

ذکر اللہ بطریق

پاس انقاس

علماء کرام، مفتیان کرام

اور مشائخ عظام کی نظر میں

ادارہ نقشبندیہ اویسیہ دارالعرفان

پاس انفاس علمائے کرام اور مفتی کرام کی نظر میں

محترمی و مہربانی جناب

السلام علیکم ورحمۃ اللہ!

امید ہے مزاج گرامی بخیر ہوں گے انشاء اللہ

براہ کرم مندرجہ ذیل باتوں کا شریعت کی روشنی میں جوابات مرحمت فرمائیں۔ اللہ تعالیٰ آپ کو جزائے خیر عطا فرمائے۔ (آمین)

ہمارے ہاں چند دنوں سے کچھ حضرات پاس انفاس ذکر کرتے ہیں جس میں سانسوں کی گمرانی کی جاتی ہے قبلہ رو ہو کر بیٹھ جاتے ہیں۔ متوجہ الی اللہ ہو کر آنکھیں بند کر کے منہ بھی بند ہو جاتا ہے۔ تیزی کے ساتھ سانس لینا شروع کرتے ہیں اور خیال کراتے ہیں کہ سانس اندر جاتی ہے تو لفظ اللہ دل کی گہرائی تک اتر جاتا ہے اور جب سانس چھوڑتے ہیں تو طوطا خارج ہوتا ہے اور صبح کی ضرب دل پر لگے یا اس اہیقہ پر لگے نہ کر رہے ہیں۔ کچھ دیر تک ساتوں الطیفوں پر ذکر کرنے کے بعد محمد آیتزی سے سانس لینا بند کر دیتے ہیں اور سانس طبعی طور پر چلنے دیتے ہیں اور گمرانی اللہ ہو کی جاری رکھتے ہیں۔ ہر سانس کی گمرانی کی جاتی ہے اور قلبی کئی ذکر کیا جاتا ہے۔ یہ سلسلہ تقبیلہ اور یہی کے شیخ سے طریقہ ذکر کرتے ہیں۔

اس بارے میں اپنے قیمتی خیالات سے مستفیض فرمائیں اور دعاؤں کی عاجزانہ

درخواست۔

والسلام

محمد نسیم

دارالعلوم حقانیہ اکوڑہ خٹک نوشہرہ

الجواب وباللہ تعالیٰ التوفیق

اگر محض طو کا خیال و تصور کر کے ٹوکی ضرب لگائی جائے اور آواز نہ سنی جائے جیسا کہ سوال سے مفہوم ہے تو یہ ذکر خفی ہے۔

فی الفتاویٰ الحقانیہ: شرعی اعتبار سے ذکر میں ضرب برائے تصفیہ باطن اور بطور علاج کیا جاتا ہے۔ کوئی ضروری عمل نہیں مگر جاتز ہے۔ علماء راجحین نے ضرب مع التکرار کو اپنی کتابوں میں ذکر کیا ہے۔

كما قال شاه ولي الله المحدث الدهلوي رحمه الله تعالى فمنها سمه الذات اما نضربة واحدة وصفة ان يقول الله بالشدة والحلق جمعيا لم يلبث حتى يعود اليه نفسه يفعل هكذا وهكذا. (شفاء العليل ترجمته القول الجميل ۵۸)

(کذا فی الفتاویٰ الحقانیہ) الجواب صحیح
کتبہ محمد اعجاز مسلم البھودوی الشافی غفر اللہ لہ ولسائر المسلمین۔

باسمہ تعالیٰ

الجواب : انھیں طریقہ ذکر کو پاس انفاں کہتے ہیں۔ اس کے بارے میں اقلادی رشیدیہ میں درج ذیل سوال و جواب مذکور ہیں۔

سوال : سانس کی آمد و رفت میں جو ذکر لکھا ہے کہتے ہیں اس میں ثواب ہوتا ہے یا نہیں۔ اگر ہوتا ہے تو فقط زبان کے برابر۔ یا اس کا ثواب کم ہے یا زیادہ۔

جواب : سانس کی آمد و رفت کا اور ذکر لسانی کا ثواب جو دریافت کیا ہے تو بعض وجوہ سے تو ذکر لسانی افضل ہے اور بعض سے پاس انفاں۔

جامعۃ العلوم الاسلامیۃ القریدیۃ : اسلام آباد

الجواب : یام مہتمم الصواب : اگر پاس انفاس انھیں شرائط و آداب کے ساتھ کیا جائے تو مولانا ذکیارحمت اللہ علیہ نے ذکر فرمایا ہے۔ تو ہم اس طریقے سے متعلق ہیں اور یہ طریقہ جائز ہے۔ (شریعت و طریقت کا تلازم ص: ۱۷۵)

کتبہ حبیب اللہ

دارالافتاء جامعۃ العلوم الاسلامیۃ القریدیۃ اسلام آباد

مدرسہ نصرت العلوم گوجرانوالہ

باسمہ سبحانہ و تعالیٰ

الجواب حوالہ صواب : پاس انفاس کا ذکر درست ہے بلکہ بعض وجوہ سے تو افضل ہے۔

(فتاویٰ رشیدیہ ص: ۲۱۱)

انقاد اللہ سبحانہ و تعالیٰ اعلم

ابو عریض محمد اقبال، مفتی حیدر نصرت العلوم گوجرانوالہ

مدرسہ قاسم العلوم شیرانوالہ لاہور

محترم و علیکم سلام و رحمت اللہ بیکاتب!

جواب عرض ہے کہ قرآن مجید میں ذکر خفی کا ذکر ہے جیسا واذکور رب فی نفسک

نصرت عا۔ الخ (سورۃ اعراف آیت: ۲۰۵) اپنے رب کو اپنے دل میں عاجزی سے یاد کر اور

حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے نقل ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ ذکر خفی جس کو

کرنا کاتبین نہیں سنتے ستر گنا زیادہ فضیلت رکھتا ہے اور قیامت کے دن اللہ تعالیٰ مخلوق کو جمع

فرمائیں گے اور کرنا کاتبین نے جو لکھا ہو گا وہ پیش کریں گے تو اللہ تعالیٰ فرمائیں گے کہ ایک

مخلص کا کوئی عمل رہ تو نہیں گیا۔ تو وہ عرض کریں گے کہ ہمارے علم میں جو تھا وہ ہم نے لکھ دیا تو

اللہ تعالیٰ فرمائیں گے کہ اس کی ایک ایسی نیکی ہے جو تم نہیں جانتے تھے تمہیں بتاتا ہوں وہ ذکر

خفی ہے۔ (یہ حدیث موجود ہے) باقی ذکر خفی کا یہ طریقہ استنباطی معلوم ہوتا ہے۔ میں کسی

عید الزحمن

مدیر قاسم العلوم شیرانوالہ لاہور

دارالافتاء والارشاد ناظم آباد کراچی

الجواب ہام علم الصواب : ذکر کی دو قسمیں ہیں۔ (۱)۔ ذکر قلبی (۲)۔ ذکر لسانی
سانس کے ذریعہ جو ذکر کیا جاتا ہے۔ وہ بھی درحقیقت ذکر قلبی ہے۔ البتہ مخصوص طریقہ کو
سنت سمجھا بہت ہے۔ نیز یہ بھی ضروری ہے کہ اصل مقصد منکرات ظاہر و باطن سے بچنا
ہے اور ان اذکار و اشغال کے مخصوص طریقوں کو اس مقصد اصلی کی تحصیل کا ذریعہ سمجھا
جائے۔

الطاف الزحمن

دارالافتاء والارشاد ناظم آباد کراچی

کم علم ہی اس میں غلو کر چکے ہیں اور اس کو ثابت ہائے سمجھتے ہیں لہذا اس سے احتراز
ضروری ہے۔

الجواب صحیح عمومی مقرر

دارالافتاء والارشاد ناظم آباد کراچی

جامعہ امینیہ غفوریہ مانگی شریف نوشہرہ

الجواب جناب محمد وسیم صاحب یہ ذکر کی اقسام میں سے ہے اچھا کام ہے۔ ذکر کی تین
اقسام ہیں۔ (۱)۔ ذکر لسانی (۲)۔ ذکر قلبی (۳)۔ ذکر ظہری۔ سب ہی اقسام مامور بہ ہیں۔

والسلام علی من اتبع الهدی

دارالافتاء جامعہ امینیہ غفوریہ

جامعہ اشرفیہ لاہور

الجواب ہامہ سبحان !!

چونکہ اس میں کوئی امر خلاف شرع نہیں ہے لہذا اس میں کوئی حرج نہیں ہے۔ بلکہ دل

و دماغ کو ذکرائی سے ہر وقت معمور رکھنے کا ذریعہ ہے۔ لہذا شرعاً اس میں کوئی حرج نہیں ہے۔
واللہ اعلم بالصواب!

عبدالمالک عفی عنہ

الجواب صحیح : بلکہ باعث تزکیہ نفس ہے۔

حمید اللہ جان عفی عنہ

دارالافتاء جامعہ اشرفیہ لاہور

بنوری ٹاؤن کراچی

و علیکم اسلام و رحمتہ اللہ وبرکاتہ!!

اللہ تعالیٰ آپ کو صحت و عافیت عطا فرمائے۔ (آمین)

پاس انفاس کا ذکر مشائخ طریقت کے ہاں معمول ہے اور وہ حضرات اپنے متعلقین کو بتایا کرتے ہیں اگر مذکورہ حضرات کسی قبیح سنت شیخ کے دست گرفتہ ہیں اور ان کے بتانے سے یہ ذکر کرتے ہیں۔ تو انشاء اللہ اس سے فائدہ ہو گا اس قسم کے اذکار از خود نہیں کرنا چاہیے بلکہ کسی مرشد و شیخ کے مشورے اور فرمان سے کرنے چاہیے۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کو اپنی رضا اور محبت نصیب فرمائے۔ (آمین)

مفتی الطام الدین شامزئی

بنوری ٹاؤن کراچی

دارالعلوم تعلیم القرآن راولپنڈی

الجواب باسمہ تعالیٰ : مذکورہ طریقہ اکابر سے ثابت ہے اور شرعاً اس میں حرج نہیں۔

فظ : واللہ اعلم

دارالعلوم کراچی

الجواب حامد او مصلیا!

اللہ جل شانہ کا ذکر بڑی خیر و برکت اور بڑے اجر و ثواب کی بات ہے لیکن شریعت نے نفس ذکر کیلئے کوئی خاص طریقہ اور دست و کیفیت مقرر نہیں کی لہذا جس طریقہ سے ذکر کیا جائے۔ انشاء اللہ اس کی برکات و ثمرات ضرور حاصل ہوں گی۔ پاس انفاس اور اس طرح کے

ذکر کے دوسرے طریقے تصوف کی اصطلاح میں شغل کہلاتے ہیں اس میں شرعاً کوئی ممانعت نہیں ہے۔ کیونکہ اس کی حقیقت یہ ہے کہ مقصود صرف ذکر اللہ ہے اور مخصوص حیثیت کی حیثیت محض معاون اور معین کی ہے جس کی وجہ سے توجہ الی اللہ میں آسانی پیدا ہوتی ہے۔ لہذا کوئی شخص اگر ذکر پاس انھاس کی مخصوص شکل و صورت کو ضروری اور سنت و مستحب کے رتبے میں نہ سمجھے بلکہ اسے ذکر کا ایک ذریعہ تصور کرے۔ تو پھر اس میں شرعاً کوئی قباحت نہیں لیکن مذکورہ طریقہ اگر مستون اور مستحب عبادات کی طرح مقصود ہو اور اسے ضروری سمجھا جائے اور نہ کرنے والوں پر ملامت کی جائے اسے محروم سمجھا جائے تو پھر یہ درست نہیں اور اس سے اجتناب ضروری ہے۔ (ماخوذ از رجسٹر نعلی قادی دارالعلوم)

الجواب صحیح محترم محمود اشرف والہ اعلم اعتر بارون اصغر علی راجائی
دارالافتاء دارالعلوم کراچی

جامعہ الاسلامیہ انوار العلوم ملتان

الجواب : مختلف سلاسل عالیہ کے اپنے متوسلین اور عقیدہ تمسکوں کی روحانی تربیت اور انھیں سلوک و معرفت کی بلندیوں پر پہنچانے کیلئے مختلف طریقے ہوتے ہیں۔ لہذا اسانک کو چاہیے کہ اپنے مشائخ کے طریقوں پر عمل کرے اسی میں اس کی کامیابی کاراز مضموم ہے۔

واللہ تعالیٰ اعلم مستفتی نظام مصطفیٰ رضوی
دارالافتاء جامعہ الاسلامیہ انوار العلوم ملتان

دارالعلوم فیصل آباد

الجواب من الصدق والصواب پاس انھاس کا شریعت میں ثبوت ہے بشرطیکہ کسی کامل اور متبع شریعت شیخ کی نگرانی میں کیا جائے اور شیخ بھی ایسا ہو کہ جس پر تمام مشائخ کا اجماع ہو ورنہ پھر اپنے طور پر ذکر کرنے سے آزادی پیدا ہو جائے گی اور نیز یہ کہ پاس انھاس کا ثبوت سلاسل اربعہ میں بھی ملتا ہے۔ اسکی اجازت انہی شرائط کے ساتھ ہے جو کہ اوپر ذکر کی گئیں ہیں۔

واللہ اعلم بالصواب محمد یحییٰ راجائی حفظہ اللہ عن عاقلہ دارالافتاء دارالعلوم فیصل آباد
الجواب صحیح مستفتی جمال احمد دارالافتاء دارالعلوم فیصل آباد

جامعہ فاروقیہ کراچی

الجواب جلد اوصلیا : ذکر کا مقصد اللہ کی یاد اور اس کا دھیان ہے، باقی تو مخصوص عدد و کیفیت تجویز کی جاتی ہے۔ وہ ذریعہ اور علاج کی حیثیت رکھتی ہے لہذا شریعت کی حدود رہتے ہوئے جو طریقہ شیخ مفید و موثر سمجھے اسے اختیار کرنے میں حرج نہیں۔ مذکورہ فی سوال طریقہ بھی مشائخ طریقت کے تجویز کردہ و سوخنی الذکر حاصل کرنے کے دوسرے طریقوں کی طرح ایک مباح طریقہ ہے۔

فقط واللہ اعلم بالصواب کہتہ سیدنا محمد بن اسماعیل بن ابراہیم بن علی بن ابی طالب
الجواب صحیح مفتی عبدالحمید ربانی دارالافتاء جامعہ فاروقیہ کراچی

مولانا یوسف لدھیانی صاحب

الجواب : برادر محترم و محترم : یہ پاس انگاس کا جو طریقہ آپ نے تحریر فرمایا ہے۔ ہمارے سلسلہ میں یہ مقتدیوں کو نہیں کرایا جاتا۔

فقط والسلام محمد یوسف

مولانا عبد الوہاب صاحب رائے ونڈ لاہور

الجواب : ایک سوئی سے اپنا کام کرتے رہیں۔ (والسلام)

پیر محمد امین الحسنات شاہ، سجادہ نشین، بھیسرہ شریف

محترم و مکرم محمد وسیم صاحب

السلام علیکم سلاسل طریقت کے اپنے طریقہ ہائے اذکار ہیں جو آپ نے تحریر کیا وہ بھی درست ہے۔ ہمارے سلسلہ چشتیہ نظامیہ ذکر بالجبر کا حکم دیتے ہیں تاکہ انسان کے جملہ اعضاء ذکر الہی میں مشغول ہوں۔ انسان کو اس طریقہ پر ذکر الہی کرنا چاہیے جیسے اس کے شیخ طریقت اس کو حکم کرے۔

والسلام

وہاگو حسات شاہ

دارالعلوم امجدیہ کراچی

الجواب : ذکر پاس انفاں تقریباً جملہ سلاسل شہزادہ طریقت میں راج اور ایک بہترین طریقہ
ذکر ہے۔

والسلام مفتی عبدالعزیز حنفی مخدوم
دارالافتاء دارالعلوم امجدیہ کراچی

ڈاکٹر محمد دین پشاور

برادر محمد وسیم صاحب

والسلام علیکم ورحمۃ اللہ : ذکر باری تعالیٰ کے بہت سے اجتہادی طریقوں میں سے پاس
انفاں کا ذکر بھی ہے۔ میں نے اس کی متعدد اقسام : کھیات اداویہ : از علی ادا اللہ
مناجرتی میں اور حافظ عبد الرزاق صاحب چکوال کی عام فہم کتب تصوف میں اور حضرت شاہ
ولی اللہ رحمۃ اللہ علیہ کی کتب تصوف میں پڑھی تھیں۔ اللہ تعالیٰ آپ کی مدد فرمائے اور ہم
سب کو صراط مستقیم پر چلنے کی توفیق عنایت فرمائے۔

والسلام ڈاکٹر محمد دین پشاور

جامعہ رضویہ فیصل آباد

الجواب بواللہ الموفق للصلو اب تذکرہ کریمہ اس ۱۳ میں یہ ذکر ہے۔ سانس
کے ذکر زبان کے بجائے اگر سانس سے ذکر کیا جائے تو یہ بہتر ہے۔ قرآن مجید میں ہے۔
واذکرو رب فی نفسک نصر عاو حیطۃ و دون الجہر من القول باغدو و الاصل ولا
لکن من العاقلین۔

ترجمہ : اور ذکر کرو اپنے رب کا اپنے ہی میں نزع کے ساتھ اور خاموشی سے بغیر اونچی آواز
کے ہر صبح و شام اور نہ ہو جاؤ غاللوں میں سے۔ (سورۃ اعراف آیت: ۲۵) چونکہ سانس تکلم
رب العالمین ہر وقت جاری رہتا ہے۔ اس لیے اگر سانس کے ساتھ ورد پڑھتا ہو جائے۔ تو ذکر
میں دوام پیدا ہو سکتا ہے۔ نیز زندگی کا خاتمہ ذکر کے ساتھ ہو سکتا ہے جو بہت بڑی نعمت ہے۔
اس کے علاوہ سانس سے ذکر کرنا ہمارے جسم پر اثر انداز ہوتا ہے۔ زبان سے اگر ذکر ایک دفعہ

کیا تو ذکر کی تعداد گویا ایک ہے اور اگر ایک ہا سانس سے ذکر کیا جائے تو ذکر کی تعداد گویا اتنی ہو گی جتنے جسم پر مسام ہیں۔ صورت مذکورہ میں ذکر خفی و پاس انفاس شرفاً جائز ہے جبکہ بناوٹ یا دکھاوا نظر نہ ہو۔ تذکرہ کریمہ وہ کتاب ہیں جس کی حضرت علامہ سید کاظمی شاہ رحمۃ اللہ علیہ نے تصدیق فرمائی ہے۔

واللہ تعالیٰ ورسولہ الاعلیٰ اعلم بہوا تخلیل غفرلہ
جامعہ رضویہ منقرا اسلام فیصل آباد

جامعہ حنفیہ دارالعلوم اشرف المدارس اوکاڑہ

آپ کے مراسلہ کا جواب حاضر ہے۔ سلسلہ عالیہ قادریہ نقشبندیہ پشیمہ سہروردیہ میں جو اذکار و مراقبات مذکور ہیں۔ وہ اپنے اپنے درجے میں حق ہیں۔

والسلام ابو الفضل غلام علی غفرلہ

رہیں مرکزی دارالافتاء اشرف المدارس اوکاڑہ

دارالعلوم عمریہ ٹل (کوہاٹ)

محترم اسلام علیکم ورحمۃ اللہ بواس انفاس تو حضرت مولانا مدنی رحمۃ اللہ کے تعلیمات میں ہیں۔ صرف یہ طریقہ ہے جب سانس اندر کی طرف جاتی ہے تو اللہ اور جب باہر کی طرف آتی ہے تو خدا اور کچھ نہیں لیکن جو طریقہ آپ نے ذکر کیا ہے اس میں حرج معلوم نہیں ہوتا۔

والسلام مولانا معز الحق صاحب

دارالعلوم عمریہ ٹل (کوہاٹ)

پیر عبد اسلام صاحب پیر سابق (نوشہرہ)

محترم برادر محمد سیم صاحب!

الجواب ذکر پاس انفاس کا آپ نے تذکرہ کیا ہے۔ مشائخ عظام نے یہ طریقہ بیان فرمایا ہے۔ یہ ذکر سانس کے اندر جانے اور باہر آنے سے کیا جاتا ہے۔ سانس اندر لے جاتے وقت خیال میں اسم ذات اللہ کہا جاتا ہے زبان سے نہیں جب سانس باہر آتے تو نوحو کہا جاتا ہے خیال میں۔ بعض اوقات اس طرح بھی تحقیق کی جاتی ہے کہ جب سانس باہر آئے تو اللہ اور اندر

دارالعلوم عید گاہ کبیر والا خانیوال

الجواب : ہمارے اکابر دیوبند رحمہم اللہ تعالیٰ نے جہاں ذکر اللہ بطریقے بیان کیے ہیں۔ وہاں ذکر اللہ بطریقے پاس انفاس تحریر فرمایا ہے۔ اس سے اتنا معلوم ہوا کہ یہ طریقہ جائز ہے۔ باقی ذوق کے مطابق اور علاوہ اس کی تعلیم بھی دی جاتی ہے لیکن اکثر ذکر سانی (زبانی) بشمول قلب کو ترجیح دی ہے۔ بعض لوگ پاس انفاس کو اس طرح ادا کرتے ہیں۔ کہ سانس کی حرکت میں آواز پیدا ہوتی ہے۔ غالباً پاس انفاس سلف کے ہاں اس طرح نہ تھا بلکہ بغیر آواز اور بغیر سانس حرکت دینے کا تھا۔ تاہم ان پر تشہد نہ کرنا چاہیے۔ گلو اور زیادتی سے بچنا ضروری ہے۔

واللہ اعلم واعلم البتہ محمد زبیر العزیز عفی عنہ دارالافتاء دارالعلوم کبیر والا خانیوال

الجواب صحیح عید گاہ کبیر والا خانیوال دارالعلوم کبیر والا خانیوال

مدرسہ مظاہر العلوم، بہار، پنپور، بھارت

الجواب حامد او مصلیٰ و مسلما مذکورہ کو روئی سوال طریقہ ذکر مشائخ تصوفیہ کی اصطلاح میں پاس انفاس کہلاتا ہے یہ ذکر کی ایک خاص قسم ہے جو مشائخ کھد کے معمولات میں سے ہے اور ان کے یہاں معمول یہ ہے اس لیے اولاً تو اس کے مجر اور ثابت ہونے کیلئے اتنا ہی کافی ہے۔ ثانیاً ایک حدیث سے بھی اس کا استنباط ہو سکتا ہے۔ اہل جنت کے پارے میں آتا ہے۔ یلمون النسیح و التحمید کی تلمون النفس سدوہ المسلم مشکوٰۃ نمبر ۱۳۹ یعنی اہل جنت جنت میں اس طرح اللہ تعالیٰ کی تسبیح اور تحمید بے تکلف طریقہ سے کرتے ہوں گے جس طرح اہل دنیا دنیا میں یہ سولت سانس لیتے ہیں۔ ملا علی قاری عرفات شرح مشکوٰۃ میں اس حدیث کی شرح کرتے ہوئے فرماتے ہیں۔ والحاصل انہ لانحرج منہم نفس الامترو نہ مذکورہ و شکرہ سبحانہ و لا قال العارفون السن حاف مقام ربہ جنتان عاجلہ فی دنیا و جنتہ آجلتہ فی عقبی فالاولیٰ وسیلۃ الاخریٰ نتیجتہ لاولیٰ وقد اشیر الیٰ ہذا المعنی فی قولہ تعالیٰ ان الابرار لفی نعیم اعلیٰ من دوام ذکر الکریم وان الفجار لفی

حاصل یہ ہے کہ اہل جنت کا کوئی سانس ذکر سے خالی نہ جائے گا۔ نیز عارفین کے نزدیک مقررین و سابقین کیلئے ذکر اللہ پر مداومت کرنا یہ دنیوی جنت ہے۔ اس لیے کہ اللہ کے ذکر پر مداومت کرنے سے بہتر اور بڑھ کر کوئی نعمت نہیں اور یہی دنیوی جنت اخروی جنت کے حصول کا ذریعہ ہے۔ حالانکہ اشغال سے مقصود تحصیل نسبت اور توجہ الی اللہ ہے اور یہ امور من اللہ تعالیٰ ہے آیات قرآنی اور احادیث سے اس کا مامور یہ ہونا ثابت ہے۔ لہذا اس مقصد کی تحصیل کیلئے جو طریقہ مختص کیا جائے گا وہ بھی مامور یہ ہو گا اور ہر زمانہ میں بعض موکد ہو جائے گا اور بعض غیر موکد۔ لہذا ایک زمانہ میں صوم و صلوة قرآن و اذکار مذکورہ احادیث اس مامور یہ کی تحصیل کیلئے کافی تھے۔ موجودہ زمانہ کے اشغال اپنی قیووات کے ساتھ بھی اگر جائز تھے مگر ان کی حالت نہ تھی۔ چند طبقات کے بعد نسبت کار تک پہلا اور طیلان سبب بعد زمانہ تھا مگر پھر کے دوسرے ڈھنگ پر آئیں تو اور مذکورہ بالا سے اگرچہ تحصیل مقصود ہو سکتی تھی مگر بدقت۔ لہذا اطمینان پائتے اس میں کچھ قیوویہ حائیں اور انکار میں کچھ کمی و زیادتی کی گویا حصول مقصود ان قیوویہ پر موقوف ہو گیا تھا۔ لہذا یہ ایجاب بدعت نہ ہو بلکہ اگر ضروری کہا جائے تو بجا ہے جب کہ طریب موسم سرما میں ایک علاج کرتا ہے جبکہ وہی علاج موسم گرما میں مقید نہیں ہوتا بلکہ بعض اوقات مضرب ہو جاتا ہے۔ نیز یہاں اعتبار اختلاف زمانہ کے بھی تدابیر علاج بدلتی رہتی ہیں۔ اسی طرح اعلاء کلمت اللہ جس کو جہاد کہتی ہیں۔ وہ مامور یہ ہے۔ زمانہ سابقہ میں تیرہ نیزہ، کتوار، بلکہ پتھر سے یہ مقصود پورا ہو جاتا تھا اور اس زمانہ میں ان آلات کا استعمال مضرب ہے۔ بلکہ اب بندوق، توپ اور دیگر ایسی اسلحہ کا ایجاب کرنا ضروری ہو گیا کیونکہ اعلاء کلمت اللہ کی تحصیل بغیر اس کے محال ہے۔ اب ان ایجابات کو نہ بدعت کہہ سکتے ہیں نہ تشدد بالکفار کہہ کر حرام کہا جاسکتا ہے۔ بلکہ اس کو واجب۔ فرض اور مامور یہ کہنا ہو گا۔ کیونکہ تحصیل مقصود اس پر موقوف ہو گئی ہیں یہ بھی مامور یہ ہو گیا۔ بس یہی حال ہے اشغال مثل حج۔

ماخذ از تذکرہ الرشید ص ۱۰۳

فقہ و اللہ اعلم بالصواب

حررہ العبد مقصود نیسوی

مدیر مکتبہ العلوم سہارنپور اجمارت

مدرسہ حزب الاحناف لاہور

الجواب هو الموافق للاصدق والصواب حسب معمول سانس لیا جائے اور خیال میں اللہ جو کا ذکر نکلیا جائے۔ بلکہ لفظ اللہ اپنے دل کے اوپر چنت کرنے کی کوشش کی جائے تاکہ زبان سے بندہ اگر خاموش بھی رہے تو سانس کے ساتھ ساتھ ذکر جاری رہے کیونکہ شیطان بندے کے دل سے اللہ کی یاد نکالنا چاہتا ہے۔

واللہ اعلم ورسولہ بالصواب

کتبہ غلام حسن قادری حزب الاحناف لاہور

دارالعلوم ضیاء شمس الاسلام سیال شریف سرگودھا

الجواب وهو الموافق للصواب مذکورہ بالا ذکر تمام سلاسل اہل طریقت و اہل سنت و الجماعت میں کچھ مختلف صورتوں میں کیا جاتا ہے۔ تزکیہ قلب کیلئے اعلیٰ طریقہ ہے۔ ذکر جرنئی اثبات ہو یا ذکر خفی نفی اثبات جس کو پاس انفاس بھی کہتے ہیں پھر نفی اثبات (لا الہ الا اللہ) کے علاوہ پاس انفاس اسم ذات (اللہ ہو) والا کرنا مشیخ عظام کا معمول آ رہا ہے۔ تفسیر و تزکیہ قلبی کے ساتھ ساتھ مدارج و درجات کی بلندی بھی نصیب ہوتی ہے۔ چشتیاء حضرات کا معمول بھی ہے۔ اسم ذات کو پاس انفاس (سانس کا لحاظ رکھتے ہوئے) نفی اثبات کے برابر ہی کرتے ہیں۔ اس سے بھی وہی نتیجہ و فوائد حاصل ہوتے ہیں جو ذکر نفی اثبات سے حاصل ہوتے ہیں البتہ اسم ذات کا ذکر جلالت پیدا کرتا ہے۔ سانس سے دل کی لسان و زبان بنا کر جب سانس اندر جائے تو اللہ مشہد سانس کی قوت سے دل پر دکھایا جائے پھر جب سانس باہر آئے تو ہوا اشباح کے طور پر کھینچ کر ٹوناک سے ہی نکالا جائے زبان تاو سے چینی رہے۔ منہ بالکل بند ہو۔ اسے شیخ کی تلقین و تعلیم کے ماتحت ذکر کرتا ہوتا ہے۔

واللہ ورسولہ اعلم نظام احمد نقی مد

مدرس دارالعلوم ضیاء شمس الاسلام سیال شریف سرگودھا

ذکر پاس انفاس

سلسلہ نقشبندیہ میں ذکر خفی قلبی جس طریقے سے کرایا جاتا ہے اس کا اصطلاحی نام ذکر

پاس انفاس ہے یعنی اپنے سانسوں کی گھرائی کرنا کہ وہ کہیں اللہ تعالیٰ کی یاد سے غفلت میں تو نہیں آ جا رہے۔ اس کی تدریس یہ ہے کہ دل کی ہر دھڑکن کو اپنے اس عمل سے جوڑا جائے جس میں کبھی غفلت نہیں ہوتی، وہ عمل سانس لیتا ہے۔ سانس اندر کھینچیں تو لفظ اللہ دل کی گہرائی میں اتر جائے اور جب سانس پھوڑیں تو لفظ نبو کی چوٹ دل پر لگے اس مشق سے دل ڈاکر بن جائے گا۔

مکمل طریقے ذکر

یہ ہے کہ توجہ کی جائے اندر جانے والے ہر سانس کے ساتھ لفظ اللہ دل کی گہرائی تک اندر جا رہا ہے اور جب سانس باہر آتا ہے تو اس کے ساتھ لفظ نبو خارج ہو کر ہوگی چوٹ دل پر یا اس لطیفے پر پڑتی ہے جس پر ہم ذکر کرنا چاہتے ہیں یہ بات خوب یاد رہے کہ ذکر سانس سے نہیں کیا جاتا دل سے کیا جاتا ہے۔ سانس صرف تیزی سے لیا جاتا ہے اور ہر سانس کی گھرائی کی جاتی ہے کہ ہر سانس میں اللہ نبو اللہ نبو اللہ نبو ہو بعض کو دھوکا ہوتا ہے کہ سانس سے ذکر کیسا؟ ان کیلئے وضاحت ہے کہ ذکر دل سے کیا جاتا ہے سانس صرف ایک خاص ترکیب سے لیا جاتا ہے اور بس۔

شیخ المشائخ عالم ربانی حضرت شاہ ولی اللہ محدث دہلوی

اپنی کتاب القول البھیل میں فرماتے ہیں۔ طریقہ اس طرح ہے کہ ذکر کرنے والا اپنے سانسوں پر بیدار اور ہوشیار ہو جائے جب سانس باہر نکلے بغیر ارادے کے خود بخود اللہ کہے۔ طریقت کے بزرگوں نے کہا ہے۔ اس ذکر کا نام پاس انفاس ہے۔ نفی خطرات اور وسوس کے دور ہونے میں اس کا بڑا اثر ہے کسی عارف نے خوب فرمایا ہے۔ اگر تو پاس انفاس برسٹائی رساندت ازیر پاس اگر تو پاس انفاس کا اہتمام کرے تو تجھے یہ بادشاہ تک پہنچا دے گا۔

حضرت حاجی امداد اللہ مہاجر مکی

اپنی کتاب : ضیاء القلوب صفحہ نمبر 19 میں فرماتے ہیں۔

پاسِ انفاس کا طریقہ:

انسان کو ہر سانس پر ہوشیار اور بیدار رہنا چاہیے اور بغیر پاسِ انفاس کی مدد کے انسان کا قلب کدورتوں اور تباہیوں سے ہرگز صاف نہیں ہو سکتا ہے اور پاسِ انفاس اصطلاحِ صوفیہ اس کو کہتے ہیں کہ سانس لیتے سانس باہر کرتے وقت جہاں یا سرا (چپکے سے یا بلند آواز سے) ذکر کرے اور سانس لیتے وقت اللہ کے صرف سانس سے اور سانس باہر آتے وقت لا الہ کے لیکن ذکر سری میں صرف سانس سے ذکر اور منہ بالکل بند رکھے اور زبان کو اوئی حرکت بھی نہ دے اور اس قدر پابندی اور استقامت چاہیے کہ سانس خود بخود بٹا اور وہ ذکر کرنے لگے۔

دوسرا طریقہ:

سانس باہر کرتے وقت لفظ اللہ کو سانس میں لائے اور سانس لیتے وقت ہو گا وہ اندر لائے اور تصور کرے کہ ظاہر و باطن ہر جگہ اللہ ہی کا ظہور ہے اور ذکر کی اس قدر غیر معمولی زیادتی کرے کہ سانس ذکر کی عادی ہو جائے اور حالت بیداری و غفلت میں ذکر کر رہے اور پاسِ انفاس سے بہرہ ور ہو اور ماسوائے اللہ سب قلب بالکل صاف ہو جائے چونکہ یہ قلب کو بالکل صاف کدورتوں سے پاک کر کے انوار الہی کا ضبط بنا دیتا ہے۔ اس وجہ سے اس کو اصطلاحِ صوفیہ میں جاوہرِ قلب کہتے ہیں۔

ارشادِ مرشد صفحہ ۶۶ پر لکھتے ہیں۔ لفظ مبارک اللہ کو سانس کے ساتھ اوپر کھینچے اور لفظ ہو کے ساتھ سانس کو پھوڑ دے اس ذکر کے خیال اور دھیان سے ایسی کثرت اور مشق کرے کہ دم ذکر اور مستغرق ذکر ہو جائے۔

حضرات خواجہ پیر مہر علی شاہ صاحب گولڑوی

فرماتے ہیں:

بے شک ذکر پاسِ انفاس صفائیِ باطن میں عجیب اثر رکھتا ہے لیکن ابتداء امر میں تو ذکر اس کے فہم میں مجاہدہ کرتا ہے اجراء کے بعد ذکر خود بخود قلب ذکر پر ایسا استیلا پاتا ہے کہ اس کو نہیں چھوڑتا اور ذکر و عقیقہ مردانِ حق ہے۔ نفس کی آمد و شد ہے نماز اہل حیات۔۔۔ جو یہ قضا ہو تو اسے قافو انشا کجھو (ملفوظات مہر علی شاہ) کے ملفوظ ۱۴۲: ۱۵۶ (بحوالہ تعارف سلسلہ

حضرت مولانا رشید احمد گنگوہی قدس سرہ

اپنے مکتوب گرامی بنام حافظ محمود حسین صاحب تحریر فرماتے ہیں۔ ضبط پاس انفاس اور حرکات لفظ کف جہاں تک ہو سکے کرتے رہو اور جب غفلت آوے اور غفلت لازم انسان کو ہے تو پھر جتنہ ہو کر گریہ و زاری اور دعا کرو کہ اشی تیرا بندہ ہوں تو مجھ کو اپنے ذکر سے غافل مت کر اور غفلت پر استغفار و توبہ است کو لازم کرو۔ اگر روانہ آسکے تو روانہ لاؤ۔ غفلت اہم ذات معمولی طرح پر جس قدر ہو سکے پہر بعد رمضان زیادہ کرو تا مگر آدمی کی زبان سے جو کلمہ ذکر نکل جاوے اگرچہ ایک بار ہی ہو۔ بہت نصیحت ہے دنیا و مافیہا سے ایک لفظ بہتر ہے۔ سو کاروبار کرتے کرتے بھی اللہ اللہ کرتے رہے اور کچھ شمار کی حاجت نہیں پڑتے پھرتے بھی اسی میں غرض ذکر کرنا ہے۔ سانس سے حرکت سے زبان سے کثرت ذکر ہووے۔ (ماہنامہ سلوک و انسان گرامی ص ۱۵، جلد ۲، شمارہ ۲، صفر ۱۳۱۰ھ)

پاس انفاس وغیرہ سب جیل کے ہیں کہ ذکر و جملہ میں قائم ہو جائے ورنہ اصل مقصود نہیں جب ذکر و ذات قائم ہو جائے تو زبان اور انفاس کسی کی ضرورت نہیں (مکتب رشیدیہ ۱۹) (بحوالہ تصوف کیا ہے؟ مولانا محمد منظور نعمانی)

حضرت مولانا اشرف علی تھانویؒ

فرماتے ہیں۔ پاس انفاس شروع کرو اور تا عورت چھوڑو اور حتی الوسع کوئی سانس خالی نہ جائے اور ابتدا میں قفل جاری ہونے کے ایک وقت متعین کر کے پاؤ گھنٹہ اور آدھ گھنٹہ اس کو کر لیا کرو۔ یہ اختیار ہے خواہ لا الہ الا اللہ کے ساتھ یا اس کے سوا جو چاہو سو کیا کرو۔ (۱) وہ پاس انفاس بتلا تا ہوں جس کی غالب تاثیر سرد ہے تاکہ گرمی میں تکلیف نہ ہو وہ یہ ہے کہ جب سانس اندر جائے تو (صلی اللہ علیک یا محمد) اور باہر آئے تو (صلی اللہ علیک وسلم) زبان تالو سے لگا کر خیال سے کہا کرو۔ پس انفاس کی مجھے خاص طور سے تاکید ہوئی ہے۔ (یعنی بطریق واروا) (مباری التصوف) اپنی کتاب شریعت و طریقت (ص ۳۳) میں فرماتے ہیں۔ ہوش در دم، عبادت ارزاں است کہ ہمیشہ ہوشیار و آگاہ بر نفس خود باشد۔ تاکہ دم بہ غفلت نہ بر آید

و اس شکل واقع تفرقہ نفسی است۔ (یعنی اپنے نفس پر بیعت ہو شیاد رہے اور اس پر آگاہ رہے تاکہ کوئی سائنس غفلت میں نہ گزرے اور یہ شکل نفس کے انتشار کو دفع کرنے والا ہے۔)

حضرت حسین احمد مدنی

فرماتے ہیں۔ لوگ اعتراض کرتے ہیں کہ جو اصول تصوف میں ذکر کیے گئے ہیں یعنی بارہ تسبیح، ذکر جبری، پاس انفاس، مراقبہ وغیرہ اس کا بھی کسی حدیث میں ذکر نہیں ہے۔ ان کا یہ اعتراض غلط ہے۔ رسول اللہ ﷺ کے زمانہ میں جہاد کیلئے کموار تھے اور کمان وغیرہ کا تذکرہ آتا ہے اور بدوق، مشین گن، گولہ بارود اور ہوائی جہاز کا کوئی تذکرہ نہیں آتا ہے۔ آج اگر مسلمانوں کو شرعی جہاد کی ضرورت پڑے تو آپ یہ کہیں گے کہ جنگ کموار سے کرنی چاہیے کیونکہ آنحضرت ﷺ جنگ فقط کموار، نیزہ اور تیر کمان سے کیا کرتے تھے، ہرگز آپ ایسا نہیں کر سکتے اور اگر آج ایسا کریں گے تو دشمن آپ کو دور ہی سے فدا کریں گے۔ مشین گن اور توپوں وغیرہ سے دشمن حملہ کرے تو ہم کو بھی حج اختیار کرنی چاہیے کیونکہ اللہ تعالیٰ نے ہم کو حکم فرمایا ہے۔ اعدو الہم ما استطعتم من قوۃ (جو تم سے قوت ہو سکے دشمنوں کے مقابلہ کے واسطے تیار کرو) مقصد جہاد سے اعلائے کلمتہ اللہ ہے جس چیز سے بھی ہے اور جس چیز کی ضرورت پڑے اس چیز کو استعمال کرو جس سے دشمن کو شکست دے سکو اس کو مہیا کرو اور مقابلہ کرو اسی طرح جس زمانہ میں آقائے نامدار جناب محمد رسول اللہ ﷺ حیات تھے تو اس زمانہ میں تھوڑی ریاضت پڑتی تھی اور اسی وجہ سے کام ہو جاتا تھا اور بچنے دن زیادہ گزرتے تھے ریاضتوں کی ضرورت زیادہ ہوتی تھی۔ اسی وجہ سے چلا، بارہ تسبیح، ذکر جبری اور پاس انفاس وغیرہ قلب کی صفائی کیلئے متعین کیے گئے۔ آقائے نامدار رسول اللہ ﷺ کے زمانے میں قرآن شریف میں زیر و زبر نہیں تھے۔ حضرت ابو بکرؓ نے اپنے دور خلافت میں کتابی شکل میں جمع کرایا۔ حضرت عثمانؓ نے ترتیب دیا۔ حضرت عثمانؓ کا قرآن جس میں نہ زیر نہ زبر نہ نقطہ کچھ نہیں تھا۔ صحابہ کرامؓ صحیح پڑھتے تھے مگر تھوڑے ہی زمانہ بعد اس کی ضرورت محسوس ہوئی۔ عمیوں کے لفظ لفظ کی وجہ سے لوگ زیر و زبر کے محتاج ہو گئے۔ پس یہ اعتراض کہ قرآن میں زیر و زبر نہیں لگانا چاہیے کیونکہ یہ حضور ﷺ کے زمانہ میں نہیں پائے گئے تو کیا یہ اعتراض کوئی وزن رکھتا ہے۔ بے شک اس زمانہ میں لوگ بغیر زیر و زبر کے تلاوت کر لیتے تھے

مگر آج تک اور مدینہ والے جن کی زبان عربی ہے وہ بھی بغیر ذریعہ و ذریعہ کے نہیں پڑھ سکتے جس طرح ہم محتاج ہیں صرف و نحو کے اسی طرح عرب والے بھی محتاج ہیں۔ تو زمانہ کے بدلنے کی وجہ سے احوال بدلتے رہتے ہیں لیکن وہ احوال جو مقصود کو بدلنے والے نہ ہوں ان کو سنت ہی کہا جائے گا۔ مختصر یہ کہ رسول اللہ ﷺ کے زمانے میں احسان کرنے کیلئے ریاضت کی ضرورت نہ تھی مگر آج ہمارے مرشدوں نے بتایا کہ اس طرح سے ذکر کروا کر کوئی کسے یہ بدعت ہے تو سراسر غلط ہے۔ آج یہ کہنا کہ تصوف اور سلوک میں جو باتیں ہیں بدعت ہیں یہ غلط ہے۔ وہ مانور بہ ہیں ان پر عمل کرنا ہو گا کیونکہ اصل مقصد تصوف میں احسان ہے اس کے حاصل کرنے کے جو طریقے ہیں خلافت شریعت نہیں ہیں۔ وہ سب ضروری ہیں البتہ کوئی شخص کسے کہ مجھ کو خدا تک پہنچنے کیلئے قوال و احوال گانے والے کی ضرورت ہے تو یہ خلاف شریعت ہے جناب محمد رسول اللہ ﷺ اور صحابہ کرام نے ان چیزوں کی ممانعت کی ہے تو جن چیزوں سے ممانعت کی گئی وہ سنت میں داخل نہیں ہیں۔

(خطبات مدنی خطبہ احسان و سلوک، ص ۳۲، ۳۳، کتب خانہ مجید یہ مکان)
 پاس انفاس کی اصلی غرض یہ ہے کہ انسان کا کوئی سانس اللہ کے ذکر سے خالی نہ رہے نہ اندر جانے والا سانس نہ باہر نکلنے والا سانس انسان دن رات میں تقریباً پچیس ہزار سانس لیتا ہے۔ (ارشاد مرشد میں چوبیس ہزار لکھا ہے۔) سب کے سب ذکر سے معمور رہے۔ عمر عزیز کا جو حصہ بھی ذکر میں گزرے وہی زندگی ہے اور وہی مفید ہے۔

(مکتوبات، ص ۷۱، جلد ۳، ص ۹۳، بحوالہ شریعت و طریقت، ص ۱۸۳)

حضرت حسین احمد مدنی

حضرت مولانا محمد ایوب جان بخاری کے نام مکاتیب میں لکھتے ہیں پاس انفاس کی مشق اس قدر کریں کہ طبیعت جانبہ بن جائے اور بلا اختیار و بلا ارادہ ہر وقت سانس اسی طرح جاری رہے سانس میں کوئی آواز یا تیزی پیدا نہ ہوتی چاہئے حسب عادت جاری ہو لشیان اور ہونٹ کو حرکت نہ ہوتی چاہئے۔

(ماہنامہ دارالعلوم، ص ۴۳، ۴۴، ۲۳، ۲۴، ۲۵، ۲۶، ۲۷، ۲۸، ۲۹، ۳۰، ۳۱، ۳۲، ۳۳، ۳۴، ۳۵، ۳۶، ۳۷، ۳۸، ۳۹، ۴۰، ۴۱، ۴۲، ۴۳، ۴۴، ۴۵، ۴۶، ۴۷، ۴۸، ۴۹، ۵۰، ۵۱، ۵۲، ۵۳، ۵۴، ۵۵، ۵۶، ۵۷، ۵۸، ۵۹، ۶۰، ۶۱، ۶۲، ۶۳، ۶۴، ۶۵، ۶۶، ۶۷، ۶۸، ۶۹، ۷۰، ۷۱، ۷۲، ۷۳، ۷۴، ۷۵، ۷۶، ۷۷، ۷۸، ۷۹، ۸۰، ۸۱، ۸۲، ۸۳، ۸۴، ۸۵، ۸۶، ۸۷، ۸۸، ۸۹، ۹۰، ۹۱، ۹۲، ۹۳، ۹۴، ۹۵، ۹۶، ۹۷، ۹۸، ۹۹، ۱۰۰)

تعلیمی اشغال بھی نہایت ضروری اور مفید ہیں مگر اذکار کیلئے بھی وقت ضرور رکھیں اور

کئی نہ کریں اس وقت میں مراقبہ میں وقت صرف کرنا اشد ضروری ہے پاس انفاس اور ذکر قلبی چونکہ جاری ہو چکے ہیں۔ ان کیلئے کوئی خاص وقت معین کرنے کی ضرورت نہیں
 اسی وہ خود بخود جاری رہیں گے۔ صلی: ۲۳

ہر نفس بہت سببانت بہت
 گراننداری پاس آواز جمل است
 اس چینی انفاس رخ و ش شائع کن
 نفقات اندر شہر بیان شائع کن

(ماہنامہ دارالعلوم دیوبند، شمارہ ۳۰، جلد ۳۰، صفحہ ۳۸)

حضرت مولانا محمد عبداللہ بہلوی

رسالہ فوائد مہمات تصوف و دفع مغالطات میں فرماتے ہیں۔

بدعت تمام احداث فی الدین کا یعنی دین میں دین کا مقصد جان کر نئی چیز کا اضافہ کرنا۔ کہ
 احداث دین یعنی مقاصد دین کے حصول کیلئے تجربہ کی بنا پر کسی نئی تدبیر کا اختیار کرنا جیسے۔۔۔
 دین میں علوم دین کی حفاظت و اشاعت کیلئے مدرسے بکھولنا کتب خانے قائم کرنا درس و تدریس
 کیلئے نصاب تعلیم کی نئی نئی صورتیں تجویز کرنا امتحانی سند دینا یہ سب باتیں نئی یا احداث ہیں
 لیکن چونکہ احداث الدین ہیں اس لیے بدعات نہیں۔ ان کی کتاب و سنت میں ڈھونڈنے کی
 ضرورت ہے۔ مثلاً نشوع نماز میں اہم فی حصولہم عشقون اور حضور قلب لا صلوات
 لا بحضور القلب، مقصود و ماسور لیے اور تجربہ سے ذکر و شغل یا مراقبہ کی کوئی خاص صورت
 و سنت و اس کے مقصد کے حصول میں معین ہے اور اس میں کوئی شرعی ممانعت بھی نہیں اس
 کو خود ایجاد و اختیار کر لینا یا دوسرے لوگوں سے معلوم کر لینا ایسا ہی ہے جیسے جہاد کیلئے تیر و تفتک
 کی بجائے بدوق و مشین گن کا ان سے سیکھ لینا ہے اور صوفیہ میں جو شغل پاس انفاس ہے اس
 سے کیسوی ہوتی ہے اور خطرات دفع ہو جاتے ہیں۔ اسی طرح ذکر کے مختلف طریق ہیں جس
 میں جس کو جمیعت ہو اختیار کرنا چاہیے کیوں کہ جمیعت کو خود مقصود نہیں لیکن مقدمہ ہے
 حصول مقصود کا اس لیے مطلوب ہے اور مقدمات کا حصول میں بہت دخل ہوتا ہے جیسے
 صرف نو کا پڑھنا قرآن مجید کے سمجھنے میں بڑا دخل رکھتا ہے۔ اس لیے مشائخ نے مقاصد کیلئے

کچھ مقدمات تجویز کیے ہیں ان کو عملاً ایسی اہمیت دی ہے جیسے مقاصد کو۔ اکثر الھی اصطلاحات
 البوعیہ (حصہ پنجم) حکیم الامت قدس سرہ اور مقدمات ہونے کی دلیل یہ ہے کہ مقاصد کی
 طرح ان مقدمات میں سے کسی خاص مقدمہ کو اختیار کرنا ہی لازم وہ واجب نہیں بلکہ جس سے
 بمعیت ہو ذکر زبانی یا قلبی یا پاس انفاس وغیرہ ہی کرتا ہے۔ (رسالہ قواعد مہمات تصوف ۱۳ تا
 ۱۴) مرشد ہی استعداد مرید کا واقف ہوتا ہے اور اس کے مطابق و موافق زبانی یا قلبی یا پاس
 انفاس و مراقبات فرماتا ہے۔ (اصلاح نفس ص: ۱۶)

پاس انفاس کے معنی ہیں دل کی نگہداشت کرنا یعنی سانس باہر آئے تو اللہ۔ اندر جائے تو
 بیٹو لگے۔ اس کی پوری مداومت کی جائے تو دل پر ذکر جاری ہو جاتا ہے۔ ہاں مشائخ فرماتے ہیں
 کہ جس کا ذکر جاری ہو جائے۔ اس کو ولی اللہ شمار فرماتے ہیں۔ پھر چلتے پھرتے کھاتے پیتے
 خرید و فروخت حتیٰ کہ سوتے میں دل ذکر اللہ میں مصروف رہتا ہے۔ (ملفوظات طبریات
 ص: ۷۸)

حضرت شیخ الحدیث مولانا زکریا مہاجر مدنی

اپنی کتاب شریعت و طریقت کا ۱۲۴م (ص: ۱۸۳) میں فرماتے ہیں۔ پاس انفاس بھی
 مشائخ سلوک کے یہاں اہم اشغال میں ہے جس میں سانس کے ساتھ اللہ کا ذکر کیا جاتا ہے جس
 کے مختلف طریقے ہیں جو مشائخ سلوک کے یہاں متخالف ہیں عمل تو اپنے شیخ کی تجویز پر کرنا
 چاہئے لیکن کتاب میں مشترک ہے کہ ہر سانس کے ساتھ اللہ کا ذکر ہو گا۔ مشائخ سلوک کی
 تعلیمات میں اس پر خاص زور دیا جاتا ہے۔ فضائل ذکر فصل سوم حدیث نمبر ۱ کے فائدہ
 میں لکھتے ہیں۔ صوفیہ کی اصطلاح میں ایک معمولی چیز یا سانس انفاس ہے۔ یعنی اس کی مشق کہ کوئی
 سانس اللہ کے ذکر کے بغیر نہ اندر جائے نہ باہر آئے۔ امت محمدیہ کے کروڑوں افراد ایسے ہیں
 جن کو اس کی مشق حاصل ہے۔

(شریعت و طریقت ص: ۱۸۳ پر ہے) حدیث میں باب حلقہ الجنتہ و اہلسامی
 طویل حدیث میں اہل جنت کے اصول ذکر کر کے لکھا ہے کہ۔۔۔ وہ تسبیح و تہمید کا ایسا اہتمام
 کیے جائیں گے جیسے بلا اختیار تم کو سانس آتا ہے۔۔۔ غشی نے مرۃ سے نقل کیا ہے کہ وہ
 حضرات تسبیح تکمیل سے نہ تھکیں گے جیسے تم سانس سے نہیں تھکتے ہو اور جیسے سانس لیتے

ہوئی دوسرے کام میں رکاوٹ نہیں ہوتی ہے یا یہ مطلب ہے کہ ذکر ان کی صفت ازمد بن جائے گی جیسا کہ سانس زندگی کیلئے صفت ازمد ہے۔ (مکتوبہ: ۱۳۹۶)

حضرت مولانا صوفی محمد اقبالؒ

لکھتے ہیں اسی (حدیث) کے ذیل میں حضرات عارفین کا قول نقل فرمایا ہے کہ جو شخص دنیا میں جنتیوں کی اسی حالت بنالے گا اس کو آخرت کی جنت سے پہلے دنیا ہی سے ایک جنت یعنی جنت کی حالت و مزا حاصل ہو جائے گی اور اس کی یہ دنیاوی جنت آخرت کی جنت کا وسیلہ ہوگی۔ آخرت کی جنت اس دنیاوی جنت کا ثمر ہوگی۔ لہذا پاس انفاس کی اصل حدیث سے بھی ثابت ہوگئی۔ اس لیے امام العصر انور شاہ کشمیریؒ فرماتے ہیں کہ صوفیاء کے اشغال میں پاس انفاس ظاہر شریعت کے قریب تر ہے۔ (مقاتل القلوب، ص: ۱۵)

لا تلہی ہم تجارۃ لایع عن ذکر اللہ یعنی ان کو خرید و فروخت بھی اللہ کی یاد سے غافل نہیں کرتی۔ صحابہ کرامؓ کی یہ حالت تو محض فیض صحبت نجر عالم ﷺ کا کرشمہ تھی لیکن اب پاس انفاس ایک ایسا شغل ہے کہ جس کی مشق کر لینے سے یہ بہت آسانی سے حاصل ہو سکتا ہے کہ کوئی سانس بھی بغیر ذکر خالی نہ جائے اور کوئی طاقت بھی خرچ نہ ہو اور یہ شغل بھی دوسرے کام میں مائع بھی نہ ہو۔ (توالہ چالا)

لفظ مبارک اللہ کو سانس کے ساتھ اوپر کھینچنے اور لفظ ہنو کے ساتھ سانس چھوڑنے یعنی سانس لینے میں ذرا سی حرکت کے ساتھ بغیر زبان ہلائی لفظ اللہ کا خیال کرے اور سانس واپس جھرنے میں ہو پیدا ہونے کا تصور کرے اس کو سیکھنے اور سکھانے کے وقت تو سانس زور سے لیا جاوے گا مگر طریقہ سمجھ لینے کے بعد اپنی طبعی حالت میں رکھنا چاہیے۔

نوٹ: جیسا کہ اوپر لکھا کہ پاس انفاس کے مختلف طریقے ہیں۔ طریقہ مذکور کہ اللہ مبارک کو سانس کے ساتھ اوپر کھینچنے اور ہنو کے ساتھ سانس چھوڑنے اسی طرح حضرت گنگوہیؒ، مولانا رشید احمد نے حضرت سہارنپوریؒ، مولانا ذیل احمد کو سکھایا اور اس طرح حضرت اقدس شیخ دام مجد حم تعلیم فرماتے ہیں۔ (مقاتل القلوب، ص: ۵۸-۵۹)

لہذا خدمات دینیہ میں مشغول حضرات کو اس چیز کی طرف زیادہ توجہ کرنے کی ضرورت

تفسیر قرآن حضرت مولانا صوفی عبدالحمید سواتی صاحب

بزرگان دین یہ بھی فرماتے ہیں کہ انسان کا کوئی سانس ذکر سے خالی نہیں ہونا چاہیے۔
 نئی اثبات کا ذکر لالہ اللہ کے ذریعے کرے یا صرف ذکر اللہ جلال کرے۔ اور سانس لیتے
 وقت ڈواور اور آہ سانس ختم ہوتے وقت۔ اس ذکر کیلئے کوئی پابندی نہیں۔ یہ ہر حالت میں روا
 ہے اللہ کا ذکر ہے ہیں سوئے ہوئے ہیں مگر ہر سانس کے ساتھ اللہ کا ذکر جاری ہے۔ نقشبندی
 حضرات کسی سانس کو ضائع نہیں ہونے دیتے۔ چلتے وقت ان کا کوئی قدم بھی ذکر الہی سے خالی
 نہیں ہوتا بلکہ ہر قدم پر اللہ کا ذکر کرتے ہیں۔

(معالم العرفان فی درودوس القرآن جلد چہارم، ص: ۳۸۳) دو نعمتیں اللہ تعالیٰ کی ایسی
 ہیں جن میں بہت سے لوگ خسارہ میں ہیں۔ (صحت اور فراغت) اس کی قدر کیجئے اور پاس
 انفس کو اس درجہ بڑھائیے کہ بلا قصد و بلا اختیار ہر وقت ہونے لگے اور اس کے بعد ذکر قلبی
 کے جریان کی نوبت پہنچ جائے اور ترقی سلوک کا راستہ کھل جائے، تاخیر نہ کریں اتنا سنت کا
 ہر حرکت و سکون میں لحاظ رکھیے۔ (مکتوبات شیخ الاسلام، ص: ۱۸۸-۱۳۸)

مفتی رشید احمد گنگوہیؒ

فتاویٰ رشیدیہ میں لکھتے ہیں۔ سانس کی آمد و رفت کا اور ذکر سانس کا ثواب و ریاضت کیا
 ہے تو بعض وجوہ سے تو ذکر سانس افضل ہے اور بعض وجوہ سے پاس انفس (افظا) (فتاویٰ
 رشیدیہ، ص: ۲۳۰-۱۲۳)

پروفیسر میاں اعجاز احمد (میاں جان)

اپنی کتاب جان السلوک (ص: ۸۵) میں لکھتے ہیں ابتدا میں مقتدی کو ذکر حریقی اور نچی
 آواز سے ذکر اللہ کرایا جاتا ہے مگر بعد میں ذکر نفسی جسے دوسرے الفاظ میں ایسا انفس ایلا ذکر
 حنفی قلبی کہا جاتا ہے کرایا جاتا ہے۔ یہی ذکر اصلی و حقیقی ہے تاکہ انسان ذات اللہ (جل جلالہ)
 سے معرفت شناسائی حاصل کرے اور حدیث نبوی ﷺ نے اس کی بہت فضیلت بیان کی
 ہے اور ص (۱۱۸، ۱۱۹) میں لکھتے ہیں پاس انفس ذکر سانس کے اندر جانے اور باہر آنے سے کیا
 جاتا ہے جب سانس اندر جائے تو خیال میں اسم مبارک اللہ کہے نہ کہ زبان اور سانس باہر

آئے تو طوطے۔ خیال میں سانس کے ساتھ اس ذکر میں زبان کا استعمال بالکل نہیں ہوگا۔ اس ذکر سے منفی خیالات و وساوس اور شیطانی غصے اور مخطرات دور ہو جاتے ہیں جب اس ذکر پاس انھیں جس کا وہ سراٹھام ذکر خفی ہے کا اثر ظاہر ہو اور لطائف منور اور راجح ہو جائے تو پھر مراقبات کرائے جاتے ہیں۔ انسان کو ہر سانس پر ہوشیار اور بیدار رہنا چاہیے۔ اس ذکر پاس سانس کی مدد سے ہی انسان کا قلب کدورتوں اور تاریکیوں سے صاف ہوتا ہے۔ صفائی قلب اس ذکر کے علاوہ اگر ناممکن نہیں تو بہت مشکل ہے۔ اس لیے اس ذکر کو تمام طریقہ ہائے ذکر پر ترجیح و فضیلت دی جاتی ہے۔ اس ذکر میں منہ کو بالکل بند رکھا جاتا ہے اور زبان کو ادنیٰ سی بھی حرکت نہیں دینی چاہیے اور اس قدر پابندی اور استتعال سے ذکر کرنا چاہیے کہ سانس خود بخود باارادہ ذکر اللہ کرنے لگے۔ اللہ کے مبارک لفظ کو سانس کے ساتھ اوپر کھینچیں اور لفظ طوطے کے ساتھ سانس پھوڑویں یعنی سانس لینے میں ذرہ سی حرکت کے ساتھ بغیر زبان ہلانے لفظ اللہ کا خیال کریں اور سانس واپس کرنے میں طوطیہ کرنے کا تصور کریں۔ سانس کو طبعی حالت میں رکھنا چاہیے۔ یہ ذکر دل کا رنگ اور دنیاوی محبت فہم کرنے کا سب سے بڑا ذریعہ ہے۔ یہ ذکر جس قدر تیز اور مسلسل استحکام و محبت سے کیا جائے گا قرب الہی بھی اسی قدر قریب ہوگا۔ پاس انھیں کو درجہ بہ درجہ اور آداب شریعت کی پابندی اور اتباع سنت محمد ﷺ اور روحانی شرائط کے ساتھ کرنے سے توجہ الی اللہ میں دوام و استقامت حاصل ہوتی ہے۔ اس ذکر سے بہت جلد تزکیہ نفس ہوتا ہے۔ عشق اللہ سے دل لبریز ہوتا ہے۔ یہ ذکر چلتے پھرتے ہر وقت کیا جاسکتا ہے۔ پوشیدہ و قادر یہ اور اولیہ نقشبندیہ میں ذکر روزانہ کیا جاتا ہے۔

سید سعید الحسن شاہ بخاری

اپنی کتاب ارشاد السلوک (ص ۲۰۱) میں لکھتے ہیں۔ حضور قلب کے ساتھ بیٹھ کر ایستہ کر جس صورت میں ہو اپنے جسم کو مردہ سمجھ کر سر سے پاؤں تک ہر بن مو کے ساتھ پوری بہت کے ساتھ متوجہ الی اللہ ہو کر جب سانس اوپر کھینچے تو اللہ جب اندر پھوڑے تو خود کا خیال کرے اس وقت تک روزانہ میں منٹ یا زیادہ جاری رکھے کہ بال ہال کی جڑ سے اللہ طوطیہ محسوس ہو جائے اور اس میں مستغرق ہو جائے یہاں تک کہ اپنے شعور سے بھی بے شعور ہو جائے۔

حضرت مولانا قاری محمد طیب صاحبؒ

اپنی کتاب شان رسالت (ص: ۱۰) پر لکھتے ہیں حشر کے بعد جنت کا عالم ہے۔ تو نبص حدیث اس کی شان یہ ہے وہاں ہر سانس کے ساتھ طبعی طور پر ذکر اللہ جاری ہو گا اور جب شہتی کو یہ نعمت ذکر عطا ہو گی تو انبیاء بالخصوص سید الانبیاء ﷺ کا مقام اس ذکر الہی میں ظاہر ہے کہ کہاں تک پہنچا ہو گا۔ نکتہ حضرت مولانا کی تشریح سے معلوم ہوا کہ جنت میں ہر سانس کے ساتھ طبعاً ذکر گفتار ہے۔ لہذا جو لوگ ذکر اللہ کو طبعی طور پر عالم دنیا میں کرتے ہیں تو وہ عالم عقبی میں بطریق اولیٰ کریں گے اور ذکر کو طبعی طور کرنا بغیر مداومت کے نہیں ہو سکتا پس مداومت ضروری ہے۔

سید سلیمان ندویؒ

اپنی کتاب سلوک سلیمانی (ص: ۱۵۸، ۱۵۹) میں فرماتے ہیں۔ دوام ذکر کی ایک نوعیت پاس انفاس ہے کہ کوئی سانس یا دالہی سے خالی نہ جائے۔ یہ بھی کثرت ذکر کی مخصوص صورت سے میسر آتا ہے۔ اس کا طریق یہ ہے کہ سالک ہر سانس کو اس توجہ سے لے کر اس سانس کے ساتھ اللہ اللہ یا اللہ طویالہ اللہ اللہ جاری ہے۔ زبان کا تلفظ نہ ہو۔ ذکر قلبی ہو اور دھیان یہ ہو کہ ہر تار نفس کے ساتھ ذکر کی آمد و رفت ہو۔ ایک سالک نے حضرت والا سے پاس انفاس اور اس کے فائدے کے متعلق پوچھا۔ حضرت نور اللہ مرقدہ نے جواب دیا۔ پاس انفاس یہ ہے کہ کوئی سانس ذکر الہی سے خالی نہ جائے اس کی صورت یہ ہے جو آسانی سے ہو سکتی ہے ہر سانس کے ساتھ اللہ اللہ جاری رہے بغیر تلفظ لسانی محض ذکر قلبی کے ساتھ اس کا ذکر ہے جو حسب استطاعت مامور ہے۔ ایک دوسرے طالب کو فرمایا۔ پاس انفاس یہ ہے کہ کوئی سانس اللہ کے ذکر سے خالی نہ ہو اور اس کیلئے اللہ کافی ہے۔

ڈاکٹر محمد عبدالحیؒ

اپنی کتاب بصائر حکیم الامت (ص: ۱۱۲) میں فرماتے ہیں۔ پاس انفاس کی حقیقت بھی یہی ہے کہ کوئی دم غفلت میں نہ گزرے۔ خواہ کوئی اپنا معمول بنالے۔ پاس انفاس کے مشہور معنی اس ذکر کے حقیقت نہیں بلکہ وہ بھی ایک طریق ہے جس طرح ذکر کے دوسرے طریقے

ہیں پھر اگر اس ذکر کے وقت قلب میں ہمیت و خشوع معلوم ہو اور وہ روزانہ بڑھتی جائے اور
 ۱۳۰ اس و خطرات میں کمی ہونے لگے اور ذکر میں دل لگا کر تب تو میرے نزدیک اشغال کی
 ضرورت نہیں۔ اتنا ہی کا اختیار کرنا اور یہ ذکر اور مراقبہ بہت کافی ہے۔ عمر بھر اس پر مدامت
 رکھے۔ آخرت میں تو شمر و یحییٰ ہے اور اصل وعدہ عطائے شمر کا آخرت ہی میں ہے لیکن دنیا
 میں بھی اگر اللہ تعالیٰ کو منظور ہو تو اس کے قلب پر عجیب عجیب علوم اور معارف وارد ہوں
 گے۔

حضرت سلطان یاہو

اپنی کتاب بحالت النبی ﷺ (ص ۱۵۵) میں فرماتے ہیں۔ تاثیر تصور اسم اللہ سے چشم
 باطن روشن ہو جاتی ہے۔ اس کی نسبت جناب سرور کائنات ﷺ نے فرمایا ہے۔ امیری
 آنکھیں سوتی مگر دل نہیں سوتا اول کے سونے سے اس کی غفلت اور اس کے بچنے سے اس کی
 بیداری اور یاد الہی کرنا مراد ہے۔ اسی طرح فقیر کا حال کہ جب اسے ذکر قلبی حاصل ہوتا ہے تو
 وہ ہمیشہ خواب سوتا ہوا یا جاگتا ہو۔ ہر وقت یاد مولانا میں رہتا ہے۔ جب قلب اس طرح خواب میں
 بھی بیدار رہتا ہے۔ اسے جنبش ہو کر ذکر اللہ سے اس کی زبان کھل جاتی ہے اور صاف کہنے
 لگتا ہے۔ یا اللہ یا اللہ۔ اسی صاحب قلب کے نسبت اللہ تعالیٰ اپنے لطف و کرم سے فرماتا ہے
 کہ اے میرے فرشتوں میرے اس بندے کو دیکھو کہ مخلوق کے ساتھ تو خواب غفلت میں
 ہے اور ہمارے ساتھ ذکر و مشاہدہ میں ہے۔ ہمیں وہ کسی حال میں نہیں بھولتا اور ہر وقت
 ہماری یاد میں مشغول رہتا ہے۔ اسی لیے جب بندے کا دل اللہ کہتا ہے تو اللہ تعالیٰ اسے جواب
 دیتا ہے۔ اہل میرے بندے کیا ہے مجھ سے مانگ کیسا لگتا ہے۔ میں تجھے عطا کروں گا۔ اپنا جو
 اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے۔ (تم مجھے یاد کرو۔ میں تمہیں یاد کروں گا) ذکر قلبی کی شناخت یہ ہے
 کہ جب صاحب ذکر قلبی ہوتا ہے تو اس کا قلب غرق وحدانیت ہو کر مجلس محمدی ﷺ میں
 پہنچتا ہے اور منظور نظر ہوتا ہے، جو شخص کہ یہ مراتب نہ رکھے اسے ذکر قلبی حاصل نہیں
 ہے۔ زندہ دل کا نفس مر جاتا ہے۔ اول زندہ ہوتا ہے اور نفس مر جاتا ہے۔ اس کا نفس سر کر
 اربعہ عناصر میں مل جاتا ہے اور اس کا وجود ذکر اللہ سے پُر کور ہوتا ہے۔