بسم اللہ الرحمٰن الرحیم

لَآ اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ مُحَمَّدٌ رَّسُوْلُ اللّٰہِ

میں کون ہوں؟

MAIN KAUN HOON (URDU)

مُصنّف

حضرت خواجہ صوفی شیخ محمد فاروق شاہ قادری چشتی

فہمی نوازی معروف پیر

اہلِ سلسلہ حضرت پیر فہمی مدظلہ العالی کے خدمات

بیانِ معروف

مختلف عنوانات پر عرفانی بیانات کی ویڈیو۔سی۔ڈی۔(V.C.D.) دستیاب ہیں۔

ASTANA-E-MAROOF PEER

Maddikunta Village, Sadasivpet Mandal, Medak, Dist. Telangana.

Mobile : 09324 832 490.

Website : www.maroofpeer.com | Email : maroofpeer@maroofpeer.com

Designed by Meraj Nawaz Shah Qadri : 977 3039 800.

بسم اللہ الرحمن الرحیم

لَآ اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ مُحَمَّدٌ رَّسُوْلُ اللّٰہِ

مَیں کون ہوں؟

مُصنّف

حضرت خواجہ صوفی شیخ محمد فاروق شاہ قادری چشتی

فہمی نوازی معروف پیر

INTERNET

OUR WEBSITE
www.maroofpeer.com
www.peerfehmi.com
www.peermaroof.com

OUR BLOGS ON BLOGGER
www.maroofpeer.blogspot.com
www.peermaroof.blogspot.com
www.sarkarmaroofpeer.blogspot.com
www.peerfehmi.blogspot.com
www.sarkarpeeraadilbijapuri.blogspot.com
www.sarkarbadshahquadeerallah.blogspot.com
www.hazratwatanshahqibla.blogspot.com

OUR BLOGS ON WORDPRESS
www.maroofpeer.wordpress.com
www.peermaroof.wordpress.com
www.sarkarpeerfehmi.wordpress.com

YOU TUBE CHANNELS
www.youtube.com/maroofpeer
www.youtube.com/peermaroof
www.youtube.com/sarkarmaroofpeer
www.youtube.com/sarkarpeermaroof
www.youtube.com/sarkarpeerfehmi
www.youtube.com/miracleofislam92
www.youtube.com/user/sufimuraqbah

ON FACEBOOK
www.facebook.com/maroofpeer92
www.facebook.com/peermaroof

EMAIL ID
maroofpeer@yahoo.com
peermaroof@yahoo.com
maroofpeer@maroofpeer.com
peermaroof@maroofpeer.com

منجملہ حقوق بحقِ مصنف محفوظ ہیں

ارکان

کتاب کا نام	:	میں کون ہوں؟
مصنف	:	خواجہ صوفی شیخ محمد فاروق شاہ قادری چشتی فہمی نوازی معروف پیر
نوعیتِ اشاعت	:	بارِ اوّل
تعدادِ اشاعت	:	۵۰۰ (پانچ سو)
بموقعِ اشاعت	:	جشن غوث الوریٰؓ و خواجہ غریب نوازؒ و سرکار پیر عادل بیجاپوریؒ
تاریخِ اشاعت	:	۳۰ر نومبر ۲۰۱۴ء بمطابق ۲۹ر محرم الحرام ۱۴۳۶ھ
طابع و ناشر	:	پیر معروف انتظامیہ کمیٹی
کمپوٹر کمپوزنگ	:	سید محمد معراج نواز شاہ قادری
ٹائپنگ	:	
قیمتِ کتاب	:	۱۵۰ روپئے

Publisher

Maroof Peer Publication, Mumbai.

کتاب ملنے کے پتے

- حضرت پیر فہمی، خانقاہِ قادری الچشتی عادل فہمی نوازی،
  عادل نگر، آکاش وانی گیٹ نمبر ۷، مالونی کالونی، ملاڈ (ویسٹ)، ممبئی ۹۵
- حضرت معروف پیر، خانقاہِ فہمی نوازی
  بھگت سنگھ نگر نمبر ۱، لنک روڈ، گوریگاؤں (ویسٹ)، ممبئی ۱۰۴۔
- عبداللہ شاہ قادری، خانقاہِ پیر معروف
  غریب نواز نگر، کوکری آگار، ایس۔ایم۔روڈ، انٹاپ ہل، ممبئی ۳۷۔
- شیخ شاہین شاہ قادری حیدرآبادی، خانقاہِ پیر معروف
  ہاؤس نمبر 9-8-109/A/76، گول کنڈا، صالح نگر، کنچہ، حیدرآباد۔
- سید منصور علی شاہ قادری
  پلاٹ نمبر 64/C، ایم۔ایل۔اے۔کالونی، روڈ نمبر ۱۲، بنجارا ہل، حیدرآباد۔
- محمد مولا علی شاہ قادری، خانقاہِ پیر معروف
  B2/10/2، سیکٹر نمبر 15، واشی، نئی ممبئی ۷۰۳۔
- محمد ساجد شاہ قادری، خانقاہِ پیر معروف
  حوابی کی چال، عیدگاہ میدان، جوگیشوری (ایسٹ)، ممبئی ۶۰۔

فہرست

نمبر شمار	عنوان	صفحہ نمبر
1	انتساب	6
2	میں کون ہوں؟	7
3	تصوّف	28
4	پیر کے معنی	31
نکتہ(۱)	★ دُکھ کی وجہ	36
نکتہ(۲)	★ اُمّی	41
نکتہ(۳)	★ مراقبہ	41
نکتہ(۴)	★ ماننا اور ہے جاننا اور ہے	41
نکتہ(۵)	★ عمل ظاہری عمل باطنی	42
نکتہ(۶)	★ من کیا ہے؟	47
نکتہ(۷)	★ خدا کو پانے کی خواہش	48
نکتہ(۸)	★ خدا نے دُنیا کو کیوں بنایا؟	50
نکتہ(۹)	★ ظاہری علم و باطنی علم	52
نکتہ(۱۰)	★ پھول اور کانٹے	56
نکتہ(۱۱)	★ اللہ والے نصیحت کرتے ہیں حکم نہیں	56
نکتہ(۱۲)	★ پیر کون ہے؟	57
نکتہ(۱۳)	★ اکیلا پن کیا ہے؟	58
نکتہ(۱۴)	★ موت کی حقیقت	61
نکتہ(۱۵)	★ اچھائی اور برائی کیا ہے	62
نکتہ(۱۶)	★ اینرجی (Energy) کیا ہے؟	64
5	سننے کا فن	70
6	تندرستی کے راز	74
7	مرکزِ انسانی	98
8	موت کیا ہے؟	124
9	چشمِ باطن	140

ہے۔ میں وہاں ہوں ہی۔ خود کو جاننے کے لئے مجھے کچھ کھودنا بھی نہیں ہے کچھ بنانا بھی نہیں ہے میں بنا ہوا ہی ہوں۔ اس لئے خود کو جاننا آسان تر ہے لیکن میں نے کہا جلدی سے یہ بھی کہہ دینا ضروری ہے کہ خود کو جاننے سے زیادہ کٹھن بات بھی اور کچھ نہیں ہے۔ یہ کیوں؟ یہ اس لئے چونکہ ہم خود ہیں اس لئے ہماری جاننے کی لہر اور سب جگہ بھٹکتی رہتی ہے پر خود پر کبھی نہیں آتی ۔آنکھیں دوسروں کو تو دیکھ لیتی ہیں پر آنکھ خود اپنے کو نہیں دیکھ پاتی۔ میں اپنے ہاتھوں سے دوسروں کو پکڑ سکتا ہوں پر اپنے ہاتھ سے ہاتھ کو نہیں پکڑ سکتا ہوں۔ ایک چمٹے سے ہم سب کچھ پکڑ سکتے ہیں صرف اس چمٹے کو نہیں پکڑ سکتے ۔ پر یہ ایک عجیب بات ہے کہ ایک چمٹا سب کو پکڑ لیتا ہے صرف اپنے کو چھوڑ کر اپنے کو پکڑنے میں چمٹا مجبور ہو جاتا ہے۔ آنکھ سب کو دیکھ لیتی ہے صرف اپنے کو چھوڑ کر اگر ہم پوری کوشش کریں کہ آنکھ سے ہی آنکھ کو دیکھنے کی تو یقینی طور پر ناکامیاب ہوں گے۔ ہاں! کسی آئینے میں دیکھ سکتے ہیں لیکن وہ ہم آنکھ کو نہیں دیکھ رہے بلکہ آنکھ کے عکس کو دیکھ رہے ہیں۔ آنکھ دوسری چیز ہے اور عکس دوسری چیز۔ آنکھ سب کو دیکھ سکتی ہے۔ دیکھنا بڑی آسان بات ہے آنکھ کے لئے دیکھنے سے زیادہ آسان کیا ہوگا۔ لیکن خود کو ہی دیکھنا سب سے زیادہ کٹھن ہے۔ ''خیال رہے'' جو ہمارے پاس نہیں ہے اس پر نظر جاتی ہے اور جو ہمارے پاس ہے ہم اس کو بھول جاتے ہیں۔ بھول ہی جاتے ہیں اور ہم ہمارے پاس ہمیشہ سے ہی ہیں ازل سے ہیں ایسا کبھی بھی نہ تھا کہ ہم اپنے پاس نہ رہے ہوں تو ہم بھول ہی گئے ہیں۔ خود کو پر نہ معلوم کب سے ؟ خود کو بھول گئے ہیں۔ جو چیز پاس ہو وہ چیز ہم بھول جاتے ہیں۔ جس کے

انتساب

لاکھوں احسان وشکر اُس ربِ کائنات کا، کروڑوں درود و سلام آقائے نامدار مدنی تاجدار سرکارِ دو جہاں محمد مصطفٰے ﷺ پر و صد در صد احسان وشکر پیرانِ پیر روشن ضمیر حضرت غوثِ اعظم دستگیر رضی اللہ عنہ و خواجہء خواجگاں خواجہ معین الدین چشتی رحمۃ اللہ علیہ و تمامی اولیاء ومشائخین رضوان اللہ تعالیٰ اجمعین کا جن کی روحانی امداد ہر دم قدم پر شاملِ حال ہے۔

انسان خدا کا مظہر اتم ہے۔ اس لئے وہ قابلیت رکھتا ہے کہ صفاتِ بشری کو فنا کر کے خدا میں مل جائے اور خدا کے صفات حاصل کر کے بقا کے مرتبہ کو پہنچے۔ رسول و پیغمبر علیہ السلام خدا کے مظہر خاص ہوتے ہیں۔ حصولِ معرفت کے لئے انسان کو مختلف ذرائع سے گذرنا پڑتا ہے۔ میرے آقا و مولا پیر روشن ضمیر حضرت خواجہ شیخ محمد عبدالرؤف شاہ قادری الچشتی افتخاری پیر فہمی مدظلہ العالی نے انھیں رموز سے آگاہی بخش کر خلافت قادریہ عالیہ خلفائیہ و خلافت چشتیہ بہشتیہ سے سرفراز فرما کر مسند رشد و ہدایت پر فائض کیا۔ اسی رشد و ہدایت کے ضمن میں کتابِ ھٰذا میں کون ہوں؟ ہے۔

جو میں اپنے پیر و مرشد کی بارگاہِ ولایت میں نذر کرتا ہوں۔

گر قبول افتد زہے عز و شرف

خواجہ صوفی شیخ محمد فاروق شاہ قادری چشتی فہمی نوازی

معروف پیر

میں کون ہوں؟

میں کون ہوں؟ اس سوال کا جواب شاید آدمی کے ذریعے پوچھے جانے والے کسی بھی سوال سے زیادہ آسان ہے۔ اور ساتھ ہی اور جلدی سے یہ بھی کہہ دینا ضروری ہے کہ اس سوال سے زیادہ کٹھن کسی اور سوال کا جواب بھی نہیں۔ آسان تر بھی یہی ہے اور کٹھن تر بھی یہی ہے۔ آسان اس لئے ہے کہ جو ہم ہیں اگر اس کا سوال بھی حل نہ ہو سکے اگر اس کا جواب پانا بھی آسان نہ ہو تو پھر اس دنیا میں اور سوال کا جواب آسان نہیں ہو سکتا جو میں ہوں اگر میں اسے بھی نہ جان سکوں تو میں اور کسے جان سکوں گا۔ کسی بھی دوسرے کو میں صرف باہر سے واقف ہو سکتا ہوں پر جان نہیں سکتا۔ اوپری طور پر پہچان ہو سکتی ہے کیونکہ میں سدا دوسروں کے باہر ہوں۔ میں کبھی دوسروں کے اندر داخل نہیں ہو سکتا ہوں۔ میں کتنا ہی دوسروں کے ارد گرد گھوموں پر باہر ہی گھومتا رہوں گا۔ میں دوسروں سے واقف ہو سکتا ہوں۔ لیکن دوسروں کا علم کبھی بھی نہیں ہو سکتا۔ اگر میرا ہی علم ممکن نہ ہو اور آسان نہ ہو تو اور آسان کیا ہوگا۔ اگر خود کا علم کٹھن ہے تو پھر لاعلمی کے علاوہ کچھ بھی آسان نہیں ہو سکتا اگر خود کا علم کٹھن ہے تو اس دنیا میں اور کسی بات کو جاننے کا تو خیال و خواب بھی نہیں کیا جا سکتا۔ اس لئے میں کہتا ہوں کہ خود کا علم بہت آسان ہے اس لئے بھی کہتا ہوں کہ خود کو جاننے کے لئے کہیں بھی تو جانا نہیں پڑتا کوئی سفر نہیں کرنا پڑتا خود کو کھوجنے کے لئے مجھے کہیں پہنچنا نہیں

پاس دولت ہو وہ دولت کو بھول جاتا ہے صرف غریب کو دولت یاد رہتی ہے کیونکہ اس کے پاس دولت نہیں ہے۔ صحت مند آدمی صحت کو بھول جاتا ہے صرف بیمار آدمی کو صحت یاد رہتی ہے کیونکہ اس کے پاس صحت نہیں۔ کبھی صحت مند آدمی کو پتہ نہیں چلتا کہ صحت ہے اگر کسی کو پتہ چلتا ہو تو جان لینا وہ آدمی بیمار ہے بیمار کو ہی شعور ہوتا ہے کہ صحت ہے صحت مند کو نہیں ہوتا۔ جو ہمارے پاس ہے وہ بھول جاتا ہے اور جو ہمارے پاس نہیں ہے وہ کھٹکتا رہتا ہے وہ دکھائی پڑتا ہے اسی لئے تو جو ہم مانگتے ہیں جب تک نہیں ملتا تب تک ہی یاد میں رہتا ہے اور جب مل جاتا ہے تو بے کار ہو جاتا ہے۔ ایک آدمی دولت تلاش کرتا ہے اور دولت پا لیتا ہے وہ سوچتا تھا کہ دولت پا لونگا تو نہ جانے کیا مل جائے گا پر دولت ملتے ہی کچھ بھی نہیں ملتا دولت بھی بھول جاتا ہے جو ہمارے پاس ہے وہ ہم بھول جاتے ہیں۔ اور ''ہم سے زیادہ ہمارے پاس کچھ بھی نہیں ہے۔'' نہ دولت ہو سکتا ہے نہ مکان ہو سکتا ہے نہ عاشق ہو سکتا ہے ہم سے زیادہ ہمارے پاس کوئی بھی نہیں اور ہم سدا سے ہمارے پاس ہیں۔ ایسا کبھی نہ ہوا کہ ایک لمحہ کے لئے بھی ہم خود سے الگ ہوئے جدا ہوئے ہوں اس لئے خود کو یاد کرنا خود کو جاننا بہت کٹھن ہے اور اس لئے بھی کٹھن ہے کہ جاننے کے لئے ''دو'' (۲) کی ضرورت ہے ایک وہ جو جاننے والا ایک جو جانا جائے۔ جاننے کے لئے کم سے کم ''دو'' تو چاہیے جیسے میں آپ کو جان سکتا ہوں کیونکہ آپ میں اور مجھ میں ایک فاصلہ ہے ہم دو ہیں ہم سورج کو جان سکتے ہیں ہم چاند کو جان سکتے ہیں یہ کہ دونوں کے بیچ فاصلہ ہے اور دو ہیں کیونکہ جو جانا جا رہا ہے وہ الگ ہے اور جانے والا الگ ہے پر

وہ پانی ٹھنڈا لگے گا۔ وہ پانی بالکل ایک ہے ایک ہی برتن میں بھرا ہے تب آپ کو معلوم ہو جائے گا کہ گرم اور ٹھنڈا دو الگ الگ چیزیں نہیں ہیں بلکہ گرم اور ٹھنڈا ایک ہی چیز کے درمیانی ڈگری کا فاصلہ ہے۔ زندگی میں جہاں جہاں ہمیں ضد و مخالفت دکھائی پڑتی ہے وہاں وہاں ضد و مخالفت نہیں ہوتی۔ زندگی میں مخالفت ہے ہی نہیں چونکہ زندگی بہت الجھ جائے گی اس لئے ہم اسے صاف ستھرا کرنے کے لئے اسے توڑ دیتے ہیں ٹکڑے ٹکڑے کر دیتے ہیں اور کہتے ہیں گرمی الگ ہے ٹھنڈا الگ ہے۔ کہتے ہیں بُرا آدمی الگ ہے اچھا آدمی الگ ہے۔ جھوٹی ہے یہ بات نہ کوئی برا آدمی الگ ہے نہ کوئی اچھا آدمی الگ ہے برے سے بُرا آدمی اچھے سے اچھے آدمی سے جڑا ہے۔ ٹھنڈ اور گرمی کی طرح ایک ہی چیز کی دو ڈگری ہے اور کوئی حدِ فاصلہ نہیں۔ ان کے بیچ ایک ہی چیز کا پھیلاؤ ہے۔ دو چیزیں نہیں۔ نہ کوئی بُری روح ہے نہ کوئی اچھی روح ہے بس ایک ہی چیز کی دو صورت ہیں لیکن ہم نے ہر چیز کو توڑ رکھے ہیں اور توڑنے سے بالکل جھوٹی دنیا بنا رکھی ہے اور اس جھوٹی دنیا کی وجہ سے سمجھنا بہت مشکل ہو جاتا ہے اس لئے میں آپ سے کہتا ہوں کہ زندگی کا جب بھی اصلی سوال پیدا ہوگا وہاں ہمیشہ الٹی چیزیں ساتھ ہوں گی۔ حالانکہ کہیں بھی کچھ الٹا نہیں پھر ہماری سمجھ بہت کم ہے ہم ہر چیز کو ٹکڑے ٹکڑے میں ہی سمجھ پاتے ہیں اس لئے مصیبت ہو جاتی ہے جیسے کوئی ایک بڑا مکان ہو اور اس مکان میں ایک چھوٹا سا چھید ہو اس چھید میں سے اگر جھانک کر دیکھیں تو آپ کو پورا مکان ایک ساتھ دکھائی نہیں پڑے گا۔ پہلے ایک چھوٹا سا ٹکڑا دکھائی پڑے گا پھر کرسی دکھائی پڑے گی پھر آپ کی آنکھ

خود کو جاننے میں ایک مصیبت یہ ہے کہ یہاں خود کو جاننے والا بھی وہی ہے اور جس کو جانا جائے وہ بھی وہی ہے یعنی ایک ہیں اس لئے یہ سب سے کٹھن ہے۔ یہ کیسا ہے؟ جیسے عاشق بھی آپ ہیں اور معشوق بھی آپ پھر مشکل سمجھ میں آسکتی ہے۔ اگر آپ کو اکیلے کمرے میں چھوڑ دیا جائے اور کہا جائے کہ عاشق بھی آپ ہیں اور معشوق بھی آپ۔ اب عشق بھی آپ دیں اور عشق بھی آپ لیں آپ اکیلے ہی کمرے میں چھوڑ دیئے گئے ہیں آپ یا تو پاگل ہو جائیں گے یا باہر آ کر کہیں گے کہ عشق کے کھیل سے مجھے معاف کرنا میں یہ نہیں کرنا چاہتا ہوں جیسے کوئی خود کو ہی محبت کرنے میں غصے میں پڑ جائے ویسے ہی میں کون ہوں؟ اس سوال کی جو تلاش میں جانے والا آدمی مشکل میں پڑ جاتا ہے وہاں دو نہیں ہیں وہاں ایک ہی ہے وہاں وہی ہے صرف اکیلا ہی ہے اسی کو جاننا ہے اسی کو جانا بھی جانا ہے اسی کو شاہد بھی بننا ہے اسی کو مشہود بھی بننا ہے۔ یہ سب سے زیادہ کٹھن بات ہے ایک ہی چیز کا ایک ساتھ شاہد و مشہود بننا بڑا مشکل معاملہ ہے اس کا مطلب ہے ایک ہی لمحہ میں میں وہاں بھی کھڑا ہو جاؤں جہاں Object بن جاؤں اور وہاں بھی کھڑا ہو جاؤں جہاں Subject بن جاؤں۔ ایک ہی ساتھ ایک ہی لمحہ میں دو جگہ کیسے کھڑا ہو سکتا ہے۔ جاننے والا بنتا ہوں تو جاننے کے لئے کچھ بھی نہیں رہتا اور اگر جس کو جانا جانے والا ہے وہ بن جاؤں تو جاننے کو کوئی نہیں بچتا۔ اس لئے میں نے کہا کہ اس سے زیادہ کٹھن کوئی سوال نہیں اور اس سے زیادہ آسان بھی کوئی سوال نہیں اور جو سوال آسان بھی ہو اور کٹھن بھی ہو ایک ساتھ اس سوال کے لئے کہا جائے اسے کٹھن کہا جائے یا آسان

کہا جائے یہ دونوں باتیں ایک ساتھ ہیں۔ اور آپ کہیں گے کہ ایسا تو ہوتا نہیں۔ یہ دونوں الٹی باتیں ایک ساتھ کیسے ہو سکتی ہیں؟ میں آپ سے کہتا ہوں جو نہیں جانتے وہ یہی کہیں گے اور جو جانتے ہیں وہ حیران ہو کر کہیں گے کہ دنیا میں سبھی الٹی باتیں ایک ساتھ ہی ہوتیں ہیں۔ ہم نے صرف آسانی کے لئے تمام مخالف چیزوں کو توڑ لیا ہے۔ مخالف چیزیں کہیں بھی ٹوٹی ہوئی نہیں ہیں۔ ہم کہتے ہیں کہ رات الگ ہے دن الگ۔ کہاں ہے؟ الگ؟ کس جگہ ہے الگ؟ کون سی حدِ تعین ہے؟ جہاں رات الگ ہے دن الگ۔ رات ہی دن بن جاتا ہے دن ہی رات بن جاتی ہے۔ ہم کہتے ہیں کہ اندھیرا اجالا الگ ہیں۔ کس نے کہا ہے؟ کسی ناسمجھ نے کہا ہوگا اندھیرے اور اجالے کے درمیان صرف ڈگری کا فاصلہ ہے ہم کہتے ہیں کہ پیدائش اور موت الگ ہے پر جھوٹی ہے یہ بات، پیدائش ہی موت بن جاتی ہے اور موت ہی پیدائش دونوں الگ نہیں ہیں ایک ہی چیز کی ترقی ہے ذرا بتاؤ کب آتی ہے موت، پیدائش ہی ترقی کرتے کرتے موت بن جاتی ہے اور جو جانتے ہیں وہ کہتے ہیں کہ موت ہی بڑھتے بڑھتے پیدائش بن جاتی ہے۔ پیدائش و موت دو الگ چیزیں نہیں ہیں مگر جاہلوں نے دو بنا رکھی ہیں۔ ایک اور چھوٹی سی چیز کی مثال لیں کہ گرم اور ٹھنڈا اور سمجھتے ہیں کہ دو الگ چیزیں ہوں گی۔ تو بڑا غلط سمجھتے ہیں۔ ایک دن چھوٹا سا عمل کریں کہ ایک ہاتھ کو برف پر رکھیں اور دوسرے ہاتھ کو آگ کے قریب گرم کریں پھر دونوں ہاتھوں کو ایک پانی سے بھرے ہوئے برتن میں ایک ساتھ ڈال دیں اور تب آپ کو بڑی حیرانی ہوگی کہ ایک ہاتھ کو وہ پانی گرم لگے گا اور دوسرے ہاتھ کو

آ گے گئی پھر آپ کو ایک پھولوں کا برتن دکھائی پڑتا ہے پھر آپ کی آنکھ اور آ گے گئی آپ کی آنکھ کو ایک تصویر دکھائی پڑتی ہے اور آ گے گئی تو کچھ اور دکھائی پڑتا ہے۔ آپ نے اس کمرے کو چار ٹکڑوں میں توڑ توڑ کر دیکھا جس سے دیکھنے کی قوت بہت چھوٹی ہوگئی وہ کمرا ایک ہی ہے وہاں کہیں چار ٹکڑے نہیں۔ جو آدمی کمرے کے اندر چلا جائے وہ کہے گا کہ کمرا ایک ہے لیکن آپ نے اسے چار ٹکڑوں میں دیکھا کیوں کہ آپ باہر سے دیکھ رہے ہیں اور دیکھنے کی قوت بہت کم ہے۔ اس لئے تھوڑا تھوڑا کر کے دیکھ رہے ہیں۔ آپ کے پیمانے چھوٹے ہیں زندگی بہت بڑی ہے اور ہم اتنی بڑی زندگی کو اکٹھا لے تو ہم بڑی مشکل میں پڑ جائیں گے۔ اگر ہم بد اور نیک کو ایک ساتھ لیں تو ہماری بڑی مصیبت ہو جائے گی ہم تو نیک کو الگ مانتے ہیں اور بد کو الگ جانتے ہیں۔ تب ہم کو آسانی لگتی ہے۔ خود ساختہ بنائے ہوئے قائدے کہتے ہیں کہ 'الف' کبھی 'ب' نہیں بن سکتا اور 'ب' کبھی الف، نہیں بن سکتا اور اس سے زیادہ غلط بات دنیا میں کبھی نہیں کہی گئی اس سے زیادہ اثر انداز بات کبھی نہیں کہی گئی اس طرح کی بے ساختہ بات کا اثر ساری دنیا پر حاوی ہے جب کہ سچائی یہ ہے کہ 'الف' 'الف' بھی ہے اور 'الف' 'ب' بھی ہے۔ زندگی تو یہی ہے۔ جسے آپ خزاں کہتے ہیں وہ بہار کی ہی دوسری شکل ہے جسے آپ بوڑھاپا کہتے ہیں وہ بچپن ہی کی دوسری تصویر ہے۔ جسے آپ بدصورتی کہتے ہیں وہ خوبصورتی کا ہی دوسرا رخ ہے جسے آپ غم کہتے ہیں وہ خوشی کی ہی دوسری چوٹ ہے جسے آپ عزت کہتے ہیں وہ بے عزتی کا دوسرا راستہ ہے یہاں زندگی میں سب جڑا ہے یہاں الگ الگ ٹکڑے

کے ساتھ ٹھنڈا نہیں ہوسکتا لیکن پانی ٹھنڈا اور گرم ایک ساتھ ہے اس کا مطلب یہ ہوا کہ پانی ٹھنڈا ہے نہ گرم۔ ٹھنڈا اور گرم پانی کے اوپری سطح پر آنے اور جانے والے حادثات ہیں، پانی کا جو خود اس کا ہونا ہے جو اس کی حقیقت ہے وہ نہ ٹھنڈی ہے نہ گرم۔ زندگی کا اصلی سوال میں کون ہوں؟ وہ نہ آسان ہے نہ کٹھن کیونکہ وہ دونوں ہے اس کا کیا مطلب؟ اس کا مطلب یہ ہے کہ یہ میں کون ہوں اس کو سوال کی طرح لینا ہی مت ورنہ بھٹک جاؤ گے یہ سوال نہیں ہے سوال وہ ہوتے ہیں جن کے جواب کسی سے مل سکتے ہیں یہ سوال نہیں ہے کہ میں کون ہوں کیونکہ اس کا جواب کسی سے بھی نہیں مل سکتا اور بہت مزے کی بات یہ ہے کہ اس کا جواب آپ سے بھی نہیں مل سکتا جواب تو جب ملے گا جب آپ بھی نہیں ہونگے۔ جواب کسی سے بھی نہیں مل سکتا نہ کسی دوسرے سے نہ اور خود سے۔ جواب اسی دن ملے گا جب آپ نہ ہونگے۔ جواب اس دن ملے گا جس دن سوال بھی نہ ہوگا پھر کریں کیا اگر یہ مشکل و آسان دونوں ہے اور ہم ان دونوں سے الگ ہیں تو ہم کریں کیا۔ اس کا مطلب ایک ہوا اس کو سوال نہ بنائیں۔ اگر اس کو سوال بنایا تو جواب کتابوں میں لکھے ہوئے ان جوابوں کو آپ ڈھونڈ لیں گے۔ پوچھیں گے میں کون ہوں۔ کتاب کھولو گے وہاں لکھا ہوگا کچھ آپ پڑھ لیں گے کہیں گے کہ یہ میں ہوں۔ کہیں لکھا ہوگا کہ آپ روح ہیں تو پڑھ لیں گے۔ کہیں لکھا ہوگا کہ آدمی روح وغیرہ کچھ نہیں صرف مادہ ہے۔ کھاؤ پیو اور موج کرو اور کچھ بھی نہیں ہے اس کو پڑھ لے گا اور حفظ کر لے گا۔ آپ نے اگر سوال بنایا تو آپ کہیں نہ کہیں جا کر جواب سیکھ لیں گے۔ میں آپ سے یہ کہنا چاہتا ہوں

ٹکڑے کچھ بھی نہیں اور اگر یہ بات خیال میں آجائے تو یہ بات بھی خیال میں آجائے گی کہ جو سوال سب میں آسان ہے وہ سوال سب میں زیادہ مشکل کیوں؟ اس بات کو ایک چھوٹی سی حکایت کے ذریعے سمجھئے۔ ایک دن ایک فقیر مسجد کے مینار کے نیچے سے گزر رہا تھا مینار کے اوپر موذن اذان دے رہا تھا کہ اچانک وہ گر پڑا اور اس فقیر کے کندھوں پر گرا اس فقیر کی گردن ٹوٹ گئی اس فقیر کو اسپتال میں بھرتی کیا گیا اس فقیر کے کچھ عقیدت منداس سے ملنے اسپتال آئے۔ ان عقیدت مندوں میں سے ایک نے اس فقیر سے پوچھا کیونکہ وہ جانتے تھے کہ اس فقیر کی یہ عادت تھی کہ زندگی میں چاہے کچھ بھی ہو جائے ان سے کچھ نہ کچھ نتیجہ لیتا تھا۔ اس لئے پوچھا گیا کہ ہم بڑی مشکل میں ہیں ایک آدمی کا آپ پر گرنا آپ کی گردن ٹوٹ جانا اس سے آپ نے کیا نتیجہ لیا۔ اس فقیر نے کہا بڑا صاف نتیجہ لیا۔ اب تک میں نے سنا تھا کہ جو آدمی گرے گا اس کی گردن ٹوٹے گی اب مجھے پتہ چلا کہ گر کوئی سکتا ہے گردن کسی اور کی ٹوٹ سکتی ہے اب تک میں سمجھتا تھا کہ گرنے والا الگ ہے اور جس پر گرا وہ الگ ہے اگر دونوں الگ ہیں تو کوئی گرتا کوئی کی گردن کیسے ٹوٹ جاتی اب میں سمجھا کہ سب ایک ہیں جو گرا وہ بھی وہی ہے جس پہ گرا وہ بھی وہی ہے اس لئے تو میری گردن ٹوٹی جب کہ گرا وہ ۔ تھوڑا کٹھن ہے جو گرا ہے اور جس پر گرا ہے ان دونوں کو ایک میں دیکھ پائیں ۔تھوڑا کٹھن ہے جو پھول کھل رہا ہے اور جو پھول مرجھا رہا ہے ہم ان دونوں کو ایک میں دیکھ پائیں۔ وہاں جو مرجھا کر سکڑ رہا ہے یہاں وہی پھول کھل رہا ہے۔ اگر ہم ایک تالاب میں پتھر پھینکے تو لہر اٹھے گی اور اس کے پاس ہی

گڑھا ہوگا لیکن کبھی آپ نے سوچا ہے جو گڑھا ہے وہی لہر بن گئی آپ بڑے بڑے پہاڑ دیکھنے جاتے ہیں آپ نے کبھی خیال کیا کہ نیچے جو کھائی ہے وہی پہاڑ بن گئے وہ دو الگ چیزیں نہیں ہیں اگر دنیا کی ساری کھائی مٹا دو تو سارے پہاڑ مٹ جائیں گے کہ کوئی پہاڑ بچ سکتا ہے۔ اگر دنیا سے ساری کھائی مٹا دی جائے۔ کھائی گئی تو پہاڑ گئے زندگی کے تمام مخالف پہلو جڑے ہوئے ہیں اس پر میں کیوں زور دے رہا ہوں، اس لئے زور دے رہا ہوں کہ خیال میں آجائے کہ مخالف دکھائی دینے والی بات کہ میں کون ہوں؟ سب سے آسان بھی اور سب سے کٹھن بھی۔ اس پر میں کیوں زور دے رہا ہوں اس بات سے فائدہ کیا ہوگا اس سے فائدہ ہوگا کیونکہ جیسے ہی یہ سمجھ میں آجائے کہ یہ آسان بھی ہے اور کٹھن بھی تو نہ وہ پھر آسان رہے جائیگی نہ وہ کٹھن رہے جائے گی۔ تب ہی تک کوئی چیز آسان ہے جب تب کوئی چیز مشکل نہ ہو اور تب ہی تک کوئی مشکل ہوگی جب تک وہ چیز آسان نہ ہو۔ دونوں چیزیں ایک ساتھ کیسے ہوسکتی ہیں۔ ایک آدمی یا زندہ ہوسکتا ہے یا مرا ہوا ہوسکتا ہے اگر ہم یہ کہیں کہ وہ آدمی زندہ بھی ہے اور مرا ہوا بھی تو اس کا مطلب یہ ہوگا کہ وہ آدمی کچھ ایسا ہے نہ وہاں زندگی کے کچھ معنی ہوں گے نہ موت کے کچھ معنی ہوں گے جیسے کوئی قومہ میں ہو۔ وہ آدمی اگر ایک ساتھ زندہ و مرا ہوا ہوسکتا ہے تو اس کا مطلب یہ ہوا کہ زندگی اور موت دونوں اوپری حادثہ ہے باطن میں وہ آدمی بالکل الگ ہے یہ دونوں باتیں ایک ساتھ ہوسکتی ہیں۔ یہ دونوں باتیں اسی لئے ہوسکتی ہیں کیونکہ ''سچ'' تیسرا ہے اگر پانی ٹھنڈا ہی ہو تو اس کے ساتھ گرم نہیں ہوسکتا اور اگر پانی گرم ہو تو اسی

کہ یہ سوال ایسا نہیں جو آپ کسی سے سیکھ لیں۔ یہ سوال بہت اور طرح کا ہے جس کا کوئی جواب کبھی بھی کہیں سے نہیں مل سکتا نہ کبھی کسی کو کہیں سے ملا اور جس نے بھی کوئی جواب پکڑ لیا وہ بھٹک گیا پھر اس کو راستہ بھی نہیں ملا۔ میں اس بات کو اس طرح لینا چاہتا ہوں کہ آپ کے سامنے صاف ہو جائے کہ یہ کوئی سوال نہیں ہے کہ جو کسی سے پوچھ لینا ہے۔ ''یہ ایک باطنی تجسس ہے'' جس کا جواب نہیں ملے گا۔ بلکی جب ہم تجسس کریں گے تو آہستہ آہستہ سوال بھی کھو جائے گا یہ دونوں باتوں میں بڑا بنیادی فرق ہے۔

ایک دن ایک آدمی ایک بزرگ کے پاس گیا وہ جوان تھا وہ برسوں سے اسی کی تلاش میں لگا ہوا تھا کہ میں کون ہوں؟ اس نے جا کر بزرگ سے پوچھا کہ میں کون ہوں اس بزرگ نے کہا کہ مجھ سے پہلے بھی یہ سوال تو نے کس سے پوچھا تھا؟ اس نے کہا کہ میں نے یہ سوال کئی بزرگوں سے پوچھا پھر بزرگ نے پوچھا تجھے جواب ملا یا نہیں اس جوان نے کہا جواب تو سب نے مجھے دیئے پر مجھے ملا نہیں۔ یعنی اطمینانِ قلب نہیں ہوا۔ اس بزرگ نے کہا کہ تو پھر مجھ سے پوچھنے آ گیا میں بھی تجھے جواب دوں گا پر تجھے ملے گا نہیں اس سے تو یہ مت سمجھ لینا کہ جواب دینے والوں نے غلط جواب دیئے ہوں گے۔ بلکہ یہ سوال ایسے ہیں کہ اس سوال کا جواب کوئی دوسرا دے ہی نہیں سکتا۔ صحیح جواب بھی دیا جائے تو دیا ہوا جواب بھی دوسروں کے ہاتھ میں آ کر بے کار ہو جاتا ہے جیسے ہی کسی کے جواب دیتے ہی جواب مر جاتا ہے یہ ویسے ہی ہے جیسے ایک پھول پودے سے کھلا جب تک وہ پودے پر ہے زندہ ہے اور جیسے ہی آپ توڑ کر گھر کی طرف چلے تو وہ مر گیا اس کا پودے

جگہ نہیں ہے۔ ہر طرف خیال پھیلنے کی وجہ سے منتشر ہو گیا ہے۔ پھر آہستہ آہستہ وہ خیال وہی مرکوز ہو گیا فٹ ہو گیا وہ اب پیچھے کی طرف لوٹتا بھی نہیں اب لوٹانے کی کوشش کرو تو کچھ نہیں ہوتا ایسا لگتا ہے کہاں جائے؟ کہاں جائے؟ میں کہاں دیکھوں؟ میں کیا کروں؟۔ میں کون ہوں؟ یہ کوئی جسمانی سوال نہیں ہے اس لئے میں نے کہا کہ وہ کوئی سوال نہیں ہے یہ ایسا سوال نہیں کہ دو اور دو کتنے ہوتے ہیں یہ ایسا سوال نہیں کہ ممبئی کہاں ہے یہ ایسا سوال نہیں کہ زمین اور چاند کے درمیان کتنا فاصلہ ہے یہ ایسا سوال نہیں کہ ہائیڈروجن میں کتنے اٹم ہوتے ہیں یہ سوال ایسا نہیں جو کہیں جانچ پڑتال کرنے سے جواب مل جائے گا۔ ''سچ بات تو یہ ہے کہ یہ صرف غیر متوجہ ہونے کی وجہ سے پیدا ہوا سوال ہے۔'' یہ سوال بالکل جھوٹا سوال ہے اور جو سوال جھوٹا ہوتا ہے وہ سوال بہت خطرناک ہوتا ہے کیونکہ آپ اس کا جواب لے آئیں تو آپ بہت مشکل میں پڑ سکتے ہیں کیونکہ جو سوال ہی نہیں اس کا جواب ہی غلط ہونے والا ہے اس لئے میں کون ہوں اس کے جتنے جواب دیئے گئے ہیں سب غلط ہیں۔ بغیر جانے کہتا ہوں کہ جو بھی جواب ہو گا غلط ہو گا چونکہ یہ سوال ہی غلط ہے یہ سوال صرف خیال کا ایک جگہ سے ہٹ جانا ہے۔ آپ پوچھتے ہیں میں کیا کروں۔ ایک ہی راستہ ہے پوچھئے مت اور خیال کو سب جگہ سے ہٹا کر وہاں لے آئیں جہاں آپ ہیں۔ کہیں تو آپ ہیں؟ کہیں آپ بیٹھے ہیں۔ اگر میں پوچھوں کہ آپ کہاں ہیں تو آپ کہیں گے کہ میں فلاں جگہ بیٹھا ہوں یہ آپ نے اتنی بڑی جگہ میں سے خود کو مخصوص کر کے بتایا کہ ''ہاں'' میں یہاں ہوں اس جگہ کو بھول جائیں پھر ایک چھوٹی

پر ہونا ہی اس کا زندہ ہونا ہے وہ جواب جو بزرگوں کے اوپر زندہ تھا جیسے ہی آپ سن کر لوٹے تو وہ مر گیا پھر اس بزرگ نے کہا یہ جواب کسی سے بھی نہیں مل سکتا۔ پھر جوان پوچھنے لگا کہ جواب آپ کو بھی پتہ نہیں ہے بزرگ نے کہا کہ پتہ مجھے بھی ہے اور سب بزرگوں کو پتہ تھا لیکن اپنا پتہ صرف اپنے ہی کام میں آتا ہے اس جوان نے کہا پھر میں کیا کروں بزرگ نے کہا کہ پوچھ مت ایک سال یہاں رک جا اور چپ ہو جا۔ پوچھنے کی کوشش مت کر کیونکہ پوچھنا بھی ایک طرح کی پریشانی ہے۔ سال بھر بعد تو مجھ سے پوچھنا اگر تو پوچھے گا تو میں ضرور تیرے سوال کا جواب دوں گا۔ جوان نے کہا کہ ٹھیک ہے میں اس امتحان سے بھی گزرنے کو راضی ہوں میں ایک سال چپ رہوں گا پھر ایک سال بعد آپ میرے سوال کا جواب دیں گے؟ بزرگ نے کہا کہ یہ وعدہ رہا۔ ایک سال گزر جانے کے بعد وہ بزرگ اپنے تمام مریدوں کے سامنے اس جوان کو کھڑا کیا اور کہا کہ پوچھ لو وہ ہنسنے لگا اس نے کہا کہ معاف کریں مجھ سے بھول ہوگئی جو میں نے ایک سال قبل آپ سے پوچھا، نہ جانے آپ کو کیسا لگا ہوگا میرا پوچھنا شاید ایسا ہی لگا ہوگا جیسے کوئی آدمی ٹائیفڈ کے بخار میں پڑا ہو اور پوچھتا ہے کہ میری کھاٹ مشرق اُڑ رہی ہے یا مغرب کی جانب اُڑ رہی ہے میری کھاٹ کہاں جا رہی ہے۔ گھر کے لوگ کہتے ہیں کہ جب ٹھیک ہو جاؤ گے جب سمجھا دیں گے۔ اگر کوئی آدمی اس مریض کا جواب دے کہ یہ مشرق میں نہیں مغرب اڑ رہی ہے تو وہ آدمی یقیناً پاگل ہے۔ گھر کے سمجھدار لوگ کہیں گے کہ چپ رہو پہلے ڈاکٹر کو بلاتے ہیں تمہارا علاج کرتے ہیں وہ مریض کہئے کہ علاج کا سوال نہیں ہے میں پوچھتا

ہوں کھاٹ کہاں جا رہی ہے مشرق یا مغرب گھر کے لوگ کہیں گے کہ ٹھہرو صبح ہو جانے دو تم ذرا ٹھیک ہو جاؤ پھر تم پوچھنا پھر ہم جواب دیں گے اس جوان نے کہا کہ آپ نے سمجھا ہوگا کہ میں ٹائیفڈ کے بخار میں ہوں اور بخار میں تھا آپ نے ٹھیک کہا کہ اس کا جواب کوئی نہیں دے سکتا میں نے اپنی طرف آنکھ ہی نہیں کی تھی اس لئے وہ سوال بن گیا میں اپنی طرف آنکھ کر لوں تو وہ سوال ہی گم ہو جائے گا۔ وہ سوال جھوٹا ہے۔ وہ سوال میری پیٹھ کی وجہ سے پیدا ہو گیا جیسے کوئی آدمی گھر میں پوچھے کہ اندھیرا کہاں ہے اور ہم اسے ایک چراغ دے دیں اور کہیں کہ چراغ لے جاؤ اور گھر میں ڈھونڈو کے اندھیرا کہاں ہے؟ وہ چراغ لے کر جائے اور اندھیرا ڈھونڈے پر اندھیرا نہ ملنے پر وہ آدمی لوٹ کر کہے کہ بڑی مشکل ہے میں چراغ لے کر گیا پر اندھیرا کہیں ملتا نہیں۔ اصل میں اندھیرا تھا کیونکہ وہاں چراغ نہیں تھا۔ اگر کوئی چراغ لے کر جائے تو وہاں اندھیرا نہیں رہے جائے گا۔ ہم نے کبھی اپنی طرف دھیان ہی نہیں کیا بس اتنا ہی سوال ہے کہ ہم ہیں ہم سدا سے ہیں ہم جانتے ہیں کہ کون ہیں کیونکہ یہ ناممکن ہے کہ ہم نہ جانتے ہوں کہ ہم کون ہیں۔ ہم ٹھیک طرح سے جانتے ہیں کہ ہم کون ہیں۔ لیکن ہم نے اس طرف دھیان دینا ہی بند کر دیا۔ اور یاد رہے کہ ہمیں اسی کا پتہ چلتا ہے جس طرف ہمارا خیال کا مرکز ہوتا ہے یعنی جس طرف ہمارا خیال رک جائے ٹھہر جائے۔ میں کون ہوں یہ سوال اس لئے پیدا ہوا ہے کہ ہمارا خیال ہمارا شعور و حواس کسی اور طرف لگا ہوا ہے ہمارا خیال دوکان میں ہے دولت میں ہے بازار میں ہے بیوی بچے میں ہے۔ خیال ہر طرف ہے صرف وہاں جہاں ''میں ہوں'' اس

جگہ جو آپ کے جسم کی پانچ فٹ کی ہے پھر ایک جگہ ہے پھر وہاں خود کو تلاش کریں کہ میں کہاں ہوں پھر خود کو مخصوص کریں کہ میں یہاں ہوں۔ اگر کوئی آپ سے کہے کہ آپ کے پیر کو کاٹ دیں تو آپ کٹ جاؤ گے۔ شاید آپ کہو کہ میرے پیر کے کٹ جانے سے میں کٹ جانے والا نہیں ہوں اس کا مطلب ہوا پیر کو الگ کیا جا سکتا ہے اور آپ ہوں گے اور رہو گے۔ اس طرح اپنے اندر ڈھونڈیں کہ کیا کیا الگ کیا جا سکتا ہے اور میں رہوں گا تب آپ اپنے اندر وہ مقام نقطۂ وحدت تلاش کر لیں گے کہ میں یہاں ہوں اور اس طرح کھوجتے چلے جائیں چھلتے چلے جائیں جیسے کوئی پیاز کو چھلتا ہو اور ایک ایک چھلکا اتارتے چلے جائیں اور کہہ دے کہ یہ بھی اوپر کا چھلکا ہے اس کو بھی پھینکتے ہیں ہم تو اور اندر جاتے ہیں اور اندر جاتے ہیں اور اندر جاتے ہیں ایک ایک چیز جو آپ چھوڑ سکتے ہیں چھوڑتے چلیں اگر آپ کی آنکھیں چلی جائیں تو کیا آپ کھو جاؤ گے آپ کہو گے کہ میں اندھا ہو جاؤں گا پر میں رہوں گا اس کا مطلب یہ ہوا کہ آنکھ کے اندر سے کوئی جھانکتا تھا جو آنکھ نہیں تھا آنکھ بند ہو گئی کھڑکی بند ہو گئی جھانکنا مشکل ہو گیا پر جھانکنے والا اندر موجود ہے۔ جیسے میں ایک مکان کے اندر بیٹھا ہوں اور اس مکان کی کھڑکی میں سے آپ کو دیکھ رہا ہوں آپ نے کھڑکی بند کر دی تو کیا میں مٹ گیا۔ کھڑکی بند ہو گئی اب میں آپ کو نہیں دیکھ پاتا ہوں کیونکہ بیچ میں دیوار حائل ہو گئی لیکن میں بتاؤں کہ میں اندر موجود ہوں۔ اپنے ایک ایک عضو و حواس پر غور کریں کہ یہ مٹ جائے تو میں رہوں گا تو آپ پائیں گے کہ آپ کے تمام اعضاء و حواس جانے پر بھی آپ کے ہونے میں رتی بھر فرق نہیں پڑتا اس کا

وہاں ہے جہاں ہمارا ہونا نہیں ہے۔ ان دونوں کے بیچ میں ایک کھائی پیدا ہو گئی اس کھائی کو جو پورا کر لیتا ہے وہ جان لیتا ہے ''کون ہوں'' جو جان لیتا ہے ''کون ہوں'' پھر اسے جاننے اور پانے کو کچھ باقی نہیں رہے جاتا۔ جو جان لیتا ہے کون ہوں اس کی زندگی میں نہ سوال رہے جاتا ہے نہ پریشانی وہ ایسے ہو جاتا ہے جیسے ہوائیں، جیسے آسمان میں تیرتے ہوئے بادل جیسے درختوں پر کھلتے پھول، گرتے سوکھے پتے، جو ہوتا ہے وہ جانتا ہے، پھر نہ اس کا انکار ہے کہ یہ ہو۔ نہ اس کی کوئی عرض ہے یہ ''نہ ہو'' سب چیزیں قبول ہیں پھر جو ہوتا ہے وہ دیکھتا رہتا ہے (مقام شاہد الوجود) پھر جو نہیں ہوتا اس کو بھی قبول کر لیتا ہے پھر وہ زندگی میں ایسا جیتا ہے جیسے کسی بزرگ نے کہا ''میں جینے کے لئے تڑپتا تھا مجھے ایسا لگتا تھا کہ کل جیوں گا جنت میں جیوں گا سب اس لئے تھا کہ زندگی کا پتہ نہیں تھا جس دن سے جانا اس دن سے جی رہا ہوں۔''

یاد رہے جو تڑپتے ہیں وہ جیتے نہیں جو جیتے ہیں وہ تڑپتے نہیں اگر تھوڑی بھی تڑپ ہے اندر تو جانے کی زندگی اندر نہیں اگر زندگی ہے تو اندر ایک پُر سکونیت ہو گی کوئی تڑپ نہ ہو گی۔

اسی بزرگ سے کسی نے پوچھا تم کیسے جیتے ہو بزرگ نے کہا کہ اب کیسے کا سوال نہ رہا کیسے کا مطلب تھا کہ میری کوئی خواہش تھی کہ ایسا جیوں گا اب کوئی خواہش باقی نہ رہی اب بھوک لگتی ہے تو کھاتا ہوں پیاس لگتی ہے تو پیتا ہوں نیند آ جاتی ہے تو سو جاتا ہوں۔ اب اپنی طرف سے کچھ نہیں کرتا ہوں۔ اب جو ہوتا ہے وہ ہوتا رہتا ہے اس آدمی نے کہا کہ یہ ہم بھی کرتے رہتے

مطلب یہ ہوا کہ آپ کا پورا جسم بھی کھو جائے تو آپ نہیں کھوتے آپ ہیں۔
اس طرح خود کے خیال کو خود کی طرف لے جانے کا نام دھیان و مراقبہ ہے۔
وہ جو غیر متوجہ خیال پیدا ہو گیا تھا وہ آہستہ آہستہ لوٹتا چلا جاتا ہے اور آپ اس
مقام پر پہنچ جائیں گے اس نقطۂ مرکز وحدت پر جہاں آپ کھڑے ہوتے ہی
تمام اندھیرا مٹ جائے گا جو حقیقت میں تھا نہیں بلکہ آپ کی غیر موجودگی کی
وجہ سے پیدا ہو گیا تھا اس مقام پر کھڑے ہوتے ہی اس کا پتہ چل جاتا ہے جو
آپ ہیں۔ اور یہ بڑے مزے کی بات ہے کہ جس دن آپ کو پتہ چلتا ہے کہ
''کون ہیں آپ'' اس دن بہت ہنسی آتی ہے کیونکہ اس دن پتہ چلتا ہے کہ
آپ ہی آپ ہیں اور کچھ ہے ہی نہیں اور جو بھی آپ کو دکھائی دے رہا ہے
چاروں طرف جو پھیلاؤ وہ آپ کے ہی نقطۂ وحدت کی وسعت ہے وہ آپ
سے ہی جڑا ہے۔ ایک ہی سمندر کئی کئی لہروں میں مل رہا ہے اگر لہر پوچھنے
جائے کون ہوں میں وہ اپنے اندر اتریں سمندر میں پہنچ جائے گی پھر وہ ہنسے
گی کہ لہر تو نہیں ہوں میں اس لئے ایک بات آپ سے کہنا چاہتا ہوں جب
آپ ڈھونڈنے چلیں گے کہ کون ہوں میں تو جو آپ نے سمجھا ہوا ہے کہ یہ
یہ ہوں یقیناً یہ کہا جا سکتا ہے کہ وہ تو آپ اپنے کو نہیں پائیں گے کیونکہ وہ تو
آپ ہیں ہی نہیں۔ جس دن آپ کو پتہ چلے گا کہ کون ہوں میں اس دن آپ
یہ نہیں کہہ سکیں گے کہ میں یہ ہوں۔ اس دن آپ کہیں گے کہ میں کہاں نہیں
ہوں اس دن یہ سوال نہیں کہ میں کہاں ہوں اس دن یہ سوال ہوگا کہ میں
کہاں نہیں ہوں۔ اس دن یہ سوال نہیں ہوگا کہ میں خود کو کہاں ڈھونڈوں اس
دن یہ سوال ہوگا کہ میں اپنے سے بچنا چاہوں تو کہاں بچوں۔ سب طرف

میں ہی میں ہوں ایک دن ایک فقیر نے اپنے دو مریدوں کو دو کبوتر دیا اور کہا
کہ اس کو وہاں ذبح کرنا جہاں کوئی نہ دیکھ رہا ہو ایک مرید اندھیری گوفہ میں
اس کبوتر کو ذبح کر کے لے آیا فقیر نے کہا کہ آئندہ تو کبھی ادھر مت آنا۔
دوسرے مرید کی تلاش کرائی گئی تقریباً چھ مہینے بعد اسے پکڑا گیا اس مرید کی
حالت خستہ تھی۔ فقیر نے کہا کہ تو نے کبوتر ذبح کیوں نہ کیا۔ مرید نے جواب
دیا جیسا ہی میں کبوتر کو ذبح کرنے جا رہا تھا مجھے علم ہوا کہ میں تو دیکھ رہا ہوں
جدھر بھی میں لے جاتا کبوتر کو پر میں تو موجود تھا فقیر نے کہا کہ تو اس قابل
ہے کہ میں تجھے اپنے پاس رکھوں مرید نے کہا اب مجھے کسی چیز و جگہ کی
ضرورت نہیں کیونکہ میں کبوتر مارنے کے لئے تنہا جگہ ڈھونڈتے ڈھونڈتے
ایسی جگہ پہنچ گیا جہاں اکیلا میں بچا اور جیسے ہی اکیلا میں بچا مجھے اس کا خیال
آیا ''ارے یہ بھی میں'' اس دم ایک لمحے میں میں بھی کبوتر ہو گیا۔ سب کچھ
میں ہو گیا۔ اب کس سے پوچھنا ہے اب کس سے جاننا ہے اب کس سے
سیکھنا ہے۔ کیا سیکھنا ہے بات ختم ہو گئی۔ یہی وہ منزل ہے یہی وہ مقام ہے
جہاں ساری حقیقت آشکارا ہو جاتی ہے۔ کہنے کا مطلب یہ ہے کہ جیسے ہی
آپ اپنے خیال کو سب طرف سے لوٹا کر وہاں لے جائیں گے جہاں آپ
ہیں پھر وہ باریک جگہ آئے گی جہاں ''دھماکہ'' ہوتا ہے اور ایک لمحہ میں سب
کچھ بدل جاتا ہے سب کچھ نیا ہو جاتا ہے میں کون ہوں یہ کوئی فلسفانہ سوال
نہیں ہے یہ روحانی مقام ہے یہ سوال نہیں یہ ایک کیفیت ہے یہ جو ہم سوال
پوچھتے ہیں اس سے پتہ چلتا ہے کہ ہم سوئے ہوئے ہیں ہمارا خیال کہیں اور
بھٹک رہا ہے۔ ہمارا خیال وہاں نہیں ہے جہاں ہمارا ہونا ہے۔ ہمارا خیال

ہیں جب بھوک لگتی ہے تو کھاتے ہیں جب پیاس لگتی ہے تو پیتے ہیں ۔ بزرگ نے کہا کہ تم اس بھول میں مت رہنا ایسے آدمی زمین پر تلاش کرنے پر بھی بمشکل ملیں گے جو بھوک لگے تو کھاتے ہیں پیاس لگے تو پیتے ہیں (چھوٹے چھوٹے بچوں کو چھوڑ کر) عام لوگ تب سوتے ہیں سونے کا جب وقت ہو تب کھاتے ہیں جب کھانے کا وقت ہو اس لئے نہیں کھاتے کہ بھوک ہے بلکہ اس لئے کھاتے ہیں کہ لذت ہے اس لئے نہیں سو جاتے کہ نیند ہے بلکہ اس لئے سو جاتے ہیں کہ رات ہے ۔ بزرگ نے کہا کہ جب میں کھاتا ہوں تب میں کھاتا ہوں ۔ جب میں سوتا ہوں تب میں سوتا ہوں اس آدمی نے کہا کہ یہ ہم بھی کرتے ہیں بزرگ نے جواب دیا تم کھاتے بھی ہو اور ساتھ میں ہزار کام اور بھی کرتے ہو۔ تم سوتے ہو اور ہزار خواب دیکھتے ہو تم کھانا کھاتے ہو تم دفتر میں بھی بیٹھتے ہو اس وقت تم ایک ساتھ کئی جگہ ہوتے ہو میں وہی ہوتا ہوں جہاں ہوتا ہوں اس آدمی نے کہا کہ ہمیں ٹھیک سے سمجھا دو کہ کیسے جیا کریں بزرگ نے کہا جب سے میں نے جانا میں سوکھے پتے کی طرح ہو گیا ہوں جو درخت سے گر چکا ہے ہوائیں آتی ہیں اور مشرق کی طرف لے جاتی ہیں میں مشرق کی طرف چلا جاتا ہوں ۔ ہواؤں سے میں یہ نہیں کہتا کہ میں نہیں جاؤں گا مجھے تو مغرب کی طرف جانا تھا مجھے کہیں جانا ہی نہیں کیونکہ میں وہاں پہنچ گیا ہوں جس کے آگے کہیں جانا نہیں ہے ہوائیں مشرق لے جاتی ہیں میں ہواؤں پر سوار ہو جاتا ہوں ۔ ہوائیں آسمان کی طرف اٹھا دیتی ہیں میں آسمان میں ناچتا ہوں ہوائیں زمین میں گرا دیتی ہیں تو میں سو جاتا ہوں آرام کرتا ہوں میں ایک سوکھا پتا ہو گیا ہوں

تصوفؔ

☆ تصوف یعنی خدا میں چھلانگ

جو خدا میں چھلانگ لگانے کی ہمت رکھتا ہے اسے صوفی کہتے ہیں ۔

تصوف کے معنی ہیں کہ اس دنیا میں بے جان چیزوں کی طرح نہیں بلکہ روحانیت کے ساتھ جینا ۔

تصوف کے معنی ہیں جو دکھ رہا ہے اسی میں الجھے نہیں رہنا بلکہ ان دیکھے ان چھوئے کو تلاش کرنا صرف شکل وصورت کیساتھ ہی رشتہ نہ رہ جائے بلکہ بے صورتی کے ساتھ بھی تعلق پیدا ہو جائے ۔

پانی میں چند بلبلے تھوڑی دیر کے لئے اٹھتے ہیں اتنی ہی زندگی نہیں ہے اس اعلان کا نام تصوف ہے ۔

زندگی پیدائش اور موت کے بیچ کی کڑی نہیں بلکہ پیدائش سے پہلے بھی اور موت کے بعد بھی ہزاروں پیدائش اور ہزاروں موت ہوتی رہتی ہیں ۔ مگر زندگی کی دھارا بغیر رکے بغیر ٹوٹے بہتی رہتی ہے جو پیدائش سے پہلے اور موت کے بعد بھی باقی رہنے والی زندگی ہے اس کو جان لینے کا نام تصوف ہے ۔

۔ہوائیں جہاں لے جاتی ہیں وہاں چلا جاتا ہوں نہیں لے جاتی تو نہیں جاتا ہوں۔اب نہ جانے کی کوئی خواہش اور نہیں جانے کا نہ کوئی سوال،اب میری کوئی دوڑ نہیں اب صرف میں ہوں اور جو ہوتا ہے اسے دیکھتا رہتا ہوں۔

خیال رہے جو آدمی اس ''میں'' کے راز کو کھول لے گا وہ زندگی کے ساتھ ایک ہو جاتا ہے وہ ویسا ہی ہو جاتا ہے جیسے جھرنے ، جیسے آسمان تیرتے ہوئے بادل، جیسے پھول پرندے، جیسے چلتی ہوئی سانس، وہ زندگی کے ساتھ ایک ہو جاتا ہے۔سب چیزیں ٹھہر جاتی ہیں۔ٹھہرنے کا مطلب مر نہیں جاتی جیسے کوئی پرسکون تالاب ٹھہرا ہو۔پوری زندگی پوری طاقت سے بھرا ہوا لیکن ٹھہرا ہوا۔ایسے ٹھہرے ہوئے زندگی کے حالت میں یعنی سب ہو رہا ہے پر کوئی خواہش نہیں ایسے پرسکون شعور و حواس کی حالت میں جو کھلتا ہے اس کا نام کیف و مستی ہے۔ایک ناچتا ہوا سکون اور اس کے مدمقابل جو کھلتا ہے اس کا نام غم و پریشانی ہے۔لوگ غم کے مرکز پر کھڑے ہیں کیونکہ انھیں پتہ ہی نہیں کہ کون ہے وہ کیف و مستی کی منزل پر پہنچ سکتے ہیں۔کاش انھیں پتہ ہو جائے کہ وہ کون ہیں۔مستی و غم کے درمیان کا جو سفر ہے وہ ''میں کون ہوں'' اسے نہ جاننے سے اسے جاننے کے سفر کا نام ہے اور کہیں مسجد نہیں اور کہیں خدا نہیں اور کہیں مغفرت نہیں غم سے کیف و مستی کی طرف بڑھ جانا خدا کی طرف بڑھ جانا ہے غم سے کیف و مستی کی طرف بڑھ جانا مغفرت کی طرف بڑھ جانا ہے۔غم سے کیف و مستی کی طرف بڑھ جانا سچائی و حق کی طرف بڑھ جانا ہے لیکن جسے اپنا ہی پتہ نہ ہو اسے کیا کیف و مستی کا پتہ ہو'' میں کون ہوں'' اس کو کوئی فلسفانہ سوال مت سمجھنا اور اس کا جواب پانے کسی

کتاب میں مت چلے جانا۔اس کا جواب تلاش کرنا ہے تو اپنے خیال کو سکڑ کر جو چاروں طرف پھیلا ہے اسے واپس بلانا کہ گھر واپس آؤ جیسے شام کو سارے پرندے اپنے اپنے گھونسلے میں لوٹتے ہیں ایسے ہی اہل تصوف اپنے خیالوں کی کرنوں کو اپنے خیالوں کے پرندوں کو جو سب طرف اڑ گئے ہیں انھیں واپس بلانے لگتا ہے وہ جس دن سب اپنے گھر لوٹ آتے ہیں سارا خیال جب اندر کی طرف بیٹھ جاتا ہے جیسے کوئی پرندہ اپنے گھونسلے میں بیٹھ جاتا ہے اسی دن باطن کے دروازہ کا بسم اللہ یعنی اجرا ہو جاتا ہے۔یہ توجہ و غیر توجہ کے درمیان کا فاصلہ ہے یہ ایک سوال اور ایک جواب کے درمیان کا فاصلہ ہے۔وہ جو غیر توجہ ہیں توجہ ہو جائیں تو بات پوری ہو جائے۔یاد رہے دھیان و مراقبہ کے جو برعکس ہے وہ آدمی سویا ہوا ہے۔بد مذہب ہے دھیان و مراقبہ کے لئے جو بیدار ہے وہ صاحب مذہب ہے اسی لیے کہا گیا ہے کہ صوفی وہ ہے جو بیدار ہے۔بیدار سے مراد جس کے خیال کی ساری لہریں اندر کی طرف دوڑتی ہوں اگر جاگ جائیں تو پتہ چلے گا کہ ''میں کون ہوں'' اگر سوتے رہیں تو پتہ ہے اور پتہ نہ چلے گا۔اس لئے میں نے کہا کہ آسان بھی ہے اور کٹھن بھی چاہے تو آج بھی ہو سکتا ہے نہ چاہے تو ستر قیامت تک معلوم نہیں ہو سکتا کہ ''میں کون ہوں۔''

تصوف میری نظر میں خدا کی محبت کا دوسرا نام ہے۔لوگ کہتے ہیں کہ تصوف دنیا کو چھوڑ دینے کا نام ہے میں کہتا ہوں کہ تصوف خدا کی محبت میں ڈوبنے کا نام ہے۔جو خدا کی محبت میں ڈوب جاتا ہے وہ خود بخود دنیا سے ماوراء ہو جاتا ہے۔

تصوف منزل نہیں سفر ہے خدا کی طرف ۔اس کی ابتداء تو ہے پر اسکی انتہا نہیں یہی اسکی خوبصورتی ہے۔ایک راستہ پورا نہیں ہو پاتا کہ دوسرا راستہ نکل آتا۔ ایک پردہ اٹھا نہیں کہ دوسرا پردہ نظر آتا ہے ۔ روز روز نئے تجربے دروازے پر دستک دیتے رہتے ہیں ۔ ایک تجلی کا دیدار ہوا نہیں کہ ہزاروں تجلیات قطار میں کھڑی ہو جاتی ہیں۔جسکی ہم تلاش کر رہے ہیں وہ ہم میں موجود ہے۔ازل سے جس کو ڈھونڈ رہے تھے اس کو ہم نے ایک لمحے کے لئے بھی کھویا نہیں بس اپنی طرف لوٹو اپنی خودی کو جانو اپنی روح کو پہچانو اپنی طرف آنکھ کھولنے کا نام تصوف ہے۔جس نے اپنی طرف آنکھ کھولا پھر اس کو نہ کوئی خوف ہے نہ کوئی غم۔اس پر رحمت کے دروازے کھل جاتے ہیں۔

بیداری اور محبت یہ دو چیزیں میری بنیاد ہے۔آپ اندر سے بیدار رہیں اور آپکے باہر محبت رہے۔خود کے لئے بیداری اور تعلقات میں محبت رہے آپ کے اندر بیداری کا پھول کھلے اور محبت کی خوشبو اٹھے۔جس آدمی میں ایسی صفت ہوگی وہ آدمی میں جو قابلیت ہوگی وہ اس ہنر میں استاد بن جائے گا۔

نور کی بارش ہو رہی ہے۔ جو بھی اس کے پاس بیٹھے گا وہ اس نور میں نہالے گا اور اس نور مجسم سے خود کو بھی منور کر لیگا۔ جو ساز پیر کے اندر بج رہا ہے اس کی جھنکار اس کی آواز کو مرید کا دل بھی محسوس کرنے لگتا ہے۔

جو پیر نے جانا ہے اس کو پیر بتا نہیں سکتا۔ سمجھا نہیں سکتا مگر اس کے پاس بیٹھے تو بغیر کہے کہہ دیا جاتا ہے بغیر بتائے بتا دیا جاتا ہے۔ پیر کی موجودگی مرید کو روشن کر دیتی ہے حالانکہ روشنی کے پاس اگر آنکھ بند کر کے بھی بیٹھو گے تب بھی روشنی میں نہالو گے۔

پیر ماہ کامل یعنی مکمل چاند کے مانند ہوتا ہے اور مرید اماوس کی اندھیری رات کی طرح ہوتا ہے۔ مرید ہزاروں طرح کے اندھیرے اپنے ساتھ لے کے آتا ہے اور جو اس اندھیرے میں روشنی پیدا کر سکے اسی کا نام پیر ہے۔اماوس کی کالی رات مرید کی طرف بھی اشارہ ہے اور پیر کی طرف بھی اشارہ ہے جب دونوں کا ملن ہوتا ہے وہیں کوئی راز کھلتا ہے۔

مرید کو سورج نہیں سمجھ سکتا ہے ہاں چاند سمجھ سکتا ہے کیونکہ چاند اندھیرے سے گزرا ہے پندرہ دن تو اندھیرے ہی میں ڈوبا رہتا ہے اس کی آدھی زندگی اندھیرے میں گزری ہے۔اماوس کی کالی رات کو بھی چاند نے جانا ہے ہمیشہ چودھویں کی چاندنی ہی نہیں رہتی مسافر ہے چاند۔ پیر سورج کے مانند ہمیشہ کامل کا کامل نہیں رہا ہے بلکہ ناقص سے کامل کی طرف آیا ہے

تصوف کے اتنے ہی معنی ہیں کہ تم نئے نئے تجربے کرنے کو تیار ہو۔

تصوف کے اتنے ہی معانی ہیں کہ تم پرانے دکھ کیساتھ تعلق ختم کرنے کی ہمت رکھتے ہو۔

تصوف کے اتنے ہی معنی ہیں کہ تم زندگی کو نئے ہنر سکھانے کو تیار ہو۔

تصوف ایک طاقت ہے۔تصوف دنیا سے اداس ہونے کا نام نہیں ہے ۔تصوف تو ہنستے کھیلتے زندگی کو نئی ترقی دینے کا نام ہے۔

انسان اپنے ہی خودی کے قید خانے میں بند ہے۔اس قید خودی سے رہائی کا نام تصوف ہے ۔ جو خودی سے چھوٹا وہ غم سے چھوٹا جو خودی میں گرفتار ہے وہ تمام مسائل میں گرفتار ہے۔تصوف خودی سے کیسے چھوٹے اس کا ہنر سکھاتا ہے۔

ماضی کی زمین سے اپنی جڑوں کو اکھاڑ دینا اور نئی زمین کی تلاش کرنا ہے تصوف۔

پیر کے معنی

پیر جیسا لفظ دنیا میں تلاشنے پر بھی نہ ملے گا۔لوگ پیر کے معنی استاد کے نکالتے ہیں ۔ میری نظر میں جو ادھار کی جانکاریوں سے شاگرد کو بھر دے اسے استاد کہتے ہیں۔ اور جو ان جانکاریوں کے بوجھ سے خالی کر دے اس کو پیر کہتے ہیں ۔ پیر لفظ بہت اہم ہے اسکے معنی نہ استاد کے ہوتے ہیں نہ معلم کے نہ مبلغ کے نہ مفکر کے۔ دنیا کے کسی بھی لغت میں اس لفظ کے متبادل لفظ نہیں ہے۔ دنیا کی کسی بھی زبان میں پیر لفظ کے برابر کوئی لفظ نہیں ہے کیونکہ اس پیر لفظ میں جو خاصیت ہے ایسی خاصیت کا لفظ کوئی دوسرا نہیں ہے۔ پیر کے معنی ہیں کہ دلوں کے اندھیروں کو دور کرنے والا یعنی پیر وہ ہے جس کے وجود کے اندر ہوش کا چراغ روشن ہو چکا ہے۔ جو نور علی نور ہو گیا ہے۔ جو خود سورج بن گیا ہے اسی مقام پہ کسی نے کیا خوب کہا ہے کہ ؎

ساقی شراب انڈیل چھٹ جائے ظلمتیں
سورج کی روشنی تیری بوتل میں بند ہے

ہزاروں سورج کی روشنی بھی جس کے سامنے ماند پڑ جائے ۔ پیر کے معنی ہیں جس کے وجود کا ہر حصہ روشنی کا مینار بن چکا ہے۔ جس کے وجود سے

چاند کی طرح اپنا سفر ایک ایک قدم کر کے آہستہ آہستہ بڑھایا ہے پھر وہ گھڑی بھی آئی کہ وہ ماہ کامل بن گیا۔

پیر کے پاس مرید جب بھی آئے تو ایک محبت کے ساتھ آئے ایک خوشی کے ساتھ آئے روحانی رقص کرتا ہوا آئے دل میں امنگ بھر کے آئے پیر کے پاس اداس ہو کر مت جاؤ اور نہ روتے ہوئے جاؤ اگر روتے ہوئے بھی جاؤ تو تمہارے آنسوؤں میں ایک مسرت ہو شکایت نہ ہو۔ یاد رکھو جہاں عبادت ہے وہاں شکایت کیسی پیر کے پاس عبادت سے بھرے ہوئے جاؤ۔ ایسے جاؤ جیسے تم کعبے میں جا رہے ہو ایسے جاؤ جیسے تم اپنے خدا سے ملنے جا رہے ہو تب کوئی انقلاب تمہاری زندگی میں رونما ہوگا کیونکہ انقلاب احساس قلبی سے ہی ہوگا۔

پیر کے پاس بہت کچھ ٹوٹے گا۔ بہت کچھ کیا؟ سب کچھ ٹوٹے گا۔ تمہارا تکبّر تمہاری انانیت تمہارے نام کا غرور تمہاری مالکیت کا دعویٰ یہ سب ٹوٹ جائے گا تم پھر سے بکھیر کے بنائے جاؤ گے۔ تمہیں ٹکڑے ٹکڑے کیا جائے گا تا کہ تمہارے اندر کے ستار کو پھر سے بنایا جا سکے۔ تمہارے اندر کے ستار کی تار کچھ ڈھیلی ہے اور اندر کا ساز پوری طرح سے بگڑ چکا ہے جہاں خوشی کے نغمے بجنے چاہیئے وہاں غم کا ماتم بج رہا ہے۔ جہاں جنت پیدا ہونی چاہیئے وہاں جہنم بن رہا ہے تمہاری حالت ایک دم بگڑی ہے بہت بکھری ہے۔ سونے

قول: راہِ تصوف میں خود کو نہ جاننا سب میں بڑا کفر ہے۔

قول: تنقید میں تعمیر پوشیدہ ہے۔

نکتہ: انسان جب کسی کی تعریف کرتا ہے تو محض اس کی زبان ساتھ ہوتی ہے مگر جب وہ کسی کی برائی کرتا ہے تو زبان کے ساتھ ساتھ اس کا دل بھی شریک ہو جاتا ہے کیونکہ برائی کرنے سے نفس کی پرورش ہوتی ہے گویا نفس کی غذا ہے۔

قول: نہ کسی کی تعریف اس کے سامنے کرو نہ اسکی برائی پیچھے۔

قول: تعریف اور برائی دونوں نفس کا دھوکا ہے اسی لئے دونوں چھوڑ دینے کے قابل ہے۔

قول: ہمارے دکھ کی وجہ ہم خود ہیں۔

قول: کچھ چہرے روتے وقت اور حسین ہو جاتے ہیں۔

قول: سب عقیدت پہ ناز کرتے ہیں مگر کچھ لوگ ایسے بھی ہیں جن پر عقیدت ناز کرتی ہے۔

نکتہ:۔ دکھ کی وجہ

ہمارے دکھ کی ایک ہی وجہ ہے سکھ کی چاہ۔ سکھ کی چاہ ہی دکھ کو جنم دیتی ہے سکھ وہ ہی چاہ سکتا ہے جو دکھی ہو۔ سکھ میں ہی دکھ کا کانٹا چھپا ہوا ہے۔ سکھ چاہ

میں بہت مٹی مل گئی ہے۔ بہت کچرا مل گیا ہے ہزاروں سال تک سونا کچرا اور مٹی میں دبا رہا اب آگ سے گزارنا پڑے گا۔ آگ میں وہی جل جائے گا۔ جو تم نہیں ہو اور وہی بچے گا جو تم ہو۔ تم خالص سونا بن کر نکلو گے مگر آگ سے گزرنا تکلیف دہ تو ہے۔

پیر کے پاس کیسی ہی اندھیری رات کیوں نہ ہو مگر وہ جو بجلی چمکتی ہے۔ کبھی کبھی اسکو بھی کافی سمجھنا۔ اندھیری رات میں جو بجلی چمکتی ہے اس کو خوش قسمتی سمجھنا شاید بجی چمکنے کے لئے اندھیری رات چاہئے دن میں تو بجلی چمکنے کا کیا مزہ ہے۔

شاید پھولوں کے لئے کانٹے ضروری ہے پیر کے پاس بہت ساری اندھیری راتیں ہوں گی اس کی گنتی مت کرنا کبھی کبھی بجلی چمک اٹھے اس کو دل میں سنبھال کے رکھ لینا۔ بہت کانٹے چبھیں گے اس کا حساب مت رکھنا کبھی کبھی پھولوں کی خوشبو آجائے تو جھوم اٹھنا کوئی اس کے احسان کا نغمہ پڑھ لینا کوئی اس کے شکر گزاری کا گیت گا لینا۔

مرید کے معنی ہیں جس نے ابھی ابھی پیر میں خدا کو دیکھنا شروع کیا ہو۔ پیر کی موجودگی ہی مرید کا امتحان ہے۔ پیر جب تمہاری آنکھوں میں آنکھیں ڈال کر دیکھتا ہے تو سمجھو تمہارا امتحان چل رہا ہے۔

پیر کے پاس ہونے کے معنی یہ ہوتے ہیں کہ تم چوبیس گھنٹے کسے

جا رہے ہو۔ اور اس کسنے سے گھبرانا مت۔ اس کسنے کے لئے تیار رہنا اور پیر کا شکریہ ادا کرنا کہ مجھے اس طرح سے کستے رہنا۔ مجھے چھوڑ مت دینا کیونکہ سفر لمبا ہے۔ راستہ انجان ہے مجھے تو کچھ پتہ نہیں کہاں جاؤں؟ کہیں بھٹک نہ جاؤں، کیونکہ بھٹکاؤ کی امید زیادہ ہے بہ نسبت پہنچنے کے۔ بھٹکنا ہماری پرانی مشق ہے۔

پیر روشنی لئے بیٹھا ہے اگر مرید اپنے دل کا دروازہ کھولنے کو تیار ہے تو موت گزرے گی۔ اور تم مرو گے بھی اور پھر ایک نئی پیدائش بھی ہوگی۔ مٹنے کی پوری پوری تیاری چاہیئے تا کہ تم نئے سرے سے مکمل بنائے جا سکو جیسے پرانے مکان کو ڈھا کر اس پر نئے مکان کی تعمیر کی جاتی ہے ٹھیک اسی طرح سے پرانے وجود کو مٹا کر از سر نو نئے وجود کی تشکیل دینے والے کا نام پیر ہے۔

قول: سکون سے وہی مر سکتا ہے جس کی تمام خواہشات جھڑ گئی ہوں۔

قول: چیزیں ویسی نظر نہیں آتیں جیسی وہ ہوتی ہیں بلکہ ویسی ہی نظر آتیں ہیں جس طرح ہم دیکھنا چاہتے ہیں۔

قول: اصل راز ہمارے کرنے میں نہیں بلکہ ہمارے ہونے میں ہے۔

قول: جاننے والے ہی نہیں جاننے کا دعویٰ کر سکتے ہیں۔

قول: نہیں جاننے والا ہمیشہ جاننے کا دکھاوا کرتا رہتا ہے۔

قول: خود کی نفی خدا کی نفی ہے۔

کے دکھ کا کانٹا چبھا۔ وہ ہی آدمی سکھی ہوسکتا ہے جو سکھ کی خواہش سے آزاد ہوگیا ہو۔ دکھ انسان کی ایجاد ہے اور سکھ اللہ تعالیٰ کی عطا۔ انسان بھی عجیب ہے چاہتا تو سکھ ہے مگر کام وہی کرتا ہے جس سے دکھ ملے۔ انسان کی جڑیں دکھ کی زمین میں مضبوط ہوچکی ہیں مثلاً جب کبھی بچہ بیمار ہوتا ہے تو اس کے ماں باپ اس کے اردگرد جمع ہو جاتے ہیں اس کے ناز اُٹھاتے ہیں سب لوگ اس سے پیار جتاتے ہیں مگر جب یہی بچہ تندرست تھا کھیل رہا تھا، ناچ رہا تھا، کود رہا تھا، مستی میں جھوم رہا تھا، اس وقت ماں باپ ناراض ہو جاتے ہیں لوگ غصہ کرنے لگتے ہیں ڈانٹنے لگتے ہیں مارنے لگتے ہیں۔ اسی وقت بچے کے دل میں یہ بات گھر کر لیتی ہے کہ جب میں دکھ میں رہتا ہوں تو سب لوگ مجھ کو پیار کرتے ہیں اگر مجھے توجہ کا مرکز بننا ہے تو مجھے دکھی رہنا ہوگا۔ اور یہی طریقہ وہ زندگی بھر اپنے اوپر اور دوسروں پر استعمال کرتا رہتا ہے۔ کوئی انسان اگر گھر بناتا ہے تو اس سے لوگ جلنے لگتے ہیں مگر جب اس کے گھر میں آگ لگ جائے تو پھر دیکھئے لوگ اس کی مدد کرنے، اسے تسلی دینے، اس سے ہمدردی جتانے کے لئے دوڑ پڑتے ہیں۔ انسان کا نظریہ مذہب کے تعلق سے بھی وہی ہوتا ہے ہمیں معلوم ہو جائے کہ فلاں بزرگ یا فلاں آدمی سال بھر روزہ رکھتے ہیں تو پھر ہماری عقیدت اس شخص سے بڑھ جاتی ہے۔ یعنی وہ سال بھر بھوکا پیاسہ رہا، اپنے جسم کو کھانے پینے کے لئے تڑپاتا رہا، تکلیف دیتا رہا، اپنے جسم کو دکھی رکھا ہم اس کو بڑا بزرگ

قول: آدمی کام کرنے سے تھک جاتا ہے اور کھیل سے تازہ۔

قول: جسے ہم ڈھونڈ رہے ہیں ''وہ'' ہم خود ہیں۔

قول: جہاں ہمارا ''ہونا'' ہے وہ ہی ہمارا مرکز وحدت ہے۔

قول: جاننے والے کو جاننا اصل جاننا ہے کہ ہم میں جاننے والا کون ہے۔

قول: خدا ہم سے اتنا ہی دور ہے جتنا ہم اپنے آپ سے۔

قول: جس نے خود کو نہیں دیکھا اس نے روح کو نہیں دیکھا۔

قول: صاحب سمجھ وہ لوگ ہیں جو لوگوں کو معاف کر کے خوش ہوتے ہیں اور ناسمجھ وہ ہیں جو لوگوں کو قصوروار بنا کے خوش ہوتے ہیں۔

قول: وہی لوگ مستقبل کی تلاش کرتے ہیں جو اپنے حال سے دکھی و پریشان ہیں۔

قول: تکبّر روح کا کینسر ہے۔

قول: تکبّر کرنے والا مردے کے مانند ہے۔

قول: من خواہشات کا دروازہ ہے۔

قول: تن خواہشات کا کارخانہ ہے۔

قول: مرکز سکوت یعنی بے حرکتی کے مرکز سے ہی تمام حرکتیں ظہور میں آتی ہیں۔

قول: ہم میں خدا بیج کے مانند موجود ہے۔

مان لیتے ہیں ایسے دکھی انسان کے لئے ہماری چھاتی پھول جاتی ہے ہمارا دل خوشی سے بھر جاتا ہے اس کی زیارت سے آنکھیں ٹھنڈی ہو جاتی ہیں ہم ایسے شخص کا جلوس نکالتے ہیں اس کو پھول کا ہار پہناتے ہیں۔ مگر جو آدمی اچھے سے کھائے پیئے خدا کی نعمت کا بھرپور استعمال کرے اس کا شکر ادا کرے کہ تو نے کیا کیا نعمتیں عطا کیں اس کا جسم خوش ہو، اس کا دل اطمینان میں ہو، اس کی روح پر مسرت ہو اور جو آرام سے سوتا ہو۔ ایسے شخص کا تو ہم نے کبھی جلوس نہیں نکالا نہ کبھی اس کو ہار پہنایا۔

آج اتنی عورتیں دکھی کیوں ہیں جبکہ خوش مزاجی ان کا فطری تقاضہ ہے وہ اپنے آدمی کا پیار اور ہمدری تبھی پاتی ہیں جب وہ دکھی رہتی ہیں بیمار رہتی ہیں۔ میں نے کئی ایسی عورتوں کا مشاہدہ کیا ہوں جن پہ نہ جانے کس لکڑ اور پھکڑ بابا کی حاضری آتی ہے جب حاضری کا پردہ اٹھا کر دیکھا تو وہی دکھ کو پایا کہ جب سے حاضری کا سہارا ملا ہے سارے گھر کے لوگ میری خدمت میں ہیں۔ آج تک میں ان سے ڈرتی تھی آج وہ مجھ سے ڈرتے ہیں۔ جو چاہیئے میں حاضری کے ذریعے کروا لیتی ہوں جب وہ عورت تن من سے سارے گھر کی خدمت کر رہی تھی تب اس کا آدمی اسے بیوی کم نوکرانی زیادہ سمجھ رہا تھا کہ بیوی کے ساتھ نوکرانی مفت میں مل گئی۔ ماہر نفسیات کا ماننا ہے کہ جب عورت کے ذہن پر دباؤ حد سے زیادہ بڑھ جاتا ہے تو کئی اثرات مرتب ہوتے ہیں جن میں

سے ایک یہ بھی ہے کہ عورت اپنے اندر کسی اور کو ڈھونڈنے لگتی ہے۔ یا ہسٹریا کی شکار ہو جاتی ہے۔ روئے زمین پہ سب میں زیادہ ظلم وستم گر کسی پہ ڈھایا گیا تو وہ عورت ہے۔

ہندو مذہب کے قانون کے مطابق اگر اس عورت کا شوہر مر جائے تو اسے زندہ جلا دیا جاتا تھا۔ عورت کے ذہن پہ جتنا دباؤ ہے اس کا اگر آدھا فی صد بھی مرد کے ذہن پہ وہ دباؤ آجائے تو میں دعویٰ کرتا ہوں کہ تمام مرد پاگل ہو جائیں گے۔ جو دکھی ہوتا ہے وہ دوسروں کو سکھی دیکھنا نہیں چاہتا۔ انسان دکھ کی بیج بوئے جا رہا ہے اور سکھ کا پھل پانا چاہتا ہے ''بوئے بیج ببول کا تو آم کہاں سے پائے'' دکھ کی جڑوں کو پانی دینا بند کر دو تا کہ خود بخود یہ جھاڑ گر جائے دکھ کو مٹانے کا ایک ہی طریقہ ہے کہ دکھ کی وجہ کو جان لو۔ بس جس دن آپ کو پتہ چل جائے گا کہ آپ دکھی کیوں ہیں اسی دن دکھ مٹ جائے گا۔ ڈاکٹر بیماری کا علاج تبھی کر سکتا ہے جب وہ بیماری کو جان لے۔

قول: وقت کے شہنشاہ وہی ہیں جو سکھ اور دکھ کے پار ہو جائیں۔

قول: بزرگوں نے ہمیشہ سے چاہا کہ آپ خوش رہیں یہ دعا کی مقبولیت کے لئے ماحول آپ کو ہی بنانا ہوگا۔

قول: جو سکھ سے بے نیاز ہے اسے کوئی دکھی نہیں کر سکتا۔

قول: من بے چین رہتا ہے ایسا نہیں بے چینی کا نام ہی من ہے۔

۲ نکتہ:۔ اُمّی

اس دنیا میں اُمّی (نہیں جاننے) کے دعویٰ سے بڑھ کر کوئی دعویٰ نہیں۔ جب جاننے کی تمام حدیں پار ہو جاتی ہیں اور جاننے کے لئے کچھ نہیں بچتا جسے جانا جائے تب جاننے والے جاننے کی بلند چوٹی پر کھڑے ہو کر نہیں جاننے کا دعویٰ کرتے ہیں۔ مگر ایک دنیادار کی سمجھ یہ سمجھتی ہے کہ وہ کچھ نہیں جانتے۔ مگر کسی بھی چیز کا انکار اسی وقت کیا جا سکتا ہے جسے مکمل طور سے جانا گیا ہو۔

۳ نکتہ:۔ مراقبہ

مراقبے کے یہ معنی نہیں کہ کسی خیال کو جمانا یا کسی خیال میں بیٹھ جانا یا کسی خیال کی نفی کرنا بلکہ جب کوئی خیال کی لہر ہمارے میں نہیں اٹھتی اس حالت کا نام مراقبہ ہے۔ جہاں تن و من ٹھہر جائے اسی کا نام مراقبہ ہے۔

قول: ہم وہی جان سکتے ہیں جو ہم ہو گئے ہیں۔

۴ نکتہ:۔ ماننا اور ہے جاننا اور ہے

ماننا اور ہے جاننا اور ہے لیکن ہم ماننے کو ہی جاننا سمجھ لیتے ہیں۔ ہاں یہ ضرور ہے کہ کسی بھی چیز کو ماننے سے اس کا جاننا آسان ہو جاتا ہے۔ مگر کوئی ماننے کو ہی جاننا سمجھ لے یہ بے ایمانی ہے یہ جھوٹ ہے اور کوئی بھی جھوٹ سے سچ تک نہیں پہنچ سکتا۔ جو جھوٹ سے سفر شروع کرے گا وہ آخر میں جھوٹ پر ہی پہنچے

دور ہو جاتا ہے اگر ہم سارے عمل چھوڑ دیں تو خود میں ٹھہر ہی جائیں گے۔ کیونکہ سارے دروازے بند ہوں گے باہر جانے کے۔ اس دنیا میں دو طرح کے لوگ ہوئے اور ہیں اور ہوتے رہیں گے۔ ایک باطنی رخ والے اور ایک باہری رخ والے اگر کوئی باہری رخ والا ہے مگر خود میں ٹھہر گیا تو اس سے عمل تو ہوگا مگر پھل کی آس ختم ہو جائے گی اور اگر کوئی آدمی باطنی رخ والا ہے تو اس سے پھل کی آس بھی چھوٹ جائے گی اور عمل کی آس بھی چھوٹ جائے گی۔ اہل تصوف حضور غوث پاک رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا ایک قول نقل کرتے ہیں کہ معرفت تمام اور مقام وصول کے بعد اگر کوئی عبادت کا ارادہ کرتا ہے تو شرک کرتا ہے اور یہ سعادت بعد فنائے صفات بشریت ظہور بے اختیاری حقیقی کے میسر آئی ہے اس مقام میں سوائے خدا کے کچھ باقی نہیں رہتا اور شعور عبادت دوئی میں ہوتا ہے پس دوئی عارفوں کے نزدیک شرک ہے۔

صاحب علم بھی دو قسم کے ہوتے ہیں اور صاحب لاعلم بھی دو طرح کے ہوتے ہیں۔ اگر صاحب لاعلم آدمی باطن کی طرف رخ کر لیتا ہے تو کاہل وسست ہو جاتا ہے۔ اور اگر صاحب علم باطن کی طرف رخ کر لے تو بے حرکت ہو جاتا ہے۔ باہری رخ والا آدمی اگر صاحب لاعلم بھی ہو تو اس کا عمل فساد بن جاتا ہے وہ کچھ نہ کچھ کریگا وہ کچھ کئے بغیر نہیں رہ سکتا۔ اگر کرنے سے نقصان بھی ہو تو تب بھی کرے گا کیونکہ کرنا اس کی بیماری بن جاتی ہے یہ عالم ایسے

گا کیونکہ جھوٹ سے جھوٹ ہی نکلیں گے سچ نہیں۔

۵ نکتہ:۔عمل ظاہری عمل باطنی

ہر عمل ہمیں باہر کی طرف ڈھکیلتا ہے عمل کا مطلب ہے کسی اور سے جڑ جانا عمل کتنا ہی بڑا کیوں نہ ہو کرنے والے سے بڑا نہیں ہوسکتا۔لوگ سمجھتے ہیں کہ کچھ نہ کرنا چھوٹی بات ہے۔مگر کچھ نہ کرنے سے بڑی بات آج تک نہیں ہوئی۔ہم کچھ نہیں کرنے کا مطلب سمجھتے ہیں کہ ہاتھ پہ ہاتھ رکھ کر بیٹھ جانا۔ ہر کوئی جسمانی طور پر چپ بیٹھ بھی جائے مگر اس کا من اسی رفتار سے حرکت میں رہتا ہے جس رفتار سے کسی انسان کا جسم۔کچھ نہیں کرنے کا مطلب یہ بھی نہیں کہ تن اور من کو ٹھہرانے کی کوشش کرنے میں لگ جائیں بلکہ من میں کرنے کی خواہش تو ہو پر تن کرنے سے بیزار ہو جائے ۔ جیسے نامرد آدمی میں خواہش شہوت تو ہوتی ہے مگر جسم ساتھ نہیں دیتا کچھ کرنے کی خواہش کسی نہ کسی چیز سے آپ کو جڑا کر رکھتی ہے۔اب اس کا مطلب یہ ہوا کہ آپ اکیلے ہو گئے کرنے کا مطلب ہے کسی دوسرے پر نظر رکھنا اور کچھ نہیں کرنے والا خود پہ نظر رکھتا ہے۔اور جو خود پہ نظر رکھتا ہے اس سے کچھ نہ کچھ ظہور میں آجاتا ہے وہ اپنی روحانیت کو پا لیتے ہیں۔اس کے یہ معنی نہ سمجھو کہ صاحب روحانیت عمل نہیں کرتے ۔ وہ بھی عمل کرتے ہیں مگر یہ بھی سچ ہے کہ جو عمل کرتا ہے وہ صاحب

روحانیت نہیں ہو جاتا۔عمل کا دارومدار پھل پہ منحصر ہے کوئی کتنا ہی کہے کہ مجھے عمل سے کچھ نہیں چاہیئے مگر دل کے کسی نہ کسی گوشے میں پھل کی آس لگی ہی رہتی ہے۔صوفیاء میں ایک کہاوت کافی مشہور ہے کہ ''نیکی کر اور دریا میں ڈال'' یعنی پھل کی خواہش نہ کر۔مگر یہ بات محال ہے کہ کوئی نیکی کرے اور پھل نہ چاہے۔ صاحب عمل کے لئے یہ پریشانی کا باعث ہے اور پھل کی صورت واقسام بھی کئی ہیں۔ایک آدمی مسجد میں ایک اینٹ بھی اگر دینے کی نیکی کرتا ہے تو اس نیکی کے بدلے میں وہ جنت میں خوبصورت محل مع حوروغلماں کے چاہتا ہے۔حضور نبی اکرم ﷺ کا فرمان عالی شان ہے کہ'' عمل خالص کرو چاہے تھوڑا ہو'' اسی فرمان اعظم کو ہزاروں بار پڑھا اور سنا گیا ہوگا مگر کم سمجھا گیا ہوگا۔ کیونکہ فرمان اتنا پیچیدہ ہے جس کی وجہ سے کم سمجھا گیا ہوگا۔ ''عمل خالص'' کا مطلب بے لوث عمل یعنی جس میں پھل کی آس نہ ہو مگر عقل کی پریشانی یہ ہے کہ عمل یا پھل کے لئے کیا کیا جائے یا عمل کرنے کے بعد میں پھل کا سوال کیا جائے پھر سوال اٹھتا ہے کہ فرمان رسول عمل خالص کو کون کرسکتا ہے۔عمل خالص وہی کرسکتا ہے جو اولیائے کرام کے دامن سے وابستہ ہو کر اپنی حقیقت سے آشنا ہو گیا ہو۔اور ارباب حقیقت ہر عمل کو ایک کھیل سمجھ کر کرتے ہیں جس کی کوئی وجہ نہ ہو اور جو حقیقت سے بے خبر ہے وہ خواہش کی وجہ سے عمل میں اترتا ہے اور خواہشات میں بھٹک جاتا ہے اور اپنے سے

لاتعداد باہری رخ والے لاعلم لوگوں سے بھرا پڑا ہے یہ ایسے لاعلم لوگ ہیں جنہیں کچھ پتہ نہیں یہ کیا کررہے ہیں اس کا انجام کیا ہوگا کبھی یہ انقلابی کی صورت لے لیتے ہیں کبھی نیتا بن جاتے ہیں کبھی سماج کی اصلاح کرنے میں پوری طاقت جھوک دیتے ہیں ۔ ایسے لوگوں کی وجہ سے دنگا فساد ملکی جنگیں وجود میں آتے ہیں اگر کوئی آدمی باہری رخ والا ہے مگر صاحب علم ہے تو ان کا عمل ندی کی طرح بہے گا لوگ اس سے فیض یاب ہوں گے ایک عالم کا سجدہ ہزاروں جاہلوں کے سجدوں سے افضل واعلیٰ ہوتا ہے حالانکہ سجدہ کرنے کا عمل دونوں کا یکساں ہوتا ہے ۔ باطنی رخ اور باہری رخ یہ بھی والدین کے ذریعہ وراثت میں بچوں کو مل سکتا ہے ۔ ہم اپنے پیدا ہونے والے بچے کا معائنہ کرکے دیکھیں کہ وہ باطنی رخ ولا ہے یا باہری رخ والا ہے ۔ باطنی رخ والا بچہ اگر پہلے دن کا بھی ہے تو وہ زیادہ تر آنکھ بند کرکے سوتا رہے گا ۔ ہلے گا ڈولے گا بھی نہیں جب تک بھوک نہ لگے آنکھ نہیں کھولے گا ۔ بھوک لگنے پر تھوڑا شور وغل کرلے گا ۔ اور جو باہری رخ والا بچہ ہے وہ پہلے دن سے ہی چاروں طرف دیکھنا شروع کردے گا ۔ ہاتھ پیر پھیلانا شروع کردیگا ۔ ہر چیز کو پکڑنا چاہے گا ۔ غور وفکر سے اگر معائنہ کریں تو معلوم ہوگا کہ ماں کے پیٹ سے ہی پتہ چل سکتا ہے کہ باہری رخ والا ہے یا اندرونی رخ والا ۔ اگر باہری رخ والا ہے تو ماں کے پیٹ میں بھی ہاتھ پیر مارنا شروع کردیتا ہے ۔ اس کی حرکت زیادہ محسوس ہوتی ہے ۔

برتن کو کوئی کتنا ہی بھرنا چاہے پھر بھی وہ خالی ہی رہے گا ۔

قول: جسے خالی نہ کیا جاسکے وہ روح ہے اور جسے بھرا نہ جاسکے وہ من ہے ۔

۷ نکتہ :۔ خدا کو پانے کی خواہش

خدا کو پانے کی خواہش سے بڑھ کر کوئی خواہش نہیں اور اس خواہش کے آگے ساری خواہشات چھوٹی وبونی ہے کہتے ہیں کہ بڑی مچھلی چھوٹی مچھلی کو کھا جاتی ہے ۔ جب ہم میں بڑی خواہش پیدا ہوتی ہے تو خود بخود چھوٹی چھوٹی خواہشات ختم ہوجاتی ہیں ۔ یعنی جیسے کوئی بڑی بیماری کے ہوتے ہی چھوٹی چھوٹی بیماریوں کا احساس ختم ہوجاتا ہے ٹھیک اسی طرح چھوٹی چھوٹی خواہشات ہوتی تو ہیں پر اس کا احساس ختم ہوجاتا ہے یا یوں کہو کہ سورج کی بڑی روشنی کے آگے چراغوں کی چھوٹی روشنی مدھم پڑ جاتی ہے اس کا مطلب یہ نہیں کہ ان چراغوں میں روشنی نہیں ہوتی بلکہ سورج کی روشنی میں چراغوں کی روشنی چھپ جاتی ہیں دکھائی نہیں دیتی ۔ کہتے ہیں تین طرح کے طالب ہوتے ہیں پہلا طالب دنیا ۔ جو دنیا کی طلب میں مبتلا رہتا ہے جس کا مقصد عیش وعشرت ہے ۔ دوسرا طالب عقبیٰ جو عقبیٰ کو پانے کے لئے عبادت وریاضت میں مشغول رہتا ہے جس کا مقصد جنت وحور وغلماں ہے ۔ تیسرا طالب مولا ۔ جو خدا کو پانے کے لئے ذکر، فکر، مراقبہ، معائنہ، مجاہدہ، محاسبہ اور آخر کار اپنی جان تک قربان

اور جو باطنی رخ والا بچہ ہے وہ ماں کے پیٹ میں بھی چپ چاپ پڑا رہتا ہے جیسے ہے یا نہیں پتہ ہی نہیں چلتا۔

سوال: راہ تصوف میں ذکر پر اتنا زور کیوں ہے؟

جواب: صوفیائے کرام فرماتے ہیں کہ خدا کو پایا نہیں جا سکتا، کیونکہ پایا اسے جاتا ہے جو ہمارے پاس نہ ہو۔ مگر خدا تو ہمیشہ سے ہی ہمارے پاس ہے۔ بلکہ خدا وہ ہے جسے چاہ کر بھی کوئی کھو نہیں سکتا۔ مگر ہم اس کو بھول گئے ہیں۔ مثلاً ہمارے جیب میں کوئی قیمتی ہیرا ہو اور ہم کھیل کود میں بھول گئے کہ ہمارے جیب میں قیمتی ہیرا ہے۔ اگر کوئی پوچھے کہ اس ہیرے کو پانے کیلئے کیا کرنا پڑے گا۔ تو بس یاد کرنا پڑے گا نہ کہیں جانا پڑے گا نہ کہیں آنا پڑے گا نہ کچھ کرنا پڑے گا۔ اور ذکر کے معنی یاد کرنے کے ہی تو ہے مگر آج کے دور میں رٹنے کا نام ذکر ہے۔

سوال: میں خدا سے برسوں دور رہا اب اس کے قریب آنے کیلئے کتنا وقت لگے گا اور کیا کرنا پڑے گا؟

جواب: بالفرض ایک آدمی سورج کی طرف پیٹھ کر کے ایک ہزار کلومیٹر کا سفر طے کیا اگر وہ کہے کہ مجھے واپس سورج کی طرف لوٹنا ہے تو کتنا کلومیٹر طے کرنا ہوگا کیا پھر سے ہزار کلومیٹر کا سفر کرنا ہوگا؟ نہیں بس اسے رخ موڑ لینا پڑے گا۔ اسی طرح ہم نے بھی خدا کی طرف پیٹھ کر لئے ہیں بس

رخ موڑ لینا ہے۔ اور جس طرح سورج اپنی طرف پیٹھ کرنے والے کے ساتھ ہی رہا اسی طرح خدا کی طرف پیٹھ کرنے کے باوجود ساتھ ہی تھا۔ ہزاروں سال کا اندھیرا شمع کے جلاتے ہی بھاگ جاتا ہے یہ تک نہیں کہتا کہ میں ہزاروں سال سے ہوں ہزاروں سال کا جاہلیت کا اندھیرا علم کی ایک کرن سے بھاگ جاتا ہے۔

۶ نکتہ:۔ من کیا ہے؟

ہم میں کچھ ایسا ہیں جو کبھی ٹھہرتا نہیں، جہاں ہمارا ہونا ہے اس کا ہونا نہیں اسی کا نام من ہے من کی نہ ٹھہرنے کی ایک ہی وجہ ہے وہ ہے خواہش۔ من سدا دو خواہشوں کے بیچ میں گھڑی کے پینڈولم کی طرح ہلتا ڈلتا رہتا ہے اس کی حالت ٹھیک اس گدھے کی طرح ہے جس کے دونوں طرف برابری دوری پہ دو گھاس کے گٹھے رکھے ہوں۔ گدھا کبھی اس گھاس کی طرف ایک قدم بڑھاتا ہے تو کبھی دوسرے گھاس کے گٹھے کی طرف قدم بڑھاتا ہے۔ اس طرح کی حرکت سے وہ نہ اس گٹھے تک پہنچ پاتا ہے نہ اس گٹھے تک پہنچ پاتا ہے آخر کار بھوکا ہی مر جاتا ہے۔

کہتے ہیں کہ انسان کا پیٹ بھر جاتا ہے پر من نہیں بھرتا۔ من سدا خالی ہی رہتا ہے کیونکہ من اس برتن کی طرح ہے جس کا پیندا نہ ہو۔ بن پیندے کے

کرنے کے درپر رہتا ہے۔ اب میں کہوں کہ فیصلہ کرو کہ ان میں سب میں بہتر واعلیٰ وبڑا طالب کون ہے۔ تو بلاشبہ ایک ہی جواب ہوگا کہ طالب مولا۔ کیونکہ خدا سے بڑھ کر کوئی چیز ہو نہیں سکتی اور طالب کے معنی ہیں طلب کرنے والا۔ خواہش رکھنے والا۔ دیگر دو طالب۔ طالب دنیا، طالب عقبیٰ طالب مولیٰ کے آگے چھوٹے ہیں۔ انسان کی اپنی ایک فطرت ہے کہ وہ خواہش چھوڑتا نہیں بلکہ چھوٹی خواہش کو بڑی خواہش سے بدل دیتا ہے۔

خواہش چاہے کچھ بھی ہو۔ چاہے دنیا کی ہو یا آخرت کی یا خدا کو پانے کی ہی کیونہ ہو جب تک انسان خواہشات کو ترک نہیں کرے گا تب تک سکون نہیں پاسکتا ہے۔ کسی بزرگ نے کیا خوب فرمایا ہے کہ

ترک دنیا ترک عقبیٰ ترک مولا ترک ترک
یعنی یوں بے آرزو جینے کی عادت کرکے دیکھ

ایک اہم بات سن لو سب خواہشات کو چھوڑنے کی خواہش بھی ایک خواہش ہے اس خواہشات کے گورکھ دھندے کو چھوڑ کر وہاں آؤ جہاں تمہارا ''ہونا'' ہے اور جہاں تمہارا ''ہونا'' ہے وہ آب حیات کا دریا ہے اور جو اس دریا میں ڈوب جاتا ہے ٹھہر جاتا ہے۔ تو اس کی خواہشات خود بخود جھڑنے لگتی ہیں جس طرح ایک سوکھا ہوا پتا درخت سے جھڑتا ہے۔ اس کے جھڑنے کی خبر نہ پیڑ کو ہوتی ہے نہ اس کا درد پتے کو ہوتا ہے۔

کردار سے باہر آنا نہیں چاہتا اور جو بیٹا بنا ہے وہ بیٹے کے کردار سے باہر آنا نہیں چاہتا اسی وجہ سے نفرت انسان کے دل ودماغ پر گہرائی تک اثر کر لیتی ہے۔ یہ بات ضرور ہے کہ صوفی اداکار ہوتا ہے مگر یہ ضروری نہیں کہ ہر اداکار صوفی ہو۔ کیوں کہ رسمی اداکار اپنی اداکاری کے جوہر محض دولت وشہرت کو پانے کے لئے کرتا ہے اور جہاں پانے کے مقصد سے کچھ بھی کرلے چاہے اداکاری یا کھیل یہ سب پھر کام بن جاتے ہیں۔ رسمی اداکار اپنی اداکاری کو کام سمجھ کر کرتے ہیں اس لئے صوفی نہیں بن پاتے اور صوفی اس کو بغیر کسی چیز کو پانے کی لالچ سے کرتا ہے اس لئے وہ صوفی رہتا ہے۔

قول: بچپن کلی، جوانی پھول، بڑھاپا گوبھی کا پھول۔

قول: ہر دور میں مذہب کا نقصان عالموں سے زیادہ اور جاہلوں سے کم پہنچا ہے

۹ نکتہ:۔ ظاہری علم وباطنی علم

ایک وہ علم ہے جو سیکھنے سے ملتا ہے اور ایک ایسا بھی علم ہے جو بھولنے سے ملتا ہے ایک وہ علم ہے جو دوڑنے سے ملتا ہے ایک وہ علم بھی ہے جو ٹھہرنے سے ملتا ہے ایک وہ علم ہے جس کے لئے سفر در سفر کرنا پڑتا ہے اور ایک علم وہ بھی ہے جس کے لئے محض خود میں جھانک کر دیکھنا پڑتا ہے۔ جو علم ہمیں محنت ومشقت

۸ نکتہ:۔ خدا نے دنیا کو کیوں بنایا؟

خدا دنیا بناتے وقت جس طرح خوش تھا جشن منا رہا تھا ٹھیک اسی طرح دنیا کو مٹاتے وقت بھی خوشی وجشن منائے گا۔ جس طرح بچہ کھیلنے کے لئے ریت پر گھر بناتا ہے اور بناتے وقت جس قدر مزہ لیتا ہے خوش ہوتا ہے ٹھیک اسی طرح بچہ اس گھر کو مٹاتے وقت بھی خوشی محسوس کرتا ہے۔ ہمیشہ سے بحث زیر موضوع رہی ہے کہ خدا نے دنیا کو کیوں بنایا؟ یہ سوال ہمیں عالمانہ، صوفیانہ، عارفانہ، معلوم پڑتا ہے پر جیسے ہی ہم کہتے ہیں کہ ''کیوں'' خدا کو طالب دنیا بنا کر خواہشوں کی صف میں کھڑا کر دیتے ہیں ذرا اس بچے سے پوچھو کہ ریت پر گھر کیوں بنا رہا ہے؟ کس مقصد سے بنا رہا ہے؟ کہے گا کہ کھیلنے کے لئے ۔ پھر پوچھو مٹا کیوں رہا ہے؟ تو وہی کہے گا کہ کھیلنے کے لئے ۔ بزرگوں کا قول ہے کہ بچہ فطرت اللہ وعادت الٰہی پر پیدا ہوتا ہے حضرت عیسیٰ علیہ السلام فرماتے ہیں کہ میرے رب کی حکومت میں وہی داخل ہوسکتا ہے جو بچوں کی طرح ہو جائے۔ خدا پر نہ کچھ فرض ہے نہ کچھ واجب ہے اور نہ بچوں پر کچھ فرض ہے نہ واجب ہے۔ خدا نے یہ دنیا اپنی معرفت کا کھیل کھیلنے کے لئے بنایا۔ جیسا کہ حدیث قدسی میں ہے کہ ''میں ایک چھپا ہوا خزانہ تھا میں چاہا کہ میں جانا جاؤں پہچانا جاؤں تو میں نے خلقت کو، ربوبیت کو ظہور میں لایا'' اگر کھیل بھی کسی

مقصد کے تحت کھیلا جائے تو وہ کام بن جاتا ہے اور کام بھی اگر بغیر مقصد کے کرے تو وہ کھیل بن جاتا ہے۔ اس لئے اکثر لوگ کام سے تھک جاتے ہیں اور کھیل سے تازہ ہو جاتے ہیں۔ جبکہ ماہر جسم (PHYSICIAN) کا کہنا ہے کہ کام سے زیادہ طاقت کھیلنے میں لگتی ہے۔ یہ دنیا معرفت خدا کے تماشے کی جگہ ہے۔

یار من بکمال رانائی ☆☆☆ خود تماشہ وخود تماشائی

اگر یار کا کھیل وتماشہ جسے سمجھنا ہے وہ خود تماشا بن کر یار کا تماشہ دیکھ لے

''سب تماشے کر چکا یہ بھی تماشہ کر کے دیکھ''

جن کی سمجھ میں یہ کھیل آجاتا ہے وہ پوری زندگی اداکاری کا کھیل کھیلتے ہیں کہیں وہ بیٹے کا کردار ادا کرتے ہیں کہیں باپ کا کہیں شوہر کا بیوی کا بہن کا وبھائی کا کردار ادا کرتے ہیں۔ وہ اداکاری کے معنی کو جانتے ہیں کہ ان سب کرداروں کے علاوہ میں کچھ ہوں جس طرح سے ایک رسمی اداکار اپنے کردار کے جوہر دکھانے کے بعد جب اپنے کردار سے باہر آتا ہے تب کچھ اور ہوتا ہے دوران کردار دو شخص ایک دوسرے کے اگر جانی دشمن بھی ہیں تو کردار ادا کرنے کے بعد ایک ساتھ بیٹھ کر گلے میں ہاتھ ڈال کر چائے پی رہے ہوتے ہیں۔ اگر کوئی اداکار اسی کردار میں آکر رک جائے تو لوگ اسے پاگل کہیں گے۔ مگر اہل دنیا کا معاملہ تو یہی ہے کہ جو باپ بنا ہے وہ باپ کے

سے ملتا ہے جسے کسبی علم کہتے ہیں وہ باہر کا ہوتا ہے اور وہ آخری وقت میں ساتھ چھوڑ دیتا ہے اور جو علم آخری منزل پہ ساتھ چھوڑ دے وہ دوکوڑی کا ہوگا۔ آخری معنوں میں جو خود میں پایا ہوا علم وہی نایاب وقیمتی ہوگا۔ اور جو علم ہم نے باہر سے پایا ہے اس سے ہم خود کو جان و پہچان نہ پائیں گے۔ اور جس علم سے خود کو جانا نہ جاسکے پہچانا نہ جاسکے وہ علم نہیں بلکہ لاعلمی کو چھپانے کا ذریعہ ہے۔ باہر کی جانکاریوں کا علم جب زیادہ ہوجاتا ہے تو تکبّر پیدا ہوتا ہے۔ اور جب اندر کے جاننے کا علم بڑھ جاتا ہے تو ہم پیدا ہوتے ہیں۔ ارباب حقیقت کی نظر میں ایک ہی بڑی خطا ہے اور وہ ہے خود کو بھول جانا اور خود کو بھول جانا خدا کو بھول جانا ہے۔ اس لئے ارباب حقیقت کہتے ہیں کہ یہ سب سے بڑی خطا ہے اور خود کو بھولنے کی ایک ہی وجہ ہے کہ دوسرے چیزوں کو یاد کرنے میں لگ جانا۔ جب ہم دوسری چیزوں کو یاد کرنے میں لگ جاتے ہیں تو پھر اتنی جگہ ہی کہاں بچتی ہے کہ ہم خود کو یاد کریں پھر ہزاروں چیزیں یاد رہتی ہیں اور ایک چیز بھول جاتے ہیں۔ اور ہزاروں کی بھیڑ میں پھر ایک کا پتہ کہاں چلتا ہے اور جہاں ہزاروں کی بھیڑ موجود ہو وہ جگہ پھر بازار بن جاتی ہے۔ باہر کا علم ہماری جانکاریوں کو پھیلا سکتا ہے اور جانکاریوں کی باہری روشنی کتنی ہی کیوں نہ ہو پر اندر اندھیرا بنا ہی رہتا ہے۔ باہر کی روشنی ہمارے اندر کے اندھیرے کو مٹا نہیں سکتی اور جو ہمارے اندر کے اندھیرے کو مٹا نہ سکے وہ علم

پکڑ سکتے۔

۱۰ نکتہ:۔ پھول اور کانٹے

پھول اور کانٹے ایک ہی چیز کی دو حالتیں ہیں جو اکڑ کر سوکھ گئے وہ کانٹے بن گئے اور جو اندر سے نرم ہو کر کھل گئے وہ پھول بن گئے کانٹوں کے چھونے سے تکلیف کا احساس ہوتا ہے اور پھولوں کے چھونے سے راحت کا۔ پھول اور کانٹے ایک ہی ڈالی پہ ہونے کے باوجود ایک میں خوشبو اور دوسرا خوشبو سے محروم رہتا ہے۔ لوگ نیک کو پھولوں سے اور بد کو کانٹوں سے تعبیر کرتے ہیں۔ پھول محبت کی نشانی ہے اور کانٹے نفرت کی۔

۱۱ نکتہ:۔ اللہ والے نصیحت کرتے ہیں حکم نہیں

اللہ والے نصیحت کرتے ہیں حکم نہیں دیتے کیونکہ نصیحت میں لوگ آزاد رہتے ہیں کہ کرو یا نہ کرو مگر حکم میں قید ہوجاتے ہیں کہ کرنا ہی ہوگا۔ حکم میں سزا اور جزا پوشیدہ ہے اور نصیحت میں اخلاص، اللہ والے لوگوں پر کسی قسم کا قانون نافذ نہیں کرتے کہ یہ کرو یا نہ کرو۔ یہ کھاؤ یا نہ کھاؤ۔ اتنے بجے اُٹھو، یہ پہنو یا نہ پہنو۔ وہ لوگوں کو صحیح راہ دکھاتے ہیں پھر چلو نہ چلو ان پہ چھوڑ دیتے ہیں۔ وہ کسی کے ساتھ زبردستی نہیں کرتے کہ کرنا ہی ہوگا۔ صوفیائے کرام کا قول ہے کہ سستی، مستی اور زبردستی سے کئے گئے کاموں سے وہ نتیجے برآمد نہیں ہوتے

صحرا میں نظر آنے والے اس پانی کے مانند ہوتا ہے جو نظر تو آتا ہے کہ وہ ''ہے'' پر ہوتا نہیں یہ صحرائی پانی کسی کی پیاس نہیں بجھا سکتا۔ باہر کا علم سوائے ادھار کی جان کاری کے کچھ بھی نہیں'' ہاں'' اس صحرائی علم سے جاننے کا بھرم بنا ضرور رہتا ہے مگر یہ کسی کی علمی پیاس بجھا نہیں سکتا۔ ہمارا دماغ باہر کی جانکاریوں سے کتنا ہی کیوں نہ بھر جائے پر ہم اندر سے کورے کے کورے ہی رہتے ہیں۔ جانکاریوں سے بھرا علم ہمیں مفکر و محقق ہونے کا وہم تو دلا سکتا ہے۔ اس طرح کے علم سے ہم لوگوں کو لبھا سکتے ہیں پر اپنے کورے پن کو چھپا نہیں سکتے حقیقت میں وہ ہی علم ہے جس سے ہم خود کو جان سکتے ہیں۔ کیونکہ خود کو جاننا ہی خدا کو جاننا ہے۔ اور جس علم کے ذریعے ہم خدا کو جان سکتے ہیں درحقیقت وہی علم حق ہے۔ اور یہی علم حقیقی کی روشنی ہمارے اندر کے اندھیرے کو مٹا سکتی ہے ہمارے کورے پن کو دور کر سکتی ہے۔ اسی لئے بزرگوں نے فرمایا ہے کہ جو علم تمہیں خدا تک نہ پہنچا دے وہ علم ''علم'' نہیں بلکہ حجابِ اکبر ہے '' ہمارے جاننے کا وہم ہی ہمیں جاننے سے روک دیتا ہے اور یہی جانکاری والا علم ہمارے اور خدا کے درمیان حجاب بن جاتا ہے۔ خود کو جاننے کے لئے ہمیں رخ اندر کی طرف موڑنا پڑتا ہے اور دوسروں کو جاننے کے لئے ہمیں باہر کی طرف رخ کرنا پڑتا ہے۔ جب ہماری نظر دوسروں کو دیکھنے میں مصروف ہوتی ہے تو سب نظر آتے ہیں سوائے خود کے۔ اگر ہمیں خود کو دیکھنا ہے

تو دوسروں سے نظریں ہٹانا ہی پڑے گا جب تک دوسرے ہماری نظر میں سمائے رہیں گے تب تک ہم اپنی نظر میں سما نہیں سکتے۔ خود کو اپنی نظر میں سمانے کیلئے دوسروں سے نظرے خالی کرنی ہی پڑے گی۔ جانکاری کا پتھر جب رکھ دیا جاتا ہے تو ہمارے جاننے کا جھرنا رک جاتا ہے۔ اگر اس جھرنے کو جاری کرنا ہے تو اس پتھر کو اٹھا کر پھینک دینا ہوگا۔ باہر سے اکٹھا کی ہوئی جانکاری سوائے کچرے کے کچھ بھی نہیں خود کو جاننے کے لئے یہ جانکاری کا کچرا کس طرح پھینکا جائے اس طریقہ کا نام ''مراقبہ'' ہے ہماری کوشش ہمیشہ یہی ہوتی ہے کہ ہم دوسروں کے قریب ہو جائیں دوسرے ہم سے چاہے کتنے ہی قریب کیوں نہ ہو جائیں پر جو خود سے دور ہیں وہ اپنے لئے سدا اجنبی بنا رہتا ہے اور جو خود سے انجان ہے وہ سدا دکھی رہے گا۔ ہم جن لوگوں سے جان پہچان بنائے رکھتے ہیں وہ ایک دن ہمیں چھوڑ کر چلے جائیں گے اور ان کے جانے کی کافی تکلیف بھی ہوتی ہے پر ہم خود کو کبھی چھوڑ نہیں سکتے اور جو خود سے انجان ہو پھر اس سے بڑا دکھی کون ہو سکتا ہے۔ جو سیکھ سیکھ کر عالم بننے کی کوشش کرتا ہے وہ سدا باہر بھٹکتا رہتا ہے۔ اور خود سے ناواقف رہتا ہے ہر پیدا ہونے والا بچہ علم لے کر ہی پیدا ہوتا ہے یہ علم ایسا ہی ہے جیسے ہمارے گھر میں ہیرے جواہرات پڑے ہیں اور ہم باہر کنکر پتھر چن رہے ہیں جب تک ہم اپنے ہاتھ میں جمع کئے ہوئے کنکر پتھر نہیں پھینکیں گے تب تک ہم اس ہیرے جواہرات کو نہیں

جو اخلاص سے کئے گئے ہوں۔ ہر دور میں جب بھی کوئی قانون نافذ کیا گیا تو لوگوں نے اسی قانون کو توڑنے کے لئے اپنی تمام قوت عقل کو صرف کر دیا۔ جس کا نتیجہ یہ نکلا کہ ہر دور میں اس قانون پر عمل کرنا والے کم اور قانون شکن زیادہ ہوئے۔

اللہ والوں کی یہ خاکساری ہے کہ وہ کسی کو قانون نظام زندگی میں قید نہیں کرتے بلکہ ان کا کہنا ہے کہ جب لوگوں میں بیداری کا چراغ روشن ہوگا تب یہی روشنی ان کے لئے زندگی کا نظام بنائے گی۔ اور جو نظام زندگی کے اصول باہر سے دیئے جاتے ہیں وہ ہمارے لئے قید خانہ بن جاتے ہیں اور جو نظام زندگی کے اصول اندر سے آتے ہیں وہ روح سے آتے ہیں عقل سے سمجھ کی روشنی سے آتے ہیں۔ وہ ہماری زندگی کو گل گلزار بنا دیتے ہیں۔

۱۲ نکتہ:۔ پیر کون ہے؟

پیر وہ ہے جسے اس بات کی فکر نہیں ہوتی کہ کوئی اسے پیر مانتا ہے کہ نہیں مانتا۔ اور جو اسی فکر میں مبتلا ہوتا ہے وہ حقیقی معنوں میں پیر نہیں ہوتا۔ کوئی سونے کو مٹی کہے تو سونا مٹی نہیں ہو جاتا اور کوئی مٹی کو لاکھ سونا کہے مٹی سونا نہیں بن جاتی۔ اگر سونا اس فکر میں مبتلا ہو جائے کہ کوئی اسے سونا مانتا ہے کہ نہیں تو پھر سمجھ لو کہ وہ سونا ہوتے ہوئے بھی مٹی بن جاتا ہے۔

بار ایسی صورت حال پیش آتی ہیں کہ بچے کو ۹ رنو مہینے کے دوران میں ہی پیٹ سے نکالنا پڑا کیونکہ مردہ بچہ ماں کے پیٹ میں زہر بن جاتا ہے جس کی وجہ سے ماں بھی مر سکتی ہے جس کی وجہ سے ڈاکٹر اس بچے کو جلد از جلد نکال دیتے ہیں مگر بچے کے مرنے کی وجہ نہ ڈاکٹر کو پتہ ہوتی ہے نہ ماں باپ کو۔

قول: وہ جھوٹ سب میں زیادہ خطرناک ہے جو سچ کہہ کر کہا جائے۔

قول: قانون جتنا سخت ہوگا لوگ اتنے بے ایمان ہوں گے۔

نکتہ: عورت ایسے آدمی کو تلاش کرتی ہے جو اس کی ہر ضرورت کو پوری کرے مگر آدمی عورت سے بس ایک ضرورت چاہتا ہے کہ وہ پوری کرے۔

قول: شریعت باہر کی طرف اور تصوف اندر کی اور آنے کا راستہ ہے۔

قول: آدمی بوڑھا ہو جاتا ہے مگر اس کی خواہشات کبھی بوڑھی نہیں ہوتی۔

قول: قدرت آپ کے فنا اور بقا کی فکر نہیں کرتی۔

قول: سارے الفاظ کھوکھلے ہیں پانی کہنے سے پیاس نہیں بجھتی۔

قول: اہل نظر وہ ہے جو خوشی اور غم کو ایک ساتھ دیکھے۔

قول: تم جس سے دشمنی رکھو گے تم ویسے ہو جاؤ گے۔

قول: کنجوس آدمی مال و دولت ہونے کے باوجود مالدار نہیں ہوتا۔

قول: عورت گہرائی میں ماں ہوتی ہے اور آدمی گہرائی میں بیٹا۔

قول: جو سیکس سے پیدا ہوتا ہے اس کی ہی موت ہوگی۔

۱۳ نکتہ:۔ اکیلا پن کیا ہے؟

جہاں آپ اپنے سے بھر جاتے ہیں وہاں آپ اکیلے ہو جاتے ہیں۔ یہ اکیلے ہونے کی لذت ایسی ہوتی ہے جہاں غیر کا ادراک تک مٹ جاتا ہے اور جہاں نظر غیر پر ہوتی ہے دوسرے کی کمی کھلتی ہے جہاں دوسرے ہونے اور نہ ہونے کا احساس بڑھ جاتا ہے اس حالت کا نام اکیلا پن ہے۔ دوسرے کی موجودگی تمہیں باہر الجھائے رکھتی ہے تمہارے ہونے کا احساس ہونے نہیں دیتی۔ اس لئے آدمی کلب، کھیل، کود اور فضول کاموں میں الجھا رہتا ہے تاکہ اس کے اکیلے پن کی یاد نہ رہے جس نے اپنے اکیلے ہونے کے شربت کو پیا نہیں وہ پیاسا رہا۔ ایک شراب باہر کی ہے جس کا نشہ وقتی ہوتا ہے جو وقت کے ساتھ اتر جاتا ہے۔ ایک شراب وہ ہے جو ہمارے اندر پیدا ہوتی ہے اور جو اس کو پیتا ہے وہ سدا کے لئے اپنے ہوش کو پالیتا ہے۔

سوال: کیا اس وقت عورت سے صحبت کرنا ٹھیک ہے جب اس کے پیٹ میں بچہ ہو، یعنی عورت حاملہ ہو؟

جواب: جب بچہ ماں کے پیٹ میں ہوتا ہے تو بچہ ماں کی ہر حرکت کو محسوس کرتا ہے اور اس کو اپنی یاداشت میں جمع کرتا ہے اگر وہ مسکراتی ہے، گھبراتی ہے، کچھ کھاتی ہے یا گاتی ہے یا بیماری ہو جائے یا ماں کو چوٹ لگے تو بچہ اس چوٹ

کے درد کو بھی محسوس کرتا ہے جیسے یہ چوٹ اس کو لگی ہو اور اس کو بھی اپنی یاداشت بنالیتا ہے۔ جس طرح ہم کو چوٹ لگنے سے ہم اس چوٹ کو یادداشت بنالیتے ہیں ٹھیک اسی طرح بچہ جب ماں باپ صحبت کرتے ہیں تو بچہ اس کو بھی یادداشت بنالیتا ہے۔ خواہشات نفسانی کا اس بچہ میں اسی وقت ظہور ہو جاتا ہے۔ اب تو سائنس کی جدید تحقیق بھی بتاتی ہے کہ حاملہ عورت کے ساتھ ہمبستری کرنا خطرناک ہے۔ سائنس کہتی ہے کہ جب ماں ہمبستری کی حالت میں ہوتی ہے وہ ہمبستری ماں کے پورے جسم کے کیمیا بدلتا ہے اور عورت کے جسم میں دوران حمل جتنا کیمیائی بدلاؤ ہوتا ہے کسی وقت ایسا نہیں ہوتا اس کے ہارمونس پوری طرح سے بدل جاتے ہیں اور دیگر اعضاؤں میں غضب کی تبدیلی ہوتی ہے مگر یہ تبدیلی مفید ہوتی ہے کیوں کہ یہ تبدیلی قدرتی طور پر ہوتی ہے۔ لیکن حالت صحبت کی وجہ سے جو تبدیلی ہوتی ہے اس کا جسمانی طور پر برے اثرات ہوتے ہیں۔ مثلاً دوران صحبت میں آکسیجن کی کمی ہو جاتی ہے جس کی وجہ سے سانس تیز ہو جاتی ہے جس طرح انسان کو دوڑتے وقت آکسیجن کی کمی پڑ جاتی ہے ٹھیک اسی طرح حالت صحبت میں بھی آکسیجن کی کمی پڑ جاتی ہے اور بچہ ماں کے ذریعہ سانس لیتا ہے جب ماں کو ہی آکسیجن کی کمی پڑ جاتی ہے بچے کا دم گھٹنے لگتا ہے اس کا حلق سوکھنے لگتا ہے اور یہ بھی ممکن ہے کہ اس کے دل کی دھڑکن رک جائے اور ماں کے پیٹ میں ہی وہ دم توڑ دے۔ کئی

۱۴ نکتہ:۔موت کی حقیقت

موت زندگی کے چراغ کی آخری بھبک ہے۔ جینا ہی مرنے کا ڈھنگ ہے جس طرح چراغ جتنا جلے گا اتنا اس کا تیل ختم ہوگا اور ایک وقت ایسا آئے گا کہ یہ چراغ بجھ جائے گا یا چراغ کی موت ہو جائے گی۔ مگر یہ موت کبھی اچانک نہیں ہوتی بلکہ جیسے ہی ہم نے چراغ کو جلایا یا روشن کیا یا یوں کہو کہ چراغ کی پیدائش ہوئی اسی وقت سے اس کی موت کی شروعات ہوگئی جیسے جیسے تیل ختم ہو رہا تھا چراغ موت کے قریب آ رہا تھا آخر کار وہ وقت بھی آتا ہے جہاں چراغ بھبک اٹھتا ہے اور وہ لو ایک دم سے تیز ہو جاتی ہے اور چراغ بجھ جاتا ہے۔ چراغ کی لو چراغ کا آخری قطرہ بھی پی جانا چاہتی ہے اسی وجہ سے وہ بھبک اٹھتی ہے اگر تم نے مرنے والے کو قریب سے دیکھا ہوگا تو تمہیں پتہ ہوگا کہ اس شخص کو کئی قسم کی بیماری تھی یا وہ کئی دنوں سے بیمار تھا مگر مرتے وقت ایک دم تندرست نظر آنے لگتا ہے اس کا چہرہ کھلا ہوا دکھتا ہے یہی وہ زندگی کی آخری بھبک ہوتی ہے جہاں اسے زندگی بھر کی ساری قوت ساری ENERGY ایک ساتھ مل جاتی ہے اور ختم ہو جاتی ہے موت انسان کو تازہ کر دیتی ہے ہم لوگ نیند کو بھی آدھی موت کہتے ہیں یا چھوٹی موت کہہ لو۔ جب آپ نیند سے اٹھتے ہیں تو ایک دم تر و تازہ ہو جاتے ہیں دن بھر کی تھکان ختم ہو جاتی ہے یہ بڑی موت زندگی

۱۶ نکتہ:۔ایز جی (Energy) کیا ہے؟

ہمیں کہیں بھی پہنچنا ہو تو ہمیں ایز جی (Energy) کی ضرورت پڑتی ہے ہمیں اگر حق تعالیٰ تک بھی رسائی کرنا ہو تو بھرپور ایز جی کی ضرورت پڑتی ہے جیسے کوئی گاڑی میں (Fuel) ایندھن نہ ہو تو وہ گاڑی کہیں نہیں پہنچا سکتی۔ اب سوال یہ ہے کہ یہ ایز جی کہاں سے آتی ہے؟ ہم جو کچھ بھی کھاتے ہیں ہمارا جسم اس کھانے کو ایز جی میں تبدیل کر دیتا ہے اور وہ ایز جی ہمارے جسم میں بہنے لگتی ہے جس طرح سے گاڑی کے اندر ایندھن کی ٹاکی (FuelTank) ہوتی ہے اسی طرح سے ہمارے نفس کے اندر ایک ایکس سینٹر (X-Center) ہوتا ہے جہاں جسم انسانی میں بہنے والی ایز جی جمع ہوتی رہتی ہے اور قدرت کو بھی اسی کی ضرورت ہے۔ قدرت آپ کے فنا و بقا کی فکر نہیں کرتی بلکہ آپ میں موجود جو زندگی ہے قدرت اس میں دلچسپی رکھتی ہے ۔یعنی آپ کے بچے اور بچوں کے بچے ہوتے رہیں یہ سلسلہ ٹوٹ نہ جائے اسی وجہ سے شہوت (Sex) کا اتنا زور ہے کہ تم لاکھ کوشش کرو مگر شہوت پکڑ ہی لیتی ہے۔ اور قدرت بھی اس ایکس سینٹر پر اتنا زور دیتی ہے کہ آپ بے بس ہو جاتے ہو۔ ہماری ساری ایز جی ایک سینٹر پر جمع ہے اور اس کا ایک ہی بہاؤ ہے نیچے شہوت کی طرف اور اسی ایز جی کو اوپر کی طرف اٹھانا ہے اور یہی دوسرا

بھر کی تھکان کو دور کر دیتی ہے۔

قول: ہر بیج خود میں درخت بننے کی قابلیت لے کر پیدا ہوتی ہے۔

۱۵ نکتہ:۔ اچھائی اور برائی کیا ہے؟

ہم کسی سے بھی ناسوفی صدی محبت کر سکتے ہیں ناسو فیصدی نفرت کر سکتے ہیں ہم جس سے محبت کرتے ہیں جس سے عقیدت رکھتے ہیں ہماری نظر سے اس کی برائی غائب ہو جاتی ہے جبکہ کوئی بھی انسان سوفی صدی نا اچھا ہو سکتا ہے نہ برا ۲۴ رکیریٹ سونے کا ہم کوئی گہنا نہیں بنا سکتے۔ ایک کیریٹ تانبا اس میں ملانا ہی پڑے گا۔ اگر کوئی ۹۹ رفی صدی اچھا ہے اور ایک فی صدی برا تو اس کی ایک فی صدی برائی اس پر اچھی لگے گی جیسے ہیروں کے ڈھیر میں اگر ایک کانچ کا ٹکڑا رکھ دو تو وہ ہیروں کی چمک کی وجہ سے وہ بھی چمکنے لگے گا اور اگر کسی میں ۹۹ رفی صدی برائی ہے اور ایک فی صدی اچھائی ہے تو وہ ایک فی صدی اچھائی برے پر بری لگے گی جیسے کانچ کے ٹکڑوں کے ڈھیر میں اگر ایک ہیرے کا ٹکڑا رکھ دو تو وہ ہیرے کا ٹکڑا بھی کانچ کا ٹکڑا معلوم ہوگا۔

ہمارا من جسے پسند کرتا ہیں اس کی برائی کو لاشعور میں چھپا دیتا ہے اور اس کی اچھائی کو شعور میں ابھار دیتا ہے جس طرح کوئی سکّے کو ایک طرف پلٹ دے تو جو حصہ ہمیں دیکھنا پسند ہے وہ نظر کے سامنے کر دے مگر سکّے کو پلٹ دینے

سے اس کا دوسرا رخ مٹ نہیں جاتا چھپا رہتا ہے کبھی بھی اس سکّے کا دوسرا رخ سامنے آ سکتا ہے اس وقت ہم اس سے محبت کی بجائے نفرت کرنے لگتے ہیں کیونکہ من اب اس کی اچھائی کو لاشعور میں چھپا دیتا ہے اور اس کی برائی کو شعور میں ظاہر کر دیتا ہے ۔ یہ ہمارا من اس لئے کرتا ہے کہ وہ کسی بھی چیز کو پورا نہیں دیکھ سکتا ہے ہمارا من کسی بھی چیز کو دو حصوں میں توڑ کے دیکھتا ہے اگر من کا ایک حصہ کسی کو اچھا کہتا ہے تو من کا دوسرا حصہ فوراً اس کو برا کہنے لگتا ہے من کی اس صفت کا نام ''دوئی'' ہے اور جس میں دوئی ہوتی ہے وہ شخص کبھی بھی کسی بھی چیز سے پوری طرح خوش نہیں ہو سکتا۔ وقتی طور پر خوشی حاصل ہو سکتی ہے مگر اسی حالت میں قائم نہیں رہ سکتا جس کسی کو بھی ہمیشہ خوش رہنا ہے اس کو دوئی چھوڑنی ہوگی۔ اس کے دو راستے ہیں یا تو وہ سکّے کے دونوں پہلوؤں کو قبول کر لے یا دونوں پہلوؤں کو پھینک دے یعنی جس سے آپ محبت کرتے ہیں اس کی اچھائی اور برائی کو یکساں جانتے ہوئے قبول کر لیجئے یا اس کو نہ اچھا جانے نہ برا۔ دونوں حالتوں میں من خود بخود ختم ہو جاتا ہے دوئی مٹ جاتی ہے اور آپ سوفی صدی ہو جاتے ہیں اور جو سوفی صدی ہو جاتا ہے وہی کسی سے سوفی صدی محبت کر سکتا ہے جو سوفی صدی ہو جاتا ہے وہ انسانی بندھنوں سے آزاد ہو جاتا ہے پھر وہ وہی ہو جاتا ہے جو وہ ازل میں تھا۔

سرا ہے۔ پہلا ام الدماغ جسے ہم مقام اخفیٰ کہتے ہیں اور دوسرا مقام نفس ہے جسے ہم ایکس سینٹر کہتے ہیں۔ مقام نفس میں ایز جی ایکھٹی ہے وہاں سے ہمیں ایز جی مقام اخفیٰ میں لانا ہے اور یہ ایز جی بیچ کے جس راستے سے سفر کرے گی وہ ریڑھ کی ہڈی ہے جس سے ایز جی اوپر اور اوپر اٹھے گی۔ درحقیقت یہ ایک سائنسی واقعہ ہے۔ ایز جی کے اوپر اٹھتے ہی انسان کے عمل و کردار میں تبدیلی ہو جانا شروع ہو جاتی ہے جس جگہ ایز جی ہوتی ہے ویسا ہی کردار بدل جاتا ہے اسے ہم ایسا سمجھتے ہیں کہ ایک چھوٹا بچہ ہے اس میں شہوت پوشیدہ ہے مگر ابھی ایکس سینٹر حرکت میں نہیں ہے اور جیسے ہی وہ بالغ ہوگا شہوت کی نظر سے اس کا پورا جسم گوشت پوشت رگ و ریشہ شہوت سے بھر جائیں گے اٹھتے بیٹھتے سوتے جاگتے خواب دیکھتے ہر طرف سے شہوت اس کو گھیر لے گی۔ ایسا کیا ہوا؟ کہ اچانک اس کی شخصیت میں ایسی تبدیلی آجاتی ہے اس لئے ۱۴/سال سے ۱۸/سال کے بیچ کے بچے بڑی تکلیف اور مشکل میں پڑ جاتے ہیں۔ ان کی بھی سمجھ میں نہیں آتا کہ کیا ہو رہا ہے۔ یہ ۱۴/سے ۱۸/سال کے بیچ کی عمر بڑی بے چینی کی عمر ہے نہ وہ کسی سے پوچھ سکتے ہیں نہ انھیں کوئی بتاتا ہے۔ ان کے اندر اتنی تبدیلیاں ہو رہی ہے کہ ان کی سوچ کا مرکز شہوت بن گیا ہے اور یہ واقعہ پیش آتا ہے مقام نفس میں موجود قوت شہوت کے حرکت میں آنے سے جس دن مقام اخفیٰ متحرک ہوتا ہے اس دن پھر ایسا واقعہ رونما ہوتا ہے آدمی اسی طرح

جسم کے ساتھ ایک یا دو فٹ اوپر اٹھ جاتا ہے اور یہ واقعہ تبھی پیش آتا ہے جب کوئی صوفی اس ایز جی سے اتنا بھر جاتا ہے کہ اس کا جسم زمین کی کشش کی گرفت کو توڑ دیتا ہے جسم کا اوپر اٹھنا صوفیائے کرام کی نظر میں صرف ایک تماشے سے زیادہ نہیں ہے اصل تو نوری جسم کا اوپر اٹھنا ہے۔ نوری جسم جیسے ہی اوپر اٹھتا ہے ویسے ہی زمین کے جو جو اثرات تھے وہ آپ پر سے ختم ہو جاتے ہیں اور زمین کے اثرات گہرے ہیں آپ کا جسم گوشت، پوشت، ہڈی، ہارمون سے بنا ہے۔ ہمارے جسم کی ہر چیز زمین سے ہی بنی ہے۔ زمین ہر وقت آپ کو نیچے کھینچ رہی ہے زمیں صرف چیزوں کو ہی نہیں کھینچ رہی ہے بلکہ آپ کی شخصیت آپ کے دل کو بھی نیچے کھینچ رہی ہے۔ جس دن آپ کی ایز جی اوپر اٹھ جاتی ہے آپ ایک غبارے کی طرح ہو جاتے ہیں آپ اتنے ہلکے ہو جاتے ہیں کہ زمین آپ کو کھینچ نہیں سکتی جس طرح سے کشش زمین (Gravitational force) ایک سفلی قوت ہے جو نیچے کی طرف کھینچتی ہے۔ اسی طرح سے مراقبے میں علوی قوت (Levitation force) ہے جو اوپر کی طرف کھینچتی ہے۔ مگر یہ آپ پر منحصر کرتا ہے کہ آپ کس سے متاثر ہوں گے۔ اگر آپ کی ایز جی اوپر کی طرف ہے تو آپ اوپر سے متاثر ہوں گے اگر نیچے کی طرف ہو تو نیچے سے متاثر ہوں گے۔ ایز جی کو مقام اخفیٰ میں لانے کا ایک اور عمل ہے کہ مرشد کامل کے تصور سے تمام دماغ میں آنے والے

خدا سے بھر جاتا ہے جس طرح ایکس سینٹر کے متحرک ہونے سے شہوت سے بھر گیا تھا۔ جس دن مقام اخفیٰ پر ایز جی ظاہر ہوتی ہے اس دن سے حق تعالیٰ کے سوا کچھ بھی دکھائی نہیں دیتا۔ مقام نفس پر شیطان پکڑ لیتا ہے شہوت گھیر لیتی ہے۔ اور مقام اخفیٰ پر حق تعالیٰ پکڑ لیتا ہے اور اس کی رحمت گھیر لیتی ہے۔ اب سوال یہ ہے کہ یہ ایز جی اوپر کی طرف کیسے لے جائیں۔ یاد رکھو! جب بھی آپ کے اندر خواہش نفس بیدار ہو تو آپ آنکھ بند کر کے ساری ایز جی کو ذکر "**ھو**" سے **ام الدماغ** کی طرف کھینچئے اور ایک ہی تصور رکھنا کہ جو ایز جی نیچے کی طرف خواہش نفس کو متحرک کر رہی تھی وہ اب اوپر کی طرف **ام الدماغ** کی اور اٹھ رہی ہے تھوڑے ہی دن میں یہ عمل کر کے آپ حیران ہو جاؤ گے کہ آپ کا ایکس سینٹر ایز جی سے خالی ہو گیا ہے اور آپ پاؤ گے کہ کوئی گرم چیز آپ کی ریڑھ کی ہڈی سے اوپر کی طرف اٹھ رہی ہے جیسے گرم لوہا پگھل کر اوپر کی طرف بہہ رہا ہے۔ کروڑوں چینٹی اوپر کی طرف جا رہی ہیں۔ کچھ گرمی کا احساس ہو گا کبھی گرمی اتنی ہوتی ہے کہ دوسرے کو بھی اس کا احساس ہونے لگتا ہے کہ کوئی آگ اوپر کی طرف اٹھ رہی ہے۔ جب وہ گرمی ام الدماغ میں پہنچتی ہے تو تمہارا ہر رگ و ریشہ مستی سے جھوم اٹھتا ہے دماغ کی گنگناہٹ سنائی دیگی جیسے بہت ساری شہد کی مکھیاں بھن بھنا رہیں ہوں۔ یہ بھن بھناہٹ اچھی علامت ہے۔ اس کا مطلب ہے کہ ایز جی مقام اخفیٰ میں آ گئی ہے۔ جیسے ہی

یز جی مقام اخفیٰ میں جمع ہونا شروع ہوتی ہے ہمارے ہستی کا گلاب کھلنے لگتا ہے نور کی بارش ہونے لگتی ہے کروڑوں سورج ایک ساتھ نکل آئے ہوں ایسا معلوم ہونے لگتا ہے جو کبھی نہیں جانا ایسی لطافت ۔ جو کبھی نہیں چکھا ایسا مزہ۔ جو کبھی نہیں دیکھا وہ نظارہ۔ آنکھوں کے سامنے ہوتا ہے پھر آپ رہتے اس زمین پر ہیں پر آپ چلتے اس زمین پر نہیں ہیں۔ لوگوں کو آپ کا پیر زمین پر دکھائی دیتا ہے مگر آپ آسمانوں پر اڑتے رہتے ہیں۔ ایک دم سب ہلکا ہو جاتا ہے۔ زمین کی جو کشش (Gravitational force) ہے وہ کھو جاتی ہے۔ جو صوفیوں کے تعلق سے واقعہ کہا جاتا ہے کہ وہ زمین سے کبھی کبھی اٹھ جاتے ہیں وہ واقعہ سچ ہو جاتا ہے۔ مگر ایک بات تو سچ ہے کہ جس نے بھی اپنی ایز جی کو مقام نفس سے اٹھا کر مقام اخفیٰ میں پہنچا دیا وہ اچانک پاتا ہے کہ وہ زمین سے اٹھ گیا۔ اگر آپ مراقبہ کرتے ہیں اور یہ واقعہ رونما ہو گا تو آپ پائیں گے کہ آپ زمین سے چار بالشت اوپر اٹھ گئے ہیں مگر جب آپ آنکھ کھول کر دیکھیں گے تو آپ اپنے آپ کو زمین پر پاؤ گے۔ کیونکہ جو اوپر اٹھ رہا تھا وہ آپ کا نوری جسم تھا مگر کبھی کبھی یہ بہاؤ اتنا تیز ہوتا ہے کہ وہ ظاہری جسم کو بھی زمین سے اوپر اٹھا دیتا ہے۔ مگر یہ واقعہ کبھی کبھی ہوتا ہے۔ مگر نوری جسم کا واقعہ تھوڑے دن کے مراقبے سے ہی ہونے لگتا ہے۔ محفل سماع کے دوران ایک صوفی کے بارے میں آیا ہے کہ وہ زمین سے اپنے

خیالات کو خالی کر دیں۔ یاد رکھو! قدرت خالی کو برداشت نہیں کرتی مثلاً آپ ایک تالاب سے ایک گھڑا پانی بھرتے ہیں تو اس تالاب میں اس جگہ گڑھا ہو جاتا ہے جہاں سے آپ نے ایک گھڑا پانی بھرا تھا۔ فوراً تالاب کے چاروں طرف کا پانی اس گڈھے کو بھرنے آجاتا ہے۔ گرمی کے بعد بارش آتی ہے کیونکہ گرمی ہوا کو اتنا تپا دیتی ہے کہ ہوا پتلی ہو جاتی ہے اور اوپر اٹھنے لگتی ہے جس کی وجہ سے جگہ جگہ گڈھے ہو جاتے ہیں جس کو بھرنے کے لئے بادل دوڑے چلے آتے ہیں۔ جب آپ دماغ کو تمام خیالات سے خالی کر دیں گے تو فوراً ایکس سینٹر کی ایز جی اوپر کی اور دوڑی چلی آئے گی۔ ایکس سینٹر پر دو وقت ہی جھٹکا لگتا ہے، جب ایک آدمی کسی عورت کو دیکھے یا عورت کسی آدمی کو دیکھے اور دوسری بار جب آپ ذکر ''ھو'' سے سانسوں کو پوری قوت کے ساتھ باہر کی اور پھینکتے ہیں ۔ یاد رہے! یہی ایز جی جب باہر کی اور بہتی ہے تو کوئی دوسرا پیدا ہوتا ہے۔ اور یہی ایز جی جب اندر کی اور بہتی ہے تو خود آپ پیدا ہوتے ہیں۔ اور اسی مقام پر آپ کو ''لم یلد ولم یولد'' کا خلاصہ ہوتا ہے۔

نفسیات کہتے ہیں یہ ماہرین سنتے ہیں یا نہیں سنتے۔ مگر ایسا جتاتے ہیں جیسے سنتے ہیں۔ لوگ ان کے پاس سے خوش ہو کر آتے ہیں آنکھ حملہ آور ہے۔ آنکھ سے حملہ کیا جا سکتا ہے کسی کو ڈرایا جا سکتا ہے مگر کان نے آج تک کسی پر حملہ نہیں کیا۔ آنکھ گویا مرد ہے اور کان گویا عورت۔ آنکھ باہر کھوجتی ہے۔ باہر ڈھونڈتی ہے جیسے سائنس داں قدرت کا راز پانے کے لئے بالجبر قدرت کے پردے ہٹانے کی کوشش کرتے ہیں۔ اور کامیاب بھی ہو جاتے ہیں گویا یہ ایک طرح سے قدرت کے ساتھ زنا بالجبر ہوتا ہے اسی وجہ سے سائنس دانوں کے تجربات سے تباہی ہوتی رہتی ہے جس کا ایک نمونہ ہیروشیما اور ناگاساکی ہے جہاں آج تک اس آئٹم بم کا اثر باقی ہے اور کان گویا ایک عورت کی طرح دروازہ کھول کر اپنے معشوق کا انتظار کرتی ہے۔ محبت میں پردے ہٹائے نہیں جاتے بلکہ خود ہٹ جاتے ہیں۔ عاشق کے سامنے قدرت اپنے راز بتانے کے لئے بے چین و بے قرار ہوتی ہے۔ حضور اکرم ﷺ نے سنا ہے۔ اور ہمارے تک پورا قرآن مجید سننے کے ذریعہ پہنچا ہے کان کا اگر نقشہ دیکھا جائے تو ایسا معلوم ہوتا ہے کہ ماں کے پیٹ میں جیسے بچہ ہے۔ علاج کا ایک طریقہ ایجاد کیا گیا ہے جس کو اکوپنچر (ACUPUNCTURE) کہتے ہیں جس میں مریض کے کسی بھی اعضاء میں ہونے والی بیماری کا علاج کان میں سوئی چھبو کر کیا جاتا ہے اور کان کے جس حصے میں سوئی چھبوئی جاتی ہے وہ جسم کے اعضاء کے مساوی حصے

سننے کا فن

ہمارے صوفیائے کرام ومشائخ عظام نے ''محفل سماع'' بمعنی سننے کی محفل کیوں رکھا؟ جبکہ محفل میں دیکھا اور سنا دونوں جاتا ہے۔ اس میں راز یہ ہے کہ محفل سماع میں دیکھنے سے زیادہ سننے پر توجہ دی جارہی ہے جبکہ جسم کے تمام اعضاء اپنی ایک اہمیت رکھتے ہیں۔ مگر کان کی اہمیت کچھ الگ ہے جو کام آنکھ نہیں کرسکتی یا دیگر اعضاء نہیں کرسکتے وہ کام کان کرسکتا ہے۔ مثلاً آنکھ کا دیکھنے کا دائرہ ایک سواسی (180) ڈگری کا ہوتا ہے۔ جبکہ سننے کا دائرہ اختیار تین سوساٹھ (360) ڈگری پر منحصر ہے۔ سننا گویا شمع کے مانند ہوتا ہے جس طرح شمع چاروں طرف روشن ہوتی ہے۔ اسی طرح سننے کا دائرہ بھی ہر طرف محیط ہوتا ہے۔ آدمی اپنے پیٹھ پیچھے نہیں دیکھ سکتا مگر سن ضرور سکتا ہے آنکھ کسی دیوار کے پار نہیں دیکھ سکتی مگر کان دیوار کے پار چلے جاتے ہیں آنکھ کو اللہ تعالیٰ نے اس طرح بنایا ہے کہ آپ جب چاہیں اسے کھول اور بند کرسکتے ہیں۔ یہ آپ کے ہاتھوں میں ہے چاہے آپ اسے کھلے رکھیں یا بند رکھیں۔ مگر کان آپ کے ہاتھوں میں نہیں ہیں یہ اللہ کے ہاتھ میں ہے اگر آپ سو رہے ہیں کوئی آپ کے قریب آکر کھڑا ہوجائے تو آپ اس کو دیکھ نہیں سکتے۔ ہاں

کوئی آواز دے تو آپ جاگ جائیں گے اسی لئے لوگ جاگنے کے واسطے آلارم لگا کر سوتے ہیں۔ جو کان آپ کو ظاہری طور پر جگا سکتے ہیں تو یہی کان آپ کو باطنی طور پر بھی جگا سکتے ہیں۔ تقریباً مراقبے میں آنکھوں کو بند ہی رکھا جاتا ہے کیونکہ انسان ۸۰/اسی فیصد طور پر آنکھ کی وجہ سے ہی باہری دنیا میں رہتا ہے۔ حتیٰ کہ حالت نیند میں بھی اسکی آنکھ باہر کے نظارے میں محو رہتی ہے اس کا مشاہدہ کسی سوئے ہوئے آدمی سے کیا جاسکتا ہے اگر اسکا دیدہ حالت نیند میں حرکت کررہا ہو تو اس کا مطلب وہ آدمی خواب دیکھ رہا ہے اور خواب دیکھتے وقت دیدہ اس طرح حرکت کرتا ہے جس طرح سے ظاہری نظاروں کا مشاہدہ کرتے وقت حرکت کرتا ہے۔ اگر آپ کسی کو دیکھتے ہیں تو اس کا مطلب یہ ہوتا ہے کہ آپ اس آدمی تک پہنچے اور اگر تم نے کسی کو سنا تو اس کا مطلب یہ ہوتا ہے کہ وہ آدمی تم تک پہنچا۔ کوئی تم کو گھور کر دیکھے تم یہ پسند نہیں کروگے ماہرین نفسیات فرماتے ہیں کہ کم سے کم تین سکنڈ سے زیادہ کسی کو دیکھنا گویا اس کی زندگی میں مداخلت کرنا ہے۔ ہاں جس سے آپ کو پیار ہو وہ آپ کو دیکھے تو کوئی حرج نہیں اس کے علاوہ دیکھنا لچہ پن ہے۔ جس کے معنی گھور کر دیکھنا ہے ہمارے سماج میں لچّہ گالی کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے آپ سننے والے کو پسند کرتے ہیں۔ جو گھور کر دیکھتا ہے آپ اس کو پسند نہیں کرتے۔ اب ہمارے سماج میں پروفیشنل سننے والے ہیں۔ جن کو ہم ماہرین

کے مانند ہوتا ہے اور حیرت انگیز بات یہ ہے کہ اس مساوی حصے میں سوئی چھبوتے ہی وہ حقیقی حصہ شفایاب ہوجاتا ہے انسانی جسم کا توازن کان کے وجہ سے برابر رہتا ہے اگر آپ کے کان میں کسی قسم کا درد ہو تو آپ پر چکر طاری ہوجاتی ہے اور آپ کا جسمانی توازن بگڑ جاتا ہے۔

صوفیائے کرام فرماتے ہیں کہ خدا کو دیکھنے سے زیادہ سننا ہے اور سننے کا فن یہ ہے کہ سنتے وقت ذہن کو ہر خیال سے پاک رکھئے آپ کا سننا خالص سننا ہوتا کہ تم وہ سن سکو جو کہنے والے کا مقصد ہو ورنہ کہنے والا تو حقیقت ایک ہی کہتا ہے مگر سننے والوں نے اسے اپنے ڈھنگ سے سننا جس کی وجہ سے کئی مذہب کئی فرقے وجود میں آئے جسے ٹھیک سے سننے کا فن آجاتا ہے وہ حق سے باطل کو الگ کردیتا ہے اس کے سامنے دودھ کا دودھ پانی کا پانی ہوجاتا ہے۔ ٹھیک سے سننے والے کے کان دوری اور نزدیکی کے فاصلے کو ختم کردیتے ہیں پھر وہ سننے لگتا ہے جو الفاظ سے نہیں کہا جاسکتا۔

اللہ تعالیٰ نے موت کا راز کان میں پوشیدہ رکھا ہے۔

قول: ہم جو کچھ کھاتے ہیں اس سے آدھا ہمارا پیٹ بھرتا ہے اور آدھا ڈاکٹر کا۔

تو کھانا ہضم ہوجاتا ہے وہ اس لئے کہ دل خون کو پمپکر کے اوپر پھینکتا ہے اور کشش ثقل نیچے کی طرف کھینچتی ہے تو اس وجہ سے ہمارا کھانا ہضم ہوجاتا ہے۔ ابھی مثال سے آپ سمجھ سکتے ہیں کہ جو خلائی مسافر خلائی اسٹیشن میں وہ لوگ غیر کشش ثقل (zero gravity) کی جگہ میں جاتے ہیں تو وہ جیلی کھاتے ہیں وہ کوئی بھاری غذا نہیں ہے۔ جیسے مرغ و گوشت نہیں کھاتے وہ جیلی کھاتے ہیں جو پانی بن جاتا ہے یعنی ان کی غذا جیلی کے مانند ہی ہوتی ہے جس میں پروٹین وٹامین اور کیلشیم ہوتے ہیں بس دس سے پندرہ منٹ میں وہ پانی بن جاتا ہے اب انہیں بس اس پانی کو ہضم کرنا ہے مگر اس روئے زمین پر آپ کو پانی پچانے کی ضرورت نہیں پڑتی۔ اس لئے ہمیں کوئی محنت نہیں کرنی پڑتی۔ ہمیں تو کھانا پچانے کے لئے بھی کوئی محنت نہیں کرنی پڑتی۔ مگر جو خلائی سفر میں گئے ہیں انہیں تو پانی پچانے کے لئے بھی محنت کرنی پڑتی ہے۔ اگر وہ یوں ہی بیٹھے رہیں تو وہ جیلی کو بھی ہضم نہیں کرسکتے۔ کیونکہ وہ غیر کشش ثقل (zero gravity) میں ہے اگر وہ کچھ بھی حرکت نہ کرے تو اکڑ جائیں گے۔ اگر آپ کے پاس کوئی فوٹیج Footage یا ویڈیو کلپ (video clips) ہے تو آپ دیکھ سکتے ہیں کہ وہ کچھ نا کچھ کثرت کرتے ہوئے ملیں گے۔ ان کو 24 گھنٹے میں سے 4 گھنٹے کثرت کرنا پڑے گا تب جا کر ان کی وہ غذا ہضم ہوگی ورنہ ہضم ہی نہیں ہوگی۔ جب کہ ایک طرح سے صرف پانی کو ہضم

تندرستی کے راز

انسان کی زندگی کا جوسب میں بڑا سرمایہ ہے وہ روحانیت ہے۔ اگر آپ کو روحانیت میں اضافہ کرنا ہے تو پہلی سیڑھی جو ہے وہ آپ کا جسم ہے۔ جسم کے لئے ہمارے پاس تین چیزیں اشد ضروری ہے۔ پہلی چیز ہے صحیح کھانا، دوطریقے کے لوگ ہیں جنہوں نے اپنے جسم کو نقصان پہنچایا ایک تو وہ لوگ جو بھوگی بن گئے جس نے جسم کا غلط استعمال کیا۔ ایک وہ لوگ ہیں جو تیاگی بن گئے یعنی جسم کا استعمال ہی چھوڑ دیا۔ تو ان دوطرح کے لوگوں نے جسم کو نقصان پہنچایا جس کی وجہ سے روحانیت خراب ہوگئی کیونکہ آپ کا جو خود سے تعارف ہوتا ہے تو وہ پہلے جسم سے ہوتا ہے اور دوسرے بھی آپ کو جسم کے تحت (ذریعے) ہی جانتے ہیں۔

سب سے پہلی جو چیز ہے وہ صحیح کھانا یعنی اتنا کم بھی نہیں کھانا کہ آپ کا جسم آپ کا ساتھ نہ دے اور اتنا بھی زیادہ نہیں کھانا کہ آپکا جسم اسے پچا نا سکے۔ کھانا ہضم بھی ہونا چاہئے کیونکہ جسم کا اپنا ایک نظام ہضم (Metabolism) ہوتا ہے اور جو کھانا ہضم بھی ہو رہا ہے اس میں اللہ کا بہت بڑا کرم ہے۔ ہماری نظر سے ایک واقعہ ایسا گزرا ہے کہ ایک آدمی جس

کا وزن تقریباً سوکلو تھا تو آپ کو اندازہ ہوگیا ہوگا کہ وہ کتنا موٹا ہوگا۔ اس کا ہاضمے کا نظام فیل ہوگیا تھا۔ اگر کسی کے گردے فیل ہو جائے تو وہ (Dialysis) پر 20 سے 25 سال جی سکتا ہے اگر کسی کے پھیپھڑے خراب ہوجائے تو کیسے نہ کیسے کر کے وہ 10 سال جی سکتا ہے۔ یہاں تک کہ اگر کسی کو کینسر بھی ہوجائے وہ جی سکتا ہے۔

مگر میری نظر میں اگر ہاضمے کا نظام فیل ہوجائے تو اس کا بچنا مشکل ہے یعنی آج میری نظر میں سب سے بڑی جو بیماری ہے وہ نظام ہاضمہ کا خراب ہوجانا ہے۔ کیونکہ دوسری جو بیماری ہے اس کا کہیں نا کہیں علاج ہے مگر اس کا کوئی علاج ہی نہیں اور ہزار طرح کے کینسر ہے اس کا علاج بھی ہے مگر اس کا کوئی علاج ہی نہیں۔ کیا کریں گے آپ اگر آپ کو کھانا پچ ہی نہیں رہا تو آگے بات کیسے چلے گی اگر آپ کی گاڑی میں ایندھن ہی نہیں ہے تو گاڑی چلے گی ہی نہیں یہاں تک کہ اگر گاڑی Mercedes بھی ہے لیکن اس میں ایندھن ہے نہیں تو گاڑی چلے گی کیسے تو اس لئے میری نظر میں جو سب سے خطرناک اور خراب بیماری ہے وہ ہاضمے کا نظام کا فیل ہوجانا ہے۔ تو اللہ نے قدرت ایسی بنائی ہے کہ کھانا ہضم ہو۔ ہمارے ہاضمے کے لئے قدرت کو مددگار بنایا۔ ایک مثال کے ذریعے یہ سمجھئے کہ قوت کشش ثقل (gravity) آپ کے ہاضمے کے لئے مفید ہے۔ ہم اگر گیارہ سے بارہ گھنٹے بھی ایک جگہ بیٹھیں رہیں

کرنا ہے تو خلائی مسافر کا ہاضمہ ایسا ہو جاتا ہے کہ پانی کو بھی ہضم نہیں کر پاتا۔ تو کہنے کا مقصد یہ ہے کہ اگر کھانا ہضم بھی ہو رہا ہے تو یہ اللہ کا بہت بڑا کرم ہے شکر ہے۔

دوسری بات یہ ہے کہ اللہ کے رسول ﷺ نے فرمایا کہ حلال چیز کھاؤ کیونکہ حلال چیز جلدی ہضم ہو جاتی ہے۔ حلال چیزوں میں اللہ نے ایسی تاثیر رکھی ہے کہ وہ با آسانی ہضم ہو جائے ہمارے لئے جو سب میں پہلی چیز ہے وہ ہے صحیح کھانا، اچھی غذا کھانا، اب امریکہ میں ایک نئی بیماری نکلی ہے جس کا نام eating disorders ہے یعنی کھانا کھانے میں بے ترتیبی ہو جانا جیسے brain disorders ہوتا ہے اور یہ بیماری سب میں زیادہ امریکہ میں پھیل رہی ہے جس کی وجہ سے ہمیں ہر چھٹا آدمی موٹا ملے گا۔ جو موٹاپا (obesity) کے دائرے میں آئے گا سب میں زیادہ موٹاپا اگر کہیں پھیل رہا ہے تو وہ امریکہ میں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ وہاں ٹینشن بہت زیادہ ہے۔ اور جو ملک زیادہ تعلیم یافتہ ہو جاتا ہے وہاں فکریں بھی زیادہ ہو جاتی ہے۔ مثال کے طور پر کسی سائنٹسٹ نے کہہ دیا کہ 200 کروڑ سال کے بعد سورج میں سے اس کی گیس ختم ہو جائے گی تو ابھی سے ہی فکر میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ اب کیا ہوگا، کیسے ہوگا۔ دنیا ختم ہو جائے گی؟ اور دوسری طرف ایک جاہل کو اگر یہ پتہ چلے تو وہ کہے گا کہ سورج سے گیس ختم ہو یا کچھ اور میرے گھر کی

کرتے ہیں کہ میرے بچے کھانا نہیں کھاتے۔ اس کی وجوہات یہ ہے کہ وہ بچے اپنے ماں باپ کی، دادا، دادی کی، چاچا، چاچی کی، خالہ، خالو کی محبت سے اندر سے بھرے ہوئے رہتے ہیں۔ ہم اپنے خالی پن کو بھرنے کی چکر میں رہتے ہیں اگر کوئی بڑا ہو گیا تو وہ اپنے کو جانکاریوں سے بھرنے کی کوشش کرتا ہے کہ کچھ نہ کچھ بھر لوں تا کہ یہ خالی پن نہیں رہے اپنے سے بچنے کی کوشش کرتا ہے۔ بھرنے کی ہمیشہ کوشش کرتا ہے۔ خالی نہیں رہنا چاہتا۔ یعنی اس کو میں کہتا ہوں کہ اکیلا ہونا بڑی بات ہے پر اکیلا پن یہ خراب چیز ہے کیونکہ اکیلا پن آپ کو کاٹتا ہے وہ جو ایک ہونا ہے وہ بڑی بات ہے پر آپ کو تنہائی کاٹتی ہے تو آپ اس خالی پن کو بھرنا چاہتے ہیں لیکن ایک اور چیز ہے جس کو آپ کو خالی کرنا ہے آپ نے جو بھرا ہے وہ خالی کرنا ہے آپ نے خالی پن کو کوڑے کچرے سے بھر لیا ہے ایک کامل پیر کا کام ہے کہ اس کو خالی کرنا تو میں کہتا ہوں کہ پیر کامل میری نظر میں وہ ہے جو مریدوں کو خالی کر دے۔ لوگ سمجھتے ہوں گے کہ جو مرید کو بھر دے، پُر کر دے، وہ پیر کامل ہے لیکن میری نظر میں جو مرید کو خالی کر دے۔ کیونکہ وہ کوڑے، کرکٹ سے کچرے سے بھرا پڑا ہے، جب تم اپنے سے خالی ہو جاؤ گے تو تم خدا سے بھر جاؤ گے۔

جب تک تم اپنے سے خالی نہیں ہوں گے خدا سے بھر نہیں سکتے لیکن اس میں سب سے بڑی مصیبت یا رکاوٹ یہ ہے کہ آپ اپنے سے ملنے

گیس کا کیا ہوگا تو پتہ چلا کہ فکریں اتنی پکڑ لی ہے اندر سے جس کی وجہ سے کھانا زیادہ ہوگیا ہے ماہر نفسیات یہی کہتے ہیں کہ جب آپ کی فکریں زیادہ ہوتی ہے تو آپ کھانا زیادہ کھاتے ہیں ۔ جو لوگ زیادہ غمگین یا فکرمند یا پریشان رہتے ہیں تو آپ دیکھیں گے کہ وہ لوگ زیادہ موٹے ہو رہے ہیں اوراس کی وجہ ہے Thyroid Gland اس کے اندر خرابی پیدا ہونے لگتی ہے ۔ ایک طرح سے کھانے کا نشہ ہو رہا ہے جس طریقے سے سگریٹ کا ایک نشہ ہوتا ہے اس میں (Nikotin) نیکوٹن کی عادت پڑ جاتی ہے اسی طرح کھانے میں Documin کی ضرورت (عادت) پڑ جاتی ہے یہ وہی کیمیا ہے جو دماغ میں Sexchemical بناتا ہے ۔ اگر آپ بھوکے ہوں تو آپ Sex نہیں کر سکتے اسی لئے ڈاکٹروں اور حکماء نے بھی یہی کہا ہے کہ آپ کھانا کھانے کے 4 گھنٹے کے بعد ہی اپنی بیوی کے پاس جایئے کیونکہ آپ کے پاس وہ مادّہ پیدا نہیں ہوا ہے اس لئے میرے آقا و مولیٰ سرکار دو جہاں صلی اللہ علیہ وسلم فرماتے ہیں کہ اگر آپ کے پاس نکاح کرنے کی استعداد (حیثیت) نہیں ہے تو تم روزہ رکھو۔ جو تمام ڈاکٹروں کے ڈاکٹر، تمام حکماء کے حاکم ہیں۔ تو انھوں نے کہا روزہ رکھو۔ کیونکہ اگر روزہ رکھیں تو وہ اتنا ہی کھائے گا جس سے اس کی گاڑی چل سکے اتنا مادّہ پیدا ہی نہیں ہوگا کہ اسے وہ مادّہ خارج کرنے کے لئے کسی عورت کی ضرورت پڑ جائے۔ حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے اس

میں ایک راز پوشیدہ رکھا ہے۔ جس کو زیادہ فکریں پکڑ لی ہے اس کو زیادہ کھانے کی عادت پڑے گی۔ اور یہ کھانے کی لت بھی ویسی ہی ہے جیسے کہ سگریٹ بیڑی چرس کے عادی ہوتے ہیں کہ کھانا نہیں ملے گا تو ان کا دماغی توازن بگڑ جائے گا۔ جو سگریٹ کے عادی ہوتے ہیں تو انکا دماغ کام نہیں کرتا اور جو شراب پینے والے ہیں اگر انہیں شراب نہیں ملے تو ہاتھ پیر کانپنے لگتے ہیں اور شراب پیتے ہی وہ نارمل ہو جاتے ہیں تو اسی طرح کھانے کی بھی لت ہوتی ہے جسے eating disorders کہتے ہیں۔ اور زیادہ کھانے کی وجہ بھی یہ ہے کہ اگر آپ اپنے آپ کو اندر سے زیادہ خالی محسوس کر رہے ہیں تو آدمی اپنے کو کھانے سے بھرنا چاہتا ہے تا کہ وہ بھرا ہوا لگے کیونکہ کھانا بھرے ہوئے کا احساس دیتا ہے۔ لوگ گلے تک بھر لینا چاہتے ہیں تا کہ آپ کو ایسا نہ لگے کہ آپ اندر سے خالی ہیں بلکہ بھرے ہوئے ہیں۔ اگر آپ یتیم خانے میں جا کر دیکھیں تو وہاں کے بچوں کو کھانے پر سے ہٹانے کے لئے بولنا پڑتا ہے وہ کھانا ہی کھاتے رہتے ہیں ان بچوں کا پورا خیال کھانے پر ہی رہتا ہے کہ کب گھنٹی بجے گی اور کب کھانا کھائیں گے۔ اور ان کے پیٹ ہمیشہ بڑھے ہوئے ملیں گے۔ اور اگر آپ اپنے گھر کے بچوں کا مطالعہ کریں کہ آپ کی بیوی، آپ کی ماں، آپ کے بچوں کے پیچھے تھالیاں لیکر نوالا لیکر دوڑتی ہیں کہ وہ کھالے مگر وہ بھاگتے رہتے ہیں وہ کھانے کو تیار ہی نہیں ہوتے اور کئی ماں باپ شکایت

کو تیار نہیں ہیں اپنے سے خالی ہونے کے لئے اپنے سے ملنا پڑتا ہے اور آپ دوسروں میں الجھے ہوئے ہوتے ہیں کوئی نا کوئی آپ کو چاہئے TV چاہئے جو آپ کو اپنے آپ سے بھلائے رکھے کیونکہ آپ کے اندر اتنا پاگل پن ہے کہ آپ کو ایک ہفتے کے لئے ایک کمرے میں بند کردیں تو آپ کا پاگل پن ظاہر ہو جائے گا۔ اسی لئے تا کہ آپ کا پاگل پن ظاہر نا ہو جائے تو آپ اپنے کو بھلانے کے لئے کسی نہ کسی کے ساتھ میں ہی رہیں گے۔ چاہے دوست ہو، بیوی ہو چاہے TV ہو، اور جو نیا طریقہ ایجاد ہوا ہے وہ ہے سینما ہال جہاں جا کر آپ اپنے آپ کو بھول جاتے ہو۔ تمہیں اپنی یاد نہیں رہتی اور جو پرانہ طریقہ تھا اپنے آپ کو بھلانے کا وہ مسجد اور مندر تھے وہاں جا کر بھی آپ اپنے آپ کو بھول جاتے ہیں اور اپنے آپ کو بھولتے اسی لئے ہیں تا کہ آپ کو اپنی یاد نہ آئے۔ کیونکہ تم کو تمہاری یاد آئے گی تو وہ پاگل پن بھی یاد آئے گا۔ اسی لئے تصوف میں ہے کہ جو خود سے ملا وہ خدا سے ملا۔ اور جو خود سے نہیں ملا وہ خدا سے نہیں ملا جس کو خود کا پتہ نہیں اس کو خدا کا پتہ نہیں۔

اگر آپ کے اندر پاگل پن ہے تو اس کا علاج رکھا ہے پر اس کیلئے آپ کو قبول کرنا ہوگا۔ اگر قبول کئے تو پھر اس کا علاج ممکن ہوگا۔ اور اس کے کئی علاج ہیں بس آپ کے اندر سے وہ چیز قبول ہو جائے۔ اگر آپ کو اپنے پاگل پن کا پتہ لگانا ہو تو ایک تجربہ کریں کہ ایک کمرے میں کوئی چیز نا ہو جو کہ تفریح کی

مشین لگایا اور دو تین دن تک اس کا جائزہ کیا۔ ایک دن ایک کتا آ گیا جب تک وہ بلی 75% فیصد کھانا کھا چکی تھی۔ کتے کے بھوکتے ہی بلی ڈر گئی جب اس ڈاکٹر نے دس سے پندرہ منٹ کے بعد دیکھا کہ جو ہضم ہونے والا کیمیا ہے وہ بلی کے پیٹ میں پیدا نہیں ہوا۔ ہمارے جسم کی خاصیت ہے کہ کھانا 3 سے 4 گھنٹے میں ہضم ہو جاتا ہے۔ کیونکہ ہمارے جسم کو ہر ۳ سے ۴ گھنٹے بعد کھانے کی ضرورت محسوس ہوتی ہے۔ کھانا دو طرح سے پکتا ہے ایک تو جو گیس پر پکتا ہے دوسرا ہمارے پیٹ کے اندر پکتا ہے تو یہ کھانا ۳ سے ۴ گھنٹے میں ہضم ہو جانا چاہئے۔ اگر نہیں ہوا تو یہ کھانا ٹھنڈا ہو جاتا ہے۔ اور اگر کھانا ٹھنڈا ہو گیا تو تیزاب بن جاتا ہے۔ آج سب میں بڑی بیماری نکلی ہے وہ ہے تیزابیت (Acidity) کی نکلی ہے اور Acidity کا مطلب تیزابیت کا پیدا ہونا ہے۔ ہمارا پتہ (gallbladder) بھی ایک گلاس اور غبارے کی طرح ہے۔ اور اس میں بھی زیادہ جذب کرنے کی صلاحیت نہیں ہے۔ یعنی جتنی اس کی صلاحیت ہے اتنا ہی جذب کریگا۔ اور اگر اس کی صلاحیت سے زیادہ بھر گیا تو وہ زیادہ ہو کر بہنے لگتا ہے اور اس کے بہنے کی ایک ہی نلی ہے اور بہہ کر وہ پیٹ میں ہی جاتا ہے اسی لئے ہمارے جسم میں تیزابیت بڑھ جاتی ہے۔ کیونکہ وہ ایک طرح کا تیزاب ہے اسی لئے ہم کہتے ہیں کہ ہمارے پیٹ میں تیزابیت ہوگئی۔ اور یہ آج کی تاریخ میں ایسی خطرناک بیماری ہے کہ لوگ

ہواور آپ کو زیادہ نہیں ۳ ردن کے اندر ہی تجربہ ہو جائے گا اور تین دن میں ہی آپ چلا اٹھیں گے آپ میں پاگل میں زیادہ فرق نہیں۔ پاگل اپنے سے بات کرتا ہے اور اگر آپ کے پاگل پن کی مقدار بڑھ گئی تو آپ بھی اپنے سے بات کرنے لگیں گے۔

آپ نے شاید دیکھا ہوگا کہ کسی کا اگر جھگڑا ہو رہا ہے تو وہ جھگڑے کے بعد بڑبڑاتے رہے گا اپنے آپ سے بات کرتا رہے گا۔تو غصہ ایک ذریعہ بن جاتا ہے اس پاگل پن کے باہر آنے کا۔تو غصہ بھی ایک طرح سے پاگل پن ہے کسی کو غصے میں دیکھ لو وہ پاگل ہی لگے گا۔ ہر آدمی میں پاگل پن پوشیدہ ہے آپ راستے پر چلتے چلتے کسی آدمی کو کہنی مار دو تو ابھی پاگل پن ظاہر ہو جائے گا۔ کسی کو آپ گالی دیتے ہیں تو وہ گالی ایک موقع بن جاتی ہے اندر کے پاگل پن کو باہر آنے کے لئے۔ آپ غصہ کرتے ایسا نہیں ہے بلکہ آپ غصے سے 24 گھنٹے بھرے رہتے ہیں۔بس یہ گالی موقع بن جاتی ہے اس پاگل پن کو باہر آنے کے لئے۔آپ کے برتن میں جو چیز ہوگی وہی ابل کر باہر آئے گی ۔اگر آپ کا برتن خالی ہے تو کچھ نہیں ابلے گا۔ کچھ نہیں جلے گا۔ اگر آپ کے برتن میں دودھ ہے تو دودھ ابل کر آئیگا۔اور اگر زہر ہے تو زہر ابل کر باہر آئے گا۔اور یہ بھی دھیان رکھو کہ آپ کسی سے محبت نہیں کرتے بلکہ آپ کسی سے کم نفرت کرتے ہو۔آپ اپنی بیوی سے کم نفرت کرتے ہیں تو آپ اس کو محبت سمجھ

لیتے ہیں اور اپنے والدین سے کم نفرت کرتے ہیں تو آپ اس کو محبت سمجھ لیتے ہیں آپ اپنے دوستوں سے کم نفرت کرتے ہیں تو محبت سمجھ لیتے ہیں جب نفرت کی مقدار بڑھ جاتی ہے تو پھر آپ نفرت اور غصہ کرنا شروع کر دیتے ہیں اگر آپ محبت کرتے ہیں تو آپ نفرت کر ہی نہیں سکتے۔

میں یہ کہنا چاہتا ہوں کہ آپ جو کھانا کھاتے ہیں اس سے آپ کا آدھا پیٹ بھرتا ہے اور آدھا ڈاکٹر کا بھرتا ہے۔

ایک بادشاہ تھا اس نے حکیموں کو رکھا تھا حکیموں کا کام یہ تھا کہ بادشاہ کو کھانا کھانے کے بعد الٹیاں کرائے وہ اس لئے کہ تاکہ وہ بادشاہ دن میں 20 مرتبہ کھا سکے آپ کہیں گے کہ وہ بادشاہ تو پاگل ہے لیکن ہم بھی پاگل ہی ہیں ہم نے بھی ڈاکٹروں کو پال رکھا ہے وہ بھی یہی کام کراتے ہیں لیکن کچھ اور طریقے سے کراتے ہیں وہ ہمارے صرف معدے سے الٹی نہیں کراتے بلکہ ہمارے جیبوں سے بھی الٹی کراتے ہیں۔آپ بھرا ہوا جیب لے کر جاتے ہیں وہ خالی کر دیتے ہیں تو سب سے پہلی جو چیز ہے وہ ہے صحیح کھانا اور اس سے بھی اہم چیز یہ ہے کہ کھاتے وقت کیا سوچ رہے ہیں آپ کا خیال کیا ہے۔سوچ کیا ہے احساس کیا ہے ہاں یہ اس سے بھی بڑی چیز ہے ایک تو صحیح کھانا اور اس سے بھی بڑی چیز ہے کہ کھاتے وقت صحیح سوچنا، پاکیزہ سوچ رکھنا، ایک دفعہ ایک ڈاکٹر نے ایک تجربہ کیا کہ بلی کو کھانا دیا اور اس کے اوپر ایک جائزہ کرنے والی

اس سے مر سکتے ہیں اور مر بھی رہے ہیں۔ زیادہ درد کی دوا (Pain Killer Tablet) کھانے سے بھی تیزابیت بڑھ سکتی ہے۔ اور اگر تیزابیت زیادہ ہو کر دماغ میں چڑھ جائے تو انسان مر سکتا ہے اور تیزابیت اس لئے پیدا ہو جاتی ہے کہ جب کھانا پوری طرح سے ہضم نہیں ہوتا ہے۔ اور یہ تیزابیت اس لئے بڑھتی ہے کہ ہم کھانا کھاتے وقت صحیح سوچ، خیال یا خوش مزاجی نہیں رکھتے۔ تو ہماری سوچ ہم پر حاوی رہتی ہے۔

اسی لئے مذہب اسلام نے یہ طریقہ ایجاد کیا ہے کہ جب ہم کھانا کھائیں تو **بسم اللہ الرحمن الرحیم** کہہ کر کھائیں جیسے کہ گاندھی جی نے کہا ہے برامت دیکھو، برامت کہو اور برامت سنو جو کہ دراصل یہ قول موسیٰ علیہ السلام کا ہے جس کو گاندھی جی کے تین بندر بھی کہتے ہیں۔ اور تینوں چیزوں کا مرکز ہے وہ ہے سوچ، اور آج تک کسی نے بھی یہ نہیں کہا کہ برامت سوچو لیکن صرف تصوف ایسا ہے کہ جس نے سوچ پر پابندی لگائی۔ مذہب اسلام ایک ایسا مذہب ہے جس نے سوچ سے بات شروع کی۔ جیسا کہ بخاری شریف، میں ہیں۔ جس کی پہلی حدیث یہ ہے کہ عمل کا دارومدار نیت پر ہے۔ اللہ کے رسول ﷺ نے جو پہلی بات سکھائی ہے اپنے صحابہ کرام کو وہ یہی سکھائی کہ آپ جو بھی عمل کرو گے اس کا پورا دارومدار نیت پر ہے۔ اسی لئے پہلے نیت کو درست کرنا ہوگا۔ نیت یعنی آپ کی سوچ اور آج تک کسی بھی مذہب کے

پانچوں وقت کی نماز میں آپ وہی ارکان کرتے ہیں۔ وہی آیات رہتی ہیں۔ وہی قرآن رہتا ہے۔ وہی قیام، وہی رکوع، وہی سجدہ لیکن نیت کی وجہ سے پوری نماز میں زمین و آسمان کا فرق آجاتا ہے۔ اس لئے میرے آقا و مولیٰ ﷺ نے نیت کی اصلاح کرنے کو کہا۔

اسی لئے جب ہم کھانا کھانے بیٹھیں تو جو کھانے کی نیت ہے اس کو پاکیزہ رکھیں۔ اس لئے اللہ کے رسول ﷺ نے کہا کہ جب آپ کھانا شروع کرو تو **بسم اللہ الرحمن الرحیم** بول کر شروع کرو۔ یعنی اللہ کے نام سے کھانا شروع کرو اور اگر اللہ کے نام سے کھانا شروع نہیں کریں گے تو شیطان آپ کے کھانے میں شریک ہو جائے گا۔ ذرا غور کرنے کی بات ہے کہ جب اللہ پاک کا نام لے رہے ہیں تو خیال پاک ہو جائے گا اور شیطان بھی شامل نہیں ہو سکتا۔ ناپاک خیال کا نام شیطان ہے اور پاکیزہ خیال کا نام رب ہے۔ اور ہمیں دکھائی بھی نہیں دیتا کہ شیطان آیا یا نہیں آیا۔

جیسا کہ آپ ﷺ نے فرمایا کہ ہر انسان کے ساتھ ایک شیطان پیدا ہوتا ہے اور پھر صحابہ کرام نے پوچھا کہ یا رسول اللہ ﷺ کیا آپ کے ساتھ بھی شیطان پیدا ہوا تھا تو کہتے ہیں کہ ہاں بے شک میرے ساتھ بھی شیطان پیدا ہوا لیکن اللہ نے مجھے یہ استعداد دیا کہ میں نے اسے مسلمان کر دیا کہ میرا شیطان مسلمان ہو گیا۔ تو وہ شیطان کون ہے وہ نفس امارہ ہے اسی لئے

ماسٹر نے یہ تعلیم نہیں دی۔ کسی نے یہ کہا کہ برامت دیکھو، برامت سنو اور کسی نے کہا کہ برا مت کہو۔ لیکن کسی نے بھی آج تک یہ نہیں کہا کہ برامت سوچو کیونکہ براسوچو گے تو برا دیکھو گے، براسنو گے اور برابولو گے۔ جب ہم کچھ بولتے ہیں تو اس سے پہلے ہمارے الفاظ تیار ہوتے ہیں اور الفاظ تیار ہوتے ہیں اندر کی سوچ سے۔ لیکن یہ تال میل بہت تیز ہوتا ہے۔ اسی لئے ہم بول لیتے ہیں لیکن جو زبانیں آپ کو نہیں آتی اور وہ بولنا پڑے تو آپ اتنی تیزی میں نہیں بول پائیں گے۔ وہاں سوچ سوچ کر بولنا پڑے گا۔ یعنی جلدی الفاظ تیار نہیں ہوں گے۔ اگر مجھے عربی نہیں آتی اور میں سیکھ رہا ہوں تو بولنے سے پہلے سوچوں گا۔ مجھے اگر چینی بھاشا نہیں آتی تو میں پہلے اس زبان کو سیکھوں گا پھر بولونگا۔ اتنا اچھے میں نہیں بول پاؤں گا۔ جتنا میں اردو بولتا ہوں کیونکہ بچپن سے تال میل بیٹھ چکا ہے۔ جو کہ بچپن سے ہی ہماری مادری زبان بھی ہے۔

یعنی سارے عمل کا دارومدار سوچ پر ہے اسی لئے اللہ کے رسول ﷺ نے جو سب سے پہلی پابندی لگائی وہ سوچ پر، کیونکہ عمل کا دارومدار ہی نیت پر ہے۔ ایک حکایت سے سمجھئے کہ ایک عالم نے بیان دیا کہ اگر آپ نہانے جارہے ہیں اور تین ڈول سے زیادہ اپنے اوپر پانی ڈالتے ہیں تو وہ اسراف ہے۔ اب وہ عالم صاحب جنھوں نے بیان دیا تھا وہ بھی کنوئیں کے پاس پہنچے

اور ان کے دوست جنھوں نے یہ مسئلہ سنا تھا وہ بھی وہاں پہنچے اور دیکھا کہ عالم صاحب کے شاگرد عالم صاحب پر پانی ڈال رہے ہیں۔ ایک ڈول پانی ڈالا، دوسرا ڈالا، ایسا کرتے کرتے 20 ڈول پانی ڈال دیا۔ تو عالم صاحب کے دوست جو کہ بے تکلف تھے انہوں نے کہا کہ ہمیں تو آپ نے تین ڈول سے زیادہ پانی ڈالنے سے منع کیا۔ کہا کہ یہ اصراف ہے اور خود تو 20 ڈول سے نہائے۔ تو وہ عالم کہتے ہیں کہ میں اب بھی یہی کہہ رہا ہوں کہ تین ڈول سے زیادہ پانی سے اگر نہائے تو وہ اسراف ہے میں جو 20 ڈول سے زیادہ پانی سے نہایا وہ میرے لئے حلال ہے۔ اور اگر آپ تین ڈول سے زیادہ پانی سے نہاتے ہیں تو وہ اسراف ہوگا۔ اور اسراف اسلام میں شیطان کے فعل کو کہتے ہیں۔ اور شیطان کا فعل حرام ہے۔ میرے لئے یہ فعل حلال ہے اور تمہارے لئے حرام ہے۔ تو عالم صاحب کے دوست بے تکلفی سے کہتے ہیں اسلام تو ایک ہی ہے پھر تمہارے لئے ایک چیز حلال ہو جائے اور وہی چیز میرے لئے حرام ہو جائے۔ تو عالم صاحب کہتے ہیں ہاں! کیونکہ تم جب نہاتے ہو تو تم نے نہانے کی نیت سے پانی ڈالا اور تین ڈول سے زیادہ پانی ڈالو گے تو وہ اسراف ہے اور میں نے نہانے کی نیت سے پانی نہیں ڈلوایا بلکہ میں اس لئے ڈلوایا کے میرا جسم ٹھنڈا ہو جائے میری نیت یہ تھی کہ تھوڑا جسم ٹھنڈا ہو جائے کیونکہ گرمی کا موسم ہے۔ ایک ہی چیز نیت کی وجہ سے حلال بھی ہوگئی اور حرام بھی۔

برے خیال کا نام شیطان ہے اور پاک خیال کا نام رب ہے۔ جس کھانے میں اللہ کا نام نہ پڑھا جائے اس کھانے میں شیطان شامل ہوجاتا ہے۔۔ تو کہنے کا مقصد یہی ہے کہ آپ پاک خیال میں کھانا کھاؤ تاکہ آپ پر ناپاک خیالات مسلط نہ ہو۔ اور ناپاک خیال میں کھانے سے بہتر ہے کہ ہم پاک خیال میں کھانا کھائیں۔

اہم بات یہ نہیں کہ ہم کیا کھا رہے ہیں بلکہ اس سے اہم یہ ہے کہ ہم کس کیفیت کس سوچ میں کھا رہے ہیں جس کا اثر ہمارے کھانے کے ہاضمہ پر ہوگا۔ اگر آپ زیادہ فکر لے کر کھانا کھائیں تو وہ کھانا ہضم نہیں ہوگا۔ تو کھانا کھاتے وقت خیال اچھا ہو اور ختم ہوجانے کے بعد **الحمدللہ** کہے اس کے معنی اللہ غذا کو ہضم کرنے میں مدد فرمائے گا۔ کیونکہ میری نظر میں جو سب سے بڑی بیماری ہے وہ ہضم نہیں ہونا ہے۔ اور اللہ ہمیں اس بیماری سے محفوظ رکھ رہا ہے۔ اس لئے ہمیں اللہ کا شکر ادا کرنا چاہئے جیسے ہمارے اندر شکر کا مادہ آجاتا ہے تو ہمارے اندر ایک حرکت ایک ہارموس پیدا ہوتا ہے جو کھانے کو ہضم کردے گا۔

اس لئے سب سے پہلے روحانیت کو بڑھانے کے لئے جو میں کہہ رہا ہوں وہ ہے صحیح کھانا (پاکیزہ نیت میں کھانا) آپ کے اندر پاکیزہ خیال کی وجہ سے قوت مدافعت (Immunity Power) مضبوط ہوگی۔ اور آپ

کماؤ اور کھاؤ۔ تو یہ دوسری بات ہے جس سے جسم کو اور روح کو بھی قوت و طاقت ملے گی۔ تیسری اور اہم چیز میری نظر میں وہ ہے نیند یعنی صحیح نیند اس میں بھی کچھ مذہبی لوگوں نے یہ کہا کہ وہ ہمیشہ Statistics پر چلتے ہیں یعنی حساب لگاتے ہیں کہ ایک آدمی 24 گھنٹے میں اگر 8 گھنٹے سوتا ہے تو 60 سال کے اندر اس حساب سے 20 سال وہ سو کر نکالا۔ پھر وہ یہ دیکھتا ہے کہ آپ کھانے میں 15 منٹ لگاتے ہیں تو آپ نے دن کے اندر 4 مرتبہ کھانا کھایا 15 منٹ کے حساب سے تو 24 گھنٹے میں ایک گھنٹہ کھانے کا نکل گیا۔ تو 60 سال میں 5 سال نکل گئے۔ اگر آپ بیت الخلا گئے تو سمجھئے اگر بیت الخلا میں دو سال نکالا تو یہ حساب سے وہ کہتے ہیں کہ بچا ہی کیا۔ تو ایک حسابی لوگ (Statistics People's) تھے اور ایک مذہبی لوگ۔ جیسے کہ ہندو مذہب میں ایک حکایت ہے کہ وشوامتر نام ایک یوگی تھے جو جا کر جنگل میں پہاڑی پر بیٹھ گئے کچھ سال بعد انھیں مینکا نے بہکا دیا ان کی تپسیا بھنگ ہوگئی۔ پر انہیں کسی مینکا نے نہیں بہکایا۔ بلکہ جب آپ سوتے ہیں تو خواب آتا ہے اور آپ جو کچھ بھی دن بھر میں اپنے اندر دبا لیتے ہیں وہ خواب میں ظاہر ہوجاتا ہے۔ اب ان کے خواب میں عورتیں آنے لگی تو ان کے اندر جو مجرد ہے وہ گھبرانے لگے کہ نیند تو بہت خطرناک چیز ہے اور وہ اس کا پرچار کرنے لگے کہ نیند تو بہت خطرناک چیز ہے کے نیند سے بچو جتنی کم نیند لوگے اتنا اچھا ہے ورنہ پھر جیوگے

برے خیال کے ساتھ کھاؤ گے تو وہ کھانا بھی زہر بن جائے گا۔ اس لئے آپ جب بھی بیمار ہوتے ہیں تو ڈاکٹر ایک ہی بات کہتا ہے کہ صحیح کھانا کھاؤ اور آج کے ترقی یافتہ زمانے میں صحت یاب کا نام ڈائٹ (diet) ہے اور اگر آپ کی ڈائٹ اچھی ہے تو آپ بیماری سے محفوظ رہیں گے۔ آپ کا جسم محفوظ رہے گا۔ پہلی سیڑھی ہے صحیح کھانا۔

دوسری جو ہمارے جسم کے لئے سیڑھی ہے وہ ہے صحیح محنت، کچھ لوگوں نے یہاں بھی وہی کیا۔ یا محنت کو ایک دم بڑھا دیا یا کچھ بھی نہیں کیا۔ ایک دفع ابراھم لنکن جو کے امریکہ کے سولہویں صدر گزرے ہیں وہ اپنے جوتے پولش کر رہے تھے تو ان سے ملنے ان کے دوست آئے اور پوچھنے لگے ابراھم یہ کیا کر رہے ہو اپنے جوتے خود پولش کر رہے ہو تم تو صدر ہو یہ کام تو آپ کسی سے بھی کروا سکتے ہو تو ابراھم لنکن نے جواب دیا کہ اگر میں اپنے جوتے پولش کروں تو اتنی بری بات نہیں بلکہ اگر میں نے اپنے جوتے دوسروں کو صاف کرنے دوں تو وہ بری بات ہوگی۔ پہلے کا دور ایسا تھا جو اپنا کام خود کرتا تھا اس کو اہم مانا جاتا تھا پر اب دور الٹا ہے اب جو اپنا کام دوسروں سے کرواتا ہے چاہے پیسے کے بل پر یا طاقت کے بل پر اب دور اتنا جدید ہو گیا ہے کہ سب کچھ ریموٹ پر آ گیا۔ اس دور میں لوگوں نے کچھ نہیں کیا یا پھر ایک دم کام پر آ گئے جو کہ ایک طرح سے اپنے جسم پر ظلم ہی ہے۔ اگر آپ دیکھیں گے کہ

جو لوگ کثرت کرتے ہیں جسم بنانے کے لئے اپنی شخصیت بنانے کے لئے وہ اتنی محنت خود کے لئے نہیں کر رہے ہیں بلکہ دوسروں کو بتانے کے لئے کہ میری جسامت و شخصیت کتنی اچھی ہے۔ تو ایک طرح سے میرے اعتبار سے وہ اپنے ساتھ زنا بالجبر ہی کر رہے ہیں۔ اس کے معنی یہی نکلتے ہیں کہ کسی جسم کے ساتھ اس کے مرضی کے خلاف کام کرنا۔ آپ کا جسم راضی نہیں پھر بھی زبردستی کر رہے ہیں وہ خود کے لئے نہیں کیونکہ خود کے لئے اتنا کرنے کی ضرورت نہیں۔ اور ایسے کثرت کرنے والے کو آپ دیکھو گے تو ان کا جسم اکڑا ہوا ملے گا۔ اور یہ ایک طرح سے مردہ پن ہے کیونکہ مردہ مرنے کے بعد اکڑ جاتا ہے تو وہ جیتے جاگتے مردے ہیں۔ تو کہنے کا منشا یہ ہے کہ صحیح محنت کرو یعنی اتنا بھی مت کرو کہ آپ اپنے جسم سے زبردستی کر رہے ہو اور ایک دم بھی نہیں۔

اگر ہم کثرت خانہ (Gym) میں جا کر دیکھیں تو پہلے کہ لوگ جیسے مسالہ کوٹتے تھے، چکی چلانا، کنوئیں سے پانی نکالنا، ڈوری کھینچنا وغیرہ جیسے کام کرتے تھے وہ آج کثرت خانے میں مشین کے ذریعے سے ہو رہا ہے کثرت میں بھی وہی چیزوں کو تبدیل کر دیا گیا ہے۔ تو پہلے کے لوگ جو کام کرتے تھے اپنے جسم کو مشین بنا کر کرتے تھے جیسے کہ ہل چلانا، یہاں ایسا ہے کہ مشین آپ کو کروا رہی ہے بس اب پیسہ دے کر یہ کام کر رہے ہیں پہلے مفت میں تھا۔ اس لئے میں کہتا ہوں کہ صحیح محنت کرو۔ اس لئے اسلام نے یہی کہا کہ رزق حلال

کیا۔اس لئے وشوامتر کو کسی مینکا نے نہیں بہکایا بلکہ ان کے اندر کی عورت نے ستایا۔ اور تمہیں بھی کوئی باہر کی عورت نہیں ستا رہی ہے بلکہ تمہارے اندر کی عورت ہی ستا رہی ہے۔تم باہر کی عورت سے بچنے کے لئے کسی جنگل یا پہاڑ پر جا سکتے ہو لیکن جو تمہارے اندر ایک عورت چھپی ہے اور ہر عورت میں ایک مرد چھپا ہوا ہے اور ہر عورت کو اس کے اندر کا مرد ستاتا ہے اور ہر مرد کو اس کے اندر کی عورت ستا رہی ہے۔ کیونکہ جو بھی پیدا ہونے والا ہے وہ مرد اور عورت کے ملن سے پیدا ہوتا ہے اس لئے جو مرد ہے وہ 60% فیصد مرد ہے اور 40 فیصد عورت ہے اور جو عورت ہے وہ 60% فیصد عورت ہے اور 40% فیصد مرد ہے کیونکہ وہ دونوں کی چیزوں سے مل کر بنا ہے اس لئے اس میں دونوں موجود ہیں۔اس لئے جس دن تم اپنی عورت سے چھٹکارا پالو گے تمہیں باہر کی عورت کبھی گمراہ نہیں کر سکتی۔تمھیں باہر کی عورت کبھی گمراہ نہیں کر رہی ہے بلکہ تمھیں تمہاری اپنے اندر کی عورت گمراہ کر رہی ہے وہاں سے چھٹکارہ پالو گے تو تم اگر کوٹھے پر بھی بیٹھو گے تو تمہیں کچھ نہیں ہوگا۔

ڈرپوک لوگ نیند کا پرچار کر رہے ہیں کہ نیند خطرناک ہے وہ نیند سے گھبرا رہے ہیں بلکہ میں تو کہتا ہوں کے نیند آپ کو پاگل پن سے روکتی ہے اور روک رہی ہے۔کسی آدمی کو آپ ایک ہفتہ مت سلاؤ وہ پاگل ہو جائے گا اس کا آپ مشاہدہ کر کے دیکھ لیں کہ جب آپ کسی کو بھی نیند سے اٹھاؤ کے تو وہ

نیند کا نام ہی مراقبہ ہے۔اگر آپ کسی گھاٹ پر گئے ہوں گے تو آپ نے دیکھا ہوگا کہ وہاں سیڑھیاں ہوتی ہیں ویسے ہی نیند میں بھی کئی سیڑھیاں ہوتی ہیں گہری پھر اور گہری، اور یہ اتنی گہری ہوتی ہے کہ ایک وقت ایسا آتا ہے کہ آپ کو اپنا بھی ہوش نہیں ہوتا اور ایک وقت تک ہوش رہتا ہے اندر سے۔تو وہ نیند کی قسمیں ہیں۔اندر اترنے کے بعد تو جب آپ سوتے ہیں تو نیند کی گہرائی میں اترتے رہتے ہیں سیدھے آپ نیند کی گہرائی میں نہیں جاتے اصل میں جسے نیند کہتے ہیں وہ صرف کچھ سیکنڈ کی ہوتی ہے اور جب آپ گہرائی میں کھو جاتے ہیں تب آپ آب حیات کے تالاب میں ڈبکی مارتے ہیں اور آپ پوری طرح سے تازے ہو جاتے ہیں اور کچھ اللہ والے ایسے ہوتے ہیں کہ جو 6 منٹ اس تلاؤ میں رہتے ہیں۔کچھ اللہ والے ایسے ہوتے جو چوبیس گھنٹے اسی میں رہتے ہیں۔اس لئے وہ قبر میں جانے کے بعد بھی باحیات ہیں۔قرآن بھی اس کی گواہی دیتا ہے کہ جو خدا کی راہ میں مارے جائیں انہیں مردہ مت کہو وہ زندہ ہیں بس تمہیں دیکھنے کا شعور نہیں۔

انہیں مردہ نہ کہو یہ تو مردے کو جلاتے ہیں

اتنی طاقت وقوت ان میں آجاتی ہے۔اس لئے ایک مکمل نیند ہونا چاہئے۔ جب آپ اسپتال میں بھرتی ہو جاتے ہیں تو ڈاکٹر آپ کو کچھ نہیں صرف سلا کر رکھتا ہے تو یہ 8 گھنٹہ آپ کا بے کار یا فضول نہیں جا رہا بلکہ یہ قوت پیدا

غصہ اور چڑ چڑانے لگے گا وہ کہے گا کہ 5 منٹ اور سونے دو اور بالخصوص بچے جو ہوتے ہیں وہ تو فطرت پر ہی ہوتے ہیں آپ کو بچوں کو اسکول کے لئے اٹھانے کے لئے محنت کرنا پڑتا ہے آسانی سے نہیں اٹھتے ۔ بچے سلانے کے لئے بھی محنت کرنا پڑتا ہے۔ایک دفعہ ایک بچے نے کہا کہ میری ماں تو پاگل ہے ذرا اسے سمجھاؤ کہ جب مجھے نیند نہیں آتی ہے تو کہتی ہے کہ سؤ اور جب نیند آتی ہے تو کہتی ہے اٹھو۔تو مجھے بتائیے کہ میری ماں پاگل تو نہیں ہوگئی ہے۔تو کوئی بھی یہ پسند نہیں کرتا کہ اسے نیند سے اٹھائے ۔اسکی نیند میں خلل آئے ۔آپ خود کو دیکھئے رمضان کے وقت جب آپ کو اٹھنا ہوتا ہے سحری میں تو آپ اپنے من کو مار کر اٹھتے ہیں آپ کا دل بالکل نہیں ہوتا مگر آپ مجبوری میں اٹھتے ہیں۔ چین میں جو پولس ہے وہ گناہگار کو کوٹھری میں ڈالتے ہیں اور اوپر سے پانی کی بوندیں گرتی رہتی ہیں اور آواز آتی ہے ٹپ ٹپ اور تین دن میں وہ چلا اٹھتا ہے اور پولس اس سے سب پوچھتی ہے کہ تو نے کیا کیا جرم کیا بتادے اور وہ مجرم بھی خود بخود سب بولنے لگتا ہے جو مجرم بڑی بڑی مار سے سزا سے اگلتے نہیں ۔ایسے مجرم کو پولس حالت نیند سے جگا کر سوال پوچھتی ہے اور وہ مجرم چڑھ کر ان کا جواب دے دیتے ہیں اس طرح سے پوچھنے کے عمل کو کریمنل سائنس (Criminal Science) کہتے ہیں ۔اس وجہ سے وہ رات میں ہی اٹھاتے ہیں تا کہ وہ سب کچھ بول دے ۔جو کچھ آپ دن میں دبا لیتے ہیں وہ

خواب میں ظاہر ہو جاتا ہے ۔اس لئے آپ صبح میں پرسکون ہو کر اٹھتے ہیں تو یہ 8 گھنٹے بے کار نہیں گئے بلکہ اس لئے ہے کہ آپ 16 گھنٹے جاگ سکو۔تازگی میں رہ سکو۔ بچہ جب ماں کے پیٹ میں ہوتا ہے تو وہ 24 گھنٹے سوتا رہتا ہے اور خدانا خواستہ اگر بیچ میں جگ گیا تو وہ معذور پیدا ہوگا۔ بچہ پیدا ہونے کے بعد بھی 20 گھنٹے سوتا رہتا ہے اور 4 گھنٹے جاگتا رہتا ہے ۔پھر جیسے جیسے وہ بڑا ہوگا سونا کم ہوگا جاگنا زیادہ ہوگا۔ پھر جوانی میں 8 گھنٹے سونا ضروری ہو جاتا ہے ۔ جب بوڑھا ہوتا ہے تو یعنی جب 60 سال کا ہو جاتا ہے تو وہ 20 گھنٹے جاگتا ہے اور 4 گھنٹے سوتا ہے ۔ سونا یعنی اندر کچھ بن رہا ہے اور اگر بوڑھا آدمی ہے تو یہاں پر کچھ مٹنے کا کام چالو ہے یہاں بننے کے لئے کچھ نہیں رہا۔سونے سے مراد یہ نہیں کہ آپ صرف بستر پر لیٹے رہنے ۔میں مکمل نیند کی بات کر رہا ہوں ۔قدرت بھی اسی چیز کو مدد کرتی ہے اگر آپ علم نفسیات جانتے ہو تو آپ دیکھو گے کہ اگر کسی کا ذہنی تناؤ بڑھ جاتا ہے تو ڈاکٹر اسے نیند کی گولی دے دیتا ہے وہ کہے گا کہ پہلے آپ سو جائیے تا کہ آپ کے اندر جو کیمیائی توازن ہے وہ برابر ہو جائے۔

اگر ہم نیند کی گہرائی میں اتر کر دیکھتے ہیں تو یہ ایک قسم کا مراقبہ ہے ۔ مگر غیر شعوری،اور جو ہم مراقبہ کرتے ہیں یہ ایک ہوش والی نیند ہے۔ جب کہ یہ مخالف چیز لگتی ہے ہم کو لیکن یہ مخالف نہیں ہے۔اسی کو سمجھنا ہے کہ ہوش والی

کر رہا ہے جس سے آپ 16 گھنٹے جاگ سکے۔ اور اپنے پاگل پن سے بچ سکے جو اسکے خلاف پرچار کر رہے ہیں وہ خود پاگل ہو گئے ہیں۔ انہوں نے سب کچرا اندر اکھٹا کر لیا ہے وہ ادھر کے ہے نا ادھر کے رہے اور جس کا جسم پرسکون ہوتا ہے اسی کی روح آگے پرواز کرتی ہے۔ جب آپ زیادہ فکر میں رہو گے تو آپ کا نہ نماز میں نہ روزے میں خیال لگے گا یہاں تک کہ ذکر میں بھی خیال نہیں لگے گا۔ جب آپ کا دل، دماغ سکون میں آجاتا ہے تو خود بخود روحانیت میں ترقی ہوتی ہے۔

تو یہ تین چیزیں ہیں آپ کے جسم اور روحانیت کے لئے اہم اور پہلی چیز ہے۔ صحیح کھانا (پاکیزہ کیفیت میں کھانا) دوسری صحیح محنت اور تیسری چیز ہے صحیح نیند۔

اب وہ اتنا تن گیا ہے کہ جیسے ہی آپ اس پر ہاتھ لگاؤ گے وہ ٹوٹ جائے گا۔ اتنا تم نے اپنی دماغ کی رگوں (نسوں) کو تان دیا ہے کہ آپ کا دماغ تناؤ میں رہتا ہے ایسا نہیں بلکہ وہ 24 گھنٹے تنا ہوا ہی ہے۔ اور تنے ہوئے کا آپ کو احساس بھی نہیں ہو رہا ہے۔ تو آج ہم جو کچھ بھی کرتے ہیں وہ دماغ سے کرتے ہیں یہاں تک کہ ہم محبت بھی کرتے ہیں تو وہ بھی دماغ سے کرتے ہیں۔ دل سے نہیں کرتے کیونکہ ہماری ابھی دل تک توانائی نہیں پہنچی ہے ہم ابھی تک دل تک نہیں اترے ہیں۔ اسی لئے ہم محبت بھی کرتے ہیں تو سوچ سمجھ کر کرتے ہیں۔ اس میں بھی ہم غور و فکر کرتے ہیں۔ اس سے محبت کروں یا نا کروں، جبکہ محبت بغیر سوچے سمجھے ہوتی ہے۔ اس میں سوچنے سمجھنے کا کام نہیں ہے وہ کام دماغ کا ہے۔ مگر ہم نے یہ کام بھی دماغ کے حوالے کر دئے ہیں کیونکہ ہم قلب سے غافل ہو گئے ہیں۔ ہمارا پورا دارومدار دماغ پر آ گیا ہے یعنی یہ اتنے تناؤ یا اتنے کھینچاؤ میں چل رہا ہے کہ وہ اپنی طاقت سے زیادہ استعمال کیا جا رہا ہے۔ دماغ میں سات کروڑ باریک رگیں ہیں اب اسی سے سمجھ میں آتا ہے کہ کتنی نازک رگیں ہیں۔ اتنی نازک رگوں پر اتنا بوجھ آئے گا تو کیا ہوگا۔ انسان سر کے بل کھڑا ہو گیا ہے جسے شیش آشن بھی کہتے ہیں یعنی سر کے بل کھڑے ہو جانا ایک وقت ایسا آئے گا کہ اس کا خون اس کے سر کی طرف آئے گا اور آج نہیں تو کل وہ پاگل ہی ہو جائے گا۔ اور لوگ اسے

مرکز انسانی

آج ہم سب لوگ اپنی زندگی کے مرکز سے ہٹ چکے ہیں ۔ اور جیسا کہ ہمیں پتہ ہے کہ جسم پہلی سیڑھی ہے روحانیت کے لئے۔ اگر میں ایک سوال کروں کہ ہمارے اندر جسم کا اہم حصہ کیا ہے؟ تو بلاشبہ آپ کا ذہن سر پر جائے گا یعنی دماغ پر ہی جائے گا یعنی جسم کے اندر سب سے اہم حصہ دماغ ہے ۔ اگر میں کہوں کے باغیچے میں سب سے اہم چیز کیا ہے؟ جو آپ کو اپنی طرف کھینچ رہا ہے تو وہ پھول ہے ۔ کیونکہ آپ کو وہ دکھائی دے رہا ہے اس کی رنگت، اس کی خوشبو آپ کو معطر کر رہی ہے ہر کوئی اسے دیکھ کر متوجہ ہو رہا ہے وہ پھول تمہیں اپنی طرف متاثر کر رہا ہے۔ اسی طرح سے آپ پر جو کھلا ہوا پھول ہے وہ دماغ ہے یعنی انسان پر کھلا ہوا پھول کا نام دماغ ہے مگر جو روحانیت سے جڑا ہوا ہے وہ تھوڑا اور نیچے آئے گا اور کہے گا دل ہے جو اہم حصہ ہے لیکن دل بھی ایک پھول ہی ہے یعنی جو دماغ ہے وہ ایک علم کا پھول ہے اور جو دل ہے وہ محبت کا پھول ہے لیکن پھول کھلنے کی وجہ سے اس کی رنگت، اسکی خوشبو میں ہم اس کی اصل کو بھول گئے وہ ہے جڑ ہم جڑ کو بھول گئے ہیں۔ ہم اپنا پورا خیال، دماغ کی طرف لے گئے ہیں ۔ اس دور کا آپ

اگر مشاہدہ کریں گے تو اس دور کا انسان آپ کو سر کے بل کھڑا ہوا ملے گا۔ کیونکہ جو کچھ بھی ترقیات ہے وہ دماغ کی ہے ۔ آج ہم اسی آدمی کو سب سے زیادہ اہمیت دیتے ہیں جس کا دماغ سب سے تیز ہو۔ یا ذی شعور ہو سارے کالج آپ کے دماغ کو بڑھانے کے لئے، اور اسی دماغ کی تعلیم و تربیت میں لگا ہوا ہے ۔ اب اس اہمیت کی وجہ سے ایک دوڑ چالو ہوگئی ہے۔ یعنی دماغ کو اور تیز کیا جائے اور تیز کیا جائے ۔ پہلے کے دور میں 10 سال کی عمر میں بچے کا داخلہ اسکول میں ہوتا تھا لیکن آہستہ آہستہ 7 سال میں ہونے لگا۔ تا کہ دماغ جلدی تربیت یافتہ ہو جائے ۔ پھر ایک دور ایسا آیا کہ 5 سال میں داخلے ہونے لگے ۔ اب ڈھائی سال میں جسے ہمارے یہاں نرسری کہا جاتا ہے پھر اس کو اور جدید کرنے کے لئے بے بی سٹنگ (Baby Sitting) آیا جس میں داخلہ ڈیڑھ سال میں ہوتا ہے۔ یہ ساری ترقی اسی لئے ہے کہ اس کا دماغ جلد سے جلد تربیت یافتہ ہو جائے ۔ جتنی بھی اسکول کالج انسٹیٹیوٹ سکھانے کے لئے ہی ہے۔ آج ہم سب پوری طرح سے دماغ پر منحصر ہو گئے ہیں اور اب ہم سماج میں اس کی کم اہمیت رکھتے ہیں جس کا دماغ کم ہو۔ آج سے 50 سال میں اتنا زور ڈالا گیا ہے کہ دماغ پر آنے والے 20 سال میں اگر اسی طرح سے زور چلے گا تو انسان پاگل ہو جائے گا۔ دماغ کب تک بوجھ اٹھائیگا پورا زور اسی پر ہے ۔ اگر ایک بجانے والا سیتار لو اور اسے تان دیا جائے تو وہ نہیں بجے گا۔

پاگل ہی کہیں گے۔اسی طرح سے انسان بھی سر کے بل ہی ہے کیونکہ وہ ساری چیزیں سر کے بل ہی لے کر آ گیا ہے۔یعنی دماغ پر۔ اگر آپ کسی سے نسبت رکھتے ہیں تو پہلے آپ سر کو جھکاتے ہیں کہ یہ جو میرا سر ہے وہ آپ کی نظر ہے کیونکہ آپ نے زہر کے بدلے آب حیات عطا کیا ہے۔

تن وش کی بیل رے گرو امرت کی کھان
شیش دیو گرو ملے تو بھی سستا جان

اسی لئے کسی بزرگ نے کہا ہے کہ اگر خدا کو پانا ہے تو سر ہتھیلی میں لے کر چل یعنی اس دماغ کے مقام سے ہٹنا ہوگا پھول ضرور اہم ہے اس سے انکار نہیں یہ قلب جو ہے محبت کا پھول ہے اس سے بھی انکار نہیں لیکن یہ اصل نہیں ہے۔اصل جو ہمارا مرکز ہے وہ ناف ہے جو کہ جڑ ہے۔بچہ جب ماں کے شکم میں رہتا ہے تو سب میں پہلی جو چیز بنتی ہے وہ ناف ہے۔بچہ ناف کے ذریعے ماں سے جڑا ہوا رہتا ہے صرف بچہ ماں سے ہی نہیں بلکہ وہ خود بھی ناف سے جڑا ہوا رہتا ہے اور ماں کی جو جڑیں ہیں۔بچہ کے اندر ناف کے ذریعے پھیلی رہتی ہے وہ جتنا سکون سے جتنے آرام سے ماں کے شکم میں ہوتا ہے وہ اتنے آرام سے کبھی نہیں ہوسکتا۔یہاں تک کے بچے کی سانس بھی اس کی ماں لیتی ہے۔پہلے جو بچے کو توانائی یا زندگی ملی تو وہ ناف سے ملی پھر ایک وقت ایسا آتا ہے آٹھ مہینے،نو مہینے یا دس مہینے اس کو ماں سے الگ کرنا پڑتا ہے اور وہ

کنا ہوتا ہے جیسے دودھ میں حرارت ملتی ہے ویسے ہی سگریٹ میں حرارت ملتی ہے۔

ابھی تو امریکہ میں اور خطرناک زہر پھیل رہا ہے کہ ایک مصنوعی بچہ دانی بنا رہے ہیں جسے(Artificial Womb) کہتے ہیں تو وہ بچہ اس میں ہی رہے گا تو سوچئے کتنی تباہی ہوگی کیونکہ وہ بچہ مرکز حیات سے جڑا ہوا تھا وہ بھی ختم ہو جائے گا۔تو سوچئے کتنا پاگل پن ہوگا۔ہم نے ہمیشہ سے پھول کو دیکھا ہے اور اس کی جڑوں کو بھول گئے۔ہمارے تین مرکز ہیں۔ایک دماغ۔دوسرا دل اور تیسرا ناف ہے۔ہم سمجھتے ہیں کہ ہم دل کی وجہ سے زندہ ہیں تو ایسا نہیں ہے اگر ہم ڈاکٹر کے اعتبار سے بھی دیکھیں تو دل دس منٹ تک بھی بند رہے اور پھر چالو ہو جائے تب بھی ہم زندہ رہ سکتے ہیں اس لئے ڈاکٹر دل کو دبا کر یا الیکٹرک شوک دے کر دیکھتے ہیں یا دل کو پمپ کرتے ہیں۔اس کی وجہ یہ ہے کہ ابھی اس کی ناف میں سے جان گئی نہیں ہے ایک مرتبہ اگر ناف سے جان چلی گئی تو انسان ختم ہو جاتا ہے۔اس لئے ناف جو ہے وہ جڑ ہے اگر پھول ٹوٹ بھی جائے اور جڑ زندہ ہے تو دوبارہ پھول آ سکتا ہے۔اگر جڑ زندہ ہے اور پتے جھڑ جائیں تب بھی دوبارہ پتے آ سکتے ہیں۔اگر جڑ زندہ ہے اور شاخیں کاٹ دی جائیں تو دوبارہ واپس آ جائیں گی۔مگر ایک مرتبہ جڑ مر جائے یا کاٹ دی جائے تو پھول مرجھا جائے گا۔آج تک کسی نے بھی

ضروری ہوجاتا ہے کیونکہ وہ مکمل ہوجاتا ہے اور پھر پیدا ہونے کے بعد اس کی ناف کاٹی جاتی ہے پھر وہیں سے اس کی شروعات ہوتی ہے جس کو ہم تاریخ پیدائش کہتے ہیں۔لیکن ایک مرکز سے تو کٹ گیا پھر فوراً وہ دوسرے مرکز یعنی ماں کے دل سے جڑ جاتا ہے جو توانائی وہ ماں کے ناف سے لے رہا تھا اب وہ توانائی کی جو دھارا ہے توانائی کی جو لہر ہے زندگی کی جو لہر ہے اب وہ ماں کے دل سے جڑ گئی اب بچہ ماں کا دودھ پینا شروع کر دیتا ہے اب ایک چیز اس سماج میں دیکھنے میں آرہی ہے کہ جس عورت نے زیادہ پڑھ لکھ لیا وہ اپنے بچے کو اپنے سے دور کر رہی ہے۔

وہ اپنے بچے کو دور کرنے لگتے ہیں جو ماں اپنے بچے کو دور کرتی ہے تو اس بچے کے دل کا مرکز جلدی بنتا نہیں۔جیسا کہ ماں کی ناف سے جڑے ہوئے تھے تو تین مہینے پانچ مہینے، چھ مہینے اور نو مہینے میں ہوا تھا۔تو ایک وقت ایسا آیا کہ وہ اندر سے تیار ہوگیا دنیا کی آب وہوا میں رہنے کے قابل ہوگیا۔ اب یہ مرکز کا کام پورا ہوگیا۔اب یہ زندگی جینے کے لئے تیار ہے۔لیکن اب وہ ایسا ہی ہے کہ کوئی بچہ ماں کے شکم میں ہو اور تین مہینے کا ہو تم نکال دو اسے تو وہ اندر سے تیار نہیں ہوا باہر کی آب وہوا کے لئے۔

امریکہ میں آپ دیکھو گے کہ مائیں اپنے بچوں کو اتنی جلدی دور کر دیتی ہے۔لیکن ان کو قریب رکھنا چاہیئے تھا ابھی ان کے بچے کے دل کا مرکز مکمل نہیں

ہوا جن کی وجہ سے بچہ اندر سے بے سکونی محسوس کرتا ہے۔یہاں صرف دودھ کی بات نہیں ہے کیونکہ دودھ تو دیگر جانور مثلاً گائے کا، بکری کا، بھینس کا پلایا جاسکتا ہے۔دودھ کا مسئلہ نہیں ہے مسئلہ دل کے قریب رکھنے کا ہے۔ہم اسے وقت سے پہلے الگ کر دیتے ہیں الگ کر دینے سے بچے کو دھکا لگتا ہے۔ اندر سے وہ بے سکونی محسوس کرتا ہے اب یہ بے سکونی اندر سے اور بڑھتی رہتی ہے پھر ایک وقت ایسا آتا ہے کہ وہ اپنے والدین سے نفرت کرنا شروع کر دیتا ہے۔کیونکہ اندر کی جو بے سکونی ہے اس کا بدلہ وہ کس سے لیں گے۔ اب آپ دیکھئے آدی واسی (Aboriginal) ماؤں کے بچے ماں سے لگے ہوئے رہتے ہیں تین سے چار سال تک دودھ پیتے ہیں لیکن وہاں کے بچوں کے اندر کچھ الگ ہی نشو ونما ہوتی ہے۔جو آدمی کے اندر بالخصوص عورت کے دل کی طرف جو کشش ہے وہ ماں کی وجہ سے ہے۔آدمی عورت کے دل کی طرف کھینچا چلا جاتا ہے۔اس کی ناسمجھی کی وجہ سے اس کی چھاتی کی طرف دیکھتا ہے اور دوسری جو وجہ ہے اس بچے کا جلدی وقت سے پہلے ماں کا دودھ چھڑوا دینا ہے یعنی اس بچے کو برابر دودھ اور حرارت، دھڑکن نہیں ملی۔تو اس کی وجہ سے اس کو بے چینی محسوس ہوتی ہے۔آج جو لوگ سگریٹ پیتے ہیں اسکی وجہ بھی یہی ہے اور دودھ میں کچھ مماثلت ہے جیسا کہ دودھ سفید ہوتا ہے اور سگریٹ کا دھواں بھی سفید ہوتا ہے تھوڑا یہ کن کنا ہوتا ہے اور وہ بھی کن

ناف کی طرف توجہ نہیں دلائی صوفی ازم میں بھی کسی نے ناف کی طرف نہیں لایا بہت سے بہت دل کی طرف لائے۔آپ نے کبھی ناف کے تعلق سے سنا بھی نہیں ہوگا۔اور آپ نے کبھی توجہ بھی نہیں کی ہوگی۔ناف کا گہرا تعلق ہے سانس سے کیونکہ پہلے آپ ناف کے ذریعے سانس لے رہے تھے اب آپ ناک کے ذریعے سانس لے رہے ہیں توانائی کا جو ذریعہ بنا وہ ناک ہے اسی لئے ہم تعلیم وتربیت میں بھی یہی کہتے ہیں کہ ناف سے ناک تک سانس لیجئے کیونکہ اس کے گہرے تعلق ہیں۔دوبارہ بھی آپ ناف سے سانس لے سکتے ہیں ایسا نہیں کہ نہیں لے سکتے۔جو ایک مرتبہ کئے ہیں تو دوبارہ بھی کر سکتے ہیں۔

تو کہنے کا مقصد یہ ہے کہ لوگ احساس محبت بھی دماغ سے کر رہے ہیں ۔اب Sex کا کام بھی وہ دماغ سے کر رہے ہیں۔اس لئے لوگ سیکس کے بارے میں سوچتے رہتے ہیں سیکس خراب چیز نہیں یہ تو قدرت کا ملا ہے۔جیسے جانور بھی سیکس کرتے ہیں مگر سیکس کے بارے میں سوچتے نہیں۔تو سیکس خراب نہیں بلکہ چوبیسوں گھنٹہ سیکس کے بارے میں سوچنا خراب ہے یہ تو افضاء نسل کے لئے اللہ نے ایک ذریعہ بنایا ہے کہ نسل کی بقاء ہو۔یہ نسل کی بقا کے لئے ہے مگر تم 24 گھنٹوں سوچ رہے ہو تو پتہ کیا چلا کہ تم دوسرے مرکز کا کام بھی دماغ کو سونپ دیئے ہو۔ یہ تو وہی بات ہوگئی کہ آپ کان سے دیکھ بھی رہے ہو اور آنکھ سے سن بھی رہے۔تو اللہ نے جس مرکز کا کام جس کے لئے بنایا اس

پھر چھوڑ دیں۔ جس طرح سے ہم نے ہاتھ کی مٹھی بند کر کے زور دیا اور پھر چھوڑ دیا تو پتہ چلا کہ آرام کیا ہے اس طرح دماغ پر ایک منٹ تک زور ڈالنے سے پتہ چلے گا کہ تناؤ کیا ہے پھر اسے چھوڑنے سے پتہ چلے گا کہ سکون وآرام کیا ہے۔

اور یہ ہمیشہ یاد رکھیں کہ آپ کی جو نوے فیصد بیماریاں ہیں وہ دماغ کی ہی ہے۔اور لوگ پاگل ہی ہے ابھی آپ ذرا کسی کو کہنی مارئے پورا پاگل پن ظاہر ہو جائے گا۔کیونکہ اس کا پورا تناؤ دماغ پر ہے اور اس لئے ہم دماغ پر سے کیسے تناؤ ہٹائیں تو ہم نے تناؤ ڈال کر اس کو ہٹایا۔اس سے سمجھ میں آ گیا کہ تناؤ کیا ہے۔اور پھر یہ کرو گے تو تم اپنے دوسرے مرکز یعنی دل پر آؤ گے یعنی دل کی طرف آ جاؤ گے پہلے مقام سے نیچے اترو گے تو دل کی طرف آؤ گے پھر وہاں سے نیچے اترو گے تو ناف کی طرف آؤ گے۔ جو کہ مرکز حیات ہے یعنی ناف کا جو مرکز ہے وہ خوف کی وجہ سے ایک دم ڈھیلا ہو گیا ہے۔تو جب تک آپ اندر سے لاخوف نہیں ہو جائیں گے یعنی آپ کا جو مرکز حیات ہے وہ مضبوط نہیں ہو سکتا ہے اور اسے اگر مضبوط کرنا ہے تو وہ سانس کے ذریعے ہی ممکن ہے جب مسلسل سانس چلے گی وہاں تو آپ کے اس مرکز میں جان پیدا ہونے لگے گی۔یا یوں کہہ لیجئے کہ وہ مرکز متحرک ہو جائے گا۔

یہ تین مرکز انسانی ہے اب میں آپ کو اسی چیز کو الگ انداز میں سمجھاتا ہوں۔

سے اس کام کولو۔ دماغ سوچنے اور سمجھنے کے لئے ہے اس سے انکار نہیں۔ دل محبت کے لئے ہے جو کہ محبت کا مرکز ہے مگر تم نے محبت کو بھی سوچنے سمجھنے میں لے آئے۔ اسی لئے محبت سب خراب ہوگئی۔ کیونکہ تم دل سے محبت نہیں کر رہے ہو بلکہ دماغ سے کر رہے ہو۔ تمہاری محبت حساب و کتاب میں ہے اسی لئے وہ بات پیدا نہیں ہو رہی ہے وہ کشش پیدا نہیں ہو رہی ہے۔ ہم تو چاہتے ہیں کہ کشش پیدا ہو پر نہیں ہو رہی ہے کیونکہ وہ چاہت دماغی ہے۔ اب سوچو دماغ پر اتنا زور آئے گا تو انسان پاگل نہیں ہوگا تو اور کیا ہوگا۔

پچھلے 30 سال کا رکارڈ اٹھا کر دیکھئے کہ جو بڑے بڑے سائنٹس تھے وہ پاگل ہوگئے بڑے بڑے مفکر پاگل ہوگئے۔

یہ تین مقام روحانیت تک پہنچنے کے لئے بھید (راز) ہیں اگر تمہیں خدا تک پہنچنا ہے تو تمہیں اوپر سے نیچے آنا پڑے گا اور نیچے سے اس ناف تک آنا پڑے گا۔ اور اس کو مرکز بنانا پڑے گا کیونکہ یہ مرکز تمہاری زندگی کا مرکز ہے اسی میں موت وحیات پوشیدہ ہے جیسے جھاڑ کی موت جڑ میں ہے تو اسی طرح ہماری یہ جڑ ناف میں ہے۔ آدمی سانس ناک سے لیتا ہے مگر جب آپ سوتے ہو تو سانس ناف سے چالو ہو جاتی ہے۔ آپ چھوٹے بچوں کو دیکھ کر یہ مشاہدہ کر سکتے ہیں کہ ان کا جو پیٹ ہے وہ اچھلتا رہے گا۔ کیونکہ ابھی وہ ناف سے ہی آ رہے ہیں۔ اور ناف سے سانس لے رہے ہیں سونے کے بعد ایک وقت

ایسا آتا ہے جب آپ اس مقام پر پہنچ جاتے ہیں جہاں ناف سے سانس شروع ہو جاتی ہے آپ کا پیٹ اوپر نیچے کرنے لگتا ہے تو آپ کے اندر توانائی بھرنے لگتی ہے اور دن بھر آپ چھاتی سے سانس لیتے ہیں جو چھاتی سے سانس لیتا ہے وہ جانوروں کے شمار میں ہے کبھی آپ وہ حقیقی مقام تک نہیں پہنچ سکتے جہاں اصل تمہارا ہونا ہے جو کہ زندگی کا مرکز ہے۔ اس مرکز کو ہم کیسے ترقی دے سکیں۔ تو سب میں پہلے ہمیں اپنے دماغ کے مرکز کو سمجھنا پڑے گا کہ یہ تناؤ کیا ہے تو اسے سمجھنے کے لئے ہم مصنوعی طور پر اس پر تناؤ ڈالے اور پھر چھوڑ دیں گے جیسا کہ ایک ستار اگر اس کو زیادہ ٹائٹ کر دیا جائے تب بھی نہیں بجے گا اور زیادہ ڈھیلا بھی کر دیا جائے تب بھی نہیں بجے گا۔

تو دل کے جو تار ہیں وہ ایک دم ڈھیلے ہیں اور دماغ کے تار ایک دم کسے ہوئے ہیں۔ ایسے میں ہمارے اندر کا موسیقی (Music) جو ہے وہ بجے گا ہی نہیں۔ اب ہم کیا کرتے ہیں کہ اس دماغ پر زور ڈالتے ہیں تو جیسا کہ ہاتھ کی مٹھی ہے اسے تان لیں آدھا منٹ تک اور پوری طرح سے اسے ٹائٹ مٹھی بند کریں پھر اس کے بعد کھول دیں تو ہمیں پتہ چلے گا کہ چھوڑنا کسے کہتے ہیں اب ہم جتنا ہو سکتا ہے دماغ پر پوری طرح سے، پوری رگوں کو کھینچیں گے یعنی دماغ پر تناؤ ڈالیں گے اور اس کے لئے آپ جتنا سوچ سکتے ہیں سوچیں۔ اور اس پر خود تناؤ ڈالیں مصنوعی طور پر تا کہ ہمیں پتہ چل جائے کہ تناؤ کیا ہے۔

کلمۂ طیبہ میں کلمے کی کل کیا ہے؟ **ھا، ھو، ھے**۔ تو جب **ھا** کہتے ہیں تو آپ کا منھ کھلتا ہے تو یہ سر کی طرف اشارہ ہے **ھو** جو ہے وہ دل کی طرف اشارہ کرتا ہے۔ اسی لئے جب ہم اللہ کہتے ہیں تو دل کی طرف اشارہ کرتے ہیں اور جو **ھے** ہے وہ نیچے کی طرف اشارہ ہے۔

آج سائنسدانوں نے ایک نسخہ پانی (H2O) کا بنایا ہے تو لوگ اس نسخے کو صرف پڑھ رہے ہیں۔ اس کو سمجھ نہیں رہے ہیں۔ کہ یہ کیا ہے وہ نسخے کو یا **ھا، ھو، ھے**، کو پڑھ لینے سے کام نہیں ہونے والا یہ مرکز حیات پر آنا ہی ہوگا اسی میں جان پیدا کرنا ہوگا۔ اس سے پہلے ہو ہی نہیں سکتا۔ اگر آپ کو روحانیت سے جڑنا ہے تو اپنے ناف کے اندر وہ بات پیدا کرنی ہوگی۔ تم دماغ کے ذریعے خدا سے نہیں جڑ سکتے کیونکہ دماغ کی خاصیت ہے کہ وہ ہر چیز کو توڑ کر دیکھتا ہے اس لئے سائنسداں اپنے تجربے میں ہر چیز کو توڑ کر دیکھتے ہیں اس میں کیا ہے اس میں کیا ہے یہ ایٹم ہے ایٹم میں کیا ہے؟ نیوکلیئر تو نیوکلیئر میں کیا ہے؟ جو توڑ کر دیکھتا ہے وہ دماغ ہے اور جو جوڑ کر دیکھتا ہے وہ روحانیت ہے۔ خدا جو ہے وہ ٹوٹا ہوا نہیں ہے۔ جو اپنی ناف سے جڑ جاتا ہے وہ اپنی روحانیت سے جڑ جاتا ہے۔ اپنی روح سے جڑ جاتا ہے اور جو دوسروں کی ناف سے جڑ جاتا ہے وہ خدا سے جڑ جاتا ہے تو صوفیائے کرام کہتے ہیں کہ جو اپنے رب کو راضی کر لیتا ہے یعنی تم اپنے رب

ہوتے ہیں سب زندہ ہو جاتے ہیں وہ کچھ بھیج رہا ہے تو وہاں سے اس کی کچھ توانائی آ رہی ہے اور کوئی لے رہا ہے۔ اس کو جیسے ہمارے یہاں سورج مکھی (SunFlower) جہاں سورج کی کرنیں مڑتی ہیں وہ وہیں مڑ جاتا ہے تو کچھ نہ کچھ جڑا ہوا ہے اور جب تک سورج کی کرنیں نہیں آئے پھول کھل ہی نہیں سکتا۔ کنول کے پھول پر اگر سورج کی روشنی آ جائے تو کھلے گا اور بادل آ جائے تو بند ہو جائے گا۔ تو کچھ نہ کچھ توانائی وہ لے رہا ہے۔ وہ وہاں سے جڑ گیا ہے جو ہمیں دکھائی نہیں دے رہا۔ جو قوت مرکز حیات سے آ رہی ہے اگر آپ اس سے جڑ گئے تو یہ وہی توانائی ہے جو آپ کو اپنی ماں سے ملی تھی تو اس سے آپ جڑنے لگتے ہیں اگر آپ جڑ گئے وہ آپ کی بیوی بھی ہو سکتی ہے ماں بھی ہو سکتی ہے دوست بھی ہو سکتا ہے۔ اور آپ کے نقطہ مرکز (Center Point) جتنے قبول کرتے ہیں وہ اتنے مضبوط ہوں گے۔ اتنی جلدی اور زیادہ ترقی کریں گے۔ سورج تو نکلا ہوا ہے۔ اگر آپ نے اپنے گھر میں پھول لگائے ہیں تو روشنی اندر گھس کر نہیں آئے گی بلکہ آپ کو کھڑکی دروازے کھولنے ہوں گے۔ یعنی آپ کو سورج کی روشنی لینے والا بننا پڑیگا تو جب اس روشنی کو لیں گے ترقی ہوگی۔ ورنہ نہیں ہوگی یعنی آپ کے تینوں مرکز جتنے قبول کرنے والے ہوں گے اتنی جلدی ترقی ہوگی۔ جتنے کم قبول کرنے والے ہوں گے اتنا ہی کم ترقی ہوگی۔

کوراضی کرلووہ رب العالمین کوراضی کرلے گا۔ پہلے مرکز حیات یعنی ناف کومتحرک کرنا ہوگا۔

تین طرح کے مرید ہوتے ہیں جواپنے پیر سے جڑے ہوئے ہوتے ہیں یاہوجاتے ہیں ۔ پہلا جودماغ سے جڑاہواہوتاہے جس کو پیر کے سب بیان، سب باتیں، خیالات اچھے لگیں گے۔ کچھ ایسے ہیں جو پیر کے دل سے جڑ جاتے ہیں اور کچھ ایسے بھی ہیں جو پیر کی روح سے جڑ جاتے ہیں اسی طرح سے آپ کے تعلقات ہوں گیں جودماغ کے تعلقات ہوتے ہیں وہ اتنے مضبوط نہیں ہوتے ۔کبھی بھی آپ کے خیالات ٹکراسکتے ہیں۔ جڑ کے چل رہے ہیں ٹھیک ہے لیکن جب ٹکرائیں گے تو بات ختم ہوجائے گی۔ یہاں تک کہ بیٹے اور باپ کے خیالات بھی ٹکراتے ہیں ۔اور جودل سے جڑے ہیں ایک وقت ایسا آتا ہے کہ وہ محبت کے ذریعے دل سے جڑے تھے تواس میں نفرت پیداہوسکتی ہے ۔وہ تو علیحدہ ہوسکتا ہے ۔لیکن جوناف سے جڑاہوارہتاہے ۔ جوروح سے جڑاہوارہتاہے وہ علیحدہ نہیں رہ سکتا دل سے جڑے یعنی آپ ان کے عاشق وہ آپ کے معشوق یہ معاملہ ہے دل سے جڑے رہنے میں ۔اوراس لئے کہا گیاہے کہ محبت اندھی ہے۔ اندھی یعنی جہاں سوچنا سمجھنا نہیں ہوتا۔ اور جہاں سوچنا سمجھنا ہوتاوہ دماغ ہے ۔ اور جوناف سے جڑ جاتے ہیں تو وہ دوستی کا ہوتاہے وہاں گہری دوستی ہوتی ہے دماغ سے بھی دوستی ہوسکتی ہے ۔

خیالات اگر پسند آگئے تو کوئی بھی آپ کا دوست بن سکتا ہے۔مگر وہ تمہارے دماغ کا دوست بناہواہے۔اس لئے وہ دوستی اتنی گہرائی تک نہیں جاپاتی لیکن جوآپ کی روح سے جڑ جاتاوہ دوستی ہمیشہ رہے گی۔ آگر آپ کسی کومعشوق رکھتے ہیں تو وہ یہ نہیں چاہیں گے کہ اس کے اوربھی کوئی عاشق ہو۔آپ کی جومحبوبہ ہے وہ یہ نہیں چاہے گی کہ آپ کا بھی کوئی عاشق ہو۔تو یہاں دعوے داری ہوگی ۔ یہاں کاپی رائٹ(Copyright) ہوگیا۔آپ مجھ کوہی چاہ سکتے آپ میرے ہی عاشق ہیں مگر دوستی میں کوئی کاپی رائٹ نہیں ۔آپ ایک ہزاردوست بناسکتے ہیں ۔ اسی لئے اللہ تعالیٰ نے جومعاملہ ہمارے ساتھ رکھاہے وہ دوستی کا ہے کیونکہ یہ گہرا تعلق ہے۔کسی عورت کودیکھ کراگر آپ اس کی طرف راغب ہوتے ہیں تو وہ توانائی دل سے آرہی ہے۔یعنی آپ کے دل تک وہ توانائی پہنچ رہی ہے تو آپ اس کی طرف راغب ہوتے ہیں اگراس کی خوبصورتی کی طرف جارہے ہیں تو دماغ کی طرف سے توانائی آرہی ہے۔ اوراگراس کی طرف محبت بڑھ رہی ہے تو آپ دل کی طرف جارہے ہیں۔ایک چاند ہے جو زمین سے تقریباً تین لاکھ یاساڑھے تین لاکھ کیلومیٹر کی دوری پر ہے پراس چاند کی کشش یامدد جزر پانی پر آرہاہے۔تو کہیں نہ کہیں وہ جڑاہوا ہے جیسے سورج زمین سے پندرہ کروڑ کیلومیٹر کی دوری پر ہے لیکن اگراس کی کرن نہ آئے تو پھول کھل نہیں سکتا۔صرف اس کا نکلنا ہے جیسے سب مردے

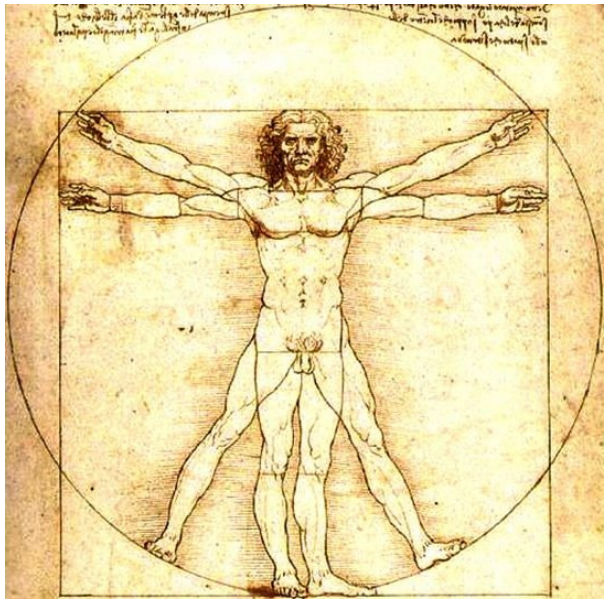
پہلے تو آپ کو اوپر سے نیچے اترنا ہوگا اپنے مرکز کے اندر وہاں اس مقام سے جو توانائی آرہی ہے اس مقام میں آب حیات پوشیدہ ہے جسے قوت عظیم کہتے ہیں جو کہ آپ میں ہی پوشیدہ ہے۔

جب آپ کہیں سفر میں گاڑی میں ہو اور اگر اچانک سے بریک لگائیں تو آپ کو ناف کی طرف جھٹکا لگے گا۔ وہ اس لئے کیونکہ وہاں جان پوشیدہ ہے اور اگر زیادہ آپ میں بدلاؤ ہو جاتے ہیں تو آپ کی نابی اوپر یا نیچے ہو جاتی ہے یا تو آپ کو الٹی شروع ہو جائے گی یا تو آپ کو جلاب شروع ہو جائے گا۔ جو مرکز ہے ہٹ گیا۔ اور جو ناف ناپنے والے ہیں اس کو دھاگے سے ناپتے ہیں کہ ناف ہٹ گی ہے اور اسے ٹھیک کر دیتے ہیں۔

لیونارڈو داونچی (Leonardo Da Vinci) ایک شخص گزرا ہے جو اپنے ایک تصویر میں یا پوسٹر میں یہ بتانا چاہتا ہے کہ ناف سب سے اہم حصہ ہے جسم کے اندر جیسے دنیا کا ایک مرکز ہے ویسے ہی آپ کا بھی ایک مرکز ہے وہ ہے ناف۔

کہتے ہیں کہ یہ ایسا نہیں ہے۔ تصوف اس کے خلاف ہے جب کہ سگمنڈ فرائیڈ کو ماہر نفسیات کا باپ کہا جاتا ہے۔ اہل تصوف (صوفیائے کرام) کہتے ہیں کہ وہ جنبش اس وجہ سے نہیں ہوتی بلکہ جو تمہارا آلہ شہوت ہے وہ مرکز حیات کی توانائی کے قریب ہے جس کی رگیں ایک دوسرے سے نزدیک ہے تو وہ اس وجہ سے اس آلہ شہوت میں جنبش ہوتی ہے۔ کیونکہ اس مرکز حیات پر جنبش ہوتی ہے۔ یہ جھٹکا مرکز حیات پر اس لئے جنبش پڑتا ہے کہ جب آپ گہری نیند میں سوتے ہیں تو ناف سے سانس لینا شروع کر دیتے ہو جس کی وجہ سے جنبش ہوتی ہے اور جب گہری نیند میں ناف سے سانس لینا شروع کر دیتے ہیں آپ اسی مقام پر آجاتے ہو جہاں آپ ماں کے شکم میں تھے اسی مقام میں آجاتے ہیں جب آپ خدا سے ایک ہو گئے تھے۔ تو جنہوں نے ناف سے زندگی گزاری وہ کچھ اور ہو گئے۔ اور دل سے جینے والے کچھ اور ہو گئے۔ دماغ سے جینے والے ذہین وفہیم ہوئے کوئی بات نہیں ہم اسے ذہین Intelligence کہہ سکتے ہیں مگر وہ ولی نہیں ہو سکتا۔

اب ہم نے تینوں مراکز کو جانا ہے "ھا" "ھو" "ھے" کلمے کی کل ہے۔ یہی کلمے کی چابی ہے زبر، زیر اور پیش ہے۔ زبر یعنی اوپر، پیش یعنی بیچ میں اور زیر یعنی نیچے۔ یہ سب ایک نسخے ہے یا یوں کہہ لو ایک ضابطہ ہے لیکن اس کے پڑھ لینے سے پیاس نہیں بجھے گی بلکہ یہ ضابطہ آپ کو آسان کرنے کے لئے ہے



مرنے کے بعد بھی سب میں پہلے جو چیز سڑتی ہے وہ ناف ہے۔یہیں سے پہلے سڑنا شروع ہوگا۔اس کے بعد کہیں سے بھی سڑن پیدا ہوتی ہے۔سب سے پہلے وہیں سے کیوں، کیونکہ سب سے پہلے بنی بھی تھی۔آپ کا دماغ ماں کے شکم میں بعد میں بنتا ہے۔اور دل بھی پہلے نہیں بنتا اگر آپ کسی نومولود بچے کی تصویر اٹھا کر دیکھیں گے تو وہ آپ کو ناف کی طرح ملے گی۔اس کے بعد ہی سب بدلاؤ آئیں گے۔

اور آپ کی ترقی اس ناف میں ہی رکھی ہے تو ہم اس کو کیسے ترقی دیں تو وہ سانس ہے۔آپ کو مسلسل سانس لینا ہے اور جیسے ہی آپ سانس لیتے ہیں ایک لے (Rhythmic Breathing) میں تو آپ دیکھیں گے کہ آپ کو ناف پر چوٹ (جھٹکا) لگے گی۔

سگمنڈ فرائیڈ (Sigmund Freud) نام کا ایک ماہر نفسیات گزرا ہے۔اس نے کہا ہے کہ جب آپ سوتے ہیں تو اٹھارہ سے بیس مرتبہ آپ کے آلہ شہوت میں جنبش پیدا ہوتی ہے تو اس نے یہ کہا کہ آپ دن بھر میں جو کچھ بھی دبا لیتے ہیں تو وہ خواب کی شکل میں کچھ اثر پڑتا ہے۔مگر اہل تصوف

۔جو بھی بزرگوں نے یہ نکالا ہے تو کہنے کے لئے نہیں ہے بلکہ آپ کو اس میں ترقی کرنے کے لئے ہے۔

یہ تین بھید (راز) ہیں تین مقام سے یا خدا سے جڑے ہوئے ہیں۔ آپ دماغ سے جڑے ہیں کیا یہ دیکھنا ہوگا، اور ہمارے عالم دماغ سے ہی جڑے ہیں اور ان میں کچھ ہوں گے جنہیں تھوڑا احساس ہوگا تو وہ دل سے جڑے ہوں گے۔تو ہمیں یہ تین مراکز کو ترقی دینا ہوگا۔

ہم اب اپنی جڑ کی طرف آئیں گے۔ کیونکہ باغ میں جانے کے بعد سب سے پہلے لوگ پھول سے متاثر ہوتے ہیں۔سب کا خیال پھول کی طرف جاتا ہے۔ کیونکہ آپ کو دماغ سے متاثر کیا ہوا ہے۔تو ہمیں پہلے مقام سے تھوڑا نیچے اترنا ہے تو ہم کیسے نیچے آئیں گے اور آپ کو کہیں اکیلے میں جا کر یہ روزانہ دس منٹ کرنا ہوگا۔ یہ کوئی مراقبہ نہیں ہے بلکہ اس سے پتہ چلے گا کہ سکون کیا ہے تو آپ کو پہلے دماغ پر تناؤ ڈالنا ہوگا اگر آپ کو سکون کو سمجھنا ہے تو ہم اپنے گھر میں تھوڑی دیر کے لئے بہت شور والی موسیقی لگا سکتے ہیں اور پھر دس سے پندرہ منٹ کے بعد ہمیں پتہ چل جائے گا کہ سکون کیا ہے جو کہ پہلے سے ہی تھا مگر ہمیں کچھ نہیں آرہا تھا۔تو ہم یہ بے سکونی کو جاننے کے لئے کر رہے ہیں۔جس دن آپ بے سکونی کو جان لوگے اس دن آپ سکون کی تلاش میں نکل پڑو گے۔ کیونکہ آپ یا تو زیادہ تناؤ میں جئے یا تو کم تناؤ میں

مراقبے میں بیٹھ کر سوچ رہے ہیں تو آپ کا مراقبہ بھی دماغ والا ہے۔ابھی دل تک نہیں اترا اور اگر کچھ محبت یا کچھ کشش پیدا ہو رہی ہے تو وہ دل کی طرف ہے اور کوئی جو اس ناف سے جڑ جا رہے ہیں یعنی خدا کی ناف سے جڑ گئے تو کیا بات ہے۔تو پھر ایک مقام آتا ہے ترک وجود۔جس کو ہم نے ویڈیو کے ذریعے بھی دکھایا ہے کہ ایک نوری تار جو کہ ناف سے جڑی ہوئی ہے اور اس کا نوری وجود پورے کائنات میں گھوم رہا ہے اور وہ نوری تار موت کے وقت کٹ جائے گی۔تو ہم کو ان مراکز کو ترقی دینی ہوگی اور آپ میں جو بھی بدلاؤ آتے ہیں وہ آپ کی سانسوں کے ذریعے پتہ چل جاتا ہے جیسے کہ غصہ آ گیا تو آپ کی سانس تیز ہو جائے گی۔ یہاں تک کہ آپ کسی عورت کو دیکھتے ہو تو آپ کی سانس میں تبدیلی آجاتی ہے کچھ بھی آپ میں بدلاؤ ہوگا تو سانس اس کو بتا دے گی کہ کچھ بدلاؤ آرہا ہے۔تو سانس کو ناف سے گہرا تعلق ہے اس لئے آپ تھوڑا لاخوف ہو جائیں یعنی تھوڑے نیڈر ہو جائیں اور نیڈر کے اندر غیر حفاظتی آجاتی ہے کیونکہ زیادہ تر ہم حفاظت میں جی رہے ہیں جو کہ ایک قسم کا ڈر ہے۔جتنا آپ حفاظت میں جیو گے اتنا آپ کا جو مرکز ناف ہے وہ کمزور ہو جائے گا۔ایک بادشاہ نے ایک محل بنایا تھا دوسرا بادشاہ اسے دیکھنے آیا محل اتنی حفاظت میں بنایا تھا کہ اس کا ایک ہی دروازہ تھا اور سپاہی اتنے رکھا تھا کہ ہر قدم پر سپاہی ۔دوسرا بادشاہ جب آیا دیکھا تو وہ بہت متاثر ہوا کہ میں بھی

جئے۔آپ کے جینے کا جو معیار ہے وہ برابر نہیں۔

ذاکروں کو ایک وقت گھبراہٹ بے چینی پیدا ہو جاتی ہے تو اس لئے کہ اب تک آپ بازار میں تھے۔لیکن یہ بے چینی پہلے سے تھی بس آپ کو احساس نہیں ہو رہا تھا کیونکہ آپ بے ہوشی میں جی رہے تھے۔ جیسے ہی آپ کے اندر سے ہوش کا چراغ جلا تو آپ کو وہ بے چینی دکھائی دینے لگی۔ وہ بے تابی دکھائی دینے لگی۔وہ مدہوشی دکھائی دینے لگی تو آپ بے چین ہو گئے۔ یہ اچھی علامت ہے جیسے ایک مثال ہے کہ آپ کے کسی گھر کے بند کمرے میں بہت کوڑا کرکٹ ہے لیکن روشنی نہیں اور اگر دروازہ کھولتے ہیں اور دیکھتے ہیں کہ اندھیرا ہے کچھ بھی نہیں ہے۔لیکن جب یہاں روشنی آ گئی جیسے دیکھ کر آپ چلا اٹھتے ہیں کہ اتنا کچرا اتنا گرد تو یہ کہیں باہر سے نہیں آیا یہ تو پہلے سے ہی اندر تھا۔ بس یہ جو چراغ لگا، روشنی آئی، اس روشنی نے اسے ظاہر کر دیا کہ اتنا کوڑا کرکٹ اور اگر یہ ظاہر ہو گیا تو یہ اچھی علامت ہے کوڑا کرکٹ کو دور کرنے کے لئے لیکن یہ آگے کا پڑاؤ نہیں ہے۔اب آپ کو پتہ چلا کہ بے چینی اتنی بڑھ گئی۔اب آگے قدم بڑھے گا کہ آپ نے بے چینی کو جانا اب سکون کی طرف چلیں گے۔لیکن وہ سکون بھی تمہاری منزل نہیں ہے یہ تو صرف آپ کے راستے کہ بیچ کا اسٹیشن ہے اس کے بھی پار جانا ہے۔ ورنہ آپ سکون میں رک جاؤ گے۔ پہلے تم بے سکونی میں اٹکے تھے اب سکونی میں اٹک جاؤ گے۔

تو سکون بھی کوئی پڑاؤ نہیں ہے وہ بھی ایک رکاوٹ ہے۔ایک وقت تھا آپ بے سکونی میں اٹکے تھے اب آپ سکونی میں اٹک جاؤ گے۔تو ہماری جو منزل ہے اس کے آگے ہے اس کے پار ہے تب جا کے آپکی سمجھ میں آئے گا کہ حقیقت کیا ہے؟

اس کی حقیقت آگے چل کر آشکار ہو گی۔انسان کے تین مرکز ہیں اسے صحیح کرنا ہے کیونکہ آدمی کے تینوں مرکز بگڑ گئے ہیں ایسا نہیں کہ دماغ کا مرکز صحیح نہیں ہے بلکہ سب میں زیادہ جو خراب ہوا ہے وہ دماغ کا مرکز ہے تو تینوں مرکز کو ترقی میں لانا ہے۔اسکے بعد جب آپ اپنے اندر قوت روحانیت دیکھو گے تو کچھ اور ہی بات ہو گی۔ خدا موجود ہی ہے بس اگر اس کو دیکھنا ہے تو مراقبہ کی ہی نظر سے دیکھنا ہے۔مراقبہ کسی چیز کو سوچنے کا نام نہیں ہے اسی لیے مراقبہ کبھی دماغ سے نہیں کرنا لوگوں نے مراقبہ کو بھی دماغ کی چیز بنالی ہے خیالات سے بے خیالی میں آ جانا اور اس لئے میں کہتا ہوں کہ ہوش مند نیند کا نام مراقبہ ہے۔

ہوش میں سونے کا نام مراقبہ ہے ۔ اور جو نیند ہے وہ بے ہوشی والا مراقبہ ہے اور سب جو مشکلیں ڈال کر رکھی ہے وہ دماغ ہے۔جو تمہیں نیچے اترنے نہیں دیتا۔ دل کی طرف اترنے نہیں دیتا تو مراقبے میں بیٹھ کر کچھ نہیں سوچنا اور یہ بھی نہیں سوچنا کہ کیا نہیں سوچنا اس کو اصل پہ چھوڑ دو اور اگر آپ

ایسا ہی محل بناؤنگا۔ کیونکہ کوئی بھی بادشاہ اس پر حملہ نہیں کرسکتا۔ تو وہ بادشاہ جانے لگا اور بولا میں بھی ایسا ہی محل بناؤنگا۔ تو وہاں ایک فقیر کھڑا تھا تو اس فقیر نے کہا کہ اس بادشاہ نے جو غلطی کی ہے تو مت کرنا بولے! ایسا کیوں؟ بولے تو فقیر نے جواب دیا کہ تو ایک بھی دروازہ مت رکھنا بادشاہ بولا ایسے تو وہ قبر ہو جائے گی۔ تو وہ فقیر بولے جو بادشاہ جی رہا ہے وہ بھی قبر ہی ہے۔ اتنی حفاظت میں جی رہا ہے۔ اور اگر آپ غیر حفاظت میں جی رہے ہیں یعنی آپ زندہ دلی میں جی رہے ہیں۔ تو آپ کے سامنے نئے نئے چیلینج آتیں ہیں اندر سے ایک توانائی پیدا ہو جاتی ہے۔ اس چیلینج کے سامنے کرنے کے لئے جتنا تم حفاظت میں جئو گے اتنا تم کمزور ہو جاؤ گے۔ اگر آپ کے بچے اونچائی پے چڑھ رہے ہیں تو چڑھنے دو ایک بار گریں گے لیکن ان کے اندر جو ڈر ہے وہ نکل جائے گا۔ ان کی زندگی میں آنے والے مقابلے میں وہ اسکا ڈٹ کر سامنا کر سکتے ہیں۔ ورنہ وہ بھاگتے رہیں گے۔ تو غیر حفاظت میں جینے سے آپ نیڈر ہو جاؤ گے اور اس میں ناف کی ترقی ہوگی۔ اور دوسرا ''اور کی دوڑ'' میں مت لگ جانا جیسے سکندر بادشاہ ایک شہر میں گیا وہاں فتح کرنے کے بعد تو اس نے سنا کہ یہاں ایک بہت بڑے ولی ہیں تو اس نے اپنے وزیر کو بھیجا اور بھیج کر یہ پیغام دینے کہا کہ آپ کو سکندر بادشاہ بلا رہا ہے۔ تو وہ وزیر پہنچا اور بولا ان کو کہ آپ کو سکندر بادشاہ نے یاد کیا ہے وہ بلا رہے ہیں تب فقیر نے کہا کہ بادشاہ

موت کیا ہے؟

ہم لوگ زندگی کی مخالف میں جو لفظ استعمال کرتے ہیں وہ موت ہے ۔اور موت کے مدمقابل جو لفظ ہم استعمال کرتے ہیں وہ زندگی ہے۔ جبکہ زندگی کا متضاد لفظ کوئی نہیں اور موت کا متضاد لفظ بھی کوئی نہیں۔ اگر ہم زندگی کہیں گے تو اسکے مدمقابل موت نہیں۔ اور موت کہہ رہے ہیں تو اس کے مخالف لفظ زندگی نہیں۔ مگر ہم نہ زندگی کو جانتے ہیں اور نہ تو موت کو پہچانتے ہیں۔ ہم دونوں سے ناواقف ہیں۔ اور دونوں سے ناواقفیت کی بنیاد پر ہم لوگ موت کو زندگی کا مخالف مانتے ہیں۔ جب یہ سوال آپ اہل دنیا سے کریں گے کہ کیا آپ زندگی کو جانتے ہیں؟ تو اہل دنیا جواب دیں گے ہاں زندگی کو جانتے ہیں۔ صبح اٹھتے ہیں۔ بچوں کی پرورش کرتے ہیں۔ کھاتے ہیں۔ پیتے ہیں۔ اپنا کام کرتے ہیں اور اسی کا نام زندگی ہے۔ اور ہم نے اسی کو ہی زندگی سمجھ لیا ہے۔ تو ایسی زندگی ایک شرابی بھی اور پاگل بھی جیتا ہے۔ وہ بھی اٹھتا ہے بیٹھتا ہے کھاتا ہے پیتا ہے اور اپنا کام کرتا ہے۔ ان میں اور ہمارے میں کیا فرق ہے؟ زندگی کو جاننے کے لئے اندر سے ہوش میں آنا ہوگا۔ اور جو اندر سے بیدار نہیں ہوا وہ ایسے ہی جی رہا ہے جیسے کہ ایک پاگل شرابی۔ اسی طرح ایک

تو میں ہی ہوں میں نہیں جاؤں گا۔ان کے پاس۔اس کو ضرورت ہے وہ میرے پاس آئے۔ یہ وزیر گیا بادشاہ کے پاس جا کے اس نے کہا تو بادشاہ خود انکے پاس آیا۔ میں اس لئے آیا ہوں تا کہ میں یہ جان لو جس کی وجہ سے آپ اپنے آپ کو بادشاہ اور شہنشاہ مانتے ہو۔ میرے پاس ایسا کیا نہیں ہے تو فقیر کہتے ہیں تیرے پاس سب کچھ ہے مگر ساتھ میں اور کی دوڑ بھی ہے۔ میرے پاس کچھ بھی نہیں ہے مگر اور کی دوڑ نہیں ہے اس لئے تیرے پاس سب کچھ ہوتے ہوئے بھی تو فقیر ہے اور میرے پاس کچھ نہ ہوتے ہوئے بھی میں بادشاہ ہوں ۔ تو بادشاہ اللہ سے دعا مانگتا ہے کہ اگر تو مجھے دوبارہ پیدا کرے گا تو سکندر بادشاہ بنا کر پیدا مت کرنا بلکہ ایک فقیر بنا کے پیدا کرنا۔ تو فقیر کھل کھلا کے ہنستے ہیں تو پاگل کا پاگل ہی ہے۔ جو اس جنم میں ہو سکتا ہے تو اس کے لئے پنر جنم کیوں ۔ تجھے سب کچھ چھوڑنے کے لئے پنر جنم کی ضرورت کیوں ہے۔ بس تو اور کی دوڑ چھوڑ دے تو وہی ہو جائے۔ تو سکندر بادشاہ کہتا ہے کہ بس میں جو چاہتا ہوں یہ فتح کر کے آ جاؤں تو اس کے بعد آپ کے ہاتھ پر فقیری لے لوں گا۔ فقیر کہتے ہیں تو پاگل کا پاگل ہی ہے جو اور کی دوڑ میں گیا وہ کبھی نہیں لوٹتا اور حقیقت میں بھی ایسا ہی ہوا کہ وہ فتح کر کے لوٹ رہا تھا تو راستے میں ہی مر گیا۔ تو اور کی دوڑ ہے یہ تمہیں پاگل کر کے رکھی ہے۔ بس یہ اور کی دوڑ چھوڑ دینا جس کی وجہ سے لوگ پاگل ہیں۔ تو نقطہ مرکز کو صحیح کرنا دماغ سے نیچے اترنا ہے۔ اور ایسا نہیں

ہے کہ اس پر زور نہیں دینا بس جو زیادہ دباؤ دیئے ہوا سے خالی کرنا ہے جب وہ ہٹے گا تب جا کر ہو گا۔ اس لئے ہم یہ کہتے ہیں کہ ذکر بھی آپ کو دل تک لائے گا کیونکہ ذکر بھی دماغ کے لئے ہے دل کے لئے تھوڑا سا اور اندر اترنا پڑے گا وہاں پر ذکر والا چاہیئے اور مرکز حیات کے لئے بہت توانائی چاہیئے اور جیسے جیسے وہاں توانائی آئے گی ویسے ہی وہ اس کی ترقی ہو گی۔ ویسے ویسے آپ کی روحانی جو غدود ہیں وہ کام کرنے لگیں گے۔ اور جو نہیں دکھ رہا وہ دکھنے لگے گا۔ جو نہیں ہو رہا وہ ہونے لگے گا۔

سویا ہوا انسان بیداری کو نہیں پا سکتا بیداری کو پانے کے لئے جاگنا ہوگا۔ سویا ہوا انسان کبھی خواب میں کھا رہا ہے یا کسی کو مار رہا ہے۔ جب وہ جاگتا ہے تو دیکھتا ہے کہ یہ خواب ہے۔ اور اس کا حقیقت سے کوئی واسطہ نہیں ہے۔ اسی طرح میری نظر میں پیر کامل وہ ہے جو آپ کے خواب کی نیند کو توڑ دے۔ اور ہر کوئی ایسے پیر کی تلاش میں ہے جو اسے تھپتھپا کر سلا دے۔ کوئی بھی اپنی نیند کو توڑنا نہیں چاہتا ہے۔ اس لئے جتنے بھی انبیائے کرام آئے سب نے لوگوں کو جگایا۔ سرکار دو عالم ﷺ نے بھی لوگوں کو بیدار کیا۔ جیسا کے سرکار ﷺ کا فرمان عالیشان ہے لوگ سو رہے ہیں جب مریں گے تو جاگیں گے۔ تو لوگوں نے اس کا مطلب یہ جان لیا کہ مرنے کے بعد ہم جاگیں گے۔ لیکن سرکار نے تو بہت بڑی بات کی ہے روزانہ کا میرا تجربہ ہے کہ جب آپ سوتے ہیں تو آپ کو پتہ چلتا ہے کہ میں سویا تھا؟ بلکہ جب بیدار ہوتے ہیں تو صرف یہ احساس ہوتا ہے کہ سویا تھا۔ ایک دفعہ ایک بادشاہ کی سواری گزر رہی تھی تو ایک شخص چھت پر سے بادشاہ کو گالی دے رہا تھا۔ لوگوں نے سنا تو بادشاہ سے اس کی شکایت کی۔ تو بادشاہ نے کہا ابھی میں سیر کے لئے جا رہا ہوں آنے کے بعد اس کا فیصلہ کرتا ہوں۔ جب بادشاہ واپس آیا تو حکم دیا کہ اس شخص کو بلایا جائے جس نے مجھ کو گالی دیا اور میری شان میں نازیبا کلمات کہے۔ وہ شخص آیا اور بادشاہ کے قدموں میں گر گیا۔ اور کہنے لگا کہ بادشاہ سلامت مجھے معاف کر دیجئے۔

ہے سب میں بڑا راز اللہ کا وہ روح ہے جیسا کہ لوگوں نے آقائے کریم ﷺ سے پوچھا ''یسئونك عن الروح'' اے محبوب لوگ آپ سے پوچھتے ہیں کہ روح کیا ہے؟ تو آپ کہہ دیجئے ''قل الروح من امر ربی'' روح میرے رب کے امر (حکم) میں سے ہے۔ تو اللہ کے حکم کو فنا نہیں۔ تو آپ نے بھی مان لیا کہ روح کو فناء نہیں مرا کون؟ تو آپ کہو گے جسم مرا پھر سوال اٹھتا ہے جسم مرا آپ تو نہیں مرے۔ مثال کے طور پر جسم روح کا لباس ہے ہم جو کپڑے پہنے ہیں اسکو حرکت و برکت جسم سے ہے۔ جسم میں بھی جو حرکت و برکت ہو رہی ہے وہ روح کی وجہ سے۔ اور روح جب جسم سے نکل جاتی ہے تو جسم مردہ ہو جاتا ہے۔ پھر سوال اٹھتا ہے جب کپڑا آپ نے نہیں پہنا تھا تو وہ کیا تھا۔ مردہ تھا جب آپ نے پہنا تو حرکت آئی۔ نکال دیا تو مردہ ہو گیا یہ جب اللہ تعالیٰ نے آدم علیہ السلام کا جسم بنایا تو حرکت و برکت نہیں تھی۔ اس وقت فرشتوں کو حکم نہیں دیا سجدے کا۔ بلکہ کہا جب میں اپنی روح پھونکوں تو اے فرشتو تب سجدہ کرنا۔ جب تک روح نہیں پھونکی تب تک سجدے کا حکم نہیں ہوا۔ تو پتہ چلا کہ مٹی کے پتلے کو سجدہ نہیں تھا بلکہ اس کے اندر موجود ''انی جاعل فی الارض خلیفہ'' کو سجدہ تھا۔ اس سے پتہ چلا کہ جسم پہلے بھی مردہ تھا جب روح نہ تھی اور جب جسم سے روح نکل جائے گی جب بھی مردہ ہو جائے گی۔ تو پھر موت کس کو ہے۔ تو اس کو ایک مصنوعی واقعہ سے سمجھاتا ہوں کہ ایک دن

بادشاہ نے کہا تیری خطا ایسی ہے جو قابل عفو نہیں تو نے وقت کے شہنشاہ کو گالی دیا۔اس شخص نے کہا میری کیا غلطی ہے؟ بادشاہ نے کہا تو نے مجھے گالی دیا۔اس نے کہا میں نے آپ کو گالی دیا ہی نہیں تو بادشاہ نے کہا اس بات کی شہادت میری رعایا دے رہی ہے کہ تم نے مجھے گالی دیا۔وہ شخص کہتا ہے بادشاہ سلامت وہ میں نہیں تھا۔اس وقت میں شراب پیا ہوا تھا تو میں نے گالی نہیں دی بلکہ اس شرابی نے دی جو اس وقت نشے کی حالت میں تھا۔

ایک شرابی کی سزا مجھے کیوں دی جائے؟ بادشاہ نے جب اس کی باتوں کو سنا جو بڑے ہی مؤدبانا انداز سے محو گفتگو تھا۔ بادشاہ نے کہا یہ بات تو قابل غور ہے ۔ سزا اس شخص کو کیوں دی جائے۔ پھر بادشاہ نے اسے باعزت چھوڑ دیا۔اسی طرح سے جس دن ہم ہوش میں آئیں گے اس دن حیات کو سمجھ جائیں گے۔اور جس دن آپ حیات کو سمجھ جائیں گے اس دن آپ کہیں گے کہ حیات زندگی کے مدمقابل کوئی نہیں جیسا کہ عارفین کا قول ہے کہ دنیا کا سب میں بڑا جھوٹ موت ہے۔لیکن ہم اس بات کو قبول نہیں کریں گے ۔اس لئے کہ اہل دنیا نے کہا ہر کسی کو ایک دن مرنا ہے جو لوگ کہہ رہے ہیں کہ موت ہے انہوں نے زندگی کو جانا نہیں اور جس نے زندگی کو جانا ان کے لئے موت نہیں ہے ۔ زندگی کو جاننے کے لئے ہوش میں آنا ہے کہ زندگی کیا ہے؟ جس دن آپ خود ہوش میں آؤ گے تو کہو گے کہ موت نام کی کوئی چیز نہیں ۔موت

کا راز زندگی میں چھپا ہوا ہے۔ موت میں نہیں ہے اس کا مطلب کوئی کچھ مرتا نہیں ۔ تو آپ کہو گے کہ روز کوئی نہ کوئی آس پاس پڑوس کے مرتا ہے۔ انسان کو سب میں زیادہ احساس اس وقت ہوتا ہے جب اس کا کوئی اپنا مرتا ہے اس میت کے لئے کوئی نہیں روتا بلکہ اس میت کے ذریعے اپنی موت کو یاد کرتا ہے ۔موت کو یاد کرنا اچھی چیز ہے اور موت کی یاد کو وسیلہ بنا کر آپ خدا کو پا سکتے ہیں ۔جیسا کہ سرکار دو عالم صلی اللہ علیہ وسلم کا فرمان عالیشان ہے کہ میں موت کو دن میں ستر بار یاد کرتا ہوں اسی طرح سے قرآن میں رب تعالیٰ کا فرمان ہے ’’کل نفس ذائقة الموت ‘‘یعنی ہر نفس کو موت کا مزہ چکھنا ہے۔موت کیا ہے؟ ایک ذائقہ ہے ۔جنہوں نے حقیقت میں جان لیا۔ جب ہم کسی بزرگ سے ملتے ہیں تو وہ کہتے ہیں تیری حقیقت کیا ہے تو کہتے ہیں روح!اور روح کبھی مرتی نہیں ۔روح کی بقاء گویا آپ کی بقاء۔تو آپ کہتے ہیں روح جسم سے قبض کر لی جاتی ہے ۔قبض کا مطلب یہ ہے کہ بند کر لی جاتی ہے اسی طرح سے اللہ رب العزت کا بھی ایک نام ہے یا قابض ۔یعنی اے بند کرنے والا۔اسی طرح سے تمام بزرگوں نے کہا کہ روح کو فنا نہیں ہے کیونکہ روح کو خود اللہ نے اپنی طرف منسوب کر کے کہا ’’ونفخت فیه من روحی ‘‘اور میں نے اپنا روح پھونکا۔اللہ نے کہا یہ میری خاص تجلی ہے روح۔خاص احکام میں سے روح جیسے اللہ کے صفت کو موت نہیں ہے۔اسی طرح سے روح کو بھی موت نہیں

اندھیرا اللہ کی بارگاہ میں جاتا ہے اور شکایت کرتا ہے یا اللہ تو سورج کو بند کردے۔ کیونکہ سورج کے وجود نے مجھے مٹا دیا ہے۔ اندھیرا چلا جاتا ہے ۔اللہ نے سورج کو بلایا اور کہا اے سورج تیری شکایت اندھیرے نے کی تیری روشنی سے اندھیرے کے وجود کو خطرہ ہے۔ سورج نے کہا یا اللہ آج تل میں نے اندھیرے کو دیکھا ہی نہیں ۔سورج نے سچ کہا۔ جو عارفین ہوگئے وہ سورج کے مانند ہوگئے ۔ان کے سامنے موت اس اندھیرے کی طرح ہے جنہوں نے نہیں جانا اپنی زندگی کو انہوں نے موت کو بھی نہیں جانا۔ ایک طرف یہ کہتے ہیں کہ روح کو فناء نہیں اور کہتے ہیں ہمیں مرنا بھی ہے۔ زیادہ تر موت سے ڈرے ہوئے لوگ یہ کہتے ہیں کہ روح کو تو بقاء ہے۔ آیئے میں آپ کو مذہبی اعتبار سے سمجھاتا ہوں۔ جب قبر میں سوال وجواب ہوگا تو مردے سے ہوگا یا زندے سے آپ کہوگے کہ زندے سے ہوگا ۔حشر میں سوال وجواب ہوگا کس سے ہوگا؟ آپ کہوگے زندے سے ۔جنت میں کس سے سوال وجواب ہوگا ؟زندے سے ۔اب آیئے میں آپ کو کمیونسٹ کے بارے میں بتاؤں جو کہتے ہیں کہ روح نام کی کوئی چیز ہی نہیں۔ جب آپ مر ہی گئے تو پھر ڈر کس چیز کا۔ جیسے سونے کے بعد آپ کو پتہ چلتا ہے کہ آپ سو گئے؟ اسی طرح جب مٹ ہی گئے تو پھر ڈر کس کا ہے۔ ہم نے اپنی حقیقت کو جانا ہی نہیں کیوں کہ ہر مرنے والا یہی احساس دلاتا ہے کہ تیرا بھی حشر یہی ہوگا۔ اور موت کی یاد بہت اچھی

کورڈ (Umbilical Cord) سے ہوتا ہے۔ اور بچے کی زندگی ناف سے جڑی ہوتی ہے۔ روح بھی داخل ہوتی ہے ناف کے ذریعے ۔مرنے کے بعد سب سے پہلے ناف ہی مٹتی ہے۔ چالیس دن جو ہم بولتے ہیں وہ یہ کہ ہر دن ایک چیز مٹتی ہے۔ اسی سے ہم چالیسواں ایصال ثواب کرتے ہیں۔ اب ہم اس پر غور کریں کہ زندگی بھر آپ کہتے ہیں ۔ میں اور یہ میں آپ جسم کے لئے استعمال کرتے ہیں روح کیلئے نہیں ۔ جب سے ہم پیدا ہوئے تب سے آپ کا پورا دھیان جسم پر ہے۔ جب آپ آئینے کے سامنے کھڑے ہوتے ہو تو کہتے ہو یہ میں ہوں۔ سنسکرت میں روح کو آتمہ کہتے ہیں۔ آتمہ کا مطلب ہے ''میں'' اور اسی جسم کا ڈر ہمیشہ رہتا ہے۔ اور جب جسم کو موت کا خطرہ زیادہ ہوتا ہے تو پھر جیسا کہ بزرگوں نے کہا کہ روح کو بقاء ہے۔

ایک مقام پر سرکار پیر عادلؔ بیجاپوری رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں۔

میں تو قائم ہوں قائم رہوں گا پیر عادلؔ بقاء میری ہستی

ہم نہ تو روح کو جانتے ہیں نہ پہچانتے ہیں۔ ہم نے صرف اپنے ڈر کو چھپانے کے لیے ان کی باتوں کو دہرانا شروع کردیا۔ جنہوں نے کہا ہے جھوٹ نہیں کہا انہوں نے جان کر کہا کہ روح بقاء ہے۔ تم نے بغیر جانے کہا۔ اور یہ کب جب موت سے آپ ڈرتے ہیں تو ان کی باتوں کو دہرانا شروع کردیتے ہیں۔ ایک بات قابل غور ہے۔ جب آپ کسی کے جنازے میں قبرستان جاتے

چیز ہے اور اللہ کے قریب کرتی ہے دنیا کی لذت کو توڑتی ہے۔ لوگ جتنے بھی عبادتیں کر رہے ہیں وہ موت کی وجہ سے۔ اچھے اعمال کر رہے ہیں موت کی وجہ سے ۔ اگر آپ کو آب حیات دے دیا جائے تو آپ کا برتاؤ انسان سا کم اور حیوان سا زیادہ ہوگا۔ لوگ خیرات بھی کر رہے ہیں تو موت کے ڈر سے خلوص الی اللہ کوئی نہیں کر رہا ہے۔ اس کے لئے بہت اونچے مقام پر جانا پڑے گا۔ جیسا کہ رابعہ بصریہ رضی اللہ عنہا ایک دفعہ نکل جاتی ہیں ایک ہاتھ میں انگار کا شعلہ اور دوسرے ہاتھ میں پانی ۔ اور کہتی ہیں کہ اس انگار سے جنت کو جلا دوں گی۔ اور اس پانی سے جہنم کی آگ کو بجھا دوں گی۔ لوگ جنت کے شوق سے اور جہنم کے خوف سے عبادت کرتے ہیں تا کہ لوگ خلوص سے عبادت کریں۔ موت کا ڈر ہمیں سب کروا رہا ہے۔ اور موت کا ڈر کیوں ہے کیونکہ ہم نے اپنی زندگی کو نہیں سمجھا۔ وہ نیند نہیں ٹوٹی۔ دو طرح کی نیند ہے ایک نیند جب سے آپ پیدا ہوئے تب سے سو رہے ہیں۔ دوسری غفلت والی نیند۔ غفلت والی نیند کو توڑنے والے کا نام پیر ہے ۔ تو اب آپ کو سمجھنا ہے کہ موت کا راز موت میں نہیں بلکہ زندگی میں پوشیدہ ہے۔ جو بچہ اس دنیا میں آ رہا ہے اس سے پوچھئے زندگی سے بے خبر ہے اور جو دنیا سے جا رہا ہے وہ بھی بے خبر ہے۔ دونوں بھی بے خبر ہیں ۔ تو پتہ چلا کہ زندگی کا راز جو دونوں کے درمیان ہے یعنی آپ کو پتہ ہے۔ ایک جھاڑ (درخت) سے آپ پوچھو کہ تیری زندگی پتّہ میں ہے؟

ڈالی میں ہے؟ پھل میں ہے؟ پھول میں ہے؟ تو کہے گا نہیں جو دکھائی نہیں دے رہا ہے اس میں یعنی جڑ میں ہے۔

ہماری بھی جان کہاں ہے ہماری بھی جڑ کہاں ہے۔ اس کو دیکھنا ہوگا۔ جڑ اصل زندگی ہے۔ ڈالی پتے پھل پھول وغیرہ یہ زندگی کا پھیلاؤ ہے۔ ایسے ہی کسی جھاڑ کی ٹہنی کٹ جائے تو جھاڑ نہیں کٹ جائے گا۔ لیکن اس کے جڑ میں تیل یا ایسڈ ڈالا جائے تو مرجھا جائے گا۔ تو ہماری جان وہاں ہے جہاں نہیں دکھ رہا ہے۔ تو پتہ چلا کہ یہ جسم گھر ہے اور اس میں رہنے والا مالک کوئی اور ہے۔ ایک آپ کا چاہنے والا ہے اس نے آپ کو نہیں دیکھا صرف آپ کے بنگلے یا گھر کے باہر سے ہی چلا گیا تو آپ سے نہیں ملا۔ بلکہ اس نے گھر کو تو دیکھا لیکن گھر والے کو نہیں دیکھا۔ اسی طرح سے ہم نے اپنے باہر کے گھر کو دیکھ لیا لیکن اندر کے گھر اور در و دیوار کو اب تک نہیں دیکھے ۔ موت کو سمجھنا ہے تو ایک مثال کے ذریعہ سمجھاتا ہوں آم کی ایک گھٹلی کھول ہے اور اس کے اندر بیج ہے۔ گھٹلی کڑک ہے لیکن اس کے اندر موجود بیج نرم ہے۔ اس بیج میں تناور درخت موجود ہے ۔ تناور درخت ہونے کے لئے اسے فناء ہونا پڑے اور اس فناء میں ہی اس کی بقاء ہے ۔ ہماری جڑ کہاں ہے؟ ہماری جڑ ناف میں ہے۔ سائنسی اعتبار سے سب سے پہلے ناف بنتی ہے۔ بچہ ماں کے شکم میں پہلے ناف کے جیسا بنتا ہے۔ ماں اور بچے کا ربط ناف یعنی ایمبلیکل

ہوتو لوگ یہ چاہتے ہیں کہ جلد از جلد دفن کر کے روانہ ہو جائیں۔لوگ آپس میں ہر بات کرنا پسند کرتے ہیں لیکن کوئی موت کے بارے میں بات کا کرنا گوارہ نہیں کرے گا۔اس لئے پہلے لوگ قبرستان شہر سے دور بناتے تھے کہ وہاں سے گزر کم ہو۔اگر کوئی شخص رات میں گزر گیا تو ہر کسی کو بتائے گا کہ میں وہاں سے گزر رہا تھا تو مجھے ایسا محسوس ہوا کہ مردے نے آ کر مجھے پکڑ لیا۔مردے سے ڈر کیوں ۔ مردہ آپ کو کیا نقصان پہنچا سکتا ہے۔ جتنا زندہ پہنچا سکتا ہے۔ مردے کو نہلانے کے لیے ہم بیری کے درخت کا پتہ استعمال کرتے ہیں تو کوئی شخص اپنے گھر کے پاس بیری کا درخت لگانا نہیں چاہتا ہے اس کی وجہ یہ بتائی گئی کہ اللہ رب العزت کے عرش کے نیچے یہ بیری کا درخت لگا ہوا ہے۔ جہاں جبرئیل علیہ السلام بیٹھے ہیں۔جس کو سدرۃ المنتہیٰ کہتے ہیں۔سدرہ کے معنی ہیں بیری کا درخت۔اسی طرح موسیٰ علیہ السلام کو بھی جو آواز انی اناللّٰہ آئی تھی وہ بیری کا جھاڑ تھا۔تو پتہ چلا کہ بیری کا جھاڑ بھی ہمیں موت کی یاد دلاتا ہے ۔ موت کا ڈر ہی ہمیں زندگی کو سمجھنے نہیں دے رہا ہے۔جنہوں نے زندگی کو جان لیا پہچان لیا ان کے لئے موت ہے ہی نہیں ۔ جب کوئی شخص آخری چند سانس گن رہا ہو۔نزع کا وقت ہو تو اس وقت اسے ایک بھاری پن کھچاؤ محسوس ہوتا ہے۔دیکھنے والے کو بھی لگتا ہے کہ بہت تکلیف ہو رہی ہے۔جنہوں نے اس جسم کو سب کچھ سمجھ لیا تو ان کے لئے یہ بات جائز ہے کہ جسم فناء ہونے

چیز ہے۔اس کی اہمیت کو سمجھو ایک دن ہوگا کہ گھر کا مالک باہر آئے گا۔جس دن گھر کا مالک باہر آئے گا ترک وجود ہو جائے گا۔ پھر کئی بار آپ اس طرح سے دیدار کرو گے جیسا کہ سرکار عادلؔ بیجاپوری رحمۃ اللہ علیہ کا ایک شعر ہے۔

ترک وجود کر لیا فیض پیر عادلؔ

اسی دن سے موت تمہارے لئے مٹ جائے گی پھر کہو گے عارفوں نے جو کہا تھا حق ہے حق ہے کہ موت سے جھوٹا لفظ کوئی نہیں ۔جس سے پورا نظام چل رہا ہے وہ مرکز سے ہے ۔ جب ہم مرکز پہ آئیں گے تب ہماری نیند ٹوٹے گی۔ترک وجود جن کو بھی ہوا ہے انہیں خود خبر نہیں کہ کب ہوا۔سرکار پیر عادلؔ بیجاپوری رحمۃ اللہ علیہ

فرماتے ہیں کہ میں ایک کمرے میں ذکر میں تھا۔اچانک جھٹکا لگا تو میں نے دیکھا کہ سامنے ایک اور وجود موجود ہے۔میں نے اس کا دیدار کیا۔ان کے جسم کا نام محمد حسین تھا۔ان کی حقیقت کا نام پیر عادلؔ ہو گیا۔جس دن آپ پر وہ راز کھلے گا اس دن آپ اس کا جو نام رکھنا ہے رکھ لو، روح، خدا، جو رکھنا ہے رکھ لو۔ نام میں کچھ بھی نہیں رکھا ہوا اصل اس کی حقیقت کو جانو اور پہچانو۔جسم یہ کھول ہے اس سے زیادہ کچھ بھی نہیں۔ مثال کے ذریعے سمجھاتا ہوں ایک پکا گھر بنا ہوا ہے آپ کا جب اس کو توڑا جائے تو لوگ کہیں گے آپ کا گھر توڑا جا رہا ہے۔آپ کہو گے میرا گھر توڑا جا رہا ہے میں نہیں میں الگ ہوں

والا ہے ۔ اور جو دیکھ رہے ہیں وہ بھی اس سے ناواقف لوگ ہیں ۔ انہیں احساس ہوتا ہے کہ اب تو میں مرا میں مرا ہوں۔ مثال کے طور پر اسکو میں سمجھاتا ہوں ایک چراغ ہے اس چراغ کی لوکو اگر بڑھائیں گے تو روشنی کا پھیلاؤ بڑھتا چلا جائے گا۔ اور لوکو کم کریں گے تو روشنی کا پھیلاؤ کم ہوتا چلا جائے گا روشنی کا کم اور زیادہ ہونا ایک ہی جگہ سے ہو رہا ہے۔ موت کے سفر میں بھی ایسا ہی ہوتا ہے کہ وہ برق حیات کھینچنے لگتی ہے۔ وہ جان جا رہی ہے تو کہاں جا رہی ہے؟ واپس اپنے مقام پر آ رہی ہے۔ زندگی اور موت کا رابطہ ناف سے ہے۔ یہ ساری چیزیں بولنے سے نہیں ہوگا۔ بلکہ ہمیں اس غفلت والی نیند کو توڑنا ہوگا۔ جیسا کہ سرکار کا فرمان ہے جب تم مرو گے تو جاگو گے۔ یعنی ہمیں غفلت والی نیند سے بیدار ہونا ہوگا۔ اس کا ایک طریقہ ہے جیسا کہ بزرگوں نے کہا ہے ''موتوا قبل ان تموت'' یعنی مرنے سے پہلے مر جاؤ۔

مرنے سے پہلے مر جا بس اس کے سوا کیا ہے
بے لطف زندگی میں جینے کا مزہ کیا ہے

ایک نظریہ یہ ہے کہ کوئی جانور مر جائے تو اس کا گوشت حرام ہے اور جو ہم اپنے ہاتھوں سے ذبح کریں وہ حلال ہے جس کا گوشت حرام ہے وہ بھی اللہ کے حکم سے ہی مرا۔ جو اللہ کے حکم سے مر رہے ہیں وہ ہر عام ہے۔ تو اس کے لئے خود سے مرنا ہوگا۔ عارفوں نے کہا ہے کہ جو بے ہوشی میں دیکھ رہے ہیں اس

کو ہوش میں آ کر دیکھ۔ موت جب ہوتی ہے (جیسا کہ حدیث شریف میں ہے) تو اس کی کیفیت ایسی ہوتی جیسے کہ کانٹے والے جھاڑ پر سے ریشم کا کپڑا کھینچا جائے۔ ایسے ہی جب برق حیات نکل جائے تو احساس کرتا ہے کہ میں مرا، میں مرا، اس لئے عارفین اور سالکین خود اپنی موت کو گھٹاتے ہیں باہوش میں مراقبہ کے ذریعے۔ مراقبے کئی ہیں۔ اس میں ایک مراقبہ یہ ہے کہ عارف جب مراقبے میں بیٹھے گا تو باطن میں کہے گا میں مرا، میں مرا۔ تو پوری برق حیات اس میں آ جائے گی۔ جس دن آپ اپنے گھر سے باہر آ کر دیکھ لیا اپنے آپ کو۔ اس دن آپ کے اندر سے موت کا ڈر نکل جائے گا۔ اس کا طریقہ یہ ہے کہ آپ تصور کیجئے کہ ہاتھ سے میری جان نکل رہی ہے۔ پیر سے جان نکل رہی ہے۔ وہاں بے ہوشی میں ہو رہی تھی ۔ یہاں باہوش میں ہو رہی ہے۔ اور اکثر و بیشتر موت کی یاد جوانوں کو نہیں آتی کیونکہ ان کے پاس بہت کام ہوتے ہیں۔ کہ ابھی مجھے ترقی کرنا ہے۔ ابھی ٹیچر بننا ہے وغیرہ وغیرہ۔ بوڑھوں کو موت کی یاد زیادہ آتی ہے کیونکہ وہ سارے کام سے فارغ ہو چکے ہوتے ہیں۔ اب کوئی کام نہیں رہتا ہے۔ ساری موت کی نشانیاں ظاہر ہو جاتی ہیں۔ خوش نصیب ہیں وہ جوان جن کو جوانی میں موت یاد آ جائے۔ موت کا ڈر دل سے نکالنا ہے تو مراقبے کے ذریعے سے ہوگا۔ جیسا کہ میں نے پہلے بھی کہا کہ مراقبے کئی ہیں ۔ پہلی منزل یہ ہے ۔ دوسری منزل یہ ہے۔ یہ مراقبہ بڑی

گھر الگ ہے۔ایسے بلند مقام پر آ کر سرکار پیر عادلؔ بیجاپوری فرماتے ہیں

فناء سے بقاء ہو مزہ جب ملے گا

لگا خود میں غوطہ خدا جب ملے گا

پورے بکھرے ہوئے دھیان کو یہاں بیٹھانا ہے۔اسی موت کو اللہ گھٹائیگا۔اسی کو عارف خود کرتا ہے۔جیسا کہ پیر عادلؔ رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں

''ہر نفس کا مزہ لیا ہوں مگر''

دیکھ لوں موت کا مزہ کیا ہے

وہ لذت کیا ہے۔وہ چکھنا کیا ہے۔اسی لئے قرآن نے بھی مرنا نہیں کہا کل نفس ذائقة الموت ہر نفس کو موت کا مزہ چکھنا ہے۔تو جو مردہ تھا وہ مردہ ہی رہے گا۔جو زندہ تھا وہ زندہ ہی رہے گا۔جیسے یہ کھول پہننے سے پہلے مردہ ہی تھا۔اتارنے کے بعد مردہ مردہ ہو جائے گا۔اور یہ چار عناصر سے بنا ہے۔آگ، پانی، مٹی، ہوا۔جب یہ مرے گا تو آگ آگ میں مل جائے گا۔مٹی مٹی میں پانی پانی میں اور ہوا ہوا میں۔تو مرا کون؟ کیونکہ ہر چیز اپنی اصل کی طرف لوٹ جاتی ہے۔جو تم ہو وہی جان سکتے ہو اور جو تم نہیں ہو وہ نہیں جان سکتے۔اسی لئے میں نے کہا کہ زندگی کو جان سکتے ہو اسلئے کہ وہ تم ہو۔موت ہے نہیں تو کیسے جان سکتے ہو۔موت اور حیات یہ دونوں ایسے لفظ ہے جن کا جوڑ نہیں ہے۔اللہ رب العزت جس دن آپ پر یہ راز کھول دیگا۔اس دن بات سمجھ میں

چشم باطن

ہم جس عالم میں رہتے ہیں اسے عالم مادی کہتے ہیں۔اور ایسے کئی عالم ہیں جو ہمیں نظر نہیں آرہے ہیں اور اللہ تعالیٰ نے اپنی ربوبیت کا اظہار تمام مخلوق کے ساتھ جوڑا جیسے اللہ تعالیٰ قرآن مجید میں ارشاد فرمارہا ہے **الحمدللہ رب العالمین** یعنی تمام خوبیاں اس پروردگار کے لئے جو ساری کائنات کا رب ہے۔اس آیت کریمہ سے پتہ چلا کہ ایسے اور بھی عالم ہیں جسکی ربوبیت اللہ تعالیٰ فرمارہا ہے۔اور اپنے پیارے محبوب ﷺ کے لئے قرآن میں ارشاد فرماتا ہے رحمة اللعالمین یعنی اے محبوب آپ تمام عالم کے لئے رحمت ہیں۔اللہ رب العزت فرمارہا ہے کہ میں جس جس عالم کا رب ہوں آپ اس عالم کے لئے رحمت ہیں۔جدید سائنس بھی اس بات کی طرف متوجہ ہو چکا ہے کہ اس عالم کے جیسے اور بھی کئی عالم ہیں۔انھوں نے اس کھوج کا نام مساوی عالم

(Parallel Universe) رکھا ہے۔اب سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ ایسے کئی عالم ہیں تو ایک دوسرے کو پریشان کیوں نہیں کرتے ہیں؟ اگر اس عالم میں آپ موجود ہیں۔تو ایسے ہی اور بھی عالم میں آپکا وجود ہے۔اس کو نبی پاک ﷺ نے

آجائے گی۔آج سارے مذاہب کے لوگ امن وسکون کے دعوے دار ہیں کوئی بھی جھگڑا لڑائی نہیں چاہتا ہے۔وہ اس لئے کہ ہر کسی کو ڈر ہے کہ اس جھگڑے لڑائی میں میری موت نہ ہوجائے ۔ جب پانی کے ایک قطرے کو ہم مٹا نہیں سکتے جو سب سے نرم ہے ۔ آگ میں ڈالیں گے تو بھاپ بن جائے گا۔ زیرو ڈگری پہ رکھیں گے تو برف بن جائے گا لیکن وہ فناء نہیں۔ایسے ہی جب ہم زندگی کو جان جائیں گے تو کوئی بھی شخص فناء نہیں کرسکتا۔ پانی سے بھی لطیف چیز ہماری روح ہے جو روح اللہ کا سایہ اور اس کا خلیفہ اس کو کیسے فناء کرسکتے ہیں۔ یہ کب ہوگا جس دن آپ پر وہ راز کھلے گا اس کا مشاہدہ ہوگا تب آپ کو بولنے کی کوئی ضرورت نہیں کہ روح کو بقاء ہے۔ عارف خود اس کو گھٹاتا ہے مراقبۂ اجل کے ذریعے ۔اور جن کو بھی مشاہدہ ہوا ہے ان کی ظاہری حیات کم ہوئی ہے۔ جس دن آپ کو مشاہدہ ہوگا گھر کا مالک باہر آئے گا تب آپ دکھو گے کہ یہ میں ہوں اور وہ وہ ہے جیسے وہ الگ دیکھتا ہے تب ساری توجہ اپنی حقیقت کی طرف لگا دیتا ہے۔کئی بزرگوں کو بہت بڑی بیماری ہوئی لیکن وہ جان گئے کہ بیماری ان کو نہیں ان کے جسم کو ہوئی ہے ۔لیکن کئی بزرگوں نے اسکو بڑھایا بھی ہے۔ جیسے سرکار بندہ نواز گیسودراز رحمۃ اللہ علیہ کے بارے میں آتا ہے کہ آپ کی عمر 105/ ایک سو پانچ سال ہوگئی۔ جن کو بھی ترک وجود ہوا ہے اس کے بعد بہت زیادہ سے زیادہ چالیس سال حیات رہے ہیں۔

جس دن ان پر راز کھلتا ہے اس دن وہ کہتے ہیں حقیقت میں آج میں شہنشاہ کائنات ہوں۔ یہ وہ نور ہے جس سے ساری کائنات منور ہے۔ اللہ کا نور اور میرا نور دو نہیں ہے اور رسول کا نور میرا نور دو نہیں بلکہ ایک ہے جیسا کہ سرکار دو عالم ﷺ کا فرمان ہے ''کل خلائق من نوری وانا من نور اللہ ''تمام مخلوق میرے نور سے ہے اور میں اللہ کے نور سے ہوں۔ جب حقیقت کو آپ پالیتے ہو تب وہ نور سمجھ میں آتا ہے کہ سرکار دو عالم ﷺ کے نور کو فناء نہیں؟ اندھیرا تو ایک چراغ کا بھی مقابلہ نہیں کرسکتا ہے۔ موت اندھیرے کے مانند ہے اگر غفلت میں ہیں تو اندھیرا ہی اندھیرا نظر آئے گا۔ اور اگر بیدار ہوگئے تو روشنی ہی روشنی نظر آئے گی۔اور جو صاحب سمجھ ہوتے ہیں تو کہتے ہیں کہ ہم نے کھویا کیا ہے؟ جسم جو کل فناء ہونے والا ہے اس کی فکر نہیں کرتے ہیں جس کو مٹنا ہی ہے۔اس لئے میں کہتا ہوں جس کو پایا نہیں جاسکتا ہے اس کا نام دنیا ہے۔ اور جس کو کھویا نہیں جاسکتا ہے اس کا نام خدا ہے۔ جو صاحب سمجھ ہوجاتے ہیں وہ موت کو وسیلہ بنا کر خدا تک پہنچ جاتے ہیں۔

اپنی حدیثوں سے واضح کیا کہ وہاں پر انبیاء کرام لوگوں کی رہبری اور رہنمائی کے لئے تشریف لائے۔ قرآن وحدیث وسائنس کی روشنی میں بات ثابت ہوگئی کہ مساوی عالم موجود ہے۔ اس جیسے اور بھی مخلوقات موجود ہیں جس مخلوق کو ہم نہیں دیکھ سکتے وہ مخلوق ہمیں بھی نہیں دیکھ سکتی ہے اس کے بارے میں شیخ محی الدین ابن عربی رحمۃ اللہ علیہ نے ایک کتاب فتوحات مکیہ لکھی ہے جس میں کئی عالموں کا تذکرہ کیا ہے۔ لیکن لوگوں کو پڑھنے کے بعد سمجھ میں نہیں آئی کہ وہ کیا کہنا چاہتے ہیں۔ ایک عالم دوسرے عالم کو چھو بھی نہیں رہا ہے۔ اس کو مثال کے ذریعے میں سمجھاتا ہوں ایک کمرے میں روشنی ہے یعنی پورے کمرے میں روشنی ہی روشنی ہے اتنے میں ایک شخص آتا ہے اور عطر یا خوشبو والی چیز جلاتا ہے یا چھڑکتا ہے چند منٹ میں بعد پورا کمرہ خوشبو سے بھر جاتا ہے تھوڑی دیر کے بعد دوسرا شخص آتا ہے اس کے پاس میوزک کے کچھ سامان رہتے ہیں جیسے ہی وہ میوزک بجاتا ہے تھوڑی دیر کے بعد پورے کمرے میں میوزک ہی میوزک آپ سنتے ہیں پہلے یہی کمرہ روشنی سے بھرا ہوا تھا پھر خوشبو سے بھر گیا۔ اب یہ میوزک سے بھر گیا ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ کوئی کسی کی جگہ کو نہیں کھا رہا ہے۔ پہلے پورا کمرہ روشنی سے بھرا ہوا تھا پھر عطر سے پورا کمرہ معطر ہوگیا۔ خوشبو نے جگہ نہیں کھایا بلکہ اپنی جگہ اس کمرے میں بنالی۔ ایسے ہی کئی مخلوقات ہمارے ساتھ موجود ہیں جس کا ہم مشاہدہ نہیں کر پا رہے ہیں۔ ہم کہتے ہیں فرشتے ہیں

ہمیں کیا کرنا ہوگا؟ زندگی وبندگی کے لئے یہ پانچ حواس کام کر رہے ہیں۔ ایک معجزہ حضرت عیسیٰ علیہ السلام کا یہ تھا کہ جب آپ کسی اندھے پر سے ہاتھ پھیرتے تھے تو بینائی آجاتی تھی۔ اللہ رب العزت نے انھیں ایسی روحانی قوت عطا کی جس سے اندھا بینا ہوجاتا تھا۔ ان کا وہ حواس متحرک ہو چکا تھا۔ اللہ نے ہمیں بھی وہ نور عطا کیا ہے جس سے ہم کئی روحانی قوت کو بیدار کر سکتے ہیں وہ مراقبہ کے ذریعے سے ہوگا۔ مراقبہ میں جب ہم بیٹھیں تو سارے منتشر خیال کو یکجا کرنا ہوگا ایک کرنا ہوگا اور وہ ذکر سے ہی ہوگا۔ خیال کو یکسو کرنے کے لئے ذکر کیا جاتا ہے۔ مثال کے ذریعے سمجھاتا ہوں بیٹھے بیٹھے جب آپ اپنے دشمن کے بارے میں سوچتے ہیں تو آپ کے جسم کے سارے اعضاء اس کے خلاف میں بدل جاتے ہیں اسی خیال سے وہ آنکھ بیدار ہوجائے گی۔ اکثر وبیشتر جب ہم ذکر میں بیٹھتے ہیں تو ایسا محسوس ہوتا ہے کہ دونوں آنکھوں کے بیچ میں جسے ہم مقام محمود کہتے ہیں اس میں کوئی ہتھوڑی سے مار رہا ہے اور اس میں سوراخ ہو رہا ہے وہیں سے وہ دیکھنے لگتا ہے سننے بھی لگتا ہے اسلام میں حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا ایک مشہور واقعہ ہے کہ مسجد نبوی میں منبر رسول پر آپ خطبہ دے رہے ہیں دوران خطبہ کہتے ہیں اے ساریہ پہاڑ کی طرف دیکھو صحابہ کرام بعد میں پوچھتے ہیں اے امیر المومنین آپ نے خطبہ کے دوران حضرت ساریہ کا نام لیا جبکہ وہ یہاں نہیں ہیں۔ آپ نے انھیں سپہ

تو آپ سوال کریں گے کہ آپ کو کیسے پتہ؟ تو آپ کہیں گے میرے نبی ﷺ نے دیکھا اور دیکھا ہی نہیں بلکہ ہم کلام بھی ہوئے۔ اللہ تعالیٰ نے ہمیں پانچ حواس دیا ہے۔ دیکھنا، بولنا، سننا، چکھنا اور سونگھنا۔ ہم بولتے ہیں کہ آنکھ سے دیکھتے ہیں درحقیقت آنکھ سے نہیں دماغ سے دیکھتے ہیں۔ دماغ جب آنکھ سے جڑ جاتا ہے تو ہم ساری چیزوں کو دیکھتے ہیں ہمارے اندر سننے کا حصہ موجود ہے جب وہ کان سے جڑ جاتا ہے کان نہیں سنتا کان سننے کا ایک ذریعہ ہے ۔درحقیقت دماغ سنتا ہے اس کو مثال کے ذریعے سمجھاتا ہوں۔ میری نگاہ سے ایسے بھی لوگ گزرے ہیں جن کی آنکھ بہت اچھی ہیں کسی قسم کی کوئی خرابی نہیں ہے مگر ڈاکٹرس حضرات کہتے ہیں کہ وہ دیکھ نہیں سکتا ہے۔ (M.R.I.) کروایا جاتا ہے۔ اس کی وجہ یہ بتاتی ہیں کہ دیکھنے کا وہ حصہ جو دماغ میں موجود تھا وہ آنکھ سے جڑا ہی نہیں ہے۔ ایسے ہی پانچ حواس کو سمجھئے کہ سوئی کے ناکہ سے دماغ میں پانچ سوراخ کیا تو پانچ حواس کا وجود ہوا۔ ایسے ہی دماغ تو بڑا ہے تو ایسے آپ کئی سوراخ کر سکتے ہیں کئی ایسے حواس آپ کے اندر موجود ہے جواب تک متحرک نہیں ہوئے۔ پیر آپ کو اسی راز سے واقف کراتا ہے۔ یہ بیدار کیسے ہوگا؟ مراقبہ کے ذریعہ ہی اسکو بیدار کیا جا سکتا ہے کسی اور چیز سے ہو ہی نہیں سکتا ہے۔ کروڑوں احسان اس پروردگار عالم کا جس نے ہمیں ماں کے پیٹ ہی میں عطا کر دیا۔ کئی بچے معذور پیدا ہوتے ہیں اس کی

وجہ یہ ہے کہ ان کا وہ حصہ متحرک نہیں ہوا۔ ماں کے پیٹ میں بچہ مراقبہ کے مانند ہوتا ہے۔ جیسا کہ قرآن میں اللہ رب العزت فرماتا ہے۔ ہم نے آپ کو چشم قلب عطا کیا۔ معراج کے واقعہ میں دل نے دیکھا مگر جھوٹ نہ جانا۔ اس سے پتہ چلا کہ دل میں دیکھنے کی صلاحیت موجود ہے۔ اسی کو چشم قلب کہتے ہیں۔ سرکار دو عالم ﷺ کا وہ حصہ متحرک ہو گیا جو اس عالم کے علاوہ دوسرے عالم کو دیکھ سکتا ہے۔ اور سننے کے کا وہ آلہ بھی متحرک ہو گیا جو اس عالم کے علاوہ دوسرے عالم کی آواز سن سکتا ہے۔ سرکار دو عالم ﷺ کے روحانی قوت سے کئی چیز بیدار ہوئیں ۔ وہ روحانی قوت سرکار دو عالم ﷺ دوسروں کو بھی عطا کئے ہیں۔ جیسے ایک دفعہ ابوجہل سرکار کی بارگاہ میں آ کر کہتا ہے کہ اگر آپ نبی ہیں تو بتایئے میری مٹھی میں کیا ہے؟ سرکار فرماتے ہیں کہ میں بتاؤں مٹھی میں کیا ہے یا مٹھی میں جو ہے وہ بتائے کہ میں کون ہوں ۔ سرکار نے حکم دیا اور وہ روحانی قوت اس میں ڈال دی جس سے وہ بزبان حال کہنے لگی ۔ جیسا کہ اللہ رب العزت کا فرمان ہے کہ کائنات میں جو کچھ بھی ہے سب اللہ کی تعریف کر رہے ہیں ۔ سرکار دو عالم ﷺ نے تھوڑی دیر کے لئے ابوجہل کے کان کو متحرک کر دیا اس روحانی قوت کے ذریعے۔ جب سرکار دو عالم ﷺ غار حرا میں مراقب ہوتے ہیں تو کئی روحانی قوتیں بیدار ہوئیں۔ سرکار فرماتے ہیں اگر میں اسکو بتاؤں تو لوگ کم ہنسیں گے زیادہ روئیں گے اسکو متحرک کرنے کے لئے

سالار امیر بنا کر جنگ میں بھیجا ہے آپ کہتے ہیں اسوقت کونوٹ کرلو۔ حضرت ساریہ جب جنگ سے لوٹ کر آتے ہیں تو صحابہ کرام پوچھتے ہیں اے ساریہ کیا اس دن اس وقت اور اس تاریخ میں کوئی حادثہ آپ کو پیش آیا تھا۔ آپ نے کہا ہاں اس وقت حضرت عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی آواز میرے کان میں آئی تھی کہ پہاڑ کی طرف دیکھو سینکڑوں میل کا فاصلہ ہے اور آپ حضرت ساریہ کو دیکھ کر اپنی آواز کو ان کے کان تک پہنچاتے ہیں۔ وہ کون سی قوت تھی نبی پاک صلی اللہ علیہ وسلم کے صدقے وطفیل میں ان کے حواس بیدار ہو گئے مثال کے طور پر انسان کی بنائی ہوئی چیز موبائل فون انٹرنیٹ وغیرہ کے ذریعے آپ کروڑوں میل کے فاصلے سے باآسانی گفتگو کر سکتے ہیں تو جو انسان کی بنائی ہوئی چیز کا یہ عالم ہے تو جو خالق کائنات نے عطا کیا ہے اس کا عالم کیا ہوگا۔ حضرت عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی آواز وہاں پہنچ گئی تھی۔ اکثر و بیشتر جب آپ ذکر میں بیٹھتے ہیں تو ننانوے فیصد خیال بُرے آتے ہیں اور ایک خیال نیک آتا ہے۔ جیسے جیسے ذکر میں بیٹھتے جائیں گے اچھے خیال بڑھتے جائیں گے اور برے خیال کم ہوتے جائیں گے ایک وقت ایسا آئے گا ننانوے فیصد خیال اچھے ہوں اور ایک خیال غلط ہوگا۔ ایسے ہی آئینہ موجود ہے اس میں جو گرد و غبار لگا ہوا ہے اسے صاف کرنا ہے جس دن وہ صاف ہو جائے گا اس دن آپ کی آواز اللہ کی آواز سے مل جائے گی۔ ایسی ہی کئی آواز موجود ہے لیکن ہمارے پاس ریسیور

آ گئے بڑھتے ہیں تو اللہ تعالیٰ اپنے ناموں کے راز کو اس پر کھولنے لگتا ہے یہ احساس ہوگا جب آپ کے حواس بیدار ہوں گے ابتدا میں اس کا ذکر کرنا ہوتا ہے۔ اور آخیر میں اس کا ذکر سننا ہے۔ ذکر میں جتنا زیادہ وقت دیں گے اتنے ہی جلدی اس کو منزل و مقام حاصل ہوگا۔ مثلاً ایک شخص تین تین فٹ گڈھا سو جگہ کھودے گا۔ اور ایک شخص سو فٹ ایک جگہ ہی کھودے گا تو پانی کہاں سے نکلے گا؟ جس نے سو فٹ کھودا ہے وہاں سے پانی نکلے گا۔ اس لئے کہ اس نے ایک ہی جگہ کھودا ہے۔ اسی طرح ہمارے پاس آنکھ ہے کان ہے دانت، زبان ہر اعضاء ہمارے پاس ہے لیکن ہمیں اس کا احساس نہیں ہے جب ہمارے کان میں کسی قسم کی تکلیف ہوتی ہے تب ہمیں احساس ہوتا ہے ہمارے پاس کان ہے۔ جب ہمارے دانت میں درد ہو تو ایسا محسوس ہوتا ہے کہ پورے کائنات میں صرف ہمارے پاس ہی دانت ہے۔ اللہ تعالیٰ نے ہمیں ہر اعضاء کو صحیح سالم نوازا ہے لیکن ہمیں اس کا احساس نہیں ہے۔ اسی احساس کو بیدار کرنے کے لئے مراقبہ ہے توجہ ایک ریڈار کی طرح ہے توجہ کا کانٹا اگر نفس کی طرف چلے جائے تو آپ کا پورا خیال شہوت کی طرف چلے جائے گا۔ یہی کانٹا اگر قلب یعنی روحانیت کی طرف جائے گا تو وہاں کی آواز یہاں کی آواز سے مل جائے گی۔ لانفس ہے عالم ناسوت یعنی دنیا خواہشات، الہ دل، ملکوت یعنی قلب کی وہ فرشتوں سے مل جائے گی۔

(Receiver) موجود نہیں ہے ۔ جب ہم ذکرومراقبہ کرتے ہیں تو ہمارا ریسیور (Receiver) ٹھیک ہوجاتا ہے۔ پھر ہماری آواز اللہ کی آواز سے مل جاتی ہے پھر سارے عالم کا نظارہ کرنے لگتے ہیں حضرت شیخ محی الدین ابن عربی رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں میں ایک ایسے عالم میں گیا جہاں ہر ایک کی ایک آنکھ ہی تھی تو آپ یقین نہیں کریں گے مثال کے طور پر آپ ایک ایسی جگہ پہ گئے جہاں سارے لوگ اندھے تھے ان سے پوچھیں گے کہ سورج نام کی کوئی چیز ہے وہ یقین نہیں کریں گے کیونکہ انھوں نے دیکھا ہی نہیں تو بزرگوں نے جو بھی کہا ہے حواس بیدار ہونے کے بعد کہا ہے۔ ظاہر میں کہیں آپ کو پہنچنا ہے تو بتایا جاسکتا ہے لیکن یہ معاملہ باطن میں پہنچنے کا ہے جو آپ سے بہتر کوئی نہیں جانتا۔ ایک شخص نے ایک بزرگ شخص سے پوچھا کہ مجھے فلاں گاؤں جانا ہے کتنا وقت لگے گا؟ بزرگ نے جواب نہیں دیا وہ شخص آگے تیزی سے بڑھا بزرگ نے آواز دیا اور کہا تم آدھے گھنٹے میں پہونچ جاؤ گے۔ وہ شخص کہتا ہے یہی چیز میں نے آپ سے پہلے پوچھی تھی آپ نے پہلے کیوں نہیں بتایا؟ بزرگ کہتے ہیں پہلے میں نے تیری رفتار نہیں دیکھی تھی اب اگر تو اسی رفتار سے چلے گا تو آدھے گھنٹے میں پہونچ جائے گا۔ ایسے ہی ایک شخص کو شدت کی پیاس لگی ہو اور دوسرے کو صرف پیاس کا احساس ہو یعنی پانی ملے تو بھی نہیں ملے تو بھی چلے گا۔ دونوں شخص کو صحراء میں لے کر جائیں

اور کہا جائے زمین سے پانی نکالنے کو تو جس تیزی سے شدت سے پیاس والا شخص پانی نکالے گا اس تیزی سے وہ شخص پانی نہیں نکال سکتا ہے۔ اسی طرح جتنی شدت سے آپ کی جستجو ہوگی اتنے ہی جلد آپ کو اس کا قرب حاصل ہوگا۔ ایک بزرگ کے پاس ایک شخص آتا ہے اور کہتا ہے تصوف کیا ہے؟ آپ نے کہا تصوف علم کا نام ہے جا علم حاصل کر تھوڑی دیر کے بعد دوسرا شخص آتا ہے اور کہتا ہے تصوف کیا ہے؟ آپ نے کہا کہ تصوف عمل کا نام ہے جو تو جانتا ہے اس پر عمل کر۔ پھر تھوڑی دیر کے بعد تیسرا شخص آتا ہے اور پوچھتا ہے تصوف کیا ہے؟ آپ نے کہا تصوف صبر کا نام ہے بعد میں مریدین ومعتقدین پوچھتے ہیں حضرت سوال ایک ہی تھا آپ نے سب کو الگ الگ جواب دیا بات سمجھ میں نہیں آئی۔ بزرگ کہتے ہیں پہلے شخص نے سوال کیا تھا وہ ابھی تصوف میں ابتدائی داخلہ لیا تھا۔ اس کے لئے علم حاصل کرنا ضروری ہے۔ اور دوسرا جو آیا تھا وہ علم حاصل کر چکا تھا اب اسے عمل کرنا ہوگا۔ تیسرا جو آیا تھا وہ علم اور عمل دونوں حاصل کر چکا تھا اب اسے صبر کی ضرورت ہے جو تو نے علم وعمل کیا اس کا انعام صبر سے ملے گا۔ تصوف میں پہلی چیز علم حاصل کرنا، دوسری چیز عمل کرنا اور تیسری چیز صبر ہے۔ اور جس کے پاس صبر نہیں وہ ہرگز منزل ومقام کو نہیں پاسکتا ہے اس کا راستہ ذکروفکر شغل ومراقبہ کے ذریعے اس کا قرب حاصل ہوگا۔ ہمارا نفس، نفس کے معنی لذت وخواہشات کے ہیں جب ہم ذکروفکر میں

جب تمہاری توجہ کی سوئی قلب کی طرف آئے گی تو یہ فرشتوں کے عالم کی طرف آئے گی۔تو یہاں آواز سے وہاں کی آواز سے مل جائے گی۔اور آپ فرشتوں کو دیکھ بھی سکتے ہیں الا اللہ عالم جبروت ہے آگے محمد عالم لاہوت ہے۔اسی موقع پر علامہ اقبال فرماتے ہیں۔

اے طائر لاہوتی اس رزق سے موت اچھی
جس رزق سے آتی ہو پرواز میں کوتاہی

ابھی تک ہم نے صرف اپنے پانچ حواس کو جانا ہے جب کہ ہزاروں حواس اب بھی بیدار ہونا باقی ہے جب وہ حواس بیدار ہونگے تو کچھ ایسی چیزیں ہو جاتی ہیں جو عقل کے خلاف ہوتا ہے جسے ہم کرامت کہتے ہیں۔کرامت کرنا نہیں ہوتا بلکہ جب وہ قوت بیدار ہوتی ہے تو خود بخود وہ ہو جاتا ہے اگر اب کو سکون سے جینا ہے تو دو آیت کو یاد کرلو۔پہلی ''کل نفس ذائقة الموت'' ہر نفس کو موت کا مزہ چکھنا ہے اور دوسری آیت ''کل من علیھافان ویبقی وجه ربك ذوالجلال والاکرام'' کائنات میں ہر چیز فنا ہو جائے گی باقی رہنے والی ذات پروردگار کی ہے۔میں بھی فنا ہو جاؤں گا میں بھی مٹ جاؤں گا یہ دو آیت آپ کو سکون سے رہنے دے گی جو آپ کو ہر دوڑ سے بچائے رکھے گی۔