Al-Mīthāq ***(Research Journal of Islamic Theology)***
ISSN: 2791-0989 (P), 2791-0997 (E)
Volume 04, **Issue** 04, October - December 2025, **PP**: 80-91
Open Access at: https://almithaqjournal.org/

Article QR

روحانی تربیت اور سیرتِ طیبہ

Spiritual Training and the Prophetic Sīrah

1. Shabeela Liaqat	*Lecturer, Department of Islamic Studies, Quaid e Azam College, Fort Abbas.*
2. Dr. Ali Raza Yousaf *(Corresponding Author)* dralirazayousaf@gmail.com	*Assistant Professor, Department of Islamic Studies, University of Sialkot.*

How to Cite: Shabeela Liaqat and Dr. Ali Raza Yousaf. 2025: "Spiritual Training and the Prophetic Sīrah". Al-*Mīthāq (Research Journal of Islamic Theology)* 4 (04): 80-91.

Article History:

Received:	**Accepted**:	**Published**:
20-11-2025	22-12-2025	31-12-2025

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

Publisher

HIRA INSTITUTE
of Social Sciences Research & Development

روحانی تربیت اور سیرتِ طیبہ

Spiritual Training and the Prophetic Sīrah

1. **Shabeela Liaqat**
Lecturer, Department of Islamic Studies, Quaid e Azam College, Fort Abbas.

2. **Dr. Ali Raza Yousaf**
Assistant Professor, Department of Islamic Studies, University of Sialkot.
dralirazayousaf@gmail.com

Abstract

Islam offers a holistic framework for human development that addresses both the external and internal dimensions of life. Among its core objectives is *tazkiyah* the purification of the soul and moral refinement. The Prophetic *Sīrah* (biography of the Prophet Muhammad ﷺ) stands as a timeless model for spiritual training, providing a comprehensive system that nurtures sincerity, remembrance of Allah (*dhikr*), self-accountability, repentance, patience, gratitude, and noble character. This study explores the spiritual methodology embedded in the life of the Prophet ﷺ and analyzes its relevance for personal transformation and societal wellbeing. The Qur'ānic verse, "He purifies them and teaches them the Book and wisdom" (Sūrah Al-Jumu'ah: 2), encapsulates the Prophet's ﷺ dual mission of intellectual enlightenment and inner purification. In an age dominated by materialism, psychological unrest, and ethical decline, the Prophetic model of spiritual development emerges as a vital remedy for the human soul. This paper argues for the urgent need to revive Sīrah-based spirituality across various platforms educational curricula, community institutions, media, and digital technology to cultivate conscious, ethical, and spiritually grounded individuals.

Keywords: *Sīrah, Spiritual Methodology, Ethics, Spirituality, Society.*

تعارف

روحانی تربیت، انسانی شخصیت کی باطنی تعمیر کا وہ مقدس عمل ہے جو تزکیۂ نفس، تطہیرِ اخلاق، اخلاصِ نیت، اور اللہ تعالیٰ سے قلبی و عملی تعلق کو مضبوط بناتا ہے۔ یہ تربیت انسان کو محض ظاہر کی اصلاح تک محدود نہیں رکھتی، بلکہ اس کی سوچ، نیت، جذبات، اور اعمال کو ربانی اصولوں کے مطابق ڈھالتی ہے۔ سیرتِ طیبہ ﷺ میں روحانی تربیت کے وہ تمام پہلو نہایت جامعیت کے ساتھ موجود ہیں جو فرد کی انفرادی اصلاح سے لے کر معاشرے کی اجتماعی تطہیر تک کا مکمل لائحۂ عمل پیش کرتے ہیں۔ آپ ﷺ کی حیاتِ طیبہ میں ذکر و فکر، صبر و شکر، خلوت و مناجات، تواضع و انکساری، اور تعلق باللہ جیسے روحانی مظاہر ایک ایسے مثالی نظام کی نشاندہی کرتے ہیں جو ہر دور کے انسان کے لیے راہ نجات ہے۔ زیرِ نظر مقالہ سیرت النبی ﷺ کی روشنی میں روحانی تربیت کے اسالیب، مظاہر اور اثرات کا تحقیقی و تجزیاتی جائزہ پیش کرتا ہے، اور موجودہ مادی و الحادی دور میں اس کی ازحد ضرورت اور افادیت کو واضح کرتا ہے۔

تحقیقی مقاصد

- سیرتِ طیبہ ﷺ کی روشنی میں روحانی تربیت کا جائزہ۔

- روحانی تربیت کے نبوی اصولوں کی وضاحت۔
- جدید دور میں اس تربیت کی اہمیت کو اجاگر کرنا۔

تحقیقی سوالات

- روحانی تربیت کا مفہوم کیا ہے؟
- سیرتِ طیبہ ﷺ میں روحانی تربیت کیسے کی گئی؟
- آج کے دور میں اس تربیت کی کیا اہمیت ہے؟

روحانی تربیت کا مفہوم

لفظِ "تربیت" ایک وسیع مفہوم رکھنے والا لفظ ہے، اس لفظ کے تحت افراد کی تربیت، خاندان کی تربیت، معاشرہ اور سوسائٹی کی تربیت، پھر ان قسموں میں بہت سی ذیلی اقسام داخل ہیں۔ ان سب اقسام کی تربیت کا اصل مقصد و غرض 'عمدہ، پاکیزہ، بااخلاق اور باکردار معاشرہ کا قیام ہے آسان الفاظ میں "تربیت" کی تعریف یوں کی جاسکتی ہے کہ: "برے اخلاق وعادات اور غلط ماحول کو اچھے اخلاق وعادات اور ایک صالح، پاکیزہ ماحول سے تبدیل کرنے کا نام "تربیت" ہے۔"[1] تربیت کی دو قسمیں ہیں:

1. ظاہری تربیت
2. باطنی تربیت

ظاہری اعتبار سے تربیت میں اولاد کی ظاہری وضع قطع، لباس، کھانے، پینے، نشست وبرخاست، میل جول، اس کے دوست واحباب اور تعلقات ومشاغل کو نظر میں رکھنا، اس کے تعلیمی کوائف کی جانکاری اور بلوغت کے بعد ان کے ذرائع معاش وغیرہ کی نگرانی وغیرہ امور شامل ہیں، یہ تمام امور اولاد کی ظاہری تربیت میں داخل ہیں۔ اور باطنی تربیت سے مراد اُن کے عقیدہ اور اخلاق کی اصلاح ودرستگی ہے۔ جیسے روحانی تربیت بھی کہا جاتا ہے۔[2]

اس تعریف کی روشنی میں ہم یہ بات کہہ سکتے ہیں کہ روحانی تربیت ایک ایسی باطنی کیفیت، شعور، اور طرزِ فکر کا نام ہے جو انسان کو اس کے خالق (اللہ تعالیٰ) سے جوڑتی ہے، اور اُسے دنیا کی ظاہری وفانی لذتوں سے ہٹا کر ایک اعلیٰ، پاکیزہ، اور باطن پر مبنی زندگی کی طرف رہنمائی کرتی ہے۔ روحانی تربیت کا مقصد انسانی نفس کی پاکیزگی، اخلاق کی بلندی، اور اللہ تعالیٰ کی رضا کا حصول ہے۔

روحانی تربیت کے بنیادی اصول

- **اخلاص: ہر عمل صرف اللہ تعالیٰ کے لیے ہو**

اخلاص روحانی تربیت کی بنیاد ہے۔ جب عمل صرف اللہ کے لیے کیا جائے، تو وہ عمل پاکیزہ اور قابل قبول ہوتا ہے۔ ریاکاری (دکھاوے) سے خالی عمل ہی روحانی بلندی کی طرف لے جاتا ہے۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

وَمَا أُمِرُوا إِلَّا لِيَعْبُدُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ۔[3]

اور انہیں صرف یہی حکم دیا گیا کہ اللہ کی عبادت کریں، دین کو اسی کے لیے خالص رکھتے ہوئے۔

ایک روایت میں ہے:

إِنَّمَا الْأَعْمَالُ بِالنِّيَّاتِ، وَإِنَّمَا لِكُلِّ امْرِئٍ مَا نَوَى۔[4]

اعمال کا دارومدار نیتوں پر ہے، اور ہر شخص کو وہی ملے گا جس کی اس نے نیت کی۔

- **تزکیہ نفس: خواہشات پر قابو**

تزکیہ نفس روحانی تربیت کا مرکزی ستون ہے۔ یہ نفس کی اصلاح، باطن کی طہارت، اور شہوات پر قابو پانے کا نام ہے۔ اسلام میں سچی کامیابی اسی شخص کو ملتی ہے جو اپنے نفس کو پاک کرتا ہے۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا۔ وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا۔[5]

یقیناً وہی کامیاب ہوا جس نے اپنے نفس کو پاک کیا، اور وہ ناکام ہوا جس نے اسے آلودہ رکھا۔

ایک روایت میں ہے کہ:

الْمُجَاهِدُ مَنْ جَاهَدَ نَفْسَهُ فِي طَاعَةِ اللَّهِ۔[6]

حقیقی مجاہد وہ ہے جو اللہ کی اطاعت میں اپنے نفس سے جہاد کرے۔

- **ذکر اللہ: دل کی پاکیزگی**

ذکر اللہ انسان کے دل کو زندہ کرتا ہے، غفلت کو ختم کرتا ہے اور دل کی صفائی کا ذریعہ بنتا ہے۔ یہ ہر روحانی تربیت کا اہم جز ہے، جو بندے کو اپنے رب سے جوڑتا ہے۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوب۔[7]

خبردار! دلوں کو سکون تو اللہ کے ذکر ہی سے ملتا ہے۔

ایک روایت میں ہے:

مَثَلُ الَّذِي يَذْكُرُ اللَّهَ وَالَّذِي لا يَذْكُرُ اللَّهَ، مَثَلُ الْحَيِّ وَالْمَيِّتِ۔[8]

اللہ کو یاد کرنے والے اور نہ کرنے والے کی مثال زندہ اور مردہ کی طرح ہے۔

- **صبر و شکر: ہر حال میں اللہ سے تعلق**

روحانی تربیت میں صبر و شکر اس بات کا مظہر ہیں کہ بندہ ہر حال میں اللہ تعالیٰ سے راضی ہے۔ خوشی اور غم میں بندے کا رویہ رب سے تعلق کو ظاہر کرتا ہے۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

وَاللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِينَ۔[9]

اور اللہ صبر کرنے والوں سے محبت کرتا ہے۔

ایک روایت میں ہے:

عَجَبًا لأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ وَلَيْسَ ذَاكَ لأَحَدٍ إِلاَّ لِلْمُؤْمِنِ إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَّاءُ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَّاءُ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ۔[10]

مومن کا معاملہ عجیب ہے، اس کا ہر حال اس کے لیے خیر ہے، خوشی آئے تو شکر کرتا ہے اور مصیبت پہ صبر کرتا ہے۔

- **توبہ و رجوع: گناہوں سے پاکی**

انسان کی روحانی بلندی تب ممکن ہے جب وہ گناہ سے سچی توبہ کرے، اپنے رب کی طرف رجوع کرے، اور باطن کو ندامت اور عزمِ اصلاح سے روشن کرے۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ۔[11]

یقیناً اللہ توبہ کرنے والوں اور پاک رہنے والوں سے محبت کرتا ہے۔

اسی طرح ایک روایت میں ہے:

التَّائِبُ مِنَ الذَّنْبِ كَمَنْ لاَ ذَنْبَ لَهُ۔[12]

گناہ سے توبہ کرنے والا ایسا ہے جیسے اس نے گناہ کیا ہی نہ ہو۔

سیرتِ طیبہ ﷺ میں روحانی تربیت کے مظاہر

اسلام ایک ہمہ جہت دین ہے جو انسان کی ظاہری اور باطنی زندگی دونوں کو سنوارتا ہے۔ ظاہری عبادات اور معاشرتی احکام کے ساتھ ساتھ باطنی صفائی، اللہ سے تعلق، دل کی اصلاح اور روح کی پاکیزگی بھی اسلام کا اہم حصہ ہیں، جسے ہم روحانی تربیت (Spiritual Development) کہتے ہیں۔ سیرتِ نبوی ﷺ کا مطالعہ کرنے سے معلوم ہوتا ہے کہ نبی اکرم ﷺ نے نہ صرف اُمت کو ظاہری احکام دیے بلکہ روحانی سطح پر بھی ان کی تربیت کی۔

آغازِ وحی اور تزکیہ

روحانی تربیت کی ابتدا خود رسول اللہ ﷺ کی نبوت کے آغاز سے ہوتی ہے۔ بعثت سے قبل بھی رسول اللہ ﷺ خلوت، تفکر اور باطنی جستجو کے خوگر تھے۔ آپ ﷺ اکثر غارِ حرا میں تنہائی اختیار کرتے، جہاں غور و فکر اور ذکرِ الٰہی کا عمل ہوتا۔ یہی عمل روحانی تربیت کی اصل بنیاد ہے یعنی باطن کی صفائی، اللہ سے تعلق اور دنیا سے دھیان ہٹا کر رب کی طرف رجوع کرنا ہے۔ حضرت عائشہؓ فرماتی ہیں:

حُبِّبَ إِلَيْهِ الْخَلاَءُ، وَكَانَ يَخْلُو بِغَارِ حِرَاءٍ فَيَتَحَنَّثُ فِيهِ .وَهُوَ التَّعَبُّدُ . اللَّيَالِيَ۔[13]

قبل از بعثت آپ ﷺ کو تنہائی محبوب ہو گئی تھی اور آپ غارِ حرا میں کئی کئی راتیں عبادت میں گزارتے تھے۔

یہ روحانی گوشہ نشینی دراصل تزکیۂ نفس کا وہ ابتدائی مرحلہ ہے جو انبیاء کی تربیت کا خاص طریقہ رہا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے نبی ﷺ کو ابتدا ہی سے روحانی بلندی کی طرف متوجہ فرمایا تاکہ وہ خود باطنی طور پر مکمل ہوں اور دوسروں کی تربیت کے اہل ہوں۔

قرآن مجید میں روحانی تربیت

اسلام میں تعلیم صرف علمی معلومات دینا نہیں بلکہ باطن کو پاک کرنا بھی ہے۔ رسول اللہ ﷺ کی بعثت کا بنیادی مقصد تزکیہ بھی تھا۔ قرآنِ مجید بار بار اس پہلو کو واضح کرتا ہے:

هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الْأُمِّيِّينَ رَسُولًا مِّنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ۔[14]

وہی ہے جس نے اُمّی لوگوں میں ایک رسول ان ہی میں سے بھیجا، جو ان پر اس کی آیات پڑھتا ہے، ان کا تزکیہ کرتا ہے، اور انہیں کتاب و حکمت سکھاتا ہے۔

اس آیت میں "يُزَكِّيهِمْ" (ان کا تزکیہ کرتا ہے) کو "يُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ" سے مقدم ذکر کیا گیا ہے، جو اس بات کی طرف اشارہ ہے کہ علم سے پہلے اخلاق و باطن کی تطہیر اور روحانی تربیت ضروری ہے۔ اسی طرح ایک مقام میں ہے کہ:

كَمَا أَرْسَلْنَا فِيكُمْ رَسُولًا مِّنكُمْ يَتْلُو عَلَيْكُمْ آيَاتِنَا وَيُزَكِّيكُمْ وَ يُعَلِّمُكُمُ الْكِتٰبَ وَ الْحِكْمة وَ يُعَلِّمُكُمْ مَّا لَمْ تَكُوْنُوْا تَعْلَمُوْنَ۔[15]

جس طرح ہم نے تم میں تمہی میں سے رسول بھیجا جو ہماری آیتیں تمہارے سامنے تلاوت کرتا ہے اور تمہیں پاک کرتا ہے اور تمہیں کتاب و حکمت اور وہ چیزیں سکھاتا ہے جن سے تم بے علم تھے۔

احادیث نبویہ ﷺ میں روحانی تربیت

نبی کریم ﷺ نے اپنی سیرت سے جو عملی اسوہ چھوڑا، وہ روحانی تربیت کا جامع نمونہ ہے: رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ مجھے مبعوث ہی اس لئے کیا گیا ہے کہ عمدہ اخلاق کی تکمیل کر دوں۔[16] اخلاق کی اصلاح اور تزکیہ ہی روحانی تربیت کا مرکزی دائرہ ہے۔ نبی ﷺ نے صحابہ کرامؓ کی باطنی حالت کو سنوارا، ان کے دلوں کو دنیا کی محبت سے پاک کیا، اور تقویٰ، اخلاص، صبر، شکر، تواضع، محبت، اور اللہ پر توکل جیسی صفات سے آراستہ کیا۔

روحانی تربیت کے عملی مظاہر: سیرت طیبہ کے تناظر میں

رسول اللہ ﷺ کی سیرتِ طیبہ نہ صرف ایک ظاہری نظامِ حیات ہے بلکہ اس میں روحانی بلندی اور باطنی طہارت کے مظاہر بھی پوری شان کے ساتھ نمایاں ہیں۔ آپ ﷺ کی روحانی زندگی کا مطالعہ ہمیں عملی طور پر بتاتا ہے کہ روحانیت کوئی مجرد یا فلسفیانہ خیال نہیں بلکہ ایک زندہ، حقیقی، اور قابلِ عمل حقیقت ہے۔ ذیل میں چند مظاہر پیش کیے جاتے ہیں:

- **قیام اللیل:** رسول اللہ ﷺ کا قیام اللیل روحانی بلندی کا عظیم مظہر تھا۔ آپ ﷺ رات کے بڑے حصے میں اللہ کے حضور کھڑے ہو کر روتے، دعا کرتے اور قرآن کی تلاوت کرتے۔ ارشادِ ربانی ہے کہ:

  وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَّكَ عَسَىٰ أَن يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا۔[17]

  اور رات کو تہجد کے وقت اٹھا کرو، یہ تمہارے لیے نفل ہے۔ قریب ہے کہ تیرا رب تجھے مقام محمود پر فائز کرے۔

  اسی طرح حضرت عائشہؓ سے مروی ایک روایت کا مفہوم ہے کہ نبی ﷺ رات کے وقت اس قدر طویل قیام فرماتے کہ آپ کے پاؤں سوج جاتے۔ "میں نے عرض کیا: "یا رسول اللہ! اللہ تعالیٰ نے آپ کے تمام اگلے پچھلے گناہ معاف کر دیئے ہیں، پھر بھی؟" تو آپ ﷺ نے فرمایا: تو کیا میں اللہ کا شکر گزار بندہ نہ بنوں؟[18]

- **کثرتِ ذکر:** رسول اللہ ﷺ کی زندگی ذکرِ الٰہی سے لبریز تھی۔ بیداری، نیند، کھانے، سفر، بیٹھنے، اٹھنے، ہر حالت میں اللہ کا ذکر فرماتے۔ ارشاد ہے کہ:

  وَاذْكُرِ اسْمَ رَبِّكَ وَتَبَتَّلْ إِلَيْهِ تَبْتِيلًا۔[19]

  اور اپنے رب کے نام کا ذکر کرو اور خود کو اسی کے لیے وقف کر دو۔

  نیز حضرت عائشہؓ فرماتی ہیں کہ:

  كَانَ النَّبِيُّ ﷺ يَذْكُرُ اللَّهَ عَلَى كُلِّ أَحْيَانِهِ۔[20]

  رسول اللہ ﷺ ہر حال میں اللہ کا ذکر کیا کرتے تھے۔

- **صبر و شکر کا مظاہرہ:** سیرتِ نبوی ﷺ میں سب سے روشن پہلو مصیبتوں پر صبر اور نعمتوں پر شکر کا مسلسل مظاہرہ ہے۔ طائف کی تکلیف، احد کی جنگ، شعب ابی طالب کی بھوک، یہ سب روحانی استقامت کے مظاہر ہیں۔ جب طائف میں اہلِ شہر نے پتھر مارے، آپ ﷺ زخمی ہو گئے، تو بھی زبان پر شکایت نہیں آئی۔ دعا کی کہ اے اللہ! میری قوم کو معاف کر دے کیونکہ یہ جانتے نہیں۔[21]

- **تواضع و انکساری:** رسول اللہ ﷺ کا تواضع روحانیت کی عظیم مثال ہے۔ باوجود اس کے کہ آپ ﷺ اللہ کے محبوب، رسول اور رہنما تھے، مگر سادہ زندگی، غلاموں کے ساتھ کھانا، مجلس میں عام آدمی کی طرح بیٹھنا، یہ سب روحانی بلندی کی

علامتیں ہیں۔ حضرت انس بن مالکؓ فرماتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ لوگوں میں اس طرح گھل مل کر بیٹھتے کہ اجنبی شخص یہ نہ پہچان سکے کہ ان میں نبی کون ہے؟[22] اسی طرح ایک اور روایت میں ہے:

أَتَى النَّبِيَّ ﷺ رَجُلٌ فَكَلَّمَهُ فَجَعَلَ تُرْعَدُ فَرَائِصُهُ فَقَالَ لَهُ " هَوِّنْ عَلَيْكَ فَإِنِّي لَسْتُ بِمَلِكٍ إِنَّمَا أَنَا ابْنُ امْرَأَةٍ تَأْكُلُ الْقَدِيدَ۔[23]

نبی اکرم ﷺ کے پاس ایک شخص آیا، آپ نے اس سے گفتگو کی تو (خوف کی وجہ سے) اس کے کندے کانپنے لگے، آپ ﷺ نے اس سے کہا: "ڈرو نہیں، اطمینان رکھو، میں کوئی بادشاہ نہیں ہوں، میں تو ایک ایسی عورت کا بیٹا ہوں جو سوکھا گوشت کھایا کرتی تھی۔

سیرتِ طیبہ ﷺ کے روحانی اسالیب کی آج کے دور میں اہمیت

- **جدید دور کا روحانی بحران:** دورِ حاضر میں جہاں ٹیکنالوجی، ترقی، اور مادّی وسائل میں اضافہ ہوا ہے، وہیں انسان باطنی سکون، روحانی تعلق اور قلبی اطمینان سے محروم ہوتا جا رہا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ انسانیت ایک روحانی بحران (Spiritual Crisis) سے گزر رہی ہے۔ ذہنی دباؤ، بے چینی، مادہ پرستی اور الحاد جیسے رجحانات بڑھ رہے ہیں۔ ایسے میں سیرتِ نبوی ﷺ ایک کامل اور جامع نمونہ بن کر سامنے آتی ہے، جو اس روحانی بحران کا واحد مستند اور پائیدار حل ہے۔
- **ذہنی دباؤ:** آج کا انسان بظاہر آسائشوں میں ہے لیکن ذہنی طور پر بے سکون ہے۔ ورلڈ ہیلتھ آرگنائزیشن کے مطابق دنیا بھر میں ڈپریشن اور انزائٹی کی شرح میں مسلسل اضافہ ہو رہا ہے۔[24] اس کی بنیادی وجہ دنیا سے لگاؤ، مستقبل کا خوف، اور روح سے دوری ہے۔ اس امر کا قرآنی علاج وہی ہے جو بیان کیا گیا کہ:

  أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ۔[25]

  خبردار! دلوں کو سکون تو اللہ کے ذکر ہی سے ملتا ہے۔
- **بے چینی و اضطراب:** جدید معاشرت میں لوگوں کو اندرونی سکون میسر نہیں۔ نفسیاتی ماہرین کے مطابق، بے چینی کی اصل جڑ روحانی خلا (Spiritual Emptiness) ہے۔ اس کا نبوی حل یہ ہے کہ نبی کریم ﷺ کا تعلق اللہ تعالیٰ سے ہر لمحہ مضبوط تھا۔ آپ ﷺ نے دعا، ذکر، توبہ، اور توکل کے ذریعے دل کے سکون کی تعلیم دی۔ حضرت عائشہؓ فرماتی ہیں:

  كَانَ النَّبِيُّ ﷺ يَذْكُرُ اللَّهَ عَلَى كُلِّ أَحْيَانِهِ۔[26]

  رسول اللہ ﷺ ہر حال میں اللہ کا ذکر کیا کرتے تھے۔
- **الحاد کا رجحان:** نوجوان نسل میں الحاد اور دہریت کا رجحان بڑھتا جا رہا ہے، خاص طور پر سوشل میڈیا کے اثرات کے وجہ سے اس رجحان میں اضافہ ہوتا جا رہا ہے۔ سیرتِ طیبہ میں ہمیں اس بابت بھی رہنمائی ملتی ہے۔ نبی ﷺ نے عقل اور فطرت کو بیدار کیا۔ روحانی تربیت کو انسان کی فطری ضرورت قرار دیا۔

  فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا۔[27]

  پس آپ یک سو ہو کر اپنا منہ دین کی طرف متوجہ کر دیں۔ اللہ تعالیٰ کی وہ فطرت جس پر اس نے لوگوں کو پیدا کیا ہے۔

  فطری دین کی طرف رجوع روحانیت کا اولین قدم ہے۔ سیرتِ نبوی ﷺ فطری روحانی تعلیمات کا بہترین نمونہ ہے۔
- **مادہ پرستی:** آج انسان کا مقصد زندگی صرف دولت، شہرت اور طاقت بن چکا ہے۔ یہ مادّی سوچ روح کو گھائل کر دیتی ہے۔ آپ ﷺ نے سادگی، قناعت، توکل اور زہد کو اپنایا۔ روایت کا مفہوم ہے کہ میں تو اس مسافر کی مانند ہوں جو درخت

کے نیچے تھوڑی دیر کے لیے سایہ لیتا ہے، پھر چل دیتا ہے۔[28] یہ حدیث دنیا سے بے رغبتی، زہد، اور اخروی شعور کی اعلیٰ ترین روحانی تعلیم دیتی ہے۔

روحانی تربیت کے نبوی اسلوب کی موجودہ دور میں ضرورت

روحانی تربیت کا مقصد انسان کے باطن کو پاک کرنا، اللہ تعالیٰ سے قرب حاصل کرنا، اور اخلاقی و ایمانی صفات کو پروان چڑھانا ہے۔ نبی کریم ﷺ نے اپنی سیرتِ طیبہ کے ذریعے انسان کی فکری، اخلاقی اور روحانی تربیت کا ایک جامع نظام پیش فرمایا۔ موجودہ دور میں جہاں اخلاقی زوال، مادہ پرستی، اور الحاد کا رجحان بڑھ رہا ہے، وہاں نبوی روحانی اسالیب کی از سرِ نو ضرورت شدت سے محسوس کی جا رہی ہے۔ اس سلسلے میں چند جہات اہم ہیں:

تعلیمی اداروں میں سیرت پر مبنی نصاب

نوجوان نسل کی فکری اور روحانی تعمیر کا آغاز تعلیم سے ہوتا ہے۔ سیرتِ طیبہ کو نصابِ تعلیم میں اس طرح شامل کرنا چاہیے کہ وہ صرف تاریخی واقعات نہ ہوں بلکہ تربیتی اور روحانی اسباق پر مبنی ہوں۔ قرآن کے بیان کے مطابق ہمارے لیے رسول اللہ ﷺ کی زندگی میں بہترین نمونہ ہے۔[29]

تجویز

جامعات اور اسکولوں میں روحانی اخلاق، تزکیہ نفس اور سیرت النبی ﷺ جیسے مضامین کو لازمی نصاب کا حصہ بنایا جائے۔

روحانی تربیت کے مراکز

جس طرح دنیا بھر میں ذہنی صحت کے مراکز قائم کیے جا رہے ہیں، اسی طرح روحانی تربیت کے مستقل ادارے اور مراکز قائم کرنا وقت کی اہم ضرورت ہے۔ نبی ﷺ نے صحابہ کرامؓ کی ہمہ جہتی (جسمانی، علمی، روحانی) تربیت کی صفہ جیسا مرکز قائم کر کے تربیت کی اور صحابہ کرام جیسے سیدنا ابوذرؓ، سلمان فارسیؓ، اور ابو ہریرہؓ کو روحانی تزکیہ صفہ میں ملا۔

تجویز

مساجد، دینی مدارس اور جامعات میں "روحانی تھراپی" اور "تزکیہ ورکشاپس" کے انعقاد کو فروغ دیا جائے۔

میڈیا میں مثبت اخلاقی مواد

میڈیا آج کے معاشرے میں رائے عامہ کی تشکیل کا سب سے طاقتور ذریعہ ہے۔ افسوس کہ اس کا زیادہ تر استعمال مادیت، فحاشی اور منفی طرزِ زندگی کے فروغ کے لیے ہو رہا ہے۔ نبی ﷺ نے شعراء و خطباء کو دین کی تبلیغ اور اخلاقی اصلاح کے لیے استعمال کیا، مثلاً: حضرت حسان بن ثابتؓ نے میڈیا کا مثبت کردار ادا کیا کیونکہ ان کی روحانی تربیت نبی کریم ﷺ نے کی اور انہی روحانی تربیت کی بدولت وہ مشرکین کی ہجو کیا کرتے تھے۔ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

اهْجُهُمْ .أَوْ هَاجِهِمْ .وَجِبْرِيلُ مَعَكَ۔[30]

اے حسان!) مشرکین مکہ کی تم بھی ہجو کو یا (یہ فرمایا کہ) ان کی ہجو کا جواب دو، جبرائیل تمہارے ساتھ ہیں۔

تجویز

اسلامی میڈیا ہاؤسز اور یوٹیوب چینلز کے ذریعے سیرتِ طیبہ پر مبنی مثبت روحانی مواد نشر کیا جائے۔

والدین اور اساتذہ کی تربیت

والدین اور اساتذہ معاشرتی اقدار اور روحانی رجحانات کے معمار ہوتے ہیں۔ اگر وہ خود تربیت یافتہ نہ ہوں تو نسلِ نو کی روحانی اصلاح ممکن نہیں۔ نبی ﷺ نے بچوں کے ساتھ شفقت، تربیت اور عملی مثال کے ذریعے روحانیت منتقل کی۔ حضرت انسؓ فرماتے ہیں کہ:

خَدَمْتُ النَّبِيَّ ﷺ عَشْرَ سِنِينَ، فَمَا قَالَ لِي أُفٍّ۔[31]

میں نے دس سال رسول اللہ ﷺ کی خدمت کی لیکن آپ ﷺ نے مجھے کبھی نہیں ڈانٹا۔

تجویز

اساتذہ اور والدین کے لیے روحانی تربیت پر مبنی کورسز، ورکشاپس، اور رہنما کتب کی فراہمی ناگزیر ہے۔

شخصیت سازی میں سیرت کا کردار

اسلام فرد کی تعمیر و اصلاح کو اجتماعی فلاح کا نقطۂ آغاز سمجھتا ہے۔ سیرتِ نبوی ﷺ نہ صرف دین و دنیا کا مکمل نظام ہے بلکہ فرد کی شخصیت کی متوازن تشکیل کے لیے عملی نمونہ بھی ہے۔ آپ ﷺ کی حیاتِ طیبہ سے ہمیں سچائی، دیانت، خود احتسابی اور حسنِ اخلاق جیسے اعلیٰ اوصاف کا ایک جامع ماڈل ملتا ہے۔ ذیل میں سیرتِ طیبہ کی روشنی میں تعمیرِ شخصیت کے اہم پہلو بیان کیے جاتے ہیں:

اوّل: صدق

نبی کریم ﷺ کو بعثت سے قبل بھی "الصادق" کہا جاتا تھا۔ آپ ﷺ کی سچائی ایسی تھی کہ دشمن بھی آپ پر جھوٹ کا الزام نہ لگا سکے۔ اس کی بنیادی وجہ یہ تھی کہ نبی کریم ﷺ وحی الٰہی کے ذریعے ہی بولتے تھے، اور وحی سچائی کو فروغ دیتی ہے۔[32] ایک روایت میں ہے کہ جب حضرت ہرقل (روم کا بادشاہ) نے ابوسفیان سے نبی ﷺ کے بارے میں دریافت کیا تو اس نے سچائی کی گواہی دی: "کیا وہ کبھی جھوٹ بولتے تھے؟" ابوسفیان نے کہا: نہیں۔[33]

تربیتی پہلو

آج کے دور میں تعلیم، کاروبار اور سیاست میں سچائی کا فقدان ہے۔ سیرتِ نبوی ﷺ کی پیروی سچائی کے کلچر کو فروغ دے سکتی ہے۔

دوم: دیانت

دیانت آپ ﷺ کی سیرت کا ایسا جوہر تھا کہ آپ کو "الامین" کہا جاتا تھا، یعنی امانت دار۔ نبوت سے قبل اہل مکہ اپنی امانتیں آپ ﷺ کے پاس رکھتے۔ ہجرت کے وقت بھی آپ ﷺ نے حضرت علیؓ کو ذمہ داری دی کہ وہ لوگوں کی امانتیں واپس کریں۔ اسی طرح قرآن میں ارشاد ہے کہ:

إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُكُمْ أَنْ تُؤَدُّوا الْأَمَانَاتِ إِلَى أَهْلِهَا۔[34]

بیشک اللہ تمہیں حکم دیتا ہے کہ امانتیں ان کے حقداروں کو لوٹاؤ۔

تربیتی پہلو

کاروبار، ملازمت اور معاشرت میں دیانت اپنانا شخصیت کو باوقار بناتا ہے۔ سیرت کی روشنی میں دیانت ہی انسان کا اصل

سرمایہ ہے۔

سوم: خود احتسابی

نبی کریم ﷺ ہر عمل میں اللہ کی رضا کو اولین حیثیت دیتے تھے۔ آپ ﷺ کی عبادات، دعائیں اور تنہائی کے لمحات اس بات کی گواہی دیتے ہیں کہ آپ اپنی ذات کے محاسبہ میں ہمیشہ پیش پیش رہتے۔ رسول اللہ ﷺ یہ دعا کیا کرتے تھے کہ:

اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي مَا قَدَّمْتُ وَمَا أَخَّرْتُ وَمَا أَسْرَرْتُ وَمَا أَعْلَنْتُ۔[35]

اے اللہ! میری مغفرت فرما ان کاموں میں جو میں کر چکا ہوں اور انہیں جو کروں گا اور جنہیں میں نے چھپایا اور جنہیں میں نے ظاہر کیا ہے۔

اسی طرح نبی ﷺ رات کو قیام کرتے، حالانکہ آپ ﷺ گناہوں سے پاک تھے۔ حضرت عائشہؓ نے پوچھا تو آپ ﷺ نے فرمایا کہ کیا میں شکر گزار بندہ نہ بنوں؟[36]

تربیتی پہلو

خود احتسابی انسان کو غرور، لالچ اور گمراہی سے بچاتی ہے۔ جدید نفسیات بھی Self-Reflection کو شخصیت کی ترقی کا اہم جزو مانتی ہے۔

چہارم: حسنِ اخلاق

نبی کریم ﷺ کی سیرت اخلاقی بلندی کا کامل نمونہ ہے۔ آپ کا طرزِ گفتگو، اندازِ معافی، خدمتِ خلق اور نرم دلی انسانیت کے لیے مشعلِ راہ ہے۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ۔[37]

اور بلاشبہ یقیناً تو ایک بڑے خلق پر ہے۔

نیز ایک روایت میں ہے کہ آپ ﷺ نے فرمایا کہ مجھے مبعوث ہی اس لئے کیا گیا ہے کہ عمدہ اخلاق کی تکمیل کر دوں۔[38]

تربیتی پہلو

اخلاقی تربیت کے بغیر علم، مال اور مقام بے معنی ہے۔ سیرتِ نبوی ﷺ کے اخلاقی پہلو کو اپنانا شخصیت کو سنوارتا ہے۔

نتائج بحث

- روحانی تربیت سیرتِ طیبہ ﷺ کا ایک نہایت اہم اور بنیادی پہلو ہے، جس میں اخلاق، تزکیہ، ذکر، عبادت اور باطنی اصلاح کا جامع تصور ملتا ہے۔
- سیرتِ نبوی ﷺ کا مطالعہ یہ ثابت کرتا ہے کہ آپ ﷺ نے اپنے صحابہ کرامؓ کی تربیت نہ صرف علم و عمل کے ذریعے کی، بلکہ باطنی اصلاح اور روحانی تزکیہ کو بھی دعوتِ اسلام کا لازمی حصہ قرار دیا۔
- موجودہ دور میں روحانی خلا، ذہنی دباؤ، اضطراب، بے سکونی، الحاد اور مادہ پرستی جیسے مسائل عام ہو چکے ہیں، جن کا حل سیرتِ طیبہ ﷺ کی روحانی جہت میں موجود ہے۔
- سیرت کے روحانی اسالیب جیسے قیام اللیل، ذکر و فکر، صبر و توکل، توبہ و انکساری نہ صرف فرد کو باطن سے مضبوط کرتے ہیں بلکہ ایک مثالی اسلامی معاشرہ تشکیل دیتے ہیں۔

سفارشات

- مدارس، جامعات، اسکولز اور دیگر تعلیمی اداروں میں سیرتِ نبوی ﷺ پر مبنی روحانی تربیت کو باقاعدہ نصاب کا حصہ بنایا جائے تاکہ نئی نسل کی شخصیت دینی اور روحانی بنیادوں پر استوار ہو۔
- سیرت کے اسباق اور روحانی تعلیمات کو معاشرتی سطح پر عام کرنے کے لیے خطبہ، سیمینار، لیکچرز، کتب اور سوشل میڈیا کو مؤثر طریقے سے استعمال کیا جائے۔
- علماء، صوفیاء اور خطباء کو چاہیے کہ وہ سیرتِ نبوی ﷺ کے روحانی پہلو کو اجاگر کریں تاکہ عوام میں اخلاقی و روحانی بیداری پیدا ہو۔
- ماڈرن ٹیکنالوجی جیسے موبائل ایپس، آڈیو و ویڈیو لیکچرز، انٹرنیٹ کورسز، اور آن لائن ورکشاپس کے ذریعے نوجوان نسل کو سیرتِ طیبہ ﷺ کی روشنی میں روحانی تربیت فراہم کی جائے۔
- تحقیقی مراکز اور ادارے سیرتِ نبوی ﷺ کے روحانی پہلو پر مزید تحقیق کریں اور اس حوالے سے جدید دور کے مسائل کا حل مہیا کریں۔

References

1 Shafīq al-Raḥmān ʿAlvī, Mawlānā, "*Awlād kī Ẓāhirī aur Bāṭinī Tarbiyat,*" maqālah mashmūlah *Bayyināt* (Karachi: Jāmiʿat al-ʿUlūm al-Islāmiyyah, August 2014), 78
2 Ibid.
3 Al-Qurʾān, 98:5.
4 al-Bukhārī, Abū ʿAbd Allāh Muḥammad b. Ismāʿīl, *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī* (Riyadh: Dār al-Salām, 1999), Kitāb Badʾ al-Waḥy, Bāb Kayfa Kāna Badʾ al-Waḥy, ḥadīth no. 1.
5 Al-Qurʾān, 91:9–10.
6 al-Quḍāʿī, Abū ʿAbd Allāh Shihāb al-Dīn Muḥammad, *Musnad al-Shihāb* (Beirut: Dār al-Kutub al-ʿIlmiyyah, n.d.), Bāb al-Mujāhid Man Jāhada Nafsahu, ḥadīth no. 183.
7 Al-Qurʾān, 13:28.
8 al-Bukhārī, *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, Kitāb al-Daʿawāt, Bāb Faḍl Dhikr Allāh, ḥadīth no. 6407.
9 Al-Qurʾān, 3:146.
10 Muslim b. al-Ḥajjāj al-Qushayrī, Abū al-Ḥusayn, *Ṣaḥīḥ Muslim* (Riyadh: Dār al-Salām, 1999), Kitāb al-Zuhd wa-l-Raqāʾiq, Bāb al-Muʾmin Amruhu Kulluhu Khayr, ḥadīth no. 2999.
11 Al-Qurʾān, 2:222.
12 Ibn Mājah, Abū ʿAbd Allāh Muḥammad b. Yazīd, *Sunan Ibn Mājah* (Riyadh: Dār al-Salām, 1999), Kitāb al-Zuhd, Bāb Dhikr al-Tawbah, ḥadīth no. 4250.
13 al-Bukhārī, *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, Kitāb Badʾ al-Waḥy, ḥadīth no. 3.
14 Al-Qurʾān, 62:2.
15 Al-Qurʾān, 2:151.
16 Aḥmad b. Ḥanbal, Abū ʿAbd Allāh, *Musnad Aḥmad b. Ḥanbal* (Beirut: Muʾassasat al-Risālah, 2001), Musnad Abī Hurayrah, ḥadīth no. 8952
17 Al-Qurʾān, 17:79.
18 al-Bukhārī, *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, Kitāb al-Tafsīr, ḥadīth no. 4837.
19 Al-Qurʾān, 73:8.
20 Muslim b. al-Ḥajjāj, *Ṣaḥīḥ Muslim*, Kitāb al-Ḥayḍ, Bāb Dhikr Allāh fī Ḥāl al-Janābah, ḥadīth no. 373.
21 al-Bukhārī, *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, Kitāb Aḥādīth al-Anbiyāʾ, ḥadīth no. 3477.
22 Ibid, Kitāb al-ʿIlm, Bāb Mā Jāʾa fī al-ʿIlm, ḥadīth no. 63.
23 Ibn Mājah, *Sunan Ibn Mājah*, Kitāb al-Aṭʿimah, Bāb al-Qadīd, ḥadīth no. 3312.
24 World Health Organization, *WHO Mental Health Report* (Geneva: WHO, 2022).
25 Al-Qurʾān, 13:28.
26 Muslim b. al-Ḥajjāj, *Ṣaḥīḥ Muslim*, Kitāb al-Ḥayḍ, Bāb Dhikr Allāh fī Ḥāl al-Janābah, ḥadīth no. 373.
27 Al-Qurʾān, 30:30.
28 al-Tirmidhī, Abū ʿĪsā Muḥammad b. ʿĪsā, *Sunan al-Tirmidhī* (Riyadh: Dār al-Salām, 1999), Kitāb al-Zuhd, ḥadīth no. 2377.
29 Al-Qurʾān, 33:21.
30 al-Bukhārī, *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, Kitāb Badʾ al-Khalq, Bāb Dhikr al-Malāʾikah, ḥadīth no. 3212.
31 Ibid, Kitāb al-Adab, Bāb Ḥusn al-Khuluq, ḥadīth no. 6038.
32 Al-Qurʾān, 53:3–4.
33 al-Bukhārī, *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, Kitāb Badʾ al-Waḥy, ḥadīth no. 7.
34 Al-Qurʾān, 4:58.
35 al-Bukhārī, *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, Kitāb al-Daʿawāt, ḥadīth no. 6398.
36 Ibid, Kitāb al-Daʿawāt, ḥadīth no. 4837.
37 Al-Qurʾān, 68:4.
38 Aḥmad b. Ḥanbal, *Musnad Aḥmad b. Ḥanbal*, Musnad Abī Hurayrah, ḥadīth no. 8952.