اسلامی طرز زندگی اور حیات طیبہ کا باہمی ربط قرآنی نقطہ نظر سے

اصغر طہماسبی بلداجی[1]

قرآن کریم کے نقطہ نظر سے اسلامی طرز زندگی کے مختلف شعبے ہوتے ہیں جن میں سے بعض بنیادی حیثیت رکھتے ہیں اور اسلامی طرز زندگی کے اصول پیش کرتے ہیں اور بعض دوسرے شعبے سماجی، فردی اور عملی حیثیت رکھتے ہیں جن کو اسلامی طرز زندگی میں عملی طور پر برتا جاتا ہے اور جن لوگوں میں یہ صفات پائے جاتے ہیں ان کو قرآن کریم حیات طیبہ کی بشارت دیتا ہے۔
اس مقالہ میں ہم سب سے پہلے حیات طیبہ اور اسلامی طرز زندگی کے مفہوم پر روشنی ڈالیں گے اور اس کے بعد ان دونوں کے آپسی تعلق پر گفتگو ہوگی اور آخر میں اس سے حاصل نتائج کو پیش کیا جائے گا۔

کلیدی کلمات: قرآن کریم، حیات طیبہ ،اسلامی طرز زندگی، ایمان، عمل صالح

---

١. اس مقالہ کو ڈاکٹر خان محمد صادق جونپوری صاحب نے فارسی سے اردو میں ترجمہ کیا ہے۔

مقدمہ

طول تاریخ میں انسانوں میں ہمیشہ یہ سوال پیدا ہوتا رہا ہے کہ زندگی کا مقصد کیا ہے اور انسان کس لئے زندہ ہے۔ خالق کائنات نے اس دنیا اور انسان کو کس مقصد کے تحت خلق کیا ہے۔ اس سوال کا مقصد انسان کی ماہیت کو سمجھنا ہے تاکہ یہ معلوم ہو سکے کہ اس دنیا میں انسان کے لئے کون سی طرز زندگی زیادہ مناسب ہے۔ سبھی ادیان الٰہی میں غیر الٰہی سبک زندگی کی مذمت کی گئی ہے اور اس طرح کی زندگی کے نقصانات بھی بیان کئے گئے ہیں اور انسانی زندگی کے فردی اور اجتماعی دونوں پہلوؤں کو مد نظر رکھا گیا ہے۔ قرآن کریم کی بعض آیتوں میں انسانوں کی موجودہ حالت کی مذمت کی گئی ہے۔ مثال کے طور پر:

إِنَّ الْإِنسَانَ لَفِي خُسْرٍ ۔ترجمہ: بے شک انسان خسارہ میں ہے۔[1]

❖

إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَن يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنسَانُ إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا ۔

ترجمہ: بے شک ہم نے امانت کو آسمان زمین اور پہاڑ سب کے سامنے پیش کیا اور سب نے اس کے اٹھانے سے انکار کیا اور خوف ظاہر کیا بس انسان نے اس بوجھ کو اٹھالیا کہ انسان اپنے حق میں ظالم اور نادان ہے[2]۔

❖

وَآتَاكُم مِّن كُلِّ مَا سَأَلْتُمُوهُ وَإِن تَعُدُّوا نِعْمَتَ اللَّهِ لَا تُحْصُوهَا إِنَّ الْإِنسَانَ لَظَلُومٌ كَفَّارٌ ۔

ترجمہ: اور جو کچھ تم نے مانگا اس میں سے کچھ نہ کچھ ضرور دیا اور اگر تم اس کی نعمتوں کو شمار کرنا چاہو گے تو ہرگز شمار نہیں کر سکتے۔ بیشک انسان بڑا ظالم اور انکار کرنے والا ہے[3]۔

۱۔ سورہ عصر، آیت ۲

۲۔ سورہ احزاب، آیت ۷۲

۳۔ سورہ ابراہیم، آیت ۳۴

كَلَّا إِنَّ الْإِنسَانَ لَيَطْغَىٰ۔ ترجمہ: بے شک انسان سرکشی کرتا ہے[۱]۔

❖

إِنَّ الْإِنسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ۔ترجمہ: بے شک انسان بڑا لالچی ہے[۲]۔

❖

فَإِنْ أَعْرَضُوا فَمَا أَرْسَلْنَاكَ عَلَيْهِمْ حَفِيظًا إِنْ عَلَيْكَ إِلَّا الْبَلَاغُ وَإِنَّا إِذَا أَذَقْنَا الْإِنسَانَ مِنَّا رَحْمَةً فَرِحَ بِهَا وَإِن تُصِبْهُمْ سَيِّئَةٌ بِمَا قَدَّمَتْ أَيْدِيهِمْ فَإِنَّ الْإِنسَانَ كَفُورٌ۔

ترجمہ: اب بھی اگر یہ لوگ اعتراض کریں تو ہم نے آپ کو ان کانگہبان بنا کر نہیں بھیجا ہے۔ آپ کا فرض صرف پیغام پہنچا دینا تھا اور بس اور ہم جب کسی انسان کو رحمت کا مزہ چکھاتے ہیں تو وہ اکڑ جاتا ہے اور جب اس کے اعمال ہی کے نتیجہ میں کوئی برائی پہنچ جاتی ہے تو بہت زیادہ ناشکری کرنے والا بن جاتا ہے[۳]۔

❖

وَجَعَلُوا لَهُ مِنْ عِبَادِهِ جُزْءًا إِنَّ الْإِنسَانَ لَكَفُورٌ مُّبِينٌ۔

ترجمہ: اور ان لوگوں نے پروردگار کے لئے اس کے بندوں میں سے بھی ایک جز (اولاد) قرار دیدیا کہ انسان یقینا بڑا کھلا ہوا ناشکرا ہے[۴]۔

❖

بعض دوسری آیتوں میں انسانوں کی اجتماعی اور سماجی زندگی کے بعض پہلوؤں کی مذمت کی گئی ہے۔ مثال کے طور پر:

أَحَسِبَ النَّاسُ أَن يُتْرَكُوا أَن يَقُولُوا آمَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ ﴿۲﴾ وَلَقَدْ فَتَنَّا الَّذِينَ مِن قَبْلِهِمْ فَلَيَعْلَمَنَّ اللَّهُ الَّذِينَ صَدَقُوا وَلَيَعْلَمَنَّ الْكَاذِبِينَ ۔

۱-سورہ علق، آیت ۶

۲- سورہ معارج، آیت ۱۹

۳- سورہ شوریٰ، آیت ۴۸

۴- سورہ زخرف، آیت ۱۵

ترجمہ: کیا لوگوں نے یہ خیال کر رکھا ہے کہ وہ صرف اس بات پر چھوڑ دیئے جائیں گے کہ وہ یہ کہہ دیں کہ ہم ایمان لے آئے ہیں اور ان کا امتحان نہیں ہوگا۔ بے شک ہم نے ان سے پہلے والوں کا بھی امتحان لیا ہے اور اللہ تو بہرحال یہ جاننا چاہتا ہے کہ ان میں کون لوگ سچے ہیں اور کون جھوٹے ہیں[1]۔

❖

وَاتَّقُوا فِتْنَةً لَّا تُصِيبَنَّ الَّذِينَ ظَلَمُوا مِنكُمْ خَاصَّةً وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ۔

ترجمہ: اور اس فتنہ سے بچو جو صرف ظالمین کو پہنچنے والا نہیں ہے اور یاد رکھو کہ اللہ سخت ترین عذاب کا مالک ہے[2]۔

❖

وَلَا تَحْسَبَنَّ اللَّهَ غَافِلًا عَمَّا يَعْمَلُ الظَّالِمُونَ إِنَّمَا يُؤَخِّرُهُمْ لِيَوْمٍ تَشْخَصُ فِيهِ الْأَبْصَارُ۔

ترجمہ: اور خبردار خدا کو ظالمین کے اعمال سے غافل نہ سمجھ لینا کہ وہ انہیں اس دن کے لئے مہلت دے رہا ہے جس دن آنکھیں خوف سے پتھرا جائیں گی[3]۔

قرآن کریم میں اسلامی طرز زندگی پر بھی روشنی ڈالی گئی ہے تاکہ انسانوں کو معلوم ہو سکے کہ اسلام کس طرح کی سبک زندگی کی تائید کرتا ہے اور اس کے خصوصیات اور آثار کیا ہیں۔ یہاں تک کہ ان اصولوں کو ذہن میں رکھتے ہوئے غیر اسلامی سبک زندگی سے رہائی حاصل کریں اور حیات طیبہ تک رسائی کے لئے سعی و کوشش کریں۔ اللہ تعالیٰ نے دو طرح کی سبک زندگی یعنی الٰہی سبک زندگی اور غیر الٰہی سبک زندگی دونوں کو بیان کر دیا ہے اور انسان کو اختیار دیا ہے کہ جسے چاہے پسند کر لے۔

۱۔سورہ عنکبوت، آیت ۲-۳
۲۔سورہ انفال، آیت ۲۵
۳۔سورہ ابراہیم، آیت ۴۲

حیات طیبہ، لغت اور اصطلاح میں

" اقرب الموارد " میں الحیاۃ کو نقیض الموت اور الحی کو ضد المیت بتایا گیا ہے[۱]۔ راغب نے "مفردات" میں حیات کو احساس کرنے والی اور عمل کرنے والی طاقت کے معنی میں بیان کیا ہے [۲]۔ " معجم البسیط" میں حیات کے معنی نمو، بقا، منفعت، زندگی اور وہ چیز جو جاندار اور بے جان شئ کو ایک دوسرے سے الگ کرتی ہے بیان کیا گیا ہے۔

لفظ "طیب" کو دلچسپی اور طبع پسندی سے تعبیر کیا گیا ہے۔ طاب الشی طیبا۔ یعنی دلچسپ اور طبع پسند تھا۔ خبیث طیب کا ضد ہے [۳]۔ لفظ طیب خوشبو کے معنی میں بھی استعمال ہوتا ہے۔ ہر طرح کی ناپاکی سے دور رہنا اور ہر وہ چیز جو ظاہری و باطنی آلودگی سے دور ہو [۴]۔

حیات طیبہ سے حقیقی حیات مراد ہے یعنی ایسی حیات جو اللہ تعالیٰ کی طرف سے ان لوگوں کے لئے تحفہ ہے جو اس کے لائق ہیں۔ یہ نئی اور خاص حیات پرانی حیات سے الگ نہیں ہے جو سبھی انسان کے لئے ہے لیکن اس کے باوجود اس کے علاوہ ہے۔ یہ وہی حیات ہے لیکن اختلاف صرف مراتب میں ہے اعداد میں نہیں۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ حیات طیبہ کے مالک افراد دو طرح کی حیات کے مالک نہیں ہیں بلکہ ان کی زندگی زیادہ روشن اور با اثر ہے [۵]۔ ایسے آثار جو فردی اور اجتماعی زندگی میں ظاہر ہوتے ہیں۔

دوسرے لفظوں میں یوں کہا جائے کہ حیات طیبہ سے مراد ایسا معاشرہ ہے جہاں سکون، تحفظ، صلح و سلامتی، محبت، دوستی اور خوشحالی ہو اور جہاں ظلم و ستم، ہواپرستی اور انحصار طلبی کا نام و نشان نہ ہو [۶]۔

۱۔ الخوری الشرتونی، لبنانی، سعید، اقرب الموارد (ج۱) ص ۲۵۱

۲۔ راغب اصفہانی، مفردات (ج۱) ص ۵۶۹

۳۔ قرشی، علی اکبر، قاموس قرآن (ج۵) ص ۲۵۷

۴۔ مصطفوی، حسن، التحقیق فی الکلمات القرآن (ج۷) ص ۱۵۱

۵۔ طباطبائی، محمد حسین، المیزان فی تفسیر القرآن (ج ۱۲) ص ۴۹۱

۶۔ مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونہ (ج ۱۱) ص ۳۹۱

حیات طیبہ

حیات طیبہ کے سلسلہ میں قرآن کریم کی سب سے اہم آیت سورہ نحل کی آیت نمبر ۹۷ ہے جہاں ارشاد ہوتا ہے:

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ۔

ترجمہ: جو شخص بھی نیک عمل کرے گا وہ مرد ہو یا عورت بشرطیکہ صاحب ایمان ہو ہم اسے پاکیزہ حیات عطا کریں گے اور انہیں ان اعمال سے بہتر جزا دیں گے جو وہ زندگی میں انجام دے رہے تھے۔

انسان کے تکامل کے لئے ضروری ہے کہ وہ اخلاق الٰہی سے آراستہ ہو جائے تا کہ اس کے اندر کمال ظاہر ہو سکے اور یہی بہترین زندگی ہے جسے قرآنی الفاظ میں حیات طیبہ سے تعبیر کیا جاتا ہے۔

اب یہاں پر ایک سوال پیدا ہوتا ہے اور وہ یہ ہے کہ حیات طیبہ کا تعلق اس دنیا سے ہے یا جہان آخرت سے۔ اگر اس کا تعلق آخرت سے ہے تو برزخ میں رونما ہوگی یا قیامت کے وقت۔ مفسروں نے اس سلسلہ میں مختلف نظریات بیان کئے ہیں:

- ❖ بعض مفسرین کا یہ قول ہے کہ حیات طیبہ حیات بہشتی ہے جہاں موت، غربت، بیماری، شقاوت اور دوسری آفتیں نہیں ہیں[۱]۔ اس سے معلوم ہوتا ہے کہ حیات طیبہ کا تعلق اس دنیا سے نہیں ہے۔
- ❖ بعض دوسرے مفسرین نے حیات طیبہ کو برزخی حیات سے تعبیر کیا ہے[۲]۔ علامہ طباطبائی اس نظریہ کے بارے میں فرماتے ہیں کہ حیات طیبہ کو برزخ سے مخصوص کرنے کی وجہ شاید یہ رہی ہو کہ مفسر نے ذیل آیت کو آخرت والی جنت پر حمل کیا ہے اور اس صورت میں اس کے تحقق کے لئے برزخ کے علاوہ کوئی دوسرا ظرف نظر نہیں آتا ہے[۳]۔

۱۔ فخر رازی، التفسیر امام الفخر الرازی (ج ۲۰) ص ۱۱۳
۲۔ آلوسی، محمود، روح المعانی فی تفسیر القرآن العظیم (ج۱۴) ص۲۲۶
۳۔ تفسیر میزان (ج ۱۲) ص ۳۴۳

❖ مفسروں کا تیسرا گروہ حیات طیبہ کے محقق ہونے کو اسی دنیا سے متعلق سمجھتا ہے لیکن اس کے خصوصیات کے بارے میں مختلف نظریات پیش کرتا ہے۔کچھ مفسرین نے قناعت پسندی اور رضائے الٰہی کے ساتھ زندگی گزارنے کو حیات طیبہ سے تعبیر کیا ہے اور اسے زندگی کا بہترین طریقہ بتایا ہے[۱]۔

یہاں تک ہم نے حیات طیبہ کے لغوی اور اصطلاحی معانی کو بیان کیا اور یہ بھی بتایا کہ یہ زندگی کہاں پر محقق ہوگی۔اب حیات طیبہ تک پہنچنے کے طریقے اور اسلامی طرز زندگی سے اس کے تعلق کے بارے میں گفتگو ہوگی۔حیات طیبہ تک پہنچنے کے لئے دو باتوں کی ضرورت ہے ۔ ایک ایمان اور دوسرے عمل صالح۔

حیات طیبہ تک پہنچنے کے طریقے اور اسلامی طرز زندگی سے اس کا تعلق

سورہ نحل کی آیت نمبر ۹۷ پر غور و فکر کرنے سے معلوم ہوتا ہے کہ حیات طیبہ کے حصول کے سب سے اہم عناصر ایمان اور عمل صالح ہیں۔ان دو عناصر کا اسلامی زندگی سے تعلق یہ ہے کہ اسلامی زندگی انہیں دونوں عناصر کی بنیاد پر قائم ہے۔دوسرے لفظوں میں یوں کہا جائے کہ انہیں دو عناصر سے اسلامی زندگی تشکیل پاتی ہے۔دوسری طرف اسلامی زندگی کی تشکیل کے بعد حیات طیبہ کے حصول کا راستہ ہموار ہوتا ہے۔

خلاصہ کلام یہ کہ اسلامی زندگی حیات طیبہ کا مقدمہ اور پیش خیمہ ہے اور جو بھی حیات طیبہ کا خواہشمند ہے اسے چاہئے کہ وہ سب سے پہلے اسلامی طرز زندگی کو اپنائے اور اسلامی زندگی کے سیاق و سباق کو قرآن کریم اور اس کے حقیقی مفسرین یعنی اہلبیت (علیہم السلام) نے مکمل طور پر واضح کر دیا ہے۔

اس وضاحت کے بعد ہم یہاں پر سب سے پہلے حیات طیبہ کے حصول کے سلسلہ میں ان دو عناصر پر روشنی ڈالیں گے اور اس کے بعد اسلامی زندگی پر ان کے اثرات کو بیان کریں گے۔

۱۔ طبرسی، فضل بن حسن، مجمع البیان للعلوم القرآن (ج ۶) ص ۳۸۴

ایمان

ایمان تصدیق کے معنی میں ہے اور کفر اس کا ضد ہے۔ یہ لفظ خوف سے رہائی کے معنی میں بھی استعمال ہوتا ہے[۱]۔ اللہ تعالیٰ ارشاد فرماتا ہے:

الَّذِي أَطْعَمَهُم مِّن جُوعٍ وَآمَنَهُم مِّنْ خَوْفٍ۔

ترجمہ: جس نے انہیں بھوک میں سیر کیا ہے اور خوف سے محفوظ رکھا ہے[۲]۔

لفظ ایمان امن سے بنا ہے جس کا معنی ہے روح کا مطمئن ہونا، پر سکون ہونا، اور خوف وہراس کا ختم ہونا[۳]۔ اصطلاحی طور پر ایک معبود کی طرف قلبی، فکری اور اعتقادی جھکاؤ کو ایمان سے تعبیر کیا جاتا ہے جب انسان اسی اعتبار سے عمل کرے اور اس کے لوازمات کی پابندی کرے لہٰذا اس مفہوم میں یقین پوشیدہ ہے۔

ایمان کے دو بنیادی ارکان ہوتے ہیں: التزام قلبی اور ظہور عملی۔ اگر کوئی عمل قلبی اعتقاد کے بغیر کسی سے سرزد ہوتا ہے تو یہ ایمان کی علامت نہیں ہے۔ اور اسی طرح اگر قلبی اعتقاد عمل میں ظاہر نہ ہوسکے تو یہ ایمان میں کمی اور نقص کی علامت ہے[۴]۔ اگر کوئی کافر انسان ایک ہاسپٹل بنواتا ہے تو ممکن ہے لوگوں میں اسے شہرت و عزت ملے لیکن قرآن کے مد نظر حیات طیبہ اس شخص کے لئے نہیں ہے کیونکہ اس کی روح آلودہ ہے[۵]۔

اس وضاحت سے معلوم ہوتا ہے کہ زندگی کے تمام عملی مراحل ایمان میں شامل ہیں کیونکہ ایمان اسلامی زندگی کی بنیاد ہے جسے ہم اعتقادات کے نام سے جانتے ہیں اور اگر حقیقی معنیٰ میں ایمان ہوگا تو ضرور عمل صالح کے ہمراہ ہوگا یہاں تک کہ یہی ایمان راسخ، انسان کی پوری زندگی کو ایک نیا رخ دے گا۔

۱۔ ابن منظور، محمد بن مکرم، لسان العرب (ج ۱۳) ص ۲۱
۲۔ سورہ قریش، آیت ۴
۳۔ مفردات (ج ۱) ص ۹۰
۴۔ اعرافی، علی رضا، اہداف تربیت از دیدگاہ اسلام، ص ۴۳
۵۔ جوادی آملی، عبداللہ، فطرت در قرآن، ص ۴۰

عمل صالح

حقیقی ایمان کی ایک علامت یہ ہے کہ قلبی تصدیق اور زبانی اقرار کے علاوہ عمل کے ہمراہ ہوتا ہے۔ قرآن کریم کی مختلف آیتوں کے مطالعہ سے معلوم ہوتا ہے کہ ایمان اور عمل صالح ہمیشہ ایک ساتھ ہوتے ہیں:

وَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَنُكَفِّرَنَّ عَنْهُمْ سَيِّئَاتِهِمْ وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَحْسَنَ الَّذِي كَانُوا يَعْمَلُونَ۔

ترجمہ: اور جو لوگ ایمان لائے اور انہوں نے نیک اعمال انجام دئے، ہم یقیناً ان کے گناہوں کی پردہ پوشی کریں گے اور انہیں ان کے اعمال کی بہترین جزاء عطا کریں گے[۱]۔

❖

الَّذِينَ كَفَرُوا لَهُمْ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَهُم مَّغْفِرَةٌ وَأَجْرٌ كَبِيرٌ ۔

ترجمہ: جن لوگوں نے کفر اختیار کیا ان کے لئے سخت عذاب ہے اور جو لوگ ایمان لائے اور انہوں نے نیک اعمال انجام دئے ان کے لئے مغفرت اور بہت بڑا اجر ہے[۲]۔

❖

إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَذَكَرُوا اللَّهَ كَثِيرًا وَانتَصَرُوا مِن بَعْدِ مَا ظُلِمُوا وَسَيَعْلَمُ الَّذِينَ ظَلَمُوا أَيَّ مُنقَلَبٍ يَنقَلِبُونَ ۔

ترجمہ: علاوہ ان کے جو ایمان لائے اور انہوں نے نیک اعمال انجام دئے اور بہت سارا ذکر خدا کیا اور ظلم سہنے کے بعد اس کا انتقام لیا اور عنقریب ظالمین کو معلوم ہو جائے گا کہ وہ کس جگہ پلٹا دیئے جائیں گے[۳]۔

۱۔سورہ عنکبوت، آیت ۷
۲۔سورہ فاطر، آیت ۷
۳۔سورہ شعراء، آیت ۲۲۷

فَأَمَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ فَهُمْ فِي رَوْضَةٍ يُحْبَرُونَ۔

ترجمہ: پس جو ایمان والے اور نیک عمل والے ہوں گے وہ باغ جنّت میں نہال اور خوشحال ہوں گے[۱]۔

❖

إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ۔ ترجمہ: علاوہ ان لوگوں کے جو ایمان لائے اور انہوں نے نیک اعمال انجام دئے اور ایک دوسرے کو حق اور صبر کی وصیت و نصیحت کی[۲]۔

ایمان اسی وقت قابل قبول ہوگا اور اسے حقیقی ایمان کہا جائے جب عمل صالح سے اس کی تائید ہوگی۔ عمل صالح وہ عمل ہے جسے شرع میں واجب و مستحب کے عنوان سے متعارف کرایا گیا ہے اور سالک اس کو انجام دیکر سیر و سلوک کے مراحل طے کر سکتا ہے اور مقام قرب تک پہنچ سکتا ہے۔ عمل صالح نیت اور اخلاص کے ذریعہ فاعل کے نفس پر اثرانداز ہوتا ہے اور اسے تکامل کی طرف لے جاتا ہے۔ عمل صالح، تکامل نفس، قرب الٰہی، انسانیت کے بلند درجات اور پاک و پاکیزہ زندگی کے حصول کا ذریعہ ہے[۳]۔

اسلامی زندگی اور حیات طیبہ کے درمیان ربط

جیسا کہ پہلے بیان کیا جاچکا ہے حیات طیبہ زندگی کا اعلیٰ نمونہ ہے اور اس کے مختلف مصادیق ہیں جو دنیا اور آخرت میں ظاہر ہوں گے۔ دوسری طرف اس حیات تک رسائی کے لئے ایمان و عمل صالح کی ضرورت ہے اور یہی دونوں عناصر اسلامی زندگی کو شکل دیتے ہیں۔

دوسرے لفظوں میں یوں کہا جاسکتا ہے کہ اسلامی زندگی حیات طیبہ تک پہنچنے کا ذریعہ ہے۔ قرآن کریم نے اسلامی طرز زندگی کے مختلف پہلوؤں کو مکمل طور پر بیان کیا ہے۔

۱-سورہ روم، آیت ۱۵
۲-سورہ عصر، آیت ۳
۳-امینی، عبدالحسین احمد، خودسازی یا تزکیہ نفس، ص ۲۵۴

اسلامی طرز زندگی کے کلی اصول

اعتقادات کو اسلامی طرز زندگی کا سب سے بنیادی اصل مانا جاتا ہے اور اسی سے اسلامی طرز زندگی کے مختلف اجزاء سامنے آتے ہیں۔ انہیں کے ذریعہ ہم حیات طیبہ کے حصول کی راہ پر گامزن ہوسکتے ہیں اور اسی کو ہم ایمان سے تعبیر کرتے ہیں۔ قرآن کریم مؤمنین کو یا ایہا الذین آمنو سے خطاب کرتا ہے جس سے معلوم ہوتا ہے ایمان اسلامی زندگی کا پہلا عنصر ہے۔

خدا کی ذات پر یقین: قرآن کریم میں توحید کے موضوع پر مختلف مقامات پر گفتگو ہوئی ہے۔ اس میں کوئی شک نہیں کہ اسلامی زندگی کا لازمہ یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ کو واحد تصور کیا جائے۔ اس سلسلہ میں متعدد آیتیں موجود ہیں۔

مثال کے طور پر سورہ انعام آیت نمبر ۸۲ میں ارشاد ہوتا ہے:

الَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُم بِظُلْمٍ أُولَٰئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُم مُّهْتَدُونَ۔

ترجمہ: جو لوگ ایمان لے آئے اور انھوں نے اپنے ایمان کو ظلم سے آلودہ نہیں کیا ان ہی کے لئے امن و سکون ہے اور وہی ہدایت یافتہ ہیں۔

اس آیت میں ایمان سے مراد اللہ تعالیٰ کی وحدانیت پر یقین ہے۔ اگر انسان کی روح میں توحید بس جائے گی تو اسے ظلم سے روکے گی لہٰذا اس آیت میں اس طرح کے ایمان کو عدم ظلم سے مشروط کردیا گیا ہے۔ مؤمن کا ایمان کسی بھی طرح کے شرک سے پاک ہوتا ہے اور پیغمبر اسلامؐ نے اس آیت میں ظلم کو شرک سے تعبیر کیا ہے[۱]۔

۱۔ مجلسی، محمد باقر، بحار الانوار الجامعہ لدرر اخبار الائمہ الاطہار (ج ۶۶) ص ۱۵۰

مؤمن کی اسلامی زندگی میں توحید اس طرح رچ بس جاتی ہے کہ اس سے ہر طرح کا شرک اور نجاست دور ہو جاتی ہے۔اس طرح خالص توحید کا انسان کی دنیوی اور اخروی زندگی پر بہت اہم اثر ہوتا ہے اور اس انسان کا مستقبل روشن ہو جاتا ہے۔ وہ غمزدہ نہیں ہوتا اور کوئی بھی چیز اس میں خوف اور مایوسی پیدا نہیں کرتی ہے۔اس طرح کے انسانوں کے لئے قرآن مجید میں ارشاد ہوتا ہے:

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ۔

ترجمہ: بے شک جن لوگوں نے یہ کہا کہ اللہ ہمارا رب ہے اور اسی پر جمے رہے ان پر ملائکہ یہ پیغام لے کر نازل ہوتے ہیں کہ ڈرو نہیں اور رنجیدہ بھی نہ ہو اور اس جنّت سے مسرور ہو جاؤ جس کا تم سے وعدہ کیا گیا ہے۔[1]

آخرت پر یقین: سورہ بقرہ کی ابتدائی آیتوں کے مطالعہ سے معلوم ہوتا ہے کہ متقین (یعنی وہ افراد جن کی زندگی اسلامی زندگی کا ایک نمونہ ہے) کی خاص علامت یہ ہے کہ وہ آخرت پر یقین کے ساتھ اعتقاد رکھتے ہیں۔

وَالَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْكَ وَمَا أُنزِلَ مِن قَبْلِكَ وَبِالْآخِرَةِ هُمْ يُوقِنُونَ۔

ترجمہ: وہ ان تمام باتوں پر بھی ایمان رکھتے ہیں جنہیں (اے رسول) ہم نے آپ پر نازل کیا ہے اور جو آپ سے پہلے نازل کی گئی ہیں اور آخرت پر بھی یقین رکھتے ہیں[2]۔

قیامت پر یقین اور اسے یاد کرنے سے انسان میں تقوی اور پرہیزگاری پیدا ہوتی ہے کیونکہ ایسا شخص اپنے اعمال و کردار پر کڑی نظر رکھے گا اور اس کی کوشش یہ رہے گی کہ اس کے اعمال اللہ تعالیٰ کی خشنودی اور رضا کے لئے ہوں اور شہوت، بیہودہ خواہشیں اور شیطانی ہوا و ہوس میں گرفتار نہ ہو۔

۱۔سورہ فصلت، آیت ۳۰

۲۔سورہ بقرہ، آیت ۴

دوسری طرف معاد پر یقین رکھنے کی وجہ سے مادیت، نیستی اور موت، ذہنی پراکندگی اور عزت نفس میں کمی ختم ہو جاتی ہے اور دماغی بیماریوں کی روک تھام میں اس کا اہم کردار ہوتا ہے۔ موت کے بعد زندگی پر یقین رکھنے سے انسان کسی کی موت جیسے صدمے برداشت کر سکتا ہے اور وہ اللہ تعالیٰ کے عدل و فضل سے لو لگاتا ہے۔ مختصر طور پر یہ کہا جاسکتا ہے کہ معاد پر یقین رکھنے سے انسان کی طرز زندگی کا ایک خاکہ تیار ہوتا ہے اور اسے حیات طیبہ کی طرف ہدایت ملتی ہے۔

ولایت پذیری: امامت و ولایت کے موضوع کی اہمیت کا اندازہ اس بات سے لگایا جاسکتا ہے کہ پیغمبر اسلامؐ نے ارشاد فرمایا ہے:

من مات و لم یعرف امامه مات کمیتة الجاهلیه۔

ترجمہ: جو شخص مر جائے اس حالت میں کہ وہ اپنے امام کو نہ پہچانتا ہو، اس کی موت جاہلیت کی موت ہے[1]۔

قرآن کریم آخری آسمانی کتاب ہے اور اس میں وہ تمام چیزیں بیان کر دی گئی ہیں جن کی بدولت انسان کمال و سعادت کی منزل حاصل کر سکتا ہے:

وَنَزَّلْنَا عَلَيْكَ الْكِتَابَ تِبْيَانًا لِّكُلِّ شَيْءٍ وَهُدًى وَرَحْمَةً وَبُشْرَىٰ لِلْمُسْلِمِينَ۔

ترجمہ: اور ہم نے آپ پر کتاب نازل کی ہے جس میں ہر شے کی وضاحت موجود ہے اور یہ کتاب اطاعت گزاروں کے لئے ہدایت، رحمت اور بشارت ہے[2]۔

اللہ تعالیٰ نے انسان کی اس ضرورت کو بھی مد نظر رکھا اور اس کے لئے ولی اور سرپرست مقرر کیا:

۱۔ کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی (ج۱) ۳۷۷

۲۔ سورہ نحل، آیت ۸۹

إِنَّمَا وَلِيُّكُمُ اللّهُ وَرَسُولُهُ وَالَّذِينَ آمَنُوا الَّذِينَ يُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَهُمْ رَاكِعُونَ۔

ترجمہ: ایمان والو بس تمہارا ولی اللہ ہے اور اس کا رسول اور وہ صاحبانِ ایمان جو نماز قائم کرتے ہیں اور حالت رکوع میں زکات دیتے ہیں[1]۔

فریقین اس بات پر متفق ہیں کہ اس آیت میں حضرت علیؑ مراد ہیں کیونکہ حالت رکوع میں آپ کے صدقہ دینے کے بعد یہ آیت نازل ہوئی ہے[2]۔ اس کے علاوہ متواتر اور قطعی الصدور خطبہ غدیر کے ذریعہ امام زمانہ (عج) تک کے اماموں کی ولایت وامامت ثابت و معلوم ہے[3]۔

اسی طرح حدیث ثقلین میں پیغمبر اکرمؐ کے قول کے مطابق قرآن و عترت کبھی ایک دوسرے سے جدا نہ ہوں گے اور ضلالت و گمراہی سے نجات پانے کے لئے ان دونوں سے تمسک ضروری ہے[4]، لہٰذا ضلالت و گمراہی سے رہائی اور اسلامی زندگی کے حصول کے لئے ائمہ اطہار علیہم السلام کی ولایت وامامت پر اعتقاد راسخ ضروری ہے۔

اگر ہم ائمہ اطہار کی ولایت کا اقرار کریں گے اور آنحضراتؑ کی سیرت کو اپنے لئے نمونہ عمل قرار دیں گے تو اس کا سب سے اہم پھل یہ ہے کہ ہم قیامت کے روز ائمہ اطہار کے ساتھ محشور ہوں گے اور بہت سی روایات میں اس بات کی طرف اشارہ کیا گیا ہے۔

۱-سورہ مائدہ، آیت ۵۵
۲-ابن کثیر، تفسیر القرآن العظیم (ج ۲) ۷۴
۳-امینی، عبدالحسین احمد، الغدیر (ج ۱) ص ۳۶
۴ - بحارالانوار الجامعہ لدرر اخبار الائمہ الاطہار (ج ۲۳) ص ۱۰۶؛ ابن حنبل، احمد، مسند (ج ۳) ص ۱۴

اسلامی زندگی کے عملی عناصر

یہاں پر ہم کچھ ایسے عناصر کی طرف اشارہ کریں گے جن کو اسلامی زندگی میں عملی طور پر برتنے کی ضرورت ہے اور ہر مؤمن انسان آیات قرآنی کی روشنی میں انہیں انجام دیتا ہے:

اقامہ نماز

سورہ اسرا کی آیت نمبر ۷۸ سے نماز پنجگانہ کا واجب ہونا ثابت ہوتا ہے:

أَقِمِ الصَّلَاةَ لِدُلُوكِ الشَّمْسِ إِلَىٰ غَسَقِ اللَّيْلِ وَقُرْآنَ الْفَجْرِ ۖ إِنَّ قُرْآنَ الْفَجْرِ كَانَ مَشْهُودًا۔

ترجمہ: آپ زوال آفتاب سے رات کی تاریکی تک نماز قائم کریں اور نماز صبح بھی کہ نماز صبح کے لئے گواہی کا انتظام کیا گیا ہے۔

نماز ایک ایسی عبادت ہے جس کے ذریعہ انسان گناہوں سے محفوظ رہ سکتا ہے۔

اتْلُ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ۔

ترجمہ: آپ جس کتاب کی آپ کی طرف وحی کی گئی ہے اسے پڑھ کر سنائیں اور نماز قائم کریں کہ نماز ہر برائی اور بدکاری سے روکنے والی ہے اور اللہ کا ذکر بہت بڑی شے ہے اور اللہ تمہارے کاروبار سے خوب باخبر ہے[۱]۔

قرآن کریم کی آیتوں کے مطالعہ سے معلوم ہوتا ہے کہ اقامہ نماز متقین کی سبک زندگی کا ایک خاص پہلو ہے:

ذَٰلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ ۛ فِيهِ ۛ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ ﴿٢﴾ الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ۔

۱-سورہ عنکبوت، آیت ۴۵

ترجمہ: یہ وہ کتاب ہے جس میں کسی طرح کے شک و شبہ کی گنجائش نہیں ہے. یہ صاحبانِ تقویٰ اور پرہیزگار لوگوں کے لئے مجسم ہدایت ہے۔ جو غیب پر ایمان رکھتے ہیں پابندی سے پورے اہتمام کے ساتھ نماز ادا کرتے ہیں اور جو کچھ ہم نے رزق دیا ہے اس میں سے ہماری راہ میں خرچ بھی کرتے ہیں[1]۔

دن بھر میں کم سے کم پانچ بار اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں سر تسلیم خم کرنے والے شخص کی فکر، عمل اور بات چیت سب خدائی ہو جاتی ہے اور یہ کیسے ممکن ہے کہ اس طرح کا انسان اللہ تعالیٰ کی مرضی کے خلاف کوئی قدم اٹھائے[2]۔

اس کے علاوہ نماز، انسان کو سختیوں اور پریشانیوں سے مقابلہ کرنے کا حوصلہ دیتی ہے۔ جیسا کہ ارشاد ہوتا ہے:

إِنَّ الْإِنسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ﴿١٩﴾ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ﴿٢٠﴾ وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا ﴿٢١﴾ إِلَّا الْمُصَلِّينَ ﴿٢٢﴾ الَّذِينَ هُمْ عَلَىٰ صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ۔

ترجمہ: بے شک انسان بڑا لالچی ہے۔ جب تکلیف پہنچ جاتی ہے تو فریادی بن جاتا ہے۔ اور جب مال مل جاتا ہے تو بخیل ہو جاتا ہے۔ علاوہ ان نمازیوں کے جو اپنی نمازوں کی پابندی کرنے والے ہیں[3]۔

امام علیؑ ارشاد فرماتے ہیں:

"نماز انسان کے پورے وجود کو سکون عطا کرتی ہے، آنکھوں کو خاشع و خاضع بناتی ہے، نفس امارہ کو قابو میں کرتی ہے، دل کو نرم کرتی ہے اور تکبر کو ختم کرتی ہے"[4]۔

۱۔ سورہ بقرہ، آیت ۲-۳
۲۔ تفسیر نمونہ (ج۱) ص ۷۳
۳۔ سورہ معارج، آیت ۱۹-۲۳
۴۔ نہج البلاغہ، خطبہ ۱۹۶

روزہ

روزہ، اسلامی زندگی کا دوسرا اہم عنصر ہے۔ اللہ تعالیٰ نے روزہ کو واجب قرار دیا ہے تا کہ لوگوں میں تقوااور پرہیزگاری پیدا ہو:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ۔

ترجمہ: صاحبانِ ایمان تمہارے اوپر روزے اسی طرح لکھ دیئے گئے ہیں جس طرح تمہارے پہلے والوں پر لکھے گئے تھے شاید تم اسی طرح متقی بن جاؤ[۱]۔

اسلام میں روزہ کاایک خاص مقام ہے جس کے سماجی، اخلاقی، تربیتی اور فردی اثرات مترتب ہوتے ہیں۔ اسی وجہ سے اللہ تعالیٰ نے اس نعمت کو ہر دور میں اور ہر معاشرہ میں واجب قرار دیا تا کہ لوگ اس کے آثار و برکات سے مستفید ہوسکیں[۲]۔

ارشاد باری تعالیٰ ہوتا ہے:

وَأَن تَصُومُوا خَيْرٌ لَّكُمْ إِن كُنتُمْ تَعْلَمُونَ ۔ترجمہ: لیکن روزہ رکھنا بہر حال تمہارے حق میں بہتر ہے اگر تم صاحبانِ علم و خبر ہو[۳]۔

دانشوروں کی تحقیقات سے بھی یہ بات سامنے آتی ہے کہ روزہ رکھنے سے بے چینی اور ڈپریشن میں کمی آتی ہے اور سماجی کارکردگی میں اضافہ ہوتا ہے[۴]۔

۱۔سورہ بقرہ، آیت ۱۸۳

۲۔ ہاشم زادہ ہریسی، ہاشم، فرہنگ قرآن (ج ۲) ص ۲۳۳۔۲۳۴

۳۔سورہ بقرہ، آیت ۱۸۴

۴۔مالونی، اسلام و بہداشت روان، ص ۲۸۵

زکات

زکات بہت ہی اہم اسلامی حکم ہے اور قرآن و احادیث معصومین علیہم السلام میں اس اہم اسلامی فریضہ کی تاکید کی گئی ہے اور صالحین کی حکومت کا پہلا فریضہ زکات کے ذریعہ فقراء اور مساکین کی زندگی کو سدھارنا ہے۔

الَّذِينَ إِن مَّكَّنَّاهُمْ فِي الْأَرْضِ أَقَامُوا الصَّلَاةَ وَآتَوُا الزَّكَاةَ۔

ترجمہ: یہ وہ لوگ ہیں جنہیں ہم نے زمین میں اختیار دیا تو انہوں نے نماز قائم کی اور زکات ادا کی[۱]۔

پیغمبر اکرمؐ نے قسم یاد کی ہے کہ مشرک کے علاوہ کوئی بھی زکات میں خیانت نہیں کرے گا[۲]۔
ایک دوسری حدیث میں پیغمبر اکرمؐ نے حضرت علیؑ کو خطاب کرکے فرمایا:

"یا علی! میری امت کے دس گروہ کافر ہو جائیں گے جن میں سے ایک زکات ادا نہ کرنے والا ہے"[۳]۔

بہ طور خلاصہ یہ کہا جاسکتا ہے کہ زکات اسلامی طرز زندگی کا ایک اہم عنصر ہے جس کی ادائیگی کا طریقہ ائمہ معصومین علیہم السلام کی روایات میں موجود ہے۔

امر بالمعروف و نہی عن المنکر

امر بالمعروف و نہی عن المنکر ایک ایسی عبادت ہے جس کے آثار اچھی طرح انسان اور معاشرہ میں نظر آتے ہیں۔ ارشاد ہوتا ہے:

وَلْتَكُن مِّنكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنكَرِ ۚ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ۔

---

۱ - سورہ حج، آیت ۴۱
۲ - بحارالانوار الجامعہ لدرر اخبار الائمہ الاطہار (ج ۹۶) ص ۲۹
۳ - ایضاً، ص ۳۰

ترجمہ: اور تم میں سے ایک گروہ کو ایسا ہونا چاہئے جو خیر کی دعوت دے، نیکیوں کا حکم دے، برائیوں سے منع کرے اور یہی لوگ نجات یافتہ ہیں۔[۱]

امر بالمعروف و نہی عن المنکر واجب کفائی ہے یعنی معاشرہ کا کوئی فرد اگر اسے انجام دیتا ہے تو دوسروں سے وہ امر ساقط ہو جاتا ہے۔ دوسرے لفظوں میں یوں کہا جائے کہ معاشرہ میں کچھ لوگ ایسے ہوتے ہیں جو یہ فرض انجام دیتے ہیں لیکن اس فرض میں کوتاہی پر سبھی سے سوال جواب کیا جائے لیکن ثواب اسی کو ملے گا جو اس فرض کو انجام دے چکا ہوگا۔ اسی وجہ سے مذکورہ آیت میں آگے ارشاد ہوتا ہے:

وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ۔ ترجمہ: اور یہی لوگ نجات یافتہ ہیں۔

دوسری آیت میں ارشاد ہوتا ہے:

كُنتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَتَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنكَرِ وَتُؤْمِنُونَ بِاللهِ۔

ترجمہ: تم بہترین امت ہو جسے لوگوں کے لئے منظر عام پر لایا گیا ہے، تم لوگوں کو نیکیوں کا حکم دیتے ہو اور برائیوں سے روکتے ہو اور اللہ پر ایمان رکھتے ہو۔[۲]

بہ طور خلاصہ یہ کہا جاسکتا ہے کہ اسلامی طرز زندگی، حیات طیبہ تک پہنچنے کا مقدمہ ہے اور ایمان و عمل صالح اسلامی زندگی کے دو اہم عنصر ہیں جن کے ذریعہ ہم حیات طیبہ تک رسائی حاصل کر سکتے ہیں۔

۱۔ سورہ آل عمران، آیت ۱۰۴

۲۔ سورہ آل عمران، آیت ۱۱۰

منابع و مآخذ

❖ قرآن کریم
❖ نہج البلاغہ
❖ ابن حنبل، احمد، **مسند**، دار صادر، بیروت، ۱۴۰۴ق
❖ ابن کثیر، **تفسیر القرآن العظیم**، دار المعرفہ، بیروت، ۱۴۱۲ق
❖ ابن منظور، محمد بن مکرم، **لسان العرب**، ادب الحوزہ، قم، ۱۴۱۴ق
❖ اعرافی، علی رضا، **اہداف تربیت از دیدگاہ اسلام**، انتشارات علمی و فرہنگی، تہران، ۱۳۷۶ش
❖ آلوسی، محمود، **روح المعانی فی تفسیر القرآن العظیم**، دار الکتب العلمیہ، بیروت، ۱۴۱۵ق
❖ امینی، عبدالحسین احمد، **خودسازی یا تزکیہ نفس**، انتشارات شفق، قم، ۱۳۷۳ش
❖ امینی، عبدالحسین احمد، **الغدیر**، دار الکتب العربی، ۱۳۹۷ق
❖ حسینی فیروزآبادی، سید مرتضی، **فضائل الخمسہ من الصحاح الستہ**، مؤسسہ الاعلمی للمطبوعات، بیروت، ۱۴۰۲ق
❖ جوادی آملی، عبداللہ، **فطرت در قرآن**، نشر اسراء، قم، ۱۳۷۹ش
❖ الخوری الشرتونی، لبنانی، سعید، اقرب الموارد، مطبعہ موسی السیوعہ، بیروت، ۱۹۸۹م
❖ طباطبائی، محمد حسین، **المیزان فی تفسیر القرآن**، انتشارات بنیاد علمی و فکری علامہ طباطبائی، تہران، ۱۳۶۷ش
❖ طبرسی، فضل بن حسن، **مجمع البیان للعلوم القرآن**، دار المعرفۃ، بیروت، ۱۴۰۶ق
❖ طیب، عبدالحسین، **اطیب البیان فی تفسیر القرآن**، انتشارات اسلام، تہران، ۱۳۷۸ش
❖ فخر رازی، محمد بن عمر، **التفسیر امام الفخر الرازی**، دار الفکر لطباعہ والنشر والتوزیع، بیروت، ۱۹۹۰م
❖ قرشی، علی اکبر، **قاموس قرآن**، دار الکتب الاسلامیہ، تہران
❖ کاشانی ہا، زہرا، **ایمان مؤمنان در قرآن و حدیث**، نشر امین، تہران، ۱۳۸۶ش
❖ مالونی، **اسلام و بہداشت روان**، انتشارات بیتا، تہران، ۲۰۰۰م
❖ کلینی، محمد بن یعقوب، **الکافی**، تصحیح علی اکبر غفاری، دار الکتب الاسلامیہ، تہران، ۱۳۶۳ش
❖ مجلسی، محمد باقر، **بحار الانوار الجامعہ لدرر اخبار الائمہ الاطہار**، دار احیاء التراث العربی، بیروت، ۱۴۰۳ق