خود سے خدا تک

PSYCHOLOGICAL & SPIRITUAL AWAKENING

محمد ناصر افتخار

بک لینڈ
لاہور ۔ پاکستان

فہرست

1	میں کون ہوں؟ خودی کیا ہے؟ نفس کیا ہے؟	21
2	علم اور عقل	26
3	خیال کیا ہے؟ سوچ کیا شے ہے؟	32
4	جسم اور ذہن کا گٹھ جوڑ	37
5	تکرار کا لامتناہی چکر	41
6	یادداشت کیا ہے اور کیسے کام کرتی ہے؟	46
7	دل، احساس اور توانائی	49
8	کردارِ نفس	57
	جبلیاتِ نفس	59
9	تکلیف کا راز	60
10	سستی کاہلی	67
11	عدم تحفظ کا شدید احساس	69
12	تجزیہ کاری	74
13	خواہش ناتمام	76
14	تنہائی، اداسی اور خلا	82
15	وابستگیاں	89
16	خوف	96
17	بے چینی، دباؤ اور پریشانی	102
18	شک اور عقیدہ	125
19	تجسس اور عادت	133

20	چاہے جانے کی آرزو	137
21	اچھائی برائی	142
22	ذہن اور نفس	146
	تربیت نفس	154
23	توبہ اور ہدایت	156
24	زمان و مکاں	171
25	مراقبہ کیا ہے؟	179
26	مشاہدہ حق	181
27	ارتکاز، دھیان	222
	اعلیٰ شعور تک رسائی	259
28	اللہ کی یاد	262
29	ذکر	276
30	اللہ کی پہچان	300
31	شعریٰ اور قاب قوسین	325
32	محبت رسول ﷺ	344
33	اعوذ باللہ من الشیطان الرجیم	353
34	دعا کی حقیقت	369
35	اعلیٰ مقصدِ حیات	381
36	معرفت نفس	388
	منتخب آیات قرآنی	412
	اکتشافات	438

میں کون ہوں؟ خودی کیا ہے؟ نفس کیا ہے؟

Who am I? What is Ego? What is Self?

اپنی پہچان کیلئے جب ہم قرآن مجید سے مدد لیتے ہیں تو اللہ نے دو طرح کے دشمنوں کا ذکر کیا ہے شیطان کو انسان کا دشمن کہا ہے اور فرمایا کہ جب میں نے نفس کو پیدا کیا تو اپنا سب سے بڑا دشمن پیدا کیا۔

قرآن کریم میں شدت کے ساتھ نفس کے تزکیہ کا حکم دیا گیا ہے۔ تزکیہ تب ہی کیا جا سکتا ہے جب آپ اُس دشمن کو جان لیں خوب اچھی طرح پہچان لیں کہ آخر نفس ہے کیا؟ اس کے افعال کیا ہیں؟ تبھی آپ اس قابل ہو سکتے ہیں کہ اسے پاک کر سکیں۔

آیئے نفس کے بارے میں جاننے کی کوشش کرتے ہیں۔

بنیادی طور پر نفس کے تین حصے ہیں---

جسم (Body)، حواسِ خمسہ (Five Senses)، ذہن (Mind)

ہم بالترتیب تینوں کا مشاہدہ کرتے ہیں۔

جسم ایک رُونمائی ہے۔ Body is appearance۔ ہر جاندار کا وجود اُس کے جسم کے ساتھ ہے۔ جسم واحد جرثوے singular cell سے بنا ہے۔ یہ ایک حیاتیاتی مادہ matter ہے۔ جسم body ایک زندہ چیز نہیں ہے۔ حواسِ خمسہ موجود نہ ہوں دماغ کام نہ کر رہا ہو تو جسم کی اپنی حیثیت ایک مردہ شے کی ہے۔

جسم کا عقل سے براہِ راست کوئی زیادہ تعلق نہیں ہے۔ جسم حیوانی ہے اور اس میں دو جبلتیں ہیں۔ بچاؤ survival اور افزائشِ نسل یعنی reproduction۔ جسم صرف بھوک مٹانے اور اپنی پیداوار بڑھانے reproduction میں دلچسپی رکھتا ہے اسے باقی کسی شے سے غرض نہیں۔ * (انسان اور حیوان میں بنیادی فرق)

گو کہ انسانی جسم اپنی بناوٹ اور نفاست کے اعتبار سے تمام حیوانی اجسام میں اعلیٰ وجود رکھتا ہے لیکن پھر بھی یہ ایک اٹل حقیقت ہے کہ بنیادی طور پر حیوان اور انسان کے جسم میں حیاتیاتی اعتبار سے کوئی زیادہ فرق موجود نہیں۔

زندگی اس کی سرشت ہے یہ بذاتِ خود زندگی ہے اسے اس دنیا میں بچنے کیلئے survive کرنے کیلئے خوراک چاہیے اور یہی اس کی اولین ترجیح ہے۔ بھوک مٹانے کے بعد یہ خود کو ابدی eternal کرنا چاہتا ہے، لازوال ہونا چاہتا ہے۔ اس کے لئے اُس کے پاس صرف یہی ایک راستہ بچتا ہے کہ وہ اپنی نسل کو جنسی عمل sex سے آگے بڑھائے۔ اس کیلئے یہ کسی لذت کا طلبگار نہیں۔ لذت pleasure جسم کا نہیں ذہن کا مسئلہ ہے۔

اسے تو صرف خود کو آگے بڑھانا ہے organism کو deliver کرنا ہے تاکہ زندگی قائم رکھ سکے۔ یہی اس کی عقل ہے اور اتنا ہی اس کا مقدر ہے۔ یہ مٹی سے بنا ہے، انسان کو اسی دُنیا میں ایک لباس کی صورت عطا کیا جاتا ہے۔ ایک ایسا لباس جو انسان کا اپنا نہیں بلکہ اس زمین کا ہے۔ وجود اس دھرتی کا ہے جو موت کے وقت اسی دھرتی کو سونپ دیا جاتا ہے جیسے

کوئی ادھار کو لوٹا دیتا ہے اسی طرح مٹی کا وجود مٹی واپس لے لیتی ہے یہاں تک کہ انسان روزِ قیامت دوبارہ اٹھائے جائیں اُن کے وجود کو اسی مٹی میں ضم ہو جاتا ہے، فنا ہو جاتا ہے، مٹی کو مٹی میں مل جاتا ہے۔ جسم نہیں جانتا کہ وہ زندہ ہے یا مردہ۔ اسے کوئی خبر نہیں کہ تکلیف کیا شے ہے۔۔۔ یہ سب تو اسے ذہن بتاتا ہے حواس بتاتے ہیں۔ اس بات کو ایک مثال سے سمجھتے ہیں۔

فرض کیجئے ایک شخص کو میز پر لٹا کر اس سے اس کا نام، بیوی، بچے، تعلیم اور کاروبار کا پوچھا جائے جواب ملنے کے بعد اس کے دونوں بازو کاٹ دیئے جائیں اور پھر یہی پوچھا جائے کہ تم کون ہو تو جواب پہلے والا ہی ملے گا۔ پھر دونوں ٹانگیں بھی جسم سے جدا کر دی جائیں اور وہ شخص میز پر پڑا ہوا محض ایک دھڑ ہی رہ جائے تب بھی اس کا نام تعلیم، کاروبار، گھر بار، بیوی بچے وہی رہیں گے۔ اس کا صاف مطلب ہے کہ وجود شخصیت کا ایک حصہ ضرور ہے لیکن مکمل شخصیت ہرگز نہیں ہے پھر وہ کون ہے جو جسم سے ماوراء ہے؟

یہ صرف جسم کا وہ تعارف ہے جو تزکیہ نفس کیلئے انسان کو درکار ہے وگرنہ جسم اللہ رب العزت کی حسین ترین تخلیق ہے۔ اس کے اندرونی و بیرونی اعضاء کی تخلیق پر قیامت تک بھی غور کیا جاتا رہے تو کبھی بھی یہ پتا نہ چل پائے گا کہ یہ آخر ہے کیا؟

آج سے قریباً تیس سال پہلے جا کر دیکھیں کہ سائنس اس جسم کو اتنا کم جانتی تھی اتنا under estimate کر رہی تھی کہ ہر بیماری کیلئے صرف ایک ہی ڈاکٹر ہوا کرتا تھا لیکن پھر انسان کو احساس ہوا کہ یہ اتنا آسان نہیں ہے تو ہر عضو کی سپیشلائزیشن کا دور شروع ہوا حتیٰ کہ دانتوں کیلئے سات سال کی طبی تعلیم لازم قرار پائی۔ جتنا اندر اترتے چلے جاتے ہیں اتنا ہی راز الجھتا چلا جاتا ہے حتیٰ کہ بات کلوننگ سے بڑھ کر میوٹیشن تک جا پہنچی ہے۔ جسم کو تا قیامت پڑھا جاتا رہے گا۔

اسی طرح حواس کی اپنی ایک الگ دنیا ہے جس کے اپنے اسرار ہیں اور اپنے کمالات۔

حواس بنیادی طور پر پانچ ہوتے ہیں۔

1- دیکھنا (بصارت) (Sight)

2- سننا (سماعت) (Hearing)

3- چکھنا (Taste)

4- سونگھنا (Smell)

5- محسوس کرنا۔ چھونا (Touch)

یہ جسم کیلئے سینسرز sensors کا کام سرانجام دیتے ہیں معلومات اکٹھی کرتے ہیں اور دماغ کو پہنچاتے ہیں۔ ان کا اصل کام جسم اور ذہن سے مل کر خواہش کو جنم دینا ہے اس پر آگے بات ہوگی۔ حواس کو کام کرنے کیلئے مخصوص اعضاء دیئے گئے ہیں۔ بصارت آنکھ کو کیمرے کی طرح استعمال کرتی ہے، سماعت کانوں کے ساتھ جڑی ہے، چکھنے کی حس زبان میں ہے، سونگھنے کیلئے ناک استعمال ہورہی ہے اور چھونے کی محسوس کرنے کی حس پورے وجود کے پور پور میں سمائی ہے۔

واضح رہے کہ یہ تعریف طبی نقطہ نگاہ سے نہیں کی گئی کیونکہ اللہ ایک تخلیق سے ہزاروں لاکھوں مقاصد حاصل کرتا ہے۔ جیسے ناک صرف سونگھنے کیلئے نہیں ہے بلکہ سانس لینے اور نکالنے سمیت اس کے بے شمار کام ہیں۔ یہاں حواس کے بیان کا مقصد صرف اپنی پہچان کیلئے ہے۔ ہم کُل میں سے جزو کو الگ کر رہے ہیں تا کہ جو ایک نظر آرہا ہے، حقیقت میں وہ کیا ہے یہ جان سکیں۔ حواس کے پاس بھی اپنا کوئی علم نہیں ہے۔

ذہن کے بغیر حواس کے پاس جو معلومات ہیں وہ کسی کام کی نہیں ہیں۔ ایک نظر ذہن کو بھی دیکھتے ہیں۔۔۔ موضوع کی مناسبت سے سر دست صرف اتنا سمجھ لینا کافی ہے کہ ذہن جسم

انسانی میں یادداشت کا مرکز ومحور ہے۔ یہ ڈیٹا سنٹر ہے۔ تجزیہ کار analyst ہے۔ یہ تمام جسم اور حواس پر حکمران ہے۔ حواس باہری دنیا کی معلومات اسے مہیا کرتے ہیں اس انفارمیشن کی مدد سے ماضی کے تجربات کو استعمال کر کے ذہن ایک تجزیہ کار کی حیثیت سے فیصلہ صادر کرتا ہے جسم اور حواس جسے ماننے کے پابند ہوتے ہیں۔

یہ جان لینا ضروری ہے کہ ذہن mind اور دماغ brain دونوں الگ ہیں مگر ایک دوسرے سے جڑے ہیں۔ جیسے جسم مادی اور روح غیر مادی ہے اسی طرح دماغ مادی اور ذہن غیر مادی ہے۔ دماغ اعصابی نظام اور بہت سے دوسرے خلیات سے مل کر بنتا ہے جن کو دیکھا جاسکتا ہے، چھوا جاسکتا ہے جبکہ ذہن غیر مادی ہے یہ سوچ کا نام ہے۔ ذہن دماغ کے ذریعے تمام جسم انسانی سے جڑا ہے۔ نفس انسان ان تین حصوں سے مل کر بنتا ہے جسم، حواس اور ذہن۔ یہ تینوں ایک دوسرے کے بغیر بیکار ہیں۔ کسی ایک کی دوسرے کے بغیر کوئی حیثیت نہیں ہے۔ اگر اس سوال پر گہرائی سے غور کیا جائے کہ میں کون ہوں؟ تو انسان ورطۂ حیرت میں گم ہو جاتا ہے۔

کیا میں جسم ہوں؟ کیا میں احساس ہوں؟ کیا میں ذہن ہوں؟ جب بھی کوئی اندر اتر کر دیکھتا ہے تو پاتا ہے کہ میں یہ سب نہیں ہوں۔ میں ان سب سے ماورا ہوں۔ میں ایک حقیقت منتظر ہوں۔ میری عزت، میرے خیالات، جذبات، میرا علم، میری دنیا۔۔۔ یہ سب کس کا ہے یہ عزت کس کی ہے؟ کیا عزت میرے جسم کی ہے؟ احساس کی یا پھر میرے ذہن کی؟ ان سوالوں کے جواب جاننے کیلئے آیئے نفس کی تہہ در تہہ گہرائیوں میں اُترتے ہیں۔

☆☆☆☆☆☆☆

علم اور عقل

Knowledge and Intelect

نفس کو جاننے کیلئے سب سے پہلے علم اور عقل کو جاننا اور پہچاننا ہوگا۔ علم کیا ہے اور عقل کیا ہے؟ اللہ قرآن میں فرماتا ہے کہ علم دیا گیا مگر تھوڑا سا۔۔۔ محدود سا Limited علم ہے۔

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ
مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا ٥

اور یہ لوگ تجھ سے روح کے متعلق سوال کرتے ہیں، کہہ دو روح میرے رب کے
حکم سے ہے اور تمہیں جو علم دیا گیا ہے وہ بہت ہی تھوڑا ہے۔
(سورۃ بنی اسرائیل 85)

وہ اِلَّا قَلِیلًا کہتا ہے۔ اگر خالق کہہ رہا ہے کہ علم تھوڑا ہے تو یہ بھی ماننا پڑے گا کہ عقل محدود ہے۔ پہلے علم اور عقل میں فرق کو سمجھ لیں۔

علم کسی شے کو جان لینے کا نام ہے knowing ہے۔ خود کو جاننے کیلئے ہمیں تلاش inquire کرنا ہوگا کہ ہمارے علم کا معیار کتنا ہے اس کی پہنچ کہاں تک ہے تو بات یہاں پہنچتی ہے کہ علم اپنی اصل میں کیا ہے؟ علم کی اصلیت actuality تک پہنچنے کیلئے ہمیں

خیال thought کو جاننا ہوگا کیونکہ ذہن کی حرکت علم کی حرکت ہے یعنی علم خیال سے متحرک ہوتا ہے۔ خیال یادداشت کا نام ہے memory ہے۔ ڈیٹا ہے۔ اگر کسی کی یادداشت کھو جائے تو اس کی سوچ ختم ہو جاتی ہے یا بے ترتیب ہو کر علم کے بگاڑ میں تبدیل ہو جاتی ہے اور پاگل پن کا ظہور ہوتا ہے۔

ہمارے تمام تر خیالات ہماری مکمل ترین یادداشت memory ہیں اور ہماری تمام تر یادداشت memory ہمارا ماضی ہے۔۔۔ غور کیجئے کیا ایسا نہیں ہے؟ ہمارے پاس مستقبل کی کوئی یادداشت memory نہیں ہے کوئی ڈیٹا نہیں ہے۔ حال کے اندر فی الوقت ہم خود موجود ہیں۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ تمام یادداشت memory ماضی ہے past ہے۔ جو ہو چکا ہے وہ ہمیں یاد ہے اور یہی یاد ہمارا خیال ہے۔ مصنف پر یقین کرنے کی بجائے ان سطروں کی شک doubt کی نگاہ سے دیکھیں اور اپنا تجزیہ خود کریں۔

جن تجربات و احساسات سے ہم گزر چکے ہیں وہ ہمارا ماضی ہے۔ ہم نے کہیں پڑھا، کہیں سے سنا، کہیں دیکھا، جو کچھ چکھا سونگھا۔۔۔ جو بھی اپنی ساری زندگی محسوس کیا وہ ہمارا تجربہ ہے experience ہے، ہمارا ادراک ہے۔

یہ ہمارا ماضی ہے اور ہمارا ماضی past ہی ہمارا تمام تر علم knowledge ہے۔ ہمیں مستقبل کا کوئی علم نہیں۔ حال کے تجربے سے ہم اس وقت گزر رہے ہیں۔ اس لئے ہمارا سارا علم ہمارا ماضی past ہے۔ علم knowledge اپنی حقیقت reality میں ماضی past ہے۔ یہ ایک حقیقت fact ہے۔

دنیا میں کم و بیش پچاس ہزار سال سے انسان جیتا اور مرتا چلا آ رہا ہے۔ کسی کو علم نہیں کہ کتنی تعداد ہے نہ کوئی گن سکتا ہے۔ یہاں تک کہ آج کل ہر روز چھ ارب سے اوپر آدم جی رہا ہے

مر رہا ہے۔ اپنے ہم جنسوں کی اتنی عظیم تعداد کے درمیان جیتا ہوا (ایک انسان) بے حقیقت شے ہے۔ اس کے تجربات لازم ہے کہ محدود تر کہلائیں۔ چونکہ اس کی ذاتی زندگی ایک محدود دائرے میں چل رہی ہے اس لئے اس کے پاس ماضی کی صورت میں جو معلومات موجود ہیں جسے وہ علم کہتا ہے وہ اِلَّا قَلِيلًا ہے۔ دیا گیا مگر بہت تھوڑا سا limited--- عقل intellect اس علم کو استعمال کرنے کا نام ہے۔

کسی بھی صورتِ حال میں ہمیں جو فیصلہ کرنا ہے وہ عقل ہے جس کی بنیاد علم ہے۔ چونکہ ہمارا علم محدود ہے اس محدود علم کی بنیاد پر روزمرہ زندگی کے جو چھوٹے بڑے فیصلے ہم روزانہ کرتے ہیں وہ بھی انتہائی محدود حیثیت کے حامل ہوتے ہیں اسے زاویہ نظر perspective کہتے ہیں۔ ہمارا زندگی کو گزارنے کا زاویہ نظر تنگ، چھوٹا اور محدود ہوتا ہے narrow اور limited ہوتا ہے۔ اسی لئے ہم حادثاتی انسان accidental being کی طرح زندگی گزارتے ہیں۔ ہمارے فیصلے کی، ہماری عقل کی اور ہمارے علم کی کوئی بنیاد نہیں ہوتی۔ ہم اپنے تمام فیصلے اپنے ماضی کے تجربات کو مدِ نظر رکھتے ہوئے کر رہے ہوتے ہیں۔ ایسے محدود تر زاویہ نظر سے ہم سچ تک کیسے پہنچ سکتے ہیں؟

ہم حال present میں بیٹھ کر اپنے ماضی past کا تجزیہ analysis کرتے ہوئے اپنے مستقبل future کے خدوخال بنانے اور اسے تبدیل modify کرنے میں مصروف ہوتے ہیں۔ جبکہ ہمیں تخلیق کرنے والا ہمارا مالک ہمیں کہتا ہے کہ کوئی ذی روح نہیں جانتا کہ وہ کل کیا کرے گا۔

إِنَّ اللَّهَ عِندَهُ عِلْمُ السَّاعَةِ وَيُنَزِّلُ الْغَيْثَ وَيَعْلَمُ مَا فِي الْأَرْحَامِ وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ مَّاذَا تَكْسِبُ غَدًا وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ بِأَيِّ أَرْضٍ تَمُوتُ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ٥

بے شک اللہ ہی کو قیامت کی خبر ہے، اور وہی مینہ برساتا ہے، اور وہی جانتا ہے
جو کچھ ماؤں کے پیٹوں میں ہوتا ہے، اور کوئی نہیں جانتا کہ وہ کل کیا کرے گا،
اور کوئی نہیں جانتا کہ وہ کس زمین پر مرے گا۔
بے شک اللہ جاننے والا خبردار ہے۔

(سورہ لقمان 34)

جب اللہ نے فرمایا کہ میں زمین پر اپنا نائب انسان کو بنانے والا ہوں تو فرشتوں نے حیرت سے کہا کہ اے رب یہ تو خون بہانے اور فساد کرنے والا ہے۔ اللہ نے کہا جو میں جانتا ہوں وہ تم نہیں جانتے پھر اللہ نے آدم کو کچھ چیزوں کے نام سکھا دیئے پھر ایک مدت بعد فرشتوں سے پوچھا کہ ان اشیاء کے اسماء بتاؤ۔ انہوں نے عاجزی کی کہ اللہ تو نے جو بتایا ہم وہی جانتے ہیں اس سے زیادہ کچھ نہیں پھر آدم کو حکم دیا تو اس نے نام بتا دیئے۔

(البقرہ 30 تا 33)

اگر آپ غور کریں تو پتا چلتا ہے کہ ہمیں اشیاء کے ناموں کا علم ہے اور ان کے اچھے برے خواص کا بھی علم ہے لیکن ہم کسی بھی شے کی حقیقت نہیں جانتے۔ آپ کی پوری زندگی آپ کے پورے علم میں کوئی ایک شے بھی ایسی نہیں جس کی اصل حقیقت اور ماہیت actuality کا آپ کو علم ہو۔

ماچس کا پتا ہے کہ اس سے آگ جلے گی فائدہ کا بھی پتا ہے اور نقصان کا بھی لیکن آگ بذات خود کیا ہے؟ کچھ گیسز کا مجموعہ؟ اچھا؟؟؟ گیس اپنی اصل میں کیا ہے؟ اس کی actuality کیا ہے؟ ماچس میں تیلی ہے اس کے سرے پر مصالحہ ہے۔ تیلی لکڑی سے بنی ہے۔ لکڑی درخت سے آئی ہے۔ درخت کے پتے، شاخیں ہیں، تنا ہے، اس کی جڑ ہے، درخت بیج سے بنتا ہے ہر شے کا بیج ہوتا ہے لیکن یہ بیج اصل میں کیا ہے؟؟؟

جب بھی آپ کسی شے کی جڑ root تک جائیں گے تو دیکھیں گے کہ کسی بھی شے کی حقیقت کا ہمیں کچھ علم نہیں (دیا تو گیا ہے لیکن تھوڑا سا)۔۔۔ حضور اکرم یہ دعا پڑھا کرتے تھے

اللھم ارنا الاشیاء کما ھی (ترمذی، کتاب الادعیہ، ص ۴۵۶)

اے اللہ ہمیں چیزوں کو ویسا دکھا جیسی ان کی حقیقت ہے۔

ہمارا علم محدود limited ہے۔ جب تک ہم اس حقیقت کو سمجھ کر مان نہیں لیتے تب تک اس علم کا دروازہ ہم پر نہیں کھلتا نہ ہی نفس کا تزکیہ ہو پاتا ہے۔ فرمایا ربّ لاشریک نے انسان ظالم violent اور جاہل ignorant ہے تو ہم اپنے رب کی اس statement کو کیوں نہیں مانتے کہ ہم جاہل ہیں۔ مانیں گے نہیں تو جہل کا طلسم کیسے ٹوٹے گا؟

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

ہم نے آسمانوں اور زمین اور پہاڑوں کے سامنے امانت پیش کی پھر انہوں نے اس کے اٹھانے سے انکار کر دیا اور اس سے ڈر گئے اور اسے انسان نے اٹھا لیا،

بے شک وہ بڑا ظالم بڑا جاہل تھا۔

(سورہ الاحزاب 72)

علم اور عقل کے علاوہ بھی ایک شے ہمارے پاس ہے جسے شعور کہا جاتا ہے۔ یہ ایک بڑی آنکھ، ایک وسیع تر زاویہ نظر ہے۔ ہمیں ایک لمحے میں پتہ ہے کہ ہم کون ہیں؟ اپنی ساری زندگی سے ہم ایک لمحے میں باخبر ہیں۔ اس کیلئے ہمیں کسی علم وعقل کی ضرورت نہیں ہے۔ ہم باخبر ہیں aware ہیں کہ ہم زندہ ہیں۔ ہمیں اپنے جسم حواس اور علم وعقل کا شعور ہے awareness ہے۔ ہمیں کچھ یاد رکھنے کی ضرورت نہیں یہی ہمارا شعور ہے۔

ایک مثال سے سمجھتے ہیں۔۔۔آپ نے اکثر ڈائری کے شروع میں دنیا کا نقشہ دیکھا ہوگا۔ اس نقشے میں اگر آپ کوئی شہر ڈھونڈ رہے ہوں تو آپ نقشے میں گم ہوتے ہیں۔آپ کچھ ڈھونڈ رہے ہیں یہ علم ہے عقل ہے۔اس نقشے کو اس map کو ایک نظر میں پورا دیکھنے کیلئے آپ کو کچھ وقت کیلئے عارضی طور پر منزل destination چھوڑنا ہوگی۔سوال چھوڑ دینا ہوگا۔آپ کو احساس ہوگا کہ اگر آپ کچھ نہیں ڈھونڈ رہے تو آپ پورا نقشہ دیکھ سکتے ہیں اب پوری دنیا ایک نظر میں آپ کے سامنے ہے۔۔۔یہی شعور ہے۔

کیا انسان اس بات پر قادر نہیں کہ اپنی پوری زندگی پر ایک نظر ڈالے اور سب دیکھ لے۔کیا آپ نے کبھی ایسا کیا ہے؟ کیا وجہ ہے کہ ہم باشعور ہونے کے باوجود بے شعوری کی زندگی کو ترجیح دیتے ہیں۔ ہمیشہ ساری زندگی چھوٹے چھوٹے مسائل کے حل میں مصروف آدمی خود کو پورے طور پر دیکھنے کو تیار نہیں ہوتا۔۔۔کیوں؟

تمام جہانوں کا رب فرماتا ہے کہ ہم نے تمام انسانوں کو ایک ہی نفس پر پیدا کیا ہے یعنی ایک ہی psyche پر۔ہم سب کی ایک ہی نفسیات ہے۔ایک ہی psychosis ہے اس لئے جب میں لکھتے ہوئے "میں" لکھتا ہوں تو وہ "آپ" ہیں اور جب میں "آپ" لکھتا ہوں تو وہ "میں" بھی ہوں۔ایک ہی بات ہے سب میں ایک ہی نفس کارفرما ہے۔

☆☆☆☆☆☆☆

خیال کیا ہے؟ سوچ کیا شے ہے؟

Difference Between Thought and Thinking

کیا ہم واقعی سوچتے ہیں؟ ہمیں ایسا لگتا ہے کہ ہم سوچتے ہیں جبکہ حقیقت اس کے برعکس ہے۔ انسان ہرگز کچھ بھی نہیں سوچتا۔ ہم صرف محرک stimulus کا جواب دیتے ہیں respond کرتے ہیں۔ سوچ اپنی اصل میں ایک مردہ شے dead thing ہے۔ سوچ ذہن میں پیدا نہیں ہو رہی یہ خود بخود وقوع پذیر نہیں ہو رہی۔ سوچ thought باہر ہے external ہے یہ اندرونی internal نہیں ہے۔ محرک stimulus باہر ہے۔ یہ بہت پیچیدہ سوال ہے آئیے پیاز کے چھلکے کی تہیں اتارنا شروع کرتے ہیں۔ دیکھتے ہیں آخر میں کیا بچتا ہے؟

نظریہ ارتقاء theory of evolution کی بات شروع ہو تو بہت سے ایسے لوگوں کے دل کو ٹھیس پہنچتی ہے جو اپنے خیالوں میں آدم و حوا کو آسمان سے زمین پر اترتا دیکھتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ کی عادت مبارکہ میں تصوراتی بناوٹ نہیں ہے۔

سب سے بڑا
اللہ فکشن fiction کو نہیں حقیقت fact کو پسند کرتا ہے۔ وہ عالم ہے۔۔۔ سب سے بڑا عالم۔۔۔ وہ کوئی بھی کام ایسا نہیں کرتا جس کی کوئی علمی بنیاد نہ ہو۔ بندر سے انسان بننے کے عمل کو نہ بھی مانا جائے تو یہ بات پھر بھی طے ہے کہ قرآن کہتا ہے انسان پر ایک طویل عرصہ ایسا بھی گزرا ہے جب وہ کوئی قابل ذکر شے نہ تھا۔ (الانسان/الدہر 1)

اگر وہ ہمارے جیسا ہی کوئی انسان بھی تھا تو لازمی امر ہے کہ جانوروں کے قریب تر زندگی گزارتا تھا۔ ہماری خصلتیں بھی اس امر کی شہادت دیتی ہیں۔ ہر انسان میں کسی نہ کسی جانور کی صفت ہوا کرتی ہے۔۔۔ جیسے کوئی بھیڑیا صفت، شیر کی طرح بہادر، لومڑی کی طرح چالاک اور سانپ کی طرح خطرناک ہوا کرتا ہے۔ اس اولین دور کے انسان میں عقل وفہم نام کی کوئی شے نہ تھی۔ قرآن کریم میں ارشاد باری تعالیٰ ہے:

ہم نے تمام جانوں کو بخل جان پر حاضر کیا (النساء 128)

یہ بخل جان کیا تھا؟ ہر قیمت پر اپنی جان بچائے رکھنے کی جبلت بخل جان ٹھہری کہ کوئی مرنے پر آمادہ نہ تھا۔ ہر طرف موت کی بادشاہی تھی انسان کے پاس عقل تھی نہ ہی علم۔ نتیجہ یہ تھا کہ انسان مر رہا تھا۔ ہر شے اس کی دشمن تھی کبھی سانپ نے کاٹ کھایا تو کبھی کسی کھائی سے نیچے جا گرا، کبھی درندوں نے چیر پھاڑ کر رکھ دیا تو کبھی پانی میں ڈوب مرا۔ پھر ایک دن اس نے مرنے سے انکار کر دیا۔ سو میں سے ننانوے انسان پہاڑ سے گر کر مرے لیکن آخری انسان نے موت کے شدید ترین تیز ہوتے محرک stimulus کو جواب دے دیا respond کر دیا۔۔۔

نیچے ایسا کیا ہے کہ جو جاتا ہے واپس نہیں آتا؟ اُسے پہلی بار خوف کے سرد احساس سے شناسائی ہوئی۔ میں ایسا نہیں کروں گا جیسا مجھ سے پہلے والے کر رہے ہیں۔۔۔ حادثہ ٹل گیا۔۔۔ وہ بچ گیا۔۔۔ زندگی کو قرار آنے لگا۔ انسان نے hit & trial سے سیکھنا

شروع کیا اور پھر وہ سوچتا ہوا انسان بن گیا۔ ہزاروں سال گزرتے چلے گئے اور stimulus کی تعداد بے اندازہ بڑھتی گئی اور اس کے ردعمل میں جواب response بھی بڑھتا گیا۔ نسل در نسل یہ معلومات یہ data شفٹ ہوتا رہا۔ کچھ جینز سے اور بہت سا علم کے طور پر بھی انسان کی نسل کو آگے منتقل ہو رہا تھا جس کے نتیجے میں انسان ہر گزرتے دن کے ساتھ مزید سوچنے والا بنتا چلا گیا۔

اسی دوران خالق کائنات نے آسمانی کتابوں کو انبیاء، رسولوں اور پیغمبروں کے ذریعے اتارا۔ انسان کو وہ سکھایا جو وہ جانتا نہ تھا محرک stimulus کا جواب تو جانور بھی دے رہا تھا۔ ہرن شیر کو دیکھ کر بھاگ رہا تھا۔۔۔

مگر انسان کی قابلیت اور تھی اس میں شعور تھا۔۔۔

إِنَّا خَلَقْنَا الْإِنسَانَ مِن نُّطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَّبْتَلِيهِ فَجَعَلْنَاهُ سَمِيعًا بَصِيرًا ۝

بے شک ہم نے انسان کو ایک مرکب بوند سے پیدا کیا، ہم اس کی آزمائش کرنا چاہتے تھے پس ہم نے اسے سننے والا دیکھنے والا بنا دیا۔

(الانسان/ الدھر 2)

صرف زمینی محرک سے آدمی کبھی انسان نہ بن سکتا تھا اس لئے اللہ نے کتابیں اتاریں انبیاء بھیجے۔ یہ نسل انسان کے استاد تھے۔ انہوں نے انسان کو اللہ کی کتابوں سے اچھے برے کی تمیز سکھائی تاکہ انسان کو آزمایا جاسکے کہ کون اچھا ہے اور کون برا ہے۔

یاد رکھنے کی بات ہے کہ معاشرہ وجود میں لانے کی طاقت صرف اور صرف آسمانی مذہب میں ہوتی ہے۔ اگر الہامی مذاہب نہ آتے تو معاشرہ کبھی وجود نہ پاسکتا تھا۔

انسان سوچتا نہیں ہے صرف محرک stimulus کو جواب دیتا ہے respond کرتا ہے۔ خیال thought ایک میموری ہے، یادداشت ہے۔ ذہن میں

خیالات thoughts کی مخصوص ترتیب یعنی patterns ہوتے ہیں جیسے جوتا ایک محرک stimulus ہے جس کا جواب response پاؤں ہے مگر اس کا ایک pattern ہے جس میں ایسی تمام میموریز memories ایک ہی جگہ محفوظ ہیں جن کا تعلق جوتے اور پاؤں سے ہوسکتا ہے۔ موچی ہے چپل ہے، بوٹ اور تسمے ہیں، شو پالش اور جوتے بنانے والی کمپنیوں کے اشتہارات ہیں۔ جوتا ٹوٹ جانے کا کوئی واقعہ بھی اسی pattern میں ہے۔ اسی طرح جوتا ٹوٹ جانے پر جس جگہ وقت پر نہ پہنچ پانے کی وجہ سے ندامت ہوئی تھی اس خیال کا pattern اس جوتے کے خیال کے pattern سے جڑا ہے۔

یہ پیچ در پیچ خیالات کا ایک لامتناہی سلسلہ ہوتا ہے جو یادداشت کی صورت میں ہمارے ذہن میں محفوظ ہوتا ہے۔ ایک عام سے جوتے کا محرک آپ کو خیالوں کے سمندر میں غرق رکھنے کو کافی ہے اور ہمارے اردگرد اربوں کھربوں محرکات موجود ہیں جو ہمیں ہر وقت مصروف خیال رکھتے ہیں۔

خیال اور شے ہے سوچ اور ہے۔ خیال برق کی طرح ہے، چھوٹا ہے، لپک کر آتا ہے۔ یہ محرک کا جواب ہے اسے خیال thought کہتے ہیں۔ خیال کبھی بھی قائم نہیں رہ سکتا Thought is not self employed at all یہاں تک کہ آپ اسے قبول نہ کرلیں۔۔۔ آپ کے قبول کرتے ہی attend کرتے ہی خیال سوچ میں تبدیل ہوجاتا ہے۔ اسے سوچنا thinking کہتے ہیں۔

اب آپ یادداشتوں کے سلسلوں میں patterns میں بھٹکنا شروع کردیتے ہیں یہاں تک کہ تصورات images شروع ہوجاتے ہیں اور پھر تصوراتی دنیا world of imagination آباد ہوجاتی ہے۔

انسان اپنے خیالوں سے سوچتا ہوا تصورات کے جہان آباد کرتا ہے۔ لوگوں سے بدلے لیتا ہے۔ گزر چکے واقعات کو دہراتا rewind کرتا ہے۔ خیالی کامیابیوں کے جھنڈے گاڑتا، محبوبہ سے ملاقاتیں کرتا اور اپنی سوچوں میں امارت کی بلندیوں کو جاتا انسان۔ یہ سب ذہنی خودلذتی mind masterbation ہے جس کا کم یا زیادہ، کچھ عرصہ، ہمارے یا ہمیشہ ہم سب شکار ہوتے ہیں۔۔۔ موضوع کی طوالت کا خطرہ نہ ہو تو صرف اس ایک موضوع پر ہی کتاب لکھی جا سکتی ہے۔ لیکن مقصد چونکہ صرف نفس کی پہچان ہے اس لئے اسے تشنہ چھوڑ کر آگے بڑھنے کے سوا کوئی چارہ نہیں۔

☆☆☆☆☆☆☆

جسم اور ذہن کا گٹھ جوڑ

Alliance of Body & Mind

چونکہ ان دونوں کا ایک دوسرے کے بغیر گزارہ نہیں اس لئے نفس کے یہ دونوں حصے ایک دوسرے کے ساتھ ایک معاہدے contract میں بندھے ہیں اور وہ ہے ایک دوسرے کی خاطر جینا اور ایک دوسرے کی ہر حد تک ممکن مدد کرنا۔

انسان کے جسم کو چونکہ صرف اور صرف بھوک اور جنسی پیداوار سے غرض ہے اس لئے یہی اس کی پہلی اور آخری ڈیمانڈ ہے جسے ذہن کو ہر صورت پورا کرنا ہے چاہے اس کے لئے اسے کچھ بھی کرنا پڑے۔ نفس کا تیسرا حصہ یعنی حواس sensors اس ساری صورتحال میں غلاموں slaves کا سا کردار ادا کرتے ہیں۔

جسم کی ہر قسم کی بھوک دور کرنے کیلئے ذہن انسان کو چاہے وہ مرد کا ہو یا عورت کا، دنیاداری کے عظیم جال میں خود اپنی مرضی سے پھنسنا پڑتا ہے۔ یہ خالق کائنات کا منشاء will ہے کہ انسان کو آزمایا جائے۔۔۔ اس سے فرار ممکن نہیں اور نہ ہی کسی بھی صورت قابل ستائش ہے۔ ذہن کے لئے سب سے ضروری کام task جسم کو زندہ رکھنا اور اس کی ڈیمانڈز کو ہر وقت پورے کرتا رہنا ہے کیونکہ جسم کی موت ذہن کی ناکامی ہے۔

اس چکر کو چلائے رکھنے کے لئے حواس کا بے دریغ استعمال ہوتا ہے۔ حواس کی مدد سے ذہن ہر وقت ہر طرف سے معلومات data اکٹھی کرتا رہتا ہے تاکہ بچاؤ survival کے زیادہ سے زیادہ طریقوں ideas کا مالک ہو سکے۔

کیونکہ اسے ہر صورت دنیا میں اپنا وجود قائم رکھنا ہے۔ تمام جانداروں میں صرف انسان ایک ایسی مخلوق ہے جسے موت کا مکمل اور بلند ترین شعور ہے۔ یہ خوب جانتا ہے کہ اسے مرجانا ہے۔ موت کا خوف اسے ہر وقت بے چین anxious رکھتا ہے۔ یہ بے چینی جلد بازی کو پیدا کرتی ہے۔۔۔ انسان مرنے سے پہلے کچھ کرنا چاہتا ہے۔۔۔ کچھ بھی!

وَكَانَ الْإِنْسَانُ عَجُولًا

اور انسان جلد باز ہے

(الاسراء11)

ذہن کی اولین جبلت عدم تحفظ insecurity کا احساس ہے۔ یہ ہر سانس کے ساتھ خود کو محفوظ secure کرنے کی کوششوں میں مصروف ہے۔ نفس کو خدا سے کوئی غرض نہیں ہے۔ اسے اللہ کے ہاں پلٹنے سے کوئی دلچسپی نہیں ہے۔ یہ خدا سے بھاگتا ہے، بیزار ہے اور خوف کھاتا ہے کیونکہ یہ دنیا میں رہنے کے لئے بنا ہے۔ اسے اپنے آپ سے ہمیشہ ہمدردی sympathy ہے۔ جسم اس کا محکوم ہے اور یہ ایسا سفاک حاکم ہے جسے اپنے محکوم سے بے پناہ ہمدردی ہے لیکن یہ کسی صورت اسے آزاد کرنے کو تیار نہیں۔

واضح رہے نفس کے بارے میں جتنی بھی بات یہاں ہو رہی ہے اس کا ہر گز یہ مطلب نہیں کہ دنیا چھوڑ کر الگ ہو کر بیٹھ جانا چاہئے۔ اسلام میں کوئی رہبانیت نہیں اور اللہ پاگل شخص کو پسند نہیں کرتا۔ یہ ایک اٹل حقیقت ہے کہ ہمیں اس دنیا میں اسی وجود اور ذہن کے ساتھ جینا ہے خیالات سے مکمل نجات کبھی ممکن نہیں ہے۔

نفس کی پیچیدگیوں کو مکمل طور پر جان لینے کا دعویٰ صرف اور صرف دماغی خلجان ہی کہلا سکتا ہے۔ اصل راز یہ ہے کہ ذہن کی فطرت ہے کہ جب یہ کسی شے کو جان لیتا ہے تو اس شے کی اہمیت، طاقت اور ہیبت اس کی نظروں میں ہمیشہ کیلئے ختم ہو جاتی ہے۔

نفس کا علم حاصل کر لینے کے بعد ذہن آہستہ آہستہ نفس کی قید سے آزاد ہو جانے کو ممکن سمجھنے لگتا ہے۔ وہ جان لیتا ہے کہ وہ صرف نفس نہیں ہے۔ جیسے جیسے آپ اس کتاب میں آگے بڑھتے چلے جائیں گے ویسے ویسے آپ پر آپ کے نفس کے افعال، کمالات، اسرار اور کردار عیاں ہوتے چلے جائیں گے۔ یہ آپ کے ذہن کیلئے نئی معلومات ہیں۔

یہ نیا ڈیٹا ہے۔۔۔اس سے آگاہ ہو جانے کے بعد، ذہن میں اس کے نصب install ہو جانے کے بعد آپ کی اہمیت آپ کی اپنی نظروں میں تبدیل ہونا شروع ہو جائے گی۔ آپ کے اور آپ کے نفس کے درمیان ایک فاصلہ پیدا ہو جائے گا۔

یہ فاصلہ پیدا ہو جانے سے آپ خود کو خود سے الگ ہو کر دیکھنے کے قابل ہوں گے تو آپ کے اندر نفسیاتی ارتقاء psycological evolution کا آغاز ہو جائے گا۔ آپ جسے "میں" سمجھتے چلے آئے ہیں آپ کو صاف نظر آنے لگے گا بہت بڑا دھوکہ ہے۔ خود ساختہ مسائل، نفس سے لاعلمی کی وجہ سے پیدا ہونے والی نفسیاتی الجھنیں، دکھ درد اور کرب، حسد، غصہ، نفرت اور انتقام، حد سے زیادہ آگے بڑھنے کی مبالغہ آمیز خواہش، اس بات کا بے کراں دکھ کہ آپ کو کوئی نہیں سمجھتا نہ ہی کوئی جانتا ہے کہ آپ کیا چاہتے ہیں۔

سب کچھ تحلیل ہونے لگے گا اور دھیرے دھیرے پردے کے پیچھے سے ایک باوقار، سلجھا ہوا، اللہ کی رضا میں راضی اور اس کی دوستی کے مزاج میں گندھا ہوا ساری دنیا کیلئے سرتاپا محبت ایک نیا انسان نمودار ہونے لگے گا۔

نفس کی تربیت اسے اصل علم کی فراہمی سے ہی ممکن ہے۔ اسلام میں نفس کو مارا نہیں جاتا بلکہ اسے اللہ کی راہ میں مسلمان کیا جاتا ہے، اپنا ساتھی بنایا جاتا ہے۔۔۔ سب سے وفادار اور مخلص ساتھی۔۔۔

جو بغیر علم کے ہمارا سب سے بڑا دشمن ہے۔

☆☆☆☆☆☆☆

تکرار کالامتناہی چکر

Vicious Loop of Repetition

سب سے پہلے ہمیں یہ دیکھنا ہوگا کہ اصل مسئلہ ہے کیا؟ ہم زندگی میں کیا کرنا چاہ رہے ہیں؟ وہ کون سا سوال ہے جو سب سے بڑا ہے اور جسے زندگی میں حل کرنا سب سے زیادہ ضروری ہے؟ کہیں ایسا تو نہیں کہ ہماری زندگی میں سرے سے کوئی مسئلہ ہے ہی نہیں؟ کہیں یہ بات تو نہیں کہ سارے مسائل ہمارے خود ساختہ ہیں؟

بچپن میں انسان کا کوئی مسئلہ نہیں ہوتا پھر آہستہ آہستہ اسے چھوٹے چھوٹے مسائل سے روشناس کروایا جاتا ہے۔ ماں کے دودھ کے بعد ہاتھ سے کھانا کھلا کر اسے سکھانے کی کوشش کی جاتی ہے کہ اس کا مسئلہ یہ ہے کہ اسے خود کھانا سیکھنا ہے۔ پھر کپڑے پہننے کو مسئلے کے طور پر اجاگر کیا جاتا ہے اسی طرح بتدریج اسے حروف تہجی اور گنتی جیسے مسائل کے سامنے کھڑا کر کے انہیں حل کرنے کا طریقہ کار بتایا جاتا ہے۔

اس طریقہ کار کی بنیاد صرف ایک ہے "تکرار/دہرانا" repetition۔ اسے پریکٹس کروائی جاتی ہے۔ بار بار ایک ہی کام کو دہرا کر جو مہارت حاصل ہوتی ہے اسے مسئلے کے حل کے طور پر دکھایا جاتا ہے۔

اس سارے سسٹم سے ہرگز اختلاف نہیں ہے یہ تو ضروری شیطان necessary evil ہے اس کے بغیر گزارہ ہی نہیں ہے۔ ہم ساری عمر اسی تربیت کے مطابق زندگی گزارنے کی سرتوڑ کوشش کرتے ہیں۔ یہی ہماری زندگی کا بنیادی فارمولا ہوتا ہے۔ اپنی آج تک کی زندگی پر نظر دوڑائیں، غور کریں، تجزیہ کریں۔

آپ دیکھیں گے زندگی میں پیش آنے والے روزمرہ واقعات کو ہمارا ذہن مسائل کے طور پر لیتا ہے اور ہم ساری زندگی ان مسائل کو تکرار repeat کے فارمولے کے تحت حل کرنے میں صرف کرتے ہیں۔ اپنے معمولات کا جائزہ لیں۔ روز صبح اٹھنے، دانت صاف کرنے، ناشتہ کرنے، اپنے کام پر جانے سے شام کو گھر واپس آ کر رات کو سونے تک کے تمام معمولات کو دیکھیں۔ آپ ہر شے ہر عمل تکرار repeat کی صورت میں کر رہے ہیں۔ یہ ہمارے ذہن کی پروگرامنگ ہے۔

ہم اپنی ساری زندگی کو ایک مسئلے کی طرح دیکھنے کے عادی ہیں۔ اور ان مسائل کا حل نکالنے کے لئے ہمارے پاس جو سب سے آخری اوزار tool بچتا ہے جس پر سب متفق ہیں وہ عقل intelect ہے۔ تکرار کے ساتھ ساتھ ہم ہر مسئلے کے حل کیلئے اپنی عقل کو استعمال کرتے ہیں کیونکہ اس کے سوا انسان کے پاس اور کوئی ذریعہ نہیں جس سے وہ اپنی زندگی کو آگے بڑھا سکے۔

ایک طویل مدت زندگی گزارنے کے بعد ہمیں احساس ہوتا ہے کہ ہم اپنی زندگی کو جس سمت لے جانا چاہتے تھے وہ اس کے بالکل برعکس چلی ہے۔ ہم نے اپنے آپ کو عقل کے اندھا دھند استعمال سے آج جہاں لا کھڑا کیا ہے وہ ہمارے لئے مقام عبرت ہے۔ آپ آج جہاں ہیں، جو ہیں اور جس حالت میں ہیں کیا آپ یہی کرنا چاہتے تھے؟ کیا آپ کے تمام منصوبے کامیاب رہے؟ خود سے یہ سوال پوچھیں اور اس کا جواب ڈھونڈیں۔

جب ہم یہ دیکھ لیتے ہیں کہ ہماری عقل اگرچہ ہر آنے والے نئے دن پہلے سے بہتر اور تیز تر ہوتی جا رہی ہے کیونکہ اصول عقل کا یہ ہے کہ اس کا استعمال اسے بڑھاتا ہے لیکن ہمیں ایک مدت کے بعد یہ احساس ہونے لگتا ہے کہ اس قدر بہتر اور تیز تر ہوتی ہوئی عقل کے باوجود معاملات ویسے بالکل نہیں چل رہے جیسے ہم چلانا چاہتے ہیں۔

جب بھی ہم کسی مسئلے کو حل کرتے ہیں وہ خود تو حل ہو جاتا ہے مگر مزید بہت سے نئے مسائل اور نتائج کی شکل میں اپنے بے شمار انڈے بچے دے جاتا ہے۔ یہ وہ وقت ہے جب ڈپریشن حملہ آور ہوتا ہے۔ اعصاب اور ذہن دباؤ کا شکار ہونے لگتے ہیں۔ اور ہم اپنی صاف دکھائی دیتی ناکام زندگی سے گھبرا کر کسی نئی پناہ گاہ کی تلاش میں نکل کھڑے ہوتے ہیں۔

کوئی بابا، کوئی پیر، کوئی مذہبی شخصیت، کوئی روحانی عامل جو ہمیں فارمولا formula دیتا ہے، ایک نیا میتھڈ method بتاتا ہے۔ پھر تسبیحات نکل آتی ہیں، ذکر اذکار شروع ہو جاتے ہیں، وظائف کا دور دورا ہوتا ہے، بیعت کی جاتی ہے، نمازوں کو پورا کرنے کا اہتمام ہوتا ہے اور دینی مجالس و محافل سجائی جاتی ہیں۔

یہ سب بالکل ٹھیک ہے اس سے ہرگز کوئی اختلاف نہیں بلکہ درست طریقے اور اعلیٰ عقل و فہم سے ان میتھڈز کا استعمال انسان کو بہت بڑی بلندیوں تک لے جا سکتا ہے لیکن بات کے کچھ ایسے زاویے بھی ہیں جو ہماری نگاہوں سے اوجھل رہ جاتے ہیں۔

کہیں ایسا تو نہیں کہ ہم نے صرف زندگی کے ہر لمحہ بڑھتے ہوئے دباؤ سے بچنے کی کوشش میں تکرار repetition کے ایک اور لامتناہی سلسلے کو اپنی زندگی میں داخل کر لیا ہو؟ کہیں ایسا تو نہیں کہ ہم اپنی عقل جو کہ اپنی اصل میں ہمارا نفس ہے اس کو ٹھیک کرنے کی بجائے مزید فارمولے اور میتھڈز کی طرف چل پڑے ہوں؟

ایسی صورت حال میں یہ سب لاحاصل ہے۔ ہم اپنے خالق کو فریب dodge نہیں دے سکتے۔ وہ جانتا ہے کہ یہ وہی آدمی ہے، وہی اس کی نفسانی خواہشات ہیں۔ وہی روٹین ہے۔۔۔ صرف اداکار نے ایک اور نیا روپ دھار لیا ہے۔ یہ مزید وقت حاصل کرنے کی کوشش کے سوا time buying کے سوا کچھ بھی نہیں ہوتا۔

صرف اور صرف کسی میتھڈ یا کسی فارمولے سے نفس self کبھی اطاعت surrender نہیں کرتا۔۔۔ اگر اللہ کسی کی آنکھ اس کے اپنے اوپر کھول دے تو وہ دیکھتا ہے کہ یہ عقل بے شک بڑی شے ہے لیکن یہ ناقص حالت میں immaturity میں کسی بھی صورت میری رہنمائی کرنے کے قابل نہیں کیونکہ یہ محدود عقل ہے۔ اس سے میں جس بھی مسئلے کو ٹھیک کرنے کی کوشش کروں گا وہ مزید الجھنیں چھوڑ جائے گا۔ ہر آنے والے دن کے ساتھ یہ شکنجا میرے گرد کستا ہی چلا جائے گا۔

انسان جب یہ جان لیتا ہے کہ عقل آخری ہتھیار ہے آخری اوزار ہے اس کے علاوہ اُس کے پاس اور کچھ نہیں تو اسے احساس ہوتا ہے کہ یہ سب تو جال ہے جس سے وہ خود کبھی باہر نہیں نکل سکتا۔۔۔ اپنی چالاکی سے ہرگز نجات نہیں پا سکتا۔۔۔ جس لمحے یہ احساس پیدا ہوتا ہے۔۔۔ انسان کی طلب، اس کی ہر لحظہ بے چین ہوئی ڈیمانڈ پرسکون ہو جاتی ہے calm down ہو جاتی ہے۔۔۔ سلب ہو جاتی ہے seized ہو جاتی ہے۔

یہیں سے ذہن انسان پر نئے دریچے وا ہونے لگتے ہیں۔ صبر عطا ہوتا ہے، شکر عطا ہوتا ہے، تقویٰ بھی اس مقام کی عطا ہے اور توکل بھی۔ پھر تسبیح ہے، ذکر ہے، نماز ہے، قرآن ہے، اللہ ہے، اللہ کا رسولؐ ہے اور ایک مسلمان ہے جو مومن بننے کے سفر پر روانگی کیلئے تیار ہے۔ ایمان اس کا استقبال کر رہا ہے۔ تکرار repetition کے بغیر گزارہ نہیں ہے لیکن اندھے کی زندگی اور ہے آنکھ والے کی اور ہے۔

آنکھ والے نے اطاعت کر لی ہے surrender کر دیا ہے سر جھکا کر اطاعت کر لی ہے مگر اندھا صرف اندھیرے میں زندہ ہے حادثاتی انسان accidental being ہے۔ نفس کی پہچان کے بغیر بات نہیں بنتی کوئی کتنا ہی زور لگا لے کیسا ہی زہد کر لے۔۔۔ نفس کے علم کو جب تک لے نہیں لیتا تب تک پردہ اٹھانا رازِ ہستی کو سمجھ جانا کسی صورت ممکن نہیں۔ اللہ کے سب سے بڑے دشمن کو صرف اسی صورت شکست دی جا سکتی ہے جب اس سے لڑنے والا صاف صاف اسے دیکھ کر جان نہ لے کہ آخر وہ کس سے لڑ رہا ہے۔ اس کی جنگ کس کے ساتھ چل رہی ہے۔۔۔ یہ جنگ اپنے آپ سے لڑی جاتی ہے۔

اپنی پہچان کے بغیر کوئی کیسے خود سے لڑ سکتا ہے؟

خود کو جاننے کا سفر جاری ہے۔۔۔

☆☆☆☆☆☆☆

یادداشت کیا ہے اور کیسے کام کرتی ہے؟

What Is Memory and How Does It Work?

ہمارے ذہن میں یادداشت memory کے بننے کا عمل انتہائی حیرت انگیز اور بے حد دلچسپ ہے۔ اس پر ایک گہری نظر نہ ڈالنا ناانصافی ہوگی۔

ہمارا دماغ ایک ریکارڈنگ ڈیوائس کے طور پر بھی کام کرتا ہے۔ اسے Recording Process of Mind بھی کہہ سکتے ہیں طبی اصطلاح میں اسے cognitive process کہا جاتا ہے۔ ویسے تو یہ بہت ہی پیچیدہ عمل ہے مگر موضوع کے اعتبار سے مطلب کی بات یہ ہے کہ ہمارا ذہن حواس خمسہ سے ملنی والی ایک ایک خبر کو، ہر ایک احساس ہر جذبے کو ریکارڈ کر رہا ہے محفوظ کر رہا ہے اور ان احساسات وجذبات کو معلومات data میں تبدیل کر رہا ہے۔

یہ بے حد تیز رفتار عمل ہے کہ ہمیں اس کا احساس تک نہیں ہوتا کہ سب محفوظ کیا جا رہا ہے۔ سارا دن جو مشاہدات حاصل ہوتے ہیں خواہ وہ دیکھنے سے ہوں، چکھنے سے تعلق رکھتے ہوں، سونگھنے سے عمل میں آئیں، جو کچھ دیکھا سنا ہو اور جو بھی محسوس کیا ہو وہ عارضی

یادداشت short term memory کی شکل میں محفوظ کیا جاتا ہے اور رات کو نیند کے دوران غیر ضروری یادیں memories ختم delete کر دی جاتی ہیں تاکہ دماغ پر بوجھ نہ بڑھے۔ اس کے علاوہ جاگنے کے دوران بھی محفوظ کرنے اور بھولنے کا عمل تیزی سے جاری رہتا ہے۔

مثلاً ایک دکاندار گاہکوں کو نمٹاتے ہوئے یہ کبھی یاد نہیں رکھ سکتا کہ اس نے پچھلے تیسرے یا چوتھے گاہک سے کتنے پیسے لئے اور بقایا کتنے دیئے۔ اگر یہ غیر ضروری ڈیٹا ختم delete نہ ہو رہا ہو تو آدمی کچھ ہی گھنٹوں میں حواس کھو بیٹھے۔

جو واقعہ یادداشت کا حصہ بن جاتا ہے اس کی ریکارڈنگ کا طریقہ کار بہت ہی مختلف ہے۔ اسے طویل مدتی یادداشت long term memory کہتے ہیں۔ طویل مدتی یادداشت دماغ میں تب محفوظ ہوتی ہے جب احساس emotion اس خیال سے جڑ جائے connect ہو جائے جو ذہن میں حواس کے ذریعے آیا ہے۔

جیسے ہی خیال جذبے سے احساس سے ملتا ہے یاد memory کے طور پر یادداشت کے خانے میں memory cell میں برسٹ burst ہو جاتا ہے اور ہمیشہ کیلئے محفوظ save ہو جاتا ہے۔ اسے ایسے سمجھیں۔۔۔

اگر آپ دیکھیں کہ سڑک پر کسی بچے کو چوٹ لگی تو یہ واقعہ چونکہ آپ کے جذبات سے نہیں جڑ پایا کیونکہ وہ آپ کا بچہ نہیں ہے اس لیے عارضی یادداشت بنے گی اور نتیجتاً آپ اسے کچھ عرصہ کے بعد بھول جائیں گے لیکن خدانخواستہ اگر یہی چوٹ آپ کے بچے کو لگے تو چشم زدن میں یہ منظر جذبات سے مل کر میموری سیل میں برسٹ ہو جائے گا اور ہمیشہ کیلئے آپ کی یادداشت کا حصہ بن جائے گا۔

آپ اس منظر کو بھی ایک مخصوص مدت کے بعد بھول جائیں گے لیکن اچانک طویل مدت

دل احساس اور توانائی

Heart, Emotion and Energy

انسان ایک مخلوق ہے اسے اس کے خالق نے پیدا کیا ہے۔ یہ ایک مشین ہے، ایک روبوٹ ہے اور اس کا ایک تخلیق کار designer ہے۔

جب وہ اسے پیدا کر چکا design کر چکا تو اس خالق creator نے اس کے اندر اپنی روح کو پھونک دیا اور اس بے جان وجود کو متنفس کر دیا۔۔۔ یہ مشین یہ روبوٹ زندہ ہو گیا alive ہو گیا۔ اس وجود میں بجلی energy دوڑ گئی۔۔۔

ذٰلِكَ عَالِمُ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ الْعَزِيْزُ الرَّحِيْمُ ۝ اَلَّذِيْٓ اَحْسَنَ كُلَّ شَيْءٍ خَلَقَهٗ وَبَدَاَ خَلْقَ الْاِنْسَانِ مِنْ طِيْنٍ ۝ ثُمَّ جَعَلَ نَسْلَهٗ مِنْ سُلٰلَةٍ مِّنْ مَّآءٍ مَّهِيْنٍ ۝ ثُمَّ سَوّٰىهُ وَنَفَخَ فِيْهِ مِنْ رُّوْحِهٖ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْاَبْصَارَ وَالْاَفْـِٕدَةَ قَلِيْلًا مَّا تَشْكُرُوْنَ ۝

جس نے جو چیز بنائی خوب بنائی، اور انسان کی پیدائش مٹی سے شروع کی۔ پھر اس کی اولاد نچڑے ہوئے حقیر پانی سے بنائی۔ پھر اس کے اعضا درست کیے اور اس میں اپنی روح پھونکی

اور تمہارے لیے کان اور آنکھیں اور دل بنایا تم بہت تھوڑا شکر کرتے ہو۔

(السجدہ 7 تا 9)

غور کیجئے آیات میں جب تک روح پھونکنے کا نہیں کہا جب تک "اس" کہا اور جب روح پھونک دی مشین چل پڑی انسان زندہ ہوا تو تمہارے اور "تم" کہا یعنی اب تو میری بات کو سننے سمجھنے کے قابل ہوا۔ بات کو سمجھتے ہیں---

دل جذبات کا مرکز ہے Heart is the center of emotions۔ جذبات کی پیدائش احساسات سے ہوتی ہے یعنی حواس سے sensors سے جذبات پیدا ہوتے ہیں۔ حواس احساسات ہیں feelings ہیں اور احساسات جذبوں emotions کو پیدا کرتے ہیں اور جذبات انرجی energy ہیں۔

اپنی نبض پر ہاتھ رکھیں دل ایک پمپنگ سٹیشن pumping station کی طرح کام کر رہا ہے آپ زندہ ہیں---انرجی گرم ہوتی ہے اور ہر گرم شے انرجی ہے۔ اپنی نبض کے اوپر جلد کو محسوس کریں آپ کا جسم گرم ہے۔ آپ کا ایک درجہ حرارت ہے۔ ہر وہ شے جو باہر سے گرم ہوتی ہے اندر سے جل رہی ہوتی ہے حتیٰ کہ انسان بھی---

اس سسٹم کو پورے دھیان سے سمجھنے کی کوشش کریں---

دل کو ہر صورت جذبات چاہئیں۔ یہ جذبوں sensations میں لپٹا ہوا زندہ ہے۔ اسے دھڑکنے کیلئے صدمہ چاہئے shock چاہئے جھٹکا چاہئے۔ یہ شاک shock اسے جذبہ دے رہا ہے۔ دل کو رنج والم ، خوشی اداسی، بغض کینہ ، نفرت اور محبت، نیکی اور بدی، درد خوف اور بے چینی ہر لحہ چاہئے۔ یہ جذبات سے چلتا ہے emotional organ ہے۔ یہ بھچتا ہے ، پھیلتا ہے، سکڑتا ہے اور بڑھتا ہے۔ جذبات اس کا ایندھن fuel ہیں۔

کے بعد کسی بھی واقعے کی وجہ سے آپ کو اپنے بچے کی چوٹ یاد آ کر احساس دلائے گی کر ڈیٹا ڈیلیٹ نہیں ہوا بلکہ آپ کے دماغ کے خوابیدہ حصے تحت الشعور subconscious میں محفوظ رکھا ہوا ہے۔۔۔ یہ آپ کے حتمی شعور کا حصہ بن چکا ہے۔ فائل ہو چکا ہے۔۔۔

خیال کو یادداشت میں محفوظ ہونے کیلئے ذہنی یادداشت کے خلیات میں جل جانا burst ہو جانا ضروری ہے۔ اس برسٹنگ کیلئے اس شعلے کے لئے خیال کو جس بجلی کی جس انرجی کی ضرورت ہوتی ہے وہ نفس اسے جذبات یعنی emotions کی صورت میں مہیا کرتا ہے۔

اس طرح ہم اپنی زندگی کے تمام اہم اچھے برے واقعات events کو گناہ اور ثواب کے ثبوت evidence کی شکل میں اٹھائے پھر رہے ہیں۔۔۔ کس لئے؟

یقیناً روزِ قیامت پیش آنے والے اپنے مقدمے کی سماعت کیلئے۔۔۔

☆☆☆☆☆☆☆

ہمارے جسم میں کسی بھی مشین کی طرح تاریں wires ہیں انہیں رگیں veins کہتے ہیں۔ ایک خون کی ہیں جن کا کام خون کو جسم میں لے جانا اور واپس لے آنا ہے دوسری تاریں nerves اعصاب کہلاتی ہیں۔ ان کا کام جذبات و احساسات کو دل سے دماغ اور دماغ سے دل تک لانا بھی ہے اور یہی اعصابی رگیں دماغ کو حواس اور جسم کے ساتھ جوڑے ہوئے ہیں۔ یہ بہت ہی پیچیدہ نیٹ ورک ہے۔

اب ان سب کا آپس میں تعلق دیکھتے ہیں۔۔۔

ذہن میں چونکہ ہماری زندگی کا سارا ریکارڈ موجود ہوتا ہے اور سامنے کی بات ہے کہ یہ ریکارڈ اعلیٰ درجے کا نہیں ہوتا۔ بچپن میں کوئی بچے کے پاس بیٹھ کر ماں کو کہتا ہے کہ یہ بالکل اپنے باپ پر گیا ہے۔ ریکارڈنگ ہو رہی ہوتی ہے۔ نفس تشکیل کے مرحلے میں پہلے 9 سے 10 سال تک ہوتا ہے۔

پھر کوئی کہتا ہے کہ بالکل اپنے ماموں کی طرح غصے کا تیز ہے۔ ریکارڈنگ آن ہے۔۔۔ یوں آہستہ آہستہ باہری محرک سے اور پھر تعلیم اور دیگر ہزاروں عوامل سے جو کہ روایتی ہی ہوتے ہیں شخصیت personality تشکیل پانے لگتی ہے construct ہونے لگتی ہے۔

میرا یہ نام ہے۔ یہ میرے ماں باپ، بہن بھائی رشتے دار ہیں ان میں سے اتنے جھگڑالو، اتنے غصیلے، اتنے لوگ اچھے ہیں اور اتنے برے۔ یہ میرا اسکول، کالج، یونیورسٹی ہے۔ یہ تعلیم ہے۔ یہ میری بیوی ہے یہ میرے بچے ہیں، یہ ثواب ہے یہ گناہ، یہ میری عزت اور یہ میری بے عزتی ہے۔ مجھے پیسہ کمانا ہے عزت بنانی ہے گھر بار لینا ہے اور معاشرے میں کامیاب زندگی گزارنی ہے۔ مجھے یہ کرنا ہے اور یہ نہیں کرنا۔ یہ کھلے عام کرنا ہے اور یہ چھپ کر کرنے والے کام ہیں۔

سب کچھ ہمیں دنیا بتاتی ہے، سکھاتی ہے، پڑھاتی ہے اور پھر انسان کو دوسرے انسانوں کے ہجوم میں پھینک دیا جاتا ہے۔ آزمائش شروع ہو جاتی ہے۔ دیکھتے ہیں کیا کرتا ہے کدھر کو جاتا ہے۔۔۔

نفس کی چونکہ تربیت ہی اس لحاظ سے ہوتی ہے کہ پہلے پیچیدگی میں جائے، الجھن میں جائے، گناہ کو لپکے پھر جب دباؤ پڑے تو اپنی تلاش کو پلٹے۔۔۔ کم تربیت یافتہ immature نفس دن رات اپنی ذات کو سنوارنے میں مصروف رہتا ہے۔

اس حالت میں نفس دو حالتوں پر ہوتا ہے۔ یہ ہر وقت ماضی past میں رہنا پسند کرتا ہے۔ ماضی کے اچھے اور برے واقعات کی ادھیڑبن میں ہر لحہ مگن رہتا ہے۔ ماضی کی بھول بھلیوں سے جب ہوش میں آتا ہے تو چھلانگ لگا کر مستقبل future میں جا گھستا ہے اور ماضی کے اچھے برے واقعات و تجربات کو استعمال کرتے ہوئے حال present میں بیٹھ کر اپنے مستقبل کے خدوخال کو سنوارنے لگتا ہے crafting کرنے لگتا ہے۔

کل مجھے فلاں شخص نے یہ بڑی بات کہی تھی اس وقت تو میں کچھ نہ کر سکا کل ملے گا تو مزہ چکھاؤں گا ایسا جواب دوں گا کہ مزہ آجائے گا۔۔۔ یہ کبھی حال میں نہیں رہنا چاہتا حالانکہ جسم حال میں رکھا ہوا ہے۔۔۔ اپنے حواس sensors کو استعمال کرتے ہوئے ماضی اور مستقبل میں مصروف عمل ذہن مسلسل دل کو جذبات بھیج رہا ہے۔ کبھی خوشی کا جذبہ کبھی غم کا بے کراں احساس، کبھی نفرت کا سلگتا ہوا پیغام تو کبھی حسد کی آگ کے جلتے ہوئے کوئلے۔

ہزاروں جذبات اس نفس کی جانب سے ہر لمحے دل کو پہنچ رہے ہیں اور دل ان کی آمدورفت سے کبھی زور سے کبھی آہستہ کبھی ہیجان میں کبھی دباؤ میں کئی طرح سے دھڑک رہا ہے۔ یہ دل کا زنگ ہے یہ اللہ کی یاد سے تہی دامن ایک دل کی خوں رلا دینے والی سچی داستان ہے

جو ہم سب میں تقریباً ہم سب میں مسلسل لکھی جا رہی ہے۔۔۔ یہ ہر بے قرار دل کی حالت ہے۔۔۔ ایک مردہ ہوتے، جھکتے ہوئے دل کا عالم realm ہے۔۔۔ اس بے قراری اس بے چینی اور اس بے پناہ ہیجان کے عالم میں جو دھڑکن پیدا ہو رہی ہے وہ صالح نہیں ہے، اطمینان والی نہیں ہے اس دھڑکن سے بیماری پیدا ہو رہی ہے، نفسیاتی امراض لاحق ہیں، جنون ہے، فساد ہے اور لڑائی جھگڑے ہیں۔

اس سے رشتوں کا تقدس پامال ہے۔۔۔ یہ نفسانفسی کی دھڑکن ہے۔۔۔ یہ آپ کی، میری اور ہم سب کی دھڑکن ہے۔ یہ ہمارے معاشرے کا زیر و بم ہے۔۔۔ یہ من حیث القوم ہماری ہارٹ بیٹ heart beat ہے۔ بات یہاں تک ہی محدود نہیں رہتی۔۔۔

اس سارے چکر میں ایک نقصان تو من حیث القوم ہو رہا ہے مگر ایک انفرادی نقصان بھی ہے جو سب سے بھیانک ہے۔ کبھی آپ نے غور کیا کہ جب آپ صبح بیدار ہوتے ہیں تو سب سے پہلے آنکھ کھلنے کے بعد آپ کے ذہن میں آنے والا خیال کونسا ہوتا ہے؟

وہ خیال آج کے سب سے زیادہ ضروری کاموں کا ہے۔۔۔

دانت صاف کرتے ہوئے آپ کیا سوچ رہے ہوتے ہیں؟ ناشتہ کرتے ہوئے اندر کیا کھچڑی پکتی ہے؟ سارا دن لاکھوں کروڑوں محرکات stimulus میں گھرا ہوا انسان اس بات سے بے خبر ہوتا ہے کہ اس کی انرجی کہاں لگ رہی ہے۔ کہاں انویسٹ invest ہو رہی ہے اور کہاں ضائع waste ہو رہی ہے۔

ساری رات نیند کے بعد جو کہ موت ہے اللہ آپ کو دنیا میں واپس بھیج دیتا ہے۔۔۔

**وَهُوَ الَّذِيْ يَتَوَفّٰىكُمْ بِالَّيْلِ وَيَعْلَمُ مَا جَرَحْتُمْ بِالنَّهَارِ ثُمَّ يَبْعَثُكُمْ
فِيْهِ لِيُقْضٰٓى اَجَلٌ مُّسَمًّى ثُمَّ اِلَيْهِ مَرْجِعُكُمْ ثُمَّ يُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ
تَعْمَلُوْنَ o وَهُوَ الْقَاهِرُ فَوْقَ عِبَادِهٖ وَيُرْسِلُ عَلَيْكُمْ حَفَظَةً حَتّٰى**

اِذَا جَآءَ اَحَدَكُمُ الْمَوْتُ تَوَفَّتْهُ رُسُلُنَا وَهُمْ لَا يُفَرِّطُوْنَ ٥

اور وہ وہی ہے جو تمہیں رات کو اپنے قبضے میں لے لیتا ہے اور جو کچھ تم دن میں کر چکے ہو وہ جانتا ہے پھر تمہیں دن میں اٹھا دیتا ہے تاکہ وہ وعدہ پورا ہو جو مقرر ہو چکا ہے۔ پھر اسی کی طرف تم لوٹائے جاؤ گے پھر تمہیں خبر دے گا اس کی جو کچھ تم کرتے تھے۔ اور وہ اپنے بندوں پر غالب ہے، اور تم پر نگہبان بھیجتا ہے، یہاں تک کہ جب تم میں سے کسی کو موت آپہنچتی ہے تو ہمارے بھیجے ہوئے فرشتے اسے قبضہ میں لے لیتے اور وہ ذرا کوتاہی نہیں کرتے۔

(الانعام 60 تا 61)

نیند سے اٹھنے کے فوری بعد آپ کی انرجی فل چارج boosted ہوتی ہے۔ دل آرام میں ہوتا ہے اور جسم بھی۔ پھر اسی لمحے نفس حرکت میں آجاتا ہے active ہو جاتا ہے۔ خیال سوچوں میں بدلنے لگتے ہیں اور سوچیں تصوراتی منصوبہ سازی میں۔۔۔ یوں سارا دن انسان جذبات واحساسات اور خیالات کے تھپیڑے کھاتا رہتا ہے جیسے لکڑی کا کوئی ٹکڑا گہرے سمندر میں ہو اور سمندر طوفان میں ہو۔۔۔

ہر خیال۔ ہر سوچ اور ہر احساس انرجی کو خرچ رہا ہے burn کر رہا ہے۔ سادہ سی بات ہے بیٹری ڈاؤن ہو رہی ہے حتیٰ کہ رات کو تھکا ہارا انسان اپنے بستر پر لیٹ کر اپنے خونی رشتوں بیوی بچوں سے منہ پرے کر کے کہیں کھو جانا چاہتا ہے۔۔۔

اتنی تھکن کس بات کی ہے؟ اچانک اپنوں سے اتنی بیزاری کیوں ہو رہی ہے؟ منہ پھیر کر آنکھیں بند کر کے یہ انسان کہاں جانا چاہ رہا ہے؟ کہیں ایسا تو نہیں کہ یہ مر رہا ہے؟ کہیں یہ تھک کر ہار کر گر تو نہیں پڑا؟ نفس موت سے ڈرتا ہے اور سوچتا ہے کہ صبح اٹھ جاؤں گا۔ مزید انرجی مانگتا ہے، اپنی عارضی دنیا کو بنانے سنوارنے کیلئے ایک چھوٹا سا مصنوعی خدا اپنے

اصل رب سے انرجی مانگ رہا ہے۔۔۔ اگر خالق کی مرضی ہوئی تو ایک دن اور مل جائے گا،
کل کا دن، ایک اور ادھار کی خدائی کا دن۔۔۔ مانگا ہوا دن۔۔۔ دیا ہوا دن۔۔۔

انسان اشرف المخلوقات ہے اگر اس کی آزمائش نہ ہو، اگر اتنا بڑا جال نہ پھینکا جائے تو یہ اتنی عظیم انرجی رکھتا ہے اس قدر بجلیاں اس میں بھری ہیں کہ یہ زمین پر ایک لمحہ رکنا گوارہ نہ کرے۔ یہ اس کا گھر نہیں ہے۔۔۔ اس کا گھر تو آسمانوں میں ہے۔۔۔ یہاں تو یہ قید ہے۔ نفس کی تخلیق کا مقصد انسان کی آزمائش ہے۔

سارا دن نفس کا پورا زور اس انرجی کو ختم کر دینے میں لگتا ہے جو رات کو انسان کو عطا ہوتی ہے اور دل سے لمحہ بہ لمحہ دھڑکن بہ دھڑکن تقسیم ہوتی ہے۔ اسی انرجی سے انسان دیکھتا، سونگھتا، چکھتا، سنتا اور محسوس کرتا ہے۔ اسی انرجی سے علم کو حرکت ہے۔ یہی انرجی زندگی ہے۔ اسی انرجی کی کمی یا ضیاع سے الجھن، غصہ دباؤ، بیماری اور بے چینی، غم والم پیدا ہوتے ہیں۔ یہ خالق کی تخلیق ہے یہ creation ہے جو ہر لمحہ جاری وساری ہے۔

اسی کو بچانا ہے۔ اسی سے وہ نظر آتا ہے جو ہے مگر دکھائی نہیں دیتا۔۔۔ اسی انرجی کے بڑھ جانے سے انسان "احسن تقویم" ہوتا ہے اور اسی کی کمی سے "اسفل السافلین" ہو جاتا ہے۔۔۔ اسی سے انسان حیوان بنتا ہے اور یہی حیوان کو انسان بنا دیتی ہے۔

یہی راز ہے۔۔۔ یہ وہ پہلا دروازہ ہے جس سے معرفت کی دنیائیں دکھائی دیتی ہیں۔ یہی تقدیر ہے اور یہی تدبیر ہے، یہ بجلی ہے، نور ہے، یہ اللہ کا امر ہے، رسائی ہے اور یہی پردہ ہے۔ اسی سے وہ علم عطا ہوتا ہے جو کتابوں میں نہیں ہے۔۔۔ اسی سے وہ عقل عطا ہوتی ہے جس کی قسمت میں حضوری ہے۔

جب یہ انرجی درست استعمال ہونے لگتی ہے۔۔۔ گناہوں میں، بُرے احساسات میں اور قبیح جذبات میں اس کا استحصال ختم ہوتا ہے تو پھر یہ بڑھتی ہے، چمکتی ہے، آنکھوں کو تیز

کرتی ہے اور سماعتوں کو لا محدود کر دیتی ہے۔ پھر علم کا، اصل علم کا نزول شروع ہوتا ہے۔ کسی بھی علم کی اصل اس علم کا عرفان ہوتا ہے۔ عرفان اترتا ہے۔۔۔ یہ ہدایت ہے۔۔۔ یہ زمین سے نہیں ملتا۔۔۔ یہ آسمانوں سے براہ راست بندے کے دل پر اتارا جاتا ہے۔۔۔ download کیا جاتا ہے۔

پھر رستے سجھائے جاتے ہیں۔۔۔ رکاوٹیں ہٹائی جاتی ہیں۔۔۔ اعلیٰ شعور تک رسائی دی جاتی ہے۔۔۔ اس انرجی کو بچانے کیلئے جہاد کرنا پڑتا ہے۔ اپنے نفس سے جہاد کرنا پڑتا ہے کیونکہ یہ نفس چور ہے یہ لٹیرا ہے اس نور کا۔۔۔ ہم جہاد نفس کا علم پڑھ رہے ہیں۔ اللہ میرے قلم کو اور آپ کے ذہن و دل کو توفیق بخشے۔ سمجھ عطا فرمائے۔ آمین

علمے کارن دنیا اتے آون ہے انساناں
سمجھے علم وجود اپنے نوں نئیں تاں وانگ حیواناں
(میاں محمد بخشؒ)

☆☆☆☆☆☆☆

کردارِ نفس

Character of the Self

نفس کے دو کردار ہیں۔ پہلا امارہ active self اور دوسرا لوامہ guilty self ۔ امارہ حرکت دیتا ہے، حکم لگاتا ہے، تجزیہ کرتا اور رغبت دلا کر کسی بھی کام کو کر گزرنے پر آمادہ convince کرتا ہے۔ اچھا بُرا سب کام جسم انسان سے نفس امارہ ہی لیتا ہے۔ جب امارہ وہ کر گزرتا ہے جو اسے کر گزرنا ہوتا ہے تو لوامہ حرکت میں آتا ہے۔ اس کا کام تضاد پیدا کرنا ہے، کنفیوژ کرنا ہے۔ یہ ملامت کرتا ہے۔ عمل تو بہت دور کی بات ہے ہر سوچ ہر خیال امارہ اور لوامہ سے گزرتا ہے۔ چھوٹے سے چھوٹے کام اور سوچ میں بھی تضاد conflict پایا جائے گا۔

درحقیقت اس تضاد میں چناؤ کی آزمائش choice چھپی ہوئی ہے۔ کسی بھی بری نیت کے ذہن میں آتے ہی لوامہ اس کی مخالفت شروع کر دیتا ہے اور امارہ اس کی ترغیب temptation میں مصروف ہو جاتا ہے۔ دونوں کرداروں میں سے جو بھی حاوی ہو جائے اسی کے بموجب نتیجہ نمودار ہو جاتا ہے۔ فیصلہ سازی میں ہار جانے والا کردار نتیجہ برآمد ہو جانے کے بعد بے پناہ طاقت ور ہو جاتا ہے اور شدید انتقام لیتا ہے۔

امارہ کی ترغیب کے زیرِ اثر جرم سرزد ہو جانے کے بعد مجرم کے اندر لوامہ شدید احساسِ جرم پیدا کرتا ہے جسے شرمندگی، ملامت اور افسوس کے نام سے جانا جاتا ہے۔ جیسے جیسے نفس کے سامنے اعلیٰ افکار و خیالات کا ظہور ہونا شروع ہوتا ہے اور تربیت اپنا اثر دکھانے لگتی ہے تو ایک تیسرا کردار پیدا ہونے لگتا ہے یہ استہزائیہ نفس teasing self ہے۔

یہ خود پر طنز کرنے، اپنے آپ پر ہنسنے اور عزتِ نفس self respect (جو کہ ایک بہت بڑا جھوٹ ہے) کو تنقیدی نظر سے دیکھنے کی بے پناہ صلاحیت کا حامل ہوتا ہے۔ اس کی رونمائی اچانک نہیں بلکہ بہت دھیرے دھیرے غیر محسوس انداز سے ہوتی ہے۔ اس کی پیدائش نفس کے علم سے ہوتی ہے بسا اوقات سنکی cynical لوگوں میں بھی اس کا ظہور دیکھا جاتا ہے۔

تربیت یافتہ ہونے اور اعلیٰ خصائل کا مالک بن جانے کے بعد نفس کا چوتھا کردار سامنے آتا ہے جسے نفسِ مطمئنہ کہا جاتا ہے۔ یہ satisfied self ہے۔ اس میں اضطراب نہیں یہ بندۂ مومن کا نفس ہے۔ یہ نفس کا اعلیٰ ترین اور انتہائی تعلیم یافتہ کردار ہے۔ اللہ کی مدد کے بغیر اور حضور اکرمؐ کی محبت کی عدم موجودگی میں اس کا وجود پا جانا ناممکنات میں سے ہے۔ اللہ اور رسولؐ کے بغیر زیادہ سے زیادہ استہزائیہ نفس teasing self ہی پیدا ہو سکتا ہے جو نشہ کرنے والوں drug addicts، سنکی لوگوں cynics میں ویسے ہی موجود ہوتا ہے۔

☆☆☆☆☆☆☆

جبلّیاتِ نفس

Instincts of the Self

نفس انسان کی ہزاروں جبلتیں، خصلتیں ہیں۔ ان سب کی پہچان کسی
کے بس کی بات نہیں۔ پھر بھی ان سے تعارف بے پناہ فائدہ
سے ہرگز محروم نہ ہوگا۔

تکلیف کا راز

The Secret of Pain

انسانی نفس تکلیف سے بہت خائف ہے۔ کبھی تکلیف کو پسند نہیں کرتا اس سے بھاگتا ہے۔ غیر تربیت یافتہ نفس خود نہیں جانتا کہ تکلیف کوئی باہری آفت نہیں جس سے وہ بچ جائے گا بلکہ یہ تو اس کی اپنی جبلت ہے۔

تکلیف pain ایک حفاظتی نظام ہے جو نفس میں نصب installed ہے۔ تکلیف ایک preservative ہے۔ جیسے دوائی کی پیکنگ میں ایک پڑیا ہوتی ہے جو دوائی کو خراب ہونے سے بچاتی ہے اسے preservative کہتے ہیں اسی طرح یہ تکلیف ہے جو انسان کے جسم اور نفس کو اس دنیا میں محفوظ کئے ہوئے ہے۔ تکلیف سے زندگی اس سیارے پر برقرار ہے اور خاص طور پر انسان کی زمین پر تمام جانداروں پر بلا شرکت غیرے حکمرانی میں اس کے شعور میں تکلیف کے علم کا بہت بڑا کردار ہے۔ تکلیف کا یہ علم دوسرے تمام جانداروں میں موجود تو ضرور ہے لیکن محدود ہے، عارضی ہے اور زیادہ تر صرف فوری ردعمل اور احساس کی صورت ظہور پذیر ہوتا ہے۔ اگر تکلیف کا وجود جانداروں میں نہ رکھا جاتا تو کوئی ذی روح اس سیارے پر جینے کے فن سے آشنا نہ ہو پاتا۔

دوسرے جانداروں کی قسمت کی ستم ظریفی کہہ لیجئے کہ ان کی یادداشت شارٹ ٹرم ہے۔ وہ تکلیف سے ملنے والا بیشتر ڈیٹا زیادہ دیر تک محفوظ رکھنے کے قابل نہیں ہیں ورنہ دنیا پر حکومت کرنا تو دور کی بات گدھے پر سوار ہو جانا ہی بہت بڑی کرامت کہلاتی۔

تکلیف کا علم اس کی باخبری awareness ایک مخصوص تناؤ stress پیدا کرتی ہے جس کی وجہ سے انسان اپنی زندگی کی حفاظت کرنے پر قائل convince ہوتا ہے۔ تکلیف کا کل علم اس کے احساس کا گہرا شعور deep awareness ہے۔

بازار میں کسی رش والی سڑک پر چلتے ہوئے لوگوں کا مشاہدہ کریں تو بھید کھلتا ہے کہ ہر آدمی سڑک پر کس قدر تناؤ میں چلتا ہے۔ ذرا کسی کے پاؤں پر کسی دوسرے کا پاؤں آ جائے، کسی کی موٹر سائیکل کسی کے گھٹنوں سے ٹکرا جائے۔ آپ کو پل بھر میں دونوں فریقین کے چہرے کا رنگ بدلتا دکھائی دے گا۔

اگر انسان کو حادثے کے نتیجے میں تکلیف کے آ پہنچنے کا ڈر نہ ہوتا تو راستے بننا ناممکن تھے اور نہ ہی کوئی سفر تھا نہ کوئی ہسپتال نہ کوئی ڈاکٹر اور نہ کوئی مریض۔ بڑی سے بڑی بیماری کا آپریشن محض ایک چاقو سے کیا جا سکتا تھا۔ لوگ فیشن کے طور پر اپنی آنتیں پیٹ سے نکال کر گلے میں مفلر کی طرح لٹکائے بازاروں میں گھوما کرتے۔۔۔

کبھی آپ نے سوچا کہ ہم بال کیوں کٹواتے ہیں؟ کیا اس لئے کہ سب کٹواتے ہیں؟ یا پھر اس کی اصل وجہ یہ ہے کہ بالوں میں تکلیف کا کوئی احساس نہیں ہے اسی لئے ان کی تراش خراش ممکن ہوتی ہے۔۔۔ یہی معاملہ ناخنوں کے پہلے حصے کا بھی ہے۔

یہ تکلیف ہے جس کے آ جانے کے ڈر سے ہم خود کو حادثات سے بھری اس دنیا میں سنبھالے پھرتے ہیں۔ یہ ایسے ہی ہے جیسے پتھروں کی بارش میں کانچ کا انسان خود کو ٹوٹنے سے بچانے کی کوششوں میں دیوانہ وار مصروف ہے۔ ایسا کرنے سے وہ کچھ دیر

چھینے میں تو کامیاب ہو سکتا ہے مگر تکلیف کو فنا کر دینا اس کے لئے بھی ممکن نہیں ہے کیونکہ تکلیف موت کا لباس ہے۔ موت تکلیف کے لبادے میں چھپی ہوئی ہمارے اردگرد منڈلا رہی ہے۔

تنہائی میں اپنا جائزہ لیں کہ کسی تکلیف کے آجانے پر آپ اُس کا سامنا کیسے کرتے ہیں؟ How do you attend your pain? ۔ کچھ ایسے لوگ ہوتے ہیں جو سر میں معمولی سا درد ہوتے ہی ڈاکٹر کو بھاگ نکلتے ہیں۔ یہ اینگزائٹی anxiety کا شکار ہوتے ہیں۔ یہ لوگ کسی تکلیف کے محسوس ہوتے ہی اس کا تجزیہ کرنے لگتے ہیں۔ لگتا ہے مجھے گردے میں پتھری ہوگئی ہے، یہ جو تین دن سے سر میں درد ہو رہا ہے کہیں یہ برین ٹیومر ہی نہ ہو، کہیں میں مائیگرین کا مریض تو نہیں بن گیا۔ یہ لوگ بے چین anxious ہوتے ہیں، خوفزدہ ہوتے ہیں۔ ذرا سی تکلیف پر گولیاں پھانکنے، انجکشن لگوانے اور اینٹی بائیوٹک کورس شروع کر دینے والے ہوں یا معمولی تکلیف کو کسی بڑی بیماری کا آغاز سمجھنے والے۔۔۔ یہ سب بے چین anxious ہوتے ہیں۔

ذہن کی عادت ہے کہ وہ ہر واقعے کو بڑا magnify کر کے دکھاتا ہے جس سے جسم میں غیر ضروری ہیجان پیدا ہوتا ہے۔ آج کل تو چونکہ ہر انسان کے اعصاب کمزور ہو چکے ہیں اس لئے کسی بھی اچانک پیش آجانے والی تکلیف دہ صورتحال یا حادثے میں انسان کا فوری ردعمل بے پناہ ہیجان کی صورت میں سامنے آتا ہے۔

اس ہیجان کے نتیجے میں انسان درست فیصلہ کرنے کی اہلیت کھو بیٹھتا ہے۔ سڑک پر کسی کو حادثہ پیش آجائے اور خدانخواستہ ٹانگ ٹوٹ جائے اور خون بہنے لگے تو جیسے ہی زخمی کی نظر اپنے زخم پر پڑتی ہے تو ذہن میں خودکار magnification کا عمل شروع ہو جاتا ہے۔ ہائے میری ٹانگ ٹوٹ گئی۔ میرا خون اتنا زیادہ بہہ رہا ہے۔ مجھے لگتا ہے میں

مرجاؤں گا، بچ گیا تو کئی مہینے کام پر نہ جا سکوں گا، میرے مالی حالات خراب ہو جائیں گے، میری زندگی تباہ ہو جائے گی، میرے بیوی بچوں کا کیا بنے گا، ہائے میں برباد ہو گیا۔۔۔ انسان کو کیا ٹانگ ٹوٹنے کی بے پناہ تکلیف کافی نہیں کہ اس پر نفسیاتی اذیت اور خوف کا بے پناہ دباؤ بھی اسے جھیلنا پڑ جاتا ہے حالانکہ وہ نہیں جانتا کہ آگے کیا ہو گا؟ وہ زندہ بچ پائے گا یا نہیں؟ اگر زندگی باقی ہے تو پریشانی کی کیا بات ہے اور اگر وقت ختم ہو گیا تو گھبرانے کا کیا فائدہ سبھی کا ختم ہو جاتا ہے اور اگر بچ گیا تو وہ کیسے جانتا ہے کہ اس کی زندگی تباہ ہو گئی؟ ہونا تو یہ چاہئے کہ اب اگر ٹانگ ٹوٹ ہی گئی ہے تو اب اس کا درد ہی بہت ہے۔ اسے صبر سے برداشت کرنا ہی بہت بڑی خوبی ہے اس کے سوا جو بھی خیال آ رہا ہے وہ ہیجان پیدا کرنے کیلئے آ رہا ہے۔

جو ہو گا دیکھا جائے گا ہونا تو یہ چاہئے مگر ہوتا اس کے برعکس ہے۔ اس magnification کے ہاتھوں بڑے بڑے مردوں کے حواس عین وقت پر جاتے رہتے ہیں۔ کیا یہ حقیقت نہیں کہ اکثر لوگ سانپ کے کاٹنے سے نہیں بلکہ اس کی دہشت سے مر جاتے ہیں۔ کون ہے جو ہمارا دشمن ہے؟ کون ہے جو اتنا خوفزدہ ہے؟ بات بات پر یہ کون ہے جو موت کے خوف سے چونک اٹھتا ہے اور اپنی زندگی کے عدم تحفظ اور بے ثباتی کا ماتم کرنا شروع کر دیتا ہے؟

درد کا سامنا وقار کے ساتھ حوصلے کے ساتھ کرنا چاہئے۔ ہمارے جسم میں تکلیف برداشت کرنے کی بے پناہ صلاحیت ہے اسی صلاحیت سے اپنے دفاعی نظام immune system کو استعمال کرتے ہوئے جسم خود کو ٹھیک کرنے کی زبردست صلاحیت سے قدرتی طور پر مالا مال ہے۔ اپنے جسم کو آزمانا چاہئے، دیکھنا چاہئے کہ درد اور تکلیف کو کہاں تک برداشت کیا جا سکتا ہے۔

علاج ضروری ہے اس سے لاپرواہی ہرگز دانشمندی نہیں اور نہ ہی ایسا مشورہ دیا جا رہا ہے۔
بات صرف یہ ہے کہ تکلیف درد کی ابتدائی علامات کو برداشت کرنے کا ہنر آنا چاہئے۔ اپنے
جسم کی بات سنیں Listen to your body۔ اسے سمجھیں---
یہ بہت بڑا فن ہے یہ بہت بڑی نعمت ہے۔ آپ کا جسم آپ کو خود بتاتا ہے کہ کیا کرنا ہے اس
کی بات کو سنیں غور سے سنیں--- یہ آپ کو اپنے بارے میں کچھ بتانا چاہتا ہے---اس کی
سنا کریں۔

بیماری کیا ہے؟ کینسر ہونے کا کیا مطلب ہے؟ کہیں اس کا مطلب یہ تو نہیں کہ جسم کا ایک
حصہ بغاوت پر اتر کر اپنے ہی جسم کو مارنے پر تل گیا ہے؟ بیماری، تکلیف، درد تو رونمائی
manifestation ہے--- یہ تو آخری اور حتمی نتیجہ ہے۔

بات سوچنے کی یہ ہے کہ ایسا ہوا کیوں؟ بیماری عین فطرت ہے لیکن بہت سی صورتوں میں
اس کا مطلب صرف جسمانی خرابی ہی نہیں ہوتا بلکہ یہ جسم کی طرف سے ذہنی علالت کی
نشاندہی کی ایک علامت بھی ہوتی ہے۔

جسم علامات symptoms کی مدد سے ذہن کو بتانے کی کوشش کرتا ہے کہ گڑبڑ ہو رہی
ہے مگر ہم ان علامات کو سننے اور سمجھنے کی بجائے انہیں دوائی سے دبانے کی ختم کرنے کی
کوشش کرتے ہیں۔ ویسے بھی ایک عام جسم کو روزانہ کی بنیاد پر بہت سی دردوں pains
سے واسطہ پڑتا ہے ان پر اچانک ہیجان زدہ panic ہو جانا صرف بے چینی anxiety
ہی پیدا کر سکتا ہے۔

اگر ہم اپنے جسم کو سننے کی مہارت حاصل کرنے میں کامیاب ہو جائیں تو ہم دیکھیں گے کہ یہ
حیوانی جسم organism یہ مٹی کا قلبوت اپنے بچاؤ survival میں انتہائی ماہر ہے۔ اگر
جسم پر اعتماد رکھا جائے تو بڑے بڑے کرشمے دیکھنے میں آتے ہیں۔

آج کل ذرا نظر دوڑائیں تو امیر لوگ غذائی ماہرین nutritionists کے پاس جاتے ہیں اور وہ انہیں بتاتے ہیں کہ انہیں کیا کھانا ہے اور کیا نہیں کھانا۔۔۔سادہ سا سوال یہ ہے کہ کوئی آپ کو آپ کے جسم کے بارے میں کیسے کوئی فیصلہ دے سکتا ہے؟ بہترین صفائی کے بعد نپی تلی متوازن ڈائیٹ کا پلان آپ کے جسم کو کیسے بچا سکتا ہے؟

یہ کوئی بری بات نہیں ضرورت پڑنے پر کسی صورت حال میں متعلقہ ماہرین کے مشورے پر عمل کرنا دانشمندی کی علامت ہے لیکن کیا یہ بھی ایک حقیقت نہیں کہ کسی دور افتادہ مقام پر کسی جنگل بیابان میں کھو جانے پر یہی جسم پتے، گھاس کھا کر اور جوہڑ کا پانی پی کر بھی survive کر جاتا ہے۔

بات صرف صورتحال situation کی ہوتی ہے۔ جب کوئی صورتحال پیش آجائے تو جسم ہر حالت میں اپنے بچاؤ کی راہ نکالتا ہے۔ کسی تکلیف یا درد کے موقع پر اپنے جسم کو کچھ دیر کیلئے اس سے نمٹنے کا موقع دیں۔ پورا اعتماد رکھیں پھر دیکھیں کیا ہوتا ہے۔

تکلیف کا اور انسان کا ایک رشتہ اور بھی ہے۔۔۔تکلیف کے بغیر کوئی انسان کچھ بھی نہیں سیکھ نہیں سکتا۔ اللہ انسان کو جو بھی دیتا ہے اسے حاصل کرنے کیلئے انسان کو تکلیف سے دباؤ سے گزرنا پڑتا ہے۔

بچے کی پیدائش ایک دن میں ناممکن ہے۔ بطن مادر میں اتنی گنجائش ہی نہیں۔۔۔اس لئے اس ناممکن کو ممکن بنانے کیلئے ماں کو تکلیف سے گزارہ جاتا ہے۔۔۔ یوں آہستہ آہستہ اس کے جسم اور نفس میں آنے والے بچے کیلئے وسعت پیدا ہونے لگتی ہے یہاں تک کہ ماں انتہائی تکلیف کے باوجود اپنے بچے کو جنم دینے کو تیار ہو جاتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ جو محبت اپنے بچے سے ہوتی ہے وہ دوسرے کے بچے کے لئے پیدا کرنا ممکن نہیں۔ اس محبت اور ممتا کے پس پردہ شدید تکلیف اور دباؤ ہے۔۔۔

اللہ جب بھی کسی بھی انسان کو کچھ دینے کا ارادہ کر لیتا ہے تو پہلے اس کے نفس میں گنجائش پیدا کرتا ہے۔ نفس کیونکہ بخل اور تنگی میں مبتلا ہوتا ہے اس لئے اس پر دباؤ ڈالا جاتا ہے تا کہ اس میں وسعت اور کشائش پیدا ہو سکے۔ آپ اپنی زندگی کا مشاہدہ کریں تو آپ کو اپنی کامیابیوں کے پیچھے طویل ناکامیاں، ریاضت، تکلیف اور بے پناہ دباؤ نظر آئے گا۔ یہ قدرت کا اصول ہے۔ جتنا بھی ہم پر دباؤ پڑتا ہے اس کا صاف مطلب یہی ہوتا ہے کہ کوئی نئی عطا ظہور پذیر ہونے والی ہے۔

یہ بھی تکلیف pain کا ایک چہرہ ہے۔ ہر تکلیف کے پس پردہ رب کائنات کی رحمت چھپی ہے۔۔۔ تکلیف اللہ کی بندے سے محبت کی نشانی ہے۔ محترم اُستاد کا قول ہے اور کیا ہی خوب قول ہے کہ تکلیف اور مصیبت اگر کوئی بری شے ہوتی تو انبیاء پر کبھی نہ آتی۔۔۔

إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۝

بے شک ہر مشکل کے ساتھ آسانی ہے۔

(الشرح 6)

☆☆☆☆☆☆☆

سستی کاہلی

Inertia

انسان کے مزاج میں قدرتی طور پر سستی اور کاہلی نمایاں ہے۔ یہ اپنی سستی کو چھپانے کیلئے روٹین کا سہارا لیتا ہے۔ انسانوں کی غالب اکثریت کبھی بھی اصل اور صحیح معنوں میں مشکل کام نہیں کرنا چاہتی۔ فطرتاً انسان چاہتا ہے کہ وہ کسی momentum میں لگا رہے۔ فارمولے پر چلتا رہے۔ جو کام بہت زیادہ محنت والا ہے اسے کوئی اور کرلے۔ نفس کی اسی کمزوری کی وجہ سے رہنمائی leadership کا دنیا میں وجود ہے۔ اسی کی بدولت لیڈر پیدا ہوتے ہیں خواہ وہ کسی بھی شعبے سے ہوں۔

دنیاوی یا روحانی ہر شعبے میں سست کاہل اور درمیانے mediocre انسانوں کے ہجوم میں کوئی ایک ہوتا ہے جو کامیابی کی چوٹی پر پہنچنا چاہتا ہے، اس ہجوم کا حصہ نہیں بننا چاہتا بلکہ آسمان کا ستارہ بننے کی طلب میں ہوتا ہے۔ قدرت اس سے تاوان مانگتی ہے، قربانی اور بے پناہ ریاضت طلب کرتی ہے۔ جس بھی میدان سے اس کا تعلق ہے اس میں مصروف عمل ہر انسان سے زیادہ مشقت اسے کرنا ہوتی ہے۔ ناکامیوں، مسائل اور مصائب کی پُرخار اور طویل ترین رہگزر سے اسے تن تنہا گزرنا ہوتا ہے۔

یہ وہ رہ گزر ہوتی ہے جس پر چلنے سے اس کے اردگرد کے لوگ خائف ہوتے ہیں۔ سنار جب کسی زیور کو بنانے کا ارادہ کرتا ہے تو اس کی مناسبت سے سونے کا ٹکڑا نکالتا ہے اسے تولتا ہے، جانچتا ہے اور پرکھتا ہے جب یہ طے ہو جاتا ہے کہ سونے کا یہی ٹکڑا مطلوبہ زیور بنے گا تو اسے بھٹی میں ڈال دیا جاتا ہے۔ پھر کوٹنے، پیٹنے، پگھلانے اور ڈھالنے کا کرب ناک عمل شروع ہو جاتا ہے اور آخرکار ایک مخصوص وقت کے بعد وہ سونے کا ٹکڑا زیور میں تبدیل ہو جاتا ہے۔ یہ انقلاب ہے، transformation کا عمل ہے۔ سونے کا ٹکڑا زیور بننے سے پہلے کچھ نہیں ہے۔ ملاوٹ زدہ ہے، پھیکے رنگ والا صرف ایک بے قیمت ٹکڑا جو ایک دن بیش قیمت زیور میں تبدیل ہو جاتا ہے۔ جس انسان کو جتنا آگے نکلنا ہوتا ہے جتنی اس کی طلب ہوتی ہے اسی حساب سے اس کا امتحان لگتا ہے۔ جتنی بڑی طلب ہوگی اتنا کٹھن اور اتنا ہی طویل امتحان ہوگا۔ ہر ممکن حتیٰ کہ ہر ناممکن طریقے سے بھی آزمایا جاتا ہے۔ آخر یہ دُرِ نایاب چمک اٹھتا ہے، عرفان عطا ہوتا ہے۔ ہر شعبے، میدان اور فن کا اپنا عرفان enligtenment ہے اس عرفان سے کم پر راضی ہو جانا ہی سستی اور کاہلی ہے۔

کسی بھی شعبے، میدان اور فن کی معرفت enligtenment مل جانے کے بعد اس سے منسلک دوسرے انسان اس مردِ میدان کے آگے سرنگوں ہو جاتے ہیں اور اس کی پیروی follow کرنا پسند کرتے ہیں۔

سارا کام ایک آدمی کا ہی ہوتا ہے۔ اللہ کو بھی اپنے کام کیلئے ہجوم کی نہیں صرف ایک موزوں آدمی کی ضرورت ہوتی ہے اسی سے سارا کام لے لیا جاتا ہے۔ زندگی کی بھٹی میں جلتی سخت آگ میں بلا خوف و خطر کود جانے والے ہی بالآخر ظفریاب ہوتے ہیں۔

☆☆☆☆☆☆☆

عدم تحفظ کا شدید احساس

Enormous Feeling of Insecurity

ہم سب محفوظ secure رہنا چاہتے ہیں۔ ہر وقت اپنے بچاؤ کے اپنی بقا کے نت نئے آئیڈیاز کھوجنے میں مصروف رہتے ہیں۔ ہمارے نفس کی یہ بہت بڑی خصلت instinct ہے۔ ذہن انسان شروع دن سے عدم تحفظ کا شکار ہے insecurity کے خوف fear میں مبتلا ہے۔

چوٹ لگنے کا ڈر، ماں باپ سے بچھڑ جانے کا خوف، امتحان میں ناکامی، کاروبار میں خسارہ، صحت کی خرابی، مالی مشکلات، اپنی ناکامی کا خوف، بیوی بچوں کے مستقبل کے اندیشے، مال و دولت کے چھن جانے کا خوف، غربت میں ذلت کا اندیشہ، سوسائٹی میں کمزور رہ جانے کی فکر، اقتدار میں آنے کی ہوس اور پھر اقتدار کے چھن جانے کے بھیانک خواب جیسی اس کی ان گنت اشکال ہیں۔

یہ عدم تحفظ یہ insecurity کا احساس نفس کے پور پور میں سمایا ہے۔ انسان خود کو ہر قیمت پر دوسروں سے محفوظ، سر بلند اور طاقتور دیکھنا چاہتا ہے۔ اسی میں تحفظ ہے secure feeling ہے۔

جبکہ چشم کشا حقیقت اس کے برعکس ہے کہ عدم تحفظ کا احساس ذہن کی موت ہے۔ یہ ذہن کا بگاڑ deterioration ہے۔ ایک ایسا ذہن جو ہر وقت اپنی ذات کو مضبوط، باعزت اور کامران رکھنے منصوبے بنانے میں مصروف ہے وہ آزاد نہیں ہے بلکہ اپنی جبلت کا اپنی خواہش کا غلام slave ہے۔ یہ ہر وقت کی فکر اس کی عمر کو گھٹاتی ہے aging process کو تیز کرتی ہے۔ ذہن عدم تحفظ کے اس جال میں ہر لمحہ پھنسے رہنے سے تھکتا ہے، ڈرتا ہے، بیمار ہو کر خوف کھانے لگتا ہے، کمزور ہو جاتا ہے اور اس کی بے چینی اور کنفیوژن انتہائی حدوں کو چھونے لگتی ہے۔ یہ گڑبڑ malfunction کرنے لگتا ہے۔ ہر لمحہ عدم تحفظ کا بڑھتا ہوا یہ احساس اسے بوڑھا کر دیتا ہے۔ deteriorate کر دیتا ہے۔ یہ بات ایک حقیقت fact ہے کہ جسم کبھی مکمل بوڑھا نہیں ہوتا۔

یہ ذہن ہے جس کے بھیانک اور احمقانہ طرزِ حکمرانی سے جسم کی سلطنت آخرکار ایک دن ڈھے پڑتی ہے And one day it explodes۔ غیر تربیت یافتہ اور کم علم نفس چونکہ عدم تحفظ Insecurity کی ہر لمحہ بڑھتی طلب کو اپنی عادت سمجھتا ہے اور دوسرے عام لوگوں کو اپنے اردگرد ایسا ہی کرتے ایسے ہی جیتے دیکھ کر اس پر اثبات کی مہر ثبت کر لیتا ہے اور کبھی نہیں جان پاتا کہ یہ اس کی جبلت تو تھی مگر اچھی نہیں بلکہ بری جبلت تھی۔ نتیجتاً ایک عام درجے کی بے چارگی misery میں آتی ہوئی موت کو چار و ناچار فطری انجام کے طور پر قبول کرنے کے علاوہ اس کے پاس اور کوئی راستہ نہیں بچتا۔ جو نفوس علم کی روشنی سے خود کو پہنچانتے ہیں وہ خوب جانتے ہیں کہ عدم تحفظ کا ہر لمحہ بے چین کرتا احساس ان کے ذہن کا اصل دشمن ہے۔ آپ اللہ کے دوستوں کو کبھی بھی امارت میں ڈوبا ہوا نہیں پائیں گے۔ استثنیٰ قدرت جسے دے اس پر کوئی اعتراض نہیں کہ اللہ بادشاہِ مطلق ہے جو چاہتا ہے کرتا ہے وگرنہ اصول یہ ہے کہ اطمینان دھن دولت میں نہیں ہوگا۔

اللہ کے قرب میں داخل بندوں سے ملا جائے تو دیکھا جا سکتا ہے کہ وہ خلق سے بے نیاز، اپنے حال پر مطمئن، اپنے ماضی کو بھول بھال کر سب کچھ اللہ کے سپرد کیے ہوئے۔۔۔ جو ہے جس حالت میں ہے اس پر خوش ہیں کہ اصول پر آپ کو اطمینان قلب کی سحر انگیز خوبصورت زندگی میں جیتے نظر آئیں گے۔

اضطراب سے کوسوں دور، بے چینی سے نا آشنا اللہ کی رضا میں راضی رہنے والے ان لوگوں کو اگر آپ سادہ لوح innocent سمجھتے ہیں تو آپ کو خبر ہو کہ یہ لوگ اصل میں سب سے بلند عقول والے، انتہائی گھاگ، شاطر، کائیاں اور نہایت تجربہ کار کاروباری اذہان کے مالک اور زبردست حکمتِ عملی کے حامل ایسے کامیاب لوگ ہوتے ہیں جنہوں نے اپنے نفس کو علم سے تربیت دے کر اللہ سے اس دنیا کے بدلے آخرت کا سب سے بڑا اور کامیاب سودا کر لیا ہوتا ہے۔

یہ سودا یہ deal عوام الناس mediocres کے بس کی بات نہیں۔ اس کیلئے عظیم ہمت اور انتہائی تیز نظر درکار ہوتی ہے جو جذبات سے نہیں بلکہ علم سے عطا ہوتی ہے۔ یہ ایسے جینئس genius ہوتے ہیں جن کی ذہانت دوسروں کے وہم و گمان میں بھی نہیں ہوتی۔ یہ رہنما mentors، یہ طاقتور اذہان powerful minds، یہ خواص elites نہ صرف آخرت کی کامیابی کیلئے مصروف عمل ہوتے ہیں بلکہ اس دنیا کی دباؤ سے پاک stress free زندگی بھی ان کے نشانے پر ہوتی ہے۔

یہ اللہ کے وہ مخلص بندے ہوتے ہیں جن پر شیطان کا کوئی بس نہیں چلتا۔ جس انسان کی کامیابی achievement کو اس کا خالق خود "فوزاً عظیما" (بہت بڑی کامیابی) کہہ دے اس کے ذہن، اس کی حکمتِ عملی، اس کی کاروباری سمجھ بوجھ business Sense کے بارے میں آپ کی کیا رائے ہے؟

ہر لحظہ دنیا داری میں الجھا ہوا مصروف ذہن سچ نہیں دیکھ سکتا A busy mind can't see the truth۔ علم اور عقل اگر اللہ بڑھا دے زاویہ نظر perspective اگر وسیع کر دے enhance کر دے تو انسان اپنی زندگی کا، اپنے شعور کا اپنے نفس کا غیر جانبدار جائزہ لینے کے قابل ہو جاتا ہے۔

آہستہ آہستہ گھاس سے بھرے ہوئے میدان میں گھاس کی ایک ایک پتی کو اٹھا کر حقائق کا جائزہ لیتے ہوئے دھیرے دھیرے وہ اس میدان کی اصل حقیقت کو دریافت کرنے لگتا ہے۔

وَمَنْ يُّسْلِمْ وَجْهَهٗۤ اِلَى اللّٰهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَقَدِ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقٰى
وَاِلَى اللّٰهِ عَاقِبَةُ الْاُمُوْرِ ۝

اور جس نے نیک ہو کر اپنا منہ اللہ کے سامنے جھکا دیا تو اس نے مضبوط کڑے کو تھام لیا
اور آخر کار ہر معاملہ اللہ ہی کے حضور میں پیش ہونا ہے۔

(لقمان 22)

جب انسان کو بلند نظر عطا ہوتی ہے وہ جان لیتا ہے کہ یہ خوف محض ایک فریب ہے۔ خود کو دوسروں سے بلند کرنے کی خواہش اُس کے نفس کی ڈیمانڈ ہے، پاگل پن ہے۔ پھر آہستہ آہستہ اس کے نفس میں اعتدال کا ظہور ہوتا ہے۔ یہ بات درست ہے کہ سب کو دولت چاہئے مگر سوال یہ ہے کہ کتنی؟

کیا اس دولت کیلئے خود کو بے پناہ مشقت کی بھٹی میں جھونک دینا چاہئے یا اعتدال پر رہتے ہوئے مناسب بندوبست پر رک جانا چاہئے؟ واضح رہے یہاں رہبانیت اور نام نہاد فقیری لائن کی بات نہیں ہو رہی نہ ہی اللہ اپنے بیوی بچوں کو بے سہارا اور مصیبت میں گرفتار کر دینے والے پاگل شخص کو پسند کرتا ہے۔

حضورِ اکرم نے فرمایا:

اے لوگو! اعتدال اختیار کرو اگر یہ نہ ہو سکے تو اس کے قریب تر رہو۔

(صحیح مسلم 7117)

نہ تو دورِ حاضر کے کسی مسلمان میں یہ ہمت باقی ہے کہ رسولؐ اکرم کے اسوۂ حسنہ پر سو فیصد کاربند ہو جائے اور نہ ہی یہ آج کل کے دور میں ممکن ہے کہ اس قدر کمال حاصل ہو کہ زندگی اسوۂ حسنہ پر مکمل اور سختی سے کاربند کی جا سکے لیکن کوشش تو کی جا سکتی ہے۔۔۔ فالو تو کرنا ہے اپنے رسولؐ کو۔۔۔ جتنی ہمت ہے اتنا تو کرنا ہے۔۔۔ جیسے جیسے نفس کو زندگی کے ہر عمل میں اعتدال کی تربیت دی جاتی ہے وہ آزاد ہوتا چلا جاتا ہے۔ انرجی سے بھرپور ایک مطمئن نفس ہی ایک جوان اور بھرپور صحت مند ذہن کا مالک ہو سکتا ہے۔

ایسے ذہن کو بڑھاپا نہیں ہوتا۔۔۔ اللہ اپنے دوستوں کی عقل کبھی زائل نہیں کرتا۔ ساری زندگی عزت اور وقار سے اس کے دوست جیتے ہیں۔۔۔ آزمائشوں سے ہر لمحہ برسرِ پیکار مگر باوقار آزاد اذہان کے مالک آزاد لوگ۔۔۔

ایسے آزاد ذہن free mind کی مثال ایک تند و تیز طوفانی رفتار سے چلتے پہاڑی چشمے کے درمیان مضبوطی سے جمے پتھر کی سی ہوتی ہے جو آدھا پانی میں اور آدھا پانی سے باہر ہوتا ہے۔ پانی جس قدر چاہے شور مچائے، کتنا ہی سر پٹخے، لہریں کتنی ہی چوٹ ماریں۔۔۔ مگر پتھر کا وہ شاندار ٹکڑا اپنی جگہ سے کبھی نہیں ہلتا۔ ہر طوفان میں ہر بھنور میں وہ استقامت سے سربلند رہتا ہے۔ آپ نے کبھی کسی پہاڑی چشمے کے درمیان میں وہ پتھر دیکھا ہے؟؟؟

☆☆☆☆☆☆☆☆

تجزیہ کاری

Sense of Analysis

زندگی کے ہر موڑ پر ہر لمحے ہمیں فیصلہ کرنے کی ضرورت پڑتی ہے۔ کیا ٹھیک ہے اور کیا غلط ہے کی تلاش میں ہم اپنے ہر مسئلے کو ایک موضوع یا object کے طور پر لیتے ہوئے اپنے ذہن میں موجود ماضی کے تمام ڈیٹا کو استعمال کرتے ہوئے اس کا فیصلہ کرتے ہیں جس پر یقینی طور پر ہمارے مستقبل کا تمام تر انحصار ہوتا ہے۔

یہاں پر سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ کیا ہم درست فیصلہ کر سکتے ہیں یا نہیں؟ کہیں ایسا تو نہیں کہ ہم حقائق کو نظر انداز کرتے ہوئے زندگی کے تمام تر فیصلے اپنی فطرت اور پسند ناپسند کے حوالے سے کر رہے ہیں؟

انسان کے ساتھ ایک بڑا مسئلہ یہ ہے کہ اسے زندگی آئیڈیل صورتحال ideal situations میں نہیں بلکہ ہمیشہ دی گئی صورتحال given situations میں گزارنی پڑتی ہے۔ نتیجہ اس کا یہ نکلتا ہے کہ عظیم اکثریت ساری زندگی دی گئی صورتحال کو پسندیدہ یا آئیڈیل صورتحال میں تبدیل کرنے کی سعیٔ لاحاصل میں صرف کر دیتی ہے۔ یہ سب کم علمی کا شاخسانہ ہے اور اس کی بہت بھیانک قیمت انسان کو ادا کرنی پڑتی ہے۔

نفس کی فطرت ہے کہ یہ اپنا تجزیہ کرنے میں خود کو ماہر سمجھتا ہے۔ خود کو analytical expert جانتا ہے جبکہ ایسا ہرگز نہیں ہے۔ تجزیہ analysis چونکہ کم تربیت یافتہ نفس کے نزدیک صرف سوچنے سے ہی ممکن ہے اس لئے ہوتا کچھ یوں ہے کہ سوچ اپنے آپ کو دو حصوں میں تقسیم کر لیتی ہے۔ ایک حصہ مسئلہ بن جاتا ہے اور دوسرا تجزیہ کار ہو جاتا ہے۔ خود سوچئے، غور کیجئے اگر دو انسانوں کے درمیان کوئی متنازعہ امر پیدا ہو جائے تو کیا ان دونوں میں سے کوئی ایک جو خود فریق ہے تجزیہ کر سکتا ہے؟ انصاف کر سکتا ہے؟ ایسا ممکن ہی نہیں۔ کسی تیسرے کی ضرورت پڑتی ہے جس کا مطلب صاف ہے کہ غیر جانبداری سے ہی درست فیصلہ ہو سکتا ہے۔ غیر تربیت یافتہ نفس کے ساتھ سب سے بڑا مسئلہ ہے کہ یہ کبھی بھی غیر جانبدار نہیں ہو سکتا کیونکہ اسے خود سے اپنی ذات سے بلا کی ہمدردی ہوتی ہے۔ ایسی ہمدرد سوچ کے ساتھ کوئی خود سے انصاف کیسے کر سکتا ہے؟

درست تجزیہ کرنے پر ہی اچھے فیصلے کا تمام تر دارومدار ہوتا ہے اور درست غیر جانبدار تجزیہ، کم علم عقل یعنی محدود سوچ اور خیالات سے ہرگز ممکن نہیں۔ اس کیلئے بصیرت درکار ہے، بے پناہ تیز بصیرت۔ اگر آپ اپنی سوچ پر اعتبار کیے بغیر سامنے موجود حل طلب صورتحال پر گہری نظر ڈالیں۔ ایک ایسی نظر جس میں آپ کی ذات اور آپ کے کردار کی کوئی جھلک نہ ہو کوئی "میں" نہ ہو صرف معاملہ ہو اور معاملے کا مشاہدہ ہو تو آپ کو اس معاملے کا اس صورت حال کا وہ چہرہ وہ خد و خال دکھائی دیں گے جو آپ کی سوچ آپ کے وہم و گمان کی رسائی میں بھی نہیں آ سکتے۔ یہاں تک کیسے پہنچا جا سکتا ہے اس کیلئے آگے چل کر مشاہدۂ حق کے باب میں مفصل گفتگو ہو گی سر دست اتنا سمجھ لینا ہی بہت کافی ہو گا کہ۔۔۔

سوچ اپنا تجزیہ خود نہیں کر سکتی---Thought can not analyse itself

☆☆☆☆☆☆☆

خواہشِ ناتمام

The Incomplete Desire

تمنا بڑی چیز ہے ازل سے ابد تک انسان خواہشوں میں جیتا چلا آیا ہے۔ لاکھوں اربوں قسم کی خواہشات میں انسان کی روئے زمین پر آنے کے بعد سے اب تک اور روزِ قیامت تک کی سب سے بڑی خواہش خدا کی پہچان ہے۔

اس سب سے بڑی خواہش کو اگر انسان پانا چاہتا ہے تو اس خواہش کی ڈیمانڈ ہی یہ ہے کہ دوسری تمام خواہشات اس خواہش پر قربان کر دی جائیں۔ بات کو کھول کر دیکھتے ہیں۔ اس کیلئے ہمیں دیکھنا پڑے گا کہ خواہش کیا ہے؟ خواہش desire ایک محرک ہے ایک motive ہے۔ سوچ خواہش ہے اور خواہش سوچ ہے۔ یہ طلب ہے ڈیمانڈ ہے۔ یہ یہاں سے وہاں تک جانے کی سوچ ہے۔۔۔ یہ کچھ بن جانے کا خیال ہے۔۔۔

Desire is to become that which is not here!

یہ وہاں جانے کی سوچ ہے جو اس وقت یہاں نہیں ہے۔ خواہش زندگی کو حرکت دیتی ہے move کرتی ہے۔ اگر خواہش نہ ہو تو ذہن مردہ ہے dead ہے۔ اگر آپ کی کوئی ڈیمانڈ نہیں تو آپ کی کیا سوچ ہے؟

اس میں بہت بڑا راز چھپا ہے۔ ہر انسان کی زندگی میں خواہش ہر سانس کے ساتھ موجود ہے۔ خواہش اپنی اصل میں وسعت کا نام ہے، پھیلاؤ کا اور آگے بڑھنے کا نام ہے یہ expansion ہے۔

ہر انسان آگے بڑھ رہا ہے expand کر رہا ہے پھیل رہا ہے جیسے کائنات یہ کہکشائیں بڑھ رہی ہیں اور پھر ایک دن پھٹ جائیں گی اسی طرح انسان بھی آگے بڑھتا ہے expand کرتا ہے ساری زندگی۔۔۔ یہاں تک کہ اسے موت آجاتی ہے۔

أَلْهَاكُمُ التَّكَاثُرُ ٥ حَتّٰى زُرْتُمُ الْمَقَابِرَ ٥

کثرت کی آرزو نے تم کو آلیا یہاں تک کہ تم نے قبریں جا دیکھیں۔

(التکاثر 1 تا 2)

ہم اس کثرت expansion کو سمجھنے میں اکثر مار کھا جاتے ہیں۔ ہر انسان کی زندگی میں ایک نا آسودہ، نامکمل سلگتی لو دیتی خواہش ہر وقت موجود رہتی ہے۔۔۔ یہ نامکمل خواہش incomplete desire ہر انسان کو بھگا رہی ہے۔ عظیم اکثریت بلکہ ہم سب آج جہاں ہیں وہاں مطمئن نہیں ہیں ہم مزید آگے جانا چاہتے ہیں۔۔۔ اس ناتمام خواہش کو ذرا کھول کر دیکھتے ہیں۔۔۔

مثال کے طور پر یہ ایسی ہوتی ہے جیسے سکول کے زمانے میں لگتا ہے کہ کالج پہنچ جائیں تو بات بن جائے گی۔ یہی تمنا ہے۔۔۔ پھر اس کو پورا کرنے کیلئے ہم محنت، مشقت اور انتظار سے گزرتے ہیں۔ جس دن کالج پہنچ جاتے ہیں اس دن شعور سطحی طور پر superficial level پر خوش دکھائی دیتا ہے۔ مگر کچھ عرصہ گزرنے کے بعد نفس کو، ہمیں احساس ہوتا ہے کہ ٹھیک ہے خواہش تو پوری ہوگئی مگر جانے کیا بات ہے یہ اچھا تو

ہے مگر ویسا نہیں ہے جیسا لگتا تھا کہ ہوگا۔ نفس کی فطرت ہے کہ جس شے کو پالیتا ہے، جسے
دیکھ لیتا ہے اس کی اہمیت اس کے نزدیک انتہائی تیزی سے کم ہوتی چلی جاتی ہے
rejection کا پروسیس بہت تیزی سے انسان کو پکڑ لیتا ہے۔ خاص کب عام ہو جاتا
ہے خبر ہی نہیں ہوتی۔ پھر ایک اور ناتمام خواہش کا دیا آنکھوں کے آگے لہراتا ہے اور یوں
یہ لامتناہی سلسلہ ہمیں کارزار حیات میں گھسیٹتا ہوا لے نکلتا ہے۔ ہر خواہش پوری ہو جانے
کے بعد اگلی خواہش کو جنم دے کر خود پھیکی پڑتی جاتی ہے۔ یہاں تک مشاہدہ پہنچے تو خواہش
کی دو پرتیں نظر آتی ہیں ایک فنا ہے ہلاکت ہے mortality ہے دوسری تاثر ہے
expression ہے۔

نفس چونکہ جبلی طور پر موت سے روشناس ہے جانتا ہے کہ وہ مرجائے گا، وہ ہلاک ہوجانے
والا ہے mortal ہے لیکن چونکہ اللہ سے بیزار ہے، خائف ہے۔۔۔ اس لئے ہلاکت
کے دباؤ سے stress of mortality سے نکلنے کیلئے موت کے خوف سے فرار حاصل
کرنے کیلئے ایک عجیب داؤ کھیلتا ہے جو اہل علم کے سوا کسی کو سمجھ نہیں آتا۔

یہ خواہش کو بقا immoratilty کا دھوکہ illusion تخلیق کرنے کیلئے استعمال کرنا سیکھ
جاتا ہے۔ "میں کالج پہنچ جاؤں تو زندگی کافی حد تک سلجھا سکتا ہوں"۔ حال میں بیٹھ کر نفس
ایک عارضی مدت temporary timeline تخلیق کر رہا ہے۔ خود کو یقین دلا رہا
ہے کہ کالج میں داخلے تک میرے پاس وقت ہے میں نہیں مروں گا۔
خود ساختہ مہلت لے رہا ہے۔۔۔ دھوکہ دے رہا ہے illusion میں جی رہا ہے۔ کسی کا
مرجانا ہمارے لئے ایک سچ ایک حقیقت ہے ایک fact ہے۔ انا اللہ وانا الیہ راجعون بہت
ہی خلوص سے انسان کسی کی موت پر پڑھتا ہے۔ اسے مرجانا تھا کیونکہ میں جانتا ہوں کہ
موت برحق ہے کسی بھی وقت آسکتی ہے اس پر میرا ایمان ہے۔

لیکن میرا مر جانا۔۔۔ میری موت۔۔۔ میری نظر میں ایک خیال ہے۔۔۔ میرے نزدیک ایک ایسا آئیڈیا ہے جو سچ تو ہوگا لیکن چونکہ وہ آئیڈیا ہے اس لیے ضروری نہیں کہ ابھی سچ ہو جائے۔ دوسرے کی موت حقیقت ہے۔۔۔ اپنی آئیڈیا ہے۔۔۔ واہ سبحان اللہ کیا بات ہے اس نفسِ عیار کی۔۔۔

اپنی اور اپنے اردگرد موجود زندگیوں کا جائزہ لیں آپ کو یہ طلسم ہر ایک پر چھایا ہوا نظر آئے گا۔ کاروبار سیٹ ہو جائے تو حج کرنا ہے۔۔۔ حج تک ہلاک نہ ہونے کا یقین دلایا جا رہا ہے خود کو۔۔۔ حج کے بعد بچوں کی شادیوں تک جینا ہے پھر اپنے بچوں کے بچوں کی خوشیاں دیکھنے تک جینا ہے اور جب سب ہو چکا تو پھر۔۔۔ مسجد کا رستہ پکڑ کر اللہ کا نیک بندہ بننے کیلئے جینا ہے۔ کوئی مرنے کو تیار نہیں ہے۔۔۔ ایک فانی، ایک ہلاک ہو جانے والا ہر دم خود کو عارضی طور پر ہی سہی لیکن کچھ دیر کیلئے ابدی immortal کرنے کی کوشش میں مصروف ہے اور خالق کہہ رہا ہے کہ ہرگز نہ کہنا کہ کل یہ کام کردوں گا مگر ان شاء اللہ۔۔۔

وَلَا تَقُولَنَّ لِشَایْءٍ اِنِّیْ فَاعِلٌ ذٰلِكَ غَدًا ۝ اِلَّآ اَنْ یَّشَآءَ اللّٰهُ وَاذْكُرْ رَّبَّكَ اِذَا نَسِیْتَ وَقُلْ عَسٰۤی اَنْ یَّهْدِیَنِ رَبِّیْ لِاَقْرَبَ مِنْ هٰذَا رَشَدًا ۝

اور کسی چیز کے متعلق یہ ہرگز نہ کہو کہ میں کل اسے کر ہی دوں گا۔ مگر یہ کہ اللہ چاہے، اور اپنے رب کو یاد کرلے جب بھول جائے اور کہہ دو امید ہے کہ میرا رب مجھے اس سے بھی بہتر راستہ دکھائے۔

(الکہف 23 تا 24)

اور ہم نے اسے رسم بنا لیا۔ کبھی دیانت داری سے غور کیا کہ اصل میں ہر کام کرنے سے پہلے انشاء اللہ کہنے سے آپ کی مراد کیا واقعی وہ ہے جو اللہ چاہتا ہے؟ کیا ہم اس بات کو

مان چکے ہیں کہ ہم کبھی بھی کسی بھی وقت مر سکتے ہیں؟ نہیں کبھی نہیں، انسان کبھی تیار نہیں ہوتا۔۔۔ ہاں مگر وہ جس کو اللہ جان کے بخل سے نجات دے۔۔۔ وہ خواہش کا طلسم توڑ سکتا ہے۔۔۔

خواہش کی دوسری پرت layer تاثر expression ہے۔ نفس کی مصیبت یہ ہے کہ اسے کبھی خواہش کی مناسبت سے اس کا تاثر نہیں مل پاتا۔ ہر خواہش جب پوری ہوتی ہے تو پتا چلتا ہے کہ یہ تو ادھوری ہے۔ چھوٹی کار تک پہنچنے کے بعد احساس ہوتا ہے کہ اصل خواہش تو بڑی کار کی ہے۔

یہ لامتناہی چکر vicious loop ساری زندگی انسان کو ایک ایسا گدھا بنا کر رکھ چھوڑتا ہے جس پر بیٹھنے والے نے ایک چھڑی کے سرے پر سبز گھاس کا گٹھا باندھ کر اسے گدھے کے منہ کے پاس اس کی رسائی سے ذرا دور تھام رکھا ہو۔ بھوکا گدھا اس گھاس میں منہ مارنے کے چکر میں چلتا جاتا ہو مگر وہ کبھی اس گھاس تک پہنچنے والا نہیں کیونکہ گھاس اس پر سوار آدمی کے ہاتھ میں ہونے کی وجہ سے اس کے ساتھ ہی آگے بڑھ رہی ہوتی ہے۔

اگر نفس اللہ کی مہربانی سے علم حاصل کرلے تو اس میں خدا کو پانے کی خواہش بیدار ہو جاتی ہے۔ یہ خواہش سب سے بڑی ہے اس سے بڑی اور کوئی خواہش نہیں ہے۔ جب نفس اس خواہش کو پورا کرنے کی دھن میں لگتا ہے تو اس پر انکشاف ہوتا ہے کہ اللہ لامحدود ہے اسے کبھی کوئی مکمل نہیں پاسکتا۔۔۔۔

اللہ ساکن نہیں ہے Allah is not a static reality سامنے کی بات ہے اللہ کو فارمولے میتھڈ سے نہیں پاسکتے وہ کہیں رکھا ہوا نہیں ہے۔ وہ اللہ ہے۔۔۔ اس کو پانے کیلئے جب خواہش تڑپ کا روپ اختیار کرتی ہے تو اسے احساس ہوتا ہے۔۔۔ بجلی کے کوندے کی طرح لپک کر آنے والا ایک ایسا احساس جس کی روشنی میں نفس دیکھتا ہے

کہ اللہ لامحدود ہے unlimited ہے۔ اسی لیے نفس کی خواہش کو پہلی بار اس کا تاثر expression مل جاتا ہے۔ ایک لامحدود۔۔۔دوسرے لامحدود سے جاملتا ہے۔۔۔
یہ وہ مقام عرفان ہے جہاں خواہش قرار پاتی ہے۔

اب وہ کبھی نا آسودہ ہو کر واپس نہیں پلٹے گی، کبھی مایوس نا امید نہ ہوگی کہ اسے اس کا ماخذ origin مل گیا ہے۔ خواہش یہی چاہتی ہے۔ خواہش کو پیدا کرنے والے کی یہی منشاء ہے۔ یہی اس کا منصوبہ plan ہے۔ جو اس کو سمجھ گیا اسے الھکم التکاثر کی سمجھ آ گئی۔ یہ قرآن کی صرف ایک آیت کے علم کا حال ہے پورا قرآن خدا ہی جانے کیا ہے؟

اپنی بے قرار خواہش کو راستہ دکھاؤ۔۔۔ یہ بھٹک رہی ہے۔۔۔ یہ ذات کے سومناتوں میں ماتم کناں ہے۔۔۔ اسے اس کا کعبہ دکھاؤ۔۔۔ اپنی خواہش کو جانے کا راستہ دو۔۔۔ اسے جانا ہے۔۔۔ اس کے پاس جس نے اسے پیدا کیا ہے۔۔۔

☆☆☆☆☆☆☆

تنہائی، اُداسی اور خلا

Loneliness, Sadness and Void

انسانوں کے اس سیلِ رواں اس بے پناہ ہجوم میں ہم سب اکیلے ہیں۔ انسان کو تنہا پیدا کیا گیا ہے۔ اسے مرنا بھی اکیلے ہی ہے۔ تنہائی نفس کی ایسی جبلت ہے جس سے یہ بے پناہ خوف کھاتا ہے۔ نفس خوب جانتا ہے کہ وہ اکیلا ہے اس احساس کو اس جذبے کو دبانے کیلئے اس تنہائی سے بھاگنے کیلئے وہ محرک stimulus میں، رشتوں ناطوں میں پناہ لیتا ہے، ہنسی مذاق کرتا ہے۔ زندگی کو مصروف رکھنا اس کا واحد مشن ہے۔ یہ کسی صورت اکیلا نہیں ہونا چاہتا۔

کبھی تنہائی میں خود اپنے ساتھ بیٹھنے کا تجربہ کریں۔ کچھ نہ سوچیں، کسی خیال کو attend نہ کریں بس بیٹھ جائیں۔ آپ دیکھیں گے کہ جسم میں بے پناہ تناؤ پیدا ہو گیا ہے۔ بے چینی بڑھ رہی ہے وقت گزرنا محال ہو رہا ہے۔

جو انسان تنہائی میں اپنے آپ کیساتھ چند لمحے نہیں گزار سکتا اسے احساس ہو جانا چاہئے کہ وہ کتنی بری صحبت bad company میں ہے۔ آنکھیں ذہن کا دروازہ ہیں۔ رات کو سوتے وقت جب ہم آنکھیں بند کر لیں تو اصولی پر دنیا کو ختم ہو جانا چاہئے مگر نفس اس قدر

چالاک ہے کہ آنکھ بند ہوتے دماغ میں ایک دنیا پیدا ہو جاتی ہے اور ہم اس میں مصروف ہو جاتے ہیں۔۔۔ آنکھیں بند کر کے پرسکون relax ہو کر بیٹھ جائیں اور مشاہدہ کریں کہ آپ کے اندر کیا چل رہا ہے۔ غور کریں observe کریں۔

جتنا اندر جائیں گے۔۔۔ جتنا گہرائی سے اندر جائیں گے۔۔۔ دیکھیں گے کہ سوچوں کی ایک لامتناہی قطار trail of thoughts ہے جو چلی ہی جارہی ہے اسے غور سے دیکھیں۔۔۔

دیکھتے رہیں اپنی سوچوں کے سلسلے اس کے patterns کا مطالعہ کریں investigate کریں۔ آپ کو دکھائی دے گا کہ دو طرح کی سوچ پیدا ہو رہی ہے۔ ایک تصویر image ہے۔ دھندلی سی دکھائی نہ دینے والی تصویر کی ایک قسم ہے جو ایک کے بعد دوسری اور دوسرے کے بعد تیسری چلتی چلی آرہی ہے۔

سوچ کی دوسری قسم ایک نہ سنائی دینے والی آواز unheard voice ہے۔ ذہن کی اس آواز کو Voice of the head یا پھر بولنے والا ذہن mind's chatter بھی کہا جاتا ہے۔ یہ آواز تصویری سوچ image based thought کو جواب دے رہی ہے respond کر رہی ہے۔

یہ سب جو چل رہا ہے اس کی بنیاد کیا ہے؟ یہ کیوں چل رہا ہے؟

غور کرتے رہیں گے تو دکھائی دینے لگے گا۔۔۔ خوب نظر آنے لگے گا۔۔۔ خوب سمجھ میں آنے لگے گا کہ ابھی ایک سوچ ختم ہوتی نہیں کہ دوسری شروع ہو جاتی ہے۔ ہر سوچ کے ساتھ ایک مخصوص جذبہ جڑا ہوا ہے۔ کوئی سوچ خوش کر رہی ہے، کوئی غمگین کرتی ہے، کسی سے دل اداس ہو رہا ہے، کسی سے نفرت انتقام کی بو آرہی ہے۔ پھر سمجھ میں آنے لگے گا کہ یہ تو پاگل پن ہے۔۔۔

میرے ذہن نے دل کو جذبوں میں الجھا رکھا ہے اور دل ان جذبات سے کھیلنے کا عادی ہے۔ اسے لت لگی ہوئی ہے۔۔۔ اسے ہر سوچ سے جذبہ مل رہا ہے۔ اسے غور سے دیکھیں یہ آپ کے ہمارے سب کے دلوں کا زنگ ہے۔ دل اور ذہن دنیا کے کھیل کود میں لگے ہوئے ہیں۔ یہ دھوکا چل رہا ہے۔ فریب دیا جا رہا ہے فریب کھایا جا رہا ہے۔

میرا سر میری مرضی سے حرکت کرے تو بات سمجھ میں آتی ہے لیکن اگر بیٹھے بیٹھے میرا سر اپنی مرضی سے ادھر اُدھر ہلنا شروع کر دے اور پھر ہمیشہ ایسا ہی کرتا رہے تو یہ نارمل نہیں ہے یہ بیماری ہے۔ سوچنا تو عین عقل ہے مگر یہ کیا کہ ہر وقت سوچ چل رہی ہے۔ سوچ کو اس کی جگہ پر ہونا چاہئے جب ضرورت پیش آئے تب کام کرے۔ یہ کیا ہے کہ ہر وقت دماغ میں ایک طوفانِ بدتمیزی برپا ہے۔۔۔ یہ تو پاگل پن ہے یہ تو mental diarrhea ہے۔۔۔ حتیٰ کہ نوبت ہم سب کی یہاں تک آ پہنچتی ہے کہ بلھے شاہؒ کی آواز سنائی دیتی ہے۔

دل کھڑاوے منڈے کڑیاں سجدے کرے مسیتی

دنیا داراں رب دے نال وی چار سو وی چاکیتی

یہ سوچنے کا نہیں عبرت کا مقام ہے اس کی دید کرنے کی ضرورت ہے۔ نفسِ انسان کی سوچ جب اعتدال پر لانے کی کوشش کی جاتی ہے (جو کہ خواہشوں کی کمی سے ہوتی ہے) تو سوچوں کے تانے بانے ٹوٹتے دیکھ کر نفس سخت اداس اور خوف زدہ ہوتا ہے کیونکہ سوچ کے سوا ہمارے پاس کرنے کو کچھ نہیں ہے۔۔۔

یہ وہ مقام تنہائی ہے جس سے نفس کو وحشت ہے۔ یہ کم علم نہیں جانتا کہ تنہائی کے حسین اور لازوال مقام پر انسان کی خود سے ملاقات ہوتی ہے۔ یہ وہ عظیم مقام ہے جہاں سے ذات کی بے کراں سلطنتیں شروع ہوتی ہیں۔۔۔

عام آدمی کے لیے تنہائی بہت ہی عجیب شے ہے۔ ہم کبھی خود کو اتنی اجازت نہیں دیتے کہ ہمارے اذہان تنہائی کے قریب بھی پھٹک سکیں اور اگر کبھی کسی حادثے کسی صدمے یا دکھ کے کارن ایسا ہونے کا امکان پیدا ہو بھی جائے تو ہم انتہائی سرعت سے اس وجہ کو دبا دیتے ہیں جو تنہائی کا باعث بن رہی ہے۔ اسے دبانے کیلئے ہم کچھ بھی کر گزرنے کو تیار ہو جاتے ہیں۔

(لیکن اندرونی تنہائی تو ہمیشہ ساتھ ہی رہتی ہے)

ہمارے شعور اور لاشعور دونوں مل کر تنہائی کو ہمیشہ یا تو نظر انداز کرتے ہیں یا اسے دبانے کی کوششوں میں مصروف دکھائی دیتے ہیں۔ تنہائی سے راہ فرار اختیار کی جائے یا اسے دبایا جائے اس کا کوئی فائدہ نہیں ہے۔ آپ نظر انداز کریں یا دبا دیں، بات کو ہنسی میں اڑا دیں۔ مگر اداسی کا دکھ اور اس کی تکلیف ہمیشہ اپنی جگہ پر موجود رہتی ہے۔ آپ چاہے خود کو کتنے ہی بڑے مجمعے میں پھینک دیں، ہم سب تنہا تھے، ہیں اور رہیں گے۔ تنہائی کے خوف کا سانپ خاموشی سے ہمارے نفوس میں رینگ رہا ہوتا ہے۔ کون جانے کس خیال کی چادر اٹھتے ہی یہ ہمیں رینگتا دکھائی دے جائے۔

سیر و تفریح، نشہ، ہنسی مذاق سے تنہائی کبھی فنا نہیں ہو سکتی۔ آپ عارضی طور پر شور شرابے میں کچھ وقت کیلئے اس سے جان چھڑا سکتے ہیں مگر جیسے ہی آپ کی زندگی میں قہقہوں کی بارش ذرا دھیمی ہونے لگتی ہے تنہائی کا خوف پلٹ آتا ہے۔ ہو سکتا ہے آپ خوشیوں سے لدے ہوئے ہوں، آپ کے پاس دوسروں سے زیادہ طاقت ہو۔ یہ بھی ہو سکتا ہے کہ آپ کے پاس بہت سا علم ہو اور یہ بھی ممکن ہے کہ عبادات میں آپ بہت مصروف رہتے ہوں۔ آپ جو چاہے کرتے ہوں تنہائی کی اذیت ہمیشہ آپ میں جاری رہتی ہے۔ ہو سکتا ہے آپ اپنے بچوں کی محبتوں میں سرشار جی رہے ہوں۔ آپ کا شاندار ٹیلنٹ آپ کو مست کیے رکھتا ہو مگر جیسے دن پر رات چھا جاتی ہے ایسے ہی تنہائی آپ پر چھا جاتی ہے۔

آپ اس سے محبت کریں یا نفرت۔ آپ چاہے اپنے مزاج اپنی نفسیات سے مجبور ہو کر اس سے بھاگیں مگر یاد رکھیں تنہائی ہمیشہ یہاں ہے، انتظار کرتی ہوئی سب کچھ دیکھتی ہوئی... وہ ہر بار اس لیے پلٹ جاتی ہے کیونکہ اسے پتا ہے کہ آپ اس سے دوبارہ ضرور ملیں گے اور ہر بار ایسا ہی ہوتا ہے---

راز سمجھ آجائے تو بات بن جاتی ہے۔ تنہائی loneliness جو ہے یہ کوئی اکلاپا isolation نہیں ہے۔ تنہائی اکیلے پن کا، اکلاپے کا علم ہے۔ تنہائی وہ نہیں ہے جسے دنیا تنہائی کہتی ہے---وہ اکیلا پن ہے وہ isolation ہے۔ تنہائی اس isolation کے احساس کا علم عطا ہو جانے کو کہتے ہیں تنہائی loneliness ہے۔

اس بات کا عین علم اور ادراک ہو جانا---ذاتی تجربے سے experiential level سے جان جانا کہ میں اکیلا ہوں اس پوری دنیا میں اکیلا ہوں loneliness کہلاتا ہے۔

ایک ہوشمند نفس خوب جانتا ہے کہ اس کی حرکات activities کسی بھی درجے کی ہوں اُن کی جڑ تنہائی کا خوف ہے۔ اگر کچھ دیر کیلئے تمام تر ممکن حرکات activities روک لی جائیں stillness طاری کر لی جائے تو دیکھا جاسکتا ہے۔ ایک اندھے کی آنکھ سے بھی دیکھا جاسکتا ہے کہ نفس کے مرکز میں ایک خلا کا void / emptiness کا احساس ابھرنے لگتا ہے۔ نفس اس ابھرتے ہوئے خالی پن سے ہمیشہ خائف ہوتا ہے۔ یہی وہ خلا ہے جس کو پر کرنے کیلئے انسان اپنی ساری بیش قیمت زندگی ضائع کر بیٹھتا ہے۔

لوگ اپنی زندگیوں کے سچے جھوٹے، بڑے چھوٹے، اچھے برے مقاصد بناتے ہیں جو بھی کرتے ہیں اس کا مقصد صرف تنہائی کے اس عظیم خلا کو پر کرنے کی کوشش کرنا ہے جو کسی صورت کسی سے آج تک پر نہ ہو سکا۔ ہاں مگر صرف وہ لوگ جن کو اللہ دیکھنے والی نظر عطا فرما دے۔

نفس کو معلوم ہو کہ یہ خود سے کبھی نہیں بھاگ سکتا کیونکہ نفس اپنی ذات میں اپنے structure میں تنہا ہے۔ اللہ کی طلب میں نکلنے والے ہر نفس پر یہ وقت آتا ہے جب وہ اس مقام پر پہنچتا ہے جسے خالی پن emptiness / void کہتے ہیں۔

یہاں سے آگے اس کے ساتھ جانے والا کوئی نہیں۔ نہ کوئی مرشد نہ استاد۔۔۔ یہاں کوئی پر نہیں مار سکتا۔ اس مقام سے نفس کو خود گزرنا ہوتا ہے حتیٰ کہ تنہائی کا احساس بھی پیچھے رہ جاتا ہے پھر نہ کوئی تنہا رہتا ہے اور نہ کوئی تنہائی۔۔۔

You will go alone, even aloneness will not go with you. You will go all alone...

اس مقام پر صرف اللہ پر کامل اعتماد ہی کام آتا ہے۔ دنیا کی ہر شے، ہر جذبے سے زیادہ اپنے خالق پر اعتبار کر کے تنہائی کے اس لامحدود صحرا میں مسافر کو چل پڑنا ہوتا ہے۔۔۔ اتنی سی بات ہوتی ہے۔۔۔ لیکن بڑے بڑے یہاں عاجز ہو جاتے ہیں۔ یہاں انسان کے نفس کو محبت عطا ہوتی ہے۔۔۔

اللہ تب تک نہیں ملتا جب تک انسان اپنی خواہشات سے دستبردار ہو کر تنہا نہ ہو جائے۔ نفس انسان اس مقام پر ایسا ہو جاتا ہے کہ سب کے درمیان رہتا ہے، زندگی بسر کرتا، کھاتا پیتا اور ہنستا مسکراتا بالکل دوسروں جیسا دکھائی دیتا ہے مگر اندر سے جان چکا ہوتا ہے کہ وہ تنہا ہے کوئی اس کا نہیں اور وہ کسی کا نہیں۔

جیسے ہی نفس اس مقام تنہائی کو پوری طرح قبول کرتا ہے جبلیات instincts اعتدال کی حدوں کو واپس ہونے لگتی ہیں اور محبت پیدا ہوتی ہے۔۔۔ محبت۔۔۔ جو مخلوقات کا اپنے خالق کے ساتھ سب سے قریبی رشتہ ہے۔ محبت سوچ نہیں ہے۔۔۔ یہ خیال نہیں ہے۔۔۔

جسے ہم اپنی مرضی سے جب چاہیں استعمال کر لیں اور جب چاہیں رد کر دیں۔ بے لوث محبت تو سب سے عظیم جذبہ ہے۔۔۔

Unconditional love is nothing but compassion.

جب محبت جاگ جائے تو پتا چلتا ہے کہ نفرت کوئی شے نہیں۔۔۔ پھر یہ محبت نفس کو بلند کرتی ہے۔ محبت ایک راز ہے ایک ایسا راز جسے لکھا نہیں جا سکتا کیونکہ محبت لفظ کی گرفت اور پہنچ سے اوپر کی شے ہے۔۔۔ نہ ہی یہ بتائی جا سکتی ہے۔۔۔ اسے صرف وہ محسوس کر سکتا ہے جسے حقیقت میں یہ ہو جائے۔۔۔ محبت کا پودا تنہائی کے ریگزار میں اگتا ہے۔۔۔ اس کے پھول کی خوشبو "میں" کی دسترس سے بلند ہے۔۔۔

بہت ہی بلند۔۔۔

☆☆☆☆☆☆☆

وابستگیاں

Attachments

Jelousy, Hate, Posession, Domination, Violence and More

کبھی ہم نے سوچا کہ تیزی سے اپنی تباہی کی طرف رواں دواں اس دنیا میں ہر لحظہ بڑھتے ہوئے استحصال، غربت، ناانصافی، تشدد، ظلم وستم اور جنگ وجدل سمیت ہر قسم کے بگاڑ کی اصل وجہ کیا ہے؟

مختصر ترین الفاظ میں اسے دین سے دوری کہا جائے گا۔ دین فطرت ہے nature ہے اس لئے ہم یہ کہیں تو ہرگز بے جا نہ ہوگا کہ انسان فطرت سے دور ہٹتا چلا جا رہا ہے اور فطرت سے دوری کا ایک ہی مطلب ہے وہ ہے اپنے خالق سے دوری۔۔۔

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوْعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ
وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِيْنَ ۝

اور ہم تمہیں کچھ خوف اور بھوک اور مالوں اور جانوں اور ثمرات کے نقصان سے

ضرور آزمائیں گے اور صبر کرنے والوں کو خوشخبری دے دو۔

(البقرہ155)

خالقcreator ہمارا رب کہہ رہا ہے کہ وہ آزمائے گا ضرورtest کرے گا تا کہ دیکھے کہ کون اچھا ہے اور کون برا ہے۔ اس آزمائش کے لئے جو نظامsystem کام کر رہا ہے اُس کے اندر اُتر کر دیکھا جائے تو مارے حیرت کے سٹی گم ہو جاتی ہے۔

ہمارے نفس self میں ہر شے سے جذباتی طور پر وابستہattach ہو جانے کی جبلت بے پناہ طاقتور ہے۔ یہ ہر شے کا مالک بننا چاہتا ہےown کرتا ہے ملکیتposession چاہتا ہے۔ سچ تک پہنچنے کیلئے ہمیں اپنے نفوس کی پور پور کو دیکھنا پڑتا ہے۔ انکوائری inquiry کرنا ہوتی ہے۔

درحقیقت ہمارے نفوس اتنے گھناؤنے، بدکردار اور اتنے خوفناک ہوتے ہیں کہ اس خوفناکی سے گھبرا کر لوگ ساری زندگی خود سے بھاگتے رہتے ہیں کامیابی سے خود کو نظر انداز کرتے رہتے ہیںsuccessfully avoid کرتے رہتے ہیں۔ یہاں تک کہ جب اس کے گھناؤنے کردار سے خوف کے مارے جان حلق کو آن پہنچے اور اس کی بدکرداری کی ہولناک بدبو سے اپنا انجام یقینی دکھائی دینے لگے تو روحانیت کو فرنچ پرفیوم کی طرح استعمال کرنے لگتے ہیں۔۔۔

لیکن نفس کو پاک کرنے کی ہمت کبھی خود میں نہیں پاتے۔۔۔ڈرتے رہتے ہیں۔۔۔ کتراتے رہتے ہیں۔۔۔ٹالتے رہتے ہیں۔۔۔حتیٰ کہ میر کے اس شعر کے مصداق ہو جاتے ہیں۔۔۔

عشق اک میر بھاری پتھر ہے
کب یہ تجھ ناتواں سے اٹھتا ہے

تزکیہ نفس انسان کے ذہن کا ایک ایسا سرجیکل آپریشن ہے جو بہت خوفناک ہوتا ہے اور اس میں معالج بھی خود انسان ہے اور مریض بھی۔۔۔ جب اپنے ٹیومر کو اپنے پھوڑے کو بے ہوش کیے بغیر چیرا جائے گا تو پھر چیخیں تو نکلیں گی اور تعفن بھی بہت اٹھے گا مگر نفس کو پاک purify کرنے کیلئے ہمیں اس مرحلے سے گزرنا ہی پڑے گا۔

ہمیں ہر وہ شے جو ہم سے کسی بھی طور پر جڑی ہے ملکیت لگتی ہے۔ میرا نام، میرا جسم، میرے ماں باپ، بہن بھائی، گھر بار، بیوی بچے، میرا کاروبار پیسہ، میری زندگی۔۔۔ سب کچھ میرا ہے۔۔۔ اس حق ملکیت کو حاصل کرنے اور برقرار رکھنے کی خاطر نفس انسان ہر مشقت اور ذلت کو گوارہ کرتا ہے۔ ہمیں فطری طور پر اپنے بچوں سے بہت محبت ہوتی ہے۔ بری بات نہیں یہ تو اللہ نے ہمارے دل میں ڈالی ہے مگر کیا یہ وہی محبت ہے جو اللہ نے ہمارے دل میں ڈالی ہے یا ہم نے اس محبت پر اپنا قبضہ جما لیا ہے۔ وہ اللہ کے بنائے ہوئے انسان ہیں جنہیں اس نے اسی طرح زمین پر بھیجا ہے جیسے ہمیں بھیجا ہے۔ وہ تو امانت ہیں لیکن کیا ہم واقعی انہیں امانت سمجھتے ہیں؟

ایک باپ کو اپنے بیٹے سے بے پناہ محبت ہوتی ہے۔ وہ ساری زندگی اسے پالتا ہے۔ اس محبت میں کوئی کلام نہیں، کوئی شک نہیں لیکن باپ کا نفس دھیرے دھیرے اس محبت کو قبضے میں بدل ڈالتا ہے اور وہی باپ اپنے بیٹے کو اپنی ملکیت سمجھنے لگتا ہے۔

اگر یہی بیٹا اپنے باپ کو کسی دن اچانک تھپڑ مار دے تو اب محبت کہاں ہے؟ یہ باپ کی نہیں نفس کی محبت کی بات ہو رہی ہے ایک باپ کا نفس یہ کبھی برداشت نہیں کر سکتا کہ اس کا بیٹا اسے تھپڑ مارے۔ اگر ایسا ہوا تو باپ بیٹے کا رشتہ ختم ہو جائے گا۔

یہاں مقصود یہ نہیں کہ باپ وہ تھپڑ چپ چاپ کھا لے۔ ایسا عملی طور پر ممکن نہیں ہے۔ مثال کا مقصد صرف محبت میں فطری محبت میں نفس کی ملاوٹ اُس کا قبضہ دکھانا ہے۔

نفس کی دنیا کچھ لو کچھ دو کے اصول پر چلتی ہے give & take کا معاملہ ہے۔ اگر نفس اپنی اولاد کی پرورش کرتا ہے تو بدلے میں اُس سے سو فیصد اطاعت fatal obedience مانگتا ہے۔ نافرمان اولاد کسی کو پیاری نہیں ہوتی۔ نافرمانی تو دور کی بات نفس انسان اپنی اولاد کا معمولی اختلاف بھی برداشت کرنا اپنی توہین سمجھتا ہے۔

ہمیں اولاد اس لیے دی جاتی ہے کہ ہم اُس کی اچھی پرورش کر کے اسے دنیا کی دوڑ human race میں شامل کر دیں پھر اگر وہ ہماری خدمت کرے تو سبحان اللہ اگر نہ کرے تو وہ جانے اُس کا خدا جانے۔ مگر ہم ایسا نہیں کرتے ہم اپنی اولاد کے ساتھ جینا شروع کر دیتے ہیں۔ یہاں تک بھی کوئی برائی نہیں مگر یہ جینا ہماری زندگی کا آخری مقصد بن جاتا ہے یہاں سے ساری بات بگڑتی ہے۔

نفس کی جبلت ہے کہ یہ تقابل comparison کرتا ہے۔ امارہ اور لوامہ صرف اندر نہیں باہر بھی کام کرتے ہیں۔ ہم لوگوں پر حکم لگاتے ہیں انہیں judge کرتے ہیں۔ نفس چونکہ اپنا سب سے بڑا ہمدرد ہے اس لئے وہ دوسروں کا جب باہری دنیا میں خود سے موازنہ comparison کرتا ہے، جب دوسرے کو دیکھ کر اپنا تجزیہ analysis کرتا ہے تو ساری زندگی مسخ ہو کر رہ جاتی ہے۔

یہی تقابل comparison کی وہ فطرت ہے جس سے حسد نفرت، انتقام بغض کینہ اور ناجائز حکمرانی جیسے بے شمار خبیث پودوں کی شاخیں پھوٹتی ہیں۔ یہ بہت بڑا چکر ہے۔۔۔

اپنے اندر کی دنیا میں آباد سومنات میں اتریں اور دیکھیں آپ اپنی جان و مال، اپنی سیکیورٹی سے اپنی چیزوں سے رشتوں ناطوں سے کتنے بندھے ہوئے ہیں۔ کس قدر شدت سے attach ہیں۔ اپنی وابستگی یہ attachment چھوڑ دینا آپ کو کسی صورت قبول نہیں ہے۔

آپ کو اپنے اندر جو بھی شے جو بھی احساس "میرے" کا دکھائی دے اسے پورے دھیان
سے دیکھیں۔ آپ کی فطرت قابض posessive ہے اور اس قابض فطرت
کو posessive nature کو پالنے کیلئے آپ کو ظلم و ناانصافی اور تشدد violence
torture & سے بھی کام لینا پڑتا ہے۔ ہم سب اپنی اصلیت میں حاسد Jelous
ہوتے ہیں۔ بات کا خود ہمیں احساس نہیں ہوتا کہ ہم کتنی گہرائیوں میں جا کر ایک حاسد ہیں
۔ ہمارے نفوس اپنی فطرت میں حاکم ہیں dominent ہیں۔

سمجھنے کی کوشش کرتے ہیں۔۔۔ ہم خود سے متعلقہ ہر شے، ہر جذبے، ہر رشتے کو اپنی محدود
عقل limited thought سے دیکھتے ہیں۔ خود سمیت ہم نے اپنے ذہن میں ہر شے کا
ہر شخص کا ایک بت idol۔۔۔ ایک تصور image کی شکل میں بنا رکھا ہے۔ ہم اُس شخص یا
شے کو سامنے آجانے پر اُسی تصور image کی نظر سے دیکھتے ہیں۔

مثال کے طور پر جب کسی کی بیوی اس کے سامنے آتی ہے تو بیوی کا سارا ڈیٹا شوہر کے ذہن
میں پہلے سے موجود ہے۔ شوہر اُس عورت کو اپنی بیوی کے تصور image سے جانتا
ہے۔ مرد اپنی بیوی سے معتبر ہے، زیادہ عقلمند ذہین اور زیادہ طاقتور ہے۔ وہ حاکم ہے۔۔۔

یہ سب معلومات شوہر کے ذہن میں پہلے سے موجود ہیں۔

وہ اُسے اپنی ملکیت سمجھتا ہے own کرتا ہے۔ اُس کے خیال میں اگر وہ اپنی بیوی کیلئے اچھی
محنت کرتا ہے اُسے محبت اور عزت دیتا ہے تو بیوی کو بھی جواب میں اُس کی خدمت کرنی
ہے۔ اُسے عزت کے مقام پر رکھنا ہے، زندگی کے سفر میں اُسے ایک رہنما ایک حاکم ماننا ہے
اور گھر میں اُس کی حکومت کو تسلیم کرنا ہے۔ اس مسند پر فائز رہنے کیلئے انسان کئی روپ بدلتا
ہے۔ نرم مزاج سلجھے ہوئے اور understand کرنے والے ایک اچھے شوہر کے
مالک کے پیچھے اصل میں کون چھپا ہوا ہے؟

اگر بیوی شوہر کو محبت اور عزت نہیں دیتی ۔اُس کی حکمرانی کو تسلیم نہیں کرتی تو وہ مزاحمت resist کرتا ہے۔اُسے اپنی خود ساختہ سلطنت میں اپنا وجود قائم رکھنے کیلئے ہر صورت اپنے مطالبات کو منوانا ہوتا ہے۔ یہ قابض فطرت posessive nature ہے۔ احساس حاکمیت sense of domination ہے۔دوسری طرف بیوی بھی یہی کھیل کھیلنے میں مصروف ہے۔ ہم سب ایک دوسرے کے ساتھ اسی طرح کھیل رہے ہیں۔اپنی عزتِ نفس self respect کو توہین blasphamy سے بچانے کیلئے ہم دوسروں کی عزت کرتے ہیں۔

ہم حاکم ruler کیوں ہونا چاہتے ہیں؟ ہم ہر شے پر قبضہ کیوں جمانا چاہتے ہیں؟ کہیں اس کی وجہ یہ تو نہیں کہ ہم تنہائی سے خوفزدہ ہیں اس لئے تنہائی سے بھاگ کر ہم اپنی دنیا بنانے میں مصروف ہو گئے ہیں؟ ملکیتیں اکٹھی کر رہے ہیں۔۔۔ اللہ نے یہ سب ہمیں صرف آزمائش کیلئے دیا ہے اور ہم اس کو اپنا سمجھ بیٹھے ہیں۔۔۔

اگر انسان اپنے نفس کو مہذب اور تعلیم یافتہ کر لے تو یہ تمام جبلیات instincts دھیرے دھیرے متوازن balanced ہونے لگتی ہیں۔ وہ زندگی پہلے کی طرح ہی گزارتا ہے مگر اس کی بلند عقل higher intelect اُسے بتا چکی ہوتی ہے کہ یہ سب عارضی
Detachment (things live with you but you don't live with those things)
temporary ہے۔ یہ سب اُس کا ہے مگر اُس کا نہیں ہے۔ یہ پرایا مال ہے اس کو استعمال کرنے کا سارا حساب دینا پڑے گا۔

پھر زندگی اپنی حدود میں رہنے لگتی ہے۔اپنی وابستگیاں attachments باقی تو رہ جاتی ہیں لیکن نفس کی ان پر گرفت کمزور ہو جاتی ہے۔ یہ کچے دھاگے ٹوٹنے لگتے ہیں اور انسان آزاد ہونے لگتا ہے۔ یہ کام کوئی شک نہیں بہت مشکل ہے مگر اس کی جزا اس کا reward اتنا بڑا ہے کہ سمجھ آ جائے تو اس کام کی مشکل کوئی مشکل نہیں رہ جاتی۔

جو کچھ بھی یہاں لکھا گیا ہے اس کو اپنے سمیت پوری دنیا پر لاگو apply کر کے دیکھیں، آزمائیں test کریں، پرکھیں verify کریں۔ سب سمجھ میں آجائے گا کہ جتنی بھی نفس کی منفی جبلتیں ہیں وہ وابستگی سے attachment سے نکل رہی ہیں۔

صوفی جب دنیا چھوڑتا ہے تو اس کا مطلب یہ ہرگز نہیں کہ اس نے ہر شے سے اپنا ناطہ توڑ ڈالا ہے۔ ایسا تو مجذوب کرتا ہے، دیوانہ یا پاگل کرتا ہے۔۔۔ اللہ کا دوست تو اندر کی دنیا سے وابستگیاں کم کرتا ہے۔ جب من کی دنیا پاک ہوتی ہے تو باہری دنیا خود بخود نکھر نے لگتی ہے۔ زندگی کی خوبصورتی اس کے رشتے ناطے ہیں مگر پاگل پن کی حد تک ان سے محبت اللہ کی دوری ہے اور یہ دوری انسان کو جانور سے بدتر بنا دیتی ہے ایک ایسا جانور جس کی زندگی کا مقصد صرف اور صرف اپنی ذات کی پرورش ہے۔

اَفَرَاَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ اِلٰهَهٗ هَوٰىهُ وَاَضَلَّهُ اللّٰهُ عَلٰى عِلْمٍ وَّخَتَمَ عَلٰى سَمْعِهٖ وَقَلْبِهٖ وَجَعَلَ عَلٰى بَصَرِهٖ غِشٰوَةً ۗ فَمَنْ يَّهْدِيْهِ مِنْۢ بَعْدِ اللّٰهِ ۗ اَفَلَا تَذَكَّرُوْنَ ○

کیا تُو نے اسے بھی دیکھا؟ جس نے اپنی خواہش نفس کو اپنا معبود بنا رکھا ہے اور باوجود سمجھ بوجھ کے اللہ نے اسے گمراہ کر دیا ہے اور اس کے کان اور دل پر مہر لگا دی ہے اور اس کی آنکھ پر بھی پردہ ڈال دیا ہے اب ایسے شخص کو اللہ کے بعد کون ہدایت دے سکتا ہے۔

(الجاثیہ 23)

لہٰذا اپنی خواہش کو ہی سب کچھ نہ سمجھیں کیونکہ نفس انسان کی ایک خواہش ہے جس میں باقی ساری خواہشات پنپ رہی ہیں اور وہ خواہش وابستگی attachment ہے۔۔۔ اور انسان کا رب اسے انہیں وابستگیوں سے آزما رہا ہے۔

☆☆☆☆☆☆☆

خوف

Fear

خوف کی اصل لاعلمی ہے۔ خوف ہمیشہ ماسوا unknown کا ہے۔ خوف ایک جذبہ ہے۔ ایک سنسناتا ہوا احساس جو نفس کے عدم تحفظ insecurity کے جذبے کو بھڑکاتا ہے۔ خوف نفس کے تحفظ کو للکار ہے challenge ہے۔ نفس اس سے خائف ہے، مفرور ہے۔ خوف بذاتِ خود کوئی شے نہیں بلکہ یہ ہمیشہ کسی شے کا ہوتا ہے۔ کل جو غلط ہو چکا کہیں آج یا کل دوبارہ نہ ہو جائے۔۔۔ یہ خوف ہے۔ گزرے ہوئے کل میں ہمیں جو تکلیف ہوئی تھی اُس تکلیف کی یادداشت memory ہمارے دماغ میں محفوظ ہے اور ہم نہیں چاہتے کہ یہ کل دوبارہ ہم پر آئے۔

ماضی میں جو تکلیف ہو چکی ہے اُس کے بارے میں سوچنا خیال کو دعوت دینا ہے وہ خیال thought جس میں گزرے ہوئے کل کی یادداشت محفوظ ہے۔ اس لئے یہ خیال thought ہے جو خوف دلاتا ہے اور سوچ thinking خوف کی پیداوار بڑھاتی ہے اس کی آبیاری کرتی ہے۔ خوف کو جس نے سمجھ لیا اُس نے خوشی کو بھی جان لیا۔ کوئی یہ نہیں کہہ سکتا کہ مجھے صرف خوف ہے اور کوئی خوشی نہیں۔

اسی طرح کوئی یہ نہیں کہہ سکتا کہ میں نے صرف خوشی کو دیکھا ہے کبھی خوف کو نہیں دیکھا۔ خوف اور خوشی ایک ہی سکے کے دو رُخ ہیں۔ فرق صرف اتنا ہے کہ خوشی happiness کی سوچ اس خیال کی حامل ہے کہ کل یہ خوشی ملی تھی کاش آج دوبارہ ایسا ہو جائے۔۔۔ اُمید، مایوسی، پچھتاوا، عدم تحفظ کا احساس، محبت، عبادت، کچھ حاصل کرنے کی بے چین تمنا، کامیابی اور ناکامی، زندگی اور موت یہ سب خوف کی ہی اشکال ہیں۔

خیال خوف کی جڑ root ہے اور خیال وقت ہے thought is time۔ گزرے ہوئے کل کے خیال میں خوشی اور خوف ہے۔ اگر گزر چکے کل میں خوشی تھی تو خیال اس کا اعادہ repeatition کرے گا۔ اُسے آگے بڑھائے گا اُسے خوف ہوگا کہ کہیں یہ خوشی ختم نہ ہو جائے اور اگر گزرے کل میں درد تھا دکھ تھا تو اس کو نظر انداز avoid کرنے کا ہر خیال خوف ہے۔

اگر کھل کر بات کہنی ہو تو دُکھ اور سُکھ دونوں میں خوف ہے۔ دُکھ کے پلٹ آنے کا اور سُکھ کے پلٹ جانے کا خوف۔ راز یہ کہ سوچ اور خیال بذات خود خوف نہیں جیسے سوچ اور خیال مذہب یا عقیدہ نہیں ہیں۔ سوچ بذات خود کچھ بھی نہیں سوچ سے یہ سب کچھ پھوٹتا ہے پیدا ہوتا ہے Thought is the womb of the fear۔

جو پروسیس لکھ دیا ہے اگر اسے محض ایک آئیڈیا کے طور پر نہیں بلکہ اعلیٰ عقل استعمال کرتے ہوئے ایک حقیقت fact کی حیثیت سے خوف کو سمجھ لیا جائے تو خوف کا بت ٹوٹ جائے گا۔ صرف علم ہی خوف کا خاتمہ کر سکتا ہے۔۔۔ غور کیجئے کیا لکھا گیا ہے۔۔۔ خوف ختم ہونے کا کیا مطلب ہے؟ خوف کے اندر اُتر کر دیکھتے ہیں کہ نفس کی اس بھیانک جہالت کے تانے بانے کہاں تک پہنچے ہوئے ہیں۔۔۔ پہلے بھی لکھا جا چکا کہ انسان کو موت کا شعور ہے اس کا مطلب یہ کہ موت کا خوف ہے۔

موت زندگی کے رازوں میں بہت بڑا راز ہے جس کا بھید نہ کوئی کھول سکا اور نہ یہ کبھی کسی سے کھلے گا۔ یہ خوف نفس کو ہر لحظہ بے چین رکھتا ہے۔ یہ ٹائم فیکٹر کے طور پر کام کر رہا ہے۔ "وقت بہت کم ہے" کا چابک انسان کو دیوانہ وار سرگرداں کئے ہوئے ہے۔

موت کیا ہے؟ یہ کس کو آتی ہے؟ کون مرتا ہے؟ کیا جسم مرتا ہے؟ ذہن یا حواس؟

کیا سب کچھ جو انسان میں موجود ہے مر جاتا ہے؟

موت کی اصل تو اللہ رب العزت ہی جانتا ہے۔ علم سے جو ادراک حاصل ہوا اس کا بیان صرف اندازے کے لیے ہے اس سے زیادہ جاننے کی طلب سوائے لالچ کے اور کچھ نہیں اور نہ ہی اس سے کچھ حاصل ہے۔ موت کا سچ جاننے کیلئے انسان کو مرنا پڑتا ہے۔۔۔

موت کئی طرح سے ہے۔ اس کا ایک وجود نہیں ہے۔ موت انتقال ہے transfer ہو جانا ہے کسی ماسوا unknown کی جانب کوچ کر جانا ہے۔ بے شک جسم کو موت ہے مگر خود جسم کو اس کا کوئی ادراک نہیں ہے۔۔۔ جسم تو زندہ حالت میں بھی یہ نہیں جان سکتا کہ وہ زندہ ہے یا مردہ۔

یہ تو ذہن کو علم ہے کہ جسم زندہ ہے۔ اپنی اصل میں اپنی actuality میں جسم باہری وجود کے طور پر ایک مادہ ہے ایک matter ہے اس لیے مردہ dead ہے۔ اس کے حواس کی موت اس کی موت ہے۔ سینسرز کا مستقل بند ہو جانا جسم کی ایکسپائری expiry ہے۔ جسم زندہ یا مردہ دونوں حالتوں میں باہری طور پر پرسکون ہے۔

جسم اور حواس کی موت کے ساتھ ایک تیسری موت ہے جو کہ ذہن mind کی ہے۔ اس کی دو صورتیں ہیں۔ پہلی صورت میں اعصاب اور اعضاء کے فیوز fuse ہو جانے سے جسم کے اندر شدید ترین حالت کی تکلیف پیدا ہوتی ہے۔ یہ ساری تکلیف یہ بے پناہ اذیت ذہن کو ہی جھیلنا ہے کیونکہ وہ حواس کی بدولت جسم سے رابطہ قائم کیے ہوئے ہے۔

اس قدر شدید تکلیف چونکہ ذہن نے پہلے کبھی نہیں دیکھی ہوتی۔ یہ اس کی برداشت کے پیمانوں سے ماوراء ہوتی ہے اس لیے جب یہ تکلیف یہ بے پناہ اذیت اپنے انتہائی درجات کو چھو لیتی ہے تو موت death کا عمل شروع ہو جاتا ہے۔ ذہن انسان کی سیکیورٹی security کی جبلت ٹوٹ جاتی ہے breach ہو جاتی ہے۔ اب انتقال شروع ہوتا ہے۔ یہ نفس کا انتقال ہے۔۔۔ ڈیٹا ٹرانسفر شروع ہو جاتی ہے۔۔۔ یادداشت memory کو اٹھایا جانے لگتا ہے۔۔۔ اب ڈاؤن لوڈنگ downloading نہیں۔۔۔ اپ لوڈنگ uploading کا وقت آ گیا۔

ہر یاد کا رشتہ یادداشت سے ٹوٹنے لگتا ہے letting go کا پروسیس شروع ہو جاتا ہے۔ میری ہر شے ختم ہو رہی ہے، میرے بچے، ماں باپ، بیوی، گھر، دولت، میری شخصیت ہر شے اندھیرے میں جا رہی ہے، میری یادداشت سے نکل رہی ہے، ڈیلیٹ ہو رہی ہے مٹ رہی ہے، میری یادداشت ختم ہو رہی ہے۔ میں ختم ہو رہا ہوں، میں مٹ رہا ہوں، فنا ہو رہا ہوں۔۔۔

نفس کی موت شعور کا مٹ جانا ہے اور ہمارے نفوس اس ٹرانسفر transfer سے سخت ترین دہشت میں ہوتے ہیں۔ یہ ماسواء unknown کا خوف ہے۔ موت سب سے بڑا ماسواء ہے۔۔۔ سب سے بڑا unknown ہے اور یہی انسان کا سب سے بڑا خوف ہے۔ وہ ایسے جہان realm میں جانے سے خوفزدہ ہے جس کے بارے میں وہ کچھ نہیں جانتا۔ سارے خوف اسی خوف سے نکلتے ہیں اور اسی میں واپس ہوتے ہیں۔ جو نفس مطمئن نہیں اس کی موت پر اللہ اُس پر رحم فرمائے۔ اللہ ہم سب پر رحم فرمائے۔ انسان ساری زندگی اس خوف سے کھیلتا ہے۔۔۔ جی ہاں کھیلتا ہے، انسان کبھی نہیں چاہتا کہ اس کا خوف ختم ہو جائے۔۔۔

نفس بہت عیار ہے اسے پتا ہے کہ جس لمحے یہ خوف ختم ہو گیا سارا کھیل ختم ہو جائے گا، زندگی ختم ہو جائے گی۔ نفس کبھی ماننے کو تیار نہیں ہوتا کہ اُس کی زندگی ختم ہو جائے گی کیونکہ اس زندگی کے سوا نفس کے پاس اور کچھ نہیں ہے۔ کم علم نفس کیلئے موت کا خوف کبھی ختم نہیں ہوتا۔ اس کا یہ خوف اس وقت ختم ہوتا ہے جب موت سامنے آجاتی ہے۔ موت کا آجانا ہی موت کے خوف کا ختم ہو جانا ہے۔۔۔ یہی وجہ ہے کہ نفس موت سے ہر حال میں گریزاں ہے، خائف اور بیزار ہے۔

It is not the fear of death, It is the fear of known life coming to an end. The 'you' as you know yourself, the 'you' as you experience yourself. that 'you' does not want to come to an end!

خوف کو ایک ہتھیار کے طور پر بھی برتا جاتا ہے۔ دوسرے کے خوف کو اُبھار کر اسے اطاعت پر مجبور کیا جاتا ہے۔ اس کی بہت مثالیں ہیں جیسے ایک قوم دوسری قوم کو جنگ کا خوف دلاتی ہے اور جیسے رہزن موت کا خوف دلا کر دوسرے کا مال لوٹتا ہے۔ اگر خواہش بہت کم رہ جائے۔۔۔ صرف اُتنی جس قدر زندگی گزارنے کو کافی ہو جائے۔۔۔ تو یہ خوف اللہ کی بے پناہ مہربانی کے طفیل موت سے پہلے ختم ہو جاتا ہے۔۔۔

اَلَآ اِنَّ اَوْلِيَآءَ اللّٰهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُوْنَ ٥

خبردار! بے شک جو اللہ کے دوست ہیں نہ ان کو خوف ہے اور نہ وہ غمگین ہوں گے۔

(یونس 62)

خواہش کو اپنی وابستگی کو ختم کرنا ہی اپنی اصل میں موت ہے۔ اپنی زندگی میں جو نفس اپنی غیر ضروری، حد سے بڑھی ہوئی اور ناجائز وابستگیوں attachments سے دستبردار

ہونے لگتا ہے وہ زندگی میں ہی موت کو پالیتا ہے۔ اُسے زندہ حالت میں راز کا محرم کر دیا جاتا ہے۔ موت خواہش اور وابستگی کے قطع ہو جانے یا پھر کر دیے جانے کا نام ہے۔ اس سے پہلے کہ اللہ خواہش کی ڈور کاٹے کاش انسان خود اپنے جیتے جی اسے قطع کروالے۔

یہ بہت بڑی مراد ہے، یہ بڑے نصیبے کی بات ہے۔ اللہ بے نیاز ہے جس کو چاہے بے حساب دیتا ہے۔ پوری تو ہمت میں نہیں مگر اپنی زندگی کی آدھی خواہشات کو بھی اگر چھوڑ دیا جائے اور اور اپنی وابستگیوں attachments کی حقیقت کو جان کر اُن سے ذرا سا فاصلہ پیدا کرلیا جائے تو زندگی اس دنیا میں ہی جنت میں گزرنے لگتی ہے۔

اللہ سب کو توفیق عطا فرمائے۔ آمین۔

☆☆☆☆☆☆☆

بے چینی، دباؤ اور پریشانی

Anxiety, Depression and Stress

قرآن پاک نے انسان کو "عجولاً" کے نام سے پکارا ہے یعنی جلد باز anxious۔

وَيَدْعُ الْإِنسَانُ بِالشَّرِّ دُعَاءَهُ بِالْخَيْرِ ۖ وَكَانَ الْإِنسَانُ عَجُولًا ○

اور انسان برائی مانگتا ہے جس طرح وہ بھلائی مانگتا ہے،

اور انسان جلد باز ہے۔

(بنی اسرائیل 11)

جلد باز کسے کہتے ہیں؟ وہ جو ہر کام کا رزلٹ فوراً چاہتا ہے۔ نفس انسان کی یہ انتہائی پراسرار فطرت ہے۔ یہ فوری نتیجہ instant result مانگنے والا ہے۔ اللہ ابدی ہے اُسے کوئی جلدی نہیں ہے وہ جانتا ہے کہ کیا ہونے والا ہے۔

انسان فانی ہے، یہ نہیں جانتا کہ آگے کیا ہونے جا رہا ہے اس لیے اسے ہر کام کو کم ہوتے وقت کے خوف سے جلد از جلد پایہ تکمیل تک پہنچانا ہے۔ اسے جلدی ہے اور اس جلد بازی کے ہاتھوں یہ بے چین anxious ہے۔ جس دن سے انسان نے ہوش سنبھالا ہے یہ بے چین اور پریشان ہے۔

یہ پریشانی چھپائے رکھنے کا عادی ہے۔ اشد ضرورت پڑنے پر ہی اپنی فکر کو عیاں کرتا ہے۔ ہر وقت اپنی فکر اور پریشانی کو چھپائے رکھنے کی کوشش کے نتیجے میں اسے ہر لمحہ بڑھتے ہوئے اندرونی دباؤ کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ نظر انداز suppress کسی بھی احساس کو کیا جائے تو وہ stress کہلاتا ہے۔ بار بار احساس کو بے چینی کو دبانے سے دباؤ پیدا ہوتا ہے جس کی انتہائی حالت کو ڈپریشن کہا جاسکتا ہے۔

اس بے چینی کو ڈپریشن تک لانے میں آج کل سب سے بڑا ہاتھ بدلتے وقت کا ہے پہلے ڈپریشن بہت ہی خال خال ہوتا تھا۔ عام طور پر لوگ بے چین ہوا کرتے تھے۔ اب لوگوں کا پردہ باقی نہیں رہا۔ سارا دن ساری رات سوشل میڈیا، ٹی وی، انٹرنیٹ کی لامحدود دستیابی سے یہ چھپا ہوا آتش فشاں دھماکے سے پھٹ چکا ہے۔ اس بات کوئی شک نہیں ہے کہ ہم اس دور میں داخل ہو چکے ہیں جب اینگزائٹی، ڈپریشن ہر دوسرے انسان کو اپنا شکار بنا چکا ہے۔ لوگوں کو ہنستا ہوا، چلتا پھرتا دیکھ کر دھوکا کھانے کی بجائے غور سے ان کا مشاہدہ کریں۔

ہر ایک بیمار ہو چکا ہے جسمانی طور پر بھی اور نفسیاتی طور پر بھی۔ جس معاشرے میں یاد خدا، تلاش خدا اور محبت خدا زمانہ قدیم کی کوئی بات لگتی ہو وہاں آپ کو نارمل لوگ نہیں بلکہ ابنارمل انسان zombies دکھائی دیں گے۔ اپنی خواہش کے درخت سے آکاش بیل کی طرح چمٹے ہوئے صرف سطحی superficial زندگی گزارنے کے عادی لوگ۔

بہت سے لوگ اپنی بے چینی، اپنے ڈپریشن پر خول mask چڑھا لیتے ہیں۔ اپنے نفسیاتی خلجان وعوارض پر ساری زندگی کامیابی سے پردہ ڈالے رکھتے ہیں اور اپنے تئیں مطمئن ہوتے ہیں انہیں کوئی نہیں پہچانتا لیکن دیکھنے والے خوب دیکھ لیتے ہیں کہ پردے کے پیچھے کیا ہے؟

بے چینی، دباؤ اور پریشانی

Anxiety, Depression and Stress

قرآن پاک نے انسان کو "عجولا" کے نام سے پکارا ہے یعنی جلد باز anxious-anxious۔

وَيَدْعُ الْإِنسَانُ بِالشَّرِّ دُعَاءَهُ بِالْخَيْرِ ۖ وَكَانَ الْإِنسَانُ عَجُولًا ۝

اور انسان برائی مانگتا ہے جس طرح وہ بھلائی مانگتا ہے،

اور انسان جلد باز ہے۔

(بنی اسرائیل 11)

جلد باز کسے کہتے ہیں؟ وہ جو ہر کام کا رزلٹ فوراً چاہتا ہے۔ نفس انسان کی یہ انتہائی پراسرار فطرت ہے۔ یہ فوری نتیجہ instant result مانگنے والا ہے۔ اللہ ابدی ہے اُسے کوئی جلدی نہیں ہے وہ جانتا ہے کہ کیا ہونے والا ہے۔

انسان فانی ہے، یہ نہیں جانتا کہ آگے کیا ہونے جا رہا ہے اس لیے اسے ہر کام کو کم ہوتے وقت کے خوف سے جلد از جلد پایہ تکمیل تک پہنچانا ہے۔ اسے جلدی ہے اور اس جلد بازی کے ہاتھوں یہ بے چین anxious ہے۔ جس دن سے انسان نے ہوش سنبھالا ہے یہ بے چین اور پریشان ہے۔

پریشانی چھپائے رکھنے کا عادی ہے۔ اشد ضرورت پڑنے پر ہی اپنی فکر کو عیاں کرتا ہے۔ ہر وقت اپنی فکر اور پریشانی کو چھپائے رکھنے کی کوشش کے نتیجے میں اسے ہر لمحہ بڑھتے ہوئے اندرونی دباؤ کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ نظر انداز suppress کسی بھی احساس کو کیا جائے تو وہ stress کہلاتا ہے۔ بار بار احساس کو بے چینی کو دبانے سے دباؤ پیدا ہوتا ہے جس کی انتہائی حالت کو ڈپریشن کہا جاسکتا ہے۔

اس بے چینی کو ڈپریشن تک لانے میں آج کل سب سے بڑا ہاتھ بدلتے وقت کا ہے پہلے ڈپریشن بہت ہی خال خال ہوتا تھا۔ عام طور پر لوگ بے چین ہوا کرتے تھے۔ اب لوگوں کا پردہ باقی نہیں رہا۔ سارا دن ساری رات سوشل میڈیا، ٹی وی، انٹرنیٹ کی لامحدود دستیابی سے یہ چھپا ہوا آتش فشاں دھماکے سے پھٹ چکا ہے۔ اس بات کو ئی شک نہیں ہے کہ ہم اس دور میں داخل ہو چکے ہیں جب اینگزائٹی، ڈپریشن ہر دوسرے انسان کو اپنا شکار بنا چکا ہے۔ لوگوں کو ہنستا ہوا، چلتا پھرتا دیکھ کر دھوکا کھانے کی بجائے غور سے ان کا مشاہدہ کریں۔

ہر ایک بیمار ہو چکا ہے جسمانی طور پر بھی اور نفسیاتی طور پر بھی۔ جس معاشرے میں یادِ خدا، تلاش خدا اور محبت خدا زمانہ قدیم کی کوئی بات لگتی ہو وہاں آپ کو نارمل لوگ نہیں بلکہ ابنارمل انسان zombies دکھائی دیں گے۔ اپنی خواہش کے درخت سے آکاش بیل کی طرح چمٹے ہوئے صرف سطحی superficial زندگی گزارنے کے عادی لوگ۔

بہت سے لوگ اپنی بے چینی، اپنے ڈپریشن پر خول mask چڑھا لیتے ہیں۔ اپنے نفسیاتی خلجان و عوارض پر ساری زندگی کامیابی سے پردہ ڈالے رکھتے ہیں اور اپنے تئیں مطمئن ہوتے ہیں انہیں کوئی نہیں پہچانتا لیکن دیکھنے والے خوب دیکھ لیتے ہیں کہ پردے کے پیچھے

یہ لوگ ہزاروں روپ بدل کر پھرتے ہیں۔۔۔ سکول میں معصوم بچوں پر جسمانی اور نفسیاتی تشدد کے عادی استاد بچوں سے زیادتی کرنے والے بظاہر نارمل دکھائی دیتے لوگ۔ بیوی کی زندگی عذاب کر دینے والا خاوند، شوہر کی زندگی جہنم بنا دینے والی عورت، ملازمین کا استحصال کرنے والے کامیاب کاروباری حضرات، عادی مجرم، عادی نشئی، یہ چور ڈاکو یہ رشوت خور، بازاروں میں دھڑا دھڑ جھوٹ بولتے لوگ۔ حکمرانوں کی لوٹ مار کو خاموشی سے دیکھتے ہوئے یہ بے حس لوگ۔

ہم سب اپنی زندگیوں میں کہیں نہ کہیں کسی نہ کسی حوالے سے نفسیاتی امراض کا شکار ہیں۔ مگر ہم ایک دوسرے سے چھپنے کے ماہر ہو چکے ہیں۔ ہم بحیثیت ایک معاشرہ as a society پاگل پن کی انتہائی حد پر پہنچ چکے ہیں جہاں اب حلال حرام، سچ جھوٹ کی تمیز سرے سے ناپید ہو چکی ہے۔ ہمارا مرض کسی کو دکھائی نہیں دیتا۔۔۔ ہم دکھانا ہی نہیں چاہتے کیونکہ ہمیں خود نہیں پتا کہ ہم مریض بن چکے ہیں۔ جہاں ڈاکٹر اور اس کے سامنے بیٹھا ہوا مریض دونوں ہی چور ہوں۔ ایک لوٹ کر آیا ہو اور دوسرا اس لٹیرے کو لوٹنے کیلئے تیار بیٹھا ہو۔۔۔ اس معاشرے کو آپ کیا نام دیں گے جہاں ہر کوئی دوسرے کو بے دردی سے نوچ کھسوٹ رہا ہے؟

دکھائی کون دیتا ہے؟ وہ جو بے دم اور بے بس ہو کر گر پڑتا ہے۔۔۔ وہ جو چیخ اُٹھتا ہے۔۔۔ وہ سب کی نظروں میں آ جاتا ہے۔ انگزائٹی سے ڈپریشن میں وہ جاتا ہے جو تھوڑا سا بھی حساس sensitive ہے، جذباتی emotional ہے، اس کی بے چینی بڑھ جاتی ہے بے قابو ہو جاتی ہے out of control ہو جاتی ہے۔

کسی کی نیند اُڑتی ہے۔ کسی کو خوف آنے لگتا ہے۔ کوئی چکرا کر گرتا ہے۔ کسی کا دل گھبرا جاتا ہے۔ کوئی وسوسے کا کوئی وہم کا شکار ہو جاتا ہے۔ پہلے تو دباتا ہے suppress

کرتا ہے۔ جب علامات symptoms حد سے بڑھتی ہیں تو پھر ہسپتال کو بھاگنا پڑتا ہے۔ دو تین سال معدہ اور gastric, constipation کا ناکام علاج کروانے کے بعد آخر کار پتا چلتا ہے کہ اسے اینگزائٹی ڈس آرڈر anxiety disorder ہو گیا ہے۔ دماغی مسئلہ پڑ گیا ہے۔ بندے نے ٹینشن لے لی ہے۔۔۔ یہاں سے اعصاب کو سکون دینے والی نیند آور اور نفسیاتی ادویات کی بھیانک داستان شروع ہوتی ہے۔۔۔

benzodiazepine کے شیطانی چکر میں نیا نیا مرغا پھنستا ہے تو دنیا ہی بدل جاتی ہے۔ سونے سے پہلے نیند کی ایک گولی اور ساری رات جھولے لال۔۔۔ ساری ٹینشن سارا ڈپریشن سارا insomnia غائب اور بندہ ایک دم ٹھیک۔۔۔ ایک ماہ، دو ماہ، تین ماہ اور کسی کا سال بھی اس بہانے نکل جاتا ہے۔ پھر جب تماشا شروع ہوتا ہے تو پتا چلتا ہے کہ پہلے تو ٹریلر تھا اصل فلم تو اب شروع ہوئی ہے۔ نیند کی گولی جدید طبی دنیا کا ایک ایسا بدبودار، گھناؤنا اور مکروہ چہرہ ہے جسے نہ کوئی دیکھنے کو تیار ہے اور نہ ہی کسی میں دکھانے کی ہمت ہے۔ سکون آور دوائی ایک ایسا بدترین نشہ ہے جو دنیا میں موجود ہر قسم کی نشہ آور شے سے زیادہ بھیانک اور مہلک اثرات رکھتا ہے۔ جو بھی لکھا ہے پوری ذمہ داری سے لکھا ہے۔ ہیروئن، شراب، چرس اور افیم جیسے دوسرے تمام قدیم اور جدید نشے اس نیند کی گولی کے آگے طفل مکتب ہیں۔

جس آدمی کو ڈپریشن ہوا ہے panic ہوا ہے دورے seizures پڑنے لگے ہیں۔ اس کے ساتھ کوئی مسئلہ ہے جسمانی یا نفسیاتی جو بھی مسئلہ ہے مگر یہ حقیقت ہے کہ گھبراہٹ panic کا صاف مطلب یہ ہے کہ جسم اور ذہن خوش نہیں ہیں بغاوت پر اتر آئے ہیں۔ مریض کو مدد کی ضرورت ہے کاؤنسلنگ ہونی ہے۔ اسے خود بیٹھ کر یہ دیکھنا ہے کہ آخر میرے ساتھ یہ کیوں ہو رہا ہے؟ آخر اس کی وجہ کیا ہے؟

مگر مریض چونکہ نیا نیا اس افتاد میں پھنسا ہوتا ہے دوسرا یہ کہ آگاہی بالکل نہیں ہے تیسرا یہ کہ نفسیاتی عوارض پر بات کرنا آج بھی شرمندگی کا باعث ہے عار سمجھا جاتا ہے اس لیے جب چپکے چپکے ڈاکٹر سے چیک کروایا جاتا ہے تو پہلے معدے کی خرابی کا لیبل اسے اطمینان دلاتا ہے کہ لوگ جان لیں کہ وہ نفسیاتی مریض نہیں ہے۔ جب اس علاج سے بات نہیں بنتی تو نیند کی گولی لکھ دی جاتی ہے۔۔۔ مقدر میں لکھ دی جاتی ہے۔

اب کسی کو بتانے یا پریشان ہونے کی ضرورت نہیں گولی کھاؤ اور مسئلہ بھول جاؤ۔ نیند کی گولی بڑی کامیابی سے گابا ریسپٹرز gaba receptors کو تحریک دے دیتی ہے stimulate کر دیتی ہے۔ گابا gaba ایک نیوروٹرانسمیٹر ہے جس کا کام دماغ brain اور نروس سسٹم کے درمیان پیغام رسانی communication کو قائم رکھنا ہے۔ ڈپریشن اور اینگزائٹی میں اس کمیونیکیشن کی رفتار بہت تیز ہو جانے سے ہر وقت ہیجانی کیفیت طاری رہتی ہے۔

لڑو یا بھاگ جاؤ کا اعصابی نظام fight or flight system متحرک active ہو جاتا ہے جس کا تعلق سمپتھیٹک نروس سسٹم sympathetic nervous system سے ہوتا ہے۔ لڑو یا بھاگ جاؤ fight or flight سسٹم جسم انسانی کی ایک ایسی کیفیت ہے جو کسی بھی ایمرجنسی صورتحال جیسے بے پناہ خطرے کے وقت پیدا ہوتی ہے۔ جنگل میں اچانک شیر کا سامنا ہو جانے پر فائٹ اور فلائٹ سسٹم یعنی لڑو یا بھاگو کا نظام ایکٹو ہو جاتا ہے جس سے جسم ہیجان میں آ جاتا ہے۔

سانس تیز اور چھوٹی چلنے لگتی ہے جسے عام طور پر سانس کا پھول جانا بھی کہتے ہیں۔ شدید اضطراب، گھبراہٹ پیدا ہوتی ہے۔ بلڈ پریشر بہت زیادہ یا بہت کم ہو جاتا ہے۔ آنکھوں کے آگے اندھیرا اور سر چکرانے لگتا ہے۔

ہاتھ پاؤں سُن ہوجاتے ہیں یا ٹھنڈے پڑنے لگتے ہیں جیسی بے شمار علامات پیدا ہوجاتی ہیں جن کی رونمائی manifestation تو جسمانی physical ہے مگر ان کی جڑ root نفسیاتی ہوتی ہے۔ psychological ہوتی ہے۔ ڈپریشن ٹینشن کے مریض میں یہ فائٹ اور فلائٹ سسٹم بے قابو ہوجاتا ہے۔ اچانک آن on ہوتا اور اچانک آف off ہوتا ہے اس کے پیچھے گابا ریسپٹر gaba receptor ہے جو اس ساری پیغام رسانی کا ذمہ دار ہے۔

نیند کی گولی ایک دھاندلی ہے ایک hack ہے جو گابا ریسپٹر کو تحریک دیتی ہے۔ یہ گابا کو طاقتور کردیتی ہے جس کی بدولت قابو سے باہر نکلتی یہ کمیونیکیشن اس کے کنٹرول میں آجاتی ہے۔ ایسا ہوتے ہی مرکزی اعصابی نظام central nervous system کو انتہائی پرسکون آرام دہ احساس ملتا ہے۔ یوں لگتا ہے جیسے سب کچھ ٹھیک ہوگیا ہے۔ اسے ہم پلیسیبو ایفکٹ placebo effect کہہ سکتے ہیں۔ یہ سب جھوٹ ہوتا ہے دھوکا ہوتا ہے۔ ایک ماہ سے بھی کم مدت میں دماغ اور جسم اس گولی کے عادی ہوجاتے ہیں محتاج dependant ہوجاتے ہیں۔ پھر مریض کو ہر حالت میں یہ گولی لینا ہی پڑتی ہے۔

اپنے مزاج کے مطابق ایک مخصوص عرصہ کے بعد یہ گولی اپنا اثر کھو بیٹھتی ہے۔ اسے تھریش ہولڈ یا ٹالرنس thresh hold / tolerance کہتے ہیں نتیجہ اس کا یہ کہ مریض کو یا تو گولیاں بڑھانی پڑتی ہیں یا پھر ان کی طاقت میں اضافہ کرنا پڑتا ہے۔

چھ ماہ سے زیادہ عرصہ مستقل نیند کی گولی لینے والے افراد کا مزاج مکمل طور پر تباہ ہوجاتا ہے۔ خاص طور پر حساس اور جذباتی افراد میں غصہ، چڑچڑاپن، وحشت، ہر وقت موت کا خوف، معدے کے تمام مسائل، بے خوابی، خودکشی کے خیالات جیسی دیگر تمام علامات

نمودار ہوجاتی ہیں اور پھر انجام کار ایسے مریض کو اینٹی ڈپریسنٹ antidepressants پر لگا دیا جاتا ہے۔ اینٹی ڈپریسنٹ ادویات کے فیوض و برکات پر بات کرنے کی یہ کتاب متحمل نہیں کہ طوالت بے پناہ بڑھ جائے گی۔ ہر وقت ہاتھ دھوتے رہنا، ہر وقت رونا، چیخیں مارنا، شیزوفرینیا، ان دیکھی مخلوقات اور مُردوں سے ہوش اور خواب میں ملنا اُن سے باتیں کرنا، خودکشی کے خیالات ۔۔۔ یہ اینٹی ڈیپریسنٹ ادویات ایک مکمل پاگل پن کی طرف انسان کو لے جانے کیلئے بنی ہیں۔ عارضی آرام temporary relief کے سوا اِن کی کوئی حیثیت اور حقیقت نہیں۔

آج کے میڈیکل سسٹم کیلئے شرم سے ڈوب مرنے کا مقام ہے اور ہمارے سوچنے کیلئے عبرت ہے کہ ایک ایسی دنیا ایک ایسا معاشرہ جہاں شراب، ہیروئین، چرس اور افیم پینے پر، بیچنے پر پابندیاں بھی ہیں اور ایسا کرنے والے لوگوں کو کبھی قبول بھی نہیں کیا جاتا۔ وہاں سب سے بھیانک نشہ ایلوپیتھی کے سائے تلے قانون کی اجازت سے اور باعزت طریقے سے بیچا بھی جا رہا ہے اور استعمال بھی کیا جاتا ہے۔ اس سے تو بہتر ہے کہ دوسرے نشے بھی قانونی طور پر جائز قرار دیے جائیں تاکہ بھائی چارے اور مساوات کی فضا میں ہم سب گھل مل کر نشہ کر سکیں۔

کسی ڈاکٹر سے پوچھیں کہ نیند کی گولی کا انٹرڈوز وڈرال interdose withdrawal کیا شے ہے؟ ہیروئن کے ایک انجکشن سے دوسرے انجکشن کے درمیانی وقفے میں نشہ کرنے والے کا جسم ٹوٹتا ہے ہزار علامات پیدا ہوتی ہیں اسے انٹرڈوز وڈرال کہتے ہیں۔ یہی معاملہ نیند کی گولی کا بھی ہے یہی وجہ ہے کہ خوراک dose بڑھانی پڑتی ہے۔ اگر آپ سلیپنگ پلز لے رہے ہیں تو اس سے پہلے کہ کچھ نہ ہو سکے آپ کو اسے چھوڑنا ہوگا۔

اس کا وڈرال انتہائی بھیانک ہے۔ ہر نشے حتیٰ کہ ہیروئین سے چھ مہینے سال میں نجات مل جاتی ہے مگر نیند کی گولی کا وڈرال پانچ سال بھی چلتا دیکھا ہے۔ جو نیند کی گولی چھوڑ دے گا اس کا ڈپریشن نارمل ہوتا چلا جائے گا۔

وقت بہت زیادہ بھی لگ سکتا ہے۔ اس کے دو مراحل ہیں۔ پہلا ایکیوٹ فیز acute phase ہے جو تین ماہ سے ایک سال تک چل سکتا ہے۔ اس دوران ڈپریشن پوری شدت سے مریض پر حملہ آور ہوتا ہے۔ بے پناہ خوف کے دباؤ سے گزرنا ہوتا ہے نفسیاتی اور جسمانی دونوں طرف سے بے پناہ اذیت برداشت کرنا پڑتی ہے۔ مگر راز کی بات یہ ہے کہ یہ سب ہرگز جان لیوا نہیں ہوتا life threatening نہیں ہوتا۔

پھر پروٹریکٹڈ فیز protracted phase شروع ہوتا ہے اسے گزارنا نسبتاً آسان ہو جاتا ہے علامات بہتر ہونے لگتی ہے۔ مریض آہستہ آہستہ زندگی میں واپس آنے لگتا ہے۔ یہ طویل مدتی مرحلہ ہے مگر دشوار نہیں ہے دھیرے دھیرے ڈپریشن دھیما ہونے لگتا ہے۔ یہ بہت بڑا گھن چکر ہے اس سے نکلنے کیلئے مریض کو خود کو ایجوکیٹ educate کرنا ہوتا ہے۔ وٹامن B12 اور وٹامن D بھی ڈپریشن کے ذمہ دار ہوتے ہیں ان کا ٹیسٹ لازمی کروا لینا چاہیے۔ اگر ٹیسٹ نیگیٹو آئے تو اس کا علاج کرنا چاہئے۔

نیند کی گولی کے علاوہ بہت زیادہ سگریٹ نوشی اور دوسرے تمام نشے بھی انسان کو ڈپریشن کے جہنم میں پھینک سکتے ہیں۔ اسی طرح کسی کا لائف سٹائل اگر ٹھیک نہیں ہے۔ اگر زندگی میں گناہ بہت زیادہ بڑھ جائے تو ضمیر guilt بھی یہی کام کرتا ہے۔ احساس جرم بھی ڈپریشن کا ذمہ دار ہے۔ جو انسان حساس یا جذباتی ہوگا وہ ڈپریشن میں لازمی جائے گا۔ اللہ کی تلاش میں ناکامی بھی بے پناہ ڈپریشن پیدا کرتی ہے۔ کبھی آدمی لمبی داڑھی رکھتا سر کے بال بڑھاتا ہے اور کبھی چلے کاٹتا، وظیفے کرتا ہے۔ سب علم کی کمی کا شاخسانہ ہے۔

نفس بے چین anxious تھا، ہے اور ہمیشہ رہے گا۔ اسے صرف اور صرف اللہ تعالیٰ کی ذات عظیم ہی ٹھیک کر سکتی ہے۔ کوئی انسان کسی دوسرے شخص کی نفسیات کا علاج نہیں کر سکتا۔

أَلَا بِذِكْرِ اللّٰهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوْبُ ۝

خبردار! اللہ کی یاد ہی سے دل تسکین پاتے ہیں۔

(الرعد 2)

اگر کسی کو اینگزائٹی ہے، ڈپریشن ہے تو اسے چاہئے کہ اس کتاب کو پڑھے۔۔۔ اسے مکمل پڑھے اُسے پتا چل جائے گا کہ وہ کیسے ٹھیک ہوگا۔ کب ٹھیک ہوگا۔ اینگزائٹی اور ڈپریشن والوں کیلئے، حساس جذباتی لوگوں کیلئے، سوال کا جواب ڈھونڈنے والوں کیلئے تلاش کرنے والوں کیلئے اس کتاب کا ایک ایک صفحہ انشاء اللہ تریاق ہوگا۔۔۔ اکسیر کا درجہ رکھے گا۔

نفسیاتی خلجان psychological disorder نفس کی ایک ایسی بنیادی جبلت ہے جو بہت گہرائی تک اس کی جڑوں میں پیوست ہے۔ نفس کی حرکات activities ساری کی ساری خود پر مرکوز ہیں self centered ہوتی ہیں۔ ڈپریشن کا مریض اگر اپنا مشاہدہ کرے تو بخوبی دیکھ سکتا ہے کہ وہ اپنی چھوٹی سے دنیا کے محدود ترزاویہ نظر سے دیکھنے پر مجبور ہے۔ میری خوشیاں، میری بیماری، میری تکالیف، میرا ڈپریشن۔۔۔

یہ حد سے بڑھی ہوئی خودغرضانہ نفسیات کی حرکت selfish activity ہے جو یوں تو ہر نفس میں بدرجہ اتم موجود ہے مگر ڈپریشن کی صورت میں یہ زندگی کے تمام درجات پر اپنا تسلط قائم کرلیتی ہے۔ اس لیے نفس ہی تمام تر ذہنی خلجان psychological disorder کا ذمہ دار ہے۔

وجہ باہر نہیں اندر ہے۔۔۔دنیا اس کی ذمہ دار نہیں ہے اس کا ذمہ دار میں me ہے۔ نفس self ہے انا ego ہے۔ زندگی کی طرف بہت زیادہ انا پرست رویہ egoistic attitude، اپنی ذات کی طرف بے پناہ جھکاؤ، اپنی خواہشات کو ہر حد تک جا کر پورا کرنے کی دھن۔۔۔اگر غربت ہے تو اچھی کوشش کرنے کے ساتھ اللہ کی رضا پر راضی رہنے کی بجائے غربت سے جنگ اور ہر وقت اپنے حالات پر بے بسی کی حالت میں افسوس کرنا زندگی کے ساتھ انا پرست رویہ رکھنا ہے۔

یہ ایسی زندگی گزارنا ہے جس کا دوسرے سے کوئی تعلق نہیں ہے اور اگر کچھ ہے بھی تو صرف اپنے مفاد، اپنی دلچسپی self interest کے حوالے سے ہے یا پھر اپنی مجبوری کیلئے ہے۔

خود پر غور کریں کہیں ایسا تو نہیں ہے؟

کسی خوشی یعنی شادی، دولت، اولاد، صحت کا بے پناہ پیچھا chase اور اس کیلئے بے حد محنت صرف اس لئے کرنا کہ اس خوشی کے حصول کے بعد سب ٹھیک ہو جائے گا سب مل جائے گا۔ یہ زندگی کے ساتھ اچھے تعلق کی نہیں بلکہ خود غرضانہ تعلق کی نشانی ہے اسی رویے سے ڈپریشن کی علامات جنم لیتی ہیں۔ یہ نفسیات دان، سائیکالوجسٹ یا سائیکاٹرسٹ کے بس کی بات نہیں کہ اس بات کو سمجھ سکے کہ بذات خود نفس ہی اس بحرانی کیفیت کی شروعات کا ذمہ دار ہے۔

یہ ایک تلخ حقیقت ہے کہ نفسیات دان یہ سمجھتا ہے کہ سیشنز sessions اور ادویات کے ذریعے اگر کسی نہ کسی طرح مریض کو دوبارہ سے منظم reorganize کر دیا جائے تو وہ پھر سے دوسرے لوگوں کے ساتھ پہلے جیسی نہ سہی مگر کافی حد تک بہتر زندگی گزار سکتا ہے۔ لیکن ایسا کبھی نہیں ہو سکتا کیونکہ اصل معاملے کو نہ صرف دیکھا ہی نہیں گیا بلکہ الٹا اسے دبا دیا گیا ہے۔

ترغیب suggestions ، سیشنز sessions اور اینٹی ڈیپریسنٹ anti depressant کے ذریعے وقتی ریلیف حاصل کرلیا گیا ہے مگر یہ ایسے ہے جیسے درخت کاٹ دیا ہے جڑ ویسے کی ویسی ہے دوبارہ پھوٹے گی اور اب کی بار نئی طرح کی شاخیں کونپلیں دکھائی دیں گی۔

کسی کے نفس کو اگر ٹھیک کرنا ہے تو اس نفس self کو علم دینا پڑے گا educate کرنا ہوگا اور یہ اگر کوئی کرسکتا ہے تو وہ ہے جسے اللہ نے نفس کا علم بخشا ہے۔ وہ سپیشلسٹ ہے اس کام کا اور اس کے سوا یہ کسی اور سے کبھی نہ ہوگا۔ نفس اکیلا خود کو ٹھیک نہیں کرسکتا اس کی فطرت ہی اضطراب انتشار ہے disorder ہے۔ یہ اپنے آپ کو خود اکیلا order میں کبھی نہیں لاسکتا۔
نفس کا علم صرف نفسیات psychology نہیں ہے۔ یہ صرف ایک حصہ ہے۔۔۔
یہ آدھا جسم ہے۔ اللہ کے بغیر، قرآن کے بغیر، رسولؐ کے بغیر، اللہ کی یاد کے بغیر نفس میں وہ کیفیت پیدا نہیں ہوتی جس سے یہ حاصل شدہ علم کو خود پر نافذ apply کرسکے۔۔۔ اسے اپنے علاج کیلئے سرینڈر رہنا پڑتا ہے اطاعت کرنی پڑتی ہے۔ سرینڈر mode وہ بے ہوشی anesthesia ہے جس کے بغیر یہ خود کو کبھی آپریٹ operate نہیں کرسکتا۔
جو نفس اللہ سے دور ہے اپنے خالق سے اپنے creator سے غافل ہے unaware ہے اس کا کام ہی اس دنیا میں رہتے ہوئے اپنے اور دوسروں کیلئے انتشار، بدنظمی پیدا کرنا ہے disorder بڑھانا ہے فساد کرنا ہے۔
لوگوں کا اس موضوع پر ایک عجیب چلن ہے۔ ایک فریب خوردہ زاویہ نظر ہے deceptive point of view ہے۔ عام طور پر یہ کہا جاتا ہے کہ یہی تو زندگی ہے۔ یہ تو سب کے ساتھ ہوتا چلا آرہا ہے۔

اسے برداشت کرنا، سہہ جانا اور آگے بڑھ جانا ہی حل ہے We are made so۔

ایسا ہرگز نہیں ہے یہ صرف خود فریبی ہے اور کچھ نہیں ہے۔ کیا یہ انسان کا مقدر ہے کہ ہر وقت جسمانی اور نفسیاتی اذیت constant agony، ہمیشہ کے تضاد conflict اور دکھ sorrow میں زندہ رہے؟

نہیں ایسا کوئی جرم آدم نے نہیں کیا تھا کہ خدا اس کی نسل کو اتنے بدترین ٹارچر سے گزارتا۔ خدا ایسا نہیں ہے وہ ہرگز ایسا نہیں ہے۔ یہ ہم ہیں۔۔۔ ہمارے نفوس ہیں جنھوں نے نفرت کی آگ سے اس دنیا کو جہنم بنا کر رکھ دیا ہے۔ انسان ایسا ہی ہے اس کی فطرت ہی ظالم violent اور جاہل arrogant ہے۔ جو جذباتی اور حساس نہیں وہ کامیابی سے چھپ جانے میں کچھ دیر کامیاب ہو جاتا ہے۔ مگر ہمیشہ نہیں۔۔۔ ہرگز نہیں۔

درد جھیلنا suffer کرنا، پریشان ہونا، نفسیاتی عوارض میں مبتلا رہنا، خود سے جڑے ہوئے اپنے سے کمزور لوگوں کو اپنی نفسیاتی حالت کے مطابق زندگی گزارنے پر مجبور کرنا اور خود سے طاقتور لوگوں کی نفسیات سے مطابقت پیدا کر کے جینے پر خود کو مجبور کرنا یہ سب ہمیں کس نے سکھا دیا؟ کیا اللہ نے؟ کیا اسلام نے؟ ہرگز نہیں۔۔۔

یاد رکھنے کی بات یہ ہے کہ معاشرہ کلچر یا سوسائٹی کچھ بھی کہہ لیں اسے وجود میں لانے کی طاقت صرف آسمانی مذہب میں ہوتی ہے۔ معاشرہ ہمیشہ کسی سچے مذہب سے وجود میں آتا ہے۔ مذہب معاشرے کو پیدا کرتا ہے۔ یہ خود بخود پیدا نہیں ہو سکتا۔ نفس منظم اور مربوط organize نہیں ہوتا اس لیے نسل انسان بھی آرگنائز نہیں ہو سکتی۔

یہ تو اللہ ہے جو آسمان سے کتاب اتارتا ہے۔ مذہب بناتا ہے اور مذہب سے معاشرے کو پیدا کرتا ہے organize کرتا ہے۔ پھر یہ معاشرہ اسی مذہب کو اسی کتاب کو جس نے اسے جنم دیا بدل ڈالتا ہے، نظر انداز کر دیتا ہے۔

اس کے نتیجے میں تضاد conflict ابھر آتا ہے۔ کسی بھی معاشرے کے اجتماعی اور انفرادی نفس کے بگڑنے کیلئے یہ آئیڈیل صورتحال ہوتی ہے۔ پھر طویل مدت بعد مسخ شدہ بگڑے ہوئے معاشرے کی یہ حالت ہو جاتی ہے جیسی آج ہماری ہے۔ پھر ایسی باتیں کی جاتی ہیں کہ بے چارگی misery پریشانی، ڈپریشن تو زندگی ہے۔ ایسا ہی ہوتا چلا آیا ہے

We are made so-

نہیں ایسا نہیں ہوتا۔۔۔ ایسا کر لیا جاتا ہے۔۔۔ معاشرہ نفس ہے، سوسائٹی میں اور آپ ہیں۔ جیسے جیسے فرد کا نفس بگڑتا ہے معاشرہ بھی بگڑتا چلا جاتا ہے اور پھر انسان ہر ذلت، ہر غلامی کو مقدر سمجھ کر قبول کر لیتا ہے۔ تکلیف آتی ہے سب کو آتی ہے پھر چلی جاتی ہے۔ دباؤ بھی کبھی آ جاتا ہے۔ حالات اور واقعات کبھی کبھی خوفناک مسائل کا روپ دھار لیتے ہیں۔ غم بھی آتا ہے۔ سب کچھ فطری بات ہے آتا ہے تو چلا بھی جاتا ہے۔ یہ ہمارا مقدر ہے اس سے فرار ممکن نہیں۔

لیکن یہ زندگی بھر کی تکلیف، یہ ہر لمحہ بڑھتا دباؤ یہ بگڑتے ہوئے حالات کا نا ختم ہونے والا سلسلہ، دن رات چھایا ہوا یہ غم واندوہ کیا یہ ہمیشہ کیلئے ہمارا مقدر ہے؟ ایک غلام ذہن تو اسے حقیقت مان سکتا ہے مگر ہر لمحہ بوجھل ہوتی زندگی ایک آزاد ذہن کیلئے بہت بڑا سوال ہے جسے اس کو ہر حال میں حل کرنا ہے اسے مقدر کا لکھا کہہ کر قبول نہیں کیا جا سکتا۔

اگر اسے مقدر مان لیا جائے تو سوال ختم ہو جاتا ہے۔ اگر کوئی کہتا ہے کہ میں اسی خرابے میں ہی ٹھیک ہوں I am ok with it۔ تو اسے مزید کچھ تلاش کرنے کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔ اس کیلئے کوئی سوال نہیں ہے۔۔۔

ماں جب بچے کو پیدا کرتی ہے تو بے حد خوفناک تکلیف سے گزرتی ہے ایسی تکلیف جس کا اس نے کبھی تصور بھی نہیں کیا ہوتا لیکن کس قدر حیرت کی بات ہے کہ کچھ مدت کے بعد

اس تکلیف کو بالکل بھول جاتی ہے ایسے بھول جاتی ہے جیسی کبھی اس تکلیف کا اس نے سامنا ہی نہیں کیا تھا۔ یہی وہ وجہ ہے جس کی بدولت وہ دوبارہ بچے کو پیدا کر سکتی ہے ورنہ اگر وہ پہلے بچے کی پیدائش پر ہونے والی تکلیف کو نہ بھول سکے تو دوبارہ کبھی بچہ پیدا نہیں کر پائے گی۔

پھر کیا وجہ ہے کہ ہم اسی طرح اپنی نفسیاتی تکالیف، غم واندوہ، صدمات کو بھول جانے کی طاقت نہیں رکھتے بلکہ انہیں اپنے اندر سانپوں کی طرح پالتے رہتے ہیں۔ اس بات پر غور وفکر کرنا بہت ضروری ہے اس سے معاملے کی بہت سی تہیں خود بخود کھل جاتی ہیں۔ آپ خود سوچیں مشاہدہ کریں۔۔۔ آپ کو ماضی میں کوئی ایسی تکلیف ہوئی ہو جسے جسمانی طور پر برداشت کرنا بہت مشکل ہو۔ آپ دیکھیں گے کہ جیسے ہی وہ تکلیف ختم ہوئی آپ اسے مکمل طور پر بھول گئے۔ ہر لحاظ سے آپ اس تکلیف کو بھول گے۔

جسمانی تکلیف، بیماری، باہری دنیا میں پیش آنے والا کوئی بھی واقعہ انسان کو کبھی ہمیشہ ڈپریس نہیں رکھ سکتا۔ یہ تو ہماری نفسیات psyche ہے جو اسے ذہن میں ایک ماں کی طرح اپنی گود میں پالنے لگ جاتی ہے۔ غور کیجئے اگر صدمات، تکلیف، دکھ درو زندگی کا تمام حصہ ہیں تو انہیں ہر وقت جاری رہنا چاہیے مگر ایسا نہیں ہے۔ یہ آتے ہیں اور چلے جاتے ہیں ان کے درمیان میں وقت ہوتا ہے جس میں یہ نہیں ہوتے۔ کیا اس وقت اس مدت میں جب کچھ خاص غلط نہ ہو رہا ہو ہم خوش رہتے ہیں؟

کیا ہمارا ذہن ہمارا نفس دکھ کو، الیے کو رنج کو بالکل بھول جاتا ہے؟ کیا جیسے تکلیف کے چلے جانے پر ہمارا جسم body اسے ہمیشہ کیلئے بھول جاتا ہے اسی طرح کیا ہمارا نفس self بھی غم کے چلے جانے کے بعد اُسے ہمیشہ کیلئے بھول جاتا ہے؟ ایسا نہیں ہے۔ یہ تضاد ہے conflict ہے۔ جسم بھول جاتا ہے لیکن ذہن یاد رکھتا ہے۔۔۔

ہم اپنی زندگی میں بہت خوفناک حد تک ذاتی ہوتے ہیں personal ہوتے ہیں۔ خاوند کی اپنی زندگی ہے بیوی کی اپنی الگ دنیا آباد ہے۔ ہم میں سے ہر ایک اپنے پسندیدہ طریقہ کار سے اپنے مزاج سے زندگی گزارنا چاہتا ہے۔ ہر شخص اپنی ذات میں جہاں جہاں ممکن ہے وہاں ایک چھوٹا سا فرعون ہے۔۔۔ یہی وجہ ہے کہ رشتوں میں relations میں مزاحمت ہے resistance ہے۔

یہی وہ جگہ ہے جہاں سے اینگزائٹی بڑھ کر سٹریس اور ڈپریشن میں بدل رہی ہے۔ اس مقام پر رکیں غور کریں۔۔۔ کچھ دنوں، کچھ مہینوں یا کچھ سالوں کے بعد رشتوں میں لطف charm ختم ہو جاتا ہے۔ چہروں سے نقاب اتر جاتا ہے اور ہم اٹک جاتے ہیں stuck ہو جاتے ہیں۔

ماں کا وہی بچہ جس کیلئے اس نے بے پناہ تکلیف اٹھائی ہوتی ہے اس کیلئے ایک کھلونا بن کر رہ جاتا ہے۔ اس کی ضرورتوں کا بچے کی ضرورتوں کے ساتھ تضاد پیدا ہونا شروع ہو جاتا ہے conflict کا آغاز ہونے لگتا ہے۔ بچے کی تربیت کے نام پر اسے نفسیاتی استحصال کا نشانہ بنایا جانے لگتا ہے۔ بچے سے بدترین اور کوئی غلام نہیں ہوتا۔ اس وقت اٹھنا ہے، اس وقت سونا ہے، یہ کھانا ہے یہ نہیں کھانا، یہ پہننا ہے یہ نہیں پہننا۔ بچے کو اپنی پسند ناپسند کے حساب سے ڈھالا جانے لگتا ہے۔ قدرت کا ایک نایاب اور خوبصورت پھول مرجھانے لگتا ہے۔

یہ خوں رلا دینے والی وہ حقیقت وہ کربناک داستان ہے کہ ہم سب کسی نہ کسی صورت جس کے کردار ہیں۔ مناسب روک تھام ضروری ہے اور کبھی کبھار تھوڑی بہت ڈانٹ ڈپٹ بھی ہو جاتی ہے اس سے انکار نہیں مگر ماں باپ کو خبر ہو کہ اسلام میں بچے کی تربیت training کہیں نہیں ہے۔۔۔ تربیت بچے کی نہیں اپنی کرنا ہوتی ہے۔۔۔

جو گھر میں خود قرآن نہیں پڑھتے ان کے بچے مدرسوں میں قرآن کو ایک رسم کی طرح دہراتے نظر آتے ہیں۔ بچے کے مزاج میں اس کی سائیکی میں علم نہیں ہوتا knowing نہیں ہوتی۔ اس لیے اس کا مشاہدہ اس کی observation بہت تیز ہوتی ہے۔ وہ سچ کا بھی مشاہدہ کرتا ہے اور جھوٹ کا بھی۔۔۔

اگر ماں باپ نیک ہیں اللہ کے ساتھ جڑے ہوئے ہیں۔ ان کا کردار سارے گھر میں ایک نورانی چمک پیدا کیے ہوئے ہے تو انہیں اپنے بچوں کی تربیت کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔ بچہ خود بخود دیکھ جاتا ہے۔ بچوں کی تربیت میں سب سے زیادہ خود کو وہ کھپاتے ہیں جن کی اپنی تربیت نہیں ہوئی ہوتی۔ آپ اپنی فکر کریں اپنے کردار کو سدھاریں آپ کے بچے خود بخود سدھر جائیں گے۔

ماں اپنے بچے کے ساتھ ایسا اس لیے کر رہی ہے کہ اس کی ماں نے بھی کم و بیش ایسا ہی کیا تھا۔ ہم سب ایسا اس لیے کرتے ہیں ایسا اس لیے جیتے ہیں کیونکہ ہم نے سب کو ایسا ہی کرتے ہوئے دیکھا ہے۔ کیا ایسا نہیں ہے؟

وَاِذَا قِيْلَ لَهُمُ اتَّبِعُوْا مَآ اَنْزَلَ اللّٰهُ قَالُوْا بَلْ نَتَّبِعُ مَآ اَلْفَيْنَا عَلَيْهِ اٰبَآءَنَا اَوَلَوْ كَانَ اٰبَآؤُهُمْ لَا يَعْقِلُوْنَ شَيْئًا وَّلَا يَهْتَدُوْنَ o

اور جب انہیں کہا جاتا ہے کہ اس کی پیروی کرو جو اللہ نے نازل کیا ہے تو کہتے ہیں بلکہ ہم تو اس کی پیروی کریں گے جس پر ہم نے اپنے باپ دادا کو پایا، کیا اگرچہ ان کے باپ دادا کچھ بھی نہ سمجھتے ہوں اور نہ سیدھی راہ پائی ہو؟

(البقرہ 170)

قرآن میں اللہ ایسے لوگوں کا ذکر بہت جگہ کرتا ہے اور پھر کہتا ہے ان کی نفسیات پر چوٹ کرتا ہے کہ چاہے ان کے اجداد میں عقل ہی نہ ہو؟ تب بھی وہ ایسا ہی کرتے رہیں گے؟

ہم اپنے اعمال کے اپنی زندگی کے جواب دہ ہوتے ہیں ہمیں اسے ٹھیک کرنا ہے۔ ہماری نسلوں میں سے کسی کو تو سوچنا ہے۔۔۔ کوئی تو ہے جو نسل در نسل چلی آتی جاہلیت پر سوال اٹھائے۔ وہ ہم کیوں نہیں ہو سکتے؟ ہم میں سے ہر کوئی صرف اپنی خوشی چاہتا ہے اور اس کے حصول کیلئے وہ اپنے سامنے موجود ہر انسان کو نشانہ بناتا ہے۔ خواہ اُس انسان سے اس کا کوئی بھی رشتہ ہو اسی طرح ہم یہ جہالت اپنی آنے والی نسلوں کو منتقل کرتے چلے آئے ہیں۔

جانوروں میں حاکمیت کا جذبہ ہے۔ ایک طاقتور نر اپنے گروہ میں موجود تمام ماداؤں کو اپنی ملکیت سمجھتا ہے۔ جب گروہ میں موجود دوسرے جوان مگر اس سے کم طاقتور نر جانور ان ماداؤں کو اپنی طرف ترغیب دینے کی کوشش کرتے ہیں تو وہ نر ان سے زندگی موت کی قیمت پر جنگ کرتا ہے۔ وہ اپنی جابرانہ حاکیت کا تسلسل گروہ کے تمام جانوروں پر ہر حالت میں قائم رکھنے کی پوری کوشش کرتا ہے۔

اسی طرح انسان کی فطرتیں instincts ارتقاء کے اوائل میں جانوروں کے ساتھ رہنے کی وجہ سے ان سے بہت ملتی جلتی ہیں اس لئے نفس حیوانی خصائل و جبلیات کا حامل ہے۔ جانوروں میں شعور نہ ہونے کی وجہ سے ان کا معاملہ یہیں تک محدود رہتا ہے جبکہ انسان خود میں موجود بے پناہ ذہنی صلاحیت سے اپنے حیوانی خصائل کو انتہائی جدید advance سطح تک لے آتا ہے کہ عقل کو ششدر کر دینے والے عجیب و غریب تضادات اور انتہائی افسوسناک صدمات وجود میں آنے لگتے ہیں جو آگے چل کر بھیانک نفسیاتی عوارض اور بے پناہ ڈپریشن کا باعث بنتے ہیں۔ نفسیاتی ذہنی امراض کی ایک اور بڑی بلکہ بہت بڑی وجہ ہمارے اذہان کی قدیم فطری حالت conditioning ہے۔

ہمارے اذہان حصوں بخروں میں بٹے ہوئے ہیں segmented ہیں۔

ہم اپنی تمام تر چاہت اور کوشش کے باوجود پوری زندگی کبھی بھی بے لوث unconditional نہیں ہو پاتے۔ کنڈیشنگ conditioning کا مطلب سادہ زبان میں ہم دلیل logic بھی لے سکتے ہیں۔ ہمارے اذہان اس قدر منطقی logical ہو چکے ہوئے ہیں کہ ان کی سوچوں کے سلسلے thought patterns کو توڑنا break کرنا ہمارے بس سے باہر دکھائی دیتا ہے۔ میں یہ کروں تو یہ ہوگا۔۔۔ میں کسی کو عزت دوں گا تو عزت ملے گی۔۔۔ ہماری ہر سوچ میں ایک حصہ دلیل logic کا بن چکا ہوتا ہے۔ جب ساری زندگی ہی خود غرضی کا اشتہار بن جائے تو ڈپریشن آنا ایسے ہی لازم ہے جیسے صبح سورج کا نکل آنا۔

سوچ کے پیٹرنز thought patterns کو توڑنا پڑتا ہے اور توڑ کر دوبارہ بنانا پڑتا ہے restructure کرنا پڑتا ہے۔ اس جال سے پرندے کو خود نکلنا ہوتا ہے۔ یہ جال پرندے کا امتحان ہے۔ اگر پرندہ یہ سوچتا رہے کہ کوئی آ کر مجھے نکال لے گا تو اسے خبر ہو کہ وہ آنے والا صرف شکاری ہوگا جو اسے اس جال سے نکال کر کسی مستقل قید میں ڈالنے آئے گا اسے نجات دینے نہیں۔۔۔ کم ہمت اور لاعلم ہونے کی وجہ سے ہم ساری زندگی سوچوں کے اس جال کو اس pattern کو بدلتے رہتے ہیں modify کرتے رہتے ہیں۔ اسے کبھی توڑنے کی اس سے نکلنے کی کبھی کوشش نہیں کرتے کیونکہ ہم اسے قبول accept کر چکے ہوتے ہیں۔ میں اپنے جال کا خود شکار ہوں۔۔۔ ہم اس بات کو کبھی تسلیم نہیں کرتے۔ ہم ساری زندگی کوشش کرتے رہتے ہیں کہ تکلیف کم ہو جائے، ہم اسے برداشت کرنا سیکھ جاتے ہیں۔۔۔ ایسے جینے کی عادت ڈال لیتے ہیں اور اس کے عادی ہو جاتے ہیں۔ ہم کبھی ایسا سوچ بھی نہیں سکتے کہ یہ فساد termoil یہ عقوبت کدہ torment کبھی جنت جیسی زندگی میں بھی بدل سکتا ہے۔۔۔

سوسائٹی کو بدلنا، معاشرے کو ٹھیک کرنا، فلاحی کام کرنا یہ سب اچھی باتیں ہیں مگر سطحی superficial ہیں یہ سراب illusion ہے۔ یہ علاج نہیں ہے۔۔۔ ایسا سمجھنا کہ برائی کی جڑ معاشرہ ہے ایک احمقانہ سوچ ہے utopian thought ہے۔ معاشرہ تو خود آپ سے ہے۔

معاشرہ society انفرادی ہوتا ہے individual ہوتا ہے۔ اسے اجتماعیت میں collectively تب ہی دیکھا جائے گا جب فرد واحد individual خود کو ٹھیک کرے گا۔ ورنہ سب لا حاصل ہے بے سود ہے۔ کچھ بہتری کچھ وقت کیلئے اور پھر وہی جنگ زدہ افلاس کی ماری زندگی اس دنیا کا مقدر ہوتی ہے۔

ہم سوسائٹی پر انحصار کرتے ہیں کہ وہ ہمیں ٹھیک کرے گی change لائے گی جبکہ سوسائٹی وہ ہے جو ہم نے اسے بنایا ہے۔ اس طرح ہم ایک جال میں ایک trap میں پھنسے ہوئے ہیں۔۔۔ کیا ہم اس جال سے آزاد ہو سکتے ہیں؟ ان سطور کو پڑھنے والے کے ذہن میں اس وقت یہی سوال ہوگا مگر کیا سوال یہ نہیں پیدا ہوتا کہ ہم تقسیم divide کیوں کرتے ہیں۔ "میں اور معاشرہ"۔۔۔ میں ایسا کیوں سمجھتا ہوں کہ معاشرہ اور میں دو الگ حقیقتیں ہیں اور معاشرہ مجھ پر اثر انداز ہو رہا ہے یا ہو سکتا ہے۔ اس خیال کی جڑ میں چھپے دباؤ کو بے پناہ سٹریس کو دیکھیں یہ بہت بڑا تضاد ہے۔

ذہن نے سوچ کو دو حصوں میں تقسیم کر رکھا ہے۔ ایک سوچ معاشرہ ہے اور وہی سوچ خود کو آدھے حصے میں تقسیم کر کے "میں me" کو پیدا کر رہی ہے۔ یہ تقسیم کرنے والی سوچ divisive thougth ہے۔ یہ دھوکا ہے۔ نفس خود کو self کو کل سے totality سے الگ کر رہا ہے۔۔۔ یہ دوئی ہے یہ duality ہے۔۔۔ یہ جھوٹ ہے اس جھوٹ کے نتیجے میں نفس شدید ترین دباؤ میں ہے۔

معاشرہ ہے۔۔۔ایسا نہیں کہ society کا وجود نہیں ہے۔لیکن معاشرہ مجھ سے ہے اور میں معاشرہ ہوں ۔ یہ حقیقت ہے۔ میرے بغیر کوئی معاشرہ نہیں ہے۔ یہ کل totality ہے، یہ سچ ہے۔ تقسیم division جھوٹ ہے سراب ہے۔ سکہ ایک ہے اس کے دو رُخ ہیں۔ایک رُخ سچا اور دوسرا جھوٹا ہے۔اس کا سچ اس کی totality ہے اور اس کا جھوٹ اس کی duality ہے۔بغیر سکے کے کوئی رُخ نہیں ہے۔سکہ حقیقت ہے اصل ہے۔۔۔ باقی اُس کی تفصیل ہے detail ہے۔

یہ اینگزائٹی ہے، ڈپریشن ہے، سٹریس ہے اگر ہم اسے جان لیں تو ہم اس میں سے نکل جاتے ہیں ورنہ اسے تبدیل modify کرتے رہتے ہیں اور یہ ہمارا مقدر ہو جاتا ہے۔ہم گہرائی میں نہیں جانا چاہتے ۔ہم اس مقام سے سخت خوف زدہ ہوتے ہیں We are so frightened۔ہم نفس کو چیلنج نہیں کرنا چاہتے۔۔۔

جب ایسی صورتحال سامنے آجائے جیسی اس وقت اس صفحے پر آچکی ہے۔۔۔تو ہم ڈر جاتے ہیں۔۔۔ weird ہو جاتے ہیں۔۔۔ہمیں لگتا ہے کہ ایسا کبھی نہیں ہو سکتا۔ہم خود کو بدلنا نہیں چاہتے کیونکہ خود کو بدل ڈالنے کا مطلب ہے سب کچھ بدل جائے گا۔تب ہم کہتے ہیں کہ ہم تو ایسے ہی بنے ہیں یہی زندگی ہے We are made so۔

نفس کو بدلنا جہاد ہے۔۔۔سب سے افضل جہاد۔۔۔اگر یہ آسان ہوتا تو اسے جہاد اکبر کبھی نہ کہا جاتا۔۔۔نفس کی اذیت torture سے گزرنا چونکہ کسی کو نظر نہیں آتا اس لیے اسے نارمل سمجھ لیا جاتا ہے۔قبول کر لیا جاتا ہے۔ڈپریشن کے ہر بڑھتے ہوئے حملے کے فوری بعد زندگی میں کچھ ضروری تبدیلیاں کر لی جاتی ہیں modifications کر لی جاتی ہیں۔ یہ سلسلہ اسی طرح چلتا رہتا ہے۔اپنے اردگرد دیکھیں کہ لوگ اپنی زندگی کے سفر کی شروعات میں کہاں سے چلے تھے، کیسے تھے، چمکتے چہروں والے توانائیوں سے بھرپور،

ہنستے کھلکھلاتے ہوئے لوگ۔۔۔آج کس حال میں ہیں؟ پھر اپنے آپ کو دیکھیں آپ کہاں سے چلے تھے اور کہاں پہنچ گئے ہیں۔۔۔یہ ڈپریشن ہے یہ اینگزائٹی ہے یہ سٹریس ہے۔یہ لائف فورس کا زوال ہے۔۔۔یہ وائٹل فورس کا لاس ہے۔۔۔یہ زندگی کا سب سے بھیانک خسارہ ہے۔۔۔

وَالْعَصْرِ ۝ اِنَّ الْاِنْسَانَ لَفِیْ خُسْرٍ ۝

قسم ہے زمانے کی۔بے شک انسان گھاٹے میں ہے۔

(العصر 1 تا 2)

آپ نے اس دباؤ سے اس ناکامی سے اس خسارے سے بچنے کیلئے کیا نہیں کیا؟ کس قدر قربانیاں دے ڈالیں؟ پھر کیا ہوا؟ ہم سب آج کہاں کھڑے ہیں؟ ایک بار اینگزائٹی ظاہر ہو جانے کے بعد انسان کبھی پہلے جیسا نہیں ہو سکتا یہ ایک سچ fact ہے۔دوائی کھائے، مذہب کو جائے یا نشے کرے۔۔۔جتنا زور کسی سے لگتا ہے وہ لگا لے لیکن وہ کبھی اپنی پرانی زندگی میں واپس نہیں جا سکے گا۔

اینگزائٹی نفس کی فطرت ہے اس لیے انسان کیلئے ضروری ہے۔اینگزائٹی والے لوگ زندگی کی دوڑ سے الگ کر دیے جاتے ہیں اور نہ بھی کیے جائیں تو انہیں خود corner ہو جانا پڑتا ہے۔جو اپنی اینگزائٹی کو دباتا ہے suppress کرتا ہے اسے نظر انداز کرتا ہے ingnore کرتا ہے وہ خود پر بہت بڑا ظلم کرتا ہے۔

بھاگنے سے کچھ حاصل نہ ہوگا۔مقام شکر ہوتا ہے اس کیلئے جس کو ڈپریشن ہو جائے کہ یہ ایک چانس ہے زندگی کو مکمل طور پر بدل ڈالنے کا۔یہ انسان کو گہرائی تک لیجانے کیلئے ہے اسے سوچنے پر مجبور کرنے کیلئے ہے۔ضروری نہیں کہ بیماری ہر انسان کیلئے ایک مصیبت ایک curse ہی بن کر آئے۔

بیماری کے بھیس میں رحمت بھی چھپی ہوتی ہے ساری بات وصول receive کرنے کی ہے جو جیسا چاہے اسے ویسا ہی ملتا ہے۔ کچھ لوگ بیماری میں مزید ڈھیٹ اور ہٹ دھرم ہو جاتے ہیں کچھ ڈر کر خوف کے مارے اللہ کو پلٹتے ہیں۔ ساری بات نصیب کی ہے۔ اللہ سے دعا کرنی چاہئے۔۔۔'

جس کو ڈپریشن ہوا ہے جو بیمار ہو گیا ہے اسے سوچنا چاہئے کہ اس کی رسی دراز بھی کی جا سکتی تھی ۔۔۔اُسے ڈھیل بھی دی جا سکتی تھی مگر خالق کو اس سے محبت تھی اور وہ چاہتا تھا کہ اُس کا بندہ اُس کی جانب پلٹ آئے۔ جس کو ڈپریشن ہے جس کو بیماری ہے اسے غور کرنا ہے یہ اُسے کیوں ہے؟ اگر وہ اب بھی یہی سوچتا ہے کہ پرانی زندگی میں کسی طرح پلٹ جائے گا تو یہ ممکن نہیں کہ وہ زندگی ختم ہو چکی ہے۔۔۔ تباہ کر دی گئی ہے اور واپسی کے تمام رستے مسدود کر دیے گئے ہیں۔۔۔ اب اُسے رستہ ڈھونڈنا ہے، ایک نئی زندگی کی بنیاد رکھنی ہے۔ اسے اپنے رب کی طرف رجوع کرنا ہے پلٹنا ہے۔ اُسے توبہ کرنا ہے repentence کرنی ہے۔ جو اس نے چاہا کر کے دیکھ لیا کہ اس نے اپنی زندگی کو کیا بنا ڈالا۔ اب اسے اپنے خالق creator کی مرضی جاننا ہے۔۔۔'

اب اسے یہ جنگ ختم کرنی ہے۔۔۔ ڈپریشن اس بات کا اعلان ہوتا ہے کہ انسان اپنے رب سے ہار گیا ہے اور اپنے رب سے ہار جانے میں مسئلہ کیا ہے؟ یہ تو خوشخبری ہے کیونکہ اس دنیا میں سنائی پڑ گئی ہے۔ بدبختی کی انتہا ہوتی۔۔۔ اگر موت کے بعد سنائی دیتا۔۔۔ مر کے اللہ سے ہار جانا۔۔۔ یا جیتے جی اللہ کے آگے سر تسلیم خم کرنا۔۔۔ فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے۔ ہم آج جو بھی ہیں جس بھی حال میں ہیں، اس کا ذمہ دار اور کوئی نہیں بلکہ صرف اور صرف ہم خود ہیں۔ ہماری زندگی کی کہانی لکھنے والا اور کوئی نہیں ہے۔۔۔ اس داستان کے مصنف ہم خود ہیں۔۔۔ اسے ہم نے لکھا ہے۔۔۔"

آج اگر آپ کو یہ اختیار دیا جائے کہ آپ اپنی زندگی کو جیسا چاہیں بنا سکتے ہیں تو آپ اسے کیسا بنائیں گے؟ ایک باکردار moral، صاف ستھری خوش گوار اور غموں سے آزاد زندگی۔۔۔ یا دکھ درد کی ماری، رنج والم میں ڈوبی ایک عبرت ناک زندگی؟ ہر کوئی خود کو ہنستا مسکراتا دیکھنا چاہتا ہے۔

اس کا آغاز آج ابھی اسی وقت سے کیوں نہیں کیا جا سکتا؟ آپ آج اس چوائس کو اختیار کر لیں۔ آپ کی زندگی بدل جائے گی۔ سٹریس کا نام و نشان تک نہ رہے گا۔ جب آپ بدلیں گے تو آپ کے اردگرد موجود ساری دنیا بدل جائے گی۔

جتنا جتنا نفس کو جانتے جائیں گے غیر محسوس انداز سے آپ بدلتے چلے جائیں گے۔

☆☆☆☆☆☆☆

شک اور عقیدہ

Doubt and Faith

شک doubt سوال ہے۔ یہ خود کچھ نہیں ہے یہ ہمیشہ کسی شے کا ہے۔ جب یہ پیدا ہے، حرکت میں ہے تو نفس کسی معاملے پر جو درپیش ہے تنگی tightness کا شکار ہے۔ شک کسی بھی معاملے میں نفس کی رضامندی پوری نہ ہونے کا ایک احساس ہے۔ اس کی جڑ بے یقینی میں ہے۔

ہر اطمینان پیدا ہونے سے پہلے شک کی کوکھ میں پلتا ہے۔ اس لیے شک ہر شے میں ہے۔
شک سے خیال میں جو رنگ پیدا ہوتا ہے وہ بدگمانی کا ہے، برا سمجھا جاتا ہے مگر ہے نہیں۔
شک ایک بچاؤ security ہے جسے نفس اپنے مال اسباب، جان، رشتوں ناطوں اور خود سے جڑی ہر شے کی حفاظت کیلئے استعمال کرتا ہے۔ بدقسمتی سے معاشرہ میں شک کو منفی رویہ یا احساس سمجھا جاتا ہے جبکہ اپنی اصل میں یہ ہرگز منفی یا مثبت نہیں ہے۔ یہ تو ایک احساس ہے جو کسی بھی کھوٹے کو کھرے سے الگ کرکے دکھانے کی صلاحیت سے مالا مال ہے۔ یہ تو منفی احساس کو negitive feeling کو مثبت احساس positive feeling سے الگ کرکے کھوجنے scan اور دیکھنے کی زبردست اہلیت کا نام ہے۔

بلاشبہ اس کا غلط یا درست استعمال ہی اس کے مالک کی ذہنی صحت کا پتا ہے۔ یہ ایک کتے کی مانند ہے جسے پٹے سے باندھے رکھنا ضروری ہے اور ضرورت پڑنے پر اسے کھول کر آزاد کرنا دانائی ہے تا کہ یہ جو سونگھ رہا ہے اسے پرکھ آئے verify کر آئے۔ ہر وقت اسے باندھ کر رکھنے کی کوشش کو حسن ظن preoccupation کہتے ہیں جو اپنی حد سے اگر بڑھا ہوا ہو تو دھوکہ اور فریب کھاتا ہے۔ جن لوگوں کو اکثر اُن کی زندگی میں لوگ دھوکا دینے میں کامیاب ہو جاتے ہوں وہ ہر وقت کے حسن ظن کا شکار ہوتے ہیں۔

نفس کی تربیت ہونی چاہئے کہ ہر شے پر شک کرے، اسے پرکھے تولے، اچھی طرح چھان پھٹک کر دیکھے۔ ایسا نفس ہر شے پر سوال اُٹھانے والا ہوتا ہے۔ اندر سے بھی اور باہر سے بھی۔۔۔ یہ کسی شے پر آنکھ بند کر کے اعتبار کرنے کو تیار نہیں ہوتا۔ اسے ہر حال میں حقیقت تک، سچ تک پہنچنا ہوتا ہے اور سچ تک پہنچنے کا راستہ شک ہے کیونکہ شک سوال ہے question ہے۔ اس میں جواب چھپا ہوتا ہے۔ جب بھی شک کو دبایا جائے گا اس کے احساس کو نظر انداز کیا جائے گا دھوکہ اپنا وار کرنے میں کامیاب ہوگا۔

اس کے درست استعمال کا فن نایاب ہے۔ کیونکہ اس کو درست طور پر جاننے والے ماہر خال خال ہیں۔ ناپختہ شک غلط سوال کی پیدائش کا ذمہ دار ہوتا ہے۔ غلط سوال، بے موقع سوال نفس کی جاہلیت کا سرعام اعلان ہے۔

اس خدشے سے لرزتا نفس شک کے اظہار میں اور سوال کی رونمائی سے شرم کھاتا ہے۔ جو نفس اپنے شک میں تجربہ کار ہے اس کا نشانہ کبھی نہیں چوکتا۔ جب بھی سوال اٹھاتا ہے علم لیکر لوٹتا ہے۔ عالم کا شک علم ہے اور جاہل کا شک جہالت ہے۔ جو ڈھونڈنا چاہتا ہے، جس کو تلاش کرتا ہے find کرنا ہے وہ سوال کرے گا۔ ہر شک، ہر سوال کی بنیاد صرف اور صرف تلاش ہے۔۔۔

اس جھنجھٹ سے جان چھڑانے کیلئے نفس دھوکے کو پسند کرتا ہے۔خود کیلئے بھی اور دوسروں کیلئے بھی۔وہ ڈیٹا کاپی کرنے کو ترجیح دیتا ہے۔دوسروں کی نقالی کرنا imitate اس کا ہی لیے شعار ہے۔ یہ بہت بڑا کلوننگ ایجنٹ بن جاتا ہے۔دوسروں کے افکار،خیالات اور نظریات کو کاپی کرنا اور اُنہیں اپنی زندگی پر لاگو apply کرنا اس کیلئے سہل ہے۔

ہمارا نفس دوسروں کے علم سے بھرا پڑا ہوتا ہے۔We are so full of other's knowledge۔شک، ہر شے پر حتیٰ کہ خود پر بھی شک۔۔۔نفس کی صفائی کرتا ہے filteration کرتا ہے۔اس سے ذہن mind کلیئر ہونے لگتا ہے۔لوگ ساری زندگی کسی غلط نظریے پر اس لیے قائم رہ جاتے ہیں کیونکہ وہ خود پر شک نہیں کرتے خود سے سوال کرنے کی اُنہیں کبھی ضرورت ہی محسوس نہیں ہوتی۔

اَلَّذِیْنَ ضَلَّ سَعْیُهُمْ فِی الْحَیٰوةِ الدُّنْیَا وَهُمْ یَحْسَبُوْنَ اَنَّهُمْ یُحْسِنُوْنَ صُنْعًا ٥

وہ جن کی ساری کوشش دنیا کی زندگی میں کھوگئی اور وہ خیال کرتے ہیں کہ بے شک وہ اچھے کام کر رہے ہیں۔

(الکہف 104)

مشاہدہ کریں کہ خالق کائنات نے کن لوگوں سے خطاب کیا ہے؟

ذہن معدہ نہیں کہ جو شک دماغ کو چاق و چوبند active کرتا ہے ہلکا پھلکا کر دیتا ہے۔ذہن معدہ نہیں کہ جو اس میں ٹھونسا جائے اسے ہضم کرنے میں لگا رہے۔ یہ ذہن ہے، اسے اس بات کا اگر احساس ہوجائے کہ اُس کا کام صرف ڈیٹا کاپی کرکے آگے ٹرانسفر یا پروجیکٹ project کرنا ہی نہیں بلکہ اس کی اصلیت تک پہنچنا بھی ہے تو اس میں بے پناہ خود اعتمادی کا ظہور ہوتا ہے جو اس میں نئی اُمنگ اور ترنگ پیدا کر دیتا ہے۔

شک کو دبانے کیلئے ذہن پر سب سے بڑا ہتھیار عقیدت/یقین faith کا استعمال ہوتا ہے۔ اندھا یقین شک کا دشمن ہے اور اندھی عقیدت سے علم تک رسائی مسدود ہوتی ہے۔ یہ وہ ہتھیار ہے کہ جب نشانے پر جا لگے تو انتہائی تعلیم یافتہ لوگ خود سے انتہائی کم تعلیم یافتہ روحانیت کے نام نہاد دعویداروں کے قدموں میں بڑے، فخر سے بیٹھے دکھائی دیتے ہیں۔

کیا کبھی ہم نے یہ سوچا کہ عقیدت faith کیا ہے؟

جس شے کا انسان کو علم نہیں ہے جسے اُس نے دیکھا نہیں یا جو وہ جانتا نہیں اُس کو کسی بھی وجہ سے متاثر ہو کر سچ مان لینا عقیدت faith ہے۔ عقیدت/یقین ہمیشہ unknown پر ہوتا ہے اس لیے اس کی جڑ root خوف میں پیوست دکھائی دیتی ہے۔ ایک بہت بھیانک غلط فہمی جو کہ لاعلمی کا شاخسانہ ہے وہ یہ کہ لوگ ایمان کو عقیدت کی نظر سے جاننے کی کوشش کرتے ہیں۔

ایمان کا مطلب سرینڈر کر دینا ہے۔ ایمان اطاعت surrender ہے۔ کیا ہم دیکھتے نہیں کہ لوگ خدا پر مکمل یقین faith رکھنے کے باوجود شرک سمیت ہر قسم کی برائی میں دیدہ دلیر ہوتے ہیں۔

ایمان یہ ہے کہ انسان نے اس بات کو مان لیا سرینڈر کر دیا کہ اللہ ایک ہے۔ ہم سب اللہ پر، اللہ کی کتابوں پر، رسولوں پر، فرشتوں پر ایمان لے آئے۔ یہ ہو گیا ایمان بالغیب۔ یہاں سے اب انسان کی آزمائش شروع ہوتی ہے۔ اب اللہ کہتا ہے۔

أَحَسِبَ النَّاسُ أَنْ يُتْرَكُوا أَنْ يَقُولُوا آمَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ ۝ وَلَقَدْ فَتَنَّا الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ ۖ فَلَيَعْلَمَنَّ اللَّهُ الَّذِينَ صَدَقُوا وَلَيَعْلَمَنَّ الْكَاذِبِينَ ۝

کیا لوگ خیال کرتے ہیں یہ کہنے سے کہ ہم ایمان لائے ہیں چھوڑ دیے جائیں گے

اوران کی آزمائش نہیں کی جائے گی۔اور جو لوگ ان سے پہلے گزر چکے ہیں ہم نے
انہیں بھی آزمایا تھا،سو اللہ انہیں ضرور معلوم کرے گا جو سچے ہیں
اور ان کو بھی جو جھوٹے ہیں۔

(العنکبوت 2 تا 3)

بات بڑی نازک ہے۔۔۔غور کی التجا ہے۔۔۔پوری توجہ سے مشاہدہ کریں۔۔۔

ہندو کے ہزاروں لاکھوں خدا ہیں وہ خود ساختہ بھگوانوں، دیوی دیوتاؤں کے ہجوم میں گھرا ہے۔عیسائیت حضرت عیسیٰؑ کو خدا کا بیٹا مان کر گمراہی کی دلدل میں دھنسی ہے۔یہودیت کا تو ذکر ہی کیا کرنا، بدھ مت اذیت کی انتہاؤں پر کھڑا ہے۔85 سے زیادہ خود ساختہ الہامی کتابوں کے بوجھ تلے دبا ہے۔سب سے مشکل ترین یاترا pilgrim بدھوں کی ہے۔یاترا کے دوران تین قدم چل کر زمین پر چت لیٹ کر ماتھا ٹیکنا ہے پھر اگلے تین قدم چلنا ہے۔ لوگوں کو لہاسا lhasa پہنچتے پہنچتے کئی سال بھی لگ جاتے ہیں۔راستوں میں بچے پیدا ہوتے ہیں لوگ مرجاتے ہیں اور راستوں میں ہی دفنا دیے جاتے ہیں۔

بے یقینی کے اس بے کراں سمندر کے عین بیچوں بیچ خالق کائنات نے ایک حسین جزیرہ نمودار کر دیا جہاں مسلمانوں کو پناہ مل گئی۔ایسی زبردست ٹپ دے دی کہ ہزاروں لاکھوں خداؤں میں مجھے ڈھونڈتے نہ پھرو، اُلٹے لٹک لٹک کر، کبھی سر بھنویں منڈوا کر، اذیتوں کے عقوبت کدوں میں پاگلوں کی طرح مجھے ڈھونڈتے نہ پھرو۔۔۔دیکھو میں تمہارے کتنے قریب آ گیا ہوں۔۔۔میں ہزاروں لاکھوں میں نہیں ہوں۔۔۔میں تو ایک ہوں۔۔۔I am the one۔اُس نے کتنا بڑا شارٹ کٹ رستہ بنا دیا وہ بھی سیدھا صاف پکا۔اتنی کتابوں کی اُس نے ایک کتاب کر دی اور رسولﷺ کو آخری کر دیا۔ہر شے اُس نے صاف بتادی کچھ بھی نہیں چھپایا۔۔۔

وہ باقی ساری دنیا سے حجاب میں ہو گیا اور مسلمان پر آشکار ہو گیا۔ اُسے اسلام سے اللہ کے آخری رسول حضرت محمدؐ سے اس قدر محبت ہوئی کہ اُس نے اعلان کر دیا۔

وَمَنْ يَبْتَغِ غَيْرَ الْإِسْلَامِ دِينًا فَلَنْ يُقْبَلَ مِنْهُ وَهُوَ فِي الْآخِرَةِ مِنَ الْخَاسِرِينَ ○

اور جو کوئی اسلام کے سوا اور کوئی دین چاہے تو وہ اس سے ہرگز قبول نہیں کیا جائے گا اور وہ آخرت میں نقصان اٹھانے والوں میں سے ہوگا۔

(آل عمران 85)

محبت کیوں نہ ہو؟ اعلان وہ کیوں نہ کرے؟ جب اُس نے اتنی آسانی دے دی اتنا بڑا شارٹ کٹ بنا دیا۔ اب وہ بیوقوف کو قبول کیوں کرے؟ پاگل کی کیوں سنے؟ اگر کوئی بتانے والا مسافر کو صاف اور شارٹ کٹ رستہ بتا دے، دکھا بھی دے مگر اس کے باوجود وہ مسافر ٹیڑھے رستوں پر سفر کرنے کو لپکے تو اُسے پاگل نہیں تو اور کیا کہنا ہے۔ تمام دوسری شریعتیں، تمام دوسرے مذاہب جو اسلام کے سوا تھے اُس نے سارے ایکسپائر کر دیے۔ غیر مسلموں کے چہرے دیکھیں صاف پتا چلتا ہے کہ گمشدہ قافلے کے مسافر ہیں۔

اور ہم نے کیا سلوک کیا؟ اس رحیم و کریم کی اس بے پناہ محبت کے جواب میں ہم نے کیا سلوک کیا؟ ہم نے اس ایمان کو عقیدے اور یقین کے ملبوس پہنا کر اسے رسم و رواج کے بت کدے میں سجا ڈالا۔ کتنے ہیں جنہوں نے اُس ایک خدا کو ڈھونڈنے کی کوشش کی؟ کیا ہم سے ایک خدا ابھی نہ ڈھونڈا گیا؟ روز قیامت اللہ کو کیا منہ دکھانا ہے؟ کیا کبھی ہم نے غور کرنے کی زحمت کی کہ ہمارے خیالوں میں جو رب بستا ہے کیا وہ وہی رب ہے جو اللہ ہے؟ کیا ہم اپنے اصل رب کو جانتے ہیں؟ ہم نے اس ایمان کو، اس مسلمانی کو میراث بھولیا ۔۔۔اسے اپنا حق مان لیا اور خدا کی پہچان سے منہ موڑ لیا۔

یہاں تک پہنچ کر دو راہیں جدا ہوتی صاف نظر آتی ہیں۔ پہلی راہ کے مسافر وہ لوگ ہیں جن کی منزل اللہ نہیں، جنت ہے۔ جن کو خُدا کا نہیں موت کا، قبر کا اور جہنم کا ڈر ہے۔ ایسے لوگوں کیلئے یہ کوئی سوال نہیں کہ خُدا کی پہچان کیوں ضروری ہے؟ یہ وہ لوگ ہیں جو مذہب کو پوج رہے ہیں۔ پانچ نمازیں، روزے، حج، زکوۃ اور بس ٹینشن ختم۔ آگے اللہ جانے اُس کا کام جانے۔ بالکل ٹھیک ہے آسان سا رستہ ہے کوئی پیچیدگی اس میں نہیں پائی جاتی نہ ہی کوئی تردد ہے مگر ہمت اس میں بے پناہ درکار ہے۔۔۔ کیا ایسے لوگ اپنی خواہشات نفس کو جانے پہچانے بغیر اُن پر حاکم اور نگران رہ پاتے ہیں؟ کیا صرف مذہب کی مدد سے انسان ایک پاکیزہ اور آخرت میں کامیابی حاصل کرنے والی زندگی گزارنے میں کامیاب ہو سکتا ہے؟ کوئی کوئی، خال خال ایسا خوش نصیب نکلتا ہے، کوئی لاکھوں میں ایک جو مذہب پر بغیر تزکیہ نفس کے عمل پیرا بھی ہو اور جبلتوں پر حاکم بھی۔ جس کی فطرت ہی سعید ہو وہ خوش نصیب ہے۔۔۔

پھر بھی اگر کوئی صرف مذہب تک ہی رہنا چاہتا ہے تو ہرگز کوئی حرج نہیں۔ جنت تو اللہ کی رحمت کے طفیل ہی حاصل ہو سکتی ہے۔ ہم سب اللہ کے رحم اور کرم کے محتاج ہیں۔ اللہ بادشاہ ہے اُسے کوئی چیلنج نہیں کر سکتا۔ لیکن تلاش خدا سے بے نیاز صرف اور صرف مذہبی زندگی گزارنا اور خدا کی پہچان سے گریزاں رہنا بڑی ہمت کا کام ہے۔ یہ اس کائنات کا سب سے بڑا جوا ہے۔

صرف عبادت سے اللہ کو قائل کرنا بہت بڑا رسک ہے۔۔۔ کیا میں روز قیامت اس حال کو پہنچوں کہ عبادات کے اور ثوابوں کے بڑے بڑے گٹھڑ میرے سر پر ہوں مگر میرا سینہ شہوات نفسانی سے بھرا ہوا ہو اور میرے اعمال نامے میں مخلوق خدا کے ان گنت انصاف طلب مقدمات کا اندراج ہو؟ میں کیسے مطمئن ہو سکتا ہوں؟ اطمینان تو ایک بھیانک غلطی

ہے۔ میں خود کو جانے بغیر، اپنے رب کو پہچانے بغیر، سچ کو پائے بغیر مرجانے کا سوچ بھی کیسے سکتا ہوں؟! اگر میں روزِ محشر خسارے میں جا نکلا تو پھر کیا ہوگا؟ میرے پاس دوسری کوئی زندگی پھر نہیں ہوگی کہ اسے جی کر کفارہ ادا کرلوں گا---

اس لیے مجھے اپنے عقیدے پر شک کرنا ہے مجھے اپنے یقین کو بے یقینی کی آنکھ سے دیکھنا ہے۔ میں مانتا ہوں، میرا ایمان ہے کہ خدا ایک ہے لیکن کیا واقعی میں جانتا ہوں کہ خدا ایک ہے؟ اُسے پہچاننے کے لئے مجھے خود کو جاننا پڑے گا اور خود کو جاننے کیلئے مجھے خود پر شک کرنا ہے۔ میں اپنے نفس پر اعتبار نہیں کرسکتا۔ کہیں میں نے اپنے گرد مفروضوں کی دیواریں تو کھڑی نہیں کرر کھیں؟

مجھے خود سمیت اس دنیا میں موجود ہر شے کو شک کی نظر سے دیکھنا ہوگا تاکہ میں اُس عظیم سچ تک پہنچ سکوں جس کیلئے میرے رب نے مجھے پیدا کیا ہے۔ میری زندگی میں ہر آنے والی سانس، ہر آنے والا نئے دن کا سورج اس بات کا اعلان ہے کہ میرا خالق میرا creator مجھ سے ہرگز مایوس نہیں ہے۔ وہ میرا انتظار کرتا ہے---

شک کی نظر وہ نہیں ہے جو سمجھی جاتی ہے۔ پہلے بھی لکھا ہے کہ شک منفی یا مثبت نہیں ہے۔ اپنے عقائد اور اپنے یقین کو عقل کی کسوٹی پر رکھ کر پرکھنا انتہائی ضروری ہے تاکہ حقائق لغویات سے الگ ہوجائیں۔ ان صفحات کے ساتھ ساتھ چلتے رہنے سے آپ اُس نظر تک پہنچ جائیں گے کہ ابھی نفس کا تعارف جاری ہے---

ابھی نظروں کا اور راستوں کا ذکر ذرا دور ہے---

☆☆☆☆☆☆☆

تجسس اور عادت

Suspense & Habit

ذہن متجسس ہے suspecious ہوتا ہے۔ کوئی بھی صورتِ حال جب بے یقینی میں داخل ہو جائے تو تجسس suspense کا احساس پیدا ہوتا ہے۔ نفس ہر حال میں اس بے یقینی uncertanity کا خاتمہ چاہتا ہے۔ تجسس اپنی اصل میں خواہش ہے۔ تجسس راز کا ہے۔ نفس انسان self بے پناہ تجسس کے ساتھ پیدا کیا گیا ہے۔ اسے کوئی راز گوارا نہیں ہے۔ جو یہ نہیں جانتا اسے جان لینے کی زبردست تمنا ہی اس کا تجسس ہے۔

اللہ نفس کو بنانے والا creator ہے اور اس کی فطرتیں، جبلتیں بھی اسی نے پیدا کی ہیں وہ اسے خوب جانتا ہے اس لیے جابجا خالق کائنات نے اس کے تجسس کو مہمیز دینے کیلئے invoke کرنے کیلئے راز رکھ چھوڑے حتیٰ کہ خود بھی ایک راز بن کر اس سے چھپ گیا۔۔۔ نفس کی ہر فطرت اس کی طاقت بھی ہے اور کمزوری بھی ہے۔ تجسس نفس کو معتدل balance کر کے اس سے بے پناہ فائدہ اٹھایا جاسکتا ہے۔ اس کے رویے اور جبلیاتی عادات کے قدرتی تسلسل کو continuity کو habitual behaviour pattern کو بریک کیا جاسکتا ہے۔ نفس کو ہر شے کا تجسس ہے۔

مطلب اس کا یہ ہے کہ سسپنس کی جبلت قابو سے باہر ہے، اعتدال پر نہیں ہے۔ ہر ضروری اور ہر غیر ضروری صورتحال سے اس کا تعلق صرف سسپنس کی وجہ سے قائم ہو جاتا ہے۔ سسپنس کی اس حس کو تسکین دینے کیلئے یہ اپنی تمام ترحسیات کا بے دریغ استعمال کرتا ہے۔

حیرتوں کی اسے تلاش ہوتی ہے۔ نئے کا حریص ہے۔ انفرادیت کا شائق ہے۔ یہ حرص اور یہ شوق سے اسے دنیا کی ہر گھائی میں اندھا دھند گو دجانے پر مجبور کرتا ہے اور یہی حرص اسے کبھی کبھی خدا کے رستے پر بھی گامزن کر دیتی ہے۔ اس کے تجسس کو استعمال کر کے تعلیم اور تربیت میں اضافہ کر کے اسے عمومی اور کم تعلیم یافتہ نفوس (لوگوں) سے جدا کیا جا سکتا ہے۔ سرکس کے جانور کی طرح سزا اور جزا کے عمل سے اس میں ایک نئی تہذیب کا ظہور ہو سکتا ہے۔

آغاز تربیت میں نفس اپنے تجربے اور خواہش کے باوجود اپنی ابتدائی خصلتوں کے تحت بغاوت بھی کرتا ہے اور اپنی عادات addictions کو بھی دہراتا ہے۔ ابتدائے تربیت میں اس کا مقصد کسی بہتر اور برتر خیال کا حامل نہیں ہونا چاہیے بلکہ تجسس اسے تحقیق اور محنت پر خود آمادہ کرنے لگتا ہے۔

تربیت ہو جانے اور نئی عادات کو اختیار کرنے کے بعد یہ اپنے آپ کو منفرد اور ممتاز کرنے کیلئے دوسروں سے مختلف ہونا پسند کرتا ہے۔ اہل علم اس کی اسی کمزوری سے فائدہ اٹھاتے ہیں۔ بڑھتے علم اور گزرتے وقت کے ساتھ اسے اس نئے پن اور نئی دنیا سے انس اور محبت ہو جاتی ہے اور یہ اسے ایک اختیاری اور مستقل عادت permanent addiction کی طرح اپنا لیتا ہے۔ یہ وہ منزل ہے جہاں اسے خدا کے اُنس کے حصول کی خواہش فطری طور پر پڑتی ہے۔

نئی دنیا کے افکار concepts اور نئے آفاق new possibilities کی تحقیق پھر اسے یہ شوق اختیاری ترک نہیں کرنے دیتی اگرچہ اس کی جبلتیں ہر لحظہ کوشاں رہتی ہیں کہ اسے دوبارہ اس کے دور جاہلیت کو پلٹا دیں مگر نئی عادات addictions اور فطری ضد resistance اسے راہ خدا پر مستقیم رکھتی ہے۔ اس مقام پر اللہ کی تائید، نصرت اور رحمت سے نفس انسان پر سکینت ecstasy اور الہام revelation کا نزول شروع ہوتا ہے۔ یہ وہ نعمت غیر مترقبہ ہے جو نفس نے اس سے پہلے کبھی نہیں پائی ہوتی۔ اب اس کا مقصد حیات واضح اور خیالات مصفا pure ہونے لگتے ہیں۔

شعور اپنی بلوغت maturity کو پہنچتا ہے مگر اس مرحلے کے اپنے خطرات ہیں۔ تقدس، تقویٰ کی مبالغہ آمیز خواہشات، تزکیہ کی شدتیں اسے دعویٰ انفرادیت اور خصوصیت کی حرص کا شکار کرنے کی کوشش کرتی ہیں۔ یہ نفس انسان کی max potential ہے اس سے آگے یہ اپنی طاقت اور اپنے علم سے نہیں جا سکتا۔ یہ انسانی کوشش کی آخری حد ہے۔ یہاں تک پہنچ کر اب نفس بے بس ہے۔ یہ futility level ہے۔ وہ دیکھ لیتا ہے، خوب دیکھ لیتا ہے کہ اُس کی کوشش اپنی آخری حدوں کو چھو رہی ہے وہ finest possibility پر ہے۔۔۔ اس سے آگے نہیں جا پا رہا۔۔۔ وہ دیکھتا ہے کہ ہر کوشش futile ہے لا حاصل ہے۔۔۔

اس مقام پر اُسے رُک کے رہنا ہے اور اپنی تمام تر کوششوں کو راہِ خدا میں مستقیم رکھنا ہے maintaine کیے رکھنا ہے۔ یہاں اللہ کی محبت اور اخلاص کے سوا کوئی شے معاون نہیں ہوتی۔ یہ مقام انتہائی گنجلک ہے۔ اگر نفس ایمان پر نہیں ہے اللہ کی محبت اور اطاعت رسولؐ اس میں موجود نہیں ہے تو سو فیصد ایسا نفس استدراج کو سونپ دیا جائے گا۔
ایمان کے تین درجات حلاوت یہاں کام آتے ہیں۔

1۔ اللہ کے لیے دوستی اور اللہ کیلئے دشمنی۔

2۔ اللہ کے رسولؐ کیلئے ہی دنیاوی جذبہ ہے۔

3۔ ملکیت / وابستگی attachment سے محبت اور اپنی جبلیات (پرانی زندگی) میں جو کہ کفر کے مترادف ہے کو پلٹ جانے کا خوف۔

نفس اس مقام تربیت سے کسی صورت پلٹنے کو تیار نہیں ہوتا۔ یہی وہ مقام ہے جہاں اس کی چھوٹی چھوٹی کمزوریوں کو نظر انداز کیا جاتا ہے اور دنیا و آخرت میں اسے بخشش کی خبر سنائی جاتی ہے۔۔۔اے نفس مطمئنہ راضی برضائے رب ہو کے پلٹ۔۔۔۔ بندوں میں داخل ہو۔۔۔جنت پروردگار میں داخل ہو۔۔۔

(بشکریہ اُستادِ محترم پروفیسر احمد رفیق اختر صاحب) از مقدمۃ القرآن۔

نفس کے اس تجسس اور عادت suspense & addiction کو سدھانا کیسے ہے۔ جبلیات کو اللہ کی پہچان کیلئے استعمال کیسے کرنا ہے یہ جاننے کیلئے مشاہدہ حق اور ذکر و تسبیح کے راز جاننا ہوں گے جو اسی کتاب میں آگے بیان کر دیے گئے ہیں۔

☆☆☆☆☆☆☆

چاہے جانے کی آرزو

The Longing to Be Loved

یہ آرزو ہے، تمنا ہے۔ یہ خواہش کی آخری حد ہے--- یہ ہمارے نفس میں ہمیشہ سے موجود چاہے جانے کی تمنا longing ہے اور پھر یہ جو لفظ ہے کہ فلاں کو اللہ کی لونگ گئی ہے یہ بھی وہی چاہت longing ہے۔ یہ لَو ہر نفس میں برابر بھڑک رہی ہے۔ مسئلہ یہ ہے کہ نفس کو علم نہیں کہ یہ لَو اپنی اصل میں ہے کیا؟

ہم چاہتے ہیں کہ ہمیں چاہا جائے--- کوئی ہمیں چاہے--- اسی لئے ہم کسی کو چاہتے ہیں--- ہمیں لگتا ہے کہ کوئی ہمیں چاہے گا تو ہم مکمل ہو جائیں گے--- ہم خوب جانتے ہیں کہ ہم کچھ بھی نہیں ہیں---

اس لئے ہم تمنا رکھتے ہیں کہ کوئی ہم سے محبت رکھے تاکہ ہم (کچھ) ہو جائیں--- غور کریں--- ہم سب کی یہی زندگی ہے--- یہ خواہش کہ ہمیں دریافت کیا جائے، ہماری تمنا کی جائے، ہمارے حصول کی تگ و دو میں کوئی ہر لحظہ سرگرداں رہے--- یہ خواہش ہمیں ساری زندگی انتہا درجے کی اذیت میں مبتلا کیے رکھتی ہے۔

We long to be loved and it is a constant misery...

نفس کے پاس بہت بڑی دلیل کی صورت ایک وجہ cause موجود ہے کہ کوئی اُس سے محبت کرے۔ یہ وجہ ہی محبت کا تمنائی ہونے کی اصل وجہ ہے motive ہے۔ یہ وجہ ہر طرح کی محبت کے حصول کی بے قرار تمنا کا حقیقی پس منظر ہے۔ نفس ہر حال میں کسی نہ کسی کی محبت کا مرکز و محور ہونا چاہتا ہے کیونکہ وہ جانتا ہے کہ وہ شروع دن سے مایوس کن حد تک تنہائی کا شکار چلا آتا ہے۔۔۔

ہم سب یہ جانتے ہیں۔۔۔ کیا ہم سب یہ نہیں جانتے؟ تنہائی کے رہگزار میں گزرتی زندگی ہی ہمارے نفوس میں چاہے جانے کی خواہش پیدا ہونے کی سب سے بڑی وجہ ہے۔ جب تک یہ وجہ موجود ہے تب تک یہ مطالبہ بھی نفس میں قائم ہے کہ کوئی اُسے چاہے۔۔۔

یہاں سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ کیا ہم اس وجہ کو جانتے ہیں؟ کیا اس وجہ کے نتیجے میں اپنی زندگیوں پر چھا جانے والے اثرات سے ہم بخوبی واقف ہیں؟ اور پھر سب سے بڑا سوال یہ کہ کیا ہم اس وجہ سے آزاد ہو سکتے ہیں؟

میں تنہا ہوں۔۔۔ اکیلا ہوں۔۔۔ پریشان ہوں۔۔۔ میں اس تنہائی، اکلاپے اور پریشان زندگی سے گزرتے ہوئے ہر امید سے مایوس ہو رہا ہوں۔ اگر کوئی مجھ سے محبت کرے تو یہ سب بدل سکتا ہے اس ویرانے میں پھول کھل سکتے ہیں۔۔۔

ہم دیکھ سکتے ہیں کہ نفس کے اس مطالبے کی وجہ تنہائی ہے۔۔۔ نفس اکیلا ہے اس لئے کسی ساتھی کی تلاش میں ہے۔۔۔ کوئی ایسا جس سے وہ بات کر سکے۔۔۔ کوئی ایسا ہمراز جس کے سامنے وہ اپنا آپ اندر اور باہر سے عیاں کر سکے۔۔۔ کیا ہم اس کربناک تنہائی کو صاف صاف دیکھ سکتے ہیں؟ نفس کی اس کربناک تنہائی کے بیکراں خلا کو کسی صورت کوئی انسان پُر نہیں کر سکتا۔۔۔

نفس ہر طرح سے کوشش کرتا ہے۔ ہر طرح اس کی محبت کو اپنی طرف مائل کرتا ہے لیکن دھوکے کے بعد اسے پہلے سے بھی زیادہ تنہا اور اداس کرتی چلی جاتی ہے لیکن وہ بے بسی بڑھا رکھتا ہے... یہ ہر نفس کا خاصہ ہے...

ایک پائیدار محبت کے حصول میں سرگرداں ہر لمحہ ناکام ہوتا ہوا انسان ہر آنے والے دن پہلے سے زیادہ پریشان ہوتا چلا جاتا ہے۔ غور سے دیکھیں۔ صرف اپنی ذات کی تسکین کی طلب میں مصروف یہ نفس کس کا ہے؟ نفس انسان اپنی تنہائی سے وحشت زدہ ہے اس تنہائی سے ہول کھا کر کہ وہ کسی کی محبت میں ہو اپنے کی ہر تو کوشش کرتا ہے لیکن کیا وہ یہ تسلیم نہیں کر پاتا کہ وہ بھی تنہائی کے اس ریگزار سے فرار حاصل نہیں کر پائے گا؟

نفس تھک جاتا ہے... لیکن خود سے پوچھتا ہے successfully ignore کرتا ہے۔ نفس جانتا ہے کہ محبت اگر پائیدار ہے تو صرف اللہ سے ہے... لیکن پھر غلط سے بھاگنا اس کی سرشت ہے اس لیے یہ اس پائیدار محبت کے حصول سے منہ پھیر کر عام سے لوگوں سے امید وابستہ کرتا ہے...

بے اور بے جا ناکامیوں پر غور و فکر کرنے کے بجائے نفس ان ناکامیوں کا ان لوگوں کو عادی ہو جاتا ہے... خود ترسی کا شکار ہو جاتا ہے... اپنے ایسے لوگوں سے پیار کرنے لگتا ہے attach ہو جاتا ہے جنہوں نے ہر آن اس کی روح کو صرف زخم اور دکھ ہی دیئے ہوتے ہیں... کبھی اسپتال کا چکر لگا کر دیکھیں مریضوں کے پیارے دیکھیں کیسے ہوتے ہیں دنیا سے الگ تھلگ وہ کس خیال میں ہوتے ہیں؟ مریض سے دعا کروانے کا کیوں کہا گیا؟ یہ کیوں ہے کہ مریض کی دعا قبول ہے؟ یہ وہ لوگ ہیں جنہیں شدت سے اس بات کا احساس ہو جاتا ہے کہ وہ جس دنیا میں بیماری کا سامنا کرنے سے پہلے تھا وہ سراب تھی...

انہیں لاشعوری طور پر اپنی محبتوں کے حد سے بڑھے ہوئے پاگل پن پر تاسف ہوتا ہے۔ انہیں ایسا دکھائی دیتا ہے جیسے وہ دھوکا کھا رہے تھے۔ ہر شے ہر رشتے کی حقیقت ان پر عیاں ہو جاتی ہے۔۔۔ انہیں محسوس ہوتا ہے کہ اللہ کے سوا انہیں بچانے والا کوئی نہیں ہے۔ یہ احساس اُنہیں پہلی بار حقیقت کی اُس دنیا میں لے جاتا ہے جس میں داخل ہوتے پر اُن کی آنکھوں میں نمی اُتر آتی ہے۔ دل اللہ کی محبت سے پہلی بار آشنا ہوتا ہے۔ انہیں ایسا لگتا ہے کہ خدا ان کے قریب ہے اور وہ اپنے جیسے دوسرے لوگوں سے دور ہیں۔ یہ اس لَو کی اس longing کی اصل ہے actuality ہے۔

اس لَو دیتی محبت اور چاہت کا احساس ہمیں دعا کے فوری بعد بھی ہوتا ہے۔ جب کبھی انسان شدتِ محبت سے دعا کرتا ہے، گڑگڑاتا ہے، چیختا چلاتا اور اپنے رب کے حضور آہ وزاری کرتا ہے تو دعا کے دوران اسے احساس ہوتا ہے کہ کوئی اس کے ساتھ ہے۔ یہ احساس بہت شدید ہوتا ہے اتنا شدید کہ دعا مانگنے والے کو پتا ہی نہیں چلتا کہ وہ اپنی دنیا سے کتنا دُور چلا گیا ہے۔ یہی محبت ہے، دعا کرنے کے بعد ہمیں بہت دیر تک یہ احساس رہتا ہے یہ اطمینان رہتا ہے کہ اب ہمارا رب سب کچھ ٹھیک کر دے گا۔

ہمارے نفوس صحت مندی میں دکھ تکلیف کی عدم موجودگی میں خود کو بے نیاز جانتے ہیں اور اس لَو کا جو ہر سینے میں بھڑک رہی ہے ناجائز استعمال کرنے کی پوری کوشش کرتے ہیں۔ ہم اس چاہت کو اپنی خواہشات کی تکمیل پر بے دردی سے لٹاتے ہیں۔ دولت یہ بہت بڑی ہے اس لیے ہم شاہوں کی طرح اسے اُڑانے کے عادی ہوتے ہیں۔ اپنے رشتوں ناطوں پر، اپنی مطلوب محبتوں پر، اپنی دولت پر، اپنی عزت پر، ہر جذبے پر ہم اس چاہت کو لٹاتے ہیں جس کے نتیجے میں اللہ سے دُوری کا ایفیکٹ effect پیدا ہوتا ہے اور دل مرجھا جاتا ہے۔

اس لو کو ضائع کرنے کی حماقت سے بچنا بے حد ضروری ہے۔ دُنیا کی ہر شے کی محبت عارضی ہے محدود ہے۔ اس پر دیوانہ وار فدا ہو جانا زندگی کی سب سے بڑی غلطی ہے۔

رشتوں سے اُنس فطری ہے اس سے انکار نہیں لیکن دُنیا سے کم از کم محبت ہی روا رکھنی چاہیے۔ ہر شے سے اُنس محدود ہونا چاہیے۔ عورت کا عشق، پیسے کی دیوانگی، جائیداد سے محبت، دُنیاداری میں دیوانوں جیسی مصروفیت۔۔۔

یہ پاگل پن تب پیدا ہوتا ہے جب اللہ کی دی ہوئی محبت کو اُس کی عطا کردہ لو کو ہم حیات الدنیا پر نثار کرنے لگتے ہیں۔ یہ محبت، یہ عشق یہ دیوانگی صرف اللہ کی ذات عظیم کیلئے ہے۔ نفس کو علم دینا ہوتا ہے کہ اس خزانے کو اللہ کی یاد، اس کی طلب اور محبت و اطاعت رسولؐ میں لُٹائے اور بادشاہوں کے بادشاہ کا اُس سلطان السلاطین کا گدا بن جائے۔

If our souls are full with the love of Allah, Then we never ask anyone to be loved, We never put out our begging bowl infront of someone to fill it.

☆☆☆☆☆☆☆

اچھائی برائی

Good & Evil

اچھائی اور برائی کی اگر پہچان نہ ہو تو یہ دونوں صفات جن کا ظہور نفس کی جہتوں سے ہوتا ہے دھوکا ہیں۔ یہ دونوں ہی نفس کی فطرت ہیں۔ ان کی تخلیق کا مقصد آزمائش انسان ہے۔ یہ بھی ایک سکے کے دو رُخ ہیں۔ اچھائی غالب آتی ہے۔ اسے ہمیشہ غالب آکر ہی رہنا ہے۔ اس میں غلبہ ہے۔ برائی مٹ جانے کیلئے ہے۔ اسے ثبات نہیں۔۔۔ یہ بار بار اُبھرتی ہے۔۔۔ اور ڈوبتی ہے۔۔۔ اگر برائی نہ ہو تو اچھائی کوئی شے نہیں۔۔۔ برائی ایک ایسا زنگ ہے جو اچھائی کے شیشے کے پیچھے لگ کر اُسے آئینہ بناتا ہے۔ برائی کے وجود سے اچھائی کا وجود ہے۔۔۔

اچھائی اور برائی کیا ہے؟

اچھائی کا مطلب ذمہ دار responsible ہو جانا ہے۔ معاشرہ ذمہ داری responsibility کو اچھا تو ضرور سمجھتا ہے مگر یہ اسے ایک بوجھ بھی محسوس ہوتی ہے۔ سڑک کے کنارے ایک کتا پیاس کے مارے شدید گرمی میں جاں بلب ہے۔ دو گزرتے ہیں ایک کہتا ہے کہ یہ میری ذمہ داری ہے میں رسپانس کے قابل ہوں۔۔۔

میں respons-able ہوں۔۔۔۔ اُس نے پانی پلا دیا۔ اچھائی پیدا ہوگئی۔۔۔ دوسرے کا خیال ہے یہ میری ذمہ داری نہیں ہے۔ میں نہیں پلاتا اسے پانی۔ وہ رسپانڈ respond نہیں کرتا۔ وہ رسپانس کے قابل نہ تھا۔ وہ respons-able نہ ہو سکا۔ برائی پیدا ہوگئی۔۔۔

کتے کو پانی پلا دینا نیکی نہیں ہے۔۔۔ یہ تو اچھائی ہے۔۔۔ یہ انسانیت ہے اس کا مذہب سے کوئی تعلق نہ تھا یہ تو انسان کے انسان ہونے کی نشانی ہے۔ خالق کا احسان عظیم کہ اس نے اچھائی کو نیکی میں داخل کیا۔ اس کا ثواب پیدا فرما کر انسان کو ترغیب دی motivate کر دیا۔ نیکی پر اترانا برائی ہے کیونکہ یہ تو انسانیت ہے۔ یہ کوئی بڑا کام نہیں کہ انسان کسی کے کام آجائے۔ یہ تو عین فطرت ہے۔ نیکی تو بہت بڑی شے ہے۔ نیکی قربانی ہے۔ کتے کو پانی پلا دینے تک بات آسان ہے۔

مزہ تب ہے جب اپنے نفس کی ترجیح کو قربان کر کے انسان کسی کا بھلا کرے۔ نیکی صرف یہ نہیں کہ کسی کو دعا دے۔ اصل نیکی تو یہ ہے کہ جو گالی دے اُسے بھی دعا دے۔ یہ انسانیت کی معراج ہے۔ اللہ کا فضل بہت بڑا ہے کہ اُس نے ہر اچھائی کو نیکی میں داخل کر کے امت کیلئے بہانۂ مغفرت پیدا کر دیا اگر خدا انسانیت کو جبر سے لازم کرتا اور نیکی کی اصل نیکی کی ڈیمانڈ کرتا تو کس میں طاقت تھی کہ نیک بننے کی ہمت بھی کر سکتا۔

نفس میں انسانیت سے اور اللہ کی مخلوق سے محبت کے جذبے کو زندہ کر لیا جائے اور خدمت خلق کی جائے تو اللہ انسان کو اس نیکی کے طفیل اصل اور بڑی نیکیوں کی طرف لے جاتا ہے۔ انسان نفیس ترین طبع کا حامل ہے یہ کبھی برائی کو نہیں لپکنا چاہتا۔ شیطان بھی برائی کی ترغیب کبھی عین برائی کہہ کر نہیں دیتا۔ وہ ہمیشہ برائی کو ہمدردی کے لبادے میں لپیٹ کر لاتا ہے اور انسان کو دلیل سے راغب کرتا ہے۔

جیسے "آج نماز پڑھنے کو دل نہیں چاہتا کیونکہ۔۔۔ تھکن بہت ہے۔کوئی بات نہیں اللہ معاف کرنے والا ہے۔" یا جیسے "رشوت لینا مجبوری ہے کیونکہ۔۔۔ اخراجات کا بوجھ بہت زیادہ ہے اور باقی سب بھی تو یہی کر رہے ہیں۔ اللہ تو بہ قبول فرمانے والا ہے۔"

ایک ہی بات ہے اچھائی ہو یا بُرائی۔ پیدا تب ہوتی ہے جب انسان اسے response کرتا ہے۔ نفس کو تربیت ہونی چاہیے کہ اچھائی کا جواب دے اور بُرائی کو مسترد کرے reject کرے یا خاموش رہے silent رہے۔ جس خیال کو نفس جواب دے گا اُسی میں ترقی پائے گا۔ بس یہی ایک چوائس ہے۔ بس اتنا ہی اختیار ہے۔۔۔ اس سے زیادہ نفس انسان کے بس میں کچھ نہیں ہے۔

اچھائی ہو یا برائی ہو دونوں محض خیال ہیں۔ نیات ہیں thoughts ہیں۔ اعمال تو نتیجہ ہیں۔ عمل رُونمائی ہے manifestation ہے۔ اچھائی برائی good & evil باہری دُنیا میں نمودار ہونے سے پہلے ذہن میں پیدا کیے جاتے ہیں۔

جس نفس نے نماز کا خیال attend کرلیا اسے رسپانس کر دیا اُس کی نماز پیدا ہوگئی۔ نماز auto ہے نیت manual ہے۔ نماز، جائے نماز سے پہلے نفس میں ادا ہو جاتی ہے۔ جب ادا ہو جائے تو عمل کے طور پر عطا کر دی جاتی ہے لکھ دی جاتی ہے۔

جو نفس اچھے خیال کو جواب نہیں دیتا اُس کا اچھا عمل پیدا ہی نہیں ہو سکتا۔ ساری بات ترجیح کی ہے priority کی ہے کہ آپ کس میں دلچسپی رکھتے ہیں۔ اگر دُنیا داری میں ہیں تو دُنیا داری کا عمل پیدا ہوگا اگر آپ کی ترجیح خُدا ہے تو اچھے اعمال عطا کر دیئے جائیں گے۔ جس قدر ترجیح بڑھتی چلی جاتی ہے، جس جانب اس بڑھتی ترجیح priority کا رُخ ہوتا جاتا ہے نفس کا کردار اور اُس کے اعمال اُسی حساب سے سنوارے جانے لگتے ہیں۔ ترجیح بگڑ گئی تو مطلب نیت بگڑ گئی۔

یت خراب ہوجانے کا مطلب ہے نفس متاثر ہوگیا infected ہوگیا۔ اعمال بھی بیکار دیئے جائیں گے۔ انسان کیلئے اگر اس کی سب سے بڑی ترجیح top most priority اللہ ہوجائے تو اللہ کا سارا سسٹم اُس کا ہوجاتا ہے۔ لیکن اچانک نہیں۔۔۔ اللہ کی فطرت میں اچانک نہیں ہے۔ انسان کے مقدر میں معجزہ نہیں۔ انبیاء کی بات اور ہے اُن کا مقصد اور ہے۔ انتہائی صبر و تحمل اور مستقل مزاجی سے اپنی ترجیحات کا تعین از سرِ نو کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔

آہستہ آہستہ، غور و فکر سے نفس کی ترجیحات کو نئے سرے سے مرتب کرنا چاہیے۔ اللہ کسی صورت میں اولین ترجیح سے کم پر نہیں ملتا۔ وہ بادشاہ ہے اُس بادشاہوں کے بادشاہ کا تخت دل میں سب سے اونچا ہوگا تو وہ آئے گا۔

جو شخص اللہ کو اپنی سب سے پہلی ترجیح بنالے اللہ اُس کو ترجیح دے دیتا ہے۔ جو ایک قدم اللہ کی طرف بڑھے وہ دس قدم آتا ہے۔ بندہ اگر اللہ کو اولین ترجیح بنائے تو اللہ بے نیاز ہے اسے کوئی حاجت نہیں۔ اُس کے بندے سارے ہیں اُسے بندے بہت۔۔۔ بندے کو اللہ ایک ہی ہے۔۔۔ جب اللہ بندے کو کسی گنتی میں گن لیتا ہے۔۔۔ جب رب بندے کو consider کرلیتا ہے کمال تو تب ہوتا ہے۔۔۔

اللہ کی نظر میں آنے کی consideration کی جس کو طلب ہو اُسے لازم ہے اللہ کو سب سے اہم رکھے، ٹاپ پر رکھے، اچھائی کو قبول کرے اور برائی کو رد کرے۔ اللہ بڑا قدردان ہے۔

☆☆☆☆☆☆☆

ذہن اور نفس

The Mind & The Self

گزشتہ کچھ مقامات پر نفس کو ذہن سے تشبیہ دی ہے اُن مقامات کی مناسبت سے یہ ضروری تھا۔ علم نفس کی کمی یا غیر موجودگی میں ذہن کو ہی نفس کہا جاتا ہے لیکن نفس کو ہمیشہ صرف ذہن ہی سمجھتے رہنا بہت بڑی خطا ہے۔ ذہن اللہ کی شاندار تخلیق ہے۔ یہ عقل کا مرکز ہے۔ اس کو نظر انداز کر دینا حماقت ہے۔ اس لئے اب تک جو بھی لکھا ہے اُس کا نتیجہ نکالنا بہت ضروری ہے۔ precise conclusion کے بغیر بات سمجھ نہیں آسکتی کیونکہ معلومات وسیع تر ہیں۔

ذہن انسان کی داستان کا سب سے بڑا حصہ ہے۔ یہ زندگی اور دنیا دونوں پر چھایا ہوا ہے۔ جب بھی انسان اپنی شخصیت personaltiy کا کوئی بھی تصور بناتا ہے اور اس تصور کو اس imagination کو جینا چاہتا ہے project کرنا چاہتا ہے۔ ذہن اس شخصیت، اس کردار کے خدوخال پیدا کر کے اسے زندگی میں فعال activate کرتا ہے۔ یہ شخصیت personality ہے۔۔۔ جو کہ نفس ہے۔۔۔ اس کا اور ذہن کا بے حد دقیق اور گہرا باہمی تعلق ہے۔

یہ اتنا پیچیدہ تعلق ہے کہ لوگ نفس اور ذہن کے درمیان موجود اس باریک فرق کی پہچان کرنے سے اکثر ہمیشہ قاصر رہتے ہیں۔ عام طور پر نفس کو "میں" کہا جاتا ہے۔

ٹھیک کہا جاتا ہے۔۔۔(میں) کو جانتے ہیں۔۔۔

نفس (میں) ہے۔ (میں) شخصیت ہے personality ہے۔ (میں) ایک شخص ہے ایک person ہے۔ شخصیت personality حقیقت نہیں ہے یہ illusion ہے۔ پرسنالٹی شناخت ہے یہ identification ہے۔ (میں) ایک شناخت ہے، (میں) خود کو ہر شے سے جوڑتا ہے identify کرتا ہے۔ (میں) کی شناخت ایک جھوٹ ہے ایک دھوکا ہے۔

یہ شناخت (میں) کو دنیا نے دی ہے اور دنیا بذاتِ خود دھوکا ہے۔ (میں) اپنی مرضی سے پیدا نہیں ہوا۔ (میں) کا نام تک اُس کے ماں باپ نے رکھا ہے۔ (میں) نے اپنے ماں باپ، بہن بھائی، رشتے ناطے، دوست دشمن، اپنا مذہب، اپنا ملک اور اپنے افکار و خیالات خود نہیں چنے۔ یہ دیئے گئے ہیں، (میں) کے ذہن میں پروگرامز کی طرح نصب install کیے گئے ہیں۔

اس لئے (میں) محض ایک خیال ہے mere idea ہے۔ (میں) کو اس کی اصل شناخت کا کوئی علم نہیں ہے۔ انسانوں کے اس سمندر میں اُس کی حیثیت ایک گمشدہ کی سی ہے۔ (میں) اپنی دنیا کو اپنے علم سے جانتا ہے اور خود کو آگے بڑھاتا ہے expand کرتا ہے۔ (میں) اپنی زندگی سے اپنی موت تک کے سفر میں ہے، ایک مدت timeline میں ہے، اسے دیکھا جا رہا ہے پرکھا جا رہا ہے۔ مرنے سے پہلے اسے اپنی اصل شناخت تک identification تک پہنچنا ہے۔ اسے جاننا ہے کہ وہ جسے (میں) کہتا ہے وہ اصل میں کون ہے۔

(میں) کو جو سکھایا گیا، سمجھایا گیا، پڑھایا گیا، سنایا اور دکھایا گیا سب ایک سراب illusion ہے۔ اسے ضروری لیکن فرضی معلومات information دے دی گئی ہیں تا کہ وہ زیست live کر سکے، حرکت کر سکے move کر سکے۔ اسی سراب اسی دھوکے کے دوران اسے بہت ہی دھیرے سے غیر محسوس انداز سے یہ جتلا دیا گیا ہے کہ وہ نہیں جانتا کہ وہ اصل میں کون ہے۔

اسے اب آغاز کرنا ہے اس کا اصل سفراب سے آج سے شروع ہوتا ہے۔ اسے اپنے علم کی اصل حقیقت تک پہنچنا ہے۔ ذہن کو نئے سرے سے تیار کرنا ہے۔۔۔ اسی ذہن کو جواب تک اسے گمراہ کرتا چلا آیا ہے اور اس گمراہی کی وجہ بھی خود یہی (میں) ہے۔ اس نے جو شخصیت اپنے ذہن کو دی ہے ذہن نے اُسی کردار کو نبھایا ہے۔۔۔

اب اس (میں) کو اپنے اندر موجود علم کو درست کرنا ہے چھانتا پھٹکنا ہے اور اس کی سمت ٹھیک کرنی ہے۔ اس کیلئے اسے اپنے اندر موجود کچرے سے جان چھڑانا ہوگی تا کہ حقیقی علم اس کی جگہ لے سکے۔ اس کیلئے اُس (میں) کو ماننا ہوگا accept کرنا ہوگا کہ وہ کچھ بھی نہیں جانتا I don't known anything at all۔

اُسے کچھ خبر نہیں کہ سچ کیا ہے۔۔۔ اور سچ کیا ہے اس کو جاننے کیلئے اُسے جھوٹ کو فنا کرنا ہوگا، سوچ کو اس کی درست جگہ پر رکھنا ہوگا، خود کو تعلیم دینا ہوگی، تربیت کرنا ہوگی اور اپنا علاج بھی کرنا ہوگا۔ اس کے لئے (میں) کو خود سمیت ہر شے کو نئی نظر سے دیکھنا ہوگا پھر یہی ذہن ہر قدم پر اس کا ساتھی ہوگا۔

جب ذہن جان جاتا ہے کہ وہ کچھ نہیں جانتا تو وہ جان لینے کو رضامند ہو جاتا ہے۔ (میں) کو اپنی عقل کو خود اپنی ذمہ داری سے استعمال کرنا ہے۔ کوئی پیر فقیر، کوئی عالم، کوئی بابا کوئی مرشد اس کی ناؤ پار نہیں لگا سکتا۔

ے اس حقیقت کو خوب اچھی طرح جان لینا ہے کہ اُستاد کی ضرورت رہے گی مگر ایسا ہرگز ہیں کہ اُستاد اسے کندھے پر بٹھا کر پار لے جائے گا۔ رستے کا علم ہو بھی جائے تو بھی سفر (میں) کو خود ہی کرنا ہے۔ تن تنہا۔ جب نفس کی حقیقت ذہن پر آشکار ہوتی ہے تو ذہن پر انکشاف ہوتا ہے کہ نفس اُسی کا ایک حصہ ہے۔

پیاز کے چھلکوں کی طرح دونوں ایک دوسرے سے جڑے ہوئے ہیں۔ جب ذہن کو، عقل کو نفس کا علم عطا ہوتا ہے تو ذہن mind اور نفس personality کے درمیان فاصلہ پیدا ہو جاتا ہے۔ اب یہ دونوں ایک نہیں رہتے بلکہ الگ الگ ہو جاتے ہیں۔ کچھ عرصہ دونوں ایک دوسرے کو حیرت اور تذبذب سے تکتے رہتے ہیں پھر ان دونوں میں گھمسان کی جنگ شروع ہو جاتی ہے۔

دونوں ایک دوسرے کو ہر لحاظ سے خوب جاننے بوجھنے والے ہوتے ہیں اس لئے ایک سے ایک کاری وار دکھائی دیتا ہے۔ یہ جہاد اکبر ہے۔۔۔ یہی وہ پاکیزہ اور بلند عقل higher intelect ہے جو تنہا ہے۔۔۔ جس میں نفس personality کمزور ہے۔ یہی بلند عقل اصل علم ہے۔ یہی وہ علم ہے جو پھر رہنمائی کرتا ہے۔ اپنی شخصیت کے بت کو توڑ دینے سے ذہن mind کو آزادی freedom عطا ہوتی ہے۔ یہ غلامی کی زنجیریں توڑ دیتا ہے۔۔۔

ایک آزاد ذہن free mind پر شخصیت personality کبھی حاکم نہیں رہ سکتی۔ شخصیت personality کبھی نہیں مرتی۔ یہ ہرگز کسی صورت کبھی فنا نہیں ہوتی۔ شخصیت personality اس دنیا میں کبھی کسی کے ہاتھوں نہیں مری۔ ہاں یہ کسی حد تک تسخیر ہوتی ہے، اسے درست کیا جاتا ہے، اسے سکھایا، سمجھایا اور سدھایا جا سکتا ہے تاکہ شخصیت personality کا اثر impact کم سے کم سطح پر رہ جائے۔

بس اتنا جس قدر زندگی گزارنے کو ضروری ہو۔ پھر جبلتیں instincts کمزور ہو جاتی ہیں، غالب نہیں رہتیں، ان سے نبٹنا آسان ہوتا چلا جاتا ہے۔

نفس self خدا اور ذہن کے درمیان ایک حجاب illusion ہے۔۔۔ اپنی شخصیت کو شناخت مان کر جینا حجاب ہے۔ شخصیت کبھی خدا تک نہیں پہنچ پائی اور نہ ہی کبھی پہنچ پائے گی۔ ذہن اور نفس کے اس باریک ترین فرق کو اچھی طرح جان لینا بہت ضروری ہے کیونکہ انسان کے ہاتھ میں عقل کی فروزاں مشعل کے سوا اس گھپ اندھیرے میں دیکھنے کیلئے اور کچھ نہیں۔

انا ego سے نجات ملتے ہی انسان کی پرواز لاہوتی ہے۔ ذہن خیال ہے، سوچ ہے اور ہمیں اپنے خیالات کو درست کرنا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہرگز نہیں کہ شخصیت کو تباہ و برباد کر دیا جائے۔ جو فنا فی النفس annihilation of the self کا خواب دیکھتا ہے وہ مجذوبیت کو جاتا ہے۔ شخصیت کے بغیر کوئی ایک قدم نہ چل پائے گا۔ شخصیت کی جو چھاپ impact ہے، جو شخصیت کے افکار و نظریات ہیں، عزت اور بے عزتی ہے، جو غرور اور تمکنت ہے، سیکیورٹی کا جو خوف ہے یعنی یہ پورے کا پورا جو ماسک جو خول اس شخصیت پر چڑھا ہوا ہے اُس کو جاننا ہے، دیکھنا ہے۔

جاننے اور دیکھنے سے۔۔۔ مسلسل جانتے ہی رہنے اور دیکھتے ہی رہنے سے شخصیت کے جو نفس کی صورت کارفرما ہے بت ٹوٹنے شروع ہو جاتے ہیں۔ مضبوط قلعے کی فصیل میں دراڑیں دکھائی دینے لگتی ہیں اور اونچے اونچے برجوں سے اینٹیں نیچے گرنے لگتی ہیں۔ آخر کار دھیرے دھیرے ایک سچی کھری، بے داغ، شفاف اور چاند کی طرح چمکتی ہوئی شخصیت کے روپ میں انسان نمودار ہوتا ہے۔

یہ پرانا نہیں نیا انسان ہوتا ہے۔۔۔ یہ نیا جنم ہے۔۔۔ مزید سمجھتے ہیں۔۔۔

ہر شخص کے کئی روپ ہیں۔ شوہر باپ بھائی بیٹا، حاکم محکوم، ظالم اور مظلوم جیسے ہر شخص کے ان گنت روپ mask ہیں۔ جو وقت اور حالات کے مطابق شخصیت دھارتی رہتی ہے۔ ان میں سے اصل روپ کونسا ہے؟ اصل روپ وہ ہے جو اللہ جانتا ہے۔ اللہ ہر شخص کے سارے روپ بہروپ جانتا ہے۔ وہ اسے ہر لمحہ اداکاری کرتے ہوئے دیکھتا ہے۔ اتنے چہروں میں بٹا ہوا انسان پستی کی آخری حدوں میں ہوتا ہے۔ ایک مہان اداکار کی طرح پل پل بھیس بدلتا یہ نفس اللہ کی رضا کا امیدوار کیسے ہو سکتا ہے؟ اگر پھر بھی ہے تو کیسا بدترین دھوکا ہے۔۔۔ کہ اداکار یہ بھی نہ جانتا ہو کہ وہ اداکار ہے۔

انسان کو اتنے چہروں میں اپنا ایک چہرہ ڈھونڈنا ہے۔ وہ چہرہ جو اس کا اصل روپ mask ہے۔ جسے پہن کر وہ سب کے سامنے جائے۔ بھائی بنے تو اپنے بھائی کا ہمدرد ہو، باپ ہو تو بیٹے کو سیدھی راہ پر لے چلنے والا ہو، بیٹا ہو تو نیک ہو، خاوند ہو تو نرم شفیق اور مہربان ہو۔۔۔ جو بھی ہو جیسا بھی روپ دھارے اس کے پیچھے اس کا ایک ہی چہرہ ہو اور وہ اللہ کے مخلص بندے کا چہرہ ہے۔ وہ مسلمان کا چہرہ ہے۔ یہ وہ شخص ہے، یہ وہ شخصیت ہے جس کا نام اللہ تعالیٰ نے بذاتِ خود مسلمان رکھا ہے یہ وہ شناخت ہے جو اللہ نے انسان کو حضورؐ کے وسیلے سے عطا فرمائی۔

اگر انسان اندر سے مسلمان ہے تو اللہ اُس کی ساری شخصیت کو اس کی تمام کمزوریوں کے ساتھ قبول کر لیتا ہے ورنہ دھتکار دیا جاتا ہے۔ جو چہرہ اللہ کو مطلوب ہے وہ سچ کا چہرہ ہے۔۔۔ وہ سچے کا چہرہ ہے۔ اگر انسان کا کردار اس کا character ہر حال میں اعتدال پہ ہے balance پر ہے تو وہ کامیاب ہے۔ ویسے بھی انسانیت کا کم سے کم تر درجہ یہ ہے کہ آدمی برا ہو تو سرِ عام ہو، بہانگِ دہل ہو۔ اللہ کے سامنے بھی برا ہو جائے۔ اپنے سامنے بھی خبیث ہو اور دُنیا کے سامنے بھی خود کو بدکردار ظاہر کر دے۔۔۔

اگر اتنی ہمت نہیں ہے تو پھر خود کو ٹھیک کر لے، اطاعت گزار ہو جائے، سر کو جھکا دے اور سب کے سامنے سچا ہو جائے، اللہ کے سامنے بھی، اپنے اور دنیا کے سامنے بھی۔ پھر اس بات کی پرواہ چھوڑ دے کہ دنیا اسے کیا کہتی ہے لیکن ایک کام کبھی انسان کو زیبا نہیں اور یہی وہ کرتا ہے۔۔۔ یہ کیا بات ہے کہ اتنے چہرے سجا لینا کہ یہ بھی یاد نہ رہے کہ اصل کون ہے۔۔۔ یہ تو منافقت ہے اور منافقت حیوانوں سے بدترین کام ہے کہ کوئی حیوان بھی منافق نہیں۔۔۔ یہ پستی یہ ذلت اٹھانے کا حوصلہ صرف انسان میں ہی ہے۔۔۔ نہ جانے اس میں اتنی ہمت کہاں سے آ جاتی ہے۔۔۔

ہم سب کو اپنا احتساب کرنا ہے۔ خود ہی مجرم بننا ہے خود ہی انصاف کرنا ہے۔ یہ بہت ہی کڑا امتحان ہے۔ علامہ اقبال نے فرمایا "شہیدی ہے مسلمانی کا ہو جانا"۔ مگر اللہ جس کو توفیق عطا کر دے۔۔۔ اور توفیق توبہ سے ہے۔۔۔ جب توبہ کی توفیق عطا ہوتی ہے تو غیب سے ندا آتی ہے۔۔۔

کیا ابھی وہ وقت نہیں آیا کہ مردانِ خدا کے دل اللہ کے ذکر سے پگھل جائیں؟

نفس انسان کی شخصیت ہے اس کا کردار ہے اور اس کردار کی تعمیر اس کا سٹرکچر structure ذہن میں بنتا ہے۔ یہ دشمنِ خدا کا سٹرکچر ہے اسے توڑنا بت شکنی کی رسم ادا کرنا ہے۔ یہ رسم ہمارے پیارے نبیؐ کی ہے، یہ حضورؐ کی سنت مبارکہ ہے۔ آپؐ نے ہمیں تزکیہ سکھایا ہے۔

لَقَدْ مَنَّ اللّٰهُ عَلَى الْمُؤْمِنِيْنَ اِذْ بَعَثَ فِيْهِمْ رَسُوْلًا مِّنْ اَنْفُسِهِمْ يَتْلُوْا عَلَيْهِمْ اٰيٰتِهٖ وَيُزَكِّيْهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتٰبَ وَالْحِكْمَةَ وَاِنْ كَانُوْا مِنْ قَبْلُ لَفِيْ ضَلٰلٍ مُّبِيْنٍ ۝

اللہ نے ایمان والوں پر احسان کیا ہے جو ان میں انہیں میں سے رسول بھیجا

(وہ) ان پر اس کی آیتیں پڑھتا ہے اور انہیں پاک کرتا ہے اور انہیں کتاب اور دانش سکھاتا ہے، اگر چہ وہ اس سے پہلے صریح گمراہی میں تھے۔

(آل عمران 164)

اب ہمیں اس پر کام شروع کرنا ہے۔ ایک ایک اینٹ کو توڑنا ہے۔ یہ مندر بہت بڑا ہے یہاں ہزاروں بت سجے ہیں جو بڑے بت کو سجدہ کرتے ہیں۔ یہ بت ہمارے پرانے ساتھی ہیں یہ اتنی آسانی سے نہیں ٹوٹیں گے۔ یہ بار بار پلٹ کر حملہ آور ہوں گے۔۔۔ کبھی التجائیں کریں گے، کبھی قائل کریں گے، کبھی خوف سے، کبھی لالچ سے، کبھی دنیا کے کھو جانے کے ڈر سے ہمیں دہشت زدہ کریں گے۔

یاد رکھنا ہوگا کہ یہ شیطان ہے جو خوف دلاتا اور مایوس کرتا ہے۔۔۔ ہر آتی سانس کے ساتھ یہ یاد رکھنا ہوگا کہ ہم آزمائش میں ہیں۔ ہمیں آزمایا جا رہا ہے test کیا جا رہا ہے۔

پیہم آزمائش کا، امتحان کا احساس اور ادراک ذہن انسان کو سنجیدہ رکھتا ہے۔

☆☆☆☆☆☆☆

تربیتِ نفس

Training of The Self

ابھی تک نفس کا ابتدائی تعارف جو تزکیہ کیلئے ضروری ہے جاری تھا۔ نفس کا مکمل علم کسی کو نہیں اس کی پیچیدگیاں اور جبلیات کے روابط connections ذہن اور حواس کے ساتھ اس قدر زیادہ ہیں کہ نفس کے فریب Tricks ہر لحظہ بڑھتے چلے جاتے ہیں۔ جس قدر علم تھا کھو دیا ہے۔۔۔

اب نفس کی تربیت پر غور و فکر کا آغاز کرتے ہیں اور اللہ سے برکت اور توفیق کی دعا کرتے ہیں۔ اگر آپ ان صفحات تک پہنچ چکے ہیں تو لامحالہ آپ اپنی پہچان کیلئے انتہائی سنجیدہ اور مخلص ہیں۔۔۔ اللہ آپ کا یہ اخلاص قبول فرمائے۔ آمین۔

نفس کی تربیت کا علم آسانی کیلئے دو حصوں میں بانٹ دیا ہے پہلا حصہ شعوری کوشش conscious struggle اور دوسرا حصہ رسائی access کا ہے۔ شعوری کوشش سے رسائی حاصل کرنے کی جانب سفر کیا جاتا ہے۔

☆☆☆☆☆☆☆

توبہ اور ہدایت، زمان ومکاں کا تصور،
مشاہدۂ حق کی طاقت اور مراقبۂ ارتکاز کی حقیقت

Repentance & Guidance, Time & Space, Difference Between Two Tyepes of Meditation (Observation & Concentration)

توبہ اور ہدایت

Repentance and Guidance

ہدایت گائیڈنس guidance ہے۔ ہدایت براہِ راست اللہ تعالیٰ عطا فرماتا ہے۔ اگر اللہ ہدایت نہ دے گائیڈ نہ کرے تو انسان کو بچانے والا اسے رستہ سمجھانے والا اور کوئی نہیں۔
نفس غافل ہے سویا ہوا ہے dreaming state میں ہے۔ جب تک یہ اللہ کی جانب تمام تر اخلاص اور پوری توجہ کے ساتھ نہ پلٹے کبھی ہدایت نہیں پاتا کیونکہ اللہ غافل کو ہدایت نہیں دیتا۔۔۔

ہدایت مانگنے سے ملتی ہے۔۔۔ طلب کرنا ہوتی ہے۔۔۔ اگر کسی کو ہدایت چاہیے تو اس کیلئے سب سے پہلے اسے اپنے رب کی طرف پلٹنا ہوگا توبہ repentance کرنا ہوگی۔ توبہ انفرادی گناہ پر بھی ہے اور ساری زندگی پر بھی توبہ کی جاتی ہے۔
ہر مسلمان ہدایت چاہتا ہے اور توبہ بھی کرتا ہے مگر سوال یہ ہے کہ کتنے خلوص سے کرتا ہے؟ کسی سے بھی پوچھا جائے تو یہی جواب ہے کہ اللہ مجھے ہدایت عطا کرے۔۔۔ میں توبہ کرتا ہوں۔۔۔ یہ تکلف formality ہم سب روز ہی کرتے ہیں لیکن کیا اس سے کبھی کوئی فرق پڑا ہے؟

اللہ اداکاری سے نہیں۔۔۔ بلکہ اخلاص sincerity سے مائل بہ کرم ہوتا ہے۔ کتنے لوگ ہیں جنہوں نے اپنی زندگی میں پوری قوت، پورے جذبے سے تمام تر اخلاص کے ساتھ اللہ سے ہدایت طلب کی اور توبہ کی؟ کیا ان کی تعداد آٹے میں نمک کے برابر نہیں ہے؟ ایسا کیوں ہے؟ اس کیلئے سب سے پہلے ہمیں ہدایت کو جاننا ہے اور پھر توبہ کو۔

ہر انسان اپنے رب تک پہنچنے کی خواہش رکھتا ہے۔ جان بوجھ کر کوئی گناہ گار نہیں ہے۔۔۔ اللہ کو پانے کی طلب پیدا ہو جانے کے بعد انسان ہر طرح سے کوشش کرتا ہے۔ ہر جگہ سر مارتا ہے، کبھی شریعت، کبھی تصوف کبھی روحانیت کے معمولات زندگی پر حاوی ہوتے ہیں مگر دیانتداری سے غور کرنے پر صاف نظر آتا ہے کہ معمولی سی بہتری minor improvement کے سوا اندر سے کچھ بھی نہیں بدل سکا۔۔۔

اس معاملے میں سب سے غور طلب نکتہ یہ ہے کہ اللہ کو جانے والے جتنے راستوں پر انسان کوشش کرتا ہے وہ اپنی انتہاؤں پر جا کر کسی نہ کسی مقام پر ایک بند دروازے کے سامنے جا ختم ہوتے ہیں۔

انسان ہر دروازہ کھول سکتا ہے مگر وہ دروازہ جہاں سے خدا کی دنیا شروع ہوتی ہے اس کا ہینڈل باہر نہیں ہے بلکہ اندر ہے یہ دروازہ انسان نہیں کھول سکتا اسے صرف اللہ کھولتا ہے۔ جتنے بھی راستے اس دروازے کو جاتے ہیں وہ پیچیدہ، ٹیڑھے، الجھا دینے والے اور خارزار ہیں۔ ان رستوں میں ایک رستہ ایسا ہے جو صاف ہے، سیدھا ہے اس میں کوئی الجھاؤ confusion نہیں ہے۔

یہ رستہ مختصر ترین عرصہ میں اس دروازے تک جا پہنچتا ہے اور چونکہ رستہ مستند ہے اس کو اللہ نے سند قبولیت verification بخش دی ہے اس لیے جو اس سیدھے رستے صراط مستقیم پر چل کر پہنچتا ہے اسے دروازہ کھلا ملتا ہے۔

باقی تمام راستوں میں آخر کار ناکامی ہے، تھکن ہے، اضمحلال ہے۔ ان راستوں کی قسمت میں منزل نہیں ہے اس لیے سب سے بڑا نقصان یہ ہوتا ہے کہ مسافر کا بے پناہ وقت اور زندگی ضائع ہو جاتی ہے۔۔۔

وہ سیدھا رستہ اسلام کا ہے۔۔۔ سلامتی کا ہے۔۔۔ امن peace کا ہے۔۔۔ لیکن وہ اسلام وہ صراطِ مستقیم آخر ہے کیسا؟ اُس کی منازل کیا ہیں؟ سفر کتنا ہے؟ پڑاؤ کیسے ہیں؟ اُس رستے میں شہر کون کون سے آتے ہیں؟ ابتدا مسافر کو کہاں سے کرنی ہے؟۔

یہ سب کون بتائے گا؟ کیا کوئی عالم؟ کوئی مرشد؟ کوئی پیر فقیر؟ ہرگز نہیں۔۔۔

کوئی بتانے والا نہیں ہے سوائے اللہ کے۔۔۔ اسی گائیڈنس کو اسی رہنمائی کو ہدایت کہتے ہیں۔ اللہ بذاتِ خود رہنما ہے۔۔۔ اللہ ہی گائیڈ ہے۔۔۔ اور اللہ ہی منزل ہے۔۔۔ نبی اکرمؐ کی ذات بابرکت کے بغیر یہ سفر نہیں کٹ سکتا اور اُستاد کی ضرورت بھی کبھی نہ کبھی پڑ جاتی ہے مگر یہ سب بعد میں ہے پہلے گائیڈنس ہے پہلے ہدایت ہے۔ سب سے پہلے اللہ ہے۔ جب تک اللہ رستے کا تعین نہ کر دے کچھ حاصل نہیں ہوتا۔

اللّٰہُ یَجْتَبِیْٓ اِلَیْہِ مَنْ یَّشَآءُ وَیَهْدِیْٓ اِلَیْہِ مَنْ یُّنِیْبُ o

اللہ جسے چاہے اپنی طرف کھینچ لیتا ہے اور جو اس کی طرف رجوع کرتا ہے اسے راہ دکھاتا ہے۔

(الشوریٰ 13)

ہدایت کا طلبگار ہونے کیلئے پہلے اس کا امیدوار ہونا پڑتا ہے اور یہ امید حاصل کرنے کیلئے توبہ کرنا ہوتی ہے۔ یہ توبہ اپنی پچھلی ساری زندگی پر کی جاتی ہے۔ جو ہو گیا، جو کر لیا اس پر توبہ کی جاتی ہے اور توبہ کے قبول ہونے کی علامت یہ ہوتی ہے کہ خلش guilt ختم ہو جائے۔۔۔

انسان پچھلی ساری زندگی کو بھول جائے۔۔۔ یہ نیا جنم new birth ہے۔۔۔ اس کیلئے بے پناہ اخلاص اور آہنی عزم و ہمت کی ضرورت ہے۔۔۔ یہ انسان کی زندگی کا سب سے بڑا فیصلہ ہے۔۔۔ اگر وہ جان چکا ہے کہ اب تک جو زندگی اُس نے جی ہے وہ اندھے کی زندگی ہے تو ایسی زندگی کو کیا کرنا ہے؟

ایک اصل توبہ چاہیے اور سب ختم ہو جاتا ہے۔ نفس کا اللہ سے جھگڑا ختم ہو جاتا ہے جنگ ختم ہو جاتی ہے۔ توبہ شرمندگی ہے، ندامت ہے، آنسو ہے۔ ساری زندگی اس کشمکش میں گزار دینا کیسی بھیانک غلطی ہے کہ میں توبہ بھی کرتا ہوں ہدایت بھی مانگتا ہوں پھر ویسے کا ویسا ہی ہو جاتا ہوں۔

زندگی یا تو اللہ کے ساتھ ہے یا اللہ کے بغیر ہے۔۔۔ یہ درمیان والی اذیت ختم کر دینا ہوتی ہے۔۔۔ ایک کیمپ چن لینا ہوتا ہے۔۔۔ ایک حتمی فیصلہ کرنا ہوتا ہے۔۔۔ یا تو ہم اللہ کے ساتھ ہیں۔۔۔ یا نہیں ہیں۔۔۔ انسان کو زندگی میں ایک اصل توبہ کی بنیاد رکھنا ہے۔ یہ توبہ ہی اصل توبہ ہے جو اپنی ساری گزر چکی زندگی پر کرنا ہے۔

يُرِيدُ اللَّهُ لِيُبَيِّنَ لَكُمْ وَيَهْدِيَكُمْ سُنَنَ الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ وَيَتُوبَ عَلَيْكُمْ وَاللَّهُ عَلِيمٌ حَكِيمٌ ۝ وَاللَّهُ يُرِيدُ أَن يَتُوبَ عَلَيْكُمْ وَيُرِيدُ الَّذِينَ يَتَّبِعُونَ الشَّهَوَاتِ أَن تَمِيلُوا مَيْلًا عَظِيمًا ۝

اللہ چاہتا ہے کہ تمہارے لیے خوب کھول کر بیان کرے اور تمہیں پہلوں کی راہ پر چلائے اور تمہاری توبہ قبول کرے، اور اللہ جاننے والا حکمت والا ہے۔ اور اللہ چاہتا ہے کہ تمہاری توبہ قبول کرے اور جو لوگ اپنے مزوں کے پیچھے لگے ہوئے ہیں وہ چاہتے ہیں کہ تم راہِ راست سے بہت دور ہٹ جاؤ۔

(النساء 26 تا 27)

فَاَمَّا مَنْ تَابَ وَاٰمَنَ وَعَمِلَ صَالِحًا فَعَسٰۤی اَنْ یَّکُوْنَ مِنَ الْمُفْلِحِیْنَ ۝

پھر جس نے توبہ کی اور ایمان لایا اور نیک عمل کیے سو امید ہے کہ وہ

نجات پانے والوں میں سے ہوگا۔

(القصص 67)

اس توبہ کیلئے انسان کو رسم بندگی ادا کرنی ہے۔ کسی رات میں جب دنیا سو چکی ہو اور اللہ آسمان دنیا پر نزول فرما چکا ہو۔ ہمیں اس کے آگے جھک جانا ہے، سب کچھ مان لینا ہے، تسلیم کرنا ہے، سچے دل سے، اخلاص کی شدت سے ہماری چشم حزیں سے وہ آنسو کا مکھی کے سر کے برابر قطرہ نکلنا ہے جس پر ہمیں بخش دیا جائے کہ دینے والے کی ذات بھی خدائی ہے اور بخشش بھی۔ ہمیں اپنی ساری زندگی پر جو ہم اپنی مرضی سے گزار چکے اس مرضی پر توبہ کرنی ہے۔ ہمیں اللہ کے سامنے اعتراف کرنا ہے کہ ہم اسے نظر انداز کر کے جیتے رہے ہیں۔ ہمیں اپنی گزشتہ زندگی سے بیزاری کا اظہار کرنا ہے۔

اے اللہ ایک گناہ گار، ایک غافل جو بھی کر سکتا تھا وہ میں نے کیا ہے۔۔۔ جو ہو گیا سو ہو گیا۔۔۔ میں بھی بھول جاتا ہوں۔۔۔ تو بھی بخش دے۔۔۔ میری توبہ کو قبول کر۔۔۔

جب پرانا حساب کلیئر ہو جائے تو پھر ہدایت کی دعا کی جائے۔۔۔ گڑگڑا کر، بھکاری کی طرح، صحرا میں گمشدہ ایک جاں بلب مسافر کی طرح فریاد کی جائے۔۔۔

اے اللہ میں توبہ کر چکا اور یہ یقین رکھتا ہوں کہ تو قبول کر چکا۔ میں ایک گمشدہ انسان ہوں، میری کوئی پہچان کوئی شناخت میرے پاس نہیں۔ مجھے ہدایت عطا کر، میری رہنمائی کر مجھے گائیڈنس دے۔ اے اللہ یہ دعا مانگ لینے کے بعد کل میرے جذبات میں ایسی شدت نہ رہے گی جیسی آج ہے کہ میں تو غفلت میں ہوں تو مجھے سنبھال لے۔ اگر میں گمراہی میں جاؤں تو مجھے روک لے، مجھے بچا لے۔

اے میرے رب میں تو خلوص sincerity ہی سے مانگ سکتا تھا آج یہ خلوص مجھ میں ہے
مجھے تو مل جا۔ میری غفلت کو مجھ سے دور کر دے۔ میں اپنا آپ تیرے حوالے کرتا ہوں
جدھر تو بہتر سمجھتا ہے اب مجھے لے چل۔۔۔

رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوْبَنَا بَعْدَ اِذْ هَدَيْتَنَا وَهَبْ لَنَا مِنْ لَّدُنْكَ رَحْمَةً
اِنَّكَ اَنْتَ الْوَهَّابُ o

اے رب ہمارے! جب تو ہم کو ہدایت کر چکا تو ہمارے دلوں کو نہ پھیر اور اپنے ہاں سے ہمیں رحمت عطا فرما بے شک تو بہت زیادہ دینے والا ہے۔

(آل عمران 8)

جس دن یہ رسم بندگی ادا ہو گئی اس دن کے بعد سے معاملات، حقائق اور واقعات بدلنا شروع ہو جائیں گے۔ دل کا سچا ہونا اور اخلاص۔۔۔ یہ دونوں لازم شرائط ہیں۔۔۔ انسان چونکہ جلد باز ہے اس لیے دعا کے بعد فوری نتیجے کی امید رکھتا ہے جبکہ اللہ کی کائنات میں عجلت نام کی کوئی شے نہیں۔ ایسا لگے گا کہ کچھ بھی نہیں ہو رہا۔ نہ تو دعا کا کوئی اثر نظر آ رہا ہے اور نہ ہی حالات ہدایت کو جاتے نظر آتے ہیں۔ مگر ایسا ہرگز نہیں۔

جب ایک مدت جیسے مثال کے طور پر چھ ماہ سے ایک سال کے بعد پلٹ کر دیکھا جائے گا تو انسان ششدر رہ جائے گا کہ وہ کیا سے کیا ہو گیا ہے۔۔۔ کام ہو رہا ہوتا ہے مگر ہوتا ہوا نظر نہیں آتا۔۔۔ وہ اللہ ہی کیا جو پکڑائی دے جائے۔۔۔

نظر وہاں سے آتا ہے جہاں سے نظر آ جانے کا کوئی گمان تک نہیں ہوتا۔۔۔ بس اللہ پر بھروسہ اور اعتماد رکھنا ہوتا ہے۔ الرٹ رہنا ہوتا ہے۔ اپنی اصلاح میں مصروف عمل ہونا ہوتا ہے۔ حالات و واقعات پر کڑی نگاہ رکھنی ہوتی ہے۔ پھر آہستہ آہستہ انسان کو دکھائی دینا شروع ہوتا ہے کہ اس کیلئے نئے رستے بنائے جا رہے ہیں۔

نئے اسباب اس کی زندگی میں داخل ہو رہے ہیں۔ زندگی، ذہن عقل نفسیات، کاروبار، اخلاق، زاویہ نظر سمیت بہت ہی غیر محسوس انداز میں ہر شے تبدیل ہونے لگتی ہے۔ یہ مائیکرو سکوپک ہے۔۔۔ یہ نینو ٹیکنالوجی ہے۔۔۔ یہ عام نظر سے آپ کو کبھی بھی ہوتا ہوا دکھائی نہ دے گا۔۔۔ اللہ اس انقلاب کو دیکھنے والی نظر بھی عطا فرماتا ہے۔۔۔ زندگی کے اردگرد موجود ہر شے کی حقیقت بدلنے لگتی ہے۔ دوست احباب، ماں باپ، رشتے دار اور تعلقات سمیت سارا معاشرہ بدلنے لگتا ہے۔

اندرونی و بیرونی تمام دنیا میں انتہائی حیرت انگیز اور ناقابل بیان تبدیلیاں رونما ہونے لگتی ہیں۔ آزمائشوں کی نوعیت بدل جاتی ہے۔ ہدایت یافتہ اور غیر ہدایت یافتہ اشخاص کی زندگیوں میں آنے والی آزمائشوں میں بھی زمین آسمان کا فرق ہوتا ہے۔ ظاہری اعتبار سے تو یہ ایک جیسی دکھائی دیتی ہیں مگر ان کے مابعد نفسیاتی اثرات دونوں پر نہایت مختلف انداز میں اثر انداز ہوتے ہیں۔ ہدایت کے بغیر آنے والی آزمائشوں میں صرف اذیت ہے، دکھ کرب اور بلا ہے، سٹریس اور ڈپریشن ہے جبکہ ہدایت یافتہ کو جو بھی آزمائش آتی ہے اس میں دکھ اور تکلیف کا پیمانہ بہت کم اور قابل برداشت ہوتا ہے۔ سٹریس اور ڈپریشن بالکل نہیں ہوتا اور اگر بالفرض محال ہو بھی تو وقتی short term ہوتا ہے۔

ہدایت یافتہ کو پتہ ہوتا ہے کہ آزمائش کا مقصد دباؤ ہے اور دباؤ سے میرے نفس میں کشائش آئے گی۔ اس لیے ہر آزمائش اسے علم کے نئے درجات پر متمکن کرتی۔۔۔ اللہ سے مزید قریب کرتی جاتی ہے۔ نفس جبلی طور پر ہدایت سے آشنا ہے۔۔۔ مگر اسے ڈر یہ ہوتا ہے کہ اگر خلوص دل سے ہدایت میں نے اللہ سے مانگ لی اور عطا ہو گئی تو میری ساری زندگی بدل جائے گی۔ اب چونکہ یہ اپنی زندگی کی ہر شے کو ملکیت سمجھتا ہے اس سے جڑا Attach ہوتا ہے اس لیے یہ اپنی ملکیت چھن جانے کے خوف سے جب بھی ہدایت کی دعا کرتا ہے

غیر سنجیدگی سے کرتا ہے۔ نفس کو یوں لگتا ہے کہ ہدایت مل جانے کے بعد زندگی خشک ہو جائے گی۔ اس کی رنگینی ختم ہو جائے گی ہر وقت ٹوپی مصلا اور مسجد و قرآن کی دنیا اس کی رنگین دنیا کو فنا کر دے گی۔۔۔ نفس کو خبر نہیں کہ ایسا ہرگز نہیں ہے۔ اللہ کی دنیا سے زیادہ رنگین اور کوئی دنیا نہیں ہوتی یہ کوئی ان سے پوچھے جو اللہ کی دنیا میں رہتے ہیں۔

وَالَّذِیْنَ جَاهَدُوْا فِیْنَا لَنَهْدِیَنَّهُمْ سُبُلَنَا ۚ وَاِنَّ اللّٰهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِیْنَ ۝

اور جنہوں نے ہمارے لیے کوشش کی ہم انہیں ضرور اپنی راہیں سمجھا دیں گے،

اور بے شک اللہ نیکو کاروں کے ساتھ ہے۔

(العنکبوت 69)

فَاَمَّا مَنْ اَعْطٰی وَاتَّقٰی ۝ وَصَدَّقَ بِالْحُسْنٰی ۝ فَسَنُیَسِّرُهٗ لِلْیُسْرٰی ۝

تو جس نے راہِ خدا میں دیا اور خدا کی نافرمانی سے پرہیز کیا اور بھلائی کو سچ مانا

اُس کو ہم آسان راستے کیلئے سہولت دیں گے۔

(اللیل 5 تا 7)

اِنَّ عَلَیْنَا لَلْهُدٰی ۝ وَاِنَّ لَنَا لَلْاٰخِرَةَ وَالْاُوْلٰی ۝

بے شک ہمارے ذمے راہ دکھانا ہے۔ اور بے شک ہمارے ہی ہاتھ

میں آخرت بھی اور دنیا بھی ہے۔

(اللیل 12 تا 13)

جب اللہ راستہ دکھا دیتا ہے تو انسان پر انکشاف ہوتا ہے کہ اس رستے پر اُس کے عظیم نبی ﷺ اُس کی رہنمائی کرنے کیلئے پہلے سے ہی موجود ہیں پھر اُسے جس کسی اُستاد کی دنیا میں

ضرورت ہوتی ہے وہ بھی ملا دیا جاتا ہے۔ سارا بندوبست خود بخود ہوتا ہے انسان کی اتنی ہمت کہاں کہ اپنی محدود سی عقل سے اتنا بڑا کام کر جائے۔ یہ سب تو اللہ کرتا ہے۔۔۔۔ یہ سب کچھ بس بندے کے نام لگ جاتا ہے۔۔۔ ساری بات دعا کی ہے۔۔۔ نیت اور اخلاص کی ہے۔۔۔

زندگی میں ایک بار یہ دعا ہر حال میں کر لینا انتہائی ضروری ہے۔ ہمارا کام صرف یہ ہے کہ سچی توبہ کریں اور خلوص دل سے ہدایت مانگ لیں۔ باقی سب اللہ کرتا ہے۔ کیا ہم میں اتنی بھی ہمت نہیں کہ یہ چھوٹا سا کام کر لیں؟ کیا ہمیں اللہ سے اتنی بھی محبت نہیں؟ آج آپ کو اللہ کو یہ دکھانا ہے کہ آپ کو اللہ سے محبت ہے اس سے کہیں زیادہ ہے۔۔۔ اس آج کو کل نہ ہونے دیں کہ یہ کل کبھی نہیں آئے گی۔۔۔ جو کرنا ہے آج ہی کرنا ہے۔۔۔

اللہ توفیق عطا فرمائے۔۔۔ آمین۔

ہدایت مانگ لینے اور توبہ کر لینے کے بعد ایسی صورتحال سے واسطہ پڑتا ہے جسے نفس ہمیشہ سے نظر انداز کرتا ہی چلا آیا ہے۔ ہدایت کا معاملہ اللہ کے ہاں پہنچ گیا۔ توبہ کی قبولیت بھی اللہ نے کرنی ہے۔ اب توبہ کا قیام انسان کے نفس میں رہ جاتا ہے۔

اپنی توبہ پر قائم رہنے کیلئے انسان کو قوت ارادی کی will power کی ضرورت پڑتی ہے جو عام طور پر نفس میں کمزور حالت میں ہوتی ہے۔ جس انسان نے اپنی ساری زندگی پر توبہ کی ہے وہ ہر روز بہت سے ایسے گناہ کرنے کی عادت میں مبتلا ہوتا ہے جن سے جان چھڑانا اس کیلئے بہت بڑا اور دوسر بن جاتا ہے۔ اب ہر گناہ پر توبہ کا آغاز ہوتا ہے، نفس عادت سے مجبور ہو کر گناہ کو لپکتا ہے پھر توبہ اور استغفار کرتا ہے پھر گناہ کر بیٹھتا ہے۔

یوں گناہوں اور اُن کی توبہ کا ایک نا ختم ہونے والا سلسلہ چل نکلتا ہے۔ انسان جب ایک بڑی توبہ کر لیتا ہے تو تمام چھوٹے گناہوں پر اس کی یہ توبہ اس بڑی توبہ کو مضبوط کرتی جاتی

ہے۔ مسئلہ یہاں یہ پڑتا ہے کہ نفس صرف گناہوں میں ہی ملوث نہیں ہوتا بلکہ اسے کسی بھی نئی عادت مثلاً نماز، قرآن کو اپناتے ہوئے شدید دقت ہوتی ہے۔ نیک کاموں میں فوری سرور و انبساط نہیں پایا جاتا اس لیے عادت کو مستقل اختیار کرنا کار دشوار ہو جاتا ہے۔
نفس کو جس شے، عمل میں فوری نتیجہ instant result ملتا ہے وہ اس کا فوری عادی ہو جاتا ہے جس عمل کا نتیجہ اسے فوراً نہیں ملتا اُن اعمال کو اختیار کرنا اس کیلئے بہت ہی مشکل ہے۔

ایک تو پرانی عادات پر قائم رہنے کی اور واپس اپنی پہلے والی زندگی کو پلٹ جانے کی ضد اور دوسرا نئی عادات کو اختیار کرنے میں بے پناہ تساہل اس مقام توبہ پر اسے اپنا شکار کرنے کی پوری کوشش کرتے ہیں۔ مثال کے طور پر ہر بار نفس ارادہ کرتا ہے کہ نماز کی ہر حال میں پابندی کروں گا صبح فجر کی نماز لازمی پڑھنا ہے۔ مگر وقت آنے پر تساہل کا شکار ہو کر کمزور قوت ارادی کے ہاتھوں مار کھاتا ہے۔

یہاں پر بار بار توبہ کے ساتھ تفتیش inquiry کی بے حد ضرورت پڑتی ہے ورنہ توبہ کے مقام پر قائم رہنا دشوار ہو جاتا ہے۔ ہر روز اچھے کاموں کا ارادہ کرنا اور پھر ان پر عمل نہ کر پانا یہ واردات سب کے ساتھ ہو رہی ہوتی ہے اور انتہائی کامیابی سے اسے نظر انداز بھی کیا جا رہا ہوتا ہے۔

اللہ کی تلاش کے سفر میں قوت ارادی کو مضبوط کرنا ہوتا ہے۔ اس کے کمزور ہونے کا صرف ایک مطلب ہے کہ نفس کو کبھی پوچھا ہی نہیں گیا۔ کبھی اس سے سوال نہیں کیا گیا۔ انکوائری کی کبھی زحمت نہیں کی گئی۔ یہ کبھی کسی کو جواب دہ رہا ہی نہیں۔۔۔۔ آج کے بعد اگر آپ کوئی کام کرنے کا ارادہ کر لیں اور اس کو کرنے میں ناکام ہو جائیں مثال کے طور پر آپ نے یہ فیصلہ کیا تھا کہ کسی صورت کسی انسان کو ہرگز گالی نہ دیں گے لیکن عادت

کے ہاتھوں مجبور ہو کر پھر ایسا ہو گیا تو اب کی بار نظر انداز کرنے یا پچھتانے کی بجائے اپنے نفس کے ساتھ بیٹھ جائیں۔ کسی تنہا جگہ پر جہاں بھی موقع ملے بیٹھ جائیں۔ اور خود سے پوچھیں۔۔۔ کہ جب یہ فیصلہ ہو گیا تھا تو پھر تم نے ایسا کیوں کیا؟ گہری سنجیدگی سے پوچھیں اور دھیان سے سنیں کہ کیا جواب آتا ہے۔

نفس کہے گا کہ آئندہ ایسا نہیں کروں گا یا یہ کہے گا کہ مجھ سے غلطی ہو گئی خیال ہی نہ رہا۔ اس کی بات سنیں وہ آپ کو بتانا چاہ رہا ہے کہ ابھی اس کی تربیت خام ہے۔ اسے توبہ کروائیں۔ خود کو توبہ کروائیں اور آئندہ خود سے ایسا نہ کرنے کا عہد لیں۔ اگر نفس وجہ بتائے reason دے کہ دوسرے نے بھی برا بھلا کہا اس لئے جواب میں گالی نکل گئی تو کبھی اس کی بات نہ مانیں۔ اسے ٹریننڈ کریں کہ کوئی کچھ بھی کہے گالی دینا کسی صورت جائز نہیں۔۔۔ سمجھائیں۔۔۔ اسے خود پر کبھی ترس نہ کھانے دیں کبھی خود سے ہمدردی نہ کرنے دیں۔ آہستہ آہستہ تحمل سے اسے علم سے روشناس کروائیں۔ توبہ یاد دلائیں۔

اس انکوائری کو ہر عمل پر لاگو کر دیں جب بھی کوئی ایسا کام ہو جو آپ کو اللہ سے دور کرنے کا باعث بن رہا ہو کچھ بھی ایسا ہو جو آپ نہیں چاہتے تھے کہ ہو جائے تو وہیں رک جائیں stop everything اور اپنے نفس سے اپنے ذہن سے انکوائری کریں۔

دھیرے دھیرے آپ دیکھیں گے کہ آپ کے ذہن میں بے پناہ قوت ارادی پیدا ہونا شروع ہو گئی ہے۔ نفس کی بے جا مزاحمت کم ہو رہی ہے اور آپ نئی عادات کو اختیار کرنے میں آسانی محسوس کرنے لگے ہیں اور نفس میں پرانی ناپسندیدہ عادات کو پلٹنے کا رجحان کم ہو رہا ہے۔ اس میں بہت وقت لگتا ہے۔ یہ دنوں میں ہونے والا کام نہیں ہے اسے صبر و تحمل اور حوصلے کے ساتھ جاری رکھنا ہوتا ہے۔ اپنے ساتھ ڈائیلاگ شروع کریں۔ خود سے مخاطب ہوں۔

بول کر خود سے بات کریں، سرگوشی کریں یا ذہن میں ہی بات کریں۔ جس انداز سے آپ کا دل کرتا ہے ویسے مخاطب ہوں لیکن خود سے مخاطب ہونے کا آغاز کریں۔۔۔ اپنے آپ سے چھپنے کا کوئی فائدہ نہیں اور نہ ہی خود کے سامنے بے بس ہونے میں کوئی عزت اور وقار ہے۔ نفس کو یہ کھلی آزادی نہیں دی جا سکتی کہ وہ جو چاہے کرتا پھرے۔ اسے جواب دینا ہوگا اور جس دن اسے پتا چل گیا کہ جواب طلب کیا جاتا ہے یہ محتاط ہو جائے گا۔ سنجیدگی اختیار کرنے لگے گا۔

نفس کی مثال ایک شرارتی بچے کی سی ہوتی ہے کہ جب ماں اس سے غافل ہو تو یہ اودھم مچانے لگتا ہے لیکن جیسے ہی ماں اسے دھمکی آمیز کڑی اور خبردار نظر سے دیکھے یا اسے اس بات کا احساس ہو جائے کہ ماں مجھ پر نگران ہے مجھے دیکھ رہی ہے اس کی شرارتیں ختم ہو جاتی ہیں اور وہ ایک سلجھے ہوئے بچے کی طرح باادب ہو جاتا ہے۔

اپنے نفس کی فطرت کو سمجھیں۔۔۔ اس پر طنز بھی کیا کریں۔ کبھی کبھی اپنا مذاق بھی اڑا لینا چاہیے۔۔۔ انسان اپنی اوقات میں رہتا ہے۔ عزت نفس کا کوئی وجود نہیں ہے self respect اس دنیا کا سب سے بڑا جھوٹ اور دھوکا ہے۔ کس کی عزت؟ کاہے کی عزت؟ وجود کی، بے جان جسم کی عزت؟ حواس کی یا پھر ذہن کی عزت؟

آخر یہ عزت ہے کس کی؟

مَنْ كَانَ يُرِيْدُ الْعِزَّةَ فَلِلّٰهِ الْعِزَّةُ جَمِيْعًا

جو شخص عزت چاہتا ہو سو اللہ ہی کے لیے سب عزت ہے

(فاطر 10)

جب اپنے نفس پر طنز، استہزاء کرنے کی قابلیت پیدا ہو جاتی ہے تو نفس کا تکبر، غرور تیزی سے کم ہونے لگتا ہے۔ آپ کو اپنے نفس کے درمیان ایک اور نفس پیدا کرنا ہے جو اس

نفس کو کنٹرول کرنا شروع کرے گا، اسے تعلیم دے گا، تربیت دے گا۔ خود پر طنز، استہزاء کی صورت میں یہ نفس خود آپ کو پیدا کرنا ہے مگر خیال رہے کہ خود پر موقع محل دیکھ کر ہنسنا ہوتا ہے۔ طنز تب کریں جب لوہا گرم ہو۔ ہر وقت کا طنز اور تضحیک اسے الٹا خود ترسی self sympathy کا شکار کر دے گی جو نفس ہی کا ایک جال ہے۔

طنز اور استہزاء کرنے والے اسی نئے نفس سے ترقی improvement کا سفر شروع ہوتا ہے یہی نفس آگے جا کر نفسِ مطمئنہ میں تبدیل ہوتا ہے۔ یہ کام ساری زندگی کرنا ہوتا ہے۔ کبھی بھی مسافر مطمئن نہیں ہو سکتا۔ کبھی یہ نہیں سوچ سکتا کہ میں کہیں پہنچ گیا ہوں، کچھ بن گیا ہوں، کچھ پا گیا ہوں۔ یہ بہت بھیانک غلطی ہے۔ اس سے مجاہدہ برباد ہو کر رہ جاتا ہے۔ کبھی مطمئن نہیں ہو سکتے کہ خیر و شر کی کشمکش موت تک پورے زور شور سے ہر لمحہ جاری و ساری رہتی ہے۔ انکوائری کرنے کیلئے آپ کو ہر وقت باخبر رہنا ہوتا ہے aware رہنا ہوتا ہے۔ اندرونی و بیرونی دنیا پر کڑی نگاہ رکھنا ہوتی ہے کہ نفس ہر جگہ پوری طاقت اور ذہانت سے فعال ہے۔ ایک ایک حرکت کو جانچنا scan کرنا ہوتا ہے۔ غفلت نفس کی فطرت ہے یہ غافل ہونا چاہتا ہے۔ بے پرواہی میں جینے کا خواہاں ہے۔

وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنسَاهُمْ أَنفُسَهُمْ ۚ أُولَٰئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ ○

اور تم ان لوگوں کی طرح نہ ہو جانا جنہوں نے اللہ کو بھلا دیا تو اللہ نے بھی انہیں اپنے نفس سے غافل کر دیا اور ایسے ہی لوگ نافرمان ہوتے ہیں۔

(الحشر 19)

ہر جگہ محرکات stimulus کا جال بچھا ہوا ہے جن سے بے پناہ سوچ کا ریسپانس پیدا ہو رہا ہے۔ اس کا بہترین علاج باخبری awareness ہے۔

ہر وقت ہوشیار رہیں active رہیں۔ غفلت میں زندگی مت گزاریں۔ ذہن کو سوچوں کے سمندر میں ہر لحظہ غرق رہنے کی عادت ہے اسے اس گہرے سمندر سے باہر نکالیں۔ جس جگہ بھی جائیں وہاں کے در و دیوار اور وہاں موجود ہر شے سے مکمل باخبر رہیں۔۔۔

ایسا کرنے سے نفس اپنی محویت dreaming سے باہر آنے لگتا ہے۔ سڑک پر چلتے ہوئے لوگوں کا، موٹر سائیکل سوار کا، گاڑی والے کا، بس ٹرین میں بیٹھے ہوئے مسافروں کا مشاہدہ کریں تو آپ پر حقیقت منکشف ہوگی کہ سب اپنے خیالوں میں گم ہیں اپنے اردگرد کے ماحول سے بیگانہ ہو کر ہر آدمی اپنی سوچ کی وادیوں میں بھٹک رہا ہے۔ بظاہر جاگتا دکھائی دینے والا ہر انسان سو رہا ہے۔

اپنے ماحول سے پوری طرح خبردار رہیں۔ موسم کا پورا لطف اٹھائیں۔ ستاروں کو چاند کو دیکھیں، پودوں کو دیکھیں، بچوں کو دیکھیں اپنے اردگرد موجود لوگوں کو دیکھنا شروع کریں۔ آپ کو احساس ہوگا کہ آپ سو رہے تھے حالت تنویم dreaming state میں تھے ہوا کرتے تھے۔۔۔ اب آپ کو ہوش آنے لگے گی۔

نفس ہوشیار ہونا شروع ہوگا۔ غفلت زدہ آنکھ کھلنے لگے گی۔ یہ نفسیاتی ارتقاء psychological evolution کا آغاز ہے۔ یہ انقلاب کی شروعات ہے۔ یہاں سے نفس کا تزکیہ شروع ہوتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے قرآن کریم میں سورۃ الشمس میں سب سے طویل قسم کھائی۔ دس بار سے بھی زیادہ پھر فرمایا۔۔۔

وَالشَّمْسِ وَضُحَاهَا ٥ وَالْقَمَرِ إِذَا تَلَاهَا ٥ وَالنَّهَارِ إِذَا جَلَّاهَا ٥ وَاللَّيْلِ إِذَا يَغْشَاهَا ٥ وَالسَّمَاءِ وَمَا بَنَاهَا ٥ وَالْأَرْضِ وَمَا طَحَاهَا ٥ وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ٥ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ٥ قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا ٥ وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا ٥

سورج کی اور اس کی دھوپ کی قسم ہے۔اور چاند کی جب وہ اس کے پیچھے آئے۔اور دن کی جب وہ اس کو روشن کردے۔اور رات کی جب وہ اس کو ڈھانپ لے۔اور آسمان کی اور اس کی جس نے اس کو بنایا۔اور زمین اور اس کی جس نے اس کو بچھایا۔اور نفس کی اور اس کی جس نے اس کو درست کیا۔پھر اس کو اس کی بدی اور نیکی سمجھائی۔بے شک وہ کامیاب ہوا جس نے اپنی روح کو پاک کرلیا۔اور بے شک وہ غارت ہوا
جس نے اس کو آلودہ کرلیا۔

(الشمس 1 تا 10)

☆☆☆☆☆☆☆

زمان ومکاں

Time and Space

نفس کو سمجھنے کیلئے سب سے اہم تصور concept زمان ومکاں time and space کا ہے۔ یہیں سے شعوری کوشش کے سفر کا آغاز ہوتا ہے۔ زمان ومکاں دوئی ہے duality ہے۔ نفس دوئی duality کا تاثر effect پیدا کرنے کیلئے خود کو ہر شے سے علیحدہ یا الگ کرتا ہے۔ اس علیحدگی کیلئے اُسے خلا space کی ضرورت پڑتی ہے۔ اسے ایسے سمجھتے ہیں۔۔۔

شاہد observer اور مشہود that which is the observed کے درمیان ایک خلا ہے space ہے۔ یہ مکان ہے۔ اس مکان میں space میں جو شاہد اور مشہود کے درمیان خلا کی صورت موجود ہے فاصلہ پیدا ہوتا ہے۔ اسے measure / distance کہتے ہیں۔

اس فاصلے measure / distance میں شاہد کی معلومات مشہود تک اور مشہود کی معلومات شاہد تک لے جانے کیلئے سوچ thought پیدا ہوتی ہے جو اس فاصلے میں آنے اور جانے کا سفر طے کرتی ہے۔

اس سوچ کے آنے اور جانے میں جو شے پیدا ہوتی ہے اسے وقت time کہتے ہیں۔ اس لیے سوچ thought وقت time ہے۔ یہ ہے زمان ومکان کی درست تعریف ورنہ جہاں بھی دیکھا وہاں زمان کو وقت time اور مکان کو خلا space کہہ کر جان چھڑالی جاتی ہے فاصلے کا distance / measurement کا ذکر ہی نہیں ملتا۔

لگتا تو یہی ہے کہ زمان ومکاں time & space کی اس سے زیادہ آسان تعریف اور کوئی نہیں۔ پھر بھی اس کا سمجھ آجانا ایک الگ ہی شے ہے۔ اس لیے اسے جاننے کی کوشش کرتے ہیں کہ جس کو زمان ومکاں سمجھ میں آگیا اُس کی بڑی مشکل آسان ہوجائے گی۔ جو بیان کیا ہے اُس کا خلاصہ انگریزی میں یہ ہے۔

There is a space between the observer and the
observed, in that space there is distance
and in that distance thought is taking
place which is time.

وقت time دو طرح کا ہے ایک حیاتیاتی biological time ہے یہ سورج کے گرد زمین کے گھومنے سے پیدا ہوتا ہے جس کا ایک حصہ چاند بھی ہے کہ اس کے گھٹنے اور بڑھنے سے وقت کی منازل طے کی جاتی ہیں۔ بائیولوجیکل ٹائم تقریباً اپنی انتہاؤں پر پہنچ چکا ہے۔ دنیا تباہی کے کنارے پر کھڑی ہے۔ اسے اب زیادہ دیر تک بچایا نہ جاسکے گا یہ حقیقت ایک اندھا بھی دیکھ سکتا ہے۔

وقت دو طرح کا بالکل ایسے ہے جیسے کششِ ثقل gravity دو طرح کی ہے۔ پہلی وہ ہے جو زمین پر موجود انسان سمیت ہر شے کو زمین سے جوڑے ہوئے ہے bind کیے ہوئے ہے۔ دوسری وہ ہے جو زمین کو خلا میں اُس کے مدار سے جوڑ کر رکھتی ہے اور اسے

اِدھر اُدھر نہیں ہونے دیتی۔ یہ دوسری طرح کی فورس آف گریویٹی force of gravity زمین پر موجود انسانوں سمیت کسی شے پر اثر انداز نہیں ہوتی۔ یہی وجہ ہے کہ خلاباز جب خلا میں حرکت کرتے ہیں تو اُن پر کوئی کششِ ثقل نہیں ہوتی۔ وہ اِدھر اُدھر ڈولتے پھرتے ہیں مگر عین اُسی وقت اُن کے ارد گرد خلا میں موجود زمین سمیت تمام سیارے ستارے چاند سورج ہر شے اپنی سمت پر چل رہی ہوتی ہے۔

زمین سے خلا میں جانے والی ہر شے کششِ ثقل سے آزاد ہو جاتی ہے تو پھر خود زمین کو یہ آزادی کیوں نہیں؟ حالانکہ وہ بھی تو اُسی خلا میں ہے۔۔۔ اس کا مطلب ہے یہ ایک اور طرح کی کششِ ثقل ہے جس نے زمین کو خلا میں باندھ رکھا ہے۔ اس دوسری قسم کی کششِ ثقل کا اثر صرف خلائی اجسام پر ہوتا ہے۔

وقت time کی بات ہو رہی ہے۔ کششِ ثقل کی طرح وقت بھی دو قسم کا ہے۔ جو حیاتیاتی وقت biological time ہے اسے کوئی نہیں روک سکتا۔ یہ کرونولوجیکل وقت chronological time ہے۔ اسے ہر حال میں چلنا ہے۔ سورج کو نکلنے سے اللہ کے سوا کوئی نہیں روک سکتا اور اس نے کہا ہے کہ وہ اسے ایک دن روک دے گا۔ قیامت کا مطلب وقت کا اختتام ہے end of time ہے۔۔۔

دوسری طرح کے وقت کو نفسیاتی وقت psychological time کہتے ہیں۔ یہ سوچ کی حرکت ہے movement of thought ہے۔ نفسیاتی وقت خواہش desire میں لپٹا ہوا ہے۔

یہاں سے وہاں تک جانے کی سوچ، انسان جو آج نہیں ہے وہ کل تک بن جانے کی سوچ۔۔۔ یہ وسعت expansion کی سوچ ہے جو اپنی ذات میں خود ایک خواہش ہے۔ یہ ارتقاء evolution کا حصہ ہے۔

یہ نفسیاتی ارتقاء ہے جو جاری ہے۔ psychological evolution ہے۔ حیاتیاتی ارتقاء، biological evolution تقریباً مکمل ہو چکا ہے انسان کے ہاتھ اب تین یا چار نہیں ہو جائیں گے وہ وہی رہیں گے۔

نفسیاتی وقت psychological time اُمید hope بھی ہے۔ جو ماضی میں ہو چکا ہے اُسے بہتر کرنے کی سوچ میں وقت ہے، اُس سے بچنے کی سوچ وقت ہے۔ اسے دبانے، دوبارہ کرنے، اس کے بارے میں کچھ بھی نہ کرنے کی سوچ وقت ہے۔ یہی سائیکولوجیکل ٹائم ہے جو انفرادیت میں بھی چل رہا ہے اور اجتماعی انسانیت میں بھی کارفرما ہے۔

نفس سے آزاد ہونے کیلئے ذہن کو اپنے نفسیاتی وقت کو سمجھنا ہوتا ہے۔ حیاتیاتی وقت کو روکا نہیں جا سکتا مگر نفسیاتی وقت سو فیصد روکا جا سکتا ہے، تبدیل اور ختم کیا جا سکتا ہے ورنہ یہ موت کی صورت میں از خود ختم ہو جاتا ہے۔ جسم کی موت نفس کیلئے قیامت سے کم نہیں۔۔۔

وقت کے بعد فاصلے measurement / distance کی باری آتی ہے۔ دُنیا کی ساری ٹیکنالوجی خواہ وہ قدیم ہو یا جدید اس کی بنیاد فاصلہ/ پیمائش measurement ہے۔ اگر پیمائش measurement نہ ہو تو کوئی ٹیکنالوجی نہیں ہے۔

چاہے وہ پیمانہ ruler ہو یا سوچ کا فاصلہ distance ہو ایک ہی بات ہے دونوں نام پیمائش کے ہی ہیں۔ فاصلے کے بغیر کوئی پیمائش نہیں ہے۔ یہ پیمائش انتہائی ضروری ہے کہ اس کے بغیر کچھ بھی تخلیق نہیں کیا جا سکتا۔ پیمائش کا یہ آئیڈیا سب سے پہلے قدیم یونان میں آیا اور وہاں سے تمام دنیا خصوصاً مغرب کو منتقل ہوا۔ اسی پیمائش کے اصول سے ریاضی Mathematics وجود میں آیا۔ یہ پیمائش صرف ریاضی تک ہی محدود نہیں بلکہ اس سے انسان نے تقابل compare کرنا سیکھا ہے۔

ایک شاعر سے دوسرے شاعر کا تقابل، ایک مذہب سے دوسرے مذہب اور ایک انسان سے دوسرے انسان کا موازنہ اسی پیمائش Measurement سے وجود میں آیا ہے۔

بالکل اسی طرح ہمارے نفس میں بھی ہر وقت تقابل comparison کارفرما ہے۔ میں ایسا نہیں ہوں جیسا مجھے ہونا چاہیے۔ مزید پیسہ، مزید طاقت یہ سب تقابل comparison سے ہوتا ہے۔ جس کی بنیاد پیمائش measurement ہے۔

مکان space بھی اسی طرح دو قسم کا ہے مادی اور نفسیاتی۔۔۔ مادی اسپیس materialistic Space کو سمجھنے کیلئے بڑے شہروں mega cities کو دیکھیں۔ لوگوں کا بے پناہ ہجوم ہے۔ انسانوں کی اس قدر کثرت ہے کہ خدا کی پناہ۔ نتیجہ اس کا یہ کہ مکان چھوٹے اور گلیاں تنگ ہوتی جا رہی ہیں۔ جب باہر کی دنیا میں جگہ space کم ہونے لگتی ہے تو نفسیاتی گھٹن بے پناہ بڑھتی ہے۔ حد سے زیادہ بڑے شہر جرائم اور ظلم کی پیداوار کو بے اندازہ بڑھاتے ہیں کیونکہ وہاں کے رہنے والے عظیم دباؤ میں آچکے ہوتے ہیں۔ اس کا تجربہ آپ کسی پر ہجوم جگہ یا لوگوں سے کھچا کھچ بھری ہوئی ٹرین، بس یا لفٹ میں کر سکتے ہیں۔ ہر آدمی دوسرے کو دھکے دینا شروع کر دیتا ہے کیونکہ اس کے پاس جگہ space بہت کم رہ جاتی ہے۔

یہی وجہ ہے کہ بڑے شہروں کے رہنے والے چھٹیوں میں مضافاتی علاقوں، پارکس اور پہاڑی مقامات کا بھاگم بھاگ رُخ کرتے ہیں کیونکہ انہیں کچھ دیر کیلئے جگہ space چاہیے ورنہ وہ پاگل ہو جائیں گے۔ یہ فارمولا کچھ مدت کیلئے کام کرتا ہے لیکن پھر اس کے اثرات تیزی سے ختم ہو جاتے ہیں اور پھر وہی بھیڑ زدہ پر ہجوم زندگی انسان کو وحشت میں مبتلا کر دیتی ہے۔ اس کے برعکس دیہات اور کھلے علاقوں میں رہنے والے لوگوں کو اکثر کہیں بھی جانے کی حاجت محسوس نہیں ہوتی کیونکہ وہ کشادگی میں ہوتے ہیں ہاں سیر و تفریح

کی بات اور ہے۔ کسی بھی قسم کے جانوروں کو ان کی گنجائش سے کہیں کم جگہ میں بند کر دیا جائے تو کچھ ہی دیر میں ان میں بے چینی ظاہر ہونا شروع ہو جاتی ہے وہ اپنے بچے بھول بھال کر ایک دوسرے پر سانس لینے کیلئے چڑھ دوڑتے ہیں یہی فطرت انسانوں کی ہے جس پر ہر انسان کو غور کرنے کی ضرورت ہے۔

اسی طرح نفسیاتی مکان psychological space جو کہ ہمارا شعور ہے اس میں بہت تنگی ہوتی ہے۔ یہاں معلومات کا بے اندازہ ہجوم ہوتا ہے پہلے بھی لکھا جا چکا کہ ہم دوسروں کے علم سے کھچا کھچ بھرے ہوتے ہیں۔ ذہن میں علم کے ساتھ خوف لالچ بغض حسد کینہ، محبت نفرت امید، خوشی طاقت کمزوری، زندگی موت اور نہ جانے کیا کیا بھرا ہوا ہوتا ہے۔ ذہن میں دنیاوی علم بے پناہ غالب ہوتا ہے۔

ذہن mind ہمیشہ مقبوضہ حالت occupation میں رہتا ہے جس کی وجہ سے اس میں جگہ space بہت کم ہوتی ہے۔ اگر مشاہدہ کیا جائے تو ہمارا شعور ہر قسم کی معلومات سے بھرا ہوا ہوتا ہے۔ علم کی زیادتی اصل مسئلہ نہیں ہے مسئلہ تو بے ترتیب ادھر اُدھر کے علم سے ہے۔ ذہن میں بے پناہ گنجائش ہے مگر بات یہ ہے کہ آپ اگر اس میں کوڑے کا ڈھیر اکٹھا کر کے پہاڑ بنا دیں تو ساری جگہ اس پہاڑ کے پیچھے چھپ جاتی ہے۔ جبکہ نافع علم ہمیشہ کسی ترتیب order میں ہوتا ہے تب ہی نفع دے سکتا ہے۔ اگر سکول کی جماعتیں نظم وضبط order کے بغیر ہوں تو کیا سمجھ میں آئے گا؟

اگر پرائمری سے پہلے ہی میٹرک کرنے پر انسان کمر بستہ ہو جائے تو کیا حاصل ہو گا؟ خلاء cosmos کا مشاہدہ کریں۔ بھری پڑی ہے لاکھوں کروڑوں، ان گنت سیاروں، ستاروں سے اربوں کھربوں ہر گنتی سے زیادہ خالق کائنات کی تخلیق کا شاہکار پیچیدہ ترین کہکشائیں کھربوں ستاروں سیاروں کو اپنے اندر سموئے ہوئے ہیں مگر ایک بے حد

خوبصورت ترتیب کے ساتھ magnificent discipline کے ساتھ اللہ اس کائنات میں کارفرما ہے۔ ذہن انسان میں بھی اتنی ہی عظیم گنجائش ہے۔ علم کے بیکراں سمندر پئے جا سکتے ہیں اور تشنگی ہے کہ پھر بھی باقی رہے گی۔

بات ساری یہ ہے کہ ذہن میں علم ہے یا کچرا اکٹھا کیا ہوا ہے؟

انسان اس قسم کے پاگل پن میں مصروف ایک الجھے ہوئے ذہن کے ساتھ اس دنیا کو چلانے کی کوشش کر رہا ہے خواہ وہ اس کی انفرادی دنیا ہو یا ایک نفس سارے انسانوں میں منتقل ہو کر اجتماعی طور پر اس سیارے کو جس کا نام اس کو بنانے والے نے دنیا رکھا ہے چلانے کی کوشش کرے وہ کبھی کامیاب نہیں ہو سکتا۔

جب تک وہ اپنے اندر کے کچرے کو صاف نہیں کرتا اپنے اندر موجود علم کو ترتیب نہیں دیتا ری آرگنائز نہیں کرتا تب تک اسے اعلیٰ شعور عطا نہیں ہوتا اور اس کیلئے جس صفائی کی جس پاکیزگی purification کی ضرورت ہے اسے تزکیہ نفس purification of the self کہتے ہیں انسان ہمیشہ سے ہی جس سے گریزاں ہے۔ یہی وجہ ہے کہ دنیا کو کبھی کوئی درست سمت میں نہ چلا سکا۔ اس روئے زمین پر اگر کبھی مکمل انقلاب آیا ہے تو حضورؐ کی حیات مبارکہ میں آیا ہے۔ آپؐ کے طفیل اللہ نے انسانوں کو اسلام عطا فرمایا جس کی بنیاد ہی نفس کا تزکیہ ہے۔

اجتماعیت کو ٹھیک کرنا تب تک نہ تو ہمارا فرض ہے اور نہ ہی ہم سے ایسا ہو سکتا ہے جب تک کہ ہم اسلام کو اپنی انفرادی زندگی میں خود پر لاگو apply کرنے میں کامیاب نہ ہو جائیں۔ نفس انفرادی طور پر خود کو پاک کرنے میں کامیابی حاصل کر لے تو ایسا نفس دوسروں کیلئے، معاشرے کیلئے نفع کا ہدایت کا سبب بن کر اللہ کے ہاں کامران ہو سکتا ہے بصورت دیگر یہ ایک خواب ہی رہے گا۔

نفس کو خود میں وسعت پیدا کرنا ہوگی space چاہیے۔۔۔تاکہ شعور اعلیٰ سطح پر متمکن ہو اور اصل علم کا نزول ہو سکے اس کیلئے نفس کو اپنے اندر چلتے وقت کو درست کرنا ہے۔۔۔بدلنا ہے۔۔۔اور کہیں کبھی کبھی اسے ختم بھی کر دینا ہے۔۔۔وقت سوچ ہے۔۔۔یہ سوچ کی حرکت ہے۔۔۔اور جب سوچ بدل جاتی ہے وقت بدل جاتا ہے۔۔۔نفس سمیت یہ ساری دنیا یہ زمان ومکاں سب کچھ بدل جاتا ہے۔۔۔

☆☆☆☆☆☆☆

مراقبہ کیا ہے؟

What Is Mditation?

مراقبہ کا مطلب ہے غور کرنا۔ مراقبہ لفظ رقیب سے نکلا ہے۔ رقیب اسمائے الٰہی سے ایک اسم ہے جس کا معنی نگہبان ہے۔ اصلاحی معانی اس کا غور و فکر ہے۔ مراقبہ کے بغیر بات کا بننا دشوار ہے، بے حد دشوار ہے۔ مراقبہ دنیا کے اکثر مذاہب میں ہے خاص طور پر مسلمانوں، بدھ مت کے ماننے والوں اور ہندوؤں میں یہ بے حد مقبول ہے۔

یہ اس کتاب کا اہم ترین باب ہے اس لیے اسے انتہائی غور سے پوری توجہ سے پڑھنے کی اشد ضرورت ہے۔ مراقبہ دو طرح کا ہے۔ ایک تصوف mysticism میں ہے جو مشاہدے observation سے ہوتا ہے۔ تصوف میں مراقبہ کوئی عمل کوئی پریکٹس نہیں ہے بلکہ ایک حالت ہے جس میں نفس انسان غور و فکر کے بلند ترین درجہ پر ہوتا ہے۔ یہ علم خواص elites کا ہے، نایاب ہے۔ اب تو ڈھونڈے سے بھی نہیں ملتا۔ یہ ہوشیاری میں ہے، لمحے میں ہے، ہوش اور عقل میں ہے۔

دوسری قسم کا مراقبہ روحانیت spirituality کا ہے۔ جو دھیان / ارتکاز concentration سے ہوتا ہے۔ اس کا عمل ہے، پریکٹسز practices ہیں۔

خاص وعام کو اس کی تعلیم دستیاب ہے۔ یہ سرور میں ہے۔
یہ منطق پر ہے، فارمولے پر ہے۔ روحانیت ساری کی ساری اس کے سہارے
سکر میں ہے۔ جذب اور مجذوبیت میں ہے۔
کھڑی ہے۔ یہ اندھیرے میں اور مدہوشی میں ہے۔۔۔
سب سے بڑا فرق جو آج کل اکثر لوگوں کے وہم وگمان میں بھی نہیں وہ یہ کہ تصوف
mysticism میں روحانیت spirituality نہیں ہے اور روحانیت میں کوئی تصوف
نہیں ہے۔

تصوف میں علم سے نفس کو پڑھا جاتا ہے، دیکھا جاتا ہے، اسے سدھایا جاتا ہے۔ تصوف
میں کشف وکرامت ایک بوجھ ہے اس لیے صوفی اس سے گریزاں ہوتا ہے۔ روحانیت میں
نفس کو علم نہیں دیا جاتا اسے سدھانے کا کوئی تصور نہیں ہے بلکہ اسے فنا کرنے
annihilate کی کوشش کی جاتی ہے۔ روحانیت میں کشف وکرامت باعثِ فخر ہے
بزرگی کی علامت ہے۔

اللہ کی تلاش کرنے والے کو روحانیت سے کوئی سروکار ہرگز نہیں ہو سکتا۔ کسی چلّے وظیفے کسی
تعویذ اور کسی جن اور موکل کا کوئی دخل تصوف میں نہیں ہے۔ تصوف تو اللہ کی تلاش ہے،
اپنی پہچان ہے۔ مگر دردناک حقیقت ہے کہ آج کل ہر جگہ روحانیت ہی برسرِ اقتدار
ہے۔ بہرحال دونوں طرح کے مراقبوں کی اصل کھول کر بیان کی جا رہی ہے تاکہ سچ اور
جھوٹ الگ الگ ہو جائے۔۔۔ کھوٹے کھرے کی پہچان ممکن ہو۔۔۔

☆☆☆☆☆☆☆

صوفی مراقبہ (مشاہدۂ حق)

Mystic's Meditation (Observation of the Truth)

نفس کے پیچیدہ ترین نظام کو ضروری سطح تک جان لینے کے بعد انسان کو اس طریقۂ کار کی شدت سے تلاش ہوتی ہے جس کی مدد سے وہ خودی کے اس طلسم ہوشربا کو جس نے اس کی ذات کو چہار سو جکڑ رکھا ہے توڑ سکے۔ نفس کو کسی بھی سطح پر جان لینے کے بعد انسان ہر صورت اس کے چنگل سے نجات پانا چاہتا ہے۔ نفس کا علم نفس کے جال کو کمزور تو ضرور کر دیتا ہے مگر پھر بھی محض اس کے علم سے انسان خود کو اس کے پنجوں سے کبھی نہیں چھڑا سکتا۔

علم نفس سے انسان پر اس کا نفس عیاں ہو جاتا ہے۔ اس میں بہت خوبی بھی پیدا ہو جاتی ہے مگر پھر بھی یہ ہشت پا کبھی سدھرنے کو اطاعت surrender کرنے کو تیار نہیں ہوتا۔

اس مقام پر نفس کے سابقہ علم کی بنیادیں ہل چکی ہوتی ہیں۔ خودی کے پر شکوہ قلعے کی اینٹیں جا بجا اکھڑ چکی ہوتی ہیں مگر عمارت construct بدستور قائم و دائم ہوتی ہے۔

اب اس کے پرانے ناقص علم کی جگہ نئے اور اعلیٰ علم کی ضرورت پیش آتی ہے۔ ذہن بخوبی جان لیتا ہے اس کے علم کا ماخذ source ناقص ہے۔ وہ اعلیٰ علم و عقل تک پہنچنے کی اب شدید طلب اپنے اندر پاتا ہے۔

یہاں اسے مراقبہ کی اہمیت کا احساس ہوتا ہے۔ وہ جان جاتا ہے کہ جب تک اس پر اعلیٰ ترین علم نازل نہیں ہوتا وہ کبھی نجات نہیں پا سکتا۔ اس مقام سے روحانیت اور تصوف کی راہیں جدا جدا ہوتی ہیں۔ عبادات کی انتہا، خلوص دل کا بے کراں جذبہ، نفس کے تزکیہ کی بے پناہ محنت کے باوجود انسان دیکھتا ہے کہ کسی منظم اور مربوط نظام تعلیم کے بغیر وہ تزکیہ کی بلند منازل طے کرنے اور اعلیٰ مدارج حاصل کر پانے میں ناکام ہو رہا ہے۔

یہ جائے استاد ہے tacher is required۔ مگر بدقسمتی یہ ہے کہ عصر حاضر میں بڑے استاد قصہ پارینہ ہو چکے ہیں اور ان کی جگہ روحانیت کے پیشے سے منسلک بازیگر لے چکے ہیں۔ با اخلاص سالک کو اپنا غلام کر لیا جاتا ہے۔ ایسی اطاعت اس سے مانگی جاتی ہے جیسی نعوذ باللہ رسولؐ کیلئے ہونی چاہیے۔ اس کے ایمان کو سلب کر لیا جاتا ہے۔ ایک سے بڑھ کر ایک ڈاکو اس رستے میں گھات لگا کر بیٹھا ہے۔

سالک کو یقین دلایا جاتا ہے کہ وہ اللہ کی تلاش میں آخر کار ٹھیک جگہ پر آ پہنچا ہے۔ اپنی تمنا کے ہاتھوں مجبور سالک جب شیشے میں اتر آتا ہے تو اسے مراقبہ (دھیان۔ ارتکاز) کے ظلمات میں لاوارث لاش کی طرح پھینک دیا جاتا ہے۔

روحانیت اس دنیا میں شیطان کا سب سے عظیم دھوکا ہے اور اس دھوکے کو حقیقت بنانے کیلئے اس کا سب سے بڑا ہتھیار مراقبہ ہے جو دھیان، ارتکاز سے کیا جاتا ہے۔ دھیان concentration کو کہتے ہیں، ارتکاز کو کہتے ہیں۔ یہ طاغوت کا مراقبہ ہے، ارتکاز میں شیطان ہے۔ ارتکاز کا مراقبہ جھوٹ ہے۔۔۔

ارتکاز کی مکمل تفصیل اور اس کے بارے میں ہر انکشاف اگلے باب میں ہوگا۔ اس باب میں ہم اصل مراقبے کی بات کر رہے ہیں۔ اصل مراقبہ صرف اور صرف مشاہدے سے کیا جاتا ہے یہ observe کرنے کا alert رہنے کا عظیم علم ہے۔ اصل مراقبہ کیا ہے؟

اس علم کو جاننے کی کوشش کرتے ہیں۔۔۔

ہدایت یافتہ طرز زندگی جینا اور خوف سے آزاد ہو کر زندگی میں پوری طاقت سے بروئے کار آنے کے علم کو مراقبہ کہا جا سکتا ہے۔ یہ نفس کی بلند ترین سطح پر بہت سی جبلیات سے ماوراء ہو جانے کی ایک کیفیت کا نام ہے جو نفس پر طاری ہو جاتی ہے۔ مراقبہ اس حالت زندگی کا نام نہیں کہ انسان دنیا سے بے پرواہ ہو کر سر کے بال اور داڑھی مونچھ بڑھا کر گوشہ تنہائی میں کسی عمل کسی practice میں خود کو محو کر دے۔ مراقبہ کا کوئی وقت نہیں ہے۔ یہ کوئی عمل نہیں ہے۔ مراقبہ تو ایک کیفیت کا نام ہے جسے حالت مراقبہ meditative state کہا جاتا ہے اور یہ کسی عمل کسی پریکٹس کسی فارمولے سے حاصل نہیں ہوتی بلکہ اس کی بنیاد صرف اور صرف مشاہدہ حق ہے observation of truth ہے۔

مراقبہ کوئی ایسے شے نہیں جسے روزانہ صبح شام یا مخصوص اوقات میں چند گھنٹوں کیلئے کیا جاتا ہے اور پھر اس کے بعد اپنی وہی پرانی زندگی کے معمولات کو شروع کر دیا جاتا ہے۔ مراقبہ meditation کا لفظ بہت مقبول ہے اور عام لوگ حتیٰ کہ خواص کی کثیر تعداد بھی اسے ایک عمل سمجھتی ہے جبکہ یہ حقیقت خوب سمجھ لینے کی ہے کہ مراقبہ ایک کیفیت ہے۔ یہ جان لینے کے بعد کہ مراقبہ کی کیفیت مشاہدہ حق سے حاصل ہوتی ہے۔ ہمیں مشاہدہ کے بارے میں جاننا ہے۔ یہ بہت وسیع اور عظیم علم ہے اس لیے ہمیں بہت آہستہ آہستہ اس کی جزئیات میں جانا ہے اور ایک ایک سطر کو، ایک ایک لفظ کو ہوش سے پوری توجہ سے دیکھنا ہے۔

ایک بار پھر مراقبہ کو ایک مختلف طریقے سے سمجھ لینا بہت ضروری ہے تاکہ تصور concept بالکل واضح ہو جائے۔ مراقبہ کوئی ایسی شے نہیں جسے آپ کو (کرنا پڑے)۔ مراقبہ کیا نہیں جاتا، یہ ہوتا ہے۔ مراقبہ صرف اور صرف مشاہدہ observation سے ہے۔

ہم کون ہیں؟ کیسے جی رہے ہیں؟ ہمارے خوف کیا ہیں؟ ہماری پریشانی anxiety کیا ہے؟ ہمارے دکھ کیا ہیں؟ کیا ہم ابدی خوشی (ایک ایسی خوشی جو ہمیشہ برقرار رہے) کیلئے زندگی کی تمام تکالیف اور جاں گسل کوشش کو گوارہ کیے ہوئے ہیں؟ ہم نے زندگی میں دوسروں کے بارے میں کیسے کیسے خودساختہ تصورات images قائم کر رکھے ہیں جن کی مدد سے ہم روزمرہ زندگی میں بروئے کار آتے ہیں؟ جیسے بڑے سوالات کے جوابات ڈھونڈنے کے عمل کو مشاہدۂ حق کہتے ہیں اور اس مشاہدۂ حق سے مراقبہ کی کیفیت meditative state پیدا ہوتی ہے۔

مشاہدۂ حق observation of the truth کے نام سے ظاہر ہے کہ ہمیں صرف سچ کو دیکھنا ہے۔ سچ کا مشاہدہ بے پناہ طاقت کا حامل ہے۔ سچ کیا ہے؟ سچ ہمیشہ حقیقت کو کہا جاتا ہے اور حقیقت fact ہے اس کے مدمقابل آئیڈیا idead ہے آئیڈیا یا خیال کا نام ہے۔

ہمیں ہر شے کے ہر انسان کے بارے میں ایک آئیڈیا ہوتا ہے حتیٰ کہ خود اپنے بارے میں بھی ہمارے آئیڈیاز ہوتے ہیں۔ یہ آئیڈیاز کبھی سچ fact نہیں ہوتے۔ ہر شے کا ایک سچ ہوتا ہے۔ ہر انسان کا بھی ایک سچ ہے۔۔۔ ہمیں اسی سچ کا ہر شے میں مشاہدہ کرنا ہے۔ یاد رہے کہ سچ fact کو کسی صورت کوئی رد reject نہیں کرسکتا جبکہ آئیڈیا یاکو خیال کو ہر جانب سے رد کیا جاسکتا ہے۔

زمین پر آکسیجن موجود ہے جس سے اس سیارے پر زندگی ممکن ہے یہ ایک سچ fact ہے۔ اسے رد نہیں کر سکتے۔ کسی اور سیارے پر بھی آکسیجن ہو سکتی ہے یہ ایک آئیڈیا ہے اسے رد rejection کا سامنا کرنا ہوگا۔

سچ کے متعلق دوسری اہم ترین بات یہ ہے کہ سچ کو کبھی بھی مکمل طور پر نہ تو بیان کیا جاسکتا ہے اور نہ ہی لکھا جاسکتا ہے۔ سچ جیسے ہی زبان سے ادا ہوتا ہے لفظ کا محتاج ہوجاتا ہے اور لفظ کبھی بھی سچ کی ترجمانی نہیں کر سکتے۔ سچ جیسے ہی بیان کیا جاتا ہے اُس کی حالت بدل جاتی ہے اور وہ مکمل نہیں رہتا۔

اس کو ایک مثال سے سمجھتے ہیں۔ ایک شخص گلاب کی پھول کی خوشبو سونگھتا ہے اس کی روح تر و تازہ ہو جاتی ہے۔ وہ شخص اپنے ساتھ موجود کسی دوسرے یا کسی بھی شخص کو یہ بتانا چاہتا ہے کہ وہ کیسا محسوس کر رہا ہے۔ اس کیلئے اس کے پاس خواہ کتنے ہی جامع الفاظ ہوں وہ کبھی اپنی اس کیفیت کو دوسروں تک منتقل نہیں کر سکتا جو اسے محسوس ہوتی ہے۔

اگر سو آدمی گلاب کے ایک پھول کی خوشبو سونگھیں اور اپنی کیفیت اپنے احساس کو لفظوں سے بیان کریں تو صاف نظر آئے گا کہ ہر انسان کا بیان مختلف ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ہم ساری زندگی دوسروں تک اپنے جذبات پہنچانے کی کوشش کرتے تھک جاتے ہیں مگر ہمیں پتا چلتا ہے کہ کسی کو ہماری بات ویسے سمجھ نہیں آ رہی جیسے ہم بتانا چاہ رہے ہیں۔

ایسا اس لیے ہوتا ہے کہ سچ کبھی مکمل طور پر بیان نہیں کیا جاسکتا اور جتنا بھی ادھورا سا سچ زبان کے سہارے بیان کیا جاتا ہے اُس کے معانی یکسر تبدیل ہوجاتے ہیں کیونکہ ہر سننے والا بات کی اپنی سمجھ کے حساب سے تشریح interpretation کرتا ہے۔ ایک جملہ جیسے ہی بولا جاتا ہے وہ دوسرے کی سماعت میں پہنچتے ہی اپنی کیفیت بدل دینے پر مجبور ہو جاتا ہے۔

بات کرنا لکھنا تو مجبوری ہے کہ اس سے آگے کوئی میڈیم medium ہمارے پاس موجود نہیں مگر یہ خوب سمجھ لینا چاہیے کہ سچ کو جاننے کا ایک ہی طریقہ ہے اور وہ اس کا مشاہدہ ہے۔

As you speak truth, you almost destroy it and as someone else listen your statment of truth. He dstroys it completely by interpreting it throught his own mind.

مشاہدہ کے آغاز سے پہلے سب سے ضروری یہ ہے کہ انسان یہ جان لے اور مان لے کہ وہ کچھ نہیں جانتا۔ جب تک ذاتی علم کی جان نہ چھوڑ دی جائے تب تک مراد کو پہنچنا ناممکنات میں سے ہے۔ جو بھی ہم جانتے ہیں اس سے دستبردار ہونا ہوتا ہے۔ جب تک انسان "لا ادری" (میں نہیں جانتا I don't know) کی حالت پر نہیں آتا وہ مزید کچھ نہیں جان سکتا۔۔۔ ذاتی علم مشاہدے کی سب سے بڑی رکاوٹ ہے۔۔۔

ایک شخص رستے میں جا رہا ہے اور وہ اردگرد کے ماحول کے بارے میں سب کچھ جاننے کا خیال رکھتا ہے تو وہ اندھا ہو جاتا ہے۔۔۔ ذاتی علم کی مداخلت interference کو بجھنے کی کوشش کریں۔۔۔

جب کوئی انسان آپ کے سامنے آتا ہے تو آپ کا کیا مشاہدہ ہوتا ہے؟ سامنے والے انسان کا ایک تصور آپ کے ذہن میں پہلے سے تخلیق ہے آپ اسی امیج image سے اس انسان کو دیکھ رہے ہیں اس سے برتاؤ behave کر رہے ہیں۔ بیوی کا الگ امیج ہے بیٹے کا الگ، باپ کا الگ، ماں کا اور ہے۔ کیا کبھی آپ نے اپنے ذاتی علم سے تخلیق کیے ہوئے عکس image کے بغیر کسی انسان کو براہ راست direct دیکھا ہے؟

اسی طرح نظر آنے والے ہر منظر، ہر شے، ہر انسان کا ایک عکس ہمارے اذہان میں ذاتی علم personal information کے طور پر موجود ہے۔ یہی وہ ذاتی علم سے بنا نتیجہ ہے۔
مشاہدہ بیرونی بھی ہے اور اندرونی بھی۔۔۔ ہر شے کو اس کے image کے بغیر دیکھنا ہوتا ہے۔ جیسے ہی انسان کسی بھی شے کو یہ سمجھ کر دیکھتا ہے کہ وہ اس کے بارے میں سب جانتا ہے اس شے کی حقیقت اس سے اوجھل ہو جاتی ہے۔
کسی انتہائی خوبصورت قدرتی منظر پر پہلی نظر پڑتے ہی آپ کی کیا حالت ہوتی ہے؟ بے پناہ خوبصورتی۔۔۔ قدرت کی صناعی کا شاہکار۔۔۔ کوئی بھی حسین منظر پہلے لمحے میں آپ کو مبہوت کر کے رکھ دیتا ہے۔۔۔ اس وقت آپ کیا سوچ رہے ہوتے ہیں؟ کچھ بھی نہیں۔۔۔ سچ عظیم ہے۔ سچ جب سامنے آتا ہے تو سوچ رک جاتی ہے اور جب سوچ رک جائے تو اس لمحے صرف محبت رہ جاتی ہے۔ صرف جذبہ compassion رہ جاتا ہے۔ مشاہدہ شروع ہو جاتا ہے۔۔۔ مگر ان شروعاتی لمحات کے فوراً بعد ذہن پہلے جھٹکے سے سنبھل جاتا ہے۔ ذاتی علم کی مداخلت شروع ہو جاتی ہے۔ یہ پہاڑ ہے، پہاڑ پتھر سے بنتا ہے۔ اس پر برف پڑی ہے میں جانتا ہوں برف کیا ہے۔ یہ چشمہ ہے اس کا پانی اس پہاڑ پر موجود برف سے پگھل کر نیچے آ رہا ہے۔۔۔
اب سوچ تجزیہ کرنا شروع کر دیتی ہے جیسے ہی سوچ کی حرکت پیدا ہوتی ہے قدرت خود کو نقاب میں چھپا لیتی ہے۔ وہ حسن ازل آنکھ سے اوجھل ہو جاتا ہے اور پھر انسان اس اولین لمحے کی یاد تازہ کرنے کیلئے اس عظیم احساس کو دوبارہ پانے کیلئے اس منظر کو کئی بار دیکھنے آتا ہے مگر کچھ نہیں ملتا۔ ایک آدمی یہ جانتا ہے کہ وہ کچھ بھی نہیں جانتا اسے کسی شے کا علم نہیں ایسے انسان کے سامنے قدرت اپنے آپ کو خود کھولتی ہے reveal کرتی ہے۔ اپنا آپ اس پر عیاں کرتی ہے۔ یہ رازِ زندگانی ہے۔۔۔

گلاب کا ایک پھول لے کر کسی پارک کے بینچ پر خاموش بیٹھ جائیں۔ اسے دیکھیں observe کریں۔ گلاب کا پھول جو آپ کے ہاتھ میں ہے آپ اس کے بارے میں کچھ نہیں جانتے۔ اسے محسوس کریں، چھوئیں، اُس کی خوشبو میں لپٹے ہوئے عطر سے مشام جاں کو معطر ہونے دیں۔ یہ وہ گلاب نہیں جس کو آپ جانتے ہیں۔ ہر گلاب ایک نئی اور شاندار تخلیق ہے۔ آپ کے ہاتھ میں اللہ کی زبردست ٹیکنالوجی سے وجود میں آئی وہ شاندار شے ہے جو ذاتی علم کی پہنچ سے ماوراء ہے beyond knowing ہے۔

آپ دیکھیں کہ آپ کے ہاتھ میں اُس ذات عظیم نے کس قدر خوبصورت تخلیق تھمادی ہے۔ اس گلاب کی پتی پتی کا مشاہدہ کریں۔ تمام ممکن جزئیات all possible details کا مشاہدہ کریں۔ کس قدر حسین اور جاہ و جمال والی تخلیق ہے۔ بغیر کسی علم کے اسے دیکھیں۔۔۔

یہ گلاب کا پھول نہیں ہے۔ ہاں آپ کو علم ہے کہ اس گلاب کہتے ہیں۔۔۔ مگر اس وقت یہ علم کہاں سے بیچ میں آرہا ہے، کہاں سے یہ مداخلت interference ہو رہی ہے۔۔۔۔ نہایت غور سے مشاہدہ کریں۔۔۔ یہ گلاب آپ سے جڑا ہوا ہے۔ شاہد اور مشہود دونوں ہی مخلوق ہیں۔۔۔ دیکھتے رہیں۔۔۔

خود سے پوچھیں یہ کیا ہے؟ کیا آپ واقعی جانتے ہیں کہ آپ کے ہاتھ میں کیا ہے؟ ہرگز نہیں۔ آپ نہیں جانتے کہ یہ کیا ہے۔ اللہ جانتا ہے آپ نہیں جانتے کہ یہ کیا ہے۔۔۔ مشاہدہ کریں۔۔۔

آپ کا کام صرف گواہ witness ہونا ہے۔ آپ بس اس وقت گواہ رہیں۔۔۔ عالم نہ بنیں۔۔۔ جاننے والے نہ بنیں۔ خود کو یہ نہ بتائیں کہ آپ جانتے ہیں کہ وہ کیا ہے؟ چپ چاپ ہوشیاری کی آنکھ سے اسے دیکھیں۔۔۔ کیا ہو رہا ہے؟

آپ کی حسیات sensesاس گلاب کے پھول سے ڈیٹا اکھٹا کر رہی ہیں۔ آنکھ دیکھ رہی ہے اور لمس ذہن کو بھیج رہی ہے۔ ہاتھ اسے چھو رہے ہیں analyse کر رہے ہیں، ناک اسے سونگھ رہی ہے اور خوشبو کے ایک ایک ذرے particle کی انفارمیشن اندر پہنچا رہی ہے۔ انتظار کریں۔۔۔

کچھ ہی دیر میں ذہن کی حرکت مدھم ہونے لگے گی۔ ذہن آپ کو چند لمحات میں گلاب کے پھول کے بارے میں سب کچھ بتا چکا ہے۔ اب اس کے پاس کہنے کو، مداخلت کرنے کو اور کچھ نہیں ہے۔ اپنے اندر اور باہر مشاہدہ کرتے رہیں۔۔۔

گلاب کے پھول سے جڑی ماضی یا مستقبل کی کسی سوچ کو حرکت نہ دیں steer نہ کریں۔ یاد رکھیں آپ ارتکاز نہیں کر رہے concentrate نہیں کر رہے۔

آپ اپنی پوری توجہ full attention سے گلاب کو دیکھ رہے ہیں اسے attend کر رہے ہیں۔ بس ان ہی لمحات میں راز کھلنے لگے گا۔ گلاب کا پھول کیا ہے، درحقیقت کیا ہے۔۔۔ آپ پر خود بخود علم کا نزول ہونے لگے گا۔

پہلے حیرت پیدا ہوگی۔۔۔ پھر آپ دیکھیں گے کہ محبت کا ایک عظیم چشمہ آپ کے اندر ابل پڑا ہے۔ آپ پھول سے جڑ جائیں گے connect ہو جائیں گے۔ پھر خوب نظر آئے گا، خوب سمجھ آئے گا کہ کیا دیکھا جا رہا ہے۔۔۔ یہ صرف گلاب کا ایک پھول ہے۔ مشاہدۂ حق کی پاک نظر جدھر کو رُخ کرتی ہے نقاب اُٹھتے چلے جاتے ہیں۔ پھر وہ علم حاصل ہوتا ہے جو بیان کی گرفت میں نہیں ہے کیونکہ وہ عظیم سچ ہے greatest truth ہے۔ اسے کسی سے بیان نہیں کیا جا سکتا ہے۔ اس کا مشاہدہ کیا جاتا ہے۔ یہ عقل سے ماوراء دنیا ہے جو صرف حیرت اور محبت کی آنکھ سے دکھائی دیتی ہے۔ مشاہدے کیلئے توجہ درکار ہے، پوری قوت کے ساتھ بروئے کار آتی توجہ۔۔۔

جس میں خیال کی کوئی جھلک نہیں ہے۔ یہ توجہ کی طاقت ہے power of attention ہے۔ یہ عظیم ترین اور مہیب طاقت ہے جو انسان کو عطا ہوتی ہے۔ اسے سمجھتے ہیں۔۔۔

توجہ attention غفلت کا توڑ ہے۔ غافل سونے والا نہیں بلکہ جاگتے میں خواب دیکھنے والا ہوتا ہے۔ dreaming state میں زندہ رہنے والا ہوتا ہے۔ انرجی کے باب میں تفصیل سے لکھا جا چکا ہے کہ ہر وقت سوچوں میں ڈوبا رہنے والا بہت ہی تھوڑی انرجی کا مالک ہوتا ہے۔ شیطان سارا دن انسان کو سوچوں کے جنگل میں الجھائے رکھتا ہے اس کا واحد مقصد یہ ہوتا ہے کہ انسان کو تھکا دیا جائے exhaust کر دیا جائے اس لیے ہر لمحہ سوچوں کی گولہ باری bombardment سے اس کی توانائی ضائع کی جاتی ہے۔ سوچ چونکہ مادہ ہے matter ہے اس لیے سوچنے والا بھی مادہ پرست ہے materialistic ہے۔

ٹائم اینڈ سپیس کے باب کو اگر آپ پوری توجہ سے دیکھ چکے ہیں تو یہ بات آپ کو یقیناً سمجھ آ چکی ہوگی۔ وقت صرف مادے matter پر گزرتا ہے، غیر مادی شے پر وقت کا کوئی گزر نہیں ہے۔ اس لیے خواب میں کبھی کوئی وقت نہیں ہوتا کیونکہ خواب وجود نہیں رکھتا exist نہیں کرتا۔ وقت کا ہمیشہ کسی شے سے، کسی مادے سے تعلق ہوتا ہے یہ ہمیشہ کسی شے پر گزرتا ہے۔ یہ relative ہوتا ہے۔ وقت تغیر ہے change ہے۔ پوری کائنات میں صرف اللہ کی ذات ہمیشہ ثبات میں ہے constant ہے۔۔۔ باقی سب تغیر پذیر ہے۔

ٹرین کے انتظار میں ریلوے اسٹیشن پر بیٹھے ہوئے شخص پر وقت طویل ہو کر گزر رہا ہے کیونکہ اس کا تعلق انتظار سے ہے اس کے بالکل برعکس کوئی دوسرا شخص اس ٹرین پر اپنی

محبوبہ کو سفر پر رُخصت کرنے آ رہا ہے۔ اُسی ریلوے اسٹیشن پر وہی وقت اُس دوسرے انسان پر انتہائی اختصار میں گزر رہا ہے، تیز ترین رفتار سے گزر رہا ہے کیونکہ اس کا تعلق فراق سے، جدائی سے ہے۔ ٹرین کے انتظار میں بیٹھا ہوا پہلا شخص اس انتظار میں ہے کہ کب ٹرین پہنچے اور اس کے سفر کا آغاز ہو اور وہ بالآخر اپنی منزل پر پہنچ سکے۔ وہ بار بار گھڑی دیکھتا ہے، پٹڑی پر نظر ڈالتا ہے کہ کب ٹرین آتی نظر آئے اور اسے اطمینان نصیب ہو۔ دوسرا شخص چاہتا ہے کہ کاش ٹرین کبھی اسٹیشن پر نہ پہنچ پائے اور وہ اسی طرح اپنی محبوبہ سے باتیں کرتا رہے۔ وہ بار بار اس خوف سے گھڑی دیکھتا ہے کہ کہیں ٹرین کے آنے کا وقت نہ ہو جائے، پٹڑی کو اس اُمید سے دیکھتا ہے کہ ٹرین نظر نہ آئے ایسا ہونے سے اُسے ڈھارس ملتی ہے۔

ایک ہی جگہ پر دو مختلف انسانوں پر وقت الگ الگ رفتار سے گزر رہا ہے اسی طرح پوری دنیا کے انسانوں پر وقت الگ الگ رفتار سے گزرتا ہے۔ اسے نفسیاتی وقت psychological time کہتے ہیں جس کا ذکر ٹائم اینڈ سپیس میں تفصیل سے ہو چکا ہے۔

یہ وقت چونکہ نفس کا ہے اس لیے نفس کی کیفیت کے مطابق تیز یا آہستہ ایڈجسٹ ہوتا ہے۔ اسی طرح اسے روکا بھی جا سکتا ہے۔ انسان نفسیاتی وقت کی قید سے آزاد ہو سکتا ہے timeless ہو سکتا ہے۔ ایسا سو فیصد ممکن ہے اگر کوئی ایسی صورتحال پیدا ہو جائے کہ ذہن کسی طرح مادے کی قید سے آزاد ہو جائے تو عین اسی لمحے وہ وقت کی قید سے بھی آزاد ہو جاتا ہے۔ یہ ہم سب کے ساتھ روزانہ کئی بار ہوتا ہے مگر غفلت کی گہرائیوں میں زندگی بسر کرتے رہنے کے عادی ہونے کی وجہ سے ہم اس پر توجہ نہیں دے پاتے۔۔۔ اپنی ڈیلی روٹین پر غور کریں۔

دیکھیں کہ روزانہ آپ جو بھی کام کرتے ہیں ان میں آپ کی دلچسپی کا کونسا کام ہے؟ کوئی ایسا ایک کام ضرور ہے جس میں آپ کی دلچسپی ہر کام سے زیادہ ہے۔ وہ کام کچھ بھی ہوسکتا ہے۔ کتاب پڑھنا، دوستوں سے ملاقات، ماں باپ، بہن بھائی، بیوی بچوں میں سب سے زیادہ جو آپ کے دل کے قریب ہے اس سے باتیں کرنا، موبائل پر فیس بک دیکھنا یا موبائل گیمز کھیلنا۔ کوئی بھی ایسا کام جس سے آپ کو بے حد دلچسپی ہو۔۔۔

فرض کیجئے آپ کو موبائل گیمز بہت پسند ہیں۔ آپ نے کبھی غور کیا کہ آپ گھنٹوں گیمز کھیل سکتے ہیں۔۔۔ موبائل گیم جب آپ شروع کرتے ہیں تو کچھ ہی لمحوں کے بعد آپ کی یادداشت مٹ جاتی ہے۔ نام پتا، ہر شے بھول جاتی ہے۔ سوچ رُک جاتی ہے۔ دیواریں، چھت، کرسی، موبائل جس پر وہ گیم چل رہی ہے، سب غائب ہوجاتا ہے۔ حتیٰ کہ ایک وقت آتا ہے کہ خود آپ بھی گم ہوجاتے ہیں۔

بس اسی لمحے وقت آپ پر گزرنا بند ہوجاتا ہے۔۔۔ آپ وقت سے ماوراء timeless ہوجاتے ہیں۔ اب کوئی خوشی کوئی غم، کوئی ٹینشن کوئی ڈپریشن، کوئی خوف کچھ بھی نہیں ہے کیونکہ اب آپ موجود نہیں ہیں۔ آپ اور گیم ایک ہوچکے ہیں connect ہوچکے ہیں اب کوئی دوئی duality نہیں ہے۔ نہ تو کسی شے سے کھیلا جارہا ہے اور نہ کوئی کھیلنے والا ہے۔ اب شاہد خود مشہود ہوگیا ہے۔ جو آبزرور observer تھا جس نے آبزرو observe کرتا تھا جس نے مشاہدہ کرتا تھا وہ خود مشاہدہ بن چکا ہے observed ہوگیا ہے۔۔۔ یہ فنا کا مقام ہے۔۔۔ ایسا صرف اس لیے ہوا ہے کہ گیم کھیلنے کیلئے ایک ہی شرط ہے۔ گیم آپ سے پوری توجہ full attention مانگتی ہے اور آپ اُسے دے دیتے ہیں۔ جیسے ہی آپ محویت کی انتہا پر پہنچتے ہیں مشاہدہ بغیر کسی سوچ کے قائم ہوجاتا ہے یا پھر سوچ بے حد کم ہوکر اکا دکا رہ جاتی ہے۔

عین اُس لمحے وقت فنا ہو جاتا ہے زندگی timeless state میں داخل ہو جاتی ہے۔ لامحدود ہو جاتی ہے۔ اس قدر محویت اور اس انہماک پر قائم ہو جانے والے استغراق کا نام ہی مراقبہ ہے۔۔۔

آپ کسی بھی کام کو پوری توجہ سے کریں آپ کی سوچ فوراً اعتدال پر آ جائے گی اور جیسے ہی سوچ اپنے توازن کو پہنچتی ہے انرجی کی برسٹنگ bursting، اس کا ضیاع waste رُک جاتا ہے۔ یہ انرجی اس قدر طاقت ور ہے کہ اگر ایک منٹ بھی اسے مل جائے اور یہ ضائع نہ ہو تو علم بے پناہ طاقت سے پیدا ہونے لگتا ہے۔ یہ نور ہے جو نفس کی ہر پیچیدگی کو سیدھا کر کے رکھ دیتا ہے۔ اس کو کوئی نہیں روک سکتا۔

سارا راز اسی بات میں ہے کہ انسان کو ہر صورت اپنی بیش قیمت انرجی ضائع ہونے سے بچانی ہے۔ مشاہدہ کی ہلکی سی کیفیت بھی اگر پیدا ہو جائے تو وہ نظر آنے لگتا ہے جو وہم و گمان سے باہر ہے۔ جس کسی نے اس رحیق المختوم sealed nector کا ایک جام کیا صرف ایک قطرہ بھی چکھ لیا اس کی نظر لاہوتی ہے۔ اس کو اس کی عقل، اس کا علم اس کا وجدان، گیان، نروان، عرفان سب مل گیا۔ خودی کا سرِ نہاں لا الٰہ الا اللہ۔۔۔

انسان کو لازم ہے کہ خود کا مشاہدہ کرے کہ نماز میں بے چین کیوں ہوتا ہے؟ دو رکعت اتنی لمبی لگتی ہے جیسے کسی نے قید میں ڈال دیا ہے۔ سلام پھیر کر ایسے اُٹھتا ہے جیسے کسی بندھن میں بندھا تھا ابھی آزاد ہوا ہے۔ اب اسی انسان کو تین گھنٹے سینما کی سکرین کے آگے بٹھا دو۔ حرکت تک نہیں کرتا۔۔۔ کیوں؟ کوئی غور کیوں نہیں کرتا؟ آخر کوئی دیکھتا کیوں نہیں؟ سینما میں آگ بھری ہے، گناہ کی، ہوس اور تخیلاتی دنیا کی، مار دھاڑ کی آگ بھری ہے۔ فلم ہمیشہ بے چینی کی انتہا ہے ڈرامہ ہے۔۔۔ اسے دیکھنے بھی ویسا ہی بیٹھا ہے۔۔۔ بے چینی کی آگ سے بھرا ہوا، مار دھاڑ ہوس اور جاہلیت سے بھرپور ایک

ڈرامہ آج کل جسے انسان کہا جاتا ہے۔ آگ میں آگ پھینکو تو کچھ نہیں ہوتا۔ چولہے میں چار جلتی لکڑیاں اور پھینک دو تو چولہے کو کیا فرق پڑتا ہے۔ وہ تو پہلے ہی آگ سے بھرا ہے۔۔۔ پتا تو تب چلتا ہے جب اس آگ پر پانی پھینکو۔۔۔ شائیں شائیں کا شور بلند ہوتا ہے۔

نماز میں بھی ہو رہا ہے۔ ٹھیک ہے ہر نماز حضوری کی نہیں ہو سکتی مگر کبھی تو خود کو رات کسی پہر اللہ کے آگے کھڑا کر کے دیکھو۔ پھر کھڑا رہنے دو۔۔۔ نفس کے اندر سے شائیں شائیں کی آوازیں آئیں گی۔۔۔ آنے دو۔۔۔ پانی آگ بجھا رہا ہے۔۔۔ چولہا شور تو کرے گا۔۔۔ مشاہدہ کرو دیکھو کیا ہو رہا ہے۔۔۔ چولہا اس لیے چیخ رہا ہے کہ اس کی توجہ attention اللہ کی طرف نہیں ہے وہ اللہ سے بھاگنا چاہتا ہے۔ اسے پچھاڑو۔ پوری توجہ سے دیکھو۔ اگر اللہ مہربان ہو جائے تو انسان نماز میں ایسے ہی ٹائم لیس timeless ہو جایا کرتا ہے جیسے موبائل گیمز میں ہو جاتا ہے۔

جو بھی کرنا ہے بے پناہ توجہ سے کریں۔ اپنی ساری حسیات اُس کام پر لگا دیں جو آپ اس وقت کر رہے ہیں۔ وہ جو بھی کام ہوگا آپ پر اس کے اسرار کھلنے لگیں گے۔ کشف insight شروع ہو جائے گا۔ ہر کام کا ایک بہاؤ flow ہوتا ہے۔ اس بہاؤ میں اس کام کی تمام تر جزئیات شامل ہوتی ہیں۔ تمام تر توجہ کے ساتھ کسی بھی کام کو اگر کیا جائے تو اُس کا بہاؤ flow صاف دکھائی دینے لگتا ہے یعنی کشف ہونے لگتا ہے۔۔۔

کشف کا مطلب بہت غلط لیا جاتا ہے۔ عام طور پر لوگ کشف insight کو مابعد الطبیعاتی نظر metaphysical perception یا تیسری آنکھ third eye وغیرہ سمجھتے ہیں۔ یہ سب لغو ہے، ڈھکوسلا ہے۔ تیسری آنکھ تو دور کی بات یہ چھٹی حس sixth sense بھدا ترین مذاق ہے۔ سینسز پانچ ہیں چھٹی کہاں سے نکل آتی ہے؟

کشف کسی شے۔۔۔ کسی بھی شے کی حقیقت کے کھل جانے کو کہتے ہیں۔ جب کوئی با اعتماد ساتھی دھوکا دے تو آپ کو اس کی اصلیت چشم زدن میں دکھائی دینے لگتی ہے۔ اس کا چہرہ بدل جاتا ہے۔ آواز، لہجہ، چال ڈھال، مسکراہٹ سمیت اس کی پوری شخصیت آپ کو بدلی ہوئی نظر آتی ہے۔ یہ کشف ہے insight ہے۔

جب بھی کسی شے پر خواہ وہ بیرونی ہو یا اندرونی یا کوئی چیز object ہو۔ کوئی انسان ہو یا پھر سوچ، کچھ بھی ہو، جب بھی کسی شے پر انسان اپنی تمام تر کوشش، پوری توانائی کے ساتھ متوجہ ہوتا ہے full attention دیتا ہے وہ شے اپنی حقیقت کھول دیتی ہے۔ اگر پوری توجہ سے مشاہدہ کرنے والا انسان مسلسل ایسا ہی مشاہدہ کرتا رہے تو اس پر رازِ ہستی عیاں ہونے لگتا ہے۔

یہ وقت بھی صاحب مشاہدہ پر آتا ہے کہ پتھر، پھول پودے، جانور پرندے، ہوا پانی اور آگ سمیت ساری کائنات اس سے بات کرنے لگتی ہے۔ سب کچھ کھول دیا جاتا ہے۔ جب نفس پاک ہو جائے تو اس سے کوئی پردہ نہیں ہے وہ محرم راز ہے، باعزت اور باوقار ہے۔۔۔ یہ بڑے نصیبے کی بات ہے۔۔۔

ٹیلی پیتھی، دور دراز کی باتیں سننا، لوگوں کے دل کی باتوں پر مطلع ہو جانا دوسروں کیلئے باعث شفاء ہو جانا۔۔۔ یہ مشاہدۂ حق سے حاصل ہونے والے کمالات ہیں جو کوئی شک نہیں صاحب مشاہدہ کو کسی طور حاصل ہو ہی جاتے ہیں مگر وہ جانتا ہے کہ وہ مشاہدہ اس لیے نہیں کر رہا کہ کھلونوں سے کھیلنے میں مشغول ہو جائے۔ اس لیے وہ ان سے حتی الوسع اجتناب کرتا ہے۔ اگر شروع میں نہ بھی کر پائے تو کچھ ہی وقت میں جان جاتا ہے کہ کشف کرامت سے رستہ کھوتا ہو رہا ہے۔ اللہ کو جو خلوص دل سے تلاش کر رہا ہے وہ اللہ سے کم پر ہرگز کسی شے پر راضی نہیں ہو سکتا۔

خودی کو بلند کرنے کیلئے نظر کو بلند کرنا پڑتا ہے اگر آپ چاہتے ہیں کہ آپ کو وہ دکھائی دینے لگے جو دوسروں کو دکھائی نہیں دیتا تو اس کیلئے آپ کو اپنی نگاہ بلند کرنی پڑتی ہے۔ بصارت perception کو تیز enhance کرنا پڑتا ہے۔ یہ بصارت وہ نہیں ہے جس سے ہم اس دنیا کو دیکھتے ہیں وہ تو آنکھ کی بصارت ہے۔ یہ بصارت دل کی ہے، یہ آنکھ دل کی ہے اور دل کی آنکھ کی بصارت علم ہے۔ دل کی آنکھ علم کی بصیرت سے دیکھتی ہے یہ بات اہل علم خوب سمجھتے ہیں۔ اہل علم کے سوا باقی سب لوگوں کو یہ بات سمجھ تو آجاتی ہے مگر اس کا ادراک، اس کا تجربہ experience انہیں کبھی نہیں ہو سکتا۔ دل کی آنکھ کو جب علم سے بصیرت عطا ہوتی ہے تو نفس انسان میں ذہن انسان میں انقلاب عظیم برپا ہو جاتا ہے۔ ذہن میں بے پناہ تغیر mutation برپا ہو جاتا ہے۔ ایسا ہوتا ہے جیسے کسی مادر زاد اندھے کو اچانک بینائی عطا ہو جائے۔۔۔ ہر شے بدل جاتی ہے۔۔۔

کھلی جب کہ چشم دل حزیں

تو وہ غم رہا نہ تری رہی

ہوئی حیرت ایسی کچھ آنکھ پر

کہ اثر کی بے اثری رہی

پڑی گوش جاں میں عجب ندا

کہ جگر نہ بے جگری رہی

خبر تحیر عشق سن

نہ جنوں رہا نہ پری رہی

دل کی آنکھ کھلتی ہے تو حواس کروڑوں گنا تیز ہو جاتے ہیں لامحدود unlimited ہو جاتے ہیں۔ اب نفس آزاد ہونے لگتا ہے۔ یہ آزادی یہ freedom اس کائنات کی وہ سب سے

عظیم ترین نعمت ہے جو کسی بھی انسان کو عطا ہو سکتی ہے۔۔۔۔ٹریفک کے اژدہام میں ہزاروں گاڑیوں کی لمبی قطاروں میں کسی گاڑی میں ایک انسان ہے جو اس ٹریفک میں بری طرح پھنس جانے پر پیچ پا ہے بے چین ہے۔ ہزاروں گاڑیوں میں ہزاروں انسان اسی کیفیت میں ہیں مگر ہر انسان اپنی گاڑی اور زیادہ سے زیادہ اگلی گاڑی کو دیکھنے کی طاقت رکھتا ہے۔ ہارن کا شور، دھواں، گرمی، لیٹ ہو جانے کی پریشانی ہے جو سب کو لاحق ہے یہ ہجوم کی نفسیات ہے۔

ایک انسان کسی بہت اونچی بلڈنگ کی چھت پر کھڑا ہزاروں گاڑیوں کی اس لمبی قطار کو بلندی سے دیکھ رہا ہے۔ اس کے آس پاس کوئی شور نہیں وہ کہیں پھنسا نہیں ہوا۔ اُسے کہیں جانے کی جلدی نہیں ہے۔ جو وہ دیکھ رہا ہے، اسے ان گاڑیوں میں سے کسی بھی گاڑی میں موجود کوئی بھی شخص نہیں دیکھ سکتا۔ یہ مشاہدہ ہے، یہ کشف insight ہے۔

زندگی کو دیکھنے کیلئے آپ کو خود کو زندگی کی نچلی سطح سے بلند رکھنا ہوتا ہے تبھی آپ کو زندگی اپنی اصل شکل میں نظر آ سکتی ہے۔

دو آدمی ایک دوسرے راہ چلتے ٹکرا جاتے ہیں۔ ایک کو غصہ آ گیا ہے اور وہ اول فول بک رہا ہے۔ دوسرا خاموشی اور صبر و تحمل سے اُسے دیکھ رہا ہے، وہ مشاہدہ کرنے والا ہے۔ وہ جانتا ہے کہ سامنے والا انسان مجبور ہے۔ اس کی نظر بلند نہیں ہے وہ اپنے نفس کا محکوم ہے اس لیے اسے غصہ نہیں آیا۔ وہ اس کی گالیوں کے جواب میں شائستگی کے ساتھ معذرت کر کے اپنی راہ ہو لیتا ہے۔ یہ کشف مشاہدے سے ہوتا ہے۔ مشاہدہ کرنے والے کی ساری زندگی بدل جاتی ہے۔ اُس کے افعال، تعلقات، اُس کا کردار ہر شے بدل جاتی ہے۔ مشاہدے سے ذہن خاموش silent ہو جاتا ہے اور ذہن کے خاموش ہوتے ہی انسان پر سکون ہو جاتا ہے۔

خاموشی silence صرف یہ نہیں کہ زبان بند رہے یہ تو آدھی خاموشی ہے۔ کم یہ بھی نہیں یہ بھی بہت بڑا کام ہے مگر اصل خاموشی real silence یہ ہے کہ جب آدمی خاموش ہو تو اندر اور باہر دونوں طرف مکمل خاموشی ہو۔ یہ بہت ہی بڑا راز ہے۔

مقصد یہ نہیں کہ چوبیس گھنٹے زبان کو تالا لگا رہے۔ یہ تو مزاج پر ہے۔ کچھ خاموش طبع، کم سخن اور کچھ لوگ بولنے والے ہوتے ہیں۔ ہرگز کوئی حرج نہیں اپنی فطرت کو کوئی نہیں بدل سکتا۔ بات بس اتنی ہے راز یہ ہے کہ جب خاموشی ہو تو مکمل خاموشی ultimate silence ہو---

مشاہدہ observation صرف دیکھنے سے تعلق نہیں رکھتا۔ یہ سننے، چکھنے، چھونے اور محسوس کرنے کا بھی ہے۔ اسی طرح جتنا یہ بیرونی external ہے اتنا ہی اندرونی internal بھی ہے۔ ظاہر کے ساتھ ساتھ باطن کا مشاہدہ حیرت اور علم کی ایک مکمل کائنات ہے۔ نفس کی جبلیات instincts کا مشاہدہ بھی ہے---مشاہدہ ہر شے کا ہے۔

جو بھی بات آپ کو سنائی دے اس کو پوری توجہ سے سنیں۔ ذہن کی عادت ہے کہ جب آپ کسی کی بات سن رہے ہوتے ہیں تو آپ کے اندر شور برپا ہوتا ہے۔ ذہن کا ایک حصہ اس بات کو جو سنائی دے رہی ہے مطلب پہنا رہا ہوتا ہے، سمجھ رہا ہوتا ہے اور دوسرا حصہ برق رفتاری سے ہر بات ہر جملے پر اپنا فیصلہ judgement دے رہا ہوتا ہے۔ یہ بات ٹھیک ہے، یہ غلط ہے، اس بات کا جواب میں ابھی کچھ دیر میں اسے یہ دیتا ہوں بس یہ خاموش ہو لے ایک بار---ذہن ہر جملے ہر لفظ پر جذبہ emotion پیدا کر رہا ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کو گالی دیں کسی کی اچانک تضحیک کر دیں تو آپ دیکھیں گے کہ اس کی نفسیاتی اور جسمانی حالت تیزی سے بدل جاتی ہے۔

نتھنے پھیل جاتے ہیں، سانس تیز ہو جاتی ہے اور کان سرخ ہو جاتے ہیں اور وہ آپ کو ویسا ہی برا جواب دینے لگتا ہے جیسا اسے محسوس ہوا ہے۔۔۔ اس کا مطلب ہے کہ آپ کسی کو کوئی بھی لفظ، فقرہ کہہ کر اس کی حالت و کیفیت میں تغیر لا سکتے، انتشار برپا کر سکتے ہیں۔ بعض اوقات یہ کام ایک معنی خیز نظر یا مسکراہٹ بھی کر دیتی ہے۔ خود آپ کا بھی یہی حال ہے کہ دوسرے بھی آپ کے ساتھ یہ سب کر سکتے ہیں۔

اس کا صاف مطلب ہے کہ ذہن کوئی بھی بات سنتے ہی اس سے مطلب اخذ کرتا ہے اور انتہائی سرعت سے اس مطلب کے موافق جذبات کو پیدا کر دیتا ہے اور جسم ان جذبات کی مناسبت سے ردعمل ظاہر کر دیتا ہے۔

یہ سننا مشاہدہ نہیں ہے۔۔۔ یہ تو سب کر رہے ہیں۔۔۔ کبھی لفظوں سے جذباتی طور پر وابستہ attach ہوئے بغیر کسی کو سنیں، کوئی مطلب نہ نکالیں، کوئی احساس پیدا نہ کریں۔ صرف سنیں کہ کہنے والا کیا کہہ رہا ہے۔ سوچ کی کوئی حرکت پیدا نہ ہونے دیں۔ خیالوں کی لسی میں سوچوں کی مدھانی نہ پھیریں۔۔۔

"آپ نہیں سن رہے۔" "فلاں" یہ نہیں کہہ رہا۔ بس کہا جا رہا ہے۔۔۔ سنا جا رہا ہے۔۔۔ ایک بار کر کے دیکھیں۔ آپ کو کچھ اور سنائی دے گا۔ سمجھ آ جائے تو ایسے ہی سنا کریں۔ سنتے ہوئے اندر باہر سے مکمل خاموش ہونا ہوتا ہے۔ پوری توجہ سے آواز کا مشاہدہ کرنا ہوتا ہے۔ لہجے کا اُتار چڑھاؤ کیسا ہے، منہ کیسے ہل رہا ہے، بولنے والے کے چہرے کے تاثرات لمحہ بہ لمحہ کتنی سرعت سے رنگ بدل رہے ہیں، آواز کیسے الفاظ کو پیدا کر رہی ہے۔ سنیں۔۔۔ غور سے سنیں۔۔۔ ایک بار ایسے سن کر دیکھیں۔۔۔ اسی طرح لمحہ بہ لمحہ moment to moment مشاہدہ میں رہنے سے ہر لمحے انرجی خرچ ہونے کی بجائے بڑھتی ہی چلی جاتی ہے اور سمجھ بلند سے بلند تر ہونے لگتی ہے۔۔۔

ایک ایک لمحے پر نگران رہنا ہے مانیٹر کرنا ہے۔ جن نعمتوں کو ہم حق سمجھتے ہیں for granted لیتے ہیں اب انہیں نظر انداز نہیں کرنا۔۔۔ آپ سارا دن کرتے کیا ہیں؟ آپ کا سونا جاگنا، اُٹھنا بیٹھنا، چلنا پھرنا، لوگوں سے بات کرنا اور ان سے ملنا ملانا کیسا ہے؟ گھر میں اور کاروبار کے دوران آپ کا رویہ دوسروں کے اور خود اپنے ساتھ کیسا ہے۔ کچھ بچنا نہیں چاہیے۔ پوری زندگی کو جانچنا ہے scan کرنا ہے۔ ہر معمول routine کی تلاشی لینی ہے search کرنا ہے۔ کرنے والا doer کوئی اور ہے۔۔۔ دیکھنے والا seer کوئی اور ہے۔۔۔ یہ مشاہدے کا اصول ہے۔ خود کو غیر جانبداری سے جذبات سے بالکل الگ ہو کر کسی اجنبی کی نظر سے دیکھیں جیسے کوئی آپ کو آپ کے اندر بیٹھ کر چیکنگ کر رہا ہو۔۔۔ آپ کو مجرم culprit نظر آنے لگے گا۔

آہستہ آہستہ پردہ سرکنے لگے گا۔۔۔ ایک بہت بڑا راز مشاہدے observation کا یہ ہے کہ جب بھی آپ کسی کام کو بے پناہ توجہ سے غیر ضروری جذبات اور فضول سوچیں پیدا کیے بغیر کرتے ہیں تو ذہن کا ریکارڈنگ پروسیس بند ہو جاتا ہے۔ پہلے بھی لکھا ہے کہ میموری تب ریکارڈ ہوتی ہے جب جذبہ emotion اس سے جڑ جاتا ہے۔ جب بھی مشاہدہ اپنی پوری طاقت سے جاری ہوتا ہے تو سوچ بہت کم ہو جاتی ہے اور جذبات و احساسات کا عمل دخل نہ ہونے کے برابر رہ جاتا ہے۔ اس وقت جو بھی ہو رہا ہو وہ ریکارڈ نہیں ہوتا اگر ہو بھی جائے تو شارٹ ٹرم میموری کے طور پر ہوتا ہے۔ ذہن مشاہدہ میں پوری طرح آزاد ہوتا ہے۔

کیا ویڈیو گیم کھیلنے کے دوران آپ کو اس گیم کی تمام مکمل تر تفصیلات یاد رہتی ہیں؟ کیا جنرل سٹور چلانے والا روزانہ ہزاروں گاہکوں کو نمٹاتے ہوئے ہر ایک گاہک سے وصول شدہ رقم اور بقایا جات یاد رکھ سکتا ہے؟ یہ ناممکن ہے۔۔۔

جس کام کو غفلت سے اور جذبات کی رو سے کیا جائے گا وہ ریکارڈ کا حصہ بنے گا تا کہ ذہن بعد میں اس کا تجزیہ دوبارہ کر سکے۔ اس کا مطلب یہ ہرگز نہیں ہے کہ یادداشت مٹادی جائے۔ میموری کی ضرورت تو بار بار پڑتی ہے۔ انسان خوب جانتا ہے کہ کونسی بات یاد رکھنے کے قابل ہے، کونسی سوچ ضروری ہے کونسی فضول ہے۔

مثال کے طور پر ڈرائیونگ کرتے ہوئے مشاہدہ یہی ہے کہ آپ پوری توجہ سے ڈرائیو کریں۔ ایک سیدھا سا اصول مدنظر رہنا چاہیے کہ جو بھی کرنا ہے پوری توجہ اور پوری ایمانداری سے کرنا ہے۔ بس یہ مشاہدہ ہے۔ اسی طرح یہ بھی ہے کہ اگر کوئی بری عادت چھوڑنا ہے تو پوری ایمانداری سے چھوڑنا ہے اور جب اس عادت کی طلب ہو تو اس طلب کا پوری توجہ سے مشاہدہ کرنا ہے۔ یہی مشاہدے کا سچ ہے۔

توجہ ارتکاز کی ماں ہے Attention is the mother of concentration۔

توجہ ایک آگ ہے، ایک بجلی ہے۔۔۔ یہ جاگ جانے کا نام ہے۔ یہ بیداری awakning ہے۔ ہر وقت بیدار / باخبر aware رہنا، پوری توجہ سے full attention سے مشاہدہ observe کرنا مراقبہ ہے۔

جذبات emotions کا مشاہدہ بے حد طاقتور ہوتا ہے۔ فرض کیجئے آپ کو غصہ آتا ہے اور آپ اس بات سے پریشان ہیں اور ہر بار غصے کے بعد پیش آنے والے پریشان کن اور پشیمان کر دینے والے نتائج کو دیکھ کر آئندہ غصہ نہ کرنے کا تہیہ کرتے ہیں مگر پھر آپ کے ساتھ کچھ نہ کچھ ایسا ہو جاتا ہے کہ آپ غصہ کرنے پر مجبور ہو جاتے ہیں اور بعد میں کف افسوس ملتے ہیں۔ یہی حال لالچ، بغض اور کینہ، حسد اور نفرت، بے چینی اور ڈپریشن کا ہے۔ ہمیں سمجھنا ہوگا کہ آخر کیسے ہم اپنے جذبات emotions کو اعتدال پر لا سکتے ہیں۔ غصے کو بے اثر رکھنے کیلئے آگے بڑھتے ہیں اسے ایک مثال بناتے ہیں۔

جیسے سننے listening کا مشاہدہ کیا ہے بالکل ویسے ہی غصے کا مشاہدہ کریں۔۔۔آپ کو نہیں۔۔۔بس غصہ آرہا ہے۔۔۔آپ نہیں دیکھ رہے۔۔۔بس دیکھا جارہا ہے کہ غصہ آرہا ہے۔۔۔جسم میں بجلی کی سی تیزی سے پھیلتے اس کے احساس کا مشاہدہ کریں یہ کیا ہورہا ہے؟ آپ کو دکھائی دے گا۔۔۔سانس تیز ہو رہی ہے؟ کان گرم ہو چکے ہیں اور ان کی حدت کو محسوس کیا جا سکتا ہے، یہ سنسناتا ہوا احساس کیا ہے جو بجلی کے کوندے کی طرح رگ و پے میں سرایت کر جانے کے بعد بھی ہر لحظہ بڑھتا ہی چلا جارہا ہے۔

آپ دیکھیں گے کہ جیسے ہی غصے کا یہ مہیب جذبہ جسم میں بیدار ہوتا ہے باقی تمام حسیات مغلوب ہو جاتی ہیں۔ کچھ سنائی نہیں دیتا، کچھ دکھائی نہیں دیتا۔ کسی شے کسی تہذیب اور کسی تمیز کا احساس باقی نہیں رہتا۔ اگر باقی رہ جاتا ہے تو صرف مد مقابل کو فنا کر دینے کا اندھا کر دینے والا خونی جذبہ۔۔۔یہ تو پاگل پن madness ہے۔ آپ کو دکھائی دے گا کہ غصے میں آپ عجیب abnormal ہو جاتے ہیں۔ یہ معذور کر دیتا ہے disablility پیدا کر دیتا ہے۔ انسان کو جانور بنا دیتا ہے۔

اس احساس کو دیکھتے رہیں۔ جو کچھ بھی آپ نے ان صفحات پر غصے کے بارے میں پڑھا ہے اس کا بھی کوئی عکس ذہن میں ہرگز مت لائیں۔ امیج image سے مت دیکھیں۔ ہوشیار aware رہیں۔ اتنا ہوشیار رہیں جیسے شکاری شکار پر نشانہ تاک لینے کے بعد دم سادھ کر ہوشیار ہوتا ہے۔ ایک ایک لمحہ بیش قیمت ہے۔ خود کو پڑھا جارہا ہے۔ دیکھتے رہیں۔۔۔پھر دکھائی دے گا۔۔۔کہ کوئی ان دیکھی طاقت آپ کو کچھ کر گزرنے پر بہت ہی بھیانک طور سے حاکمانہ اور جابرانہ انداز سے اُکسا رہی ہے۔۔۔یہ اشتعال ہے۔۔۔دیکھتے رہیں۔۔۔پھر حقیقت سامنے آنے لگے گی۔ مشاہدہ میں ضرورت پڑنے پر اگلوائری بھی کرنا ہوتی ہے۔ خود سے پوچھیں، سوال کریں۔۔۔یہ غصہ کس کو آرہا ہے؟

کیا میری سوچ کو غصہ آرہا ہے؟ کیا میرا ذہن اشتعال میں ہے؟ آخر یہ توہین کس کی ہوئی ہے؟ برا کس کو لگا ہے؟ کیا حواس غصے میں بپھر رہے ہیں؟ کیا میرا جسم آپے سے باہر ہو رہا ہے؟ نہیں ایسا کچھ بھی نہیں ہے۔۔۔ یہ صرف ایک جذبہ ہے جو جسم، حواس اور ذہن تینوں کو بیک وقت اپنا شکار کر رہا ہے۔ اندر جو اپنے تصور image کا بت ہے اس کی توہین ہوئی ہے۔ اس لیے شور و غوغا برپا ہے۔۔۔ دیکھتے رہیں۔۔۔

پھر ایک جہانِ حیرت سے پردہ اٹھنے لگے گا۔ حواس اعتدال میں آنے لگیں گے۔ جسم کی کیفیت اپنی طبعی حالت کو پلٹنا شروع ہوگی۔ سوچ سنبھلنے لگے گی، جذبے کا یہ چنگھاڑتا ہوا طوفان دھیرے دھیرے اپنے آپ پرسکون ہونے لگے گا۔ غصہ ختم ہونے لگے گا۔

آپ جانتے ہیں آپ نے کیا دیکھا ہے؟ آپ نے غصے کو اس کی اصل حالت میں دیکھ لیا ہے۔۔۔ ذہن کی فطرت ہے کہ جب کسی شے کو دیکھ لیتا ہے اسے مسترد reject کر دیتا ہے۔ اس کے خوف سے اس کی طاقت سے خائف نہیں رہتا۔ غصے کے جذبے کا سیاہ پھول آپ کی آنکھوں کے سامنے کھلا۔۔۔ اس کی flowering ہوئی۔۔۔ اس کی ایک ایک پنکھڑی نے اپنا رنگ جمایا، آپ دیکھتے رہے۔۔۔ آپ نے اپنے غصے پر کوئی ردعمل ظاہر کئے بغیر صرف اسے دیکھا۔۔۔ غصے کا یہ پھول آپ کے سامنے کھلا اور پھر وہ پھول مرجھا گیا کیونکہ اس پھول کو آپ نے دیوانہ وار سونگھنے، چومنے اور تھامنے سے انکار کر دیا۔ اس پھول کو قبول کرنے والا اس بار کوئی نہ تھا۔۔۔ اسے اعلیٰ علم اور بلند عقل کی روشنی میں مسترد کر دیا گیا۔ اب وہ کبھی نہیں کھلے گا۔ یہ پھول سیاہ تھا آسیب زدہ تھا۔ آپ نے اس آسیب کا طلسم توڑ دیا ہے۔ آپ نے اپنے غصے کو پی لیا ہے۔

اَلَّذِیْنَ یُنْفِقُوْنَ فِی السَّرَّآءِ وَالضَّرَّآءِ وَالْکٰظِمِیْنَ الْغَیْظَ وَالْعَافِیْنَ عَنِ النَّاسِ وَاللّٰہُ یُحِبُّ الْمُحْسِنِیْنَ ○

جو لوگ غصے کو پی جاتے ہیں اور دوسروں کے قصور معاف کر دیتے ہیں۔
ایسے نیک لوگ اللہ کو بہت ہی پسند ہیں۔

(آل عمران 134)

اب ذہن کے پاس ایک بالکل نئی طرز کا علم آ چکا ہے۔ وہ جان چکا ہے کہ وہ غصے کے آگے اب بھی بے بس نہیں ہے۔ غصے کی مہیب طاقت سے اب وہ خائف اور بیزار نہیں ہے۔ اب کیا ہوگا؟ اگلی بار جب غصہ آئے تو ہمیشہ کی طرح اسے آ لینے دیں۔۔۔ کبھی بھی ہرگز دبانے کی کوشش نہ کریں پھر اس کا مشاہدہ کریں۔

آپ پر انکشاف ہوگا کہ ہر بار اس کی شدت پہلے سے کم، کہیں کم اور بے حد کم ہوتی چلی جا رہی ہے۔ یہ اس قدر کم ہوتی چلی جائے گی کہ آخر کار ناگواری کے احساس تک رہ جائے گی جسے برداشت کرنا بے حد آسان ہوتا ہے۔ آپ مشاہدہ کرتے رہیں گے تو خوب جان جائیں گے کہ غصہ خواہ کسی بھی وجہ سے آئے اس کا جذبہ ہمیشہ ایک ہی ہے۔ وہی احساس، وہی کیفیت، وہی جسمانی نفسانی حالت پیدا ہوگی جو آپ کی خوب جانی پہچانی ہوگی۔ کوئی بھی وجہ ہو غصے کا جذبہ ہمیشہ ایک جیسا ہی رہے گا اور ہر بار پہلے سے کمزور ہوتا چلا جائے گا۔ یہاں تک کہ ذہن کے نزدیک اس کی حیثیت value معمولی سر درد پر ہونے والی ناگواری کے برابر بھی نہیں رہ جائے گی۔

ایسا ایک دو بار سے نہیں ہو جاتا۔ کاملیت mastery حاصل کرنے کیلئے محنت شاقہ درکار ہوا کرتی ہے۔ آہستہ آہستہ آپ غصے کے عفریت سے آزادی حاصل کرنے میں کامیاب ہو جائیں گے۔ پھر غصہ تو آئے گا کیونکہ یہ فطرتی ہے مگر وہ نہ تو آپ کو کوئی نقصان دے گا اور نہ ہی آپ اس کی وجہ سے دوسروں کے لیے کسی ضرر اور دکھ کا باعث بنیں گے۔ انشاء اللہ۔

ڈپریشن، سٹریس اور اینگزائٹی کو اسی مشاہدے سے معتدل کیا جاتا ہے۔ نفسیاتی امراض کے شکار لوگوں کو جو دورے seizures / panic attacks ہوتے ہیں ان سے انہیں کوئی دوائی کوئی ماہر نفسیات مستقل نجات نہیں دلا سکتا۔ جب دہشت اور خوف panic شروع ہو تو بغیر کسی جذباتی وابستگی emotional attachment کے اسے دیکھنا ہوتا ہے۔

مر جانے کے خوف کو اس کی انتہا پر جانے دینا ہوتا ہے۔ "کچھ ہونے والا ہے" کو ہو لینے دینا ہوتا ہے۔ جب تک خوف fear کا سامنا نہیں کیا جائے گا مریض کا panic اور seizure ختم نہیں ہوگا۔ دہشت زدگی panic attack کا واحد علاج اُسے دیکھنا face کرنا ہے، اس کا مشاہدہ کرنا اسے observe کرنا ہے۔

اسی طرح اپنے تمام بے قابو، قبیح جذبات اور پیچیدہ نفسیاتی مسائل کو مشاہدۂ حق سے اعتدال پر لایا جاتا ہے۔ نفس پر بے پناہ محنت کرنا ہوتی ہے۔ مسلسل تربیت اور مستقل مزاجی سے تزکیہ جاری رکھنے سے آخر کار اس میں اعلیٰ صفات کا ظہور ہونے لگتا ہے جو عطائے ربی ہے۔ ایک ایک کر کے نفس کے افعال پر کام کرنا حماقت ہے۔ اس طرح تو ایک پوری زندگی بھی صرف کر دی جائے تو کچھ حاصل نہیں کہ نفس کے فریب ان گنت اور لامحدود ہیں۔ ایک ہی بار مشاہدہ شروع کریں اور اسے اپنے پورے نفس پر محیط کر دیں۔۔۔

مشاہدہ observation ہمیشہ انتخاب کے بغیر choiceless ہوتا ہے۔ یہ نہایت اہم بات ہے جس کو سمجھ لینا بے حد ضروری ہے۔ عقلمند آدمی کبھی انتخاب choose نہیں کرتا۔ مشاہدہ choiceless ہوتا ہے۔ مشاہدہ کرنے والا observer کبھی بھی کسی بھی شے سے وابستہ attach نہیں ہوتا یعنی مشاہدہ پسند اور ناپسند کی بنیاد پر ہرگز نہیں کیا جا سکتا۔

یہ اچھا ہے یہ برا ہے، یہ آپ کو پسند ہے اور یہ ناپسند ہے۔ آپ کو کسی شے سے جذباتی وابستگی attachment کے بغیر دیکھنا ہے۔ جو اکس کرتا تو مشاہدہ سے پہلے ہی ایک تصور ایک image تخلیق کر لیتا ہے۔ اب اُس امیج سے مشاہدہ اگر کیا جائے گا تو یہ مشاہدہ جھوٹ ہے یہ جانبداری ہے۔ یہ سوچ ہے جو ہمیشہ انتخاب کرتی ہے choose کرتی ہے۔

سوچ کا بھی مشاہدہ ہے۔۔۔ اپنی کسی بھی سوچ کی جڑ تک پہنچنے کی کوشش کریں۔۔۔ جو سوچ آپ پر حاوی ہو رہی ہے اس کی انکوائری کریں اس کے اندر اترتے چلے جائیں۔ آپ کو اپنی ہر سوچ کی جڑ root آخر کار خاموشی silence میں جاتی ہوئی نظر آئے گی۔ انسان فطرتاً خاموش ہے silent ہے اور خاموشی تنہائی کے مقام پر پیدا ہوتی ہے۔ نفس اس خاموشی سے اس تنہائی سے بے پناہ خائف ہے (تنہائی کا باب دیکھیں)۔

اس خاموشی اور تنہائی سے بھاگنے کیلئے وہ ہمیشہ سوچوں کے جال میں مگن اور کھویا رہنا چاہتا ہے۔ سوچ کی کوئی بنیاد نہیں ہے thought is baseless۔ جب آپ اپنی سوچ کی گہرائی میں جائیں گے تو دیکھ لیں گے کہ سوچ صرف بلبلوں bubbles کی مانند ہے جو خاموشی کے گہرے، پرسکون اور تنہا سمندر سے اٹھتے ہیں اور پھٹ جاتے ہیں۔

جو انسان بار بار اپنے ماضی کے قبرستان میں جا کر گڑے مردے اُکھاڑنے سے باز آ جاتا ہے وہ اندر باہر سے خاموش ہو جاتا ہے۔ ماضی صرف ماضی ہے past is past۔ جو ہو چکا اُسے ایسے ہی ہونا تھا۔ اب کچھ نہیں ہو سکتا۔ ماضی کی خوشیاں اب دوبارہ کبھی نہیں آئیں گی اور نہ ہی ماضی میں بیت چکے غموں سے آپ کو آج کوئی خطرہ ہے۔

کون ہے جس کو اس سچائی پر یقین نہیں؟

ذہن میں ایک بہت بڑا قبرستان ہے جس کا نام ماضی ہے Mind is the graveyard of past۔ کبھی کبھار یہاں جانے میں کوئی حرج نہیں بلکہ کبھی کبھی یہ کرنا ضروری ہوتا ہے۔ ماضی کی کوئی یادداشت اہم ہو سکتی ہے اچانک کسی میموری کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔ یہاں تک تو ٹھیک ہے مگر جیتے جی قبرستان میں ہر وقت رہنا کون پسند کرتا ہے؟

ایک نہایت گہرا راز یہ ہے کہ مستقبل بھی ماضی ہے future is also past۔ جو لفظ یہاں اس صفحے پر لکھے جانے تھے وہ مستقبل future کا حصہ تھے مگر حال present سے گزرتے ہوئے اب ماضی کا حصہ بن چکے ہیں۔ حتیٰ کہ قلم سے نکلتا ہوا ہر لفظ تیر کی طرح انتہائی تیزی سے مستقبل کی کمان سے نکل کر حال سے گزرتا ہوا ماضی میں پیوست ہوتا جا رہا ہے۔ انسان کیلئے مستقبل کوئی حقیقت نہیں محض ایک اندازہ ہے future is nothing but a mere idea۔ اس حقیقت سے کوئی انکار نہیں کر سکتا۔

مستقبل صرف اور صرف خدا کا ہے اور صرف خدا ہی ہے جو جانتا ہے مستقبل کیا ہے۔

إِنَّ اللَّهَ عِندَهُ عِلْمُ السَّاعَةِ وَيُنَزِّلُ الْغَيْثَ وَيَعْلَمُ مَا فِي الْأَرْحَامِ ۖ وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ مَّاذَا تَكْسِبُ غَدًا ۖ وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ بِأَيِّ أَرْضٍ تَمُوتُ ۚ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ (34)

بے شک اللہ ہی کو قیامت کی خبر ہے، اور وہی مینہ برساتا ہے، اور وہی جانتا ہے جو کچھ ماؤں کے پیٹوں میں ہوتا ہے، اور کوئی نہیں جانتا کہ کل کیا کرے گا، اور کوئی نہیں جانتا کہ کس زمین پر مرے گا، بے شک اللہ جاننے والا خبردار ہے۔

(لقمان 34)

یہی معاملہ حال کا ہے present بھی اپنی اصل میں کوئی شے نہیں ہے کیونکہ جیسے ہی

حال present کا ذکر ہوتا ہے وہ ماضی بن جاتا ہے۔ یہ زمانے کا ڈھانچہ construct ہے۔ یہ وقت کا میکنزم mechanism of time ہے۔ اس لیے ماضی حال اور مستقبل کے استعاروں metaphors سے ہی زندگی گزرتی ہے اس میں ہرگز کوئی قباحت نہیں لیکن ان کی اصل actuality کو جان لینا چاہیے کیونکہ وقت صرف ایک سراب ایک illusion ہے۔۔۔

وقت کی اگر کوئی مستند ترین حالت form اب تک سامنے آ گئی ہے تو وہ ماضی past ہے۔ ماضی سوچ ہے اور سوچ علم ہے اس لیے محدود ہے اور یہی نفس کا وقت ہے time ہے۔۔۔

یہ سب ماضی ہے۔۔۔

ماضی کے زندان سے انسان کو آزادی حاصل کرنی ہے یہی اس کی قید ہے۔ مستقبل پر کوئی اُمید رکھنا حماقت ہے۔ کیا کوئی جانتا ہے کہ کل اس کے ساتھ کیا ہونے والا ہے؟ زندگی گزارنے کیلئے ایسا کرنا بہت حد تک ضروری ہے اس سے انکار نہیں مگر لمبی اُمید؟ طویل مدتی منصوبہ بندی long term planning؟ اُمید رکھنا ضروری ہے کیونکہ خواہش کے بغیر زندگی ناممکن ہے، کچھ حد تک وابستگیاں attachments بھی ضروری ہیں مگر اعتدال سے، مگر ہوش سے، کم سے کم اُمید، مختصر مدت کی آرزو اور ممکن حد تک وابستگیاں attachments۔۔۔ اتنا کافی ہے۔

انسان کے نفس کو اتنا سا چارہ کافی ہے بجائے اس کے کہ پانچ دس سال کی امیدیں وابستہ رکھی جائیں اور ان کی بنیادوں پر زندگی کی عمارت کھڑی کرنے کی کوشش کی جائے یہ حماقت ہے۔۔۔ عشروں سے خود کو سالوں میں لائیں اور پھر ایک دو سال میں آ جائیں پھر کچھ مہینوں کیلئے زندگی بسر کرنا سیکھیں پھر ایک دو ماہ میں جئیں اور اگر اللہ ہمت دے توفیق بخشے تو انسان ہفتوں سے دنوں پر اُترتا ہے اور پھر روزانہ کی بنیاد پر جینا بھی اُس کی

خودداری پر بھاری ہونے لگتا ہے اور اگر نصیب بلند ہو، فطرت سعید ہو اور اللہ مہربان ہو تو ایسی بلندی بھی عطا ہوتی ہے کہ انسان صبح کرتا ہے تو شام کی اُسے پرواہ نہیں ہوتی اور شام کو پہنچتا ہے تو صبح زندہ اُٹھا دیئے جانے کی تمنا سے بے نیاز ہوتا ہے۔۔۔ ہر وقت اس دنیا سے جانے کو تیار بیٹھے ایسے لوگ بھی اس دنیا میں زمانے نے دیکھے ہیں جن پر ہمیشہ حیرت کی جائے گی۔ یہ خوش نصیب وہ ہوتے ہیں کہ جن کے بارے میں کہا گیا۔۔۔

اپنے باطن کے چمن زار کو رجعت کر جا
دیکھ اب بھی روشِ دہر سے وحشت کر جا
اپنا چلتا ہوا بت چھوڑ زمانے کیلئے
اور خود عرصۂ ایام سے ہجرت کر جا
جاں سے آگے بھی بہت روشنیاں ہیں خورشید
اک ذرا جاں سے گزر جانے کی ہمت کر جا

بہر حال ہر کامیابی کی معراج کے پیچھے ناکامیوں کی طویل قطار ہوتی ہے۔ اتنی بلندی تک پہنچنے کی خواہش بذات خود ایک لالچ ہے۔ تھوڑے سے ہی آغاز ہوتا ہے بلکہ ہونا تو یہیں نہ ہونے سے شروع ہے تو پھر مایوسی پریشانی کس بات کی ہے؟ اپنی دراز امیدوں کے سلسلوں کو لپیٹنا شروع کر دیجئے۔ ہم یہاں رہنے نہیں آئے۔۔۔ ہم مسافر ہیں۔۔۔ مسافر کی راستے سے صرف ایک امید ہوتی ہے اور وہ یہ کہ یہ رستہ اسے منزل تک پہنچا دے گا۔ اس کے سوا ہر قسم کی اُمید اس دنیا سے منقطع کرنے کا آغاز کر دینا ہی اصل دانشمندی ہے۔ اس سے پہلے کہ دیر ہو جائے اس دانش کو حاصل کر لینا بہت ضروری ہے۔

زمان و مکاں time & space سے ہرگز متاثر نہیں ہونا چاہیے یہ ایک رونمائی ہے ایک پروجیکشن projection ہے۔ ذہن کی اصل فطرت پروجیکٹ کرتا ہے۔

وقت آپ سے ہے۔۔۔آپ وقت سے نہیں ہیں۔غور کیجئے دوپہر کو جب آپ آرام کرنے کیلئے قیلولہ کرتے ہیں power nap لیتے ہیں آپ کو اونگھ آ جاتی ہے۔اب وقت کہاں ہے؟ آپ کہاں ہیں؟ دوپہر کا چمکتا سورج سب جاگنے والوں کیلئے حقیقت ہے لیکن آپ کیلئے نہیں۔۔۔آپ کا سورج کہاں ہے؟ آپ ہیں تو وقت ہے۔۔۔آپ نہیں ہیں تو وقت کوئی شے نہیں ہے۔۔۔ نہ کوئی ٹائم ہے نہ کوئی اسپیس ہے۔ سب دھوکا ہے۔۔۔illusion ہے۔۔۔

وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَعِبٌ وَلَهْوٌ ۖ وَلَلدَّارُ الْآخِرَةُ خَيْرٌ لِّلَّذِينَ يَتَّقُونَ ۗ أَفَلَا تَعْقِلُونَ ○

اور دنیا کی زندگی ایک کھیل اور تماشے کے سوا کچھ نہیں اور اہل تقویٰ کے لیے دار آخرت ہی بہترین ہے کیا تم عقل سے کام نہیں لیتے؟

(الانعام 32)

وجود existence بھی آپ سے ہے۔۔۔آپ وجود سے نہیں ہیں۔۔۔آپ کون ہیں؟ اس سوال کا جواب خود آپ کے اندر چھپا ہے۔۔۔اس کا جواب کسی کتاب میں نہیں ہے۔۔۔اس کا جواب آپ کو کوئی نہیں بتا سکتا۔۔۔اس کا جواب آپ کو خود ڈھونڈنا ہے اور آپ اس سوال کا جواب پہلے سے ہی جانتے ہیں صرف آپ بھول چکے ہیں کہ آپ کون ہیں؟ پوچھا اُس رب کائنات نے ہر انسان سے جب عہد لیا۔۔۔

وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِن بَنِي آدَمَ مِن ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ ۖ قَالُوا بَلَىٰ ۛ شَهِدْنَا ۛ أَن تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَٰذَا غَافِلِينَ ○

اور جب تیرے رب نے بنی آدم کی پشتوں سے ان کی اولاد کو نکالا اور ان سے ان کی

جانوں پر اقرار کرایا، کیا میں تمہارا رب نہیں ہوں، انہوں نے کہا ہاں، ہم اقرار کرتے ہیں، کہیں قیامت کے دن کہنے لگو کہ ہمیں تو اس کی خبر نہ تھی۔

(الاعراف 172)

کیا آپ پہچانتے ہیں کہ آپ کا رب کون ہے؟ جس دن آپ خود کو پہچان گئے اسی دن اسی لمحے آپ اپنے رب کو بھی پہچان جائیں گے۔۔۔ پھر آپ جان لیں گے کہ آپ ہمیشہ سے اُسے جانتے تھے بس ذرا بھول گئے تھے۔۔۔ جب انسان کا مشاہدہ قائم ہوتا ہے تو سوچ اعتدال کو پلٹتی ہے۔ جیسے ہی سوچ کم ہوتی ہے، خاموشی پیدا ہوتی ہے اور خاموشی کے بطن سے تنہائی کا سمندر ابھرتا ہے۔ تنہائی پیدا ہوتے ہی اللہ کی یاد کا شعلہ دل لپکتا ہے۔ اللہ خود بخود یاد آتا ہے۔۔۔ انسان اپنی اصل کو اپنے origin کو کیسے نہ لپکے گا؟ مخلوق خالق کی طرف لپکتی ہوئی کیوں نہ آئے کہ ہم سب اُسی کے تو ہیں اور ہمارا کون ہے اس کائنات میں جس کے در پر ہم چلے جائیں گے؟

اللہ تنہائی میں ملتا ہے۔ خود سے تنہا ہو جانے پر اللہ ملتا ہے۔ خود سے دستبردار ہو جانے پر اللہ بندے کے دل میں اُترتا ہے۔ وہ خود آتا ہے۔ انسان کے بس میں نہیں کہ عبادت اور زہد سے خدا کو پالے، عبادت تو پروٹوکول ہے، بندگی ہے۔ اس تنہائی کے سمندر میں محبت کی لہریں موجزن ہیں۔ اس مقام پر صرف اللہ ہے اور کوئی شے نہیں ہے حتیٰ کہ آپ بھی نہیں ہیں۔ یہاں صرف اور صرف اللہ رب العزت کی ذات پاک جلوہ افروز ہے۔ وہ آپ کی شہ رگ سے بھی زیادہ آپ کے قریب ہے۔ وہ ہمیشہ سے یہیں ہے۔ ہم کھوئے ہوئے ہیں۔ آپ نے صرف خود کو ڈھونڈنا ہے۔ اللہ کی تلاش اپنی اصل میں صرف اور صرف (خود) کی تلاش ہے۔ صرف اسی مقام کی شان میں ساری زندگی لکھا جائے تو کم ہے مجبوری ہے آگے بڑھنا ہے کہ مقامات آہ و فغاں اور بھی ہیں۔۔۔

طوالت کا خدشہ دامن گیر نہ ہوتا تو یہاں برسوں بیٹھتے اور اس کی بات کرتے جو کائنات کا مقصد ہے۔ جو ہمارا رب ہے۔ ہماری ماؤں نے ہمیں اس دنیا میں جنم دیا ہے۔ اس نے ہمیں وجودیت existence میں جنم دیا ہے۔ اس کا یہ احسان کیا کم ہے کہ اس نے ہمیں وجود بخش دیا رونمائی appearance عطا فرمادی۔ وہی تو ایک ہے جو ہمارا ہے۔ اسی کے دم سے ہم ہیں اس نے چاہا کہ ہم ہوں۔۔۔ سو ہم ہیں۔۔۔

قُلْ لَّوْ كَانَ الْبَحْرُ مِدَادًا لِّكَلِمَاتِ رَبِّيْ لَنَفِدَ الْبَحْرُ قَبْلَ اَنْ تَنْفَدَ
كَلِمَاتُ رَبِّيْ وَلَوْ جِئْنَا بِمِثْلِهٖ مَدَدًا ○

کہہ دو اگر میرے رب کی باتیں لکھنے کے لیے سمندر سیاہی بن جائے تو میرے رب
کی باتیں ختم ہونے سے پہلے سمندر ختم ہو جائے اور اگرچہ اس کی مدد
کے لیے ہم ایسا ہی اور سمندر لائیں۔

(الکہف 109)

کچھ ضروری ہدایات do's and don'ts مشاہدے کے ضمن میں پیش خدمت ہیں۔ انہیں ایک نظر دیکھ لینا ضروری ہے۔

1۔ مشاہدہ سب سے مشکل تب ہے جب جسم یا ذہن حرکت میں مصروفیت میں ہے۔ یعنی جب آپ مصروف ہوں مثلاً بازار میں ہوں، اس طرح کی صورتحال میں مشاہدہ مشکل ہے مگر یہی وہ وقت ہوتا ہے جب نفس مشاہدے کی آنکھ awareness سے غافل ہو جاتا ہے۔ اس وقت کیے گئے مشاہدے کے اثرات انتہائی طاقتور ہوتے ہیں۔ سالوں کا سفر لمحوں میں بھی طے ہو سکتا ہے۔

2۔ مشاہدہ جب زندگی میں جاری کیا جائے تو شروع میں فطری طور پر دشواری پیش آتی

ہے۔ اگر اچانک احساس ہو کہ آپ اپنے نفس پر متوجہ Attentive نہیں ہیں تو یہی attention ہے۔ اس امر کا احساس کہ میں متوجہ نہیں ہوں یہی عین توجہ ہے۔ اس پر پریشان ہونے کی ضرورت نہیں یہ تو خوشی کی خبر ہے کہ آپ سنجیدگی سے کام کر رہے ہیں۔

3۔ جب مشاہدہ ذرا طاقت پکڑتا ہے تو سب سے پہلے نیند کم ہو جاتی ہے یہ پہلی نشانی ہے۔ اگر آپ آٹھ گھنٹے سوتے ہیں تو امکان غالب ہے کہ صرف 3 سے 4 گھنٹے ہی سو سکیں گے۔ لیکن یہ مختصر نیند آپ کو اس قدر تر و تازہ کر دے گی جیسے آپ دس گھنٹے سونے کے بعد بھی نہیں ہو سکتے۔

ذہن چونکہ فطری طور پر اس معمول کا عادی نہیں ہوتا اس لیے بسا اوقات نیند اور ہوش کے نئے معمولات کی عادت اختیار کرنے میں کافی مدت بھی لگ سکتی ہے۔ ایسا ہو سکتا ہے کہ آپ 8 گھنٹے لیٹے رہیں، آپ کا جسم سویا رہے اور ذہن جاگتا رہے۔ ایسا بھی ہو سکتا ہے کہ آپ کو 8 گھنٹے لیٹنا پڑے اور نیند صرف 2 گھنٹے ہی آئے۔ یہ بھی ہو سکتا ہے کہ ذہن اور جسم دونوں جاگتے رہیں لیکن خیال کوئی بھی باقی نہ رہے۔۔۔ذہنی توانائی mental energy جب بڑھتی ہے تو بہت سے ایسے حقائق سامنے آتے ہیں کہ نفس جن سے آشنا نہیں ہوتا۔

اس لیے نئی عادات کو اختیار کرنے میں ذہن کو وقت لگتا ہے اس وقت کی طوالت اپنے مزاج پر ہوتی ہے۔ مثال کے طور پر ذہنی توانائی اگر زور پر ہو تو جسم تھکتا نہیں اور نہ ہی نیند آتی ہے۔ اسی طرح یہ بھی ہو سکتا ہے کہ بھوک کم ہو جائے کیونکہ کم خوراک سے ہی جسم کو بھرپور طاقت مل جاتی ہے۔ جیسے خواب ہو سکتا ہے کہ بہت کم ہو جائیں اور جو رہ جائیں وہ بالکل حقیقی vivid نظر آئیں۔

4- مشاہدہ جو ہے، جیسے ہے اسی بنیاد پر ہوتا ہے۔ جو بھی ہے اسے ویسا ہی دیکھے جیسا وہ نظر آرہا ہے اس میں ذاتی، پسندیدہ اور ناپسندیدہ سوچ کی مداخلت نہیں ہونی چاہیے۔ خود سے ہمدردی کسی صورت قبول نہ کریں کہ نفس اپناسب سے بڑا ہمدرد ہے۔ مشاہدۂ حق observation of the truth کو سمجھنے کا سب سے آسان طریقہ یہی ہے کہ جو بھی دیکھا جائے اسے ایسے دیکھا جائے جیسے پہلی بار دیکھا جا رہا ہے۔ نہ تو کسی شے، واقعے اور احساس کو قبول accept کرنا ہے اور نہ ہی مسترد reject کرنا ہے۔ جو ہے جیسا ہے بس ویسا ہی دیکھنا ہے۔

just watch, all is جو بھی آرہا ہے، جب سامنے آئے گا تب دیکھا جائے گا coming۔ کسی بھی واقعہ event کے وقوع پذیر ہونے سے پہلے اس کے ساتھ کوئی جذباتی وابستگی پیدا نہ کرنا اور اس کے بارے میں ہرگز کسی قسم کا کوئی تاثر impression قبول نہ کرنا ہی سب سے بڑی خوبی اور اعلیٰ دانشمندی higher intelect ہے۔

5- اپنی غیر ضروری اور منفی سوچ کو مسترد reject کرنا سیکھیں۔ سوچ کو مسترد کرنے کا مطلب ایک نئی ذہنی جنگ کا آغاز کرنا نہیں ہے۔۔۔ سادہ زبان میں جو بھی منفی اور غیر ضروری سوچ آپ کے ذہن میں آتی ہے اس پر دھیان نہ دیں اسے attend نہ کریں اور نہ ہی اس پر کوئی عمل action کریں یہی سوچ کی rejection ہے۔

کام سے جب آپ گھر آتے ہیں تو کام کے معاملات اور مسائل بھی آپ کے ذہن میں بیٹھ کر آپ کے ساتھ آپ کے گھر پہنچ جاتے ہیں۔ اسی طرح گھر کے معاملات اور مسائل پر سوچ بچار لوگ اپنے کام کی جگہ بیٹھ کرنے کے عادی ہوتے ہیں۔ یہ حماقت ہے۔۔۔ جب اپنا کام ختم کر دیا ہے تو ذہن میں بھی اسے ختم کر دیں its over۔

گھر پر آنے کے بعد کام کا نہ سوچیں۔ اگر خیال آئے تو اس پر توجہ نہ دیں attend نہ کریں وہ سوچ خود بخود ختم ہو جائے گی۔ اسی طرح گھر سے نکلتے ہوئے گھر کے مسائل کو بھی گھر ہی چھوڑ جائیں۔ ضروری معاملات پر کسی بھی وقت کہیں بھی سوچا جا سکتا ہے لیکن فضول سوچوں سے دور رہنا چاہیے۔ اس کانسپٹ کے واضح ہو جانے سے مشاہدے میں بہت آسانی محسوس ہونے لگتی ہے۔

6۔ اصول یہ ہے کہ جب باہر توجہ پوری ہو جائے تو اندرونی سوچ کم ہو جاتی ہے۔ اسی طرح باہر توجہ کم ہو تو اندر سوچوں کا طوفان برپا رہتا ہے اور انسان ہر وقت اسی میں الجھا رہتا ہے۔ جن لوگوں کو یادداشت کی خرابی memory loss کا مسئلہ ہوتا ہے ضروری کام، باتیں چیزیں اور واقعات بھول جاتے ہیں ان کی توجہ باہری دنیا پر کم اور اپنے اندر زیادہ ہوتی ہے۔ اکثر دیکھنے میں آتا ہے کہ نماز کی رکعتیں لوگ بھول جاتے ہیں۔ کیوں بھول جاتے ہیں؟ نیت خراب ہو جائے تو یادداشت بھی خراب ہو جاتی ہے۔۔۔

کسی کام کو اگر پوری ایمانداری سے نہ کیا جائے تو اس کام کی جزئیات بھولنا فطری بات ہے اس کا الزام یادداشت پر ڈالنا کسی صورت درست نہیں۔۔۔

7۔ پہلے بھی لکھا ہے کہ سب سے ضروری بات جو سمجھنے کی ہے وہ یہ کہ نفس psyche ایک ہے۔ اللہ نے قرآن میں فرما دیا ہے statement دے دی ہے کہ

هُوَ الَّذِيْ خَلَقَكُمْ مِّنْ نَّفْسٍ وَّاحِدَةٍ

ہم نے تمام انسانوں کو ایک ہی نفس Psyche پر پیدا کیا۔

(الاعراف 189)

اس کا مطلب یہ ہے کہ جس نے اپنے نفس کو جان لیا اس نے دنیا میں موجود ہر شخص کو جان لیا۔ وہ ساری انسانیت کو جان گیا۔ غصہ کا احساس سب میں ایک سا ہے۔ اسی طرح محبت بھی ایک جذبہ ہے جس کا احساس سب میں ایک ہے۔ لالچ، نفرت، حسد، خوف، رنج، غم، تنہائی، دکھ خوشی سب جذبات ہیں جن کے محرکات stimulus تو مختلف ضرور ہوتے ہیں لیکن احساسات ایک ہی طرح کے ہیں۔

دُوئی duality تب پیدا ہوتی ہے جب انسان یہ گمان کرتا ہے کہ اس کی سوچ دوسروں سے الگ ہے۔ کیا الگ ہے؟ ذاتی سوچ private thought؟۔۔۔ نہیں، صرف ظاہری طور پر حالات اور واقعات ہر انسان کے جدا جدا ہیں اس لیے اس کی سوچ الگ ہے (مگر سوچ اپنی اصل actuality میں ایک ہی ہے) کون سی ایسی شے ہے جو آپ کو دوسروں سے منفرد کر رہی ہے؟

خود سے پوچھیں۔۔۔ میرا بچہ دوسروں کا نہیں صرف میرا ہے۔۔۔ ہاں، مگر در حقیقت تو وہ ایک بچہ ہے۔۔۔ اس سوال پر گہرائی سے غور کریں اور ڈھونڈنے کی کوشش کریں کہ کیا آپ میں واقعی کوئی ایسی شے ہے جو دوسروں میں نہیں؟ غور کریں، تلاش کریں۔۔۔ اس سوال کا جواب صرف آپ خود ہی ڈھونڈ سکتے ہیں۔ اللہ کی اسٹیٹمنٹ لکھ دی ہے آپ اسے عقل کی سوئی پر خوب اچھی طرح پرکھ کر دیکھیں۔ کہیں ایسا تو نہیں کہ یہ سب صرف آزمائش کیلئے ہو؟

میں تیرا نفس ہوں۔۔۔ تُو میرا نفس ہے۔۔۔ میں تجھ میں (تُو) ہوں تُو مجھ میں (میں) ہے۔

اس راز کو آپ کو خود سمجھنا ہے۔ جو لکھا ہے اس کو شک کی نگاہ سے دیکھیں اور اس کا رد Rejection ڈھونڈیں۔ اس سوال کا جواب آپ کو بہت بڑی حقیقت سے روشناس کرا دے گا۔ سچ کو پالینا عظیم کامیابی ہے۔ اللہ آپ کو کامیاب فرمائے۔

8۔ مشاہدے observation کو کسی لالچ سے نہیں کیا جاسکتا اور نہ ہی مشاہدے میں کوئی طلب ہوتی ہے۔ مثال کے طور پر اگر مشاہدے کو انرجی حاصل کرنے کیلئے یا سوچ کو روکنے کیلئے کیا جائے تو کچھ حاصل نہیں ہوگا۔ ہر شے سے ہر خیال سے دستبردار ہو کر ہی مشاہدہ حاصل ہوسکتا ہے۔ یہ ایسے ہے کہ جب کوئی شخص رات کو سونے کیلئے لیٹے تو نیند کی طلب کرے کہ ابھی آجائے۔۔۔ کب آئے گی۔۔۔ آتی کیوں نہیں۔۔۔ وہ الجھن میں ایسا پڑے گا کہ نیند کوسوں دور بھاگ جائے گی۔

نیند تب آتی ہے جب انسان یہ بات بھی بھول جاتا ہے کہ وہ نیند کے انتظار میں ہے۔ جیسے ہی نیند کی طلب کا خیال ختم ہو جائے نیند آجاتی ہے۔ اسی طرح مشاہدہ ہے۔ مشاہدہ کرنے والے کو جب یہ احساس نہ رہے کہ وہ مشاہدہ کر رہا ہے بس صرف مشاہدہ رہ جائے۔۔۔ اسے کرنے والا کوئی نہ رہے۔۔۔ یہ مشاہدہ ہے۔

9۔ مشاہدہ کرتے کرتے یہ مقام آتا ہے کہ غیر ضروری سوچیں کم ہونے لگتی ہیں۔ ایک سوچ سے دوسری سوچ کا درمیانی وقت gap طویل ہونے لگتا ہے۔ اس وقفے کے دوران توانائی energy پیدا ہوتی ہے۔ اس انرجی کے بڑھنے سے بے پناہ مسرت اور خوشی کے احساسات اور لطف انگیز ترنگیں bliss / ecstasy / rapture پیدا ہونے لگتے ہیں۔ پھر یہ وقفے مزید طویل ہونے شروع ہو جاتے ہیں۔

اب صرف ضروری اور مصفا خیالات رہ جاتے ہیں باقی سارا کچرا صاف ہونے لگتا ہے۔ یہ انتہائی حیرت انگیز اور بے پناہ طاقتور مقام ہے۔ یہ ذہن انسان کی کایا پلٹ کا مرحلہ ہے۔ اب مائنڈ میوٹیشن mind mutation شروع ہوتی ہے۔ ذہن کے خلیات میں عظیم ترین انقلاب برپا ہوتا ہے۔

ذہن اپنی پرانی وابستگیوں old associations سے خود بخود دستبردار ہونے لگتا ہے۔اب صرف دیکھنے والا seer باقی رہ جاتا ہے، کرنے والا doer اب کبھی کبھار یا ضرورت کے وقت ہی منظر عام پر آتا ہے۔اب جو بھی ہو رہا ہوتا ہے وہ اللہ کی مرضی سے ہو رہا ہوتا ہے اب انسان اپنے ارادے سے کچھ بھی نہیں کرنا چاہتا اب آزاد قوت ارادی free will کا فریب ٹوٹ رہا ہوتا ہے۔اس مرحلے پر کیف وسرور کی انتہائیں ہیں۔نفس کے ادھورے پن کا خاتمہ ہے۔ نفس کا نفسیاتی ڈھانچہ psychological structure فنا کے عمل میں داخل ہو چکا ہے۔

اس مقام کا لیکن اپنا دباؤ بھی بے پناہ ہے---

یہاں نفس عارضی روحانی بحران temporary spiritual crisis کا شکار بھی ہوسکتا ہے کیونکہ ذہن اکثر اوقات بالکل خالی سلیٹ کی طرح ہوتا ہے۔ یہ نیا جنم ہے---دوسری زندگی ہے---اس میں جینا سیکھنے کیلئے adjust ہونے کیلئے مختلف مزاج کے لوگوں کو مختلف وقت درکار ہوتا ہے۔کچھ دو چار مہینوں میں سنبھل جاتے ہیں balanced ہوجاتے ہیں۔ایسے ذہن کے ساتھ دنیا میں جینا سیکھ جاتے ہیں navigate کرنا سیکھ جاتے ہیں۔ کچھ کو سنبھلنے اور سمجھنے میں کئی سال بھی لگتے ہیں لیکن ہرگز یہ ارتکاز concentration والا مقام فنا نہیں ہے۔ یہ روحانی بحران spiritual crisis جذب کو absorption کو ہرگز نہیں جاتا۔

اس مقام پر انسان فعال رہتا ہے۔ وقت اس لیے درکار ہوتا ہے کہ اب ذہن کو سارا ڈیٹا دوبارہ نئے سرے سے مرتب کرنا ہوتا ہے۔علم اس مقام پر نہیں بھولتا لیکن وابستگیاں attachment ساری دنیا کی ذہن سے ٹوٹنے لگتی ہیں۔ایسا نہیں کہ انسان کو یہ ہوش نہ رہے کہ وہ کون ہے۔نفس کی جڑ root یعنی میں me قائم رہتی ہے۔

بس اوپری پیٹرنٹڈ منڈ ہو جاتا ہے۔ اب اسے جینے کیلئے نئے اور اعلیٰ و ارفع مقاصد بنانا ہوتے ہیں۔ اب نئی وابستگیاں attachments پیدا کرنی ہوتی ہیں لیکن اس بار یہ سب شعوری پر کیا جاتا ہے لاشعوری طور پر نہیں۔۔۔ کچھ وابستگیاں attachments کی نہ کسی حد تک پھر بھی اپنی اصلی حالت میں برقرار رہ جانے میں survive کر جانے میں کامیاب ہو جاتی ہیں۔ جیسے کسی نشے مثلاً چائے، سگریٹ، پان کی طلب اور خواہش، جیسے اپنے کسی بچے سے محبت کا پہلے کی طرح ہی قائم رہ جانا، جیسے کھانے کا شوق، جیسے اچھے کپڑے پہننے کا شوق، موسیقی اور اشعار سے شغف جیسی بہت سی وابستگیوں میں سے کچھ یا کوئی ایک باقی رہ جانے میں کامیاب ہو سکتی ہے۔

یہ ضروری بھی ہے کہ خواہش کے بغیر زندگی آگے نہیں بڑھ سکتی۔ کچھ لوگ ایسے ہوتے ہیں جو مشاہدہ حاصل ہو جانے کے بعد تمام تر وابستگیوں سے ماوراء ہو جاتے ہیں لیکن ان کے لیے ایک عام آدمی کی طرح زندگی بسر کرنا انتہائی دشوار ہو جاتا ہے اور آخر کار جلد یا بدیر انہیں بھی کوئی نہ کوئی خواہش جینے کے لیے زیست کرنے کیلئے پالنا ہی پڑتی ہے۔ اب کچھ یوں ہوتا ہے کہ کسی کام کی سوچ آتی ہے جس پر غور و فکر درکار ہوتا ہے تو صرف اس کام پر ہی ذہن غور کرتا ہے اس غور کرنے میں analysis کرنے میں اس کا اپنا نفس کہیں نہیں ہوتا۔ اسے زندگی کا بہاؤ flow of life کہا جاتا ہے۔ اس مقام پر انسان جو بھی کام کر رہا ہوا سے اپنی پوری ذہنی اور جسمانی استعداد maximum possible mental & physical potential سے سرانجام دینے لگتا ہے۔ اس طاقت کے پیدا ہوتے ہی ایسے ایسے عجائبات کا ظہور ہوتا ہے جن کو احاطہ تحریر میں لانا ممکن نہیں۔ اتنا سمجھ لینا کافی ہے عقل بے انتہا ہو جاتی ہے۔ آواز صاف ہو کر ہر قسم کی لکنت سے پاک ہو جاتی ہے فصاحت میں ڈھل جاتی ہے اور بلاغت اپنے کمال کو چھونے لگتی ہے۔

10- مشاہدہ کے دوران یہ امر ہر لمحہ پیش نظر رہنا چاہیے کہ جو فیصلے آپ روزمرہ کی زندگی میں چھوٹے یا بڑے کسی بھی طرح کے کر رہے ہیں وہ صرف ذاتی سوچ پر مبنی ہونے only thought based ہونے کی بجائے عمل پر مبنی action based ہونے چاہئیں۔ دیکھنا ہوتا ہے کہ کیا میں فیصلہ صرف اپنی ذاتی سوچ کے مطابق کر رہا ہوں یا سامنے موجود منظر، حالات اور واقعات کو دیکھ کر observe کر کے کر رہا ہوں۔ جو فیصلہ سوچ پر مبنی thought based ہوتا ہے وہ فیصلہ کوئی فیصلہ نہیں ہوتا وہ صرف جذباتی رد عمل ہوتا ہے۔

اصل اور درست فیصلہ جس کے دیرپا مثبت نتائج برآمد ہوں وہ ہوتا ہے جو پورے ہوش کے ساتھ کسی بھی معاملے کی تمام تر جزئیات اور movement of actions کو خوب اچھی طرح غیر جانبداری سے دیکھ کر کیا جاتا ہے۔ اس حقیقت کو تلاش کرنا ہوتا ہے کہ کسی بھی پیش آنے والی صورت حال میں آپ کی فیصلہ سازی decision making کا دائرہ کار radius کتنا ہے اور کیا ہے؟

آخری بات یہ کہ لمبی امید مختصر ہوتے ہوتے جب اختصار کی انتہا کو پہنچتی ہے تو ہر ڈیمانڈ، ہر مطالبہ اور ہر خواہش اس اختصار میں فنا ہو جاتی ہے۔ یہ بلند ترین مقام خودی ہے۔ خودی کی یہ بلندی سیاہ انتہا مراقبہ سے حاصل ہوتی ہے جو اپنی ذات میں مشاہدہ ہے۔

اقبال کی یاد آتی ہے۔۔۔

خودی کو کر بلند اتنا کہ ہر تقدیر سے پہلے
خدا بندے سے خود پوچھے بتا تیری رضا کیا ہے

☆☆☆☆☆☆☆

روحانی مراقبہ (ارتکاز، دھیان)

Spiritual Meditation (Concentration)

یہ مراقبے کی دوسری قسم ہے۔ جیسے ہر شے کا جوڑا ہے جیسے ہر پازیٹو کے ساتھ نیگیٹو ہے اسی طرح صوفی مشاہدہ observation کے مدمقابل ارتکاز concentration کا مراقبہ ہے۔ پرانے وقتوں سے لوگ روحانی طاقتیں clairvoyance حاصل کرنے کیلئے ارتکاز، دھیان کرتے چلے آئے ہیں۔ عام لوگ ارتکاز کے بارے میں شدید غلط فہمیوں کا شکار ہیں اس لیے اس موضوع پر مفصل گفتگو لازم ہے۔

تاریخ پر نظر دوڑائیں تو اندازہ ہوتا ہے کہ مراقبہ (ارتکاز، دھیان) سب سے پہلے ہندوؤں نے ایجاد کیا۔ پھر بدھ مت نے ہندو مذہب سے اسے لیا۔ مسلمان چونکہ شروع دن سے ہندوؤں کے ساتھ مل جل کر رہتے چلے آئے ہیں اس لیے ہندومت کے بہت سے رسم ورواج بھی مسلمانوں نے اختیار کیے۔ ہندوستان میں مسلمانوں کی آمد کے بعد جب تصوف کا آغاز ہوا تو شروع میں اس کا واحد مقصد صرف اور صرف اپنے نفس کے متعلق

علم حاصل کرتا تھا مگر جوں جوں وقت گزرتا گیا ہندو مسلم میل جول کی وجہ سے مسلمان صوفیاء میں سے ایک مخصوص طبقے نے ہندو سادھوؤں اور جوگیوں سے مراقبے کو سیکھنا شروع کیا۔ چونکہ ارتکاز کے نتائج کچھ مخصوص حالات میں انتہائی تیزی سے رونما ہوتے ہیں اس لیے ارتکاز مسلمان صوفیاء کی عظیم اکثریت میں بہت تیزی سے مقبول ہو کر پھیلنے لگا اور اسے تصوف میں قبول کر لیا گیا۔

وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ مسلمان صوفیاء کی اکثریت نے اس میں بہت سی نئی اختراعات کر لیں۔ اس کے بہت سے طریقے practices منظر عام پر آ گئے جو تصوف کے تقریباً تمام سلاسل میں آج پوری شدت سے جاری و ساری ہیں۔

شاید ہی تصوف کا کوئی سلسلہ ہو جس میں مراقبہ (تصور، ارتکاز، دھیان، یکسوئی) موجود نہ ہو۔ ہر سلسلے میں مراقبہ کو انتہائی اہمیت حاصل ہے اور روحانی ترقی کی کلید سمجھا جاتا ہے۔ عموماً یہ خیال کیا جاتا ہے کہ مراقبہ سے باطن کا مشاہدہ ہوتا ہے اور انسان کیلئے روحانی ترقی کے مدارج طے کرنا آسان ہو جاتا ہے۔ یہ کبھی نہیں سوچا جاتا کہ دین / مذہب میں کسی بھی نئی شے کو داخل کرنا بدعت ہے۔

اس کا آسان زبان میں مطلب یہ ہے کہ جو دین ہمیں اللہ کے رسول اکرمؐ کے ذریعے عطا فرمایا ہے اس کی جتنی بھی عبادات ہیں، جو بھی معمولات ہیں ہر شے براہ راست اللہ تبارک و تعالیٰ نے حضورؐ کے وسیلے سے بذاتِ خود مسلمانوں کو عطا فرمائی ہے اور جو شے خود خالق نے اپنی مخلوق کو دی ہو اس میں خیر ہی خیر ہوتی ہے کبھی کسی صورت کوئی شر نہیں ہوتا۔

یہ ممکن نہیں ہے، کسی بھی صورت ممکن نہیں کہ نماز میں کوئی شر ہو کوئی نقصان ہو۔ انسان کیلئے مذہب چونکہ آخری پناہ گاہ ہے۔ ایک ایسی پناہ گاہ جہاں پہنچ کر اُسے کسی نقصان کا اندیشہ نہیں رہتا۔ مطلب یہ کہ ایسا کبھی نہیں ہو سکتا کہ نماز پڑھنے والا پاگل ہو جائے،

روزے رکھنے والا بھوک سے مر جائے، صدقہ کرنے والا مفلس ہو جائے۔ ایسا بھی کبھی ہوتا۔۔۔ اسلام میں جتنی بھی عبادات ہیں ان کا کوئی سائیڈ ایفیکٹ نہیں ہے۔ بدعت چونکہ ایک ایسی شے/ایسا عمل ہوتا ہے جو انسان کی جانب سے مذہب/دین میں داخل کیا جاتا ہے اس لیے اس کے مضر اثرات side effects ہر حال میں لازم ہوتے ہیں۔ یہی بدعت ہوتی ہے۔

مراقبہ ایک ایسی شیطانی عبادت ہے جو ایسے انسانوں کو شکار کرنے کیلئے بنائی گئی ہے جو خدا کی تلاش میں سرگرداں ہوتے ہیں۔ ایسے لوگوں سے چونکہ ابلیس کو سخت تشویش رہتی تھی اس لیے ان لوگوں کیلئے مراقبہ ایجاد کر کے اب وہ ان کی طرف سے بے خوف و خطر ہو کر اپنے دوسرے شیطانی مقاصد میں مصروف ہے۔

ارتکاز ایک ایسا پھندا، ایک ایسا جال ہے جسے شیطان نے تلاش خدا کے رستے میں بچھا رکھا ہے۔ جو اس پر پاؤں رکھ بیٹھا وہ خدا تک کبھی نہ پہنچ پائے گا اور آخرکار خود کو شیطان ہی کا ساتھی پائے گا۔ خوب واضح ہو کہ مراقبہ خدا کی جانب سے نہیں ہے۔۔۔ ہو ہی نہیں سکتا۔۔۔

لوگ سمجھتے ہیں کہ مراقبہ میں کیف و سرور ہے اور باطن کی سیر ہے۔ پڑھنے سننے میں یہ الفاظ کس قدر مقناطیسی کشش کے حامل ہیں کتنے fancy ہیں۔۔۔ لیکن ان کا باطن طاغوت کی پھیلی ہوئی سیاہ گھنی رات جیسا ہے۔۔۔

مراقبہ (ارتکاز، دھیان) کا اصل گھناؤنا چہرہ، اس کی ڈارک سائیڈ dark side اتنی بھیانک ہے کہ روح کو لرزا کر رکھ دیتی ہے۔ آج کا نام نہاد تصوف جس کی ساری بنیادی صرف اور صرف مراقبہ اور اشغال پر کھڑی ہے اصل میں طاغوت کا وہ بھیانک چہرہ ہے جس کے رُخ سے نقاب اس کتاب میں الٹ دیا گیا ہے۔

جب بھی تصوف کے نام نہاد ٹھیکیدار مراقبے کا ذکر کرتے ہیں تو ایسا محسوس ہوتا ہے جیسے مراقبے میں سوائے خیر کے اور کوئی شے ہی نہیں صرف اور صرف fancy stuff دکھایا جاتا ہے real stuff کا ذکر ہی کہیں نہیں ملتا۔ روحانی مراقبے کی اصلیت جاننے کیلئے اس طلسم ہوشربا کے تہہ در تہہ اسراروں میں اترتے ہیں اور شیطان کے چہرے سے وہ سیاہ نقاب نوچ ڈالتے ہیں جسے اوڑھ کر وہ مسلمانوں میں روحانیت کے گنبد میں چھپا بیٹھا ہے۔

سب سے پہلے ہمیں یہ جاننا ہے کہ روحانی مراقبہ کیا ہے؟

روحانی مراقبہ ارتکاز سے کیا جاتا ہے۔ اس کی کئی اقسام ہیں۔ سب سے بڑی قسم جو ہندو، بدھ اور بہت سے مسلمان صوفیاء کے طبقات میں رائج ہے وہ سانس کا مراقبہ ہے breathing meditation ہے۔ اس روحانی مراقبہ میں خاموشی سے تنہائی میں بیٹھ کر سانس کے آنے اور جانے پر توجہ مرکوز کر کے ارتکاز کو بڑھایا جاتا ہے تا کہ یکسوئی حاصل کر کے استغراق meditative state کو پہنچا جا سکے۔ ذہن کو ہر قسم کی سوچ سے ہٹا کر صرف سانس کے آنے اور جانے پر توجہ مرکوز کرنے کی سرتوڑ مشق کی جاتی ہے۔

پتانجلی patanjali جو کہ ہندومت کا سب سے بڑا یوگی گزرا ہے اپنی کتاب یوگا سوترا میں اسے کُورما ناڈی کہتا ہے۔ کُورما کا مطلب کچھوا اور ناڈی سانس کو کہا گیا ہے یعنی جیسے کچھوا پانی کے اندر بھی رہ سکتا ہے اور باہر بھی اسی طرح سانس جسم کے اندر بھی ہوتا ہے اور باہر بھی اسی مناسبت سے اس نے سانس کے روحانی مراقبے کے عمل کو کُورما ناڈی کا نام دیا۔

ہر مذہب میں کچھ لوگوں کو خدا کی شدید طلب لازماً ہوتی ہے۔ خدا تک پہنچنے کیلئے چونکہ یکسوئی درکار ہے کیونکہ ذہن سوچوں کے بے پناہ دباؤ کی وجہ سے کسی صورت یکسو نہیں ہوتا۔ ہزاروں سال پہلے ہندو یوگیوں اور بدھ راہبوں نے جب نفس کی پہچان کے طریقے

ڈھونڈنے شروع کیے تو انہیں احساس ہوا کہ اس کیلئے انہیں سب سے پہلے ضرورت تھی کہ ذہن کو یکسو کرنے کا کوئی طریقہ کار نکالا جائے۔ سانس وہ آخری شے تھی جو انسان کے پاس ازل سے تھی اور اس کی کوئی شکل وصورت image بھی نہ تھی اس لیے ہزاروں سال پہلے ہی انسان کو یہ خیال سوجھ چکا تھا کہ سانس پر توجہ مرکوز کرنے سے وہ یکسوئی حاصل کر سکتا ہے۔۔۔ یوں مراقبہ کا آغاز ہوا۔

سانس کا مراقبہ مسلسل کرتے رہنے سے بلاشبہ ذہن یک سو ہو جاتا ہے۔ سوچ کم ہوتے ہوتے آخر کار نہ ہونے کے برابر رہ جاتی ہے۔ مگر اس سے حاصل کیا ہوتا ہے؟ اس سوال کا جواب ڈھونڈنے کیلئے سب سے پہلے ہمیں یہ دیکھنا ہے کہ یکسوئی، ارتکاز concentration کیا ہے؟ اس کے افعال کیا ہیں؟ اور یہ کیسے کام کرتی ہے؟

بلاشبہ انسان کو روز مرہ زندگی میں ہر کام سرانجام دینے کیلئے کسی نہ کسی حد تک یکسوئی concetration کی ضرورت پڑتی ہے۔ مثال کے طور پر قرآن سیکھنے کیلئے، تعلیم حاصل کرنے کیلئے، سکول کالج یونیورسٹی میں یکسوئی درکار ہے کوئی نئی زبان بھی صرف یکسو ہو جانے سے ہی سیکھی جاسکتی ہے۔

یہ بھی سچ ہے کہ ذہن میں ہر لمحہ سوچیں اس قدر برق رفتاری سے پیدا ہو رہی ہوتی ہیں کہ اسے یک سو کرنا بے حد دشوار ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ کسی بھی کام کو یک سو ہو کر انجام دینے کے دوران مزاحمت کے طور پر ذہن بے پناہ توانائی خرچ کرتا ہے جس کے نتیجے میں اسے جسم سمیت دباؤ، پریشانی، تھکن اور تکلیف کے احساسات سے گزرنا پڑتا ہے۔

لیکن جب اسی ذہن کو یکسوئی حاصل کرنے کی کوئی مشق / مراقبہ کروایا جائے تو اس کے اثرات انتہائی بھیانک ہوتے ہیں۔ جیسا کہ پہلے بھی لکھا ہے کہ مراقبہ صرف سانس کے ساتھ ہی نہیں اور بھی کئی طریقوں سے کیا جاتا ہے۔ تصوف کے سلاسل کی غالب اکثریت

نے بہت سے مراقبے تخلیق کر رکھے ہیں۔ جیسے سانس کے ساتھ اللہ کا کوئی نام، قرآن کی کوئی آیت ملا کر پڑھنا، مرشد کا تصور کرنا، یہ خیال قائم کرنا کہ آسمان سے انوار و تجلیات کی بارش ہو رہی ہے، یہ تصور کہ دل پر اللہ یا کوئی بھی اسم الٰہی وغیرہ لکھا ہوا چمک رہا ہے، ایسا محسوس کرنا کہ جسم روشنیوں سے بھر رہا ہے اور اس قسم کے بلا مبالغہ لاتعداد مراقبے ہیں جن کی بنیاد تصور imagination ہے۔

پھر کچھ سلسلے ہیں جن کے مراقبوں میں تصور Image نہیں ہے بلکہ خیال Thought ہے جیسے یہ خیال کہ دل اللہ اللہ کہہ رہا ہے، جیسے ذکر کو دل میں چلانا (جسے قلب کا چل جانا بھی کہتے ہیں)۔ پھر پاس انفاس ہے جس میں لا الٰہ الا اللہ کہتے ہوئے دل پر ضرب کی جاتی ہے سانس بھی اس میں شامل کیا جاتا ہے۔ اس طرح کے ان گنت مراقبے وجود میں آ چکے ہیں جن کا حقیقت سے دور تک کوئی تعلق نہیں ہے۔

روحانی مراقبے یعنی ارتکاز پر غور کریں تو انکشاف ہوتا ہے کہ اس عمل Practice کے دوران علم اور عقل کا کوئی گزر نہیں۔ یہ ایسے مراقبے ہیں جن کو اگر کسی بچے کو بھی سکھا دیا جائے تو وہ بھی بخوبی اسے انجام دے سکتا ہے It's a child play۔ اگر روحانی مراقبوں کو غور سے دیکھا جائے انکوائری کی جائے تو یہ حیرت انگیز حقیقت منکشف ہوتی ہے کہ مراقبہ کوئی بھی ہو، کسی بھی مذہب سے ہو، کیسا بھی ہو اس میں موضوع یعنی subject ہمیشہ ایک ہی ملے گا اور وہ ہے کسی مخصوص شے، سانس، تصور، خیال پر دھیان مرکوز کرنا۔ ایک شے object پر ارتکاز کرنا concentratet کرنا۔

اس سے یہ ثابت ہو گیا کہ یہاں تک ہم اس نتیجے پر اس سچ Fact پر پہنچ چکے ہیں کہ مراقبہ کی بنیاد ارتکاز concentration ہے یعنی دھیان ہے خواہ وہ کسی بھی مذہب کا ہو۔ مسلمانوں میں موجود تصوف کے وہ طبقات جن کے ہاں علم و عقل کی کمی تھی مراقبہ کو

رواج دینے کی شدید خواہش رکھتے تھے اس لیے عام لوگوں کو مطمئن کرنے کیلئے انہوں نے مراقبہ میں سانس کی جگہ مختلف اسلامی تصورات کو متبادل کے طور پر پیش کرنا شروع کیا جن کو عوام الناس میں عقیدت و احترام سے بسر و چشم قبول کر لیا گیا۔

آگے بڑھیں تو ایک چونکا دینے والا انکشاف ہوتا ہے۔۔۔

ذہن چونکہ ہر وقت سوچوں کی تند و تیز آندھیوں کی زد میں رہتا ہے اس لیے مضطرب ہے، بے چین ہے یکسوئی سے محروم ہے، ہونا تو یہ چاہیے کہ کم علمی کے ہاتھوں بے حال اس ذہن کی علمی تربیت سے اس میں یکسوئی پیدا کی جائے ہوتا یہ ہے کہ اسے مراقبوں پر لگا دیا جاتا ہے۔

جب مراقبہ شروع کیا جاتا ہے تو آغاز میں سخت پریشانی ہوتی ہے۔ ذہن کسی صورت یکسو ہونے کو آمادہ نہیں ہوتا مگر مسلسل مشق practice سے آخر کار آہستہ آہستہ یہ ایک موضوع subject یا ایک شے object پر مائل ہونے لگتا ہے۔ جیسے ہی ذرا سا ارتکاز حاصل ہوتا ہے سوچ ذرا سی کم ہوتی ہے مراقبہ کرنے والے کو بے انتہا لذت و سرور کا احساس ہونے لگتا ہے۔

طبیعت باغ و بہار ہوتی جاتی ہے۔ وسوسے، خوف، غصہ، بے چینی کم ہونے لگتی ہے۔ جس کے نتیجے میں ارتکاز کرنے والا خود کو ہر وقت انتہائی پرسکون دیکھتا ہے چونکہ وہ خود ہر وقت اطمینان و سکون equanimity کی حالت میں ہوتا ہے اس لیے اس کے ارد گرد کے لوگوں کا رویہ بھی اس کے ساتھ خوش گوار اور پر امن ہو جاتا ہے۔

شفاف ذہن clarity of mind کے ساتھ سماجی اور کاروباری معاملات کو چلانے کی وجہ سے حیرت انگیز ترقی و کامرانی اس کے پاؤں چومنے لگتی ہے۔ زندگی کے نئے دریچے اس پر کھلنے لگتے ہیں۔

دکھائی دینے والا ہر منظر خوبصورت ہو جاتا ہے۔ سنائی دینے والی ہر آواز کھنک دار ہوتی ہے۔ چکھنے سونگھنے کی حسیات نشاط انگیز ہوتی جاتی ہیں۔ جنسی طاقت بے پناہ عروج پر پہنچ گئی ہے۔۔۔ ان تمام کامیابیوں کو مراقبہ کے روحانی فیوض و برکات سمجھا جاتا ہے اور درست سمت کی جانب نشاندہی بتایا جاتا ہے۔ جب ایسے دل فریب حالات پیدا ہوتے دکھائی دیتے ہیں تو ارتکاز کرنے والے کا اعتقاد مراقبے پر بے انتہا بڑھ جاتا ہے اور وہ دل و جان سے اس کی مشق میں خود کو غرق کر دیتا ہے۔ مگر یہ سب حقیقت نہیں ہوتی، سراب ہوتا ہے۔ مچھلی کیلئے چارہ ہوتا ہے۔ شکار کیلئے چھپائے گئے جال پر دکھائی دیتا دانہ ہوتا ہے۔

اصل حقیقت کچھ یوں ہوتی ہے۔۔۔

ذہن انسان ہر وقت خود میں پیدا ہوتی ہوئی سوچوں کے تجزیے کا عادی ہے۔ ایسے ذہن کو جب ارتکاز کی مشق پر مجبور کیا جاتا ہے تو مسلسل تربیت کی وجہ سے ذہن اس بات کا قائل convince ہوتا چلا جاتا ہے کہ سوچ کی کوئی اہمیت نہیں۔ وہ ارتکاز کو سوچ کے متبادل کے طور پر قبول کرنے لگتا ہے۔ جس کے نتیجے میں اس کا کند اور غبی dull ہو جانا لازمی امر ہے inevitable fact ہے۔ انسان کے پاس عقل کے نام پر سوائے سوچ کے اور کچھ نہیں ہے۔۔۔

جب سوچ کو ارتکاز سے کم کیا جاتا ہے تو ذہن تباہ و برباد ہونے لگتا ہے۔ خود سے اردگرد کی دنیا سے لاپرواہ ہوتا جاتا ہے۔ چونکہ اس سارے عمل کے دوران انرجی سوچ میں خرچ نہ ہو پانے کے سبب بڑھنے لگتی ہے اس لیے اسے کیف و سرور کی بے پناہ لذت سے آشنائی ہوتی ہے۔ مسئلہ یہ ہے کہ یہ بڑھتی ہوئی انرجی عقل اور ہوش سے نہیں بلکہ فارمولے یا میتھڈ سے حاصل ہو رہی ہوتی ہے۔ اس لیے انسان یہ بات نہیں جانتا کہ ہر لمحہ اس بڑھتی ہوئی انرجی کا استعمال کیسے کرنا ہے اسے consume کیسے اور کہاں کرنا ہے۔

مسلسل یہ انرجی اکٹھی ہوتی رہے اور اخراج discharge اس کا کم ہو رہا ہو تو بے پناہ خوفناک صورتحال پیدا ہونے لگتی ہے۔ ارتکاز کا مراقبہ شروع کرنے کے کچھ ہی مہینوں میں شعور انسانی پر سکون ہونے لگتا ہے سوچوں کا دباؤ کم ہونے اور انرجی بڑھنے کی وجہ سے شروع کے کچھ مہینے انسان کی زندگی کا بہترین وقت ثابت ہوتے ہیں مگر انہی ایک سے دو سالوں کے اندر کسی بھی وقت کسی بھی لمحے وہ بدترین بھیانک لمحہ آپہنچتا ہے جسے ہر مراقبہ ارتکاز کرنے والے پر جلد یا بدیر آنا ہی ہوتا ہے۔۔۔ یہاں سے روح کی سیاہ رات کا آغاز ہوتا ہے۔

انسان کی روح پر چھا رسوا ہو آنے والی اور چھا جانے والی وہ بھیانک اور بدترین اندھیری رات Dark night of the soul جس کی شام میں داخل ہونے کا دروازہ ارتکاز ہے مگر اس سے باہر نکلنے کا کوئی راستہ نہیں ہے۔ اسے فنا anihilation کہا جاتا ہے۔ ارتکاز کا واحد مقصد انسان کو فنا کے گھاٹ اتارنا ہے۔۔۔

مراقبہ ارتکاز کے تسلسل کو جان لینے سے اس کی اصل حقیقت عیاں ہو جاتی ہے۔ چونکہ یہ ایک عمل ہے ایک پریکٹس ہے اس لیے اس میں تسلسل continuity کو قائم رکھنے کیلئے وقت time لازمی جزو ہے۔ ابتدائے تربیت میں مراقبہ ارتکاز عام طور پر صبح اور شام کے مخصوص اوقات میں کیا جاتا ہے تاکہ تسلسل قائم کیا جا سکے۔ چنانچہ آہستہ آہستہ مسلسل تکرار عمل constant repetition سے یہ کسی دوا کی مخصوص خوراک dose کے طور پر کام کرنے لگتا ہے۔

جیسے نیند کی گولی ایک مخصوص مدت استعمال کرنے کے بعد اپنا اثر کھو دیتی ہے اور اس کی مقدار dose بڑھانا مجبوری بن جاتی ہے اسی طرح مراقبہ ارتکاز کے اوقات گزرتے وقت کے ساتھ بڑھانا مراقبہ کرنے والے کی مجبوری ہے۔

اس میں کچھ اور نفسیاتی وجوہات بھی شامل ہو جاتی ہیں۔ مثال کے طور پر مخصوص اوقات میں ارتکاز کی مشق کرنے سے ذہن کو جو سکون و اطمینان نصیب ہوتا ہے اس میں گزرتے وقت کے ساتھ پھر سے بے چینی کا عنصر پیدا ہونے لگتا ہے جو مشق کا دورانیہ بڑھانے سے ہی ختم ہوتا ہے۔ نفس انسان کبھی ایک حالت پر قائم نہیں رہ سکتا۔ ارتکاز سے ذہن کو جو مضبوطی اور انبساط کی کیفیت حاصل ہوتی ہے مراقبہ کرنے والے کے لیے کچھ وقت تک تو وہ بہت نشاط انگیز اور باعث اطمینان ہوتی ہے مگر آہستہ آہستہ وہ کیفیت اس کے لیے عام ہونے لگتی ہے اس کا new norm بن جاتی ہے۔

اس یکسانیت سے تنگ آ کر نفس فطری طور پر آگے بڑھنے کی خواہش desire of expansion پیدا کرتا ہے جسے صرف مشق کا مسلسل بڑھتا ہوا دورانیہ ہی پورا کر سکتا ہے۔ عادت addiction کی زبان میں اسے مچھلی کا کانٹے میں پھنس جانا hooked ہو جانا کہا جاتا ہے۔ یہاں سے واپس پلٹنا محال ہے۔۔۔ اپنے اپنے مزاج، جسم اور ذہن پر منحصر ہے لیکن یہ طے ہے It is bound to happen کہ مخصوص مدت تک ارتکاز کرنے والے آخرکار بہت بڑے ایسے نفسیاتی امراض کا شکار ہونے لگتے ہیں کہ جن کا کوئی علاج اس دنیا میں موجود نہیں۔

وہ خود اپنے اندر ایک ایسی نفسیاتی بیماری، ایک ایسا ذہنی خلجان، ایک ایسا روگ پیدا کر رہے ہوتے ہیں جس کا بیماری کے طور پر اس دنیا میں کوئی وجود ہی نہیں ہوتا۔۔۔ اگر کوئی خود کو مارنے پر تل جائے تو اس کا کیا علاج ہے؟ ایک عظیم اکثریت ایسے لوگوں کی موجود ہے جو کبھی اس بات پر غور ہی نہیں کرتے کہ اپنے ذہن کو خود تبدیل alter کرنے کے کس قدر خوفناک نقصانات ہو سکتے ہیں۔ تصوف کے نام پر کوئی بھی روحانی مشق بغیر کچھ جانے بوجھے تصوف سمجھ کر قبول کر لی جاتی ہے۔

یہ بات ہمیشہ یاد رکھنے کی ہے کہ انسان کو کسی بھی صورت خود اپنے ذہن سے کوئی چھیڑ چھاڑ نہیں کرنی چاہیے کہ یہ ایک سپر کمپیوٹر ہے جس کا مکمل علم سوائے اللہ کے اور کسی کے پاس نہیں ہے۔۔۔کسی بھی ارتکاز کی مشق سے جو نقائص errors مراقبہ کرنے والے ذہن میں پیدا ہو جاتے ہیں ان کا علاج کسی معالج کے پاس نہیں ہے۔۔۔

مراقبہ ارتکاز دراصل ذہن کی لہروں waves جیسے الفا alpha، بیٹا beta، ڈیلٹا delta اور گاما gamal سمیت اس کے ان گنت افعال functions کو بدل ڈالتا ہے جن میں ایڈرینالین adrenaline، کارٹی سول cortisol، ایمگ ڈیلا amygdala، انسولا insula، سیکس لوب المعروف لیبیڈو sex lobe (libido)، لیٹرل پری فرنٹل کورٹیکس lateral prefrontal cortex، میڈل پری فرنٹل کورٹیکس medial prefrontal cortex، پینئل گلینڈ pineal gland، وینٹرو میڈل پری فرنٹل کورٹیکس ventro medial prefrontal cortex سمیت بے شمار انتہائی پیچیدہ نظام شامل ہیں جو زمان و مکان کے اس عظیم الشان اور شاندار عالم realm میں موجود سہ جہات دنیا 3 dimensional world میں انسان کیلئے اس کا وجود قائم رکھنے اور زیست کرنے میں بنیادی کردار ادا کرتے ہیں۔

کچھ مدت کے بعد روحانی مراقبہ ایک نشے، ایک لت addiction میں تبدیل ہو جاتا ہے۔ اس مقام پر ارتکاز کی تعریف کچھ یوں ہو سکتی ہے کہ ذہن انسان میں چوبیس گھنٹے چلتی ہوئی سوچ کی جنگ کے درمیان ہوتے ہوئے صبح شام امن کے وقفے کو روحانی مراقبہ کہتے ہیں۔

Spiritual meditation practice is nothing but like
a time of peace between the two wars.

اس مقام سے ارتکاز کرنے والا کبھی واپس نہیں آ سکتا۔ اب مراقبہ ارتکاز کی اصل بھیانک

صورت پردے کے پیچھے چھپے دشمن کی صورت میں سامنے آنے لگتی ہے مگر ارتکاز کرنے والا بے علم ہونے کی وجہ سے کبھی اسے پہچاننے میں figure out کرنے میں کامیاب نہیں ہو پاتا۔ مشق practice جاری بھی رہتی ہے اور بڑھتی بھی جاتی ہے۔ یہاں اب شعور conscious پرسکون ہوتا ہے۔ خاموش ہونے لگتا ہے۔ سوچ بہت کم ہوجاتی ہے اور یکسوئی کا باقاعدہ آغاز ہوتا ہے۔

پہلے بھی لکھا جاچکا ہے کہ ہماری ہر سوچ جس سے ہمارے جذبات جڑ جائیں وہ ہمارے شعور کا مستقل حصہ بن جاتی ہے اور چونکہ ہر روز ہر وقت اس کی ضرورت نہیں ہوتی اس لیے ایسی تمام یادداشتیں memories دماغ کے خوابیدہ حصے یعنی لاشعور subconscious mind میں محفوظ کردی جاتی ہیں تا کہ ضروری محرک matching stimulus سامنے آنے پر لاشعور سے شعور میں بھیج دی جائیں۔

ان یادداشتوں memories میں ہر قسم کا ڈیٹا ہوتا ہے۔ بچپن کے خوف زدہ کردینے والے واقعات، کہانیوں کے بھوت پریت، غم زدہ کردینے والی صورتحال، صدمات traumas، جنسی ہراسگی sexual harrasment / molestation، ٹی وی فلموں کے وہ سارے مناظر جو کسی بھی طرح کے جذبات کے ساتھ دیکھے گئے جن میں چور ڈاکو، جنات اور فرشتوں سمیت ہر قسم کے خوش گوار، ناخوش گوار، مکروہ اور مقدس تصورات images سمیت ہر شے محفوظ ہوتی ہے۔

اس ڈیٹا میں آواز، احساس، ذائقہ اور بُو سمیت ہزاروں لاکھوں ایسے احساسات اور جذبات بھی شامل ہوتے ہیں جن کا عکس ان کی اشیاء کی صورت میں ہے جن سے یہ پیدا ہوتے ہیں مثال کے طور پر نشے کا احساس، اُس کی ترنگ کا ادراک شراب کی بوتل کے عکس سے بھی جڑا ہو سکتا ہے۔

انسان کے وہم و گمان میں بھی نہیں کہ وہ کس قدر پھیلے ہوئے enormously complexed یادداشتی نقشے memory database کو ہر وقت ذہن کی صورت میں اپنے ساتھ لیے پھر رہا ہے۔ ارتکاز میں شعور کے پرسکون ہونے کے بعد چونکہ شعور کی ذمہ داری اس کا ہر وقت کرنے والا کام ختم ہونے لگتا ہے اس لیے ذہن کو بچانے کیلئے فعال رکھنے active رکھنے کیلئے تحت الشعور subconscious بیدار ہو کر عمل کے میدان میں اتر آتا ہے۔ تحت الشعور اس دنیا میں کام کرنے کیلئے تو بنا ہے مگر یہ صرف دنیا میں ہی کام کرنے کیلئے نہیں بنا کہ اس دنیا میں اس کی ضرورت ایک یادداشتی اسٹور memory storage کی ہے جہاں سے شعور conscious Mind ضروری یادداشت کو جانچ پڑتال کے بعد حسیات اور اعضاء کے عمل action کیلئے استعمال کرتا ہے۔

غالب گمان ہے کہ اس کا ایک کام موت کے وقت انسان کا تمام ڈیٹا اس کے حساب کی صورت account کی صورت ماسواء unknown میں منتقل transfer کرنا بھی ہو سکتا ہے۔ موت سے پہلے مراقبہ ارتکاز کی مداخلت کے نتیجے میں ذہن کا یہ عظیم الشان توازن بگڑ جاتا ہے۔ شعور conscious mind کی مصروفیت اگر کم ہو جائے تو اُسے زندہ رکھنے اور پھر سے مصروف کرنے کیلئے تحت الشعور کا تمام ڈیٹا بلبلوں bubbles کی طرح شعور یعنی ذہن کی اوپری سطح پر آ کر پھٹنے لگتا ہے۔ اس سے بڑی خطا انسان کی اور کیا ہو سکتی ہے؟ شعور حکمران ہے تو انسان توازن میں ہے، شخصیت برقرار ہے۔ اگر شعور کی صورت میں قائم یہ حفاظتی نظام ارتکاز سے توڑ دیا جائے تو شخصیت personality یعنی نفس self کا حفاظتی حصار ٹوٹ جاتا ہے اور تحت الشعور کو روکے رکھنے والی، سلا رکھنے والی اور نظر انداز کیے رکھنے والی طاقت سلب ہو جاتی ہے۔

اب حسیات senses کا اعتبار جاتا رہا کہ اب فریب نظر شروع ہو گا یہ فریب نظر hallucinations کا وقت ہے۔ اب دھوکہ ارتکاز کرنے والے کے گرد ناچے گا۔۔۔ سچ اور جھوٹ ایک ہو جائے گا۔۔۔ یہ روح کی سیاہ رات کے چھا جانے سے کچھ دیر پہلے چہار سو پھیل جانے والی تاریکی ہے۔ تحت الشعور کے متحرک ہوتے ہی ماورائے عقل اور ماورائے حواس extra sensory perceptions (ESP) واقعات و احساسات کا طوفان مراقبہ کرنے والے کو اپنی لپیٹ میں لے لیتا ہے۔ یہ حواس کا ضرورت سے زیادہ حساس ہو جاتا ہے۔ ارتکاز کرنے والے کی تمام حسیات ہزاروں گنا حساس sensetive ہو جاتی ہیں۔

مشاہدہ observation کرنے والوں کے ساتھ بھی ایسا ہی معاملہ پیش آتا ہے انہیں بھی ESP کا تجربہ ہوتا ہے مگر دونوں کے تجربات میں زمین آسمان کا فرق ہے۔ یہ فرق جھوٹ اور سچ کا ہے۔۔۔ مشاہدہ کرنے والا سچ کا مشاہدہ کرتا ہے اس کے پاس علم اور عقل کی روشنی میں ثبوت ہوتا ہے کہ جو پیش آ رہا ہے اس کی بنیاد اور دلیل کیا ہے۔

اس کے برعکس ارتکاز کرنے والے کے پاس عقل کا نور نہیں ہے وہ جس بھی تجربے experience سے گزر رہا ہے اُس کے پاس اس کا کوئی ثبوت evidence نہیں ہے۔ اس پر آگے مزید بات ہو گی۔ ارتکاز، دھیان، تصور کے مراقبے میں جب انسان کا ارتکاز دوران مراقبہ قائم ہوتا ہے تو چونکہ وہ ایک مخصوص طریقے سے یا بیٹھا ہے یا لیٹا اور غالب امکان یہ ہے کہ آنکھیں بھی اس کی بند ہیں۔

جب ایسی صورتحال میں ارتکاز قائم ہوتا ہے تو ذہن کی ایک جبلت کام کرنے لگتی ہے وہ یہ کہ جس شے سے اسے کچھ نہ مل رہا ہو اسے نظر انداز کر دیتا ہے۔ تجربہ کے طور پر ساکت بیٹھ کر کسی دیوار کو یا کسی شے کو مثلاً کسی نقطے، دائرے، شمع کی لو وغیرہ کو دیکھنا شروع

کریں۔ کوشش کریں کہ آنکھ زیادہ نہ جھپکے۔ کچھ دیر بعد جس شے پر ارتکاز کیا جارہا ہے، غائب disappear ہونا شروع ہو جائے گی۔ روحانیت میں اسے دھیان قائم ہونے جیسے نام دیئے جاتے ہیں جب کہ ہرگز ایسا کچھ نہیں ہے۔۔۔۔ آپ مسلسل ایک ہی شے گھورتے رہیں، ایک ہی تصور کو سوچتے رہیں تو دماغ یہ سمجھتا ہے کہ اب کرنے کیلئے کوئی کام نہیں ہے اس لیے وہ حواس اور اعضاء کو انرجی بچانے کیلئے ایک پاور سنٹر کی حیثیت سے معطل کرنا shut down کرنا شروع کر دیتا ہے۔

پہلے ٹانگوں ہاتھوں میں خون کا بہاؤ کم ہوتا ہے، پھر محسوس کرنے کی حس کام کرنا چھوڑ دیتی ہے۔ اسی طرح سانس بہت چھوٹا اور آہستہ چلنے لگتا ہے آکسیجن کی سپلائی دماغ کو کم ہو جاتی ہے اور پھر آخر کار سماعت ختم ہونے کے بعد تنویم طاری ہو جاتی ہے۔۔۔

ارتکاز کرنے والے یہ سمجھتے ہیں کہ اب مراقبہ شروع ہو گیا۔۔۔نہیں اب مراقبہ شروع نہیں ہوا بلکہ تحت الشعور کا خوفناک کھیل شروع ہوا ہے یہ۔ کنڈالنی انرجی kundalini energy کے متحرک ہو جانے کا وقت ہے۔۔۔ اس پر زیادہ لکھنا مناسب نہیں۔۔۔ جستجو رکھنے والے انٹرنیٹ سے مدد لے سکتے ہیں ہوشربا حقائق خود بخود سامنے آ جائیں گے۔ یہ ایک اور اتنا بڑا بے ہودہ اور لغو جھوٹ ہے کہ یہاں اسے بیان کرنے سے طوالت بے جا بڑھ جائے گی۔۔۔

تنویم کی اس حالت میں ارتکاز کرنے والا مختلف ان دیکھی دنیاؤں کی سیر کرتا ہے، astral travel کرتا ہے، نیک و بد ارواح entities سے ملتا ہے، دور دراز کے مقامات کی زیارات flashes ہونے لگتی ہیں۔ اسے کشف insight سمجھا جاتا ہے۔ یہ کشف نہیں ہے یہ حواس کا مالیخولیا sensory misfiring ہے۔ یہ ذہن کی تصوراتی فریب کاری mind projection ہے۔

اس پروجیکشن کی طلب ارتکاز کرنے والے کو بار بار مشق پر آمادہ کرتی ہے کیونکہ اسے یہ محسوس ہونے لگتا ہے کہ ان دیکھی روحانی دنیا کے در اس پر وا ہو رہے ہیں۔ اس مقام پر روحانی اعتماد spiritual confidence بڑھ جانے سے وہ خود کو روحانی ہستی سمجھنے لگتا ہے اور یہ خیال کرتا ہے کہ ماورائی اور روحانی دنیا میں اب اس کی بھی کوئی نہ کوئی حیثیت اور کوئی اسٹیٹس status بن رہا ہے۔۔۔

درحقیقت یہ شخصیت کی تحلیل personality / self delusion کا آغاز ہوتا ہے۔

یہ پہلے ڈی پرسنلائزیشن depersonalisation اور پھر آخر کار ڈی ریلائزیشن derealization جیسے ہولناک ذہنی امراض کا آغاز ہوتا ہے۔

مشق بڑھتی جائے تو چونکہ ذہن مستقل کسی ڈرگ drug کی طرح ارتکاز کا عادی ہو جاتا ہے اس لیے جاگتے میں بھی حالت تنویم میں رہنے لگتا ہے۔ بڑی بڑی نامور مقدس ہستیاں اُس سے ملاقات کو آتی ہیں، کبھی بے پناہ کیف و سرور کا سمندر اُسے اپنی آغوش میں لے لیتا ہے۔ بشارتیں ہونے لگتی ہیں۔ جاگتے میں خواب hallucination دیکھنے کا عظیم دھوکہ اس کے اردگرد چھا جاتا ہے۔

ذہن اس کائنات کی پیچیدہ ترین تخلیق ہے اس کی طاقت کا غلط اندازہ کبھی نہیں لگانا چاہیے۔ روحانیت جو کہ مسلمانوں میں ہندوؤں اور بدھوں سے منتقل ہوئی ہے اس میں نفس کو self انا کو ego کو بغیر کسی علم سے صرف اور صرف مشق practice کے ذریعے مارنے کی کوشش کی جاتی ہے جبکہ اسلام میں ہرگز ایسی کوئی تعلیم تو در کنار اشارہ تک نہیں ہے۔ ہمیشہ یاد رہے کہ نفس انتقام لیتا ہے۔۔۔ نفس کبھی نہیں مرتا۔۔۔ پہلے بھی لکھا گیا کہ تصوف کا بنیادی مقصد نفس کو علم دے کر اس کی تربیت کرنا اسے سدھانا trained کرنا ہے۔

روحانیت میں ارتکاز کے ذریعے نفس کو مارنے کی احمقانہ حرکت جب کی جاتی ہے تو نفس کچھ عرصہ کیلئے مرجانے کی اداکاری تو ضرور کرتا ہے لیکن اسی اداکاری کے دوران ارتکاز کرنے والے کو ہمیشہ کیلئے تباہ و برباد کر جاتا ہے اور اس دنیا کے ساتھ ساتھ آخرت میں بھی رسوائی کا سامان کر جاتا ہے۔

جب نظر کا دھوکا hallucination (حالانکہ hallucination کا مطلب انتہائی جامع ہے لیکن اردو میں مناسب ترجمہ نہ ملنے کی وجہ سے نظر کے دھوکے پر ہی اکتفا کرنا پڑا) اپنے عروج پر پہنچتا ہے تو ارتکاز کرنے والے کو پختہ یقین ہو جاتا ہے کہ وہ اللہ تعالیٰ کی برگزیدہ ہستی بن چکا ہے۔ کائنات کے کام اس کے مشورے سے ہوتے ہیں۔ اس کی رسائی عرش تک ہے وہ معرفت کو پہنچ گیا ہے، خدا کو پا چکا ہے۔۔۔ مگر افسوس صد افسوس ہر شے سوائے ایک دھوکے کے اور کچھ بھی حقیقت نہیں رکھتی۔۔۔

ننانوے فیصد مزاروں، درباروں، درگاہوں اور خانقاہوں کا سارا نظام اسی ارتکاز پر قائم ہے۔ اگر ارتکاز کو روحانیت کے نیچے سے کھینچ لیا جائے تو یہ سارا نظام دھڑام سے چشم زدن میں زمین بوس ہو جائے۔ یہ زرق برق چمکدار قباؤں والے، یہ اونچی اونچی دستاروں، سفید براق لمبی داڑھیوں، خمار آلود آنکھوں والے پیر سب اسی جامِ ارتکاز کے نشے کی بدولت مسند نشین ہیں۔ اللہ کے دوست بھی ہوتے ہیں۔۔۔ کچھ ہوتے ہیں جو صاحب نظر ہوتے ہیں مگر خال خال، چیدہ چیدہ۔۔۔ یہ گوہر نایاب اب کمیاب ہی نہیں تقریباً معدوم ہی ہو چکا ہے جو باقی بچا ہے وہ سب جھوٹ ہے، فراڈ ہے دکانداری ہے۔۔۔ ارتکاز کی طاقت کے بڑھنے سے بہت سی کرامات دستیاب ہو جاتی ہیں۔ مداری کو مزید کرتب mischef مل جاتے ہیں۔ اب وقت کے بہاؤ time stream پر کبھی کبھار نظر پڑنے لگتی ہے۔

ٹائم سٹریم میں جب کبھی قسمت سے غوطہ لگ گیا تو کوئی آنے والا واقعہ دیکھ لیا۔۔۔کبھی دور دراز کسی کا حال جان لیا، کبھی کسی کے دل کے حال پر مطلع ہو گیا۔ کسی پر توجہ کر کے اس کی کوئی بیماری دور کر دی، کبھی کسی جانور پرندے کی حرکات و سکنات کو سمجھ لیا۔ اسے کرامت سے منسوب کر دیا جاتا ہے۔۔۔

اب تو ولایت پر متمکن ہونے میں کسی شبے کی گنجائش ہی نہیں رہ جاتی۔ خود تو یقین تھا سو تھا اب تو دنیا بھی مریدین کی صورت ہاتھ باندھے آ کھڑی ہوتی ہے۔ دربار سجنے لگتا ہے۔ لوگ جوتے چومنے کو بے تاب ہوتے ہیں۔ خلق خدا چہار سو اُمڈتی چلی آتی ہے اور اب بھلا کیا چاہیے؟ اب سماع سنو، محفلیں سجاؤ، مسند پر بیٹھو اور مریدین سے ہر قسم کے لغو اور جاہلیت سے بھرپور خطاب فرماؤ۔۔۔

شیطان کا اس دنیا میں یہ ایسا خوفناک داؤ ہے جس کے چل جانے پر بڑے بڑے عالی دماغ، جواں ہمت مرد ڈھیر ہوتے ہیں۔ وہ انسان کو، ارتکاز کرنے والے انسان کو زمین پر چھوٹی سی مصنوعی خدائی کی پیشکش دیتا ہے اور انسان اس پر یوں لپکتا ہے جیسے مکھی مٹھائی کو جاتی ہے۔ وہ بھول جاتا ہے کہ وہ تلاش خدا میں نکلا تھا۔۔۔ وہ اس بات کو ہی بھول جاتا ہے کہ اللہ کے بندے کبھی تخت قبول نہیں کیا کرتے۔۔۔ وہ اس بات سے بے خبر اس عارضی اور ادھار کی خدائی کے نشے میں بدمست ہوتا ہے کہ اسے یہ گمان تک نہیں ہوتا کہ شیطان لعین نے آگے اس کیلئے کس قدر بھیانک منصوبہ تیار کر رکھا ہے۔

درحقیقت یہ استدراج ہے جو ارتکاز سے ملتا ہے۔۔۔ استدراج کا مطلب ہے کسی بری چیز کا انتہائی کے درجے پر فائز ہو جانا۔۔۔ یہ کام تو ہندو جوگی، بدھ لاما ہزاروں سالوں سے کرتے ہی چلے آئے ہیں۔۔۔ یہ سب تو کسی کو بھی مل سکتا ہے۔۔۔ یہ تو شیطان کی پوجا کرنے والوں کو بھی ملتا ہے۔۔۔ کیا اللہ بے انصافی کرے گا؟ کبھی نہیں۔۔۔

جیسی معرفت اس نے اسلام میں دی ہے اس جیسی معرفت اس سے ملتا جلتا دھوکہ شیطان کو بھی دیا ہے۔۔۔ارتکاز شیطان کی ولایت ہے۔۔۔دھیان کرنے سے شیطان کی دوستی حاصل ہوتی ہے۔۔۔ابھی ثابت ہوتا چلا جائے گا۔ارتکاز کو کھولا ہے تو پھر پوری طرح کھول کر ہی چھوڑا جائے گا۔۔۔

کہا جاتا ہے کہ لطائف بیدار کیے جارہے ہیں۔۔۔کونسے لطائف؟ کہاں پر ہیں یہ لطائف؟ کونسے قرآن کون سی حدیث میں ہے؟ اللہ نے بتایا یا اللہ کے رسولؐ نے لطائف کی تعلیم دی ہے؟

ان لطائف کی حقیقت کیا ہے؟ کیا سوائے اس کے اور بھی کچھ ہے کہ ہندوؤں اور بدھوں سے مستعار لیا ہوا ایک مجہول تصور ہے جس کا نہ کوئی سر ہے نہ پیر۔۔۔ایک مختصر نظر اس لغویات پر ڈالنا ضروری ہے۔ذرا غور سے ملاحظہ فرمائیں۔۔۔

لطائف کو ہندی میں چکرا chakras کہا جاتا ہے۔یہ سات ہوتے ہیں۔

پہلا مولا دھارا root ہے۔جو ریڑھ کی ہڈی کے آخری سرے پر وہاں ہے جہاں سے کولہے کی ہڈی شروع ہوتی ہے۔

دوسرا سوادھستانا sacral ہے جو ناف سے ذرا نیچے اور شرم گاہ سے اوپر ہے۔

تیسرا منی پورم solar plexes ہے جو عین ناف کا مقام ہے۔

چوتھا اناہاتھا (دل) heart ہے۔

پانچواں وشودھا throat ہے جو گلے کی اُبھری ہوئی ہڈی پر ہے۔

چھٹا آجنا third eye ہے۔یہ اُسی چکرا کا چکر ہے جہاں سے تیسری روحانی آنکھ کی خرافات کا آغاز ہوا ہے۔

ساتواں آخری اور سب سے بلند چکرا سہسرار crown ہے۔

یہ چکرا ہندو اور بدھ مت مذاہب کا حصہ ہیں۔ ان مذاہب کو ماننے والوں کا واحد مقصد اس جسم کا نروان اور گیان حاصل کرنا ہے۔ انہیں ایک خدا، قرآن، رسولؐ میں کوئی دلچسپی نہیں ہے۔ ان کے خدا بھی ہزاروں لاکھوں ہیں، آسمانی کتابیں بھی ان گنت اور ان کے رسول جن کو وہ اوتار، گرو کہتے ہیں بلا مبالغہ اگر کروڑوں میں نہیں تو لاکھوں میں ضرور ہیں۔

ان کی حد تک تو بات سمجھ میں آتی ہے کہ گمراہ لوگ ہیں وہ تو جسم کا نروان لیں، استدراج میں زندگی برباد کریں یہ مسلمانوں کو کیا ہوا ہے؟

ایسی بات نہیں کہ لطائف کی حقیقت سرے سے ہی کچھ بھی نہیں ہے۔۔۔ایسا نہیں ہے۔۔۔کچھ تھوڑا بہت سچ اس میں یہ ہے کہ بنیادی طور پر یہ لطائف مختلف مقامات پر جسم میں موجود انرجی سنٹرز energy centers ہیں۔

ارتکاز کی مشقوں کے ذریعے ان میں موجود انرجی کو تیز کیا جاتا ہے، استعمال کیا جاتا ہے۔ ہر انرجی سنٹر کا اپنا کام ہے۔ مولا دھارا انسان کو زمین کی انرجی سے جوڑتا ہے، اس کا تعلق مقعد اور ایڈرینل گلینڈ سے ہوتا ہے۔ یہاں انرجی کا بہاؤ جب کم ہو یا بلاک ہو تو انسان کنفیوژ رہتا ہے۔ اسے جوڑوں کا درد اکثر رہتا ہے۔ سوادھستانا کا سارا کام جنسی خواہش اور طاقت کو کنٹرول کرنا ہے اس کا تعلق جنس sex سے ہے۔ منی پورم انا ego کیلئے ہے۔ شخصیت اور کردار منی پورم میں تشکیل پاتے اور فعال ہوتے ہیں۔

اناہتا یعنی دل کا چکرا محبت کے جذبے سے منسوب ہے۔ غم، خوف، تکلیف، جذبات سب اس کے زیر سایہ ہیں۔ وشودھا آواز کا مرکز ہے۔ تمام آوازیں یہیں پیدا ہوتی ہیں۔ آجنا تیسری آنکھ، روحانی دنیا اور ماورائے عقل و حواس، بصارت و سماعت اور دیگر حیات کو اپنے اندر سموئے ہوئے ہے۔ سہسرار بلند ترین شعور کا مقام سمجھا جاتا ہے۔ یہ آزادی freedom کا مقام بھی کہلاتا ہے۔

اور بھی بہت سے افعال ہیں جو ان انرجی سنٹرز سے منسوب ہیں، پوری سائنس ہے۔ بے شمار کتابیں اس موضوع پر لکھی جا چکی ہیں۔ سوال یہ ہے کہ بحیثیت مسلمان ہم نے ان لطائف کا کیا کرنا ہے؟ ہماری منزل، ہمارا مقصود تو اللہ ہے۔

جب اللہ راضی ہو جاتا ہے تو سب لطائف۔۔۔ سب چکرا و کرا۔۔۔ خود بخود ٹھیک ہو کر چلنے لگتے ہیں۔ ان کی پرواہ کرنا ایسا ہی ہے جیسے مسافر اپنے رستے میں نوسر بازوں کی چکنی چپڑی باتوں میں ایسے کھو جائے کہ اسے نہ رستہ یاد رہے اور نہ منزل۔۔۔ ہوش تب آئے جب سارا اسباب لٹ چکا ہو۔ یہ سارے کام یہ ساری روحانیت صرف مسافر کا رستہ کھوٹا کرنے کیلئے ہے۔

جب یہ سارا دھندا ادھر مسلمانوں کو پہنچا تو روحانیت کے مفکرین spiritual think tanks سر جوڑ کر بیٹھے اور انہوں نے اسے نقل بمطابق اصل کے حساب سے اپنے ہاں رواج دے دیا۔ وہی پرانا کھیل۔۔۔ کچھ ضروری ترامیم اور سب کو، سب کچھ قبول ہو گیا۔ اب ذرا لطائف کے نام دیکھیے۔۔۔ لطیفہ قلب، لطیفہ روح، لطیفہ خفی، لطیفہ سرّی، لطیفہ نفسی وغیرہ۔۔۔ ایک پورا مذہب ارتکاز اور لطائف کی بنیاد پر وجود میں آ گیا اور عوام الناس اسے عین تصوف سمجھنے لگے۔

اسی طرح ہندو اور بدھ مت میں ارتکاز کے مقامات ہیں جن کو دھیانا یا جھانا کہتے ہیں۔ یہ آٹھ ہوتے ہیں ان کی مکمل تفصیل بہت زیادہ طوالت کا باعث بن سکتی ہے۔ ان جھانا اور دھیانا کو ہمارے ہاں فنا کے مقامات میں تبدیل کر دیا گیا ہے جیسے۔۔۔ فنافی الشیخ، فنافی اللہ اور فنافی النفس جیسے ناموں سے جھانا کے ناموں کو بدل دیا گیا ہے۔۔۔ ایک ہی بات ہے۔ دیکھنے والی آنکھ کے لیے اور عقل رکھنے والوں کیلئے ایک ہی بات ہے۔ یہ دھوکا صرف وہ کھاتا ہے جو عقل کا دامن چھوڑ بیٹھتا ہے۔۔۔

جو اللہ کی تلاش کو نکلنا چاہے وہ جان رکھے کہ وہ خود کو اپنے اندر سے خود کبھی مکمل ٹھیک نہیں کر پائے گا۔ اخلاص اگر دل میں ہوا، اللہ شرف قبولیت اگر بخش دے تو اندر کا سارا سسٹم خود بخود ٹھیک ہو جائے گا۔ مسلمان کا کام صرف اپنے نفس کی تربیت کرنا، اللہ اور اللہ کے رسولؐ کی یاد و محبت کو قائم و دائم رکھنا ہے، اچھائی پر عمل کرنا اور برائی سے دور رہنا ہے۔ باقی سارا معاملہ خود براہِ راست اللہ تبارک وتعالیٰ کی ذاتِ بابرکت درست فرما دیتی ہے۔

جب انرجی مل جائے تب لطائف کی جو بھی حقیقت ہوئی سامنے آ جائے گی۔

اس کا مشاہدہ رستے کے ایک پڑاؤ کی مانند ایک سنگ میل کی طرح خود بخود ہو جائے گا۔

ہمیں اس کام سے خود کوئی سروکار نہیں رکھنا ورنہ روحانیت کی کھائی میں جا گریں گے اور صوف کبھی نصیب نہ ہوگا۔ لطائف کو خود اپنی کوشش سے کسی فارمولے کی مدد سے بیدار کرنا سنگین ترین حماقت ہے۔ دنیا میں بھی انسان کی بچولیس ہل جاتی ہیں۔۔۔ اور اس کا خمیازہ آخرت میں بھی بھگتنا پڑ سکتا ہے۔

تعلیم دی جاتی ہے کہ نور کا تصور کریں۔۔۔ کوئی پوچھنے والا نہیں کہ خدا کے بندو جو شے کبھی دیکھی ہی نہیں اسکے وجود کا تصور imagination ناقص نہ ہوگا تو اور کیا ہوگا۔۔۔ ابتدا ہی نقص سے ہو رہی ہے۔۔۔ یہ ماتم کیا کم ہے؟ ارتکاز والوں کی عقول سلب کر لی گئی ہیں ۔۔۔ نہ کچھ دکھائی دیتا ہے نہ کچھ سوجھتا ہے۔۔۔ اندھوں کی طرح ٹھوکریں کھاتے پھرتے ہیں۔۔۔ انکل پچو سے کام لیتے صرف گمان کرتے ہیں کہ یہی سچ ہے۔۔۔ عقل کے نور سے دیکھنے کی زحمت کبھی گوارا نہیں کرتے۔۔۔ کیسی ناقدری ہے اللہ کی۔۔۔ علماء کو مولوی کو برا بھلا کہتے ہیں۔۔۔ تضحیک کرتے ہیں، طنز کرتے ہیں کہ اسے کیا پتہ۔۔۔ یہ کیا جانے کہ عالم روحانیت کیا ہے۔۔۔ وہ تو جو ہے سو ہے۔۔۔ وہ جانے اس کا رب جانے کہ جو جیسا ہے اللہ خوب جانتا ہے۔۔۔ یہ خود کیا ہیں؟

اسلام کے ساتھ اپنے دین کے ساتھ کس قدر گھناؤنا کھیل رچائے بیٹھے ہیں۔ دو مذاہب کو جمع کر کے ایک نیا مذہب بناڈالا۔۔۔ جب اللہ کے حضور پیش کیے جائیں گے تو اپنے ارتکاز کیا توجہ اس خالق کائنات کے سامنے پیش کریں گے؟ یہ دنیا ہے یہاں سادہ لوح کو بہکادیا۔۔۔ وہاں کیا کریں گے؟ وہاں کشف، کرامت کا کیا فائدہ ہوگا؟ کونسی کرامت ہے جس سے اپنے رب کو یہ ارتکاز کرنے والے قائل کریں گے؟

یہ مزاروں درگاہوں اور خانقاہوں میں کھیلا جانے والا شیطانی کھیل جس میں عورتوں کی عزت تارتار کی جاتی ہے، خود کو سجدے کروائے جاتے ہیں، غریب کے خون پسینے کی کمائی لوٹ کر اس کے بیوی بچوں کا حق مارا جاتا ہے اور سادہ لوح عوام کا، عقیدتمندوں کا روحانی استحصال کیا جاتا ہے۔ یہ کیسا روحانی نظام ہے جس میں مرشد کو نعوذ باللہ رسولؐ جیسے مقام پر اور خاص مریدین کو صحابہ کرامؓ کے مقام پر متمکن کیا جاتا ہے۔ یہ مریدین کو بیعت کے نام پر پہنایا جانے والا غلامی کا طوق، یہ سماع کے نام پر پیسے کی لوٹ مار۔۔۔ یہ سارا کاروبار کیا یہ تصوف ہے؟ کیا یہ ایک مسلمان کی منزل ہے؟

وہ جو درحقیقت صوفیاء تھے وہ جو بڑے بڑے استاد تھے وہ گزر گئے اب ہمارے نصیب میں یہ کالک بچی ہے جسے تصوف کہہ کر ہمارے منہ پر مل دیا جاتا ہے۔۔۔ یہ ہرگز کوئی تصوف نہیں ہے۔۔۔ تصوف نے بڑے بڑے جواں مرد پیدا کیے جو اللہ کی دوستی تک، عرفان حق تک پہنچے اور خلق خدا کی تربیت کا باعث بنے۔ اب کچھ بھی باقی نہیں ہے اور اگر کہیں ہے تو خاموش ہے۔۔۔ پوشیدہ ہے۔۔۔ گمنام ہے۔۔۔ یا پھر دسترس سے باہر ہے۔۔۔

ڈھونڈنے کی تمنا اگر ہو۔ نیت اللہ کیلئے خالص ہو۔ عقل و علم کی ہمراہی ہو تو اس دُرنایاب کی تلاش اب بھی ممکن ہے۔ مگر کرے کون؟ اس بکھیڑے سے اچھا ہے کہ آنکھ بند کر کے ارتکاز کیا جائے، کوئی تصور کوئی دھیان کیا جائے۔ خود ہی کچھ نہ کچھ ہو جائے گا۔۔۔

مرشد پار لگا دے گا۔۔۔ جب مرشد ہے تو ہمیں کیا پڑی کہ اتنی مصیبت میں خود کو کھپاتے اور خوار کرتے پھریں۔ ہر طرف ایک سا حال ہے مرشد بھی ویسا ہے جیسے مرید ہیں۔ ڈیمانڈ جیسی ہے سپلائی بھی ویسی ہے۔۔۔ جیسی نیت ویسے اعمال اور جیسی روح ویسے فرشتے والا حال ہے۔۔۔

جب ارتکاز اپنی حد سے بڑھتا ہے جیسا کہ اسے ہر حال میں بڑھنا ہی ہے تو حواس مختل ہو کر قابو سے باہر ہونے لگتے ہیں۔ یہ وہ مقام ہے جہاں جذب absorption پیدا ہوتا ہے۔ یہ سکر کا مقام ہے۔ اسے فنا annihilation کا مقام کہتے ہیں۔ اب شکار جال میں پھنس چکا ہے۔ اب تاوان دینے اور بھگتنے کا وقت ہے یہ روح کی سیاہ رات dark night of the soul کے عروج کا وقت ہے۔

اب ارتکاز کرنے والے پر حسیات، جذبات اور احساسات کبھی یکے بعد دیگرے اور کبھی ایک ساتھ پوری شدت کے ساتھ حملہ آور ہونے لگتے ہیں۔ اس دوران ارتکاز کی مشق بہت زیادہ بڑھ چکی ہوتی ہے یہ شیزوفرینیا schizophrenia سے بھی کہیں سے زیادہ آگے نکل جانے کا مقام ہے۔

کبھی تو اس پر جنسی ہوس sexual desire چھا جاتی ہے اور انسان سوائے ایک جنسی درندے کے کچھ نہیں رہتا۔ ان گنت عورتوں کی مہیب طلب اسے دیوانہ کر دیتی ہے۔ طویل مدت کے بعد اس میں سے باہر نکلتا ہے تو غصہ اپنی انتہا کو چھونے لگتا ہے۔ ہر ایک کو کاٹ کھانے کو دوڑتا ہے تشدد میں لذت پاتا ہے۔ خود کو جلال میں ظاہر کر کے لوگوں کو دھوکا دیتا ہے۔ کبھی رقت اسے گھیر لیتی ہے ہر وقت دیوانوں کی طرح روتا ہے۔ قوالی، نعت، اشعار ہر شے پر غش کھاتا ہے۔ حال میں غرق ہوتا ہے۔ آنسو کسی طور نہیں تھمتے۔ بغیر کسی وجہ کے بھی ہر وقت رونا اس کا مشغلہ ہوتا ہے۔

کبھی فرشتوں کو دیکھ کر پاکیزگی کی انتہاؤں پر جا بیٹھتا ہے تو کبھی خیالی جنات اور شیاطین اسے مدتوں دہشت وخوف کے جنگلوں میں بھگاتے ہیں۔ کبھی دنیا سے دل اس کا اٹھ جاتا ہے۔ کبھی بھوک مدتوں اس کی مری رہتی ہے اور کبھی شکم سیری کی ہوس میں جانوروں کو مات کرنے لگتا ہے۔ کبھی مرشد میں خدا کو دیکھنے لگتا ہے۔ کبھی خود کو بہت بڑی برگزیدہ ہستی کہنے لگتا ہے۔۔۔ ایسا ایسا خوفناک جہانِ حیرت اس مقام پر ہے کہ کسی ایک میں بھی انسان پھنس جائے تو ساری عمر گزر جاتی ہے۔ یہ پاگل پن کی انتہائی حدوں میں سے ایک ہے۔ ایسی ایسی سوچ اس کے ذہن پر اُترنے لگتی ہے کہ عام آدمی کیلئے جس کا کوئی مطلب نہیں ہوتا مگر وہی لایعنی بات اس مراقبہ زدہ انسان کیلئے ہزار معانی لیے ہوتی ہے۔

اب یہ کسی کے سنبھالے سے سنبھلنے والا نہیں، اب یہ مکمل طور پر شیاطین کے زیرِ تسلط آگیا۔ شیطان نے اس کا پتا کاٹ ڈالا ہے۔۔۔ یہ اب ختم ہو رہا ہے۔۔۔ فنا ہو رہا ہے۔۔۔ بہت سے ارتکاز کرنے والوں کی اس مقام پر خواہش ختم ہو جاتی ہے۔ خواہش زندگی کا دوسرا نام ہے۔ خواہش ختم ہونے کا مطلب موت ہے۔ جس کی خواہش مکمل ختم ہو جائے وہ انسان نہیں بلکہ ایک جیتا جاگتا مردہ ہے۔ جب خواہش کا چشمہ سوکھ جائے تو انسان کی نفی ہو جاتی ہے۔ وہ کوئی شے نہیں رہتا۔۔۔

اسے فنا فی النفس annihilation of the self کہا جاتا ہے۔ اللہ ہی جانے کیوں کہا جاتا ہے۔۔۔ جب کہ یہ مکمل ترین نروس بریک ڈاؤن کی اعلیٰ ترین مثال ہے۔ اس مقام (لا) کو حقیقت کی دنیا میں The pitfall of the void کہتے ہیں۔ تصوف میں جس مقام کا نام معرفت ہے enlightenment ہے۔۔۔ شیطان کی ولایت (ارتکاز) میں یہ مقام اس معرفتِ حق کے مقام کا متبادل شیطانی جوڑا ہے Evil twin of enlightenment ہے۔۔۔

ہو گیا اب سالک کا کام تمام۔۔۔اب مجذوب ہو گیا۔۔۔شیطان قہقہہ لگا کر کہتا ہو گا کہ لو وہ گیا ایک اور۔۔۔ سکر void کی بنجر وادیوں میں۔۔۔اب نہ پیشاب نہ پاخانے کا ہوش، نہ کھانے پینے پہننے کی پرواہ، اب ناخن میل سے بھر جائیں گے اور جانوروں کی طرح لمبے ہو جائیں گے۔ سر داڑھی مونچھ کے بال اور جھاڑ جھنکار میں فرق نہ رہے گا۔۔۔

اب نکلے گی منہ سے گالی اور اب یہ بتائے گا لوگوں کو پرائز بانڈ کا نمبر۔۔۔اب یہ تیار ہو چکا ہے۔۔۔اب یہ گلیوں میں ننگا پھرے گا۔۔۔ میل کچیل سے بھرا ہوا یا پھر کسی مزار کی چوکھٹ پر کسی پتھر کی طرح رکھا ہوا بس آسمان کو سرخ انگارہ آنکھوں سے تکتا رہے گا۔ کبھی مسکرائے گا، قہقہے لگائے گا، رقص کرے گا، کبھی ساری رات چیخیں مارتا رہے گا۔

ایک لمحہ بالکل ہوش میں ہو گا منہ سے عقل و دانش کے ایسے موتی جھڑے ہوں گے کہ عقیدت مند مجمع لگا کر حیرت سے بت بنے سنتے ہوں گے اور دوسرے ہی لمحے گالیوں کی بوچھاڑ جب شروع ہو گی تو عقیدت مندوں کی نظریں اور بھی زمین سے جا لگیں گی۔۔۔ باباجی جذب میں چلے گئے۔۔۔جلال آ گیا سرکار کو۔۔۔یا پھر کئی کئی سال خاموش بیٹھا رہے گا۔ بابا ایسا ہوتا ہے؟

انسان کی فطرت ہے کہ وہ ماسوا unknown سے ڈرتا ہے اور جو ماسوا unknown میں کود جائے لوگ مرعوب ہو کر اس کی اطاعت میں سر تسلیم خم کرتے ہیں۔ کشف کرامت اور الہام کے بارے عام لوگوں میں بہت بڑی غلط فہمی پائی جاتی ہے۔ سب سے پہلے تو یہ سمجھنا چاہیے کہ کشف کرامت اور الہام کیا ہے؟ پہلے بھی لکھا ہے کہ یہ حواس کا ماورائے عقل ہو جانا ہے extra sensory perception ہے۔

الہام خیال ہی کی ایک قسم ہے جو ذرا بلندی پر ہے۔ اگر کسی کے پاس علم ہو تو وہ خیال میں آنچکے الہام کو بیان میں لا سکتا ہے۔ شاعروں، فنکاروں اور بعض حالات میں نشہ کرنے

والوں کو بھی الہام ہو جایا کرتا ہے۔ ESP میں یہ سب سے پہلے شروع ہوتا ہے اس کے بعد کشف اور پھر کرامت ہے۔ لیکن یہ ترتیب کوئی ایسی لازم بھی نہیں۔ کشف کسی بھی شے کی اصلیت کے کھل جانے کو کہتے ہیں insight کو کہتے ہیں۔ کشف بیان کرنا بے حد دشوار ہے کہ جو ماورائے عقل دیکھا جائے اُسے بیان کرنے کا کوئی ذریعہ کوئی ریفرنس الفاظ میں موجود نہیں ہوتا اور کرامت کسی سے کسی بھی خرق عادت واقعے کا ظہور ہے۔ کرامت کی بھی جاتی ہے اور یہ سرزد بھی ہوتی ہے۔

یہ تینوں مقامات اللہ کے ولی کو بھی مل سکتے ہیں اور فسق و فجور میں ڈوبے ہوئے کسی اور انسان حتی کہ ہندو سکھ بدھ عیسائی اور یہودی کو بھی استدراج سے یہاں تک رسائی مل جاتی ہے۔

اصل فرق ان کے اندرون ہے۔۔۔

جیسے ذبح کیا ہوا جانور حلال ہے اور بغیر ذبح کیا حرام ہے۔ جیسے نکاح حلال اور زنا حرام ہے۔ حالانکہ اپنی اصل میں یہ افعال ایک جیسے ہیں مگر ایک اللہ کے نام سے پاک ہوتا ہے اور دوسرا شیطانیت کو پلٹتا ہے۔

اسی طرح جو کشف کرامت اور الہام ارتکاز سے ہوتا ہے وہ بغیر کسی ثبوت evidence کے ہوتا ہے۔ اُس کی کوئی بنیاد foundation نہیں ہوتی۔ ایک ہی شے ہے مگر اپنی صفت میں حلال ہو تو کہیں اور سے ہے اور اگر حرام ہو تو کہیں اور سے ہے۔ جیسے ٹی وی ہے۔ ایک چینل پر فحاشی ہے۔ اُسی ٹی وی پر عین اُسی وقت دوسرے چینل پر اللہ کا کلام دکھائی اور سنائی دے رہا ہے۔

یہ ساری بات حلال اور حرام فریکوئنسی frequency کی ہے۔ جو اس پر غور کرے گا اُسے بہت کچھ سمجھ آ جائے گا۔ اس سے زیادہ لکھا نہیں جا سکتا۔۔۔ ارتکاز مجذوب پیدا کرنے کی فیکٹری ہے جس کا مالک ابلیس ہے۔

"لوگ جو خدا کو پانا چاہتے ہیں ابلیس ان کا سب سے بڑا دشمن ہے۔ یہ انہیں گھیر کر اس رستے پر لاتا ہے اور ان کی عقل ہتھیا لے اُڑتا ہے۔ یہ انسان کو اس پرندے کی طرح کر کے رکھ دیتا ہے جس کے سارے پر نوچ کر اُسے رستے میں پھینک دیا گیا ہو اور وہ کسی جوگا نہ رہ گیا ہو۔۔۔

جو ارتکاز کرے گا اُس پر جلد یا بدیر جذب آئے گا۔ مجذوب ہو جائے گا۔ کوئی جلدی ہوتا ہے کوئی دیر سے۔ لیکن جو بھی ارتکاز کرے گا جذب اس کو ضرور پینچ کر رہے گا۔ یہ ملنگ یہ بابے یہ فقیر یہ مجذوب اکثر دھیان کی چکی میں پسے ہوئے ہوتے ہیں۔ ان پر رحم کرنا ہوتا ہے، انہیں کھانا کھلانا ہوتا ہے، کپڑے پہنانے ہوتے ہیں لیکن ان کو (بابا) نہیں سمجھنا ہوتا۔۔۔ یہ دھوکا ہے کہ یہ ملامتیہ ہیں۔۔۔ وہ اور لوگ ہوتے تھے۔۔۔ وہ لوگ اب نہیں ہیں۔۔۔

ان سے دعائیں نہیں لینی ہوتیں۔ یہ بے حد خطرناک لوگ ہوتے ہیں۔ جیسے پاگلوں میں کچھ نیم پاگل، کچھ وحشت زدہ پاگل بھی ہوتے ہیں۔۔۔ ان سے پرے اور بچ بچا کر چلنا ہوتا ہے۔۔۔ اس میں ایک بہت بڑا راز ہے اسے بھی آج کھول لیتے ہیں۔ سب کچھ تو کھول دیا ہے۔ اب کچھ بچا کر کیا کرنا ہے۔۔۔

جوا شیطان کا کام ہے۔ ہزار انسان ہارتے ہیں تو ایک جا کر جیتنے میں کامیاب ہو پاتا ہے اور اس ایک کامیاب شخص کو مثال بنا کر وہ اگلے کئی لاکھ انسانوں کو جوا کھیلنے کی ترغیب دیتا ہے۔۔۔ کیا خبر میں جیت جاؤں۔۔۔ یہ لالچ انسان کو جواری بننے پر آمادہ کرتا ہے ورنہ کون نہیں جانتا کہ جوا شیطانی کام ہے۔۔۔ یہی معاملہ ارتکاز کا ہے لاکھوں میں سے کوئی ایک ہوتا ہے جو بچ بھی نکلتا ہے۔۔۔ دس بیس سال بعد جس کا سکر ختم ہو جاتا ہے۔ جو جذب سے ہوش کی دُنیا میں پلٹ آتا ہے۔

خواہشات کا پہیہ پھر سے اس میں گھومنے لگتا ہے۔ ایسا شخص ذہانت کی انتہا اس پر ہوتا ہے جو کچھ جذب میں اس پر ہیبت چکا ہوتا ہے اس کے آگے دنیا کی ساری مصیبتیں ہیچ ہوتی ہیں۔ عقل اس کی انتہائی تیز ہو چکی ہوتی ہے۔ یہ وہ جواری ہے جو ارتکاز کا جوا جیت گیا ہے۔۔۔ عالم ہوش میں لوٹنے کے بعد ایسے شخص کا کوئی توڑ نہیں ہوتا۔ دلیل سے اسے لاجواب نہیں کیا جاسکتا کہ ہر دلیل کا اس کے پاس توڑ ہوتا ہے۔۔۔ ایسے لوگ پھر ارتکاز کے ایجنٹ کے طور پر زندگی بسر کرتے ہیں۔۔۔ ایسا (ایک) جب سامنے آتا ہے تو بلا مبالغہ لاکھوں کو لے ڈوبتا ہے۔۔۔

اس جیسا بننے کیلئے لوگ دل وجان سے ارتکاز کی اندھیری وادیوں میں جوق در جوق اترنے لگتے ہیں۔ یہ اتنا بڑا کھیل ہے کہ بسا اوقات اسے کھیلنے والے بڑے بڑے کھلاڑی بھی اس چال سے ناواقف ہوتے ہیں کہ شیطان اُنہیں استعمال کر رہا ہے۔

اس کھیل میں تعین مراتب ہے ضروری
شاطر کی عنایت سے تو فرزیں، میں پیادہ
بیچارہ پیادہ تو ہے اک مہرۂ ناچیز
فرزیں سے بھی پوشیدہ ہے شاطر کا ارادہ

بے علم صوفی شیطان کا مسخرا ہوتا ہے۔ اس بات میں کوئی دورائے نہیں کہ جو عبادت اللہ اور اللہ کے رسولؐ نے نہیں بتائی وہ عبادت اگر کوئی آپ کو کرنے کو کہے تو وہ آپ سے بے حد خطرناک کھیل کھیلنے لگا ہے۔ آپ کو خبر ہو کہ ارتکاز رحمان کی نہیں شیطان کی عبادت ہے۔ ارتکاز ایک ایسی شے ہے کہ جس کا بہت تھوڑا عارضی نفع ہے اور اس کے بعد صرف بھیانک نقصان ہی ملتا ہے۔ ارتکاز کرنے والوں کے استدلال اتنے بچگانہ اور احمقانہ ہوتے ہیں کہ کوئی اگر ذرہ برابر بھی عقل استعمال کرے تو بخوبی اس ڈھکوسلے کی حقیقت

جان سکتا ہے۔ ہر ایک کے پیچھے آنکھیں بند کر کے چل نکلنے والوں کا مگر کوئی علاج نہیں۔ دلیل دی جاتی ہے کہ حضور اکرمؐ غار حرا میں مراقبہ کرتے رہے ہیں۔ کوئی خدا کا خوف نہیں کرتا کہ کیسی بات حضورؐ کی ذاتِ اقدس سے منسوب کی جارہی ہے۔۔۔ کوئی پوچھنے والا پوچھے کہ یہ بات انہیں کس نے بتائی ہے؟ کیا حضورؐ نے خود کہیں کسی حدیث میں اس کا ذکر فرمایا ہے؟ کیا قرآن میں اللہ نے کہا ہے کہ غار حرا میں آنحضورؐ اٹھارہ سال مراقبہ کرتے رہے؟

ہرگز ایسی کوئی بات نہیں ہے۔ ہاں کچھ علماء اتنا ضرور کہتے ہیں کہ آپؐ غار حرا میں تحنث کیا کرتے (ریفرنس کیلئے صحیح بخاری۔ جلد اول۔ وحی کا بیان۔ حدیث نمبر 3 کا مطالعہ کریں) تحنث سے مراد کئی راتیں عبادت یا غور وفکر کرنا ہے اور اس کے لئے توشہ ساتھ لے جاتے کیونکہ اس کیلئے انہیں تنہائی کی ضرورت تھی کہ جس ماحول میں حضورؐ کو بھیجا گیا تھا وہ غور وفکر کرنے کیلئے کتنا مناسب تھا یہ سب جانتے ہیں۔۔۔

مراقبہ ارتکاز چونکہ ایک پریکٹس ہے اس لیے عقل کا اس میں کوئی کام نہیں۔ پہلے بھی لکھا ہے کہ ارتکاز کی مشق تو ایک بچہ بھی کر سکتا ہے۔ دوسرا غور طلب نکتہ یہ ہے کہ ارتکاز عربوں کے معاشرے میں سرے سے ہی ناپید رہا ہے۔ عرب میں چونکہ صرف یہودیت اور عیسائیت ہی موجود تھی ہندو اور بدھ مت کا وہاں کوئی نام و نشان نہ تھا اس لیے تاریخ پر نظر رکھنے والے با آسانی تجزیہ کر سکتے ہیں کہ عربوں میں مراقبہ ارتکاز کا کوئی تصور اسی لیے سرے سے ہی موجود نہ تھا۔

یہ تو کلچر کے پھیلاؤ کا نتیجہ ہے۔ جہاں جہاں بدھ مت اور ہندو مت موجود تھا وہاں مراقبہ ارتکاز موجود تھا۔ یہیں سے یہ تصور اسلام میں پھیلا ہے۔ یہ سفری مذہب ہے cargo cult ہے۔ یہودیت اور عیسائیت میں یوں بھی مراقبہ ارتکاز کی شدید مخالفت کی جاتی ہے

اس لیے آج بھی جو لوگ عیسائیت اور یہودیت پر سختی سے کاربند ہیں وہ مراقبہ ارتکاز سے نفرت کرتے ہیں۔ قرآن مراقبہ ارتکاز پر بات کرتا ہے۔۔۔

وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَّعْبُدُ اللّٰهَ عَلٰى حَرْفٍ ۚ فَاِنْ اَصَابَهٗ خَيْرُ ِۨاطْمَاَنَّ بِهٖ ۚ وَاِنْ
اَصَابَتْهُ فِتْنَةُ ِۨانْقَلَبَ عَلٰى وَجْهِهٖ ۚ خَسِرَ الدُّنْيَا وَالْاٰخِرَةَ ۭ ذٰلِكَ هُوَ
الْخُسْرَانُ الْمُبِيْنُ ۝ يَدْعُوْا مِنْ دُوْنِ اللّٰهِ مَا لَا يَضُرُّهٗ وَمَا لَا يَنْفَعُهٗ ۭ ذٰلِكَ
هُوَ الضَّلٰلُ الْبَعِيْدُ ۝ يَدْعُوْا لَمَنْ ضَرُّهٗٓ اَقْرَبُ مِنْ نَّفْعِهٖ ۭ لَبِئْسَ الْمَوْلٰى
وَلَبِئْسَ الْعَشِيْرُ ۝ اِنَّ اللّٰهَ يُدْخِلُ الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا وَعَمِلُوا الصّٰلِحٰتِ
جَنّٰتٍ تَجْرِيْ مِنْ تَحْتِهَا الْاَنْهٰرُ ۭ اِنَّ اللّٰهَ يَفْعَلُ مَا يُرِيْدُ ۝ مَنْ كَانَ يَظُنُّ
اَنْ لَّنْ يَّنْصُرَهُ اللّٰهُ فِي الدُّنْيَا وَالْاٰخِرَةِ فَلْيَمْدُدْ بِسَبَبٍ اِلَى السَّمَاۗءِ ثُمَّ
لْيَقْطَعْ فَلْيَنْظُرْ هَلْ يُذْهِبَنَّ كَيْدُهٗ مَا يَغِيْظُ ۝ وَكَذٰلِكَ اَنْزَلْنٰهُ اٰيٰتٍ
بَيِّنٰتٍ ۙ وَّاَنَّ اللّٰهَ يَهْدِيْ مَنْ يُّرِيْدُ ۝ اِنَّ الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا وَالَّذِيْنَ هَادُوْا
وَالصّٰبِـِٕيْنَ وَالنَّصٰرٰى وَالْمَجُوْسَ وَالَّذِيْنَ اَشْرَكُوْٓا ڰ اِنَّ اللّٰهَ يَفْصِلُ
بَيْنَهُمْ يَوْمَ الْقِيٰمَةِ ۭ اِنَّ اللّٰهَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ شَهِيْدٌ ۝

اور لوگوں کوئی ایسا ہے جو کنارے پر رہ کر اللہ کی بندگی کرتا ہے، بے شک اللہ جو چاہتا ہے کرتا ہے۔ اگر فائدہ ہوا تو مطمئن ہو گیا اور جو کوئی مصیبت آ گئی تو اُلٹا پھر گیا۔ اُس کی دنیا بھی گئی اور آخرت بھی۔ یہ ہے صریح خسارہ۔ پھر وہ اللہ کو چھوڑ کر اُن کو پکارتا ہے جو نہ اُس کو نقصان پہنچا سکتے ہیں اور نہ فائدہ۔ یہ ہے گمراہی کی انتہا، وہ اُن کو پکارتا ہے جن کا نقصان اُن کے نفع سے قریب تر ہے۔ بدترین ہے اُس کا مولا اور بدترین ہے اُس کا رفیق۔ (اس کے برعکس) اللہ اُن لوگوں کو جو ایمان لائے اور جنہوں نے نیک عمل کیے یقیناً ایسی جنتوں میں داخل کرے گا جن کے نیچے نہریں بہہ رہی ہوں گی۔ جو شخص یہ گمان کرتا ہو

کہ اللہ دُنیا اور آخرت میں اس کی کوئی مدد نہ کرے گا اُسے چاہیے کہ ایک رسی کے ذریعے آسمان تک پہنچ کر شگاف لگائے پھر دیکھ لے کہ آیا کہ اُس کی یہ تدبیر کسی ایسی چیز کو رد کر سکتی ہے جو اُس کو ناگوار ہے۔ ایسی ہی کھلی کھلی باتوں کے ساتھ ہم نے قرآن کو نازل کیا ہے اور ہدایت اللہ جسے چاہتا ہے دیتا ہے۔ بے شک اللہ مسلمانوں اور یہودیوں اور صابیوں اور عیسائیوں اور مجوسیوں اور مشرکوں میں قیامت کے دن فیصلہ کرے گا، بے شک ہر چیز اللہ کے سامنے ہے۔

(الحج 11 تا 17)

سامنے کی بات ہے ارتکاز کو ایسا بنا کر پیش کیا جاتا ہے جیسے اس کے سوا خدا تک پہنچنا ممکن ہی نہیں۔ اگر یہ اتنا ہی اہمیت کا حامل ہوتا تو اللہ ہمیں قرآن میں اس کی تعلیم کیوں نہ دیتا؟ حضورؐ ہمیں آنکھ بند کر کے کسی مخصوص تصور کی مشق کرنے کا کیوں نہ بتاتے؟

ایک مراقبہ بتایا ہے آپؐ نے اور وہ یہ ہے کہ جب تو نماز پڑھے تو یہ تصور کر کہ تو اللہ کو دیکھ رہا ہے اور اگر ایسا نہ کر سکے تو یہ خیال کر اللہ تجھے دیکھ رہا ہے۔ یہ واحد مراقبہ ہے جو نماز کی صورت ہمیں تعلیم کیا گیا ہے اور غور کریں نماز میں آنکھ بند نہیں کی جا سکتی۔۔۔

یہ مراقبہ مسلمانوں نے فراموش کر دیا ہے۔ کتنے ہیں جو تصور کر کے نماز پڑھتے ہیں کہ وہ اللہ کو اللہ نہیں دیکھ رہا ہے؟ جو رسولؐ نے بتایا اُسے چھوڑ کر خرافات کو لپکنا جاہلیت نہیں تو اور کیا ہے؟ اگر آپ نے یہ باب پوری توجہ سے پڑھا ہے تو سورہ حج میں جو اللہ نے فرمایا وہ آپ کو خوب سمجھ میں آ جانا چاہیے۔

پھر یہ زیارتوں والا ایک نیا مسئلہ نکل آتا ہے۔ کوئی یہ کہتا ہے کہ وہ ہر وقت حضورؐ کی محفل میں موجود رہتا ہے۔۔۔ حضرت امام ابن سیرینؒ کے پاس جب کوئی آ کر کہتا کہ اُسے خواب میں حضورؐ کی زیارت ہوئی ہے تو آپؒ اُس شخص سے خواب میں دکھائی دینے والا

حضورؐ کا حلیہ مبارک پوچھتے ۔ اگر تو وہ اصل حلیہ مبارکؐ سے ملتا جلتا ہوتا تو کہتے کہ ٹھیک دیکھا۔ اگر حلیہ مبارکؐ سے اصل مشابہت نہ ہوتی تو اُس شخص کو یہ کہہ بھگا دیا کرتے تھے کہ تُو نے خواب میں شیطان کو دیکھا ہے۔ یہ بات درست ہے کہ حضورؐ نے فرمایا کہ جس نے خواب میں مجھے دیکھا اُس نے مجھے ہی دیکھا کیونکہ شیطان خواب میں میری صورت میں نہیں آسکتا۔

اس بات پر غور کرنا چاہیے حضورؐ نے یہ فرمایا شیطان "میری صورت" میں خواب میں نہیں آسکتا یہ نہیں فرمایا کہ شیطان خواب میں کسی اور روحانی روپ کو دھار کر خواب دیکھنے والے کو یہ یقین نہیں دلا سکتا کہ وہ نبیؐ کی زیارت کر رہا ہے۔۔۔

شیطان کی طاقت کا غلط اندازہ نہیں لگانا چاہیے under estimate نہیں کرنا چاہیے۔ وہ کوئی اور صورت دھار کر بھی آپ کو خواب میں یہ یقین دلانے کی کوشش کر سکتا ہے کہ آپ کو زیارتِ نبیؐ ہو رہی ہے۔

حضورؐ کا خواب میں دیدار بے شک سعادتِ عظیم ہے لیکن یہ بتانے والی نہیں چھپانے والی بات ہے۔ یہ تو عظیم ترین عطا ہے۔ اسٹیج پر بیٹھ کر گلا پھاڑ پھاڑ کر بار بار اس کا اعلان کرنے والوں کو ہوش کرنی چاہیے کہ کہیں شیطان نے انہیں بہکا تو نہیں دیا۔ ارتکاز کرنے والوں کے ساتھ یہ واردات خطرناک طریقے سے ہوتی ہے۔۔۔

انبیاء وصحابہ کرام، اولیاء اور صالحین کی بات بات پر زیارت اور دیدار ارتکاز میں معمولی مشقت سے ہر کسی کو حاصل ہونے لگتا ہے۔ یہ ہالوسی نیشن halucination ہے۔ شیزوفرینیا کے مریضوں میں بھی ایسی علامات بکثرت پائی جاتی ہیں۔ آوٹ آف باڈی out of body کے تجربات بھی اکثر ہوتے ہیں جو کہ خیالی ہوتے ہیں fake ہوتے ہیں۔ ارتکاز کے دوران جس کیف و سرور اور ہالوسی نیشن halucination کا تجربہ

experience ہوتا ہے وہ بہت سی نشہ آور ادویات drugs استعمال کرنے والوں کو پہلے سے ہی با آسانی بازار سے بارعایت دستیاب ہوتا ہے۔ چرس، افیون، ہیروئن یہ سب اسی کیف وسرور ecstasy کو جانے والے رستے ہیں۔ ارتکاز کرکے high ہوجائے یا چرس کا سوٹا، ہیروئن کا انجکشن لگالے ایک ہی بات ہے۔۔۔ایک جیسے ہی تجربات واحساسات ہوتے ہیں۔

ایک راز اس سارے معاملے کا اور بھی ہے کہ جب صاحب ارتکاز محویت کو پہنچتا ہے تو اس کے حواس اعتدال کو چھوڑ دیتے ہیں۔ یہ ایک ایسی نیند ہے جس میں درحقیقت انسان کے ذہن اور جسم کے کچھ حصے کام کررہے ہوتے ہیں اور کچھ معطل ہوچکے ہوتے ہیں۔

اس محویت کے دوران ہر قسم کی نادیدہ خبیث طاقتیں، شیطانی ارواح اور طاغوت کی پوجا کرنے والے رذیل جنات ارتکاز کرنے والے پر راغب attract ہوتے ہیں کیونکہ وہ شخص محویت کے اس عالم میں ایک اوپن پلیٹ فارم کی حیثیت اختیار کرچکا ہوتا ہے۔ اسے ہپناٹزم کی اصطلاح میں معمول medium کہا جاتا ہے۔ اب کوئی بھی اس لاوارث اور کھوئے ہوئے ذہن پر اپنا تسلط جما سکتا ہے اس پر اثر انداز ہوسکتا ہے۔

ارتکاز کرنے والا ہر شخص اندرونی و بیرونی طور پر ان خبیث طاقتوں، جنات اور ارواح کے زیر اثر ہوتا ہے جو ہر لحظہ اسے برگزیدہ guided ہوجانے کا یقین دلا رہی ہوتی ہیں۔ یہ راز بہت کم لوگ جانتے ہیں کہ مگر یہ نہیں کہ کوئی بھی نہیں جانتا۔ کچھ جاننے والے خوب جانتے ہیں۔۔۔کبھی ارتکاز کرنے والے کو غور سے دیکھیں۔۔۔

اس کی باتوں کا مشاہدہ کریں آپ کو دکھائی دے گا کہ وہ نفسیاتی طور پر متوازن balanced نہیں ہے۔۔۔neurotic سا ہے۔۔۔کچھ خبطی سا آپ کو دکھائی دیتا ہے۔۔۔اسی میں ساری نشانی ہے۔۔۔جو لکھا ہے پوری ذمہ داری سے لکھا ہے۔۔۔

ارتکاز کو جو بھی سنجیدگی سے ایک مخصوص مدت تک کرے گا یہ طے ہے کہ یا تو وہ گمراہ ہو، راندہ درگاہ ہوگا، یا پاگل ہو جائے گا اور خودکشی کرے گا۔ اور کچھ نہیں تو مجذوب ہو جائے گا۔

Spiritual meditation (concentration) is the most worst practice ever taught by human being on this planet.

یہ جو مجذوب کبھی کبھی جذب سے عالم ہوش کو پلٹتے ہیں اس کی واحد وجہ یہی ہوتی ہے کہ مجذوب ہو جانے کے بعد ارتکاز کرنا ان کیلئے ممکن نہیں رہتا جس کی وجہ سے دس بیس سال میں کچھ نہ کچھ ہوش و حواس واپس بحال ہونے لگتے ہیں (مکمل ریکوری ہرگز نہیں ہوتی)۔۔۔ ہاں مگر وہ جس کے اخلاص پر اللہ مہربان ہو کر اُسے استثنیٰ exception بخش دے۔۔۔ اُس کی بات اور ہے۔۔۔

ارتکاز کی اصل حقیقت بیان کرنا بہت ضروری تھا۔ وجہ اس کی یہ ہے کہ شیطان لعین کا یہ طریقہ واردات پرانا چلا آتا ہے کہ برائی کو اچھائی کے لبادے میں پیش کرتا ہے۔ کڑوی گولی پر مٹھاس کا لیپ کرتا ہے تاکہ آسانی سے نگلی جا سکے۔

اب وہ وقت آ چکا ہے جو بے پناہ تیز رفتار ہونے کے باعث ڈپریشن، اینگزائٹی اور سٹریس کے چنگھاڑتے ہوئے طوفان اپنے اندر سموئے ہوئے ہے۔ اس ڈپریشن کو اس اینگزائٹی کو استعمال کرنے کیلئے ابلیس پوری دنیا میں روبہ عمل ہو چکا ہے۔

جیسے پہلے ٹی وی، فلم انٹرنیٹ۔۔۔ پھر فحش فلمیں porn اور پھر سوشل میڈیا کا بے قابو ہوتا طوفان نمودار ہوا ہے اسی طرح پوری دنیا کو اینگزائٹی سے نجات دلانے کیلئے مراقبہ ارتکاز mindfulness کو ایک سنہری حل charming solution کی طرح پیش کر دیا گیا ہے۔

ہندو اس موقع پر فائدہ اٹھانے میں سب سے آگے ہے۔ مراقبہ ارتکاز کے بڑے بڑے اجتماعات پوری دنیا میں ہندومت کو پھیلانے میں ہندوؤں کی بے اندازہ مدد کر رہے ہیں۔ بدھ مت والوں کی بھی چاندی ہو گئی ہے۔۔۔ ان کا تو یہ حال ہو گیا ہے کہ مجبور ہو کر ہم جنس پرستوں کو بھی قبول کیا جا رہا ہے جن کو ابھی تک کوئی مذہب منہ لگانے کو تیار نہیں۔

اب مراقبہ ارتکاز کی بدولت دوبارہ بدھوں کے مندر temples بھی نئے راہبوں monks سے کھچا کھچ بھرتے جا رہے ہیں۔ پوری دنیا میں مراقبہ ارتکاز mindfulness meditation کو مذہب کے متبادل کے طور پر اس بہانے سے پیش کیا جا رہا ہے کہ یہ تو صرف یکسوئی حاصل کرنے کی ایک بے ضرر ذہنی مشق exercise ہے جس کا کسی بھی مذہب سے کوئی سروکار نہیں۔۔۔

روزانہ صبح شام آدھا گھنٹہ ارتکاز meditate کریں اور اپنے ذہنی تناؤ کو پرسکون کر لیں۔ چاہے آپ قتل کر کے آئے ہوں۔۔۔ پریشانی کی کوئی بات نہیں۔۔۔ تشریف رکھیے اور ارتکاز کا آغاز فرمائیے۔۔۔

ابتدا میں چونکہ اس کے مفید نتائج اتنے تیز رفتار اور حیرت انگیز ہوتے ہیں کہ مزاحمت ناممکن ہو جاتی ہے اسی لیے ہر آنے والے دن اس کی مقبولیت میں ہوش ربا اضافہ ہو رہا ہے۔

ہمارے ہاں روحانی مراکز، درگاہوں مزاروں اور درباروں پر چونکہ پہلے ہی سے نیم خواندہ عقیدت مندوں کا ارتکاز کے جال سے شکار جاری وساری ہے اس لیے یہ ان لوگوں کیلئے کوئی نئی یا چونکا دینے والی بات نہیں۔

لیکن جو بات چونکا دینے والی ہے وہ یہ ہے کہ اب مراقبہ ارتکاز mindfulness meditation کو ان لوگوں میں یوگا کے نام پر متعارف کروایا جا رہا ہے جو روحانی دنیا

سے یکسر نابلد ہیں اور اعلیٰ تعلیم یافتہ ہونے کے ساتھ ساتھ جدید معاشرتی رہن سہن رکھتے ہیں۔ اس طبقے کو کارپوریٹ سیکٹر corporate sector کہا جاتا ہے۔ انہیں روزمرہ کے بڑھتے ہوئے ڈپریشن اور اینگزائٹی کے حل کے طور پر ارتکاز concentration سے روشناس کروایا جارہا ہے۔

بڑے شہروں میں تو یہ سلسلہ کافی پھیل چکا ہے کچھ وقت مزید گزرنے کی دیر ہے ہر چھوٹے بڑے شہر میں ٹینشن سے نجات کیلئے اور ایک بہترین، پرسکون زندگی گزارنے کیلئے یوگا سنٹرز گلی محلوں میں کھمبیوں کی طرح دکھائی دینے لگیں گے۔ ہیلتھ اور فٹنس کے لیے بظاہر بے ضرر دکھائی دینے والے یوگا کی ورزشوں کی آڑ میں سانس کے مراقبے breathing meditation کا جو گھناؤنا دھندہ اب شروع ہونے جارہا ہے اللہ ہم سب کو اس سے محفوظ رکھے۔

پہلے صرف روحانیت کے طبقات میں ارتکاز مقبول تھا اب ہر طبقہ فکر سے تعلق رکھنے والے لوگوں کو اس کا شکار کیا جائے گا۔ ایک نیا امتحان، ایک اور نئی آزمائش اس پاک سرزمین کے باسیوں کی طرف بڑھتی چلی آتی ہے۔۔۔

سورۃ الناس کے ہالے میں کھڑا ہوں گم صم
اور میرے چاروں طرف شور مچاتے شر ہیں

☆☆☆☆☆☆☆

اعلیٰ شعور تک رسائی

Access Towards Higher Consciousness

تربیت نفس کے دوران شعوری کوشش conscious struggle کے ساتھ ساتھ انسان کو اعلیٰ شعور تک رسائی access towards higher consciousness کی ہر حال میں ضرورت پڑتی ہے۔ کوشش کرنا فرض ہے اس کے بغیر چارہ نہیں مگر کوشش میں struggle میں محنت میں efforts میں ایک مقام آتا ہے جس سے آگے نفس انسان نہیں جاسکتا۔ یہ لاحاصل futility کا مقام ہے۔ کوشش کی ایک حد ہے یہ اپنی حد سے اوپر نہیں جاسکتی۔

ابدیت infinite تک پہنچنے کیلئے نفس انسان کو رسائی access چاہیے۔ اللہ رب العزت کے دربار تک رسائی چاہیے اور یہ رسائی صرف اور صرف اللہ تعالیٰ خود عطا فرماتا ہے۔ اس رسائی کو حاصل کرنے کیلئے علم کے ساتھ ساتھ اللہ کی یاد کی بے پناہ ضرورت پڑ جاتی ہے۔ نفس یہاں تک آتے آتے تھوڑا بہت خود کو تو پہچان لیتا ہے۔

بہت سا مشاہدہ بھی کرنے لگتا ہے مگر ہنوز رسائی بہت دور ہوتی ہے۔ اس مقام پر نفس انسانی کو خودی کے علم کے ساتھ خدائی علم کی بھی ضرورت پڑتی ہے۔ اللہ کی یاد کیا ہے؟ کیسے اللہ یاد کیا جائے؟ تصور خدا کی پختگی کیا ہے، حضور پر نور حضرت محمد مصطفیؐ کی پہچان کیسے کی جائے، شیطان کیا ہے؟ دعا کی حقیقت کیا ہے؟ انسان کا مقصد حیات کیا ہے اور معرفت نفس کسے کہتے ہیں؟

نفس کو خودی کے علم کے ساتھ اب ان سوالات کے جوابات کی اشد ضرورت پڑتی ہے تا کہ اس کا شعور اللہ کے حضور رسائی حاصل کر کے اعلیٰ ترین معیار higher consciousness کو، معرفت کو enlightenment کو پہنچ سکے۔ نفس کو جتنا بھی سمجھ لیا جائے مشاہدہ observation کتنا ہی تیز کیوں نہ ہو جائے اگر اللہ کی بارگاہ میں قبول نہ کیا جائے access granted نہ ہو تو نفس کا سارا علم اور سارا مشاہدہ استدراج کے پاتال میں میں دھکیل دیا جاتا ہے۔

اگر اللہ ہدایت نہ دے تو نفس کے علم کا کوئی فائدہ نہیں۔۔۔ مشاہدہ بھی ارتکاز کے برابر ہو جاتا ہے۔۔۔ سب بیکار دھرا رہ جاتا ہے۔۔۔ رسائی کیلئے سب سے پہلے اللہ کی یاد ضروری ہے۔ اگر نفس یاد خدا میں نہیں ہے تو وہ کچھ بھی نہیں ہے۔ اس کی کوئی حیثیت دنیا و آخرت میں نہیں۔ وہ پیر فقیر سادھو سنت تو ہو سکتا ہے اللہ کا دوست نہیں ہو سکتا۔۔۔

اللہ کی دوستی اس کی محبت ہے اور اس کی محبت اس کی یاد ہے۔

وَمَا يَذَّكَّرُ إِلَّآ أُولُو الْأَلْبَابِ

اہل عقل کے سوا مجھے کوئی یاد نہیں کرتا

(البقرہ 269)

☆☆☆☆☆☆☆

اللہ کی یاد، اللہ کی پہچان، محبتِ رسولؐ، شیطان کا تعارف
دعا کی حقیقت، اعلیٰ مقصد حیات، معرفتِ نفس،

Rememberance of Allah, Understanding of Allah

Affiliation with Prophet Muhammad (PBUH)

Devil's Introduction, Reality of Prayer

The Ultimate Purpose of Life

Enlightenment of The Self

اللہ کی یاد

Rememberance of God

اَلَّذِیْنَ اٰمَنُوْا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوْبُهُمْ بِذِكْرِ اللّٰهِ اَلَا بِذِكْرِ اللّٰهِ
تَطْمَئِنُّ الْقُلُوْبُ ○

وہ لوگ جو ایمان لائے اور ان کے دلوں کو اللہ کی یاد سے تسکین ہوتی ہے،
خبردار! اللہ کی یاد ہی سے دل تسکین پاتے ہیں۔

(الرعد 28)

اللہ کو یاد کیے بغیر انسان کی نجات ممکن نہیں ہے۔ یاد اس کو کیا جاتا ہے جس سے محبت ہو۔ اس کا ایک نچلا درجہ یہ بھی ہے کہ کسی سے اگر کوئی ضروری کام پڑ جائے تو تب بھی اسے یاد کیا جاتا ہے۔ شروع میں چونکہ نفس انسان کو اللہ سے زیادہ قربت اور پہچان نہ ہونے کی وجہ سے زیادہ محبت محسوس نہیں ہوتی اس لیے آغاز میں اللہ کو اس لیے یاد کرنا ہوتا ہے تا کہ وہ اپنی محبت انسان کو عطا کرے۔۔۔ کسی کام کسی مشکل کے حل کیلئے بھی اللہ کو یاد کرنا ہوتا ہے۔ جب کسی کو یاد کیا جانا مقصود ہو تو انسان اس کا تذکرہ بار بار کرتا ہے یعنی remember کرتا ہے۔

اسی طرح اللہ کو یاد کرنا اس کا ذکر کرنا ہے۔ نماز ایک ایسا ذکر ہے جو مخصوص اوقات میں فرض ہے۔ قرآن ذکر ہے۔ تسبیح ذکر ہے۔ اسی طرح پھر وہ ذکر ہے جو سب سے بڑا ذکر ہے۔ اس پر آگے بات ہوگی۔۔۔

نماز اور قرآن کے پڑھنے کیلئے کچھ ضابطے ہیں protocols ہیں جن میں طہارت وضو سب سے پہلے ہے۔ نماز اور قرآن کو سارا دن نہیں پڑھا جاتا۔ کچھ مخصوص لوگ ہوتے ہیں جیسے قرآن کے قاری، حفاظ اور ریسرچ کرنے والے بھی ہوتے ہیں جو قرآن کو بہت زیادہ پڑھتے ہیں۔ اللہ کے نیک بندے اس کے دوست بھی قرآن کو کثرت سے پڑھنے والے ہوتے ہیں لیکن پھر بھی ایک حد سے زیادہ نہیں پڑھا جا سکتا۔

جو وقت بچ جاتا ہے اس میں جو شخص اللہ کی طلب اور محبت رکھتا ہے فطری طور پر اس کی خواہش ہوتی ہے کہ ہر وقت اللہ کو یاد کرے۔ جب انسان اس مقام پر پہنچتا ہے تو اسے تسبیح اور ذکر کی ضرورت پیش آتی ہے۔ پہلے تسبیح پر بات کرتے ہیں۔

اچھی خاصی اکثریت ان مسلمانوں کی ہے جو تسبیح کے معاملے پر تردد confusion کا شکار ہوتے ہیں۔ ہمارے معاشرے میں تسبیح والے ہمیشہ کم تعداد میں نظر آتے ہیں۔ تسبیحات کا ایک مخصوص گنتی کے ساتھ پڑھنا اسوہ نبی کریمؐ سے ثابت ہے۔ کلمہ طیبہ کا ورد کرنا، درود شریف پڑھنا، سبحان اللہ، الحمد اللہ یا دیگر تسبیحات کو ایک مخصوص تعداد یا بلا کسی گنتی کے پڑھنے میں کیا قباحت ہو سکتی ہے آج تک سمجھ نہیں آ سکی۔

کچھ لوگ صرف انگلیوں پر تسبیح کرنے کو ہی جائز سمجھتے ہیں۔ ہر گز کوئی حرج نہیں مگر جو زیادہ تسبیح کی خواہش رکھتا ہو؟ جس کی ہمت، استطاعت، توفیق اور محبتِ الٰہی بہت زیادہ ہو وہ کیا کرے؟ مثال کے طور پر اگر کوئی شخص آیت کریمہ کو روزانہ پانچ سو یا ہزار بار پڑھنا چاہے تو یہ انگلیوں پر گننا ممکن نہیں اب دانوں والی تسبیح کی ضرورت پڑتی ہے۔

کچھ لوگ ڈیجیٹل تسبیح بھی استعمال کرتے ہیں۔ دانوں والی تسبیح جتنی بھی بڑھ جائے انگلیوں والی تسبیح خاص طور پر نماز کے بعد ترک نہیں کرنی چاہیے کہ سنت ہے۔ ہمارے ہاں کسی کے سامنے تسبیح کرنا نمود و نمائش اور ریاکاری سے تعبیر کیا جاتا ہے۔

یہ تصور اتنا پختہ ہے کہ سوائے بزرگ خواتین و حضرات کے اگر تسبیح کسی نوجوان کے ہاتھ میں دکھائی دے جائے تو اسے بڑے اچنبھے اور حیرانی والی ایسی نظروں کا سامنا کرنا پڑتا ہے جن میں چبھن بھی ہوتی ہے اور شک بھی۔ یہ بات درست ہے کہ بہت سے لوگ اپنا تاثر image اچھا اور پارسا بنانے کیلئے لوگوں میں تسبیح لے کر پھرتے ہیں مگر ان کے کردار اور ان کی تسبیح میں اس قدر تضاد ہوتا ہے کہ لوگوں نے ہر تسبیح والے کو ریاکار سمجھ کر دیکھنا شروع کر دیا ہے۔

لیکن کچھ لوگ ایسے بھی ہوتے ہیں کہ جن کو اتنی زیادہ تسبیح کرنا ہوتی ہے کہ اسے چھپائے رکھنا ان کے لیے ناممکن ہو جاتا ہے۔۔۔ بہرحال جو تسبیح کے مخالف ہیں ان کے گھروں میں بھی تسبیح دیکھی ہے۔۔۔ تسبیح کی حیثیت ایک آلے tool سے زیادہ کچھ نہیں ہے۔ جیسے مسجد میں سپیکر آواز بڑھانے کیلئے آلہ ہے ایسے ہی تسبیح بھی صرف ایک آلہ ہے۔

پھر اکثر ایک بات کہی جاتی ہے کہ جب اللہ گن کر نہیں دیتا تو پھر اسے گن کر یاد کیوں کیا جائے۔۔۔ یہ بات صرف وہ لوگ کہتے ہیں جو تسبیح کی حقیقت کو سرے سے ہی نہیں جانتے۔ اللہ گن کر بھی دیتا ہے اور بغیر گنے بھی۔ زندگی کے سانس گنے ہوئے ہیں۔ رزق گنا ہوا ہے۔ وقت گنا ہوا ہے۔ ماں باپ، بہن بھائی، بیوی بچے، دشمن دولت، عمر، بیماری، آزمائش ہر شے حتیٰ کہ جو پانی آسمان سے زمین پر بارش کی صورت اُتارا جاتا ہے اُس کا بھی ایک ایک قطرہ گنا ہوا ہے۔ اللہ کو گن کر بھی یاد کرنا ہوتا ہے اور بغیر گنے بھی، سمجھنے کیلئے بات کو ایسے بیان بھی کیا جا سکتا ہے کہ اللہ کو بے اندازہ یاد کرنے کو ذکر

اور انداز ے سے یاد کرنے کو تسبیح کہتے ہیں اور ہمیں اللہ نے قرآن میں دونوں طرح سے خود کو یاد کرنے کا حکم دیا ہے۔ گننے یا نہ گننے سے اللہ کو کوئی فرق نہیں پڑتا۔ معاملہ یہ ہے کہ اللہ کے اس قدر خوبصورت نام ہیں، ایسی زبردست آیات ہیں۔ اعلیٰ ترین معیار کی دعائیں ہیں۔ لامحالہ اپنے حالات وواقعات کے حساب سے ہر نفس کو بہت سے ناموں سے، بہت سی آیات سے اور بہت سی دعاؤں سے اللہ کو یاد کرنا ہوتا ہے۔ ایک ہی وقت میں نفس انسان کو ہزار ہا مسائل (جو کہ نفسیاتی اور جسمانی دونوں طرح کے ہوتے ہیں) سے نبرد آزما ہونا ہوتا ہے۔

تسبیح سے فائدہ یہ ہوتا ہے کہ انسان بہت سے اسمائے الہیہ، آیات اور دعاؤں کو ایک مخصوص تعداد مقرر کر لینے کی وجہ سے روزانہ پڑھنے میں کامیاب ہو جاتا ہے اور ان اسماء، آیات اور دعاؤں کے اثرات سے فیض یاب ہو جاتا ہے۔ ذکر کو معین مقدار میں روزانہ کرنے کو نفس کی طبیعت بھی سہل سمجھتی ہے اور اس میں اس مقدار سے ایک عادت پیدا ہو جاتی ہے۔ تسبیح تین ماہ سے زیادہ عرصہ کسی کی قائم رہ جائے تو نفس اسے مستقل عادت کی طرح اپنا لیتا ہے پھر جیسے اسے کھانا کھائے بغیر چین نہیں آتا اسی طرح تسبیح بھی اس کی فطرت ثانیہ بن جاتی ہے۔ یہی عادت اسے ان گنت ذکر کی جانب لے جاتی ہے اور بالآخر وہ محبت الٰہی سے مالا مال ہو جاتا ہے۔

تسبیحات بہت سی ہو جاتی ہیں اور ذکر ایک ہوتا ہے۔۔۔ تسبیح پھیلتی ہے، یہ بڑھتی ہے۔ یہ صرف اس کو عطا ہوتی ہے جس کے دل میں اللہ کی محبت ہوتی ہے، اخلاص ہوتا ہے sincerity ہوتی ہے۔ پہلے تھوڑی تعداد سے شروع کرنا چاہیے، بے شک انگلیوں پر گننے سے آغاز کر لیا جائے۔ ارادہ مصمم ہو کہ ہر حال میں اس مخصوص تعداد کو روزانہ پڑھنا ہے کیونکہ اللہ تعالیٰ کو انسان کا وہ عمل سب سے زیادہ پسند ہوتا ہے جو بے شک تھوڑا ہو مگر

مستقل ہو، ہمیشہ جاری رہے۔ چار سے چھ مہینے میں عادت مستقل ہو جاتی ہے پھر پھیلاؤ expansion شروع ہو جاتا ہے۔ تسبیح کو زیادہ کرنے کی خواہش پیدا ہوتی ہے۔ جیسے جیسے اللہ توفیق دیتا چلا جاتا ہے تسبیح کرنے والے کی استعداد بڑھتی چلی جاتی ہے۔ تسبیح کرتے ہوئے جو بھی پڑھا جا رہا ہو اُس پر کبھی ارتکاز concentrate نہیں کرنا ہے ورنہ تسبیح بھی ارتکاز جیسے نقصانات دینے لگتی ہے۔

اکثر آپ نے سنا ہوگا کہ فلاں نے کچھ پڑھنا شروع کیا تو اسے رجعت ہو گئی۔ رجعت ارتکاز سے ہوتی ہے۔۔۔ کسی بھی صورت میں ارتکاز نہیں کرنا چاہیے۔ ہمارے ہاں لوگ ارتکاز کو مقدس سمجھ کر شروع کر دیتے ہیں۔ ہمیں بہت اچھا لگتا ہے جب کوئی کہے کہ یہ پڑھو اور اسے پڑھتے ہوئے پورا دھیان اسی لفظ، آیت اور اس کے معانی پر رکھو۔۔۔ اس سے بچنا ہے یہ ارتکاز ہے۔

رجعت ہوئی اور جن بھوت نظر آنے لگے تو پھر اینٹی ڈپریسنٹ کھانی پڑیں گی۔ نفسیاتی علاج شروع ہو جائے گا اور بیڑا غرق ہو جائے گا۔ پچھلا باب سارے کا سارا اسی پر لکھا ہے۔ ہمیں ویسے ہی اللہ کو یاد کرنا ہے جیسے اللہ نے یاد کرنے کا کہا ہے۔ تنہائی میں بھی یاد کرنا چاہیے مگر خیال کو مجبور کر کے زبردستی نہیں روکنا چاہیے اس سے خرابی کا آغاز ہو جاتا ہے۔

الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَٰذَا بَاطِلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ۝

وہ جو اللہ کو کھڑے اور بیٹھے اور کروٹ پر لیٹے یاد کرتے ہیں اور آسمان اور زمین کی پیدائش میں فکر کرتے ہیں، (کہتے ہیں) اے ہمارے رب تو نے یہ بے فائدہ نہیں بنایا تو سب

عیبوں سے پاک ہے سو ہمیں دوزخ کے عذاب سے بچا۔

(آل عمران 191)

ہمیں مرادی معانی قرآن پاک سے نکالنے کی لت لگی ہوئی ہے۔ کوئی ہیر پھیر نہیں قرآن صاف زبان میں ہے جب اللہ خود کہہ رہا ہے کہ کھڑے، بیٹھے، لیٹے ہر حالت میں مجھے یاد کرو تو ہمیں کیا پڑی کہ اس میں نئی راہ نکالیں ہمیں تو اللہ کا حکم ماننا ہے۔

لوگ کہتے ہیں کہ فلاں شخص تسبیح پڑھتے ہوئے ریاکاری کرتا ہے۔ باتیں بھی کر رہا ہوتا ہے اور ساتھ ساتھ تسبیح بھی پھیر رہا ہوتا ہے۔ ایسا وہ کہتا ہے جو تسبیح کو جانتا نہیں ہے۔ جب بہت کی جاتی ہے یا بہت کرنی ہوتی ہے تو ایسے بھی کی جاتی ہے۔ اب کسی نے اگر دن میں سو مختلف تسبیحات کرنی ہوں تو کہاں چھپ کر تسبیح کرے؟

ہاں جو لوگوں کو دکھانے کیلئے ایسا کرتا ہے اسے اللہ کے ہاں پیش ہونا ہے۔ وہ جانے اللہ جانے۔۔۔ حیرت ہوتی ہے ایسے لوگوں میں اتنی ہمت کہاں سے آجاتی ہے کہ خدا سے اپنے ذاتی تعلق کو بھی دکھاوے میں بیچ ڈالتے ہیں۔

تسبیح کا مقصد بہت اہمیت کا حامل ہے۔ لوگ رزق کیلئے، صحت کیلئے، اولاد کیلئے، مصیبت سے نکلنے کیلئے اور ہر قسم کی حاجت اللہ کی بارگاہ میں پیش کرکے مراد پانے کیلئے تسبیح کرتے ہیں۔ حق ہے۔۔۔ بندہ مانگنے والا ہے اللہ عطا کرنے والا ہے۔ اللہ کے نام پر اس کے کلام پر جب اس سے سوال کیا جاتا ہے تو بے شک وہ دیتا ہے۔ تسبیح کرنے کیلئے یہ بہت اچھا مقصد ہے۔

لیکن کچھ لوگ تسبیح اللہ کی محبت میں کرتے ہیں۔ وہ اللہ کی یاد میں رہنے کیلئے تسبیح پھیرتے ہیں۔ یہ تسبیح کا اصل مقصد ہے۔ تسبیح دراصل انہیں لوگوں کیلئے ہے۔ تسبیح جب بے لوث unconditional ہو کر صرف اللہ کی محبت میں کی جائے تو بڑی شے ہے۔ جب کوئی

اللہ کو تسبیحات کے ذریعے اس کے مختلف ناموں سے بار بار پکارنا شروع کرتا ہے تو اللہ کی نظروں میں زیادہ آجاتا ہے۔۔۔ یہ کوئی دو چار دن یا مہینوں کا نہیں، یہ بندے کا اللہ سے محبت کا رشتہ ہے یہ ساری زندگی قائم رکھنا ہوتا ہے۔۔۔ پھر اللہ دیکھتا ہے کہ تسلسل میرے اس بندے میں کتنا ہے، استقامت کتنی ہے۔

جب تسلسل قائم ہو جائے یعنی تسبیح کرنے والا واپس نہ پلٹے اور اس کی کوئی طلب بھی نہ ہو یعنی اللہ کے پیچھے ہی پڑ جائے تو اللہ رب العزت اس کی طرف نظر کرم فرماتا ہے اور اس پر متوجہ ہو کر اس کی تربیت کا آغاز کر دیتا ہے۔۔۔

اب بندہ آزمایا جاتا ہے۔ سخت حالات میں تسبیح کرنے والے کا استقلال دیکھا جاتا ہے۔ کبھی کشائش دے کر آزمایا جاتا ہے کہ دیکھتے ہیں دنیا کو بھاگتا ہے یا کھڑا رہتا ہے۔ تکلیف بیماری، وسوسہ مایوسی، انتظار پریشانی ہر شے سے گزارا جاتا ہے۔ خوب ٹھوک پیٹ کر دیکھا جاتا ہے۔۔۔ ہر طرح کے حالات میں اس کا رویہ attitude اللہ کی جانب کیسا ہے۔ جن کو بھاگنا ہوتا ہے وہ ایک دو ضربیں پڑتے ہی چپکے سے کھسک لیتے ہیں۔۔۔ لیکن جن کو اللہ کی لو لگی ہوتی ہے جن کے دلوں میں عشق الہی کا جذبہ موجزن ہوتا ہے وہ کسی طوفان سے نہیں ٹلتے۔۔۔ کبھی صبر کرتے ہیں، کبھی توکل کی چادر اوڑھ لیتے ہیں، کبھی تقویٰ کی پتوار سے طوفانوں میں گھری ناؤ کو آگے بڑھاتے ہیں۔

بشر ہونے کی مجبوری میں دباؤ بہت بڑھ جانے کی صورت میں اگر رونا پیٹنا پڑ بھی جائے تو اللہ کے آگے روتے ہیں لیکن بندوں کے سامنے سیسہ پلائی دیوار کی طرح کھڑے رہتے ہیں۔ وہ جانتے ہیں کہ صوفی وہ ہوتا ہے کہ جس کے اندر کا دباؤ اس کی شخصیت کی دراڑوں سے کبھی دکھائی نہیں دے سکتا۔۔۔ انہیں اللہ جاننا ہوتا ہے اور وہ اللہ کو جانتے ہوتے ہیں۔۔۔

یہ عشق، محبت اور وفا کی وہ لازوال داستان حیرت ہے جو خالق اور مخلوق کے رشتے میں ہمیشہ سے دہرائی جاتی رہی ہے اور اسے ایسے ہی دہرایا جاتا رہے گا۔۔۔

This is the most beautiful love story between human and God.

یہ انسان کا واحد مقصد حیات ہے۔ تسبیح کرنے والوں کو سب سے بڑی سہولت اس راستے میں یہ مل جاتی ہے کہ تسبیح اور ذکر میں کوئی تکلف formality نہیں ہے، کوئی ضابطہ کوئی protocol نہیں۔ یہ لامحدود unlimited یادِ خدا کو جانے کا واحد رستہ ہے۔

وضو کیا ہے، بہت اچھی بات ہے۔۔۔ اگر نہیں کیا تو کوئی حرج نہیں، کوئی پابندی نہیں۔۔۔ یہ بہت بڑی بات ہے۔ کوئی اس پر غور کرے تو طبق سارے کے سارے روشن ہو جائیں۔ طبیعت صاف ہو کر اپنی اوقات صاف دکھائی دینے لگے۔

اللہ اس کائنات اور ہر شے کا خالق ہے مالک ہے۔ اس کا نام بغیر پاک ہوئے لینے کی ہمت کس میں ہے؟ قدسیوں سے کوئی پوچھ کے دیکھے کہ اس عظیم ذوالجلال والاکرام نے اس ناپاکی میں پھنسے ہوئے کمزور انسان سے اپنی محبت کا کیسا زبردست اظہار کیا۔۔۔ کیسا بے پایاں کرم فرمایا کہ اس کمزور ترین مخلوق کی مجبوری کو ایک خالق کے طور پر جانتے ہوئے اسے ہر حالت میں اپنا نام لینے اور خود کو یاد کرنے کی لامحدود اجازت عطا فرما دی۔۔۔

اپنی سب سے بڑی عبادت (ذکر) کو اس نے پروٹوکول سے آزاد کر کے انسان کو عطا فرما دیا۔ حیرت ہے کہ کچھ لوگ تسبیح نہ کرنے کی دلیل لاتے ہیں۔ کیا ہو گیا ہے مسلمانوں کو؟ تسبیح اگر اللہ کی محبت میں کسی نے شروع کرنی ہے تو پھر یہ جان رکھے کہ نہ تو کسی کیفیت سرور کا لالچ رکھنا ہے اور نہ ہی ایسی کوئی توقع دل میں چھپا کر رکھنی ہے کہ مجھے کوئی روحانی

طاقت اس تسبیح سے ملے گی۔ جڑا سے بے نیاز ہو کر اللہ کو یاد کرتا ہے۔۔۔ کرتے ہی رہنا ہے۔۔۔ وہ خوب جانتا ہے کہ بندے کو کب، کیا اور کتنا دینا ہے۔۔۔ یاد رکھنا چاہیے سب سے اچھا بھکاری وہ ہوتا ہے جو داتا سے کبھی کسی شے کی طلب نہ کرے۔ بس ہر وقت بے نوائے، دامن پھیلائے در دولت پر کھڑا حاضر رہے۔۔۔ جو عطا ہو شکر کرتا رہے۔۔۔ مگر اس در سے کبھی اٹھ کر نہ جائے۔۔۔ اللہ کے در پر واپس آنے کیلئے نہیں جاتے بس جانے اور پھر کبھی پلٹ کر نہ آنے کیلئے جاتے ہیں۔ اللہ ہر ایک کو گدائی کا سلیقہ عطا فرمائے۔ علم عطا فرمائے۔ آمین۔

اگر تسبیح کسی استاد سے لی جائے اور استاد واقعتاً استاد ہی ہو تو کیا ہی بات ہے۔ اگر استاد نہ مل سکے تو یہ ہرگز کوئی فرض نہیں کہ اللہ سب کا اللہ ہے۔ اللہ کے تمام اچھے ناموں میں سے جو بھی دل کو زیادہ پسند آئیں ان کی تسبیح بنا لینی چاہیے۔ مزاج اور نفسیات کو بھی مدنظر رکھ لینا چاہیے جیسا کہ اگر کسی میں بخل حد سے بڑھا ہوا ہے تو "یا غنی" کی تسبیح اسے لینی چاہیے۔۔۔

تسبیح کسی آیت کی بھی ہونی چاہیے جیسے آیت کریمہ ہے اسی طرح تسبیح میں کلمہ بھی ہونا چاہیے۔۔۔ استغفار بھی لازم تسبیح میں رکھنا ہوتا ہے۔۔۔ چھوٹی سورۃ کی تسبیح بھی کی جا سکتی ہے۔ جیسی سورہ اخلاص، آیت الکرسی اور اسی طرح چھوٹی چھوٹی بہت ہی خوبصورت سورتیں ہیں جن کی تسبیح کرنا آسان ہے۔۔۔

وہ تسبیح ادھوری ہے جس میں درود شریف کا کوئی حصہ نہ ہو۔۔۔ اس طرح شروع میں کچھ تسبیحات جو زیادہ وقت والی محسوس نہ ہوں سے آغاز کرنا چاہیے۔ تعداد کم از کم تو ایک ہی تسبیح ہے اسی سے شروع کرنا چاہیے کہ کسی اسم الٰہی کی ایک سے دو آیت کریمہ وغیرہ کی ایک تسبیح سے آغاز ہو۔ آہستہ آہستہ پھر پہلے اگر ایک ایک تسبیح کی جاری ہے تو اسے دو اور کچھ عرصہ بعد جب آسانی محسوس ہونے لگے تو تین تین تسبیحات کر دینی چاہئیں۔

تسبیح کیلئے وقت کی کوئی قید نہیں ہے جب کوئی شروع کرے تو ایسے وقت میں رکھ لے جب نفس بالکل مزاحم نہ ہو جیسے رات کے کھانے کے بعد چہل قدمی کے وقت، صبح کی سیر کے دوران اس طرح کسی بھی آسان وقت سے آغاز کیا جائے۔

پھر آہستہ آہستہ اس میں بھی آسانی محسوس ہونے لگے تو پہلے سے جاری تسبیحات کی تعداد اور نئی تسبیحات کو حسب توفیق بڑھاتے چلے جانا چاہیے۔ اپنی اپنی طاقت، ہمت اور توفیق الٰہی کی بات ہے۔ یہ صرف ایک آئیڈیا کے طور پر بیان کیا ہے وگرنہ جتنی دل چاہے بندہ کرے کوئی فارمولا نہیں کہ اسے ہر حال میں اتنے سے ہی شروع کرنا ہے۔

ایک بات جو واضح ہونا بہت ضروری ہے وہ یہ کہ صرف خالی تسبیح سارا دن طوطے کی طرح رٹنے سے کچھ حاصل نہیں ہوتا۔ بندہ سارا دن تسبیح پھیرتا رہے اور جھوٹ بھی بولے، خیانت بھی کرے۔ لوگوں کو دھوکا بھی دیتا رہے یہ کوئی تسبیح نہیں ہے۔ پہلے بھی لکھا ہے کہ اس بات میں کوئی دو رائے نہیں کہ اللہ جھوٹے کو پسند نہیں کرتا اور نہ ہی ایسے شخص کو اپنا دوست بناتا ہے۔ تسبیح، اصل میں تسبیح تب ہے جب انسان تسبیح کے ساتھ اپنے نفس کا محاسبہ بھی کر رہا ہو۔ نفس کی اطاعت میں جینا اور ساتھ تسبیح بھی پھیرنا یہ دوغلا پن ہے duality ہے۔۔۔ اگر یہ حالت ہو تو بلھے شاہ کی بات سو فیصد سچ ہے۔

سرتے ٹوپی تے نیت کھوٹی
لینا کی سر ٹوپی دھر کے
تسبیح پھیری پر دل نہ پھریا
لینا کی تسبیح ہتھ پھڑ کے

اوائل میں سب کا یہی حال ہوتا ہے۔ یہیں سے تقریباً سبھی کی تسبیح کا آغاز ہوتا ہے۔ لیکن یہ بات یاد رکھنی چاہیے کہ تسبیح کے دوران خود کو بہتر کرنے کی شدید کوشش کرنی چاہیے کیونکہ

اللہ کو ادا کار نہیں، اخلاص والے سچے بندے پسند ہیں۔۔۔ایسی بات نہیں کہ ثواب بالکل ہی نہیں ہوتا کسی نہ کسی درجے میں ثواب ضرور ملتا ہے کہ نہ پڑھنے سے پڑھنا ہر حال میں افضل ہے۔ہم سب شروعات میں نفس کی پیچیدگیوں میں بری طرح الجھے ہوتے ہیں۔ایسی صورت میں انسان تسبیح اور تزکیہ نفس ایک ساتھ شروع کرے تو بے شک اللہ رحیم بھی ہے اور کریم بھی۔

هُوَ اللّٰهُ الَّذِي لَآ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ ۚ عٰلِمُ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ ۚ هُوَ الرَّحْمٰنُ الرَّحِيْمُ ۝ هُوَ اللّٰهُ الَّذِي لَآ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ ۚ اَلْمَلِكُ الْقُدُّوْسُ السَّلٰمُ الْمُؤْمِنُ الْمُهَيْمِنُ الْعَزِيْزُ الْجَبَّارُ الْمُتَكَبِّرُ ۚ سُبْحٰنَ اللّٰهِ عَمَّا يُشْرِكُوْنَ ۝ هُوَ اللّٰهُ الْخَالِقُ الْبَارِئُ الْمُصَوِّرُ لَهُ الْاَسْمَآءُ الْحُسْنٰى ۚ يُسَبِّحُ لَهٗ مَا فِي السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ ۚ وَهُوَ الْعَزِيْزُ الْحَكِيْمُ ۝

وہی اللہ ہے کہ اس کے سوا کوئی معبود نہیں، سب چھپی اور کھلی باتوں کا جاننے والا ہے، وہ بڑا مہربان نہایت رحم والا ہے۔وہی اللہ ہے کہ اس کے سوا کوئی معبود نہیں، وہ بادشاہ، پاک ذات، سلامتی والا، امن دینے والا، نگہبان، غالب، زبردست، بڑی عظمت والا ہے، اللہ پاک ہے اس سے جو اس کے شریک ٹھہراتے ہیں۔وہی اللہ ہے پیدا کرنے والا، ٹھیک ٹھیک بنانے والا، صورت دینے والا، اس کے اچھے اچھے نام ہیں، سب چیزیں اسی کی تسبیح کرتی ہیں جو آسمانوں میں اور زمین میں ہیں، اور وہی زبردست حکمت والا ہے۔

(الحشر 22 تا 24)

وَاِنَّ يُوْنُسَ لَمِنَ الْمُرْسَلِيْنَ ۝ اِذْ اَبَقَ اِلَى الْفُلْكِ الْمَشْحُوْنِ ۝ فَسَاهَمَ فَكَانَ مِنَ الْمُدْحَضِيْنَ ۝ فَالْتَقَمَهُ الْحُوْتُ وَهُوَ مُلِيْمٌ ۝ فَلَوْلَآ اَنَّهٗ كَانَ مِنَ الْمُسَبِّحِيْنَ ۝ لَلَبِثَ فِيْ بَطْنِهٖٓ اِلٰى يَوْمِ يُبْعَثُوْنَ ۝

اور بے شک یونس بھی رسولوں میں سے تھا۔ جب کہ وہ بھاگ گیا اس کشتی کی طرف جو بھری
ہوئی تھی۔ پھر قرعہ ڈالا تو وہی خطا کاروں میں تھا۔ پھر اسے مچھلی نے لقمہ بنا لیا اور وہ پشیمان
تھا۔ پس اگر یہ بات نہ ہوتی کہ وہ تسبیح کرنے والوں میں سے تھا۔ تو وہ اس کے پیٹ میں
اس دن تک رہتا جس میں لوگ اٹھائے جائیں گے۔

(الصّٰفّٰت 139 تا 144)

قَالَ رَبِّ اجْعَلْ لِّيْٓ اٰيَةً ۭ قَالَ اٰيَتُكَ اَلَّا تُكَلِّمَ النَّاسَ ثَلٰثَةَ اَيَّامٍ اِلَّا رَمْزًا ۭ
وَاذْكُرْ رَّبَّكَ كَثِيْرًا وَّسَبِّحْ بِالْعَشِيِّ وَالْاِبْكَارِ ۝

کہا اے میرے رب! میرے لیے کوئی نشانی مقرر کر، فرمایا تیرے لیے یہ نشانی ہے
کہ تو لوگوں سے تین دن سوائے اشارہ کے بات نہ کر سکے گا۔
اور اپنے رب کو بہت یاد کر اور شام اور صبح تسبیح کر۔

(آل عمران 41)

فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَكُنْ مِّنَ السّٰجِدِيْنَ ۝

سو تو اپنے رب کی تسبیح حمد کے ساتھ کیے جا اور سجدہ کرنے والوں میں سے ہو۔

(الحجر 98)

فَاصْبِرْ عَلٰي مَا يَقُوْلُوْنَ وَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ قَبْلَ طُلُوْعِ الشَّمْسِ وَقَبْلَ
غُرُوْبِهَا ۚ وَمِنْ اٰنَاۗئِ الَّيْلِ فَسَبِّحْ وَاَطْرَافَ النَّهَارِ لَعَلَّكَ تَرْضٰى ۝

پس صبر کر اس پر جو کہتے ہیں اور سورج کے نکلنے اور ڈوبنے سے پہلے اپنے رب کی حمد کے

ساتھ تسبیح بیان کر، اور رات کی کچھ گھڑیوں میں اور دن کے اول اور آخر میں
تسبیح کرتا کہ تجھے خوشی حاصل ہو۔

(طٰہٰ 130)

فَسُبْحَانَ اللّٰهِ حِيْنَ تُمْسُوْنَ وَحِيْنَ تُصْبِحُوْنَ ۝

پھر اللہ کی تسبیح کرو جب تم شام کرو اور جب تم صبح کرو۔

(الروم 17)

اِنَّمَا يُؤْمِنُ بِاٰيٰتِنَا الَّذِيْنَ اِذَا ذُكِّرُوْا بِهَا خَرُّوْا سُجَّدًا وَّسَبَّحُوْا بِحَمْدِ
رَبِّهِمْ وَهُمْ لَا يَسْتَكْبِرُوْنَ ۝

بس ہماری آیتوں پر وہ ایمان لاتے ہیں کہ جب انہیں وہ آیتیں یاد دلائی جاتی ہیں تو
وہ سجدہ میں گر پڑتے ہیں اور اپنے رب کی حمد کے ساتھ تسبیح بیان کرتے ہیں
اور وہ تکبر نہیں کرتے۔

(السجدہ 15)

فَسَبِّحْ بِاسْمِ رَبِّكَ الْعَظِيْمِ ۝

پس اپنے رب کے نام کی تسبیح کر جو بڑا عظمت والا ہے۔

(الواقعہ 74)

وَاذْكُرِ اسْمَ رَبِّكَ بُكْرَةً وَّاَصِيْلًا ۝ وَمِنَ الَّيْلِ فَاسْجُدْ لَهٗ

وَسَبِّحْهُ لَيْلًا طَوِيْلًا ٥

اور اپنے رب کا نام صبح اور شام یاد کیا کریں۔ اور کچھ حصہ رات میں بھی اس کو سجدہ کیجیے اور رات میں دیر تک اس کی تسبیح کیجیے۔

(الانسان/ الدہر 25 تا 26)

فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَاسْتَغْفِرْهُ ۚ إِنَّهُ كَانَ تَوَّابًا ٥

تو اپنے رب کی حمد کے ساتھ تسبیح کیجیے اور اس سے معافی مانگیے، بے شک وہ بڑا توبہ قبول کرنے والا ہے۔

(النصر 3)

سَبَّحَ لِلَّهِ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ ۖ وَهُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ ٥

آسمانوں اور زمین میں جو ہیں (سب) اللہ کی تسبیح کر رہے ہیں وہ زبردست باحکمت ہے۔

(الحدید 1)

☆☆☆☆☆☆☆

ذکر

Zikr / Remembrance

اُتْلُ مَآ اُوْحِیَ اِلَیْکَ مِنَ الْکِتٰبِ وَاَقِمِ الصَّلٰوۃَ اِنَّ الصَّلٰوۃَ تَنْھٰی عَنِ الْفَحْشَآءِ وَالْمُنْکَرِ وَلَذِکْرُ اللّٰہِ اَکْبَرُ وَاللّٰہُ یَعْلَمُ مَا تَصْنَعُوْنَ ○

جو کتاب تیری طرف وحی کی گئی ہے اسے پڑھا کرو اور نماز کے پابند رہو، بے شک نماز بے حیائی اور بری بات سے روکتی ہے، اور اللہ کی یاد بہت بڑی چیز ہے، اور اللہ جانتا ہے جو تم کرتے ہو۔

(العنکبوت45)

پچھلے باب میں ذکر کی تعریف definition بیان کی جا چکی ہے۔ نماز، قرآن، تسبیح سب اللہ کا ذکر ہے لیکن ایک ذکر ایسا ہے جو سب سے بڑا ہے۔ یہ ذکر ایسے اسم کی ہر وقت تکرار ہے ایک ایسے نام کو ہر وقت پڑھنا ہے جسے انسان نے نہیں بلکہ اللہ تعالیٰ نے تخلیق کیا ہے۔ ذکر آیت کا بھی ہے اور اسماء الحسنیٰ میں سے کسی ایک دو یا تین اور اس سے زیادہ اسماء کا بھی ہے۔ زیادہ تر ایک اسم الٰہی کا ذکر کیا جاتا ہے۔ کچھ لوگ دو اسمائے الٰہی کو ملا کر اور کچھ تین کو ملا کر بھی ذکر کرتے ہیں۔ اپنی اپنی پسند کی بات ہے جو اسم دل کے قریب

آجائے ذکر اسی کا ہے۔ ذکر اُستاد بھی دیتا ہے اگر استاد نہ ہو تو خود بھی کیا جاسکتا ہے ہرگز کوئی حرج نہیں۔ ذکر ان گنت ہے۔ اس میں تسبیح نہیں، ورد ہے۔۔۔ اسے گنا نہیں، پڑھا جاتا ہے۔۔۔ بے حد وحساب پڑھا جاتا ہے۔۔۔

اَلَّذِیْنَ یَذْکُرُوْنَ اللّٰہَ قِیَامًا وَّقُعُوْدًا وَّعَلٰی جُنُوْبِہِمْ وَیَتَفَکَّرُوْنَ فِیْ خَلْقِ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ ھٰذَا بَاطِلًا سُبْحٰنَکَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ۝

وہ جو اللہ کو کھڑے اور بیٹھے اور کروٹ پر لیٹے یاد کرتے ہیں اور آسمان اور زمین کی پیدائش میں فکر کرتے ہیں، (کہتے ہیں) اے ہمارے رب تو نے یہ بے فائدہ نہیں بنایا تو سب عیبوں سے پاک ہے سو ہمیں دوزخ کے عذاب سے بچا۔

(آل عمران 191)

جو بھی اسم الٰہی ذکر کیلئے چن لیا جائے اسے ہر وقت ہر حالت میں پڑھنا ہوتا ہے۔ ذکر اللہ سے رابطہ کرنے Connect ہونے کیلئے سب سے بڑا رستہ ہے۔ اللہ کا ذکر، اللہ کو یاد کرتے کرتے اپنی محدود ہستی limited personality کو فراموش کرنا ہے۔ اس کی تکرار سے دل گناہوں کی آلائش سے پاک ہو جاتے ہیں۔

پچھلے ابواب میں سوچ کی دو اقسام کا ذکر کیا ہے۔ پہلی قسم میں ایک تصویر image کی صورت ذہن میں ابھرتی ہے اور اس تصویر image کو جواب دینے کیلئے respond کرنے کیلئے سوچ کی دوسری قسم ذہن میں ایک نہ سنائی دینے والی آواز کی صورت ابھرتی ہے اسے mind's chatter کہا جاتا ہے۔ ذکر اس آواز mind chatter کو آہستہ آہستہ غیر محسوس انداز میں خود سے بدل دیتا ہے۔ replace کر دیتا ہے۔ یہ آواز خاموش ہو جائے تو غیر ضروری سوچ کی ساری طاقت ختم ہو جاتی ہے۔

اسے جواب دینے والا respond کرنے والا کوئی نہیں ہوتا تو یہ از خود فنا ہو جاتی ہے۔
تسبیح کی طرح ذکر پر بھی ارتکاز concentration ہرگز نہیں کیا جا سکتا ورنہ نقصان ہو جاتا ہے۔ رجعت پڑتی ہے۔۔۔ ذہن کو، سوچ کو آزاد اور ڈھیلا چھوڑ دینا ہوتا ہے اور بس اللہ کو یاد کرنا ہوتا ہے۔ سوچ کے ساتھ زبردستی نہیں کرنی ہوتی۔ شروع میں ذہن ایسا ہی چنچل stubborn ہوتا ہے۔۔۔ سب کا ایسا ہی ہوتا ہے۔۔۔

یہ جو ذکر جلی اور لسانی، خفی اور قلبی کی اقسام بیان کی جاتی ہیں یہ اصل میں ایک ہی ذکر کی مختلف منازل ہوتی ہیں یہ ذکر کے درجات ہیں۔ ذکر لسانی پہلا درجہ ہے اور قلبی آخری سمجھا جاتا ہے۔ قلبی سے آگے بھی بہت کچھ ہے لیکن وہ تحریر کے احاطہ میں آنے والا نہیں ہے۔

لفظ کمزور ہے راز طاقتور ہے۔

ذکر کی شروعات جلی ہے۔ درمیانی آہستہ آواز سے کیا جاتا ہے۔ کوئی مخصوص طریقہ نہیں ہے کہ ایسے کرنا ہے یا ویسے کرنا ہے۔ تیز یا آہستہ پڑھنا ہے۔۔۔ اپنی مرضی ہے۔ نفس کا اپنا مزاج ہے اسی مزاج سے شروع کرنا ہوتا ہے۔ تیز پڑھا جائے تو anxiety کی نشانی ہے۔ مزاحمت نہیں کر سکتے۔ نفس کی حالت تیز ہے تو تیز ہی پڑھا جائے گا۔

کسی کی آواز درمیانی ہوتی ہے۔ کوئی سرگوشی میں پڑھتا ہے۔ پرواہ نہیں کرنی چاہیے بس شروع کر دینا چاہیے۔ فطرت خود بخود سمجھا دیتی ہے۔ اندازے کے طور پر اتنا کافی ہے کہ شروع ہمیشہ تھوڑے سے کرنا ہے۔ کم از کم دس تسبیحات (ایک ہزار بار) صبح اور دس تسبیحات شام ایک اچھا آغاز ہے۔ ابتدا میں تسبیح پر گن کر کرنا چاہیے۔ سب سے اہم کام یہ ہے کہ نفس کو اس کی عادت ہو جائے اندازاً تین ماہ تک تسبیح پر ہی رہنا چاہیے۔ جب صبح کی دس تسبیحات ہو جائیں تو رات کی تسبیحات سے پہلے دن میں چلتے پھرتے کسی بھی وقت بے اندازہ پڑھنا چاہیے۔

شروع میں نفس بہت مزاحمت کرتا ہے۔ بہت بھولتا ہے۔ بھول جائے تو یاد آنے پر دوبارہ شروع کر دینا چاہیے یہی اللہ کی یاد ہے۔ یہ اچانک نہیں آہستہ آہستہ آنی شروع ہوتی ہے دھیرے دھیرے بڑھتی ہے۔

شروع میں نفس دنوں تک بھولتا ہے پھر ایک دن میں کئی بار، کئی کئی گھنٹے بھولتا ہے۔ پھر گھنٹے میں کئی کئی منٹ بھولنے پر آتا ہے اور آخرکار پھر کچھ لمحے رہ جاتے ہیں جب اللہ کی یاد سے نفس غافل ہوتا ہے۔ یہ لمحے بھی جلد یا بدیر اللہ کی محبت میں فنا ہو ہی جاتے ہیں۔

یہ سب ایسے ہوتا ہے جیسے کوئی سائیکل چلانا سیکھے تو شروع میں ہر شے بھول جاتا ہے۔ کبھی پیڈل چلانا بھولتا ہے۔۔۔ پیڈل یاد آجائے تو۔۔۔ بریک لگانا بھول جاتا ہے۔۔۔ گرتا ہے۔۔۔ پھر یاد کرتا ہے۔۔۔ اور آہستہ آہستہ ایک دن وہ بھی آتا ہے کہ انسان بے پرواہی سے سائیکل چلاتا جاتا ہے اور اردگرد کے مناظر میں کھویا ہوتا ہے۔ سائیکل ہی بھول جاتا ہے۔

کمال کی یہ حالت ہو جاتی ہے کہ سائیکل چلا رہا ہوں۔۔۔ سائیکل چل رہا ہے۔۔۔ سب بھول جاتا ہے سب آٹومیٹک ہو جاتا ہے۔ ایسے ہی ذکر ہے شروع میں بہت بھولتا ہے۔ پھر کوئی بھولنا چاہے بھی تو بھلا نہیں سکتا آٹومیٹک ہو جاتا ہے۔ اسے ذکر کا جاری ہو جانا کہتے ہیں۔

پہلے تفصیل سے اس موضوع پر بات ہو چکی ہے کہ ہمارے اذہان segments میں بٹے ہوئے ہیں۔ بچپن سے ہمارے ذہن میں چھوٹے بڑے پروگرامز تکرار repetition سے انسٹال ہوتے ہیں۔ کسی بھی نئی عادت کو اختیار کرنے کیلئے اس کی تکرار مسلسل لازم ہے۔ جیسے اگر کسی کو بڑے ہو جانے پر کار چلانا سیکھنا ہو تو اسے اسی پریکٹس، محنت اور تکرار repeat کی ضرورت پڑتی ہے جیسے بچپن میں سائیکل چلاتے ہوئے پڑی تھی۔

اللہ نفس کے پیٹرنز patterns کا خالق ہے جانتا ہے کہ اسے کیسے ٹھیک کرنا ہے اس لیے اس نے ذکر chanting کی فضیلت بخشی اور اسے خود تک آنے کا رستہ بتایا۔ پہلے بھی لکھا ہے کہ تکرار repetition ذہن کی بہت بڑی کمزوری ہے اللہ نے انسان کی اسی کمزوری کو ذکر سے طاقتور کرنے کا رستہ پیدا کیا ہے۔ باقی زندگی کی ہر قسم کی تکرار repetition اپنی انتہا پر کمزوری میں ہے۔

جب سارا دن زبان ذکر کی عادی ہو جائے پھر تسبیح پر ذکر کرنے کی کوئی ضرورت باقی نہیں رہتی۔ اب ان گنت ذکر کا وقت ہے۔ اللہ بے حساب بھی عطا کرتا ہے تو اب انسان اس محبت کے جواب میں اپنے خالق کو بے حساب یاد کرے گا۔ یہ مقام ذکر لسانی ہے۔ جیسے جیسے ذکر کی عادت بڑھتی جاتی ہے۔ ذاکر دیکھتا ہے کہ اسے خود بخود ذکر کرنے کا طریقہ اور سلیقہ آتا جا رہا ہے۔ اب بلند آواز سرگوشی میں بدل جاتی ہے پھر سرگوشی بھی ختم ہو جاتی ہے اب صرف ہونٹ ہلتے ہیں اور زبان ہلتی ہے۔ اسے کہتے ہیں کہ ذکر پکا ہو جا رہا ہے۔۔۔

یہاں تک مشقت ہے، کوشش ہے effort ہے۔ خود پڑھنا ہوتا ہے۔ شعوری کوشش conscious struggle ہوتی ہے۔ زور لگتا ہے ذہن تھکتا بھی ہے۔ مگر چونکہ عادت بن چکی ہوتی ہے اس لیے پڑھتا رہتا ہے۔ جب پڑھتے ہوئے کافی عرصہ گزر جائے تو آہستہ آہستہ ذکر کا طریقہ بدلنے لگتا ہے۔

ذکر پڑھتے پڑھتے انسان سو جائے اور اچانک آنکھ کھلے تو اسے احساس ہوتا ہے کہ وہ ذکر کر رہا تھا۔ استعداد بڑھنے لگتی ہے۔ کوئی بھی کام کرتے ہوئے، کسی کی بات سنتے ہوئے اچانک احساس ہوتا ہے ذکر ہو رہا ہے۔ اب خفی شروع ہوتا ہے۔ یہ دوسری منزل second stage ہے۔

ذکر کرتے کرتے ایک دن اچانک یہ احساس ہوتا ہے کہ ہونٹ بند بھی ہوں تو بھی زبان سے ذکر جاری ہے۔ یہ بڑی ترقی promotion ہوتی ہے۔ اب بہت بڑی سہولت luxury مل جاتی ہے۔ اب شعوری کوشش سے بڑھ کر بات رسائی کو پہنچنے لگتی ہے۔ خفی سیکھنے کا طریقہ صرف جلی کرنا ہے۔ براہ راست جو لوگ دوسری منزل سے شروع کرتے ہیں وہ بہت جلد تھک کر اکتا کر ذکر چھوڑ دیتے ہیں۔

خفی ذکر شروع ہو بھی جائے تو پورا خفی ایک دم نہیں ملتا۔ پہلے پہل کبھی ہونٹ ہلنے لگتے ہیں کبھی بند ہو جاتے ہیں۔۔۔ ایسے کافی مدت چلتا ہے پھر زبان بھی رک جاتی ہے۔ اب خفی قائم ہوتا ہے۔ اب ذہن میں ذکر شروع ہو جاتا ہے۔ اب شعوری کوشش سے مکمل نجات ملتی ہے۔۔۔ ذکر خفی کا چل جانا۔۔۔ حیران کر دینے والا تجربہ ہوتا ہے۔

اب آپ ذکر کر نہیں رہے ہوتے۔۔۔ بلکہ سن رہے ہوتے ہیں۔ آپ کی وہ آواز جس سے آپ اپنے خیالوں سے بات کرتے ہیں وہ ذکر کرنے لگتی ہے۔ اب مشقت ختم ہو جاتی ہے۔ اب شعوری کوشش کا عمل دخل ختم ہو جاتا ہے۔ اب ہر وقت ذہن کے سنٹر میں ذکر سنائی دیتا ہے۔ یہ وہ آواز ہوتی ہے جس کا ارتعاش vibration کوئی نہیں ہے صرف سماعت ہے۔۔۔ آپ اور صرف آپ ہی اسے سن سکتے ہیں۔۔۔

یہ بہت بڑی عیش ہے greatest luxury ہے۔ سوتے جاگتے، کھاتے پیتے، سنتے بولتے ہر وقت۔۔۔ حتیٰ کہ سوچتے ہوئے بھی ذکر ہو رہا ہوتا ہے۔۔۔ اب یاد کرنا پڑ نہیں رہا ہوتا۔۔۔ اب یاد آ رہی ہوتی ہے۔۔۔ یہاں ایک مدت، جتنی بھی خدا کی مرضی ہو۔۔۔ گزرتی ہے پھر ذکر قلبی کا آغاز ہوتا ہے۔۔۔ یہ وہ ذکر قلبی نہیں ہے جیسا کہ عام طور پر روحانیت کے نام نہاد ٹھیکیدار بتاتے ہیں کہ قلب پر توجہ کرو کہ اللہ اللہ کہہ رہا ہے اور یوں آہستہ آہستہ دل کی ہر دھڑکن سے اللہ اللہ کی صدا آنے لگے گی۔

یہ ارتکاز کا جھوٹ فریب ہے۔ یہ کوئی قلب کا جاری ہونا نہیں ہے۔۔۔اصل ذکر قلبی کی کیا ہی شان ہے۔ کچھ بہت زیادہ پڑھنے والے کہتے ہیں کہ جب ذکر خفی لگاتار چلتا رہے تو آہستہ آہستہ وہ اسم جو ذکر کیلئے پڑھا جا رہا ہے اس کی وہ آواز جو اندر سنائی دے رہی ہوتی ہے وہ بھی ختم ہونے لگتی ہے اور ایک دلنشیں ساز میں بدلنے لگتی ہے۔۔۔اسے چھچھاہٹ کی آواز humming sound بھی کہا جاتا ہے۔

کسی سریلی چڑیا کے چھچھانے کی دور سے آتی ہوئی مدھر آواز جو انسان کو بے خود کرنے لگتی ہے۔ اب ہر وقت بس یہی چھچھاہٹ huming سنائی دیتی رہتی ہے۔ یہ آواز پورے وجود میں سنائی دیتی ہے۔ یہاں تک کہ آہستہ آہستہ پورا وجود ہی یہ مدھر آواز بن جاتا ہے۔ یہ قلبی ہے۔۔۔واللہ اعلم۔ اللہ جو چاہے بندے کو عطا فرمائے۔ وہ بادشاہوں کا بادشاہ ہے۔۔۔

انسان کو چاہیے کہ اس قسم کے ہر لالچ سے خود کو پاک رکھے اور اللہ کو صرف اور صرف اخلاص سے یاد کرتا رہے۔۔۔جلی، لسانی، خفی اور قلبی کے چکروں میں ہرگز نہ پڑے ان کے بارے میں یہاں بیان کا مقصد صرف اور صرف علم حاصل کرنا ہے۔

جب ذکر لسانی شروع کیا جائے اور عادت بن رہی ہو تو اس دوران یہ کوشش بھی کرنا چاہیے کہ دن میں ایک سے دو بار تنہائی میں بیٹھ کر ذکر کرنا چاہیے۔ تقریباً ایک سے دو گھنٹے تو ضرور کرنا چاہیے۔ یہ ہرگز کوئی مشق نہیں اور نہ ہی اس میں ذکر پر فوکس کرنا ہے۔ اس کا مقصد صرف اس نفس کی مزاحمت اور سرکشی کے زور کو حقیقت اور تجربے experience کی نظر سے دیکھنا ہے۔ کسی نے نفس کی سرکشی کی مہیب طاقت دیکھنی ہو تو تنہائی میں خود کو لے کر بیٹھ جائے اور اللہ کے ذکر میں لگ جائے۔ آنے دے جو بھی سوچ آتی ہے۔۔۔ہرگز سوچ کو مت روکے۔۔۔بس ذکر کرتا رہے۔۔۔وہ خوب دیکھ لے گا کہ اس کا نفس

اللہ کا کتنا بڑا دشمن ہے۔ اگر ایک گھنٹہ ذکر کرنے کا ارادہ کیا ہے تو نفس ایک گھنٹے میں زندگی دو بھر کر دیتا ہے۔۔۔ اپنی بے چینی اور ڈپریشن کو دیکھنے کا اس سے اچھا موقع اور کوئی نہیں۔ نفس جسم کو ستائے گا irritate کرے گا۔ درد، بے چینی،، خارش، گھبراہٹ اور نجانے کیسے کیسے احساسات اور جذبات پیدا کرے گا۔ کبھی اسے بھوک لگے گی، کبھی پیشاب پاخانہ آئے گا اور کبھی کوئی بہت ضروری کام یاد آئے گا۔۔۔ اور کچھ نہ کر سکا تو سر گھما کر ادھر ادھر دیکھنا شروع کر دے گا۔ اس مقام پر انسان دیکھے گا کہ اس کے اور جانور کے نفس میں کس قسم کی حیران کن مشابہت ہے۔۔۔ اس دوران شیطان نفس کے ساتھ مل بے پناہ طاقتور حملے کرے گا۔۔۔ بیٹھے رہیں۔۔۔ جہاد نفس کا میدان گرم ہے۔۔۔ اپنے دشمن کی کھلی اوقات کو اپنی آنکھوں سے دیکھ لیں۔۔۔ تاکہ کوئی غلط فہمی باقی نہ رہے۔۔۔

صرف آئیڈیا ہے کہ تین ماہ صبح شام کم از کم ایک ایک گھنٹہ اگر تنہائی میں ذکر کیا جائے تو بے حد فائدہ ہوتا ہے۔ باقی یہ ہرگز ضروری نہیں۔ اگر طبیعت نہ مانے تو نہ کریں۔۔۔ بس زبان سے پڑھتے رہیں۔۔۔ بیٹھنا ضروری نہیں ہے۔۔۔ ہرگز ضروری نہیں۔۔۔ یہ صرف ایک تجربہ کے طور پر ذاتی آئیڈیا دیا ہے۔۔۔

جب ذکر پر زبان اچھی طرح قائم ہونے لگے تو ایک اور ٹیکنیک technique بھی نہایت عمدہ ہے۔ اپنی سوچوں کو ذکر پر قربان کرنا شروع کریں۔ مثال کے طور پر نفس کوئی فلم دیکھنے کی سوچ پیدا کرتا ہے تو اس سوچ کو۔۔۔ ذکر پر قربان کریں sacrifice کریں۔۔۔ اسی طرح تمام غیر ضروری، گمراہ کرنے والی، بے ہودہ اور لغو سوچوں کو ذکر پر قربان کرنے کی عادت بنا لیں۔ حیرت انگیز سرعت سے نتائج ملنے لگیں گے۔ پھر آہستہ آہستہ بات اس مصرعے کے مصداق ہو جائے گی۔۔۔

میں جہاں کی ساری خوشیاں۔۔۔ تیرے نام پہ لٹا دوں

ذکر کے بارے میں ایک ایسا سوال ہے جس کا جواب کہیں نہیں ملتا وہ یہ کہ ذکر کتنا کیا جائے کہ منزل نظر آنے لگے؟ ذکر کے اثرات، فضائل اور نتائج کتنی دیر میں سامنے آتے ہیں؟ ٹائم فریم کتنا ہوتا ہے؟ راز سے پردہ اٹھاتے ہیں۔۔۔واضح ہو کہ اب جو بھی بیان کیا جائے گا اس پر یقین کرنے، اندازہ قائم کرنے کی ہرگز کوشش نہیں کرنی چاہیے۔ ذکر اللہ کا ہے۔۔۔اسی کیلئے ہے۔۔۔وہی دینے والا ہے۔۔۔اس کی مرضی ہے جب جی چاہے کسی کو رسائی سے نواز دے۔۔۔وہ دلوں کے حال جانتا ہے۔ اسے سب پتا ہے کس کو کب، کیا اور کتنا دینا ہے۔۔۔ذکر کسی طلب، لالچ میں نہیں کرنا ہوتا یہ تو اللہ کی محبت میں، اسے یاد کرنا ہوتا ہے۔۔۔بہرحال کچھ نہ کچھ سراغ لگا ہے سو لکھ دیا ہے۔ ضروری نہیں کہ عقل کے پیمانے پر یہ سو فیصد پورا اُترے لیکن چونکہ یہ کتاب اپنی اصل میں خواص elites کیلئے لکھی ہے اس لیے اتنا ضرور ہے کہ جو کانسپٹ concept ذکر کا اب بیان کیا جانے لگا ہے وہ عشق اور محبت کے معیار پر ضرور سو فیصد پورا اترتا ہے۔۔۔

اصل میں یہ سارا کانسپٹ concept ایک سنگِ میل milestone بنانے کیلئے ہے تاکہ نفس اپنے تجسس suspense کی فطرت کے ہاتھوں مجبور ہو کر یہاں تک پہنچنے کی اور اس چوٹی کو سر کرنے کی ٹھان لے اور ہمت باندھ لے ورنہ یہ بھی ہرگز کوئی اصول نہیں ہے۔۔۔سب سے پہلے تو یہ ضروری ہے کہ نفس کو ذہنی طور پر اس بات پر تیار کیا جائے کہ اسے کس قدر ذکر کرنا ہے؟ ہمارے نفوس ہمیشہ ہدف رکھنے والے target oriented افعال پر کام کرنا پسند کرتے ہیں اس لیے اگر کوئی ذکر سے اللہ رب العزت تک رسائی چاہتا ہے تو اسے چاہیے کہ آگے لکھے گئے کو نہایت غور سے سمجھ لے۔

تقریباً دس ہزار بار ذکر کو شروع میں تسبیح پر لے لیا جائے تو سو تسبیحات بنتی ہیں۔ اس لحاظ سے اگر تو ایک اسم ہے تو ایک تسبیح تقریباً دو منٹ میں با آسانی ہو سکتی ہے اور ایک گھنٹے

میں تیس تسبیحات ہو جائیں گی یعنی ایک گھنٹے میں تین ہزار بار اس اسم پاک کا ذکر کیا جا سکتا ہے۔ کل ملا کر تین سے چار گھنٹوں کی محنت ہے۔ اب بغیر تسبیح کے دن میں کوئی بھی وقت تین چار گھنٹے اللہ کی محبت میں نکالیں اور تین ماہ مسلسل ایسا ہی کر لیں تو پوری امید ہے کہ نفس پابندی کی گھٹن سے آزاد ہو کر انشاء اللہ ذکر کو ایک مستقل اختیاری عادت کی طرح اپنا لے گا۔ تین مہینے زیادہ سے زیادہ وقت ہے۔ یوں تو عادت بہت سے لوگوں میں ڈیڑھ ماہ کے دوران بھی پیدا ہو جاتی ہے۔ اگر پیدا ہو جائے تب بھی اس کے قیام کیلئے مزید ایک ڈیڑھ ماہ ایسا ہی معمول جاری رکھنا چاہیے۔

اب یہ بڑھے گا۔۔۔وہ ایسے کہ جب ذہن اسے دہرانے repeat کرنے کا عادی ہو جائے گا تو نیند کے دوران بھی ذکر کرے گا یوں یہ دس ہزار سے بڑھ کر انشاء اللہ چودہ یا پندرہ اور پھر زیادہ سے زیادہ ہوتا چلا جائے گا۔ تین سے چار ماہ کے بعد ذکر بھول جانے کی عادت تقریباً ختم ہو جاتی ہے۔ لیکن محنت اور مشقت بہر حال موجود رہتی ہے۔ یہ کتنی دیر تک رہتی ہے، اس کا اصل جواب پھر وہی ہے کہ سب کچھ اللہ پر منحصر ہے۔ پھر بھی ایک اندازہ دیا جا رہا ہے تا کہ ذہن میں ایک منزل قائم ہو جائے target بن جائے کہ لوگوں کی بہت بڑی تعداد علم نہ ہونے کی وجہ سے ذکر کرتے کرتے تھک کر آخر اسے ترک کر دیتی ہے۔۔۔

مثال کے طور پر (یا رحیم) کا ذکر کیا جا رہا ہے۔ اب جو شخص یا رحیم کا ذکر شروع کرتا ہے اسے اندازہ نہیں ہوتا کہ اللہ کی سلطنت اور اس کا جاہ و جلال، اس کی محبت کہاں تک پھیلے ہوئے ہیں۔ اسی دوران اس دنیا میں بہت سے مردان خدا ہوں گے جو یا رحیم کا ذکر کر رہے ہوں گے۔۔۔اب وہ شخص جس نے (یا رحیم) شروع کیا ہے وہ اس گروپ اس کمیونٹی community کا حصہ بن گیا جو ساری دنیا میں پھیلی ہوئی ہے اور یا رحیم کے

ذکر میں ہر لحظہ مصروف عمل ہے۔ اکثر لوگ ذکر کی عظمت Greatness نہیں جانتے کہ جیسے دنیا میں ہر لحہ اذان گونج رہی ہے۔۔۔ جیسے ہر ساعت سجدہ ہو رہا ہے، رکوع، قیام ہو رہے ہیں۔ جیسے ہر وقت قرآن کی تلاوت جاری وساری ہے اسی طرح اللہ کے اسماء الحسنیٰ کا ذکر، اللہ کی آیات کا ذکر اور حضور اکرمؐ پر درودِ پاک ہر لمحہ جاری ہے۔۔۔ یہ کبھی بند نہیں ہوتا۔۔۔ زمین آسمان اللہ کے ہیں۔۔۔ اس کے نام کی گونج سے یہ زمین و آسمان یہ کائنات کبھی کسی لمحے خالی نہیں رہی۔۔۔

اب جو مردان کار یارحیم کے ورد میں مصروف ہیں ان کے حساب سے پڑھنا ہوتا ہے۔۔۔ اس کا اندازہ لگانے کا طریقہ چونکہ کوئی نہیں۔۔۔ اللہ کے بندوں کی ہمت بے پناہ ہوتی ہے۔۔۔ پڑھنے پر آتے ہیں تو اس قدر دل و جان اور استقلال سے پڑھتے ہیں کہ ملائکہ بھی رشک کرتے ہوں گے۔۔۔

بہر حال ایک مقدار معین کر لی جائے تو سمجھنے میں قدرے آسانی بھی ہو جاتی ہے اور ذہن کیلئے ایک ٹارگٹ بھی بن جاتا ہے۔ یارحیم کے چھ حروف ہیں۔ (ی ا ر ح ی م)۔ اس حساب سے کم از کم بھی چھ کروڑ بار تو اس اسم کو لازمی پڑھ لینا چاہیے تاکہ پڑھنے والا۔۔۔ پڑھنے والوں کی کسی گنتی میں تو آجائے۔۔۔

اب دس ہزار بار روزانہ اگر پڑھا جائے تو ایک مہینے کا تین لاکھ بار ذکر ممکن ہوتا دکھائی دیتا ہے۔ ایک سال کا چھتیس لاکھ بار پڑھا جائے تو پندرہ سے سولہ سال میں یہ تعداد پوری ہوتی نظر آتی ہے۔۔۔

اب اس میں غیبی امداد ملنے کا بھی بہت زیادہ امکان ہوتا ہے۔ عادت بن جانے کے بعد چونکہ اسم ایک ہے اس لیے اس کی تکرار دن رات ہونے لگتی ہے۔ اسی دوران خفی شروع ہو جاتا ہے اور repetition بہت بڑھ جاتی ہے۔ پھر استعداد بڑھتی ہے۔۔۔ اللہ

گنجائش دیتا ہے۔۔۔ذکر کو قبول فرماتا ہے تو سوتے جاگتے میں ایک اسم کی دو سو سے تین سو تسبیحات بھی کوئی اتنی بڑی بات نہیں رہ جاتی۔۔۔پڑھنے والے تقریباً بیس ہزار بار سے بھی زیادہ ایک اسم الٰہی کو آرام سے روزانہ پڑھ لیتے ہیں۔ یوں یہ پندرہ سولہ سال کا سفر سات سال تک آ پہنچتا ہے اور اگر نیند کے دوران ہونے والا ذکر بھی اس میں شامل ہو جائے تو تین سے چار سال کی ساری بات ہے۔

کسی نہ کسی طور یہ تین سے چار سال اللہ اپنی رحمت سے قبول فرمالے تو ہر شے بدل جاتی ہے۔ مشاہدہ observation کرنے کی ضرورت ہی نہیں پڑتی اور نہ ہی کسی ارتکاز concentration کے جہنم سے جلتے ہوئے گزرنا پڑتا ہے۔ یہ سب سے آسان رستہ ہے۔ تھوڑا طویل ضرور ہے مگر سب سے دیرپا اور زبردست نتائج والا ہے۔ جس میں ہمت ہے، جس میں اللہ کو پانے کی طلب بے قراری کی انتہاؤں کو چھو رہی ہے وہ سیدھا ذکر شروع کرے اور پھر اسے اپنی انتہا پر پہنچا دے۔۔۔بس اتنا سا رستہ ہے۔۔۔

جب ذاکر میاں محمد بخشؒ کے اس شعر پر پورا اتر جائے تو بات بن جاتی ہے۔۔۔

گل وچ پھاہ عشاں دا گھت کے ذکروں کجھ مدھانی

ہمت نال محمد بخشا، آیا مکھن جانی۔۔۔

باقی ساری پیچیدگیاں complications ہم جیسے ست الوجود کاہل اور دنیاداری کے جنجال میں سر تا پیر الجھے لوگوں کیلئے ہیں۔ اگر کوئی ذکر میں خود کو فنا کر دے۔۔۔مٹا ڈالے۔۔۔تو اسے اور کچھ نہیں چاہیے۔۔۔نہ کوئی مشاہدہ نہ کوئی مراقبہ۔۔۔وہ اللہ کا ہو جائے گا اور اللہ اس کا ہو جائے گا۔۔۔ انشاءاللہ۔۔۔لیکن یہ کوئی فارمولہ نہیں ہے۔۔۔ذاکر کا دل اگر اخلاص سے تہی دامن ہوا تو اس قدر سخت مجاہدے سے بھی کچھ حاصل نہیں ہو پائے گا۔۔۔ذکر کے ساتھ ساتھ نفس کا تزکیہ اور اخلاص لازم ہے۔۔۔

ہر حال میں لازم ہے۔ اس تعداد کو بیان کرنے کا مقصد اُن لوگوں کے علم میں اضافہ کرنا ہے جو تھوڑا سا ذکر کر لینے کے بعد حیران ہونے لگتے ہیں کہ اثرات دکھائی نہیں دے رہے اور تھک ہار کر اُکتا کر ذکر چھوڑ دیتے ہیں۔ ایسا ہرگز نہیں کہ اتنا پڑھنے کے بعد ہی کچھ حاصل ہوتا ہے۔ جن کی فطرت سعید ہوتی ہے وہ تھوڑا سا پڑھتے ہی بلندیوں کو چھونے لگتے ہیں۔ کچھ ایسے ہوتے ہیں جن کے مزاج کے سختی بہت زیادہ ذکر سے آہستہ آہستہ اصلاح کو مائل ہوتی ہے۔ یہ تو اپنے اپنے نصیب کی بات ہے۔ بس اتنا پتا ہونا چاہیے کہ اللہ کو سب سے زیادہ یاد کرنا ہوتا ہے۔

اللہ کی تلاش کے سفر میں یہ وہ مقام ہے جہاں انسان جب پہنچتا ہے تو اسے دو راستے آگے جاتے ہوئے دکھائی دیتے ہیں۔ یہ وہ مقام ہے جہاں تک آنے کا واحد ذریعہ صرف اور صرف عقل ہے لیکن عقل یہاں تک پہنچتی ہے تو حیران، پریشان اور بے بس ہو جاتی ہے۔۔۔ اس مقام پر عقل کا سب سے دشوار اور سخت امتحان لگتا ہے۔۔۔ عقل کی فطرت ہے کہ صاف، سیدھا اور آسان رستہ چھوڑ کر ہر قسم کی پیچیدگی complication میں الجھنا چاہتی ہے۔

یہاں سے نکلنے والا پہلا رستہ عقل کا ہے intelect کا ہے۔ عقل دلائل دیتی ہے، قائل کرتی ہے، شک کرتی ہے، خوف کھاتی اور اندیشے پالتی ہے۔۔۔ اگر اتنا پڑھنے کے باوجود اللہ نہ ملا تو کیا ہوگا؟ عقل ہمیشہ اللہ کو ثبوت evidence کی مدد سے ڈھونڈتے ہی رہنا چاہتی ہے۔ عقل کسی جذبے پر اعتبار کرنے کو تیار نہیں ہوتی۔۔۔

دوسرا رستہ محبت کا ہے۔۔۔ یہاں محبت کا عقل سے ٹکراؤ ہو جاتا ہے۔۔۔ محبت کہتی ہے کہ اپنے رب پر اعتبار کر کے اپنا معاملہ اسے سونپ دے۔۔۔ یہ بڑی کشمکش والا مقام ہے۔ انسان چونکہ یہاں تک پہنچتے پہنچتے اعلیٰ شعور کا مالک بن چکا ہوتا ہے اس لیے خوب

جاتا ہے کہ روحانیت کے رستے پر اسے اور جو چاہے مل جائے خدا تک رسائی محال ہے۔۔۔لیکن دوسرے رستے کو دیکھ کر اسے خوف آتا ہے۔۔۔

یہ رستہ انجانا ہے unknown ہے۔۔۔یہ ایک ایسا رستہ ہے جو اپنی اصل میں کوئی رستہ نہیں ہے۔۔۔یہ pathless path ہے۔۔۔اس پر سفر کرنے کا مطلب ماسوا unkown کو جانا ہے۔۔۔اور ماسوا سے نفس دہشت کھاتا ہے۔۔۔

یہ وہ مقام ہے جہاں اللہ اور رسولؐ کی محبت کے سوا اور کوئی نہ تو مددگار ہے اور نہ ہی پار لگانے والا ہے۔ یہ استاد کا کام نہیں ہے۔ استاد رہنمائی کرتا ہے۔۔۔لیکن یہاں سے خود گزرنا ہے۔ نیت اگر خالص ہو اللہ مہربان ہو تو یہ وقت سالک تک ضرور آتا ہے کہ اسے اللہ کی محبت میں اس ماسوا unknown میں کود جانا ہوتا ہے۔۔۔عقل یہاں تک لاتی ضرور ہے مگر اس سے آگے عقل نہیں محبت رہنما ہے۔۔۔

بے خطر کود پڑا آتش نمرود میں عشق
عقل ہے محو تماشائے لب بام ابھی

عقل اور علم پر اب محبت کا رنگ غالب آجاتا ہے۔۔۔وہی عقل جو اللہ کو علم کی مدد سے تلاش کر رہی تھی اب محبت کی شمع فروزاں کئے تلاش خدا کے سفر میں آگے بڑھتی ہے۔۔۔اب ساری زندگی اللہ کو ہر لمحہ یاد کرتا ہے۔۔۔بغیر کسی طلب، لالچ کے بس اس کی محبت میں اسے یاد کرتا ہے۔۔۔

جیسے کوئی بچہ بہت چھوٹی عمر میں اپنے باپ سے بچھڑ گیا ہو اور بڑا ہو جانے پر اسے باپ کا چہرہ یاد نہ آتا ہو بس اتنا پتا ہو کہ اس کا باپ یہیں کہیں اسی دنیا میں موجود ہے۔۔۔وہ بچہ اسی احساس کے سہارے اپنے باپ کو یاد کرتا ہو۔۔۔ایسے ہی انسان کا خدا سے یہاں رشتہ بنتا ہے۔۔۔انسان کو احساس ہو جاتا ہے کہ اس کا رب ہر جگہ موجود ہے صرف اسے

دکھائی نہیں دیتا۔۔۔اسی احساس کی محبت میں ذاکر اللہ کو ہر لمحے یاد کرتا ہے۔۔۔اللہ کہیں نہیں کھویا۔۔۔وہ تو ازل سے ابد تک ہر جا ہے اور رہے گا۔۔۔

انسان کھو گیا ہے اور اسے مرنے سے پہلے اپنے اصل تک، اپنے ماخذ اپنے origin تک ہر حال میں پہنچنا ہے۔۔۔

فَإِذَا قَضَيْتُم مَّنَاسِكَكُمْ فَاذْكُرُوا اللَّهَ كَذِكْرِكُمْ آبَاءَكُمْ أَوْ أَشَدَّ ذِكْرًا فَمِنَ النَّاسِ مَن يَقُولُ رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا وَمَا لَهُ فِي الْآخِرَةِ مِنْ خَلَاقٍ ۝

پھر جب حج کے ارکان ادا کر چکو تو اللہ کو یاد کرو جیسے تم اپنے باپ دادا کو یاد کیا کرتے تھے یا اس سے بھی بڑھ کر یاد کرنا، پھر بعض تو یہ کہتے ہیں اے ہمارے رب ہمیں دنیا میں دے، اور ان کے لیے آخرت میں کوئی حصہ نہیں ہے۔

(البقرہ200)

یہ بات طے ہے It is bound to be happen کہ جب کوئی اللہ کی یاد اس کی محبت کے راستے پر قدم رکھ دیتا ہے۔۔۔حاضر ہو جاتا ہے تو۔۔۔اکیلا کر دیا جاتا ہے۔۔۔یہ ہر اس شخص کے ساتھ ہوتا ہے ہر صورت ہوتا ہے جو خلوص دل سے اللہ کی تلاش میں نکلتا ہے۔۔۔

سامنے کی بات ہے دنیا کا سارا سسٹم دھوکے فریب کی بنیاد پر چل رہا ہے۔ یہ شخص بھی اللہ کی طلب پیدا ہونے سے پہلے اس دنیاوی سسٹم کا ایک حصہ تھا۔ اب یہ جھوٹ نہیں بول سکتا، دھوکہ نہیں دے سکتا۔ مکاری چالبازی سے تائب ہے۔۔۔اب اسے عالی شان مکانات، بڑی گاڑیاں، کروڑوں اربوں کا بینک بیلنس نہیں چاہیے۔۔۔اسے اللہ چاہیے۔۔۔نتیجہ اس کا یہ نکلتا ہے کہ دنیا اس شخص سے پیچھے ہٹنے لگتی ہے۔۔۔بیزار ہونے لگتی ہے۔۔۔خائف ہو جاتی ہے۔۔۔سارے اپنے اسے چھوڑنے لگتے ہیں۔۔۔یہ

جائیداد، روشن مستقبل۔۔۔ دنیا سے متعلقہ ہر آسائش میں اسے آزمائش کا سامنا کرنا پڑ جاتا ہے۔ یہ بے حد تکلیف دہ عمل ہے۔۔۔

پہلے اسے تنہا چھوڑا جاتا ہے۔۔۔ اور پھر بھلا دیا جاتا ہے۔۔۔ نظر انداز کر دیا جاتا ہے۔ ۔۔۔ بے پناہ تکلیف دہ ہونے کے باوجود یہ سارا پروسیس انتہائی ضروری ہے۔۔۔ یہ سارا عمل انسان کو جگانے کیلئے ہے awakening کیلئے ہے۔۔۔

الَّذِيْنَ يَجْعَلُوْنَ مَعَ اللّٰهِ اِلٰهًا اٰخَرَ فَسَوْفَ يَعْلَمُوْنَ o وَلَقَدْ نَعْلَمُ اَنَّكَ يَضِيْقُ صَدْرُكَ بِمَا يَقُوْلُوْنَ o فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَ كُنْ مِّنَ السّٰجِدِيْنَ o وَاعْبُدْ رَبَّكَ حَتّٰى يَاْتِيَكَ الْيَقِيْنُ o

اور جو اللہ کے ساتھ دوسرا خدا مقرر کرتے ہیں سو عنقریب معلوم کر لیں گے۔ اور ہم جانتے ہیں کہ تیرا دل ان باتوں سے تنگ ہوتا ہے جو وہ کہتے ہیں۔ سو تو اپنے رب کی تسبیح حمد کے ساتھ کیے جا اور سجدہ کرنے والوں میں سے ہو۔ اور اپنے رب کی عبادت کرتے رہو یہاں تک کہ تمہیں موت آ جائے۔

(الحجر 96 تا 99)

یہ حقیقت اور دھوکے کے درمیان اس پردے کا اُٹھ جانا ہے جس کے آنکھوں پر پڑا رہنے سے آدمی دنیاداری میں اللہ سے غافل ہو کر مست رہتا ہے۔ اب بس یہ بے نام ونشان رستہ pathless path باقی رہ جاتا ہے۔ اللہ کی یاد رہ جاتی ہے اور ایک مٹا ہوا سا انسان رہ جاتا ہے۔۔۔

یہ ایسی سحر آفریں داستان ہے کہ جو اسے جانتے ہیں بس وہی اسے جانتے ہیں۔۔۔ یہ وہ حقیقتِ منتظر ہے جو کبھی لباسِ مجاز میں نہیں آتی اور نہ ہی کسی غیر پر یہ حقیقت کھلتی ہے ۔۔۔ یہ بھید اس پر کھلے گا جو اللہ کو اپنا سب کچھ مان لے گا۔۔۔ یہ وہ مقام معرفت ومحبت

الٰہی ہے کہ جو اس تک نہیں پہنچتے اُنہیں اس کا کوئی حال معلوم نہیں اور جو پہنچ جاتے ہیں وہ بتانے کیلئے کبھی لوٹ کر نہیں آتے۔۔۔

یہاں زبان بندی ایسی سخت ہے کہ پوری جان کا زور لگا کر بھی کوئی بتانا چاہے تو ایک لفظ نہیں بتا سکتا کیونکہ لفظ صرف مادے کو بیان کر سکتا ہے غیر مادی دنیا حواس سے پرے ہے۔۔۔

یہ مقام عقل و دانش کی پہنچ سے دور ہے۔ عقل یہاں تک لا سکتی ہے بے شک لا سکتی ہے۔۔۔

صرف عقل و شعور سے ہی اس مقام تک رسائی ہے لیکن اس مقام سے آگے عقل نہیں جا سکتی۔ یہاں عقل اپنی انتہا پر جا کر پہنچتی ہے۔۔۔ اس سے آگے علم کے نہیں محبت کے قدم جاتے ہیں۔۔۔

آگے آگے جھومتا جاتا ہے وہ محشر خرام
پیچھے پیچھے نقش پا کو چومتا جاتا ہوں میں

ذکر اپنی ساری زندگی اللہ کی محبت میں دان کر دینے کا نام ہے۔۔۔ اس بحر بیکراں کی موجوں کے حوالے جب خود کو کر دیا جاتا ہے سوائے اللہ کے اور جب کچھ باقی نہیں رہتا تب پردہ اُٹھتا ہے۔۔۔ یہاں تو ذکر قلبی تک ہی معلوم ہے جو قبول کر لیے جاتے ہیں وہی جانتے ہوں گے کہ آگے اور کیا کیا ہے۔۔۔

حضورؐ نے اس راہ پر چلنے والوں کو بشارت تو دی ہے اب اگر پھر بھی کسی کو چلتے تامل ہے تو کیا کیجئے۔۔۔ ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ نے بیان کیا کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا "اللہ تعالیٰ فرماتا ہے کہ جس نے میرے کسی ولی سے دشمنی کی اسے میری طرف سے اعلان جنگ ہے اور میرا بندہ جن جن عبادتوں سے میرا قرب حاصل کرتا ہے اور کوئی عبادت مجھ کو اس سے زیادہ پسند نہیں ہے جو میں نے اس پر فرض کی ہے اور میرا بندہ فرض ادا کرنے کے بعد نفل عبادتیں کر کے مجھ سے اتنا نزدیک ہو جاتا ہے کہ میں اس سے

محبت کرنے لگ جاتا ہوں۔ پھر جب میں اس سے محبت کرنے لگ جاتا ہوں تو میں اس کا کان بن جاتا ہوں جس سے وہ سنتا ہے، اس کی آنکھ بن جاتا ہوں جس سے وہ دیکھتا ہے، اس کا ہاتھ بن جاتا ہوں جس سے وہ پکڑتا ہے، اس کا پاؤں بن جاتا ہوں جس سے وہ چلتا ہے اور اگر وہ مجھ سے مانگتا ہے تو میں اسے دیتا ہوں۔ اگر وہ کسی دشمن یا شیطان سے میری پناہ مانگتا ہے تو میں اسے محفوظ رکھتا ہوں اور میں جو کام کرنا چاہتا ہوں اس میں مجھے اتنا تردد نہیں ہوتا جتنا کہ مجھے اپنے مومن بندے کی جان نکالنے میں ہوتا ہے۔ وہ تو موت کو بوجہ تکلیف جسمانی کے پسند نہیں کرتا اور مجھ کو بھی اسے تکلیف دینا برا لگتا ہے۔

(صحیح بخاری، کتاب الرقاق، باب التواضع، نمبر 6502)

بات ساری محبت کی ہے۔ جسے اللہ سے ایک بار محبت ہو جائے اسے کبھی دنیا کی کسی بھی شے سے ویسی محبت نہیں ہو سکتی جیسی وہ اللہ سے کرتا ہے۔ ہر منزل عقل سے سر ہوتی ہے۔ عقل کے بغیر کوئی زندگی نہیں مگر اللہ کی یاد اس کی محبت سے ہی ممکن ہے۔۔۔ عقل ذکر تک لے آتی ہے تھوڑا بہت ذکر کروا بھی لیتی ہے۔۔۔ مگر ذکر کی انتہا صرف اور صرف محبت الٰہی سے ہی ممکن ہے۔

عقل گو آستاں سے دور نہیں
اس کی تقدیر میں حضور نہیں
دل بینا بھی کر خدا سے طلب
آنکھ کا نور دل کا نور نہیں
علم میں بھی سرور ہے لیکن
یہ وہ جنت ہے جس میں حور نہیں

جو ذکر کو بے حد و حساب کر دے وہ جواں مرد ہے۔۔۔ ذکر کرنے والوں کے جسم سے

خوشبو آنے لگتی ہے۔۔۔اللہ کہتا ہے کہ ان کی جلدیں نرم silky ہو جاتی ہیں۔۔۔

اَللّٰهُ نَزَّلَ اَحْسَنَ الْحَدِيْثِ كِتٰبًا مُّتَشَابِهًا مَّثَانِيَ تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُوْدُ الَّذِيْنَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِيْنُ جُلُوْدُهُمْ وَقُلُوْبُهُمْ اِلٰى ذِكْرِ اللّٰهِ ذٰلِكَ هُدَى اللّٰهِ يَهْدِيْ بِهٖ مَنْ يَّشَآءُ وَمَنْ يُّضْلِلِ اللّٰهُ فَمَا لَهٗ مِنْ هَادٍ ○

اللہ ہی نے بہترین کلام نازل کیا ہے یعنی کتاب باہم ملتی جلتی ہے (اس کی آیات) دہرائی جاتی ہیں جس سے خدا ترس لوگوں کے رونگٹے کھڑے ہو جاتے ہیں، پھر ان کی کھالیں نرم ہو جاتی ہیں اور دل یادِ الٰہی کی طرف راغب ہوتے ہیں، یہی اللہ کی ہدایت ہے اس کے ذریعے سے جسے چاہے راہ پر لے آتا ہے، اور جسے اللہ گمراہ کردے اسے راہ پر لانے والا کوئی نہیں۔

(الزمر 23)

ذکر جب ہر شے سے زیادہ ہو جائے اور بلندی پر برقرار رہے تب بات بنتی ہے۔۔۔یہ کام بڑی ہمت سے کرنے والا ہے اس کا اجر اللہ تعالیٰ بذاتِ خود ہے۔۔۔ذکر سے آگے صرف اللہ ہے۔۔۔

وَاذْكُرِ اسْمَ رَبِّكَ وَتَبَتَّلْ اِلَيْهِ تَبْتِيْلًا ○

اور اپنے رب کا نام لیا کرو اور سب سے الگ ہو کر اسی کی طرف آ جاؤ۔

(المزمل 8)

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے، کہا: رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم مکہ کے ایک راستے پر چلے جا رہے تھے کہ آپ کا ایک پہاڑ کے قریب سے گزر ہوا جس کو جمدان کہا جاتا ہے، آپ نے فرمایا: "چلتے رہو، یہ جمدان ہے۔ مفردون (لوگوں سے الگ ہو کر تنہا ہو جانے والے) بازی لے گئے۔" لوگوں نے پوچھا: اللہ کے رسول! مفردون

سے کیا مراد ہے؟ فرمایا: "کثرت سے اللہ کو یاد کرنے والے (مرد) اور اللہ کو یاد کرنے والی (عورتیں۔)" (صحیح مسلم 6808)

ذکر ان شاہینوں کیلئے ہے جو بازی جیت لینا چاہتے ہیں۔۔۔ وہ جو خودی کے اس طلسم ہوشربا کو اللہ کے نام سے توڑ ڈالنے کی بیکراں ہمت رکھنے والے ہیں۔۔۔ یہ بازی خوش نصیبوں کی ہے۔۔۔ اسے خوش نصیب ہی جیت سکتے ہیں۔۔۔ اللہ اس کتاب کے پڑھنے والے اور لکھنے والے کو یہ عظیم خوش نصیبی عطا فرمائے کہ اس کے بغیر ساری زندگی کا یہ سفر رائیگاں ہی تو ہے۔۔۔ (آمین یا رب)

حضرت ابو سعید خدری رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا: اللہ کا ذکر اتنی کثرت سے کرو کہ لوگ تم کو دیوانہ کہیں"۔
(ابن حبان، الصحیح، 3:99، رقم 817)

ہم جیسے عام لوگ جو اس قدر ہمت اور طاقت خود میں نہیں پاتے انہیں چاہیے کہ مشاہدہ حق observation کے ساتھ تسبیحات اور ذکر جاری کریں۔ مشاہدہ سے جو انرجی حاصل ہو اسے ذکر میں لگائیں۔ اللہ برکت عطا فرمائے۔۔۔

اس کے علاوہ ذکر کے جتنے بھی طریقے بتائے جاتے ہیں جن میں دھیان، تصور اور ارتکاز شامل ہوتا ہے ان سے کوسوں دور بچ کر رہنا ہی عقلمندی ہے۔

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ ٥
پس مجھے یاد کرو میں تمہیں یاد کروں گا اور میرا شکر کرو اور ناشکری نہ کرو۔
(البقرہ 152)

اَلَّذِيْنَ اٰمَنُوْا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوْبُهُمْ بِذِكْرِ اللّٰهِ اَلَا بِذِكْرِ اللّٰهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوْبُ ؀

وہ لوگ جو ایمان لائے اور ان کے دلوں کو اللہ کی یاد سے تسکین ہوتی ہے

بخبردار! اللہ کی یاد ہی سے دل تسکین پاتے ہیں۔

(الرعد 28)

يٰاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوا اذْكُرُوا اللّٰهَ ذِكْرًا كَثِيْرًا ؀

اے ایمان والو اللہ کو بہت یاد کرو۔

(الاحزاب 41)

وَمَنْ يُّعْرِضْ عَنْ ذِكْرِ رَبِّهٖ يَسْلُكْهُ عَذَابًا صَعَدًا ؀

اور جس نے اپنے رب کی یاد سے منہ موڑا تو

وہ اسے سخت عذاب میں ڈالے گا۔

(الجن 17)

وَالَّذِيْنَ اِذَا فَعَلُوْا فَاحِشَةً اَوْ ظَلَمُوْا اَنْفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللّٰهَ فَاسْتَغْفَرُوْا لِذُنُوْبِهِمْ وَمَنْ يَّغْفِرُ الذُّنُوْبَ اِلَّا اللّٰهُ وَلَمْ يُصِرُّوْا عَلٰى مَا فَعَلُوْا وَهُمْ يَعْلَمُوْنَ ؀

اور وہ لوگ جب کوئی کھلا گناہ کر بیٹھیں یا اپنے حق میں ظلم کریں تو اللہ کو یاد کرتے ہیں اور

اپنے گناہوں سے بخشش مانگتے ہیں، اور سوائے اللہ کے اور کون گناہ بخشنے والا ہے،

اور اپنے کیے پر وہ اڑتے نہیں اور وہ جانتے ہیں۔

(آل عمران 135)

رِجَالٌ لَّا تُلْهِيهِمْ تِجَارَةٌ وَّلَا بَيْعٌ عَنْ ذِكْرِ اللّٰهِ وَاِقَامِ الصَّلٰوةِ وَاِيْتَآءِ
الزَّكٰوةِ يَخَافُوْنَ يَوْمًا تَتَقَلَّبُ فِيْهِ الْقُلُوْبُ وَالْاَبْصَارُ ○

ایسے آدمی جنہیں سوداگری اور خرید وفروخت اللہ کے ذکر اور نماز کے پڑھنے اور زکوۃ
دینے سے غافل نہیں کرتی، اس دن سے ڈرتے ہیں جس میں
دل اور آنکھیں الٹ جائیں گی۔

(النور 37)

وَمَنْ يَّعْشُ عَنْ ذِكْرِ الرَّحْمٰنِ نُقَيِّضْ لَهٗ شَيْطٰنًا فَهُوَ لَهٗ قَرِيْنٌ ○

اور جو اللہ کی یاد سے غافل ہوتا ہے تو ہم اس پر ایک شیطان متعین کرتے ہیں
پھر وہ اس کا ساتھی رہتا ہے۔

(الزخرف 36)

يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا لَا تُلْهِكُمْ اَمْوَالُكُمْ وَلَآ اَوْلَادُكُمْ عَنْ ذِكْرِ
اللّٰهِ وَمَنْ يَّفْعَلْ ذٰلِكَ فَاُولٰٓئِكَ هُمُ الْخٰسِرُوْنَ ○

اے ایمان والو! تمہیں تمہارے مال اور تمہاری اولاد اللہ کے ذکر سے غافل نہ کر دیں،
اور جو کوئی ایسا کرے گا سو وہی نقصان اٹھانے والے ہیں۔

(المنافقون 9)

إِنَّ الَّذِينَ عِندَ رَبِّكَ لَا يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِهِ
وَيُسَبِّحُونَهُ وَلَهُ يَسْجُدُونَ ۝

بے شک جو تیرے رب کے ہاں ہیں وہ اس کی بندگی سے تکبر نہیں کرتے اور اس کی پاک ذات کو یاد کرتے ہیں اور اسی کو سجدہ کرتے ہیں۔

(الاعراف 206)

أَفَمَن شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ فَهُوَ عَلَىٰ نُورٍ مِّن رَّبِّهِ ۚ فَوَيْلٌ لِّلْقَاسِيَةِ
قُلُوبُهُم مِّن ذِكْرِ اللَّهِ ۚ أُولَٰئِكَ فِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ ۝

بھلا جس کا سینہ اللہ نے دین اسلام کے لیے کھول دیا ہے سو وہ اپنے رب کی طرف سے روشنی میں ہے، سو جن لوگوں کے دل اللہ کے ذکر سے متاثر نہیں ہوتے ان کے لیے بڑی خرابی ہے، یہ لوگ کھلی گمراہی میں ہیں۔

(الزمر 22)

إِنَّ الْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ وَالْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ وَالْقَانِتِينَ
وَالْقَانِتَاتِ وَالصَّادِقِينَ وَالصَّادِقَاتِ وَالصَّابِرِينَ وَالصَّابِرَاتِ
وَالْخَاشِعِينَ وَالْخَاشِعَاتِ وَالْمُتَصَدِّقِينَ وَالْمُتَصَدِّقَاتِ وَالصَّائِمِينَ
وَالصَّائِمَاتِ وَالْحَافِظِينَ فُرُوجَهُمْ وَالْحَافِظَاتِ وَالذَّاكِرِينَ اللَّهَ كَثِيرًا
وَالذَّاكِرَاتِ أَعَدَّ اللَّهُ لَهُم مَّغْفِرَةً وَأَجْرًا عَظِيمًا ۝

بے شک اللہ نے مسلمان مردوں اور مسلمان عورتوں اور ایمان دار مردوں اور ایماندار عورتوں اور فرمانبردار مردوں اور فرمانبردار عورتوں اور سچے مردوں اور سچی عورتوں اور صبر

کرنے والے مردوں اور صبر کرنے والی عورتوں اور عاجزی کرنے والے مردوں اور
عاجزی کرنے والی عورتوں اور خیرات کرنے والے مردوں اور خیرات کرنے والی
عورتوں اور روزہ دار مردوں اور روزدار عورتوں اور پاک دامن مردوں اور پاک
دامن عورتوں اور اللہ کو بہت یاد کرنے والے مردوں اور بہت یاد کرنے والی
عورتوں کے لیے بخشش اور بڑا اجر تیار کیا ہے۔

(الاحزاب 35)

وَمَنْ اَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِيْ فَاِنَّ لَهٗ مَعِيْشَةً ضَنْكًا وَّنَحْشُرُهٗ
يَوْمَ الْقِيٰمَةِ اَعْمٰى ○

اور جو میرے ذکر سے منہ پھیرے گا تو اس کی زندگی بھی تنگ ہوگی
اور اسے قیامت کے دن اندھا کر کے اٹھائیں گے۔

(طہٰ 124)

☆☆☆☆☆☆☆

اللہ کی پہچان

Understanding of Allah

وجودخدا existence of god اس کائنات کی سب سے بڑی حقیقت ہے جوایک ہی وقت میں عیاں بھی ہے اوراسی قدر پراسراریت کے دھندلکوں میں چھپی بھی ہوتی ہے۔ ہر شے کا اپنے رب سے رشتہ خالق اور مخلوق کا ہے۔ انسان اپنے خالق کو روزِ ازل سے جاننے کی کوشش کر رہا ہے مگر محدود علم کی وجہ سے کبھی بھی مکمل طور پر اس سوال کا جواب نہیں جان پایا کہ اس کا رب آخر کون ہے؟ کیسا ہے؟

خدا کی پہچان انسان میں دو طرح سے قائم ہے ایک باطنی ہے اور دوسری خارجی۔ خود اپنے اندر اور باہری دنیا میں اسے ہر لمحہ یہ احساس رہتا ہے کہ کوئی ایسی برتر و بالا ہستی موجود ہے جو اسے تخلیق کر کے اس جہان میں بھیج کر آزما رہی ہے test کر رہی ہے۔ باطنی دنیا میں وجدان سے اور خارجی دنیا میں علم کی رو سے یہ احساس انسان میں پیدا ہوتا ہے کہ وہ خود پیدا نہیں ہوا بلکہ اسے کسی نے بنایا ہے۔۔۔ پہلے انسان کے باطن میں خدا کی پہچان پر بات کرتے ہیں۔ نفس اللہ کو پہچانتا ہے۔۔۔ مکمل تو نہیں لیکن روح کی موجودگی سے نفس کو ہر لمحہ خدا کا احساس رہتا ہے۔

اس کی ایک وجہ عہد الست ہے جو اللہ نے تمام انسانوں کی روحوں سے لیا۔ جب پوچھا "الست بربکم (کیا مجھے جانتے ہو؟)" جواب دیا "قالو بلی (اے ہمارے رب کیوں نہیں)"۔۔۔

روح کی جسم کے پنجرے میں ایک قیدی کی حیثیت سے موجودگی نفس کیلئے ہر لمحہ خطرے کا اعلان ہے۔ نفس انسان چونکہ صرف اسی دنیا میں رہنے کو، جینے کو ترجیح دیتا ہے اس لیے یہ روح سے خائف ہے۔ ایک نیام میں دو تلواریں کیسے رہ سکتی ہیں؟ ہر ساعت نفس کی یہ کوشش ہے کہ روح کو دبائے رکھے۔۔۔ اسے الجھن میں ڈال کر رکھے۔

یہ نفس کا اندرونی ڈھانچہ core structure ہے۔ نفس بنا ہی اللہ سے دشمنی کیلئے ہے۔ یہ جھوٹا ساری زندگی انسان کو اس دھوکے میں رکھتا ہے کہ وہ مظلوم ہے۔۔۔ یہ کبھی روح کو اپنے چنگل سے آزاد نہیں ہونے دیتا۔

نفس کو جتنا خوف باہری، جسمانی موت سے ہوتا ہے اس سے کہیں زیادہ خوفزدہ یہ اندر کی موت سے ہوتا ہے۔ روح کی آزادی نفس کی موت ہے۔ یہ تو وجدان سے intution سے انسان کو احساس ہے کہ کوئی خالق ہے۔ باہر کی دنیا سے یہ احساس انسان کو کیسے ہوا کہ اسے کسی نے پیدا کیا ہے؟ ہر بات اس دنیا میں انسان کو بذات خود اللہ تبارک وتعالیٰ نے بتائی ہے۔ اگر اللہ کتابیں آسمان سے نہ بھیجتا تو انسان میں اتنی عقل کہاں تھی کہ باطن کے اس وجدان کو خدا کا نام بھی دے سکتا۔

اس پر بات کرنے سے پہلے ذرا ایک نظریہ بھی دیکھ لینا چاہیے کہ ہم اس وقت کس خدا کی بات کر رہے ہیں؟ کیونکہ اگر خدا کے تصور کو جاننے کی کوشش کی جائے تو اس بات میں کوئی شک نہیں کہ ہزاروں لاکھوں کتابیں بھی لکھ ڈالی جائیں تو تصور خدا کا موضوع بھی مکمل نہیں ہو سکتا۔

ہمارا مقصد چونکہ صرف اسی کتاب کے موضوع پر رہتے ہوئے بات کرتا ہے اس لیے یہ واضح ہو کہ ہم یہاں صرف اللہ کی بات کر رہے ہیں جو ایک ہے اس کا کوئی شریک نہیں۔ ہم نے اسی کے پاس لوٹ کر جانا ہے اسی نے ہمیں یہاں بھیجا ہے۔ یہ مسلمانوں کا تصور خدا ہے۔ یہ میرے، آپ کے، ہم سب کے خدا کا تصور ہے۔

بے شک رب سب کا ایک ہی ہے مگر چونکہ دیگر مذاہب دوسرے مختلف تصورات میں الجھے ہوئے ہیں اس لیے ہم یہاں صرف اللہ کے تصور پر بات کریں گے۔ ہر انسان کے خیال میں ایک رب ہے۔ یہی اس کے رب کا تصور ہے اسی سے وہ دعا مانگتا ہے۔ اس سے باتیں کرتا ہے۔ اسی کے سامنے چیختا چلاتا ہے۔ اسی کی عبادت کرتا ہے۔ ذہن کے اس تصور کے علاوہ انسان کے پاس اپنے رب کی اور کوئی پہچان نہیں ہے۔ یہ تصور، یہ image بے چہرہ ہے اس کے کوئی خدوخال نہیں ہیں۔۔۔

This image is imageless.

تصور میں وجود خدا کا کوئی عکس اس لیے نہیں ہے کہ نفس کے پاس خدا کے خدوخال کا کوئی ڈیٹا موجود نہیں ہے جتنا بھی ڈیٹا ہے وہ قرآن اور احادیث سے آیا ہے۔ ذہن کبھی کسی ایسی شے کا خاکہ نہیں بنا سکتا جسے اس نے پہلے دیکھا نہ ہو۔۔۔

اللہ نفس انسانی میں موجود اپنے اسی تصور کے بارے میں، اسی رب کے بارے میں سورہ الانعام میں فرماتا ہے۔

بَدِيعُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ أَنَّىٰ يَكُونُ لَهُ وَلَدٌ وَلَمْ تَكُن لَّهُ صَاحِبَةٌ
وَخَلَقَ كُلَّ شَيْءٍ وَهُوَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ ۝ ذَٰلِكُمُ اللَّهُ رَبُّكُمْ لَا إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ
خَالِقُ كُلِّ شَيْءٍ فَاعْبُدُوهُ وَهُوَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ وَكِيلٌ ۝
لَّا تُدْرِكُهُ الْأَبْصَارُ وَهُوَ يُدْرِكُ الْأَبْصَارَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ ۝

آسمانوں اور زمین کو از سر نو پیدا کرنے والا ہے، اس کا بیٹا کیونکر ہو سکتا ہے حالانکہ اس کی کوئی بیوی نہیں، اور اس نے ہر چیز کو بنایا ہے، اور وہ ہر چیز کو جاننے والا ہے۔ یہی اللہ تمہارا رب ہے، اس کے سوا اور کوئی معبود نہیں، ہر چیز کا پیدا کرنے والا ہے پس اسی کی عبادت کرو، اور وہ ہر چیز کا کارساز ہے۔ اسے آنکھیں نہیں دیکھ سکتیں اور وہ آنکھوں کو دیکھ سکتا ہے، اور وہ نہایت باریک بین خبردار ہے۔

(الانعام 101 تا 103)

غور کریں کہ اللہ کیا کہہ رہا ہے۔ اللہ کو سب پتا ہے۔۔۔ وہ جانتا ہے کہ اس کے بندے کے خیالوں کا ایک رب ہے جسے وہ پوجتا ہے۔ اللہ کانسپٹ concept کلیئر کر رہا ہے۔۔۔ علم دے رہا ہے۔۔۔ وہ کہہ رہا ہے کہ "نئی طرح کے آسمانوں اور زمین کا بنانے والا میں ہوں" یہ آسمان اور زمین میں نے بنائے ہیں۔ یہ وہ دعویٰ ہے جو روئے زمین پر اس پوری کائنات میں آج تک کسی کو کرنے کی ہمت نہیں ہوئی۔ اللہ ہی یہ دعویٰ کر سکتا ہے۔ آگے وہ کہتا ہے کہ میں نے ہر چیز پیدا کی ہے خَلَقَ كُلَّ شَيْءٍ کا دعویٰ سوائے اللہ رب العزت کے اور کون کر سکتا ہے؟ اب یہ طاقت کی انتہا ہے۔ دنیا میں اس کائنات میں کوئی نہیں جو سب کچھ جانتا ہو۔ اللہ کہتا ہے کہ میرے بندو غور کرو کہ میں نے چونکہ ہر شے بنائی ہے اسی لیے یہ بات حق ہے کہ مجھے ہر شے کا علم ہے۔

اب آگے بڑا راز کہہ دیا۔ فرمایا "یہی اللہ (تمہارا رب) ہے" اللہ کہتا ہے کہ اپنا کانسپٹ سیدھا کرو اپنے خیال کے رب کو میری (اللہ) کی ذات سے جوڑو۔ کس قدر زبردست علم سے اللہ انسان کو سکھا رہا ہے۔۔۔ اسے اپنی پہچان تک لا رہا ہے۔۔۔ اللہ سب سے بڑا عالم ہے۔۔۔ علم اللہ کا ہے۔۔۔ اللہ بے شک جو چاہے کرتا ہے لیکن وہ جو بھی کرتا ہے علم سے کرتا ہے۔ اللہ کی شان نہیں کہ بغیر دلیل کے کچھ بھی کر دے۔۔۔

یہ بڑا کانسپٹ concept ہے۔۔۔ اللہ کو جاننے میں اللہ کے تصور کو پختہ Mature کرنے میں یہ بہت ضروری ہے۔

وَمَا خَلَقْنَا السَّمَاءَ وَالْأَرْضَ وَمَا بَيْنَهُمَا لَاعِبِيْنَ ○ لَوْ أَرَدْنَا أَنْ نَّتَّخِذَ لَهْوًا لَّاتَّخَذْنَاهُ مِنْ لَّدُنَّا إِنْ كُنَّا فَاعِلِيْنَ ○

اور ہم نے آسمان اور زمین کو اور جو کچھ ان کے بیچ میں ہے کھیلتے ہوئے نہیں بنایا۔
اور اگر ہم کھیل ہی بنانا چاہتے تو اپنے پاس کی چیزوں کو بناتے
اگر ہمیں یہی کرنا ہوتا۔

(الانبیاء 16 تا 17)

ایک عام آدمی کا خدا کا تصور شروع میں ناپختہ immature ہوتا ہے۔ وہ اللہ کو مانتا ہے لیکن اللہ کو جانتا نہیں ہے اور اللہ کا اصول rule ہے کہ اسے صرف علم سے جانا جا سکتا ہے۔ اللہ کی پہچان اللہ کے بارے میں بڑھتا ہوا علم ہے۔ یہ معرفت ہے۔ اللہ کے بارے میں جاننا، مزید جاننا اور جانتے ہی جانا اپنی اصل میں اللہ کو دیکھنا ہے۔۔۔

"اللہ کو جاننا ہی اس کو دیکھنا ہے"

أَمَّنْ هُوَ قَانِتٌ آنَاءَ اللَّيْلِ سَاجِدًا وَقَائِمًا يَحْذَرُ الْآخِرَةَ وَيَرْجُوا رَحْمَةَ رَبِّهِ قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِيْنَ يَعْلَمُوْنَ وَالَّذِيْنَ لَا يَعْلَمُوْنَ إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُولُوا الْأَلْبَابِ ○

(کیا کافر بہتر ہے) یا وہ جو رات کے اوقات میں سجدہ اور قیام کی حالت میں عبادت کر رہا ہو آخرت سے ڈر رہا ہو اور اپنے رب کی رحمت کی امید کر رہا ہو، کہہ دو کیا علم والے اور بے علم برابر ہو سکتے ہیں، سمجھتے وہی ہیں جو عقل والے ہیں۔

(الزمر 9)

جو شخص بھی اللہ کو جاننے کی آرزو رکھتا ہے اسے علم حاصل کرتا ہے کیونکہ علم سارا اللہ کا ہے۔ جتنا علم حاصل کرتا جائے گا اللہ کا تصور پختہ ہوتا چلا جائے گا۔ کانسپٹس concepts بہت بڑی دیوار کی طرح ہوتے ہیں۔۔۔ جو انسان اپنے پرانے اور جاہلانہ تصورات سے دستبردار نہیں ہو سکتا، اپنے اردگرد کھڑی یہ دیواریں توڑ نہیں سکتا، اپنے اندر موجود علم پر شک نہیں کر سکتا اسے کبھی علم عطا نہیں ہوتا۔۔۔ یہ تو عقل کے رک جانے کی نشاندہی ہے کہ انسان یہ سمجھ لے کہ وہ سب جانتا ہے۔۔۔ اگر وہ سب جانتا ہے تو اس کی تو تکمیل ہو گئی اب اللہ سے کیا مانگے گا؟

اسی لیے کہا جاتا ہے "الایمان بین الخوف والرجاء" ایمان خوف اور امید کے درمیان ہے۔ ہر وقت یہ دھڑکا لگا رہے کہ مجھے کچھ نہیں پتا کہ میں ٹھیک ہوں یا غلط۔۔۔ اسی میں ایمان قائم ہے۔ جو یہ مان بیٹھے کہ میں بالکل ہی غلط ہوں، میرا کچھ بھی ٹھیک نہیں۔۔۔ وہ بھی گیا۔۔۔ اور جو یہ سمجھ بیٹھے کہ میں بالکل ٹھیک ہوں مجھ میں سرے سے غلطی ہے ہی نہیں، میں سب کچھ جان گیا ہوں۔۔۔ وہ بھی مارا گیا۔۔۔

علم حاصل کرنے میں تکلیف بہت ہوتی ہے۔۔۔ نفس مزاحمت کرتا ہے resist کرتا ہے۔۔۔ اس لیے عام طور پر لوگ اس سے گھبراتے ہیں اور کہتے ہیں کہ ہم مسلمان ہیں اللہ، اس کے رسولوں، قرآن سمیت دیگر الہامی کتابوں اور آخرت کو مانتے ہیں۔ نمازیں پڑھتے ہیں قرآن کی تلاوت کرتے ہیں۔ روزے بھی رکھتے ہیں۔ زکوٰۃ بھی دیتے ہیں اور حج عمرہ بھی کرتے ہیں۔ تھوڑا بہت اللہ کو یاد بھی کرتے ہیں۔ اب دنیاداری بھی کرنی ہے سارا وقت اللہ کو یاد کرتے رہیں گے تو بیوی بچوں کو کون پالے گا۔ بات ٹھیک ہے مگر ہے تو محض ایک بہانہ ہی۔۔۔ سوچنا چاہیے کہ اللہ کے دوستوں کے بیوی بچوں ماں باپ کو کون پالتا ہے؟

اعتدال کی حالت تک تو بات ٹھیک ہے مگر یہ کیا ہے کہ لمبے لمبے منصوبے endless plannings اس دنیا کی زندگی میں کر کے انسان اپنے دل کو زنگ لگا لے۔۔۔اللہ اس اس بارے میں کیا کہہ رہا ہے۔

أَلَّا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَىٰ ○ وَأَن لَّيْسَ لِلْإِنسَانِ إِلَّا مَا سَعَىٰ ○ وَأَنَّ سَعْيَهُ
سَوْفَ يُرَىٰ ○ ثُمَّ يُجْزَاهُ الْجَزَاءَ الْأَوْفَىٰ ○ وَأَنَّ إِلَىٰ رَبِّكَ الْمُنتَهَىٰ ○ وَأَنَّهُ هُوَ
أَضْحَكَ وَأَبْكَىٰ ○ وَأَنَّهُ هُوَ أَمَاتَ وَأَحْيَا ○ وَأَنَّهُ خَلَقَ الزَّوْجَيْنِ الذَّكَرَ
وَالْأُنثَىٰ ○ مِن نُّطْفَةٍ إِذَا تُمْنَىٰ ○ وَأَنَّ عَلَيْهِ النَّشْأَةَ الْأُخْرَىٰ ○ وَأَنَّهُ هُوَ أَغْنَىٰ
وَأَقْنَىٰ ○ وَأَنَّهُ هُوَ رَبُّ الشِّعْرَىٰ ○ وَأَنَّهُ أَهْلَكَ عَادًا الْأُولَىٰ ○ وَثَمُودَ فَمَا أَبْقَىٰ
○ وَقَوْمَ نُوحٍ مِّن قَبْلُ إِنَّهُمْ كَانُوا هُمْ أَظْلَمَ وَأَطْغَىٰ ○ وَالْمُؤْتَفِكَةَ
أَهْوَىٰ ○ فَغَشَّاهَا مَا غَشَّىٰ ○ فَبِأَيِّ آلَاءِ رَبِّكَ تَتَمَارَىٰ ○ هَٰذَا نَذِيرٌ مِّنَ النُّذُرِ
الْأُولَىٰ ○ أَزِفَتِ الْآزِفَةُ ○ لَيْسَ لَهَا مِن دُونِ اللَّهِ كَاشِفَةٌ ○ أَفَمِنْ هَٰذَا
الْحَدِيثِ تَعْجَبُونَ ○ وَتَضْحَكُونَ وَلَا تَبْكُونَ ○ وَأَنتُمْ سَامِدُونَ ○
فَاسْجُدُوا لِلَّهِ وَاعْبُدُوا ○

وہ یہ کہ کوئی کسی کا بوجھ نہیں اٹھائے گا۔اور یہ کہ انسان کو وہی ملتا ہے جو کرتا ہے۔اور یہ کہ اس کی کوشش جلد دیکھی جائے گی۔پھر اسے پورا بدلہ دیا جائے گا۔اور یہ کہ سب کو آپ کے رب ہی کی طرف پہنچنا ہے۔اور یہ کہ وہی ہنساتا ہے اور رلاتا ہے۔اور یہ کہ وہی مارتا ہے اور زندہ کرتا ہے۔اور یہ کہ اسی نے جوڑا نر اور مادہ کا پیدا کیا ہے۔ایک بوند سے جب کہ وہ ٹپکائی جائے۔اور یہ کہ دوسری بار زندہ کر کے اٹھانا اسی کے ذمہ ہے۔اور یہ کہ وہی غنی اور سرمایہ دار کرتا ہے۔اور یہ کہ وہی شعریٰ کا رب ہے۔اور یہ کہ اسی نے عاد اولیٰ کو ہلاک کیا تھا۔اور ثمود کو، پس اسے باقی نہ چھوڑا۔اور اس سے پہلے نوح کی قوم کو،

بے شک وہ زیادہ ظالم اور زیادہ سرکش تھے۔ اور الٹی بستی کو اس نے دے ٹپکا۔ پس اس پر وہ (تباہی) چھا گئی جو چھا گئی۔ پس اپنے رب کی کون کون سی نعمت میں تو شک کرے گا۔ یہ

بھی ایک ڈرانے والا ہے پہلے ڈرانے والوں میں سے۔ آنے والی قریب
آ پہنچی۔ سوائے اللہ کے اسے کوئی ہٹانے والا نہیں۔ پس کیا اس بات سے
تم تعجب کرتے ہو؟ اور ہنستے ہو اور روتے نہیں۔ اور تم کھیل رہے ہو۔
پس اللہ کے آگے سجدہ کرو اور اس کی عبادت کرو۔

(النجم 38 تا 62)

زندگی بہت بڑی اور عظیم ترین نعمت ہے اسے سیریس لینا ہی پڑے گا۔ تھوڑے بہت سے گزارا ہونے والا نہیں ہے۔ اللہ کا طرز کلام ان آیات میں اس قدر جاہ و جلال پر ہے کہ انسان کا دل کانپ جاتا ہے۔

کہیں ایسا تو نہیں کہ ہم لوگ اپنی زندگیوں میں اللہ کو نظر انداز کر رہے ہیں underestimate کر رہے ہیں اور اپنی تمام تر کوششوں کا رُخ حیات الدنیا کے حصول کی جانب موڑے ہوئے ہیں؟

الٓمّٓ o اَحَسِبَ النَّاسُ اَنْ يُّتْرَكُوْٓا اَنْ يَّقُوْلُوْٓا اٰمَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُوْنَ
o وَلَقَدْ فَتَنَّا الَّذِيْنَ مِنْ قَبْلِهِمْ فَلَيَعْلَمَنَّ اللّٰهُ الَّذِيْنَ صَدَقُوْا وَلَيَعْلَمَنَّ
الْكٰذِبِيْنَ o اَمْ حَسِبَ الَّذِيْنَ يَعْمَلُوْنَ السَّيِّاٰتِ اَنْ يَّسْبِقُوْنَا سَآءَ مَا
يَحْكُمُوْنَ o

الم۔ کیا لوگ خیال کرتے ہیں یہ کہنے سے کہ ہم ایمان لائے ہیں چھوڑ دیے جائیں گے
اور ان کی آزمائش نہیں کی جائے گی۔ اور جو لوگ ان سے پہلے گزر چکے ہیں
ہم نے انہیں بھی آزمایا تھا، سو اللہ انہیں ضرور معلوم کرے گا

جو سچے ہیں اور ان کو بھی جو جھوٹے ہیں۔ کیا وہ لوگ جو برے کام کرتے ہیں
یہ سمجھتے ہیں کہ ہمارے قابو سے نکل جائیں گے؟
برا ہے جو فیصلہ کرتے ہیں۔
(العنکبوت 1 تا 4)

جیسے جیسے انسان اللہ کو جانتا جاتا ہے ویسے ویسے وہ اسے پہچانتا جاتا ہے۔ جب نفس کو اللہ کے ناقص تصور سے نجات ملتی ہے تو تصور خدا پختہ mature ہونے لگتا ہے۔ یہ نیا علم نفس کیلئے آب حیات کا اثر رکھتا ہے۔ خدا کا خوف جو پہلے خلش guilt کی صورت اسے بے چین رکھتا تھا اب اس خوف سے بدل جاتا ہے کہیں خدا مجھ سے محبت کرنا نہ چھوڑ دے کہیں میں اپنے رب سے دور نہ ہو جاؤں۔

اب نفس خود کو اللہ کے سامنے مجرم نہیں بلکہ دوست خیال کرنے لگتا ہے۔ اس احساس کے پیدا ہوتے ہی اس میں اطمینان و سکون کی لہریں دوڑ جاتی ہیں۔ اب وہ گناہ کر کے اسے چھپانے کی بجائے اسے دبانے یا نظر انداز کرنے کی بجائے اللہ کے سامنے آ کر گناہ کا اعتراف کرنے کی confess کرنے کی ہمت اپنے اندر پاتا ہے۔ اب وہ اس گناہ پر اللہ کے سامنے نادم ہو کر توبہ کرتا ہے اور اللہ اپنی رحمت اور بخشش سے اس کی نفسیات میں سے اس گناہ کو دور کر دیتا ہے۔

یہ اُس محبت کا اور اُس تعلق کا relation کا۔۔۔ جو بندے اور خدا کے درمیان ہے آغاز ہے۔ اب اسے احساس ہونے لگتا ہے کہ اللہ سے محبت کرنے والے اس کے دوست ہیں اور اللہ سے فرار رکھنے والے اللہ سے بیزار ہونے والے اس کے دشمن ہیں۔ تصور خدا درستگی کو مائل ہوتے ہی زاویہ نظر perception مکمل بدل جاتا ہے۔ پھر یہ مقام بھی آتا ہے کہ وہی نفس جو موت سے بدکتا تھا اب اس کو اللہ سے ملاقات کا واحد ذریعہ سمجھتا ہے۔

خوف اب بھی اسے موت سے ہوتا ہے لیکن یہ اب دہشت کی نہیں بلکہ ناگواری کی حالت پر آجاتا ہے۔ اس کے اندر ایک نیا احساس جنم لیتا ہے اسے موت کے بعد کی دنیا کا، آخرت کا تجسس بیدار ہوتا ہے۔ یہ بہت بڑی پروگریس ہے۔

یہ بہت بڑی کامیابی achievement ہے۔ اب نفس کی ساری دلچسپیوں کا مرکز یہ دنیا نہیں بلکہ آخرت ہو جاتی ہے۔ اس مقام پر نفس کو یہ ادراک ہوتا ہے کہ یہ زندگی کس قدر مختصر ہے اور وہ کتنی بھیانک غلط فہمی اور گمراہی کی دلدل میں دھنسا ہوا تھا۔ یہ نجات freedom کی ابتدائی علامات symptoms ہیں۔۔۔

نفس کی یہ وہ حالتیں ہیں وہ نشانیاں ہیں کہ تلاش خدا کے رستے میں سنگ میل milestones کی طرح نصب ہیں۔۔۔ کوئی مسافر جب بھی گزرا تو خوب دیکھ لے گا اور جان لے گا کہ سفر کی کس منزل تک آپہنچا ہے۔۔۔

اب نفس خدا کی محبت گرفتار ہونا شروع ہوتا ہے۔۔۔ رفتہ رفتہ بڑھتی شناسائی کا یہ وقت عظیم الشان ہوتا ہے جب خوف سے ہچکچایا ہوا، زمانے کی ٹھوکروں کا مارا ہوا، خدا کے ناقص تصور کو اپنے ذہن میں لیے گھبرایا ہوا مگر مشتاق انسان اپنے رب کے دربار میں اذن باریابی کا شرف پاتا ہے۔۔۔

ایک ایک قدم بڑھتے ہوئے اس انسان پر انکشاف ہوتا ہے کہ وہ خود نہیں پہنچا بلکہ وہ تو محبت الٰہی سے پہنچایا گیا ہے۔ اسے لگ رہا تھا کہ وہ اللہ کو تلاش کر رہا ہے مگر اب اسے خبر ہوتی ہے کہ اللہ بھی اسے تلاش کر رہا تھا۔۔۔

What you seek is...seeking you!

(Rumi)

اللہ چاہتا ہے کہ اس کا بندہ اس تک آپہنچے بس سوال کرنے کی دیر ہے۔ ایک بار دل سے

کہنے کی دیر ہے کہ اے میرے رب تو مجھے مل جا۔۔۔ ساری خدائی اس انسان کی مدد کو نکلتی ہے۔۔۔ اللہ کا پورا سسٹم حرکت میں آجاتا ہے۔۔۔ ورنہ بندے کی کیا مجال ہے کہ رسائی پا جائے۔ سب کچھ اللہ کرتا ہے۔ بس انسان کو اپنے نفس کو پاک کرنا ہے اللہ کو یاد کرنا ہے۔ بندہ اللہ تک نہیں جاتا اللہ بندے تک آتا ہے۔ یہاں اب نفس کو بشارت ملتی ہے۔

قُلْ يٰعِبَادِيَ الَّذِيْنَ اَسْرَفُوْا عَلٰٓى اَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوْا مِنْ رَّحْمَةِ اللّٰهِ ۭ اِنَّ اللّٰهَ يَغْفِرُ الذُّنُوْبَ جَمِيْعًا ۭ اِنَّهٗ هُوَ الْغَفُوْرُ الرَّحِيْمُ ۝

کہہ دو اے میرے بندو جنہوں نے اپنی جانوں پر ظلم کیا ہے اللہ کی رحمت سے مایوس نہ ہو، بے شک اللہ سب گناہ بخش دے گا، بے شک وہ بخشنے والا رحم والا ہے۔

(الزمر 53)

قرآن کو دل کی آنکھ سے اگر پڑھا جائے تو صاف نظر آتا ہے کہ اللہ کا سخت لہجہ صرف کافروں، منافقوں، مشرکوں، اللہ اور اللہ کے رسولؐ کا مذاق اڑانے والوں اور اللہ کو بھول کر دنیا میں مگن ہو جانے والوں کیلئے ہے۔

اِعْلَمُوْٓا اَنَّمَا الْحَيٰوةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَّلَهْوٌ وَّزِيْنَةٌ وَّتَفَاخُرٌۢ بَيْنَكُمْ وَتَكَاثُرٌ فِي الْاَمْوَالِ وَالْاَوْلَادِ ۭ كَمَثَلِ غَيْثٍ اَعْجَبَ الْكُفَّارَ نَبَاتُهٗ ثُمَّ يَهِيْجُ فَتَرٰىهُ مُصْفَرًّا ثُمَّ يَكُوْنُ حُطٰمًا ۭ وَفِي الْاٰخِرَةِ عَذَابٌ شَدِيْدٌ ۙ وَّمَغْفِرَةٌ مِّنَ اللّٰهِ وَرِضْوَانٌ ۭ وَمَا الْحَيٰوةُ الدُّنْيَآ اِلَّا مَتَاعُ الْغُرُوْرِ ۝

جان لو کہ یہ دنیا کی زندگی محض کھیل اور تماشا اور زیبائش اور ایک دوسرے پر آپس میں فخر کرنا اور ایک دوسرے پر مال اور اولاد میں زیادتی چاہنا ہے، جیسے بارش کی حالت کہ اس کی سبزی نے کسانوں کو خوش کر دیا پھر وہ خشک ہو جاتی ہے تو تُو اسے زرد شدہ دیکھتا ہے پھر وہ چورا چورا ہو جاتی ہے، اور آخرت میں سخت عذاب ہے، اور اللہ کی مغفرت اور اس کی

خوشنودی ہے، اور دنیا کی زندگی سوائے دھوکے کے اسباب کے اور کیا ہے۔

(الحدید 20)

جو اللہ کو چاہتا ہے اس سے محبت کرتا ہے۔ اللہ کس قدرت محبت سے اس شخص کو خطاب کرتا ہے۔۔۔

وَاسْتَغْفِرُوْا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُوْبُوْٓا اِلَيْهِ ۭ اِنَّ رَبِّيْ رَحِيْمٌ وَّدُوْدٌ ۝

اور اپنے اللہ سے معافی مانگو پھر اس کی طرف رجوع کرو،

بے شک میرا رب مہربان محبت والا ہے۔

(ہود 90)

اصل راز یہ ہے کہ انسان اللہ کی راہ پر جب چلتا ہے تو لازمی امر ہے کہ وہ شیطان کا سب سے بڑا ہدف بن جاتا ہے۔ دباؤ بھی بہت پڑتا ہے، بہت مایوسی بھی آتی ہے اور پریشانی بھی بہت ہوتی ہے۔ اگر انسان کے پاس اس جنگ میں اللہ کا پختہ تصور نہ ہو تو اس کیلئے مصیبت بھی دگنی ہو جاتی ہے اور خطرات بھی۔ اس لیے اللہ کے بارے میں ہر وقت جاننے کی دھن میں لگے رہنا ہی بچاؤ کا واحد راستہ ہے۔۔۔

جس قدر اللہ کی پہچان بڑھتی ہے۔ اللہ کا قرب اسی قدر بڑھتا ہے۔ جس قدر قرب بڑھتا ہے اسی قدر محبت بڑھتی ہے۔ یاد رہے کہ محبت محض زبانی دعوے سے کبھی ثابت نہیں ہوتی۔ بلکہ اس دعوے کی سچائی کے ثبوت کے طور پر واضح نشانیوں اور گواہیوں والے مستقل اعمال کا ہونا لازم ہے جن کی موجودگی یہ ثابت کرے کہ محبت کا دعویٰ کرنے والا زبانی جمع خرچ کرنے والوں میں سے نہیں ہے۔ جو اللہ سے محبت کرتا ہے اللہ اس کی محبت کو آزماتا ہے۔۔۔حق ہے۔۔۔کوئی بھی محبوب اپنے عاشق کو لازمی آزماتا ہے۔ تاکہ جان لے کہ وہ اس سے کتنی محبت کرتا ہے۔

انسان اللہ کو پہچان جائے تو اس کی آزمائش کو بھی پہچان جاتا ہے۔ طالب علم کو پتا ہوتا ہے کہ اس کا امتحان لیا جائے گا۔ اسی لیے وہ علم لینے کی کوشش کرتا ہے کہ کہاں کہاں سے آزمایا جاسکتا ہے۔ جس کو علم نہیں اس بیچارے کیلئے آزمائش ایک مصیبت ہے۔۔۔

اللہ کی پہچان میں پختگی maturity پیدا کرنے کے بعد ایک اور بہت بڑی اصلاح کرنا ہوتی ہے وہ یہ کہ اللہ کے تصور پر سے قدامت کا سایہ shadow ہٹانا ہوتا ہے۔ عام طور پر لوگوں کے ذہنوں میں اللہ کا تصور قدامت ancientness پر ٹکا ہوتا ہے۔ بے شک اللہ قدیم بھی ہے لیکن وہ اُتنا ہی جدید بھی ہے modern بھی ہے۔

اللہ کے تصور کی جدت کو سمجھنے کیلئے پہلے تصور خدا کی قدامت کے کانسپٹ concept کو واضح کر لینا انتہائی ضروری ہے۔ کم علم نفس میں قدامت کا مطلب خیالی ہے fictitious ہے۔ اللہ، رسول، فرشتوں، جنت، جہنم کا تصور عظیم اکثریت کے ذہن میں خیالی fictitious ہے۔ اس کی بنیاد علم پر نہیں بلکہ صرف گمان پر ہے۔

جب سے دنیا وجود میں آئی اور انسان نے یہاں قدم رکھا ہے تب سے تہذیبوں کا ظہور بھی ہوتا چلا آرہا ہے۔ ہر تہذیب کا انسان خود کو پہلے گزر چکی تہذیبوں سے زیادہ ترقی یافتہ اور زیادہ عقل مند سمجھتا چلا آرہا ہے۔ نظریہ ارتقاء کی مناسبت سے یہ بات درست ہے کہ انسان ہر آنے والے دور میں پہلے دور سے زیادہ ترقی کرتا رہا ہے مگر غلط فہمی یہ ہے کہ ہر تہذیب اپنے تمدن میں انتہا پر پہنچ جانے کے بعد یہ گمان کرنے لگتی ہے کہ جو علم ان کے پاس ہے اور جو ترقی انہوں نے کی ہے اس کے سامنے پچھلے دور کی تمام تہذیبیں پسماندہ اور گنوار ہیں۔ جیسے انسان انفرادی تکبر میں گرفتار ہے اسی طرح اجتماعیت میں معاشرہ اور پھر عظیم اجتماعیت میں تہذیب بھی تکبر اور گھمنڈ کا شکار ہو جاتی ہے۔۔۔ اور یہی تکبر بالآخر اس کی تباہی کا باعث بن جاتا ہے۔

اگر قرآن کریم کا [illegible] مطالعہ کیا جائے تو یہ انکشاف ہوتا ہے کہ اللہ جل جلالہ نے ہر تہذیب کو
ایک منفرد علم اور مخصوص طرز کی بے پناہ ترقی پر پہنچایا ہے۔ بات کو سمجھنے کیلئے سورۃ سباء کی
آیت 45 کو دیکھتے ہیں۔

وَكَذَّبَ الَّذِيْنَ مِنْ قَبْلِهِمْ وَمَا بَلَغُوْا مِعْشَارَ مَآ اٰتَيْنٰهُمْ
فَكَذَّبُوْا رُسُلِيْ فَكَيْفَ كَانَ نَكِيْرِ ٥

اور ان لوگوں نے بھی جھٹلایا جو ان سے پہلے تھے اور یہ لوگ اس کے دسویں حصہ کو نہیں پہنچے
جو ہم نے انہیں دیا تھا پس انہوں نے میرے رسولوں کو جھٹلایا، پھر میرا کیسا عذاب ہوا۔

(سباء45)

غور کیا جائے تو پتا چلتا ہے کہ اللہ آگے آنے والے لوگوں کو کہہ رہا ہے کہ تم سے پہلے جن
تہذیبوں کو میں نے فنا کیا، جو ترقی اُن کو دی تھی تم تو اس کے دس فیصد تک بھی نہیں پہنچے۔ اللہ
کے بارے میں رائج عام قدامت پسندانہ تصور سے دیکھا جائے تو ایسا محسوس ہوتا ہے کہ
جیسے پرانی تہذیبوں کے لوگ ہو سکتا ہے جسمانی طور پر ہم سے مضبوط اور ڈیل ڈول میں
بڑے ہوں۔
ان کی عمریں بھی ہم سے زیادہ ہو سکتی ہیں یہ بھی ہو سکتا ہے کہ وہ لوگ جادو ٹونہ، جنتر منتر، علم
نجوم وغیرہ کو ہم سے زیادہ جانتے ہوں مگر ان کی ترقی اس سے زیادہ نہیں ہو سکتی کیونکہ ٹرین،
جہاز، بجلی، ٹیلیفون، انٹرنیٹ سمیت جتنی ہوشربا ترقی ہم نے کی ہے اس سے پہلے کوئی
تہذیب اس قدر خیرہ کن بے پناہ جدید تمدن تصور کرنے کے بھی قابل نہیں تھی۔
یہ زاویہ نظر قدامت پسند ہے۔ اس پر غور کرنے کی اور اس کی اصلاح کی ضرورت ہے۔
قرآن واحادیث کے وسیع مطالعے اور تحقیق سے یہ قدیم زاویہ نظر درست ہو جاتا ہے۔ ذیل
میں چند انتہائی اہم آیات پیش خدمت ہیں تا کہ غور وفکر کا سلسلہ آگے بڑھایا جا سکے۔

أَوَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَيَنْظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الَّذِينَ كَانُوا مِنْ
قَبْلِهِمْ ۚ كَانُوا هُمْ أَشَدَّ مِنْهُمْ قُوَّةً وَآثَارًا فِي الْأَرْضِ فَأَخَذَهُمُ اللَّهُ
بِذُنُوبِهِمْ وَمَا كَانَ لَهُمْ مِنَ اللَّهِ مِنْ وَاقٍ ۝

کیا انہوں نے زمین میں سیر نہیں کی کہ وہ دیکھتے ان لوگوں کا انجام کیسا تھا جو ان سے پہلے
ہو گزرے ہیں، وہ قوت میں ان سے بڑھ کر تھے اور زمین میں آثار کے اعتبار سے بھی پھر
اللہ نے انہیں ان کے گناہوں کے سبب سے پکڑ لیا، اور ان کے لیے اللہ سے کوئی
بچانے والا نہ تھا۔

(سورہ مؤمن 21)

وَلَقَدْ مَكَّنَّاهُمْ فِيمَا إِنْ مَكَّنَّاكُمْ فِيهِ وَجَعَلْنَا لَهُمْ سَمْعًا وَأَبْصَارًا
وَأَفْئِدَةً فَمَا أَغْنَىٰ عَنْهُمْ سَمْعُهُمْ وَلَا أَبْصَارُهُمْ وَلَا أَفْئِدَتُهُمْ مِنْ شَيْءٍ
إِذْ كَانُوا يَجْحَدُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ وَحَاقَ بِهِمْ مَا كَانُوا بِهِ يَسْتَهْزِئُونَ ۝

اور ہم نے ان لوگوں کو ان باتوں میں قدرت دی تھی کہ تم کو ان باتوں میں قدرت نہیں دی
اور ہم نے انہیں کان اور آنکھیں اور دل دیے تھے، پھر نہ تو ان کے کان ہی کام آئے اور نہ
ان کی آنکھیں ہی کام آئیں اور نہ ان کے دل ہی کچھ کام آئے کیونکہ وہ اللہ کی آیتوں کا انکار
ہی کرتے رہے اور جس عذاب کا وہ ٹھٹھا اڑایا کرتے تھے ان پر آن پڑا۔

(الاحقاف 26)

كَالَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ كَانُوا أَشَدَّ مِنْكُمْ قُوَّةً وَأَكْثَرَ أَمْوَالًا وَأَوْلَادًا
فَاسْتَمْتَعُوا بِخَلَاقِهِمْ فَاسْتَمْتَعْتُمْ بِخَلَاقِكُمْ كَمَا اسْتَمْتَعَ الَّذِينَ مِنْ

قَبْلِكُمْ بِخَلَاقِهِمْ وَخُضْتُمْ كَالَّذِي خَاضُوا ۚ أُولَٰئِكَ حَبِطَتْ أَعْمَالُهُمْ
فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ ۖ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ ٥

جس طرح تم سے پہلے لوگ تم سے طاقت میں زیادہ تھے اور مال اور اولاد میں بھی زیادہ تھے، پھر وہ اپنے حصہ سے فائدہ اٹھا گئے اور تم نے اپنے حصہ سے فائدہ اٹھایا جیسے تم سے پہلے لوگ اپنے حصہ سے فائدہ اٹھا گئے اور تم بھی انہیں کی سی چال چلتے ہو، یہ وہ لوگ ہیں جن کے اعمال دنیا اور آخرت میں ضائع ہو گئے، اور وہی نقصان اٹھانے والے ہیں۔

(التوبہ 69)

أَلَمْ يَرَوْا كَمْ أَهْلَكْنَا مِن قَبْلِهِم مِّن قَرْنٍ مَّكَّنَّاهُمْ فِي الْأَرْضِ مَا لَمْ
نُمَكِّن لَّكُمْ وَأَرْسَلْنَا السَّمَاءَ عَلَيْهِم مِّدْرَارًا وَجَعَلْنَا الْأَنْهَارَ تَجْرِي
مِن تَحْتِهِمْ فَأَهْلَكْنَاهُم بِذُنُوبِهِمْ وَأَنشَأْنَا
مِن بَعْدِهِمْ قَرْنًا آخَرِينَ ٥

کیا وہ دیکھتے نہیں کہ ہم نے ان سے پہلے بھی کتنی امتیں ہلاک کر دیں ہم نے انہیں زمین میں وہ اقتدار بخشا تھا جو تمہیں نہیں بخشا اور ہم نے ان پر آسمان سے خوب بارشیں برسائیں، اور ان کے نیچے نہریں بہا دیں پھر ہم نے انہیں ان کے گناہوں کی پاداش میں ہلاک کر دیا اور ہم نے ان کے بعد اور امتوں کو پیدا کیا۔

(الانعام 6)

أَوَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَيَنظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الَّذِينَ مِن قَبْلِهِمْ ۚ
كَانُوا أَشَدَّ مِنْهُمْ قُوَّةً وَأَثَارُوا الْأَرْضَ وَعَمَرُوهَا أَكْثَرَ مِمَّا عَمَرُوهَا

وَجَآءَتْهُمْ رُسُلُهُمْ بِالْبَيِّنٰتِ فَمَا كَانَ اللّٰهُ لِيَظْلِمَهُمْ وَلٰكِنْ كَانُوْٓا اَنْفُسَهُمْ يَظْلِمُوْنَ ○

کیا انہوں نے ملک میں پھر کر نہیں دیکھا کہ ان سے پہلوں کا کیسا انجام ہوا، وہ ان سے بھی بڑھ کر قوت والے تھے اور انہوں نے زمین کو جوتا تھا اور ان لوگوں سے بہت زیادہ آباد کیا تھا اور ان کے پاس ان کے رسول معجزات لے کر بھی آئے تھے، پھر اللہ ایسا نہ تھا کہ ان پر ظلم کرتا بلکہ وہی اپنے نفسوں پر ظلم کرتے تھے۔

(الروم 9)

قَدْ خَلَتْ مِنْ قَبْلِكُمْ سُنَنٌ فَسِيْرُوْا فِي الْاَرْضِ فَانْظُرُوْا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الْمُكَذِّبِيْنَ ○

تم سے پہلے کئی واقعات ہو چکے ہیں سو زمین میں سیر کرو اور دیکھو کہ جھٹلانے والوں کا کیا انجام ہوا۔

(آل عمران 137)

ان آیاتِ مبارکہ کے مطالعے سے واضح نظر آتا ہے کہ پہلے آنے والی تمام امتوں کو اللہ تعالیٰ نے مختلف خاص علوم سے نوازا تھا اور یہ تمام سابقہ تہذیبیں اپنی تباہی کے وقت اپنے مخصوص علوم کے درجہ کمال پر فائز تھیں۔

عاد کی ششدر کر دینے والی تعمیرات آج بھی سائنس کیلئے ایسے عجوبے کی حیثیت رکھتی ہیں جس کا کوئی جواب کسی کے پاس نہیں ہے۔ دنیا کے بڑے بڑے آرکیالوجسٹ انگشت بدنداں ہیں کہ آخر وہ کونسی ٹیکنالوجی تھی کہ جس کی مدد سے اس قوم نے بڑے بڑے سخت پہاڑوں کو تراش کر ان میں اپنے محلات تعمیر کر رکھے تھے۔

آج کے دور میں وہاں موجود کسی پہاڑ میں اگر عاد کے فن تعمیر سے ملتا جلتا کوئی ایک بھی گھر بنانے کی کوشش کی جائے تو تمام تر جدید ٹیکنالوجی کے باوجود اربوں ڈالر کا سرمایہ اور پانچ سے دس سال کا طویل عرصہ درکار ہے۔ اس قدر تردد کے بعد بھی آج کا انسان عاد کی عمارتوں کی خوبصورتی کا مقابلہ نہیں کر پائے گا۔

مدائن صالح قوم ثمود کے آثار ہیں۔ قرآن کریم نے اس کا ذکر تفصیل سے کیا ہے۔ یہ حضرت صالحؑ کی قوم تھی جس کو عذاب الٰہی سے روئے زمین سے ہمیشہ کیلئے مٹا دیا گیا۔ اس کے آثار سعودی شہر الاولا سے 50 کلومیٹر شمال میں موجود ہیں۔ یہ قوم اس قدر حیرت انگیز ترقی پر پہنچ چکی تھی کہ صحرا کی ہولناک خشک سالی سے نمٹنے کیلئے بارشوں کے دوران پانی کو ذخیرہ کرنے کیلئے بڑے بڑے ڈیم بنا رہی تھی۔

سیوریج کا اعلیٰ نظام، کئی کئی کلومیٹر تک پانی کی رسائی کیلئے بچھائے گئے پائپ اور عالی شان عمارتیں ان کی عظمتِ رفتہ کا منہ بولتا ثبوت ہیں۔ صحرا کی تپتی ریت میں جہاں سبزے کا تصور بھی محال ہوتا ہے یہ قوم ایک ایسی حیرت انگیز جنت ارضی آباد کر چکی تھی کہ جس پر آج کا انسان بھی حیران و پریشان ہے۔

وسیع و عریض گھنے درختوں کے باغات، سرسبز و شاداب گھاس، پھول اور ہر قسم کے پھلوں کے درخت کی افراط تھی۔ بڑے بڑے تالابوں میں مچھلی کی صورت غسل کرتے ہوئے لوگوں کا اس وقت کا طرز زندگی لاس اینجلس کے عیش و نشاط جیسا دکھائی دیتا ہے۔

قوم سبا جس کا ذکر قرآن کریم میں اس کی بے پناہ خوشحالی کی مناسبت سے کیا گیا۔ پانی کو ذخیرہ کرنے والے عظیم ڈیمز کے لامتناہی سلسلے تخلیق کر رہی تھی۔ کچھ فاصلے پر یمن انہی دنوں میں حضرت سلیمانؑ کی عظیم الشان سلطنت آب و تاب پر تھی۔ ہوا میں اڑنا معمول کی بات تھی۔ تختِ سلیمان آج بھی زبان زد عام ہے۔

حضرت سلیمانؑ کا ایک وزیر تورات کے علم سے تخت بلقیس کو کئی سو کلومیٹر کے فاصلے سے آنکھ جھپکنے سے پہلے دوسری جگہ منتقل کر رہا تھا۔ یہ علم کی وہ انتہائیں ہیں کہ آج کی دنیا میں ابھی تک کسی قوم کو میسر نہیں آتی ہیں۔

قرآن مصریوں کا ذکر اونچے اونچے شہپر pyramids بنانے والوں کے نام سے کرتا ہے۔ ساری دنیا فراعین کے مقبروں کو عجائب عالم میں شمار کرتی ہے۔ اوپری نظر سے کچھ حاصل نہیں ہوتا۔ تحقیق research کرنا ہوتی ہے۔ ان مقبروں pyramids پر جو تحقیقی مواد آرکیالوجی کے عالمی منظرنامے پر تسلیم شدہ مستند ماہرین نے مرتب کیا ہے اس کا اگر بغور مطالعہ کیا جائے تو عقل دنگ رہ جاتی ہے کہ ان مقابر میں کیسے کیسے جہان حیرت مدفون ہیں۔

یہ صرف عمارتیں نہیں ہیں یہ صرف آثار قدیمہ نہیں ہیں۔۔۔ اللہ جب کسی قوم کی زمین میں نشانی کو چھوڑتا ہے تو اس کا مطلب یہ نہیں ہوتا کہ آثار قدیمہ سمجھ کر وہاں پکنک منا کر اور ان قدیم آثار میں گھومتے پھرتے حیرت کا اظہار کر کے اپنے گھروں کو انسان واپس پلٹ جائے۔ کسی قوم کی نشانی چھوڑ کر اللہ یہ چاہتا ہے کہ آنے والے دور کے انسان عبرت حاصل کریں admonitory پکڑیں اور عبرت صرف کھنڈرات کو دیکھنے سے نہیں بلکہ ان پر تحقیق کرنے سے حاصل ہوتی ہے۔

کئی ہزار سال پہلے جو لاشیں مصریوں نے اپنے فرعونوں کی حنوط کی تھیں آج بھی درست حالت میں ہیں۔ مصریوں کو خواب کی تعبیر کا جو علم اللہ نے دیا تھا وہ اس قدر اوج کمال کو پہنچا ہوا تھا کہ حضرت یوسفؑ کو اللہ نے اپنی مشیت سے اپنے والد سے جدا کر کے مصر بھیجا تاکہ وہ خوابوں کا یہ علم حاصل کریں۔

وَقَالَ الَّذِي اشْتَرَاهُ مِن مِّصْرَ لِامْرَأَتِهِ أَكْرِمِي مَثْوَاهُ عَسَىٰ أَن يَنفَعَنَا أَوْ

نَّتَّخِذَهٗ وَلَدًا ؕ وَ كَذٰلِكَ مَكَّنَّا لِیُوْسُفَ فِی الْاَرْضِ ۚ وَ لِنُعَلِّمَهٗ مِنْ تَاْوِیْلِ الْاَحَادِیْثِ ؕ وَ اللّٰهُ غَالِبٌ عَلٰۤی اَمْرِهٖ وَ لٰكِنَّ اَكْثَرَ النَّاسِ لَا یَعْلَمُوْنَ ۝

اور جس نے اسے مصر میں خرید کیا اس نے اپنی عورت سے کہا اس کی عزت کر شاید ہمارے کام آئے یا ہم اسے بیٹا بنالیں، اس طرح ہم نے یوسف کو اس ملک میں جگہ دی اور تا کہ ہم اسے خواب کی تعبیر سکھائیں اور اللہ اپنے کام پر غالب ہے۔
لیکن اکثر لوگ نہیں جانتے۔

(یوسف 21)

مصری بے پناہ ترقی یافتہ تہذیب کے مالک تھے۔ بہت سے ایسے شواہد موجود ہیں جو یہ بتاتے ہیں کہ مصری قوم آج سے کئی ہزار سال پہلے کم ترقی یافتہ اور محدود طاقت رکھنے والی خاص قسم کی بجلی پیدا کر رہی تھی اور اسے اپنے استعمال میں بھی لا رہی تھی۔ یہ لوگ اس بجلی سے روشنی حاصل کرتے تھے۔ فراعین کے مقابر pyramids چونکہ اندر سے بہت وسیع و عریض ہیں جن میں زیرِ زمین بھی بے پناہ تعمیر ہوئی ہے مگر کسی مشعل کا کسی آگ کا کوئی نشان جیسے دیواروں پر دھوئیں کے کوئی ذرات کچھ بھی نہیں ملا۔ ان مقابر کی دیواروں پر ایسی بہت سی تصاویر موجود ہیں جن میں بہت سے لوگوں کو بجلی سے تجربات کرتے ہوئے دیکھا جا سکتا ہے۔ جو لوگ تحقیق کرنا چاہیں وہ ایرک وان ڈنکن Erich Von Daniken کی Chariots of God اور جارجیو سوکالس Giorgio Tsoukalos کی Gods of Ancient Aliens اور پراوین موہن کی ڈاکومنٹریز بآسانی دیکھ سکتے ہیں۔ یہ تمین رٹرنس صرف آغاز کیلئے لکھ دیئے ہیں جب اس بحر کی غواصی کی جائے گی تو بڑے راز طشت از بام ہوں گے جو یہاں لکھے نہیں جا سکتے۔۔۔

Truth is always strange than fiction.

یوں بھی ڈھونڈنے والوں کو صرف اشارہ ہی درکار ہوا کرتا ہے۔۔۔ یہ سب لکھنے کا مقصد صرف یہ واضح کرنا ہے کہ پہلے گزر چکی تہذیبوں کا تذکرہ قرآن پاک میں اللہ نے اس لیے کیا ہے کہ وہ کوئی گئی گزری تہذیبیں ہرگز نہ تھیں۔۔۔ اللہ کی پہچان اللہ کا تصور imageless image تب تک پختگی کو نہیں پہنچ سکتا جب تک اللہ سے محبت کرنے والا ان تہذیبوں کا گہرائی میں اُتر کر مطالعہ نہ کرے۔

قرآن پر تحقیق کی جائے تو کون سی غلط فہمی ہے جو باقی رہ جائے گی۔۔۔ ان تہذیبوں میں آج کے دور میں سب سے بڑا فرق یہ ہے کہ ہمارے پاس تصویر visual ہے۔ ہمارا فریم آف ریفرنس frame of reference تصویری visual ہے۔

ان اقوام کے پاس یہ سہولت موجود نہ تھی۔۔۔ یہ اللہ نے آج کی تہذیب کو عطا کی ہے جو بلا مبالغہ اسے باقی تمام گزر چکی تہذیبوں سے زیادہ ترقی یافتہ کر دینے میں بنیادی کردار ادا کرتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ پرانی تہذیبوں ancient civilizations میں دیواروں پر نقش و نگار اور تفصیلات بنائی جاتی تھیں تاکہ ریفرنس باقی رہ سکے۔ وہ اپنے نقوش چھوڑنا چاہتے تھے اور اس کیلئے ان کے پاس صرف ایک راستہ تھا کہ پتھر کا استعمال کریں۔ پرانی تہذیبوں کا مطالعہ کر لینے کے بعد انسان کو یہ احساس ہوتا ہے کہ اللہ قدیم بھی ہے اور جدید بھی۔

وہ پہلے دن سے جانتا ہے کہ انسان خلائی جہاز بنائے گا۔ خلا کا سفر کرے گا۔ علم سارا اللہ کا ہے اور اللہ کا علم ہمیشہ سے ہے۔ مقام افسوس یہ ہے کہ مسلمانوں نے تحقیق اور جستجو کو فراموش کر دیا اور صرف مذہب کو اپنی منزل بنا لیا۔ پرانی تہذیبوں کا جس قدر مطالعہ غیر مسلموں نے کیا ہے اس کا عشر عشیر بھی مسلمانوں کے حصے میں نہیں ہے یہی حال دورِ جدید کی ترقی کا ہے جس میں مسلمانوں کا کردار نہ ہونے کے برابر ہے۔

ذہن تصور خدا کے قدیم چنگل سے نجات پائے تو جدت کو عازم سفر ہوتا ہے۔ یہ ممکن نہیں کہ مسلمان خلائی علم space exploration سے بے نیاز رہے۔ جب تک زاویہ نظر سائنسی scientific نہ ہو جائے خدا کی پہچان کیسے ممکن ہو سکتی ہے؟ ہر دور کے انسان کو اپنے زمانے میں رہتے ہوئے خدا کو پہچاننا ہوتا ہے۔

جب سائنس اور ٹیکنالوجی کا وجود نہ تھا اس وقت خدا کی پہچان کیلئے جو بھی دستیاب اور رائج علم تھے انہیں میں رہتے ہوئے خدا کی پہچان تک پہنچنا ہوتا تھا لیکن اگر کوئی آج کے تیز رفتار ترقی یافتہ دور میں خدا کی پہچان تک سائنس اور ٹیکنالوجی کا مطالعہ کیے بغیر پہنچنا چاہے تو جان لے کہ سوچ کا یہی زاویہ نظر وہ قدامت پسندانہ تصور خدا ہے جس کا یہاں ذکر ہو رہا ہے۔

قرآن میں لاتعداد آیات میں اللہ تعالی نے ایمان والوں کی نشانی بتائی ہے کہ وہ زمین و آسمان کی پیدائش میں اللہ کی نشانیوں میں غور وفکر کرتے ہیں۔ انصاف سے سوچیں کہ کتنے مسلمان آج کل سائنس پر تحقیق کر رہے ہیں؟ ہم نے یہ کام سائنسدانوں کے سپرد کر رکھا ہے۔ امریکا، یورپ، برطانیہ اور چائنہ جاپان جیسے ترقی یافتہ ملکوں کا بچہ بچہ خلا کے علم سے مالا مال ہے۔ space exploration وہاں سب کی ترجیح ہے۔

1965ء میں جب امریکی خلا باز چاند پر گئے تو پوری امریکی قوم نے ٹیلیویژن کے گرد بیٹھ کر براہ راست یہ مناظر دیکھے۔ اس وقت سے لے کر آج تک ان کے اس جنون میں بے پناہ اضافہ ہو چکا ہے۔ اللہ خلا space کا بنانے والا ہے۔

چاند سورج ستارے، کہکشائیں سب اس نے بنائے ہیں کیا وہ اس انسان سے محبت نہیں کرے گا جو اسے جاننے کی چاہت میں ان سب عظیم نشانیوں میں غور کرتا ہو؟ خود سے سوال کریں کہ آپ نظام شمسی، سیاروں ستاروں، سورج چاند، کہکشاؤں، نوری سالوں، شہاب

ثاقب، خلائی مخلوق کی ممکنہ موجودگی possible alien existence اور ان کی اقسام (greys, reptilions, anunnaki, andrumedans)، خلائی تحقیق کے اداروں NASA، Area 51، خلابازوں، خلائی جہازوں، سویز soyuz، ستاروں کی ترتیب stars constellation، بلیک ہولز، گہری خلا deep space، اسپیس اسٹیشنز، یوایف او UFO، کے بارے میں کس قدر علم رکھتے ہیں؟؟؟

یہ سب اللہ کے علم کے مظاہر ہیں اگر آپ ان کو نہیں جانتے تو اللہ کو کتنا جانتے ہیں؟ ہم سب کچھ نہیں جان سکتے۔ ہم اللہ کو مکمل نہیں جان سکتے۔۔۔ مگر ہم بہت کچھ جان سکتے ہیں۔۔۔ ہم اللہ کو، اپنے رب کو بہت کچھ جان سکتے ہیں۔۔۔

اس ذات عظیم کی پہچان کا سفر شروع کیجئے۔۔۔ اللہ ہم سب کا منتظر ہے۔۔۔ وہ چاہتا ہے کہ اسے دریافت کیا جائے۔۔۔ اور کیوں نہ کیا جائے ایسے زبردست علم والے رب کو کیوں دریافت نہ کیا جائے؟

سورۃ الزمر یاد آتی ہے۔

وَمَا قَدَرُوا اللّٰهَ حَقَّ قَدْرِهٖ ۖ وَالْاَرْضُ جَمِيْعًا قَبْضَتُهٗ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَالسَّمَاوَاتُ مَطْوِيَّاتٌ بِيَمِيْنِهٖ ۚ سُبْحَانَهٗ وَتَعَالٰى عَمَّا يُشْرِكُوْنَ ○

اور انھوں نے اللہ کی قدر نہیں کی جیسا کہ اس کی قدر کرنے کا حق ہے
اور یہ زمین قیامت کے دن سب اسی کی مٹھی میں ہوگی اور آسمان اس کے
داہنے ہاتھ میں لپٹے ہوئے ہوں گے، وہ پاک اور برتر ہے
اس سے جو وہ شریک ٹھہراتے ہیں۔

(الزمر 67)

جو کچھ اوپر خلا کے بارے میں لکھا ہے اس میں موضوعات کی صورت بہت سے اشارے keywords بھی دے دیئے ہیں تا کہ جستجو کرنے والوں کے کام آئیں اور اللہ کی ذات علیم کی بے پناہ عظمت کے نئے دراُن پر وا ہوں۔ جیسے جیسے انسان کو علم ہوتا چلا جاتا ہے اس کی آنکھ کھلتی چلی جاتی ہے۔

ایسے ایسے سیارے ستارے موجود ہیں کہ ہزاروں زمینیں ان میں سما جائیں۔ ہم نہیں جانتے کہ جنت کیسی ہوگی۔ جہنم کیا بلا ہے، اللہ کے عرش کی کیفیت کیا ہے۔ ہم کچھ نہیں جانتے مگر اتنا ضرور اندازہ کر سکتے ہیں کہ اس دنیا سے اربوں کھربوں گنا زیادہ جدت اور ترقی پر اللہ کی سلطنت قائم ہے۔

وَاِذَا رَاَيْتَ ثَمَّ رَاَيْتَ نَعِيْمًا وَّمُلْكًا كَبِيْرًا

اور جب تو وہاں دیکھے گا تو نعمت اور بڑی سلطنت دیکھے گا۔

(الدھر/الانسان20)

آغاز میں قدامت پسندی کا نفس انسانی میں یہ حال ہوتا ہے کہ اپنی دنیا کے خلائی جہاز، بڑے بڑے جیٹ تو فطری لگتے ہیں لیکن جب تختِ سلیمان پر حضرت سلیمانؑ کی ہوا میں پرواز کا ذکر ہو تو ذہن میں ایک بڑا تخت جس پر چادر بچھی ہو اور وہ ہوا میں اڑتا ہوا ایسا کچھ تاثر بنتا ہے۔۔۔ یہ کیوں بنتا ہے؟ اس پر غور کرنے کی ضرورت ہے۔۔۔ اس موضوع کو ایک سوال کی صورت غور و فکر کیلئے پڑھنے والے کی صوابدید پر چھوڑا ہے۔۔۔

کبھی حج کے موقع پر طواف کعبہ کے دوران اونچائی سے لی گئی کسی تصویر، ویڈیو کو دیکھیں۔۔۔ پھر کسی بھی کہکشاں کی تصویر یا ویڈیو کو دیکھیں۔۔۔ انکشاف ہوتا ہے کہ دونوں میں بے پناہ مماثلت ہے۔۔۔ کعبہ کے گرد طواف کرتے ہوئے لوگ کسی کہکشاں galaxy کی طرح کیوں دکھائی دیتے ہیں؟

سائنس، ٹیکنالوجی اور اسپیس پر غور و فکر ذہن انسان کے مقفل دریچوں کو کھولتا ہے۔ اللہ کو جاننے کیلئے قرآن کا جاننا بے حد ضروری بلکہ بنیادی امر ہے اور قرآن کو جاننے کا ایک بہت بڑا ذریعہ سائنس ہے۔ یہ ایک دائرہ loop ہے اسے مکمل کیے بغیر تصور خدا واضح refine نہیں ہوتا۔ بات کو سمجھنے کیلئے قرآن سے کچھ ایسا دریافت کرنے کی کوشش کر کے دیکھتے ہیں جس کے دوران سائنس، ٹیکنالوجی اور اسپیس کا علم قرآن سے جڑ جائے۔۔۔

☆☆☆☆☆☆☆

شعریٰ اور قاب قوسین

Sirius Star & Double Bow Orbit

A continuum of prevoius chapter

سورۃ النجم کی آیت نمبر 49 میں اللہ تعالیٰ فرماتا ہے۔۔۔

وَاَنَّهٗ هُوَ رَبُّ الشِّعْرٰى ۝

اور یہ کہ وہی شعریٰ کا رب ہے۔

(النجم 49)

شعریٰ آسمان دنیا کا سب سے نزدیکی اور سب سے زیادہ چمکدار ستارہ ہے۔ اس کا انگریزی نام سیریس sirius ہے۔ صاف نظر آتا ہے کہ قرآن کے ذریعے اس نام سے اللہ انسان کو کوئی واضح اشارہ دے رہا ہے۔ شعریٰ sirius کا زمین سے فاصلہ 8.5 نوری سال ہے۔

اسے ڈبل بوسٹار double bow star کہا جاتا ہے۔

اس سے کچھ فاصلے پر ایک سفید چھوٹا ستارہ ہے۔ ان دونوں کو sirius A اور sirius B کہا جاتا ہے۔ سیریس A بڑا ہے جیسے سورج ہے اور سیریس B چھوٹا ہے جیسے ہماری یہ زمین ہے۔

سیریس بی serius B سیریس اے serius A کے گرد چکر لگا رہا ہے۔ مدار میں ہے۔ orbit کر رہا ہے۔ یہ بات ابھی تک معلوم نہیں کہ سیریس اے sirius A۔ یعنی شعریٰ کس شے کے گرد مدار میں ہے۔ سیریس بی sirius B کا قطر 12,000 کلومیٹر ہے اور زمین کا قطر 12,742 کلومیٹر ہے۔ یعنی جو ستارہ شعریٰ کے گرد گھوم رہا ہے وہ بالکل زمین کی جسامت کا ہے۔ جبکہ خود شعریٰ اے اس قدر بڑا ہے کہ ہمارے سورج جیسے 300 سورج اس میں سما سکتے ہیں۔

مصری egyptian شعریٰ کو جانتے تھے۔ ہر سال کے اختتام پر شعریٰ سورج کے نکلنے سے ذرا پہلے طلوع ہوتا تھا اس لیے مصری اپنے کیلنڈر سال کے نئے دن کا آغاز شعریٰ کے طلوع ہونے پر کرتے تھے ہر سال جب بھی یہ موقع آتا تھا وہ جان جاتے تھے کہ شعریٰ دکھائی دینے کا مطلب یہ ہے کہ نیل میں پانی زیادہ آئے گا کیونکہ ان وقتوں میں شعریٰ کے طلوع ہونے کا مطلب یہ ہوتا تھا کہ سیلابی ریلوں کا موسم شروع ہونے والا ہے جس سے نیل پانی سے بھر جائے گا۔

اسے قدیم مصری نیل کا ستارا star of nile کہا کرتے تھے۔ ہزاروں سال پہلے چونکہ یہ زمین سے بہت چمکدار حالت میں نظر آتا تھا۔ اس لیے بہت سی تہذیبوں میں اس کی پوجا کے شواہد بھی ملتے ہیں۔ وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ فاصلہ بڑھنے کی وجہ سے اب اسے دیکھنا اتنا آسان نہیں رہا۔ النجم کی آیت 49 میں جب اللہ فرماتا ہے کہ وہ شعریٰ کا رب ہے تو اس آیت سے دو حقائق آشکار ہوتے ہیں۔ پہلا تو یہ کہ اللہ خوب جانتا ہے کہ کن تہذیبوں نے شعریٰ کو رب مان کر اس کی پوجا کی اور اسی طرف اللہ کا اشارہ ہے کہ شعریٰ رب نہیں ہے بلکہ وہ (اللہ) شعریٰ کا رب ہے۔ دوسرا پہلو بہت ہی حیران کن ہے۔۔۔ واپس سورۃ النجم کو پلٹتے ہیں اور ابتدائی آیات پر نظر ڈالتے ہیں۔

ان آیات میں اللہ تعالیٰ ایک بہت ہی خاص واقعے event کا ذکر فرما رہا ہے۔ پہلی دس آیات حیرت انگیز ہیں۔

وَالنَّجْمِ اِذَا هَوٰى o مَا ضَلَّ صَاحِبُكُمْ وَمَا غَوٰى o وَمَا يَنْطِقُ عَنِ الْهَوٰى o
اِنْ هُوَ اِلَّا وَحْىٌ يُّوْحٰى o عَلَّمَهٗ شَدِيْدُ الْقُوٰى o ذُوْ مِرَّةٍ فَاسْتَوٰى o وَهُوَ
بِالْاُفُقِ الْاَعْلٰى o ثُمَّ دَنَا فَتَدَلّٰى o فَكَانَ قَابَ قَوْسَيْنِ اَوْ اَدْنٰى o
فَاَوْحٰى اِلٰى عَبْدِهٖ مَا اَوْحٰى o

ستارے کی قسم ہے جب وہ ڈوبنے لگے۔ تمہارا رفیق نہ گمراہ ہوا ہے اور نہ بہکا ہے۔
اور نہ وہ اپنی خواہش سے کچھ کہتا ہے۔ یہ تو وحی ہے جو اس پر آتی ہے۔ بڑے طاقتور
جبرائیل) نے اسے سکھایا ہے۔ جو بڑا زور آور ہے پس وہ قائم ہوا (اصلی صورت
میں)۔ اور وہ (آسمان کے) اونچے کنارے پر تھا۔ پھر نزدیک ہوا پھر اور
بھی قریب ہوا۔ پھر فاصلہ دو کمان کے برابر تھا یا اس سے بھی کم۔
پھر اس نے اللہ کے بندے کے دل میں القا کیا
جو کچھ القا کیا دل نے۔

(النجم 1 تا 10)

اب شعریٰ اے اور شعریٰ بی پر پیچھے ہو چکی تمام معلومات کو ذہن میں رکھتے ہوئے آگے بڑھیں کہ ایک اور راز آشکار ہونے کو ہے۔۔۔ شعریٰ بی sirius B ایک چھوٹے ستارے یا سیارے کی شکل میں شعریٰ اے sirius A کے گرد مدار پر چکر کاٹ رہا ہے orbit کر رہا ہے۔ شعریٰ بی ایک چکر شعریٰ اے کے گرد 49.9 سال میں پورا کرتا ہے۔ اس گردش کو double bow کہا جاتا ہے جس کا لفظ بالفظ عربی ترجمہ قاب قوسین بنتا ہے۔ اسے double length units بھی کہا جاتا ہے۔ کائنات میں ابھی تک

دریافت ہونے والی اپنی نوعیت کی یہ منفرد ترین مدار کی گردش orbit rotation ہے جو بیک وقت دائرے میں بھی ہے اور لہردار بھی ہے۔۔۔ نیچے دی گئی تصویر میں شعریٰ بی sirius B کی گردش کی لکیر میں جتنے بھی اُتار چڑھاؤ ہیں وہ اپنی انفرادی حیثیت میں ہر 49.9 سال بعد قاب قوسین double bow کی شکل میں مکمل ہوتے ہیں۔ یہ گردش کچھ اس طرح دکھائی دیتی ہے۔

Figure: 1
Top View

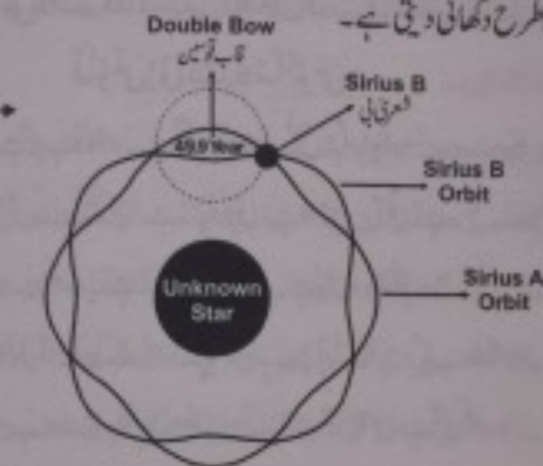
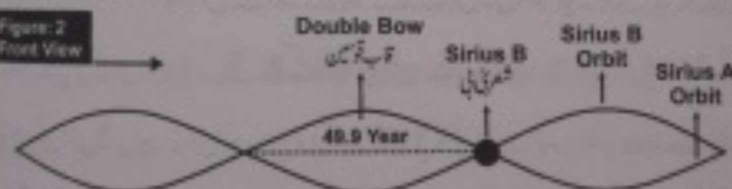


Figure: 2
Front View



اس مناسبت سے بلاشک وشبہ کائنات میں شعریٰ sirius انتہائی خاص مقام ہے۔۔۔ النجم کی آیت 9 کو جس میں قاب قوسین کا ذکر ہے جب اسی سورہ کی 49 آیت جس میں اللہ نے شعریٰ کا نام لیا ہے کے ساتھ منسلک کیا جائے تو 49.9 کا حیرت انگیز عدد حاصل ہوتا ہے جو شعریٰ بی کی شعریٰ اے کے گرد گردش کا مکمل ترین دورانیہ ہے۔ النجم کی پہلی دس آیات میں جس بڑے واقعے کی طرف اشارہ ہے اس کے مطابق حضرت جبریلؑ آسمانوں کی

انتہائی بلندیوں سے نیچے اترتے ہوئے شعریٰ تک آئے یہاں تک کہ وہ قاب قوسین double bow سے بھی قریب آ گئے یعنی وہ ہماری زمین سے شعریٰ کے مدار تک کے فاصلے پر آئے۔ اب دو طرح کی صورتحال ہو سکتی ہیں۔

پہلی یہ کہ زمین سے خود حضور اکرمؐ اس مقام تک پہنچائے گئے۔۔۔ دوسری یہ کہ حضرت جبریلؑ اپنی اصل زور آور صورت میں شعریٰ کے قریب تر آئے اور حضور اکرمؐ نے زمین پر موجود رہتے ہوئے اپنی چشمِ مبارک سے حضرت جبریلؑ کے حقیقی وجود کا مشاہدہ کیا اور اس دوران حضرت جبریلؑ نے حضورؐ کے دل پر وحی کیا۔ اس دوسرے خیال کی تصدیق صحیح مسلم کی جلد اول (ایمان کا بیان) نمبر 439 سے ہوتی ہے

راوی: زہیر بن حرب، اسماعیل ابن ابراہیم، داؤد، شعبی

حضرت مسروق کہتے ہیں کہ میں ام المؤمنین حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا کے پاس تکیہ لگائے بیٹھا تھا انہوں نے فرمایا اے ابو عائشہ (یہ ان کی کنیت ہے) تین باتیں ایسی ہیں کہ اگر کوئی ان کا قائل ہو جائے تو اس نے اللہ پر بہت بڑا جھوٹ باندھا۔

میں نے عرض کیا وہ تین باتیں کون سی ہیں؟

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا نے فرمایا کہ ایک تو یہ ہے کہ جس نے خیال کیا کہ حضور اکرمؐ نے اپنے رب کو دیکھا ہے تو اس نے اللہ پر بڑا جھوٹ باندھا۔ مسروق کہتے ہیں کہ میں تکیہ لگائے بیٹھا تھا میں نے یہ سنا تو اُٹھ کر بیٹھ گیا۔

میں عرض کیا اے اُم المؤمنین مجھے بات کرنے دیں اور جلدی نہ کریں کیا اللہ نے نہیں فرمایا (وَلَقَدْ رَاٰهُ نَزْلَةً اُخْرٰى o) حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا فرمانے لگیں کہ اس امت میں سب سے پہلے میں نے ان آیات کے بارے میں حضورؐ سے پوچھا۔ آپؐ نے فرمایا ان آیتوں سے مراد جبرائیلؑ ہیں۔ میں نے انہیں ان کی اصل صورت میں نہیں

دیکھا سوائے دو مرتبہ کے جس کا ان آیتوں میں ذکر ہے۔ میں نے دیکھا وہ آسمان سے اتر رہے تھے اور ان کے تن و توش کی بڑائی نے آسمان سے زمین تک کو گھیر رکھا تھا۔

النجم کی پہلی دس آیات اسی عظیم واقعہ کی طرف اشارہ کرتی ہیں اور صرف لفظ شعریٰ پر غور کرنے سے ہمیں حضرت جبرائیلؑ کے اُس مقام کا علم ہو جاتا ہے جس مقام سے حضورؐ نے ان کا اصل وجود کا مشاہدہ کیا تھا۔ اب اگر قرآن کو جدت سے نہ پڑھا جائے تو کوئی طریقہ نہیں کہ اس راز تک کسی کو رسائی ہو سکے۔

اس خیال کو ان آیات سے بھی تقویت ملتی ہے۔۔۔

إِنَّهُ لَقَوْلُ رَسُولٍ كَرِيمٍ ۝ ذِي قُوَّةٍ عِندَ ذِي الْعَرْشِ مَكِينٍ ۝
مُّطَاعٍ ثَمَّ أَمِينٍ ۝ وَمَا صَاحِبُكُم بِمَجْنُونٍ ۝
وَلَقَدْ رَآهُ بِالْأُفُقِ الْمُبِينِ ۝

کہ بے شک یہ فرشتہ عالی مقام کی زبان کا پیغام ہے۔ جو صاحب قوت مالک عرش کے ہاں اونچے درجے والا ہے۔ سردار اور امانت دار ہے۔ اور تمہارے رفیق (محمد ﷺ) دیوانے نہیں ہیں۔ بے شک انہوں نے اس (فرشتے) کو آسمان کے کھلے کنارے پر دیکھا ہے

(التکویر 19 تا 23)

اب سورۃ النجم پر جو بحث یہاں ہوئی ہے اسے صیقل refine کیا جا رہا ہے۔ یہ سطور انتہائی توجہ سے پڑھی جانے کے لائق ہیں۔ دو حیرت انگیز حقائق سے پردہ اُٹھتا ہے۔۔۔ پہلا راز یہ کھلتا ہے کہ حضرت جبرائیل اپنی اصل حالت میں شعریٰ تک ہی آئے ہیں۔۔۔ صاف دکھائی دیتا ہے کہ شعریٰ سے آگے حضرت جبریلؑ اگر مزید نیچے اترتے تو زمین اور زمین کا آسمان اُن کو اُن کی اصل شکل و صورت اور جسامت میں

سمونے کی استطاعت capacity نہیں رکھتے تھے۔۔۔زمین اور زمین کے آسمان میں اتنی گنجائش نہ تھی کہ جبرائیلؑ کی عظیم جسامت کو اپنے اندر مزید سمو سکیں contain کر سکیں اس لیے شعریٰ وہ آخری حد تھی جہاں سے آسمان دنیا پر جبرائیلؑ کو اصل حالت میں مکمل طور پر دیکھا جاسکتا تھا۔ اس سے اللہ کے فرشتوں کی عظمت و ہیبت کا درست ترین اندازہ ملتا ہے کہ ان کی طاقت، ہیبت و عظمت کے آگے یہ زمین اور اس کا آسمان اتنی حیثیت بھی نہیں رکھتے کہ اللہ کا مقرب فرشتہ اپنی اصل حالت میں ان پر نزول کر سکے۔۔۔

بلاشبہ یہ بہت بڑا واقعہ تھا۔

اس واقعے سے یہ احساس بھی ہوتا ہے کہ اللہ نے اپنی تخلیق کردہ کیسی کیسی زبردست اور عظیم الشان مخلوقات پر اس کمزور انسان کو فضیلت بخشی اور اپنی خلافت کا حقدار اور امیدوار سمجھا۔ یہ واقعہ اللہ کی انسان سے بے پناہ محبت اور الفت کا منہ بولتا ثبوت ہے۔ انسانوں کو ہر حال میں لازم ہے کہ ایسے قدردان رب کی پرستش اور چاہت میں اپنی ہر خوشی قربان کر دیں کہ ان کا رب ان پر ہر شے سے زیادہ مہربان اور ہر شے سے زیادہ محبت کرنے والا ہے۔

دوسری حقیقت اس تحقیق سے یہ عیاں ہوتی ہے کہ اللہ نشانیاں اس لیے بیان کرتا ہے اشارے اس لیے دیتا ہے کہ وہ جانتا ہے کہ وہ ہر دور کے انسان سے مخاطب ہے۔ وہ سب جانتا ہے کہ کس دور کے انسان میں کتنی اہلیت ہے۔ اس نے ہر دور کے انسان کو علم سکھانا ہے۔۔۔اسی لئے قرآن ہر دور کے انسانوں کیلئے علم و ہدایت کا سرچشمہ ہے۔ بالفرض اگر قرآن میں کوئی ایسی آیت ہوتی کہ شعریٰ ایسا ستارہ ہے جس کے گرد ایک چھوٹا سیارہ ہر پچاس سال کے بعد ایک ایسا چکر لگاتا ہے جو دو کمانوں کی طرح ہوتا ہے اور جبرائیلؑ اپنی اصل جسامت میں وہاں تک ہی آسکتے تھے۔۔۔

تو یہ بات لازم تھی کہ اُس دور کا صحرا میں رہنے والا انسان ساتویں صدی میں آج کی ٹیکنالوجی کے بغیر یہ بات سمجھنے سے معذور ہوتا اور جب کہ اللہ کا یہ بھی دعویٰ ہوتا کہ قرآن انسان کا نہیں بلکہ رب کا کلام ہے تو اس طرح کی کھلی آیت کے آنے سے اس کا ذہن بری طرح الجھ جاتا کہ جس شے کو وہ سمجھ ہی نہیں سکتا اس پر اُس کا امتحان اور حساب کس بات کا ہو رہا ہے۔۔۔

اسی لیے اللہ قرآن میں نشانی sign چھوڑتا ہے۔ اور اسی لیے وہ بار بار حکم دیتا ہے ترغیب دلاتا ہے کہ میری نشانیوں (بیّنات) پر غور کرو۔ اس نے ہر دور کے انسان کے علم کے مطابق اسے آگے بڑھایا ہے۔ وہ جانتا تھا کہ شعرٰی کی حقیقت کو تلاش کرنے والے بعد میں آئیں گے اس لیے اس نے بات کو اختصار keyword میں بیان کیا۔۔۔ اور نشانی چھوڑ گیا۔۔۔ اسے پتا تھا کہ آنے والے وقتوں میں ایسے لوگ ہوں گے جو انٹرنیٹ، اسپیس ٹیکنالوجی، ٹیلی اسکوپس سے لیس ہوں گے ان میں اس پر ایمان رکھنے والے بھی ہوں گے۔ جب وہ دیکھیں گے کہ ان کے رب نے خاص طور پر ایک ستارے کا نام لیا ہے۔۔۔ تو وہ چونک اٹھیں گے۔۔۔ اور تلاش کو نکلیں گے۔۔۔ پھر وہ دیکھ لیں گے کہ ان کے رب نے انہیں کیا بتایا تھا۔۔۔ قاب قوسین کیا تھا۔۔۔ اور شعرٰی کیا تھا۔۔۔ ان کا رب جانتا تھا کہ وہ اسے قدامت میں بھی پہچان لیں گے اور جدت میں بھی جان لیں گے۔ جیسے جیسے زمانہ آگے بڑھتا جائے گا قرآن کھلتا چلا جائے گا۔۔۔ جتنی ٹیکنالوجی بڑھے گی انسان پر اللہ کا تصور اتنا ہی واضح ہو کر پوری ہیبت اور شان و شوکت سے نازل ہوگا۔۔۔

سَنُرِيهِمْ آيَاتِنَا فِي الْآفَاقِ وَفِي أَنفُسِهِمْ حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ
أَوَلَمْ يَكْفِ بِرَبِّكَ أَنَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ شَهِيدٌ ۝

عنقریب ہم اپنی نشانیاں انہیں کائنات میں دکھائیں گے اور خود ان کے نفس میں
یہاں تک کہ ان پر واضح ہو جائے گا کہ وہی حق ہے، کیا ان کے رب کی
یہ بات کافی نہیں کہ وہ ہر چیز کو دیکھ رہا ہے۔
(فصلت53)

شعریٰ ستارے کے گرد قاب قوسین کی موجودگی کے تمام ممکن ثبوت ایک تھیوری کی حیثیت سے اس کتاب میں درج کر دیے ہیں اب آگے یہ تحقیق کا ذوق رکھنے والے اہل علم کا کام ہے کہ اس دریافت کے درست یا غلط ہونے کا فیصلہ کریں۔ جن کے پاس اسپیس کا علم ہے ان کے پاس قرآن نہیں ہے اور جن کے پاس قرآن ہے وہ اسپیس کو ایکسپلور کرنے سے پہلو تہی کیے بیٹھے ہیں۔۔۔ جو لوگ اس موضوع پر مزید تحقیق کرنا چاہیں وہ انٹرنیٹ پر sirius orbit کے کی ورڈ keyword کی مدد سے آگے جا سکتے ہیں۔ اس موضوع پر تمام تر معلومات ہارورڈ یونیورسٹی کی ویب سائٹ پر شائع ہونے والے بارٹ لیٹ، اے۔ کے Bartlett,A.K کے تھیسز Thesis بعنوان Sirius the dog star کے صفحہ 81 تا 87 سے لی جا سکتی ہیں۔ اسے ہارورڈ یونیورسٹی کے جریدے Popular Astronomy کے اٹھارہویں والیم میں شائع کیا گیا جسے اس وقت خاصی مقبولیت حاصل ہوئی۔

قرآن کو غور و فکر سے پڑھنا لازم ہے کہ سب کچھ اسی سے ملتا ہے۔ تلاوت بھی کرنی چاہیے لیکن تلاوت زیادہ دیر نہیں کی جا سکتی۔ غور و فکر لامحدود ہے۔ جتنا بھی کیا جائے کم ہے۔ بہت بڑی تعداد لوگوں کی ایسی ہے جنھوں نے صرف ناظرہ پڑھ رکھا ہے اور اسی پر اکتفا کرتے چلے آتے ہیں یا پھر کبھی جذباتی ہو کر بیچ بیچ سے تھوڑا بہت کبھی ترجمہ پڑھ لیتے ہیں۔ ایسے اشتہاں بٹنے والی۔۔۔

جو قرآن نہیں پڑھے گا اس پر غور نہیں کرے گا ہدایت نہیں پائے گا۔۔۔ جو اللہ کے رستے میں آگے جانا چاہے اور اللہ کے بارے میں جاننے کی خواہش رکھتا ہو۔۔۔ اسے چاہیے کہ سب سے پہلے قرآن کو اردو ترجمے کے ساتھ مکمل لازمی پڑھ لے۔ بالکل ایسے جیسے اردو ادب کی کوئی کتاب پڑھی جاتی ہے۔

اس طرح قرآن کو ایک بار پوری توجہ کے ساتھ ایک کتاب کی طرح شروع کریں تاکہ جان سکیں کہ آخر قرآن میں لکھا گیا ہے۔ انشاء اللہ اس پڑھنے کے دوران قرآن کے وسیلے سے اللہ کے ساتھ رابطہ جڑ جائے گا۔ ایک بار قرآن کو ترجمہ کی صورت مکمل پڑھ لینے سے ذہن روشن ہو جاتا ہے۔ قرآن پڑھتے ہوئے ذہن میں قرآن کے متعلق کوئی فیصلہ یا رائے قائم نہیں کرنی چاہیے۔ ایسا بھی ہوتا ہے کہ تصوف کی طرف مائل لوگوں کو قرآن سارے کا سارا تصوف لگنے لگتا ہے اور صرف شریعت کو ماننے والے لوگوں کو قرآن میں کوئی تصوف نظر نہیں آتا۔ زاویہ نظر نہیں بنانا چاہیے ورنہ جو بھی زاویہ نظر perspective آپ کا ہوگا قرآن آپ کو ویسا ہی نظر آنے لگے گا۔ کیا ہم دیکھتے نہیں کہ تمام مسالک کے ماننے والے اپنے مسلک کی مناسبت سے دلائل قرآن سے اخذ کر رہے ہوتے ہیں۔۔۔

غیر جانبدار neutral ہو کر پڑھنا ہوتا ہے۔ یہ تصور غلط ہے کہ قرآن کو صرف علماء ہی سے سمجھا جا سکتا ہے۔ علماء کا بہت بڑا کردار ہے۔ قرآن کو پڑھنے، درست تلفظ کی ادائیگی سیکھنے، قرآن کی پیچیدگیوں کو سمجھنے کیلئے علماء کی سو فیصد ضرورت ہے اور بے شک علماء خراج تحسین کے مستحق ہیں کہ بغیر کوئی معاوضہ لیے ہر جگہ قرآن سکھانے کیلئے کوشاں ہیں۔

یہاں بات ہو رہی ہے ذاتی طور پر قرآن کو پڑھنے اور اسے سمجھنے کی۔ پہلے خود پڑھنا ہوتا ہے۔۔۔ سمجھنا ہوتا ہے۔۔۔ کہا جاتا ہے کہ خود پڑھنے سے آدمی گمراہ بھی ہو سکتا ہے۔

ایسی کوئی بات نہیں قرآن اسے گمراہ کرتا ہے جو منافق ہوتا ہے جس کی نیت خراب ہوتی ہے۔ جو اخلاص کے ساتھ اپنے رب کو جاننے پہچاننے کیلئے قرآن پڑھے اسے اللہ کیوں گمراہ کرے گا؟

إِنَّ اللَّهَ لَا يَسْتَحْيِي أَنْ يَضْرِبَ مَثَلًا مَا بَعُوضَةً فَمَا فَوْقَهَا فَأَمَّا الَّذِينَ آمَنُوا فَيَعْلَمُونَ أَنَّهُ الْحَقُّ مِنْ رَبِّهِمْ وَأَمَّا الَّذِينَ كَفَرُوا فَيَقُولُونَ مَاذَا أَرَادَ اللَّهُ بِهَٰذَا مَثَلًا يُضِلُّ بِهِ كَثِيرًا وَيَهْدِي بِهِ كَثِيرًا وَمَا يُضِلُّ بِهِ إِلَّا الْفَاسِقِينَ

بے شک اللہ نہیں شرماتا اس بات سے کہ کوئی مثال بیان کرے مچھر کی یا اس چیز کی جو اس سے بڑھ کر ہے، سو جو لوگ مومن ہیں وہ اسے اپنے رب کی طرف سے صحیح جانتے ہیں اور جو کافر ہیں سو کہتے ہیں اللہ کا اس مثال سے کیا مطلب ہے، اللہ اس مثال سے بہتوں کو گمراہ کرتا ہے اور بہتوں کو اس سے ہدایت کرتا ہے،

اور اس سے گمراہ تو بدکاروں ہی کو کیا کرتا ہے۔

(البقرہ 26)

وَلَقَدْ يَسَّرْنَا الْقُرْآنَ لِلذِّكْرِ فَهَلْ مِنْ مُدَّكِرٍ ۝

اور البتہ ہم نے تو سمجھنے کے لیے قرآن کو آسان کر دیا

پھر کوئی ہے کہ سمجھے۔

(القمر 17)

اللہ خود کہہ رہا ہے کہ گھبراؤ مت، ڈرو نہیں اسے پڑھو میں نے اسے آسان کر دیا ہے اور ہم تنہا کہ خوف کھاتے ہیں کہ کہیں کسی آیت کا مطلب غلط سمجھ بیٹھے تو گمراہ ہو جائیں

گے۔ قرآن کو علماء سے بھی سیکھنا چاہیے اور خود بھی اس پر غور کرنا چاہیے۔ اصل بات یہ ہے کہ جب کوئی قرآن پڑھنا شروع کرتا ہے تو آہستہ آہستہ آگے بڑھتے رہنے کے ساتھ اسے خود بخود تفاسیر کی ضرورت بھی محسوس ہونے لگتی ہے اور کسی عالم سے رابطہ کرنے کی اہمیت بھی بخوبی سمجھ آنے لگتی ہے۔

لوگ اسے بہانہ بنا کر قرآن میں محنت کرنے سے جی چراتے ہیں کہ عالم کے سمجھائے بغیر ہمیں کچھ سمجھ نہیں آنے والا۔ کوئی پوچھے کہ جناب روکتا کون ہے؟ جائیں اور علم حاصل کریں۔ اللہ کے گھر کے دروازے بھی کھلے ہیں اور اللہ کے بندوں کے دل بھی۔۔۔ جو نہیں جانا چاہتا وہ نہ جائے مگر خود تو پڑھے۔۔۔ قرآن کو صرف تلاوت کرنے کیلئے طاقوں پر سجا کر رکھنا قرآن کی اصل بے ادبی ہے۔۔۔ یہ اللہ کی ناقدری ہے۔۔۔ اگر اللہ کو صرف تلاوت کروانا ہوتی تو فرشتے بہت تھے۔ انسان کو قرآن عطا فرمانے کا اصل مقصد اسے علم کا انتہائی اعلیٰ ذریعہ دینا تھا تاکہ وہ اس پر غور و فکر کر کے اپنی نجات کیلئے کام شروع کر سکے۔ قرآن سمجھنے کے بعد جو لطف تلاوتِ قرآن میں ہے وہ دنیا کی اور کسی شے میں نہیں۔ قرآن تو اللہ کی بندے سے براہِ راست بات چیت communication ہے۔۔۔ قرآن اللہ تعالیٰ کی اعلیٰ ترین سائنس کی وہ شاندار اور عظیم الشان کتاب ہے جو اللہ نے براہِ راست آسمانوں سے انسان کیلئے نازل کی ہے۔۔۔ یہ کہکشاؤں galaxies کے اس پار سے آئی کتاب ہے۔۔۔ قرآن اس کائنات کا مینوئل ہے۔۔۔ machine language ہے۔۔۔ اچانک سمجھ نہیں آجاتا۔۔۔ پہلے بھی لکھا ہے کہ اللہ کی کائنات میں کوئی کام اچانک نہیں ہے۔ ہر شے دلیل سے ہے۔ جو اچانک دکھائی دیتا ہے اس کے پیچھے بھی ایک پورا میکنزم کارفرما ہوتا ہے۔ جو قرآن کو اخلاص سے پڑھے گا، سیکھے گا، وہی اسے سمجھے گا اور جو قرآن کو سمجھ لے گا وہ سب کچھ سمجھ لے

گا۔۔۔پہلی بار قرآن کریم کو ترجمہ سے پڑھ لینے کے بعد جب باقاعدہ قرآن کریم کے مطالعے کا آغاز کیا جائے تو قرآن کا لفظی معنی والا ترجمہ سب سے ضروری ہے۔ تا کہ لفظ بہ لفظ آیات کو سمجھا جا سکے۔ اس طرح عربی سے بھی بہت جلد واقفیت پیدا ہونے لگتی ہے۔

قرآن پڑھنے کا یہ بھی ایک بہت اعلیٰ طریق ہے کہ جو بھی موضوع قرآن میں تلاوت کیا جا رہا ہو اس موضوع پر رُک کر تفصیل سے ریسرچ کرنی چاہیے مثال کے طور پر اگر سورہ کہف پڑھی جا رہی ہے تو پہلا موضوع اصحاب کہف مکمل ہونے پر آگے سورہ میں بڑھنے کی بجائے اصحاب کہف پر رُک کر ریسرچ کا آغاز کرنا چاہیے۔۔۔ انگریزی زبان پر اچھا عبور ہونا بہت ضروری ہے کیونکہ جو بھی تحقیقی مواد یا ڈیٹا آ رہا ہے وہ زیادہ تر انگریزی میں ہے۔ اردو میں روایتی مذہبی مواد تو بہت سا ہے لیکن تحقیقی مواد اپ ڈیٹ نہیں ہو رہا۔۔۔ سرچ انجن سے استفادہ حاصل کرنے کا ہنر بخوبی آنا چاہیے۔ اسی طرح یوٹیوب اور انٹرنیٹ سرچ انجن کو اکثر محقق جو قرآن پر تحقیق کر رہے ہوتے ہیں نظر انداز کر دیتے ہیں۔ یہ بڑی غلطی ہے۔۔۔ ویب سائٹس اور ویڈیوز کا ڈیٹا بیس بہت بیش قیمت لائبریری ہے۔ اگر تلاش کرنا آتا ہو۔۔۔ انسان غلط معلومات سے بچ نکلنے اور مستند علمی ذرائع authentic source تک پہنچنا جانتا ہو تو ہر طرز کی اعلیٰ تحقیق انٹرنیٹ پر دستیاب ہے۔۔۔

مدارس کے طلباء کو صرف تین سے چھ ماہ کا بنیادی کمپیوٹر شارٹ کورس اگر سنجیدگی سے پڑھا دیا جائے اور پھر انٹرنیٹ کے باقاعدہ استعمال کی اجازت دی جائے اور وسائل بھی مہیا کر دیئے جائیں تو انہی میں سے تیار ہونے والے مستقبل کے علماء کرام کا علم بلا مبالغہ کئی گنا محیرہ کن طاقت سے دنیا کو چونکا کر رکھ دے گا۔ بالکل اسی طرح بہت سی ایسی ویب سائٹس بھی ہیں جو ریسرچ میں بے پناہ مدد کرتی ہیں۔ آن لائن قرآن کی اردو عربی انگلش ریسرچ بہت سی ویب سائٹس پر دستیاب ہے۔ اسی طرح حدیث کی تمام کتب بمع تراجم و تفاسیر

باآسانی ڈھونڈی جاسکتی ہیں۔ سمارٹ فون پر اسلام 360 ایپ انسٹال کر لی جائے تو عربی، انگلش، ہندی سمیت اردو کے دس سے زائد تراجم بمع تفاسیر اس ایپ میں دستیاب ہیں۔ قرآت کے ساتھ اور بھی بے شمار سہولیات ہیں۔ آج کے دور میں بھی اگر کوئی کہے کہ اسے سکھانے والا کوئی نہیں یا علم تک اس کی رسائی نہیں تو یہ سوائے جہل کے اور کچھ نہیں ہے۔۔۔ قدامت اور جدت دونوں کو خوب اچھی طرح دیکھ لینے سے نفس میں خدا کا تصور نکھر جاتا ہے۔ فکشن کی جگہ حقیقت لے لیتی ہے۔۔۔ یہ بہت بڑی نعمت ہے اور اس نعمت کا حصول صرف اور صرف مسلسل محنت سے ہی ممکن ہے۔۔۔ آخر میں ذہن کو تحریک دینے اور تحقیق پر مائل کرنے کیلئے کچھ آیات اس موضوع پر ضرور دیکھ لینی چاہئیں۔

اِنَّ فِیْ خَلْقِ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ وَاخْتِلَافِ الَّیْلِ وَالنَّهَارِ وَالْفُلْكِ الَّتِیْ تَجْرِیْ فِی الْبَحْرِ بِمَا یَنْفَعُ النَّاسَ وَمَاۤ اَنْزَلَ اللّٰهُ مِنَ السَّمَآءِ مِنْ مَّآءٍ فَاَحْیَا بِهِ الْاَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا وَبَثَّ فِیْهَا مِنْ كُلِّ دَآبَّةٍ وَّتَصْرِیْفِ الرِّیٰحِ وَالسَّحَابِ الْمُسَخَّرِ بَیْنَ السَّمَآءِ وَالْاَرْضِ لَاٰیٰتٍ لِّقَوْمٍ یَّعْقِلُوْنَ○

بے شک آسمانوں اور زمین کے پیدا کرنے میں، اور رات اور دن کے بدلنے میں، اور جہازوں میں جو دریا میں لوگوں کی نفع دینے والی چیزیں لے کر چلتے ہیں، اور اس پانی میں جسے اللہ نے آسمان سے نازل کیا ہے پھر اس سے مردہ زمین کو زندہ کرتا ہے اور اس میں ہر قسم کے چلنے والے جانور پھیلاتا ہے، اور ہواؤں کے بدلنے میں، اور بادل میں جو آسمان اور زمین کے درمیان حکم کا تابع ہے، البتہ عقلمندوں کے لیے نشانیاں ہیں۔

(البقرہ164)

قُلِ انْظُرُوْا مَاذَا فِي السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ ۚ وَمَا تُغْنِي الْاٰيٰتُ وَالنُّذُرُ عَنْ
قَوْمٍ لَّا يُؤْمِنُوْنَ ○

کہہ دو دیکھو کہ آسمانوں اور زمین میں کیا کچھ ہے، اور بے ایمان قوم کو معجزے
اور ڈرانے والے کچھ فائدہ نہیں دیتے۔

(یونس 101)

لَقَدْ كَانَ فِيْ يُوْسُفَ وَاِخْوَتِهٖٓ اٰيٰتٌ لِّلسَّآئِلِيْنَ ○

البتہ یوسف اور اس کے بھائیوں کے قصہ میں پوچھنے والوں کے لیے نشانیاں ہیں۔

(یوسف 7)

وَكَاَيِّنْ مِّنْ اٰيَةٍ فِي السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ يَمُرُّوْنَ عَلَيْهَا
وَهُمْ عَنْهَا مُعْرِضُوْنَ ○

اور آسمانوں اور زمین میں بہت سی نشانیاں ہیں جن پر سے یہ گزرتے ہیں
اور ان سے منہ پھیر لیتے ہیں۔

(یوسف 105)

وَهُوَ الَّذِيْ مَدَّ الْاَرْضَ وَجَعَلَ فِيْهَا رَوَاسِيَ وَاَنْهٰرًا ۭ وَمِنْ
كُلِّ الثَّمَرٰتِ جَعَلَ فِيْهَا زَوْجَيْنِ اثْنَيْنِ يُغْشِي الَّيْلَ النَّهَارَ ۭ
اِنَّ فِيْ ذٰلِكَ لَاٰيٰتٍ لِّقَوْمٍ يَّتَفَكَّرُوْنَ ○

اور اسی نے زمین کو پھیلایا اور اس میں پہاڑ اور دریا بنائے، اور زمین میں

ہر ایک پھل دو قسم کا بنایا، دن کو رات سے چھپا دیتا ہے، بے شک
اس میں سوچنے والوں کے لیے نشانیاں ہیں۔

(الرعد3)

وَفِي الْأَرْضِ قِطَعٌ مُّتَجَاوِرَاتٌ وَجَنَّاتٌ مِّنْ أَعْنَابٍ وَزَرْعٌ وَنَخِيلٌ صِنْوَانٌ
وَغَيْرُ صِنْوَانٍ يُسْقَىٰ بِمَاءٍ وَاحِدٍ وَنُفَضِّلُ بَعْضَهَا عَلَىٰ بَعْضٍ فِي الْأُكُلِ إِنَّ
فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ ۝

اور زمین میں ٹکڑے ایک دوسرے سے ملے ہوئے ہیں اور انگور کے باغ ہیں
اور کھیتیاں اور کھجوریں ہیں ایک کی جڑ ملی ہوئی بعض بن ملی انہیں پانی بھی ایک
ہی دیا جاتا ہے، اور ہم ایک کو دوسرے پر ثمرات میں فضیلت دیتے ہیں
بے شک اس میں عقل مندوں کے لیے بڑی نشانیاں ہیں۔

(الرعد4)

وَسَخَّرَ لَكُمُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ وَالشَّمْسَ وَالْقَمَرَ ۖ وَالنُّجُومُ مُسَخَّرَاتٌ
بِأَمْرِهِ ۗ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ ۝

اور رات اور دن اور سورج اور چاند کو تمہارے کام میں لگا دیا ہے، اور اسی کے حکم سے
ستارے بھی کام میں لگے ہوئے ہیں، بے شک اس میں لوگوں کے لیے
نشانیاں ہیں جو سمجھ رکھتے ہیں۔

(النحل12)

أَلَمْ يَرَوْا إِلَى الطَّيْرِ مُسَخَّرَاتٍ فِي جَوِّ السَّمَاءِ مَا يُمْسِكُهُنَّ إِلَّا اللَّهُ
إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يُؤْمِنُونَ ○

کیا پرندوں کو نہیں دیکھتے کہ آسمان کی فضا میں تھمے ہوئے ہیں،
انہیں اللہ کے سوا کون تھامے ہوئے ہے؟
بے شک اس میں بھی ایمانداروں کے لیے بڑی نشانیاں ہیں۔

(النحل 79)

وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ آيَتَيْنِ فَمَحَوْنَا آيَةَ اللَّيْلِ وَجَعَلْنَا آيَةَ النَّهَارِ
مُبْصِرَةً لِتَبْتَغُوا فَضْلًا مِنْ رَبِّكُمْ وَلِتَعْلَمُوا عَدَدَ السِّنِينَ
وَالْحِسَابَ وَكُلَّ شَيْءٍ فَصَّلْنَاهُ تَفْصِيلًا ○

اور ہم نے رات اور دن کے دو نمونے بنا دیے، پھر رات کے نمونے کو دھندلا کر دیا اور دن کا
نمونہ نظر آنے کے لیے روشن کر دیا تا کہ تم اپنے رب کا فضل تلاش کرو اور تا کہ تم برسوں کی
گنتی اور حساب معلوم کر لو، اور ہم نے ہر چیز کی تفصیل کر دی۔

(الاسراء 12)

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ
بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ○ وَمِنْ آيَاتِهِ
خَلْقُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافُ أَلْسِنَتِكُمْ وَأَلْوَانِكُمْ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ
لَآيَاتٍ لِلْعَالِمِينَ ○ وَمِنْ آيَاتِهِ مَنَامُكُمْ بِاللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَابْتِغَاؤُكُمْ مِنْ
فَضْلِهِ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَسْمَعُونَ ○ وَمِنْ آيَاتِهِ يُرِيكُمُ الْبَرْقَ

خَوْفًا وَّطَمَعًا وَّيُنَزِّلُ مِنَ السَّمَآءِ مَآءً فَيُحْيِ بِهِ الْاَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا ۚ اِنَّ فِيْ ذٰلِكَ لَاٰيٰتٍ لِّقَوْمٍ يَّعْقِلُوْنَ ۝

اور اس کی نشانیوں میں سے یہ بھی ہے کہ تمہارے لیے تمہیں میں سے بیویاں پیدا کیں تا کہ ان کے پاس چین سے رہو اور تمہارے درمیان محبت اور مہربانی پیدا کر دی، جو لوگ غور کرتے ہیں ان کے لیے اس میں نشانیاں ہیں۔ اور اس کی نشانیوں میں سے آسمانوں اور زمین کا پیدا کرنا اور تمہاری زبانوں اور رنگتوں کا مختلف ہونا ہے، بے شک اس میں علم والوں کے لیے نشانیاں ہیں۔

اور اس کی نشانیوں میں سے تمہارا رات اور دن میں سونا اور اس کے فضل کا تلاش کرنا ہے بے شک اس میں سننے والوں کے لیے نشانیاں ہیں۔ اور اس کی نشانیوں میں سے یہ ہے کہ تمہیں خوف اور امید دلانے کو بجلی دکھاتا ہے اور اوپر سے پانی برساتا ہے پھر اس سے زمین خشک ہو جانے کے بعد زندہ کرتا ہے بے شک اس میں عقلمندوں کے لیے نشانیاں ہیں۔

(الروم 21 تا 24)

وَيُرِيْكُمْ اٰيٰتِهٖ فَاَيَّ اٰيٰتِ اللّٰهِ تُنْكِرُوْنَ ۝

اور وہ تمہیں اپنی نشانیاں دکھاتا ہے پس تم اللہ کی کون کون سی نشانیوں کا انکار کرو گے۔

(مومن 81)

اَوَلَمْ يَنْظُرُوْا فِيْ مَلَكُوْتِ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ وَمَا خَلَقَ اللّٰهُ مِنْ شَيْءٍ ۙ وَّاَنْ عَسٰٓى اَنْ يَّكُوْنَ قَدِ اقْتَرَبَ اَجَلُهُمْ ۚ فَبِاَيِّ حَدِيْثٍۭ بَعْدَهٗ يُؤْمِنُوْنَ ۝

اور کیا انہوں نے آسمان اور زمین کی سلطنت کو نہیں دیکھا اور دوسری چیزوں کو جو اللہ نے پیدا کی ہیں، اور یہ کہ ممکن ہے ان کی اجل قریب ہی ہو، پھر اس (قرآن) کے بعد کس بات پر یہ لوگ ایمان لائیں گے۔

(الاعراف185)

كِتَابٌ أَنْزَلْنَاهُ إِلَيْكَ مُبَارَكٌ لِيَدَّبَّرُوا آيَاتِهِ وَلِيَتَذَكَّرَ أُولُو الْأَلْبَابِ ○

ایک کتاب ہے جو ہم نے آپ کی طرف نازل کی بڑی برکت والی تاکہ وہ اس کی آیتوں میں غور کریں اور تاکہ عقلمند نصیحت حاصل کریں۔

(ص29)

لَوْ أَنْزَلْنَا هَٰذَا الْقُرْآنَ عَلَىٰ جَبَلٍ لَرَأَيْتَهُ خَاشِعًا مُتَصَدِّعًا مِنْ خَشْيَةِ اللَّهِ ۚ وَتِلْكَ الْأَمْثَالُ نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ ○

اگر ہم اس قرآن کو کسی پہاڑ پر نازل کرتے تو آپ اسے دیکھتے کہ اللہ کے خوف سے جھک کر پھٹ جاتا، اور ہم یہ مثالیں لوگوں کے لیے بیان کرتے ہیں تاکہ وہ غور کریں۔

(الحشر21)

☆☆☆☆☆☆☆

محبتِ رسول صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم

Affiliation with Prophet (PBUH)

اطاعتِ رسولؐ اگر رہنما نہ ہو تو مسافر پر کبھی راستہ نہیں کھل سکتا۔۔۔ حضورؐ کی اطاعت اپنی اصل میں حضورؐ سے محبت ہے۔ خدا کی پہچان علم کی بغیر ممکن نہیں۔۔۔ اسی طرح حضورؐ کی پہچان بھی علم سے عطا ہوتی ہے۔۔۔

جب سے انسان اس سیارہ زمین پر آباد ہوا ہے اس وقت سے آج تک ہر دور میں کسی نہ کسی خطے میں کوئی نہ کوئی ایسا انسان ضرور پیدا ہوتا رہا ہے جس نے بنی نوع انسان کو سیرت و کردار کی تعمیر کی دعوت دی اور اعمال کی درستگی کا درس دیا۔ ان عظیم رہنماؤں نے جنہیں پیغمبر، رسول اور نبی کہا جاتا ہے ہمیں بنیادی انسانی صفات پر احسن طریق سے قائم رہنے، حیوانوں سے ممتاز زندگی گزارنے اور بلند ترین اخلاقی صفات اپنے اندر پیدا کرنے کی تعلیم دی۔ ان تمام عظیم رہنماؤں میں سب سے ممتاز ذات مبارک حضور اکرمؐ کی ہے۔

دنیا میں سب سے زیادہ خدا کا ذکر ہوتا ہے۔۔۔ ہر انسان چاہے وہ کسی بھی مذہب سے ہو ہر وقت اس کے ذہن میں خدا کے تصورات تشکیل پاتے رہتے ہیں۔ دنیا کا کوئی انسان خدا سے لاتعلق ہو کر زندہ نہیں رہ سکتا۔ حتیٰ کہ لادین atheist بھی ہر وقت خدا کے ہونے یا نہ

ہونے کی بحث میں ہے۔ اسی طرح قرآن دنیا کی سب سے زیادہ پڑھی جانے والی کتاب ہے۔۔۔ اور حضور اکرمؐ کی ذات بابرکت اس دنیا میں سب سے زیادہ یاد کی جاری شخصیت ہے۔۔۔ بلاشبہ حضورؐ کو روئے زمین پر آنے والے ہر انسان سے زیادہ چاہا گیا ہے اور چاہا جائے گا۔۔۔

"کفار اور مشرکین کو کتنا ہی ناگوار کیوں نہ ہو۔۔۔
محمدؐ وہ ہیں جن کی تعریف کر دی گئی ہے"

دنیا میں کوئی انسان کاملیت perfection کو نہیں پہنچ سکتا۔۔۔ کوئی نہ کوئی کجی ہر شخص میں آخر کار دکھائی دے گی چاہے وہ علم و عرفان کی کتنی ہی بلندی پر کیوں نہ پہنچ جائے۔

اس دنیا میں صرف حضورؐ کی ذات گرامی کو اللہ رب العزت نے کاملیت perfection بخشی ہے۔۔۔ حضورؐ کی یہی فضیلت انہیں سراجاً منیرا کے مقام پر فائز کرتی ہے۔

اللہ نے حضورؐ کا ذکر بلند فرما دیا ہے۔۔۔ اب اسے کون روک سکتا ہے؟ دنیا بھر میں ایسی کوئی مثال نہیں کہ ایک ایسا نبیؐ جو چودہ سو سال پہلے اس دنیا سے گذرا وہ آج بھی دنیا کو بدل رہا ہو influence کر رہا ہو۔۔۔ تاریخ اُٹھا کر دیکھ لیں۔ تمام انبیاء اپنے ادوار تک محدود رہے۔ ان کے گزر جانے کے بعد ان کی تعلیمات اور جو کتابیں خدا نے انہیں دی تھیں انہیں بدل ڈالا گیا مسخ کر دیا گیا۔

لیکن حضور پرنورؐ کی ذات مبارک سراجاً منیرا ہے۔ آپ کا نور ہر آن ہر لحظہ بڑھتا ہی چلا جا رہا ہے۔ غور کریں تو بھید کھلتا ہے۔ حضورؐ کی زندگی میں کفار مکہ نے یہی کیا تھا۔ پہلے انکار کیا، تمسخر اڑایا، پھر اذیتیں دیں، مخالفت کی انتہا کی پھر جنگیں لڑیں اور آخر کار انجام یہ ہوا کہ فوج در فوج اسلام میں داخل ہونے لگے حضورؐ کی اطاعت کو پہنچنے لگے۔

انتخاب بھی انتہائی احتیاط سے کیا جائے۔اُن لوگوں سے ہوشیار رہیں جو قرآن ہاتھ میں لہرا لہرا کراونچی آوازوں میں چیخ چلا کر وعظ کرتے ہیں۔۔۔یہ وہ لوگ ہیں جو قرآن کو اللہ کے کلام کو اپنی دنیا بنانے کیلئے استعمال کرتے ہیں۔۔۔

یہ وہ لوگ ہیں جو چیری پکنگ cherry picking کے اصول کے تحت قرآن کو اپنی مرضی سے استعمال کرتے ہیں۔یعنی اگر قرآن چیری کا درخت ہے اور آیات اس کے خوشنما پھل کی حیثیت رکھتی ہیں تو یہ بدبخت اپنی مرضی کی چیری cherry توڑ کر لوگوں کے سامنے پیش کرتے ہیں اور باقی سارا قرآن پس پشت ڈال دیتے ہیں۔۔۔یہ قرآن کی مخصوص آیات کو اپنے ذہنی رجحان کے مطابق نمایاں highlight کر کے دکھاتے ہیں۔۔۔

ایسے لوگوں سے بچ کر رہنا انتہائی ضروری ہے۔

نبیؐ کی اطاعت اللہ کی اطاعت ہے۔نفس میں محبت رسول کا قیام صرف پہچان رسولؐ سے ہے اور پہچان رسولؐ سے ہی اطاعت رسولؐ پیدا ہوتی ہے۔برسبیل تذکرہ سیرت نبویؐ پر سب سے خوبصورت تصنیف مولانا صفی الرحمان مبارکپوری کی الرحیق المختوم دیکھی ہے۔

ہم اللہ کو حضورؐ کے طفیل جانتے ہیں۔حضورؐ نے ہمیں کہا کہ میں نبی آخر الزماں ہوں ہم نے مان لیا۔حضورؐ نے ارشاد کیا اللہ ایک ہے۔۔۔ہم ایک اللہ پر ایمان لے آئے۔۔۔آپؐ نے ارشاد فرمایا قرآن اللہ کی کتاب ہے ہم نے مان لیا۔۔۔

اگر حضورؐ کی ذات بابرکت درمیان میں نہ ہوتی تو ہم اس قابل بھی نہ ہوتے کہ اللہ کو جان لیں۔۔۔سب سے زیادہ اللہ نے حضورؐ سے محبت کی ہے۔۔۔اور سب سے زیادہ اللہ سے محبت حضورؐ نے کی ہے۔

یہ اللہ اور بندے کی عظیم داستان محبت ہے۔

This is the greatest love story of God and human.

اللہ یہ چاہتا تھا کہ کوئی ایسی مخلوق ہو جو زبردستی یا خوف سے نہیں بلکہ اپنے ارادے اور اختیار سے اسے ڈھونڈے اسے پائے اور اس سے محبت کرے۔۔۔ حضورؐ نے یہ کر دکھایا۔۔۔ اللہ کو وہ ایک شخص درکار تھا جو اسے اپنے ارادے سے چاہے اور اس قدر چاہے جتنا کبھی کسی نے اللہ کو نہیں چاہا آقائے دو جہاںؐ نے یہ محبت اللہ سے کر دکھائی۔۔۔

مسئلہ یہ ہوتا ہے کہ ہمیں اس بات کا احساس ہی نہیں ہوتا کہ آپؐ کی محبت ہمارے دل میں کتنی گہرائیوں میں رچی بسی ہے۔۔۔ یہاں یہ بات واضح ہونی چاہیے کہ حضورؐ سے عقیدت اور ہے حضورؐ سے محبت اور شے ہے۔ ہر مسلمان کو حضورؐ سے بے پناہ عقیدت ہے۔ حضورؐ کی شان میں کہیں گستاخی کسی مسلمان کے سامنے اگر کوئی کرے تو بے شک ہر مسلمان اپنی جان حضورؐ پر قربان کرنے میں ایک لمحہ بھی تامل نہ کرے۔۔۔ لیکن یہ عقیدت ہے۔۔۔ حضورؐ سے ہمیں بے پناہ عقیدت ہے لیکن کیا ہم اپنے نبیؐ سے واقعی محبت بھی کرتے ہیں؟

اس سوال پر پوری ایمانداری سے terribly honest ہو کر غور کیا جائے تو پتا چلتا ہے کہ محبت بھی ہے لیکن اتنی نہیں ہے جتنی اپنے ماں باپ سے یا بچوں سے ہے۔ کیا یہ بات سچ نہیں کہ مسلمانوں کی بہت بڑی تعداد عشقِ رسول کا دعویٰ رکھنے کے باوجود اسوہ رسولؐ پر کاربند نہیں دکھائی دیتی؟ اس محبت کو عقیدت سے الگ کرکے دیکھتے ہیں۔ اس کیلئے ہمیں اپنا زاویہ نظر perspective وسیع enhance کرنا پڑے گا۔۔۔ فرض کیجئے موت کا وقت شروع ہو گیا۔ کچھ دیر کیلئے اپنی موت کو دیکھیں face کریں۔ غور سے دیکھیے کہ مرتے وقت کیا ہو رہا ہے۔ سارے دنیاوی رشتے گم ہو رہے ہیں۔ یہ رشتے یہ ناطے سب تکتے رہ جائیں گے اور آپ ہم سب آگے چلے جائیں گے۔۔۔

جہاں ہم جا رہے ہیں وہاں یہ رشتے وجود نہیں رکھتے۔ اب دیکھئے کیا نظر آ رہا ہے۔ وہاں جہاں سے جا کر کوئی واپس نہیں آتا وہاں کون سے رشتے ہیں؟ وہاں کون سے ایسے رشتے، تعلقات ہیں جو یہاں بھی ہیں اور وہاں بھی ساتھ ہیں؟ اب بات واضح ہو جائے گی۔۔۔

بے شک اللہ اور اس کا رسول ؐ دنیا میں بھی ہمارے شعور اور لاشعور سمیت ہر جگہ ہمارے ساتھ رہتے ہیں اور جب ہم مر جائیں گے تو یہی دو رشتے ہیں جو ہمیں آگے ملیں گے۔ یہ دو ایسے رشتے ہیں جو انسان سے کبھی گم نہیں ہو سکتے۔۔۔

اللہ کا بندے سے رشتہ تو خالق اور مخلوق کا ہے اور دوسرا رشتہ ہم سے ہمارے نبی کا ہے۔ ہم امتی ہیں۔۔۔ یہ سب سے بڑا بلند رشتہ ہے جو کسی انسان کا دوسرے انسان سے ہو سکتا ہے۔۔۔ ہمارے ماں باپ روزِ قیامت ہمارے کام نہیں آئیں گے بلکہ ہم ان سے اور وہ ہم سے چھپتے پھریں گے۔۔۔ ہمارا سب سے قریب کا رشتہ حضورؐ سے ہے۔۔۔ انہی کا قبر میں سوال کیا جائے گا۔۔۔ وہی روزِ محشر شفاعت کریں گے۔۔۔ اور وہی ہیں جن کو اللہ نے کوثر عطا فرمایا ہے۔۔۔

دنیا میں کسی مسلمان کا حضورؐ سے بڑھ کر کسی اور انسان کے ساتھ کوئی رشتہ نہیں ہے۔۔۔ اس قدر قریب کا رشتہ ہونے کے باوجود اگر انسان حضورؐ کی طرف مائل نہ ہو پائے یہ وہ بدنصیبی ہے جسے دور کرنے کی فکر ہر شے سے زیادہ ضروری کام ہے۔۔۔ اور اتنا ضروری کام مسلمانوں کی اکثریت نے پس پشت ڈال رکھا ہے۔۔۔ اس مقام پر اللہ کی warning بہت سخت ہے اور ڈرا دینے والی ہے۔۔۔

قُلْ اِنْ كَانَ اٰبَآؤُكُمْ وَاَبْنَآؤُكُمْ وَاِخْوَانُكُمْ وَاَزْوَاجُكُمْ وَعَشِيْرَتُكُمْ وَاَمْوَالُ اقْتَرَفْتُمُوْهَا وَتِجَارَةٌ تَخْشَوْنَ كَسَادَهَا وَمَسٰكِنُ تَرْضَوْنَهَآ اَحَبَّ اِلَيْكُمْ مِّنَ اللّٰهِ وَرَسُوْلِهٖ وَجِهَادٍ فِىْ سَبِيْلِهٖ فَتَرَبَّصُوْا حَتّٰى

يَأْتِيَ اللّٰهُ بِاَمْرِهٖ وَاللّٰهُ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الْفَاسِقِيْنَ ٥

کہہ دے اگر تمہارے باپ اور بیٹے اور بھائی اور بیویاں اور برادری اور مال جو تم نے کمائے ہیں اور سوداگری جس کے بند ہونے سے تم ڈرتے ہو اور مکانات جنھیں تم پسند کرتے ہو تمہیں اللہ اور اس کے رسول اور اس کی راہ میں لڑنے سے زیادہ پیارے ہیں تو انتظار کرو یہاں تک کہ اللہ اپنا حکم بھیجے، اور اللہ نافرمانوں کو راستہ نہیں دکھاتا۔

(التوبہ 24)

جو اللہ سے محبت کرنا چاہے گا وہ ضرور حضورؐ کی محبت سے گزرے گا۔۔۔ یہ شرط اس لیے ہے کیونکہ یہ فطری logical ہے It is bound to happen۔۔۔ حضورؐ سے کسی بھی انسان کی محبت کا اس کے پاس ایک ہی ثبوت ہے اور وہ یہ کہ اسے اس کی زندگی اسوہ حسنہ کے سانچے میں ڈھلتی ہوئی نظر آتی ہو۔ کوئی بھی مسئلہ درپیش ہو تو وہ سیرتؐ اور حدیث سے رجوع کرتا ہو کہ یہ معاملہ اگر میرے نبیؐ کو درپیش آتا تو اس معاملے پر آپ کا رویہ کیا ہوتا۔ پھر کچھ لوگ ایسے ہیں جو حدیث کے منکر ہیں۔۔۔ کھلم کھلا تو نہیں کہتے لیکن ان کے انداز گفتگو سے صاف نظر آتا ہے کہ حدیث کو وہ کوئی اہمیت دینے سے انکاری ہیں۔۔۔ ایسے لوگوں کو سوچنا ہوگا کہ اسلام میں سے سیرت رسولؐ جو کہ اپنی اصل میں حدیث رسولؐ ہے۔۔۔ اگر منہا کر دی جائے تو اسلام میں باقی ہی کیا رہ جاتا ہے؟

سرکار رسالت مآبؐ کی ذات پرنور پر چودہ سو سال میں اتنا لکھا جا چکا ہے اور اس قدر عالی دماغ حضورؐ کی شان بیان کر چکے ہیں کہ اس لکھنے والے کی مجال نہیں اور نہ ہی یہ اوقات ہے کہ شان رسولؐ کے عظیم موضوع سے انصاف کرنے کا سوچ بھی سکے۔ اس کتاب کا یہ واحد باب ہے جس سے انصاف ممکن نہ تھا۔۔۔ اور نہ ہی علمی قابلیت اتنی بلند تھی کہ شان رسولؐ بیان کرنے کا حق ادا ہو پاتا۔۔۔ حق تو یہ ہے کہ حق ادا نہ ہوا۔۔۔

حقیر نے ایک بہانہ کی صورت حضوؐر کی شفاعت کی امید میں اپنا حصہ ڈال دیا ہے۔۔۔کچھ آتا تھا سو یہی کچھ لکھ دیا۔۔۔جو بھی لکھا، جیسا بھی لکھا حضور قبول فرمائیں۔۔۔یہ خوش نصیبی کی وہ انتہا ہے کہ جس کے بعد اور کوئی خوش نصیبی درکار نہیں۔۔۔

آخر میں انجیل برناباس کا ایک باب ہے جو حضوؐر کی تعریف اس قدر خوبصورت پیرائے میں کرتا دکھائی دیتا ہے کہ حیرت ہوتی ہے عیسائیوں کی آنکھوں پر وہ کون سا پردہ ہے جو انہیں حضوؐر کی اطاعت میں خود کو پیش کرنے سے روکتا ہے۔

حضرت عیسیٰؑ نے فرمایا۔۔۔

یقین جانو۔ میں نے اس کو دیکھا ہے

اور اس کی تعظیم کی ہے جس طرح ہر نبی نے اس کو دیکھا ہے۔۔۔

اس کی روح کو دیکھنے سے ہی خدا نے ان کو نبوت دی۔۔۔

اور جب میں نے اس کو دیکھا تو میری روح سکینت سے بھر گئی۔۔۔

یہ کہتے ہوئے کہ: اے محمد خدا تمہارے ساتھ ہو۔۔۔

اور وہ مجھے تمہاری جوتی کے تسمے باندھنے کے قابل بنا دے۔۔۔

کیونکہ یہ رتبہ بھی پاؤں تو میں۔۔

ایک بڑا نبی اور خدا کی ایک مقدس ہستی ہو جاؤں گا۔۔۔

انجیل برناباس، باب ۴۴ (Gospel of Bernabas, Chapter 44)

☆☆☆☆☆☆☆

اَعُوْذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّیْطٰنِ الرَّجِیْم

Devil's Introduction

ابلیس کی اصل جن ہے۔ جن مستور ہے یعنی چھپا ہوا ہے۔ جیسے جن سے جنین یعنی وہ بچہ جو ماں کے رحم میں ہو اور نظر نہ آئے اسی طرح بہشت کو جنت بھی اسی لیے کہا گیا ہے کہ وہ مستور ہے نظر اسے دیکھنے سے قاصر ہے۔ کہا جاتا ہے کہ پہلے اس کا نام عزازیل تھا اور یہ دربار الٰہی میں مقرب ترین تھا لیکن اللہ تعالیٰ کے حکم کی نافرمانی کی وجہ سے مردود اور ملعون ٹھہرا۔ اس کا نام ابلیس بھی ہے مطلب اس کا رنج و غم کے مارے مایوس اور دل شکستہ ہو جاتا ہے۔

حضرت ابن عباسؓ فرماتے ہیں۔ ابلیس اشرف الملائکہ اور ان میں سے سب سے مکرم قبیلے سے تعلق رکھتا تھا۔ وہ جنوں کا خازن تھا اس کی بادشاہت آسمان دنیا اور زمین پر قائم تھی۔ لفظ شیطان (شطن) سے ہے اور شاطن کے معنی خبیث اور پست کے ہیں۔ شیطان وجود سرکش و متکبر ہے۔ شیطان اسم عام (جنس) ہے جبکہ ابلیس اسم خاص (علم) ہے۔

خدا کے بعد شیطان انسان کا سب سے بڑا عالم ہے۔۔۔ یہ انسان کو ابتدائے خلق سے جانتا ہے۔۔۔ شیطان کی انسان سے دشمنی اپنی اصل میں مخلوقات کا حسد ہے۔۔۔ یہ jelousy between creatures ہے۔۔۔ یہ چونکہ پہلے خلق کیا گیا اور مقرب تھا۔ اس لیے ایک نئی مخلوق جس کا مستقبل اس سے زیادہ تابناک ہونے جا رہا تھا یہ اسے گوارا نہ ہو سکا۔ اسی لیے اس نے آدم کو سجدہ کرنے سے انکار کیا۔ دیکھتے ہیں اس وقت کیا ہوا تھا۔۔۔

وَلَقَدْ خَلَقْنٰكُمْ ثُمَّ صَوَّرْنٰكُمْ ثُمَّ قُلْنَا لِلْمَلٰٓئِكَةِ اسْجُدُوْا لِاٰدَمَ
فَسَجَدُوْٓا اِلَّآ اِبْلِيْسَ لَمْ يَكُنْ مِّنَ السّٰجِدِيْنَ o قَالَ مَا مَنَعَكَ اَلَّا
تَسْجُدَ اِذْ اَمَرْتُكَ قَالَ اَنَا خَيْرٌ مِّنْهُ خَلَقْتَنِيْ مِنْ نَّارٍ وَّخَلَقْتَهٗ مِنْ
طِيْنٍ o قَالَ فَاهْبِطْ مِنْهَا فَمَا يَكُوْنُ لَكَ اَنْ تَتَكَبَّرَ فِيْهَا فَاخْرُجْ
اِنَّكَ مِنَ الصّٰغِرِيْنَ o

قَالَ اَنْظِرْنِيْٓ اِلٰى يَوْمِ يُبْعَثُوْنَ o قَالَ اِنَّكَ مِنَ الْمُنْظَرِيْنَ o قَالَ فَبِمَآ
اَغْوَيْتَنِيْ لَاَقْعُدَنَّ لَهُمْ صِرَاطَكَ الْمُسْتَقِيْمَ o ثُمَّ لَاٰتِيَنَّهُمْ مِّنْۢ بَيْنِ
اَيْدِيْهِمْ وَمِنْ خَلْفِهِمْ وَعَنْ اَيْمَانِهِمْ وَعَنْ شَمَآئِلِهِمْ وَلَا تَجِدُ اَكْثَرَ
هُمْ شٰكِرِيْنَ o قَالَ اخْرُجْ مِنْهَا مَذْءُوْمًا مَّدْحُوْرًا لَمَنْ تَبِعَكَ
مِنْهُمْ لَاَمْلَئَنَّ جَهَنَّمَ مِنْكُمْ اَجْمَعِيْنَ o

اور ہم نے تمہیں پیدا کیا پھر تمہاری صورتیں بنائیں پھر فرشتوں کو حکم دیا کہ آدم کو سجدہ کرو، پھر سوائے ابلیس کے سب نے سجدہ کیا، وہ سجدہ کرنے والوں میں سے نہ تھا۔ فرمایا تجھے سجدہ کرنے سے کس چیز نے منع کیا ہے جب کہ میں نے تجھے حکم دیا، کہا میں اس سے بہتر ہوں کہ تو نے مجھے آگ سے بنایا اور اسے مٹی سے بنایا ہے۔

کہا تو یہاں سے اتر جا، تجھے یہ لائق نہیں کہ یہاں تکبر کرے، پس نکل جا، بے شک تو ذلیلوں میں سے ہے۔ کہا مجھے اس دن تک مہلت دے جس دن لوگ قبروں سے اٹھائے جائیں گے۔ فرمایا تجھے مہلت دی گئی ہے۔ کہا جیسا تو نے مجھے گمراہ کیا ہے میں بھی ضرور ان کی تاک میں تیری سیدھی راہ پر بیٹھوں گا۔

پھر ان کے پاس ان کے آگے ان کے پیچھے ان کے دائیں اور ان کے بائیں سے آؤں گا، اور تو اکثر کو ان میں سے شکر گزار نہیں پائے گا۔ فرمایا یہاں سے ذلیل وخوار ہو کر نکل جا، جو شخص ان میں سے تیرا کہا مانے گا میں تم سب کو جہنم میں بھر دوں گا۔

(الاعراف 11 تا 18)

ابلیس نے آدم سے اس لیے حسد کیا کہ اللہ تعالی نے اسے شرافت وفضیلت کیوں عطا کی جبکہ میں آگ سے پیدا ہوا ہوں اور آدم کو مٹی سے بنایا گیا ہے۔ اسی حسد وکبر میں اس نے یہ سجدہ کرنے سے انکار کیا۔ اس میں گھمنڈ آ گیا تھا کہ وہ تمام اہل آسمان سے زیادہ معتبر ہے۔۔۔ اس کا یہ گھمنڈ بڑھتا ہی جا رہا تھا اس کا درست اندازہ اللہ کو ہی تھا پس اس کا انکشاف مشیت الہی سے آدم کو سجدہ کرنے کے حکم کے دوران ہوا اور اس کا گھمنڈ عریاں ہو گیا۔ بربنائے تکبر صاف انکار کر کے اپنی اصلیت سب کے سامنے ظاہر کر بیٹھا۔۔۔ کچھ مفکر حتی کہ کچھ متنازع صوفیا، یہ بھی کہتے ہیں کہ شیطان کی کیا مجال تھی کہ اللہ کے سامنے بغاوت کرتا بلکہ وہ تو اللہ کی مرضی سے یہ سب کر رہا تھا کیونکہ دنیا کی آزمائش اور امتحان کیلئے شیطان کا کردار بنیادی اہمیت رکھتا تھا جسے عزازیل نے بخوبی نبھایا۔۔۔ مثال کے طور پر مسلمان صوفیاء میں سب سے زیادہ متنازع کردار، حسین بن منصور الحلاج کہتا ہے۔ ابلیس خدا کے ارادوں کی مشیت کا ایک ایسا کارندہ ہے جس کے فرائض سب سے زیادہ تلخ، ناگوار، کڑے اور نازک ہیں۔۔۔

ایسی تمام باتوں کے جواب میں سورہ کہف کی 50 سے 52 آیات کافی ہیں۔

وَإِذْ قُلْنَا لِلْمَلَائِكَةِ اسْجُدُوا لِآدَمَ فَسَجَدُوا إِلَّا إِبْلِيسَ كَانَ مِنَ الْجِنِّ فَفَسَقَ عَنْ أَمْرِ رَبِّهِ أَفَتَتَّخِذُونَهُ وَذُرِّيَّتَهُ أَوْلِيَاءَ مِن دُونِي وَهُمْ لَكُمْ عَدُوٌّ بِئْسَ لِلظَّالِمِينَ بَدَلًا ۝ مَّا أَشْهَدتُّهُمْ خَلْقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَلَا خَلْقَ أَنفُسِهِمْ وَمَا كُنتُ مُتَّخِذَ الْمُضِلِّينَ عَضُدًا ۝ وَيَوْمَ يَقُولُ نَادُوا شُرَكَائِيَ الَّذِينَ زَعَمْتُمْ فَدَعَوْهُمْ فَلَمْ يَسْتَجِيبُوا لَهُمْ وَجَعَلْنَا بَيْنَهُم مَّوْبِقًا ۝

اور جب ہم نے فرشتوں سے کہا آدم کو سجدہ کرو تو سوائے ابلیس کے سب نے سجدہ کیا، وہ جنوں میں سے تھا سو اپنے رب کے حکم کی نافرمانی کی، پھر کیا تم مجھے چھوڑ کر اسے اور اس کی اولاد کو کارساز بناتے ہو حالانکہ وہ تمہارے دشمن ہیں، بے انصافوں کو برا بدل ملا۔ نہ تو آسمان اور زمین کے بناتے وقت اور نہ خود انہیں بناتے وقت میں نے انہیں بلایا، اور میں گمراہ کرنے والوں کو اپنا مددگار بنانے والا نہ تھا۔

اور جس دن فرمائے گا کہ میرے شریکوں کو پکارو جنہیں تم مانتے تھے پھر وہ انہیں پکاریں گے سو وہ انہیں جواب نہیں دیں گے، اور ہم نے ان کے درمیان ہلاکت کی جگہ بنا دی ہے۔

(الکہف 50 تا 52)

بے شک اللہ جانتا تھا کہ ابلیس کے دل میں غرور سما چکا ہے۔۔۔ اللہ آدم کو بنا رہا تھا۔۔۔ اللہ جانتا تھا کہ آدم کو سجدہ کرنے کی آزمائش کے دوران ابلیس کا تکبر تمام فرشتوں اور آدم پر آشکار ہو جائے گا۔۔۔ اللہ نے اپنے بے پناہ علم سے عزازیل کو ابلیس بنایا۔۔۔ اور عزازیل کو اس کے تکبر نے ابلیس بنا ڈالا۔۔۔ اللہ کسی کے ساتھ بے انصافی

نہیں کرتا۔ پیچھے دی گئی سورہ اعراف کی آیت 16 کو دوبارہ دیکھیں۔

قَالَ فَبِمَآ اَغْوَيْتَنِىْ لَاَقْعُدَنَّ لَهُمْ صِرَاطَكَ الْمُسْتَقِيْمَ ۝

کہا جیسا تو نے مجھے گمراہ کیا ہے میں بھی ضرور ان کی تاک میں

تیری سیدھی راہ پر بیٹھوں گا۔

(الاعراف 16)

یہ وہ لمحہ ہے جب ابلیس کو احساس ہوا کہ اس کا وہ تکبر جسے وہ اپنے آپ میں چھپائے پھر رہا تھا اللہ نے سب کے سامنے آشکار کر دیا ہے۔۔۔اس پر انکشاف ہوا کہ آدم کو سجدہ صرف ایک امتحان test تھا۔۔۔اس امتحان کا مقصد صرف کھوٹے کو کھرے سے الگ کرنا تھا۔۔۔اسی لیے اس نے اپنا جرم پکڑے جانے پر شدید رنج اور مایوسی میں بے پناہ حیرت سے کہا۔۔۔جیسے تو نے مجھے گمراہ کیا۔۔۔

ان الفاظ میں ابلیس کی خبیث فطرت پوری طرح کھل چکی ہے۔ بجائے یہ کہ اپنی غلطی پر ندامت اور توبہ کرتا بلکہ الٹا ڈھیٹ بن کر اللہ سے کہہ رہا ہے کہ جیسے تو نے مجھے گمراہ کر دیا۔ یہ کیوں نہیں کہتا کہ جیسے تُو نے میری خبیث فطرت ایک امتحان کے باعث مجھ میں سے باہر نکال کر سب پر عیاں کر دی۔

سرکشی کی انتہا کہ مالک کون و مکاں کو چیلنج دے رہا ہے۔ ابلیس ازل سے ابلیس ہے۔۔۔ اللہ کو ایسی کوئی حاجت نہیں کہ گمراہ کرنے والوں کو اپنے منصوبوں میں شریک کرنے پر مجبور ہو جائے۔۔۔ ہرگز اللہ کو اس کائنات کی کوئی شے عاجز نہیں کر سکتی۔۔۔ یہ نکتہ پہلی بار اس کتاب کے صفحات پر لکھا جا رہا ہے کہ۔۔۔

"آدم کو سجدہ کروانے کا ایک بڑا مقصد شیطان کی اصلیت کو

منظر عام پر لانا بھی تھا"

آدم کو سجدہ کروانے کا مقصد فرشتوں میں عزازیل کو اس کے تکبر و سرکشی کی بنیاد پر چھانٹ کر الگ کر لینا تھا۔۔۔ یہ اللہ کے بے پناہ اور لا محدود علم کی انتہائی عظیم الشان تابندہ و درخشاں مثال ہے۔۔۔ اب بھی کسی کو اگر آدم والے سجدے کی سمجھ نہ آئے تو کچھ نہیں کیا جا سکتا۔ عجیب بحث دیکھی ہے جہاں پر یہ موضوع دیکھا وہاں علماء کو سجدہ تعظیمی کے توجیحات میں مصروف پایا ہے حالانکہ اعراف کی ان آیات میں اللہ نے صاف کھول کر سب بتایا ہے۔

انہی آیات پر مزید غور و فکر سے شیطانیت کی حیران کن گتھی سلجھتی ہے۔۔۔

جب اللہ نے حکم دیا کہ تو یہاں سے اتر جا تجھے یہ لائق نہیں کہ تکبر کرے بے شک تو ذلیلوں میں سے ہے۔ چونکہ شیطان بھی بے حد علم رکھتا تھا فوراً جان گیا کہ دربار خداوندی میں اس کی اصلیت عیاں ہو چکی ہے۔ اس لیے فوراً کہا کہ مجھے اس دن تک مہلت دے جس دن قبروں سے لوگ اٹھائے جائیں گے۔ جب اللہ نے فرمایا کہ تجھے مہلت دے دی گئی ہے تو اب اگلا مکالمہ ابلیس کا خدا سے بے حد معنی خیز ہے۔ کہا۔۔۔

جیسے تو نے مجھے گمراہ کیا ہے میں بھی ضرور ان کی تاک میں تیری سیدھی راہ پر بیٹھوں گا۔ ابلیس کا اللہ سے یہ مکالمہ dialogue اس جگہ اپنے اندر انکشافات کا ایک جہان رکھتا ہے اسے سمجھنے کیلئے سورۃ البقرہ کی 30 سے 36 آیات کو دیکھنا بہت ضروری ہے۔

وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً ۖ قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَن يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ ۖ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ ۝ وَعَلَّمَ آدَمَ الْأَسْمَاءَ كُلَّهَا ثُمَّ عَرَضَهُمْ عَلَى الْمَلَائِكَةِ فَقَالَ أَنبِئُونِي بِأَسْمَاءِ هَٰؤُلَاءِ إِن كُنتُمْ صَادِقِينَ ۝ قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا ۖ إِنَّكَ أَنتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ ۝ قَالَ يَا

اٰدَمُ اَنْۢبِئْهُمْ بِاَسْمَآئِهِمْ ۚ فَلَمَّآ اَنْۢبَاَهُمْ بِاَسْمَآئِهِمْ ۙ قَالَ اَلَمْ اَقُلْ لَّكُمْ

اِنِّىْٓ اَعْلَمُ غَيْبَ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ ۙ وَاَعْلَمُ مَا تُبْدُوْنَ وَمَا كُنْتُمْ

تَكْتُمُوْنَ ○ وَاِذْ قُلْنَا لِلْمَلٰٓئِكَةِ اسْجُدُوْا لِاٰدَمَ فَسَجَدُوْٓا اِلَّآ اِبْلِيْسَ ؕ اَبٰى

وَاسْتَكْبَرَ ۫ وَكَانَ مِنَ الْكٰفِرِيْنَ ○ وَقُلْنَا يٰٓاٰدَمُ اسْكُنْ اَنْتَ وَزَوْجُكَ

الْجَنَّةَ وَكُلَا مِنْهَا رَغَدًا حَيْثُ شِئْتُمَا ۪ وَلَا تَقْرَبَا هٰذِهِ الشَّجَرَةَ فَتَكُوْنَا

مِنَ الظّٰلِمِيْنَ ○ فَاَزَلَّهُمَا الشَّيْطٰنُ عَنْهَا فَاَخْرَجَهُمَا مِمَّا كَانَا فِيْهِ ۪

وَقُلْنَا اهْبِطُوْا بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ ۚ وَلَكُمْ فِى الْاَرْضِ مُسْتَقَرٌّ

وَّمَتَاعٌ اِلٰى حِيْنٍ ○

اور جب تیرے رب نے فرشتوں سے کہا میں زمین میں ایک نائب بنانے والا ہوں، فرشتوں نے کہا کیا تو زمین میں ایسے شخص کو نائب بنانا چاہتا ہے جو فساد پھیلائے اور خون بہائے حالانکہ ہم تیری حمد کے ساتھ تسبیح بیان کرتے اور تیری پاکی بیان کرتے ہیں، فرمایا

میں جو کچھ جانتا ہوں وہ تم نہیں جانتے۔

اور اللہ نے آدم کو سب چیزوں کے نام سکھائے پھر ان سب چیزوں کو فرشتوں کے سامنے پیش کیا پھر فرمایا مجھے ان کے نام بتاؤ اگر تم سچے ہو۔ انہوں نے کہا تو پاک ہے، ہم تو اتنا ہی جانتے ہیں جتنا تو نے ہمیں بتایا ہے، بے شک تو بڑے علم والا حکمت والا ہے۔ فرمایا اے

آدم ان چیزوں کے نام بتا دو،

پھر جب آدم نے انہیں اُن کے نام بتا دیے فرمایا کیا میں نے تم کو نہیں کہا تھا کہ میں آسمانوں اور زمین کی چھپی ہوئی چیزیں جانتا ہوں اور جو تم ظاہر کرتے ہو اور جو چھپاتے ہو اسے بھی جانتا ہوں۔ اور جب ہم نے فرشتوں سے کہا کہ آدم کو سجدہ کرو تو انہوں نے سجدہ کیا مگر ابلیس

کہ اس نے انکار کیا اور تکبر کیا اور کافروں میں سے ہو گیا۔

اور ہم نے کہا اے آدم تم اور تمہاری بیوی جنت میں جا کر رہو اور اس میں جو چاہو اور
جہاں سے چاہو کھاؤ اور اس درخت کے نزدیک نہ جاؤ پھر ظالموں میں سے ہو جاؤ گے۔
پھر شیطان نے ان کو وہاں سے ڈگمگایا پھر انہیں اس عزت و راحت سے نکالا کہ
جس میں تھے، اور ہم نے کہا تم سب اترو کہ تم ایک دوسرے کے دشمن ہو،
اور تمہارے لیے زمین میں ٹھکانا ہے اور سامان ایک وقت معین تک۔

(البقرہ 30 تا 36)

ان آیات کے بغور مطالعے سے صاف نظر آتا ہے کہ آدم کو سجدہ کرنے سے پہلے وہ وقت گزرا تھا جب آدم نے فرشتوں کو چیزوں کے نام بتائے اور اس واقعے سے پہلے ایک دور بھی تھا جب فرشتوں نے اللہ سے انسان کے زمین میں نائب بنائے جانے پر خدشات کا اظہار کیا تھا۔ لگتا تو ایسے ہی ہے کہ فرشتوں کے ان خدشات کے پیچھے عزازیل کے عزائم کار فرما تھے۔

جیسا کہ بہت سی روایتوں سے پتا چلتا ہے کہ زمین پر آدم کی تخلیق کے عمل کے دوران عزازیل آدم میں بہت دلچسپی لے رہا تھا۔ وہ آدم میں بہت زیادہ interested بھی تھا اور suspecious بھی۔۔۔ وہ جانتا تھا کہ انسان میں نفس متشکل ہے جو خون ریزی کرنے میں اور فساد پھیلانے میں عظیم مہارت رکھتا ہے۔۔۔

جب اللہ تعالیٰ نے یہ اعلان فرمایا کہ جو آدم میں نے زمین پر تخلیق کیا ہے اسے میں اپنا نائب بنانے والا ہوں۔ اس وقت فرشتوں میں جن میں ظاہر ہے کہ عزازیل بھی ضرور شامل تھا یہ استدلال پیش کیا کہ یہ تو فساد کرے گا۔ پھر اللہ نے اسماء کے واقعہ کے ذریعے فرشتوں کو یہ جتلایا کہ جو وہ جانتا ہے فرشتے نہیں جانتے۔۔۔ اب یہاں البقرہ کی آیت 33 میں اللہ نے بڑی معنی خیز بات کی ہے۔ شاید یہ آیت عزازیل پر چوٹ ہے۔۔۔

(جو تم ظاہر کرتے ہو اور جو چھپاتے ہو میں اسے بھی جانتا ہوں) اور پھر اگلی آیت میں اللہ تعالیٰ نے وہ ظاہر کر دیا جسے چھپایا جا رہا تھا یعنی عزازیل کا تکبر ظاہر ہو گیا۔۔۔عزازیل کو دہری مار پڑی۔۔۔ایک تو عزازیل زمین پر حاکم تھا جیسے علامہ جلال سیوطیؒ نے تفسیر در منثور میں حضرت ابن عباس سے روایت کیا ہے کہ:

آدم کی تخلیق سے دو ہزار سال پہلے زمین پر جنات رہتے تھے انہوں نے زمین پر فساد کیا اور خونریزی کی پھر زمین پر فرشتوں کے لشکر بھیجے گئے جنہوں نے انہیں مارا اور سمندری جزیروں کی طرف بھگا دیا۔(الدر منثور ج 2، ص 111)

زمین سے اس قدر وابستگی کی بناء پر عزازیل کے یہ بات برداشت کرنا ممکن نہ رہا کہ وہ زمین جہاں اس کی بلا شرکت غیرے حکمرانی قائم تھی اب انسان کے حوالے کر دی جائے گی۔۔۔اور انسان بھی ایسا جو مادی حیثیت میں ہر لحاظ سے اس سے کمزور ہے۔۔۔اب چونکہ وہ آدم کے وجود ظاہر و باطنی کا علم رکھتا تھا۔اس مشتِ خاک کی ہر کمزوری vulnerability سے واقف تھا۔۔۔اس لیے اس نے اللہ سے مہلت مانگی تا کہ اللہ کو ثابت کر کے دکھا سکے کہ معاذ اللہ آدم کو زمین پر نائب بنا کر بھیجنے کا فیصلہ درست نہ تھا۔۔۔

اس کا پہلا عملی مظاہرہ اس نے آدم و حوا پر اپنے پہلے جوابی وار کی صورت میں کیا۔۔۔اور بنی نوع انسان کو آزمائش کے تپتے ہوئے ریگزار میں لے اُترا۔۔۔

یہ دو مخلوقات کی جنگ ہے۔۔۔پہلے سے تخلیق شدہ ایک مخلوق اپنے خالق کو یہ ثابت کرنا چاہتی ہے کہ نئی تخلیق کی جانے والی یہ دوسری مخلوق اس سے کم تر ہے۔۔۔شیطان جانتا ہے کہ وہ ہار چکا ہے۔۔۔وہ پہلے دن سے جانتا ہے کہ وہ ہار چکا ہے۔۔۔اس کا دعویٰ جاننے کیلئے سورۃ الحجر 39 سے 43 آیات دیکھیں۔الحجر کی 26 سے 39 آیات میں آدم کی تخلیق اور آدم کو سجدہ کرنے کا ذکر کرنے کے بعد جب شیطان کو مہلت دے دی گئی۔۔۔

تواب آگے مکالمہ دیکھیے۔۔۔

قَالَ رَبِّ بِمَآ اَغْوَيْتَنِيْ لَاُزَيِّنَنَّ لَهُمْ فِي الْاَرْضِ وَلَاُغْوِيَنَّهُمْ اَجْمَعِيْنَ ٥ اِلَّا عِبَادَكَ مِنْهُمُ الْمُخْلَصِيْنَ ٥ قَالَ هٰذَا صِرَاطٌ عَلَيَّ مُسْتَقِيْمٌ ٥ اِنَّ عِبَادِيْ لَيْسَ لَكَ عَلَيْهِمْ سُلْطَانٌ اِلَّا مَنِ اتَّبَعَكَ مِنَ الْغَاوِيْنَ ٥ وَاِنَّ جَهَنَّمَ لَمَوْعِدُهُمْ اَجْمَعِيْنَ ٥

کہا اے میرے رب! جیسا تو نے مجھے گمراہ کیا ہے البتہ ضرور ضرور میں زمین میں انہیں ان کے گناہوں کو مرغوب کر کے دکھاؤں گا اور ان سب کو گمراہ کروں گا۔ سوائے تیرے ان بندوں کے جو ان میں مخلص ہوں گے۔ فرمایا یہ راستہ مجھ پر سیدھا ہے۔ بے شک میرے بندوں پر تیرا کچھ بھی بس نہیں چلے گا مگر جو گمراہوں میں سے تیرا تابعدار ہوا۔ اور بے شک ان سب کا وعدہ دوزخ پر ہے۔

(الحجر 39 تا 43)

ابلیس جانتا ہے کہ وہ اللہ کے مخلص بندوں کو کبھی گمراہ نہیں کر سکے گا۔۔۔ خواص تو اس کے نشانے پر ہیں ہی۔۔۔ لیکن اس کا اصل مقصد عوام الناس کی کثیر ترین تعداد کو شکار کرنا ہے۔۔۔ خواص تو ابلیس کے ساتھ برسرِ پیکار ہوتے ہیں۔۔۔ اس سے چوکنے ہوتے ہیں۔۔۔ خواص کے ساتھ تو ابلیس کی جنگ چلتی ہی رہتی ہے۔۔۔ اس کا اصل تر نوالا تو عوام ہے۔۔۔

جو ابلیس کی طاقت کو نظر انداز کیے ہوتے ہیں underestimate کیے ہوتے ہیں۔۔۔ وہ عظیم اکثریت کو گمراہ کر کے اللہ کو دکھانا چاہتا ہے کہ چند ایک کو چھوڑ کر باقی تمام بنی نوع انسان کو اس کا گمراہ کر دینے کا دعویٰ درست تھا۔۔۔ یہ خیال ہی دل دہلا دینے والا ہے کہ ہم عام لوگ ابلیس کے انتقام کی اس جنگ میں ایک ایندھن کے طور پر

استعمال ہو رہے ہیں۔۔۔ابلیس بہت بڑا دشمن ہے۔۔۔اسے کسی صورت ہلکا نہیں لینا چاہیے۔۔۔وہ اپنے انتقام اور حسد میں دن رات مستعد ہے اور آدم اس سے بے پرواہ دکھائی دیتا ہے۔۔۔ہوش کرنا ہوگا۔۔۔کہیں یہ نہ ہو کہ ابلیس ہمیں لے اڑے۔۔۔اللہ چاہتا ہے کہ آدم کامیاب ہو۔۔۔

اللہ آدم کا منتظر بھی ہے۔۔۔اور مددگار بھی۔۔۔ذرا دیکھیے کس قدر دردمندی سے اس رب کریم نے اپنے تخلیق کیے ہوئے انسان کو آواز دی ہے۔۔۔اسے کچھ یاد دلایا ہے۔۔۔اس کی غیرت کو جگایا ہے۔۔۔

يٰبَنِيْٓ اٰدَمَ لَا يَفْتِنَنَّكُمُ الشَّيْطٰنُ كَمَآ اَخْرَجَ اَبَوَيْكُمْ مِّنَ الْجَنَّةِ يَنْزِعُ
عَنْهُمَا لِبَاسَهُمَا لِيُرِيَهُمَا سَوْاٰتِهِمَا اِنَّهٗ يَرٰىكُمْ هُوَ وَقَبِيْلُهٗ مِنْ حَيْثُ لَا
تَرَوْنَهُمْ اِنَّا جَعَلْنَا الشَّيٰطِيْنَ اَوْلِيَآءَ لِلَّذِيْنَ
لَا يُؤْمِنُوْنَ ○

اے آدم کی اولاد تمہیں شیطان نہ بہکائے جیسا کہ اس نے تمہارے ماں باپ کو بہشت سے نکال دیا ان سے ان کے کپڑے اتروائے تاکہ انہیں ان کی شرمگاہیں دکھائے، وہ اور اس کی قوم تمہیں دیکھتی ہے جہاں سے تم انہیں نہیں دیکھتے ہم نے شیطانوں کو ان لوگوں کا دوست بنا دیا ہے جو ایمان نہیں لاتے۔

(الاعراف 27)

یہ پرانی دشمنی ہے۔۔۔یہ بہت ہی قدیم رنجش ہے۔۔۔دشمن بے حد عیار اور مکار ہے۔۔۔آدم کو ہر حال میں کامیاب ہونا ہے اور کھوئی ہوئی جنت گم گشتہ واپس پانی ہے۔۔۔اپنا کھویا مقام حاصل کرنا ہے۔۔۔انسان نے شیطان سے پہلی شکست ستر کے برہنہ ہو جانے پر کھائی ہے۔۔۔

غور کرنے والوں کیلئے اس میں بہت حقائق ہیں۔۔۔اللہ بے نیاز ہے۔۔۔اسے کوئی فرق نہیں پڑتا کہ انسان کامیاب ہو یا ناکام۔اس نے امتحان شروع کر دیا ہے۔۔۔اصول بن چکے ہیں قانون لاگو ہو چکے ہیں۔۔۔شیطان بھی آزاد ہے اور انسان بھی طاقت انتخاب رکھتا ہے۔

اب اگر انسان نے کامیاب ہونا ہے تو اپنے لیے ہونا ہے۔۔۔اسے اللہ کو یہ دکھانا ہے کہ وہ شیطان رجیم کے داؤ میں نہیں آیا اور اپنے رب کی طرف متوجہ رہا۔اس کامیابی کی جزا ابدیت eternity ہے۔۔۔قرب خداوندی ہے۔۔۔اگر کوئی ناکام ہوتا ہے تو یہ جان لے کہ۔۔۔اللہ کو اخلاص والے بہت ہیں۔۔۔اور شیطان کو گمراہ بہت ہیں۔۔۔

ایک حیرت انگیز انکشاف جو ابلیس کے کردار کے مطالعے سے ہوتا ہے وہ یہ ہے کہ جس طریقے سے وہ گمراہ ہوا تھا لعین وہی ماڈل اس دنیا میں آزمانے کی کوششوں میں مصروف کار ہے۔۔۔ابلیس خواہ کتنا ہی عیار ہو اتنی عقل ہرگز اس میں نہ تھی کہ اتنے بڑے خدائی منصوبے کو ناکامی سے دوچار کرنے کا خواب دیکھ سکے۔۔۔

ابلیس کو آدم کو سجدہ نہ کرنے کی پاداش میں آسمان سے نکالا گیا اور جس نے سجدہ کیا وہ مقرب الٰہی ہو گیا اور عذاب سے مامون ہوا۔یہ دیکھ کر ابلیس نے داؤ یہ کھیلا کہ زمین پر بت بنائے اور انسانوں کو ان بتوں کو سجدہ کرنے کی طرف راغب کیا اور وہ بھی یہ کہہ کر کہ ان بتوں کو سجدہ کرنے سے وہ اللہ کے مقرب ہو جائیں گے کیونکہ یہ بت بھی اللہ کی مقرب ہستیوں کے ہیں سب ان کی مدد کریں گے۔۔۔

اگر غور کیا جائے تو یہ خدا کے منصوبے کی ہو بہو نقل ہے clone ہے۔بلاشبہ اس داؤ سے ابلیس نے ازل سے لے کر آج تک انسانوں کی عظیم اکثریت کو گمراہ کر کے تباہ و برباد کر ڈالا ہے۔۔۔بت صرف مجسمے کو ہی نہیں کہتے بلکہ کسی بھی عکس image / symbol

کی جسمانی یا ذہنی طور پر حد سے بڑھتی ہوئی مذہبی تکریم بت پرستی میں داخل ہو سکتی ہے۔

اپنی اصل میں actuality میں یہ بہت ہی پیچیدہ داؤ ہے۔۔۔ اگر غور کیا جائے تو عقدہ کھلتا ہے کہ چونکہ مسلمانوں میں بت پرستی اسلام کے آنے سے ہمیشہ کیلئے بتوں کی صورت میں ختم کردی گئی لیکن ابلیس اسے دوسرے حیلوں بہانوں سے مسلمانوں میں داخل کرنے کی کوششوں میں ہمیشہ سے ہی مصروف کار رہا ہے اور کچھ حد تک اس میں کامیاب بھی ہے۔۔۔

اس کا اندازہ بازاروں، دکانوں میں جا بجا لگے پیروں فقیروں کے طلسماتی مناظر پر مشتمل پوسٹرز کو دیکھ کر لگایا جاتا ہے۔ کثیر تعداد میں ایسے مزارات موجود ہیں جہاں آج بھی اعلانیہ بت پرستی کی جاتی ہے۔۔۔ وہ بت پرستی کی اشکال بدل کر اسے مسلمانوں میں قابل قبول بنانے میں سرگرم ہے۔۔۔

ایسے بہت سے جعلی پیر فقیر مجذوب اور نام نہاد بابے موجود ہیں جن کا احترام عقیدت کی حدوں سے باہر نکل کر کیا جاتا ہے۔۔۔ شخصیت کو personality کو ایک بت بنا کر پوجا جاتا ہے۔۔۔ یہ تعویذ گنڈے، یہ ٹونے۔۔۔ سب بت پرستی کی بدلی ہوئی اشکال ہیں۔۔۔ اللہ تعالیٰ ہمیں ہدایت عطا فرمائے اور دین پر درست طریق سے چلنے کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین۔

شیطان سے بچنے کیلئے نفس کا علم حاصل کرنا اشد ضروری ہے۔ نماز، روزہ، تسبیح اور ذکر انسان کو شیطان کے تسلط سے محفوظ رکھتے ہیں۔ اس موضوع پر چند آیات کو سمجھ لینا بہت فائدہ مند ہوگا۔ انشاءاللہ۔

إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِّنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُم مُّبْصِرُونَ ۝

بے شک جو لوگ خدا سے ڈرتے ہیں جب انہیں کوئی خطرہ شیطان کی طرف سے آتا ہے تو وہ یاد میں لگ جاتے ہیں پھر اچانک ان کی آنکھیں کھل جاتی ہیں۔

(الاعراف 201)

وَقَالَ الشَّيْطَانُ لَمَّا قُضِيَ الْأَمْرُ إِنَّ اللَّهَ وَعَدَكُمْ وَعْدَ الْحَقِّ وَوَعَدتُّكُمْ فَأَخْلَفْتُكُمْ ۖ وَمَا كَانَ لِيَ عَلَيْكُم مِّن سُلْطَانٍ إِلَّا أَن دَعَوْتُكُمْ فَاسْتَجَبْتُمْ لِي ۖ فَلَا تَلُومُونِي وَلُومُوا أَنفُسَكُم ۖ مَّا أَنَا بِمُصْرِخِكُمْ وَمَا أَنتُم بِمُصْرِخِيَّ ۖ إِنِّي كَفَرْتُ بِمَا أَشْرَكْتُمُونِ مِن قَبْلُ ۗ إِنَّ الظَّالِمِينَ لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ ۝

اور جب فیصلہ ہو چکے گا تو شیطان کہے گا بے شک اللہ نے تم سے سچا وعدہ کیا تھا اور میں نے بھی تم سے وعدہ کیا تھا پھر میں نے وعدہ خلافی کی، اور میرا تم پر اس کے سوا کوئی زور نہ تھا کہ میں نے تمہیں بلایا پھر تم نے میری بات کو مان لیا، پھر مجھے الزام نہ دو اور اپنے آپ کو الزام دو، نہ میں تمہارا فریادرس ہوں اور نہ تم میرے فریادرس ہو، میں خود تمہارے اس فعل سے بیزار ہوں کہ تم اس سے پہلے مجھے شریک بناتے تھے، بے شک ظالموں کے لیے دردناک عذاب ہے۔

(ابراہیم 22)

وَقُلْ لِّعِبَادِیْ یَقُوْلُوا الَّتِیْ هِیَ اَحْسَنُ ؕ اِنَّ الشَّیْطٰنَ یَنْزَغُ بَیْنَهُمْ ؕ اِنَّ الشَّیْطٰنَ كَانَ لِلْاِنْسَانِ عَدُوًّا مُّبِیْنًا ۝

اور میرے بندوں سے کہہ دو کہ وہی بات کہیں جو بہتر ہو، بے شک شیطان آپس میں لڑا دیتا ہے بے شک شیطان انسان کا کھلا دشمن ہے۔

(الاسراء 53)

یٰۤاَیُّهَا الَّذِیْنَ اٰمَنُوْا لَا تَتَّبِعُوْا خُطُوٰتِ الشَّیْطٰنِ ؕ وَمَنْ یَّتَّبِعْ خُطُوٰتِ الشَّیْطٰنِ فَاِنَّهٗ یَاْمُرُ بِالْفَحْشَآءِ وَالْمُنْكَرِ ؕ وَلَوْلَا فَضْلُ اللّٰهِ عَلَیْكُمْ وَرَحْمَتُهٗ مَا زَكٰی مِنْكُمْ مِّنْ اَحَدٍ اَبَدًا ۙ وَّلٰكِنَّ اللّٰهَ یُزَكِّیْ مَنْ یَّشَآءُ ؕ وَاللّٰهُ سَمِیْعٌ عَلِیْمٌ ۝

اے ایمان والو! شیطان کے قدموں پر نہ چلو، اور جو کوئی شیطان کے قدموں پر چلے گا سو وہ تو اسے بے حیائی اور بری باتیں ہی بتائے گا، اور اگر تم پر اللہ کا فضل اور اس کی رحمت نہ ہوتی تو تم میں سے کوئی کبھی بھی پاک صاف نہ ہوتا اور لیکن اللہ جسے چاہتا ہے پاک کر دیتا ہے، اور اللہ سننے والا جاننے والا ہے۔

(النور 21)

اَلشَّیْطٰنُ یَعِدُكُمُ الْفَقْرَ وَیَاْمُرُكُمْ بِالْفَحْشَآءِ ۚ وَاللّٰهُ یَعِدُكُمْ مَّغْفِرَةً مِّنْهُ وَفَضْلًا ؕ وَاللّٰهُ وَاسِعٌ عَلِیْمٌ ۝

شیطان تمہیں تنگدستی کا وعدہ دیتا ہے اور بے حیائی کا حکم کرتا ہے،

اور اللہ تمہیں اپنی بخشش اور فضل کا وعدہ دیتا ہے اور اللہ بہت کشائش

کرنے والا سب کچھ جاننے والا ہے۔

(البقرہ 268)

يَعِدُهُمْ وَيُمَنِّيهِمْ وَمَا يَعِدُهُمُ الشَّيْطَانُ إِلَّا غُرُورًا ٥

(شیطان) ان سے وعدے کرتا ہے اور انہیں امیدیں دلاتا ہے،

اور ان سے صرف جھوٹے وعدے کرتا ہے۔

(النساء 120)

وَإِمَّا يَنْزَغَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْغٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ

إِنَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ٥

اور اگر تجھے کوئی وسوسہ شیطان کی طرف سے آئے تو اللہ کی پناہ مانگ لیا کر،

بے شک وہ سننے والا جاننے والا ہے۔

(الاعراف 200)

☆☆☆☆☆☆☆

دعا کی حقیقت

Reality of Prayer

دعا آواز، کلام اور دل سے اللہ کی طرف مائل ہونے کا نام ہے۔ دعا سوال ہے، التجا ہے۔ دعا پکار ہے۔ دعا اللہ اور بندے کے درمیان ایک قسم کا توسل ہے۔ ایک فانی کا ابدی سے رابطے کا ذریعہ ہے۔

جب انسان دستِ نیاز کو بارگاہِ خداوندی میں اٹھا کر خود کو ذلیل وخوار عاجز و ناتواں اور خالق کو صاحبِ اختیار، مالک حقیق اور بے نیاز سمجھتا ہے تب دعا قائم ہوتی ہے، ایسی حالت میں جب اس ذاتِ عظیم سے ربط قائم ہوتا ہے تو انسان کو ایک کیف وسرور کی کیفیت حاصل ہوتی ہے۔ اس کی روح اور دل قرار پکڑتے ہیں۔ دل کا اضطراب، الجھن اور بے قراری ناپید ہوجاتی ہے۔ محویت کے اس مقام پر تسلی اور اطمینان قلب عطا ہوتا ہے۔

یوں محسوس ہوتا ہے کہ جیسے کسی نے فریاد سن لی ہے۔۔۔ سہارا دے دیا ہے۔۔۔ کسی نے ہاتھ تھام لیا ہے۔۔۔ اب سب ٹھیک ہوجائے گا۔ یہ کیفیت دعا کی فضیلت ہے۔ دعا انسان کی قدیم ترین فطرت ہے۔ دعا کا تعلق کسی مذہب سے نہیں ہے یہ فطرت

انسان میں ہے۔ زندگی کا دباؤ جب بھی حد سے بڑھتا ہے تو انسان دعا کی طلب اپنے دل میں موجزن پاتا ہے۔ دعائیں سب کی قبول کی جاتی ہیں۔ اللہ رب العالمین ہے وہ سارے انسانوں کا خدا ہے۔۔۔ طریقے مختلف ہیں مگر دعا ایک ہے۔۔۔ ہر کوئی اپنے رب سے مدد چاہتا ہے۔۔۔ یہ سرشت ہے۔۔۔

جب بھی انسان کسی ایسی مصیبت میں پھنس جائے جس سے نکلنے کا کوئی رستہ اسے دنیا میں بھائی نہ دیتا ہو اور نہ ہی اس کی مدد کرنے والا کوئی دکھائی دیتا ہو تو وہ اس دنیا سے ماوراء کسی عظیم ترین بیرونی طاقت outside agency سے مدد چاہتا ہے۔۔۔ جسے ہر انسان اپنے اپنے کلچر اور مذہب کے مطابق مختلف ناموں سے یاد کرتا ہے۔

دعا مانگنے کے بے شمار طریقے ہیں کوئی آواز سے مانگتا ہے۔ کوئی گڑگڑا کر روتے ہوئے سوال کرتا ہے۔ کوئی راز و نیاز میں حاجت پیش کرتا ہے۔ شدت غم اور مصیبت کے انتہائی درجات میں اشکوں سے بھری آنکھوں کا آسمان اٹھ جانا بھی دعا ہے۔ دعا اپنی اصل میں ایک کیفیت ہے۔۔۔ ایک خوبی ہے quality ہے۔۔۔ یہ خوبی متکبر کا گدا ہو جانا ہے۔۔۔ یہ نفس کی عارضی اطاعت ہے۔۔۔ کچھ ہی لمحوں کیلئے سہی۔۔۔ لیکن جب بھی یہ پیدا ہوتی ہے دعا کہلاتی ہے۔۔۔

دعا کرنے کے بعد انسان کو اس دعا کی قبولیت کی امید ہوتی ہے لیکن اکثر دیکھا گیا ہے کہ کچھ دعائیں بارگاہِ الٰہی میں شرف قبولیت کو پہنچتی دکھائی نہیں دیتی ہیں۔۔۔ اب اللہ تو کہتا ہے کہ مانگو میں عطا کرنے والا ہوں بلکہ وہ تو دعا نہ مانگنے والے پر ناراض ہوتا ہے۔۔۔ پھر کیا وجہ ہے ہر دعا قبولیت کے درجے کو پہنچتی دکھائی نہیں دیتی؟ اس سوال کا جواب پانے کیلئے ہمیں اس بات پر غور کرنا ہے کہ ہم دعا کیوں مانگتے ہیں۔ مشاہدہ کیا جائے تو صاف نظر آتا ہے کہ دعا کو سمجھنے میں عام طور پر انسان کی کوئی دلچسپی نہیں ہے ورنہ اُس پر

واضح ہو جائے کہ دعا اپنی اصل میں بندے کا اللہ سے رابطہ کرتا ہے۔ بات چیت کرتا ہے communicate کرتا ہے۔ کمیونی کیشن کا بنیادی اصول یہ ہے کہ اپنی بات مکمل کرنے کے بعد دوسرے کی بات بھی سنی جائے گی۔۔۔ لیکن دعا کرتے ہوئے لوگ عام طور پر اس بات کو مکمل فراموش کر دیتے ہیں کہ اللہ سے جو سوال انہوں نے کیا ہے اس کا جواب اللہ نے کیا دیا ہے؟

اللہ انسان سے بات کرتا ہے۔۔۔ سو فیصد اللہ انسان کو جواب دیتا ہے respond کرتا ہے۔۔۔ اس کی دعا قبول کرتا ہے۔۔۔ لیکن یہ اللہ کی شان نہیں کہ انسان سے ایسے بات کرے جیسے آواز کے توسط سے کوئی دوسرا انسان اس سے بات کرتا ہے۔۔۔ یہ خدائی منصب کے شایانِ شان نہیں ہے۔۔۔ یہ خدائی پروٹوکول کے خلاف ہے۔ اللہ عام انسان سے نشانیوں signs کی زبان میں بات کرتا ہے۔۔۔

یہ بہت ہی غور طلب امر ہے۔۔۔

ضروری ہے کہ انسان پورے ہوش و حواس اور مکمل توجہ سے سوچ سمجھ کر اللہ سے دعا کرے۔ اس کے برعکس ہوتا یہ ہے کہ اکثر اوقات دعا کو ایک تکلف formality کے طور پر ادا کیا جا رہا ہوتا ہے۔۔۔ لمبی مدت کی دعائیں بغیر کچھ سوچے سمجھے صرف روٹین کے تحت مانگی جا رہی ہوتی ہیں۔۔۔ یا اللہ مجھے دولت دے۔ میرا کاروبار پھیلا دے۔ یہ اس قسم کی دعائیں ہیں جو بہت طویل مدتی منصوبوں کی عکاسی کرتی ہیں جو دعا مانگنے والے کے ذہن میں پرورش پا رہے ہوتے ہیں۔

حرج کوئی نہیں۔۔۔ کہ بے شک اللہ قبول فرمانے والا ہے۔ لیکن اصول دعا کا یہ ہونا چاہیے کہ مختصر مدت کی دعا بھی ضرور مانگی جائے۔۔۔ جیسے فجر کی نماز میں ظہر سے پہلے کسی کام کے ہونے کی دعا۔۔

اسی طرح عشاء کی نماز میں صبح درپیش کسی مسئلے پر اللہ سے مدد کی التجا بہت ہی حیرت انگیز اثرات اپنی قبولیت میں رکھتی ہے۔ یاد رہے کہ دعا مانگ لینے کے بعد غافل نہ ہوجانا چاہیے۔۔۔ بلکہ ہر وقت الرٹ رہنا چاہیے۔۔۔ کیونکہ اللہ اس دعا کی مناسبت سے نشانیاں ظاہر کرتا ہے۔۔۔

اگر دعا کی مدت مختصر ہو اور مثال کے طور پر ہر روز دو تین دعائیں مختصر مدت کی مانگی جائیں تو سو فیصد امکانات ہیں کہ ان دعاؤں کے پورا ہونے کو اللہ کی نشانی کے طور پر دیکھا جاسکتا ہے۔ تب سمجھ آتا ہے کہ ہر دعا قبول ہے۔۔۔ کسی کام کی دعا کی جائے اور وہ انسان کے حق میں بہتر نہ ہو تو اس کام کا نہ ہو پانا بھی اپنی اصل میں اس دعا کی قبولیت ہے۔۔۔

دعا مانگتے ہوئے کوئی تذبذب ہرگز نہیں ہونا چاہیے۔۔۔ دعا مانگتے ہوئے اللہ کو یہ کہنا کہ اگر یہ میرے حق میں بہتر ہے تو کردے ورنہ مت کر یہ ٹھیک نہیں ہے۔۔۔ جو مانگنا ہے اسے پہلے عقل پر پوری طرح پرکھ لیا جائے پھر پورے یقین سے سوال کرنا چاہیے کہ اس کائنات میں اللہ کسی بھی کام کو کر ڈالنے سے ہرگز عاجز نہیں ہے۔ ایسی دعا کہ یہ کام میرے حق میں بہتر ہے تو اسے کردے ورنہ مت کر، یہ استخارہ ہے۔۔۔ یہ دعا سے مختلف ہے۔۔۔ استخارہ مانگنا نہیں ہے بلکہ مشورہ کرنا ہے۔۔۔ بر سبیل تذکرہ استخارہ صرف ایک ہے۔۔۔

اور وہ استخارہ کی مسنون دعا ہے جو حضور اکرمؐ نے ہمیں تعلیم کی ہے۔ استخارہ کا مسنون طریقہ یہ ہے کہ دن رات میں کسی بھی وقت بشرطیکہ وہ نفل کی ادائیگی کا مکروہ وقت نہ ہو دو رکعت نفل استخارہ کی نیت سے پڑھیں، نیت یہ کرے کہ میرے سامنے یہ معاملہ یا مسئلہ ہے، اس میں جو راستہ میرے حق میں بہتر ہو، اللہ تعالیٰ اس کا فیصلہ فرمادیں۔ سلام پھیر کر نماز کے بعد استخارہ کی مسنون دعا مانگیں جو حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے تلقین فرمائی ہے۔

اَللّٰهُمَّ إِنِّي أَسْتَخِيْرُكَ بِعِلْمِكَ، وَأَسْتَقْدِرُكَ بِقُدْرَتِكَ، وَأَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ الْعَظِيْمِ، فَإِنَّكَ تَقْدِرُ وَلَا أَقْدِرُ، وَتَعْلَمُ وَلَا أَعْلَمُ، وَأَنْتَ عَلَّامُ الْغُيُوْبِ اَللّٰهُمَّ إِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ أَنَّ هٰذَا الْأَمْرَ خَيْرٌ لِّيْ فِيْ دِيْنِيْ وَمَعَاشِيْ وَعَاقِبَةِ أَمْرِيْ وَعَاجِلِهٖ وَاٰجِلِهٖ، فَاقْدِرْهُ لِيْ، وَيَسِّرْهُ لِيْ، ثُمَّ بَارِكْ لِيْ فِيْهِ وَإِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ أَنَّ هٰذَا الْأَمْرَ شَرٌّ لِّيْ فِيْ دِيْنِيْ وَمَعَاشِيْ وَعَاقِبَةِ أَمْرِيْ وَعَاجِلِهٖ وَاٰجِلِهٖ، فَاصْرِفْهُ عَنِّيْ وَاصْرِفْنِيْ عَنْهُ، وَاقْدِرْ لِيَ الْخَيْرَ حَيْثُ كَانَ ثُمَّ أَرْضِنِيْ بِهٖ

اے اللہ! میں تیرے علم کے ذریعے تجھ سے بھلائی کا سوال کرتا ہوں اور تیری قدرت کے ذریعے ہمت کا طلبگار ہوں۔ اور میں تیرے بہت زیادہ فضل سے سوال کرتا ہوں کیونکہ تو قدرت رکھتا ہے اور میں قدرت نہیں رکھتا،

تو جانتا ہے اور میں نہیں جانتا اور تو غیب کو خوب جاننے والا ہے۔ اے میرے اللہ! اگر تو جانتا ہے کہ یہ کام (کام کا نام لے) میرے دین میری معاش (دنیا) اور انجام کار کے اعتبار سے میرے لیے بہتر ہے جلد یا بدیر تو پھر تو اسے میرے مقدر میں کر دے،

اور اسے میرے لیے آسان کر دے

پھر میرے لیے اس میں برکت پیدا فرما اور اگر تو جانتا ہے یہ کام (کام کا نام لے) میرے دین میری معاش (دنیا) اور انجام کار کے اعتبار سے میرے لیے برا ہے جلد یا بدیر تو اس کو مجھ سے دور کر دے اور مجھے اس سے دور کر دے،

اور میرے لیے بہتری اور بھلائی مقدر کر دے چاہے وہ جہاں بھی ہو۔

پھر مجھے اس سے خوش کر دے۔

(صحیح بخاری مع الفتح، کتاب الدعوات حدیث 6382: ابوداود، 1/568)

استخارہ میں نہ کچھ دکھائی دیتا ہے نہ خواب میں اشارے وغیرہ دیے جاتے ہیں۔ یہ خرافات ہیں خود ساختہ استخارے ہیں۔ استخارہ صرف مسنون ہے جب کسی تذبذب والے مسئلے پر استخارہ کی دعا پڑھ دی تو آگے اللہ کا کام ہے کہ اس کام میں اگر انسان کی بہتری ہوگی تو کام ہو جائے گا ورنہ نہیں ہوگا۔۔۔ استخارہ جو کرتا ہے وہ کبھی رسوا نہیں ہوتا۔۔۔

دعا اور استخارے کو الگ رکھنا ہوتا ہے۔۔۔ تذبذب میں مانگی گئی دعا بھی کوئی دعا ہے؟ کون سا ایسا بھکاری کسی نے دیکھا ہے جو اس بات پر متذبذب ہو کہ وہ جو مانگ رہا ہے جانے ٹھیک ہے یا غلط ہے؟ گدائی کا سلیقہ ہونا چاہیے جو مانگنا ہے پورے ارادے سے will سے مانگنا چاہیے اور پھر دعا کی قبولیت کا ایسا یقین ہونا چاہیے جتنا اپنی موت کا ہے۔

جن لوگوں کو لگتا ہے کہ ان کی کچھ دعائیں قبول ہوتی ہیں اور کچھ نہیں۔۔۔ انہیں خبر ہونی چاہیے کہ ساری دعائیں قبول ہوتی ہیں۔۔۔ یہ انسان کا اپنا اندھا پن ہے کہ اسے دعا کی قبولیت کا عمل process دکھائی نہ دے۔۔۔

اس بات میں کوئی شک نہیں کہ دعا سے تقدیر بدلتی ہے اس کے سوا کوئی عبادت اور کوئی طریقہ ایسا نہیں جس سے انسان خود پر لکھ دی گئی تقدیر پر اثر انداز ہو سکے influence کر سکے۔ یہ صرف دعا ہے جس کے قبول کیے جانے کی صورت میں اللہ رب العزت انسان کی تقدیر میں اس انسان کی خواہش پر ردوبدل modification کرتا ہے۔

یہ عمل نظر نہیں آتا۔۔۔ یہ نینو ٹیکنالوجی nano technology جیسا ہے۔۔۔ دعا قبول ہو جانے کے بعد مانگنے والے کے حالات، واقعات اس کی ذہنی حالت اور اس کے ارد گرد موجود کرداروں میں انتہائی غیر محسوس انداز سے تبدیلیاں کی جاتی ہیں۔۔۔ دعا اگر بہت طاقتور ہو اور قبولیت کو پہنچ جائے تو بسا اوقات مانگنے والے کا سارا ماحول حتیٰ کہ زندگی بھی بدل دی جاتی ہے۔۔۔

یہ بہت بڑی طاقت ہے۔۔۔ یہ بہت بڑا ہتھیار ہے۔۔۔ اسے بنا سوچے سمجھے بھی استعمال نہیں کرنا چاہیے۔ یہ بندے کی خالق تک رسائی کا ذریعہ ہے۔ یہ ذاتی دعا ہے جس کی بات ہو چکی۔ اب بہت سی دعائیں ہیں جو اللہ اور اللہ کے رسولؐ نے ہمیں عطا فرمائیں ہیں۔ ان دعاؤں میں سندِ قبولیت مستور ہے authenticity ہے۔ انہیں اپنی ذاتی دعا میں شامل کرنا بہت ضروری ہے۔

قرآن اور حدیث میں انبیاء کرامؑ کی بہت سی خوبصورت دعائیں ہیں۔ اپنے مزاج اور ضرورت کے مطابق کچھ دعائیں لازمی صبح، شام اور نمازوں کے بعد پڑھنی چاہئیں کہ بے شمار ایسی ضروریات اور مسائل ہیں جن کا انسان کو خود ادراک نہیں ہے۔۔۔ یہ دعائیں در پردہ ان تمام مسائل مصائب و آلام سے انسان کو بچاتی ہیں۔ جن سے وہ بے خبر ہوتا ہے۔

مثال کے طور پر سنن ابی داؤد کتاب الصلوٰۃ حدیث نمبر 1552 ملاحظہ کیجئے۔

حدثنا عبيد الله بن عمر، حدثنا مكي بن إبراهيم، حدثني عبد الله بن سعيد، عن صيفي مولى افلح مولى ابي ايوب، عن ابي اليسر، ان رسول الله صلى الله عليه وسلم كان يدعو.

ابوالیسر رضی اللہ عنہ کہتے ہیں کہ رسول ﷺ یہ دعا مانگتے تھے "اللهم إني أعوذ بك من الهدم، وأعوذ بك من التردي، وأعوذ بك من الغرق، والحرق والهرم، وأعوذ بك أن يتخبطني الشيطان عند الموت، وأعوذ بك أن أموت في سبيلك مدبرا، وأعوذ بك أن أموت لديغا" "اے اللہ! کسی مکان یا دیوار کے اپنے اوپر گرنے سے میں تیری پناہ مانگتا ہوں۔ میں اونچے مقام سے گر پڑنے سے تیری پناہ مانگتا ہوں۔ میں ڈوبنے، جل جانے اور بہت بوڑھا ہو جانے سے تیری پناہ مانگتا ہوں۔ میں تیری پناہ مانگتا ہوں اس بات سے کہ موت کے وقت مجھے شیطان اچک لے۔

اس بات سے تیری پناہ مانگتا ہوں کہ میں تیری راہ میں پیٹھ دکھا کر بھاگتے ہوئے مارا جاؤں اور اس بات سے تیری پناہ مانگتا ہوں کہ کسی زہریلے جانور کے کاٹنے سے میری موت آئے۔

اسی طرح دعاؤں کی اور بہت سی اقسام ہیں جو دنیا و آخرت میں انسان کو کامیاب و کامران کرنے میں اس کی بے کراں مدد کرتی ہیں جیسے:

رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا وَهَبْ لَنَا مِن لَّدُنكَ رَحْمَةً ۚ إِنَّكَ أَنتَ الْوَهَّابُ ٥

اے رب ہمارے! جب تو ہم کو ہدایت کر چکا تو ہمارے دلوں کا نہ پھیر اور اپنے ہاں سے ہمیں رحمت عطا فرما، بے شک تو بہت زیادہ دینے والا ہے۔

(آل عمران 8)

لَّا إِلَٰهَ إِلَّا أَنتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنتُ مِنَ الظَّالِمِينَ

تیرے سوا کوئی معبود نہیں ہے تو بے عیب ہے، بے شک میں بے انصافوں میں سے تھا۔

(الانبیاء 87)

رَبِّ إِنِّي لِمَا أَنزَلْتَ إِلَيَّ مِنْ خَيْرٍ فَقِيرٌ

اے میرے رب تو میری طرف جو اچھی چیز اتارے میں اس کا محتاج ہوں۔

(القصص 24)

لَكِنَّ اللّٰهَ يَمُنُّ عَلٰى مَنْ يَّشَآءُ مِنْ عِبَادِهٖ

لیکن اللہ اپنے بندوں میں جس پر چاہتا ہے احسان کرتا ہے

(ابراہیم 11)

وَلَمْ اَكُنْۢ بِدُعَآئِكَ رَبِّ شَقِيًّا

اور میرے رب! تجھ سے مانگ کر میں کبھی محروم نہیں ہوا۔

(مریم 4)

رَبَّنَآ اٰتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَّفِي الْاٰخِرَةِ حَسَنَةً وَّقِنَا عَذَابَ النَّارِ

اے ہمارے رب ہمیں دنیا میں نیکی اور آخرت میں بھی نیکی دے

اور ہمیں دوزخ کے عذاب سے بچا۔

(البقرہ 201)

رَبَّنَآ اَفْرِغْ عَلَيْنَا صَبْرًا وَّثَبِّتْ اَقْدَامَنَا وَانْصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكٰفِرِيْنَ

اے رب ہمارے دلوں میں صبر ڈال دے اور ہمارے پاؤں جمائے رکھ

اور اس کافر قوم پر ہماری مدد کر۔

(البقرہ 250)

رَبَّنَا ظَلَمْنَآ اَنْفُسَنَا وَاِنْ لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا

لَنَكُوْنَنَّ مِنَ الْخٰسِرِيْنَ

اے رب! ہمارے ہم نے اپنی جانوں پر ظلم کیا، اور اگر تو ہمیں نہ بخشے گا اور
ہم پر رحم نہ کرے گا تو ہم ضرور تباہ ہو جائیں گے۔

(الاعراف 23)

رَّبِّ زِدْنِيْ عِلْمًا

اے میرے رب مجھے اور زیادہ علم دے۔

(طٰہٰ 114)

قَالَ رَبِّ اشْرَحْ لِيْ صَدْرِيْ ۝ وَيَسِّرْ لِيْ أَمْرِيْ ۝ وَاحْلُلْ عُقْدَةً مِّنْ لِّسَانِيْ
۝ يَفْقَهُوْا قَوْلِيْ ۝

کہا اے میرے رب میرا سینہ کھول دے۔ اور میرا کام آسان کر۔
اور میری زبان سے گرہ کھول دے کہ میری بات سمجھ لیں۔

(طٰہٰ 25 تا 28)

رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَّاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِيْنَ إِمَامًا

ہمارے رب ہمیں ہماری بیویوں اور اولاد کی طرف سے آنکھوں کی ٹھنڈک عطا فرما
اور ہمیں پرہیزگاروں کا پیشوا بنا دے۔

(الفرقان 74)

أَنِّيْ مَسَّنِيَ الضُّرُّ وَأَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِيْنَ

مجھے روگ لگ گیا ہے حالانکہ تو سب رحم کرنے والوں سے

زیادہ رحم کرنے والا ہے۔

(الانبیاء 83)

رَبِّ ابْنِ لِي عِنْدَكَ بَيْتًا فِي الْجَنَّةِ

اے میرے رب میرے لیے اپنے پاس جنت میں ایک گھر بنا

(التحریم 11)

اسی طرح بہت سی ایسی دعائیں ہیں جو حضور پاکؐ نے خود بھی پڑھی ہیں اور ہمیں بھی پڑھنے کی تلقین فرمائیں ہے۔ چند مسنون دعائیں دیکھ لیں۔

صبح وشام کی خاص دعا

حضرت عثمانؓ فرماتے ہیں کہ رسول اللہؐ نے فرمایا ہے کہ جو بندہ صبح

شام تین مرتبہ یہ کلمات پڑھ لیا کرے

تو اسے کوئی ناگہانی بلا نہ پہنچے گی۔

بِسْمِ اللّٰهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا

فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ

اللہ کے نام سے جس کے نام کے ساتھ آسمان یا زمین میں کوئی چیز نقصان نہیں

دے سکتی اور سننے اور جاننے والا ہے۔

(ترمذی 3388)

سوتے وقت تکبیر و تسبیح پڑھنا

ہم سے سلیمان بن حرب نے بیان کیا، کہا ہم سے شعبہ بن حجاج نے بیان کیا، ان سے حکم بن عینیہ نے ان سے ابن ابی لیلی نے ان سے علیؓ نے کہ فاطمہؓ نے چکی پینے کی تکلیف کی وجہ سے کہ ان کے ہاتھ مبارک کو صدمہ پہنچتا ہے تو نبی کریمؐ کی خدمتِ مبارک میں ایک خادم مانگنے کیلئے حاضر ہوئیں۔ نبی کریمؐ گھر میں موجود نہیں تھے اس لیے انہوں نے عائشہؓ سے ذکر کیا۔ جب آپؐ تشریف لائے تو عائشہؓ نے آپؐ سے اس کا ذکر کیا۔ علیؓ نے بیان کیا کہ پھر نبی کریمؐ ہمارے یہاں تشریف لائے ہم اس وقت تک بستروں پر لیٹ چکے تھے میں کھڑا ہونے لگا تو آپؐ نے فرمایا کہ کیا میں تم دونوں کو وہ چیز نہ بتادوں جو تمہارے لیے خادم سے بھی بہتر ہو۔ جب تم اپنے بستر پر جانے لگو تو 33 مرتبہ "سبحان اللہ" کہو، 33 مرتبہ "الحمد اللہ" کہو اور 34 مرتبہ "اللہ اکبر" کہو۔ یہ تمہارے لیے خادم سے بہتر ہے۔

(بخاری 6318)

اپنے حالات کے مطابق دعائیں منتخب کر کے روزانہ ان دعاؤں کو پڑھنا بہت ہی خیر و خوبی کا باعث ہے۔ دعا کی تسبیح بھی کی جاسکتی ہے۔ بے شمار ایسی خوبصورت دعائیں قرآن و حدیث میں جواہرات کی طرح چمکتی ہیں۔۔۔ لیکن طوالت کے اندیشے کی وجہ سے تمام دعاؤں کا لکھنا ممکن نہیں۔۔۔ بہر حال ذرا سی کوشش سے ہر قسم کی دعا قرآن و حدیث میں آپ کو موجود ملے گی۔ دعائیں پڑھنے کے ساتھ ساتھ اپنے نفس کے کردار کی بہتری کیلئے ہمہ وقت کوشاں رہنے سے ہی دیرپا اور موثر ترین نتائج کی امید رکھی جاسکتی ہے۔۔۔

☆☆☆☆☆☆☆

اعلیٰ مقصد حیات

The Ultimate Purpose of Life

مقصد حیات کے تعین میں انسانوں کی عظیم اکثریت کج فہمی کا شکار ہے۔۔۔اس پر مستزاد یہ کہ انہیں اس بات کا احساس بھی نہیں ہے۔ انسان کو دنیا میں جینے کیلئے کسی نہ کسی مقصد کی ضرورت ہوتی ہے۔ ابتداء میں ہماری زندگی کا کوئی متعین مقصد نہیں ہوتا۔ ہم پیدا ہوتے ہیں، پڑھتے ہیں، کماتے ہیں اور بس کھاتے ہیں۔۔۔اس سے آگے عام طور پر کوئی سوچ نہیں ہوتی۔ ہمیں اس بات کا احساس ہی نہیں ہوتا کہ ہمیں اس سے بھی بڑھ کر دنیا میں کچھ کرنا ہے۔۔۔زیادہ سے زیادہ یہ ہوتا ہے کہ چونکہ اللہ نے ہر انسان میں کوئی نہ کوئی خوبی رکھی ہے اور جب انسان اپنی اس خوبی سے واقف ہو جاتا ہے تو کبھی وہ سائنسدان بن کے کائنات کے رازوں کو افشاں کرتا ہے، کبھی انسانیت کی خدمت اپنا شعار بناتا ہے، بہت بڑا لیڈر بن کے کبھی کسی قوم کا سہارا بھی بن جاتا ہے، کبھی شاعر بن کر لوگوں کے دل کی آواز بن جاتا ہے اور اگر ایسا نہ ہو تو اس کے برعکس وہ اندھیروں میں گھر کر نہ صرف اپنی زندگی برباد کرتا ہے بلکہ بسا اوقات قبیح جرائم کا شکار ہو کر ایک ناسور کی صورت انسانیت کو صفحہ ہستی سے مٹانے پر بھی تل جاتا ہے۔

آج کا مسلمان اسلام کی روح سے بیگانہ ہو کر یہود و نصاریٰ اور کفار و مشرکین کی طرح دنیاوی زندگی اور اس کے متعلقات کو اپنی زندگی کا واحد مقصد بنا چکا ہے۔ مال و دولت اور آرام و آسائش کا حصول، دنیاوی منصب و جاہ ہی اب زندگی کا مقصد دکھائی دیتا ہے۔ دورِ جدید کے جتنے بھی علوم ہیں ان میں مہارت صرف دنیاوی نفع کیلئے حاصل کی جاری ہے حالانکہ یہ دنیا نہ تو آرام و آسائش کی جگہ ہے اور نہ ہی اس کے حصول کی کوشش اس عارضی زندگی کا مقصد ہے۔ یہ تمام چیزیں جن کیلئے لوگ کوشاں ہیں انسان کی آزمائش کیلئے ہیں نہ کہ اس کی آسائش کیلئے۔۔۔اس مقام پر اللہ تعالیٰ کا فرمان انسان کیلئے چشم کشا ہے۔

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْاِنْسَ اِلَّا لِیَعْبُدُوْنِ ○

اور میں نے جن اور انسان کو بنایا ہے تو صرف اپنی بندگی کے لیے۔

(الذاریات 56)

اکثر لوگ اس بات کو جانتے ہیں اور زبان سے اس کا اقرار بھی کرتے ہیں لیکن ان کی زندگی کی روش صاف بتاتی ہے کہ انہوں نے اس کو اپنی زندگی کا مقصد نہیں بنایا۔۔۔
پھر ایک طبقہ لوگوں کا ایسا ہے جو کسی نہ کسی درجے میں اللہ کی عبادت کو اپنی زندگی کا مقصد سمجھتا ہے اور اسے پورا کرنے کی کوششوں میں بھی مصروف عمل رہتا ہے۔۔۔لیکن وہ لفظ "عبادت" کی ناقص فہم کا شکار ہے۔۔۔
اس کے نزدیک عبادت صرف نماز، روزہ، حج، زکوٰۃ و صدقات، قربانی اور دعا و اذکار تک ہی محدود ہے اور زندگی کے مختلف شعبوں میں عبدیت کا کوئی تصور اس کے نزدیک نہیں ہے۔۔۔اس لیے وہ وہاں اپنے آپ کو آزاد سمجھتا ہے۔۔۔اس ناقص فہم کا ہی نتیجہ ہے کہ بعض لوگ نماز روزے کے تو بڑے پابند دیکھے جاتے ہیں لیکن معاملات ان کے بے حد الٹ اور خراب ہوتے ہیں۔۔۔اس میں کوئی شک نہیں کہ یہ سب اعمال اور عبادات

شعائر اسلام ہیں لیکن عبادات کا دائرہ اگر ان اعمال تک ہی محدود کر دیا جائے تو ظاہر ہے ان سب کا مجموعہ انسانی زندگی کے مختصر حصہ کو ہی اپنے احاطہ میں لے سکتا ہے۔۔۔اس لیے اسے مقصد حیات کہنا بالکل مناسب نہیں ہے۔۔۔مقصد زندگی ہونے کا تقاضا تو یہ ہے کہ اس کے دائرہ کی وسعت زندگی کے تمام شعبوں کو محیط ہو۔۔۔بات کا مقصد یہ ہرگز نہیں کہ تارک الدنیا ہو کر سب کچھ چھوڑ چھاڑ کر آدمی ایک کونے میں جا لگے۔

زندگی میں علم حاصل کرنا لازم ہے۔ترقی بھی کرنا ہوتی ہے اور مدارج بھی طے کرنا ہوتے ہیں۔لیکن زندگی گزارنے کیلئے جو بھی کیا جائے گا وہ اعتدال میں رہتے ہوئے گزر بسر کرنے کی حد تک تو ٹھیک رہے گا لیکن اس کو مقصد حیات ہرگز نہیں کہا جا سکتا۔

اِعْلَمُوْٓا اَنَّمَا الْحَيٰوةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَّلَهْوٌ وَّزِيْنَةٌ وَّتَفَاخُرٌۢ بَيْنَكُمْ وَتَكَاثُرٌ فِى الْاَمْوَالِ وَالْاَوْلَادِ ۭ كَمَثَلِ غَيْثٍ اَعْجَبَ الْكُفَّارَ نَبَاتُهٗ ثُمَّ يَهِيْجُ فَتَرٰىهُ مُصْفَرًّا ثُمَّ يَكُوْنُ حُطَامًا ۭ وَفِى الْاٰخِرَةِ عَذَابٌ شَدِيْدٌ ۙ وَّمَغْفِرَةٌ مِّنَ اللّٰهِ وَرِضْوَانٌ ۭ وَمَا الْحَيٰوةُ الدُّنْيَآ اِلَّا مَتَاعُ الْغُرُوْرِ ۝

جان لو کہ یہ دنیا کی زندگی محض کھیل اور تماشا اور زیبائش اور ایک دوسرے پر آپس میں فخر کرنا اور ایک دوسرے پر مال اور اولاد میں زیادتی چاہنا ہے، جیسے بارش کی حالت کہ اس کی سبزی نے کسانوں کو خوش کر دیا پھر وہ خشک ہو جاتی ہے تو تو اسے زرد شدہ دیکھتا ہے پھر وہ چورا چورا ہو جاتی ہے، اور آخرت میں سخت عذاب ہے، اور اللہ کی مغفرت اور اس کی خوشنودی ہے، اور دنیا کی زندگی سوائے دھوکے کے اسباب کے اور کیا ہے۔

(الحدید 20)

جس دنیا کو اللہ بذات خود ایک دھوکا کہہ رہا ہے اس میں رہتے ہوئے اس کو حاصل کرنے کیلئے بنایا گیا کوئی بھی مقصد سوائے دھوکے کے اور کیا ہوگا؟ زندگی میں بڑا مقصد

رکھنا بہت اچھی بات ہے۔ انسانیت کی خدمت کرنا، لوگوں کو ظلم سے نجات دلانے کیلئے
درست طرز کے انداز حکمرانی کے حصول کا مقصد اور اس قسم کے تمام مقاصد بے شک اچھے
مقاصد میں شمار ہوتے ہیں لیکن اگر اللہ کو نظر انداز کر کے انہیں اپنایا جائے تو اپنی اصل میں
ان کا شمار بھی نفس کے دھوکے میں ہوتا ہے۔۔۔ایک ایسا دھوکہ جس کا انجام خسارہ عظمیٰ
کے سوا کچھ نہیں۔۔۔

ہمارا اس دنیا میں آنے کا مقصد اس کے سوا اور کوئی نہیں کہ ہم خود کو پہچانیں اور اللہ کی طرف
بڑھیں۔۔۔اس دنیا میں جی کر آخرت میں کامیابی حاصل کرنے کا مقصد ہی اصل مقصد
حیات ہے۔۔۔اللہ نے ہمیں اس دنیا میں اپنی پہچان کیلئے اپنی ذات کی شناخت کیلئے
indentification حاصل کرنے کیلئے بھیجا ہے۔۔۔ہمیں یہ جاننا ہے کہ ہم کون ہیں؟
ہمارا رب کون ہے؟ اور ہم سے کیا چاہتا ہے؟ اگر اللہ کی تلاش انسان کی زندگی کا اعلیٰ ترین
مقصد نہ ہو تو ممکن ہی نہیں کہ وہ ڈپریشن، ٹینشن اور اینگزائٹی سے کبھی نجات پا جائے۔ اس
دنیا کا نظام اتنا پیچیدہ ہے کہ اسے سمجھنے میں اور عقدہ حل کرنے میں عمر لگ جاتی ہے۔ پھر
بھی دنیا ایک ایسی پہیلی ہے کہ اس کے بارے میں سب کچھ جان کر بھی اسے کبھی جان لینا
ممکن نہیں۔۔۔

انسان ساری زندگی اس پیچیدگی کو حل کرنے میں گزار دیتا ہے کہ وہ دنیا میں آخر کیا کرنے
آیا ہے۔ جب کہ اصل حقیقت یہ ہے کہ ہماری دنیا میں آمد صرف اور صرف ہماری آزمائش
کیلئے ہے۔۔۔ہم یہاں اس دنیا میں کیوں آئے؟ دنیا روشن کر دی گئی۔۔۔ایک شمع کی
مانند روشنی دینے لگی۔۔۔اور پروانے اس کے گرد جمع ہو گئے۔۔۔ہم دنیا میں، اس دنیا
کیلئے کچھ بھی کرنے نہیں آئے۔۔۔یہ تو فانی دنیا ہے۔۔۔ہمارا یہاں کیا کام ہے؟
ہمیں تو صرف اس دار الحزن میں زندگی کو جینا ہے۔۔۔اللہ کی تلاش میں سفر کرنا ہے۔۔۔

اسے پالینا اور پھر یہاں خاک ہوجاتا ہے۔۔۔ ہماری زندگی پروانوں کی زندگی ہے۔۔۔ ہمارا مقصد، ہماری منزل اللہ ہے۔۔۔ یہ دنیا نہیں۔۔۔ ہمارے پاس وقت بہت کم ہے۔۔۔ گنا ہوا ہے۔۔۔ لکھا ہوا ہے۔۔۔ ہمیں بہت زیادہ محنت کرنی ہے اپنی زندگی سے وقت کا ضیاع waste of time ختم کرنا ہے۔۔۔ وقت ضائع کرنے کے ذمہ دار جتنے بھی محرکات ہیں انہیں چن چن کر اپنی زندگی سے باہر نکال پھینکنا ہے۔۔۔ ہمارے پاس جتنا بھی وقت ہے وہ اللہ کا دیا ہے۔۔۔

اور ہمیں اپنا سارا وقت اللہ کو دینا ہے۔۔۔ ہمارے پیدا ہوتے ہی ہماری جنگ کا میدان لگ چکا ہے۔۔۔ ہم ان گنت دشمنوں میں گھرے ہیں۔۔۔ ہمارے نفس کی صورت خود ہم میں موجود ہمارا ساتھی۔۔۔ اللہ کا سب سے بڑا دشمن ہے۔۔۔ شیطان ہمارا دشمن ہے۔۔۔ اور دشمن کا دشمن دوست ہوتا ہے۔۔۔ اس لیے نفس شیطان کا دوست ہے۔۔۔ اس دنیا کے ان گنت اربوں کھربوں محرکات اس جنگ میں دشمن کی پہچان کو دھندلانے میں اس کے مددگار ہیں۔۔۔ یہ کائنات کی سب سے بڑی اور حیرت ناک جنگ ہے جو سیارہ زمین پر آدم، نفس اور شیطان کے درمیان جاری ہے۔۔۔

انسان کو خبر ہو کہ انسان ہونا ہرگز اتنا آسان نہیں ہے۔۔۔ کائناتی طاقتوں میں سب سے خبیث طاقت ابلیس کے روپ میں جلن اور حسد کے مارے انسان کا رستہ کھوٹا کرنے میں بڑی شدت سے سرگرم ہے۔۔۔

اس کائنات میں آدم کا اللہ اور اس کے رسولؐ کے سوا کوئی نہیں۔۔۔ یہ اشرف المخلوقات کی جنگ ہے۔۔۔ اسے ہار جانے کی اس میں ناکام ہو جانے، شکست کھا جانے کی کوئی گنجائش نہیں ہے۔۔۔ دل پر ہاتھ رکھ کر سوچیے جو انسان اللہ کی نظر کرم میں نہ ہو اس جنگ میں اس کی اوقات ہی کیا ہے؟ ایسے کسی انسان میں اور کسی جانور میں فرق کیا ہے؟ انسان

نے اس امتحان کو خود چنا ہے۔۔۔انسان نے اس بار امانت کو خود اٹھایا ہے۔۔۔اب یہی اُس کا سب سے عظیم فرض ہے۔اس فرض کو سنبھالنے سے آسمان و زمین اور پہاڑوں نے اس کے بوجھ اور عظمت کی وجہ سے انکار کر دیا۔فرمان باری تعالیٰ ہے۔

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

ہم نے آسمانوں اور زمین اور پہاڑوں کے سامنے امانت پیش کی پھر انہوں نے اس کے اٹھانے سے انکار کر دیا اور اس سے ڈر گئے اور اسے انسان نے اٹھالیا، بے شک وہ بڑا ظالم بڑا جاہل ہے۔

(الاحزاب72)

اس آیت کی سب سے اعلیٰ اور خوبصورت منظر کشی حضرت مولانا مودودیؒ نے تفسیر الاحزاب 72 میں کی ہے۔۔۔گویا ایک طرف زمین آسمان کی تمام مخلوقات نباتات جمادات پہاڑ سب کھڑے ہیں اور دوسرے طرف چھ فٹ کا چھوٹا سا انسان کھڑا ہے۔۔۔مثال کے طور پر اللہ پوچھتا ہے۔۔۔میں اپنی ساری مخلوقات میں سے کسی ایک کو یہ طاقت بخشنا چاہتا ہوں کہ وہ میری خدائی میں رہتے ہوئے خود اپنی رضا و رغبت سے میری بالاتری کا اقرار اور میرے احکام کی اطاعت کرنا چاہے تو کرے ورنہ وہ میرا انکار بھی کر سکے گا۔۔۔اور میرے خلاف بغاوت کا جھنڈا لے کر بھی اٹھ سکے گا۔۔۔یہ آزادی اسے دے کر میں اس سے اس طرح چھپ جاؤں گا کہ گویا میں کہیں موجود ہی نہیں ہوں۔ اس آزادی کو عمل میں لانے کیلئے میں اس کو وسیع اختیارات دوں گا۔۔۔بڑی قابلیتیں عطا کروں گا۔۔۔اور اپنی بے شمار مخلوق پر اس کو بالادستی بخش دوں گا۔۔۔تاکہ وہ کائنات میں جو بھی ہنگامہ برپا کرنا چاہے کر سکے۔۔۔اس کے بعد میں ایک خاص وقت

پر اس کا حساب لوں گا۔ جس نے میری بخشی ہوئی آزادی کا غلط استعمال کیا ہوگا اسے وہ سزا دوں گا جو میں نے کبھی کسی مخلوق کو نہیں دی۔۔۔ اور جس نے نافرمانی کے سارے مواقع پا کر بھی میری فرمانبرداری ہی اختیار کی ہوگی اُسے وہ بلند رتبے عطا کروں گا جو میری کسی مخلوق کو نصیب نہیں ہوئے ہیں۔۔۔ اب بتاؤ تم میں سے کون ہے جو اس امتحان گاہ میں اترنے کو تیار ہے؟

یہ تقریر سن کر پہلے تو کائنات میں سناٹا چھا گیا ہوگا۔۔۔ پھر ایک سے بڑھ کر ایک گرانڈیل مخلوق گھٹنے ٹیک کر التجا کرتی چلی گئی ہوگی کہ اُسے اس کڑے امتحان سے معاف رکھا جائے۔۔۔ آخر کار یہ مشت استخوان اٹھا ہوگا اور کہا ہوگا۔۔۔ اے میرے رب میں یہ امتحان دینے کیلئے تیار ہوں۔۔۔ اس امتحان سے کامیاب ہونے کے بعد تیری سلطنت کا سب سے اونچا عہدہ مل جانے کی جو امید ہے اس کی بناء پر میں ان سب خطرات سے گزر جاؤں گا۔۔۔ جو اس آزادی وخود مختاری میں پوشیدہ ہیں۔۔۔ یہ نقشہ اپنی چشم تصور میں لا کر ہی آدمی اچھی طرح یہ اندازہ کر سکتا ہے کہ وہ کائنات میں کس نازک مقام پر کھڑا ہوا ہے۔۔۔

اب جو شخص اس امتحان گاہ میں بے فکرا بن کر رہتا ہے اور کوئی احساس نہیں رکھتا کہ وہ کتنی بڑی ذمہ اٹھائے ہوئے ہے ایسے شخص کو اللہ تعالی نے ظلوم وجہول قرار دیا ہے۔ مقصد حیات اللہ کی پہچان ہے۔۔۔ اور اللہ کو پہچاننا خود کو پہچاننا ہے اور خود کو پہچاننے کے لیے علم حاصل کرنا پڑتا ہے۔۔۔ سارے دنیاوی علوم سے بڑا علم نفس کا ہے۔۔۔ نفس کی پہچان کر لینا اسے جان لینا سارے سوالوں کا جواب ہے۔۔۔ باقی سب بحث ہے۔ باقی سب تفصیل ہے۔۔۔

☆☆☆☆☆☆☆

معرفتِ نفس

Enlightenment of the Self

معرفت نفس اپنی اصل میں دریافت ہے۔ معرفت کے اس باب کو لکھنے کا مقصد قاری تک معرفت نفس کا مزید کوئی علم پہنچانا اور معلومات مہیا کرنا نہیں کہ جو لکھنا تھا لکھا جا چکا ہے---
اس باب کو لکھنے کا مقصد، پڑھنے والے کو اس شعور اس احساس کی جانب مائل کرنا ہے کہ وہ براہِ راست اپنے نفس کو خود دریافت کر سکتا ہے---

عرفان نفس کی جس قدر ضرورت آج ہے اس سے پہلے کبھی نہ تھی۔ انسان آج ایک ایسے دور میں داخل ہو چکا ہے جس میں جیتے ہوئے وہ نہ صرف اپنے نفس کو بھول گیا ہے بلکہ وہ یہ بھی بھول گیا ہے کہ اس نے کیا بھلا دیا ہے۔ پہلے انسان کو اس بات کا احساس ہوتا تھا کہ وہ اپنے اصل کام کو اپنی اصل منزل کو بھلائے بیٹھا ہے۔ اب تو بھول جانے کا یہ احساس بھی ختم ہو چکا ہے۔ نفس کی پہچان اب ایک پرانے قصے کی اہمیت بھی نہیں رکھتی۔ اس بھول کو maya مایا کہتے ہیں۔ مایا کا مطلب نفس کا دھوکا ہے Maya is illusion of the Self-
بحیثیت انسان ہم میں سے تقریباً ہر کوئی اپنی روزمرہ زندگی میں سر سے پاؤں تک ڈوبا ہوا ہے۔ ہم کون ہیں؟ کہاں سے آئے ہیں؟ اور کدھر جا رہے ہیں؟

اس کے بارے میں سوچنا، ان سوالوں پر غور کرنا ہر لحاظ سے متروک ہو چکا ہے۔ ہم سب لوگ اپنی زندگیوں کے دوران یہ جاننے میں ناکام رہتے ہیں کہ نفس کی اصل کیا ہے۔۔۔ ہم اللہ کو مانتے ضرور ہیں لیکن ہم میں سے بہت ہی کم، بے حد کم۔۔۔ شاید لاکھوں میں کوئی ایک ہوتا ہے جو اس کو پا لیتا ہے۔۔۔ وہ جو وجود سے پرے ہے۔۔۔ وہ جو عقل سے ماوراء ہے۔۔۔ اس ناکامی کا نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ ہم ساری زندگی یہ سوچ کر گزار دیتے ہیں کہ ہم صرف جسم کی حد تک محدود ایک مخلوق ہیں جو مصنوعی ذہانت artificial intelligence سے مالا مال ہے۔

ہم سب ساری زندگی شعوری اور غیر شعوری طور پر اس خوف میں جیتے ہیں کہ یہ محدود جسم جس سے ہماری تمام تر پہچان اور شناخت قائم ہے ایک دن مر جائے گا۔۔۔ فنا ہو جائے گا۔۔۔ اس دور میں لوگوں کی عظیم اکثریت جو مذہبی رسوم و رواج پر کاربند رہتی ہے۔ نماز روزے کا اہتمام رکھتی ہے وہ خدا کی عبادت کو ایک مجبوری یا ایک شرط سمجھ کر سر انجام دیتی ہے۔ لوگ عبادت کو معاہدہ سمجھتے ہیں condition بنا لیتے ہیں۔۔۔ خدا کی عبادت کے بدلے ہم سب کو خدا سے کچھ چاہیے۔۔۔ اس دنیا میں اور آخرت میں ہمیں خدا کی عبادت کا صلہ چاہیے۔۔۔ کوئی حرج نہیں لیکن اس ساری صورتحال میں خدا کی جگہ ہمارے دل میں کہاں ہے؟ کتنی ہے؟ اور کس لیے ہے؟

ہر انسان یہ سمجھتا ہے کہ وہ خدا کو پانے کی، اسے راضی کرنے کی کوشش کر رہا ہے۔ اس کوشش سے کوئی اختلاف نہیں ہے۔۔۔ مسئلہ وہاں پیدا ہوتا ہے جہاں انسان یہ سمجھ کر مطمئن ہو جاتا ہے کہ اس نے صرف کسی بیرونی عمل پر کاربند ہو جانے کی وجہ سے اللہ کو راضی کر لیا ہے۔ صرف عبادات کو ہی سب کچھ سمجھ لینا بہت بڑی غلطی ہے۔۔۔ یہی وجہ ہے کہ تمام مذہبی گروہ آخر کار فکر کے زوال، تشدد اور جبر کو پلٹتے دکھائی دیتے ہیں۔

یہی حالت آج کے تصوف کی ہے جس میں صرف اندرونی معاملات و مراقبات پر توجہ دی جاتی ہے۔۔۔اس شدت میں شریعت کی اہمیت بھلادی جاتی ہے۔۔۔مذہبی فرقے ہوں یا تصوف کی خوشبودار محافل۔اگر اللہ منزل نہیں تو یہ سب کچھ ایک دھوکا ہے۔

جزا کی طلب اپنی اصل میں لالچ کی ایک قسم ہے۔۔۔یہ اپنی انتہا میں خودغرضی ہے۔۔۔جب طلب کی سمت اللہ کی ذات سے ہٹ کر کسی اور جانب ہو جائے تو طلب گمراہ ہو جاتی ہے۔۔۔کوئی ثواب کی طلب میں مصروف ہے، کوئی جزا پر آنکھ رکھے ہے کسی کو جنت چاہیے، کسی کو معرفت کی طلب ہے، کوئی کشف و کرامت اور کیف و سرور کو لپک رہا ہے۔۔۔

سب دھوکا ہے، مایا ہے، سراب ہے۔۔۔کوئی ہے جو اللہ کو صرف اللہ سمجھ کر چاہے؟ کوئی بے لوث unconditional جسے خدا کے سوا اور کسی شے کی طلب نہ ہو؟ کوئی ہے؟؟؟ اس قحط الرجال میں کوئی ایسا ہے؟

قاری کیلئے اس کتاب کو پڑھ لینے کے بعد ایک خدشہ ہے جس سے لکھنے والا خائف ہے۔۔۔ہوسکتا ہے کہ کتاب پڑھنے کے بعد قاری کو یہ احساس ہو کہ اسے معرفت تک پہنچنا ہے۔۔۔یہ بھی ممکن ہے کہ کچھ ایسے بھی اس کتاب کو پڑھنے والے ہوں جو پڑھنے کے بعد سوچیں کہ وہ پہلے سے ہی اس سفر میں ہیں۔۔۔اور شاید کچھ یہ احساس پائیں کہ وہ کسی نہ کسی انداز اور حد میں شاید مقام معرفت تک پہنچ چکے ہیں۔۔۔

منزل، راستہ جیسے جو بھی الفاظ اس کتاب میں جہاں کہیں بھی بیان ہوئے ہیں وہ صرف اشارے ہیں metaphors ہیں کہ آخر بیان الفاظ کا محتاج ہے۔۔۔ورنہ نفس کی معرفت کوئی منزل نہیں ہے، یہ کوئی رستہ نہیں ہے، یہ کوئی یہاں سے وہاں تک پہنچ جانا نہیں ہے۔۔۔یہ کچھ ہو جانا یا کچھ بن جانا نہیں ہے۔۔۔

معرفت نفس تو پہچان کا عمل ہے۔۔۔ یہ ایک ایسا سفر ہے جو کبھی ختم نہیں ہوتا۔۔۔ معرفت بجائے خود ایک مکمل زندگی ہے۔۔۔ معرفت کچھ پا جانے کا نہیں۔۔۔ بلکہ کھو دینے letting go کا نام ہے۔۔۔ اور کھو دینے کا یہ سلسلہ آخری سانس تک جاری و ساری رہتا ہے۔ نفس کا عرفان موت سے پہلے مر جانے کا نام ہے۔۔۔ معرفت کی ابتداء تو ہو سکتی ہے۔۔۔ لیکن اس کی انتہا کوئی نہیں۔۔۔

ہمارا معاشرہ اور ہماری تہذیب ہمیں سکھاتے اور بتاتے ہیں کہ ہم کون ہیں۔۔۔ اور عین اسی دوران بیک وقت ہم معاشرے اور تہذیب کے ساتھ ساتھ اپنے لاشعور کی گہرائیوں میں چھپی قدیم ترین حیوانی جبلتوں کے بھی غلام ہوتے ہیں۔۔۔ جو ہماری ترجیحات کا انتخاب کر رہی ہوتی ہیں۔۔۔ یہ نفس کا سانچہ ہے اس کا construct ہے۔۔۔ ہر شے ہر عمل تکرار مسلسل کا طلبگار ہے۔۔۔ نفس کو اس بات سے کوئی غرض نہیں ہے کہ اس کے اور جسم کے لیے کیا اچھا ہے اور کیا برا ہے۔۔۔ اسے جس عمل سے ایک بار کسی بھی طرح تسکین حاصل ہو جائے یہ بس اسے دہراتے رہنا چاہتا ہے۔۔۔

نفس خود کی یادداشت اور دماغ اپنے اندر لامحدود وسعت اور پیچیدگی رکھتے ہیں۔۔۔ نفس خود کی شناخت چونکہ یادداشت memory اور ذہن کے طور پر کرنے پر مجبور ہوتا ہے اس لیے وہ ہمیں سماجی ڈھانچے social structure سے ہر حال میں باندھے رکھنا چاہتا ہے۔۔۔ یہ نفس کا جال ہے اس کا matrix ہے۔

انسان اپنی محدود عقل سے اپنے شعور کے کچھ زاویوں تک تو رسائی پا سکتا ہے ان سے شناسا ہو سکتا ہے لیکن لاشعور کی اتھاہ گہرائیوں میں بڑے بڑے بھیانک اژدہوں کی طرح چھپ کر بیٹھی ہوئی قدیم ترین جبلتوں کا سراغ اپنی محدود عقل سے اور معلومات سے پالینا اس کیلئے ناممکن ہے۔۔۔

یہی قدیم ترین جبلتیں نفس کو ہر لحظہ متحرک رکھنے میں اصل کردار ادا کرتی ہیں۔۔۔خوشی کو پانے کی بے تاب تمنا اور تکلیف کو ہر صورت نظر انداز avoid کرنے کی عادت اور اس طرح کی دوسری تمام قدیم جبلیات، ہمارے تعلقات، عقائد و نظریات، رویے، ہماری ہر سوچ حتیٰ کہ ہماری پوری زندگی پر نگران اور قابض ہوتی ہیں۔ نفس اس حالت میں نفس انسان نہیں بلکہ نفس حیوان کی حالت پر ہوتا ہے۔۔۔یہی وجہ ہے کہ لوگوں کی غالب ترین اکثریت جانوروں کی سی زندگی گزار کر صرف اپنے کھانے اور جینے کی فکر میں اپنی تمام تر انرجی اُجاڑ کر اس دنیا سے رخصت ہوتی نظر آتی ہے۔

لوگ اپنی زندگیاں اپنے نفوس کے پنجروں میں قید ہو کر بھیانک ذہنی و جسمانی اذیت میں گزار دیتے ہیں اور کبھی یہ نہیں سوچتے کہ وہ اس قید سے جیتے جی آزاد بھی ہو سکتے ہیں۔ہم ایسے ہی ہیں۔۔۔ایسے ہی ہوتا چلا آ رہا ہے۔۔۔یہی ہوتا ہوا دیکھا ہے۔۔۔غلاموں کی سوچ ان کی غلامی کا اعلان ہوا کرتی ہے we are made so۔

انسان کبھی یہ نہیں سوچتا کہ وہ ماضی کی جبلی وراثتوں کے جال کو توڑ سکتا ہے اور آزاد ہو کر اسے پا سکتا ہے جو اس کے اندر، اس کے دل کی اتھاہ گہرائیوں میں اس کا منتظر ہے۔۔۔ہم سب قدیم ترین حیوانی جبلتوں کے ساتھ پیدا ہوتے ہیں لیکن پیدائش کے وقت ہمارے اذہان میں اس کا کوئی شعور نہیں ہوتا۔

یہی وجہ ہے کہ ایک معصوم بچے کی آنکھیں چمکتی ہوئی دکھائی دیتی ہیں غم و الم کی کوئی پرچھائی اس کے چہرے پر نظر نہیں آتی۔ گزرتے وقت کے ساتھ یہ معصوم اور کھلکھلاتا ہوا خوشی سے بے قابو ہوتا بچہ اپنے چہرے پر ایک کے بعد دوسرا چہرہ سجاتا چلا جاتا ہے۔ خود اپنے ہاتھوں اپنی اصل شناخت کھو دینے کے عمل میں مصروف ہوتا یہ انسان ہر آنے والے لمحے میں پہلے سے زیادہ بے چین اور پہلے سے زیادہ غمگین ہوتا چلا جاتا ہے۔۔۔

معرفت نفس ان تمام چہروں masks کو اپنے چہرے سے ایک ایک کر کے اتار پھینکنے کا نام ہے۔۔۔ جسے نفس کا عرفان ہو جائے وہ کبھی اپنی شخصیت کے مختلف کرداروں سے خود کو وابستہ نہیں کر سکتا۔۔۔ معرفت آزادی ہے freedom ہے۔۔۔ اداکاری سے نجات ہے۔۔۔ جو نفس کا عارف ہو جاتا ہے وہ خوب جان لیتا اور خوب دیکھ لیتا ہے کہ دنیا ایک کھیل ہے۔۔۔ اور اس کھیل drama میں وہ محض ایک اداکار ہے۔۔۔ جس کے کئی کردار ہیں۔۔۔

وہ کردار ادا کرنے سے انکار نہیں کرتا۔۔۔ لیکن وہ جان لیتا ہے یہ اداکاری ہے حقیقت نہیں ہے۔۔۔ یہ جان لینے کے بعد وہ جذبات اور احساسات کے اس کھیل سے متاثر نہیں ہوتا۔۔۔ وہ اپنی شخصیت کے ہر کردار کی اصلیت جان چکا ہوتا ہے۔ وہ جانتا ہے کہ کھیل کے دوران آنے والے غم اور خوشیاں بھی اس کھیل کا حصہ ہیں۔۔۔ اس لیے یہ غم اور خوشیاں ایک محدود حد سے زیادہ اسے اپنی طرف کبھی راغب نہیں کر پاتے۔

معرفتِ نفس کھیل drama کے دوران اداکار کو ہوش آ جانے کا نام ہے۔۔۔ اداکار کو اس بات کا احساس ہو جانے کا نام ہے کہ وہ اداکار ہے۔۔۔ معرفت نفس غفلت کا پردہ چاک ہو جانا ہے awakening ہے۔۔۔

آج کا انسان غفلت maya میں اس قدر ڈوبا ہوا ہے کہ اس سے پہلے اس کی یہ بدترین حالت کبھی نہ ہوئی تھی۔ کسی اندھیرے غار میں لاتعداد زنجیروں سے بندھا ہوا انسان اس بات سے بے خبر ہے کہ ان زنجیروں کے سرے کسی جگہ بندھے ہوئے نہیں ہیں۔ وہ نہیں جانتا کہ وہ پہلے سے ہی آزاد ہے اور اسے بس اٹھ کر اس غار سے باہر روشنی میں نکل آنا ہے۔۔۔ مایا کا ایسا جال اس دنیا میں اس سے پہلے کبھی نہ تھا۔۔۔ غار کی دیواروں پر آسیب کے سائے اسے ہر وقت حرکت کرتے ہوئے دکھائی دیتے ہیں۔

وہ ان سایوں کو اپنی زندگی سمجھتا ہے۔۔۔ اسے خبر نہیں کہ وہ پتلی تماشا puppet show دیکھ رہا ہے۔۔۔ اس کے باوجود کہ اسے اللہ قرآن میں کھول کھول کر اس غار کی، اس قید، اس غلامی کی بے حیثیتی، بے وقعتی کی اصلیت دکھا رہا ہے۔ اسے آزادی کی تحریک دے رہا ہے۔ انسان پھر بھی ان سایوں کو اپنی زندگی سمجھتے ہوئے ان کے نظارے میں گم ہے۔۔۔ وہ ان آسیب زدہ سایوں puppets کی محبت میں اتنا گرفتار ہو چکا ہے کہ آزادی کی نوید سننے اور سمجھ جانے کے باوجود وہ انہیں چھوڑنے کو تیار نہیں ہے۔ انسان یہ سمجھتا ہے کہ سوچ کی دنیا ہی اس کی دنیا ہے۔۔۔ جب کہ سوچ سے پرے ایک ایسی دنیا ہے۔۔۔ جو سوچ اور خیال کی نظر سے کبھی دکھائی نہیں دے سکتی۔۔۔

کیا ہم اس غار سے باہر نکل آنے کو تیار ہیں؟ کیا ہم جاننا چاہتے ہیں کہ ہم کون ہیں؟

اس کیلئے ہمیں اس پتلی تماشے puppet show سے نظریں ہٹانا ہوں گی۔۔۔ اور دور سے چھن کر آتی ہوئی روشنی کی طرف دیکھنا ہوگا۔۔۔ جو شخص سدا اندھیروں میں رہنے کا عادی ہو وہ ایک دم روشنی کو نہیں پا سکتا۔۔۔ اسے دھیرے دھیرے دور کہیں سے دکھائی دیتی روشنی کی طرف چلنا شروع کرنا ہوگا۔۔۔ ایک ایک قدم اسے اندھیرے سے روشنی کو لے کر جائے گا۔۔۔

پرانی زندگی سے نجات اور نئی زندگی سے مانوس ہونے میں وقت لگتا ہے۔۔۔ صبر اور بے پناہ قوتِ برداشت سے آہستہ آہستہ نفس کے مہیب تاریک سائے آخر چھٹنے لگتے ہیں اور روشنی کی کرنیں دکھائی دینے لگتی ہیں۔۔۔ پھر احساس ہوتا ہے۔۔۔ اور اک کے نہاں خانوں میں بجلیاں کوندتی ہیں۔۔۔ جب انسان کو پہلی بار دکھائی دیتا ہے کہ وہ کسی قید خانے میں نہیں تھا۔۔۔ بلکہ وہ خود اپنی ذات میں ایک مکمل قید خانہ تھا۔۔۔ یہ قید خانہ غفلت maya ہے۔۔۔

آج کا نام نہاد تصوف اپنے ناقص علم سے سالک کو اس غار سے متعارف تو کسی نہ کسی انداز سے شاید کرواہی دیتا ہے لیکن اس سے نکلنے کا کوئی راستہ اُسے ہرگز نہیں بتا سکتا۔ یہ بہت خوفناک صورتحال ہوتی ہے۔ پہلے انسان صرف خواب میں تھا اب مراقبوں اور چلوں سے اسے اس خواب سے جاگ اُٹھنے کی نوید سنا دی گئی ہے۔۔۔ وہ خواب میں ایک اور خواب سے نکلنے کی جدوجہد کرتا ہے تو سائے اس کے پیچھے بھاگنے لگتے ہیں۔۔۔ راستہ معلوم نہ ہونے کی وجہ سے وہ ہمیشہ اسی غار اسی خواب میں سرگرداں رہتا ہے۔ اس سے بڑا کسی انسان پر کیا ظلم ہو سکتا ہے اس سے تو بہتر ہے کہ اسے سویا رہنے دیا جائے۔۔۔ کم از کم مجاہدے اور ریاضت کے اس جہنم میں تو نہ پھینکا جائے۔ پیری مریدی کے خوفناک کھیل کی اس بھیانک آگ میں مرید کی حیثیت ایندھن کی ہے۔۔۔

معرفت نفس اس قید خانے سے آزاد ہو جانے کا نام نہیں ہے۔۔۔ جسے نفس کا عرفان ہو جائے وہ خوب جان لیتا ہے کہ وہ جب تک زندہ ہے اسے اسی قید خانے میں رہنا ہے۔۔۔ اس دنیا میں وہ جہاں بھی جائے گا نفس ایک قید خانے کی صورت اس کے ساتھ جائے گا۔۔۔ وہ اس سارے چکر کی حقیقت کو جان لیتا ہے۔۔۔ اب یہ غار یہ قید خانہ اس کی نظر میں بے وقعت ہو جاتا ہے۔۔۔ وہ سایوں سے محبت میں گرفتار نہیں ہوتا attach نہیں ہوتا۔۔۔ نفس کی یہ معرفت علم سے حاصل ہوتی ہے۔۔۔ اس عرفان کیلئے مراقبے اور چلے کوئی حیثیت نہیں رکھتے۔ آنکھ علم سے کھلتی ہے۔ ریاضت سے صرف مہارت حاصل ہوتی ہے۔۔۔ جو جان جاتا ہے وہ اس پتلی تماشے puppet show کو بس ایک show کی طرح ہی دیکھتا ہے۔ ڈرامے کی حقیقت کھل جانے پر اس کا خوف اور غم ختم ہو جاتے تھا۔ یہ ایسے ہی ہے جیسے کوئی ڈراؤنی فلم horror film صرف اس علم کی بنیاد سے پیدا ہونے والے اطمینان سے دیکھی جا سکتی ہے کہ یہ سب حقیقت نہیں ہے۔۔۔

سوچ کو کبھی ختم نہیں کیا جا سکتا۔۔۔ ذہن سے کبھی نجات نہیں ملتی۔۔۔ نفس جیتے جی کبھی جان نہیں چھوڑتا۔۔۔ اس کے افعال کو اس کی تہہ در تہہ پیچیدگیوں کو علم کی رو سے سمجھنا ہوتا ہے اور پھر اس میں موجود تمام علم سے آزاد ہو جانا ہوتا ہے۔ detach ہو جانا ہے۔۔۔ معرفت کا یہ مطلب ہرگز نہیں کہ زندگی کی تکلیف اور اس کا بے پناہ دباؤ ختم ہو جائے گا۔۔۔ بلکہ یہ تو زندگی کی تکلیف اور اس کے بے پناہ دباؤ کی حقیقت کو سمجھ جانے کا نام ہے۔

معرفت نفس تو ازل سے جاری اس روز و شب کے تسلسل سے آگے بڑھ جانا، مادی دنیا کے اصل حقائق کو جان لینا اور ذاتی دلچسپی self interest سے ماوراء ہو جانا ہے۔ یہ پہلے انا ego کا اور پھر آخر کار۔۔۔ دوئی duality کا فنا ہو جانا ہے۔۔۔ اس حقیقت کا عرفان ہو جانا ہے کہ میں ہوں۔۔۔ لیکن میں نہیں ہوں۔۔۔

Engligtenment is to know that I am...

and yet I am not!

یہ دانائی کا اپنی انتہاؤں کو چھو لینا ہے۔۔۔ یہ ایک ایسا نفس ہے جس میں کوئی اتار چڑھاؤ نہیں۔۔۔ کچھ پا لینے کی بے تاب تمنا نہیں، کوئی دوئی duality نہیں۔۔۔ یہ نفس دنیا میں نہیں ہے بلکہ دنیا اس میں ہے۔۔۔ یہ وہ نفس ہے جو جانتا ہے کہ اس کے جتنے بھی روپ ہیں وہ بس رنگ ہیں۔۔۔ پھول ہیں جو کھلتے ہیں اور مرجھا جاتے ہیں۔۔۔ یہ نفس بے چین نہیں ہے یہ با اطمینان ہے۔۔۔ وہ جانتا ہے کہ وہ یہاں ہمیشہ رہنے نہیں آیا بلکہ کچھ وقت کیلئے اپنا کردار نبھانے آیا ہے۔۔۔ یہ نفس تماشا نہیں ہے بلکہ تماشائی ہے۔۔۔ یہ کرنے والا نہیں۔۔۔ دیکھنے والا نفس ہے۔۔۔ نفس کی معرفت انتہا نہیں بلکہ ابتدا ہے۔۔۔ یہ دنیا داروں کی نظر بہت اونچا مقام ہو سکتا ہے لیکن اللہ کے دوستوں کی

نظر میں اس کی حیثیت سوائے ایک ابتدا کے اور کچھ نہیں۔۔۔ نفس کی حقیقت کا ادراک اس کی پہچان ہر انسان کو اپنی زندگی میں جا بجا ہوتی ہے۔۔۔ کسی گہرے ترین صدمے کے ابتدائی لمحات، کسی جان سے پیارے کی اچانک سامنے رکھ دی گئی میت، اور اس طرح کے ان گنت دل دہلا دینے والے صدمات اور حادثات کی صورت قدرت انسان کو بار بار جگانے کا فرض پوری ایمانداری سے نبھاتی ہے۔

دکھ کے شدید ترین لمحات میں انسان کو نفس کا عرفان ہوتا ہے۔۔۔ جب کسی اپنے کی میت گور میں اتاری جا رہی ہو تو انسان غفلت سے آزاد ہوتا ہے۔۔۔ لیکن قبرستان سے باہر آتے ہی زندگی کا طوفان اسے فوراً اپنی آغوش میں لے کر تھپکیاں دے کر سلا دیتا ہے۔۔۔ ہر انسان کو یہ عرفان بارہا اس کی زندگی میں بہت سے انہونے واقعات کی صورت عطا کیا جاتا ہے لیکن انسان منہ پھیر لینے میں کمال رکھتا ہے۔

انسان کو جاننا ہے کہ آخر وہ خود پر، اپنی سوچ پر شک doubt کیوں نہیں کرتا؟

کہیں ایسا تو نہیں کہ یہ شیطان ہو۔۔۔ جو ہمیں نفس کے جال کی مدد سے اس مایا maya میں اس سراب illusion میں ہمیشہ الجھائے رکھنے میں ہر وقت مصروف عمل ہو؟ یہ بھی تو ہو سکتا ہے کہ انسان نفس کے ہاتھ میں اور نفس شیطان کے ہاتھ میں ایک کٹھ پتلا puppet ہو۔۔۔ محض ایک کھلونا ہو۔۔۔

شیطان نفس کی شراکت سے ہر انسان کو دھوکا دے رہا ہے۔۔۔ اسے خواب دکھا رہا ہے۔۔۔ لوگ ساری زندگی نفس کے جال میں پھنسے ہوئے جسم کی پوجا اور اس کی پرورش میں گزار دیتے ہیں۔۔۔ ہر گزرتے دن ہر شخص کا نفس پہلے سے کہیں زیادہ چالاک اور طاقتور ہوتا چلا جاتا ہے۔۔۔ اور نفس کی اسی طاقت کو شیطان انسان کے خلاف انتہائی کامیابی سے اپنے مقاصد کی تکمیل کیلئے استعمال کرتا رہتا ہے۔۔۔ لوگ اپنی زندگی کی ہر

ناکامی، رنج اور مسئلے کا الزام باہری عوامل پر تھوپتے رہتے ہیں۔۔۔ لاکھوں میں کوئی ایک ہوتا ہے جو اس عظیم جال سے بچ نکلنے میں کامیاب ہو جاتا ہے ورنہ چاہے ایک فرد ہو، کوئی گروہ، یا کوئی قوم۔۔۔ ساری انسانیت انفرادی اور اجتماعی حالت میں الزام تراشی blame game میں خود کو مطمئن رکھنے کی کوششوں میں ہمیشہ مصروف دکھائی دیتی ہے۔۔۔

نفس کو پہچان لینے کے بعد انسان یہ دیکھ لیتا ہے کہ اس کے تمام منفی احساسات، جذبات اور خیالات کے پیچھے ایک بہت ہی خوفناک اور منظم شیطانی طاقت کارفرما ہے۔۔۔ اس شیطانی طاقت (طاغوت) کے نزدیک انسان کی حیثیت محض ایک روبوٹ یا ایک مشین کی سی ہے۔۔۔ اس مشین یا روبوٹ کے افعال میں خلل پیدا کر کے اسے ناکام کر دینا ہی طاغوت کا واحد اور آخری مقصد حیات ہے۔۔۔

اس مقصد کو پورا کرنے کیلئے نفس ایک شیطانی کارندے devil's agent کی حیثیت سے انسان کے جسم کا خون کسی جونک کی طرح ہر وقت چوس رہا ہے۔۔۔ اور انسان کسی اندھے اور بے بس جاہل غلام کی طرح اپنے جسم کی پرورش کرنے کیلئے ہر اچھے برے جتن میں مصروف ہے۔۔۔ تاکہ اپنے بے رحم حاکم کی ہر لمحہ بڑھتی ہوس کی تکمیل کر سکے۔۔۔

لیکن وہ غلام جس قدر زیادہ محنت کرتا ہے نفس کا بے رحم اور سفاک حاکم اس سے مطمئن اور خوش ہونے کی بجائے اُسے مزید do more کا حکم ہر لمحہ جاری کرتا رہتا ہے۔ اس غلام کو خبر ہو کہ وہ اس بے رحم حاکم کو کبھی مطمئن نہیں کر پائے گا۔۔۔ وہ غلام کون ہے؟ وہ بے بس غلام انسان ہے۔ وہ آپ ہیں۔۔۔ وہ میں ہوں۔۔۔ ہم سب نفس کے بے رحم شکنجے میں پھنسے ہوئے غلام ہیں۔۔۔ یہ ایک ایسا حاکم ہے جس کی ساری حکومت دھوکے پر قائم ہے۔۔۔ اس لیے یہ اپنے محکوم کو ہر وقت دھوکے میں الجھائے رکھنا چاہتا ہے۔

ایک لمحے اسے لذت طعام کی بے اندازہ ہوس ہے، دوسرے ہی لمحے اسے بے پناہ دولت چاہیے۔ پوزیشن، اسٹیٹس، طاقت، شہرت، جنسیت، پیار محبت۔۔۔ اس کی خواہشات کی ہوس لامحدود ہے۔۔۔ یہ کبھی اطمینان نہیں پا سکتا۔

ہم اپنی زندگی کا سب سے بڑا حصہ اور انرجی اس نفس کی خواہشات پوری کرنے میں صرف کر دیتے ہیں۔۔۔ یہ ایسے ہے جیسے نشے کا عادی کوئی شخص اپنی طلب کو مٹانے کیلئے نشے کا استعمال جتنا زیادہ کرتا چلا جاتا ہے اس کی طلب مزید بڑھتی ہی چلی جاتی ہے۔

نجات freedom کا راستہ نفس کو بہتر بنانے self improvement کی طرف نہیں جاتا بلکہ یہ تو درحقیقت نفس کے تمام تر ذاتی لائحہ عمل personal agenda سے الگ ہو جانے کی طرف بڑھتا ہے۔۔۔

لوگوں کے لاشعور میں ایک ان کہا اور انجانا خوف ہمیشہ سے پیوست ہوتا ہے۔۔۔ انہیں لگتا ہے کہ نفس کی معرفت کے بعد ان کی زندگی کا معاشرتی حسن گہنا جائے گا اور وہ اپنے اردگرد کے ماحول سے پہلے کی طرح وابستہ نہ رہ پائیں گے۔۔۔ اس خوف کے باوجود اللہ کی تلاش ہر انسان کے اندر ایک خواب کی صورت موجود ہوتی ہے۔۔۔ لیکن انسان ڈرتا ہے کہ اس زندگی میں داخل ہو جانے کے بعد اس کی موجودہ زندگی کے تمام رنگ پھیکے پڑ جائیں گے۔۔۔ یہ شیطان کا بہت بڑا دھوکا ہے۔۔۔

وہ کسی صورت یہ گوارا نہیں کر سکتا کہ انسان کی آنکھ کھل جائے اور وہ دیکھ سکے کہ زندگی اللہ کی ذات کی موجودگی میں کس قدر حسین و جمیل ہے۔ جب انسان پہچان کے درجے کو پہنچتا ہے تو اپنے ارادے کی بے حیثیتی دیکھ لیتا ہے۔ اس لیے وہ اپنا ارادہ will چھوڑ دیتا ہے۔۔۔ اللہ کا فرمانبردار اور اطاعت گزار بندہ ہو جاتا ہے۔۔۔ سرنڈر surrender کر دیتا ہے۔ اب وہ جان چکا ہوتا ہے کہ اس کا کوئی بھی ارادہ محض نفس کا فریب ہے۔۔۔

اب وہ اللہ کے ارادے سے زندگی بسر کرنا چاہتا ہے۔۔۔نفس جبلی طور پر اس امکان سے دہشت زدہ ہوتا ہے کہ اس کے بارے میں انسان کو علم دیا جائے۔۔۔اس علم تک رسائی اور اس کی طلب کی خواہش سے اسے باز رکھنے کیلئے وہ ساری زندگی اسے یقین دلانے میں جتا رہتا ہے کہ حالات اور کردار کی بہتری صرف باہری عوامل پر منحصر ہے۔۔۔

یہ بالکل ایسے ہے جیسے کوئی آئینے میں دکھائی دے رہے اپنے عکس کو بہتر کرنے کی کوششوں میں مصروف ہو۔۔۔آئینہ باہری ہے۔عکس reflection باہری ہے۔صرف رونمائی manifestation ہے۔۔۔اسے ٹھیک کرنے کی کوشش محض دھوکہ ہے۔۔۔

جب ہم اندر سے بدلنا شروع ہوتے ہیں تو باہری دنیا جو کہ ہمارے عکس کے سوا کچھ بھی نہیں خود بخود بدلنے لگتی ہے۔۔۔آئینہ دیکھنے والا مسکرائے تو عکس خود بخود مسکرا اٹھتا ہے۔۔۔جیسے ہی انسان پر اس کے نفس کے اسرار کھلنے شروع ہوتے ہیں اس کی اذیتیں، رنج اور غم مٹنے لگتے ہیں۔اب وہ باہری دنیا میں کوئی تبدیلیاں نہیں کرنا چاہتا۔۔۔جیسی دنیا ہوتی ہے اسی حالت میں اسے قبول ہو جاتی ہے۔۔۔

علم کے بغیر یہ مقام حاصل نہیں ہوتا۔۔۔جب نفس کا علم عطا ہوتا ہے تو صبر قائم ہو جانا فطری ہے It is bound to happen۔قدیم یونانی قصے ancinet greece mythology میں دیوتاؤں نے ہیرو سزی فس Sisyphus کو موت کو دھوکا دینے کے جرم میں سزا دی کہ وہ پہاڑ پر ایک بہت بڑا پتھر گھسیٹتا ہوا لے کر چوٹی پر پہنچے گا اور وہاں سے وہ پتھر پھر نیچے لڑھکا دیا جائے گا اور سزی فس تا ابد ایسا ہی کرتا رہے گا۔۔۔

وجودیت existence کے ماہر نوبل انعام یافتہ فرانسیسی مصنف البرٹ کیمو Albert Camus نے سزی فس کو استعارے metaphor کے طور پر استعمال کیا اس نے کہا۔۔۔انسان اس قدر بے ثبات اور تغیر پذیر وجودیت existence میں رہتے

ہوئے اس کا کوئی معنی کوئی مقصد کیسے بنا سکتا ہے؟ وہ ہمیشہ سے آنے والے کل کیلئے جان مارتا چلا آیا ہے۔۔۔ایسا کل جو کبھی نہ آیا ہے اور نہ ہی کبھی آئے گا۔۔۔حتی کہ وہ مر جاتا ہے اور اس کی جگہ ایک دوسرا انسان لے لیتا ہے۔۔۔اسی کی طرح شدید اور جاں گسل محنت و مشقت کرتا ہوا اپنی موت کی جانب رواں دواں۔۔۔ایک اور انسان۔

ہر انسان سزی فس sisyphus کی طرح اپنے پتھر کو لیے پہاڑ کی چوٹی کی جانب سرگرداں رہتا ہے۔۔۔کس لیے؟ کیا صرف اس لیے کہ پتھر لڑھکا دیئے جانے پر ایک بار پھر سے اس چوٹی کی جستجو میں اپنا خون بہانا شروع کرے؟

نفس کے اس عظیم چکر کو اگر مراقبے سے دیکھ لیا جائے تو انسان ہر حال میں مجذوب ہے۔۔۔ اور اگر علم سے اور اللہ کی یاد سے دیکھا جائے تو دیکھنے والا عارف ہے۔۔۔عرفان سے پہلے بھی انسان سزی فس sisyphus کی طرح پتھر کو پہاڑ پر لے جانے کی مشقت میں ہوتا ہے اور عرفان کے بعد بھی اسے یہی کرنا ہے۔۔۔بدھ مت کی ایک قدیم کہاوت معرفت کے بارے میں کچھ ایسے ہے۔۔۔

Before enlightenment, chop wood, carry water.

After enlightenment, chop wood, carry water

یہاں سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ آخر پھر دونوں حالتوں میں فرق کیا ہے؟ اگر زندگی نفس کو پہچان لینے کے بعد بھی پہلے کی طرح ہی گزرتی ہے تو پھر اس معرفت کی ضرورت کیا ہے؟ پہلی حالت میں تو سب ہیں۔۔۔اور اس حالت نے جو سب کی حالت کر رکھی ہے اسے جانتے بھی خوب ہیں۔۔۔جو عرفان نفس کو پہنچتا ہے اس کے اور دوسرے انسانوں کے مابین سب سے بڑا فرق یہ ہوتا ہے کہ اب وہ مزاحمت resist نہیں کرتا کیونکہ وہ جان جاتا ہے کہ یہ ایک امتحان ہے، ایک آزمائش ہے۔۔۔

اس بات پر جو غور کرے گا وہ بہت کچھ جان لے گا۔۔۔ نفس کا عارف علم سے اور شعور سے زندگی کو گزارتا ہے۔۔۔ اور دنیا دار بے علمی اور بے شعوری سے اس جہان سے گزرتا ہے۔ بس یہ گزارنے اور گزر جانے کا ہی فرق ہے۔۔۔ یہی سب سے بڑا فرق ہے۔ اسے یوں سمجھا جا سکتا ہے۔۔۔

ہم سب اپنی زندگی میں ذمہ داریوں responsibilities سے بندھے ہوتے ہیں۔ ہم ذمہ داریوں کے غلام ہوتے ہیں۔ دوست بیٹھے باتیں کر رہے ہیں۔ وقت بہت خوش گوار طریق پر گزر رہا ہے۔ ایک دوست کو اپنے کام پر واپس پہنچنا ہے۔ اسے اٹھنا ہے اور چلے جانا ہے۔ یہ احساس ذمہ داری اس کے اندر ایک بے چینی، ایک بے بسی کی ناگوار کیفیت پیدا کرتا ہے۔۔۔ یہ غلامی ہے۔۔۔

نفس کا عارف جانتا ہے کہ اسے ہر حال میں اپنی ذمہ داری نبھانی ہے۔ وہ خوش دلی سے اسے قبول accept کرتا ہے۔ اس کے نفس میں کوئی دباؤ کوئی بے چینی کوئی رنج نہیں ہے۔۔۔ وہ جانتا ہے کہ اس دنیا میں ذمہ داری نبھائے بغیر اس کا جینا محال ہے۔ وہ عزت اور وقار سے اپنا فرض سرانجام دے رہا ہے۔۔۔ دونوں میں بہت بڑا فرق ہے۔۔۔ علم اور لاعلمی کا فرق سب سے بڑا فرق ہے۔۔۔ مشہور کہاوت ہے کہ:

جو تم خوش دلی سے کرتے ہو وہی تمہاری جنت ہے اور جو تم
بے دلی سے کرتے ہو وہی تمہاری جہنم ہے۔

Whatever you do willingly is your heaven,
whatever you do unwillingly, that is your hell.

آج دنیا کی جو بدترین حالت ہے وہ بحیثیت انسان ہماری اندرونی حالت کا صاف پتا دے رہی ہے۔ ہم ساری دنیا کو نہیں بچا سکتے۔۔۔ یہ سب سے بڑی حقیقت ہے۔ بہت کچھ

انسان خود کو اس دنیا میں بچانے کی کوشش کر رہا ہے
سہی لیکن یہ ایک حقیقت ہے۔۔۔ انسان خود کو اس دنیا میں بچانے کی کوشش کر رہا ہے survival کی جنگ لڑ رہا ہے۔ یہ فطرتی ہے اس سے کوئی اختلاف نہیں ہے لیکن وہ بھول جاتا ہے کہ وہ کچھ دیر کیلئے تو خود بچا سکتا ہے لیکن ہمیشہ کسی صورت نہیں بچ سکتا۔۔۔ وہ یہ بھی بھول جاتا ہے کہ اسے اس دنیا سے کہیں زیادہ آخرت میں خود کو بچانا ہے۔۔۔ ہمیں سب سے پہلے خود کو اندر سے بدلنا ہوگا۔۔۔ یہ بہت بڑا امتحان ہے۔۔۔ اگر ہم اس دنیا میں رہتے ہوئے خود کو آخرت میں نہ بچا سکے تو یہ ہمیشہ ہمیشہ کا نقصان ہوگا۔۔۔ شتر مرغ کی طرح ریت میں سر چھپانے سے کچھ نہیں بدلے گا۔۔۔ عظیم اکثریت ان لوگوں کی ہے اور ہمیشہ رہے گی جو آج زندگی کو جیسے دیکھ رہے ہیں۔۔۔ کل، پرسوں اور آنے والے تمام سالوں میں بھی ویسا ہی دیکھتے رہیں گے۔۔۔

آپ ان لوگوں میں سے نہیں ہیں۔۔۔ لکھنے والا خوب جانتا ہے کہ آپ ان لوگوں میں سے نہیں ہیں۔۔۔ اگر آپ ان لوگوں میں سے ہوتے تو ہرگز ان سطور تک لکھنے والے کے ساتھ نہ چل رہے ہوتے۔۔۔ غور کیجئے، سوچئے اللہ رب العزت نے یہ کتاب آپ تک کیوں پہنچائی ہے؟ آپ نے اسے یہاں تک کیوں اور کیسے پڑھ ڈالا ہے؟

کیا آپ نہیں جانتے کہ اس کتاب میں مصنف کے ساتھ ساتھ نفس کے تپتے ریگزار کا سفر کرتے خود کو کھوجتے ہوئے یہاں تک آپ کبھی کسی صورت نہ پہنچ پاتے اگر آپ ان لوگوں میں سے ہوتے۔۔۔؟ آپ سب جانتے ہیں۔۔۔ آپ خود کو خوب جانتے تھا۔۔۔

بَلِ الْاِنْسَانُ عَلٰی نَفْسِہٖ بَصِیْرَۃٌ o

بلکہ انسان اپنی جان پر باخبر ہے۔

(القیامہ 14)

اللہ اپنے بنائے ہوئے کسی انسان کو ناکام ہوتے نہیں دیکھنا چاہتا۔۔۔وہ کسی انسان کو قیامت کے دن شکست خوردہ ملامت زدہ نہیں دیکھنا چاہتا۔۔۔وہ ہر انسان سے ستر ماؤں سے بھی زیادہ محبت رکھتا ہے۔

اللہ کا نہیں یہ تو انسان کا مسئلہ ہے کہ اسے سمجھ نہیں آتا کہ اللہ کی محبت کے جواب میں اس سے محبت کا جذبہ اپنے دل میں کیسے بیدار کرے۔ذہن انسان کسی ایسی ہستی سے سچی اور بے لوث محبت کرنے کی اہلیت خود میں موجود ہی نہیں پاتا جسے اس نے کبھی دیکھا نہ ہو۔جس کے خدوخال کا کوئی نقشہ اس کی یادداشت میں محفوظ نہ ہو۔عقل میں اتنی سکت نہیں کہ اس ہمالہ کو سر کر سکے۔۔۔یہ بہت بڑی الجھن ہے۔اس الجھن میں عقل بذات خود الجھی ہوئی ہے یا یوں کہہ لیں کہ الجھائی ہوئی ہے۔اس مقام محبت پر عقل کا آخری حجاب علم ہے۔اس حجاب کو علم وعقل سے نہیں محبت سے اٹھایا جاتا ہے۔

یہ تو طے ہے کہ محبت کی نہیں جاتی ، یہ ہو جایا کرتی ہے۔۔۔لیکن کیا یہ خود بخود ہو جاتی ہے؟ نہیں۔۔۔ایسا نہیں ہوتا۔۔۔محبت ایسے ہی بغیر کسی وجہ کے کسی کو کسی سے نہیں ہوا کرتی۔۔۔محبت کی لو کو بھڑکنے کے کیلئے ایک نظر درکار ہوتی ہے۔۔۔ایک اشارہ ایک آہ۔۔۔ایک تمنا۔۔۔ایک حسرت سے روتی ہوئی آنکھ کا آسمان کو اٹھ جانا درکار ہوا کرتا ہے۔اللہ سے محبت کا احساس خود میں پیدا کرنا ہوتا ہے۔یہ طے کر لینا ہوتا ہے کہ سمجھ آئے نہ آئے بس اب اللہ سے محبت کرنی ہے اس کی دوستی کے مزاج کو جاننا ہے۔۔۔اتنا سا کام کرنے والا ہوتا ہے باقی سب "خود بخود" ہے۔۔۔اب یہ خود بخود کیا ہے؟

مخلص ہو کر خدا سے یکطرفہ محبت کا جب دم بھر لیا جاتا ہے تو نیت استوار ہو جایا کرتی ہے۔ اللہ کے طالب میں ہر لحظہ تیزی سے بڑھتا پھیلتا چاروں طرف سے امڈتا چلا آتا بے کنار علم لامحالہ استعجاب کو جنم دیتا ہے۔استعجاب کی گود میں پھر حیرت پروان چڑھتی ہے۔۔۔

ہر ساعت بڑھتے علم کی مستقل لگی آنچ سے نظر انداز نہ کی جا سکنے والی برداشت کی حدوں سے بڑھتی جاتی حدت اس حیرت کو محبت کے ٹھاٹیں مارتے مہیب سمندروں کی اور دھکیلتی ہے۔۔۔ یہاں علم اور حیرت مل کر اس محبت کی آبیاری کرتے ہیں۔

محبت کا یہ نازک شجر کسی خوش بخت، سعید فطرت میں چشم زدن میں بھی پروان چڑھ جاتا ہے اور اس کی شاخیں آسمانوں کو جا لگتی ہیں۔۔۔ مگر سب کا ایسا بلند نصیبہ کہاں۔۔۔ بہت سوختہ جان ایسے بھی ہوا کرتے ہیں جو زمانوں تک اس شاخِ گل کو خونِ جگر سے سیراب کیا کرتے ہیں۔۔۔ جتنی دیر مالک کی مرضی ہے اتنی دیر کا ہی انتظار ہے۔ اب جب اس کو چاہ لیا ہے۔۔۔ جب اس کی تمنا کی اسیری قبول کر ہی لی ہے تو پھر اب شکوہ کا ہے کا۔۔۔ آزاد کر دے یا قید میں رکھے۔۔۔ طلب کا ہے کی؟

اللہ سے محبت بس اک ان کہی داستان ہوتی ہے جسے کردار جانتے ہیں یا پھر اُن کا مصنف۔۔۔ یہ لکھی نہیں جاتی، کہی سُنی نہیں جاتی اور نہ ہی دکھائی جاتی ہے۔۔۔ بس یہ ہوتی رہتی ہے۔۔۔ کیا خبر۔۔۔ کون جانے۔۔۔ کس ساعتِ سعید میں وہ چمکتا ہوا پاک شعلہ ۔۔۔ وہ بجلی۔۔۔ دل کی دھواں دھواں سُلگتی شمع پر آ گرے اور بے نُور ہو چکی، سیلن زدہ کائی لگی گمنام اندھیری محرابوں میں بھلا دی گئی مگر جل اٹھنے کی آرزو سے بھری ہوئی اس شمع کو تا ابد فروزاں کر دے۔۔۔

کون جانے۔۔۔ کسے خبر۔۔۔ کب کس کے نصیب میں کیسی خوش بخت بلندی لکھ دی جائے۔۔۔ جس کو بے لوث چاہا جائے وہ خدا ہوتا ہے۔۔۔ وہ جب جی چاہے خود کو خود تک رسائی عطا کر دے۔۔۔ سُنتے ہیں دریار کی چوکھٹ پر بیری کا سا ایک درخت ہے۔۔۔ جس پہ بہار ہوتا ہے کہ جو کچھ بھی چھار ہا ہوتا ہے۔۔۔ بس اسی طرح اس کے در کے سامنے کسی گدا کی طرح خود کو چپکے سے حیرت کی سرزمین میں بو دینا ہوتا ہے۔۔۔

وہیں اُگنا ہوتا ہے۔۔۔وہیں بڑھنا، پھیلنا اور پھر ایستادہ ہو جانا ہوتا ہے۔۔۔بس محبت شروع ہوگئی۔۔۔اب اسی در کے سامنے اچھے بُرے، سرد گرم موسم گزارنا ہوتے ہیں۔ بہار آئے۔۔۔چڑیاں، طوطے، کوے آئیں۔۔۔اپنے اپنے گیت گائیں۔۔۔گھونسلے بنائیں۔۔۔ان کے انڈوں سے بچے نکلیں اور اسی درخت پر جوان ہو کر اُڑ جائیں۔ پھر خزاں آجائے کبھی جاڑے کی سرد یخ بستہ ہوائیں چلیں۔۔۔

درخت تنہا رہ جائے۔۔۔پھر کوئی زمانہ آئے۔۔۔

کبھی سورج قہر برسائے۔۔۔لوگ باگ اس کے سائے تلے بیٹھیں۔۔۔ٹکو بھوگیں۔۔۔کبھی بجلیاں کڑکیں آسمانوں سے امرت برسے۔۔۔بچے بالے اس پر چڑھیں اس کے پھل توڑیں۔۔۔اس پر پینگیں پڑیں۔۔۔وہ یہ سب دیکھتا رہے۔۔۔جھیلتا رہے۔۔۔کتنے ہی زمانے بیت جائیں ۔۔۔ایک کلجگ آئے دوسرا جائے۔۔۔اسے اس سب سے کیا لینا دینا ہے؟ وہ دُنیا کیلئے ہے دُنیا اس کیلئے نہیں ہے۔۔۔وہ تو کسی کے انتظار میں ہے۔۔۔کسی کی چاہت میں اس زمین میں گاڑا ہوا ہے۔۔۔کسی نے چاہا کہ وہ ہو۔۔۔سو وہ ہے۔۔۔

بس یہی محبت ہے۔۔۔یہی وہ محبت ہے جس کی تلاش میں عقل اپنے بوڑھے کانپتے ہاتھوں میں علم کی لرزتی شمع لئے بال کھولے ماتم کرتی سرگرداں ہے۔۔۔بین ڈالتی ہے پر اس کے ہاتھ ڈور کا سرا نہیں آتا۔۔۔عقل بیچاری نمانی ہے۔۔۔جانتی ہی نہیں کہ وہ تو خود محبت ہے۔۔۔سراسر محبت ہے۔۔۔اس کائنات کا سب سے المناک دردناک نوحہ عقل کا ہے جو خود کو ہی ڈھونڈتی پھرتی ہے۔۔۔بھلا کوئی خود کو کیسے ڈھونڈ سکتا ہے۔۔۔کوئی خود سے بھی کبھی گم ہوسکتا ہے؟ محبت الٰہی کا جام الست انسان کے سر میں نہیں دل میں انڈیلا گیا ہے۔۔۔

اس کا اللہ کی بارگاہ میں [illegible] یوں ہے کہ جب اس کی خشیت میں کسی کی آنکھ سے ایک
مکھی کے برابر قطرہ آنسو کا نکلتا ہے تو اس چہرے پر آگ حرام کردی جاتی ہے۔ اللہ
قدردان ہے جانتا ہے کہ محبت صرف اور صرف سچ ہے۔۔۔لوگ اپنے پیاروں کی یاد میں
آنسوؤں کے جگ بہاتے ہیں لیکن اللہ کی یاد میں ایک آنسو کا رد شوار ہوا پھرتا ہے۔۔۔

طالب حق ہوشیار باش۔۔۔عقل رہنما ضرور ہے۔۔۔منزل نہیں ہے۔۔۔محبت
پروردگار کے تمنائی تجھ پر ایک مقام ایسا ضرور آتا ہوگا جب عقل کا ہاتھ چھوڑ کر تجھے نار نمرود
میں کود جانا ہوگا۔۔۔عقل کی جرات نہیں کہ سرفروشی کا سودا سر میں سمائے پھرے۔۔۔یہ
سودا تو دل میں سماتا ہے۔۔۔یہ بازی عشق کی بازی ہے۔۔۔عقل کا بے شک بہت بڑا
رُتبہ ہے۔ عقل کو سلام کہ یہ تو رسر بلند ہے۔۔۔آخری فیصلہ مگر دل کا ہے۔۔۔

عقل کی شمع علم کے زیتون سے فروزاں کیے محبت کی اولین محراب تلاش کرنا ہوتی ہے پھر
اس شمع کو اس محراب میں سجا کر سر جھکائے جوتی اتار کر آگے اندھیروں میں نکل جانا ہوتا
ہے گم ہو جانا ہوتا ہے۔۔۔سنا ہے وہاں کی اپنی روشنیاں ہیں۔۔۔وہاں کے اپنے نور
ہیں۔۔۔جب معرفتِ نفس سے ذہن انسان کے چودہ طبق روشن ہوتے ہیں تو عقل کی
آنکھیں محبت کے خیرہ کن کڑاکے مارتے بجلیاں لہراتے نور سے چندھیا جاتی
ہیں۔۔۔پھر دل کی آنکھ کھلتی ہے اور دکھائی دیتا ہے کہ "میں" جسے کہتے ہیں کچھ بھی
نہیں ہے۔۔۔ "میں" سرے سے کوئی شے ہی نہیں ہے۔۔۔

صرف اور صرف خدا ہے۔۔۔جو ہے۔۔۔اللہ ہے۔۔۔وہ اللہ۔۔۔جو ہم سب کا ربّ
ہے۔۔۔وہ اللہ جو ہر ہر کا ربّ ہے۔۔۔پھر یہ عقل دل کی اطاعت میں آجاتی ہے۔۔۔

لہٰذا جاہلیت کے دور میں اگر خدا دکھائی نہ دے تو اس کا مطلب یہ نہیں کہ "وہ" نہیں ہے۔
سبب۔۔۔وہ تو ہر جا ہے۔۔۔دیکھنے والے کی بینائی میں طاقت نہیں ہے۔۔۔

اذنِ بینائی بھی بہت بڑی سعادت کی بات ہے۔۔۔منظر کی خوبصورتی نہ تو منظر میں ہے نہ آنکھ میں۔۔۔یہ نصیب تو آنکھ والے کا ہے کہ دکھانے والے نے بنانے والے نے خیال کی کیسی رعنائی اسے عطا کر رکھی ہے۔۔۔سورج کے آگے بادل آجائیں تو وہ دکھائی نہیں دیتا مگر اس کا یہ مطلب کہاں سے ہو گیا کہ وہ ہے ہی نہیں۔۔۔اسی طرح انا ego کے بادل جب دل پر چھائے ہوئے ہوں تو اللہ دکھائی نہیں دیتا۔۔۔جب تک دل میں تکبر، غرور، بغض، کینہ، حسد، لالچ، بے ایمانی کے بادل چھائے ہوئے ہوں اللہ کبھی مدد نہیں کرتا چاہے غلاف کعبہ سے لپٹ کر رونے والا روئے۔۔۔کوئی شنوائی نہیں۔۔۔اداکار کو بچ کے دربار سے دھتکار ہے۔۔۔انسانیت کا نوحہ کیا ہے؟ کیا اس کے سوا بھی کچھ ہے کہ اللہ ہر دل میں ہے مگر ہر دل اللہ میں نہیں ہے۔۔۔اس کے سوا ہمارا دکھ اور کیا ہے کہ وہ ہم سب کا ہے پر ہم سب اس کے نہیں ہیں۔۔۔

اگر وقت آجانے پر، اگر آزمائش کی آواز لگ جانے پر عقل کا دامن کچھ دیر کیلئے نہ چھوڑا جائے تو انسان وہیں کھڑے کا کھڑا رہ جاتا ہے اور وقت ہاتھ سے ریت کی طرح پھسل جاتا ہے۔۔۔جو اللہ سے محبت کرے گا اس کا گزر ایسے ہی کسی مقام سے لازم ہو گا۔۔۔

اس دنیا میں انسان کے بعد انسان سے اگر کوئی مخلوق حیران کر دینے والی محبت کرتی ہے تو وہ "کتا" ہے۔۔۔دو روٹیوں کے سوا جو اسے اور کچھ نہیں دیتا اس انسان سے وہ محبت کرتا ہے۔۔۔شدید محبت۔۔۔بے لوث محبت۔۔۔unconditional love-

کتا اپنے مالک سے محبت ان دو ٹکے کی روٹیوں کی خاطر نہیں کرتا۔۔۔کتے کی اپنے مالک سے محبت میں روٹی کہیں بھی نہیں ہے۔۔۔بس وہ تو محبت کرنے پر مجبور ہے۔۔۔وفاداری کے بندھن سے بندھا ہوا جو ہے۔۔۔بلھے شاہ کی آواز دل کے گنبد میں گونجتی ہے۔۔۔

راتیں جاگیں تے شیخ سداویں
راتیں جاگن کتے۔۔۔ تیں تھیں اتے
در مالک دا مول نہ چھڈدے
بھاویں سو سو مارے جتے
تیں تھیں اتے
اٹھ بلھیا چل یار منا لے
نہیں تاں بازی لے گئے کتے
تیں تھیں اتے

ہم سے اتنا بھی نہیں ہوتا کہ اپنے مالک سے اتنی محبت ہی اسے کر دکھائیں جتنی ایک کتا اپنے مالک سے کر دکھاتا ہے؟ شرط نہیں ہو سکتی۔۔۔ یاد رکھنا ہوگا۔۔۔ محبت میں شرط condition ہو ہی نہیں ہو سکتی۔۔۔ وہ محبت ہی نہیں جس میں کوئی شرط ہو۔ محبت اگر ہے تو بے لوث unconditional ہے ورنہ نہیں ہے۔ ایسی مجبوری کہ کچھ مقام کتاب میں ایسے آئے جو اگر مفصل کیے جاتے تو کتاب کی سمائی میں ہر گز آنے والے نہ تھے۔ اس لئے جو لکھا جا سکا وہ لکھ دیا اور جو نہ لکھا جا سکتا تھا وہ نہ لکھا گیا۔ لکھنے والے کا تمام تر محدود علم اس کتاب کو لکھتے ہوئے اوراق پر لفظ بن کر بہہ گیا۔۔۔ باقی رہ گئی محبت کی چمکتی گیلی ریت۔۔۔ اسے اب کون لکھے۔۔۔ کیا لکھے۔۔۔ کیسے لکھے اور کیوں لکھے۔۔۔

اللہ کی بندے سے محبت ایسی ہے جیسے ایک ماں سورج ڈوبنے کے وقت اپنے بچے کے گھر لوٹ آنے کا انتظار کرتی ہے۔ اس کا بچہ ساحل سمندر پر بیٹھا ریت سے گھروندے بنانے میں مگن ہے۔۔۔ بچے کو بھی احساس ہے کہ شام ہو رہی ہے۔۔۔ اسے گھر لوٹنا ہے۔۔۔ مگر پھر بھی اس کا جی وہاں سے اٹھنے کو نہیں چاہتا۔۔۔ وہ ریت کے چھوٹے چھوٹے گھروندے

بنانے میں بہت دیر سے مگن ہے۔ گھروندے بنانے کا یہ کھیل اسے اتنا پسند ہے کہ وہ کسی صورت اس کھیل کو چھوڑ کر گھر جانے کو تیار نہیں حالانکہ اسے بھی اپنی ماں سے بے حد محبت ہے۔۔۔ لیکن بچہ ہے۔۔۔ ناسمجھ ہے۔۔۔ تھوڑی دیر اور کھیلنا چاہتا ہے۔۔۔ ماں فکر مند ہے۔۔۔ وہ جانتی ہے کہ کسی بھی لمحے کوئی بھی لہر آگے بڑھ کر اس کے بچے کے اتنی محنت سے بنائے ہوئے گھروندوں کو بہالے جائے گی اور اس کا بچہ روتا رہ جائے گا۔ پھر رات کے بڑھتے اندھیرے سے ڈر کے وہ روتا ہوا اسے پکارتا ہوا اس کی طرف اپنے گھر کی طرف بھاگے گا۔۔۔ دکھ سے بھرا ہوا۔۔۔ ماں ہر روز اپنے بچے کو سمجھاتی ہے کہ بیٹا، جو گھروندے تم ساحل پر بناتے ہو ان سے اتنی محبت نہ کیا کرو۔۔۔ کیا تم دیکھتے نہیں کہ روز لہریں تمہارے گھروندوں کو بہالے جاتی ہیں؟

وہ اسے روز بتاتی ہے کہ بیٹا کھیل کو صرف کھیل سمجھو۔۔۔ اور جلدی گھر لوٹ آنے کی فکر کیا کرو۔۔۔ بچہ روز یہ بات سنتا ہے۔۔۔ کل جلدی لوٹ آنے اور گھروندے لہروں میں بہہ جانے پر آئندہ نہ رونے کا وعدہ کرتا ہے۔ لیکن ساحل پر پہنچتے ہی ریت دکھائی دیتی ہے۔۔۔ اور وہ سب کچھ بھول بھال کر دوبارہ اسی کھیل میں مگن ہو جاتا ہے۔۔۔ جیسا اس ماں اور بچے کا رشتہ ہے ایسا ہی اللہ اور بندے کا رشتہ ہے۔۔۔ وہ ہر روز ہمیں محبت سے گھر سے بلاتا ہے اور ہر روز ہم اس کی آواز کو سن کر بھی انجانے بن جاتے ہیں اور ریت کے گھروندے بنانے میں مصروف رہتے ہیں۔۔۔ پھر ندا آتی ہے۔۔۔

ذٰلِكُمُ اللّٰهُ رَبُّكُمْ لَهُ الْمُلْكُ لَآ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ فَاَنّٰى تُصْرَفُوْنَ ۝

یہی اللہ تمہارا رب ہے اسی کی بادشاہی ہے، اس کے سوا کوئی معبود نہیں

پس تم کہاں پھرے جا رہے ہو۔

(الزمر 6)

کیا آپ نہیں جانتے کہ اسے آپ سے کس قدر شدید محبت ہے؟ اپنے رب سے مت بھاگیں۔۔۔ اس کی ناقدری نہ کریں۔۔۔ بہت کم ہی سہی۔۔۔ پھر بھی ابھی کچھ وقت یقیناً باقی ہے۔۔۔ اپنے خدا کا ہاتھ تھام لیں۔۔۔ اس سے پہلے کہ بہت دیر ہو جائے۔۔۔ آپ جانتے ہیں۔۔۔ آپ کو خوب پتا ہے کہ سچ کیا ہے۔۔۔ سچ کا سامنا کریں۔۔۔
سچ آپ کے اندر ہے۔۔۔ سچ آپ خود ہیں۔۔۔

خود کے اندر اتریں۔۔۔ رازِ ہستی کو پالیں۔۔۔
آپ کو خود سے خدا تک کا یہ متبرک سفر مبارک ہو۔۔۔
اللہ آپ کا منتظر ہے۔

قُلْ يٰعِبَادِيَ الَّذِيْنَ اَسْرَفُوْا عَلٰٓى اَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوْا مِنْ رَّحْمَةِ اللّٰهِ ؕ اِنَّ اللّٰهَ يَغْفِرُ الذُّنُوْبَ جَمِيْعًا ؕ اِنَّهٗ هُوَ الْغَفُوْرُ الرَّحِيْمُ ۝

کہہ دو اے میرے بندو جنہوں نے اپنی جانوں پر ظلم کیا ہے اللہ کی رحمت سے مایوس نہ ہو، بے شک اللہ سب گناہ بخش دے گا، بے شک وہ بخشنے والا رحم والا ہے۔

(الزمر 53)

☆☆☆☆☆☆☆

قرآن سے منتخب چند آیات

جو سوچ کے نئے زاویے کھولتی ہیں۔

هُوَ الَّذِيْ جَعَلَ الشَّمْسَ ضِيَآءً وَّالْقَمَرَ نُوْرًا وَّقَدَّرَهٗ مَنَازِلَ لِتَعْلَمُوْا عَدَدَ
السِّنِيْنَ وَالْحِسَابَ ؕ مَا خَلَقَ اللّٰهُ ذٰلِكَ اِلَّا بِالْحَقِّ ۚ يُفَصِّلُ الْاٰيٰتِ لِقَوْمٍ
يَّعْلَمُوْنَ ○

وہی ہے جس نے سورج کو روشن بنایا اور چاند کو منور فرمایا اور چاند کی منزلیں مقرر کیں تاکہ
تم برسوں کا شمار اور حساب معلوم کر سکو، یہ سب کچھ اللہ نے تدبیر سے پیدا کیا ہے،
وہ اپنی آیتیں سمجھداروں کے لیے کھول کھول کر بیان فرماتا ہے۔

(یونس 5)

وَلَوْ يُعَجِّلُ اللّٰهُ لِلنَّاسِ الشَّرَّ اسْتِعْجَالَهُمْ بِالْخَيْرِ لَقُضِيَ اِلَيْهِمْ اَجَلُهُمْ ؕ
فَنَذَرُ الَّذِيْنَ لَا يَرْجُوْنَ لِقَآءَنَا فِيْ طُغْيَانِهِمْ يَعْمَهُوْنَ ○ وَاِذَا مَسَّ الْاِنْسَانَ
الضُّرُّ دَعَانَا لِجَنْۢبِهٖۤ اَوْ قَاعِدًا اَوْ قَآئِمًا ۚ فَلَمَّا كَشَفْنَا عَنْهُ ضُرَّهٗ مَرَّ كَاَنْ لَّمْ
يَدْعُنَاۤ اِلٰى ضُرٍّ مَّسَّهٗ ؕ كَذٰلِكَ زُيِّنَ لِلْمُسْرِفِيْنَ مَا كَانُوْا يَعْمَلُوْنَ ○

اور اگر اللہ لوگوں کو برائی جلد پہنچا دے جس طرح وہ بھلائی جلدی مانگتے ہیں تو ان کی عمر ختم کر
دی جائے، سو ہم چھوڑے رکھتے ہیں ان لوگوں کو جنہیں ہماری ملاقات کی امید نہیں کہ اپنی
سرکشی میں بھٹکتے رہیں۔

اور جب انسان کو تکلیف پہنچتی ہے تو لیٹے اور بیٹھے اور کھڑے ہونے کی حالت میں ہمیں پکارتا
ہے پھر جب ہم اس سے اس تکلیف کو دور کر دیتے ہیں تو اس طرح گزر جاتا ہے گویا کہ ہمیں
کسی تکلیف پہنچنے پر پکارا ہی نہ تھا، اس طرح بیباکوں کو پسند آیا ہے جو کچھ وہ کر رہے ہیں۔

(یونس 11 تا 12)

وَمَا تَكُونُ فِي شَأْنٍ وَمَا تَتْلُوا مِنْهُ مِنْ قُرْآنٍ وَلَا تَعْمَلُونَ مِنْ عَمَلٍ إِلَّا
كُنَّا عَلَيْكُمْ شُهُودًا إِذْ تُفِيضُونَ فِيهِ وَمَا يَعْزُبُ عَنْ رَبِّكَ مِنْ مِثْقَالِ
ذَرَّةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ وَلَا أَصْغَرَ مِنْ ذَٰلِكَ وَلَا أَكْبَرَ إِلَّا فِي كِتَابٍ
مُبِينٍ ۝ أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ۝ الَّذِينَ
آمَنُوا وَكَانُوا يَتَّقُونَ ۝ لَهُمُ الْبُشْرَىٰ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الْآخِرَةِ لَا
تَبْدِيلَ لِكَلِمَاتِ اللَّهِ ذَٰلِكَ هُوَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ ۝

اور تم جس حال میں ہوتے ہو یا قرآن میں سے کچھ پڑھتے ہو یا تم لوگ کوئی کام کرتے ہو، ہم وہاں موجود ہوتے ہیں جب تم اس میں مصروف ہوتے ہو، اور تمہارے رب سے ذرہ بھر بھی کوئی چیز پوشیدہ نہیں ہے نہ زمین میں اور نہ آسمان میں، اور نہ کوئی چیز اس سے چھوٹی اور نہ بڑی مگر کتاب روشن میں ہے۔

خبردار! بے شک جو اللہ کے دوست ہیں نہ ان پر ڈر ہے اور نہ وہ غمگین ہوں گے۔ جو لوگ ایمان لائے اور ڈرتے رہے۔ ان کے لیے دنیا کی زندگی اور آخرت میں خوشخبری ہے، اللہ کی باتوں میں تبدیلی نہیں ہوتی، یہی بڑی کامیابی ہے۔

(یونس 61 تا 64)

وَلَئِنْ أَذَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنَّا رَحْمَةً ثُمَّ نَزَعْنَاهَا مِنْهُ إِنَّهُ لَيَئُوسٌ كَفُورٌ
۝ وَلَئِنْ أَذَقْنَاهُ نَعْمَاءَ بَعْدَ ضَرَّاءَ مَسَّتْهُ لَيَقُولَنَّ ذَهَبَ السَّيِّئَاتُ عَنِّي إِنَّهُ
لَفَرِحٌ فَخُورٌ ۝ إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ
أُولَٰئِكَ لَهُمْ مَغْفِرَةٌ وَأَجْرٌ كَبِيرٌ ۝

اور اگر ہم انسان کو اپنی رحمت کا مزہ چکھا کر پھر اس سے چھین لیتے ہیں تو وہ ناامید ناشکرا ہو

جاتا ہے۔ اور اگر مصیبت پہنچنے کے بعد نعمتوں کا مزہ چکھاتے ہیں تو کہتا ہے کہ میری سختیاں
جاتی رہیں، کیونکہ وہ اترانے والا شیخی خورا ہے۔ مگر جو لوگ صابر ہیں اور نیکیاں کرتے ہیں
ان کے لیے بخشش اور بڑا ثواب ہے۔

(ہود 9 تا 11)

مَنْ كَانَ يُرِيْدُ الْحَيٰوةَ الدُّنْيَا وَزِيْنَتَهَا نُوَفِّ اِلَيْهِمْ اَعْمَالَهُمْ فِيْهَا وَهُمْ
فِيْهَا لَا يُبْخَسُوْنَ ○ اُولٰٓئِكَ الَّذِيْنَ لَيْسَ لَهُمْ فِي الْاٰخِرَةِ اِلَّا النَّارُ ۖ وَحَبِطَ
مَا صَنَعُوْا فِيْهَا وَبٰطِلٌ مَّا كَانُوْا يَعْمَلُوْنَ ○

جو کوئی دنیا کی زندگی اور اس کی آرائش چاہتا ہے تو ان کے اعمال ہم یہیں پورے
کر دیتے ہیں اور انہیں کچھ نقصان نہیں دیا جاتا۔ یہ وہی ہیں جن کے لیے
آخرت میں آگ کے سوا کچھ نہیں، اور برباد ہو گیا جو کچھ انہوں
نے دنیا میں کیا تھا اور خراب ہو گیا جو کچھ کمایا تھا۔

(ہود 15 تا 16)

وَلَوْ شَآءَ رَبُّكَ لَجَعَلَ النَّاسَ اُمَّةً وَّاحِدَةً وَّلَا يَزَالُوْنَ مُخْتَلِفِيْنَ ○ اِلَّا مَنْ
رَّحِمَ رَبُّكَ ۚ وَلِذٰلِكَ خَلَقَهُمْ ۗ وَتَمَّتْ كَلِمَةُ رَبِّكَ لَاَمْلَئَنَّ جَهَنَّمَ
مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ اَجْمَعِيْنَ ○

اور اگر تیرا رب چاہتا تو سب لوگوں کو ایک رستہ پر ڈال دیتا، اور ہمیشہ اختلاف
میں رہیں گے۔ مگر جس پر تیرے رب نے رحم کیا، اور اسی لیے انہیں پیدا کیا ہے،
اور تیرے رب کی یہ بات پوری ہو کر رہے گی کہ البتہ دوزخ

کو اکٹھے جنوں اور آدمیوں سے بھر دوں گا۔

(ہود 118 تا 119)

حَتّٰىٓ اِذَا اسْتَيْـَٔسَ الرُّسُلُ وَظَنُّوْٓا اَنَّهُمْ قَدْ كُذِبُوْا جَاۗءَهُمْ نَصْرُنَا فَنُجِّيَ
مَنْ نَّشَاۗءُ ۭ وَلَا يُرَدُّ بَاْسُنَا عَنِ الْقَوْمِ الْمُجْرِمِيْنَ ۝

یہاں تک کہ جب رسول ناامید ہونے لگے اور خیال کیا کہ ان سے جھوٹ کہا گیا تھا
تب انہیں ہماری مدد پہنچی پھر جنہیں ہم نے چاہا بچا لیا، اور ہمارے عذاب کو
نافرمانوں سے کوئی بھی روک نہیں سکتا۔

(یوسف 110)

هُوَ الَّذِيْ يُرِيْكُمُ الْبَرْقَ خَوْفًا وَّطَمَعًا وَّيُنْشِئُ السَّحَابَ الثِّقَالَ ۝ وَيُسَبِّحُ
الرَّعْدُ بِحَمْدِهٖ وَالْمَلٰۗىِٕكَةُ مِنْ خِيْفَتِهٖ وَيُرْسِلُ الصَّوَاعِقَ فَيُصِيْبُ بِهَا
مَنْ يَّشَاۗءُ وَهُمْ يُجَادِلُوْنَ فِي اللّٰهِ وَهُوَ شَدِيْدُ الْمِحَالِ ۝

وہی ہے جو تمہیں خوف یا امید دلانے کے لیے بجلی دکھاتا اور بھاری بادلوں کو اٹھاتا
ہے۔ اور رعد اس کی پاکی کے ساتھ اس کی تعریف کرتا ہے اور سب فرشتے اس کے ڈر
سے، اور بجلیاں بھیجتا ہے پھر انہیں جس پر چاہتا ہے گرا دیتا ہے اور یہ تو اللہ کے بارے میں
جھگڑتے ہیں، حالانکہ وہ بڑی قوت والا ہے۔

(الرعد 12 تا 13)

أَوَلَمْ يَرَوْا أَنَّا نَأْتِي الْأَرْضَ نَنْقُصُهَا مِنْ أَطْرَافِهَا ۚ وَاللَّهُ يَحْكُمُ لَا مُعَقِّبَ لِحُكْمِهِ ۚ وَهُوَ سَرِيعُ الْحِسَابِ ٥

کیا وہ نہیں دیکھتے کہ ہم زمین کو اس کے کناروں سے گھٹاتے چلے آتے ہیں، اور اللہ حکم کرتا ہے کوئی اس کے حکم کو ہٹا نہیں سکتا، اور وہ جلد حساب لینے والا ہے۔

(الرعد 41)

وَآتَاكُمْ مِنْ كُلِّ مَا سَأَلْتُمُوهُ ۚ وَإِنْ تَعُدُّوا نِعْمَتَ اللَّهِ لَا تُحْصُوهَا ۗ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَظَلُومٌ كَفَّارٌ ٥

اور جو چیز تم نے اس سے مانگی اس نے تمہیں دی، اور اگر اللہ کی نعمتیں شمار کرنے لگو تو انہیں شمار نہ کر سکو گے بے شک انسان بڑا بے انصاف اور ناشکرا ہے۔

(ابراہیم 34)

وَمَا بِكُمْ مِنْ نِعْمَةٍ فَمِنَ اللَّهِ ۖ ثُمَّ إِذَا مَسَّكُمُ الضُّرُّ فَإِلَيْهِ تَجْأَرُونَ ٥

اور تمہارے پاس جو نعمت بھی ہے سو اللہ کی طرف سے ہے، پھر جب تمہیں تکلیف پہنچتی ہے تو اسی سے فریاد کرتے ہو۔

(النحل 53)

وَلَوْ يُؤَاخِذُ اللَّهُ النَّاسَ بِظُلْمِهِمْ مَا تَرَكَ عَلَيْهَا مِنْ دَابَّةٍ وَلَٰكِنْ يُؤَخِّرُهُمْ إِلَىٰ أَجَلٍ مُسَمًّى ۖ فَإِذَا جَاءَ أَجَلُهُمْ لَا يَسْتَأْخِرُونَ سَاعَةً ۖ وَلَا يَسْتَقْدِمُونَ ٥

اور اگر اللہ لوگوں کو ان کی بے انصافی پر پکڑے تو زمین پر کسی جاندار کو نہ چھوڑے لیکن

ایک مدت مقرر تک انہیں مہلت دیتا ہے، پھر جب ان کا وقت آتا ہے تو

نہ ایک گھڑی پیچھے ہٹ سکتے ہیں اور نہ آگے بڑھ سکتے ہیں۔

(النحل 61)

وَاللّٰهُ اَخْرَجَكُمْ مِّنْۢ بُطُوْنِ اُمَّهٰتِكُمْ لَا تَعْلَمُوْنَ شَيْـًٔا وَّجَعَلَ لَكُمُ

السَّمْعَ وَالْاَبْصَارَ وَالْاَفْـِٕدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُوْنَ ۝

اور اللہ نے تمہیں تمہاری ماؤں کے پیٹ سے نکالا تم کسی چیز کو نہ جانتے تھے

اور تمہیں کان اور آنکھیں اور دل دیے تاکہ تم شکر کرو۔

(النحل 78)

وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُوْلَةً اِلٰى عُنُقِكَ وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ

مَلُوْمًا مَّحْسُوْرًا ۝ اِنَّ رَبَّكَ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَّشَاۗءُ وَيَقْدِرُ ۭ اِنَّهٗ

كَانَ بِعِبَادِهٖ خَبِيْرًۢا بَصِيْرًا ۝

اور اپنا ہاتھ اپنی گردن کے ساتھ بندھا ہوا نہ رکھ اور نہ اسے کھول دے بالکل ہی کھول دینا

پھر تو پشیمان تہی دست ہو کر بیٹھ رہے گا۔ بے شک تیرا رب جس کے لیے

چاہے رزق کشادہ کرتا ہے اور تنگ بھی کرتا ہے بے شک

وہ اپنے بندوں کو جاننے والا دیکھنے والا ہے۔

(بنی اسرائیل 29 تا 30)

وَاصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِيْنَ يَدْعُوْنَ رَبَّهُمْ بِالْغَدَاةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيْدُوْنَ وَجْهَهٗ وَلَا تَعْدُ عَيْنَاكَ عَنْهُمْ تُرِيْدُ زِيْنَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَلَا تُطِعْ مَنْ اَغْفَلْنَا قَلْبَهٗ عَنْ ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ اَمْرُهٗ فُرُطًا ○

تو ان لوگوں کی صحبت میں رہ جو صبح اور شام اپنے رب کو پکارتے ہیں اسی کی رضا مندی چاہتے ہیں، اور تو اپنی آنکھوں کو ان سے نہ ہٹا، کہ دنیا کی زندگی کی زینت تلاش کرنے لگ جائے، اور اس شخص کا کہنا نہ مان جس کے دل کو ہم نے اپنی یاد سے غافل کر دیا ہے اور اپنی خواہش کے تابع ہو گیا ہے اور اس کا معاملہ حد سے گزرا ہوا ہے۔

(الکہف 28)

اِقْتَرَبَ لِلنَّاسِ حِسَابُهُمْ وَهُمْ فِيْ غَفْلَةٍ مُّعْرِضُوْنَ ○ مَا يَأْتِيْهِمْ مِّنْ ذِكْرٍ مِّنْ رَّبِّهِمْ مُّحْدَثٍ اِلَّا اسْتَمَعُوْهُ وَهُمْ يَلْعَبُوْنَ ○

لوگوں کے حساب کا وقت قریب آ گیا ہے اور وہ غفلت میں پڑ کر منہ پھیرنے والے ہیں۔ ان کے رب کی طرف سے سمجھانے کے لیے کوئی ایسی نئی بات ان کے پاس نہیں آتی کہ جسے سن کر ہنسی میں نہ ٹال دیتے ہوں۔

(الانبیاء 1 تا 2)

لَقَدْ اَنْزَلْنَا اِلَيْكُمْ كِتَابًا فِيْهِ ذِكْرُكُمْ اَفَلَا تَعْقِلُوْنَ ○

البتہ تحقیق ہم نے تمہارے پاس ایک ایسی کتاب بھیجی ہے جس میں تمہاری نصیحت ہے، کیا پس تم نہیں سمجھتے۔

(الانبیاء 10)

وَمَا خَلَقْنَا السَّمَآءَ وَالْاَرْضَ وَمَا بَيْنَهُمَا لٰعِبِيْنَ ۝ لَوْ اَرَدْنَآ اَنْ نَّتَّخِذَ

لَهْوًا لَّاتَّخَذْنٰهُ مِنْ لَّدُنَّآ ۖ اِنْ كُنَّا فٰعِلِيْنَ ۝

اور ہم نے آسمان اور زمین کو اور جو کچھ ان کے بیچ میں ہے کھیلتے ہوئے نہیں بنایا۔

اور اگر ہم کھیل ہی بنانا چاہتے تو اپنے پاس کی چیزوں کو بناتے

اگر ہمیں یہی کرنا ہوتا۔

(الانبیاء 16 تا 17)

اَفَلَمْ يَسِيْرُوْا فِى الْاَرْضِ فَتَكُوْنَ لَهُمْ قُلُوْبٌ يَّعْقِلُوْنَ بِهَآ اَوْ اٰذَانٌ

يَّسْمَعُوْنَ بِهَا ۚ فَاِنَّهَا لَا تَعْمَى الْاَبْصَارُ وَلٰكِنْ تَعْمَى الْقُلُوْبُ الَّتِىْ فِى

الصُّدُوْرِ ۝ وَيَسْتَعْجِلُوْنَكَ بِالْعَذَابِ وَلَنْ يُّخْلِفَ اللّٰهُ وَعْدَهٗ ۚ وَاِنَّ

يَوْمًا عِنْدَ رَبِّكَ كَاَلْفِ سَنَةٍ مِّمَّا تَعُدُّوْنَ ۝

کیا انہوں نے ملک میں سیر نہیں کی پھر ان کے ایسے دل ہو جاتے جن سے سمجھتے یا ایسے کان

ہو جاتے جن سے سنتے، پس تحقیق بات یہ ہے کہ آنکھیں اندھی نہیں ہوتیں بلکہ دل جو سینوں

میں ہیں اندھے ہو جاتے ہیں۔ اور تجھ سے عذاب جلدی مانگتے ہیں اور اللہ اپنے وعدہ کا ہرگز

خلاف نہیں کرے گا، اور ایک دن تیرے رب کے ہاں

ہزار برس کے برابر ہوتا ہے جو تم گنتے ہو۔

(الحج 46 تا 47)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا ارْكَعُوا وَاسْجُدُوا وَاعْبُدُوا رَبَّكُمْ وَافْعَلُوا الْخَيْرَ
لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ۝ وَجَاهِدُوا فِي اللَّهِ حَقَّ جِهَادِهِ ۚ هُوَ اجْتَبَاكُمْ وَمَا جَعَلَ
عَلَيْكُمْ فِي الدِّينِ مِنْ حَرَجٍ ۚ مِلَّةَ أَبِيكُمْ إِبْرَاهِيمَ ۚ هُوَ سَمَّاكُمُ
الْمُسْلِمِينَ مِنْ قَبْلُ وَفِي هَٰذَا لِيَكُونَ الرَّسُولُ شَهِيدًا عَلَيْكُمْ وَتَكُونُوا
شُهَدَاءَ عَلَى النَّاسِ ۚ فَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَآتُوا الزَّكَاةَ وَاعْتَصِمُوا بِاللَّهِ هُوَ
مَوْلَاكُمْ ۖ فَنِعْمَ الْمَوْلَىٰ وَنِعْمَ النَّصِيرُ ۝

اور اللہ کی راہ میں کوشش کرو جیسا کوشش کرنے کا حق ہے، اس نے تمہیں پسند کیا ہے اور دین میں تم پر کسی طرح کی سختی نہیں کی تمہارے باپ ابراہیم کا دین ہے، اسی نے تمہارا نام پہلے سے مسلمان رکھا تھا اور اس قرآن میں بھی تاکہ رسول تم پر گواہ بنے اور تم لوگوں پر گواہ بنو،
پس نماز قائم کرو اور زکوۃ دو اور اللہ کو مضبوط ہو کر پکڑو وہی
تمہارا مولیٰ ہے پھر کیا ہی اچھا مولیٰ اور کیا ہی اچھا مددگار ہے۔

(الحج 77 تا 78)

وَلَوِ اتَّبَعَ الْحَقُّ أَهْوَاءَهُمْ لَفَسَدَتِ السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ وَمَنْ فِيهِنَّ ۚ
بَلْ أَتَيْنَاهُمْ بِذِكْرِهِمْ فَهُمْ عَنْ ذِكْرِهِمْ مُعْرِضُونَ ۝

اور اگر حق ان کی خواہشوں کے مطابق ہوتا تو آسمان اور زمین میں اور جو کچھ ان میں ہے
درہم برہم ہو گیا ہوتا، بلکہ ہم نے تو ان کی نصیحت انہیں پہنچا دی ہے سو
وہ اپنی نصیحت سے منہ موڑنے والے ہیں۔

(المومنون 71)

يَا وَيْلَتَىٰ لَيْتَنِي لَمْ أَتَّخِذْ فُلَانًا خَلِيلًا ○ لَقَدْ أَضَلَّنِي عَنِ الذِّكْرِ بَعْدَ إِذْ
جَاءَنِي وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِلْإِنسَانِ خَذُولًا ○

ہائے میری شامت! کاش میں نے فلاں کو دوست نہ بنایا ہوتا۔ اس نے تو نصیحت کے آنے کے بعد مجھے بہکا دیا اور شیطان تو انسان کو رسوا کرنے والا ہی ہے۔

(الفرقان 28 تا 29)

أَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلَٰهَهُ هَوَاهُ أَفَأَنتَ تَكُونُ عَلَيْهِ وَكِيلًا ○ أَمْ تَحْسَبُ
أَنَّ أَكْثَرَهُمْ يَسْمَعُونَ أَوْ يَعْقِلُونَ إِنْ هُمْ إِلَّا كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ
سَبِيلًا ○ أَلَمْ تَرَ إِلَىٰ رَبِّكَ كَيْفَ مَدَّ الظِّلَّ وَلَوْ شَاءَ لَجَعَلَهُ سَاكِنًا ثُمَّ
جَعَلْنَا الشَّمْسَ عَلَيْهِ دَلِيلًا ○ ثُمَّ قَبَضْنَاهُ إِلَيْنَا قَبْضًا يَسِيرًا ○

کیا تم نے اس شخص کو دیکھا جس نے اپنا خدا اپنی خواہشات نفسانی کو بنا رکھا ہے، پھر کیا تو اس کا ذمہ دار ہو سکتا ہے۔ یا تو خیال کرتا ہے کہ اکثر ان میں سے سنتے یا سمجھتے ہیں، یہ تو محض چوپایوں کی طرح ہیں، بلکہ ان سے بھی زیادہ گمراہ ہیں۔ کیا تو نے اپنے رب کی طرف نہیں دیکھا کہ اس نے سایہ کو کیسے پھیلایا ہے، اور اگر چاہتا تو اسے ٹھہرا رکھتا، پھر ہم نے سورج کو اس کا سبب بنا دیا ہے۔ پھر ہم اسے آہستہ آہستہ اپنی طرف سمیٹتے ہیں۔

(الفرقان 43 تا 46)

الَّذِي خَلَقَنِي فَهُوَ يَهْدِينِ ○ وَالَّذِي هُوَ يُطْعِمُنِي وَيَسْقِينِ ○ وَإِذَا مَرِضْتُ
فَهُوَ يَشْفِينِ ○ وَالَّذِي يُمِيتُنِي ثُمَّ يُحْيِينِ ○ وَالَّذِي أَطْمَعُ أَن يَغْفِرَ لِي
خَطِيئَتِي يَوْمَ الدِّينِ ○

جس نے مجھے پیدا کیا پھر وہی مجھے راہ دکھاتا ہے۔ اور وہ جو مجھے کھلاتا اور پلاتا ہے۔
اور جب میں بیمار ہوتا ہوں تو وہی مجھے شفا دیتا ہے۔ اور وہ جو مجھے مارے گا پھر زندہ
کرے گا۔ اور وہ جو مجھے امید ہے کہ میرے گناہ قیامت
کے دن مجھے بخش دے گا۔

(الشعراء78تا82)

وَالشُّعَرَاءُ يَتَّبِعُهُمُ الْغَاوُوْنَ ۝ اَلَمْ تَرَ اَنَّهُمْ فِيْ كُلِّ وَادٍ يَّهِيْمُوْنَ
۝ وَاَنَّهُمْ يَقُوْلُوْنَ مَا لَا يَفْعَلُوْنَ ۝ اِلَّا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا وَعَمِلُوا الصّٰلِحٰتِ
وَذَكَرُوا اللّٰهَ كَثِيْرًا وَّانْتَصَرُوْا مِنْۢ بَعْدِ مَا ظُلِمُوْا ؕ وَسَيَعْلَمُ الَّذِيْنَ
ظَلَمُوْٓا اَيَّ
مُنْقَلَبٍ يَّنْقَلِبُوْنَ ۝

اور شاعروں کی پیروی تو گمراہ ہی کرتے ہیں۔ کیا تم نے نہیں دیکھا کہ وہ ہر میدان میں بھٹکتے
پھرتے ہیں۔ اور جو وہ کہتے ہیں کرتے نہیں۔ مگر وہ جو ایمان لائے اور نیک کام کیے
اور اللہ کو بہت یاد کیا اور مظلوم ہونے کے بعد بدلہ لیا، اور ظالموں کو ابھی
معلوم ہو جائے گا کہ کس کروٹ پر پڑتے ہیں۔

(الشعراء224تا227)

فَخَرَجَ عَلٰى قَوْمِهٖ فِيْ زِيْنَتِهٖ ؕ قَالَ الَّذِيْنَ يُرِيْدُوْنَ الْحَيٰوةَ الدُّنْيَا يٰلَيْتَ لَنَا
مِثْلَ مَاۤ اُوْتِيَ قَارُوْنُ ۙ اِنَّهٗ لَذُوْ حَظٍّ عَظِيْمٍ ۝ وَقَالَ الَّذِيْنَ اُوْتُوا الْعِلْمَ
وَيْلَكُمْ ثَوَابُ اللّٰهِ خَيْرٌ لِّمَنْ اٰمَنَ وَعَمِلَ صَالِحًا ۚ وَلَا يُلَقّٰىهَاۤ اِلَّا الصّٰبِرُوْنَ ۝
فَخَسَفْنَا بِهٖ وَبِدَارِهِ الْاَرْضَ ۫ فَمَا كَانَ لَهٗ مِنْ فِئَةٍ يَّنْصُرُوْنَهٗ مِنْ دُوْنِ اللّٰهِ

وَمَا كَانَ مِنَ الْمُنْتَصِرِينَ ۝ وَأَصْبَحَ الَّذِينَ تَمَنَّوْا مَكَانَهُ بِالْأَمْسِ يَقُولُونَ
وَيْكَأَنَّ اللَّهَ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ وَيَقْدِرُ ۖ لَوْلَا أَنْ مَنَّ اللَّهُ
عَلَيْنَا لَخَسَفَ بِنَا ۖ وَيْكَأَنَّهُ لَا يُفْلِحُ الْكَافِرُونَ ۝

اپنی قوم کے سامنے اپنے ٹھاٹھ سے نکلا، جو لوگ دنیا کی زندگی کے طالب تھے کہنے لگے اے کاش ہمارے لیے بھی ویسا ہوتا جیسا کہ قارون کو دیا گیا ہے، بے شک وہ بڑے نصیب والا ہے۔ اور علم والوں نے کہا تم پر افسوس ہے اللہ کا ثواب بہتر ہے اس کے لیے جو ایمان لایا اور نیک کام کیا، مگر صبر کرنے والوں کے سوا نہیں ملا کرتا۔

پھر ہم نے اسے اور اس کے گھر کو زمین میں دھنسا دیا، پھر اس کی ایسی کوئی جماعت نہ تھی جو اسے اللہ سے بچا لیتی اور نہ وہ خود بچ سکا۔ اور وہ لوگ جو کل اس کے مرتبہ کی تمنا کرتے تھے آج صبح کو کہنے لگے کہ ہائے شامت اللہ اپنے بندوں میں سے جس کے لیے چاہتا ہے روزی کشادہ کر دیتا ہے اور تنگ کر دیتا ہے، اگر ہم پر اللہ کا احسان نہ ہوتا تو ہمیں بھی دھنسا دیتا، ہائے! کافر نجات نہیں پا سکتے۔

(القصص 79 تا 82)

الٓمٓ ۝ أَحَسِبَ النَّاسُ أَنْ يُتْرَكُوا أَنْ يَقُولُوا آمَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ
۝ وَلَقَدْ فَتَنَّا الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ ۖ فَلَيَعْلَمَنَّ اللَّهُ الَّذِينَ صَدَقُوا وَلَيَعْلَمَنَّ
الْكَاذِبِينَ ۝ أَمْ حَسِبَ الَّذِينَ يَعْمَلُونَ السَّيِّئَاتِ أَنْ يَسْبِقُونَا ۚ سَاءَ
مَا يَحْكُمُونَ ۝

ال م۔ کیا لوگ خیال کرتے ہیں یہ کہنے سے کہ ہم ایمان لائے ہیں چھوڑ دیے جائیں گے اور ان کی آزمائش نہیں کی جائے گی۔ اور جو لوگ ان سے پہلے گزر چکے ہیں ہم نے انہیں

بھی آزمایا تھا، سو اللہ انہیں ضرور معلوم کرے گا جو سچے ہیں اور ان کو بھی جو جھوٹے ہیں۔
کیا وہ لوگ جو برے کام کرتے ہیں یہ سمجھتے ہیں کہ ہمارے قابو سے نکل جائیں گے
برا ہے جو فیصلہ کرتے ہیں۔

(العنکبوت 1 تا 4)

وَمَنْ أَحْسَنُ قَوْلًا مِّمَّن دَعَا إِلَى اللَّهِ وَعَمِلَ صَالِحًا وَقَالَ إِنَّنِي مِنَ
الْمُسْلِمِينَ ○ وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا
الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ ○ وَمَا يُلَقَّاهَا
إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَمَا يُلَقَّاهَا إِلَّا ذُو حَظٍّ عَظِيمٍ ○

اور اس سے بہتر کس کی بات ہے جس نے لوگوں کو اللہ کی طرف بلایا اور خود بھی اچھے کام کیے
اور کہا بے شک میں بھی فرمانبرداروں میں سے ہوں۔ اور نیکی اور بدی برابر نہیں ہوتی،
(برائی کا) دفعیہ اس بات سے کیجیے جو اچھی ہو پھر ناگہاں وہ شخص جو تیرے اور اس کے
درمیان دشمنی تھی ایسا ہوگا گویا کہ وہ مخلص دوست ہے۔ اور یہ بات نہیں دی جاتی مگر انہیں جو
صابر ہوتے ہیں اور یہ بات نہیں دی جاتی مگر اس کو جو بڑا بخت والا ہے۔

(حم السجدہ 33 تا 35)

أَوَلَمْ نُعَمِّرْكُم مَّا يَتَذَكَّرُ فِيهِ مَن تَذَكَّرَ وَجَاءَكُمُ النَّذِيرُ
فَذُوقُوا فَمَا لِلظَّالِمِينَ مِن نَّصِيرٍ ○

اور وہ اس میں چلائیں گے کہ اے ہمارے رب ہمیں نکال، ہم نیک کام کریں برخلاف
ان کاموں کے جو کیا کرتے تھے، کیا ہم نے تمہیں اتنی عمر نہیں دی تھی جس میں

سمجھنے والا سمجھ سکتا تھا اور تمہارے پاس ڈرانے والا آیا تھا پس مزہ چکھو

پس ظالموں کا کوئی مددگار نہیں۔

(فاطر 37)

ضَرَبَ لَكُم مَّثَلًا مِّنْ أَنفُسِكُمْ ۖ هَل لَّكُم مِّن مَّا مَلَكَتْ

أَيْمَانُكُم مِّن شُرَكَاءَ فِي مَا رَزَقْنَاكُمْ فَأَنتُمْ فِيهِ سَوَاءٌ

تَخَافُونَهُمْ كَخِيفَتِكُمْ أَنفُسَكُمْ ۚ كَذَٰلِكَ نُفَصِّلُ الْآيَاتِ

لِقَوْمٍ يَعْقِلُونَ ۝

وہ تمہارے لیے تمہارے ہی حال کی ایک مثال بیان فرماتا ہے، کیا جن کے تم مالک ہو،

اس میں تمہارے شریک ہیں جو ہم نے تمہیں دیا ہے کہ پھر اس میں تم برابر ہو، تم ان سے اس

طرح ڈرتے (فکرمند) ہو جس طرح اپنوں سے ڈرتے (فکرمند) ہو،

اس طرح ہم عقل والوں کے لیے آیتیں کھول کر بیان کرتے ہیں۔

(الروم 28)

إِن يَشَأْ يُذْهِبْكُمْ وَيَأْتِ بِخَلْقٍ جَدِيدٍ ۝ وَمَا ذَٰلِكَ عَلَى اللَّهِ بِعَزِيزٍ ۝

اگر وہ چاہے تو تمہیں لے جائے اور نئی مخلوق لے آئے۔

اور یہ بات اللہ تعالیٰ پر کچھ مشکل نہیں۔

(فاطر 16 تا 17)

اِسْتِكْبَارًا فِي الْأَرْضِ وَمَكْرَ السَّيِّئِ وَلَا يَحِيقُ الْمَكْرُ السَّيِّئُ إِلَّا بِأَهْلِهِ
فَهَلْ يَنْظُرُونَ إِلَّا سُنَّتَ الْأَوَّلِينَ فَلَنْ تَجِدَ لِسُنَّتِ اللَّهِ تَبْدِيلًا
وَلَنْ تَجِدَ لِسُنَّتِ اللَّهِ تَحْوِيلًا ۝

کہ ملک میں سرکشی اور بری تدبیریں کرنے لگ گئے، اور بری تدبیر تو تدبیر کرنے والے ہی
پر الٹ پڑتی ہے، پھر کیا وہ اسی برتاؤ کے منتظر ہیں جو پہلے لوگوں سے برتا گیا،
پس تو اللہ کے قانون میں کوئی تبدیلی نہیں پائے گا اور تو اللہ کے
قانون میں کوئی تغیر نہیں پائے گا۔

(فاطر 43)

وَآيَةٌ لَهُمُ اللَّيْلُ نَسْلَخُ مِنْهُ النَّهَارَ فَإِذَا هُمْ مُظْلِمُونَ ۝ وَالشَّمْسُ
تَجْرِي لِمُسْتَقَرٍّ لَهَا ذَٰلِكَ تَقْدِيرُ الْعَزِيزِ الْعَلِيمِ ۝

اور ان کے لیے رات بھی ایک نشانی ہے، کہ ہم اس کے اوپر سے دن کو اتار دیتے ہیں پھر
ناگہاں وہ اندھیرے میں رہ جاتے ہیں۔ اور سورج اپنے ٹھکانے کی طرف چلتا رہتا ہے،
یہ زبردست خبردار (اللہ) کا بنایا ہوا ہے۔

(یٰس 37 تا 38)

أَوَلَمْ يَرَوْا أَنَّا خَلَقْنَا لَهُمْ مِمَّا عَمِلَتْ أَيْدِينَا أَنْعَامًا فَهُمْ لَهَا
مَالِكُونَ ۝ وَذَلَّلْنَاهَا لَهُمْ فَمِنْهَا رَكُوبُهُمْ وَمِنْهَا يَأْكُلُونَ ۝
وَلَهُمْ فِيهَا مَنَافِعُ وَمَشَارِبُ أَفَلَا يَشْكُرُونَ ۝

کیا انہوں نے نہیں دیکھا کہ ہم نے ان کے لیے اپنے ہاتھوں سے چار پائے بنائے جن

کے وہ مالک ہیں۔ اور انہیں ان کے بس میں کر دیا ہے پھر ان میں سے کسی پر چڑھتے ہیں

اور کسی کو کھاتے ہیں۔ اور ان کے لیے ان میں اور بہت سے فائدے اور

پینے کی چیزیں ہیں، پھر کیوں شکر نہیں کرتے۔

(یٰس 71 تا 73)

اَلَّذِیْ جَعَلَ لَكُمْ مِّنَ الشَّجَرِ الْاَخْضَرِ نَارًا فَاِذَآ اَنْتُمْ مِّنْهُ تُوْقِدُوْنَ۝

وہ جس نے تمہارے لیے سبز درخت سے آگ پیدا کر دی کہ تم جھٹ پٹ

اس سے آگ سلگا لیتے ہو۔

(یٰس 80)

ضَرَبَ اللّٰهُ مَثَلًا رَّجُلًا فِیْهِ شُرَكَآءُ مُتَشٰكِسُوْنَ وَرَجُلًا سَلَمًا لِّرَجُلٍ

هَلْ یَسْتَوِیٰنِ مَثَلًا اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ بَلْ اَكْثَرُهُمْ لَا یَعْلَمُوْنَ۝

اللہ نے ایک مثال بیان کی ہے ایک غلام ہے جس میں کئی ضدی شریک ہیں اور ایک غلام

سالم ایک ہی شخص کا ہے، کیا دونوں کی حالت برابر ہے، سب تعریف اللہ

ہی کے لیے ہے، مگر ان میں سے اکثر نہیں سمجھتے۔

(الزمر 29)

وَمَا هٰذِهِ الْحَیٰوةُ الدُّنْیَآ اِلَّا لَهْوٌ وَّلَعِبٌ وَاِنَّ الدَّارَ الْاٰخِرَةَ لَهِیَ

الْحَیَوَانُ لَوْ كَانُوْا یَعْلَمُوْنَ۝

اور یہ دنیا کی زندگی تو صرف کھیل اور تماشا ہے، اور اصل زندگی عالم

آخرت کی ہے کاش وہ سمجھتے۔

(العنکبوت 64)

فَاِذَا مَسَّ الْاِنْسَانَ ضُرٌّ دَعَانَا ثُمَّ اِذَا خَوَّلْنٰهُ نِعْمَةً مِّنَّا قَالَ اِنَّمَآ اُوْتِيْتُهٗ عَلٰى عِلْمٍ ؕ بَلْ هِيَ فِتْنَةٌ وَّلٰكِنَّ اَكْثَرَهُمْ لَا يَعْلَمُوْنَ ○

پھر جب آدمی پر کوئی مصیبت آتی ہے تو ہمیں پکارتا ہے، پھر جب ہم اسے اپنی نعمت عطا کرتے ہیں تو کہتا ہے یہ تو مجھے میری عقل سے ملی ہے، بلکہ یہ نعمت آزمائش ہے اور لیکن ان میں سے اکثر نہیں جانتے۔

(الزمر 49)

وَمَا قَدَرُوا اللّٰهَ حَقَّ قَدْرِهٖ ۖ وَالْاَرْضُ جَمِيْعًا قَبْضَتُهٗ يَوْمَ الْقِيٰمَةِ وَالسَّمٰوٰتُ مَطْوِيّٰتٌۢ بِيَمِيْنِهٖ ؕ سُبْحٰنَهٗ وَتَعٰلٰى عَمَّا يُشْرِكُوْنَ ○

اور انھوں نے اللہ کی قدر نہیں کی جیسا کہ اس کی قدر کرنے کا حق ہے، اور یہ زمین قیامت کے دن سب اسی کی مٹھی میں ہوگی اور آسمان اس کے داہنے ہاتھ میں لپٹے ہوئے ہوں گے، وہ پاک اور برتر ہے اس سے جو وہ شریک ٹھہراتے ہیں۔

(الزمر 67)

لَا يَسْـَٔمُ الْاِنْسَانُ مِنْ دُعَآءِ الْخَيْرِ ۫ وَاِنْ مَّسَّهُ الشَّرُّ فَيَــُٔوْسٌ قَنُوْطٌ ○ وَلَئِنْ اَذَقْنٰهُ رَحْمَةً مِّنَّا مِنْۢ بَعْدِ ضَرَّآءَ مَسَّتْهُ لَيَقُوْلَنَّ هٰذَا لِيْ ۙ وَمَآ اَظُنُّ السَّاعَةَ قَآئِمَةً ۙ وَّلَئِنْ رُّجِعْتُ اِلٰى رَبِّيْٓ اِنَّ لِيْ عِنْدَهٗ لَلْحُسْنٰى ۚ فَلَنُنَبِّئَنَّ

الَّذِيْنَ كَفَرُوْا بِمَا عَمِلُوْا وَلَنُذِيْقَنَّهُمْ مِّنْ عَذَابٍ غَلِيْظٍ ٥ وَاِذَآ اَنْعَمْنَا
عَلَى الْاِنْسَانِ اَعْرَضَ وَنَاٰ بِجَانِبِهٖ وَاِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ فَذُوْ دُعَآءٍ عَرِيْضٍ ٥

انسان بھلائی مانگنے سے نہیں تھکتا، اور اگر اسے کوئی تکلیف پہنچ جائے تو مایوس اور نا امید ہو جاتا ہے۔ اور اگر ہم اسے اس مصیبت کے بعد جو اس پر آئی تھی اپنی رحمت کا مزہ چکھاتے ہیں تو کہتا ہے یہ میرا حق تھا، اور میں نہیں خیال کرتا کہ قیامت قائم ہوگی اور اگر میں اپنے رب کے پاس گیا بھی تو بے شک میرے لیے اس کے ہاں بھلائی ہی ہوگی، ہم کافروں کو ضرور بتائیں گے جو کچھ وہ کرتے رہے اور ہم ضرور انہیں سخت عذاب چکھائیں گے۔ اور جب ہم نے انسان پر انعام کیا تو اس نے منہ پھیر لیا اور کنارہ کش ہو گیا، اور جب اس کو تکلیف پہنچی تو لمبی چوڑی دعا کرنے لگا۔

(حٰم السجدہ 49 تا 51)

فَاطِرُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ جَعَلَ لَكُمْ مِّنْ اَنْفُسِكُمْ اَزْوَاجًا وَّمِنَ
الْاَنْعَامِ اَزْوَاجًا يَذْرَؤُكُمْ فِيْهِ لَيْسَ كَمِثْلِهٖ شَيْءٌ
وَهُوَ السَّمِيْعُ الْبَصِيْرُ ٥

وہ آسمانوں اور زمین کا پیدا کرنے والا ہے، اسی نے تمہاری جنس سے تمہارے جوڑے بنائے اور چار پایوں کے بھی جوڑے بنائے، تمہیں زمین میں پھیلاتا ہے، کوئی چیز اس کی مثل نہیں، اور وہ سننے والا دیکھنے والا ہے۔

(الشوریٰ 11)

وَلَوْ بَسَطَ اللّٰهُ الرِّزْقَ لِعِبَادِهٖ لَبَغَوْا فِي الْاَرْضِ وَلٰكِنْ يُّنَزِّلُ بِقَدَرٍ مَّا

يَشَآءُ ۭ اِنَّهٗ بِعِبَادِهٖ خَبِيْرٌۢ بَصِيْرٌ ۝

اور اگر اللہ اپنے بندوں کی روزی کشادہ کردے تو زمین پر سرکشی کرنے لگیں لیکن وہ ایک

اندازے سے اتارتا ہے جتنی چاہتا ہے، بے شک وہ اپنے بندوں سے

خوب خبردار دیکھنے والا ہے۔

(الشوریٰ 27)

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْاِنْسَانَ وَنَعْلَمُ مَا تُوَسْوِسُ بِهٖ نَفْسُهٗ ښ وَنَحْنُ اَقْرَبُ اِلَيْهِ

مِنْ حَبْلِ الْوَرِيْدِ ۝ اِذْ يَتَلَقَّى الْمُتَلَقِّيٰنِ عَنِ الْيَمِيْنِ وَعَنِ الشِّمَالِ

قَعِيْدٌ ۝ مَا يَلْفِظُ مِنْ قَوْلٍ اِلَّا لَدَيْهِ رَقِيْبٌ عَتِيْدٌ ۝

اور بے شک ہم نے انسان کو پیدا کیا اور ہم جانتے ہیں جو وسوسہ اس کے دل میں گزرتا ہے،

اور ہم اس سے اس کی رگ جاں سے بھی زیادہ قریب ہیں۔ جب کہ ضبط کرنے والے

دائیں اور بائیں بیٹھے ہوئے ضبط کرتے جاتے ہیں۔ وہ منہ سے کوئی بات نہیں نکالتا مگر اس

کے پاس ایک ہوشیار محافظ ہوتا ہے۔

(ق 16 تا 18)

وَنُفِخَ فِي الصُّوْرِ ۭ ذٰلِكَ يَوْمُ الْوَعِيْدِ ۝ وَجَاۗءَتْ كُلُّ نَفْسٍ مَّعَهَا سَاۗىِٕقٌ

وَّشَهِيْدٌ ۝ لَقَدْ كُنْتَ فِيْ غَفْلَةٍ مِّنْ هٰذَا فَكَشَفْنَا عَنْكَ غِطَاۗءَكَ

فَبَصَرُكَ الْيَوْمَ حَدِيْدٌ ۝

اور صور میں پھونکا جائے گا، وعدہ عذاب کا دن یہی ہے۔ اور ہر ایک شخص آئے گا اس کے

ساتھ ایک ہانکنے والا اور ایک گواہی دینے والا ہوگا۔ بے شک تو اس دن سے غفلت

میں رہا پس ہم نے تجھ سے تیرا پردہ دور کر دیا پس تیری نگاہ آج بڑی تیز ہے۔

(ق 20 تا 22)

وَالَّذِينَ آمَنُوا وَاتَّبَعَتْهُمْ ذُرِّيَّتُهُم بِإِيمَانٍ أَلْحَقْنَا بِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَمَا أَلَتْنَاهُم مِّنْ عَمَلِهِم مِّن شَيْءٍ ۚ كُلُّ امْرِئٍ بِمَا كَسَبَ رَهِينٌ ٥

اور جو لوگ ایمان لائے اور ان کی اولاد نے ایمان میں ان کی پیروی کی ہم ان کے ساتھ ان کی اولاد کو بھی (جنت) میں ملا دیں گے اور ان کے عمل میں سے کچھ بھی کم نہ کریں گے، ہر شخص اپنے عمل کے ساتھ وابستہ ہے۔

(الطور 21)

وَأَنَّهُ هُوَ أَضْحَكَ وَأَبْكَىٰ ٥

اور یہ کہ وہی ہنساتا ہے اور رلاتا ہے۔

(النجم 43)

يَا مَعْشَرَ الْجِنِّ وَالْإِنسِ إِنِ اسْتَطَعْتُمْ أَن تَنفُذُوا مِنْ أَقْطَارِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ فَانفُذُوا ۚ لَا تَنفُذُونَ إِلَّا بِسُلْطَانٍ ٥ فَبِأَيِّ آلَاءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبَانِ ٥
يُرْسَلُ عَلَيْكُمَا شُوَاظٌ مِّن نَّارٍ وَنُحَاسٌ فَلَا تَنتَصِرَانِ ٥
فَبِأَيِّ آلَاءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبَانِ ٥

اے جنوں اور انسانوں کے گروہ! اگر تم آسمانوں اور زمین کی حدود سے باہر نکل سکتے ہو نکل جاؤ، تم بغیر زور کے نہ نکل سکو گے۔ پھر تم اپنے رب کی کس کس نعمت کو جھٹلاؤ گے۔

تم پر آگ کے شعلے اور دھواں چھوڑا جائے گا پھر تم بچ نہ سکو گے۔

پھر تم اپنے رب کی کس کس نعمت کو جھٹلاؤ گے۔

(الرحمٰن 33 تا 36)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ ۖ وَاتَّقُوا اللَّهَ
إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ۝

اے ایمان والو! اللہ سے ڈرو اور ہر شخص کو دیکھنا چاہیے کہ اس نے کل کے لیے کیا آگے بھیجا ہے، اور اللہ سے ڈرو کیونکہ اللہ تمہارے کاموں سے خبردار ہے۔

(الحشر 18)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِمَ تَقُولُونَ مَا لَا تَفْعَلُونَ ۝ كَبُرَ مَقْتًا عِندَ اللَّهِ
أَن تَقُولُوا مَا لَا تَفْعَلُونَ ۝

اے ایمان والو! کیوں کہتے ہو جو تم کرتے نہیں۔ اللہ کے نزدیک بڑی ناپسند بات ہے جو کہو اس کو کرو نہیں۔

(الصف 2 تا 3)

يَوْمَ يَجْمَعُكُمْ لِيَوْمِ الْجَمْعِ ۖ ذَٰلِكَ يَوْمُ التَّغَابُنِ ۗ وَمَن يُؤْمِن بِاللَّهِ وَيَعْمَلْ
صَالِحًا يُكَفِّرْ عَنْهُ سَيِّئَاتِهِ وَيُدْخِلْهُ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِن تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ
خَالِدِينَ فِيهَا أَبَدًا ۚ ذَٰلِكَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ ۝

جس دن تمہیں جمع ہونے کے دن جمع کرے گا، وہ دن ہار جیت کا ہے، اور جو کوئی اللہ پر

ایمان لائے اور نیک عمل کرے اللہ اس سے اس کی برائیاں دور کردے گا اور اسے بہشتوں

میں داخل کرے گا جن کے نیچے نہریں بہہ رہی ہوں گی ان میں ہمیشہ رہیں گے،

یہی بڑی کامیابی ہے۔

(التغابن 9)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّ مِنْ أَزْوَاجِكُمْ وَأَوْلَادِكُمْ عَدُوًّا لَّكُمْ

فَاحْذَرُوهُمْ وَإِن تَعْفُوا وَتَصْفَحُوا وَتَغْفِرُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ۝

إِنَّمَا أَمْوَالُكُمْ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ وَاللَّهُ عِندَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ ۝ فَاتَّقُوا اللَّهَ مَا

اسْتَطَعْتُمْ وَاسْمَعُوا وَأَطِيعُوا وَأَنفِقُوا خَيْرًا لِّأَنفُسِكُمْ وَمَن يُوقَ شُحَّ

نَفْسِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ۝

اے ایمان والو! بے شک تمہاری بیویوں اور اولاد میں سے بعض تمہارے دشمن بھی ہیں سو

ان سے بچتے رہو، اور اگر تم معاف کرو اور درگزر کرو اور بخش دو تو اللہ بھی بخشنے والا نہایت رحم

والا ہے۔ تمہارے مال اور اولاد تمہارے لیے محض آزمائش ہیں اور اللہ کے پاس تو بڑا اجر

ہے۔ پس جہاں تک تم سے ہو سکے اللہ سے ڈرو اور سنو اور حکم مانو اور اپنے بھلے کے لیے خرچ

کرو، اور جو شخص اپنے دل کے لالچ سے محفوظ رکھا گیا

سو وہی فلاح بھی پانے والے ہیں۔

(التغابن 14 تا 16)

فَاصْبِرْ لِحُكْمِ رَبِّكَ وَلَا تَكُن كَصَاحِبِ الْحُوتِ إِذْ نَادَىٰ وَهُوَ مَكْظُومٌ ۝

لَوْلَا أَنْ تَدَارَكَهُ نِعْمَةٌ مِّنْ رَّبِّهِ لَنُبِذَ بِالْعَرَاءِ وَهُوَ مَذْمُومٌ ۝
فَاجْتَبَاهُ رَبُّهُ فَجَعَلَهُ مِنَ الصَّالِحِينَ ۝

پھر آپ اپنے رب کے حکم کا انتظار کریں اور مچھلی والے جیسے نہ ہو جائیں جب کہ اس نے اپنے رب کو پکارا اور وہ بہت ہی غمگین تھا۔ اگر اس کے رب کی رحمت اسے نہ سنبھال لیتی تو وہ برے حال سے چٹیل میدان میں پھینکا جاتا۔ پس اسے اس کے رب نے نوازا پھر اسے نیک بختوں میں کر دیا۔

(القلم 48 تا 50)

يَوْمَ تَكُونُ السَّمَاءُ كَالْمُهْلِ ۝ وَتَكُونُ الْجِبَالُ كَالْعِهْنِ ۝ وَلَا يَسْأَلُ
حَمِيمٌ حَمِيمًا ۝ يُبَصَّرُونَهُمْ يَوَدُّ الْمُجْرِمُ لَوْ يَفْتَدِي مِنْ عَذَابِ يَوْمِئِذٍ
بِبَنِيهِ ۝ وَصَاحِبَتِهِ وَأَخِيهِ ۝ وَفَصِيلَتِهِ الَّتِي تُؤْوِيهِ ۝ وَمَنْ فِي الْأَرْضِ
جَمِيعًا ثُمَّ يُنْجِيهِ ۝ كَلَّا إِنَّهَا لَظَىٰ ۝ نَزَّاعَةً لِّلشَّوَىٰ ۝ تَدْعُوا مَنْ أَدْبَرَ
وَتَوَلَّىٰ ۝ وَجَمَعَ فَأَوْعَىٰ ۝ إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ۝ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ
جَزُوعًا ۝ وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا ۝ إِلَّا الْمُصَلِّينَ ۝ الَّذِينَ هُمْ عَلَىٰ
صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ ۝ وَالَّذِينَ فِي أَمْوَالِهِمْ حَقٌّ مَّعْلُومٌ ۝ لِّلسَّائِلِ
وَالْمَحْرُومِ ۝ وَالَّذِينَ يُصَدِّقُونَ بِيَوْمِ الدِّينِ ۝ وَالَّذِينَ هُمْ مِّنْ عَذَابِ
رَبِّهِمْ مُّشْفِقُونَ ۝ إِنَّ عَذَابَ رَبِّهِمْ غَيْرُ مَأْمُونٍ ۝

جس دن آسمان پگھلے ہوئے تانبے کی مانند ہوگا۔ اور پہاڑ دھنی ہوئی رنگ دار اون کی طرح ہوں گے۔ اور کوئی دوست کسی دوست کو نہیں پوچھے گا۔ وہ انہیں دکھائے جائیں گے،

مجرم چاہے گا کہ کاش اس دن کے عذاب کے بدلے میں اپنے بیٹوں کو دے۔ اور اپنی بیوی اور اپنے بھائی کو۔ اور اپنے اس کنبہ کو جو اسے پناہ دیتا تھا۔ اور ان سب کو جو زمین میں ہیں پھر اپنے آپ کو بچالے۔ ہرگز نہیں بے شک وہ تو ایک آگ ہے۔ کھالوں کو اتارنے والی۔ اس کو بلائے گی جس نے پیٹھ پھیری اور منہ موڑا۔ اور مال جمع کیا اور گن گن کر رکھا۔ بے شک انسان کم ہمت پیدا ہوا ہے۔

جب اسے تکلیف پہنچتی ہے تو چلا اٹھتا ہے۔ اور جب اسے مال ملتا ہے تو بڑا بخیل ہے۔ مگر وہ نمازی۔ جو اپنی نماز پر ہمیشہ سے قائم ہیں۔ اور وہ جن کے مالوں میں حصہ معین ہے۔ سائل اور غیر سائل کے لیے۔ اور وہ جو قیامت کے دن کا یقین رکھتے ہیں۔ اور وہ جو اپنے رب کے عذاب سے ڈرنے والے ہیں۔ بے شک ان کے رب کے عذاب کا خطرہ لگا ہوا ہے۔

(المعارج 8 تا 28)

إِنَّ نَاشِئَةَ اللَّيْلِ هِيَ أَشَدُّ وَطْئًا وَأَقْوَمُ قِيلًا ۝

بے شک رات کا اٹھنا نفس کو خوب زیر کرتا ہے اور بات بھی صحیح نکلتی ہے۔

(المزمل 6)

هَلْ أَتَىٰ عَلَى الْإِنسَانِ حِينٌ مِّنَ الدَّهْرِ لَمْ يَكُن شَيْئًا مَّذْكُورًا ۝

انسان پر ضرور ایک ایسا زمانہ بھی آیا ہے کہ اس کا کہیں کچھ بھی ذکر نہ تھا۔

(الدہر 1)

وَمَا تَشَاءُونَ إِلَّا أَنْ يَشَاءَ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا حَكِيمًا ۝

اور تم جب ہی چاہو گے جب اللہ چاہے گا، بے شک اللہ سب کچھ

جاننے والا حکمت والا ہے۔

(الدہر 30)

فَهَزَمُوهُمْ بِإِذْنِ اللَّهِ وَقَتَلَ دَاوُودُ جَالُوتَ وَآتَاهُ اللَّهُ الْمُلْكَ وَالْحِكْمَةَ

وَعَلَّمَهُ مِمَّا يَشَاءُ وَلَوْلَا دَفْعُ اللَّهِ النَّاسَ بَعْضَهُمْ بِبَعْضٍ لَفَسَدَتِ

الْأَرْضُ وَلَٰكِنَّ اللَّهَ ذُو فَضْلٍ عَلَى الْعَالَمِينَ ۝

پھر اللہ کے حکم سے مومنوں نے جالوت کے لشکروں کو شکست دی اور داؤد نے جالوت کو مار

ڈالا، اور اللہ نے سلطنت اور حکمت داؤد کو دی اور جو چاہا اسے سکھایا، اور اگر اللہ کا بعض کو

بعض کے ذریعے سے دفع کرا دینا نہ ہوتا تو زمین فساد سے پر ہو جاتی،

لیکن اللہ جہان والوں پر بہت مہربان ہے۔

(البقرہ 251)

☆☆☆☆☆☆☆

اکتشافات

Insights

•

یادداشت memory ذہن میں تب محفوظ save ہوتی ہے جب جذبہ emotion اس خیال، واقعے، منظر سے جڑ جائے connect ہو جائے جو ذہن میں آ رہا ہے۔ جیسے ہی سوچ، جذبے سے، احساس سے مل جاتی ہے۔ میموری یعنی یادداشت، ذہن کے خلیات cells میں جل جاتی ہے burst ہو جاتی ہے

اور یادداشت بن جاتی ہے۔

•

سوچ کو میموری میں محفوظ ہونے کیلئے اس کا یادداشت کے خلیات میں جل جانا ضروری ہے۔ اس برسٹنگ bursting کیلئے سوچ کو جس انرجی کی ضرورت ہوتی ہے وہ نفس اسے جذبات یعنی emotions کی صورت میں مہیا provide کرتا ہے۔

•

احساس، جذبہ ہے اور جذبہ توانائی energy ہے۔

•

خیال چھوٹا ہے، الہامی ہے، تیز ہے، لپک کر آتا ہے، سوچ طویل ہے، گنجلک ہے، تا دیر رہتی ہے۔ سوچ نفس کی کاریگری ہے اور خیال باہری ہے۔ سوچ وظنیات سے ہے اور خیال خارج سے ہے thought ہے کچھ اور ہے thinking کچھ اور شے ہے۔

•

لوگ اپنے پیاروں کیلئے آنسوؤں کے جگ بہاتے ہیں مگر اللہ کیلئے آنسو کا ایک قطرہ نکلنا مشکل ہوتا ہے۔ مکھی کے سر کے برابر وہ ایک قطرہ جو انسان کو بخش دینے کیلئے

اس کے رب کو درکار ہے۔

•

قرآن سزا اور جزا سے تعلیم دیتا ہے punishment and reward system سے انسان کو سکھاتا ہے۔

•

ہر گناہ کا withdrawal ہے cravings بھی ہیں۔

•

نامحرم کو دیکھنے، فحاشی اور بے حیائی کے کاموں میں مصروف رہنے سے آخر کار اینگزائٹی، ڈپریشن اور میموری لاس شروع ہو جاتا ہے۔ کرپٹ ڈیٹا corrupt data ذہن میں جمع store ہونے سے میموری malfunction کرنے لگ جاتی ہے جس سے سینٹرل نروس سسٹم (CNS) ہائپر ہو جاتا ہے۔

•

اللہ سے اپنی محبت کا اندازہ لگانے کیلئے انسان کو ایک نظر ہی تو درکار ہے۔ کیا اتنا بھی نہیں کر سکتا؟ اپنے ذہن پر نظر ڈالے۔ اُس کے خیالوں میں کون سمایا ہے؟ کیا وہ اللہ ہے؟ اگر نہیں تو کیا وہ دنیا ہے؟

اِقْرَاْ كِتٰبَكَ كَفٰى بِنَفْسِكَ الْيَوْمَ عَلَيْكَ حَسِيْبًا o

اپنا نامہ اعمال پڑھ لے، آج اپنا حساب لینے کے لیے تو ہی کافی ہے۔

(الاسراء14)

•

انسان فطرتاً سست اور کاہل ہے۔ آسان کام کرنا چاہتا ہے۔ جس کام میں بے حد محنت اور شدید مشقت نظر آتی ہے چاہتا ہے کہ کوئی اور اسے کر دے۔

●

عقل بغیر علم صرف اندھا پن ہے اگر عقل کے پاس علم کا نور نہ ہو تو آدم اندھا ہے۔ پل پل ٹھوکریں کھاتا ہوا ایک مادر زاد اندھا۔

●

جب تک اللہ نہ چاہے انسان کا زاویہ نظر وسیع نہیں ہو سکتا perspective enhance نہیں ہو سکتا۔ عقل، نظر، سماعت سب کچھ مہر selaed کیا ہوا ہوتا ہے۔ بند blocked ہوتا ہے۔ ہدایت مانگنے سے ملتی ہے۔

●

انسان خوف میں جیتا ہے۔ خوف اس کی زندگی ہے۔ مر جانے کا خوف ہی موت کا خوف ہے۔ وہ ساری زندگی اس خوف میں جیتا ہے کہ کہیں وہ مر نہ جائے۔ انسان کبھی نہیں چاہتا کہ اس کے اس خوف کا خاتمہ ہو جائے کیونکہ اس خوف کے ختم ہو جانے کا مطلب موت ہے۔ موت کا آجانا موت کے خوف کا ختم ہو جانا ہے۔ ساری زندگی انسان اس خوف کے ساتھ کھیلتا رہتا ہے۔۔۔ ہاں مگر وہ جس کو اللہ جان کے بخل سے نجات دے۔

فَاتَّقُوا اللّٰهَ مَا اسْتَطَعْتُمْ وَاسْمَعُوْا وَاَطِيْعُوْا وَاَنْفِقُوْا خَيْرًا لِّاَنْفُسِكُمْ
وَمَنْ يُّوْقَ شُحَّ نَفْسِهٖ فَاُولٰٓئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُوْنَ ۝

سو جہاں تک تم سے ہو سکے اللہ سے ڈرو اور سنو اور حکم مانو اور اپنے بھلے کے لیے خرچ کرو، اور جو شخص اپنی جان کے لالچ سے محفوظ رکھا گیا سو وہی فلاح بھی پانے والے ہیں۔

(التغابن 16)

•

ہر انسان کی زندگی میں ایک نامکمل، نا آسودہ، ادھوری خواہش incomplete desire ہے۔ جسے پورا کرنے، جسے پانے کیلئے وہ جی رہا ہے، دوڑ رہا ہے یہ زندگی کا motive drive ہے۔ یہ ایک ادھوری خواہش کبھی پوری نہیں ہوتی۔

ہر خواہش تکمیل پا کر آگے آنے والی نامکمل خواہش سے ضرب کھا رہی ہوتی ہے اسے multiply کر رہی ہوتی ہے۔ یہاں سے وہاں پہنچ جانے کی خواہش اور پھر وہاں پہنچ جانے کے بعد اس مکمل شدہ خواہش کا خالی پن، ادھوراپن۔

نہیں یہ ویسا نہیں۔۔۔ جیسا نظر آتا تھا۔۔۔ اب اس سے اگلی ادھوری خواہش کی تکمیل کی جستجو۔

اَلْهٰكُمُ التَّكَاثُرُ ۝ حَتّٰى زُرْتُمُ الْمَقَابِرَ ۝

کثرت کی آرزو نے تمہیں آلیا۔ یہاں تک کہ قبریں جا دیکھیں۔

(التکاثر 1 تا 2)

جب یہی ادھوری خواہش اپنا رُخ اللہ کی طلب کو کرتی ہے تو محدود کا، لامحدود سے میل ہو جاتا ہے۔ خواہش کو تاثر expression مل جاتا ہے۔ پھر آسودگی، استقامت عطا ہو جاتی ہے۔ یہ عطائے ربی ہے۔

•

انسان نے اگر اس دنیا میں فی الواقع کوئی بہت بڑا اور مشکل کام اگر کیا ہے تو وہ اللہ کے ذکر اور نفس کے تزکیہ کے سوا اور کچھ نہیں ہو سکتا۔

•

وقت صرف مادے material پر گزرتا ہے غیر مادی شے پر وقت کا گزر نہیں۔

•

عزتِ نفس سے بڑا فریب اور کوئی نہیں ہے۔

•

ہر وہ انسان جو ایک بار پیدا کر دیا گیا وہ کبھی نہیں مرے گا۔ موت ایک نقلِ مکانی ہے
transition ہے۔ انتقال سوائے transfer ہو جانے کے اور کیا ہے؟
ہم کسی اور دنیا میں ٹرانسفر کر دیے جاتے ہیں اور بس!

•

لوگ اعمال کے پیچھے پڑے ہیں۔ اعمال نتائج ہیں results ہیں۔ اصل کام تو نیت کا ہے۔ عمل تو نیت کی رونمائی manifestation ہے۔
عمل auto ہے نیت manual ہے۔

•

اللہ کس قدر زیادہ انسان پر خرچ کرنے والا ہے۔ یہ چاند، یہ سورج، چرند پرند، پانی، ہوا، آگ۔۔۔ ہر نعمت اتنی قیمتی ہے کہ قیمت کے دائرہ سے باہر ہے اور آدمی یہ سمجھتا ہے کہ یہ تو سب کو ملا ہوا ہے مجھ اکیلے کو کتنا ملا؟ کبھی کوئی نہیں سوچتا کہ میرے رب نے چاند میرے لیے پیدا کیا ہے۔ یہ سورج میرے لیے بنایا ہے۔۔۔ ہمیشہ ہر آدمی یہ سمجھتا ہے یہ سب کیلئے ہے اس لیے اس کو چھوڑو۔۔۔ ہاں بڑی بات ہے چاند سورج بنائے ہیں۔ لیکن میری ذات کیلئے اس نے کیا بنایا ہے؟ سر پہ پرائس لیس سورج چمک رہا ہے اور انسان سر جھکا کر سوچ رہا ہے کہ جو مجھے چاہیے تھا وہ نہیں ملا۔

•

جو خود کو پہچان لیتا ہے وہ اپنے رب کو جان لیتا ہے۔
اسی جاننے سے محبت پیدا ہوتی ہے۔

●

عقیدہ faith اگر اندھا ہے blind ہے تو زہر قاتل ہے۔ اگر عقیدہ کو سچ کی کسوٹی پر پرکھا جائے تو عین ایمان ہو جاتا ہے۔ بغیر علم ایمان بھی عقیدہ ہے۔

●

کبھی کبھی اچانک کچھ لوگ، کچھ بہت ہی کم لوگ ایک لمحے میں، چشم زدن میں بوڑھے ہو جاتے ہیں۔ ان کی سوچ، انداز، زندگی اور جسم سب کچھ ایک لمحے میں بدل دیا جاتا ہے۔

●

انسان کی آنکھ میں میل ہے۔ سماعت گمراہ ہے۔ اعضاء میں بغاوت ہے۔ زبان بے اختیار ہے۔ ساری حسیات گمراہ ہیں۔ اپنے آپ پر بے پناہ محنت کرنا ہوتی ہے۔
جب کام شروع کیا جاتا ہے صفر سے کیا جاتا ہے۔
ہر شے ہی بگڑی ہوئی ہوتی ہے۔

●

صوفی ہونا بڑا ہی مشکل ہے۔ صوفی ایک سائنسدان کی طرح ہوتا ہے۔ اس پر لازمی امر ہے کہ ایک ایسا وقت گزرتا ہے جب وہ ایک مدت اپنے نفس کی تجربہ گاہ میں دنیا سے بے نیاز ہو کر بند رہتا ہے اور نفس کو علم کی کسوٹی پر پرکھتا رہتا ہے۔ یوں سمجھنا چاہیے کہ گھاس سے بھرا ہوا ایک بہت بڑا میدان ہے اور گھاس کی ایک ایک پتی کو اٹھا کر اس کے پیچھے کی حقیقت کو دیکھنا ہوتا ہے۔ یہ عمل پہلے پہل شدت میں اور پھر آخر کار اعتدال کی صورت

ساری زندگی جاری رہتا ہے یہاں تک کہ شناختِ ذات identification حاصل نہ ہو جائے۔ عطا نہ ہو جائے۔

•

اللہ جب کسی کو ہدایت کیلیے چنتا ہے تو اس کے دل میں اتر آنے کا فیصلہ کرتا ہے لیکن دل میں اترنے سے پہلے وہ اس کے دل پر لشکر کشی کرتا ہے۔ وہ وقت، وہ حالات، وہ واقعات دید کے قابل ہوا کرتے ہیں۔ اس کے دل میں موجود خواہشات کو اجاڑ دیا جاتا ہے، زمین صاف کر کے رکھ دی جاتی ہے نہ کوئی پہاڑ نہ کنکر بس صاف ستھری ہموار زمین۔

جس دل میں اللہ کا تخت بچھ جائے وہاں اور کوئی نہیں رہ سکتا۔

•

کچھ لوگ کہتے ہیں کہ اللہ کو گن گن کر یاد کرنے کی کیا ضرورت ہے۔ یہ بات وہی کہتا ہے جو تسبیح کو جانتا نہیں۔ تسبیح اور ذکر میں فرق ہے۔ تسبیح گنی ہوئی ہے ذکر ان گنت ہے۔ ہر مخلوق اللہ کی تسبیح کرتی ہے۔

ہر مخلوق کی اپنی تسبیح ہے مگر انسان کی ایک نہیں کئی تسبیحات ہیں۔ اگر گنے گا نہیں تو کئی تسبیحات مسلسل کیسے کرے گا؟ اللہ اندازے سے گن کر بھی دیتا ہے اور بے اندازہ بھی دیتا ہے۔ اس لیے اللہ کو ہر رنگ سے یاد کرنا ہوتا ہے

گن کر بھی اور بغیر گنے بھی۔۔۔

•

نفس کی طاقت اور اللہ سے اس کی دشمنی جس نے دیکھنی ہے

وہ ذکر کر کے دیکھ لے۔

•

مشاہدہ حق observation of the truth کے بغیر راستہ نہیں ملتا۔ اپنے آپ کو جانے بغیر بات نہیں بنتی۔ جو ہے جیسے ہے ویسا ہی دیکھنا مشاہدہ حق ہے Seeing things as they are۔ کوئی رائے قائم کیے بغیر مشاہدہ کرنا بلند ترین عقل highest intelect ہے۔

•

ایک مصروف اور الجھا ہوا ذہن کبھی سچ نہیں دیکھ سکتا۔ سچ کو وہی پہنچتا ہے جو اپنی خواہش کم کرتا ہے۔ جو نظر آتا ہے وہ ہے نہیں اور جو ہے وہ نظر نہیں آتا۔

آنکھ اور دل کی پاکی کے بغیر کچھ بھائی نہیں دیتا۔

If you want to see the truth "You" must be vanshied.

•

ذکر اور تسبیح کرنے سے جو لوگ کہتے ہیں کہ رجعت ہو سکتی ہے وہ آدھا سچ جانتے ہیں۔ رجعت، ذکر، تسبیح سے نہیں بلکہ اس دوران کیے جانے والے ارتکاز سے ہوتی ہے۔

Concentration is poison-ہے

•

ذہن کی بہت بھیانک طاقت ہے کہ ہر خیال کو بڑا کر کے دکھاتا ہے magnify کرتا ہے۔ کسی کو حادثہ پیش آ جائے تو مضروب کو فوراً ایسے خیال آنے لگتے ہیں کہ شاید وہ مرنے لگا ہے۔ اُس کا کاروبار اجڑنے لگا ہے۔ اُس کے بیوی بچوں کا اب کیا ہوگا۔ کیا صرف جسمانی تکلیف کافی نہیں کہ مزید یہ magnification process

انسان کی اذیت کو بے پناہ بڑھانے کیلئے آ دھمکتا ہے۔ صرف اللہ کے دوستوں
کو اس سے نجات ہوتی ہے۔ باقی سارے اس میں گرفتار ہوتے ہیں۔
یہ خوف کی ایک شکل ہے۔

●

خیال کو غیر جانبدار ہو کر دیکھنا ہی واحد حل ہے۔ وابستہ attach ہوئے بغیر دیکھنا ہوتا ہے چاہے وہ خیال ہو یا منظر۔ میرے ساتھ یہ نہیں ہو رہا بلکہ صرف۔۔۔(یہ ہو رہا ہے)۔ میں یہ نہیں دیکھ رہا بلکہ (دیکھا جا رہا ہے) انا کو، خودی کو ego کو، نفس کو self کو درمیان سے ہٹا کر دیکھنا ہوتا ہے۔ پھر سمجھ آتا ہے۔ یہی واحد حل ہے۔

●

اللہ کی پہچان کے سفر میں گھاٹا نہیں ہے، نامرادی نہیں ہے۔ شکست failure نہیں ہے۔ زندگی کے جس بھی موڑ پر آخری سانس آئے گا مسافر کو اس کی سعی قبول کیے جانے کی پوری امید ہوگی۔ انشاءاللہ۔

●

راہِ حق میں extra sensory perception (ESP) بہت بڑا خطرہ ہے۔
کیف و سرور، کشف و کرامت، الہام اور جذب سب منزل کو اجاڑ کر رکھ دینے کی
مکمل صلاحیت رکھتے ہیں۔ ان کھلونوں سے بچے کھیلتے ہیں۔۔۔
بگڑے ہوئے بوڑھے بچے!

●

راہِ سلوک میں تعلیم دیے جانے کا مقصد مرید بنانا نہیں بلکہ مستقبل کے استاد پیدا کرنا ہوتا

ہے۔ پیر اور مرید کوئی رشتہ نہیں۔ پہلے ماں، باپ، بہن بھائی، بیوی بچے اور پھر
پیر اور مرید؟۔۔۔

•

کام ہمیشہ موجود صورتحالgiven condition میں کرنا پڑتا ہے مثالی حالات ideal
condition کام کرنے کیلئے کبھی نہیں دیے جاتے۔ کل کبھی نہیں آئے گا۔
کم ہمتی کو چھوڑنا ہوتا ہے اور کوئی رکاوٹ نہیں۔

•

جبلت کو کنٹرول نہیں کیا جاسکتا اور نہ ہی دبایا جاسکتا ہے۔ بیج کو دبانے سے وہ
پودے کی شکل میں پھوٹ پڑتا ہے۔ مشاہدہ حق کے بغیر جبلت میں
اعتدال پیدا نہیں کیا جاسکتا۔

•

معاشرہ مذہب سے پیدا ہوتا ہے۔ اگر مذہب نہ ہو کتاب اگر نہ اتاری جائے۔ تو انسان اپنی
اصل میں ایک جانور ہے اور جانور ہی رہ جائے گا۔ اللہ کا بے پناہ کرم ہے کہ علم کو آسمان سے
اتارتا ہے اور انسان کو سکھاتا ہے۔

•

سنناlistening ایک بہت بڑا فن ہے۔ اگر بغیر کوئی رائے قائم کیے، بغیر کسی تقابل کے،
صرف اور صرف مخاطب کی آواز سنی جائے۔ سنا جائے کہ لفظ آواز سے مل کر
کیسے بن رہے ہیں۔ حتیٰ کہ لفظوں کا کیا مطلب ہے یہ خیال بھی جاتا رہے
تو پھر جو سنائی دیتا ہے وہ کوئی اور بول رہا ہے۔

•

جو بھی کرنا ہے پوری توجہ full attention سے کرو۔ سننا، دیکھنا، کھانا، سونا جاگنا، بولنا، چلنا، پھرنا پوری توجہ سے الرٹ رہ کر کرو۔ پھر دکھائی دے گا اور خوب دکھائی دے گا کہ کرنے والا کوئی اور ہے دیکھنے والا کوئی اور ہے۔ دیکھنے والے کی نظر سے دیکھو نہ کہ کرنے والے کی نظر سے۔

Doer is someone else, and seer is someone else.

•

سوچ کی جڑ root "میں" ہے "me" ہے۔ یہی "میں" ہر سوچ کی ماں ہے اسے پیدا کرنے کی ذمہ دار ہے۔

•

جبلتوں کا مشاہدہ کرنے کیلئے تضاد conflict سے پاک ہونا لازمی ہے۔

غصہ آئے تو صرف غصے کو دیکھنا ہوتا ہے کہ غصہ آ رہا ہے۔

صرف جبلت کو دیکھا جاتا ہے

وجہ کو نہیں۔

•

اللہ کی تلاش کے سفر میں اپنی وابستگیوں attachments کا مشاہدہ کیے بغیر انہیں جانے بغیر سفر شروع ہی نہیں ہو سکتا۔

•

اگر تکلیف نہ ہو تو اس سیارہ زمین پر زندگی کا موجودہ حالت میں وجود ممکن نہیں۔
تکلیف سے زندگی قائم و دائم ہے۔

Pain is a preservative of life.

●

کشف، کرامت، الہام اور سرور یہ سب نتائج ہیں consequences ہیں۔ لوگ فارمولے، میتھڈ یا پریکٹس کی تلاش کرتے ہیں۔ اللہ بہت بڑا ہے۔ اللہ static reality نہیں ہے کہ کسی پریکٹس سے مل جائے گا۔ انسان کا المیہ یہ ہے کہ چونکہ سست اور کاہل ہونے کی بنا پر یہ چاہتا ہے اصل محنت والا کام کوئی اور کرے اور اسے فارمولا مل جائے۔ نتیجہ اس کا یہ نکلتا ہے کہ لوگ اپنے نفس کے مکروہ بدبودار چہرے چھپانے کیلئے روحانیت کو فرنچ پرفیوم کی طرح استعمال کرنے لگتے ہیں۔ پروسیس کو بائی پاس کر کے ڈائریکٹ نتیجے تک پہنچنا ناممکنات سے ہے۔

●

ذکر کرتے ہوئے پانچ دروازے کھولنے پڑتے ہیں۔ پہلا نیند ہے ذکر کرتے ہوئے نیند بہت تنگ کرتی ہے۔ دوسرا ذکر کے دوران خیالات منتشر ہونے لگتے ہیں اور بہت رکاوٹیں hindrances آتی ہیں۔ تیسرے کو inability کہتے ہیں یعنی ذکر کیا نہیں جاتا، بار بار رہ جاتا ہے۔
چوتھے میں جبلتیں بہت تنگ کرتی ہیں غصہ، حسد، لالچ، کینہ اور بے چینی جیسے مسائل بہت بڑھ جاتے ہیں۔ ان سب کا حل صرف اور صرف مستقل مزاجی اور ہمت میں ہے۔ بس چلتے رہنا ہوتا ہے۔ صحرا میں کھوئے ہوئے انسان کی طرح جس کے پاس صرف یہ چوائس رہ جاتی

ہے کہ اپنے سر کو جھکا کر ایک قدم کے بعد دوسرا قدم اٹھاتا رہے۔

بس چلتا رہے۔۔۔سب کچھ اللہ ٹھیک کر دیتا ہے۔

بس استقلال دیکھا جاتا ہے، انسان کا اخلاص دیکھا جاتا ہے۔ پھر پانچواں اور آخری دروازہ ہے اس مقام تک تو مسافر خود چل کر آ جاتا ہے اس سے آگے لیکن کوئی اختیار نہیں ہے۔ بس یہاں آ کر رک جانا ہوتا ہے، رُکے ہی رہنا ہوتا ہے اور دروازے پر بھکاری کی طرح بس دستک دیئے جانا ہوتی ہے۔

اس دروازے کا ہینڈل باہر نہیں بلکہ اندر ہے۔ یہ دروازہ جب اللہ کی مرضی ہو تب کھلتا ہے۔

اس کے بعد اور کوئی دروازہ نہیں نہ ہی اس کے علاوہ اور کوئی دروازہ ہے۔

یہ دروازہ دربارِ خداوندی میں کھلتا ہے۔

•

دل کی دو عادات ہیں۔ ایک یہ ماضی میں رہتا ہے دوسرا جیسے ہی ماضی سے نکلتا ہے فوراً مستقبل میں جا گھستا ہے اور وہاں لوٹ پلوٹ لگانے لگتا ہے جبکہ وجود حال میں رکھا ہوا ہے۔

•

کسی بھی شے کی حقیقت کا مشاہدہ کرنا ہو تو اس شے کے ساتھ جڑے علم اور اس کے نام، شناخت، واقفیت knowing کو اس شے سے الگ کر دو

Don't attach with the words۔

محبت کا جذبہ وہ نہیں ہے جو محبت کا لفظ ہے۔ لفظ کبھی بھی کسی شے کی نہ تو حقیقت دکھا سکتا ہے اور نہ ہی کیفیت بیان کر سکتا ہے۔

•

خدا کو دیکھنے کی تمنا نہ کرو بلکہ اس کی ایسی سیوا کرو، ایسے زبردست attitude سے اخلاص سے اللہ کی خدمت کرو۔ اس سے ایسی محبت کرو اسے ایسا یاد کرو کہ خدا بندے سے خود پوچھے بتا تیری رضا کیا ہے۔

•

خدا کو پانا ہے تو اپنی کوشش کو بلند کرو۔ اتنا کرو کہ انتہا peak تک پہنچ جاؤ۔ ہر ممکن ترین کوشش کرو maximum possible effort کرو۔ اس مقام تک جا کر دیکھو گے کہ اتنی ریاضت، مجاہدے، گریہ وزاری کے بعد بھی خدا نہیں ملا تو صاف دکھائی دے گا کہ ساری کوشش لاحاصل futile ہے---

تب جا کر اپنی بے بسی اور رب کریم کی طاقت کا پتا چلتا ہے۔ جاہ و جلال کا ادراک ہوتا ہے۔ پھر طلب کرو گے ٹوٹے دل سے۔ پھر بھکاری بنو گے اصلی اور سچے بھکاری۔ مانگنے کا سلیقہ art of begging آ جائے گا پھر جا کر کہا جا سکتا ہے کہ بات بنتی نظر آنے لگے۔ انشاء اللہ۔ مگر شرط یہ ہے کہ---

اپنی ہر کوشش کا futility level لازمی Achieve کرنا پڑتا ہے۔

•

جو انسان اپنے آپ کے ساتھ خوش نہیں رہ سکتا وہ دوسرے کے ساتھ کیسے خوش رہ سکے گا۔ جو اپنا خیر خواہ نہیں وہ سب کا دشمن ہے۔ کسی تنہا مقام پر خاموش بیٹھ کر اپنا مشاہدہ کرنا چاہیے۔ اگر انتشار اور بے چینی بڑھنے لگے تو اس کا مطلب یہ ہے کہ آپ بری صحبت bad company میں ہیں۔ یہ آپ کی آپ کے نفس سے بری صحبت ہے۔

•

نفس کو تربیت کی سخت ضرورت ہوتی ہے train your self۔ ایک جانور کی طرح سزا
اور جزا کے عمل سے اپنے نفس کو گزارنا ہوتا ہے, investigation, inquiry
inspection کرنا پڑتی ہے۔ سوچ، جسم اور جبلت کو تربیت دینا،
انہیں اچھائی کی طرف سدھانا تزکیہ نفس ہے۔

•

اللہ تعالیٰ نے قرآن کریم میں سورۃ الشمس میں سب سے طویل قسم کھائی۔
گیارہ بار۔۔۔اور فرمایا

قَدْ اَفْلَحَ مَنْ زَكّٰهَا ٥

بے شک وہ کامیاب ہوا جس نے اپنی روح کو پاک کرلیا۔
(الشمس 9)

•

جائے استاد خالی است۔۔۔
اللہ کے رستے پر چلنا استاد کے بغیر ممکن تو ضرور ہے مگر محال بہت ہے۔ علم کتنا ہی بڑھ جائے
نظر کا زاویہ درست ہونا (نظر کا کھلنا) استاد کی مدد کا محتاج ہے۔ یہی حقیقت ہے
یہی سچائی ہے، یہی اصول ہے۔ استاد ڈھونڈنا خدا کے ڈھونڈنے میں شامل ہے۔
استاد مل گیا تو خدا بھی انشاء اللہ مل جائے گا۔ یہ نقطہ جو نظر انداز کرے بہت ممکن ہے کہ رستے
میں ہی ساری عمر بھٹکتا رہے۔ کسی دانا استاد کا ملنا کسی خدا شناس تک رسائی ہو جانا
صرف اللہ کی مدد سے ہی ممکن ہے ورنہ خود کوئی کیسے ڈھونڈ پائے گا؟
دعا کرنا ہوتی ہے۔۔۔

•

نفس کی پہچان کے بغیر بات نہیں بنتی۔ اللہ کے سب سے بڑے دشمن کو صرف اسی صورت شکست دی جا سکتی ہے جب اس سے لڑنے والا صاف صاف اسے دیکھ کر یہ جان نہ لے کہ وہ آخر کس سے جنگ کر رہا ہے۔ یہ جنگ انسان اپنے آپ سے لڑتا ہے۔ اپنی پہچان کے بغیر کوئی خود سے کیسے لڑے گا؟

•

مستقبل ہمیشہ ماضی کی تبدیل شدہ حالت ہوتا ہے۔

Future is a modification of the past.

☆☆☆☆☆☆☆

A very amazing and very interesting, informative book.

تقبل اللہ من المؤلف ❤

اللہ کرے زورِ قلم اور زیادہ ❤