تفہیم القرآن**،1/139۔

40 الغزالی، احیاء علوم الدین،4/132۔

41 الراغب الاصفہانی، المفردات فی غریب القرآن، ص289۔

42 مفتی محمد شفیع، **معارف القرآن**، 1/394۔

43 سید قطب، علامہ، **فی ظلال القرآن**، (قاہرۃ: دارالشروق، 2003ء)، 1/124۔

44 الرازی، **مفاتیح الغیب**، 4/93۔

45 یوسف القرضاوی، الدکتور، **الإسلام والعصر**، (قاہرۃ: دارالشروق، 2011ء)، ص212۔

46 محمد الغزالی، الدکتور، **خلق المسلم**، (دمشق: دارالقلم، 2002ء)، ص187۔

47 طاہر القادری، علامہ، **روحانیاتِ اسلام**، (لاہور: منہاج القرآن پبلیکیشنز، لاہور، 2015ء)، ص97۔

48 مودودی، سید ابوالاعلیٰ، **تفہیمات**، (لاہور: ترجمان القرآن پبلیکیشنز، 1990ء)، 2/73۔

References:

1. Ibn Kathīr, Abū al-Fidāʾ Ismāʿīl ibn ʿUmar, Tafsīr al-Qurʾān al-ʿAẓīm (Riyadh: Dār al-Salām, 1998), 1/418.
2. al-Rāzī, Fakhr al-Dīn, Mafātīḥ al-Ghayb al-Maʿrūf al-Tafsīr al-Kabīr (Beirut: Dār Iḥyāʾ al-Turāth al-ʿArabī, 1999), 4/85.
3. Muftī Muḥammad Shafīʿ, Maʿārif al-Qurʾān (Karachi: Idārah al-Maʿārif, 2006), 1/385.
4. Mawdūdī, Sayyid Abul Aʿlā, Tafhīm al-Qurʾān (Lahore: Tarjumān al-Qurʾān Publications, 1992), 1/133.
5. Ṭāhir al-Qādrī, ʿAllāmah, ʿIrfān al-Qurʾān (Lahore: Minhāj al-Qurʾān Publications, 2012), 1/76.
6. Ibid., 1/78.
7. Muftī Muḥammad Shafīʿ, Maʿārif al-Qurʾān, 1/391.
8. Mawdūdī, Tafhīm al-Qurʾān, 1/137.
9. al-Rāzī, Mafātīḥ al-Ghayb, 4/90.
10. Ibn al-Qayyim al-Jawziyyah, Shams al-Dīn Abū ʿAbd Allāh Muḥammad ibn Abī Bakr, Madārij al-Sālikīn (Beirut: Dār al-Kitāb al-ʿArabī, 2010), 1/122.
11. Ibn Kathīr, Tafsīr al-Qurʾān al-ʿAẓīm, 1/420.
12. al-Qurṭubī, Abū ʿAbd Allāh Muḥammad ibn Aḥmad, al-Jāmiʿ li-Aḥkām al-Qurʾān (Beirut: Dār al-Kitāb al-ʿArabī, 2005), 2/56.
13. Muftī Muḥammad Shafīʿ, Maʿārif al-Qurʾān, 1/389.
14. al-Rāzī, Mafātīḥ al-Ghayb, 4/88.
15. Mawdūdī, Tafhīm al-Qurʾān, 1/135.
16. al-Rāghib al-Aṣfahānī, Imām, al-Mufradāt fī Gharīb al-Qurʾān (Damascus: Dār al-Qalam, 2002), 210.
17. Ibn Kathīr, Tafsīr al-Qurʾān al-ʿAẓīm, 1/418.
18. al-Ghazālī, Abū Ḥāmid Muḥammad ibn Muḥammad, Iḥyāʾ ʿUlūm al-Dīn (Beirut: Dār al-Maʿrifah, 2008), 4/125.
19. al-Rāzī, Mafātīḥ al-Ghayb, 4/86.
20. al-Rāghib al-Aṣfahānī, al-Mufradāt fī Gharīb al-Qurʾān, 267.
21. Ibn Kathīr, Tafsīr al-Qurʾān al-ʿAẓīm, 1/420.
22. al-Rāzī, Mafātīḥ al-Ghayb, 4/89.
23. Muftī Muḥammad Shafīʿ, Maʿārif al-Qurʾān, 1/392.
24. al-Qurʾān, Sūrat Ibrāhīm 14:7.
25. al-Qurṭubī, al-Jāmiʿ li-Aḥkām al-Qurʾān, 9/63.
26. Ibn al-Qayyim al-Jawziyyah, Madārij al-Sālikīn, 1/124.
27. al-Qurʾān, Sūrat Sabaʾ 34:13.
28. Mawdūdī, Tafhīm al-Qurʾān, 4/372.
29. al-Rāghib al-Aṣfahānī, al-Mufradāt fī Gharīb al-Qurʾān, 267.
30. al-Qurʾān, Sūrat al-Baqarah 2:155.
31. al-Qurʾān, Sūrat al-Baqarah 2:156.
32. Ibn Kathīr, Tafsīr al-Qurʾān al-ʿAẓīm, 1/423.
33. al-Rāzī, Mafātīḥ al-Ghayb, 4/91.
34. al-Qurʾān, Sūrat al-Baqarah 2:153.
35. al-Qurṭubī, al-Jāmiʿ li-Aḥkām al-Qurʾān, 2/64.
36. Ibn al-Qayyim al-Jawziyyah, Madārij al-Sālikīn, 1/140.
37. al-Qurʾān, Sūrat Āl ʿImrān 3:146.

38. Ibn Taymiyyah, Taqī al-Dīn Aḥmad ibn ʿAbd al-Ḥalīm, Majmūʿ al-Fatāwā (Riyadh: Maktabat al-Maʿārif, 1998), 10/220.
39. Mawdūdī, Tafhīm al-Qurʾān, 1/139.
40. al-Ghazālī, Iḥyāʾ ʿUlūm al-Dīn, 4/132.
41. al-Rāghib al-Aṣfahānī, al-Mufradāt fī Gharīb al-Qurʾān, 289.
42. Muftī Muḥammad Shafīʿ, Maʿārif al-Qurʾān, 1/394.
43. Sayyid Quṭb, ʿAllāmah, Fī Ẓilāl al-Qurʾān (Qāhira: Dār al-Shurūq, 2003), 1/124.
44. al-Rāzī, Mafātīḥ al-Ghayb, 4/93.
45. Yūsuf al-Qarḍāwī, al-Duktūr, al-Islām wa al-ʿAṣr (Qāhira: Dār al-Shurūq, 2011), 212.
46. Muḥammad al-Ghazālī, al-Duktūr, Khalq al-Muslim (Damascus: Dār al-Qalam, 2002), 187.
47. Tāhir al-Qādrī, ʿAllāmah, Rūḥāniyāt-i Islām (Lahore: Minhāj al-Qurʾān Publications, 2015), 97.
48. Mawdūdī, Sayyid Abul Aʿlā, Tafhīmāt (Lahore: Tarjumān al-Qurʾān Publications, 1990), 2/73.