



عورت کی نفسیات اور مرد کی بصیرت: اسلامی تعلیمات کے تناظر میں تحقیقی جائزہ

Understanding the Psychology of Women and the Comprehension of Men in the Context of Islamic Teachings

Khansa

Research Scholar, Department of Islamic Studies,
Al-Hamd Islamic University, Quetta, Pakistan.

ABSTRACT

This article explores the unique psychological nature of women, emphasizing their emotional sensitivity, depth of feelings, and distinct temperament as recognized in Islamic teachings. Islam views women as delicate beings whose emotions and mental states require understanding, respect, and gentle treatment, likened to caring for a fragile flower. Women's psychology is marked by traits such as empathy, patience, nurturing instincts, and a natural inclination toward compassion. The study highlights the importance of recognizing these qualities in women for building healthy personal and family relationships. In Islam, women are encouraged to pursue knowledge and spiritual growth alongside their natural roles, emphasizing balance and holistic development. Understanding women's psychological makeup fosters mutual respect and harmony, leading to stable and loving family and social environments. This perspective underscores the value Islam places on women's dignity, rights, and emotional well-being, urging society to honor and protect these attributes.

Keywords: Women's psychology, emotional sensitivity, Islamic teachings, empathy, patience, nurturing, spiritual growth, family harmony.

تعارف موضوع

اسلام عورت کو ایک نازک اور حساس مخلوق کے طور پر دیکھتا ہے جس کی نفسیات میں داخلی نزاکت اور جذباتی گہرائی پوشیدہ ہوتی ہے۔ قرآن وحدیث نے عورت کی نفسیاتی فطرت کو بہت خوبصورتی سے بیان کیا ہے اور مرد کو حکم دیا ہے کہ وہ اس نازک فطرت کا احترام کرے اور اس کی نفسیاتی حالت کو سمجھنے کی کوشش کرے۔ اسلام میں مرد اور عورت دونوں کو ایک دوسرے کی فطرت، مزاج اور جذباتی حساسات کا خیال رکھنے کی تلقین کی گئی ہے تاکہ ان کے تعلقات میں محبت، تعاون اور تحمل قائم رہے۔ اسلام نے عورت کو ناقص العقل یا کمزور نہیں بلکہ ایک مکمل شخصیت کے طور پر

آرزو کیا ہے جو اپنے جذبات کا اظہار محبت، صبر اور حکمت کے ساتھ کرتی ہے۔ مرد کی سمجھ داری عورت کی نفسیات کی نزاکت کو سمجھنے میں کلیدی کردار ادا کرتی ہے تاکہ خاندان کے رشتے مضبوط اور خوشگوار بنیں۔ یہ نظریہ اسلامی تعلیمات کی بنیاد ہے جہاں محبت، عزت اور فہم و فراست کی روشنی میں خاندان اور معاشرہ مضبوط ہوتا ہے

مبحث اول: عورت کی نفسیاتی فطرت اور اسلامی تعلیمات

انسانی معاشرت میں عورت کا مقام ہمیشہ ایک اہم اور پیچیدہ سوال رہا ہے۔ دینی متون میں عورت کے وجود کو محض صنفی امتیاز کے دائرے میں محدود نہیں کیا گیا بلکہ اسے کائناتی نظم و ضبط میں ایک لازمی عنصر کے طور پر دیکھا گیا ہے۔ قرآن و سنت نے عورت کی نفسیاتی جہات، اس کی حساسیت اور اس کے باطنی کمالات کو نہ صرف تسلیم کیا بلکہ ان کے لیے ایک ایسا نظریاتی و عملی نظام وضع کیا جو عورت کی عزت، اس کے جذبات کی لطافت اور اس کی فطرت کی رعایت کو ملحوظ رکھتا ہے۔ یہی پہلو اسلامی معاشرت کو دیگر تہذیبی و مذہبی دھاروں سے ممتاز کرتا ہے۔

1- قرآن کریم میں عورت کی نفسیات کی وضاحت

قرآن کریم نے عورت کی نفسیاتی اور داخلی کیفیت کو بڑی باریکی کے ساتھ بیان کیا ہے۔ ایک مقام پر ارشاد ہے:

﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً﴾¹

”اور اس کی نشانیوں میں سے یہ ہے کہ اس نے تمہارے لیے تم ہی میں سے بیویاں پیدا کیں تاکہ تم ان کے پاس سکون حاصل کرو اور تمہارے درمیان محبت اور رحمت رکھ دی۔“

یہ آیت عورت کی نفسیاتی ساخت میں سکون، انسیت اور محبت کے پہلو کو اجاگر کرتی ہے۔ مفسرین کے مطابق "لتسكنوا اليها" سے مراد یہ ہے کہ عورت کے وجود میں ایسا جمالیاتی و روحانی عنصر مضمر ہے جو مرد کی نفسیاتی بے چینی کو قرار میں بدل دیتا ہے۔ امام فخر الدین رازی نے اس پر تبصرہ کرتے ہوئے کہا کہ سکون صرف جسمانی نہیں بلکہ نفسی و روحانی سکون بھی ہے، جو ازدواجی تعلق کی اصل بنیاد ہے۔²

2- حدیث مبارکہ میں عورت کی تکریم و توقیر

اسلامی روایت میں عورت کو توقیر و عزت کا جو درجہ دیا گیا ہے، وہ احادیث نبویہ میں نہایت لطیف پیرائے میں ظاہر ہوتا ہے۔ رسول اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا:

«اسْتَوْصُوا بِالنِّسَاءِ خَيْرًا فَإِنَّهُنَّ خُلِقْنَ مِنْ ضِلَعٍ وَإِنَّ أَعْوَجَ مَا فِي الضِّلَعِ أَعْلَاهُ، فَإِنْ ذَهَبَتْ تُقِيمُهُ كَسَرْتَهُ، وَإِنْ تَرَكْتَهُ لَمْ يَزَلْ أَعْوَجَ»³

”عورتوں کے ساتھ بھلائی کی وصیت قبول کرو، وہ پسلی سے پیدا کی گئی ہیں اور پسلی کا سب سے ٹیڑھا حصہ اوپر ہوتا ہے، اگر تم اسے سیدھا کرنے جاؤ گے تو توڑ دو گے اور اگر ایسے ہی رہنے دو تو وہ ٹیڑھی ہی رہے گی۔“

اس تمثیل میں عورت کی فطرت کی نزاکت اور نفسیاتی پیچیدگی کو واضح کیا گیا ہے۔ علماء نے اس کو عورت کی کمزوری نہیں بلکہ اس کی مخصوص ساخت قرار دیا ہے، جو نزاکت اور لطافت کا مظہر ہے۔ امام نووی نے اس حدیث کی شرح میں کہا کہ عورت کی فطرت میں عوج و کجی سے مراد یہ ہے کہ وہ اپنے جذبات میں غالب ہوتی ہے، لہذا اس کے ساتھ حسن معاشرت ہی بقا کا ضامن ہے۔⁴

3- مرد اور عورت کی فطری صلاحیتیں

اسلامی نقطہ نظر کے مطابق مرد اور عورت دونوں کی صلاحیتیں ایک دوسرے کی تکمیل کرتی ہیں۔ قرآن میں ارشاد ہے:

﴿وَلَيْسَ الذَّكَرُ كَالْأُنثَى﴾⁵

”اور لڑکا لڑکی کی طرح نہیں ہوتا۔“

یہ آیت کسی تفوق کی دلیل نہیں بلکہ فطری فرق کی نشاندہی ہے۔ جدید ماہرین نفسیات جیسے Carl Gustav Jung نے بھی اپنی تحقیقات میں اس بات پر زور دیا ہے کہ مرد و زن کی نفسیاتی قوتیں مختلف مگر تکمیلی ہیں۔ Jung کے مطابق عورت میں "anima" یعنی جذباتی توانائی غالب ہوتی ہے جب کہ مرد میں "animus" یعنی عقلی و ارادی قوت۔⁶ اس کی روشنی میں کہا جاسکتا ہے کہ اسلام نے مرد اور عورت کے درمیان امتیاز کو مسابقت نہیں بلکہ تکامل کے زاویے سے دیکھا۔

4۔ عورت کی جذباتی حساسیت اور نزاکت

عورت کی فطرت میں ایک خاص جذباتی حساسیت پائی جاتی ہے جسے قرآن نے بھی کئی مواقع پر نمایاں کیا ہے۔ سورہ تحریم میں ارشاد ہے:

﴿إِنْ تَتُوبَا إِلَى اللَّهِ فَقَدْ صَغَتْ قُلُوبُكُمَا﴾⁷

”اگر تم دونوں اللہ کے حضور توبہ کرو تو تمہارے دل جھک گئے تھے۔“

یہاں امہات المؤمنین کی لطیف جذباتی کیفیت کو بیان کیا گیا ہے، جس میں دل کے جھکنے اور اثر پذیری کا ذکر ہے۔ یہی نزاکت اور حساسیت عورت کے وجود کی خاص پہچان ہے۔ فلسفیانہ نقطہ نظر سے بھی اس کی تائید کی گئی ہے۔ Simone

de Beauvoir اپنی کتاب The Second Sex میں لکھتی ہیں:

“The emotional richness of women is not weakness but a dimension of human existence often veiled by masculine rationalism.”⁸

”عورتوں کی جذباتی فراوانی کمزوری نہیں بلکہ انسانی وجود کا وہ پہلو ہے جسے اکثر مردانہ عقلیت پسندی نے او جھل کر رکھا ہے۔“

یہ زاویہ اسلامی تعلیمات سے ہم آہنگ ہے، جہاں عورت کی نزاکت کو اس کی کمی نہیں بلکہ اس کے جوہری حسن کے طور پر پیش کیا گیا۔

بحث دوم: مرد اور عورت: جنس مخالف نہیں بلکہ مختلف

اسلامی زاویہ نظر میں مرد اور عورت کا رشتہ محض صنفی امتیاز یا برتری کے مباحث تک محدود نہیں بلکہ ایک متوازن نظام تکوین پر قائم ہے، جس میں دونوں کی حیثیت "جنس مخالف (opposite sex)" کے بجائے "جنس مختلف" (different sex) کی ہے۔ قرآن و سنت نے جہاں دونوں کو یکساں عزت و احترام سے نوازا، وہیں ان کی مخصوص نفسیاتی و فطری ساخت کے مطابق ذمہ داریاں بھی متعین کیں۔ اس کے نتیجے میں اسلام کا معاشرتی ڈھانچہ نہ تو مرد کی مطلق برتری کا عکاس ہے اور نہ عورت کی کم تر حیثیت کا مظہر، بلکہ یہ ایک تکمیلی رشتہ ہے جو فطرتِ انسانی کے عین مطابق ہے۔

1- قرآن وحدیث میں مرد و عورت کی یکساں توفیق

قرآن کریم نے مرد و عورت کو ایک ہی اصل سے پیدا ہونے والا قرار دیا:

﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا﴾

”اے لوگو! اپنے رب سے ڈرو جس نے تمہیں ایک جان سے پیدا کیا اور اسی سے اس کا جوڑا

بنایا۔“⁹

یہاں انسانی وجود کی بنیاد میں یکسانیت کا ذکر ہے، جس نے مرد و عورت کے درمیان کسی نوعی تفریق کو رد کر دیا۔ نبی

اکرم ﷺ کا فرمان بھی اسی حقیقت کی توسیع ہے:

«إِنَّمَا النِّسَاءُ شَقَائِقُ الرِّجَالِ»¹⁰

”بے شک عورتیں مردوں کی ہم شقیق (جفت) ہیں۔“

اس حدیث نے عورت کو مرد کی تکمیل قرار دیا، اور دونوں کے مابین مساوات کو فطری اصول پر استوار کیا۔

2- مرد کی قوامیت اور عورت کی فطری خصوصیات

قرآن میں ارشاد ہے:

﴿الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ﴾¹¹

”مرد عورتوں پر قوام ہیں۔“

یہ قوامیت برتری یا غلبہ نہیں بلکہ تنظیمی ذمہ داری ہے۔ امام رازی نے اس کو تفسیر کرتے ہوئے کہا کہ قوامیت کی بنیاد

تین امور پر ہے: نفقہ، کفالت اور تدبیر۔¹² عورت کی فطرت میں نزاکت اور جذباتی لطافت رکھی گئی ہے، جو اسے ماں

اور مربیہ کے کردار میں مزید جلالت عطا کرتی ہے۔ اس طرح مرد کا منصب حفاظت و کفالت ہے جب کہ عورت کا

منصب تخلیق، پرورش اور محبت۔

3- شریعت میں مرد و عورت کی ذمہ داریاں

اسلامی شریعت میں ذمہ داریوں کا تعین دونوں کے فطری مزاج کے مطابق ہوا ہے۔ نبی کریم ﷺ نے فرمایا:

«الرَّجُلُ رَاعٍ فِي أَهْلِهِ، وَالْمَرْأَةُ رَاعِيَةٌ فِي بَيْتِ زَوْجِهَا وَوَلَدِهِ»¹³

”مرد اپنے گھر والوں کا ذمہ دار ہے اور عورت اپنے شوہر کے گھر اور اولاد کی ذمہ دار ہے۔“

یہ تقسیم دراصل کرداروں کی تقسیم ہے، نہ کہ مراتب کی۔ جدید محققین جیسے Seyyed Hossein Nasr نے بھی اس پر زور دیا ہے کہ اسلام نے gender roles کو برابری کے دائرے میں رکھا ہے، تاہم وہ فطری اختلافات کی بنیاد پر الگ الگ ذمہ داریاں دیتے ہیں۔¹⁴

4۔ جنس مخالف کے بجائے جنس مختلف کا تصور

اسلامی فکر میں مرد و عورت کو ایک دوسرے کا ”مخالف“ نہیں بلکہ ”مختلف“ قرار دیا گیا ہے۔ قرآن نے اس باہمی ربط کو یوں بیان کیا:

﴿هُنَّ لِبَاسٌ لَّكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَّهُنَّ﴾¹⁵

”وہ تمہارا لباس ہیں اور تم ان کا لباس ہو۔“

یہ تعبیر نہ صرف تکمیلیت بلکہ قربت و تحفظ کو بھی ظاہر کرتی ہے۔ مغربی فلسفہ میں بھی اس تصور کی بازگشت ملتی ہے۔

Rollo May اپنی کتاب Love and Will میں لکھتا ہے:

”Man and woman are not opposites but counterparts;
their differences are creative polarities, not
antagonisms.”¹⁶

”مرد اور عورت مخالف نہیں بلکہ ہم پلہ ہیں؛ ان کے اختلافات تخلیقی امتزاج ہیں، نہ کہ تصادمات۔“

اسلام نے مرد و عورت کے درمیان اسی ”creative polarity“ کو تسلیم کیا، اور ان کی نفسی و عملی ساخت کو باہمی تکمیل کا ذریعہ قرار دیا۔

مبحث سوم: عورت کی نفسیات کے بارے ماہرین کے انکشافات

جدید نفسیات نے عورت کی شخصیت اور اس کے باطنی جہان پر گہرے مطالعے کیے ہیں۔ یہ مطالعات اس حقیقت کو مزید واضح کرتے ہیں کہ عورت کا وجود محض جسمانی نہیں بلکہ ایک پیچیدہ نفسیاتی و روحانی نظام ہے۔ مغربی اور مشرقی

دونوں مکاتب فکر نے اس امر پر زور دیا ہے کہ عورت کے مزاج، اس کے جذبات، اس کی زبان اور اس کی جسمانی کیفیات کو سمجھنے کے بغیر ایک متوازن خاندانی و سماجی زندگی کا تصور ممکن نہیں۔

1- عورت کی دماغی صلاحیت اور شوہر کے رویوں کا ادراک

جدید تحقیق سے یہ بات سامنے آئی ہے کہ عورت کے دماغی خلیات خاص طور پر "emotional intelligence" کے حوالے سے زیادہ حساس ہیں۔ Daniel Goleman کے مطابق عورتیں اپنے شریک حیات کے رویوں کو نہ صرف جلدی محسوس کرتی ہیں بلکہ ان پر فوری طور پر جذباتی رد عمل بھی ظاہر کرتی ہیں۔

*"Women are neurologically more attuned to subtle interpersonal cues, especially in intimate relationships."*¹⁷

“عورتیں اعصابی سطح پر باریک بین انسانی اشاروں کے ساتھ زیادہ ہم آہنگ ہوتی ہیں، خاص طور پر قریبی تعلقات میں۔”

یہ بات عورت کی نفسیاتی ساخت کو اجاگر کرتی ہے کہ وہ رشتوں میں چھپی ہوئی باریکیوں کو مرد کے مقابلے میں زیادہ گہرائی سے سمجھتی ہے، جس کی بنا پر وہ ازدواجی تعلق میں نفسیاتی توازن قائم رکھنے میں اہم کردار ادا کرتی ہے۔

2- لڑائی جھگڑے میں خاموشی کے نفسیاتی اثرات

عورت کی فطرت میں مکالمہ اور اظہار ایک بنیادی عنصر ہے۔ تحقیق سے یہ بات ثابت ہوئی ہے کہ لڑائی کے دوران مرد کی خاموشی عورت کے لیے نہایت اذیت ناک ثابت ہوتی ہے۔ John Gottman نے اپنی مشہور تحقیق میں بیان کیا ہے:

*"Stonewalling by men during marital conflict produces a heightened stress response in women, both physiologically and emotionally."*¹⁸

“ازدواجی تنازع میں مرد کی چپ سادھ لینا عورت میں نہ صرف جسمانی بلکہ جذباتی طور پر بھی شدید دباؤ پیدا کرتا ہے۔”

یہ انکشاف عورت کی نفسیاتی لطافت کو واضح کرتا ہے کہ وہ تعلق کے تسلسل اور مکالمے سے جیتی ہے، اور خاموشی کو تعلق کی نفی سمجھتی ہے، جس سے اس کی ذہنی اور قلبی کیفیت متاثر ہوتی ہے۔

3۔ ہارمونز کی تبدیلی اور عورت کا مزاج

ماہرین نفسیات و حیاتیات کے نزدیک عورت کے مزاج پر ہارمونز کی تبدیلی کا گہرا اثر ہوتا ہے۔ estrogen اور progesterone کی کمی و زیادتی عورت کی نفسیاتی کیفیت کو براہ راست متاثر کرتی ہے۔ Louann Brizendine نے لکھا ہے:

*“The female brain is a dynamic entity, constantly shaped by hormonal shifts that modulate moods, perceptions, and social interactions.”*¹⁹

“عورت کا دماغ ایک متحرک وجود ہے جو مسلسل ہارمونی تبدیلیوں کے زیر اثر رہتا ہے، اور یہ تبدیلیاں اس کے مزاج، ادراک اور سماجی تعلقات کو متاثر کرتی ہیں۔”

یہ حقیقت اسلامی نقطہ نظر سے بھی ہم آہنگ ہے، جہاں عورت کے ساتھ حسن معاشرت اور رعایت کو خاص اہمیت دی گئی ہے، کیونکہ اس کی نفسیاتی کیفیت تغیر پذیر ہے۔

4۔ عورت کی زبانی صلاحیت اور جذباتی رد عمل

عورت کی نفسیاتی ساخت میں زبان اور اظہار کی قوت کو مرکزی حیثیت حاصل ہے۔ Deborah Tannen نے اپنی تحقیق میں ثابت کیا ہے:

*“Women use language as a primary tool to create intimacy and to process emotions, whereas men often use it for information exchange.”*²⁰

“عورتیں زبان کو قربت قائم کرنے اور جذبات کو سمجھنے کا بنیادی ذریعہ بناتی ہیں، جب کہ مرد عموماً اسے معلومات کے تبادلے کے لیے استعمال کرتے ہیں۔”

اس تحقیق نے عورت کی فطرت میں پوشیدہ اس پہلو کو اجاگر کیا ہے کہ اس کی زبانی صلاحیتیں جذباتی رد عمل کے ساتھ جڑی ہوئی ہیں، جو اسے ایک نفسیاتی طور پر زیادہ اظہار پسند وجود بناتی ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ عورت گفتگو کو جذبات کی رہنمائی کا ذریعہ اور تعلقات کی بقا کی اساس سمجھتی ہے۔

مبحث چہارم: عورت کی نفسیات کو سمجھنے کی ضرورت

عورت کے وجود کو اگر محض معاشرتی کردار یا جسمانی پہلو تک محدود کیا جائے تو اس کی حقیقی معنویت اوجھل ہو جاتی ہے۔ عورت کی شخصیت میں کئی تہیں ہیں: محسوس اور غیر محسوس، کہی اور ان کہی، آشکار اور پوشیدہ۔ انہی میں اس کی نفسیاتی ساخت کے اسرار چھپے ہوئے ہیں۔ ان کی تفہیم کے بغیر نہ ازدواجی سکون ممکن ہے اور نہ ہی معاشرتی توازن۔ قرآن و سنت کی روشنی اور ماہرین نفسیات کی تحقیقات دونوں اس بات پر متفق ہیں کہ عورت کے جذبات کو سمجھنا مرد کے لیے لازمی ہے، ورنہ رشتوں میں بگاڑ اور ذہنی پیچیدگیاں پیدا ہونا ناگزیر ہیں۔

1- عورت کی ان کہی باتوں کی تفہیم

عورت اپنی کیفیات کو ہر وقت الفاظ میں بیان نہیں کرتی۔ اس کے لہجے، خاموشی اور اشارے اس کے دل کی ترجمانی کرتے ہیں۔ قرآن نے عورت کے اس پہلو کی طرف اشارہ کیا ہے:

﴿فَجَاءَتْهُ إِحْدَاهُمَا تَمْشِي عَلَى اسْتِحْيَاءٍ﴾²¹

”ان دونوں میں سے ایک (عورت) اس کے پاس آئی، شرم کے ساتھ چلتی ہوئی۔“

یہاں الفاظ کے بجائے طرز رفتار عورت کی نفسیاتی کیفیت کو ظاہر کر رہا ہے۔ جدید ماہرین ابلاغ کے نزدیک بھی عورت

کی "non-verbal communication" زیادہ مؤثر ہوتی ہے۔ Albert Mehrabian کے مطابق:

"In emotional contexts, more than 90% of communication is non-verbal." ²²

”جذباتی مواقع پر 90 فیصد سے زیادہ ابلاغ غیر لفظی ہوتا ہے۔“

2- عورت کے جذبات اور رویوں کی گہرائی

عورت کی جذباتی دنیا سطحی نہیں بلکہ نہایت گہری ہے۔ قرآن کریم نے ام موسیٰ کی نفسی کیفیت کو بیان کیا:

﴿وَأَصْبَحَ فُؤَادُ أُمِّ مُوسَىٰ فَارِغًا إِن كَادَتْ لَتُبْدِي بِهِ لَوْلَا أَن رَّبَطْنَا عَلَىٰ قَلْبِهَا﴾²³

”اور موسیٰ کی ماں کا دل خالی ہو گیا، قریب تھا کہ وہ ظاہر کر دیتی اگر ہم اس کے دل کو مضبوط نہ کر

دیتے۔“

یہ آیت عورت کی جذباتی شدت اور نفسیاتی نزاکت کو نہایت بلیغ انداز میں بیان کرتی ہے۔ Karen Horney نے عورت کی شخصیت پر تبصرہ کرتے ہوئے کہا:

“The depth of a woman’s emotions often surpasses rational control, reflecting a psyche uniquely attuned to relational bonds.”²⁴

“عورت کے جذبات کی گہرائی اکثر عقلی قابو سے بڑھ جاتی ہے، جو اس کی نفسیات کو رشتہ داری کے تعلقات کے ساتھ خاص طور پر ہم آہنگ بناتی ہے۔”

3- نفسیاتی پیچیدگیوں سے بچاؤ کے طریقے

عورت کی نفسیاتی پیچیدگیوں کو نظر انداز کرنے سے گھریلو تناؤ بڑھتا ہے۔ اسلامی تعلیمات میں نبی کریم ﷺ نے شوہروں کو نصیحت فرمائی:

«لَا يَفْرُكُ مُؤْمِنٌ مُؤْمِنَةً، إِنْ كَرِهَ مِنْهَا خُلُقًا رَضِيَ مِنْهَا آخَرَ»²⁵

“مومن مرد کسی مومنہ عورت سے بغض نہ رکھے، اگر اس کی ایک عادت ناپسند ہو تو دوسری سے راضی ہو جائے۔”

یہ اصول نفسیاتی پیچیدگیوں سے بچاؤ کا بنیادی طریقہ ہے کہ عورت کی کمزوریوں کے ساتھ اس کی خوبیوں کو بھی دیکھا جائے۔ جدید فیملی تھرپائی بھی اسی حقیقت پر زور دیتی ہے کہ مثبت پہلوؤں پر توجہ دینے سے تعلقات میں استحکام پیدا ہوتا ہے۔²⁶

4- مرد کی ذمہ داری: عورت کی نفسیات کی قدر

اسلام نے مرد کو عورت کی نفسیات کو سمجھنے کی خصوصی ذمہ داری دی ہے۔ رسول اکرم ﷺ نے فرمایا:

«خَيْرُكُمْ خَيْرُكُمْ لِأَهْلِيهِ، وَأَنَا خَيْرُكُمْ لِأَهْلِي»²⁷

“تم میں سب سے بہتر وہ ہے جو اپنے اہل خانہ کے لیے بہتر ہے، اور میں اپنے اہل خانہ کے لیے سب سے بہتر ہوں۔”

یہ تعلیم ظاہر کرتی ہے کہ عورت کی نفسیات کو سمجھنا اور اس کی رعایت کرنا محض اخلاقی رویہ نہیں بلکہ دینی معیارِ فضیلت ہے۔ Rollo May نے بھی اس حقیقت کو اپنی فلسفیانہ زبان میں یوں بیان کیا:

“To love a woman is to respect the mystery of her psyche, not to reduce it to male categories of thought.”²⁸

“کسی عورت سے محبت کرنا اس کی نفسیات کے راز کا احترام کرنا ہے، نہ کہ اسے مردانہ فکر کے پیمانوں میں قید کر دینا۔”

بحث پنجم: عورت کی نفسیات اور خوشگوار تعلقات

عورت کے ساتھ تعلقات کی خوشگوازی صرف ظاہری رویوں سے ممکن نہیں بلکہ اس کے باطن اور نفسیاتی جہات کو سمجھنے سے پیدا ہوتی ہے۔ انسانی رشتے محض ذمہ داریوں کا نام نہیں، بلکہ جذبات، احترام اور بصیرت کا امتزاج ہیں۔ قرآن و سنت نے جہاں عورت کو عزت دی ہے، وہیں مرد کو اس کی نفسیات کا لحاظ رکھنے اور نرمی و محبت کے ساتھ برتاؤ کرنے کی تلقین بھی کی ہے۔ جدید ماہرینِ نفسیات بھی اس بات پر متفق ہیں کہ عورت کی شخصیت محبت، ستائش اور عزت کی فضا میں پروان چڑھتی ہے، اور یہی خوشگوار تعلقات کی اساس ہے۔

1۔ محبت اور تحمل سے عورت کی بات سمجھنا

اسلامی تعلیمات نے عورت کے ساتھ نرمی اور محبت کو بنیادی اصول قرار دیا ہے۔ رسول اللہ ﷺ کا فرمان ہے:

«لَا يَفْرُكُ مُؤْمِنٌ مُؤْمِنَةً، إِنْ كَرِهَ مِنْهَا خُلُقًا رَضِيَ مِنْهَا آخَرَ»²⁹

“مومن مرد کسی مومنہ عورت سے بغض نہ رکھے، اگر اس کی ایک عادت ناپسند ہو تو دوسری سے راضی ہو جائے۔”

یہ حدیث تحمل اور برداشت کی تعلیم دیتی ہے، جو عورت کی نفسیات کے احترام کے بغیر ممکن نہیں۔ ماہرِ نفسیات Carl Rogers کے مطابق:

“Empathic listening is the foundation of any loving relationship, especially in marriage.”³⁰

“ہمدردانہ سماعت ہر محبت بھرے تعلق کی بنیاد ہے، خصوصاً ازدواجی زندگی میں۔”

2- عورت کے لیے ستائش اور اہمیت کا احساس

عورت کی نفسیاتی ساخت میں یہ پہلو نہایت نمایاں ہے کہ وہ اپنی قدر اور ستائش چاہتی ہے۔ قرآن نے میاں بیوی کے تعلق کو اس طرح بیان کیا:

﴿وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ﴾³¹

”اور ان کے ساتھ بھلے طریقے سے زندگی بسر کرو۔“

یہ حکم عورت کو عزت دینے اور اس کے وقار کو تسلیم کرنے کا آئینہ دار ہے۔ جدید تحقیق میں بھی اس پہلو پر زور دیا گیا

ہے۔ Gary Chapman اپنی مشہور کتاب **The Five Love Languages** میں لکھتے ہیں:

“Words of affirmation are particularly significant for women; they feed their sense of worth and relational security.”³²

”اظہارِ ستائش عورتوں کے لیے خاص اہمیت رکھتا ہے؛ یہ ان کے احساسِ قدر اور رشتے میں تحفظ کو جلا بخشتا ہے۔“

3- اسلامی تعلیمات میں عورت کی عزت و وقار

اسلام نے عورت کو عزت و وقار کی علامت قرار دیا۔ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

«خَيْرُكُمْ خَيْرُكُمْ لِأَهْلِهِ، وَأَنَا خَيْرُكُمْ لِأَهْلِي»³³

”تم میں سب سے بہتر وہ ہے جو اپنے اہل کے لیے بہتر ہو، اور میں اپنے اہل کے لیے سب سے بہتر ہوں۔“

یہ حدیث عورت کے وقار کو معیارِ فضیلت قرار دیتی ہے۔ اسی زاویے سے اسلامی تہذیب میں عورت کو ماں، بیٹی، بہن

اور بیوی کی حیثیت سے اعزاز بخشا گیا۔ Fazlur Rahman نے بھی اس حقیقت پر روشنی ڈالی ہے کہ اسلامی

معاشرت میں عورت کی تکریم کو محض اخلاقی تقاضا نہیں بلکہ ایک دینی قدر کے طور پر دیکھا گیا ہے۔³⁴

4- گھریلو ہم آہنگی کے لیے مرد کی بصیرت

عورت کی نفسیات کو سمجھے بغیر گھریلو ہم آہنگی ممکن نہیں۔ قرآن نے ازدواجی زندگی کو ”سکون“ کا سرچشمہ قرار دیا:

﴿لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا﴾³⁵ تاکہ تم ان کے پاس سکون پاؤ۔“

یہ سکون مرد کی بصیرت اور عورت کے احترام سے ہی جنم لیتا ہے۔ Erich Fromm نے بھی کہا ہے:

*“Love requires knowledge and effort; without understanding the psychology of the beloved, harmony remains elusive.”*³⁶

”محبت علم اور محنت چاہتی ہے؛ محبوب کی نفسیات کو سمجھے بغیر ہم آہنگی ہمیشہ دسترس سے باہر رہتی ہے۔“

خلاصہ کلام

انسانی معاشرت کے توازن اور پائیداری کے لیے مرد و عورت کا باہمی رشتہ بنیادی اہمیت رکھتا ہے۔ اسلامی تعلیمات نے اس تعلق کو محض صنفی امتیاز یا غالب و مغلوب کے دائرے میں محدود نہیں کیا بلکہ فطرت کے مطابق ایک تکمیلی نظام کے طور پر پیش کیا ہے۔ قرآن و حدیث نے عورت کے نفسیاتی پہلوؤں، اس کی جذباتی نزاکت، لطافت اور حساسیت کو بڑی باریکی کے ساتھ اجاگر کیا ہے۔ عورت کے وجود کو سکون، انسیت اور محبت کا سرچشمہ قرار دیتے ہوئے یہ حقیقت سامنے لائی گئی ہے کہ اس کی نفسیاتی ساخت مرد کی بے قراری کو قرار میں بدلتی ہے۔ اسلامی روایت نے عورت کی عزت و توقیر کو محض اخلاقی فریضہ نہیں بلکہ دینی قدر کے طور پر متعین کیا۔ مرد و عورت کی فطری صلاحیتوں کو ایک دوسرے کی تکمیل سمجھا گیا، نہ کہ تصادم۔ مرد کو قوامیت کی ذمہ داری سونپی گئی جو برتری نہیں بلکہ کفالت اور تنظیمی قیادت کا تقاضا ہے، جب کہ عورت کو اپنی نزاکت اور لطافت کے ساتھ خاندانی زندگی کو سنوارنے کی ذمہ داری عطا کی گئی۔ یوں دونوں کا تعلق "جنس مخالف" نہیں بلکہ "جنس مختلف" کے اصول پر استوار ہوا، جو ایک دوسرے کے بغیر ادھورا ہے۔ ماہرین نفسیات کی تحقیقات بھی اس حقیقت کی تائید کرتی ہیں کہ عورت کے دماغی اور جذباتی نظام میں باریک بینی، مکالمہ پسندی اور تعلق پروری زیادہ نمایاں ہے۔ وہ شوہر کے رویوں کو جلدی محسوس کرتی ہے اور خاموشی یا بے توجہی کو رشتے کی نفی سمجھتی ہے۔ ہارمونی تغیرات اس کے مزاج کو براہ راست متاثر کرتے ہیں اور زبان اس کے جذبات کے اظہار کا سب سے اہم ذریعہ بنتی ہے۔ ان تحقیقات نے عورت کی نفسیات کو ایک پیچیدہ مگر حسین نظام کے طور پر واضح کیا ہے، جسے سمجھنا مرد کے لیے ضروری ہے۔ اسلام نے عورت کی نفسیاتی کیفیات کو نظر انداز کرنے کے بجائے ان کی رعایت کو تعلقات کی بقا اور گھریلو ہم آہنگی کا ضامن قرار دیا۔ شوہروں کو نصیحت کی گئی کہ وہ عورتوں کی خوبیوں کو دیکھیں اور کمزوریوں پر صبر کریں۔ یہ رویہ نفسیاتی پیچیدگیوں سے بچنے کا ذریعہ بنتا ہے۔ عورت کی ان کہی

باتوں، اس کی خاموشی، اور اس کے دل کی گہرائیوں کو سمجھنا مرد کی بصیرت اور فراست کا امتحان ہے۔ خوشگوار تعلقات کے لیے محبت، تحمل اور ستائش کلیدی اصول ہیں۔ عورت اپنی نفسیاتی ساخت کے اعتبار سے عزت، وقار اور اہمیت چاہتی ہے، اور یہی اس کے اعتماد اور محبت کو بڑھاتا ہے۔ قرآن نے میاں بیوی کے تعلق کو سکون اور رحمت کا مرکز قرار دیا، اور سنت نبوی نے بہترین شوہر کو وہ کہا جو اپنی اہلیہ کے لیے سب سے بہتر ہو۔ یہی وہ تعلیم ہے جو ظاہر کرتی ہے کہ عورت کی نفسیات کو سمجھنا اور اس کی قدر کرنا محض ازدواجی کامیابی نہیں بلکہ دینی کمال ہے۔ یوں اسلامی تعلیمات اور جدید نفسیاتی انکشافات دونوں اس نتیجے پر متفق ہیں کہ عورت کا وجود محبت، احترام اور بصیرت کے ساتھ سمجھا جائے تو نہ صرف گھریلو زندگی خوشگوار ہوتی ہے بلکہ معاشرتی توازن اور انسانی تمدن کی بنیاد بھی مضبوط ہو جاتی ہے۔

تجاویز و سفارشات

1. عورت کی نفسیاتی نزاکت کا احترام: مردوں کو چاہیے کہ عورت کے جذبات اور احساسات کو نازک پھول کی مانند سمجھیں اور ان کے ساتھ نرم رویہ اور حکمت عملی اپنائیں۔
2. علم و شعور کی ترغیب: خواتین کو تعلیم و تربیت اور دینی و دنیاوی علم حاصل کرنے کے مواقع فراہم کیے جائیں تاکہ وہ اپنی فطری صلاحیتوں کو نکھار سکیں۔
3. خاندانی تعلقات میں توازن: مرد و عورت دونوں کو ایک دوسرے کی فطرت اور مزاج کو سمجھ کر تحمل اور برداشت کا رویہ اختیار کرنا چاہیے تاکہ گھر کا ماحول خوشگوار اور پرسکون رہے۔
4. معاشرتی عزت و حقوق کا تحفظ: عورت کی عزت، وقار اور حقوق کی حفاظت معاشرے کی ذمہ داری ہے تاکہ وہ اعتماد اور سکون کے ساتھ اپنی زندگی گزار سکے۔
5. باہمی احترام اور محبت کا فروغ: مرد کی بصیرت اور عورت کی نفسیاتی نزاکت کا امتزاج باہمی محبت اور احترام کی بنیاد رکھتا ہے جو خاندان اور معاشرے کی مضبوطی کے لیے ناگزیر ہے۔



حواله جات

- ¹ al-Rūm 30:21
- ² al-Rāzī, Fakhr al-Dīn, Mafātīḥ al-Ghayb (Beirut: Dār al-Fikr, 1981), 25:113
- ³ Al-Qushīrī, Abū al-Ḥusāin, Muslim ibn Ḥajjāj, Ṣaḥīḥ Muslim (Nishā pūr: Dār al-Khilāfā Al-‘Ilmiyya, 1330 AH), 1:2722
- ⁴ al-Nawawī, Yaḥyā ibn Sharaf, Sharḥ Ṣaḥīḥ Muslim (Beirut: Dār al-Ma‘rifa, 1996), 10:58
- ⁵ Al-Qur’ān, Āl ‘Imrān 3:36
- ⁶ Jung, Carl Gustav, Psychological Types (London: Routledge, 1971), 124
- ⁷ al-Taḥrīm 66:4
- ⁸ Beauvoir, Simone de, The Second Sex (New York: Vintage Books, 1974), 211
- ⁹ al-Nisā’ 4:1
- ¹⁰ Abū Dāwūd, Sulaymān ibn al-Ash‘ath, Sunan Abī Dāwūd (Damascus: Dār al-Risāla al-‘Ilmiyya, 2009), 1:236
- ¹¹ al-Nisā’ 4:34
- ¹² al-Rāzī, Fakhr al-Dīn, Mafātīḥ al-Ghayb (Beirut: Dār al-Fikr, 1981), 10:90
- ¹³ Al-Bukhārī, Muḥammad ibn Ismā‘īl, Ṣaḥīḥ al-Bukhārī (Cairo: al-Maṭba‘a al-Salafiyya, 1400 AH), 2:109
- ¹⁴ Nasr, Seyyed Hossein, Islam and the Plight of Modern Man (London: Routledge, 1975), 85
- ¹⁵ al-Baqara 2:187
- ¹⁶ May, Rollo, Love and Will (New York: W.W. Norton, 1969), 174
- ¹⁷ Goleman, Daniel, Emotional Intelligence (New York: Bantam Books, 1995), 153
- ¹⁸ Gottman, John, Why Marriages Succeed or Fail (New York: Simon & Schuster, 1994), 87
- ¹⁹ Brizendine, Louann, The Female Brain (New York: Morgan Road Books, 2006), 42
- ²⁰ Tannen, Deborah, You Just Don’t Understand: Women and Men in Conversation (New York: Ballantine Books, 1990), 45
- ²¹ al-Qaṣaṣ 28:25
- ²² Mehrabian, Albert, Silent Messages (Belmont: Wadsworth, 1971), 77
- ²³ al-Qaṣaṣ 28:10
- ²⁴ Horney, Karen, Feminine Psychology (New York: W.W. Norton, 1967), 128
- ²⁵ Muslim ibn Ḥajjāj, Ṣaḥīḥ Muslim (Nishā pūr: Dār al-Khilāfā Al-‘Ilmiyya, 1330 AH), 1:1090

²⁶ Minuchin, Salvador, *Families and Family Therapy* (Cambridge: Harvard University Press, 1974), 56

²⁷ al-Tirmidhī, Muḥammad ibn ʿĪsā, *Sunan al-Tirmidhī* (Beirut: Dār al-Gharb al-Islāmī, 1998), 3:466

²⁸ May, Rollo, *Love and Will* (New York: W.W. Norton, 1969), 193

²⁹ Muslim ibn Ḥajjāj, *Ṣaḥīḥ Muslim* (Nishā pūr: Dār al-Khilāfā Al-ʿIlmīya, 1330 AH), 1:1090

³⁰ Rogers, Carl, *On Becoming a Person* (Boston: Houghton Mifflin, 1961), 115

³¹ al-Nisā' 4:19

³² Chapman, Gary, *The Five Love Languages* (Chicago: Northfield Publishing, 1992), 72

³³ al-Tirmidhī, Muḥammad ibn ʿĪsā, *Sunan al-Tirmidhī* (Beirut: Dār al-Gharb al-Islāmī, 1998), 3:466

³⁴ Rahman, Fazlur, *Islam* (Chicago: University of Chicago Press, 1979), 37

³⁵ al-Rūm 30:21

³⁶ Fromm, Erich, *The Art of Loving* (New York: Harper & Row, 1956), 89