OPEN ACCESS: Al Khadim Research Journal of Islamic Culture and Civilization
ISSN (ONLINE): 2710-0235 & ISSN (PRINT): 2710-0227
https://www.arjicc.com

سوشل میڈیا سے پیدا ہونے والے مسائل اور ان کا قرآنی حل

Issues arising from social media and their Quranic solutions

Dr. Saeeda Bano
Assistant Professor, Department of Islamic Studies, GCWUF.
Email: saeedabano@gcwuf.edu.pk

Shiza Munawer
MPhil Scholar, Department of Islamic Studies, GCWUF.
Email: shizamunawer10@icloud.com

Alvia Fatima
MPhil Scholar, Department of Islamic Studies, GCWUF.
Email: alviafatima05@gmail.com

Received on: 06-01-2025 Accepted on: 09-02-2025

Abstract

In today's modern era, where man has reached space from the earth with new inventions, man has also been able to hold the entire world in his hand through a modern invention. Through mobile phones and the Internet, man has also been connected to social media, through which man has been able to convey his ideas and thoughts to other people. He has also started to preach his religion and reform others through it in a modern way. But where one thing has immense positive effects, similarly, it also has a sea of hidden negative effects, which instead of taking man on the path of progress, it keeps on putting him in decline. But by aligning social media usage with Quranic ethics, users can mitigate harm and promote a culture of respect, integrity and spiritual mindfulness.

Keywords: Social media, issues, Quranic solutions

سوشل میڈیا کے زیادہ استعمال سے نا صرف انسانی صحت خراب ہوتی ہے بلکہ عصر حاضر میں یہ فحاشی و بے حیائی پھیلانے میں بھی نمایاں کردار ادا کر رہی ہے۔اس سے جھوٹی خبروں کی اشاعت و نفرت امیز مواد کی تشہیر کی جاری ہے جس سے نوجوانوں میں غلط عقائد جنم لے رہے ہیں۔یہ گناہوں کے ارتکاب کا سبب بن رہا ہے کیونکہ انسان جس چیز کو اپنے سامنے ہوتا دیکھتا ہے وہی چیز پھر وہ اپنی زندگی میں شامل کر لیتا ہے جس کا اسے اندازہ تک نہیں ہوتا جیسا کہ اگر وہ اپنے سامنے ہر وقت لڑائی جھگڑے کو دیکھے گا تو اس کے اندر بھی وہی انتشار پیدا ہو جائے گا۔سوشل میڈیا سے خاندانی بگاڑ کا بھی سبب ہے اور ایک ہی خاندان کے لوگ ایک دوسرے کے ساتھ ہوتے ہوئے بھی نہایت دوری محسوس کرتے ہیں۔اس سے ان نوجوانوں کے وقت کا ضیاع ہوتا ہے جس کی وجہ سے نوجوان نسل اپنے مستقبل پر دھیان دینے کی بجائے موبائل فون میں مدحوش رہتی ہے۔اس کے علاوہ بھی سوشل میڈیا اپنے اندر بے پناہ نقصانات کو سمائے ہوئے ہے جس میں سے چند کی تفصیل درج ذیل ہیں۔

سوشل میڈیا فحاشی و بے حیائی کا سبب

سوشل میڈیا کے ذریعے فلمی اداکاروں کو دیکھتے ہوئے پاک باز و پاک دامن عورتیں بھی ان اداکاروں کی راہ اختیار کرتے ہوئے ان جیسے کپڑے زیب تن کرتیں ہیں اور تمام تر غیر شرعی کام جیسے کے چہرے کے بال اکھیڑنا، بھویں منڈوانا، میک اپ کر کے ننگے منہ بازاروں میں گشت کرنا، دوپٹے کو سر کی زینت بنانے کی بجائے گلے میں پھندے کی طرح ڈالنا، غیر محرم مردوں سے خلوت اختیار کرنا، باریک لباس زیب تن کرنا وغیرہ اختیار کرتے ہوئی اپنے دین کو پس پشت ڈال دیتیں ہیں۔ان سب سے معاشرے میں بے حیائی بڑھتی ہے اور بے حیائی کے بڑھنے سے گناہ کا ارتکاب کرنا آسان ہوتا ہے۔

"ایک دور تھا جب ایک بیٹی پورے معاشرے کی بیٹی اور ایک بہن پورے معاشرے کی بہن، ایک ماں پورے معاشرے کی ماں ہوتی تھی لیکن اب سوچ کا رخ بدل چکا ہے۔اس دور میں اگر کسی کی شیطانی نگاہ کسی خاتون کی طرف اٹھ جاتی تو چند لحظوں بعد جھجک آڑے آجاتی تھی۔عورتیں بھی یوں بے محابا نہیں پھرتی تھیں کہ ہر کسی کو دعوتِ نظارہ دے رہی ہوں۔یہی وجہ ہے کہ تب گینگ ریپ، بھونڈی بازی، آواز کسنے کا تصور بہت کم تھا لیکن ذرائع ابلاغ میں فحاشی کی یلغار نے بہت سے مسائل کھڑے کر دیئے ہیں۔ٹی وی سکرین پر نظر جما کر مسکراتی تھرکتی عورتوں کو دیکھنے اور ان کے حسن کی تعریف کرنے کے ذوق نے مردوں سے حیا ختم کر دی ہے۔"(1)

دورِ جدید میں اب ٹی وی کی جگہ بھی موبائل فون میں موجود سوشل میڈیا نے لے لی ہے اب ہر قسم کی بے حیائی و فحاشی اس کے ذریعے بچوں بوڑھوں میں پھیلائی جاتی ہے۔جس کی وجہ سے نئی نسلیں اپنے دین سے غافل ہوتے ہوئے کفار کے راہ پر گامزن ہو رہی ہیں۔

فحاشی و بے حیائی کا حل قرآن کی رو سے

فحاشی و بے حیائی کی سخت مذمت قرآن وحدیث میں کی گئی ہے، یہ گناہوں کی طرف گامزن کرنے میں راستہ ہموار کرتی ہے۔اس سے معاشرے میں بگاڑ پیدا ہوتا ہے اور اس کی بدولت معاشرے میں سے بڑے چھوٹے کا لحاظ ختم ہوتا دیکھائی دیتا ہے۔اس سے نا صرف یہ کہ دنیا میں رسوائی برداشت کی جاتی ہے بلکہ اس سے آخرت میں بھی سخت عذاب نازل ہو گا، جیساکہ قرآن مجید میں ہے کہ :

﴿اِنَّ الَّذِیْنَ یُحِبُّوْنَ اَنْ تَشِیْعَ الْفَاحِشَةُ فِی الَّذِیْنَ اٰمَنُوْا لَهُمْ عَذَابٌ اَلِیْمٌ فِی الدُّنْیَا وَالْاٰخِرَةِ وَاللّٰهُ یَعْلَمُ وَاَنْتُمْ لَا تَعْلَمُوْنَ﴾(2)

"اور جو لوگ اس بات کو پسند کرتے ہیں کہ مومنوں میں بے حیائی یعنی (تہمت بدکاری کی خبر) پھیلے ان کو دنیا اور آخرت میں دکھ دینے والا عذاب ہو گا۔اور خدا جانتا ہے اور تم نہیں جانتے۔"

سورت نور جو کہ حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا کی پاکبازی اور ان کی معصومیت کو ظاہر کرنے کے لیے نازل ہوئی، اس سورت میں بے حیائی کے لیے فاحشۃ کا لفظ استعمال ہوا ہے۔

﴿وَلَا تَقْرَبُوا الزِّنٰۤی اِنَّهٗ كَانَ فَاحِشَةً وَّسَآءَ سَبِیْلًا﴾(3)

"اور بدکاری کے پاس نہ جاؤ بیشک وہ بے حیائی ہے، اور بہت ہی بری راہ ہے۔"

اس آیت کریمہ میں زنا کو فحاشی کہا ہے اور آدمی زنا جیسے قبیح فعل پر تب اتراتا ہے جب اس سے حیا ختم ہو جاتی ہے اس لئے فحاشی کا معنی بے حیائی کیا جاتا ہے۔(4) فحاشی جسے زنا کے برابر قرار دیا گیا ہے، ایسا شخص دنیا میں بھی رسوائی کا سامنا کرتا ہے، قبر کے عذاب میں مبتلا رہتا ہے اور آخرت میں بھی ایسا شخص دردناک عذاب سے دوچار ہوگا۔ اس کی روک تھام کے لیے قرآن کیا خوبصورت تجویز دیتا ہے، ارشاد ربانی تعالیٰ ہے کہ :

﴿وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَلْيَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلَىٰ جُيُوبِهِنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعُولَتِهِنَّ أَوْ آبَائِهِنَّ أَوْ آبَاءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ أَبْنَائِهِنَّ أَوْ أَبْنَاءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنِي إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنِي أَخَوَاتِهِنَّ أَوْ نِسَائِهِنَّ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُنَّ أَوِ التَّابِعِينَ غَيْرِ أُولِي الْإِرْبَةِ مِنَ الرِّجَالِ أَوِ الطِّفْلِ الَّذِينَ لَمْ يَظْهَرُوا عَلَىٰ عَوْرَاتِ النِّسَاءِ وَلَا يَضْرِبْنَ بِأَرْجُلِهِنَّ لِيُعْلَمَ مَا يُخْفِينَ مِنْ زِينَتِهِنَّ وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهَ الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ﴾(5)

"اور اپنا بناؤ نہ دکھائیں مگر جتنا خود ہی ظاہر ہے اور وہ دوپٹے اپنے گریبانوں پر ڈالے رہیں، اور اپنا سنگھار ظاہر نہ کریں مگر اپنے شوہروں پر یا اپنے باپ یا شوہروں کے باپ یا اپنے بیٹوں یا شوہروں کے بیٹے یا اپنے بھائی یا اپنے بھتیجے یا اپنے بھانجے یا اپنے دین کی عورتیں یا اپنی کنیزیں جو اپنے ہاتھ کی ملک ہوں یا نوکر بشر طیکہ شہوت والے مرد نہ ہوں یا وہ بچے جنہیں عورتوں کی شرم کی چیزوں کی خبر نہیں اور زمین پر پاؤں زور سے نہ رکھیں کہ جانا جائے ان کا چھپا ہوا سنگھار اور اللہ کی طرف توبہ کروائے مسلمانو! سب کے سب اس امید پر کہ تم فلاح پاؤ۔"

اللہ تعالیٰ عورت کو بناؤ سنگھار کی اجازت دیتا ہے لیکن اس کی کچھ حدود مقرر کر دی گئی ہیں اور یہ حدود عورت کی حفاظت کے لیے ہی ہیں۔ جیسا کہ عورت کو اس چیز کی اجازت رب تعالیٰ نہیں دیتا کے وہ بناؤ سنگھار کر کے نامحرم آدمیوں کے سامنے آئے اور بے حیائی پھیلاتے ہوئے خود فحاشی (زنا) کی دعوت دیں۔ وہ اپنے محرم کے سامنے اور صرف ان کے لیے ہی بناؤ سنگھار کر سکتی ہیں۔ فحاشی اور بے حیائی کی مذمت صرف قرآن مجید ہی نہیں کرتا بلکہ اس سے پہلی الہامی کتب میں بھی اس گناہ سے منع فرمایا گیا ہے اور تمام تر انبیاء و رسل نے بھی اس سے باز رہنے کی تلقین کی۔ حضرت ابو مسعود انصاری رضی اللہ عنہ نے بیان کیا کہ نبی کریم ﷺ نے فرمایا ہے کہ :

((إن مما ادرك الناس من كلام النبوة الاولى إذا لم تستحي فاصنع ما شئت))(6)

"اگلے پیغمبروں کا کلام جو لوگوں کو ملا اس میں یہ بھی ہے کہ جب شرم ہی نہ رہی تو پھر جو جی چاہے وہ کرے۔"

انسان کی نظروں میں جب تک شرم اور اس کے وجود میں جب تک حیا باقی رہتی ہے تو انسان غلط کاموں سے بچا رہتا ہے، لیکن جیسے ہی وہ اپنے وجود سے شرم وحیا کی چادر کو اتار پھینکتا ہے تو اسے کسی بھی غلط کام میں برائی نظر نہیں آتی اس کی نظروں میں ہر کام جائز ہوتا ہے اور وہ بغیر کسی خوف کے گناہوں کی راہ پر گامزن ہو جاتا ہے۔

نماز کے ذریعے بے حیائی کا خاتمہ

نماز جو کہ ہر مسلمان مرد و عورت پر دن میں پانچ مرتبہ فرض ہے، یہ بھی رب تعالیٰ کی ایسی نعمت ہے جس کے ذریعے انسان بے حیائی سے بچا رہتا ہے۔ جیسا کہ قرآن مجید میں ارشاد ہے کہ :

﴿وَأَقِمِ الصَّلٰوةَ إِنَّ الصَّلٰوةَ تَنْهٰى عَنِ الْفَحْشَآءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللهِ أَكْبَرُ وَاللهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُوْنَ﴾(7)

"اور نماز کے پابند رہو۔ کچھ شک نہیں کہ نماز بے حیائی اور بری باتوں سے روکتی ہے۔ اور اللہ کا ذکر بڑا (اچھا کام) ہے۔ اور جو کچھ تم کرتے ہو اللہ اُسے جانتا ہے۔"

انسان جب اللہ تعالیٰ کے ذکر میں خشوع و خضوع کے ساتھ مشغول رہتا ہے تو انسان دنیا کی باقی خرافات سے دور رہتا ہے جب وہ اللہ تعالیٰ کے ذکر میں مصروف رہتا ہے تو اسے اللہ تعالیٰ کے معبود ہونے میں پختہ یقین ہوتا چلا جاتا ہے، وہ اس بات پر یقین کر لیتا ہے اللہ تعالیٰ کی ذات اس کی شہ رگ سے بھی زیادہ قریب ہے اور وہ اپنے بندے کے ہر کام کو دیکھ رہا ہے، اس عقیدے کو رکھتے ہوئے وہ برائیوں اور فحاشی کے کاموں سے کنارہ کر لیتا ہے۔

نظروں سے گناہوں کا ارتکاب

سوشل میڈیا پر مرد اور عورت دونوں ہی بھرپور طریقے سے حصہ لے رہے ہیں، جہاں عورتیں بے حیائی پھیلا رہی ہیں وہاں ہی مرد بھی مختلف ویڈیو بنا کر شائع کرتے ہوئے اپنا کردار نہایت باخوبی سرانجام دے رہے ہیں۔ سوشل میڈیا ہر شخص کی پہنچ میں ہے یہاں تک کے بچے اور بوڑھے بھی اس میں مشغول رہ کر اپنا قیمتی وقت ضائع کرنے میں مصروف ہیں۔ بچے سوشل میڈیا پر مرد و زن دونوں کو ایک ساتھ بیشتر جگہوں پر دیکھتے ہیں جس کی وجہ سے وہ بچپن سے ہی اس چیز کو گناہ تو کیا بلکہ سرے سے ہی غلط نہیں سمجھتے جس کی وجہ سے وہ جوانی میں ایسے گناہوں کی طرف مائل ہو جاتے ہیں۔

"نظر میں بے احتیاطی حفظ فروج سے غفلت کا سبب ہے جب انسان غلط جگہ نظر کرتا ہے تو برائی کی طرف میلان ہونے کا خدشہ ہوتا ہے۔"(8)

نظر ہی ہے جو انسان کو برائیوں کی طرف مائل کرتی ہے، وہ کوئی بھی غیر شرعی کام دیکھتا چلا جاتا ہے تو کچھ عرصے کے بعد اس کے دل میں بھی اس گناہ کی آرزو پیدا ہونے لگتی ہے۔

نظروں سے گناہوں کے ارتکاب کا حل

ہر برائی نظروں کے ذریعے سے ہی شروع ہوتی ہے، اگر نامحرم کو دیکھا جائے جس پر دوسری نظر ڈالنا حرام قرار دیا گیا ہے تو تب اس کی حسرت انسان کی دل میں آتی ہے اور وہ اس کی طرف مائل ہوتا ہے، اسی طرح وہ پہلے چھوٹے اور پھر بڑے گناہوں کی راہ پر گامزن ہوتا چلا جاتا ہے۔ اس لیے ہی نظروں کی حفاظت کا حکم اللہ تعالیٰ نے دیا ہے ارشاد ربانی تعالیٰ ہے کہ:

﴿قُلْ لِّلْمُؤْمِنِيْنَ يَغُضُّوْا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوْا فُرُوْجَهُمْ ذٰلِكَ أَزْكٰى لَهُمْ إِنَّ اللهَ خَبِيْرٌ بِمَا يَصْنَعُوْنَ وَقُلْ لِّلْمُؤْمِنٰتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوْجَهُنَّ﴾(9)

"مومن مردوں سے کہہ دو کہ اپنی نظریں نیچی رکھا کریں اور اپنی شرم گاہوں کی حفاظت کیا کریں۔ یہ ان کے لئے بڑی پاکیزگی کی بات ہے

اور جو کام یہ کرتے ہیں خدا ان سے خبر دار ہے۔ اور مومن عورتوں سے بھی کہہ دو کہ وہ بھی اپنی نگاہیں نیچی رکھا کریں اور اپنی شرم گاہوں کی حفاظت کیا کریں۔"

انسان اپنی نظروں کی حفاظت کرتا ہے تو وہ اپنے آپکو گناہوں سے بچائے رکھتا ہے، راستوں اور بازاروں کا حق بھی یہ ہے کہ انسان نظروں کو جھکا کر رکھے اور کسی بھی نامحرم پر دوسری نظر کو نہ ڈالا جائے۔ حضور ﷺ نے بھی نظر کی حفاظت کرنے کی تلقین کی، حضرت بریدہ رضی اللہ عنہ کہتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے حضرت علی رضی اللہ عنہ سے کہا:

((یا علی، لا تتبع النظرة النظرة، فإن لك الاولى وليست لك الآخرة))[10]

"علی! (اجنبی عورت پر) نگاہ پڑنے کے بعد دوبارہ نگاہ نہ ڈالو کیونکہ پہلی نظر تو تمہارے لیے جائز ہے، دوسری جائز نہیں۔"

انسان کو معلوم نہیں ہوتا کہ اس کے آگے کون لوگ ہیں مرد ہے یا عورت، لیکن پہلی نظر دیکھنے کے بعد اسے معلوم ہو جاتا ہے کہ آگے ایک نامحرم ہے یہ جاننے کے بعد اس کے اختیار میں ہوتا ہے کہ وہ اپنی نظر کو جھکالے اور دوبارہ نامحرم کو نہ دیکھے۔ زنا کبیرہ گناہوں میں سے ایک گناہ ہے، اور نظروں کو بار بار نامحرم پر ڈالنا بھی نظروں کا زنا ہے۔ حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ نے نبی کریم ﷺ سے نقل کیا ہے کہ:

((إن الله كتب على ابن آدم حظه من الزنا ادرك ذلك لا محالة، فزنا العين: النظر، وزنا اللسان: المنطق، والنفس: تمنى وتشتهي، والفرج: يصدق ذلك كله ويكذبه))[11]

"اللہ تعالیٰ نے انسانوں کے معاملہ میں زنا میں سے اس کا حصہ لکھ دیا ہے جس سے وہ لامحالہ دوچار ہو گا پس آنکھ کا زنا دیکھنا ہے، زبان کا زنا بولنا ہے، دل کا زنا یہ ہے کہ وہ خواہش اور آرزو کرتا ہے پھر شرمگاہ اس خواہش کو سچا کرتی ہے یا جھٹلا دیتی ہے۔"

جیسے غلط بات بولنے سے زبان کا زنا سرزد ہوتا ہے، ناجائز خواہش کرنا اور اس کی تکمیل دل کا زنا ہے اسی طرح آنکھوں سے ان چیزوں کو دیکھنا جو اللہ تعالیٰ کی طرف سے حرام کردہ ہیں ان کو دیکھنا بھی نگاہوں کا زنا ہے۔ اس لیے نظروں کی حفاظت نہایت ضروری ہے یہ آنکھیں ہی ہیں جو قیامت کے روز اپنے خالق و مالک اللہ تعالیٰ کا دیدار کریں گی اگر یہ دنیا میں ہی زنا کریں گی تو کیسے آخرت میں اس پاک رب تعالیٰ کا دیدار کر سکیں گی۔

جھوٹی خبروں کی اشاعت

سوشل میڈیا نے جھوٹ اور سچ کا فرق ہی مٹا دیا ہے، انسان ہر جھوٹی و سچی خبر پر یقین کر لیتا ہے بغیر اس خبر کی تحقیق کیے جس سے معاشرے میں جھوٹ کو فروغ حاصل ہوتا ہے۔ جو لوگ سب سے پہلے ان خبروں کو شائع کرتے ہیں ان لوگوں کو خود معلوم نہیں ہوتا کہ آیا یہ خبر سچی اور حقائق پر مبنی ہے بھی یا نہیں۔

"جھوٹی خبریں معاشرے میں ہمیشہ موجود رہی ہیں۔ ان جعلی خبروں کے پیچھے سیاسی اور عسکری مقاصد کے لیے منظم پروپیگنڈا کا ہاتھ بھی ہو سکتا ہے اور بیمار ذہن کے افراد محض سنسنی اور افراتفری پھیلانے کے لیے بھی ان کی ترسیل کر سکتے ہیں۔ سوشل میڈیا پر منافع بھی سنسنی خیز

جعلی خبروں، غلط مگر دل چسپ تاریخی اور من گھڑت مذہبی واقعات کی ترسیل کو پُرکشش بناتا ہے۔ اس میں ضرر رساں پہلو یہ ہے کہ انھیں پھیلانے والے نیٹ ورک میں اکثر ان لوگوں کا حصہ ہوتا ہے جنھیں خود نہیں معلوم ہوتا کہ خبر جھوٹی ہے۔ وہ مذہبی عقیدت یا قومی خدمت کے جذبے سے سرشار ہوتے ہیں۔ اور ایسا اس لیے ہوتا ہے کہ ہمارے دین نے ابلاغ کے جو اصول واضح کیے ہیں اور اس حوالے سے جو عالمی اصول موجود ہیں، ان سے واقفیت عام معاشرے میں تو کیا پڑھے لکھے افراد میں بھی نہ ہونے کے برابر ہے۔ اس سے معاشرے میں انتشار پھیل رہا ہے۔ نسل پرستی، انتہا پسندی یہاں تک کہ دہشت گردی میں بھی کئی گنا اضافہ ہو رہا ہے۔ یہ موجودہ دور کا ایک ایسا چیلنج ہے جس سے نبرد آزما ہونا وقت کی ایک اہم ضرورت بن چکی ہے۔"(12)

نا صرف خبریں بلکہ جھوٹی و من گھڑت احادیث بھی لوگ اب تیزی سے سوشل میڈیا پر پھیلانے میں مصروف ہوگئے ہیں، اس کے ساتھ ساتھ اقوال اور نصیحتوں کو بھی مقدس شخصیات کے ساتھ منسلک کر کے بیان کیا جاتا ہے اور یہ سب کرنے کے بعد انسان یہ سمجھتا ہے کہ اس نے تبلیغ کا ایک اہم فریضہ سرانجام دے دیا ہے۔ اس کے اِس فعل سے نا جانے کتنے لوگوں میں دین کی غلط معلومات پہنچ جاتی ہے جو ان کہ اصلاح کی بجائے بگاڑ کا سبب بنتی ہیں۔

"ذرائع ابلاغ کے نفسیاتی حربے جھوٹ کو لوگوں کے ذہنوں میں سچ کی طرح راسخ کر دیتے ہیں۔ تہذیب اور بد تہذیبی کے معانی بدل دیتے ہیں۔ اخلاق کے کسی بھی پہلو کو معاشرے کی لغت سے خارج کر دینا ان کے لیے کچھ مشکل نہیں، وہ پروپیگنڈے کی کامیاب صنعت استعمال کرتے ہیں۔"(13)

یہ سب انجانے میں بھی ہونا عین ممکن ہے لیکن اس چیز کا بھی امکان ہے کہ غیر مسلم، مسلمانوں کے خلاف سازش کرتے ہوئے اس نئے حربے کو اپنائے ہوئے ہوں جس میں مسلمان بھی اپنا کردار ادا کرتے ہوئے دیکھائی دیتے ہیں، کیونکہ وہ بغیر تصدیق کی اس معلومات کو دیگر لوگوں تک پہنچا رہے ہوتے ہیں۔

جھوٹی خبروں سے نجات کا قرآنی حل

جھوٹ ایک ایسی بیماری ہے جو معاشرہ میں بگاڑ پیدا کرتی ہے۔ لوگوں کے درمیان لڑائی، جھگڑے کا سبب بنتی ہے اور یہ دو آدمیوں کے درمیان عداوت و دشمنی کو پروان چڑھاتی ہے اور اس سے آپس میں نا چاقی بڑھتی ہے۔ اس لیے ضروری ہے کے کسی بھی معلومات کو آگے پھیلانے سے پہلے اس کی تصدیق کر لی جائے کے وہ معلومات درست بھی ہے یا نہیں۔ قرآن مجید میں ہے کہ :

﴿وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ ۚ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَـٰئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا﴾(14)

اور (اے بندے) جس چیز کا تجھے علم نہیں اس کے پیچھے نہ پڑ۔ کہ کان اور آنکھ اور دل ان سب (جوارح) سے ضرور باز پرس ہو گی۔

جھوٹ اس قدر بڑا گناہ ہے کے جھوٹے شخص کو منافق کا درجہ دیا گیا ہے اور منافق ایسا شخص ہے جسے قیامت کے روز جہنم کے آخری حصے درک میں ڈالا جائے گا جہاں سے نہ ہی وہ نکل سکے گا اور نہ ہی اس کی کوئی مدد کر سکے گا۔ منافق کی نشانیاں بتاتے ہوئے آپ ﷺ نے فرمایا ہے کہ :

((آية المنافق ثلاث، إذا حدث كذب، وإذا وعد اخلف، وإذا اؤتمن خان)) [15]

"منافق کی علامتیں تین ہیں۔ جب بات کرے جھوٹ بولے، جب وعدہ کرے اس کے خلاف کرے اور جب اس کو امین بنایا جائے تو خیانت کرے۔"

صرف یہی نہیں کہ ایسا جھوٹ جس میں فساد و بگاڑ اور ایک آدمی پر اس جھوٹ سے ظلم ہو رہا ہو وہی ممنوع ہے، بلکہ لطف اندوزی اور ہنسنے ہنسانے کے لیے بھی جھوٹ بولنا ممنوع ہے۔ اور اس طرح کی بے شمار تحریریں اور وڈیو سوشل میڈیا پر موجود ہوتی ہیں جن میں جھوٹ کے علاوہ کچھ نہیں ہوتا اس کی بھی سخت ممانعت کی گئی ہے۔ کیونکہ جھوٹ کسی بھی قسم کا ہو وہ جھوٹ ہی کہلایا جاتا ہے۔ حضرت معاویہ بن حیدہ رضی اللہ عنہ کہتے ہیں کہ میں نے نبی اکرم ﷺ کو فرماتے سنا ہے کہ :

((ویل للذی یحدث بالحدیث لیضحك به القوم فیکذب، ویل له ویل له)) [16]

تباہی و بربادی ہے اس شخص کے لیے جو ایسی بات کہتا ہے کہ لوگ سن کر ہنسیں حالانکہ وہ بات جھوٹی ہوتی ہے تو ایسے شخص کے لیے تباہی ہی تباہی ہے۔

اس کے علاوہ ایک نئی چیز جو سوشل میڈیا پر دیکھنے کو ملتی ہے وہ پرینک ہیں یہ بھی دوسروں کو ہنسانے کے لیے کیے جاتے ہیں لیکن اس میں بھی جھوٹ سے مدد لی جاتی ہے اور دوسروں کو تکلیف دیتے ہوئے ان کا مذاق اڑایا جاتا ہے۔ جس شخص کا مذاق بنایا جاتا ہے اسے حقیر سمجھا جاتا ہے اور خود کو برتر اس لیے قرآن مجید میں اس چیز کو بھی واضح طور پر منع کیا گیا ہے۔ قرآن مجید میں ہے کہ :

﴿يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّنْ قَوْمٍ عَسٰٓى اَنْ يَّكُوْنُوْا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَآءٌ مِّنْ نِّسَآءٍ عَسٰٓى اَنْ يَّكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوْٓا اَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوْا بِالْاَلْقَابِ بِئْسَ الِاسْمُ الْفُسُوْقُ بَعْدَ الْاِيْمَانِ وَمَنْ لَّمْ يَتُبْ فَاُولٰٓئِكَ هُمُ الظّٰلِمُوْنَ﴾ [17]

"اے ایمان والو نہ مرد مردوں سے ہنسیں عجب نہیں کہ وہ ان ہنسنے والوں سے بہتر ہوں اور نہ عورتیں عورتوں سے دُور نہیں کہ وہ ان ہنسنے والیوں سے بہتر ہوں اور آپس میں طعنہ نہ کرو اور ایک دوسرے کے بُرے نام نہ رکھو کیا ہی بُرا نام ہے مسلمان ہو کر فاسق کہلانا اور جو توبہ نہ کریں تو وہی ظالم ہیں۔"

قرآن مجید میں ایک دوسرے کا مذاق اڑانے کے ساتھ ساتھ طعنہ دینے اور برا نام رکھنے سے بھی منع کیا گیا ہے۔ مذاق اڑانے کا عمومی مقصد کسی عام و خاص شخص کی تحقیر کرنا اور اسے کم تر مشہور کرنا ہوتا ہے۔ اس کے پیچھے تکبّر کا رویہ کار فرماں ہوتا ہے۔ دوسری جانب تکبّر کی قرآن و حدیث میں سخت الفاظ میں مذمت بیان ہوئی ہے۔

خود نمائی و ریاکاری کا رجحان

ریاکاری اخلاص کی ضد ہے اور شرکیہ عمل ہے۔ ریا کا مطلب ہے کہ اللہ تعالیٰ کے علاوہ دوسروں کو دکھانے کے لئے عمل کرنا جبکہ اخلاص کہتے ہیں اللہ تعالیٰ کی رضا اور اس کی قربت حاصل کرنے کے لئے عمل کرنا۔ ریا میں اللہ تعالیٰ کی رضا شامل نہیں ہوتی، وہاں عمل کرنے کا مقصد دکھاوا، شہرت، تعریف، قدر و منزلت اور دنیاوی منفعت کا حصول ہوتا ہے، اور ان مقاصد کی بنیاد پر کیا گیا عمل اللہ تعالیٰ کے نزدیک

مردود و باطل ہے۔

"ہر شخص ظاہر بینی میں دوسروں پر سبقت لے جانا چاہتا ہے۔ نوبت یہاں تک پہنچ چکی ہے کہ عبادات جو کہ خالصتاً اللہ تعالیٰ کیلئے مخصوص ہیں ان میں بھی ریاکاری کا عنصر غالب نظر آتا ہے۔ ایک عام مسلمان کی ترجیح صرف مادی ضروریات اور آسائشات ہیں۔ وہ دین کے باطنی علم اور عبادات کی حقیقت کو جاننے کی کوشش ہی نہیں کرتا۔ احکامِ الٰہی کے مطابق مال تو خرچ کرتا ہے لیکن چونکہ اُسے اللہ کی رضا کی پرواہ نہیں ہوتی اس لیے ریاکاری کے جال میں پھنس جاتا ہے۔ اس میں صدقات، عطیات، خیرات اور عیدالاضحی کی قربانی خاص طور پر قابل ذکر ہیں مثلاً قربانی کا جانور خریدتے وقت اللہ کی رضا کی بجائے لوگوں اور رشتہ داروں کا خیال پیشِ نظر ہو کہ اگر زیادہ جانور قربان نہ کیے گئے تو لوگ کیا کہیں گے یا پھر قربانی کے جانوروں کو اشتہار کی طرح اپنی شہرت کیلئے استعمال کیا جاتا ہے۔ اسی طرح مالی تعاون میں جہاں شہرت کا امکان نہیں ہوتا وہاں خرچ بھی نہیں کیا جاتا البتہ جہاں شہرت کا حصول ہو اور ہر طرف سے تعریف ہو رہی ہو، تصاویر اُتر رہی ہوں، ریکارڈنگ ہو رہی ہو، نام کا ڈنکا بجے تو ایک ریاکار کے لیے اس جگہ خرچ کرنا آسان ہو جاتا ہے۔ یہاں تک کہ بسا اوقات مجمع کے سامنے بڑی بڑی رقوم سے امداد کا اعلان کیا جاتا ہے اور بعد میں رقم نہیں بھیجی جاتی۔ یہ سب ریاکاری ہی ہے۔"(18)

سوشل میڈیا نے ریاکاری اور خود نمائے کو مزید ابھار دیا ہے، اگر کوئی شخص ہجوم سے بچتا ہوا نکل بھی جاتا ہے تو وہ سوشل میڈیا میں لوگوں کے سمندر جیسے ہجوم میں آ پھنستا ہے اور نہایت شوق سے خود نمائی کرتے ہوئے دوسروں کو اپنے سے کم تر قرار دینے میں لگا رہتا ہے۔ اس سے دوسرے لوگوں میں احساس کمتری بھی پیدا ہوتی ہے جس کی وجہ سے وہ اپنے معبود کی ناشکری کی راہ پر گامزن ہو جاتے ہیں۔

خود نمائی و ریاکاری کا حل قرآن مجید کی روشنی میں

سوشل میڈیا ایسی جگہ بن گئی ہے جہاں نمود و نمائش سے بھی کام لیا جانے لگا ہے اور نا صرف یہ بلکہ ریاکاری و خود نمائی بھی کی جاتی ہے تاکہ لوگوں کی نظروں میں خود کو برتر ثابت کیا جا سکے۔ نا صرف یہ کہ جوتوں و کپڑوں کی نمود و نمائش کی جائے بلکہ انسان اس قدر غافل ہو چکا ہے کہ وہ اپنی عبادات بھی لوگوں کے سامنے ان کی نظروں میں اونچا بننے کے لیے کرتا ہے۔ صدقہ و خیرات ہوں یا روزہ و حج انسان اس قدر دنیا میں غافل ہو چکا ہے کے اس کی نماز سے بھی ریاکاری جھلکتی ہوئی نظر آتی ہے۔ قرآن مجید میں ہے کہ:

﴿وَالَّذِيْنَ يُنْفِقُوْنَ اَمْوَالَهُمْ رِئَآءَ النَّاسِ وَلَا يُؤْمِنُوْنَ بِاللّٰهِ وَلَا بِالْيَوْمِ الْاٰخِرِ وَمَنْ يَّكُنِ الشَّيْطٰنُ لَهٗ قَرِيْنًا فَسَآءَ قَرِيْنًا﴾(19)

"اور وہ جو اپنے مال لوگوں کے دکھاوے کو خرچ کرتے ہیں اور ایمان نہیں لاتے اللہ اور نہ قیامت پر، اور جس کا مصاحب شیطان ہوا، تو کتنا برا مصاحب ہے۔"

جب ایک عبادت اس معبود کے لیے ہوگی ہی نہیں جس کا حق ہے، جس نے جن و انسان کو محض اپنی عبادت کے لیے ہی پیدا فرمایا ہے تو ایسے شخص کے اعمال بے کار ہوں گئے ان کا اجر اسے کسی بھی صورت میں نہیں دیا جائے گا کیونکہ وہ عبادات لوگوں کو محض دیکھانے کے لیے ہوں گی اور ایسی عبادات اللہ تعالیٰ کو ہرگز ناپسند ہیں۔

﴿يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا لَا تُبْطِلُوْا صَدَقٰتِكُمْ بِالْمَنِّ وَالْاَذٰى كَالَّذِيْ يُنْفِقُ مَالَه رِئَآءَ النَّاسِ وَلَا يُؤْمِنُ بِاللّٰهِ وَالْيَوْمِ الْاٰخِرِ فَمَثَلُه كَمَثَلِ صَفْوَانٍ عَلَيْهِ تُرَابٌ فَاَصَابَه وَابِلٌ فَتَرَكَه صَلْدًا لَا يَقْدِرُوْنَ عَلٰى شَيْءٍ مِّمَّا كَسَبُوْا وَاللّٰهُ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الْكٰفِرِيْنَ﴾[20]

"مومنو! اپنے صدقات (وخیرات) احسان رکھنے اور ایذا دینے سے اس شخص کی طرح برباد نہ کر دینا۔ جو لوگوں کو دکھاوے کے لئے مال خرچ کرتا ہے اور خدا اور روز آخرت پر ایمان نہیں رکھتا۔ تو اس (کے مال) کی مثال اس چٹان کی سی ہے جس پر تھوڑی سی مٹی پڑی ہو اور اس پر زور کا مینہ برس کر اسے صاف کر ڈالے۔ (اسی طرح) یہ (ریاکار) لوگ اپنے اعمال کا کچھ بھی صلہ حاصل نہیں کر سکیں گے۔ اور خدا ایسے ناشکروں کو ہدایت نہیں دیا کرتا۔"

جو شخص اپنے آپکو لوگوں میں بڑھانے اور شہرت پیدا کرنے کی غرض سے ریاکاری کرتا ہے تو اللہ تعالیٰ اس کے ان اعمال کے ذریعے ہی دنیا و آخرت میں ذلیل ورسوا کر دیتا ہے۔ حضرت جندب رضی اللہ عنہ کہتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

((من یراء یراء اللہ به، ومن یسمع یسمع اللہ به))[21]

"جو ریاکاری کرے گا، اللہ تعالیٰ اس کی ریاکاری لوگوں کے سامنے نمایاں اور ظاہر کرے گا، اور جو شہرت کے لیے کوئی عمل کرے گا اللہ تعالیٰ اس کو رسوا اور ذلیل کرے گا۔"

ریاکاری کا مقصد لوگوں کو خوش کرنا یا ان کی نظر میں خوب سے خوب تر بننا ہوتا ہے ایسے اعمال اللہ تعالیٰ کے لیے نہیں بلکہ لوگوں کے لیے ہی کیے جاتے ہیں اور ایسے تمام تر اعمال جس کی غرض اللہ تعالیٰ کی خوشنودی حاصل کرنے کی بجائے لوگوں میں برتری حاصل کرنا ہو ایسے تمام تر اعمال میں شرک کی تصویر عیاں ہوتی ہے۔ حضرت سیدنا محمود بن لبید رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں رسول اللہ ﷺ نے فرمایا :

((إن اخوف ما اخاف علیکم الشرك الاصغر، قالوا: وما الشرك الاصغر؟ قال الریاء، یقول اللہ عز وجل لاصحاب ذلك یوم القیامة إذا جازی الناس: اذهبوا إلی الذین کنتم تراءون فی الدنیا، فانظروا هل تجدون عندهم جزاء؟))[22]

"مجھے تمہارے حق میں سب سے زیادہ ڈر شرک اصغر کا ہے۔ صحابہ نے عرض کیا: شرک اصغر کیا ہوتا ہے؟ آپ ﷺ نے فرمایا: ریاکاری کو کہتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ قیامت والے دن جب لوگوں کو بدلہ دے گا تو ریاکاروں سے کہے گا: ان ہستیوں کی طرف چلے جاؤ، جن کے سامنے دنیا میں ریاکاری کرتے تھے اور دیکھ آؤ آیا ان کے پاس کوئی بدلہ ہے؟"

شرک کبیرہ گناہوں میں سے ہے اور جو شخص عبادات میں کسی کو شریک ٹھہرائے تو ایسے شخص کے لیے نہایت افسوس ہے۔ ڈاکٹر اسرار احمدؒ کی نظر میں تو اگر کوئی شخص نماز ادا کر رہا ہو اور وہ یہ محسوس کرے کہ اسے کوئی دیکھ رہا ہے اور اس وجہ سے وہ اپنے ۵ سیکنڈ کے سجدے کو ۷ سیکنڈ کا کر دے تو وہ شرک اصغر سرزد کر دیتا ہے۔

﴿فَمَنْ كَانَ يَرْجُوْا لِقَآءَ رَبِّه فَلْيَعْمَلْ عَمَلًا صَالِحًا وَّلَا يُشْرِكْ بِعِبَادَةِ رَبِّه اَحَدًا﴾[23]

"تو جو شخص اپنے پروردگار سے ملنے کی امید رکھے چاہیئے کہ عمل نیک کرے اور اپنے پروردگار کی عبادت میں کسی کو شریک نہ بنائے۔"

قرآن مجید میں متعدد مقامات پر شرک کو کبیرہ گناہ قرار دیتے ہوئے اس سے بعض رہنے کا حکم دیا ہے کیونکہ آخرت میں بھی اس کی نہایت سخت سزا ہے۔

خاندانی نظام کے بگاڑ کا سبب

سوشل میڈیا نے خاندان کے افراد کو اپنے اپنے کمرے تک محدود کر دیا، کسی بھی فرد کو کسی بھی دوسرے شخص کی کسی قسم کی کوئی فکر نہیں رہی چاہے وہ والدین ہوں یا اولاد ہو۔ آج کے دور کے والدین اپنے بچوں کی بنیادی ضروریات کو پورا کر کے سمجھتے ہیں کہ ان کا فرض مکمل ہو گیا ہے اور بچوں کی تربیت کے لیے انھیں موبائل فون ہاتھ میں پکڑا دیتے ہیں۔

"ذرائع ابلاغ کے سیلاب، خصوصاً ٹیلی ویژن نے خاندانوں کو منتشر کر دیا ہے۔ ٹیلی ویژن سے قبل خاندان کے بڑے بچے مل کر بیٹھتے تھے۔ باتیں کرتے تھے۔ دکھ سکھ میں شریک ہوتے تھے لیکن اب ان صحبتوں کی جگہ ٹیلی ویژن نے لے لی ہے۔ تہواروں پر رشتہ داروں کے ہاں جانے اور ملنے ملانے کا رواج تقریباً متروک ہو رہا ہے۔ اس کی بجائے یہ بہتر سمجھا جاتا ہے کہ وی سی آر پر ایک آدھ فلم دیکھ لی جائے اور اگر رشتہ داروں کے ہاں جایا بھی جائے تو مل کر فلم دیکھنے کا ہی پروگرام بنایا جاتا ہے، اس سے محبتیں اور خلوص رخصت ہو گئے ہیں۔"[(24)]

ترقی کردہ اس دور میں اب ٹیلی ویژن اور وی سی آر کی ضرورت بھی محسوس نہیں ہوتی، ٹیلی ویژن نے امریکہ و یورپ جیسے مادر پدر آزاد معاشرے پر بھی اثرات مرتب کر دیے تھے اور اب تو موبائل فون اور سوشل میڈیا اس سے بھی بھرپور اثرات لوگوں پر چھوڑتے ہوئے لوگوں کو اپنا غلام بنا رہا ہے۔

"سوشل میڈیا کا استعمال اس قدر عام ہو گیا ہے کہ فیملی لائف برباد ہو کر رہ گئی ہے ایک ہی گھر کے افراد ایک ساتھ رہتے ہوئے بھی اکٹھے نہیں ہوتے ایک کمرے میں بیٹھ کر بھی وہ آپس میں بات کرنے کے بجائے اپنے اپنے موبائلز میں ہی مصروف ہوتے ہیں۔ اس طرح ایک ہی خاندان کے لوگ ایک دوسرے سے ناواقف ہوتے جا رہے ہیں۔"[(25)]

خاندان سے کنبہ اور معاشرہ وجود میں آتا ہے لیکن جب خاندان ہی بگاڑ کا شکار ہو جاتا ہے تو معاشرہ بکھر کر رہ جاتا ہے اور معاشرے میں محبت کی بجائے نفرت کی لہر رنگ پکڑتی ہے۔ سوشل میڈیا نے خاندان کو توڑ کر رکھ دیا ہے اور اس نے رابطوں کو تو آسان کیا ہے لیکن اس نے پاس بیٹھے شخص سے رابطہ منقطع کر دیا ہے۔

خاندانی نظام کے بگاڑ کا قرآنی حل

سوشل میڈیا کی وجہ سے خاندان کے افراد پاس ہوتے ہوئے بھی ایک دوسرے سے نہایت دور ہو گئے ہیں وہ ایک دوسرے کو وقت دینے کی بجائے ان سے اکتاہٹ کا رویہ صرف اس لیے رکھتے ہیں تاکہ وہ سکون سے اپنا وقت سوشل میڈیا پر ضائع کر سکیں۔ اس کی وجہ سے چھوٹے بڑے کا کسی قسم کا کوئی لحاظ نہیں رہا کوئی ادب و احترام نوجوانوں میں نہیں رہا اور نا ہی وہ دوسروں کے درد کو سمجھنے کے قابل رہے ہیں۔ قرآن مجید میں ہے کہ:

﴿وَاتَّقُوا اللّٰهَ الَّذِيْ تَسَآءَلُوْنَ بِهٖ وَالْاَرْحَامَ ۭ اِنَّ اللّٰهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيْبًا﴾[26]

"اور اللہ تعالی سے ڈرو جس کے نام پر مانگتے ہو اور رشتوں کا لحاظ رکھو بیشک اللہ ہر وقت تمہیں دیکھ رہا ہے۔"

آخرت کے روز نا صرف حقوق اللہ تعالی کا سوال اور حساب و کتاب ہو گا بلکہ حقوق العباد کی بھی پکڑ ہو گی، وہ معبود تو نہایت رحمٰن و رحیم ہے وہ اپنے بندے سے ستر ماؤں سے بھی زیادہ محبت کرتا ہے وہ جو اپنے بندے پر اس کی طاقت سے بڑھ کر بوجھ نہیں ڈالتا بے شک آخرت کے روز بھی اپنے بندوں پر رحم کی نظر رکھے گا لیکن انسان جو دنیا میں ہی ایک دوسرے پر ظلم و زیادتی کا رویہ رکھتے ہوئے اپنے عزیز و اُقارب سے سالوں سال بات چیت کرنے سے گریز کرتے ہیں، ان کا حق جب تک وہ خود معاف نہیں کریں گئے تب تک اللہ تعالی بھی اسے معاف نہیں کریں گئے اس لیے بار بار رشتے داروں کو ان کا حق دینے کی تلقین کی گئی ہے۔

﴿وَاٰتِ ذَا الْقُرْبٰى حَقَّهٗ﴾[27]

"اور رشتہ داروں کو ان کا حق دو۔"

انسان پر اس کے ہر رشتے کا حق ہوتا ہے جس کی ادائیگی سے ہی انسان ایک خوشگوار زندگی بسر کر سکتا ہے۔ حق صرف یہی نہیں ہے کے انسان اپنے بوڑھے ماں باپ کو معاشی طور پر آرام مہیا کرئے بلکہ والدین کو وقت دینا ان کے پاس بیٹھنا ان سے ایسی باتیں کرنا جن سے ان کو خوشی حاصل ہو سکے اس کے علاوہ ان کی تمام ضروریات زندگی کو پورا کرنا ان کا حق ہے۔

﴿وَالَّذِيْنَ يَصِلُوْنَ مَآ اَمَرَ اللّٰهُ بِهٖٓ اَنْ يُّوْصَلَ وَيَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ وَيَخَافُوْنَ سُوْۗءَ الْحِسَابِ﴾[28]

"اور جن (رشتہ ہائے قرابت) کے جوڑے رکھنے کا خدا نے حکم دیا ہے ان کو جوڑے رکھتے اور اپنے پروردگار سے ڈرتے رہتے اور برے حساب سے خوف رکھتے ہیں۔"

صلح رحمی کرنے کا مطلب یہ ہر گز نہیں ہوتا کے آپ کی غلطی ہو اور کچھ عرصے بعد آپ کو اپنی غلطی کا احساس ہو اور آپ اپنے رشتے دار سے معافی مانگیں اور ان سے پہلے کی طرح رابطہ قائم کر لیں بلکہ صلح رحمی کا مطلب یہ ہے کے اگر کوئی آپ سے برا سلوک رواں رکھے بار بار آپ کی بے عزتی کرئے اور حق تلفی کرئے لیکن آپ پھر بھی ان کے ساتھ بھلائی کا سلوک رب تعالی کی رضا کے لیے رکھیں یہ صلح رحمی کہلاتی ہے اور اس کا ہی اللہ تعالی اور رسول ﷺ نے حکم دیا ہے۔

سائبر کرائم

سوشل میڈیا کے ذریعے انسان جرائم میں بھی شمولیت اختیار کیے ہوئے ہے، اس کے ذریعے انسان دوسرے لوگوں کی خاص معلومات، ان کا مال و دولت ان کی تصاویر وغیرہ کو ناجائز طریقے سے حاصل کرتا ہے یہ کہنا ہر گز غلط نہ ہو گا کہ دوسرے لوگوں کے ساتھ چوری کا معاملہ رواں رکھا جاتا ہے۔

"سوشل میڈیا کا ایک بڑا نقصان ذاتی معلومات کا لیک ہو جانا بھی ہے۔ جرائم پیشہ افراد ذاتی معلومات، مواد، تصاویر کا غلط استعمال کرتے ہیں۔

آپ کو بلیک میل کر کے بھتہ وصول کرتے ہیں۔اس کی بڑی وجہ صارفین کی جانب سے بہت زیادہ ذاتی معلومات کا شیئر کرنا ہے۔حالانکہ سوشل میڈیا ویب سائٹس رازداری کو یقینی بنانے کے لئے سخت سیکیورٹی مہیا کرتی ہیں۔اس کے باوجود آپ کی ذاتی معلومات تک جرائم پیشہ افراد رسائی حاصل کر کے آپ کو نقصان پہنچا سکتے ہیں۔"[29]

آج کا دور جدید اور سائنسی دور ہے،اس جدید دور میں ہر کام موبائل اور انٹرنیٹ کے ذریعے ہوتا ہے،اس صورتحال میں لوگ انٹرنیٹ کا غلط استعمال کر کے دوسروں کو پریشان بھی کرتے ہیں۔ایسے جرائم پیشہ افراد نئے نئے طریقے اپناتے ہیں اور معصوم لوگوں کو ذہنی تکلیف کے ساتھ ساتھ مالی نقصان بھی بے حد پہنچاتے ہیں۔

"سوشل انجینئرنگ ایک ایسی مہارت ہے جسکو استعمال کر کے لوگ براہ راست یا کسی ذریعے سے آپ سے رابطہ کر کے کوئی ایسا مطالبہ کریں گے کہ آپ کو لگے گا جیسے ایک بہت ہی معتبر آدمی ہے جو ایک جائز مطالبہ یا فرمائش کر رہا ہے لیکن حقیقت میں پسِ پردہ مقصد کوئی اور ہی ہو گا۔ ایسے مطالبات کے پسِ پردہ محرکات کو سمجھنا مشکل ہے لیکن ناممکن نہیں۔آپ ایسے لوگوں کی باتوں میں آ کر اپنا بہت کچھ داؤ پر لگا سکتے ہیں اور اس میں عزت، شہرت، اعتماد، پیسہ، بنک اکاونٹس، اور بہت کچھ آ سکتا ہے۔"[30]

سائبر کرائم دشمنی کی بنا پر بھی کیا جاتا ہے اور دوسرے لوگ دوستی کا رویہ رواں رکھ کر بھی انسان سے اس کی خاص معلومات حاصل کر لیتا ہے اور پھر اس سے ناجائز مطالبات کرتا ہے۔

سائبر کرائم کا حل قرآن کی روشنی میں

سائبر کرائم ایسا جرم ہے جس نے بے پناہ زندگیوں کو تباہ کر دیا،اس نے لڑکیوں کے مستقبل کو تباہ کرنے کے ساتھ ساتھ والدین کا اعتماد بھی توڑ دیا ہے۔اسلام میں اس کی مذمت کی گئی ہے تاکہ سنہری معاشرہ وجود میں آ سکے،اس کے علاوہ ہر ملک سے اس کی روک تھام کے لیے مختلف سزائیں اور ہدایات بھی جاری کی گئی ہیں تاکہ ہر فرد کی عزت اور مال محفوظ رہے۔

﴿وَلَا تَأْكُلُوْٓا اَمْوَالَكُمْ بَيْنَكُمْ بِالْبَاطِلِ وَتُدْلُوْا بِهَآ اِلَى الْحُكَّامِ لِتَاْكُلُوْا فَرِيْقًا مِّنْ اَمْوَالِ النَّاسِ بِالْاِثْمِ وَاَنْتُمْ تَعْلَمُوْنَ﴾[31]

"اور ایک دوسرے کا مال ناحق نہ کھاؤ اور نہ اس کو (رشوۃً) حاکموں کے پاس پہنچاؤ تاکہ لوگوں کے مال کا کچھ حصہ ناجائز طور پر کھا جاؤ اور (اسے) تم جانتے بھی ہو۔"

اسلام نے دوسرے لوگوں کے جان و مال کو محفوظ رکھنے کا حکم دیا ہے تاکہ معاشرے میں بگاڑ پیدا نہ ہو سکے اس کے علاوہ اللہ تعالیٰ دوسروں کا مال ناحق کھانے سے بھی منع فرماتے ہیں، سائبر کرائم کے ذریعے چونکہ لوگوں کے مال کو ناجائز طریقے سے کھایا جاتا ہے جس سے معاشرے میں سے یقین ختم ہو جاتا ہے اور قتل و غارت شروع ہو جاتا ہے۔اس لیے قرآن مجید کسی بھی طریقے سے انسان کے حقوق کی پامالی کو ناجائز اور حرام قرار دیتا ہے۔

سوشل میڈیا ذہنی بیماریاں کا سبب

سوشل میڈیا کے زیادہ استعمال سے انسان اپنے وقت کو ضائع کرنے کے ساتھ ساتھ اپنی صحت اور اپنے رویے و کردار کو بھی ضائع کر رہا ہے وہ اپنے اصل کو بھول بیٹھا ہے اور جس طرح لوگ اسے دیکھنا چاہتے ہیں اس طرح کا رویہ اپنائے ہوئے ہے۔

"سماجی رابطوں کی ویب سائٹس نے جہاں فاصلوں کو کم کیا ہے وہیں اس کے وسیع منفی اثرات سے بچے سب سے زیادہ متاثر ہو رہے ہیں۔ سوشل میڈیا پر زیادہ وقت گزارنے والے بچوں کی جذباتی اور سماجی نشو نما میں تاخیر ہو سکتی ہے کیونکہ وہ زیادہ وقت مجازی دنیا میں گزارتے ہیں۔اور جس کی وجہ سے ان کی ذہنی صحت بھی متاثر ہو رہی ہے۔ ہر روز اپنا زیادہ وقت سوشل ویب سائٹس پر گزارنے والے بچوں میں جذباتی مسائل، ہائپر ایکٹیویٹی اور خراب رویہ پایا جاتا ہے۔اس کی وجہ یہ ہے کہ آج کے دور میں بچوں نے اپنی تعلیم اور کتابوں سے زیادہ سوشل میڈیا میں دلچسپی لے لی ہے۔"(32)

سوشل میڈیا پر زیادہ وقت سرف کرنے سے انسان اپنی صحت کو خراب کرنے پر لگا ہوا ہے اس سے نا صرف جسمانی بیماریاں وجود میں آ رہی ہیں بلکہ اس سے لوگوں کے ذہن بھی بیماریوں کا شکار ہو رہے ہیں جن میں درجہ ذیل بیماریاں شامل ہیں:

- ڈپریشن
- سستی
- یاداشت میں کمی
- نیند میں کمی
- توجہ کا دورانیہ
- ڈمنشیا
- الزائمر
- انزائٹی

سستی کا شکار

انسان جس طرح اپنے خاندان سے دور ہو گیا ہے اسی طرح وہ معاشرے اور اپنی جسمانی صحت سے بھی نہایت دور ہو گیا ہے۔ جس طرح ایک شئے اپنی جگہ پر پڑی رہتی ہے اسی طرح انسان بھی اپنے ہاتھ میں موبائل فون پکڑے ہوئے ایک جگہ پر بیٹھا رہتا ہے۔ جس سے وہ سستی اور کاہلی کا شکار ہوتے ہوئے مزید بیماریوں کی طرف چلتا جاتا ہے۔

"نیا سماجی طور پر فعل دور سستی اور کاہلی کا دور بنتا جا رہا ہے ایک ہی جگہ پر بیٹھ کر گیجٹس کا استعمال صحت کے لئے مسئلے کا باعث بنتا جا رہا ہے۔ اس کی بدولت آپ جسمانی سرگرمیوں میں حصہ نہیں لے پاتے، ورزش نہیں کرتے، کھانا صحیح طور پر ہضم نہیں ہوتا اور موٹاپے کا باعث بنتا ہے جو کہ نہ صرف خود ایک بیماری ہے بلکہ بہت سی بیماریوں کا پیش خیمہ ہے جیسے ذیابیطس، بلڈ پریشر، دل کے امراض وغیرہ۔"(33)

ایسے انسان کو جو سوشل میڈیا میں پھنس کر رہ گیا ہو اسے اپنے ارد گرد کے ماحول سے بلکل فرق نہیں پڑتا یہاں تک کہ اسے معلوم تک نہیں ہوتا کہ اس کے ارد گرد ہو کیا رہا ہے۔

ڈپریشن

سوشل میڈیا چونکہ دکھاوے اور ریاکاری کا پلیٹ فارم ہے انسان جو اصل میں ہوتا بھی نہیں ہے وہ نظر آتے ہیں اور خود کو دوسروں سے خوب سے خوب تر دیکھانے کی تگ ودو میں لگا رہتا ہے۔ جس کی وجہ سے دوسرے لوگ احساس کمتری کا شکار ہوتے ہیں اور ڈپریشن جیسی بیماری میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔

"ذرائع ابلاغ نے نفسیاتی بیماری ڈیپریشن کو فروغ دیا ہے۔ قوم کے ذہنوں میں وہ جن اشیاء غیر ضروری کی خواہش پیدا کرتے ہیں، ان کا حصول ہر فرد کے بس کی بات نہیں۔ روزانہ نت نئی اشیاء کے اشتہارات، ٹی وی ڈراموں میں عالی شان گھر، لان، فرنیچر، ملبوسات، زیورات وغیرہ کے حصول کی خواہش بڑھ کر جنون اور ڈپریشن کی شکل اختیار کر لیتی ہے۔"[34]

ڈپریشن جب حد سے بڑھ جاتا ہے تو ایسے لوگوں کو زندگی سے ناامیدی ہونے لگتی ہے، وہ خود کو دوسروں کی نظر میں بہتر بننے میں ناکام ہو جاتے ہیں تو وہ اس احساس کمتری اور اس ذہنی بیماری سے چھٹکارا حاصل کرنے کے لیے حرام کام کو اپناتے ہیں اور خودکشی کر لیتے ہیں۔ جس سے ان کے خاندان کا معاشرے میں رہنا مشکل ہو جاتا ہے اور وہ خود بھی ابدی زندگی میں بھی خود کو دردناک عذاب سے ہمکنار کر بیٹھتے ہیں۔ حالیہ مطالعات میں یہ بات سامنے آئی ہے کہ:

"سوشل میڈیا کا بے جا استعمال نوجوان طبقے میں خودکشی کے رجحان کو بڑھا رہا ہے۔ اس کے پیچھے وجہ چاہے سوشل میڈیا بلنگ ہو، بلیک میلنگ ہو، احساس کمتری ہو، یا کوئی بھی گیم۔"[35]

انسان مختلف وجوہات کی بناء پر اپنی زندگی کو اور اپنے والدین کی عزت و بھروسے کو قربان کر دیتا ہے، کبھی وہ احساس کمتری کے شکار میں یہ قدم اٹھاتا ہے تو کبھی سائبر کرائم میں بلنگ، بلیک میلنگ وغیرہ سے تنگ آکر اس حرام کام کو سرانجام دیتا ہے۔

"یو ایس سینٹرز آف ڈیزیز کنٹرول اینڈ پریوینشن کی ایک رپورٹ میں ہائی اسکول جانے والے طلبہ کی ذہنی صحت پر تحقیق کی گئی، اس تحقیق میں یہ بات سامنے آئی کہ ان طلبہ کی ذہنی صحت انتہائی ناقص اور پریشان کن ہے۔ یہ تحقیقاتی رپورٹ فروری کے وسط میں جاری ہوئی اور اس کے اعداد و شمار ۲۰۲۱ء پر مبنی ہے۔ سروے سے معلوم ہوا کہ ۵۷ فیصد نوعمر لڑکیوں میں ناامیدی اور مایوسی چھائی ہوئی ہے جبکہ نوعمر لڑکوں کی شرح ۲۹ فیصد تھی۔ رپورٹ میں بتایا گیا کہ تقریباً ۳ میں سے ایک نوعمر لڑکی نے خودکشی کی کوشش کرنے پر سنجیدگی سے غور کیا۔"[36]

نا صرف بڑوں میں بلکہ بچے بھی اس سنگین قدم کو اٹھاتے ہیں جس کے پیچھے صرف ایک ہی وجہ ہوتی ہے جو کہ سوشل میڈیا ہے۔ بچے اس کے زیادہ استعمال سے ذہنی بیماری کا شکار ہوتے ہیں اور اپنی جان کو ضائع کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔

یاداشت کی کمی

سوشل میڈیا کا استعمال جب حد سے زیادہ ہو جائے اور اس کی اتنی عادت ہو جائے کے انسان کھانا، پینا اور سونا اٹھنا تک بھول جاتا ہے اس کے علاوہ وہ چیزوں کو بھی بھولنا شروع ہو جاتا ہو اس کا دھیان دوسری چیزوں پر سے ختم ہوتا جاتا ہے اور وہ صرف موبائل کی حد تک ہی ہو کر رہ جاتا ہے۔

"سوشل میڈیا کا استعمال انسانی یاداشت کو کمزور بناتا جارہا ہے۔ چونکہ آپ ہر وقت سوشل میڈیا میں مصروف رہتے ہیں اور اس کے مطابق ہی خود کو ڈھالنے میں مصروف رہتے ہیں جس کی بدولت حقیقی دنیا سے ہمارا رابطہ منقطع ہوتا جارہا ہے اس وجہ سے ہم حقیقی دنیا کے حالات و واقعات کو بھلاتے جارہے ہیں اور اس کے ساتھ ساتھ چیزوں کو یاد رکھنے والی قابلیت کو کھوتے جارہے ہیں۔"(37)

بچے جب زیادہ موبائل فون اور سوشل میڈیا کا استعمال کرنے لگتے ہیں تو وہ پڑھائی پر دھیان نہیں دے پاتے، اپنے ارد گرد کے ماحول کو قبول نہیں کر پاتے جس کی وجہ سے ان میں یاداشت کی نہایت کمی وقوع پذیر ہو جاتی ہے۔

ذہنی بیماریوں کا حل قرآن کی رو سے

قرآن انسان کو جہاں دوسروں کے مال و دولت اور عزت و ابرو کی حفاظت کا حکم دیتا ہے وہاں ہی اپنی جان پر بھی ظلم کرنے سے منع فرماتا ہے جیسا کے قرآن مجید میں ہے کہ:

﴿وَلَا تُلْقُوْا بِاَيْدِيْكُمْ اِلَى التَّهْلُكَةِ ۛ وَاَحْسِنُوْا ۛ اِنَّ اللّٰهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِيْنَ﴾(38)

"اور اپنی جانوں پر ظلم نہ کرو اور نیکی کرو بے شک خدا نیکی کرنے والوں کو دوست رکھتا ہے۔"

اگر کوئی انسان اپنی جان پر ظلم کر بھی بیٹھے تو تب بھی اسے اللہ تعالیٰ کی رحمت سے ناامید نہیں ہونا چاہیے کیونکہ ناامیدی و مایوسی کفر ہے۔ ایسے انسان کو چاہیے کے وہ اللہ تعالیٰ سے توبہ کرے اور آئندہ کے لیے اپنے آپکو ان سب چیزوں سے دور رکھے جس سے اس کی صحت خراب ہو اور وہ اللہ تعالیٰ کی عبادت کو احسن طریقے سے کرنے کے قابل نہ ہو سکتا ہو۔ اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے کہ:

﴿وَمَآ اَرْسَلْنَا مِنْ رَّسُوْلٍ اِلَّا لِيُطَاعَ بِاِذْنِ اللّٰهِ ۭ وَلَوْ اَنَّهُمْ اِذْ ظَّلَمُوْٓا اَنْفُسَھُمْ جَاۗءُوْكَ فَاسْتَغْفَرُوا اللّٰهَ وَاسْتَغْفَرَ لَھُمُ الرَّسُوْلُ لَوَجَدُوا اللّٰهَ تَوَّابًا رَّحِـيْمًا﴾(39)

"اور ہم نے کوئی رسول نہ بھیجا مگر اس لیے کہ اللہ کے حکم سے اُس کی اطاعت کی جائے اور اگر جب وہ اپنی جانوں پر ظلم کریں تو اے محبوب تمہارے حضور حاضر ہوں اور پھر اللہ سے معافی چاہیں اور رسول ان کی شفاعت فرمائے تو ضرور اللہ کو بہت توبہ قبول کرنے والا مہربان پائیں۔"

اللہ تعالیٰ کا کلام ایسا کلام ہے جس سے انسان کے دل و دماغ کو سکون حاصل ہوتا ہے، جس سے وہ ناامیدی کی راہ کو چھوڑ کر پر امید ہو جاتا ہے اور زندگی کی طرف واپس آجاتا ہے۔ جیسا کے قرآن مجید میں ہے کہ:

﴿اَلَّذِيْنَ اٰمَنُوْا وَتَطْمَىِٕنُّ قُلُوْبُهُمْ بِذِكْرِ اللّٰهِ ۭ اَلَا بِذِكْرِ اللّٰهِ تَطْمَىِٕنُّ الْقُلُوْبُ﴾(40)

"(ان لوگوں کو ہدایت دیتا ہے) جو ایمان لائے اور ان کے دل اللہ کی یاد سے چین پاتے ہیں، سن لو! اللہ کی یاد ہی سے دل چین پاتے ہیں۔"
آج کے دور میں انسان موسیقی کو روح کی غذا قرار دے رہے ہیں لیکن یہ سراسر غلط ہے مختلف تحقیقات سے بھی یہ امر واضح ہوا ہے کے موسیقی سے انسان مزید غمگیں ہوتا ہے جس کی وجہ سے وہ مزید ذہنی بیماریوں کا شکار ہوتے ہوئے مزید ڈپریشن میں چلا جاتا ہے۔اس کے برعکس قرآن ایسا کلام ہے جس سے انسان زندگی کی طرف واپس آتا ہے اس میں امید کی ایک نئی لہر پیدا ہوتی ہے اور جس کی وجہ سے انسان ان بیماریوں سے بھی چھٹکارا حاصل کرلیتا ہے جو ادویات سے ممکن نہیں ہو پاتا۔

سوشل میڈیا نے جہاں انسان کو اپنے نظریات وخیالات لوگوں تک پہنچانے کا پلیٹ فارم مہیا کیا ہے وہاں ہی اس نے انسانی زندگی کو مختلف انداز سے بہت اثر انداز کیا ہے جس کی وجہ سے انسان بہت سی خرافات اور بیماریوں کا بھی شکار ہو گیا ہے لیکن قرآن مجید وہ واحد کتاب ہے اور اسلام وہ واحد مذہب ہے جو مکمل ضابطہ حیات پیش کرتا ہے انسان کے ہر معاملے میں اس کی رہنمائی کرتا ہے بے شک یہ کتاب آج سے چودہ سو سال قبل نازل فرمائی گئی لیکن اس کتاب کا یہ اعجاز ہے کہ اس میں عصر حاضر کے بھی تمام تر مسائل کا حل موجود ہے۔اگر اس کی تعلیمات کو زندگی میں اپنایا جائے تو آج کے اس فتنوں کے دور میں بھی انسان ہر چیز سے محفوظ رہ سکتا ہے۔

تجاویز وسفارشات

ذیل میں چند تجاویز وسفارشات پیش کی جارہی ہیں:

۱۔ حکومت سوشل میڈیا کے منفی نقصانات کی روک تھام میں نہایت اہم کردار ادا کرسکتی ہے، جس طریقے سے حکومت نے سائبر کرائم کے خلاف قانون بنایا ہے اور سزا مقرر کی ہے اسی طرح غلط خبروں کی اشاعت اور دیگر منفی مسائل سے متعلق بھی قانون اور احکامات جاری کیے جا سکتے ہیں۔

۲۔ والدین کو چاہیے کہ بچوں کو کتابوں کی طرف مشغول کریں اور موبائل استعمال کو کم سے کم کرنے پر توجہ دیں۔

حوالہ جات

[1] ام عبد منیب، مریم خنساء، صحافت اور اس کی اخلاقی اقدار، مشربہ علم وحکمت، لاہور، ۱۴۲۷ھ، ص ۱۲

[2] سورۃ النور ۲۴:۱۹

[3] سورۃ اسراء ۱۷:۳۲

[4] مبشر احمد، ٹی وی: معاشرے کا کینسر، مکتبہ دار العلوم، لاہور، ۱۹۹۷ء، ص ۹۶

[5] سورۃ النور ۲۴:۳۱

[6] بخاری، محمد بن اسماعیل، صحیح بخاری، الجامع المسند الصحیح المختصر من أمور رسول ﷺ وسننہ وایامہ، کتاب الادب، باب اذالم تستحی فاصنع مشئت، رقم الحدیث: ۶۱۲۰

[7] سورۃ العنکبوت ۲۹:۴۵

8 مبشر احمد، ٹی وی: معاشرے کا کینسر، ص ۱۰۲

9 سورۃ النور ۲۴: ۳۱،۳۰

10 امام ابو داؤد، سلیمان بن اشعث، سنن ابی داؤد، کتاب ا لنکاح، باب مایو مر بہ من غض البصر، رقم الحدیث: ۲۱۴۹

11 بخاری، صحیح بخاری، کتاب الاستئذان، باب زنا الجوارح دون الفرج، رقم الحدیث: ۶۲۴۳

12 تزئین حسن، "پرنٹ اور سوشل میڈیا پر تصدیق کی اہمیت"، ترجمان القرآن، اگست ۲۰۱۸ء، ص ۹۳، ۹۲

13 ام عبد منیب، مریم خنساء، صحافت اور اس کی اخلاقی اقدار، ص ۱۰

14 سورۃ الاسراء ۱۷: ۳۶

15 بخاری، صحیح بخاری، کتاب الایمان، باب علامۃ المنافق، رقم الحدیث: ۳۳

16 ترمذی، ابو عیسی محمد بن عیسی، سنن ترمذی، کتاب الزھد عن رسول ﷺ، باب فیمن تکلم بکلمۃ یضحک بھا الناس، رقم الحدیث: ۲۳۱۵

17 سورۃ الحجرات ۴۹: ۱۱

18 وسیم آصف، "ریاکاری"، سلطان الفقر، سلطان الفقر پبلیکیشنز، لاہور، ج ۱۵، شمارہ: ۱۲، جولائی ۲۰۲۱ء، ص ۱۳

19 سورۃ النساء ۴: ۳۸

20 سورۃ البقرہ ۲: ۲۶۴

21 ابن ماجہ، ابو عبداللہ، محمد بن یزید القزوینی، سنن ابن ماجہ، کتاب الزھد، باب الریاء والسمعۃ، رقم الحدیث: ۴۲۰۷

22 شیخ الالبانی، محمد ناصر الدین الالبانی، سلسلہ احادیث صحیحہ، کتاب الایمان والتوحید والدین والقدر، باب الریاء، الشرک الاصغر، رقم الحدیث: ۱۴۶

23 سورۃ الکھف ۱۸: ۱۱۰

24 ام عبد منیب، مریم خنساء، صحافت اور اس کی اخلاقی اقدار، ص ۱۳

25 فرزین جاوید، سوشل میڈیا کا استعمال صحت کے لئے نقصان دہ کیسے؟ جانئے ۵ حقائق، مرہم، تاریخ استفادہ: ۱۷ مئی ۲۰۲۳ء

26 سورۃ النساء ۴: ۱

27 سورۃ بنی اسرائیل ۱۷: ۲۶

28 سورۃ الرعد ۱۳: ۲۱

29 فرحان بٹ، سوشل میڈیا کے منفی اثرات اور ان کے حل کے لئے بہترین سفارشات، اردو بلیٹن، تاریخ استفادہ: ۱۶ مئی ۲۰۲۳ء

30 ممتاز صدیقی، سوشل میڈیا اور نانی اماں، دنیا بلاگز، تاریخ استفادہ: ۱۷ جون ۲۰۲۵ء

31 سورۃ البقرہ ۲: ۱۸۸

32 علینہ ملک، سوشل میڈیا کے خواتین اور بچوں پر اثرات، اردو محفل، استفادہ کردہ تاریخ ۱۷ جون ۲۰۲۵ء

33 فرزین جاوید، سوشل میڈیا کا استعمال صحت کے لئے نقصان دہ کیسے؟ جانئے ۵ حقائق، تاریخ استفادہ: ۱۶ مئی ۲۰۲۳ء

34 ام عبد منیب، مریم خنساء، صحافت اور اس کی اخلاقی اقدار، ص ۸

35 فرزین جاوید، سوشل میڈیا کا استعمال صحت کے لئے نقصان دہ کیسے؟ جانئے ۵ حقائق، استفادہ کردہ تاریخ ۱۷ مئی ۲۰۲۳ء

36 ہیلتھ ڈیسک، سوشل میڈیا کا بہت زیادہ استعمال ذہنی مسائل بڑھنے کی وجہ، چھٹکارا کیسے؟، ڈان نیوز، تاریخ استفادہ ۱۷ جون ۲۰۲۳ء

37 فرزین جاوید، سوشل میڈیا کا استعمال صحت کے لئے نقصان دہ کیسے؟ جانئے ۵ حقائق، تاریخ استفادہ: ۱۸ مئی ۲۰۲۳ء

38 سورۃ البقرہ ۲: ۱۹۵

39 سورۃ نساء ۴: ۶۴

40 سورۃ الرعد ۱۳: ۲۸

References

1. Umm Abd Muneeb, Maryam Khansa, Journalism and its Moral Values, Mashraba Ilm Wa Hikmat, Lahore, 1427 AH, p. 12
2. Surah An-Nur 24: 19
3. Surah Asrar 17: 32
4. Mubashir Ahmad, T.V: A Cancer of Society, Darul Uloom Library, Lahore, 1997, p. 96
5. Surah An-Nur 24: 31
6. Bukhari, Muhammad bin Ismail, Sahih Bukhari, Al-Jami' Al-Musnad Al-Sahih Al-Mukhtasar Min Amour Rasulullah ﷺ, Sunnah and Days, Kitab Al-Adab, Chapter If You Do Not Remove Your Will, Then Do As You Will, Hadith No. 6120
7. Surah An-Nakbut 29: 45
8. Mubashir Ahmad, TV: A Cancer of Society, p. 102
9. Surah An-Nur 24: 30,31
10. Imam Abu Dawud, Sulayman bin Ash'ath, Sunan Abi Dawud, Kitab Al-Nikah, Chapter Mayo-Mirbah Min Ghaz-Basr, Hadith No. 2149
11. Bukhari, Sahih Bukhari, Kitab al-Isti'dh, Chapter on Sexual Intercourse without the Privilege, Hadith No.: 6243
12. Tazeen Hassan, "The Importance of Verification on Print and Social Media", Tarjuman al-Quran, August 2018, pp. 92, 93
13. Umm Abd Muneeb, Maryam Khansa, Journalism and Its Moral Values, p. 10
14. Surah al-Isra' 17: 36
15. Bukhari, Sahih Bukhari, Kitab al-Iman, Chapter on the Sign of a Hypocrite, Hadith No.: 33
16. Tirmidhi, Abu Isa Muhammad ibn Isa, Sunan Tirmidhi, Kitab al-Zuhd an Rasulullah ﷺ, Chapter on Who Speaks a Word That Makes People Laugh, Hadith No.: 2315
17. Surah al-Hujurat 49: 11
18. Wasim Asif, "Riyakari", Sultan al-Faqr, Sultan al-Faqr Publications, Lahore, Vol. 15, Issue: 12, July 2021, p. 13
19. Surah an-Nisa' 4: 38
20. Surah Al-Baqarah 2:264
21. Ibn Majah, Abu Abdullah, Muhammad bin Yazid Al-Qurawini, Sunan Ibn Majah, Kitab Al-Zuhd, Chapter Al-Riya' and Al-Sama', Hadith No. 4207
22. Sheikh Al-Albani, Muhammad Nasir Al-Din Al-Albani, Silsila Hadith Sahih, Kitab Al-Iman Wal-Tawhid Al-Din Wal-Qadr, Chapter Al-Riya', Shirk Al-Ashgar, Hadith No. 146
23. Surah Al-Kahf 18:110
24. Umm Abd Muneeb, Maryam Khansa, Journalism and its Moral Values, p. 13
25. Farzeen Javed, How is the use of social media harmful to health? Know 5 Facts, Ointment, Date of Access: May 17, 2023
26. Surah An-Nisa 4: 1
27. Surah Bani Israel 17: 26
28. Surah Ar-Ra'd 13: 21

29. Farhan Butt, Negative Effects of Social Media and Best Recommendations to Solve Them, Urdu Bulletin, Date of Access: May 16, 2023
30. Mumtaz Siddiqui, Social Media and Nani Aman, Duniya Blogs, Date of Access: June 17, 2025
31. Surah Al-Baqarah 2: 188
32. Alina Malik, Effects of Social Media on Women and Children, Urdu Mehfil, Date of Access: June 17, 2025
33. Farzeen Javed, How is the use of social media harmful to health? Know 5 Facts, Date of Access: May 16, 2023
34. Umm Abdul Muneeb, Maryam Khansa, Journalism and its Moral Values, p. 8
35. Farzeen Javed, How is the use of social media harmful to health? Know 5 facts, accessed May 17, 2023
36. Health Desk, Excessive use of social media is the cause of increasing mental problems, how to get rid of it? Dawn News, accessed June 17, 2023
37. Farzeen Javed, How is the use of social media harmful to health? Know 5 facts, accessed May 18, 2023
38. Surah Al-Baqarah 2: 195
39. Surah An-Nisa 4: 64
40. Surah Al-Ra'd 13: 28