☆۔انسانی حقیقت۔☆

(۱)

ہماری حقیقت

(جسم، نفس اور روح)

ابوعبداللہ

(ہمارا عزم)

☆سچائی کی پیروی☆

(WWW.KHIDMAT-ISLAM.COM)

(Email:KHIDMAT777@GMAIL.COM)

بسم اللہ،الحمد للہ، والصلاۃ والسلام علی رسول اللہ

ہماری حقیقت/ جسم،نفس اورروح

چھوٹے مقصد حیات(Lessor Meaning of Life) کی بجائے زندگی بڑے مقصد حیات(Greator Mening of Life) کے تحت گزارنے کیلئے اپنی حقیقت سے آگاہی ضروری ہے کہ ہم کون ہیں؟ ہماری حقیقت کیا ہے؟ ہم کیا ہیں؟ نفس کیا ہےاورروح کیا ہے؟

نوٹ: نفس وروح ایسا موضوع ہے جس پر بہت کم علم دیا گیا ہے۔لہٰذا اسکی کما حقہ عین حقیقت تک پہنچنا مشکل ہے۔تاہم قرآن وسنت اور سائنسی علوم سے جتنی بات سمجھ آئی ہے، وہ اس تحریر میں بیان کردی گئی ہے۔عین حقیقت تو خالق ہی بہتر جانتا ہے۔

ہمارا وجود تین حصوں پر مشتمل ہے۔(۱)۔جسم(یعنی مادی قالب)،(۲)۔نفس اور (۳)۔روح۔ بعض اہل علم نے جسم اور نفس کو ایک ہی چیز قرار دیا ہے اور بعض نے الگ الگ۔لیکن روح کے حوالے سے سبھی متفق ہیں کہ یہ ایک الگ(Indepedent) حقیقت ہے۔اس ضمن میں ہم انشاء اللہ حقیقت واضح کرنے کی کوشش کریں گے۔

(۱)۔جسم(یعنی مادی وجود): مختلف اعضا پر مبنی یہ گوشت پوست کا ایک مادی قالب ہے جو دائمی نہیں بلکہ عارضی طور پر اس دنیا کے شب وروز بسر کرنے کیلئے دیا گیا ہے۔مرنے کے بعد اس نے فنا ہوجانا ہے۔یہ حیوانی وجود ہے جسے اپنی بقا کیلئے خوراک اور افزائش نسل(Reproduction) کی ضرورت ہے۔اس کی ساری رغبت کھانے پینے اور نسل بڑھانے کے ساتھ ہے۔تمام جانداروں میں سے انسان کا وجود سب سے احسن اور اعلیٰ تخلیق ہے۔مادی قالب میں موجود دل، دماغ اور حواسِ خمسہ پر مشتمل اعضاء یعنی کان، ناک، آنکھیں اور ذائقہ کے اعضا زبان، جلد وغیرہ نفس وروح کیلئے منفرد حیثیت کے حامل ہیں۔حواس خمسہ، قلب وذہن اور روح کے بغیر جسم محض ایک بے جان لاش ہے۔

حواسِ خمسہ سے: دیکھنے، سننے، چکھنے، محسوس کرنے اور سونگھنے جبکہ دل ودماغ سے قلب وذہن جیسی غیر مادی حس جنم لیتی ہے جو نفس وروح کیلئے اہم کردار ادا کرنے کا ذریعہ بنتی ہے۔

(۲)۔ نفس: یہ غیر مادی یعنی غیر مرعی (Invisible) چیز ہے۔نفس وہ لطیف حِس ہے جو قلب وذہن اور حواسِ خمسہ سے متعلق ہے۔یعنی نفس تین اجزا (i) مادی جسم،(ii) حواسِ خمسہ یعنی (دیکھنا،سننا، چکھنا، چھونا اور سونگھنا) اور (iii) ذہن پر مشتمل ہے۔ان تین اجزا کے مجموعے کا نام ''نفس'' ہے۔مادی جسم کے حوالے سے تو کچھ ضروری معلومات آپ نے جان لی ہیں۔اب ہم حواس خمسہ، ذہن اور انکے باہمی ربط کو سمجھیں گے۔

حواسِ خمسہ اور ذہن : حواسِ خمسہ درحقیقت وہ انمول سینسرز (Sensors) ہیں جن میں دیکھنے، سننے، چکھنے، سونگھنے اور چھونے کی صلاحیت رکھی گئی ہے۔یہ سنیسرز: دیکھنے، سننے، چکھنے، سونگھنے اور چھونے کے مخصوص آلات (آنکھ۔کان، زبان، ناک اور جلد واعصاب یعنی گوشت پوست وغیرہ) کے ذریعے بیرونی (یعنی خارجی) دنیا سے معلومات اکٹھی کر کے دماغ کو پہنچاتے ہیں۔تمام قسم کے احساسات: یعنی اچھا، بُرا، میٹھا، کڑوا، مزا، سکون، چین، بے چینی، تکلیف، درد.....) دماغ (ذہن) میں محسوس کئے جاتے ہیں۔دماغ نہ ہو تو چین یا بے چینی..... کسی چیز کا کوئی بھی احساص نہ ہوسکے۔دماغ (Brain) تو ایک گوشت پوست کا انتہائی انمول مادی قالب (Hardware) ہے، جس میں انتہائی پیچیدہ عوامل (Functions) پر مبنی بہت سے عضو موجود ہیں۔یہ پورے بدن پر حکمران ہے۔بدن کے تمام اعضا کو کنٹرول کرتا ہے۔یہ ڈیٹا سنٹر (Hard Disk) بھی ہے، عوامل کو چلانے والا (Processor) بھی ہے اور تجزیہ کار (Analyst) بھی۔یہ ایک سمندر ہے جس میں موجود صلاحیتوں کا احاطہ کرنا ممکن نہیں۔ذہن غیر مادی چیز ہے جو دماغ کا حاصل یعنی (Out put) ہے۔اور یہ حاصل ذہانت وفطانت، عقل وبصیرت، دانائی . . . . کی شکل میں ہے۔یعنی ذہن، کمپیوٹر میں چلنے والے سافٹ وئیر (Software) کی مثل ہے۔عقل ودانش کیا ہے؟ حواس خمسہ کے ذریعے جو بھی ہمیں علم (Knowledge/Information) حاصل ہوتا ہے اس علم کا استعمال عقل کے ذریعے ہوتا ہے۔عقل ودانش وہ نور ہے جو تعلیمات وحی سمیت دیگر علوم کے فہم کا ذریعہ ہے۔خالق نے جن وانس کو عقل وبصیرت کی بنا پر دیگر مخلوقات سے ممتاز کیا ہے۔یہی نور انسان کو تعصب وتنگ نظری سے بچا

کر سچائی پر لانے کا باعث بنتا ہے۔ جو لوگ اللہ کی دی ہوئی اس عظیم نعمت کے استعمال سے نظریں چرا لیتے ہیں وہ جہالت و درندگی کا شکار ہو کر معاشرے کیلئے ناسور بن جاتے ہیں۔ قرآن حکیم نے جگہ جگہ جہالت کی بجائے عقل و بصیرت پر زور دیا ہے اور (اولو الالباب) یعنی اہل عقل کیلئے فلاح کی نویدیں سنائی ہیں۔ کھرے کھوٹے، حق و باطل کی پہچان کیلئے عقل و فہم سمیت دیگر حواس (سماعت و بصارت) کو استعمال کرنا ناگزیر ہے۔ دل و دماغ سمیت سماعت و بصارت کے استعمال کو بند کر لینے کا نتیجہ تباہی کے سوا کچھ نہیں۔ جو اللہ کی عطا کردہ عظیم دولت (قلب، سماعت، بصارت) کو استعمال نہ کریں، انکی بابت پروردگار نے فرمایا:

﴿..... اُولٰٓئِکَ کَالْاَنْعَامِ بَلْ ھُمْ اَضَلُّ اُولٰٓئِکَ ھُمُ الْغٰفِلُوْن o﴾

(الاعراف::179)

''.....ایسے لوگ جانور ہیں بلکہ ان سے بھی گئے گزرے اور یہ غافل ہیں۔''

پس معلوم ہوا کہ عقل ایک عظیم آلہ (Tool) ہے جو بھلائی کی طرف ڈائرکشن دیتا ہے۔ لیکن یہ ضروری ہے کہ اسکی بنیاد پختہ علم پر ہو، ورنہ دھوکہ بھی لگ سکتا ہے۔

اب اگلا سوال یہ ہے کہ انسان کی سب سے بڑی مصیبت یعنی خواہشات کیسے جنم لیتی ہیں؟ تو اب اسے سمجھنا مشکل نہیں، یعنی یہی حواسِ خمسہ جسم اور ذہن سے مل کر خواہشات کو جنم دیتے ہیں۔ پس معلوم ہوا کہ **نفس** کا تعلق انسان کے باطن، اسکی سوچ، اسکی کیفیت اور اسکی حالت کے ساتھ ہے۔ اسی سے انسان کی فطرت تبدیل ہوتی ہے۔ نفس اور شیطان باہم مل کر اپنا کام کرتے ہیں۔ شیطان کی زمین نفس ہے، جسے وہ انسان کی بربادی کیلئے استعمال کرتا ہے۔ چونکہ نفس کا تعلق خواہشات کے ساتھ ہے، اسلئے عموماً: شہوات، اخلاقِ رذیلہ، مکروفریب اور غیظ و غضب کا منبع ''نفس'' ہی بنتا ہے، مگر یہ کہ اسکا تزکیہ (یعنی اسکی اصلاح کر لی جائے، اسے پاکیزہ) کر لیا جائے۔

اسی لئے پروردگار نے سات قسمیں کھا کر (جو اکٹھی اتنی زیادہ قسمیں کھانے کا پورے قرآن میں واحد مقام ہے) انسان سے نفس کی اصلاح کا انتہائی زوردار تقاضا کیا ہے۔ اس ضمن میں انسان کو انتہائی سخت انداز سے تنبیہ کر دی گئی ہے، کہ جو اپنے نفس کا تزکیہ کرنے میں ناکام ہو گیا، وہ ہلاک اور

برباد ہوگیا، ارشاد ہوا:

﴿ قَدۡ اَفۡلَحَ مَنۡ زَکّٰهَا o وَقَدۡ خَابَ مَنۡ دَسّٰهَا o﴾(الشّمس:91:7-10)

''تحقیق فلاح پا گیا وہ جس نے اس نفس کو پاک کرلیا اور نامراد ہوگیا وہ جس نے اسکو آلودہ کیا۔''

تزکیہ کا مطلب ہے اپنی سوچ، اپنے نفس کی اصلاح وتربیت کرنا۔ باطن کو پاکیزہ کرنا، اسے پاک صاف کرنا، پسندیدہ چیزوں سے مرسع وآراستہ کرنا اور ناپسندیدہ وممنوع باتوں جیسے (شرک سمیت دیگر رذائل: دنیا پرستی، حرص ولالچ، بددیانتی، ظلم، حسد، غیبت، بے حیائی، تکبر....) سے بچانا۔ تزکیہ کا مرکز ومحور ہمارا نفس اور قلب وذہن ہے۔ جبکہ تزکیہ کا حاصل یعنی (Out put) اچھا کردار اور عمل یعنی ''تقویٰ'' ہے۔ اس ضمن میں مزید تفصیل کیلئے دیکھئے تحریر: (خود سے خدا تک، محمد ناصر افتخار)

اب ہم روح کے متعلق کچھ اہم معلومات حاصل کرتے ہیں۔

(۳)۔روح

روح ہمارے جسم کی سب سے اہم حقیقت ہے۔ نفس کی طرح یہ بھی ایک غیر مادی یعنی غیر مرعی (Invisible) اور انتہائی لطیف چیز ہے۔ یہ عارضی نہیں بلکہ دائمی ہے۔ یعنی جسم کی طرح موت سے یہ فنا پذیر نہیں ہوگی، بلکہ اسکا وجود برقرار رہے گا۔ اسکے بارے میں انسان کو زیادہ گہرا علم نہیں دیا گیا۔ اس ضمن میں جو عمومی بات سمجھ آتی ہے وہ یہی ہے کہ ہمارا مادی جسم تو عالمِ خلق یعنی اسی دنیا سے بنا ہے، جبکہ روح عالمِ امر (اللہ کے حکم) سے آئی ہے، جیسا کہ ارشاد ہوا:

﴿وَ نَفَخۡتُ فِیۡهِ مِنۡ رُّوۡحِیۡ﴾(الحجر:15:29)

''اور پھر میں نے اس میں اپنی روح پھونک دی''

زندگی اور موت کا تعلق بھی روح کے ساتھ ہے۔ جس طرح بجلی موجود ہو تو بجلی سے چلنے والے آلات (لائٹس، پنکھے....) چلتے ہیں، بجلی جانے سے یہ مردہ ہوجاتے ہیں۔ اسی روح بھی برقی رَو کی مانند ہے۔ اگر یہ بندن میں موجود ہے تو ہم زندہ ہیں، اگر نکل گئی تو بدن نفس سمیت دیگر تمام اعضا کے ہوتے ہوئے بھی مردہ ہوجاتا ہے۔

مزید یہ کہ نفس کا تعلق بدن اور شہوات کے ساتھ ہے جبکہ اسکے برعکس روح کا تعلق صالحات کے ساتھ

ہے۔اسی لئے نفس کے برعکس روح اخلاق حمیدہ (ایمان، تقویٰ وتطہیر، پاکیزگی، سچائی، دیانتداری، حیا.....) کا منبع ہے۔جسم کی طرح روح کا بھی اپنا وجود ہے اور اسکے بھی تقاضے ہیں۔اس کو بھی غذا کی ضرورت ہے۔جسم کی غذا شہوات اور مادی اجزاء جبکہ روح کی غذا روحانی اجزاء یعنی اللہ کے حکم کی پاسداری، تقویٰ وتطہیر ہے۔

روح کا تعلق جسم اور شہوات کی بجائے انسان کے ''قلب وذہن'' سے ہوتا ہے۔روح انسان کو آخرت کی طرف بلاتی ہے، جبکہ نفس دنیا کی طرف کھینچتا ہے۔نفس کی رغبت کھانے پینے اور شہوات پوری کرنے پر ہے، جبکہ روح کی رغبت اور اسکا سکون ''تعلق باللہ'' کے ساتھ جڑا ہے۔روح کی بقا اور اسکے توانا رہنے کیلئے اسے اسکی مطلوبہ غذا (یادِ الٰہی اور تقویٰ وتطہیر) کا ملتے رہنا ناگزیر ہے۔بصورتِ دیگر یہ مغلوب ہوجائے گی، نفس بدن پر غالب آجائے گا اور انسان روح کے ذریعے ملنے والے عظیم خیر سے محروم ہوجائے گا۔

اب ہم یہ دیکھتے ہیں کہ انسانی ذہن میں خیالات کیسے پیدا ہوتے ہیں۔

انسانی خیالات کا منبع: انسان کے قلب وذہن میں پیدا ہونے والے خیالات کا منبع: (۱)۔اللہ تعالیٰ اور اسکے فرشتے، (۲)۔نفس، اور (۳)۔شیاطین، ہیں۔انہیں قوتوں کے زیر اثر انسان کی زندگی چلتی ہے۔انسان نے جو بھی کام کرنا ہو اسکا محرک اولین درجے میں خیالات ہی بنتے ہیں۔جس قسم کی سوچ اور خیال پیدا ہوگا اسی قسم کا فعل انسان سے سرزد ہوگا۔انسان کی بہتری کیلئے ان خیالات کا اچھا ہونا بہت ضروری ہے۔

نفس کی حالتیں: نفسِ انسانی کی تخلیق اور تسویہ کے بعد اس میں نیکی اور بدی کی تمیز رکھ دی گئی ہے جیسا کہ پروردگار نے فرمایا:

﴿ وَنَفْسٍ وَّمَا سَوّٰهَا o فَاَلْهَمَهَا فُجُوْرَهَا وَتَقْوٰهَا o قَدْ اَفْلَحَ مَنْ زَكّٰهَا o وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسّٰهَا o﴾ (الشّمس:91:آیت:7-10)

''اور قسم ہے نفس اور اسکے تسویے (تشکیل) کی۔پس اس کو الہام کر دیا اسکی بدی اور نیکی (کا شعور)۔تحقیق فلاح پا گیا وہ جس نے اس نفس کو پاک رکھا اور نامراد ہوگیا وہ جس نے اسکو آلودہ کیا۔''

نفسِ انسانی میں تین مختلف پہلو پائے جاتے ہیں۔ان تینوں پہلوؤں میں سے کون سا پہلو غالب اور کون سا مغلوب ہوگا،اس کا تعلق انسان کی سوچ اور اسکے فعل کے ساتھ ہے۔نفس کی درج ذیل تین حالتیں ہیں: (۱)۔نفس مطمئنہ، (۲)۔نفس لوامہ، اور (۳)۔نفس امارہ

(۱)۔نفس مطمئنہ: یہ تربیتِ نفس کا سب سے اونچا مقام ہے،جسکا انسان سے تقاضا کیا گیا ہے۔یہ وہ حالت ہے جس میں نفس کا توازن پوری طرح سے برقرار ہو جاتا ہے۔فطرت سلیمہ پوری طرح سے جاگ جاتی ہے۔من میں خالق کے احکامات کی مکمل پیروی کا شوق و جذبہ اُمڈ آتا ہے۔نیکیوں میں سبقت و محبت جبکہ برائیوں سے دوری اور نفرت پیدا ہو جاتی ہے۔انسان کا ہر سانس اللہ کے ساتھ وابستگی کے ساتھ گزرنا شروع ہو جاتا ہے۔ایسے خوش نصیبوں کی بابت پروردگار نے یوں مژدہ سنایا:

﴿یٰٓاَیَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ o ارْجِعِیْٓ اِلٰی رَبِّکِ رَاضِیَةً مَّرْضِیَّةً o فَادْخُلِیْ فِیْ عِبٰدِیْ o وَادْخُلِیْ جَنَّتِیْ o﴾ (الفجر:89:آیت:27-30)

''اے نفس مطمئنہ واپس لوٹ اپنے رب کی طرف،تو اس سے راضی وہ تجھ سے راضی،پس شامل ہو جا میرے خاص بندوں میں اور داخل ہو جا میری جنت میں۔''

اللہ ہمیں بھی ایسے خوش نصیبوں میں داخل فرمائے۔(آمین)

(۲)۔نفس لوّامہ: یہ نفس کی وہ حالت ہے جس میں اسکا توازن پوری طرح نہیں بگڑا۔نیکی اور بدی کا شعور بھرپور طور پر موجود ہے۔نیکیوں پر خوشی اور برائیوں (خواہ اپنی ہوں یا دوسروں کی) پر مَن پوری طرح ملامت کرتا ہے۔اس ملامت پر انسان اگر کان دھرتا رہے،اسکی بات مانتا رہے تو رفتہ رفتہ نفس مطمئنہ تک جا پہنچتا ہے۔نفس لوّامہ کا تذکرہ قرآن میں یوں کیا گیا:

﴿وَلَآ اُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ o﴾ (القیامہ:75:آیت:2)

''میں قسم کھاتا ہوں نفس لوامہ کی۔''

(۳)۔نفس امّارہ: وہ انسان جو نفس کی برائیوں پر ملامت کی پروا نہ کرے۔شہوات کو پورا کرنا جس کا مقصد بن جائے،خواہشات کا رسیا بن جائے۔وہ خالق کے عطا کردہ نفس کے توازن کو کھو بیٹھتا ہے۔ایسا بدنصیب انسان اپنے نفس کو اپنی بے جا شہوات کے ہاتھوں مغلوب کر دیتا ہے۔توازن

برقرار نہ رہنے سے اس حالت میں نیکی بدی کا شعور جاتا رہتا ہے۔فطرتِ سلیمہ مسخ ہوجاتی ہے۔ملامت کی آواز دب جاتی ہے۔اب نفس پوری قوت سے برائیوں پر آمادہ کرتا ہے اور ایسا بد نصیب شخص شہوات کے ہاتھوں مجبور ہوکر برائیاں کرتا جاتا ہے، الّا یہ کہ اللہ کسی کو زبردستی بچالے۔اس نفس کی بابت فرمایا گیا:

﴿وَ مَآ اُبَرِّئُ نَفۡسِیۡ اِنَّ النَّفۡسَ لَاَمَّارَۃٌۢ بِالسُّوۡٓءِ اِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّیۡ اِنَّ رَبِّیۡ غَفُوۡرٌ رَّحِیۡمٌo﴾ (یوسف:12: آیت:53)

''اور نہیں بری الذمہ قرار دیتا میں نفس کو، یقیناً نفس تو حکم دیتا ہے برائی کا۔مگر یہ کہ کسی پر رحمت ہوجائے میرے رب کی۔بے شک میرا رب ہے بہت معاف فرمانے والا اور بہت رحم فرمانے والا۔''

نفس کی اصلاح کی تدبیر: نفس کو قابو میں رکھنا انتہائی مشکل کام ہے۔اسکے لئے زندگی بھر کاوش و محنت کی ضرورت ہے۔نفس کے تزکیے کی محنت شروع کردی جائے تو یہ رفتہ رفتہ 'امارہ' سے 'لوامہ' برائی پر ملامت کرنے والا، پھر بالآخر قابو میں آکر 'مطمئنہ' سرِتسلیم خم کرتے ہوئے برائی اور خسارے سے بچ کر رب کی رضا پر مطمئن ہوجانے والا بن جاتا ہے، جو کہ عظیم خوش نصیبی ہے۔نفس کی اصلاح کیلئے یہ ضروری ہے کہ:

(۱)۔اللہ کے ساتھ تعلق مضبوط کیا جائے، (۲)۔اخروی زندگی کو پیشِ نظر رکھتے ہوئے خواہشات کو قابو کیا جائے۔(۳)۔فہم قرآن کے ساتھ شب و روز وابستہ رہا جائے، (۴)۔اچھی صحبت کا اہتمام اور بری صحبت سے ہر ممکن بچا جائے۔

اپنا محاسبہ ضرور کریں کہ آپ کا نفس کس حالت میں ہے؟ اور فوراً اسکی اصلاح کی فکر کریں۔

انسان کی اصل حقیقت انسان کی روح ہے، جسکی غذا مادی مرغوبات نہیں بلکہ اللہ کی یاد ہے۔لیکن افسوس کہ اس دنیا میں انسان عام طور پر روح کے تقاضوں کو بھول کر محض مادی و حیوانی اور نفسانی وجود کی فکر میں ہی شب و روز صرف کر دیتا ہے۔اللہ ہمیں ہماری حقیقت کو پیشِ نظر رکھنے اور زندگی کو بڑے مقصد کے تحت گزارنے کی توفیق عطا فرمائے۔(آمین)