

# ٹیلی بیٹھی سکھئے

خواجہ شمس الدین عظیمی



## انتساب

ان شاداب دل دوستوں کے نام جو  
مخلوق کی خدمت کے ذریعے انسانیت  
کی معراج حاصل کرنا چاہتے ہیں

اور

ان سائنس دانوں کے نام جو سن دو  
ہزار چھ عیسوی کے بعد زمین کی مانگ

میں سیندور

بھریں گے۔

فہرست

12	..... ٹیلی پیٹھی کیا ہے؟
15	..... نظر کا قانون:
18	..... ٹائم اسپیس
22	..... کہکشانى نظام
25	..... حضرت سلیمان ؑ کا دربار:
32	..... خیالات کے تبادلہ کا قانون
35	..... خیال اور زندگی:
39	..... ارتکاز توجہ:
43	..... ٹیلی پیٹھی کا پہلا سبق
45	..... مٹھاس اور نمک
48	..... آئینہ بنی:
54	..... کیفیات و واردات سبق نمبر ۱

56 ..... فرشتے:

57 ..... نیند کی دیوی:

58 ..... نور میں ڈوبی ہوئی کائنات:

59 ..... تیسری آنکھ:

60 ..... دعا قبول ہوگئی:

61 ..... ڈوب ڈوب کر ابھرنا:

62 ..... جنت کا باغ:

64 ..... آواز خیالات کے دوش پر:

69 ..... ٹیلی پیٹھی اور سانس کی مشقیں

72 ..... ٹیلی پیٹھی کا دوسرا سبق

74 ..... فکر سلیم

77 ..... قبر میں پیر

78 ..... انسان، فرشتے اور جنات:

- 82 ..... ایک انسان ہزاروں جسم: جسم:
- 84 ..... شیر کی عقیدت: شیر کی عقیدت:
- 85 ..... لہروں میں ردوبدل کا قانون: لہروں میں ردوبدل کا قانون:
- 88 ..... کیفیات و واردات سبق ۲: کیفیات و واردات سبق ۲:
- 89 ..... نورانی بال: نورانی بال:
- 89 ..... گناہوں کی دلدل: گناہوں کی دلدل:
- 90 ..... نور کی بارش: نور کی بارش:
- 91 ..... چراغ اور موم بتی: چراغ اور موم بتی:
- 94 ..... جھاڑو اور کمزور شخص: جھاڑو اور کمزور شخص:
- 95 ..... علم کی درجہ بندی: علم کی درجہ بندی:
- 97 ..... شہاد اور مشہود: شہاد اور مشہود:
- 101 ..... دماغی کشمکش: دماغی کشمکش:
- 104 ..... ٹیلی پیجھی کا تیسرا سبق: ٹیلی پیجھی کا تیسرا سبق:

- 106 ..... سائنس کا عقیدہ
- 107 ..... درخت بھی گفتگو کرتے ہیں
- 109 ..... کیفیات و واردات سبق ۳
- 111 ..... دروازہ کھلا:
- 111 ..... آخری تالاب:
- 112 ..... داتا گنج بخش کا مزار:
- 113 ..... آگ کی لپٹ:
- 115 ..... باطنی آنکھ
- 118 ..... تصور کی صحیح تعریف
- 121 ..... ٹیلی پیٹھی کا چوتھا سبق
- 123 ..... ۱۲۶ عناصر
- 126 ..... اینٹینا (ANTENNA)
- 129 ..... کیفیات و واردات سبق ۴

- 130 ..... احساس کمتری سے نجات:
- 132 ..... سونے کے محل:
- 134 ..... عالم تمام حلقہ دام خیال ہے
- 136 ..... قانون فطرت
- 138 ..... ٹیلی پیٹھی کا پانچواں سبق
- 140 ..... ٹیلی پیٹھی کا چھٹا سبق
- 140 ..... مرکب لہر اور مفرد لہر۔
- 141 ..... قید و بند کی حالت:
- 141 ..... سانس کی مشق:
- 142 ..... اوقات مشق:
- 142 ..... سانس لینے کی تعداد:
- 142 ..... ضروری تاکید:
- 143 ..... چھٹے سبق کے دوران مرتب ہونیوالی کیفیات

- 146 ..... ٹیلی پیٹھی کا ساتواں سبق
- 146 ..... سانس کی مشق:
- 146 ..... اوقات مشق:
- 146 ..... سانس لینے کی تعداد:
- 148 ..... ٹیلی پیٹھی کے ذریعے تصرف کا طریقہ
- 151 ..... ٹیلی پیٹھی سے کینسر کا علاج:
- 152 ..... ٹیلی پیٹھی کا آٹھواں سبق
- 152 ..... سانس کی مشق:
- 152 ..... اوقات مشق:
- 152 ..... سانس لینے کی تعداد:
- 154 ..... دماغ ایک درخت
- 157 ..... روحانی انسان
- 159 ..... روحانیت اور استدراج



بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

## پیش لفظ

حضور قلندر بابا اولیاءؒ جو اس دور کے عظیم روحانی ہستی ہیں اپنی گرفتار تصنیف "تذکرہ تاج الدین بابا" ارشاد فرماتے ہیں:-

"انسانوں کے درمیان ابتدائے آفرینش سے بات کرنے کا طریقہ رائج ہے" "آواز کی لہریں جن کے معنی متعین کر لئے جاتے ہیں سننے والوں کو مطلع کرتی ہے۔ یہ طریقہ اس ہی تبادلہ کی نقل ہے جو انا کی لہروں کے درمیان ہوتا ہے۔ دیکھا گیا ہے کہ گونگا آدمی اپنے ہونٹوں کی جنبش سے سب کچھ کہہ دیتا ہے اور سمجھنے کے اہل سب کچھ سمجھ جاتے ہیں۔ یہ طریقہ بھی پہلے طریقے کا عکس ہے جانور آواز کے بغیر ایک دو سرے کو اپنے حال سے مطلع کر دیتے ہیں۔ یہاں بھی انا کی لہریں کام کرتی ہیں درخت بھی آپس میں گفتگو کرتے ہیں یہ گفتگو صرف آمنے سامنے کے درخت میں نہیں ہوتی بلکہ دور دراز ایسے درختوں میں بھی ہوتی ہے جو ہزاروں میل کے فاصلے پر واقع ہے یہی قانون جمادات میں بھی رائج ہے۔ کنکروں، پتھروں مٹی کے ذرات میں من و عن اسی طرح تبادلہ خیال ہوتا ہے۔ انبیاء اور روحانی طاقت رکھنے والے انسانوں کے کتنے ہی واقعات اس کے شاہد ہیں ساری کائنات میں ایک ہی لاشعور کار فرما ہے۔ اس کے ذریعے غیب و شہود کی ہر لہر دوسری لہر کے معنی سمجھتی ہے، چاہے یہ دونوں لہریں کائنات کے دو مخالف کناروں پر واقع ہوں۔ غیب و شہود کی فراست اور معنویت کائنات کی رگ جاں ہے۔ ہم اس رگ جاں میں جو خود ہماری اپنی رگ جاں بھی ہے۔ تفکر اور توجہ کر کے اپنے سیارے اور دوسرے سیاروں کے آثار و احوال کا انکشاف کر سکتے ہیں۔ انسانوں اور حیوانوں کے تصورات، جنات اور فرشتوں کی حرکات و سکنات، نباتات و جمادات کی اندرونی تحریکات معلوم کر سکتے ہیں۔" مسلسل توجہ دینے سے ذہن کائناتی لاشعور میں تحلیل

ہو جاتا ہے اور ہمارے سراپا کا معین پرت انا کی گرفت سے آزاد ہو کر ضرورت کے مطابق چیز دیکھتا، سمجھتا اور شعور میں محفوظ کر لیتا ہے۔"

اپریل ۱۹۷۹ء میں جب روحانی ڈائجسٹ میں ٹیلی پیٹھی کے اسباق شروع کئے گئے تو ہمارے پیش نظر یہی مقصد تھا کہ اس ذریعے سے پاکیزہ نفسوں شفاف ذہنوں پر قدم قدم چل کر غیب و شہود کی وہ فراست معنویت، توفیق و سعادت کی حدود میں منکشف ہو جائے جو فراست اور معنویت حضور بابا صاحبؒ کے الفاظ میں کائنات کی اور ہماری اپنی بھی رگ جاں ہے۔ مقام تشکر و امتنان ہے کہ اللہ رب العزت نے ہماری کوشش کو درجہ قبولیت عطا کیا۔ آئندہ صفحات میں محفوظ ٹیلی پیٹھی کے اسباق پر عمل پیرا ہونے والے طلباء و طالبات کی روح پرور واردات و کیفیات اس کی شہادت دیتی ہیں۔ ٹیلی پیٹھی یعنی انتقال خیال کی تکنیک اسی علوم کی وہ شاخ ہے جسے عصر حاضر میں سب سے زیادہ عام توجہ حاصل ہوئی۔ مغربی ممالک میں اور خود ہمارے ملک میں بھی ٹیلی پیٹھی کے موضوع پر بے شمار کتابیں اب تک شائع ہو چکی ہیں جن کی علمی و عملی حیثیت پر کوئی تبصرہ کرنا اس وقت مقصود نہیں تاہم اتنا ضرور کہنا ہے کہ انتقال خیال کے علم کو، پہلے روحانی ڈائجسٹ کے صفحات میں اور اب اس مکمل کتاب کی صورت میں، جس نظری تشریح اور عملی رہنمائی کے ساتھ پیش کیا گیا ہے اس کی مثال کتابی علوم میں اس سے پہلے نہیں ملتی۔ وجہ اس کی یہ ہے ہم نے جو کچھ پیش کیا ہے اس کا ماخذ انگریزی کتب نہیں بلکہ اس کا سرچشمہ ہماری روحانی اسلاف کا وہ عظیم شان و رثہ ہے۔ جو سینہ بہ سینہ منتقل ہوتا رہا ہے یہ ہمارے بزرگوں کا فیضان ہی ہے جس کی بدولت ٹیلی پیٹھی سیکھنے والے حضرات و خواتین میں وہ طرز فکر منتقل ہوتی چلی گئی جسے رحمانی طرز فکر کہا جاتا ہے۔ ان کے رخ درست ہو گئے اور وہ صراط مستقیم پر گامزن ہو گئے!

اَللّٰهُمَّ لَكَ الْحَمْدُ وَلَكَ الشُّكْرُ

اس کتاب کی اشاعت کے اعلان کے بعد سے ایسا لگتا ہے ٹھہرے ہوئے پانی میں کوئی کنکری پھینک دی گئی ہے۔ ایک سرے سے دوسرے سرے تک دائرے بنتے چلے گئے۔ اور ہر دائرہ قبول عام کی

زندہ تصویر بن گیا اللہ لطیف و خبیر کی طرف سے یہ بہت بڑا انعام ہے کہ یہ کتاب چھپنے سے پہلے ہی شہر شہر، قریہ قریہ، بازاروں اور نجی محفلوں میں اس کا تذکرہ عام ہو گیا۔ میں اپنے کرم فرما دوستوں کا شکر گزار ہوں کہ انہوں نے مجھے خلوص و محبت کی دولت بخشی ہے۔ بواسطہ رحمت اللعالمین صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ کے حضور دعا ہے کہ میری یہ کوشش مخلوق خدا کے لئے ذریعہ نجات بنے اور پریشان حال لوگ اس مقام پر فائز ہو جائیں۔ جس کا تذکرہ خود خالق کائنات نے ان الفاظ میں کیا ہے۔ اَلَا اِنَّ اَوْلِيَاءَ اللّٰهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ۔ جس طرح دنیا میں کسی بھی رائج علم کو سیکھنے کے لئے استاد ایک اہم ضرورت ہے اسی طرح اس کتاب میں دی ہوئی تدبیروں پر عمل کرنے کے لئے کسی استاد کی راہنمائی بہت ضروری ہے۔ موجودہ سائنسی دور میں علم نفسیات (PSYCHOLOGY) اور علم بعد النفسیات (PARAPSYCHOLOGY) کے استاد اور روحانی (SPIRITUAL) سلسلوں کے فیض یافتہ بزرگ بڑی آسانی تک یہ فرائض انجام دے سکتے ہیں۔

وَمَا تَوْفِيقِيْ اِلَّا بِاللّٰهِ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَالْيَهٗ اُنِيْبُ ط

خواجہ شمس الدین عظیمی

## ٹیلی پیٹھی کیا ہے؟

سائنس کی دنیا کہلشانی اور شمسی نظاموں سے اچھی طرح روشناس ہے۔ کہلشانی اور شمسی نظاموں کی روشنی سے ہماری زمین کا تعلق کیا ہے اور اس نظاموں کی روشنی زمین کی نوعوں انسان، حیوانات، نباتات اور جمادات پر کیا اثر کرتی ہے یہ مرحلہ سائنس کے سامنے آچکا ہے۔ سائنس دانوں کو یہ سمجھنا پڑے گا کہ شمسی نظاموں کی روشنی حیوانات کے اندر، نباتات کے اندر اور جمادات کے اندر کس طرح اور کیا عمل کرتی ہے اور کس طرح جانوروں، انسانوں، نباتات اور جمادات کی کیفیات میں ردوبدل کرتی رہتی ہے، سائنس کا عقیدہ یہ ہے کہ زمین پر ہر موجود شے کی بنیاد کا قیام لہر اور صرف لہر پر ہے۔ ایسی لہر جس کو روشنی کے علاوہ اور کوئی نام نہیں دیا جاسکتا۔

ٹیلی پیٹھی میں ایسے علوم سے بحث کی جاتی ہے جو حواس کے پس پردہ شعور سے چھپ کر کام کرتی ہیں۔ یہ علم ہمیں بتاتا ہے کہ ہمارے حواس کی گرفت محض مفروضہ ہے۔

مثال :

ہم جب کسی سخت چیز کو دیکھتے ہیں تو ہمیں اس چیز کی سختی کا علم ہو جاتا ہے۔ حالانکہ ہمارے دماغ کے اوپر وہ سخت چیز عکراتی نہیں ہے سائنس کے نقطہ نظر اور مخفی علوم کی روشنی میں ہر شے دراصل شعاعوں یا لہروں کے مجموعہ کا نام ہے۔ جب ہم کسی لکڑی یا لوہے کی طرف کسی بھی طریقہ سے متوجہ ہوتے ہیں تو لکڑی یا لوہے کی شعاعیں ہمارے دماغ کو باخبر کر دیتی ہیں۔ باخبری کے لئے یہ ضروری نہیں کہ لکڑی یا لوہے کی سختی کو چھو کر محسوس کیا جائے۔

غور طلب بات یہ ہے کہ شعاع یا لہر اپنے اندر سختی رکھتی ہے اور نہ وزن۔ پھر ہمیں یہ علم کیسے ہو تا ہے فلاں چیز سخت ہے یا فلاں چیز نرم ہے۔ ہم پانی کو دیکھتے ہی چھوتے ہیں تو فوراً ہمارے دماغ میں یہ بات

آجاتی ہے کہ یہ پانی ہے حالانکہ ہمارے دماغ پر پانی کا کوئی اثر نہیں ہوتا یعنی دماغ بھیگتا نہیں ہے۔ جب ہمارا دماغ بھیگا نہیں ہے تو یہ ہم یہ کیسے کہہ دیتے ہیں کہ یہ پانی ہے۔

رنگ کی قسمیں ساٹھ سے زیادہ دریافت ہو چکی ہے جب ہم کوئی رنگ دیکھتے ہیں تو نہ صرف اس رنگ کو ہم فوراً پہچان لیتے ہیں بلکہ رنگ کے ہلکے یا تیز اثرات سے براہ راست متاثر ہوتے ہیں۔ ہر رنگ اور ہر ایلی دیکھ کر ہمیں سکون محسوس ہوتا ہے۔ مسلسل متواتر سرخ رنگ سامنے رہنے سے ہمارے دماغ پر ناگوار اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ یہی نہیں بلکہ اعتدال سے زیادہ سرخ رنگ کے اثرات دماغ کو غیر متوازن بھی کر دیتے ہیں۔

حقائق یہ ہے کہ ہر شے الگ اور معین مقداروں کے ساتھ وجود پذیر ہے۔ لہروں یا شعاعوں کی معین مقداریں ہی ہر شے کو ایک دوسرے سے الگ کرتی ہیں اور ہر شے کی لہریں یا شعاعیں ہمیں اپنے وجود کی اطلاع فراہم کرتی ہیں۔ کہنا یہ ہے کہ ہر موجود یا شے دراصل لہروں یا شعاعوں کا دوسرا نام ہے اور ہر شے کی ہر لہر یا شعاع ایک دوسرے الگ یا مختلف ہے۔ اگر ہمیں یہ معلوم ہو جائے کہ انسان، حیوانات اور جمادات میں کس کس قسم کی لہریں کام کرتی ہیں اور ان لہروں پر کس طرح کنٹرول حاصل کیا جاتا ہے۔ تو ہم ان چیزوں کو متاثر کر سکتے ہیں۔ لہر یا شعاع ایک جاری و ساری حرکت ہے۔ اور ہر شے کے اندر لہروں یا شعاعوں کی حرکت کا ایک فارمولا ہے۔

ہمارے ارد گرد بہت سی آوازیں پھیلی ہوئی ہیں یہ آوازیں بھی لہروں کی شکل میں موجود ہیں ان کے قطر (WAVELENGTH) بہت چھوٹے اور بہت بڑے ہوتے ہیں۔ سائنسدانوں نے اندازہ لگایا ہے کہ چار سو قطر سے نیچے کی آوازیں آدمی نہیں سن سکتا اور ایک ہزار چھ سو قطر سے زیادہ اونچی آوازیں بھی آدمی نہیں سن سکتا۔ چار سو قطر سے نیچے کی آوازیں برقی رولہر کے ذریعے سنی جاسکتی ہے اور ایک ہزار چھ سو قطر سے اوپر کی آوازیں بھی بجز برقی رو کے سننا ممکن نہیں۔

آنکھ کے پردوں پر جو عمل ہوتا ہے وہ رویا لہر سے بنتا ہے آنکھ کی حس جس قدر تیز ہوتی ہے اتنا ہی وہ رو کو زیادہ قبول کرتی ہے اور اتنا ہی رو میں امتیاز کر سکتی ہے۔ ٹیلی پیٹھی کا اصل اصول یہی ہے کہ مشق کے ذریعے آنکھ کی حس کو اس قدر تیز کر دیا جائے کہ صاحب مشق رو اور حواس کی لہروں میں امتیاز کر لے۔ آنکھیں بھی حواس میں شامل ہیں لیکن یہ ان چیزوں کا جو باہر سے دیکھتی ہیں زیادہ اثر قبول کرتی ہیں۔ باہر کا عکس آنکھوں کے ذریعے اندرونی دماغ کو متاثر کرتے ہیں۔ اس کی شکل یہ ہوتی ہے کہ حواس تازہ یا افسردہ ہو جاتے ہیں کمزور ہو جاتے ہیں یا طاقتور۔ ان ہی باتوں پر دماغی کام کا انحصار ہوتا ہے۔

ہم یہ بتا چکے ہیں کہ ایک ہزار چھ سو قطرے سے نیچے کی آوازیں برقی رو کے ذریعے سنی جاسکتی ہیں اور یہ اس لئے ممکن ہے کہ ہمارے تمام حواس و خیالات بجائے خود "برقی رو" ہیں اگر ہمارے خیالات برقی رو سے الگ کوئی چیز ہوتے تو برقی رو کو قبول ہی نہ کرتے۔ ٹیلی پیٹھی میں یہی خیالات جو دراصل برقی رو میں دوسرے آدمی کو منتقل کئے جاتے ہیں۔ خیالات منتقل کرنے کے لئے اس بات کی ضرورت پیش آتی ہے کہ یہ رو کسی ایک ذرے پر یا کسی ایک سمت میں یا کسی ایک رخ پر مرکوز ہو جائے اگر یہ تھوڑی دیر بھی مرکوز رہے تو دور دراز تک اپنے اثرات مرتب کرتی ہیں۔ انسان کو اور ان چیزوں کو جو ذی روح نہیں سمجھی جاتیں ان کو بھی ان چیزوں کے ذریعے متاثر کیا جاسکتا ہے۔

یہ جاننا ضروری ہے کہ ہم جو کچھ دیکھتے ہیں وہ باہر نہیں دیکھتے۔ کائنات کا ہر مظہر ہمارے اندر موجود ہے ہم سمجھتے یہ ہیں کہ ہم جو کچھ دیکھ رہے ہیں وہ ہمارے سامنے موجود ہے حالانکہ خارج میں کسی شے کا وجود محض مفروضہ ہے۔ ہر شے ہمارے انز میں قیام پذیر ہے اصل بات یہ ہے کہ ہم کسی چیز کا مشاہدہ اپنے اندر کرتے ہیں اور یہ سب کا سب ہمارا علم ہے۔ اگر فی الواقع کسی شے کا علم حاصل نہ ہو تو ہم اس چیز کو نہیں دیکھ سکتے۔

ٹیلی پیٹھی میں پہلے پہل یہ مشق کرائی جاتی ہے کہ اشیاء ہمارے اندر موجود ہیں مشق کی تکمیل کے بعد انسان یہ دیکھنے لگتا ہے کہ فلاں چیز میرے اندر موجود ہے اور مسلسل توجہ کے بعد اس چیز پر نظر ٹھہرتی جاتی ہے۔ ارتکاز توجہ کے لئے سانس کی مشق اور مراقبہ کرایا جاتا ہے۔

### نظر کا قانون:

مشقوں کا تذکرہ کرنے سے پہلے نظر کا قانون سمجھ لینا ضروری ہے۔ آدمی دراصل نگاہ ہے۔ نگاہ یا بصارت جب کسی شے پر مرکوز ہو جاتی ہے تو اس شے کو اپنے اندر جذب کر کے دماغ کی اسکرین پر لے آتی ہے۔ اور دماغ اس چیز کو دیکھتا اور محسوس کرتا ہے۔ اور اس میں معنی پہناتا ہے۔ نظر کا قانون یہ ہے کہ جب وہ کسی شے کو اپنا ہدف بناتی ہے تو دماغ کی اسکرین پر اس شے کا عکس پندرہ سینکڑ تک قائم رہتا ہے۔ اور پلک جھپکنے کے عمل سے یہ آہستہ آہستہ مدھم ہو کر حافظہ میں چلا جاتا ہے۔ اور دوسرا عکس دماغ کی اسکرین پر آجاتا ہے۔ اگر نگاہ کو کسی ہدف پر پندرہ سینکڑ سے زیادہ مرکوز کر دیا جائے تو ایک ہی ہدف بار بار دماغ کی اسکرین پر وارد ہوتا ہے اور حافظہ پر نقش ہوتا رہتا ہے۔ مثلاً ہم کسی چیز کو پلک جھپکائے بغیر مسلسل ایک گھنٹے تک دیکھتے رہیں تو اس عمل سے نگاہ قائم ہونے کا وصف دماغ میں پیوست ہو جاتا ہے۔ اور دماغ میں یہ پیوستگی ذہنی انتشار کو ختم کر دیتی ہے ہوتے ہوتے اتنی مشق ہو جاتی ہے کہ شے کی حرکت صاحب مشق کے اختیار اور تصرف میں آجاتی ہے اب وہ شے کو جس طرح چاہے حرکت دے سکتا ہے۔ مطلب یہ ہے کہ نگاہ کی مرکزیت کسی آدمی کے اندر قوت ارادی کو جنم دیتی ہے اور قوت ارادی سے انسان جس طرح چاہے کام لے سکتا ہے ٹیلی پیٹھی کا اصل اصول بھی یہی ہے کہ انسان کسی ایک نقطے پر نگاہ کو مرکوز کرنے پر قادر ہو جائے۔ نگاہ کی مرکزیت حاصل کرنے میں کوئی نہ کوئی ارادہ بھی شامل ہوتا ہے۔

جیسے جیسے نگاہ کی مرکزیت پر عبور حاصل ہوتا ہے اسی مناسبت سے ارادہ مستحکم اور طاقتور ہو جاتا ہے ٹیلی پیٹھی جاننے والا کوئی شخص جب یہ ارادہ کرتا ہے اپنے خیال کو دوسرے آدمی کے دماغ کی اسکرین پر منعکس کر دے تو اس شخص کے دماغ میں یہ ارادہ منتقل ہو جاتا ہے۔ وہ شخص اس ارادے کو خیال کی طرح

محسوس کرتا ہے اگر وہ شخص ذہنی طور پر یک سو ہے تو یہ خیال تصور اور احساس کے مراحل سے گزر کر مظہر بن جاتا ہے اگر اسی ارادے کو بار بار منتقل کیا جائے تو دماغ اگر یکسو نہ بھی ہو تو یکسو ہو کر اس خیال کو قبول کر لیتا ہے اور ارتکاز توجہ سے خیال عملی جامہ پہن کر منظر عام پر آجاتا ہے۔ ٹیلی پیٹھی محض خیالات کو دوسرے تک منتقل کرنے کا علم ہی نہیں ہے بلکہ اس علم کے ذریعے ہم اپنی زندگی کا مطالعہ کر کے اپنی زندگی کو خوش آئند تصورات سے لبریز کر سکتے ہیں۔ زندگی خواہشات، تمناؤں اور آرزوؤں کے تانے بانے پر قائم ہے

زندگی بنیادی طور پر خواہشات کے نمبر سے مرکب ہے۔ بچہ جب پیدا ہوتا ہے تو اس کے اندر پہلی خواہش بھوک کی صورت میں جلوہ گر ہوتی ہے اور جب ماں بچے کو سینے سے لگاتی ہے تو بچہ اپنی اس خواہش کی تکمیل اس طرح کرتا ہے جیسے ماں کے پیٹ سے ہی یہ عمل سیکھ کر آیا ہے۔ خواہشات کی تکمیل کے مراحل طے کرنے کا دوسرا نام نشوونما ہے۔ خواہشات کی تکمیل دو طرح ہوتی ہے۔ ایک شعوری طور پر دوسرے لاشعوری طور پر۔ شعور اور لاشعور دراصل ایک ہی ورق کے دو صفحے ہیں۔ ایک صفحہ پر خیالات اور تصورات کے نقوش زیادہ روشن اور واضح ہیں اس صفحہ کا نام لاشعور ہے اور جس صفحہ پر نقوش دھندلے اور کم روشن ہیں اس صفحہ کا نام شعور ہے۔ روحانیت میں یہ بات مشاہدہ کرائی جاتی ہے کہ روشن اور واضح خیالات میں ٹائم اسپیس نہیں ہوتا۔ غیر واضح خیالات اور تصورات کا ہر قدم ٹائم اسپیس کے ساتھ بندھا ہوتا ہے۔ ہم جب کسی ایک خواہش اور تکمیل کا تجزیہ کرتے ہیں تو ہمارے سامنے یہ بات آتی ہے کہ۔ خواہش کو جب الگ معنی پہنادیئے جاتے ہیں تو اس کی ایک الگ حقیقت بن جاتی ہے مثلاً بھوک ایک خواہش ہے اور اس کی تکمیل کا ذریعہ کچھ کھالینا ہے۔ ایک آدمی بھوک کی تکمیل روٹی اور گوشت کھا کر کر لیتا ہے۔ دوسرا گوشت کے بجائے کسی اور غذا سے پیٹ بھر لیتا ہے۔ شیر گھاس اور پتے نہیں کھاتا، بکری گوشت نہیں کھاتی۔ ایک آدمی کو انتہائی درجہ مٹھائی سے رغبت ہوتی ہے۔

اس کے برعکس دوسرا شخص ممکن چیزیں زیادہ پسند کرتا ہے۔ اس حقیقت سے ایک فرد واحد بھی انکار نہیں کر سکتا انسان کی زندگی میں خوشی اور غم کا تعلق براہ راست خیالات و تصورات سے وابستہ ہے۔ کوئی خیال ہمارے لئے مسرت آگیاں ہوتا ہے اور کوئی خیال انتہائی کرناک۔ ڈر خوف، شک، حسد، طمع، نفرت و حقارت، غرور تکبر، خود نمائی وغیرہ وغیرہ سب خیالات کی پیداوار ہیں اس کے برعکس محبت، ایثار، یقین، انکساری اور حزن و ملال کا ہونا بھی خیالات کی کار فرمائی ہے۔ بیٹھے بیٹھے یہ خیال بجلی کی طرح کوند جاتا ہے کہ ہمارے یا ہماری اولاد کے ساتھ کوئی حادثہ پیش آجائے گا۔ حالانکہ کوئی حادثہ پیش نہیں آیا۔ لیکن یہ خیالات آتے ہی حادثات سے متعلق پوری پریشانیاں کڑی در کڑی ہم اپنے اندر محسوس کرتے ہیں اور اس سے متاثر ہوئے بغیر نہیں رہتے۔ یہی حال خوشی اور خوش حال زندگی کا ہے۔ جب کوئی خیال تصور بن کر ایسے نقطے پر مرکوز ہو جاتا ہے جس میں شادمانی اور خوش حالی کی تصویریں موجود ہوں تو ہمارے اندر خوشی کے فوارے ابلنے لگتے ہیں۔

غم اور خوشی دونوں تصورات سے وابستہ ہیں۔ اور تصورات خیالات سے جنم لیتے ہیں۔



## ٹائم اسپیس

آپ نے ایسے مریض ضرور دیکھے ہونگے کہ ان کے دماغ میں یہ بات ضرور نقش ہو گئی ہے کہ وہ اگر گھر سے باہر نکلیں گے تو ان کا ایکسیڈنٹ ہو جائے گا۔ خیال کی طاقت اتنی زیادہ ہوتی ہے کہ وہ گھر سے باہر نکلتا چھوڑ دیتے ہیں۔ کچھ لوگوں کے ذہن میں چھپکلی یا بلی کا خوف بیٹھ جاتا ہے۔ اور یہ خوف ان کے دماغ سے اس طرح چٹ جاتا ہے کہ وہ ذہنی مریض بن کر رہ جاتے ہیں حالانکہ اس خوف کی بظاہر کوئی وجہ نہیں ہوتی بس ایک مفروضہ کے تحت خیال خوف بن کر دماغ پر چھا جاتا ہے۔

میری پاس ایک مریض لائی گئی جس کو یہ وہم ہو گیا تھا اس پر جادو کیا گیا ہے اور اس جادو کی وجہ سے کھانے کے بعد اس کے پیٹ میں درد ہو جاتا ہے۔ شوہر اس بات کو بے بنیاد قرار دیتے تھے۔ میری تشخیص بھی یہی تھی کہ محض وہم ہے۔ علاج کے سلسلے میں ہضم سے متعلق کچھ دوائیں دے دی گئیں لیسکن مرض میں افاقہ کے بجائے اضافہ ہو گیا اور درد کی شدت اتنی بڑھئی کہ مریض کو دماغی دورے پڑنے لگے۔ اسپتال میں داخل کر دیا گیا اس علاج پر کئی ہزار روپے خرچ ہونے کے باوجود مرض بڑھتا گیا جوں جوں دوا کی کے مصداق مرض دگرگوں ہو گیا اس کے بعد نفسیاتی اسپتال میں ایک ماہ تک علاج ہوتا رہا پھر عامل حضرات سے رجوع کیا گیا۔ جب کسی بھی صورت سے فائدہ نہیں ہوا تو مریض کو میرے پاس دو بارہ لایا گیا۔ میں نے نہایت اطمینان اور سکون کے ساتھ ان کے تمام حالات سنے اور ان سے کہا میں دیکھ کر بتاؤں گا کہ آپ کے اوپر کس قسم کا اثر ہے اور ان کو ہدایت کر دی آپ دو تین روز کے بعد معلوم کریں۔ پندرہ روز تک وہ اپنے بارے میں مجھ سے پوچھتی رہی اور میں ان سے فرصت نہ ملنے کی معذرت کرتا رہا۔ جب ان کا یقین اس نقطے پر مرکوز ہو گیا کہ میرے سوا ان کا علاج کوئی نہیں کر سکتا تو میں نے ان سے کہا "

آپ کے اوپر زبردست اثر ہے اور اس کا علاج یہ ہے کہ آپ صبح آذان سے پہلے اتنے بج کر اتنے منٹ پر بند آنکھوں سے میرا تصور کر کے بیٹھ جائیں۔ میں اپنی روحانی قوت سے یہ اثر ختم کر دوں گا۔

اب آپ مریض کی زبان سے ان کا حال سنئے۔ مریض نے مجھے بتایا:

اس خیال سے کہ صبح وقت مقررہ پر میری آنکھ نہ لگ جائے میں ساری رات جاگتی رہی گھڑی دیکھ کر وقت مقررہ پر آنکھیں بند کر بیٹھ گئی میں نے محسوس کیا کہ آپ کے اندر سے میرے دماغ میں لہریں منتقل ہو رہی ہیں۔ جیسے ہی یہ لہریں میرے دماغ سے نکل آئیں میں نے دیکھا کہ میں ایک پرانے قبرستان میں ہوں وہاں دو پرانی قبروں کے درمیان ایک جگہ میں نے مٹی کھودی اس میں سے ایک گڑیا برآمد ہوئی۔ اس گڑیا کے سینے پر دل کی جگہ میرا نام لکھا ہوا تھا۔ میں نے وہ گڑیا قبرستان کے کنواں میں ڈال دی۔ اور اسی وقت پیٹ کا درد ختم ہو گیا۔

وقت مقررہ پر میں نے صرف یہ عمل کیا کہ اپنے خیال کی قوت سے مریضہ کو یہ بتایا کہ آپ کے اوپر جو اثر تھا وہ ختم ہو گیا ہے جبکہ حقیقت یہ ہے کہ ان پر کوئی اثر یا جادو نہیں تھا۔

قانون تخلیق کے تحت انسان تین پرت کا مجموعہ ہے ایک پرت صفاتی دوسرا ذاتی ہے اور تیسرا پرت ذات اور صفات کو الگ الگ کرتا ہے۔ اس ہی پرت کو ہم جسد خاکی کہتے ہیں۔

ہر پرت کے محسوسات جداگانہ ہیں ذات کا پرت وہم اور خیال کو بہت قریب سے دیکھتا، سمجھتا اور محسوس کرتا ہے صفات کا پرت وہم اور خیال کو تصور بنا کر جسد خاکی کو منتقل کرتا ہے۔ اور تصورات کو معنی کا لباس پہنا کر خوشی یا غم کا مفہوم دیتا ہے، اگر اس کو ایسی معلومات فراہم کی جائیں جو کسی خوبصورت باغ سے متعلق ہوں تو اس کے اندر رنگین لہریں رنگین روشنیاں، خوشبو کے طوفان، حسن کے حجابات رونما ہونے لگتے ہیں اور ایسی معلومات فراہم کی جائیں جو کسی حادثات سے تعلق رکھتی ہوں تو اس

کے اندر رنگین روشنیوں کے بجائے تاریکی، خوشبو کی جگہ بدبو اور حسن کی جگہ بد صورتی، خوشی کی جگہ غم، امید کے بجائے مایوسی اور محبت کی جگہ نفرت جیسے رجحانات رونما ہونے لگتے ہیں۔

قدرت نے جس پر ت کو غیر جانب دار (NEUTRAL) بنایا ہے اس میں دو قسم کے نقوش ہوتے ہیں ایک نقش باطن جس کے اندر لطیف انوار کا ذخیرہ ہوتا ہے۔ اور ٹائم اسپیس (TIME) (SPACE) کا عمل داخل نہیں ہوتا۔ دوسرا نقش ظاہر جس کے اندر غرض پسندی، حسد، ذہنی تعیش، احساس کمتری کم ظرفی اور تنگ نظری جیسے جذبات تشکیل پاتے ہیں۔

اصل بات خیالات کو معنی پہنانے کی ہے خیالات کو جو معنی دیئے جاتے ہیں وہ تصور بن جاتے ہیں اور پھر یہی تصور مظاہراتی خدو خال اختیار کر کے ہماری زندگی کی راہ متعین کرتا ہے۔ غم اندوز سے لبریز یا آرام و آسائش سے بھرپور۔

تصورات میں اگر پیچیدگی ہے تو الجھن، اضطراب اور پریشانی کا جامہ پہن لیتا ہے اور جب ایسا ہوتا ہے تو نقش باطن میں خراشیں پڑ جاتی ہیں۔ یہی خراشیں اخلاقی امراض کی بنیاد ہیں۔ ان ہی خراشوں سے بے شمار امراض پیدا ہوتے ہیں مثلاً مرگی، دماغی فتور کا عارضہ، مائینولیا، خفقان، کینسر، بھگنڈر، دق اور سیل وغیرہ

جب تک ہماری بنیادی خواہشات غیر آسودہ رہتی ہیں تو ہم مغموم رہتے ہیں یہ غیر آسودگی ہمیں غیر مطمئن اور مضطرب رکھتی ہے۔ زندگی کا ایک اہم پہلو یہ ہے کہ ہم ایسی چیز کی تلاش میں سرگرداں رہتے ہیں جس میں مسرت کا پہلو نمایاں ہو۔ چونکہ ہم غم زدہ یا پر مسرت زندگی گزارنے سے ناواقف ہیں اس لئے زیادہ تر یہ ہوتا ہے کہ ہم مسرت کی تلاش میں اکثر بیشتر غلط سمت قدم بڑھاتے ہیں اور ناواقفیت کی بنا پر اپنے لئے ایسا راستہ منتخب کر لیتے ہیں جس میں تاریکی کے سوا کچھ نہیں ہوتا۔ ہم جب زندگی کا تجزیہ کرتے ہیں تو ہمارے سامنے یہ بات آتی ہے کہ زندگی سے روز و شب اور ماہ و سال آدھے سے زیادہ آزر دگی اور مایوسی میں گزر جاتے ہیں۔ ایسا اس لئے ہوتا ہے ہم نہیں جانتے کہ وہ کون سا راستہ ہے جس راستے پر مسرت کی روشن

قندیلیں اپنی روشنی بکھیر رہی ہیں۔ وہ کون سی فضا ہے جس میں شبنم موتی بن جاتی ہے وہ کون سا ماحول ہے جو معطر اور پرسکون ہے۔ وہ کون سی خوشبو ہے جس سے شعور روشن ہو جاتا ہے۔ ہم ناخوش اور غیر مطمئن اس لئے ہوتے ہیں ہمارے اندر جو خواہش پیدا ہوتی ہے وہ شعوری ہے اور ہم خواہش کے پس پردہ ضرورت سے نہ واقف ہیں۔



## کہکشانى نظام

بڑى مشكل يه پيش آگى هه كه هم رگ پڙهون كى بناوٹ اور ٻڏيوون كے ڏهانچے كو انسان كهتے هيں  
حالانكه يه انسان وه انسان نهين هه جس كو قدرت انسان كهتى هه هم اس رگ پڙهون سے مركب انسان كو  
اصل انسان كالباس كهه سكتے هيں۔

مثال:

جب هم مر جاتے هيں تو همارے جسم ميں اپنى كوئى حركت نهين رهتى۔ اس جسم كے ايڪ ايڪ عضو كو كاٹ  
ڏالنے، پورے جسم كو گھيڙنے، مضروب ڪيچے اور اس مرده جسم كو ايڪ طرف ڏال ديچے ڪجهه بهي ڪيچے جسم كى  
طرف سے كوئى مدافعت كوئى حركت عمل ميں نهين آئے گى۔ اس ميں زندگى كا كوئى شائبه كسى لمحے بهي پيدا  
هونے كا امكان نهين هه۔

اب هم اسي مثال كو دوسرى طرح بيان ڪرتے هيں:

آپ نے قميض پيڻى هونى هه۔ اگر آپ يه چاهين كه قميض بذات خود جسم سے الگ ره ڪر بهي حر  
ڪت ڪرے تو يه بات ممڪنات ميں سے نهين هه۔ جب تڪ قميض جسم كے اوپر هه جسم كى حركت كے ساٿه  
اس كے اندر بهي حركت موجود هه۔ اگر آستين هاٿه كے اوپر هه تو هاٿه هلانے سے آستين كا هلنا بهي ضرورى  
هه۔ اگر آپ يه چاهين كه هاٿه تو حركت ڪرے ليڪن آستين ميں حركت پيدا نه هوى ايسا هونا بعيد از قياس هه  
جب تڪ هاٿه كے اوپر آستين هه هاٿه كى حركت كے ساٿه آستين كا هلنا ضرورى هه بالڪل يهى حال جسم كا  
بهى هه۔

جسم کو جب ہم لباس کہتے ہیں تو اس سے ہمارا مقصد یہ ہوتا ہے کہ رگ۔ پٹھوں اور ہڈیوں کے پنجر سے مرکب خاکی جسم روح کا لباس ہے۔ جب تک روح موجود ہے جسم بھی متحرک ہے اور اگر روح موجود نہیں ہے تو روح کے لباس (جسم کی) حیثیت قمیض کی طرح ہے۔

انسان دو تقاضوں سے مرکب اور محرک ہیں۔ ایک تقاضہ جبلی اور دوسرا فطری۔ جبلی تقاضے پر ہم باختیار ہیں اور فطری تقاضے پر ہمیں کسی حد تک تو اختیار ہے مگر اس ارادہ کو کلیتاً رد کرنے پر اختیار نہیں رکھتے۔ ایک ماں اپنے بچے سے محبت کرتی ہے۔ بچہ مر جاتا ہے ماں رو دھو کر بالآخر صبر کر لیتی ہے۔ عرف عام میں ماں کی محبت کو فطری تقاضہ کہا جاتا ہے۔ دراصل یہ تقاضہ فطری نہیں جبلی ہے۔ ماں کی محبت کو اگر فطری جذبہ قرار دیا جائے تو بچے کی جدائی کے غم میں اپنے بچے کے ساتھ ہی مر جائے گی یا بچے کی یاد اس کے حواس کا شیرازہ بکھیر دے گی لیکن ایسا نہیں ہوتا۔

اس کے برعکس فطری تقاضے بھوک اور نیند کے سلسلے میں غور کیا جائے تو یہ بات سامنے آتی ہے کہ کوئی آدمی بھوک کو رفع کرنے کے لئے خوراک میں کمی بیشی تو کر سکتا ہے لیکن یہ ممکن نہیں کہ وہ کبھی کچھ نہ کھائے یا پیاس کا تقاضہ پورا کرنے کے لئے بالکل پانی نہ پئے۔ یا ساری عمر جاگتا رہے یا پوری زندگی سوتا رہے۔ ان حقائق کی روشنی میں ہم یہ کہہ سکتے ہیں کہ جذبات فطری ہوں یا جبلی، بہر کیف ان کا تعلق خیالات سے ہے جب تک کوئی تقاضہ خیال کی صورت میں جلوہ گر نہیں ہو گا ہم اس سے بے خبر رہیں گے ہمارے اوپر خیال (بصارت، سماعت، گویائی لمس) کا انکشاف نہیں ہو گا۔

انسان کے اندر یہ خواہش فطری ہے کہ وہ یہ معلوم کرے کہ خیالات کیوں آتے ہیں اور کہاں سے آتے ہیں اور خیالات کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے مل کر کس طرح زندگی بنتے ہیں۔

عام زبان میں تفکر کو انا کا نام دیا جاتا ہے اور انا اور تفکر ایسی کیفیات کا مجموعہ ہے جن کو مجموعی طور پر فرد کہتے ہیں۔ اس طرح کی تخلیق ستارے بھی ہیں اور ذرے بھی۔ ہمارے شعور میں یہ بات یا تو بالکل نہیں آتی یا بہت کم آتی ہے کہ تفکر کے ذریعے ستاروں، ذروں اور تمام مخلوق سے ہمارا تبادلہ خیال ہوتا رہتا

ہے، ان کی انالجنی تفکر کی لہریں ہمیں بہت کچھ دیتی ہیں۔ اور ہم سے بہت کچھ لیتی بھی ہیں تمام کائنات اس وضع کا تبادلہ خیال کا ایک خاندان ہے۔ مخلوق میں فرشتے اور جنات ہمارے لئے زیادہ اہمیت رکھتے ہیں۔ تفکر کے اعتبار سے ہمارے زیادہ قریب اور تبادلہ خیال کے لحاظ سے ہم سے زیادہ مانوس ہے۔ کہکشانی نظام اور ہمارے درمیان بڑا مستحکم رشتہ ہے۔ پے در پے جو خیالات ہمارے ذہن میں آتے ہیں وہ دوسرے نظاموں اور ان کی آبادیوں سے ہمیں وصول ہوتے رہتے ہیں۔ یہ خیالات روشنی کے ذریعے ہم تک پہنچتے ہیں روشنی کی چھوٹی بڑی شعاعیں خیالات کے بے شمار تصویر خانے لیکر آتی ہیں۔ ان ہی تصویر خانوں کو ہم اپنی زبان میں تو ہم تخیل، تصور اور تفکر کا نام دیتے ہیں۔ سمجھا یہ جاتا ہے یہ ہماری اپنی اختراعات ہیں لیکن ایسا نہیں ہے بلکہ تمام مخلوق کے سوچنے کی طرزیں ایک نقطہ، مشترک رکھتی ہیں وہی نقطہ مشترک تصویر خانوں کو جمع کر کے ان کا علم دیتا ہے۔ یہ علم نوع اور فرد کے شعور پر منحصر ہے۔ شعور جو اسلوب اپنی اُنکا کے اقدار کے مطابق قائم کرتا ہے تصویر خانے اس ہی اسلوب کے ڈھانچے میں ڈھل جاتے ہیں۔

اس موقع پر یہ بتادینا ضروری ہے کہ تین نوعوں کے طرز عمل میں زیادہ اشتراک ہے۔ ان ہی کا تذکرہ قرآن پاک میں انسان، فرشتہ، جنات کے نام سے کیا گیا ہے، یہ نوعیں کائنات کے اندر سارے کہکشانی نظاموں میں پائی جاتی ہیں قدرت نے کچھ ایسا نظام قائم کیا ہے جس میں یہ تین نوعیں تخلیق کار کن بن گئی ہیں۔ ان ہی کے ذہن سے تخلیق کی لہریں خارج ہو کر کائنات پر منتشر ہوتی ہیں اور جب یہ لہریں معین مسافت طے کر کے معین نقطے پر پہنچتی ہیں تو کائناتی مظاہر کی صورت اختیار کر لیتی ہیں۔ کائنات زمانی مکانی فاصلوں کا نام ہے۔ یہ فاصلے انا کی چھوٹی بڑی مخلوط لہروں سے بنتے ہیں ان لہروں کا چھوٹا بڑا ہونا ہی تغیر کہلاتا ہے۔

یہ قانون بہت زیادہ فکر سے ذہن نشین کرنا چاہئے کہ جس قدر خیالات ہمارے ذہن میں دُور کرتے ہیں ان کا تعلق قریب اور دور کی ایسی اطلاعات سے ہوتا ہے جو اس کائنات میں کہیں نہ کہیں موجود ہیں۔ یہ اطلاعات لہروں کے ذریعے ہم تک پہنچتی ہیں۔

سائنس دان روشنی کو زیادہ سے زیادہ تیز رفتار قرار دیتے ہیں۔ لیکن وہ اتنی زیادہ تیز رفتار نہیں کہ وہ زمینی مکانی فاصلوں کو منقطع کر دے۔ البتہ انا کی لہریں لامتناہیت میں بیک وقت ہر جگہ موجود ہوتی ہیں زمینی اور مکانی فاصلے ان کی گرفت میں رہتے ہیں۔ بہ الفاظ دیگر یوں کہہ سکتے ہیں کہ ان لہروں کے لئے زمینی مکانی فاصلے موجود ہی نہیں ہیں۔ روشنی کی لہریں جن فاصلوں کو کم کرتی ہیں انا کی لہریں ان ہی فاصلوں کو بجائے خود موجود نہیں جانتیں۔ اس بات کی تصدیق قرآن حکیم میں حضرت سلیمانؑ کے سلسلے میں بیان کردہ واقعات سے بھی ہوتی ہے۔

### حضرت سلیمانؑ کا دربار:

حضرت سلیمان علیہ السلام کے عظیم الشان اور بے مثال دربار میں انسانوں کے علاوہ جن اور حیوانات بھی درباری خدمات کے لئے حاضر رہتے تھے اور اپنے مراتب اور سپرد کردہ خدمات پر بے چوں و چرا عمل کرتے تھے۔

دربار سلیمانؑ پورے جاوہ حشم کے ساتھ منعقد تھا۔ حضرت سلیمانؑ نے جائزہ لیا تو ہد کو غیر حاضر پایا۔ ارشاد فرمایا:

"میں ہد کو موجود نہیں پاتا۔ کیا وہ واقعی غیر حاضر ہے؟ اگر اس کی غیر حاضری بے وجہ ہے تو میں اس کو سخت سزا دوں گا۔ یا ذبح کر ڈالوں گا۔ یا وہ اپنی غیر حاضری کی معقول وجہ بتائے۔" ابھی زیادہ دیر نہیں ہوئی تھی کہ ہد حاضر ہو گیا۔ اور حضرت سلیمانؑ کی باز پرس پر اس نے کہا۔

"میں ایک ایسی یقینی خبر لایا ہوں جس کی اطلاع آپ کو نہیں ہے۔ وہ یہ ہے کہ یمن کے علاقے میں سبا کی ملکہ رہتی ہے اور خدا نے اسے سب کچھ دے رکھا ہے اور اس کا تخت سلطنت اپنی خوبوں کے اعتبار سے عظیم الشان ہے ملکہ اور اس کی قوم آفتاب پرست ہے۔ شیطان نے انہیں گمراہ کر دیا ہے اور وہ خدائے لاشریک کی پرستش نہیں کرتے۔"

حضرت سلیمانؑ نے کہا۔

"تیرے جھوٹ اور سچ کا امتحان ابھی ہو جائے گا تو اگر سچا ہے تو میرا یہ خط لے جا اور اس کو ان تک پہنچا دے اور انتظار کر کہ وہ اس کے متعلق کیا گفتگو کرتے ہیں۔"

بد بد جب یہ خط لے کر پہنچا تو ملکہ سب سورج دیوتا کی پرستش کے لئے جا رہی تھی۔ بد بد نے راستے میں ہی یہ خط ملکہ کے سامنے یہ خط ڈال دیا۔

جب یہ خط گر تو ملکہ نے اٹھا کر پڑھا اور اپنے درباریوں سے کہا۔

"ابھی میرے پاس ایک مکتوب آیا ہے جس میں یہ درج ہے کہ یہ خط سلیمان کی جانب سے اور اللہ کے نام سے شروع ہے جو بڑا مہربان اور رحم والا ہے۔ تم کو ہم سے سرکشی اور سر بلندی کا اظہار نہ کرنا چاہئے اور تم میرے پاس خدا کے فرماں بردار بن کر آؤ۔"

ملکہ سب نے خط کی عبارت پڑھ کر نہیں کہا۔ "اے میرے اراکین سلطنت! تم جانتے ہو کہ میں اہم معاملات میں تمہارے مشورے کے بغیر کبھی کوئی اقدام نہیں کرتی اس لئے اب تم مشورہ دو کہ مجھے کیا کرنا چاہئے۔"

ارکان حکومت نے عرض کیا۔ "جہاں تک مرعوب ہونے کا تعلق ہے اس کی قطعاً ضرورت نہیں ہے کیوں کہ ہم زبردست طاقت، اور جنگی قوت کے مالک ہیں رہا مشورے کا معاملہ تو آپ جو چاہیں فیصلہ کریں، ہم آپ کے فرماں بردار ہیں۔"

ملکہ نے کہا۔ "جس عجیب طریقے سے سلیمانؑ کا پیغام ہم تک پہنچا ہے وہ ہمیں اس بات کا سبق دیتا ہے کہ سلیمان کے معاملے میں سوچ سمجھ کر کوئی قدم اٹھایا جائے۔ میرا ارادہ یہ ہے کہ چند قاصد روانہ کروں اور وہ سلیمان کے لئے عمدہ اور بیش قیمت تحائف لے جائیں۔"

جب ملکہ سبا کے قاصد تحائف لیکر حضرت سلیمانؑ کی خدمت میں حاضر ہوئے تو انہوں نے فرمایا۔ "تم اپنے ہدایا واپس لے جاؤ اور اپنی ملکہ سے کہو اگر اس نے میرے پیغام کی تعمیل نہیں کی تو میں ایسے عظیم الشان لشکر کے ساتھ سبا والوں تک پہنچوں گا کہ تم اس کی مدافعت اور مقابلے سے عاجز رہو گے اور پھر میں تم کو ذلیل اور رسوا کر کے شہر بدر کر دوں گا۔"

قاصد نے واپس آکر ملکہ سبا کے سامنے تمام صورت حال بیان کی اور حضرت سلیمانؑ کی عظمت و شوکت کا جو حال دیکھا تھا حرف بہ حرف کہہ سنایا اور بتایا کہ ان کی حکومت صرف انسانوں پر ہی نہیں بلکہ جن اور حیوانات بھی ان کے تابع فرمان اور مسخر ہیں۔

ملکہ نے جب یہ سنا تو اس نے طے کر لیا کہ حضرت سلیمانؑ کی آواز پر لپک کہا جائے۔ لہذا اس نے سفر شروع کر دیا اور حضرت سلیمانؑ کی خدمت میں روانہ ہو گئی۔

حضرت سلیمانؑ کو معلوم ہو گیا کہ ملکہ سبا حاضر خدمت ہو رہی ہیں۔ آپ نے اپنے درباریوں کو مخاطب کر کے کہا۔ "میں چاہتا ہوں کہ ملکہ سبا کے یہاں پہنچنے سے پہلے اس کا تخت شاہی اس دربار میں موجود ہو۔"

ایک دیو پیکر جن نے کہا۔ "آپ کے دربار برخواست کرنے سے پہلے ہی میں تخت لاسکتا ہوں۔" جن کا یہ دعویٰ سن کر ایک انسان نے جس کے پاس کتاب کا علم تھا یہ کہا "اس سے پہلے کہ آپ کی پلک جھپکے یہ تخت میں آپ کی خدمت پیش کر سکتا ہوں۔"

حضرت سلیمانؑ نے رخ پھیر کر دیکھا تو دربار میں ملکہ سبا کا تخت موجود تھا۔

نائم اسپیس کی حد بندیوں میں جکڑے ہوئے شعور کے لئے یہ امر قابل غور ہے کہ سینکڑوں میل کی مسافت طے کر ملکہ سبا کا تخت شاہی خیال کی رفتار سے پلک جھپکتے ہی حضرت سلیمانؑ کے دربار میں

پہنچ گیا۔ یعنی بندے کے خیال کی لہریں تخت کے اندر کام کرنے والی لہروں میں جذب ہو کر تخت کو منتقل کرنے کا ذریعہ بن گئیں۔

انسانوں کے درمیان ابتدائے آفرینش سے بات کرنے کا طریقہ رائج ہے۔ آواز کی لہریں جن کے معنی متعین کر لئے جاتے ہیں سننے والوں کو مطلع کرتی ہے۔ یہ طریقہ اس ہی تبادلہ خیال کی نقل ہے جو انا کی لہروں کے درمیان ہوتا ہے۔ دیکھا گیا ہے کہ گونگا آدمی اپنے ہونٹوں کی خفیف سی جنبش سے سب کچھ کہہ دیتا ہے اور سمجھنے کے اہل سب کچھ سمجھ جاتے ہیں۔ یہ طریقہ بھی پہلے طریقے کا عکس ہے جانور آواز کے بغیر ایک دوسرے کو اپنے حال سے مطلع کر دیتے ہیں۔ یہاں بھی انا کی لہریں خیالات کی منتقلی کا کام کرتی ہیں درخت بھی آپس میں گفتگو کرتے ہیں یہ گفتگو صرف آمنے سامنے کے درختوں میں ہی نہیں ہوتی بلکہ دور دراز ایسے درختوں میں بھی ہوتی ہے جو ہزاروں میل کے فاصلے پر واقع ہیں یہی قانون جمادات میں بھی رائج ہے۔ کنکروں، پتھروں، مٹی کے ذرات میں من و عن اسی طرح تبادلہ خیال ہوتا ہے۔

روحانی طاقت رکھنے والے کتنے ہی انسانوں کے کتنے ہی واقعات اس کے شاہد ہیں ساری کائنات میں ایک ہی شعور کار فرما ہے۔ اس کے ذریعے غیب و شہود کی ہر لہر دوسرے کے معنی سمجھتی ہے چاہے یہ دونوں لہریں کائنات کے دو کناروں پر واقع ہوں۔ غیب و شہود کی فراست اور معنویت کائنات کا رگ جاں ہے جو خود ہماری اپنی رگ جاں بھی ہے۔ تفکر اور توجہ کر کے ہم اپنے سیارے اور دوسرے سیاروں کے آثار و احوال کا مشاہدہ کر سکتے ہیں۔ انسانوں، حیوانوں، جنات اور فرشتوں کی حرکات و سکنات، نباتات و جمادات کی اندرونی تحریکات بھی معلوم کر سکتے ہیں۔ مسلسل مشق اور ارتکاز توجہ سے ذہن کائناتی لا شعور میں تحلیل ہو جاتا ہے اور ہمارے سراپا کا معین پرت انا کی گرفت سے آزاد ہو کر ضرورت کے مطابق ہر چیز دیکھتا ہے سمجھتا اور شعور میں محفوظ کر دیتا ہے۔

یہی روحانیت ہے اور یہی ٹیلی پیتھی (TELEPATHY) ہے فرق صرف اتنا ہے کہ روحانیت اپنے اندر ایک وسعت رکھتی ہے اور ٹیلی پیتھی صرف خیالات کے تبادلے کا نام ہے۔

حضرت غوث علی شاہؒ کی کتاب ”تذکرہ غوثیہ“ میں مولانا گل حسن صاحب فرماتے ہیں کہ ایک روز راقم نے غرض کیا۔ ”حضرت کبھی آپ کو عشق بھی ہوا ہے؟“۔

حضرت نے فرمایا:

جب ہم گھر سے چل کر بنارس پہنچے تو وہاں ہمارے بھائی فیض الحسن تھانیدار تھے۔ ان سے مل کر طبیعت بہت خوش ہوئی۔ بھائی نے اصرار کیا کہ گھر پر ٹھہرو۔ مگر ہم کو سوائے مسجد کے آرام کہاں تھا گنگا کے کنارے ایک مسجد تھی۔ اس میں ٹھہر گئے۔ مسجد کے ایک طرف گھاٹ تھا اور دوسری طرف شارع عام تھی۔ بھائی صاحب بھی روزمرہ وہاں تشریف لاتے تھے۔ کھانا بھی وہی بھجتے تھے۔ ایک روز عصر کی نماز کے بعد مسجد کی دیوار پر بیٹھے ہوئے ہم سیر کر رہے تھے کہ یکایک ایک ناز نہیں، مہ جبیں غارت ایمان و دیں، چودہ پندرہ کا سن و سال قیامت کی چال ڈھال قوم سے کشمیری برہمن نے اپنی ہجو لیوں کے جلو میں آفتاب عالمتاب کی طرح نظر کو خیرہ کرتی ہوئی ہمارے سامنے آگئی نظر چار ہوتے ہی ہوش و حواس کھو بیٹھے۔ لیکن ابھی اتنی عقل باقی تھی کہ ہم نے مسجد کے مولوی سے کہہ دیا کہ ہمارے بھائی آئیں یا کھانا بھجو آئیں تو تم ان سے یہ کہہ دینا کہ ہم چلے میں بیٹھے ہیں اور سب سامان مجھ کو دے دیا ہے اور جس وقت ضرورت ہوگی میں کھانا تیار کر کے دے دوں گا۔ ملا کو یہ بات سمجھا کر ہم نے حجرے کا دروازہ بند کر لیا۔ اور اس پر روکا تصور قائم کر کے عالم خیال میں گم ہو گئے اس عرصے میں کھانا، پینا، نماز، روزہ سب بالائے طاق رکھ دیا۔ آٹھویں دن وہ تصویر مجسم ہو کر سامنے آکھڑی ہوئی اسی دن وہ نازنین دل رُبا اپنے شوہر کے ساتھ تھالی میں شیرینی رکھے مسجد میں آ موجود ہوئیں۔ اس نے حجرہ کی زنجیر کھڑکائی۔ کان میں آواز پڑی تو دل نے کہا مطلوب آپہنچا۔ ہم نے کٹڈی کھول دی وہ دونوں حجرے کے اندر آ گئے۔ دیکھا کہ اس کا شوہر بھی حسن و جمال میں یکتا و بے مثال تھا۔

ہم نے پوچھا ”تم دونوں کس لئے آئے ہو؟“

بولے۔ ”ہم کو اولاد کی تمنا ہے۔“

ہم سمجھ گئے کہ یہ سب فساد حضرت عشق کا ہے ورنہ ابھی تو ان کے دن کھیلنے کو دے اور سیر تماشے کے ہیں کیسی اولاد اور کیسی تمنا! اس حسین قتالہ نے ہماری طرف ٹکٹکی باندھ لی۔ اس کے شوہر سے ہم نے کہا۔ ”ذرا تم باہر جا کر زنجیر لگا دو۔ ہم کو تمہاری بیوی سے ایک پردے کی بات پوچھنی ہے۔“

وہ غریب دروازہ بند کر کے باہر ہو گیا۔ اس زمانے میں ہماری عمر پینتالیس سال کی تھی، ہم نے اپنے دل سے کہا۔ بولو حضرت! کیا ارادہ ہے۔ اگر اس کو جو رو بنانا چاہتے ہو تو میاں بیوی دونوں راضی ہیں بہن بنانا چاہتے ہیں تو پھر اپنی ماں اور بہن کو کیوں چھوڑا۔ جس کے لئے آٹھ دن سے بے تابی اور بے قراری تھی۔ وہ موجود ہے۔ کہہ کیا کہتا ہے۔

دل نے جواب دیا۔ یہ بھی ایک کھیل کھیلنا تھا تو کھیل چکے بس اب کوئی خواہش باقی نہ رہی۔

اس کے بعد ہم نے اس سے ایک دو باتیں پوچھ کر اس کے خاوند کو بلا لیا اور ایک تعویذ لکھ کر ان کے حوالے کیا اور کہا جاؤ، خدا حافظ!“

ان کے جانے کے بعد یہ خیال آیا کہ عشق ضرور کچھ رنگ لائے گا اور طرف ثانی کو بھی ستائے گا یہاں سے چل دینا ہی بہتر ہے۔ یہ سوچ کر ہم آدھی رات گزرنے پر وہاں سے چل دیئے اور بیس کو س دور جا کر دم لیا۔

دوسرے دن وہ نیک بخت بھی شوہر کے ہمراہ یکہ میں بیٹھی عصر کے وقت اسی مقام پر آ پہنچی۔ بال پریشاں، طبیعت اداس، چہرہ پشمرده، دل افسردہ اور یاس زدہ۔ میرے قریب آ کر زار و قطار روتے ہوئے التجا کی کہ آپ بنارس تشریف لے چلیں۔ جب دونوں نے بہت اصرار کیا تو ہمیں مجبوراً کہنا پڑا کہ ہم یہاں ضروری کام سے آئیں ہیں وہ ہو جائے گا تو ہم دو چار دن میں خود ہی بنارس چلے جائیں گے۔ غرض تسلی و تشفی دے کر ان کو بنارس کی طرف روانہ کیا ہم نے لکھنؤ کی راہ لی۔ نہیں معلوم بعد میں اس پر کیا گزری۔

حضرت غوث علی شاہؒ کے واقعہ میں یہ بات کھل کر سامنے آجاتی ہے کہ خیالات مسلسل ایک نقطہ پر مرکوز ہو جائیں یا کر دیئے جائیں معمول خواہ ان خیالات سے متفق نہ ہوں لیکن وہ عامل کے خیال کی قوت سے متاثر ہوئے بغیر نہیں رہتا۔



## خیالات کے تبادلہ قانون

انسان تین دائروں سے مرکب ہے۔

پہلا دائرہ فرد کا شعور ہے۔

دوسرا دائرہ فرد کا شعور اور نوع انسان کا شعور ہے۔

تیسرا دائرہ نوع انسان کا شعور اور کائنات کا شعور ہے۔

ایک انسان جس کو ہم فرد کا نام دیتے ہیں وہ ان تین دائروں سے مرکب ہے یعنی فرد کا اپنا شعور اور لا شعور۔ نوع انسانی کا شعور، لا شعور اور کائنات کا شعور۔

تفصیل اس اجمال کی یہ ہوئی کہ ایک فرد کے اندر نوع انسان اور کائنات میں موجود ہر مخلوق کی اطلاعات موجود ہیں۔ اور ان اطلاعات کو آپس میں تبادلہ ہوتا رہتا ہے۔ اگر فرد کے ذہن میں جنات اور فرشتوں سے متعلق اطلاعات کا رد و بدل نہ ہو تو فرشتے اور جنات کا تذکرہ زیر بحث نہیں آئے گا۔ بالفاظ دیگر کائنات اور کائنات میں موجود جتنی بھی مخلوق ہے اس مخلوق کے خیالات کی لہریں ہمیں منتقل ہوتی رہتی ہیں۔ خیالات کی منتقلی ہی دراصل کسی مخلوق کی پہچان کا ذریعہ بنتی ہے۔ علیٰ ہذا القیاس ہم بھوک اور پیاس سے اس لئے باخبر ہیں کہ بھوک اور پیاس کی اطلاع ہمارے ذہن پر خیال بن کر وارد ہوتی ہے۔ ہم کسی آدمی سے اس لئے متاثر ہوتے ہیں کہ اس آدمی کی شخصیت لہروں کے ذریعے ہمارے اندر کام کر کے لہروں میں جذب ہو جاتی ہے جس حد تک ہم کسی خیال کو قبول یا رد کرتے ہیں اسی مناسبت سے ہم کسی اور سے قریب یا دور ہو جاتے ہیں۔ خیالات کے رد و بدل کا یہ رشتہ ٹوٹ جائے تو ہم ایک دوسرے کو پہچان نہیں سکیں گے۔ خیالات روشنی کے ذریعے ہم تک پہنچتے ہیں۔ ان ہی خیالات کو ہم اپنی زبان میں تو ہم تخلیل، تصور اور تفکر کا نام دیتے ہیں۔ کہنا یہ ہے کہ تمام مخلوق کی سوچنے کی طرزیں ایک نقطہء مشترک رکھتی ہیں۔ اور یہی نقطہ

مشترک ہمیں دوسری مخلوق کی موجودگی کا علم دیتا ہے۔ انسان کا لاشعور کائنات کے دور دراز گوشوں سے مسلسل ایک ربط رکھتا ہے۔ کیوں کہ یہ ربط ہر وقت قائم ہے اس لئے ہم اپنے خیالات کو ایک نقطہ پر مرکوز کر کے اس ربط کے ذریعے اپنا پیغام کائنات کے دور دراز گوشوں تک پہنچا سکتے ہیں۔

انسان کو حیوانِ ناطق کہا جاتا ہے۔ ایسا انسان الفاظ کی لہروں کے ذریعے اپنے خیالات دوسروں تک پہنچاتا ہے۔ لیکن جب ہم یہ دیکھتے ہیں کہ دوسرے حیوان جن کو حیوانِ غیر ناطق کہا جاتا ہے اپنے خیالات، الفاظ کا سہارا لئے بغیر دوسروں تک منتقل کرتے ہیں۔ دوسرے حیوان ان خیالات کو قبول کرتے اور سمجھتے ہیں تو یہ بات سامنے آتی ہے کہ الفاظ کا سہارا لئے بغیر بھی خیالات اپنے پورے معنی اور مفہوم کے ساتھ رد و بدل ہوتے رہتے ہیں۔ ایسا نہیں ہے کہ دو بیل، دو بکریاں یا دو کبوتر آپس میں باتیں نہیں کرتے یا ایک دوسرے کے جذبات کا انہیں احساس نہیں ہوتا۔ جس طرح ایک انسان الفاظ کے ذریعے اپنے جذبات و احساسات کا اظہار کرتا ہے بالکل اسی طرح الفاظ کا سہارا لئے بغیر دوسرے حیوان اپنے جذبات و احساسات کا اظہار کرتے ہیں۔ اور فریقِ ثانی ان جذبات و احساسات کو پورے معنی کے ساتھ نہ صرف یہ کہ سمجھتا ہے بلکہ قبول کرتا ہے۔ قرآن میں اللہ تعالیٰ نے چیونٹی اور حضرت سلیمانؑ کی گفتگو کا تذکرہ کیا ہے، وہ بہت غور طلب ہے چیونٹی نے حضرت سلیمانؑ سے باتیں کیں اور حضرت سلیمانؑ نے اس کی گفتگو کو سمجھا۔ ظاہر ہے کہ چیونٹی نے الفاظ میں گفتگو نہیں کی بلکہ اس کے خیالات کی لہریں حضرت سلیمان کے ذہن نے قبول کی۔ اور ان کو سمجھا اس واقعہ میں یہ حکمت ہے کہ خیالات احساسات، جذبات الفاظ کے بغیر بھی سنے اور سمجھے جاسکتے ہیں۔

ٹیلی پیٹھی الفاظ کے تانوں بانوں سے مبرا ہو کر خیالات منتقل کرنے کا ایک علم ہے۔ ہم اگر حضرت غوث علی شاہ صاحبؒ کی طرح کسی ایک فرد کو اپنے خیالات کا ہدف بنا لیں تو وہ ایک فرد ہمارے خیالات کی لہروں سے متاثر ہو کر وہی کچھ کرنے پر مجبور ہے جو ہم چاہتے ہیں۔ اور اگر ہم کائنات کے نقطہ مشترک سے باخبری حاصل کر لیں اور اپنے خیالات اس نقطہ مشترک میں منتقل کر دیں تو کائنات ہمارا

خیال قبول کرنے پر مجبور ہے۔ اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے۔ اور ہم نے تمہارے لیے مسخر کر دیا ہے جو کچھ آسمانوں میں ہے اور زمین میں۔“

بات صرف اتنی ہے کہ ہم اس قانون سے واقف ہو جائیں کہ کائنات کی تمام مخلوق کے افراد خیالات کی لہروں کے ذریعے ایک دوسرے سے مسلسل اور پیہم ربط رکھتے ہیں۔ اور ہر فرد کے خیالات لہروں کے ذریعے آپس میں تبادلہ ہوتے رہتے ہیں۔ ہم کیوں کہ تبادلہ خیال کے اس قانون سے واقفیت نہیں رکھتے اس لیے خیال ہماری گرفت سے باہر رہتا ہے۔ اور ہم زندگی کا زیادہ حصہ خیالات کی شکست و ریخت میں گزارے دیتے ہیں۔ یہ بات عام طور سے کہی جاتی ہے کہ فلاں آدمی کی قوت ارادی (WILLPOWER) بہت زیادہ ہے۔ ایسا آدمی عام آدمیوں کی نسبت معاملات زندگی کا زیادہ بہتر طریقے سے انجام دیتا ہے۔ قوت ارادی سے مراد یہ ہے کہ اس آدمی کے اندر خیالات کی شکست و ریخت بہت کم ہوتی ہے اور ذہن ایک نقطہ پر مرکوز رہتا ہے۔ یہی وجہ ہے وہ کسی شخص کو زیادہ آسانی سے متاثر کر سکتا ہے۔ جن لوگوں میں قوت ارادی کمزور ہوتی ہے وہ اپنی زندگی کا کوئی خاص نصب العین متعین کرنے میں ناکام رہتے ہیں۔ قوت ارادی کو بروئے کار لانے کے لئے یہ ضروری ہے کہ ہم اس بات سے وقوف حاصل کر لیں کہ ہماری پوری زندگی خیال کے گرد گھومتی ہے۔ کائنات اور ہمارے درمیان جو مخفی رشتہ ہے وہ بھی خیال کے اوپر قائم ہے۔

روحانیت میں خیال اس اطلاع کا نام ہے جو ہر آن اور ہر لمحہ ہمیں زندگی سے قریب کرتی ہے۔ پیدائش سے بڑھاپے تک زندگی کے سارے اعمال محض اطلاع کے دوش پر رواں دواں ہیں۔ کبھی ہمیں یہ اطلاع ملتی ہے کہ ہم ایک بچہ ہیں پھر ہمیں یہ اطلاع ملتی ہے کہ یہ دور جوانی کا ہے اور پھر یہی اطلاع بڑھاپے کا روپ دھار لیتی ہے۔ سرد، خشک، تلخ و شیریں حالات سے گزر کر ہم موت کے قریب ہو جاتے ہیں۔ اور ہم یہ جان لیتے ہیں کہ اس دنیا سے ہمارا رشتہ منقطع ہو گیا ہے۔

## خیال اور زندگی:

یہ بات واضح ہو گئی ہے کہ ہماری پوری زندگی خیال کے گرد گھومتی ہے، اور یہ کہ ہمارے اور کائنات کے درمیان جو رشتہ ہے وہ مخفی رشتہ ہے وہ بھی خیال پر قائم ہے۔ اب ضرورت اس بات کی ہے کہ خیالات کی اس شکست و ریخت کو کم سے کم کیا جائے اور اس کا ایک ہی طریقہ ہے کہ دماغ میں شک اور وسوسوں کو کم سے کم جگہ دی جائے۔ یہ جان لینا بھی ضروری ہے کہ قوت ارادی میں سب سے بڑی وجہ دماغ میں شک کی موجودگی ہے۔ ذہن کو شک سے نجات دلانے کے لئے یہ معلوم ہونا بہت ضروری ہے کہ آخر شک ذہن انسانی میں کیوں کر جنم لیتا ہے۔

ہمیں یہ نہیں بھولنا چاہئے کہ شک اور وسوسوں کی بنیاد وہم اور یقین پر ہے۔ اور اسی کو مذہب میں شک اور ایمان کہا گیا ہے۔ آدمی زندگی کے تمام مراحل وقت کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں میں طے کرتا ہے یعنی ایک سیکنڈ کا کوئی فریکشن خواہ اس کی زندگی سو برس کیوں نہ ہو۔ لیکن وہ ان ہی لمحوں میں تقسیم ہوتی رہتی ہے غور طلب امر یہ ہے کہ آدمی اپنی زندگی بسر کرنے کے لیے ذہن میں وقت کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے جوڑتا ہے اور ان ہی ٹکڑوں سے کام لیتا ہے۔ ہم یا تو وقت کے اس ٹکڑے سے آگے دوسرے مسلسل ٹکڑے پر آجاتے ہیں یا وقت کے اس ٹکڑے سے پلٹتے ہیں۔ اس کو اس طرح سمجھنا چاہئے کہ آدمی ابھی سوچتا ہے کہ میں کھانا کھاؤں گا لیکن اس کے پیٹ میں گرانی ہے۔ اس لئے وہ یہ ارادہ ترک کر دیتا ہے۔ وہ کب تک اس ترک پر قائم رہے گا۔ اس کے بارے میں اسے کچھ معلوم نہیں۔ علیٰ ہذا القیاس اس کی زندگی کے اجزائے ترکیبی کے یہی افکار ہیں جو اسے ناکام یا کامیاب بناتے ہیں۔ ابھی وہ ایک ارادہ کرتا ہے پھر اسے ترک کر دیتا ہے۔ چاہے منٹوں میں ترک کرتا ہے، چاہے گھنٹوں میں چاہے مہینوں میں چاہے سالوں میں، بتانا یہ مقصود ہے کہ ترک آدمی کی زندگی کا ایک جزو اعظم ہے۔

بہت سی باتیں ہیں جن کو وہ دشواری، مشکل پریشانی، بیماری، بے زاری، بے عملی، بے چینی وغیرہ وغیرہ کہتا ہے۔ اب دوسری طرف وہ ایک چیز کا نام رکھتا ہے سکون یہی وہ سکون ہے جس میں وہ ہر قسم کی

آسانیاں تلاش کرتا ہے۔ ہم یہ نہیں کہتے کہ یہ سب حقیقی ہیں بلکہ ان میں زیادہ مفروضات ہیں یہی وہ چیزیں ہیں جو انسان کو آسان معلوم ہوتی ہیں۔ اور یہی رجحان ہے جو آسانیوں کی طرف مائل کرتا ہے۔ دراصل انسان کے دماغ کی ساخت ہی ایسی ہے کہ وہ آسانیوں کی طرف دوڑتا ہے اور ہر مشکل سے بھاگتا ہے۔ ظاہر ہے کہ یہ دو سمتیں ہیں اور ان سمتوں میں آدمی افکار کے ذریعے سفر کرتا ہے۔ اس کی ہر حرکت کا منبع ان دو سمتوں میں سے ایک سمت ہے۔ ہوتا یہ ہے کہ ابھی ہم نے ایک تدبیر کی اور جب ہم یہ تدبیر کی تنظیم کر رہے تھے تو وہ ہر طرح مکمل تھی۔ اور اس کی سمت بھی صحیح تھی لیکن چند قدم چلنے کے بعد ہمارے ذہن میں تبدیلی ہوئی۔ تبدیلی ہوتے ہی افکار کا رخ بدل گیا۔ نتیجہ میں سمت بھی تبدیل ہو گئی اب ہم جس منزل کی طرف رواں دواں تھے وہ منزل غیب میں چلی گئی اور ہمارے پاس باقی کیا رہا؟۔۔۔ ٹٹولنا اور ٹٹول کر قدم اٹھانا یہی وجہ ہے کہ ایک کروڑ آدمی میں ایک ہی آدمی قدم اٹھاتا ہے۔ جو صحیح سمت میں اٹھتا ہے اور پیچھے نہیں ہٹتا ہے۔۔۔ واضح رہے کہ یہ تذکرہ یقین اور شک کی درمیانی راہوں کا ہے اب رہی اکثریت کی بات، تو اس کے دماغ کا محور وہم اور شک پر ہے اور یہی وہم اور شک ہے جو اس کے دماغ کے خلیوں میں ہمہ وقت عمل کرتا رہتا ہے۔ جس قدر اس شک کی زیادتی ہوگی اسی قدر دماغی خلیوں میں ٹوٹ پھوٹ واقع ہوگی۔ یہاں یہ بتانا بہت ضروری ہے کہ یہی وہ دماغی خلیے ہیں جن کے زیر اثر تمام اعصاب کام کرتے ہیں۔ اور اعصاب کی تحریکات ہی زندگی ہے کسی چیز پر انسان کا یقین کرنا اتنا ہی مشکل ہے جتنا فریب کو جھٹلانا۔ اس کی مثال یہ ہے کہ انسان جو کچھ ہے خود کو اس کے خلاف پیش کرتا ہے وہ ہمیشہ اپنی کمزوریوں کو چھپاتا ہے اور ان کی جگہ مفروضہ خوبیاں بیان کرتا ہے جو اس کے اندر موجود نہیں ہیں۔

آدمی جس معاشرے میں تربیت پا کر جوان ہوتا ہے وہ معاشرہ اس کا عقیدہ بن جاتا ہے اس کا ذہن اس قابل نہیں رہتا کہ اس عقیدے کا تجزیہ کر سکے۔ چنانچہ وہ عقیدہ یقین کا مقام حاصل کر لیتا ہے۔ حالانکہ وہ محض فریب ہے اس کی بڑی وجہ ہم بتا چکے ہیں کہ آدمی جس طرح خود کو ظاہر کرتا ہے حقیقتاً وہ ایسا نہیں بلکہ اس کے برعکس ہے۔

اس قسم کی زندگی گزارنے میں اسے مشکلات بہت پیش آتی ہیں۔ ایسی مشکلات جن کا حل اس کے پاس نہیں ہے۔ اب قدم قدم پر اُسے خطرہ محسوس ہوتا ہے کہ اس کا عمل تلف ہو جائے گا۔ اور بے نتیجہ ثابت ہو گا۔ بعض اوقات یہ شک یہاں تک بڑھ جاتا ہے کہ آدمی یہ سمجھنے لگتا ہے کہ اس کی زندگی تلف ہو رہی ہے اور اگر تلف نہیں ہو رہی تو سخت خطرے میں ہے۔ اور یہ سب کچھ دماغی خلیوں کی وجہ سے ہے جن میں تیزی سے ٹوٹ پھوٹ واقع ہو رہی ہے۔

جب آدمی کی زندگی وہ نہیں ہے جسے وہ گزار رہا ہے۔ جسے وہ پیش کر رہا ہے جس پر اس کا عمل ہے اور وہ اس عمل سے وہ نتائج برآمد کرنا چاہتا ہے جو اس کے حسب خواہ ہوں لیکن دماغی خلیوں کی تیزی سے ٹوٹ پھوٹ اور رد و بدل قدم بہ قدم پر اس کے عملی راستوں کو بدلتی رہتی ہے۔ اور وہ یا تو بے نتیجہ ثابت ہوتے ہیں یا ان سے نقصان پہنچتا ہے۔ یا ایسا شک پیدا ہوتا ہے جو قدم اٹھانے میں رکاوٹ بنتا ہے۔

آدمی کے دماغ کی ساخت دراصل اس کے اختیار میں ہے۔ ساخت سے مراد دماغی خلیوں میں تیزی سے ٹوٹ پھوٹ اعتدال میں ٹوٹ پھوٹ یا کم ٹوٹ پھوٹ ہونا ہے۔ یہ محض اتفاقیہ امر ہے کہ دماغی خلیوں کی ٹوٹ پھوٹ کم سے کم ہو۔ جس کی وجہ سے وہ شک سے محفوظ رہتا ہے۔ لیکن جس قدر شک اور بے یقینی دماغ میں کم ہوگی اسی مناسبت سے آدمی کی زندگی کامیاب گزرے گی۔ اور جس مناسبت سے بے یقینی اور شک زیادہ ہو گا۔ زندگی ناکامیوں میں بسر ہوگی۔

آدمی کی بد قسمتی یہ ہے کہ اس نے اللہ کے عطا کئے ہوئے علوم کو خود ساختہ اور غلط بنیادوں پر پرکھا ان سے انکاری ہو گیا۔ اللہ تعالیٰ نے ہر علم کی بنیاد روشنی کو قرار دیا ہے۔ یہ بات قرآن کی آیتوں میں تفکر کرنے سے سمجھ میں آتی ہے (ہم پچھلے صفحات میں یہ بتا چکے ہیں کہ خیالات روشنی کے ذریعے ہم تک پہنچتے ہیں)۔ آدمی کو چاہئے یہ تھا کہ وہ زیادہ سے زیادہ روشنی کی قسمیں اور روشنی کا طرز عمل معلوم کرتا لیکن اس نے کبھی اس طرف توجہ نہیں کی اور یہ چیز ہمیشہ پردے میں رہی۔ آدمی نے اس پردے میں جھانکنے کی کوشش اس لئے نہیں کی کہ یا تو اس کے سامنے کوئی روشنیوں کا پردہ موجود

ہی نہیں تھا یا اس نے کبھی روشنیوں کی طرف توجہ ہی نہیں کی۔ وہ یہ قاعدے معلوم کرنے کی طرف متوجہ ہی نہیں ہوا جو روشنیوں کے خلط ملط سے تعلق رکھتے ہیں۔ اگر آدمی یہ طرز عمل اختیار کرتا تو اسکے دماغی خلیوں کی ٹوٹ پھوٹ کم سے کم ہو سکتی تھی اس حالت میں وہ زیادہ سے زیادہ یقین کی طرف قدم اٹھاتا اور شکوک اس کو اتنا زیادہ پریشان نہ کرتے جتنا اب اسے پریشان کئے ہوئے ہیں۔ اس کی تحریکات میں جو عملی رکاوٹیں واقع ہوتی ہیں وہ کم سے کم ہوتیں۔ لیکن ایسا نہیں ہوا اس نے روشنیوں کی قسمیں معلوم نہیں کیں۔ نہ روشنیوں کی طبیعت کا حال معلوم کرنے کی کوشش کی۔ وہ تو یہ بھی نہیں کہ جاننا روشنیاں بھی طبیعت اور ماہیت رکھتی ہیں اور روشنیوں میں رجحانات بھی موجود ہیں۔ اسے یہ بھی نہیں معلوم کہ روشنیاں ہی اس کی زندگی ہیں اس کی حفاظت کرتی ہیں۔ وہ صرف مٹی کے پتلے سے واقف ہیں۔ اس پتلے سے جس کے اندر اس کی کوئی زندگی موجود نہیں ہے۔ جس کو اللہ تعالیٰ نے فرمایا ہے کہ وہ سڑی ہوئی مٹی سے بنایا گیا ہے۔ اور دوسری جگہ فرمایا گیا ہے کہ وہ بجنی مٹی (خلاء) ہے۔ اس کے اندر اپنی ذاتی کوئی حقیقت نہیں ہے حقیقت تو اللہ تعالیٰ نے پھونکی ہے۔

روشنیوں کے عمل سے ناواقفیت اللہ تعالیٰ کے اس بیان سے منحرف کرتی ہے جہاں تک انحراف واقع ہوتا ہے وہاں تک شک اور وہم بڑھتا ہے۔ ایمان اور یقین ٹوٹ جاتے ہیں۔

یاد رکھئے روحانیت اور دیگر تمام مخفی علوم میں بشمول ٹیلی پیٹھی یقین کو بنیادی اہمیت حاصل ہے کیوں کہ ہر ارادے اور ہر عمل کے ساتھ یقین کی روشنیاں بھی کام کرتی ہیں۔ اگر یقین کی ان روشنیوں کو الگ کر دیا جائے تو ہر عمل اور ہر حرکت لایعنی ہو کر رہ جائے گا۔ ہم کہنا یہ چاہتے ہیں جب تک ارادے میں یقین کی روشنیاں شامل نہ ہوں اس پر عمل درآمد نہیں ہوتا۔ ماہرین روحانیت یقین کی تعریف اس طرح کرتے ہیں۔

”یقین وہ عقیدہ ہے جس میں شک نہ ہو۔“

ارادہ یقین کی کمزوری دراصل شک کی وجہ سے جنم لیتی ہے جب تک خیالات میں تذبذب رہے گا یقین میں کبھی بھی پختگی نہیں آئے گی۔ مظاہر اپنے وجود کے لئے یقین کے پابند ہیں۔ کیوں کہ کوئی خیال یقین کی روشنیاں حاصل کر کے ہی مظہر بنتا ہے۔

ماہرین نفسیات نے جو مشقیں قوت ارادی کو تقویت پہنچانے کے لئے مرتب کی ہیں ان سب کا منشا دراصل یقین کو پختہ کرنا ہوتا ہے۔

### ارتکاز توجہ:

شک اور یقین کا درمیانی فاصلہ سو سال پر مشتمل ہے اور ہر فاصلہ زیادہ سے زیادہ ایک ثانیہ کے برابر ہے۔ اللہ تعالیٰ اس معرہ کو خود حل کر دیتا ہے۔ "لاریب ہے یہ کتاب اور اس کو ہدایت دیتی ہے جس کا یقین غیب پر ہوتا ہے۔" یہاں اللہ تعالیٰ نے دو باتیں کہیں ہیں "لاریب کہہ کر ریب یعنی شک کی نفی کر دی اب صرف غیب باقی رہ گیا جس کو یقین کا درجہ حاصل ہے اس کے معنی یہ ہوئے اللہ تعالیٰ دماغ میں شک کو جگہ دینے کی اجازت نہیں دیتے۔ صرف یقین کو اس بات کی اجازت ہے کہ آدمی کے ذہن میں داخل ہو جائے۔ اس کا نام ایمان بالغیب ہے جو ہدایت دیتا ہے۔ ہدایت کا منشا بہت اہم ہے وہ یہ کہ کوئی چیز کسی آدمی نے خواہ نہ دیکھی ہو، نہ سمجھی ہو، نہ جانی ہو، نہ پہچانی ہو مگر اس پر یقین حاصل ہو۔ یہاں ہدایت کی ایک کائنات بن جاتی ہے اور یہ سلسلہ آنکھوں کے سامنے سے آدمی کے چاروں طرف سے اسے محیط کر لیتا ہے۔

مسلل ارتکاز توجہ اور مشق سے کسی ایک نقطہ پر خیالات کی روشنیاں اس حد تک مرکوز ہیں کہ شک اور بے یقینی یقین کی روشنیوں کا درجہ حاصل کر لیں تو خیال اور ارادے کے تحت اس کا مظہر بننا ضروری ہو جاتا ہے حضرت غوث علی شاہؒ کے واقعہ میں ارتکاز توجہ سے یقین کا عملی مظاہرہ آپ پڑھ چکے ہیں اس قسم کا ایک اور واقعہ ہم نے اپنے بزرگوں سے سنا ہے۔

ایک نامی گرامی تاجر کی بیٹی جب پندرہ سولہ کے سن کو پہنچی تو اس کے ساتھ جمعرات کی رات کو ایک عجیب واقعہ ہوا وہ سو کر اٹھی تو اس کے ہاتھ مہندی سے رنگے ہوئے تھے۔ جیسے ہی سورج نصف النہار کو پہنچا اس پر اچانک بے ہوشی کا دور پڑا اور اس کے بعد ہر جمعرات کو وقت مقررہ پر بے ہوش ہونے لگی۔ ڈاکٹروں نے ہسٹریا کا علاج کیا لیکن جب کوئی فائدہ نہیں ہوا تو عامل حضرات کے پاس لیجا یا گیا انہوں نے بتایا کہ لڑکی کے اوپر جن یا آسیب کا اثر ہے۔ تعویذ، گنڈوں، جھاڑ پھونک اور فلپتے جلانے سے بھی مقصد حاصل نہیں ہوا تو حاذق حکیموں سے رجوع کیا گیا اور مسلسل چار سال تک علاج ہو تا رہا۔ پھر یہ ہونے لگا جس روز لڑکی پر بیہوشی کا دورہ پڑتا اس روز وہ بہت خوش اور آسودہ نظر آتی نیند سے بیدار ہو کر غسل کرتی ریشمی جوڑا زیب تن کرتی۔ خوب بناؤ سنگھار کرتی، آنکھوں میں کاجل لگاتی اور چہرے پر غازہ ملتی۔ اس کے لباس سے بھینی بھینی خوشبو پھوٹی رہتی اور حسن ایسا نکھر آتا جیسا کہ نئی نولیل دلہن پر حیا اور آسودگی کی نشاندہی کرتا ہے جب کوئی اس اہتمام کا سبب پوچھتا تو حیا کی ایک سرخی اس کے چہرے پر بکھر جاتی اور زیر لب اتنا بتاتی کہ وہ آرہے ہیں۔ اگر میں ایسا نہ کروں تو وہ ناراض ہو جائیں گے۔ “سنگھار کے بعد وہ اپنے کمرے میں جاتی اور کمرے میں ہر چیز قرینے سے سجا کر بستر پر بیٹھ جاتی جیسے کسی کے انتظار میں ہو۔ ٹھیک سورج کے زوال کے وقت اس پر بے خودی کا دورہ پڑتا جو رات گئے تک جاری رہتا۔

ڈاکٹروں اور حکیموں کا ایک بورڈ بیٹھا سب نے متفقہ فیصلہ دیا کہ لڑکی کی شادی کر دی جائے تو ہسٹریا کے دورے ختم ہو جائیں گے۔ لڑکی کو جب معلوم ہوا تو اس نے شدید مخالفت کی۔ لیکن ماں نے اس کی مخالفت کی پرواہ نہیں کی اور خاندان کے ایک صحت مند نوجوان سے شادی کر دی گئی۔ شادی کے دوسرے ہی روز لڑکی نے اپنے شوہر کو سخت وسست کہہ کر کمرے سے باہر نکال دیا۔ اور ساتھ ہی یہ بھی کہا کہ آئندہ اس کے پاس آنے کی کوشش کی تو وہ اس کا "راز" فاش کر دیگی۔ اور وہ خاندان میں منہ دکھانے کے قابل نہیں رہے گا۔ بڑے بوڑھوں نے صلاح صفائی کی کوشش کی اور جب مسئلے کا کوئی حل سامنے نہیں آیا تو عزت بچانے کے خاطر عدالت سے رجوع کرنا چاہا لیکن لڑکے نے انہیں ایسا کرنے سے روک دیا۔ اور بیوی کو طلاق دے دی۔ دونوں خاندانوں میں لڑائی جھگڑے کا ایک طوفان اٹھ کھڑا ہوا۔ جب خاندان کے

بڑے بوڑھے اکٹھے ہوئے اور جب لڑکے کو بلایا گیا تو اس نے کہا۔ "سچ بات یہ ہے کہ اس کے سامنے جاتے ہی میسری ساری طاقت سلب ہو جاتی ہے۔ لڑکے کے بیان کو سب نے غلط جانا اور اس پر لعنت طعن کرنے لگے اور بالآخر اس نے دوسرے دن خود خوشی کر لی۔"

تاجر نے بہت کوشش کی کہ بیٹی کی دوسری شادی ہو جائے مگر جب کسی طرح بھی کامیابی نہیں ہوئی تو دوبارہ علاج کی طرف متوجہ ہوا۔ کسی دوست نے ایک حکیم صاحب کا تذکرہ کیا جو کئی سو میل فاصلے پر کسی گاؤں میں مطب کرتے تھے۔ خدا نے ان کے ہاتھ میں اتنی شفاء دی تھی کہ دور دراز سے لوگ آتے تھے اور شفایاب ہو کر جاتے تھے۔ وہ کسی سے کوئی معاوضہ بھی نہیں لیتے تھے۔

پروگرام یہ بنا کہ جمعہ کے دن مریضہ کو ساتھ لیکر روانہ ہوں اور چار روز تک مذکورہ گاؤں پہنچ جائیں تاکہ جمعرات کو بے ہوشی کا دورہ حکیم صاحب خود اپنی آنکھوں سے دیکھ لیں اس طرح مرض کی تشخص میں آسانی ہوگی۔ گاؤں پہنچے تو حکیم صاحب کے مطب کے سامنے مریضوں کا ہجوم تھا۔ دریافت کرنے پر معلوم ہوا کہ آج اور کل حکیم صاحب کمرے میں بند ہو کر عبادت کرتے ہیں اور وہ پرسوں جمعہ کے روز ملاقات کریں گے، دوسرے دن لڑکی کے اوپر معمول کے مطابق دورہ پڑا اور رات گئے حالت سنبھلی۔

تاجر کو لوگوں سے یہ بھی معلوم ہوا کہ حکیم صاحب نے ادھیڑ عمر ہونے کے باوجود شادی نہیں کی ہے۔ جب کوئی ان سے شادی کا تذکرہ کرتا ہے تو عموماً ٹال جاتے ہیں۔ جب زیادہ اصرار ہوتا ہے تو کہتے ہیں میری شادی ہو چکی ہے۔ اور کمرہ میں لٹکے ہوئے ایک فوٹو کی جانب اشارہ کر کے کہتے ہیں یہ تصویر جو آپ دیکھ رہے ہیں میری بیوی کی تصویر ہے لوگوں نے یہ بھی بتایا کہ بدھ جمعرات کو حکیم صاحب اپنے دوسرے کمرے میں اندر سے دروازہ بند کر کے عبادت کرتے ہیں اور ان دنوں وہ کسی سے ملاقات نہیں کرتے یہ بات ان کا معمول بن گئی ہے۔

قصہ کو تاہ تیسرے دن جمعہ کو تاجر صبح سویرے ہی قطار میں جا کر بیٹھا تاکہ جلدی سے جلدی باری آجائے گھڑی نے آٹھ بجائے، پھر نوبے لیکن دروازہ نہ کھلا اب لوگوں نے دروازہ پینٹا شروع کر دیا۔ لیکن کمرے کے اندر سے کوئی آواز سنائی نہیں دی۔ اس طرح انتظار کرتے کرتے شام ہو گئی لیکن دروازہ نہ کھلنا تھا نہ کھلا۔ یہ دیکھ کر حکیم صاحب کے گاؤں کے معزز لوگ جمع ہو گئے ہر شخص پریشان تھا کیوں کہ آٹھ سال میں کبھی ایسا نہیں ہوا تھا کہ حکیم صاحب جمعہ کے دن بھی کمرہ بند کر کے عبادت کریں۔ جمعہ کے روز تو وہ نماز جمعہ باجماعت ادا کرنے کا خاص اہتمام کرتے تھے۔ جب شام تک دروازہ نہ کھلا تو گاؤں والوں کو یقین ہو گیا کہ حکیم صاحب کمرے میں کسی حادثہ کا شکار ہو گئے ہیں۔ آخر دروازہ توڑنے کا فیصلہ کیا گیا۔ پھر یہ خیال کر کے شاید وہ عبادت میں مصروف ہوں ایک دن اور انتظار کیا گیا۔ ہفتہ کے دن تالا توڑ کر اندر داخل ہوئے تو دیکھا کی کمرہ خالی ہے۔ اور کمرے کا عقی دروازہ کھلا ہوا ہے۔ کمرہ کا سارا سامان جوں کا توں موجود تھا۔ البتہ ان کی بیگم کی تصویر نیچے چاندنی کے فرش پر پڑی ہوئی تھی۔ جب اسے اٹھایا گیا تو نیچے سے ایک لفافہ نکلا جس میں تحریر تھا کہ اس لفافہ کو ان صاحب کے سپرد کر دیا جائے جو صوبہ بہار سے اپنی لڑکی ساتھ لائے ہیں۔ تاجر نے جب یہ لفافہ چاک کیا تو اندر سے ایک خطبر آمد ہوا جس پر لکھا تھا کہ ”میں نے آپ کی لڑکی کو جمعہ کے دن طلاق دے دی ہے اب وہ کبھی بے ہوش نہیں ہوگی۔ بہتر ہے آپ آج ہی پٹنہ لوٹ جائیں۔ یہاں کے قیام میں آپ کو پریشانی ہوگی۔ جاتے وقت اپنی صاحب زادی کی تصویر بھی لیتے جائیں“ تصویر دیکھی تو انہیں سخت حیرت ہوئی یہ ان کی لڑکی کی تصویر تھی۔ گاؤں والے بھی حیران تھے کہ یہ کیا معاملہ ہے ہر شخص ایک دوسرے سے سوال کرتا مگر جواب کسی کے پاس نہ تھا تا جہاں اپنی بیٹی کی تصویر اور بیٹی کو لیکر گھر لوٹ گئے اس کے بعد ان کی بیٹی پر کبھی بے ہوشی کا دورہ نہیں پڑا۔



## ٹیلی پیٹھی کا پہلا سبق

حضرت غوث علی شاہؒ اور بزرگوں کے سنے ہوئے واقعات پر تفکر کرنے سے ایک ہی بات سامنے آتی ہے کہ خیالات منتقل کرنے کے لئے۔ مسلسل کسی ایک نقطہ پر توجہ کا مرکز ہونا ضروری ہے لیکن اگر ذہنی یکسوئی حاصل نہ ہو تو توجہ کسی ایک نقطہ پر قائم نہیں رہتی۔ ٹیلی پیٹھی سکھنے کے لئے سب سے پہلے یہ ضروری ہے کہ ہمارا ذہن ہزاروں لاکھوں خیالات سے نجات حاصل کر کے صرف ایک خیال کو اپنا ہدف بنا لے۔ اور یک سو ہو جائے۔ یکسوئی حاصل کرنے کے لئے مندرجہ ذیل عمل تلقین کیا جاتا ہے۔

صبح سورج نکلنے سے قبل اور رات کو سوتے وقت آلتی پالتی مار کر شمال رخ منہ کر کے بیٹھ جائیں۔

۱۔ داہنے ہاتھ کے انگھوٹھے سے دائیں نتھنے کو اوپر کی طرف سے بند کر لیں۔

۲۔ بائیں نتھنے سے پانچ سینڈ تک سانس اندر کھینچیں۔

۳۔ داہنے نتھنے پر سے انگوٹھا ہٹالیں اور داہنی چھنگلی سے بائیں طرف کے نتھنے کو بند کر لیں۔

۴۔ پانچ سینڈ تک سانس کو روک لیں۔

۵۔ داہنے نتھنے سے سانس کو پانچ سینڈ تک باہر نکالیں۔

۶۔ دوبارہ داہنے ہی نتھنے سے سانس پانچ سینڈ تک اندر کھینچیں۔

۷۔ اب چھنگلیا ہٹا کر دوبارہ داہنے انگوٹھے سے داہنا نتھنا حسب سابق بند کر لیں اور سانس کو پانچ

سینڈ تک روکیں رکھیں، پھر بائیں نتھنے سے سانس کو آہستہ آہستہ نکالیں۔

یہ ایک چکر ہو اسی طرح سے پانچ مرتبہ اسی عمل کو دہرائیں۔ سانس کی مشق کرنے سے پہلے جسم کو ڈھیلا چھوڑ دیں۔ جسم میں کسی قسم کا تناؤ نہیں ہونا چاہئے۔ ریڑھ کی ہڈی اور گردن ایک ہی سیدھ میں رکھیں۔ سانس کا عمل کرتے وقت اس بات کا خیال رکھنا ضروری ہے کہ پیٹ خالی ہو اور جس جگہ مشق کی جائے وہاں تازہ ہوا گزرتی رہے تاکہ پھیپھڑے کافی مقدار میں آکسیجن جذب کر سکیں۔ سردی کے زمانے میں عمل تنفس کے دوران کمرے کے دروازے اور کھڑکیاں کھلی رکھیں۔ میٹھی اور کھٹی چیزیں کم سے کم استعمال کریں۔

ایک ڈائری میں روزانہ پیش آنے والے واقعات لکھتے رہیں۔

ٹیلی پیٹھی کا طالب علم اگر ہر وقت با وضو رہے اور اپنا زیادہ تر وقت تاریکی میں گزارتا ہے تو اثرات بہت جلد مرتب ہوتے ہیں۔ رات کا کھانا مغرب کے وقت آدھا پیٹ کھائیں کھانے کے کم از کم ڈھائی گھنٹے بعد (زیادہ وقت گزر جائے تو اور اچھا ہے) سونے سے پہلے پانچ مرتبہ مسد رحب بالا میکسوئی حاصل کرنے والا عمل کریں۔ پھر آنکھیں بند کر لیں اور یہ تصور کریں کہ نور کا ایک دریا ہے۔ صاحب مشق اور ساری دنیا اس نور میں ڈوبی ہوئی ہے۔ یہ تصور اندازے سے آدھے گھنٹے تک قائم کریں۔ اگر ادھر ادھر کے خیالات آئیں تو اس کی پروا نہ کریں۔ اور نہ ہی انہیں رد کرنے کی کوشش کریں خیالات آتے رہیں گے اور از خود گزرتے رہیں گے۔ آپ اپنا عمل جاری رکھیں۔ اس مراقبہ کے بعد کوئی دوسرا دنیاوی کام نہ کریں اور اسی تصور میں سو جائیں۔



## مٹھاس اور نمک

سوال ہے کہ مٹھاس کے ترک یا کمی سے انسان کے اندر کیا تبدیلی پیدا ہوتی ہے؟

ہم بتا چکے ہیں کہ انسان کے اندر ہمہ وقت دو دماغ کام کرتے ہیں۔ ایک دماغ شعوری حواس بناتا ہے ایسے حواس جو ٹائم اینڈ اسپیس (TIME & SPACE) میں جکڑے ہوئے ہیں۔ دوسرا دماغ انسان کا لاشعور ہے اور ایسے حواس بناتا ہے جو ٹائم اسپیس سے آزاد ہیں۔ مٹھاس کے اندر کام کرنے والی مقداریں کشش نقل پیدا کرتی ہیں۔ اور نمک جن مقداروں سے مرکب ہے وہ مقداریں لاشعوری حواس کو متحرک کرتی ہیں۔ تجربے میں یہ بات آئی ہے کہ جو لوگ مٹھاس کی نسبت نمک زیادہ استعمال کرتے ہیں ان کے اندر لاشعوری تحریکات زیادہ سرگرم عمل رہتی ہیں۔

مجھے جب یہ قانون معلوم ہوا تو ذہن میں یہ بات آئی کہ اس قانون پر عمل کر کے تجربہ کرنا چاہئے۔ چنانچہ میں نے میٹھی چیزیں کھانا بالکل چھوڑ دیں۔ دو تین ہفتے طبیعت کے اندر سخت اضمحلال واقع ہو تا رہا۔ چند ہفتوں کے بعد طبیعت عادی ہو گئی۔ اضمحلال تو کم ہو گیا لیکن طبیعت بے کیف رہنے لگی اور مزاج میں چڑچڑاپن آگیا۔ دو مہینے کے بعد پہلی بار یہ محسوس ہوا کہ جسم لطیف اور ہلکا ہے۔ یہ بات واضح کر دینا ضروری ہے کہ میں مٹھاس کے ترک کے ساتھ ساتھ ذہنی طور پر یکسو ہونے کی مشق بھی کرتا رہا۔

مٹھاس کے ترک سے جب خون میں نمک کی مقدار کا اضافہ ہوا تو پہلی مرتبہ دیواریں کاغذ کی بنی ہوئی نظر آئیں۔ اور زیادہ گہرائی پیدا ہوئی تو مکانیت ٹوٹنے لگی۔ بے خیالی کے عالم میں کمرے میں بیٹھا ہوا تھا کہ ذہن نے کروٹ بدلی اور یہ دیکھ کر حیرانی ہوئی فرش اور چھت کا فاصلہ فی الواقع کوئی فاصلہ نہیں ہے۔ میں نے جب چھت کو چھونا چاہا تو چھت اتنے قریب آگئی کہ میں نے اُسے آسانی سے چھولیا۔ یعنی

چھت اور فرش کا درمیانی فاصلہ ختم ہو گیا۔ مٹھاس چھوڑے ہوئے جب تین ماہ گزرے تو خوابوں کا لامتناہی سلسلہ شروع ہو گیا ایسے خواب جن کی تعبیر صبح بیدار ہونے کے بعد سامنے آجاتی تھی۔

میں نے دیکھا کہ میری بہن بیمار ہے سخت کرب کے عالم میں بے چین ہے صبح بیدار ہونے کے بعد مجھے اس بات پر اس لئے تعجب ہوا کہ میں رات کو بہن کے پاس سے آیا تھا اور کسی قسم کی تکلیف نہیں تھی۔ کچھ دیر گزرنے کے بعد اطلاع ملی کہ بہن کی طبیعت رات اچانک اتنی خراب ہو گئی کہ ڈاکٹر نے اسپتال میں داخل ہونے کا مشورہ دیا۔

کچھ عرصہ بعد خواب میں دیکھا کہ میرے ایک عزیز دوست کا خط آیا ابھی خط میں کھولنے بھی نہ پا یا تھا کہ میری نظر کسی ریلوے اسٹیشن پر پڑی جہاں لوگ اپنے عزیز اقرباء کو خوش آمدید کہنے کے لئے جمع ہیں۔ ریل پلیٹ فارم پر آئی تو میں بھی دوسروں لوگوں کی طرح ایک ڈبے سے دوسرے ڈبے میں کسی کو تلاش کرتا پھر رہا ہوں۔ اور اسی عالم میں میری آنکھ کھل گئی اگلے روز گیارہ بجے مجھے تار ملا کہ میرے دوست کراچی آرہے ہیں جب کہ بیس سال کے عرصے میں اس عزیز دوست سے نہ کبھی ملاقات ہوئی نہ خط و کتابت کا سلسلہ قائم رہا تھا۔

پھر یہ خواب عام تصورات اور عام خیالات سے ہٹ کر اس طرح جلوہ افروز ہوئے کہ میں خود کو ہواؤں میں محور واز دیکھنے لگا اڑنے کی صورت یہ ہوتی تھی جیسے ہوا میں پرندے اڑتے ہیں۔ لیکن پرندے پروں کو اوپر نیچے کرتے ہیں اور میں پرواز کے دوران ہاتھوں کو اونچا نیچا کرتا تھا۔ بعض اوقات اڑان اتنی اونچی ہو جاتی تھی کہ اوپر سے نیچے دیکھنے سے دہشت اور خوف مسلط ہو جاتا تھا۔ پھر ان خوابوں نے ایک نیا روپ دھارا وہ یہ کہ دور دراز کی چیزیں خواب میں نظر آتیں اور خواب میں قسم قسم کے لذیذ اور شیریں پھل کھانے کو ملتے اور جب میں نیند سے بیدار ہوتا تو زبان پر ان پھلوں کا ذائقہ اور شیرینی کا احساس موجود ہوتا۔ چھ مہینے تک مٹھاس استعمال نہ کی گئی تو یہ کیفیت وارد ہوئی کہ کھلی آنکھوں سے دور دراز کی چیزیں سامنے آنے لگیں۔ مثلاً یہ ہے کہ میرے ایک دوست سوئٹزر لینڈ میں مقیم تھے۔ بیٹھے بیٹھے مجھے اس کا خیال

آگیا اور میں نے دیکھا کہ میں سوئٹزر لینڈ میں اپنے دوست کے گھر میں موجود ہوں۔ اس کے گھر کا صحن کمرے اور کمرے کے اندر آرائش کا سامان میں نے اس طرح دیکھا جیسے ایک آدمی اپنے گھر کا ڈرائنگ روم دیکھتا ہے دوست کے ساتھ گفتگو بھی ہوئی میرے لئے یہ تجربہ بالکل نیا اور انوکھا تھا میں نے اپنے دوست کو ایک خط لکھا اور خیالی دنیا میں دیکھے ہوئے گھر کا ایک نقشہ بنایا سمتیں متعین کیں نقشے میں کمروں کی تعداد صحن کی پیمائش اور FRONT ELEVATION کی سمت لکھ کر یہ خط انہیں پوسٹ کر دیا۔ میرے دو ست نے جو اب اس بات پر بہت حیرت کا اظہار کیا کہ آپ کو کیسے پتہ چل گیا کہ میرے گھر کا نقشہ یہ ہے اور وہ EAST OPEN ہے اس میں کتنے کمرے ہیں اور ان کمرے میں کس قسم کا فرنیچر ہے انہوں نے لکھا کہ میں نے خط میں لکھی ہوئی ایک ایک بات کو گھر اور گھر میں آرائش کے سامان سے موازنہ کیا جو حرف بہ حرف صحیح نکلا انہوں نے لکھا کہ واقعہ یہ ہے کہ اتنی زیادہ تفصیل میں بھی بیان نہیں کر سکتا تھا۔

میٹھا چھوڑے ہوئے جب نو مہینے گزرے تو دماغ میں مخاطب کے خیالات منتقل ہونے لگے جو کچھ اس کے دماغ میں ہوتا تھا وہ من و عن بیان کر دیتا تھا۔

میرے ابا جی مسجد سے ظہر کی نماز پڑھ کر تشریف لائے میں چونکہ نماز ادا کرنے کے لئے مسجد نہیں جاسکا تھا اس لئے انہوں نے مجھے بہت سخت سست کہا۔ میں نے کہا ابا جی معاف کر دیں آئندہ کوتاہی سرزد نہیں ہوگی۔ لیکن جب وہ مسلسل سرزنش کرتے رہے تو یکایک خیال کی ایک لہر آئی میں نے دیکھا کہ ابا جی مسجد میں نماز پڑھ رہے ہیں اور بحالت نماز گھر کی چھت کا حساب لگا رہے ہیں۔ کہ اتنے پیسے شٹرنگ میں خرچ ہوں گے اتنے لوہے میں لگیں گے، وغیرہ وغیرہ۔ میں نے ان سے مودبانہ عرض کی کہ ایسی نماز کا کیا فائدہ جس میں آدمی گھر کی چھت کا حساب لگاتا رہے تو اس وقت مجھے بہت ندامت ہوئی جب ابا جی نے فرمایا کہ واقعتاً میں نماز میں حساب لگاتا رہا ہوں۔

یہ چند مثالیں اس بات کا بین ثبوت ہیں کہ مٹھاس کا ترک ٹائم اسپیس کی حد بندیوں کو توڑ دیتا ہے ہم نے مشقوں کے دوران میٹھی چیزوں کو کم سے کم استعمال کا مشورہ اس لئے دیا ہے کہ خیالات کے اوپر سے

ٹائم اسپیس کی گرفت کم سے کم ہو جائے، ٹیلی پیٹھی کی بنیاد ہی یہ ہے کہ ایک آدمی اپنے خیالات دوسرے آدمی کو بغیر کسی وسیلے کے منتقل کر دے وسیلے سے ہماری مراد یہ ہے کہ دو آدمیوں کے درمیان جو طبعاً فاصلہ اور وقت یعنی مکانیت اور زمانیت واقع ہے وہ ختم ہو جائے جیسا کہ ہم پہلے بتا چکے ہیں خیالات روشنی ہیں، ایسی روشنی جو ٹائم اسپیس سے آزاد ہے کیوں کہ ہمیں اس کی عادت نہیں کہ ہم بغیر وسیلے کے اپنی بات دوسروں تک پہنچائیں۔ اس لئے ہمیں یہ چیز حاصل کرنے کے لئے پہلے ذہنی یکسوئی کے ساتھ مشق کرنی پڑتی ہے۔ مشقیں بہت سی ہیں مثلاً شمع بینی، دائرہ بینی، اندھیرا بینی، نیگٹیو بینی، سورج بینی، چاند بینی، آب بینی آئینہ بینی وغیرہ وغیرہ۔

### آئینہ بینی:

آئینہ بینی سے متعلق ایک واقعہ مثال کے طور پر پیش خدمت ہے جو جمعہ ۱۱ اگست ۱۸۹۶ء انگلینڈ کے اخبار مارننگ لیڈر میں چھپا۔

گزشتہ ماہ ڈیوڈ تھا مس نامی ایک شخص کی لاش جو کہ لارڈونڈسر کی جاگیر میں بحیثیت کارپنٹر کام کرتا تھا، کارڈف کے قریب فرووان نامی موضع کے پاس پائی گئی۔ کسی نے اس کو گولی مار کر ہلاک کر دیا تھا۔ تلاش کے باوجود نہ تو قاتل کا کوئی سراغ مل سکا اور نہ سبب قتل کا علم ہوا۔ تمام شہادتوں کی رُو سے ڈیوڈ ایک خاموش طبع آدمی تھا اسے سب ہی پسند کرتے تھے اس کے گھریلو تعلقات بھی خوش گوار تھے۔ وہ کارڈنگ شائر کے ایک چھوٹے سے قصبے امیزان کا باشندہ تھا لیکن گزشتہ سال سے گلمورگن شائر میں رہ رہا تھا اس نے اسی جگہ ایک معزز خاتون سے شادی کی تھی۔

چند ماہ قبل اسے لارڈونڈسر کی جاگیر میں بڑھئی کی حیثیت سے ملازمت ملی تھی۔ اس لئے وہ کارڈف سے تھوڑی ہی دور ایک گاؤں سینٹ فاگان میں مقیم تھا۔

اسے اس گاؤں میں آئے زیادہ دن نہیں ہوئے تھے کہ ہفتے کی رات کو یہ المیہ پیش آگیا۔

حادثے کی رات اس نے اپنا کام وقت سے کچھ دیر پہلے ہی ختم کر دیا تھا تاکہ وہ اپنے کیمین کے آگے اُگی ہوئی گھاس اور جھاڑ جھکاڑ کاٹ سکے۔

سہ پہر کے وقت جب وہ کام سے بیزار ہو کر کیمین میں گیا تو اس کی بیوی نے اس سے کہا وہ بچوں کو باہر تفریح کے لئے لے جائے۔ اس نے کوئی جواب نہ دیا۔ اس کی بیوی جو کیمین کے دوسرے حصے میں کام کر رہی تھی اس پر زیادہ توجہ نہیں دی۔ تاہم اسے اتنا یاد رہا اس کے شوہر نے اوپر جانے کے بعد ہاتھ منہ دھو یا اور کپڑے بدلنے کے بعد بچوں کو ساتھ لئے بغیر ہی چلا گیا۔

ایسا معلوم ہوتا ہے کہ باہر اس کی کسی دوست سے ملاقات ہوگی اور دونوں ٹہلتے ہوئے شراب خانے میں چلے گئے جہاں انہوں نے کچھ بیئر پی اور دس بجے شب ایک دوسرے سے جدا ہو گئے اس وقت تھامس بہت خوش تھا اور تیزی سے چلتا ہوا گھر کی طرف روانہ ہو گیا کچھ ہی دیر بعد وہ سڑک کے ایک سنسان مقام پر پہنچا۔ اسی لمحے ایک دوسرے راہ گیر نے پستول چلنے کی آواز اور ایک دردناک چیخ سنی۔ اس راہ گیر کو گولی چلنے کے فوراً بعد ایک ایسا آدمی تیز تیز چلتا ہوا دکھائی دیا جس کے انداز سے پریشانی مترشح تھی۔

اس مقام سے دو گز آگے راہ گیر کو سڑک کے کنارے لاش پڑی دکھائی دی جب اس نے لوگوں کو مدد کے لئے پکارا تو معلوم ہوا کہ لاش ڈیوڈ تھامس کی ہے۔ اسے تقریباً سو گز کے فاصلے سے گولی ماری گئی تھی۔ مگر وہ فوراً ہی نہیں مر گیا۔ بلکہ دہشت کے عالم میں کچھ دور تک دوڑتا چلا گیا تھا۔ سڑک پر اتنی دور خون کی لکیر صاف دکھائی دے رہی تھی

اس قتل اور قاتل کی شناخت کے سلسلے میں "کارڈف سائیکولوجیکل سوسائٹی" کی جانب سے ایک آئینہ بنی کرنے والی ۱۹ سالہ لڑکی نے آئینہ بنی کے ذریعے عجیب و غریب انکشافات کیے۔ کچھ دنوں کے بعد اس لڑکی کو فیر وائر لے جایا گیا۔ وہ اس سے قبل کبھی وہاں نہیں گئی تھی۔ وہاں جا کر اس نے سابقہ طریقہ کے ذریعے قتل سے متعلق تمام تفصیلات بیان کر دیں۔

اس عجیب و غریب واقعہ کی اطلاع اخبار ”ویسٹرن میل“ والوں کو بھی ہوئی۔ لڑکی کے بیان کو مشکوک سمجھتے ہوئے انہوں نے کہا کہ وہ اخبار کے دو نمائندوں کی موجودگی میں اس تجربے کو دہرائے۔ لڑکی نے اس پیش کش کو قبول کر لیا۔ چنانچہ ایک رات اس تجربے میں حصہ لینے والے تمام افراد شراب خانے کے باہر جمع ہو گئے جہاں مقتول ڈیوڈ تھامس نے اپنی زندگی کا آخری جام پیا تھا۔ شراب خانے سے وہ آئینہ بین لڑکی چل پڑی۔ اس کے ہمراہ ویسٹرن میل کے نمائندے بھی تھے وہ خاموشی سے چلتی رہی حتیٰ کہ ایک جگہ وہ خود ہی بول اٹھی ”میں اپنی نگاہوں کے سامنے ایک پستول دیکھ رہی ہوں اس کا رخ میری جانب ہے پستول نیا اور چمک دار ہے۔ اس پستول کا دہانہ کشادہ نظر آ رہا ہے اور نال میری جانب اٹھی ہوئی ہے۔“

چالیس گز مزید آگے بڑھنے کے بعد لڑکی نے دوبارہ کہا۔ ”میں کسی کے قدموں کی چھاپ سن رہی ہوں مجھے ایک آدمی دکھائی دے رہا ہے۔“

"کہاں؟" نمائندوں نے سوال کیا۔

"بالکل ہمارے سامنے، وہ سڑک کے کنارے لگی ہوئی باڑ کے ساتھ، ریگ رہا ہے غالباً اس کوشش میں ہے کہ کوئی اسے دیکھ نہ لے۔"

"اس کا حلیہ کیا ہے اس نے کیسے کپڑے پہن رکھے ہیں؟"

آئینہ بین لڑکی جس پر اس وقت جذب کی سی کیفیت طاری تھی تیزی سے بولنے لگی اور اچانک اس کے قدموں میں بھی تیزی آگئی۔ اس کے ہمراہ چلنے والے نمائندوں نے اسے بانہوں سے پکڑ کر سہارا دے رکھا تھا۔ اچانک لڑکی نے ایک جھٹکے سے ایک ساتھی کو آگے دھکیل دیا۔ اس نے جس خیالی شبیہ کو دیکھا تھا وہ اس کے تعاقب میں تھی۔ لڑکی کے حلق سے ایک دل خراش چیخ نکلی۔ ایک اخباری نمائندے



”اب تم ہم سے کیا چاہتے ہو دوست! ہم کیا کریں؟“ سوال کیا گیا۔

آہستہ آہستہ لڑکی کے لب حرکت کر رہے تھے جیسے وہ انتہائی کرب کے عالم میں بولنے سے قاصر ہونے کے باوجود بولے بغیر نہ رہ سکتی ہو۔

”میں اپنا انتقام لوں گا۔“

”کس سے؟“

”جس نے مجھے گولی مار کر ہلاک کیا ہے۔“

اس گفتگو کے بعد لڑکی نے انہیں آلہ قتل کے بارے میں بتایا۔ اس پستول کو برآمد کر لیا گیا جس سے ایک سال قبل ڈیوڈ تھا مس کو ہلاک کیا گیا تھا۔ اس دوران لڑکی مردہ حالت میں بظاہر ٹیلی فون کے ایک کھمبے کے قریب لیٹی رہی رفتہ رفتہ اس کی حالت معمول پر آتی چلی گئی اور پھر یکایک وہ چلانے لگی۔ دیکھو، دیکھو اس کا لہجہ انتہائی خوف زدہ تھا۔ ”خون دیکھو۔“

”کہاں؟“

”یہاں دیکھو! لڑکی چلائی۔“ خون کے قطرے۔“

اخباری نمائندوں نے بغور دیکھا لیکن غیر مرئی خون کے قطرے انہیں نظر نہیں آئے۔

”مجھے یہاں سے دور لے چلو۔“ لڑکی نے اپنے پورے وجود سے کانپتے ہوئے کہا۔

اور پھر یکایک اس کا جسم اکڑ گیا۔ اس نے کہا۔ ”وہ ادھر ہے۔ ایک مرتبہ پھر لڑکی کے لہجے پر

شدید خوف کا غلبہ ہوا۔ اور اس کا چہرہ سفید پڑ گیا۔ آنکھوں سے ابھی تک مردنی جھلک رہی تھی۔“

”تم کیا دیکھ رہی ہو۔“

”بھوت۔“ لڑکی نے جواب دیا۔

اس کے فوراً بعد ہی اخباری نمائندے کی ٹیم وہاں سے واپس آگئی۔ ان میں سے ہر ایک اپنی اپنی جگہ خوف زدہ تھا اور ان کے چہرے پیلے پڑ گئے تھے۔ بظاہر یہ واقعہ بہت پیچیدہ اور عقل کی حدود سے باہر ہے لیکن ایسا نہیں ہے۔ آپ ٹیلی پیٹھی کے مضمون میں پڑھ چکے ہیں کہ انسان کے اندر دو دماغ کام کرتے ہیں دماغ نمبر دو جب متحرک ہو کر سامنے آتا ہے تو ایسی باتیں سامنے آنے لگتی ہیں جن کی عقل اس لئے تشریح نہیں کر پاتی کہ وہ ٹائم اسپیس کی حد بندیوں میں جکڑی ہوئی ہے۔ آئینہ بنی ہو یا اور کسی قسم کی مشق جو دماغ کو خیالات کے ہجوم سے نکال کر کسی ایک نقطہ پر مرکوز کر دے اس کے نتائج بھی مرتب ہوتے ہیں کہ نظر وں کے سامنے ایسے خیالات و واقعات دور کرنے لگتے ہیں جو عام نظروں سے پوشیدہ ہوتے ہیں۔ اسی بات کو مختصراً اس طرح کہا جاسکتا ہے کہ جب خیالات کا ہجوم ٹوٹ کر صرف اور صرف ایک خیال میں مرکوز ہو جائے تو انسان کے اندر چھٹی حس اپنی پوری توانائیوں کے ساتھ متحرک ہو جاتی ہے۔

یہ ہم سب کا روزمرہ کا مشاہدہ ہے کہ ہماری زندگی کا تار پود دراصل مختلف النوع خیالات پر قائم ہے اور نوع انسانی خیالات کے ان ہی چھوٹے بڑے ٹکڑوں پر زندگی گزارتی ہے۔

مثال:

ہمیں بھوک لگتی ہے۔ بھوک کیا ہے؟ جسمانی نشوونما قائم رکھنے کے لئے بھوک طبیعت کا ایک تقاضہ ہے یہ تقاضہ خیال بن کر ہمارے دماغ پر وارد ہوتا ہے اور ہم اس خیال کی طاقت کے زیر اثر کچھ نہ کچھ کھانے پر مجبور ہو جاتے ہیں۔ علیٰ ہذا القیاس زندگی کا ہر تقاضہ اسی قانون کا پابند ہے۔ زندگی میں کوئی عمل ایسا نہیں ہے جو خیال سے شروع ہو کر خیال پر ختم نہ ہوتا ہو۔ اعصاب جب تکان محسوس کرتے ہیں تو طبیعت ہمیں خیال کے ذریعے اس بات سے مطلع کرتی ہے کہ ہمیں آرام کرنا چاہیے اور ہم سو جاتے ہیں وغیرہ وغیرہ۔

## کیفیات و واردات سبق نمبر ۱

لاہور سے منیرہ فاطمہ لکھتی ہیں کہ میں بہت دنوں سے ٹیلی پیٹھی سیکھنے کی خواہش مند تھی۔ روحانی ڈائجسٹ میں ٹیلی پیٹھی کی پہلی مشق شائع ہوئی تو میرے دل کی مراد پوری ہوئی تو میں نے اللہ کا نام لے کر مشق شروع کر دی مشق کے دوران جو کیفیت مرتب ہوئی جو چیزیں سامنے آئیں ان کی تفصیل پیش خدمت ہے۔

۹۔ جون : نور کے سمندر میں ڈوب جانے والی مشق کر رہی تھی تو معلوم نہیں کس وقت نیند کا غلبہ ہوا اور میں سو گئی۔ خواب میں دیکھا کہ اللہ کا نور ہے جس کا رنگ مرکری لائٹ (MERCURY LIGHT) کی طرح ہے لیکن اس روشنی میں اتنی زیادہ چمک تھی کہ جب میں نے نظر بھر کے دیکھا تو میری آنکھیں چندھیا گئیں۔ اس کے بعد اس مقام کی زیارت کی جہاں شہیدوں کی روہیں رہتی ہیں۔

فجر کی نماز کے بعد خواب میں دیکھا کہ کافی تیز طوفان اور میں دروازے کھڑکیاں بند کرنے کی کوشش کر رہی ہوں وہ بند نہیں ہوتیں۔ اتنے میں ایک گوالا آتا ہے اور مجھے خاص طور سے دودھ دیتا ہے جو کہ بہت گاڑھا ہے۔ وہ مجھے یہ دودھ پینے کی تلقین کرتا ہے۔ اس کا نام علم دین ہے دروازہ کھلا چھوڑ کر جب میں آنگن سے کمرے کی طرف آتی ہوں تو آسمان کی طرف دیکھتی ہوں میرے سر کے عین اوپر ایک نہایت روشن ستارہ ہے جو بہت خوبصورت ہے اس کے ارد گرد بال ہیں پہلے تو میں اسے دیکھ کر ڈر جاتی ہوں پھر مطمئن ہو کر اللہ کی حمد و ثناء میں مشغول ہو جاتی ہوں۔

۱۰۔ جون : آج رات بھی نور کے دریا میں ڈوبنے کا تصور کرتے کرتے سو گئی خواب میں دیکھا کہ ایک نہایت باریک پٹی زمین اور آسمان کے درمیان معلق ہے اور یہ زمین سے آسمان کی طرف جانے کا راستہ ہے جو بہت زیادہ روشن ہے۔ میری نظریں اس روشن راستے کو عبور کر کے جب آسمان میں داخل ہوئی تو میں

نے اللہ کی آواز سنی اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا ”تم اس راستے پر (نوری راستہ جو زمین اور آسمان کے درمیان ہے) چلنا چاہتی ہو تو لوگوں کو نیکی اور ہمدردی کی ہدایت کرو۔“

۱۱۔ جون : مراقبہ نور کے درمیان یوں محسوس ہوا جیسے کسی نے میرے سامنے سے ایک کالی اسکرین ہٹا دی شکاف کے اندر جب میں نے غور سے دیکھا تو مجھے عجیب سے چیزیں نظر آئیں مثلاً ایک بہت بڑی میز، بہت خوبصورت اور بڑا سا پیالہ وغیرہ وغیرہ۔

۱۳۔ جون : مراقبہ نور کے درمیان یوں محسوس ہوا جیسے نظروں کے سامنے نور کا ایک عظیم اور لامحدود سمندر ہے جس میں ساری کائنات ڈوبی ہوئی ہے ایسے میں، میں نے اپنے آپ کو اندر سے کھوکھلا پایا اور میں نے دیکھا میں تو جسم کے نام پر محض ایک باریک ورق ہوں جہاں چاہوں جب چاہوں جاسکتی ہوں۔ لہذا اپنے استاد کے پاس فضائے بسیط میں تیرتے ہوئے جانے کا سوچا خیال کے آتے ہوئے ہی اپنے آپ کو اڑتا ہوا محسوس کرنے لگی اور میرا رخ خود بخود کراچی کی طرف ہو گیا۔

۱۵۔ جون : نور کے دریا میں غرق ہو گئی ایک بڑی کتاب دیکھتی ہوں۔ کھول کر پڑھتی ہوں اس میں فارسی زبان میں کچھ لکھا ہوا ہے اس تحریر کے ساتھ ساتھ اوپر کی طرف پیٹنگز بنی ہوئی ہیں یعنی ہر تصویر کے بارے میں تفصیل درج ہے ایک تصویر دیکھی جو نور کے سمندر کی عکاس ہے، نیلی شعاعوں کا بہت بڑا سمندر ہے جو حد نظر تک پھیلا ہوا ہے۔ شعاعوں کی اس قدر زیادتی ہے کہ دیکھ کر خوف آتا ہے۔ سمندر بہت بڑی بڑی لہروں اور گہرے بادلوں کی صورت میں موجود ہے۔ جب میں دوسرا ورق پلٹتی ہوں تو ایک پیٹنگ ہے جس میں ایک نہایت ہی گہرے ہلکے نیلے رنگ کا ایک بہت بڑا سمندر ہے اس کے بیچوں بیچ ایک بہت باریک مگر نیلگوں سفید روشنی کا راستہ ہے۔ راستے کے دائیں طرف ایک بہت بڑا درخت ہے راستے کے اختتام پر ایک بہت ہی نہایت ہی شفیق اور معصوم بزرگ کھڑے ہیں۔ ان کا لباس مرکری لائٹ جیسا ہے سمندر میں مرکری روشنی اس قدر ہے کہ میں دوبارہ دیکھنے کی جرات نہ کر سکی۔ لیکن بہت کر کے دیکھا تو وہ بزرگ راستے کے اختتام پر استقبال کرنے کے لئے کھڑے ہیں ان پر ایک عجیب سی روشنی پڑ رہی

ہے جو ان کے پیچھے دیوار میں سے آرہی ہے۔ وہ اس دیوار کو نہیں دیکھ رہے ہیں یوں محسوس ہوتا ہے کہ جیسے سمندر جو کہ بہت ہی گہرے نیلے بادلوں اور مرکزی شعاعوں کا مجموعہ ہے اس راستے کو ڈبو دے گا۔ اور پھر یوں ان بزرگ کا بھی پتہ نہیں چلے گا۔ مگر ایسا نہیں ہے کیوں کہ سمندر صرف راستہ تک آتا ہے اور واپس چلا جاتا ہے۔

میں نے جب یہ مشقیں شروع کیں ہیں نہ جانے کیوں میرے چہرے پر ہر وقت مسکراہٹ رہتی ہے۔ اس کے علاوہ چہرے پر بردباری آگئی ہے اور اللہ تعالیٰ اس قدر رحمن و رحیم نظر آتا ہے کہ اس کے قہر و جلال کا تصور بہت کم ہو گیا ہے۔ جی چاہتا ہے کہ بس خاموش رہوں اور اپنے خدا کا تصور کرتی رہوں میرے اندر سے آواز آتی ہے ”میری بندی! میں تیرے پاس ہوں، پر تو مجھ سے ابھی دور ہے۔“

### فرشتے:

سانگھڑ سے جناب ممتاز علی لکھتے ہیں کہ پہلے سبق پر عمل کے نتیجے میں مرتب ہونے والی کیفیات پیش کر دہا ہوں۔

رات کو مشق کی اور مشق کے بعد مراقبہ کیا۔ دوران مراقبہ میں نے دیکھا کہ میرا پورا وجود خربوزے کی کاشوں کی طرح کھل گیا اور کچھ لوگ جو غالباً فرشتے تھے یا کوئی اور مخلوق تھی، میرے جسم کے اندر سے سیاہ رنگ کے سانپوں جیسی چیزیں نکال نکال کر پھینک رہے ہیں۔

۱۵۔ جون : نور کے سمندر ڈوبنے کی مشق کرنے میں سخت مزاحمت پیش آرہی ہے محسوس یہ ہوتا ہے کہ مجھے جنات پریشان کر رہے ہیں اور میرے اندر گھس کر بیٹھ گئے ہیں۔

۱۶۔ جون : نیم غنودگی کے عالم میں ایک مقام دیکھا جس کا رنگ سبز ہے اس کے اندر ایک نوجوان اور خوبصورت عورت ٹہل رہی ہے، بس ایک لمحہ کی جھلک تھی اس کے بعد منظر نظروں سے غائب ہو گیا دل میں خوشی کی ایک لہر اٹھی کہ کچھ کامیاب ہو رہا ہوں۔ اب کیفیت یہ رہتی ہے کہ دن کے

وقت جب آنکھیں بند کرتا ہوں تو اپنے آپ کو سمندر میں ڈوبا ہوا محسوس کرتا ہوں۔ جسم میں طاقت اور چستی اور بھرپور قوت ارادی محسوس کر رہا ہے۔

۱۸۔ جون : خواب میں خود کو ایک سبز رنگ کی دنیا میں دیکھا جہاں کی ہر چیز مکانات، باغات مرد اور عورتیں غرض کہ اس دنیا کی سب چیزیں سبز ہے۔

### نیند کی دیوی:

نیاز احمد شیخوپورہ۔

جب کسی ایک نٹھنے سے سانس کو اندر کھینچتا ہوں تو بمشکل تین چار سیکنڈ تک کھینچ سکتا ہوں، بائیں نٹھنے کی نسبت دائیں نٹھنے سے سانس لینے میں زیادہ دقت پیش نہیں آتی۔ حالانکہ سانس باہر خارج کرنے میں پانچ سیکنڈ آسانی سے پورے کر لیتا ہوں اور جب سانس اندر روکتا ہوں تب بھی کوئی تکلیف نہیں ہوتی میں آسانی سے ۳۰ سیکنڈ تک سانس روک سکتا ہوں۔ لیکن دوران مشق پانچ سیکنڈ تک ہی سانس روکتا ہوں۔

”تصور نور“ کی مشق مکان کی چھت پر چار پائی پر بیٹھ کر کرتا ہوں پہلے تین روز تک تو نور کا کوئی تصور ہی قائم نہیں ہو سکا۔ طرح طرح کے خیالات تنگ کرتے رہے لیکن اب خیالات کے شدت میں کمی آگئی ہے۔

۱۴۔ جون : مشق شروع کی حسب معمول خیالات کی فوج ظفر موج نے یلغار کردی میں نے کسی خیال کو نہ تو روکنے کی کوشش کی اور نہ ہی ارادہ کیا اس کا اثر یہ ہوا کہ کوئی بھی خیال جو آتا فوراً گزر جاتا۔ پھر چند سیکنڈ غالباً دو سیکنڈ تک نور کی ایک لکیر سی نظر آئی جو ایک طرف سے باریک اور دوسری طرف سے موٹی تھی۔ اور وہ کسی پہاڑ کی طرف جاتی تھی۔

۱۸۔ جون : میں نے اپنے وجود کو ایک سرسبز علاقے میں پایا اور میرے پاؤں کی طرف سے ایک نالی جو روشنی سے بھری ہوئی تھی۔ لہلہاتے کھیتوں اور باغات سے گزرتی ہوئی ایک پہاڑ کے دامن میں جا کر گم ہو گئی۔

جب میں سانس کی مشق کرتا ہوں تو نیند کی دیوی آدھمکتی ہے جو بار بار اصرار کرتی ہے کہ میں اس کی آغوش میں چلا جاؤں۔ مگر جب میں آدھے گھنٹے بعد تصور نور میں لیٹ جاتا ہوں تو نیند کی وہ پیاری دیوی نہ معلوم کہاں گم ہو جاتی ہے۔

### نور میں ڈوبی ہوئی کائنات:

کراچی سے رضیہ سلطانہ نے ۲۰۔ جولائی سے ۲۷ جولائی تک کی رپورٹ لکھی ہے:

آج سے نور کے سمندر میں غرق ہونے کی مشق شروع کی۔ عشاء کی نماز کے بعد رات گیارہ بجے تصور کیا کہ ساری کائنات نور میں ڈوبی ہوئی ہے اور میں بھی نور کے سمندر میں ہوں۔ مشق شروع کرنے سے قبل پچاس مرتبہ درود شریف اور سومرتبہ یا جیمی یا قیوم کا ورد کیا۔ تصور تقریباً پندرہ منٹ کیا لیکن تصور قائم نہ ہو سکا۔ چونکہ کافی تھکی ہوئی تھی پندرہ منٹ بعد سو گئی

۲۳۔ جولائی : آج میں نے تقریباً بیس منٹ مشق کی مجھے یوں محسوس ہوا گویا کہیں کہیں سے روشنی کی کرنیں آرہی ہیں۔ کرنیں آنکھ کے دائیں بائیں گوشے سے آتی ہوئی محسوس ہوئیں لیکن کسی واضح شکل میں سامنے نہیں آئیں بلکہ تیزی سے حرکت میں رہیں جیسے کوئی شعاع منعکس ہو۔

۲۷۔ جولائی : دوران مشق یوں محسوس ہوا گویا ہلکے سفید رنگ کے کچھ دھبے سے ہیں۔ یہ دھبے ایک کے بعد ایک آتے رہے۔ کافی مختصر عرصہ کے لئے نگاہوں کے سامنے رہے اور پھر غائب ہو گئے۔

## تیسری آنکھ :

فاروق مصطفیٰ۔ بہاول پور۔۔۔

۳۔ اگست : مراقبہ نور کی مشق شروع کرنے کے تھوڑی دیر بعد دریا کا تصور کچھ قائم ہوا۔ مراقبہ ہوتے وقت میرا رخ شمال کی طرف تھا مگر دریا کا تصور مشرق سے مغرب کی طرف قائم ہوا۔ دیکھا کہ ایک نور کا دریا ہے سفید رنگ نورانی روشنی میں ہلکی سے پیلا ہٹ ہے سامنے زمین سے بہت دور ایک کنارہ ہے دو سرا کنارہ بھی زمین سے بہت دور ہے۔ زمین وسط میں ڈوبی ہوئی ہے۔ دائیں طرف بہت دور سے دریا آ رہا ہے اور بائیں طرف کو کہیں دور جا رہا ہے۔

تصور قائم ہوتے ہی یوں محسوس ہوا کہ جیسے چہرے پر سفید روشنی پڑ رہی ہو مشق کے شروع میں خوف سا محسوس ہوا تھا لیکن پھر فوراً ہی ختم ہو گیا۔

۱۱۔ اگست : ایک طویل راہ داری نظر آئی جس کی دوسری طرف سرسبز درخت روشنی سے نہائے ہوئے موجود تھے۔ روشنی بعض اوقات سفید ٹیوب لائٹ جیسی نظر آتی۔ اور بعض اوقات دھوپ جیسی محسوس ہوتی ہے۔

۱۲۔ اگست : مشق شروع کرنے کے کچھ دیر بعد جب تصور نور میں ڈوبا ہوا تھا ایک دم آنکھوں کے سامنے روشن چمکیلی سفید لہر آئی اور معدوم ہو گئی اور سارے جسم میں سنسنی سی دوڑ گئی۔

۱۵۔ اگست : ایک موم بتی نظر آئی۔ شعلہ سبز رنگ کا تھا اور شعلے کے درمیانی جگہ سیاہ تھی پھر کئی موم بتیاں نظر آئیں۔

۱۷۔ اگست : مشق شروع کرتے ہی نور کے دریا میں ڈوب گیا اور اس کے ساتھ میرے اوپر غنودگی سی چھا گئی۔ نہیں معلوم غنودگی میں کیا کیا نظر آیا۔ تھوڑی دیر بعد نیند کا جھٹکا لگا اور بیدار ہو گیا۔

پھر تصور قائم ہوتے ہی غنودگی میں چلا گیا کافی دیر تک یہ چکر چلتا رہا جھٹکے لگتے رہے اور غنودگی چھاتی رہی۔

۲۲۔ اگست: اب کیفیت یہ ہے کہ میں آنکھیں بند کر کے کسی بھی وقت جس چیز کا بھی تصور کرتا ہوں ایسا محسوس ہوتا ہے جیسے وہ چیز میری آنکھوں کے سامنے ہے۔

۱۔ ستمبر: حسب معمول شمال کی طرف منہ مشق شروع کی۔ لیکن فوراً خیال آیا کہ مغرب کی طرف منہ کرنا چاہئے یوں لگا جیسے میرا جسم مغرب کی جانب گھوم رہا ہے۔ یہ خیال اتنا طاقتور تھا کہ واقعاً مغرب کی طرف منہ کرنے پر مجبور ہو گیا۔ پھر تصور قائم ہوتے ہی غنودگی میں چلا گیا اس کے بعد ذہنی سکون ہو گیا۔ جسم کے مختلف حصوں میں سونیاں چھبتی رہیں۔ پھر یوں لگا جیسے سینا اور پیٹ کے درمیان ایک لمبا سا شگا ف پڑ گیا ہے اور پھر اوپر والا حصہ لباس کی طرح جسم سے اترنا چاہتا ہے۔

۲۳۔ ستمبر: آج مراقبہ شروع کرنے کے تھوڑی ہی دیر بعد یہ محسوس ہوا کہ میری پیشانی کے عین درمیان میں ایک آنکھ موجود ہے اور آنکھ اس نور کو دیکھ رہی ہے جس نور کے اندر میں خود اور زمین ڈوبی ہوئی ہیں سونیاں چھبنے کا احساس آج بھی ہوتا رہا۔

### دعا قبول ہو گئی:

محمد جہانگیر تبسم، ڈیرہ اسماعیل خاں۔۔۔

۱۳۔ ستمبر: مراقبہ میں دیکھا کہ میں نور کے دریا میں غوطے کھا رہا ہوں۔ صرف سر باہر ہے اسی دو ران کسی نیبی آواز نے مبارک باد دی مشق کے دوران میں نے سر میں ایک بھاری پن محسوس کیا۔

۱۴۔ ستمبر: سر میں بائیں طرف کسی لہرنے سر کو تھمے ہوئے میرے دماغ میں ہلچل مچادی اور میں نے اپنی آنکھوں سے سفید رنگ کی روشنی کی لہریں نکلتی ہوئی محسوس کیں۔

۱۶۔ ستمبر: دیکھا کہ میرے چاروں طرف نور ہی نور ہے اور سامنے اونچا مینار ہے۔ میں دریا نور میں غوطہ کھاتا ہوا مینار تک پہنچا۔ اس کے بعد تصور ٹوٹ گیا سر میں ہلکا ہلکا درد محسوس ہوا اور میرے دماغ میں روشنی کی لہریں نکلنے لگیں۔

۲۰۔ ستمبر: رات دس بجے نور کے سمندر میں ڈوبنے کی مشق کے دوران دیکھا کہ میں نور کے سمندر میں ڈوبا ہوا ہوں دوسرے اور بھی لوگ میرے ساتھ سمندر میں ڈوبے ہوئے ہیں۔ اچانک میرے دماغ میں باغ کا تصور ابھر اور دیکھا کہ باغ کے اندر بہت سے بزرگ بیٹھے ہوئے ہیں میز پر ہر طرح کے کھانے لگے ہوئے ہیں ایک پلیٹ میں سبز قسم کی کوئی چیز رکھی ہوئی ہے اور باقی پلیٹوں میں قسم قسم کے کھانے ہیں۔ بزرگ ان کو دوسری چھوٹی پلیٹوں میں ڈالتے ہیں۔ اس کے بعد اچانک کوئی چیز میرے سامنے آگئی وہ چیز اتنی روشن تھی کہ اس کی چمک سے میری آنکھیں چندھیا گئیں۔

۲۱۔ ستمبر: آج رات تصور کے دوران میں نے دیکھا کہ میں ایک باغ میں ہوں۔ اچانک ایک آواز آئی ”اے میرے بندے!“ میں نے آسمان کی طرف دیکھا ایک جگہ بہت زیادہ روشنی تھی پھر دوسری آواز آئی ”اے میرے بندے! ہم تھوڑی سی بھی نیکی کا بہت بڑا اجر دیتے ہیں مراقبہ کر اور اللہ کی کتاب کو سمجھ کر پڑھ۔“ اس کے بعد میں نے دعا کی ”یا اللہ! مجھے ٹیلی پیٹھی میں کامیابی عطا فرما۔“ اور یہ دعا قبول کر لی گئی۔

### ڈوب ڈوب کر ابھرنا:

راولپنڈی سے عقیل احمد لکھتے ہیں:-

آپ کی ہدایت کے مطابق ٹیلی پیٹھی کی مشقیں شروع کیں تفصیل حسب ذیل ہے۔

۱۸۔ جون: آنکھیں بند کر کے یہ تصور کرنا شروع کیا کہ نور کا ایک دریا ہے جس میں ساری کائنات اور میں خود ڈوبا ہوا ہوں بڑی مشکل یہ ہے کہ ارد گرد خاموشی نہیں ہوتی۔ کہیں سے مسلسل پتکھے

چلنے کی آواز سنائی دیتی ہے تو کہیں سے ریڈیو پر مسلسل گانے نشر ہوتے رہتے ہیں جو ارتکاز توجہ میں خلل ڈالتے ہیں۔ بہر حال تھوڑی دیر بعد نور کا تصور قائم ہونا شروع ہو گیا دوران مشق جس چیز کا بھی خیال آیا وہ کبھی مکمل اور کبھی نہ مکمل طور پر نور میں ڈوبی ہوئی دکھائی دی۔ نور کا مکمل تصور قائم نہ ہو سکا۔

۲۲۔ جون: نور کا تصور قائم ہوا اور میں اپنے آپ میں سے نکل کر کھلی فضا میں چلا گیا۔ میں نے نور کے دریا میں غوطے لگانا شروع کر دیئے اور اس کے ساتھ ساتھ یہ بھی محسوس ہونے لگا جیسے میں بھی نور کے دریا میں ڈوبا ہوا ہوں۔ اور نور میں ڈھل کر نور بن گیا ہوں اور ایک بات میں نے یہ نوٹ کی وہ یہ ہے کہ اب کام کرنے کو بہت جی چاہتا ہے پہلے حال یہ تھتا کہ ہر کام کو نہ کرنے اور ٹالنے کے بہانے سوچتا رہتا تھا لیکن اب طرز فکر یہ ہو گئی ہے کہ جب کام کرنا ہی تو کر ڈالو۔

۲۷۔ جون: سونے کے لئے جب بستر پر لیٹا اور آنکھیں بند ہوئیں تو یوں محسوس ہوا جیسے میں نور کے سانچے میں ڈھلا ہوا بستر پر لیٹا ہوا ہوں۔ رات کو نیند سے بیدار ہوا تو آنکھوں میں مدھم مدھم سی روشنی دکھائی دی۔ آنکھیں کھولی تو یہ روشنی غائب ہو گئی اب نیند بہت گہری آتی ہے۔

۱۔ ستمبر: آج نور کا تصور زیادہ واضح طور پر قائم ہوا میں نور کے دریا کے اوپر پرواز کرتا رہا نور میں غوطہ لگا تا رہا۔ چلتا پھرتا رہا اور ڈوب ڈوب کر ابھر تا رہا میں نے اپنے آپ کو ان گنت جسموں میں تقسیم ہوتے دیکھا۔

## جنت کا باغ:

محمد صفدر تابانی، شیخوپورہ لکھتے ہیں:-

۲۹۔ اکتوبر: صبح فجر کی نماز کے بعد ٹیلی پیٹھی کی پہلی مشق کا آغاز کیا مختلف خیالات دل میں آتے رہے پھر دیکھا کہ ایک دریا ہے میں جس کا پانی ٹھاٹھیں مار رہا ہے۔ پھر ایک سمندر نظر آیا جس کی لہریں ایک دوسرے سے ٹکراتی ہوئی کنارے کی جانب بڑھ رہی تھیں۔ مجھے خیال آیا یہ تو پانی کا دریا ہے لیکن مجھے تو نور

کے دریا کی تلاش ہے یہ خیال آتے ہی ایک باغ سامنے آگیا۔ اس میں ایک نہر جاری تھی جس کا پانی شیشے کی مانند چمک رہا تھا میں نے اس میں ہاتھ ڈالا تو یہ معلوم ہوا کہ یہ پانی نہیں ریت اور پاؤ ڈر کی طرح چمک دار چیز ہے۔ پھر کئی خوبصورت مناظر فلم کی طرح نگاہوں کے سامنے آتے رہے۔

۳۰۔ اکتوبر : نماز فجر کے بعد مراقبہ شروع کیا کل کی طرح ندیاں اور دریا سامنے آگئے ان پر دھند سی چھائی ہوئی تھی۔ سمندر کا پانی بھی دھند کی طرح سفید اور بادلوں کی طرح ادھر ادھر اڑ رہا تھا۔ سماں بہت سہانہ تھا میں نے اس سمندر میں غوطہ لگانے کی کوشش کی لیکن کامیاب نہیں ہو سکا پھر میرے ذہن میں یہ خیال آیا مجھے تو یہ تصور قائم کرنا ہے کہ ساری دنیا اور میں نور میں ڈوبا ہوا ہوں۔ اور پھر میں نور کی تلاش میں نکل پڑا۔ دریا اور سمندر دھند کی شکل میں سامنے آتے رہے۔ رات کے مراقبہ میں دیکھا کہ ایک پہاڑ ہے جس پر میں کھڑا ہوا ہوں نیچے جھانکا تو کہیں سے سفید رنگ کی روشنی آتی ہوئی دکھائی دی۔ ذرا اور آگے بڑھ کر دیکھا تو سفید اور نیلے رنگ کی توریوں کی چاروں طرف پھیلی ہوئی تھی۔ میں نے چاہا کہ اس میں غوطہ لگاؤں۔ قریب جا کر دیکھا تو معلوم ہوا یہ تو ابلتے ہوئے پانی کا چشمہ ہے وہاں میں ایک ایسی وادی میں پہنچ گیا جس کے مکانات سیاہ اور سنہرے پتھروں سے بنے ہوئے تھے۔ یہ مکانات بہت اونچے تھے اور چاند کی روشنی ایسا سماں پیدا کر رہی تھی کہ مجھے پرستان کا گمان ہونے لگا۔ پھر میں نے ایک دروازہ کھولا تو دیکھا کہ ایک نہر ہے جس میں پانی کے بجائے نور ہی نور ہے۔ اس طرح میں نے تین چار دروازے کھولے اور دروازے کے اندر ایک نہر دیکھی جس کا پانی سفید اور نیلا تھا رنگ بڑا چمکدار تھا۔ تب میں نے اپنے ذہن میں یہ تصور قائم کیا کہ میں خود اور ساری دنیا نور میں ڈوبے ہوئے ہیں ساری دنیا اور خود کو بھی چاند کی چاندنی میں ڈوبا دیکھا۔ پھر میں نے بلب کی روشنی کی طرح لہریں دیکھیں۔ یہ لہریں شمال سے جنوب کی طرف جا رہی تھیں۔

۳۱۔ اکتوبر: مراقبہ میں دیکھا کہ نور کا رنگ اس طرح تھا جیسے چاندنی میں تھوڑی سی نیلا ہٹ ملی ہوئی ہو۔ یکایک میں اڑا اور ایک پہاڑی پر جا پہنچا۔ اور ایک غار میں کھڑے ہو کر اللہ کے گھر کی طرف دیکھا

۔ وہاں نور ہی نور برس رہا تھا، میں اس غار سے نکل کر ایک پتھر پر جا بیٹھا۔ وہ پتھر مجھے لیکر اوپر اٹھا اور دیکھتے ہی دیکھتے آسمانوں سے اندر ہوتا ہوا کسی ایسے مقام پر پہنچ گیا جہاں سفید دیواروں پر سیاہ رنگ کے حاشیے بنے ہوئے تھے ان سیاہ حاشیوں میں NEON SIGN کی طرح کوئی عبارت لکھی ہوئی تھی۔ ابھی میں یہ دیکھ ہی رہا تھا کہ میرے تاجا جان نے مجھے آواز دی اور میں نے مراقبہ ختم کر دیا گھڑی دیکھی تو آدھا گھنٹہ گزر چکا تھا۔

رات کو مراقبہ میں ٹیلی ویژن کی طرح ایک اسکرین نظر آئی اور مختلف خیالات ذہن میں آتے رہے۔ پھر پہاڑیوں اور وادیوں کی سیر کرتا ہوا ایک دروازے کے سامنے جا پہنچا۔ دروازہ کھول کر اندر داخل ہوا تو خود کو ایک جنت نما باغ میں پایا۔ وہاں چاروں طرف مرکزی لائٹ پھیلی ہوئی تھی۔ کچھ دیر وہاں ٹھہر کر میں دروازے سے باہر آ گیا اور دروازہ بند کر دیا۔

۵۔ نومبر : مراقبہ شروع کیا اور میں نے دیکھا کہ فضا میں اڑ رہا ہوں۔ اڑتے اڑتے ایک پہاڑی پر قیام کیا۔ وہاں سے اڑا تو خلا میں جا پہنچا۔ خلا میں سے زمین اور چاند کا مشاہدہ کیا۔ معلوم ہوا کہ زمین گول ہے اور چاند کی سطح پر غار اور ٹیلے ہیں پھر میں ایک سیارے پر اتر گیا۔ پتا چلا کہ یہ مریخ ہے۔ وہاں سے ایک کرسی پر بیٹھ کر اوپر اٹھنے لگا اور سورج کے بہت قریب جا پہنچا سورج میرے سر پر تھا اور کہکشانی نظام میرے سامنے اچانک میرے ذہن میں سوال ابھرا کہ سورج کے نزدیک ہوتے ہوئے سورج کی تپش مجھے کیوں محسوس نہیں ہو رہی؟ جواب ملا کہ تم نور کے ایسے حلقے میں ہو جہاں سورج کی تپش اثر انداز نہیں ہوتی۔

### آواز خیالات کے دوش پر:

امداد علی ملک، آزاد کشمیر۔

۱۲۔ اکتوبر: مراقبہ میں دیکھا کہ ایک شخص فضا میں بسیٹ پر چل رہا ہے۔ اس کے خیالات میرے دماغ سے نکلنے لگے یعنی جو کچھ وہ سوچ رہا تھا میں اسے وہ سننے لگا وہ سوچ رہا تھا کہ کتنی خوب صورت زمین

ہے! مجھے آدھ گھنٹے کے لئے اس پر سو جانا چاہئے پھر وہ فوراً سو گیا اور آدھ گھنٹہ کے بعد بیدار ہوا۔ لیکن یہ آدھ گھنٹہ میرے لئے چند سیکنڈ کے برابر تھا، پھر دیکھا کہ میں نے اس شخص کے خیالات پر قابو پالیا وہ محض وہی کام کرتا ہے جو میں سوچتا ہوں۔ میں اپنی توجہ اس کے دماغ پر مرکوز کر کے خیال کے عالم میں چپتا تو وہ سچ مچ چیخیں مارنے لگا۔

۱۴۔ اکتوبر: دیکھا کہ دو شخص ایک لڑکی کی خاطر لڑ رہے ہیں۔ ایک چاہتا ہے کہ وہ لڑکی کی کے ساتھ جائے۔ دوسرے کی بھی یہی خواہش ہے اور وہ ایک دوسرے کو گالیاں دے رہے ہیں پھر تھوڑی دیر بعد آنکھوں کے سامنے پانچ ستارے آگئے۔ ستارے غائب ہوئے تو سانپ جیسی کوئی چیز آگئی۔ وہ بالکل سفید تھی۔ پھر دیکھا کہ کہیں دور سے ٹارچ کی روشنی آرہی ہے جب قریب آئے تو میں نے دیکھا کہ ٹارچ میرے بھائی کے ہاتھ میں ہے انہوں نے وہ ٹارچ میری طرف پھینکی اور میں نے پکڑ لی۔ پھر مجھے محسوس ہوا کہ بھائی صاحب کئی میل دور سفر کر رہے ہیں، انہوں نے یکے بعد دیگرے دو تین ٹارچیں وہاں سے پھینکیں اور میں نے وہ ٹارچیں اپنے کمرے میں چارپائی پر پکڑ لیں۔

۱۵۔ اکتوبر: تصور فوراً قائم ہو گیا ایک چمکدار روشنی وقفے وقفے سے نظر آتی رہی کچھ وقفے کے بعد ایک عورت سامنے آگئی پہلے اس کا چہرہ نظر نہ آسکا لیکن جب چہرہ دیکھا تو حیران رہ گیا بڑی بھیانک شکل تھی اس کی۔ لمبے لمبے بال ہو میں اڑ رہے تھے۔ پھر اس کے بعد دماغ میں روشنی کی لہریں جمع ہوتی رہیں اور میں اپنا جسمانی توازن بے قرار رکھنے کی کوشش کرتا رہا کیوں کہ میں اس وقت ہوا میں اڑ رہا تھا پھر دیکھا کہ دوبارہ چارپائی پر پہنچ گیا ہوں۔ دور سے کسی عورت کا چہرہ دکھائی دیا اور پاس جا کر دیکھا تو وہ کسی بگری جہاز میں سفر کر رہی ہے۔ میں حیران ہو گیا کہ وہ کون ہے اچانک میرے دماغ کی سطح پر کچھ آوازیں پیدا ہوئیں۔ اس عورت کا تعلق انڈونیشیا سے ہے اور یہ چھتیس سال سے سفر کر رہی ہے، پھر بند آنکھوں سے اندھیرے میں سامنے والی دیوار نظر آئی وہ نور کی تھی اور سامنے والی کھڑکی بھی نور سے پردہ دکھائی دی میں گھپ اندھیرے میں اپنے سائے کو بھی دیکھ رہا تھا۔

۱۷۔ اکتوبر: ایک بار عب شخص کو دیکھا مجھے معلوم ہوا کہ یہ شخص ٹیلی پیٹھی جانتا ہے میں نے اس شخص کو کوئی جگہ بتائی اور درخواست کی کہ مجھے اس جگہ پہنچا دو۔ تب اس نے آنکھیں اٹھا کر میری آنکھوں میں دیکھا۔ میری تمام قوتیں ختم ہو گئیں۔ اور میں ہوا میں غبارے کی طرح بجلی کی سی تیزی سے دوڑنے لگا۔ میں نے قوت ارادی سے کام لیا اور رکنے کی کوشش کی۔ تھوڑی بہت کامیابی ہوئی اور میں منزل مقصود پر پہنچ گیا۔

۱۸۔ اکتوبر: دیکھا کہ میں سمندر میں تیر رہا ہوں۔ اور میرے جسم کی پشت کی جانب ایک سفید اد رچنک وار ہیولا موجود ہے۔ جس کا فاصلہ تقریباً ایک فٹ ہے۔ میں نورانی زمین پر آلتی پالتی مارے بیٹھا ہوا ہوں ایک لڑکا میرے پاس آیا اور میرے سامنے بیٹھ گیا میں نے اس سے کہا کہ تم نورانی زمین کو خراب کر رہے ہو یہ سن کر وہ مجھ پر ہنسنے لگا۔ اچانک اس کی نشست کی جگہ سے نور ختم ہو گیا اور وہ نیچے گر پڑا۔ گرنے کے دوران اس نے لکڑی کو پکڑ کر پتکھے کی طرح حرکت دینا شروع کر دی۔ تب میں نے اسے وہاں سے نکالا وہ بھاگ گیا۔

ایک بات دیکھنے میں آئی کہ نور میری مرضی کے مطابق سامنے آتا ہے اگر میں ٹھوس نور کا خیال کرتا ہوں تو برف کی طرح ہوتا ہے۔ اور اگر مائع نور دیکھنے کی مشق کرتا ہوں تو پانی کی طرح نظر آتا ہے۔

۴ نومبر: سانس کی مشق کے دوران دماغ ہلکا سا محسوس ہو اور اچانک ایک شخص کی آواز سماعت سے ٹکرائی جس کو میں جانتا ہوں مجھ پر یہ بات منکشف ہوئی کہ اس نوجوان کے خیالات آواز کی صورت میں مجھ تک پہنچ رہے ہیں میں نے سنا تو وہ ایک لڑکی سے متعلق تھے۔

اگرچہ یہ بات ناممکن نظر آتی ہے لیکن حقیقت یہ ہے کہ ٹیلی پیٹھی کی مشقوں کی وجہ سے لوگوں کے خیالات مجھ تک پہنچ جاتے ہیں۔ ایک بار ہمارے گھر کے نزدیک سانپ نکل آیا لوگ اسے مارنے لگے۔ میں بھی ان لوگوں میں شامل ہو کر سانپ کو پتھر مارنے لگا حالانکہ میرے گھر والوں نے مجھے سانپ مارنے

سے منع کیا ہوا ہے۔ اتفاق سے میری حرکت کو بھائی صاحب نے دیکھ لیا۔ لیکن اس وقت کچھ نہیں بولے۔ اور گھر کے اندر چلے گئے۔ میں بہت فکر مند ہوا اور گھر آکر ایک سوئی سے سوچنے لگا کہ نہ جانے بھائی صاحب کیا کہیں گے۔ یکا یک میرے ذہن نے بھائی کی غصیلی آواز سنی، کہاں تھے تم؟“ فوراً ہی ذہن نے اس کا جواب دیا چائے پی رہا تھا۔ بھائی صاحب کی آواز گونجی، اس سے پہلے کہاں تھے؟“ کھانا کھا رہا تھا۔ بھائی صاحب نے غصہ بھری آواز میں پوچھا اور اس سے پہلے کہاں تھے؟“ اس کا میں نے کوئی جواب نہیں دیا۔ اور بھائی صاحب نے کہا، تم کو شرم نہیں آتی؟“ کتنی دفعہ منع کیا ہے وغیرہ وغیرہ۔ اس طرح ان کی ڈانٹ کی آواز آتی رہی۔

یہاں پر یہ مکالمہ آرائی ختم ہوئی ہی تھی کہ بھائی صاحب کمرے میں داخل ہوئے اور جس طرح میں نے اپنے ذہن میں آواز محسوس کی تھی اسی انداز اور ان ہی الفاظ میں کہا۔

”کہاں تھے تم؟“

میری زبان سے فوراً نکلا ”چائے پی رہا تھا۔“

اور پھر لفظ بہ لفظ انہوں نے مجھ سے وہی سوال کئے اور ڈانٹا جو میں اپنے ذہن میں پہلے ہی سن چکا

تھا۔

ایک اور واقعہ یوں ہے کہ ایک شخص میرے پاس آیا اور اس سے پہلے کہ وہ مجھ سے کہتا میرے دماغ میں یہ خیال تیزی سے پیدا ہوا کہ یہ مجھ سے چاقو مانگ رہا ہے اور دوسری ہی لمحہ اس نے مجھ سے کہا مجھے چاقو کی ضرورت ہے آپ مجھے چاقو دے دیں۔“

دوسری اہم بات یہ ہے کہ میرے خیال میں ایسی قوت پیدا ہو گئی ہے کہ جو کچھ میں ارادہ کرتا ہوں وہ فوراً پورا ہو جاتا ہے۔ ایک روز میرے دو چھوٹے بھائیوں میں لڑائی ہو گئی۔ اور بڑے نے چھوٹے کو تھپڑ مار دیا۔ کچھ دیر تک دونوں ناراض رہے پھر ہنسی خوشی کھیلنے لگے۔ میں نے ارادہ کیا کہ چھوٹے بھائی کو چا

ہئے کہ بدلہ کے طور پر بڑے بھائی کو تھپڑ مارے۔ ابھی میں نے یہ سوچا ہی تھا کہ چھوٹے بھائی نے بڑے بھائی کو ایک بھر پور تھپڑ سید کر دیا۔

اوپر میں نے جو مشاہدات اور تجربات بیان کئے ہیں یہ ان بے شمار واقعات میں سے چند ہیں جو آج کل روزمرہ میرے ساتھ پیش آرہے ہیں۔

☆☆☆☆☆

## ٹیلی پیٹھی اور سانس کی مشقیں

شاہد محمود، لاہور۔۔۔ میں نے پراسرار علوم کے موضوع پر مشرقی اور مغربی تقریباً تمام مصنفین کی کتابیں پڑھی ہیں۔ ان تمام مصنفین نے شمع بینی، آئینہ بینی اور دائرہ بینی کے متعلق لکھا ہے اور ان مشقوں سے جو نتائج مرتب ہوئے ہیں ان نتائج کے بارے میں بہت سے لوگوں کے حالات قلم بند کئے ہیں۔ طبیعات اور نفسیات کی روشنی میں ان دانشوروں نے علمی بحث بھی کی ہے ٹیلی پیٹھی کے بارے میں جو تھیوری آپ نے بیان کی ہے وہ بالکل منفرد اور الگ ہے۔ میری دانست میں کسی بھی مصنف نے ٹیلی پیٹھی کے ضمن میں سانس کی مشقوں اور نور کے سمندر کا تذکرہ نہیں کیا لیکن جہاں تک ذہنی سکون کا تعلق ہے اس علم کو سیکھنے میں مسلمہ امر ہے جو شمع بینی اور دائرہ بینی سے حاصل ہو جاتا ہے۔ کیا آپ اپنے قارئین کو یہ بتانا پسند کریں گے کہ ٹیلی پیٹھی میں سانس کی مشق اور مراقبہ نور کی اہمیت کیا ہے؟

کائنات بشمول انسان ہر لمحہ اور ہر آن متحرک ہے۔ کائنات کی حرکت سے قطع نظر اس مخلوق کی زندگی کا جو زی روح: سمجھی جاتی ہے مطالعہ کیا جائے تو یہ بات سامنے آتی ہے کہ زندگی کا قیام سانس کے اوپر ہے جب تک سانس کی آمد و شد جاری رہے گی۔ زندگی رواں دواں ہے اور جب سانس میں تعطل واقع ہو جاتا ہے تو مظاہراتی اعتبار سے زندگی ختم ہو جاتی ہے۔ سانس کے رخ متعین ہیں سانس اندر جاتا ہے اور باہر آتا ہے۔

روحانی نقطہ نظر سے سانس کا اندر جانا انسان کو اس کی روح یا انر (INNER) سے قریب کر دیتا ہے، اور سانس کا باہر آنا انسان کو اس کی روح یا انر (INNER) عارضی طور پر دور کر دیتا ہے۔

ہم یہ بتا چکے ہیں کہ انسان روشنیوں سے مرکب ہے اور ان روشنیوں کی بنیاد (BASE) اللہ کا نور ہے۔ جس طرح سانس کی آمد و رفت انسان کی زندگی ہے اسی طرح خیالات کو بھی زندگی

کہتے ہیں۔ بہ الفاظ دیگر سانس خیالات کی زندگی کا ذریعہ بنتا ہے۔ اب اگر ہم زندگی کا تجربہ کریں تو یہ انکشاف ہوتا ہے جس طرح سانس دورخ پر قائم ہے اس طرح خیالات بھی دورخ پر سفر کرتے ہیں خیالات کا ایک رخ اسفل رکھا گیا ہے۔ اور دوسرا رخ وہ ہے جو ہمیں اسفل سے دور کر کے اعلیٰ مقام میں لیجاتا ہے عرف عام میں اس کو خیالات کی پاکیزگی یا خیالات میں پیچیدگی اور تاریکی کہا جاتا ہے۔ خیالات میں پاکیزگی دراصل ایک طرز فکر ہے۔ طرز فکر اگر پاکیزہ ہے تو انسان سکون اور راحت کی زندگی بسر کرتا ہے۔ سکون اور راحت انسان کے اندر ذہنی یکسوئی پیدا کرتے ہیں۔ اس کے برعکس تاریک طرز فکر انسان کو حزن و ملال اور رنج و آلام سے آشنا کرتی ہے۔ حزن و ملال ذہنی یکسوئی ختم کر کے انسان کو دماغی انتشار میں مبتلا کر دیتا ہے۔

اسی بات کو ہم دوسری طرح بیان کرتے ہیں تمام آسمانی صحائف میں یہ بتایا گیا ہے کہ انسان کی اصل تخلیق ازل میں ہوئی ہے۔ اور پھر انسان (آدمی) نافرمانی کا مرتکب ہو کر اس دنیا میں آیا ہے۔ ایسی دنیا میں جہاں ازل غیب ہے لیکن غیب سے اس کا ایک مخفی رشتہ قائم ہے۔ ازل میں موجودگی کا تعلق انسان کی روح سے ہے اور دنیاوی وجود ایسے حواس ہیں جو انسان کو روح سے دور کر دیتے ہیں۔ جب ہم سانس اندر لیتے ہیں تو ازل سے قریب ہو جاتے ہیں۔ اور جب سانس باہر نکالتے ہیں تو خود کو ازل سے دور محسوس کرتے ہیں۔ یعنی سانس کا باہر آنا اس زندگی اور ازل کی زندگی کے درمیان ایک پردہ ہے۔ جب ہم سانس کو اندر روکتے ہیں تو ہمارا رشتہ ازل سے قائم ہو جاتا ہے۔ ٹیلی پیٹھی کے اسباق میں سانس کی مشق کو اس لئے شامل کیا گیا ہے تاکہ انسان اپنی روح سے قریب ہو جائے ماورائی علوم میں اس وقت تک صحیح معنوں میں کامیابی ممکن نہیں ہے جب تک انسان خود اپنی روح سے قریب نہ ہو۔

عام طور پر ٹیلی پیٹھی سیکھنے والے لوگوں کی طرز یہ ہوتی ہے کہ وہ اس علم سے دنیاوی فائدے اٹھا لیں۔ اور اپنے معمول کو متاثر کر کے اس سے فائدہ حاصل کریں۔ چند حضرات اس علم کو اس لئے بھی سیکھتے ہیں کہ وہ اس سے اللہ کی مخلوق کی خدمت کرنا چاہتے ہیں۔ مثلاً یہ کہ وہ اپنے صحت مند خیالات کسی مریض

کے دماغ میں منتقل کر کے اس مریض کو بیماریوں سے نجات دلا دیں۔ اس علم کو سیکھنے والوں کو جو بھی طرز فکر ہوتی ہے ان کا ذہن اس کے مطابق عمل کرتا ہے۔

ذہنی یکسوئی کے لئے مراقبہ نور کی مشق ہم نے اس لئے تجویز کی ہے کہ ذہنی سکون کے ساتھ ساتھ انسان کے اندر طرز فکر بھی پاکیزہ ہو جائے۔ پاکیزہ طرز فکر میں انسان روح سے قریب ہو جاتا ہے اور اس کے اندر ایسی فراست پیدا ہو جاتی ہے جس کو تصوف نے فکر سلیم کہا ہے۔

ہم نے ٹیلی پیٹھی کی پہلی مشق کے دوران چند طلبہ کی کیفیات قلم بند کی ہیں۔ آپ نے پڑھا ہے کہ ان حضرات کی طرز فکر خود بخود انوار کی طرف منتقل ہو گئی ہے۔ اور جب کوئی بندہ فی الواقع انوار سے آشنا ہو جاتا ہے تو صرف نہ کہ اس کی اپنی زندگی سنور جاتی ہے بلکہ وہ اللہ کی مخلوق کے لئے بھی تکلیفوں سے نجات کا ذریعہ بن جاتا ہے۔

ہمیں یقین ہے کہ ہمارے قارئین انشا اللہ ذہنی یکسوئی کے ساتھ فکر سلیم حاصل کر لیں گے اور اس فکر سلیم کے ساتھ ٹیلی پیٹھی سیکھ کر دماغی کشمکش، ذہنی انتشار اور مصائب و آلام کی زندگی سے نجات حاصل کر کے اللہ کی مخلوق کی خدمت کا ذریعہ بنیں گے۔



## ٹیلی پیٹھی کا دوسرا سبق

پہلے سبق میں یہ بات پوری طرح واضح کر دی گئی ہے کہ ٹیلی پیٹھی سیکھنے کے لئے ضروری ہے کہ منتشر خیالات سے نجات حاصل کر کے صرف ایک خیال کو اپنا ہدف بنا لیا جائے، ذہنی یکسوئی اور مرکزیت حاصل کرنے کے لئے دوسرا سبق یہ ہے۔

دائے ہاتھ کے انگوٹھے سے سیدھے نتھنے کو بند کر لیں۔ اور بائیں نتھنے سے پانچ سینڈ تک سانس کھینچ کر سیدھا نتھنا چھنگلیا سے بند کر لیں۔ اور پانچ سینڈ تک سانس کو روک لیں۔ دس سینڈ کے بعد اٹے نتھنے سے پانچ سینڈ تک سانس باہر نکالیں۔ یہ ایک چکر ہو گیا یعنی پانچ سینڈ سانس لینا، دس سینڈ روکنا اور پانچ سینڈ باہر نکالنا ہے۔ اس طرح دس مرتبہ اس عمل کو دہرائیں۔ سانس کی یہ مشق صبح سورج نکلنے سے پہلے خلوئے معدہ اور رات کو سونے سے پہلے خالی پیٹ کرنے چاہئے۔ سانس کی اس مشق کے بعد آنکھیں بند کر لیں اور یہ تصور کریں کہ آسمان پر نیلے رنگ کے بادل چھائے ہوئے ہیں اور آپ کے اوپر نور کی بارش ہو رہی ہے۔ شروع شروع میں اس مراقبہ کے دوران شعور پر مزاحمت اتنی بڑھ جاتی ہے کہ بوجھل اور ماؤف ہونے لگتا ہے۔ دماغ کا ماؤف ہونا دراصل مشق کی کامیابی کی طرف اشارہ ہے۔ ابتدائی چند دنوں میں یا تو تصور بالکل قائم نہیں ہوتا یا صرف آسمان اور بادل کا تصور دماغ کی سطح پر نمودار ہوتا ہے۔

جب اس تصور میں گہرائی واقع ہو جاتی ہے تو پہلے سر کے اوپر بارش کے قطرے گرنے کا احساس ہوتا ہے۔ تصور اور زیادہ گہرا ہو جاتا ہے تو فی الواقع بارش ہوتی ہوئی نظر آتی ہے اور جسم پر اس نورانی بارش کی بڑی بڑی بوندوں کا وہی اثر مرتب ہوتا ہے جو پانی کی بارش سے ہوتا ہے۔ یعنی نورانی بارش کی بوندیں گرنے سے جسم پر چوٹ پڑتی ہے اور پھر پورے ماحول پر برکھاڑت کا سماں پیدا ہو جاتا ہے جب بند آنکھوں سے بارش کا تصور قائم ہو جائے اور جسم پر بوندوں کی چوٹ محسوس ہونے لگے تو اس مشق کو کھلی آنکھوں

سے کیا جائے اور تیسری آنکھ سے یہ دیکھا جائے کہ ہر طرف نور کی بارش ہو رہی ہے اور پورا ماحول اس نورانی بارش میں ڈوبا ہوا ہے۔ جب یہ تصور پورا ہو جائے تو یہ سمجھ لیجئے گا کہ اس مشق کی تکمیل ہو گئی ہے۔



## فکر سلیم

جاوید اختر، لاہور۔۔۔

سوال: آپ نے خیالات کے دو رخ متعین کئے ہیں۔ ایک اسفل اور دوسرا اعلیٰ۔ اعلیٰ خیالات کو آپ نے فکر سلیم کا نام دیا ہے۔ مذہبی نقطہ نظر سے اسلامی اصولوں کے مطابق زندگی گزرنا فکر سلیم ہے۔ اور اسلام میں ٹیلی پیٹھی کا کہیں کوئی تذکرہ نہیں ہے، ٹیلی پیٹھی دراصل ان علوم میں سے ایک علم ہے جو یورپ کے سائنسدانوں نے دوسرے ماورائی علوم سے اخذ کیا ہے۔ یہ بہت زیادہ پریشان کن بات ہے کہ آپ نے اسلام میں ٹیلی پیٹھی کی پیوند کاری کی ہے۔ یہ صحیح ہے کہ ٹیلی پیٹھی ایک ایسا علم بن گیا ہے کہ جس کی اہمیت سے کسی کو انکار کی مجال نہیں لیکن اس کا مطلب ہرگز یہ نہیں ہے کہ ٹیلی پیٹھی سیکھنے والا ہر فرد فکر سلیم بھی رکھتا ہو۔ یعنی وہ مسلمان ہو کیا آپ کسی ایسے واقعے کی نشاندہی کر سکتے ہیں جو ہمارے اسلاف کے ساتھ پیش آیا ہو اور ٹیلی پیٹھی کے علم سے مطابقت رکھتا ہو؟ آپ سے نہایت درد مندانہ درخواست ہے کہ آپ اس علم کو اس کی اصلی شکل و صورت اور اسکی حقیقی حیثیت میں پیش کریں تاکہ اسلام اور ٹیلی پیٹھی میں امتیاز برقرار رہے۔

جواب: جہاں تک فکر سلیم کا تعلق ہے اس کو کسی ایک گروہ کی میراث قرار نہیں دیا جاسکتا۔ فکر سلیم دراصل انسانی اقدار کا دوسرا نام ہے۔ اگر کسی غیر مسلم میں انسانی قدریں موجود ہیں اس کو بہر حال انسان کہا جائے گا۔ اور اگر کسی مسلمان میں انسانی قدریں نہیں ہیں تو وہ ہرگز مسلمان کہلانے کا مستحق نہیں ہے۔ اللہ تعالیٰ پارہ ۶، رکوع ۱۳، سورہ المائدہ کی آیات ۶۹ میں ارشاد فرماتے ہیں:

البتہ جو مسلمان ہیں اور جو یہود ہیں اور صائبین اور نصاریٰ جو کوئی ایمان لائے اللہ پر اور یوم آخرت پر اور عمل کرے نیک ان پر ڈر ہے اور نہ وہ غم کھائیں (ترجمہ شاہ عبدالقادر جیلانی)۔

آیت مقدسہ میں یہ بات پوری طرح واضح کر دی گئی ہے کہ کسی قوم یا کسی فرد کا نیک عمل ضائع نہیں کیا جاتا۔ اس نیک عمل کا اجر اللہ تعالیٰ اسے ضرور عطا کرتے ہیں۔ شرط یہ ہے کہ اس کا عمل خالصتاً اللہ کے لئے ہو۔ ایسا عمل جو اللہ کے لئے کیا جائے فکر سلیم کے دائرے میں آتا ہے۔ ہم نے فکر سلیم کو ایک ایسی طرز فکر بتایا ہے جو انسان کو اس کی روح سے قریب کرتی ہے۔ روح سے قریب ہونا اور روح کا عرفان حاصل ہونا ہی دراصل انسانیت ہے۔ تمام آسمانی صحائف نوع انسانی کو اس طرز فکر کی دعوت دیتے ہیں۔

اس سوال کا جواب کہ اسلام میں ٹیلی پیٹھی کا وجود نہیں ہے یا ہے کہ دراصل ٹیلی پیٹھی نام ہی ایسی چیز کا جس کا ذریعہ ایک بندہ اللہ کی مخلوق کے دلوں میں اپنے خیالات اور طرز فکر منتقل کرتا ہے۔ تمام انبیاء علیہم السلام کا مشن رہا کہ وہ اپنی اس طرز فکر کو جو اللہ تعالیٰ کی طرف سے بطور خاص ودیعت ہوئی ہے اللہ کی مخلوق کو اس سے فیض یاب کریں اور ان کو شیطنیت سے مامون اور باغیانہ طرز زندگی سے نجات دلائیں۔ اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا کہ ترغیب کے بجائے اس علم کو ٹیلی پیٹھی کہہ دیا جائے جس طرح خدا کو انگریزی میں GOD یا ہندی میں بھگوان کہا جاتا ہے۔

آپ نے یہ بھی لکھا کہ کسی ایک واقعہ کی نشاندہی کر دی جائے جو اسلاف کے ساتھ پیش آیا ہو وہ ٹیلی پیٹھی سے مطابقت رکھتا ہو۔

تاج دار دو عالم سرور کائنات حضور علیہ السلام جب ایک اونٹ کے قریب سے گزرے تو اونٹ کی آنکھوں میں آنسو دیکھ کر اس کے مالک سے ارشاد فرمایا کہ یہ اونٹ تیری شکایت کر رہا ہے کہ تو اس پر بوجھ پورا ڈالتا ہے لیکن اس کے خوردنوش کا انتظام پورا نہیں کرتا۔

اسی طرح تاریخ اسلام میں حضرت عمر فاروقؓ کا یہ واقعہ سنہری حروف سے لکھا ہوا ہے ایران کے ایک جنگ کے دوران سپہ سالار اسلام حضرت ساریہؓ اپنے لشکر کو لیکر دشمن کے بہت قریب پہنچ گئے اور اس کا محاصرہ کر لیا۔ اور اس کے بعد دشمن نے امداد حاصل کر لی اور اس کی تعداد بہت بڑھ گئی اسی دوران حضرت عمرؓ جمعہ کا خطبہ دینے کھڑے ہوئے تو اچانک آپ نے فرمایا "اے لوگوں! میں نے فریقین کو دیکھا

ہے۔ “اس کے بعد آپ نے دونوں لشکروں کا حال بیان کیا پھر پکار کر فرمایا “یا ساریہ، الجبل الجبل “ !  
 (“اے ساریہ! پہاڑ کی طرف چلئے جاؤ)۔“ تاریخ شاہد ہے کہ ساریہؓ میدان جنگ میں حضرت عمرؓ کی آواز  
 سن کر پہاڑ کی طرف متوجہ ہوئے اور شکست سے محفوظ مامون رہے۔

اس ضمن میں انبیاء اکرامؑ اور اولیاء اللہ اور جینینس (GENIUS) لوگوں کے سینکڑوں  
 واقعات ایسے ہیں جو مثال کے طور پر پیش کئے جاتے ہیں۔



## قبر میں پیر

طفیل اے۔ شیخ، لاہور۔۔۔

سوال: میری عمر اس وقت ساٹھ برس ہے ٹیلی پیٹھی اور دیگر مخفی علوم پر میری گہری نظر ہے۔ اور ان علوم پر میں تمام ملکی اور غیر ملکی مصنفین کو کھگال ڈالا ہے لیکن ٹیلی پیٹھی کے عنوانات کے تحت جو کچھ آپ نے تحریر کیا ہے اتنی مدلل، اتنی جامع اور ایسی روشن تحریر آج تک میری نظر سے نہیں گزری۔

اب جب کہ میں محاورہ نہیں بلکہ حقیقتاً قبر میں پیر لڑکائے بیٹھا ہوں۔ میں آپ سے ایک مشورہ طلب کرنا چاہتا ہوں کہ کیا میں اس عمر میں ٹیلی پیٹھی کی مشقیں کر سکتا ہوں؟ آپ جانتے ہیں کہ اس عمر تک پہنچنے پہنچنے کوئی شوق برقرار نہیں رہتا۔ میرے پاس اللہ کا دیا ہوا سب کچھ ہے اگر کچھ نہیں تو ذہنی سکون نہیں ہے۔ آپ نے لکھا ہے کہ ٹیلی پیٹھی کی مشقوں سے دماغی خلیوں کی شکست و ریخت ختم ہو جاتی ہے۔ خیالات خود بخود دُندھر جاتے ہیں۔ اور بے اطمینانی ختم ہو جاتی ہے۔ کیا یہ اثرات عمر کے ہر حصے میں مرتب ہو سکتے ہیں؟ نیز یہ کہ ساٹھ برس کی عمر میں یہ مشقیں دل و دماغ کے لئے نقصان دہ تو نہیں ہوں گی؟ بلکہ آپ مجھے ان مشقوں کی اجازت مرحمت فرمادیں۔

ایک سوال اور پوچھنا چاہتا ہوں۔

کیا ہمارے خیالات کا تبادلہ انسانوں کی طرح جنات، فرشتوں، حیوانات سے بھی ہوتا ہے، نیز کیا ہم اپنے تفکر سے عالم اسباب کے علاوہ دوسرے نظام ہائے شمسی میں بھی تصرف کر سکتے ہیں اور کیا روشنیاں (خیالات) اپنی ایک الگ طبیعت اور ماہیت اور رجحانات رکھتی ہیں؟

جواب: بابا تاج الدین ناگپوری صرف خصوصی مسائل ہی میں نہیں بلکہ عام حالات میں بھی گفتگو کے اندر ایسے مرکزی نقطے بیان کر جاتے تھے جو براہ راست قانون قدرت کی گہرائیوں سے ہم

رشتہ ہیں بعض اوقات اشاروں اشاروں میں ہی وہ ایسی بات کہہ جاتے تھے جس میں کرامتوں کی علمی تو جیہہ ہوتی اور سننے والوں کی آنکھوں کے سامنے یکبارگی کرامت کے اصولوں کا نقشہ آجاتا۔ کبھی کبھی ایسا معلوم ہوتا کہ ان کے ذہن سے تسلسل کے ساتھ سننے والوں کے ذہن میں روشنی کی لہریں منتقل ہو رہی ہیں اور ایسا بھی ہوتا ہے کہ وہ بالکل خاموش بیٹھے ہیں اور حاضرین من و عن ہر وہ بات ذہن میں سمجھتے اور محسوس کرتے جا رہے ہیں جو بات نانا رحمۃ اللہ علیہ کے ذہن میں اس وقت گشت کر رہی ہے۔ بغیر توجہ دیئے بھی ان کی غیر ارادی توجہ لوگوں کے اوپر عمل کرتی رہتی تھی بعض لوگ یہ کہا کرتے تھے کہ ہم نے بابا صاحب نے اس طرز ذہن سے بہت زیادہ فیضان حاصل کیا ہے۔ یہ بات تو بالکل ہی عام تھی کہ چند آدمیوں کے ذہن میں کوئی بات آئی اور نانا رحمۃ اللہ علیہ نے اس کا جواب دے دیا۔

### انسان، فرشتے اور جنات:

مرہٹہ راجہ رگھو راؤ ان سے غیر معمولی عقیدت رکھتا تھا۔ ان کی خدمت میں حاضر ہوتا اور کوئی درخواست کرتا تو اس طرح جیسے دیوتاؤں کے حضور میں۔ ایک مرتبہ انہوں نے راجہ کے مندر کا بت توڑ ڈالا۔ پجاریوں نے شور مچا دیا۔ لیکن راجہ صورت حال سے بالکل متاثر نہیں ہوا۔ محل والوں کی شکایت پر راجہ نے مسکرا کر فقط ایک جملہ کہا۔ "بابا صاحبؒ بھی دیوتا ہیں۔ یہ معاملہ دیوتاؤں کا ہے، آپس میں خود نمٹ لیں گے۔ ہمارا تمہارا بولنا بے ادبی ہے۔" اس جملہ سے محض راجہ کی عقیدت کا ہی نہیں اس طرز فکر کا بھی اندازہ ہوتا ہے جو روحانی شخصیتوں کے بارے میں راجہ کے ذہن میں تھی۔ جو لوگ روحانی قدروں سے کچھ بھی مانوس ہیں وہ اتنا ضرور جان سکتے ہیں کہ راجہ مخفی علوم سے مس رکھتا تھا اور اس کے اندر فیضان حاصل کرنے کی صلاحیت موجود تھی۔ یہاں وہ چند باتیں پیش کرنا بھی ضروری ہیں جو میری موجودگی میں راجہ اور نانا رحمۃ اللہ علیہ میں ہو کر تھیں۔ ان اوقات میں کوئی اور صاحب بھی سوال کر لیا کرتے اور پوری مجلس جواب سے مستفیض ہوتی۔ ایک مرتبہ مہاراجہ نے سوال کیا۔ "بابا صاحب! ایسی مخلوق جو نظر نہیں آتی مثلاً فرشتے یا جنات، خبر متواتر کی حیثیت رکھتی ہے۔ جتنی آسمانی کتابیں ہیں ان میں اس قسم کی مخلوق کے تذکرے ملتے

ہیں۔ ہر مذہب میں بدروحوں کے بارے میں بھی کچھ نہ کچھ کہا گیا ہے لیکن عقلی اور علمی توجیہات نہ ہونے سے ذی فہم انسانوں کو سوچنا پڑتا ہے۔ وہ یہ کہتے ہوئے رکھتے ہیں کہ ہم سمجھ گئے۔ تجربات جو کچھ زبان زد عام ہیں، وہ انفرادی ہیں، اجتماعی نہیں۔ آپ اس مسئلہ پر کچھ ارشاد فرمائیں۔"

نانا رحمۃ اللہ علیہ نے اس باب میں جو کچھ فرمایا وہ فقط تبصرہ نہیں بلکہ میرے اندازے میں ایسے الہامات کا مجموعہ ہے، قدرت نے ان کی ذات کو جن کامرکز بنایا تھا۔ صاحب فراست انسانوں کے لئے یہ ملفوظات حد درجہ محل تفکر ہیں۔ ان کے جواب سے یہ بات ظاہر ہو جاتی ہے کہ قدرت اور ان کے ذہن کی سطح قریب قریب ایک ہے۔ دیکھنے کی بات یہ ہے کہ مسئلہ کی وضاحت جن خیالات کے ذریعے کی گئی ہے وہ قدرت کے رازوں میں کس طرح سمائے ہوئے ہیں۔ جس وقت یہ سوال کیا گیا۔ نانا تاج الدین لٹھے ہوئے تھے۔ ان کی نگاہ اوپر تھی۔ فرمانے لگے۔ "میاں رگھو راؤ! ہم سب جب سے پیدا ہوئے ہیں، ستاروں کی مجلس کو دیکھتے رہتے ہیں، شاید ہی کوئی رات ایسی ہو جو کہ ہماری نگاہیں آسمان کی طرف نہ اٹھتی ہوں۔ بڑے مزے کی بات ہے، کہنے میں یہی آتا ہے کہ ستارے ہمارے سامنے ہیں، ستاروں کو ہم دیکھ رہے ہیں، ہم آسمانی دنیا سے روشناس ہیں۔ لیکن ہم کیا دیکھ رہے ہیں اور ماہ و انجم کی کون سی دنیا سے روشناس ہیں۔ اس کی تشریح ہمارے بس کی بات نہیں۔ جو کچھ کہتے ہیں قیاس آرائی سے زیادہ نہیں ہوتا۔ پھر بھی سمجھتے یہی ہیں کہ ہم جانتے ہیں۔ زیادہ حیرتناک بات یہ ہے کہ انسان کچھ نہ کچھ جانتا ہے تو یہ تو یہ قطعاً نہیں سوچتا کہ اس دعوے کے اندر حقیقت ہے یا نہیں فرمایا۔" جو کچھ میں نے کہا اسے سمجھو، پھر بتاؤ کہ انسان کا علم کس حد تک مفلوج ہے۔ انسان کچھ نہ جاننے کے باوجود اس کا یقین رکھتا ہے کہ میں بہت کچھ جانتا ہوں۔ یہ چیزیں دور پرے کی ہیں۔ جو چیزیں ہر وقت انسان کے تجربے میں ہیں۔ ان پر بھی نظر ڈالتے جاؤ۔ دن طلوع ہوتا ہے۔ دن کا طلوع ہونا کیا شے ہے، ہمیں نہیں معلوم۔ طلوع ہونے کا مطلب کیا ہے ہم نہیں جانتے۔ دن رات کیا ہیں؟ اس کے جواب میں اتنی بات کہہ دی جاتی ہے کہ یہ دن ہے۔ اس کے بعد رات آتی ہے۔ نوع انسانی کا یہی تجربہ ہے۔

میاں رگھوراؤ، ذرا سوچو کیا سنجیدہ طبیعت انسان اس جواب پر مطمئن ہو جائے گا؟ دن رات، فرشتے نہیں ہیں، جنات نہیں ہیں، پھر بھی وہ مظاہر ہیں جن سے ایک فرد واحد بھی انکار نہیں کر سکتا۔ تم اتنا کہہ سکتے ہو کہ دن رات کو نگاہ دیکھتی ہے، اس لئے قابل یقین ہے۔ لیکن یہ سمجھنا بھی ضروری ہے کہ نگاہ کے ساتھ فکر بھی کام کرتی ہے۔ اگر نگاہ کے ساتھ فکر کام نہ کرے تو زبان نگاہ کے بارے میں کچھ نہیں بتا سکتی۔ نگاہ اور فکر کا عمل ظاہر ہے۔ دراصل سارے کا سارا عمل تفکر ہے۔ نگاہ محض ایک گونگا ہیولی ہے۔ فکر ہی کے ذریعے تجربات عمل میں آتے ہیں۔ تم نگاہ کو تمام حواس پر قیاس کر لو۔ سب کے سب گونگے، بہرے اور اندھے ہیں۔ تفکر ہی حواس کو سماعت اور بصارت دیتا ہے۔ سمجھایا جاتا ہے کہ حواس تفکر سے الگ کوئی چیز ہے حالانکہ تفکر سے الگ ان کا کوئی وجود نہیں ہے۔ انسان محض تفکر ہے۔ فرشتہ محض تفکر ہے۔ جن محض تفکر ہے۔ علیٰ ہذا القیاس ہر ذی ہوش تفکر ہے۔

فرمایا کہ اس گفتگو میں ایک ایسا مقام آجاتا ہے جہاں کائنات کے کئی راز منکشف ہو جاتے ہیں۔ غور سے سنو، ہمارے تفکر میں بہت سی چیزیں ابھرتی رہتی ہیں۔ دراصل وہ باہر سے آتی ہیں۔ انسان کے علاوہ کائنات میں اور جتنے تفکر ہیں جن کا تذکرہ ابھی کیا گیا ہے۔ فرشتے اور جنات۔ ان سے انسان کا تفکر اسی طرح متاثر ہوتا رہتا ہے جس طرح انسان خود اپنے تفکر سے متاثر ہوتا ہے۔ قدرت کا چلن یہ ہے کہ وہ لا متناہی تفکر سے تنہا تفکر کو فیضان پہنچاتی رہتی ہے۔ پوری کائنات میں اگر قدرت کا یہ فیضان جاری نہ ہو تو کائنات کے افراد کا یہ درمیانی رشتہ کٹ جائے۔ ایک تفکر کا دوسرے تفکر کو متاثر کرنا بھی قدرت کے اس طرز عمل کا ایک جزو ہے۔ انسان پابہ گل ہے، جنات پابہ ہیولی ہیں۔ فرشتے پابہ نور۔ یہ تفکر تین قسم کے ہیں اور تینوں کائنات ہیں۔ اگر یہ تینوں مربوط نہ رہیں اور ایک تفکر کی لہریں دوسرے تفکر کو نہ ملیں تو ربط ٹوٹ جائے گا اور کائنات منہدم ہو جائے گی۔

ثبوت یہ ہے کہ ہمارا تفکر ہیولی اور ہیولی قسم کے تمام جسموں سے فکری طور پر روشناس ہے۔ ساتھ ہی ہمارا تفکر نور اور نور کی ہر قسم سے بھی فکری طور پر روشناس ہے حالانکہ ہمارے اپنے تفکر کے تجربات پابہ گل ہیں۔ اب یہ بات واضح ہو گئی کہ ہیولی اور نور کے تجربات اجنبی تفکر سے ملے ہیں۔

عام زبان میں تفکر کو انا کا نام دیا جاتا ہے اور انا یا تفکر ایسی کیفیات کا مجموعہ ہوتا ہے کہ جن کو مجموعی طور پر فرد کہتے ہیں۔ اس طرح کی تخلیق ستارے بھی ہیں اور ذرے بھی۔ ہمارے شعور میں یہ بات یا تو بالکل نہیں آتی یا بہت کم آتی ہے کہ تفکر کے ذریعے ستاروں ذروں اور تمام مخلوق سے ہمارا تبادلہ خیال ہوتا رہتا ہے۔ ان کی ان یعنی تفکر کی لہریں بھی بہت کچھ دیتی ہیں اور ہم سے بہت کچھ لیتی بھی ہیں۔ تمام کائنات اس قسم کے تبادلہ خیال کا ایک خاندان ہے۔ مخلوق میں فرشتے اور جنات ہمارے لئے زیادہ اہمیت رکھتے ہیں۔ تفکر کے اعتبار سے ہمارے زیادہ قریب ہیں۔ اور تبادلہ خیال کے لحاظ سے ہم سے زیادہ مانوس ہیں۔"

نانا تاج الدین اس وقت ستاروں کی طرف دیکھ رہے تھے۔ کہنے لگے کہ کاشانی نظاموں اور ہمارے درمیان بڑا مستحکم رشتہ ہے۔ پے در پے جو خیالات ہمارے ذہن میں آتے ہیں وہ دوسرے نظاموں اور ان کی آبادیوں سے ہمیں وصول ہوتے رہتے ہیں۔ یہ خیالات روشنی کے ذریعے ہم تک پہنچتے ہیں۔ روشنی کی چھوٹی بڑی شعاعیں خیالات کے لاشمار تصویر خانے لے کر آتی ہیں۔ ان ہی تصویر خانوں کو ہم اپنی زبان میں تو ہم، خیال، تصور اور تفکر وغیرہ کا نام دیتے ہیں۔ سمجھایا جاتا ہے کہ یہ ہماری اپنی اختراعات ہیں۔ لیکن ایسا نہیں ہے۔ بلکہ تمام مخلوق کی سوچنے کی طرزیں ایک نقطہ مشترک رکھتی ہیں۔ وہی نقطہ مشترک تصویر خانوں کو جمع کر کے ان کا علم دیتا ہے۔ یہ علم نوع اور فرد کے شعور پر منحصر ہے۔ شعور جو اسلوب اپنی انا کی اقدار کے مطابق قائم کرتا ہے تصویر خانے اس ہی اسلوب کے سانچے میں ڈھل جاتے ہیں۔

اس موقع پر یہ بتادینا ضروری ہے کہ تین نوعوں کے طرز عمل میں زیادہ اشتراک ہے۔ ان ہی کا تذکرہ قرآن پاک میں انسان، فرشتہ اور جنات کے نام سے کیا گیا ہے۔ یہ نوعیں کائنات کے اندر سارے

کہکشانی نظاموں میں پائی جاتی ہیں۔ قدرت نے کچھ ایسا نظام قائم کیا ہے جس میں یہ تین نوعیں تخلیق کار کن بن گئی ہیں۔ ان ہی کے ذہن سے تخلیق کی لہریں خارج ہو کر کائنات میں منتشر ہوتی ہیں اور جب یہ لہریں معین مسافت طے کر کے معین نقطہ پر پہنچتی ہیں تو کائناتی مظاہر کی صورت اختیار کر لیتی ہیں۔

### ایک انسان ہزاروں جسم:

میں یہ کہہ چکا ہوں کہ تفکر، انا اور شخص ایک ہی چیز ہے۔ الفاظ کی وجہ سے ان میں معانی کا فرق نہیں کر سکتے۔ سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ آخر یہ انا، تفکر اور شخص ہیں کیا؟ یہ وہ ہستی ہیں جو لامتناہی کیفیات کی شکلوں اور سراپا سے بنی ہیں۔ مثلاً بصارت، سماعت، تکلم، محبت، رحم، ایثار، رفتار، پرواز وغیرہ۔ ان میں ہر ایک کیفیت ایک شکل اور سراپا رکھتی ہے۔ قدرت نے ایسے بے حساب سراپا لے کر ایک جگہ اس طرح جمع کر دیئے ہیں کہ الگ الگ پرت ہونے کے باوجود ایک جان ہو گئے ہیں۔ ایک انسان کے ہزاروں جسم ہوتے ہیں۔ علیٰ ہذا القیاس جنات اور فرشتوں کی بھی یہی ساخت ہے۔ یہ تینوں ساخت اس لئے مخصوص ہیں کہ ان میں کیفیت کے پرت دوسرے انواع سے زیادہ ہیں۔ کائنات کی ساخت میں ایک پرت بھی ہے اور کثیر تعداد پرت بھی ہیں۔ تاہم ہر نوع کے افراد میں مساوی پرت ہیں۔

انسان لامتناہی سیاروں میں آباد ہیں۔ اور ان کی قسمیں کتنی ہیں اس کا اندازہ قیاس سے باہر ہے۔ یہی بات فرشتوں اور جنات کے بارے میں کہہ سکتے ہیں۔ انسان ہوں، جنات ہوں یا فرشتے، ان کے سراپا کا ہر فرد ایک پائندہ کیفیت ہے۔ کسی پرت کی زندگی جلی ہوتی ہے یا خفی۔ جب پرت کی حرکت جلی ہوتی ہے تو شعور میں آجاتی ہے، خفی ہوتی ہے تو لا شعور میں رہتی ہے۔ جلی حرکت کے نتائج کو انسان اختراع و ایجاد کہتا ہے لیکن خفی حرکت کے نتائج شعور میں نہیں آتے۔ حالانکہ وہ زیادہ عظیم الشان اور مسلسل ہوتے ہیں۔ یہاں یہ راز غور طلب ہے کہ ساری کائنات خفی حرکت کے نتیجے میں رونما ہونے والے مظاہر سے بھری پڑی ہے۔ البتہ یہ مظاہر محض انسانی لا شعور کی پیداوار نہیں ہیں۔ انسان کا خفی کائنات کے دور دراز گوشوں سے مسلسل رابطہ قائم نہیں رکھ سکا۔ اس کمزوری کی وجہ نوع انسان کے اپنے خصائل ہیں۔ اس نے

اپنے تفکر کو کس مقصد کے لئے پابہ گل کیا ہے یہ بات اب تک نوعِ انسانی کے شعور سے ماروا ہے۔ کائنات میں جو تفکر کام کر رہا ہے، اس کا تقاضہ کوئی ایسی مخلوق پورا نہیں کر سکی جو زمانی، مکانی فاصلوں کی گرفت میں بے دست و پا ہو۔

کائناتِ زمانی مکانی فاصلوں کا نام ہے۔ یہ فاصلے انا کی چھوٹی بڑی مخلوط لہروں سے بنتے ہیں۔ ان لہروں کا چھوٹا بڑا ہونا ہی تغیر کہلاتا ہے۔ دراصل زمان اور مکان دونوں اسی تغیر کی صورتیں ہیں۔ دخان جس کے بارے میں دنیا کم جانتی ہے اس مخلوط کا نتیجہ اور مظاہر کی اصل ہے۔ یہاں دخان سے مراد دھواں نہیں ہے۔ دھواں نظر آتا ہے اور دخان ایسا دھواں ہے جو نظر نہیں آتا۔ انسان مثبت دخان کی اور جنات منفی کی پیداوار ہیں۔ رہا فرشتہ، ان دونوں کے ملخص سے بنا ہے۔ عالمین کے یہ تین اجزائے ترکیبی غیب و شہود کے بانی ہیں۔ ان کے بغیر کائنات کے گوشے امکانی تموج سے خالی رہتے ہیں۔ نتیجہ میں ہمارا شعور اور لاشعور حیات سے دور نابود میں گم ہو جاتا ہے۔ ان تین نوعوں کے درمیان عجیب و غریب کرشمہ برسرِ عمل ہے۔ مثبت دخان کی ایک کیفیت کا نام مٹھاس ہے۔ اس کیفیت کی کثیر مقدار انسانی خون میں گردش کرتی رہتی ہے۔ دخان کی منفی کیفیت نمکین ہے۔ اس کیفیت کی کثیر مقدار جنات میں پائی جاتی ہے۔ ان ہی دونوں کیفیتوں سے فرشتے بنتے ہیں۔ اگر ایک انسان میں مثبت کیفیت کم ہو جائے اور منفی بڑھ جائے تو انسان میں جنات کی تمام صلاحیتیں بیدار ہو جاتی ہیں۔ اور وہ جنات کی طرح عمل کرنے لگتا ہے۔ اگر کسی جن میں مثبت کیفیت بڑھ جائے اور منفی کیفیت کم ہو جائے تو اس میں نقل و وزن پیدا ہو جاتا ہے۔ فرشتہ پر بھی یہی قانون نافذ ہے۔ اگر مثبت اور منفی کیفیات معین سطح سے اوپر آجائیں تو مثبت کے زور پر وہ انسانی صلاحیت پیدا کر سکتا ہے اور منفی کے زور پر جنات کی۔ بالکل اسی طرح اگر انسان میں مثبت اور منفی کیفیات معین سطح سے کم ہو جائیں تو اس سے فرشتہ کے اعمال صادر ہونے لگیں گے۔

طریق کار بہت آسان ہے۔ مٹھاس اور نمک کی معین مقدار کم کر کے فرشتوں کی طرح زمانی مکانی فاصلوں سے وقتی طور پر آزاد ہو سکتے ہیں۔ محض مٹھاس کی مقدار کم کر کے جنات کی طرح زمانی مکانی

فاصلے کم کر سکتے ہیں لیکن ان تدبیروں پر عمل پیرا ہونے کے لئے کسی روحانی انسان کی رہنمائی اشد ضروری ہے۔

### شیر کی عقیدت:

ایک دن واک شریف کے جنگل میں پہاڑی بٹے پر چند لوگوں کے ہمراہ چڑھتے چلے گئے۔ نانارحمۃ اللہ علیہ مسکرا کر کہنے لگے۔ "میاں جس کو شیر کا ڈر ہو وہ چلا جائے، میں تو یہاں ذرا سی دیر آرام کروں گا۔ خیال ہے کہ شیر ضرور آئے گا۔ جتنی دیر قیام کرے اس کی مرضی۔ تم لوگ خواہ مخواہ انتظار میں مبتلا نہ رہو۔ جاؤ کھاؤ پیو اور مزہ کرو۔"

بعض لوگ ادھر ادھر چھپ گئے اور زیادہ چلے گئے۔ میں نے حیات خاں سے کہا۔ کیا ارادہ ہے۔ پہلے تو حیات خاں سوچتا رہا۔ پھر زیر لب مسکرا کر خاموش ہو گیا۔ تھوڑی دیر بعد میں نے پھر سوال کیا۔ "چلتا ہے یا تماشا دیکھنا ہے۔"

"بھلا بابا صاحب کو چھوڑ کے میں کہاں جاؤں گا!" حیات خاں بولا

گرمی کا موسم تھا۔ درختوں کا سایہ اور ٹھنڈی ہوا انہماک کے طوفان اٹھا رہی تھی۔

تھوڑی دور ہٹ کر میں ایک گھنی جھاڑی کے نیچے لیٹ گیا۔ چند قدم کے فاصلے پر حیات خاں اس طرح بیٹھ گیا کہ نانا تاج الدین کو کون آنکھوں سے دیکھتا ہے۔

اب وہ دبیز گھاس پر لیٹ چکے تھے۔ آنکھیں بند تھیں۔ فضا میں بالکل سناٹا چھایا ہوا تھا۔

چند منٹ گزرے تھے کہ جنگل بھیانک محسوس ہونے لگا۔ آدھ گھنٹہ پھر ایک گھنٹہ۔ اس کے بعد بھی کچھ وقفہ ایسے گزر گیا جیسے شدید انتظار ہو۔ یہ انتظار کسی سادھو، کسی جوگی، کسی ولی، کسی انسان کا نہیں تھا بلکہ درندہ کا تھا جو کم از کم میرے ذہن میں قدم بقدم حرکت کر رہا تھا۔ یکایک نانارحمۃ اللہ علیہ کی طرف

نگاہیں متوجہ ہو گئیں۔ ان کے پیروں کی طرف ایک طویل القامت شیر ڈھلان سے اوپر چڑھ رہا تھا۔ بڑی آہستہ خرامی سے بڑے ادب کے ساتھ۔

شیر نیم واکی آنکھوں سے نانا تاج الدین کی طرف دیکھ رہا تھا۔ ذرا دیر میں وہ پیروں کے بالکل قریب آگیا۔

نانا گہری نیند میں بے خبر تھے۔ شیر زبان سے تلوے چھو رہا تھا۔ چند منٹ بعد اس کی آنکھیں مستانہ واری سے بند ہو گئیں۔ سر زمین پر رکھ دیا۔  
نانا تاج الدین ابھی تک سو رہے تھے۔

شیر نے اب زیادہ جرأت کر کے تلوے چاٹنا شروع کر دیئے۔ اس حرکت سے نانا کی آنکھ کھل گئی۔ اٹھ کر بیٹھ گئے۔ شیر کے سر پر ہاتھ پھیرا۔

کہنے لگے تو آگیا۔ اب تیری صحت بالکل ٹھیک ہے۔ میں تجھے تندرست دیکھ کر بہت خوش ہوں۔  
اچھا اب جاؤ۔ شیر بڑی ممنونیت سے دم ہلائی اور چلا گیا۔

میں نے واقعات پر بہت غور کیا۔ یہ بات کسی کو معلوم نہیں کہ شیر ان کے پاس آیا تھا۔ مجبوراً اس امر کا یقین کرنا پڑتا ہے، نانا اور شیر پہلے سے ذہنی طور پر روشناس تھے۔ روشناسی کا طریقہ ایک ہی ہو سکتا ہے۔ انا کی جو لہریں نانا اور شیر کے درمیان ردوبدل ہوتی تھیں وہ آپس کی اطلاعات کا باعث بنتی تھیں۔ عارفین میں کشف کی عام روش یہی ہوتی ہے۔ لیکن اس واقعہ سے معلوم ہوا کہ جانوروں میں بھی کشف اسی طرح ہوتا ہے۔ کشف کے معاملے میں انسان اور دوسری مخلوق یکساں ہیں۔

### لہروں میں ردوبدل کا قانون:

یہ قانون بہت فکر سے ذہن نشین کرنا چاہئے کہ جس قدر خیالات ہمارے ذہن میں دور کرتے ہیں کرتے رہتے ہیں ان میں سے بہت زیادہ ہمارے معاملات سے غیر متعین ہوتے ہیں۔ ان کا تعلق قریب

اور دور، کی ایسی مخلوق سے ہوتا ہے۔ جو کائنات میں کہیں نہ کہیں موجود ہو۔ اس مخلوق کے تصورات لہروں کے ذریعے ہم تک پہنچتے ہیں۔ جب ہم ان تصورات کا جوڑ اپنی زندگی سے ملاتے ہیں تو ہزار کوشش کے باوجود ناکام رہ جاتے ہیں۔ انا کی جن لہروں کا ابھی تذکرہ ہو چکا ہے ان کے بارے میں بھی چند باتیں فکر طلب ہیں۔ سائنس دان روشنی کو زیادہ سے زیادہ تیز رفتار قرار دیتے ہیں۔ لیکن وہ اتنی تیز رفتار نہیں ہے کہ زمانی مکانی فاصلے کو منقطع کر دے۔ البتہ انا کی لہریں لا اتنا ہیئت میں بیک وقت ہر جگہ موجود ہیں زمانی اور مکانی فاصلے ان کی گرفت میں رہتے ہیں، بہ الفاظ دیگر یوں کہہ سکتے ہیں ان لہروں کے لیے زمانی اور مکانی فاصلے موجود ہی نہیں ہیں۔ “روشنی کی لہریں جن فاصلوں کو کم کرتی ہیں انا کی لہریں ان ہی فاصلوں کو بجائے خود موجود نہیں جانتیں۔ انسانوں کے درمیان ابتدائے آفرینش سے بات کرنے کا طریقہ رائج ہے۔ آواز کی لہریں جن کے معنی متعین کر لئے جاتے ہیں سننے والوں کو مطلع کرتی ہے۔ یہ طریقہ اس ہی تبادلے کی نقل ہے۔ جو انا کی لہروں کے درمیان ہوتا ہے۔ دیکھا گیا ہے کہ گونگا آدمی اپنے ہونٹوں کی خفیف سے جنبش سے سب کچھ کہہ دیتا ہے اور سمجھنے کے اہل سب کچھ سمجھ لیتے ہیں۔ یہ طریقہ بھی پہلے طریقہ کا عکس ہے۔ جانور آواز کے بغیر ایک دوسرے کو اپنے حال سے مطلع کر دیتے ہیں۔ یہاں بھی انا کی لہریں کام کرتی ہیں درخت آپس میں گفتگو کرتے ہیں یہ گفتگو صرف آمنے سامنے کے درختوں میں نہیں ہوتی بلکہ دور دراز ایسے درختوں میں بھی ہوتی ہے جو ہزاروں میل کے فاصلے پر واقع ہیں۔ یہی قانون جمادات میں بھی رائج ہے۔ کنکروں، پتھروں، مٹی کے ذروں میں من و عن اسی طرح تبادلہ خیال ہوتا ہے۔ (تذکرہ تاج الدین بابا تصنیف قلندر بابا اولیا)

درخت کی سرسبز شاخ آسانی سے مڑ جاتی ہے اور ہم اپنی مرضی اور منشاہ کے مطابق اس میں چمک پیدا کر لیتے ہیں اس کے برعکس سوکھی لکڑی کے ساتھ زور آزمائی کرنے سے کوئی مقصد حاصل نہیں ہوا قدرت کا یہ فیضان جاری و ساری ہے اور اللہ کے قانون کے مطابق جو لوگ اللہ کے لئے جدوجہد کرتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ ان کے اوپر اپنے راستے کھول دیتے ہیں۔“

آپ اس قانون کا سہارا لیکر ٹیلی پیجھی سیکھ سکتے ہیں۔

☆☆☆☆☆

## کیفیات و واردات سبق ۲

محمد جہانگیر تبسم۔ ڈیرہ اسماعیل خاں۔

۲۰۔ نومبر: ٹیلی پیٹھی کی دوسری مشق کے دوران آنکھوں میں سے نور کی لہریں نکلتی ہوئی محسوس کیں۔ نور کے ہالے نگاہوں کے سامنے آتے رہے۔ اور جاتے رہے ایک بہت بڑی وسعت دکھائی دی۔ اور اس میں روشنی ہی روشنی پھیلی ہوئی نظر آئی مشق کے دوران آنکھوں کے ڈیلے بالکل ساکت اور جھے ہوئے محسوس کئے۔

۲۱۔ نومبر: آنکھوں کے سامنے نور کی لہروں کا ہجوم ہو گیا اور غور سے دیکھنے پر لہروں میں سمتیں نظر آئیں مشق کے دوران دماغ کو جھٹکا لگا۔ اور روشنی میں اضافہ ہو گیا میں نے اپنے دماغ میں بہت ساری روشنی بھری ہوئی محسوس کی۔

۲۳۔ نومبر: آج خود کو فضا میں پرواز کرتے دیکھا اور دوران پرواز دیکھا کہ میرا دماغ روشنیوں سے بھرا ہوا ہے اور ماتھے پر نور کی بنی ہوئی ایک باطنی آنکھ بھی ہے مشق کے بعد میں نے سونے کے لئے کمرل اپنے اوپر ڈالا تو کمبل کے اندر روشنی کا ایک جھماکا ہوا جیسے کسی نے ٹیوب لائٹ جلا دی ہو۔

خالد پرویز، کوسٹہ، بلوچستان۔

۱۰۔ فروری: سانس کی مشق کرنے کے بعد مراقبہ شروع کیا تو نور کی بارش کا تصور بن گیا ہر طرف نور برس رہا تھا اور میں اس بارش میں بیٹھا ہوا مشق کر رہا تھا۔ نور کی برسات ایسے تھی جیسے دودھ کے چمک دار قطرے ہر طرف گر رہے ہوں۔ صبح سانس کی مشق کے بعد مراقبہ میں پھر نور کا تصور بن گیا۔ اور نور کی موسلا دھار بارش مجھ پر گرتی رہی اور ذہن میں خیالات بھی آتے رہے۔ رات کو خواب میں جو کچھ

دیکھا دوسری دن من و عن وہی واقعات رونما ہو گئے حیران ہوں ٹیلی پیٹھی کی مشقوں کا خواب سے کیا تعلق ہے۔

جب بھی نور کی بارش کا تصور کرتا ہوں اسے پوری شدت سے برستا دیکھتا ہوں نور کی چمک دار بو ندیں جسم پر جہاں بھی گرتی ہیں وہ جگہ روشن اور شفاف (TRANSPARENT) بن جاتی ہے یہاں تک کہ پورا جسم روشنیوں سے بنا ہوا نظر آتا ہے۔

### نورانی بال:

محمد فاروق اردق مصطفیٰ، پہاول پور۔

۱۲۔ جنوری: آج دوران مشق سارا ماحول موسلا ہار بارش میں ڈوبا ہوا محسوس ہوا۔ خود اپنے اوپر بھی کبھی تیز اور کبھی ہلکی بارش برستی ہوئی دیکھی۔ لیکن ارد گرد سارا ماحول بہت تیز اور لگتا بارش میں ڈوبا ہوا نظر آیا۔ ایسا لگا جیسا جسم بھیگ رہا ہے اور سر کے بال نورانی بارش سے تر ہو گئے ہیں۔

۹۔ جنوری ۱۲ تا جنوری: ذہن پر عجیب قسم کی گرد سی چھائی رہی جیسے ذہن بالکل ہی خالی ہو اور کوئی بات بھی سوچنے پر آمادہ نہ ہو۔

### گناہوں کی دلہل:

محمد طارق، ڈی آئی خاں۔

۳۔ فروری: کھلی آنکھوں سے نور کی بارش کا تصور قائم ہوا لیکن پھر غنودگی طاری ہو گئی۔ کچھ دیر بعد مجھے اچانک جھٹکا لگا اور میں عالم ہوش میں آ گیا اور دیکھا کہ کمرے میں بے شمار روشنیاں پھیلی ہوئی ہیں۔

۵۔ فروری: دیکھا کہ ایک بہت بڑا گلاب کا پھول آسمان سے نور کے پانی میں اترا۔ پھول ایک طرف سے دوازے کی طرح کھلا ہوا اور ایک بزرگ جن کے ارد گرد نور کا ہالہ تھا اپنے ساتھیوں سمیت نکلے

پھول کا دروازہ بند ہو گیا وہ بزرگ اپنے ساتھیوں سمیت نور کے پانی میں چلتے ہوئے ایک جگہ آکر ٹھہر گئے پھر آسمان سے ایک تاریک اور بڑا گلوب نیچے آیا۔ بزرگ نے جب کچھ پڑھ کر اس پھول پر پھونکا تو پھول لچکنے لگا۔ اور اس پر طرح کے مناظر دکھائی دینے لگے۔ وہ بزرگ اور ان کے ساتھی ارد گرد اترے کی صورت میں بیٹھ گئے آواز آئی تمہاری یہ دنیا گناہوں کی دلدل میں گردن تک دھنسی ہوئی ہے۔ اس لئے بے اطمینانی کا شکار ہے۔ اگر تم صدق دل سے عبادت کرو اور متحر ہو تو دنیا کی کوئی طاقت تمہیں شکست نہیں دے سکتی۔ اس کے بعد وہ گلوب تاریک ہو گیا۔ بزرگ نے اسے اٹھایا اور آسمان کی طرف پھینک دیا۔ اور وہ بادلوں کی اوٹ میں غائب ہو گیا۔ اب پھول سے دو عورتیں نکلیں اور دروازے کے دونوں طرف کھڑی ہو گئیں۔ وہ بزرگ ملے اپنے ساتھیوں سے، جیسے ہی دروازے کے قریب پہنچے انہوں نے ادب سے دروازہ کھول دیا۔ ان کے اندر داخل ہونے کے بعد دروازہ پھر بند ہو گیا۔ پہلے تو وہ پھول پانی میں تیرتا رہا۔ پھر آسمان کی جانب پرواز کر گیا۔ اور پھر وہی نور کی بارش تھی اور میں تھا۔

۶۔ فروری: جب مشق کرنے بیٹھا تو کمرے میں باوجود سخت اندھیرا ہونے کے کمرے کی ہر چیز صاف نظر آنے لگی۔ دیکھا کہ آسمان نیلا ہے اور ایک نیلا بادل تیرتا ہوا میرے سر پر آیا اور ایک طرف سے چھٹ گیا جس سے بے شمار روشنی نکلی اور قطروں کی صورت میں تبدیل ہو کر برسنے لگی اور پھر یہ مو سلا دھار ہو گئی۔

## نور کی بارش:

روبی خان، کراچی۔۔۔

۷۔ جنوری: نور کی بارش کا تصور کیا تو دیکھا کہ سرد و حصوں میں تقسیم ہو گیا ہے اور نور کی بارش سر کے اندر ہو رہی ہے۔ نور ابل ابل کر باہر بھی نکل رہا ہے۔ بلب کی طرح کبھی جل جاتا ہے کبھی بجھ جاتا ہے۔

۱۶۔ جنوری:- مشق کے دوران دیکھا کہ ایک بہت بڑی مسجد میں کچھ بزرگ بیٹھے مقدس آیتیں پڑھ رہے ہیں۔ انہوں نے مجھے بھی دعوت دی کہ تم بھی پڑھو میں بھی ان کے ساتھ شامل ہو گئی۔ میں نے پوچھا یہ کیوں پڑھا جا رہا ہے۔ جواب ملا تمہاری کامیابی کے لئے۔

۸۔ فروری سے ۲۰ فروری تک: کھلی آنکھوں سے نور کی بارش کی مشق کی۔ کافی حد تک کامیابی ہوئی۔ کبھی کبھی آنکھوں کے سامنے تیز روشنی نمودار ہوتی تھی اور کبھی نور کی بارش کا تصور قائم ہو جاتا تھا۔ کل ۲۰۔ فروری کو سارے ماحول پر بارش کا خوش گوار اثر دیکھا۔

منیرہ فاطمہ، لاہور۔۔۔

۶۔ جولائی: نور کی بارش کا تصور بہت آسانی سے قائم ہو گیا مگر جیسے ہی چہرے پر بوندیں گرنے کا احساس اجاگر ہوا نیند آگئی۔ میں نے سارے دن اس بات کو آزمایا ہے کہ جب چہرے پر نورانی بارش کی بوندیں گرتی ہیں تو مجھے نیند آجاتی ہے۔

۱۲۔ جولائی: ایک عجیب سی روشنی دیکھتی ہوں اس سے سارا گھریا کمرہ روشن ہو جاتا ہے نور کی بارش کا جب تصور آتا ہے تو دو سیکنڈ کے اندر اپنے آپ کو بارانِ رحمت میں بھیگا ہوا پاتی ہوں۔ جسم میں ایک لطیف پھریری آجاتی ہے۔ اور کتنے ہی گرم کمرے کیوں نہ ہوں مجھے ٹھنڈک سی محسوس ہونے لگتی ہے اور بہت ہی لطف آتا ہے جی چاہتا ہے کی رحمت کی بارش میں کھڑی رہوں۔ کبھی کبھی تو جیسے ہی نور کی بارش کی بوندیں جسم یا چہرے پر پڑتی ہے تو فوراً ہی ایک روشنی یا فلیش سی نظروں کے سامنے چمک جاتی ہے۔ جسم میرا پورے ہفتے ہی گرم گرم سا رہا۔ تھرما میٹر لگا یا تو بخار یا حرارت نہیں تھی۔

چراغ اور موم بتی:

یادگار حسین، کرچی۔۔۔

۲۹۔ اکتوبر: مراقبہ میں کچھ دیر کے لئے نور کی بارش کا تصور بندھا اور پھر بدن کو جھٹکے لگنے لگے۔ اسی لمحہ محسوس ہوا جیسے دن نکلا ہوا ہے اور چاروں طرف روشنی پھیلی ہوئی ہے۔

۳۰۔ اکتوبر ایک روشن دائرہ آیا۔ اس کے بعد ایسا محسوس ہوا جیسے کہ نگاہوں کے سامنے سے پردے ہٹتے جا رہے ہیں۔ روشن دائرے میں مختلف مناظر متحرک نظر آئے مشق کے بعد لیٹا تو محسوس ہوا آسمان پر بادل چھائے ہوئے ہیں۔ کالے سیاہ بادل اور سفید رنگ بادل آکر ان میں شامل ہو رہے ہیں۔ ان بادلوں میں سے سفید شعاعیں نکلنے لگیں۔ اور ان کا رنگ تبدیل ہو کر سنہری ہو گیا گلے دن نیو کر اچی گیا تو مغرب سے پہلے وہ ہی منظر دیکھا کہ آسمان پر بادل چھائے ہوئے ہیں۔ اور سورج ان کے پیچھے چھپا ہوا ہے اور سورج کی کرنوں کی وجہ سے بادلوں میں سنہری شعاعیں نکل رہی ہیں۔

۴۔ نومبر: دیکھا کہ ایک مزار ہے جس کا گنبد سفید ہے اور نور اس پر دھارے کی صورت میں برس رہا ہے خانہ کعبہ کی جھلک بھی نظر آئی پھر اس کے بعد دیکھا کہ دور ایک چراغ جل رہا ہے یہ منظر آہستہ آہستہ قریب آتا گیا اور میں نے دیکھا کہ ایک موم بتی جل رہی ہے۔ ایک عمارت نظر آئی اور پھر ایک مینار دکھائی دیا۔ کچھ لوگ نظر آئے ان میں سے ایک شخص نے ایک عصا میری طرف بڑھایا لیکن مجھے اسے لینے میں جھجک ہو رہی تھی اور پھر وہ عصا لے لیا۔

۵۔ نومبر: سانس کی مشق کے دوران روشنی کی ایک پٹی قوس قزح کی شکل میں نظر آئی اور پھر کئی رنگ کی پٹیاں نظر آتی رہیں زرد، سرخ اور نیلگوں پھر ایسا محسوس ہوا کہ نور کا دھارا آنکھوں کے سامنے آنے والا ہے۔

۶۔ نومبر: مشق کے دوران جسم کو کئی جھٹکے لگے اور اتنی تیز روشنی پیدا ہوئی جیسے دن نکل آیا ہو میں نے اس روشنی میں دیکھا کہ ایک قطار میں کچھ بزرگ حضرات بیٹھے ہوئے ہیں۔ پھر میں نے خود کو ایک نہایت خوبصورت باغ میں پایا۔ اور باغ میں ہرے بھرے پودے اور پھل دار درخت لگے ہوئے تھے۔ کسی نامعلوم شخص نے موتی کا ایک پودا جڑ سے اکھاڑ کر میری طرف بڑھایا اور کہا کہ اسے سو گھو۔ میں نے اسے

سو نگھا تو ایک عجیب قسم کی خوشبو محسوس کی۔ وہ خوشبو نہایت تیز تھی اور اس کا اثر حیرت انگیز تھا۔ چند لمحوں پہلے میرے دماغ پر جو بوجھ تھا وہ یکنخت ختم ہو گیا اور میں نے خود کو پر سکون محسوس کیا۔

۱۲۔ نومبر ٹیلی پیٹھی کی مشق کے بعد لیٹا تو جسم کی حرکت ساکت ہو گئی۔ دوسرے لمحے میں نے خود کو خلا میں موجود پایا۔ رنگ و روشنی کی بارش ہو رہی تھی اور میں اس بارش کی زد میں تھا۔ میں نے رنگ و روشنی کی اس بارش کی چوٹ کو اپنے جسم پر محسوس کی۔ میں نے نیچے کی جانب دیکھا تو نظر آیا کہ بارش ایک نہر میں جمع ہو رہی ہے۔ اس وقت تیز ہوا چلنے لگی اور کہیں دور سے گھنٹیوں کی آواز سنائی دی جو کانوں کو بہت بھلی لگ رہی تھی۔

بند آنکھوں کے سامنے روشنی کی لکیروں کا جال پھیل گیا اور دل کی طرح ایک بڑی ڈبیا نظر آئی جس میں کھڑکی کی جگہ دروازہ بنا ہوا تھا یہ دروازہ بار بار کھلتا اور طرح طرح کے مناظر دکھائی دیتے۔ دیکھا کہ ایک تالاب ہے اس میں ایک مچھلی تڑپ رہی ہے۔ مچھلی کو تڑپتے دیکھ کر یہ بات ذہن میں آئی کہ پانی کم ہے جس کی وجہ سے مچھلی غوطہ لگاتی ہے اور فرش سے ٹکرا جاتی ہے۔ تالاب کے اندر دیواروں پر بیل بوٹے بنے ہوئے تھے۔

۱۵۔ نومبر : ایک روشن دائرے میں خانہ کعبہ نظر آیا۔ اس کے چاروں طرف لوگ کھڑے ہوئے تھے اور آسمان سے بارانِ رحمت کی طرح نور چاروں طرف لوگ کھڑے ہوئے تھے اور آسمان سے بارانِ رحمت کی طرح نور چاروں طرف پھیل رہا تھا۔

محمد صفدر تابانی، شیخوپورہ۔

مراقبہ میں دیکھا کہ واقعاً میں بارش میں بھیک رہا ہوں۔ پھر یہ بوندیں اولوں کی طرح سفید موتی بن کر گرنے لگیں۔ جب یہ موتی میرے جسم سے ٹکرانے لگے، محسوس ہوتا تھا جیسے ان کا مادی وجود نہیں ہے۔ بلکہ یہ روشنیوں سے بنے ہوئے ہیں۔ لیکن میں نے نور کے ان قطروں کا لمس ضرور محسوس کیا ہے

- ایک اور فرق تھا اور وہ یہ کہ پانی کے قطروں سے ٹھنڈک محسوس ہوتی ہے لیکن ان بوندوں کے گرنے سے مستی و سرور کا احساس جاگ جاگ جاتا تھا۔

### جھاڑو اور کمزور شخص:

محمد منصور، باغبان پورہ۔

۲۹۔ اپریل: بارش پانچ سینٹیمٹر تک نظر آتی رہی جو دو دھیانگ کی تھی اور ذہن اسے نورانی صورت میں دیکھنے کی کوشش کرتا رہا۔

آج خلاف معمول صبح بیدار ہو کر دوبارہ سو گیا۔ دیکھا کہ میرے کمرے میں سیاہ اور کمزور رنگت والا شخص جھاڑو دے رہا ہے۔ دیکھتے ہی میں غصے میں باہر آ گیا اسے میرے کمرے میں داخل ہونے کی جرات کیسے ہوئی۔ دوبارہ کمرے میں شکر کی بناء پر گیا۔ دیکھا کہ وہ میرے بوٹوں کے تسمے بڑی نفاست سے پرورہا ہے۔ میں نے اس سے کہا آپ غلط تسمے ڈال رہے ہیں میری بات کو نظر انداز کرتے ہوئے وہ کام کرتا رہا۔

۳۰۔ مٹی:- آہستہ آہستہ نیلے بادل چھا گئے۔ آج بازو اور سر ایسے ٹھنڈے ہو گئے جیسے انہیں برف میں لگا دیا گیا ہو۔

لطیف آباد، حیدر آباد میں منیر احمد

۱۶۔ جولائی سے برابر نور کی بارش والی مشق کر رہے ہیں۔ لکھتے ہیں پہلے دو دن کوئی خاص بات نہیں ہوئی۔ البتہ ۱۸۔ جولائی کو مشق کے دوران سر میں شدید قسم کا درد ہوا۔ ۱۹۔ جولائی کو بھی مشق کے دو ران یہ درد برابر ہوتا رہا لیکن چونکہ اس بات کی وضاحت آپ نے کر دی تھی اس لئے میں نے کوئی خیال نہیں کیا۔

۲۰۔ جولائی کو جب مشق سے فارغ ہو کر میں بستر پر لیٹا تو مجھے یوں محسوس ہوا کہ جیسے میں دو بن گیا ہوں۔ میں نے تصور کی آنکھ سے دیکھا تو میرے برابر میں ایک اور منیر لیٹا ہوا تھا۔

## علم کی درجہ بندی

محمد ارشد، کراچی۔۔۔

سوال: میں آپ سے چند سوالات کے جوابات چاہتا ہوں۔ آپ ان سوالات کے جوابات قرآن کریم کی روشنی میں دیں۔ میں سمجھتا ہوں کہ ان سوالات کے جوابات سے روحانیت کے بعض گوشوں پر روشنی پڑے گی۔ اور ایسے لوگ جن لوگوں کے ذہنوں میں ایسے سوالات پیدا ہوتے ہیں وہ بھی مطمئن ہو جائیں گے۔

اگر ہم ٹیلی پیٹھی کے ذریعے اپنے خیالات کو دوسروں تک پہنچا سکتے ہیں اور دوسروں کے خیالات معلوم کر سکتے ہیں تو ہم ٹیلی پیٹھی کو پوچھ گچھ کے سلسلے میں کیوں استعمال نہیں کرتے اور جاسوسوں کے اہم منصوبوں سے کیوں واقف نہیں ہو جاتے؟

دوسرا سوال یہ ہے کہ اگر کسی روحانی استاد کی نگرانی میں مراقبہ کرنے سے دل کی آنکھ کھل جاتی ہے تو ہم یہ کیوں نہیں پتا کر لیتے کہ اہرام مصر کب کیوں تعمیر ہوئے اور ان میں استعمال ہونے والے اتنے وزنی پتھر کس طرح لائے گئے؟

جواب: دنیا میں رائج علوم کی اگر درجہ بندی کی جائے تو ہم انہیں تین حصوں میں تقسیم کر سکتے

ہیں۔ وہ یہ ہیں:-

۱۔ طبیعیات PHYSICS

۲۔ نفسیات PSYCHOLOGY

۳۔ مابعد النفسیات PARA PSYCHOLOGY

علم طبیعیات کے ضمن میں زندگی کے وہ اعمال و اشغال آتے ہیں جن سے کوئی آدمی محدود دائرے میں رہ کر مستفیض ہوتا ہے یعنی اس کی سوچ کا محور مادہ (MATTER) اور صرف مادہ ہوتا ہے مادہ دی دنیا کے اس خول سے وہ باہر نہیں نکلتا۔

نفسیات وہ علم ہے جو طبیعیات کے پس پردہ کام کرتا ہے خیالات تصورات اور احساسات کا تانا بانا اسی علم سے مرکب ہے۔ خیالات اگر تو اتر کے ساتھ علم طبیعیات کے دائرے میں منتقل ہوتے رہیں تو آدمی صحت مند خیالات کا پیکر ہوتا ہے اور اگر خیالات کے اس لامتناہی سلسلے میں کوئی رخنہ در آئے اور علم طبیعیات کا دائرہ اس خیال میں مرکوز ہو جائے تو آدمی نفسیاتی مریض بن جاتا ہے۔

علم بعد ان نفسیات علم کی اس بساط کا نام ہے جس کو روحانیت میں مصدر اطلاعات یعنی SOURCE OF INFORMATION کہا جاتا ہے۔ علمی حیثیت میں یہ ایسی ایجنسی ہے جو لا شعور کے پس پردہ کام کرتی ہے۔

اس اجمال کی تفصیل یہ ہوئی کہ آدمی تین دائروں سے مرکب ہے۔ شعور، لا شعور اور ورائے لا شعور۔ جب ہم کسی مظاہراتی خدو خال میں داخل ہوتے تو ہمیں ان تین دائروں میں سفر کرنا پڑتا ہے۔ یعنی پہلے ہمیں کسی چیز کی اطلاع ملتی ہے پھر اس اطلاع میں تصوراتی نقش و نگار بنتے ہیں اور پھر یہ تصوراتی نقش و نگار مظہر کاروپ دھار کر ہمارے سامنے آجاتے ہیں۔ اسی بات کو ہم دوسری طرح بیان کرتے ہیں تاکہ بات پوری طرح واضح ہو جائے۔

کائنات میں پھیلے ہوئے مظاہر میں اگر تفکر کیا جائے تو یہ بات سامنے آجاتی ہے کہ خیالات یعنی اطلاع (INFORMATION) تمام موجودات میں قدر مشترک رکھتی ہے۔ اس کی مثال یہ ہے کہ پانی کو ہر آدمی، ہر حیوان، نباتات، جمادات پانی سمجھتے ہیں اسی طرح اس سے استفادہ کرتے ہیں جس طرح ایک آدمی کرتا ہے۔ پانی کو پانی کہا جاتا ہے۔ اس ہی طرح آگ ہر مخلوق کے لئے آگ ہے آدمی اگر آگ سے بچنے کی کوشش کرتا ہے تو بکری، کبوتر، شیر اور حشرات الارض بھی آگ سے بچنے کی کوشش کرتے ہیں ایک

آدمی مٹھاس پسند کرتا ہے دوسرا طبعاً میٹھی چیزوں کی طرف مائل نہیں لیکن یہ دو اشخاص میٹھے کو میٹھا اور نمک کو نمک کہنے پر مجبور ہیں۔ پتہ یہ چلا کہ جہاں آدمی خیالات اور تصورات میں قدر مشترک رکھتے ہیں وہاں وہ خیالات میں اپنی مرضی اور منشاء کے مطابق معانی پہنچانے پر قدرت رکھتے ہیں۔ آپ کا یہ سوال کہ کیا ہم اپنے خیالات دوسروں تک پہنچا سکتے ہیں اور کیا دوسروں کے خیالات معلوم کر سکتے ہیں کہ جواب میں عرض ہے آپس میں خیالات کی منتقلی کا نام ہی زندگی ہے ہم اپنے علاوہ دوسرے فرد کو صرف اس لئے پہچانتے ہیں کہ اس کے تشخص کے خیالات ہمیں منتقل ہو رہے ہیں۔ اگر زید کے خیالات اور خیالات کا مجموعہ زندگی بکر کے دماغ کی اسکرین پر نہ ہو تو بکر، زید کو نہیں پہچان سکتا۔ درخت کی زندگی میں کام کرنے والی وہ لہریں جن کا اوپر درخت کا وجود قائم ہے اگر آدمی کے اندر، منتقل نہ ہو تو آدمی درخت کو نہیں پہچان سکے گا۔

### شہاد اور مشہود:

دیکھنے اور سمجھنے کی طرزیں دو رخ پر قائم ہیں ایک براہ راست اور دوسری بالواسطہ۔ بالواسطہ دیکھنے کی طرز یہ ہے کہ ہم علمی اعتبار سے دو وجود کا تعین کرتے ہیں۔ ایک وجود شاہد یعنی دیکھنے والا۔ دوسرا وجود مشہود جو دیکھا جا رہا ہے۔ ایک آدمی جب بکری کو دیکھتا ہے تو بالفاظ دیگر وہ یہ کہہ رہا ہے کہ میں بکری کو دیکھ رہا ہوں۔ یہ بالواسطہ دیکھنا ہے۔ دوسری طرز یہ ہے کہ بکری ہمیں دیکھ رہی ہے اور ہم بکری کو دیکھنے کو دیکھ رہے ہیں یعنی بکری کی زندگی کو قائم رکھنے والی لہریں ہمارے دماغ کی اسکرین پر بصورت اطلاع وارد ہوئیں۔ دماغ نے ان لہروں کو نقش و نگار میں تبدیل کیا۔ اور جب یہ نقش و نگار شعور کی سطح پر نمودار ہوئے تو بکری کی صورت میں مظہر بن گئے قانون روحانیت کی رو سے فی الواقع براہ راست دیکھنا ہی صحیح ہے اور بالواسطہ دیکھنا محض (FACTION) مفروضہ ہے۔ قرآن پاک میں اللہ کا یہ ارشاد بہت زیادہ توجہ طلب ہے اللہ تعالیٰ حضور سے ارشاد فرماتے ہیں:

”اور تو دیکھ رہا ہے کہ وہ دیکھ رہے ہیں، تیری طرف، وہ کچھ نہیں دیکھ رہے۔“

آیت مقدسہ کے مفہوم پر غور کیجئے اللہ تعالیٰ یہ فرما رہے ہیں کہ وہ دیکھ رہے ہیں لیکن باوجود دیکھنے کے وہ کچھ نہیں دیکھ رہے۔ حاصل کائنات، فخر موجودات سیدنا حضور علیہم الصلوٰۃ والسلام کے قدسی نفس تشخص میں اللہ تعالیٰ کی جو تجلیات اور انوار کام کر رہے ہیں وہ لوگوں کی آنکھوں سے مخفی ہیں۔ اور ان تجلیات اور انوار کو نہ دیکھنا اللہ تبارک تعالیٰ کے ارشاد کے بموجب کچھ نہ دیکھنا ہے۔

اپنی حدود میں رہتے ہوئے براہ راست دیکھنے کی طرز رکھنے والے جن بندوں نے حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام کے اندر موجود انوار و تجلیات کا مشاہدہ کیا وہ حضور ﷺ کے ہم خیال بن گئے۔ یہ بات الگ ہے کہ براہ راست دیکھنا کسی بندے میں قلیل تھا اور کسی بندے میں زیادہ۔

ٹیلی پیٹھی کا مفہوم یہ ہے کہ انسان جدوجہد اور کوشش کر کے براہ راست دیکھنے کی طرز سے قریب ہو جائے۔ جن حدود میں وہ براہ راست طرز فکر سے وقوف حاصل کر لیتا ہے اسی مناسبت سے وہ لہریں جو خیال بنتی ہیں اس کے سامنے آجاتی ہیں۔ یہ عجیب سربستہ راز ہے پوری کائنات کے افراد اطلاعات اور خیالات میں ایک دوسرے سے ہم رشتہ ہیں البتہ اطلاعات میں معنی پہنانا الگ وصف ہے۔ بھوک کی اطلاع شیر اور بکری دونوں میں موجود ہے لیکن بکری اس اطلاع کی تکمیل میں گھاس کھاتی ہے اور شیر بھوک کی اس اطلاع کو پورا کرنے کے لئے گوشت کھاتا ہے۔ بھوک کے معاملے میں دونوں کے اندر قدر مشترک ہے۔ بھوک کی اطلاع کو الگ الگ معنی پہنانا دونوں کا جداگانہ وصف ہے۔

آپ کا یہ سوال کہ ٹیلی پیٹھی کو جاسوسی میں کیوں استعمال نہیں کیا جاتا اور یہ کہ ٹیلی پیٹھی کے ذریعے سربستہ راز کیوں نہیں معلوم کئے جاتے اس کے بارے میں ایسے شواہد موجود ہیں کہ ہپناٹزم کے ذریعے یورپ میں بڑے بڑے آپریشن کر دیئے جاتے ہیں اور مریض کو تکلیف کا احساس بالکل نہیں ہوتا۔ وغیرہ وغیرہ۔ ہپناٹزم اور ٹیلی پیٹھی ایک ہی قبیل کے دو علم ہیں۔ ان کا منبع اور مخزن دونوں ایک ہے یعنی خیالات کے اوپر گرفت کا مضبوط ہونا۔

ایسے صاحب روحانیت جو ٹیلی پیٹھی کے قانون سے واقف ہیں وہ آزاد ذہن ہوتے ہیں۔ انہیں کیا ضرورت پڑی ہے۔ کہ جاسوسوں کو پکڑتے پھریں اور پولیس کا کردار انجام دیں۔ البتہ یہ بات عام طور پر مشاہدے میں آئی ہے کہ کوئی بندہ کسی صاحب روحانیت کی خدمت میں حاضر ہوا اور اس بندے کے دماغ میں جو کچھ تھا وہ انہوں نے دانستہ اور غیر دانستہ طور پر بیان کر دیا۔

اہرام مصر کب اور کیوں قائم ہوئے اور ان کو تیس لاکھ تراشے ہوئے پتھروں سے کس طرح بنا یا گیا جب کہ ہر چٹان کا وزن ستر ٹن ہے۔ اور یہ زمین سے تیس چالیس فٹ کی بلندی پر نصب ہیں۔ اور ان اہرام کا فاصلہ کم سے کم پندرہ میل اور زیادہ سے زیادہ پانچ سو میل ہے یعنی جن پتھروں سے اہرام مصر کی تعمیر ہوئی وہ پانچ سو میل دور سے لائے گئے تھے۔

میرے بھائی! کسی صاحب مراقبہ کو یہ بات معلوم کرنا کوئی مشکل کام نہیں ہے لیکن ان کے سامنے اس سے بہت زیادہ ارفع و اعلیٰ رموز ہوتے ہیں۔ اور وہ ان رموز کی تجلیات میں محو استغراق رہتے ہیں

ایک بزرگ رمپا (RAMPA) خیالات کی لہروں کے علم سے وقوف رکھتے ہیں انہوں نے ماہرین آثار قدیمہ کے اصرار پر یہ انکشاف کیا کہ بیس ہزار سال پہلے کے وہ لوگ جنہوں نے اہرام مصر بنائے ہیں آج کے سائنس دانوں سے زیادہ ترقی یافتہ تھے اور وہ ایسے ایجادات میں کامیاب ہو گئے تھے جن کے ذریعے پتھروں میں سے کشش ثقل ختم کر دی جاتی تھی۔ کشش ثقل ختم ہو جانے کے بعد پچاس یا سو ٹن وزنی چٹان ایک آدمی اس طرح اٹھا سکتا جیسے پردوں سے بھرا تلمیہ۔

اس طرح سائنس کی دنیا میں ایک اور بزرگ جناب ایڈگر کیسی کے مطابق ان پتھروں کو ہوا میں تیرا کر (FLOAT) موجودہ جگہ بھیجا گیا ہے۔

اہرام مصر کے سلسلے میں ان دانشور بزرگوں نے جو کچھ فرمایا ہے وہ لہسروں کی منتقلی کے اس قانون کے مطابق ہے جس کو ٹیلی پیٹھی کہا جاتا ہے۔



## دماغی کشمکش

ہمارے اسلاف میں ایک بزرگ شاہ ولی اللہ گزرے ہیں۔ ان کے ہاتھ اس جرم میں توڑ دیئے گئے تھے کہ انہوں نے قرآن پاک کا ترجمہ کیا تھا۔ شاہ ولی اللہ نے بتایا کہ جسم انسانی کے اوپر ایک اور انسان ہے جو روہنیوں کی لہروں سے مرکب ہے جس کا اصطلاحی کا نام انہوں نے نسمہ رکھا ہے۔

شاہ ولی اللہ نے یہ بات واضح دلیل کے ساتھ بتائی ہے کہ اصل انسان نسمہ یعنی AURA ہے۔ جتنی بیماریاں، الجھنیں، پریشانیاں انسان کے اوپر آتی ہیں وہ نسمہ میں ہوتی ہیں۔ گوشت پوست سے مرکب خالی جسم میں نہیں ہوتیں۔ البتہ نسمہ کے اندر موجود کسی بیماری یا پریشانی کا مظاہرہ جسم پر ہوتا ہے یعنی جسم دراصل ایک اسکرین ہے اور نسمہ فلم ہے فلم میں سے اگر داغ دھبوں کو دور کر دیا جائے تو اسکرین پر تصویر واضح اور صاف نظر آتی ہے بالفاظ دیگر اگر نسمہ کے اندر سے بیماری کو نکال دیا جائے تو جسم خود بخود صحت مند ہو جائے گا۔

شاہ ولی اللہ نے اس بات کی بھی تشریح کی ہے کہ آدمی اطلاعات، انفارمیشن اور خیالات کا مجموعہ ہے۔ صحت مند خیالات پر سکون زندگی کا پیش خیمہ ہیں۔ اس کے برعکس اضمحلال، پریشانی، اعصابی کشمکش، دماغی کشمکش اور نئی بیماریاں خیالات میں پیچیدگی پر آگندگی اور تخریب کی وجہ سے وجود میں آتی ہیں ٹیلی پیٹھی چوں کہ انفارمیشن، خیالات یا اطلاع کو جاننے کا نام ہے اس لئے یہ علم سیکھ کر کوئی بندہ خود بھی الجھنوں اور پریشانیوں سے محفوظ رہتا ہے اور اللہ کی مخلوق کی خدمت کرنے کے قابل ہو جاتا ہے۔

ٹیلی پیٹھی کی علمی توجیہ کے سلسلے میں ہم نے اس بات کی وضاحت کی ہے کہ کائنات میں موجود ہر شے کا قیام لہروں پر ہے۔ بالفاظ دیگر کائنات میں موجود ہر شے کی زندگی لہروں پر رواں دواں ہے۔ اور ان

لہروں کی معین مقداروں سے الگ الگ مخلوق تخلیق پاتی ہے۔ معین مقداروں کے ساتھ کہیں یہ لہریں لکڑی بن جاتی ہیں کہیں لوہا، کہیں پانی۔

**مثال:** ہم پانی کو دیکھتے ہیں یہ کہتے ہیں کہ یہ پانی ہے جبکہ ہمارے جسم پر یا ہمارے دماغ پر پانی کا کوئی اثر مرتب نہیں ہوتا یعنی ہمارا دماغ بھیگتا نہیں ہے۔ اسی طرح ہم پتھر کو پتھر کہتے ہیں جب کہ پتھر کا وزن ہمارا دماغ محسوس نہیں کرتا۔ بات وہی ہے کہ پانی کے اندر کام کرنے والی لہریں ٹیلی پیٹھی کے اصول پر جب ہمارے دماغ پر محسوس ہوتی ہیں تو ہم اس کو پانی کہتے ہیں۔

کسی چیز سے فائدہ اٹھانے کے لئے ضروری ہے کہ اس کے اندر کام کرنے والے اوصاف اس کی حقیقت اور اس کی ماہیت سے وقوف حاصل ہو اور وقوف سے مراد یہ ہے کہ ہمیں صرف لہروں کے علم سے واقفیت ہو بلکہ ہم یہ بھی جانتے ہوں کہ لہریں منجمد نہیں ہوتیں وہ متحرک ہوتی ہیں اور ان کی ہر حرکت زندگی کے اندر کام کرنے والا ایک تقاضا ہے اور ان تقاضوں سے زندگی کے اجزاء مرتب ہوتے ہیں ہر لہر اپنے اندر ایک وصف رکھتی ہے اور اس وصف کا نام ہم طاقت (FREQUENCY) رکھتے ہیں۔ کسی طاقت سے فائدہ اٹھانا اس وقت ممکن ہے جب ہم اس کے استعمال سے واقف ہوں اسی وقوف کو اللہ تعالیٰ نے حکمت کا نام دیا ہے۔

اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے:

”اور ہم نے لقمان کو حکمت دی تاکہ وہ اسے استعمال کرے اور جو لوگ اس سے استفادہ کرتے ہیں انہیں اس سے فائدہ پہنچتا ہے اور جو لوگ کفران کرتے ہیں وہ خسارے میں رہتے ہیں۔“

قرآن پاک پوری نوع انسانی کے لئے منبع ہدایت ہے، جو لوگ حکمت کے قانون میں تفکر کرتے ہیں اس کی ماہیت میں اپنی تمام ذہنی صلاحیت مرکوز کر دیتے ہیں۔ ان کے اوپر طاقت کے استعمال کا

قانون منکشف ہو جاتا ہے۔ اور نئی سے نئی ایجادات مظاہر بن کر سامنے آتی رہتی ہیں۔ کبھی استعمال کا یہ قانون ایٹم بن جاتا ہے اور کبھی ریڈیو، ٹی وی کے روپ میں جلوہ گر ہوتا ہے۔ وغیرہ وغیرہ۔

قرآن پاک میں اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے:

“اور ہم نے لوہا نازل کیا اس کے اندر لوگوں کے لئے بے شمار فائدے رکھ دیئے۔“

غور و فکر کا تقاضا ہے اور اپنی بے بضاعتی پر آنسو بہانے کا مقام ہے کہ موجودہ سائنس کی ہر ترقی میں لوہے کا وجود زیر بحث آتا ہے۔ جن لوگوں نے لوہے کی خصوصیات اور اس کے اندر کام کرنے والی لہروں کو تلاش کر لیا ان کے اوپر یہ راز منکشف ہو گیا کہ بلاشبہ لوہے میں نوع انسانی کے لئے بے شمار فوائد مضمّن ہیں۔

المیہ یہ ہے کہ ہم نے قرآن مجید کو محض ایصالِ ثواب اور حصولِ برکت کا ذریعہ بنا لیا اور قرآن پاک میں تسخیرِ کائنات سے متعلق جو فارمولے بیان ہوئے ہیں ان کو سمجھنے کی کوشش نہیں کرتے جن لوگوں نے تسخیرِ کائنات سے متعلق فارمولوں کے رموز نکات پر ریسرچ کی اور اس کوشش میں اپنی زندگی کے ماہ سال صرف کر دیئے انہیں اللہ تعالیٰ نے کامیابی عطا کی

خرد کے پاس خبر کے سوا کچھ اور نہیں      ترا علاج نظر کے سوا کچھ اور نہیں

## ٹیلی پیٹھی کا تیسرا سبق

یہ بات آپ جان چکے ہیں کہ ماورائی علوم سیکھنے کے لئے بطور خاص منتشر خیالات سے خود کو آزاد کرنا ضروری ہے۔ جب خیالات ایک نقطہ پر مرکوز ہو جاتے ہیں تو دماغ یک سو جاتا ہے۔ جن حضرات نے پہلے سبق کی تکمیل نہیں کی ہے انہیں چاہئے کہ پہلے سبق کی تکمیل کے بعد دوسرا سبق شروع کریں۔ اسی طرح جب تک دوسرے سبق کی تکمیل نہ ہو تیسرا سبق شروع نہ کیا جائے۔ ایک بات اور سمجھ لیجئے اللہ تعالیٰ نے پانچوں انگلیاں برابر نہیں بنائی ہیں۔ جس طرح پانچوں انگلیاں برابر نہیں ہے اسی طرح ہر آدمی کی صلاحیت بھی الگ الگ ہے کسی کے اندر صلاحیت بہت زیادہ ہے اور کسی بندے کے اندر صلاحیت کم ہوتی ہے۔ کم صلاحیت لوگوں کو زیادہ صلاحیت لوگوں کی کامیابی سے خوش ہونا چاہیئے۔

احساس کمتری میں مبتلا ہونا دراصل اپنی صلاحیتوں کو زنگ لگانے کے مترادف ہے جن لوگوں کو کامیابی کم ہوئی یا وہ ابھی بھی کامیاب نہیں ہوئے ہیں۔ انہیں بد دل ہونے کے بجائے زیادہ ذوق و شوق سے کوشش کرنی چاہئے کامیابی یقینی ہے۔ ع ہمت مرداں مدد خدا

ذہنی یکسوئی حاصل کرنے کے لئے تیسرا سبق یہ ہے:-

داسنے ہاتھ کے انگوٹھے سے سیدھے ہاتھ کے نتھنے کو بند کر لیں اور بائیں نتھنے سے سات سیکنڈ تک سانس کھینچ کر سیدھا نتھنا چھنگلیا سے بند کر لیں اور پندرہ سیکنڈ کے بعد اُلٹے نتھنے سے سات سیکنڈ سانس باہر نکالیں۔ یہ ایک چکر ہو گیا یعنی سات سیکنڈ سانس لینا، پندرہ سیکنڈ سانس روکنا اور سات سیکنڈ باہر نکالنا اسی طرح پندرہ مرتبہ اس عمل کو دہرایا جائے۔ یہ مشق بھی خالی معدہ اور صبح سورج نکلنے سے پہلے اور رات کو سونے سے پہلے خالی پیٹھ کرنی چاہئے۔ مشق کرنے والے تمام طلباء اور طلبات کو ہدایت کی جاتی ہے کہ رات

کا کھانا بہت ہلکا اور سرشام کھائیں، کھانے اور سانس کی مشق کے درمیان کم سے کم تین گھنٹے کا وقفہ ہونا ضروری ہے۔

سانس کی اس مشق کے بعد آلتی پالتی (گوتم بدھ کی نشست) مار کر بیٹھ جائیں یا اس طرح بیٹھیں کہ اعصاب ڈھیلے اور پرسکون رہیں۔ اب آنکھیں بند کر لیں اور یہ تصور کریں کہ ایک حوض ہے اور اس حوض میں ایک پارہ (MERCURY) بھرا ہوا ہے اور آپ حوض میں پارے میں ڈوبے ہوئے ہیں۔ جب اس تصور میں گہرائی واقع ہو جاتی ہے تو پہلے پارے کا احساس مرتب ہوتا ہے اور جب یہ احساس گہرا ہوتا ہے تو دماغ پر پارے کا وزن محسوس ہوتا ہے۔ دماغ میں نقرئی لہریں پھلجھری کی طرح پھوٹی ہوئی نظر آتی ہے جب بند آنکھوں سے یہ تصور قائم ہو جائے تو اس مشق کو کھلی آنکھ سے کیا جائے اور دیکھا جائے کہ آپ خود اور یہ ساری دنیا پارے کے حوض کے اندر ڈوبی ہوئی ہے جب یہ بات مشاہدے میں آجائے تو سمجھ لیجئے کہ اس مشق کی تکمیل ہو گئی ہے۔

نوٹ: مراقبہ لیٹ کر نہ کیا جائے کیوں کہ اس طرح نیند غالب آ جاتی ہے اور وہ کیفیات جو بیداری میں سامنے آنی چاہئیں خواب میں منتقل ہو جاتی ہیں۔ اس سے نقصان ہوتا ہے کہ دماغ بیداری کے بجائے خواب دیکھنے کا عادی ہو جاتا ہے اور خواب میں دیکھی ہوئی باتوں کا ایک دوسرے کے ساتھ ربط قائم رکھنا مشکل امر ہے۔



## سائنس کا عقیدہ

رضوانہ۔۔۔

سوال: بقول آپ کے ٹیلی پیٹھی جاننے والا اگر ہر زبان سمجھ سکتا ہے دوسروں کے خیالات پڑھ سکتا ہے تو ایسا کیسے ممکن ہے کیوں کہ ہمارا عام مشاہدہ یہ ہے کہ آدمی جب کوئی بات سوچتا ہے تو اس کی سوچ کا دائرہ مادری زبان کے الفاظ میں محدود ہوتا ہے مثلاً یہ کہ ہم انگریزی میں ایک مضمون لکھنا چاہتے ہیں اور ہماری مادری زبان اردو ہے تو مضمون کا خاکہ یا مضمون کے اندر مفہوم جو ہم بیان کرنا چاہتے ہیں وہ ہمارے دماغ میں مادری زبان میں وارد ہوتا ہے اور ہم اس مادری زبان کو انگریزی الفاظ کا جامہ پہنا دیتے ہیں۔

جواب: سائنس کا عقیدہ یہ ہے کہ زمین پر موجود ہر شے کی بنیاد یا قیام لہریا روشنی پر ہے۔ جب ہر شے شعاعوں یا لہروں کا مجموعہ ہے تو ہم شعاعوں اور لہروں کو سمجھے اور دیکھے بغیر یہ کیسے جان لیتے ہیں یہ درخت ہے، یہ پتھر ہے یا یہ چیز پانی ہے۔ ہم جب کوئی پھول دیکھتے ہیں تو ہمارے دماغ پر پھول سے متعلق خوبصورتی، خوشبو، فرحت و انبساط کا تاثر قائم ہوتا ہے حالانکہ ابھی ہم نے نہ پھول کو چھوا ہے، نہ سونگھا ہے اسی طرح جب ایک ایسے آدمی کا چہرہ ہمارے سامنے آتا ہے جو طبعاً تخریب پسند ہے یا ہم سے مخالفت رکھتا ہے تو اس کے خیالات سے ہم متاثر ہوتے ہیں اور ہماری طبیعت کے اوپر اس کا رد عمل ہوتا ہے اس کے برعکس کوئی آدمی ہم سے دلی تعلق رکھتا ہے۔ اس کو دیکھ کر ہماری طبیعت میں اس کے لئے محبت اور انسان شناسی کے جذبات ابھرتے ہیں حالانکہ ان دونوں آدمیوں میں سے کسی نے نہ ہم سے کوئی بات کی ہے اور نہ ہمیں کوئی نقصان یا نفع پہنچایا ہے۔

دنیا میں ہزاروں زبانیں بولی جاتی ہیں لیکن جب پانی کا تذکرہ ہوتا ہے تو آدمی اسے پانی سمجھتا ہے جس طرح ایک اردو داں پانی سمجھتا ہے۔ اس طرح دوسری زبانیں بولنے والے جل، آب، واٹر، ماء وغیرہ

کہتے ہیں لیکن پانی پانی ہے جب کوئی اردو داں کسی انگریز کے سامنے درخت کہتا ہے تو اس کے ذہن میں درخت ہی آتا ہے یہ الگ بات ہے کہ انگریز اس کو TREE کہتا ہے۔ دنیا کے کسی بھی خطے پر جب ہم آگ کا تذکرہ کریں گے تو اس خطے پر بولی جانے والی مادری زبان کچھ بھی ہو لوگ اسے آگ ہی سمجھیں گے۔ مقصد یہ ہے کہ کوئی چیز اپنی ماہیت، خواص اور اپنے افعال سے پہچانی جاتی ہے۔ نام کچھ بھی رکھا جائے ہر چیز کا قیام لہر پر ہے ایسی لہر جس کو روشنی کے علاوہ کوئی نام نہیں دیا جاسکتا ٹیلی پیٹھی کا اصل اصول بھی یہی ہے جس طرح پانی لہروں اور روشنیوں کا مجموعہ ہے اسی طرح خیالات بھی لہروں کے اوپر رواں دواں ہیں۔ ہم جب کسی چیز کی طرف متوجہ ہو جاتے ہیں تو ہمارے خیالات کے اندر کام کرنے والی لہریں اس چیز میں منتقل ہو جاتی ہیں۔ ایسا بھی ہوتا ہے کہ ہم جب کسی آدمی کی طرف متوجہ ہو کر یہ بتانا چاہتے ہیں کہ ہم بیاسے ہیں تو دوسرا آدمی اس بات کو سمجھ جاتا ہے حالانکہ ہم یہ نہیں کہتے کہ ہمیں پانی پلاؤ۔

### درخت بھی گفتگو کرتے ہیں

خیالات کو سمجھنے اور خیالات میں معانی پہنچانے کے لئے الفاظ کا سہارا لیا جاتا ہے لیکن اگر کائناتی لاشعور کا مطالعہ کیا جائے تو یہ عقدہ کھلتا ہے کہ الفاظ کا سہارا لینا ضروری نہیں ہے۔ درختوں، چوپایوں، پرندوں، درندوں اور حشرات الارض کی زندگی ہمارے سامنے ہے یہ سب باتیں کرتے ہیں اور خیالات کو آپس میں رد و بدل کرتے ہیں لیکن الفاظ کا سہارا نہیں لیتے موجودہ زمانے نے اتنی ترقی کر لی ہے کہ اب یہ بات پوری طرح ثابت ہو چکی ہے کہ درخت میں بھی آپس میں باتیں کرتے ہیں۔ درخت موسیقی سے بھی متاثر ہوتے ہیں اچھے لوگوں کے سائے سے درخت خوش ہوتے ہیں اور ایسے لوگوں کی قربت جن کے دماغ پیچیدہ اور تخریب پسند ہیں درخت نہ خوش ہوتے ہیں۔ یہ بات میں اپنے مشاہدے کی بنا پر لکھ رہا ہوں۔ میں نے ایسے گھر دیکھے ہیں کہ اس گھر کے باسی ذہنی طور پر پس ماندہ اور متعفن خیالات کے حامل تھے۔ اور اس گھر کے درختوں کے پتوں میں اور درختوں کی شاخوں میں ان کا عکس نظر آتا ہے۔ ان درختوں کو دیکھ کر طبیعت میں تکدر پیدا ہوتا تھا۔ مطلب یہ ہے کہ زبان دراصل خیالات ہیں اور خیالات ہی اپنے معنی

مفہوم کے ساتھ نوع انسانی اور دوسری تمام نوعوں میں ردوبدل ہوتے رہتے ہیں الفاظ کا سہارا دراصل شعوری کمزوری کی علامت ہے۔ اس لئے کہ شعور الفاظ کا سہارا لئے بغیر کسی چیز کو سمجھ نہیں پاتا۔ جب کوئی بندہ ٹیلی پیجھی کے اصول و ضوابط کے تحت خیالات کی منتقلی کے علم سے وقوف حاصل کر لیتا ہے تو اس کے لئے دونوں باتیں برابر ہو جاتی ہیں۔ چاہے کوئی خیال الفاظ کا سہارا لیکر منتقل کیا جائے یا کسی خیال کو لہروں کے ذریعے منتقل کیا جائے ہر آدمی کے اندر ایسا کمپیوٹر نصب ہے جو خیالات کو معنی اور مفہوم پہنا کر الگ الگ کر دیتا ہے اور آدمی اس مفہوم سے باخبر ہو کر اس کو قبول کرتا ہے یا رد کر دیتا ہے۔

## کیفیات و واردات سبق ۳

افتخار احمد نجمی، سوہدرہ۔۔۔

۱۸۔ اکتوبر: جب میں نے پارہ کے تالاب کا تصور کیا تو شروع شروع میں مجھے مسلسل نور کی بارش نظر آتی رہی کیوں کہ ذہن نور کی بارش کا عادی ہو چکا تھا۔ پھر تھوڑی دیر بعد میں نے دیکھا کہ نور کی بارش مرکز (پارہ) سے بھرے ہوئے تالاب میں گر رہی ہے۔ پھر یہ بارش گرنا بند ہو گئی اور میرے سامنے پا رے سے بھر اہو اتالاب ہی رہ گیا۔ مجھے یوں محسوس ہوا کہ میں پارہ کے تالاب کو دیکھتے دیکھتے خود پارہ میں تبدیل ہو رہا ہوں۔

مشق کے دوران دیکھا کہ پارہ کے چھوٹے چھوٹے تالاب ہی تالاب پھیلے ہوئے ہیں اور میں ان کے اوپر سے اڑتا جا رہا ہوں پھر میں ان تالابوں میں سے ایک تالاب اپنے لئے چن لیتا ہوں اور اسے دیکھنا شروع کر دیتا ہوں۔

۲۰۔ اکتوبر: مرکز (پارہ) کی ایک بہت بڑی لہر زمین پر نمودار ہوئی اور دیکھتے ہی دیکھتے پوری زمین پر پھیل گئی۔ لہر کے گزرنے کے بعد زمین پر جا بجا چھوٹے چھوٹے گڑے پڑ گئے جن میں مرکز بھرا ہوا تھا۔ اس کے بعد یوں محسوس ہوا جیسے میں اس میں ڈوبتا چلا جا رہا ہوں۔

۲۱۔ اکتوبر: میں نے خود کو پارے کے حوض میں ڈوبتے دیکھا مجھے احساس ہوا کہ میں پارے کے حوض میں نیچے سے نیچے جا رہا ہوں لیکن حوض کی گہرائی ختم نہیں ہوئی پھر میں نے حوض کی گہرائی میں ادھر ادھر اڑنا شروع کر دیا۔ اڑتے اڑتے حضور ﷺ کا روضہ اقدس میرے سامنے آ گیا میں نے دیکھا کہ ہمارے نبی ﷺ کا روضہ اقدس مبارک نور سے بھرا ہوا ہے اور درد دیوار سے نور کی شعاعیں پھوٹ رہی ہیں۔ یہ دیکھ کر میری آنکھوں سے آنسو بے اختیار جاری ہو گئے جب یہ کیفیت ٹوٹی تو دیکھا کہ آنکھیں

آنسوؤں سے تر ہیں۔ پھر میں دوبارہ مراقبے میں چلا گیا۔ دیکھتا ہوں کہ پارے کے حوض کے اندر ایک بہت بڑا محل ہے جس کی ہر دیوار اور ہر چیز سے نور کی شعاعیں پھوٹ رہی ہیں حتیٰ کے محل کے اندر جو بزرگ بیٹھے ہوئے ہیں ان کی پیشانی اور داڑھی بلکہ سارے جسم سے نور کی شعاعیں نکل رہی ہیں، میری آنکھیں اتنی زیادہ روشنی کی تاب نہ لا کر خیرہ ہو گئیں اور مراقبہ ختم ہو گیا۔

۲۳۔ اکتوبر: مراقبہ میں حوض کا تصور قائم کیا تو حوض کے بجائے میرے سامنے پارہ کا وسیع سمندر آ گیا۔ اس کی شعاعیں بہت چمک دار تھیں اور ان سب شعاعوں کا رنگ مرکری جیسا تھا۔ اس دوران کسی نے زور سے دستک دی اور مراقبہ ٹوٹ گیا۔

پھر میں نے دوبارہ مراقبہ کیا تو بہت آسانی سے میرے سامنے پارہ کا حوض آ گیا میں نے دیکھا کہ اس حوض میں پارہ کا ایک نالہ آ کر گر رہا ہے۔ میں نے اس نالہ کے اوپر شمال کی طرف اڑنا شروع کر دیا اور تھوڑی دیر بعد میں پارے سے بھرے ہوئے سمندر میں پہنچ گیا۔ اس کی شعاعوں کا رنگ حوض کی شعاعوں سے زیادہ چمکدار تھا۔

۵۔ نومبر: ٹیلی پیٹھی کے تیسرے سبق کی مشق کر رہا تھا کہ میں نے خود کو (پارہ) مرکری کے وسیع اور لامحدود سمندر میں ڈوبے ہوئے محسوس کیا۔ اس کے بعد میں نے اپنے ذہن کو بہت ہلکا محسوس کیا اور دیکھا کہ میں زمین کے اوپر پرواز کر رہا ہوں اور میرے نیچے کھیت ہیں جن میں لوگ کام کر رہے ہیں اڑتے اڑتے نظروں کے سامنے پارہ سے بھری ہوئی ایک نہر آگئی جس میں سے مرکری لائٹ کی لہریں نکل رہی تھیں۔

۹۔ نومبر: خود کو مختلف علاقوں میں سیر کرتے ہوئے پایا۔ نظر آنے والی دو چیزوں میں قدرت کے دل فریب مناظر، بارونق اور جگمگاتے شہر، خوبصورت عبادت گاہیں، ندیاں اور کئی کئی منزلہ خوبصورت عمارتیں شامل تھیں یہ سب چیزیں ذہن میں خود بخود ہی منتقل ہو گئیں مجھے آج پتہ چلا کہ ذہنی سکون کیا ہے

## دروازہ کھلا :

سید اصغر علی ظفر، گوجرانوالہ۔۔۔

۶۔ نومبر: ٹیلی پیٹھی مشق کے دوران خود کو ایک صحرا میں کھڑا دیکھا اتنے میں سفید لباس میں ملبوس دو نہایت حسین عورتوں پر نظر پڑی جو کچھ فاصلے پر کسی کام میں مشغول تھیں۔ میں ان کے قریب پہنچا تو انہوں نے انہوں نے مجھ پر ایک اچھتی نظر ڈالی اور دوبارہ اپنے کام میں مشغول ہو گئیں میں نے دیکھا کہ وہ زمین پر سے موتی چن رہی تھیں میں نے پوچھا کہ آپ لوگوں نے مجھے کیوں دیکھا؟ انہوں نے دیکھا کہ ہمیں اپنی تیسری ساتھی کا انتظار تھا وہ ابھی تک نہیں آئی ہے۔ ان کا یہ کہنا تھا کہ ان کی وہ ساتھی بھی آگئی اور وہ تینوں اوپر کی طرف پرواز کر گئیں۔ میں نے بھی ان کے تعاقب میں اڑنا شروع کر دیا اور ان کے پیچھے پیچھے ایک بہت خوبصورت دروازے تک جا پہنچا۔ عورتوں نے دستک دی، دو سپاہیوں نے دروازہ کھولا اور وہ اندر داخل ہو گئیں۔ سپاہیوں نے مجھے روک دیا لیکن ان عورتوں نے سپاہیوں سے کہہ کر مجھے اندر آنے دیا۔ دروازے کے اندر ایک سڑک تھی جس کے دونوں طرف پودے اور فوارے لگے ہوئے تھے۔ فوارے سے پانی ابل ک سڑک پر گر رہا تھا ہم اس سڑک پر آگے بڑھتے گئے لیکن اس فوارے کے پانی سے بھگے نہیں۔

## آخری تالاب:

منور اعوان، راولپنڈی۔۔۔

۳۔ مئی: تصور قائم نہیں ہو رہا تھا اگر کبھی ہوتا تو جلدی ٹوٹ جاتا سوچا کہ قلندر بابا سے مدد لینا چاہئے۔ یہ سوچا ہی تھا کہ قلندر بابا اولیاء تشریف لائے آپ نے آتے ہی ایک زوردار تھپڑ مارا جس کی چوٹ سے میں گر گیا دیکھا کہ وہ پارے سے بھرا تالاب تھا جس میں میں گرا تھا اور یوں تصور قائم ہو گیا۔

۶۔ معنی: تصور قائم ہو تو دیکھا کہ قلندر بابا اولیاء مسکراتے ہوئے تشریف لائے۔ سامنے ایک تالاب ہے کہا اس میں کود جاؤ۔ جب میں اس تالاب میں داخل ہوتا ہوں تو تالاب کے اندر سے ایک مگر مجھ باہر نکلتا ہے۔ میں اس تالاب سے باہر نکلتا ہوں آپ مسکراتے ہوئے مجھے دوسرے تالاب میں لے جاتے یہاں سنہری رنگ کی مچھلیاں تیر رہی ہوتی ہیں۔ میں بھی وہاں پر تیرتا ہوں۔ آج ہر طرف پارہ ہی پارہ دیکھا لیکن پارے کے سمندر میں مچھلیاں، مگر مجھ اور کچھوئے وغیرہ نظر آئے۔

۲۔ جون: شومی قسمت سے آج چھت پر مراقبہ شروع کیا دس منٹ بھی نہ گزرے تھے کہ تیز آندھی چلنے لگی۔ پھر نیچے آکر مراقبہ شروع کیا۔ پہلے جیسی یکسوئی قائم نہ ہو سکی تاہم محدود کیفیت کے اندر ایک تالاب پارے سے بھر اہوا نظر آتا رہا بے دلی کے ساتھ مراقبہ ختم کر دیا۔

۵۔ جون: سانس والی مشق کے دوران خیالات آتے رہے، حوض کا تصور کیا تو ایک چھوڑ سات کے قریب تالاب نظر آئے۔ آخری تالاب سب سے چھوٹا تھا اور پہلا تالاب سب سے بڑا تھا میں اس میں غوطہ لگا کر نیچے بیٹھ گیا۔

۶۔ جون: حوض کا تصور کیا تو لفظ اللہ نظر آیا۔ جس کے اندر پارے سے بھرے ہوئے سو کے قریب حوض ہونگے۔ پھر اچانک لفظ اللہ مُحَمَّد میں تبدیل ہو گیا۔ پھر یہ بھی تبدیل ہو کر (ا) بن گیا۔ میں اس کے اندر جذب ہو کر باہر آیا تو دیکھتا ہوں الف پھیل کر لمبائی میں افق تک پہنچ گیا ہے۔ پھر اس میں سے لاوے کی طرح پارہ ایلنے لگا۔ پھیلتے ہوئے اس پارے میں درخت بھی ڈوب گئے۔

**داتا گنج بخش کا مزار:**

ایک طالبہ۔۔۔

پارے کے حوض میں ڈوب جانے کی مشق کی تو دماغ پر بوجھ ہو گیا۔ پارے کے حوض کا تصور بن کر بگڑ جاتا ہے اور کبھی کافی اچھا تصور ہو جاتا ہے اور کبھی مشکل سے بنتا ہے اور پارہ کا حوض کبھی کبھی اتنا

اچھا لگتا ہے کہ دل چاہتا ہے کہ اس میں ڈوبی رہوں لیکن دماغ پر پارے کا وزن کافی محسوس ہوتا ہے اور طبیعت مکدر سی ہو جاتی ہے۔ نیز اس تصور میں نیند بھی آ جاتی ہے۔

مراقبہ میں دیکھا کہ حضرت داتا گنج بخشؒ کے مزار کی جالیوں میں نور کی کرنیں جمع ہو رہی ہیں۔ دیواریں بہت خوبصورت اور دیدہ زیب ہے اور ان پر کوئی آیت لکھی ہوئی ہے اور میں اس کو سمجھنے اور پڑھنے کی کوشش کر رہی ہوں لیکن شدت جذبات سے اور رونے سے سمجھ نہیں آ رہا ہے کہ یہ کیا ہے۔

۳۰۔ اپریل : ایسا محسوس ہوا جیسے گردن سر کا بوجھ نہیں سنبھال سکے گی۔ بہر حال مشق جاری رکھی اور پارے کے حوض کا تصور قائم ہو گیا۔ اور دیکھا کہ میں رسول خدا کے پائے مبارک سے لپٹ کر خوب رو رہی ہوں اور حضور ﷺ میرے سر پر اپنا دست پاک و مطہر پھیر رہے ہیں اور فرما رہے ہیں ”خدا تمہیں کامیابی دے گا۔“

## آگ کی لپٹ:

محمد عمران کلیم۔۔۔

رات کو مراقبہ کیا تو شعوری مزاحمت اس حد تک بڑھ گئی کہ سر ایک بھاری پتھر محسوس ہونے لگا۔ اس کے بعد مطلع صاف ہوا تو دیکھا کہ پارے کی ایک بڑی لہر اٹھی اور پوری دنیا اس کے اندر ڈوب گئی۔ جب وہ لہر گزر گئی تو پارے کے کئی حوض دیکھے۔ پھر دیکھا کہ ایک بڑی لہر آئی جس کے اوپر نور تھا اور نیچے پا رہ کی لہرنے پوری دنیا کو اپنی لپیٹ میں لے لیا اور وہ کئی بار دنیا کے گرد گھومی۔

۱۰۔ جنوری : آج مراقبہ شروع کیا تو دیکھا کہ پوری دنیا ایک چھوٹے سے گولے کی شکل میں تبدیل ہو کر پارہ کی شکل میں تبدیل ہو کر پارہ کے حوض میں ڈوبی ہوئی تیر رہی ہے۔ پھر میں نے خود کو زمین کے ساتھ پایا اور پوری دنیا پارے میں ڈوبی ہوئی نظر آئی اور میں نے محسوس کیا کہ میرا پلنگ پا رہے پر سوار ادھر ادھر ڈول رہا ہے اور پارہ کی لہریں مجھ سے ٹکرا رہی ہیں۔

۱۹۔ فروری : مجھے کھلی آنکھوں سے اپنا دل نظر آیا اس کے اندر دیکھا تو پوری دنیا پارہ کے حوض میں ڈوبی ہوئی نظر آئی ساری دنیا میں پارہ کا طوفان اٹھا ہوا ہے اور ہر طرف طغیانی آئی ہوئی ہے اور آہستہ آہستہ اس تصور میں گہرائی بڑھتی گئی اور ساتھ ساتھ سر پر ایک بوجھ محسوس ہوا کنپٹیوں میں ایسا لگا ان پر درد کی ٹیسس اٹھ رہی ہیں پھر یہ ٹیسس ختم ہو گئیں اور میں سو گیا۔

۲۰۔ فروری : آج مراقبہ شروع کرنے سے پہلے سانس کی مشق کی تو تھوڑی سی گرمی شروع ہوئی جو ہر سانس کے ساتھ بڑھتی ہی گئی۔ آخر سانس نکالتے ہوئے ایسا لگتا ہے کہ میری سانس کے ساتھ آگ کی لپٹ نکل رہی ہو اور ریڑھ کی ہڈی میں کوئی چیز ہل رہی ہے پھر مراقبہ کیا تو حسب معمول فوراً ہی تصور بندھ گیا اور طبیعت پر سکون ہو گیا۔

ہدایت : مراقبہ کرنے سے پہلے ایک گلاس پانی میں شہد گھول کر پی لیا کریں۔ پانی آہستہ آہستہ گھونٹ گھونٹ کر کے پیئیں۔ کھانوں میں نمک کی مقدار کم کر دیں۔

☆☆☆☆☆

## باطنی آنکھ

راجہ محمد نوید، لاہور

سوال: میں نے ٹیلی پیٹھی کی جتنی کتابیں پڑھی ہیں۔ سب میں ہدایت کی گئی ہے کہ ٹیلی پیٹھی کی مشقیں شمال کے رخ منہ کر کے کی جائیں۔ شائقین ٹیلی پیٹھی کے لئے آپ نے اب تک جتنے اسباق لکھے ہیں ان میں سے کسی بھی سبق میں سنتوں کا تعین کے بارے میں کچھ نہیں لکھا گیا سوال یہ ہے کہ مشقوں کے دوران شمال رخ منہ کر کے بیٹھنا اگر ضروری ہو تو اس کی کیا وجہ ہے اور آپ نے سنتوں کا تعین کیوں نہیں کیا؟

جواب: آدمی کے اندر دو دماغ کام کرتے ہیں۔ ایک دماغ ظاہری حواس بناتا ہے اور دوسرا دماغ ظاہری حواس کے پس پردہ کام کرنے والی اس ایجنسی کی تحریکات کو منظر عام پر لاتا ہے جو ظاہری حواس کے الٹ ہے جن حواس سے ہم کشش ثقل میں مقید چیزوں کو دیکھتے ہیں ان کا نام شعور ہے اور جن حواس میں ہم کشش ثقل سے آزاد ہو جاتے ہیں اس کا نام لاشعور ہے۔ شعور اور لاشعور دونوں لہروں پر قیام پذیر ہیں شعوری حواس میں کام کرنے والی لہریں مثلث (TRIANGLE) ہوتی ہے اور لاشعوری حواس میں کام کرنے والی لہریں دائرہ (CIRCLE) ہوتی ہیں۔

زمین کی حرکت دور رخ پر قائم ہے ایک رخ کا نام طولانی حرکت ہے اور دوسرے رخ کا نام محوری حرکت ہے یعنی زمین جب اپنے مدار پر سفر کرتی ہے تو وہ طولانی گردش میں ترچھی ہو کر چلتی ہے محوری گردش میں لٹو کی طرح گھومتی ہے۔ ہر مظہر دور رخ پر قائم ہے ایک رخ ہمیں گوشت پوست کی آنکھ سے نظر آتا ہے۔ اور دوسرا رخ ہم باطنی آنکھ سے مشاہدہ کرتے ہیں یہ دور رخ دراصل دو حواس ہیں حواس کے ایک رخ کا نام شعور اور دوسرے رخ کا نام لاشعور ہے شعوری حواس میں ہم ٹائم اسپیس (TIME & SPACE) میں بند ہیں اور لاشعوری حواس ہمیں ٹائم اینڈ اسپیس سے آزاد کر دیتے ہیں۔

یہ دونوں حواس ایک ورق کی طرح ہیں۔ ورق کے دونوں صفحات پر ایک ہی تحریر لکھی ہوئی ہے فرق صرف یہ ہے کہ ورق کے ایک صفحے پر عبارت ہمیں روشن اور واضح نظر آتی ہے دوسرے صفحے پر دھندلی اور غیر واضح نظر آتی ہے۔ دھندلی اور غیر واضح تحریر لاشعور ہے۔

ہم جب کوئی ماورائی چیز دیکھتے ہیں تو دراصل یہ صفحہ کی دھندلی تحریر کا عکس ہوتا ہے ہوتا ہے کہ وہ نظر جس کو تیسری آنکھ کہا جاتا ہے کھل جاتی ہے چونکہ اس طرح دیکھنا ہماری روزمرہ دیکھنے کے عادت کے خلاف ہے اس لئے شعور پر ضرب پڑتی ہے اس عادت کو معمول پر لانے کے لئے ہمیں شعوری حواس کے ساتھ لاشعوری حواس کی طرف متوجہ ہونا پڑتا ہے جیسے جیسے ہم لاشعور میں دیکھنے کے قابل ہوتے ہیں شعور کی طاقت میں بھی اضافہ ہوتا رہتا ہے۔

جیسا کہ عرض کیا گیا ہے زمین اپنی طولانی اور محوری گردش میں چل رہی ہے طولانی گردش (TRIANGLE) ہے اور محوری گردش دائرہ (CIRCLE) ہے۔

ہماری زمین پر تین مخلوق آباد ہیں۔۔۔ انسان، جنات اور ملائکہ عنصری۔ انسان کی تخلیق میں بحیثیت گوشت پوست، مثلث غالب ہے۔ اس کے برعکس جنات میں دائرہ غالب ہے اور فرشتوں کی تخلیق میں جنات کے مقابلے میں دائرہ زیادہ غالب ہے انسان کے بھی دورخ ہیں غالب مثلث اور مغلوب رخ دائرہ۔ جب کسی بندے پر مثلث کا غلبہ کم ہو جاتا ہے اور دائرہ غالب آجاتا ہے تو وہ جنات فرشتوں اور دوسرے سیاروں میں آباد مخلوق سے متعارف ہو جاتا ہے نہ صرف یہ کہ متعارف ہو جاتا ہے بلکہ ان سے گفتگو بھی کر سکتا ہے۔ طولانی گردش مشرق اور مغرب کی سمت میں سفر کرتی ہے اور محوری گردش شمال سے جنوب کی طرف رواں دواں ہے۔

ٹیلی پیٹھی اور ماورائی علوم حاصل کرنے کے لئے شمال کی سمت اس لئے متعین کی جاتی ہیں کہ شمال جنوب میں سفر کرنے والی تخلیقی لہروں کا وزن صاحب مشق کے شعور پر کم سے کم پڑے۔ اس کی مثال یہ ہے کہ ایک آدمی دریا میں اپنے ارادے سے اترتا ہے تو اس کے حواس معطل نہیں ہوتے اور اگر کسی آدمی کو

بے خبری میں دھکا دے دیا جائے تو اس کے حواس غیر متوازن ہو سکتے ہیں۔ خود اختیاری عمل سے انسان بڑی سے بڑی افتاد کا ہنستے کھیلنے مقابلہ کر لیتا ہے جبکہ ناگہانی طور پر کسی افتاد سے وہ پریشان ہو جاتا ہے۔

ہم کسی سمت کا تعین اس لئے نہیں کیا ہے کہ اب تک ٹیلی پیٹھی کا سبق براہ راست پیش نہیں کیا گیا ہے جتنے اسباق شائع ہوئے ہیں ان کا منشاہ ذہنی یکسوئی پیدا کرنا ہے ذہنی یکسوئی حاصل کرنے کے لئے سمت کا تعین ضروری نہیں ہے۔



## تصور کی صحیح تعریف

جمشید احمد محمد صفدر، روالپنڈی۔۔۔

سوال: آپ نے ٹیلی پیٹھی کی جو مشقیں تجویز کی ہیں ان میں سے تصور کو مرکزی حیثیت حاصل ہے۔ تصور سے آپ کی کیا مراد ہے۔ اور تصور کی صحیح تعریف کیا ہے؟ کیا مشق کے دوران خود کو ترغیبات دینا ہے کہ ہم یہ دیکھ رہے ہیں کہ روشنی اور نور کا سمندر ہے ساری کائنات اس نور میں ڈوبی ہوئی ہے یا تصور سے کچھ اور مراد ہے؟

جواب: روزمرہ کا مشاہدہ یہ ہے کہ ہم جب کسی چیز کی طرف متوجہ ہوتے ہیں تو وہ چیز یا اس کے اندر معنویت ہمارے اوپر آشکارا ہو جاتی ہے۔ کوئی چیز ہمارے سامنے ہے لیکن ذہنی طور پر ہم اس کی طرف متوجہ نہیں ہیں تو وہ چیز ہمارے لئے بسا اوقات کوئی حیثیت نہیں رکھتی۔ اس کی مثال یہ ہے کہ ہم گھر سے دفتر جانے کے لئے ایک راستہ اختیار کرتے ہیں جب ہم گھر سے روانہ ہوتے ہیں تو ہمارے ذہن کی مرکزیت صرف دفتر ہوتا ہے یعنی یہ کہ ہمیں وقت مقررہ پر دفتر پہنچنا ہے۔ وہاں اپنی ذمہ داریاں پوری کرنی ہیں اب راستے میں بے شمار مختلف النوع چیزیں ہمارے سامنے آتی ہیں اور انہیں ہم دیکھتے ہیں لیکن دفتر پہنچنے کے بعد کوئی صاحب ہم سے سوال کریں کہ راستے میں آپ نے کیا کچھ دیکھا تو اس بات کا ہمارے پاس ایک ہی جواب ہو گا کہ ہم نے دھیان نہیں کیا حالانکہ چیزیں سب نظر کے سامنے گزریں لیکن چونکہ کسی بھی چیز میں ذہنی مرکزیت قائم نہیں تھی اس لئے حافظہ پر اس کا نقش مرتب نہ ہو سکا۔

قانون یہ بنا کہ جب ہم کسی چیز کی طرف متوجہ ہوتے ہیں تو وہ چیز اور اس چیز کے اندر معنویت ہمارے اوپر منکشف ہو جاتی ہے۔ ہم کوئی کتاب پڑھتے ہیں جو بہت دلچسپ ہے۔ دل چسپی کی بنا پر کئی گھنٹے گزر جاتے ہیں جب ہم یہ دیکھتے ہیں کہ ہم نے اس کتاب کا مطالعہ چار یا پانچ گھنٹے کیا ہے تو ہمیں یقین نہیں آتا لیکن چونکہ گھڑی ہمارے سامنے ہے اس لئے ہم یقین کرنے پر مجبور ہیں۔ اس کے برعکس ایک ایسی کتاب

آپ پڑھتے ہیں جس کا مضمون آپ کی دلچسپی کے برعکس ہے تو پانچ دس منٹ پڑھنے کے بعد ہی طبیعت پر بوجھ محسوس ہونے لگتا ہے اور بالآخر وہ کتاب چھوڑ دیتے ہیں اس مثال سے دوسرا قانون یہ بنا کہ ذہنی مرکزیت کے ساتھ اگر دلچسپی بھی قائم ہو تو کام آسان ہو جاتا ہے۔ جہاں تک دلچسپی کا تعلق ہے اس کی حدود اگر متعین کئے جائیں تو وہ دورخ پر قائم ہیں جن کو عرف عام میں ذوق شوق کہا جاتا ہے۔ یعنی ایک طرف کیسی چیز کو تلاش کرنے کی معنویت کو تلاش کرنے کی جستجو ہے اور دوسری طرف اس جستجو کے نتیجے میں کوئی چیز حاصل کرنے کا شوق ہے۔

ذوق شوق کے ساتھ جب کوئی بندہ کسی راستے کو اختیار کرتا ہے تو وہ راستہ دین کا ہو یا دنیا کا، اس کے نتائج مثبت مرتب ہوتے ہیں۔ ٹیلی پیٹھی کی مشقوں میں تصور کا منشاء یہی ہے کہ آدمی ذوق شوق کے ساتھ ذہنی مرکزیت اور اس کے نتیجے میں باطنی علم حاصل کرے چونکہ یہ علم کتابی علم نہیں ہے اس لئے اس علم کو سیکھنے کے لئے ایسے طریقے اختیار کرنا لازم ہے جو مروجہ طریقوں سے بالا ہوں روح نور ہے روشنی ہے روحانی علوم بھی نور ہے۔ نور یا لہروں کا عالم نور یا لہروں کے ذریعے ہی منتقل ہو سکتا ہے۔ ہم جب نور کا تصور کرتے ہیں تو نور کی لہریں یا علم روحانیت کی روشنیاں ہمارے ذوق شوق کے مطابق ہمارے اندر منتقل ہونے لگی ہیں۔

تصور کی مشقوں سے بھرپور فوائد حاصل کرنے کے لئے ضروری ہے کہ صاحب مشق جب آنکھیں بند کر کے تصور کرے تو اسے خود سے اور ماحول سے بے نیاز ہو جانا چاہئے اتنا بے نیاز کہ اس کے اوپر سے بتدریج ٹائم اینڈ اسپیس کی گرفت ٹوٹنے لگے یعنی اس تصور میں اتنا انہماک ہو جائے کہ وقت گزرنے کے متعلق احساس نہ رہے۔ کتاب کا دلچسپی مضمون پڑھنے کی مثال پیش کی جا چکی ہے۔

تصور کے ضمن میں اس بات کو سمجھنا بہت ضروری ہے کہ اگر آپ نور کا تصور کر رہے ہیں تو آنکھیں بند کر کے کسی خاص قسم کی روشنی کو دیکھنے کی کوشش نہ کریں۔ بلکہ صرف نور کی طرف دھیان قائم کریں نور جو کچھ بھی ہے جس طرح بھی ہے از خود آپ کے سامنے آئے گا۔ اصل مدعا کسی ایک طرف

دھیان کر کے ذہنی یکسوئی حاصل کرنا اور منتشر خیال سے نجات پانا ہے۔ جس کے بعد باطنی علم کڑی در کڑی ذہن پر منکشف ہونے لگتا ہے۔ تصور کا مقصد اس بات سے کافی حد تک پورا ہوتا ہے جس کو عرف عام میں "بے خیال ہونا" کہا جاتا ہے۔

اگر ہم کھلی یا بند آنکھوں سے کسی چیز کا تصور کرتے ہیں اور تصور میں خیالی تصویر بنا کر اُسے دیکھنے کی کوشش کرتے ہیں، یہ عمل ذہنی یکسوئی کے احاطہ میں نہیں آتا۔ ذہنی یکسوئی سے مراد یہ ہے کہ آدمی شعوری طور پر دیکھنے اور سننے کے عمل سے بے خبر ہو جائے قانون یہ ہے کہ آدمی کسی لمحے بھی حواس سے ما وراء نہیں ہو سکتا جب ہمارے اوپر شعوری حواس کا غلبہ نہیں رہتا تو میکاکی (AUTOMATIC) طور پر لا شعوری حواس متحرک ہو جاتے ہیں اور لا شعوری حواس سے متعارف ہونا ہی ماورائی علوم کا عرفان ہے۔



## ٹیلی پیٹھی کا چوتھا سبق

دائیں ہاتھ کے انگوٹھے سے دایاں نتھنا بند کر لیں اور بائیں نتھنے سے دس سیکنڈ تک سانس کھینچ کر سیدھے ہاتھ کی چھنگلیاں سے دایاں نتھنا بند کر لیں اور بیس سیکنڈ تک سانس روکے رہیں۔ بیس سیکنڈ کے بعد دائیں نتھنے سے دس سیکنڈ تک سانس خارج کریں۔ اب دوبارہ دائیں نتھنے سے ہی سانس کو روکے رکھیں۔ پھر بائیں نتھنے سے سانس کو دس سیکنڈ تک نکالیں۔ یہ ایک چکر ہو گیا اس طرح اس عمل کو بیس مرتبہ دوہرایا جائے۔ یہ مشق بھی خالی معدہ سورج نکلنے سے پہلے اور رات کو سونے سے قبل خالی پیٹھ کرنی چاہئے۔ ٹیلی پیٹھی تمام طلباء اور طلبات کو ہدایت دی جاتی ہے کہ وہ رات کو کھانا بہت ہلکا اور مغرب کے وقت کھالیں کھانے اور سانس کی مشق کے دوران کم سے کم تین گھنٹے کا وقفہ ہونا ضروری ہے۔

سانس کی اس مشق کے بعد اس طرح بیٹھ جائیں کہ اعصاب ڈھیلے اور پرسکون رہیں۔ آنکھیں بند کر کے یہ تصور کریں کہ ایک گیند ہے اور گیند کے اندر ایک نیلے رنگ کی روشنیاں بھری ہوئی ہیں اور یہ روشنیاں سورج کی کرنوں کی طرح آپ کے اوپر پڑ رہی ہیں اور یہ روشنیاں آپ کے دماغ میں جذب ہو کر پورے جسم میں دور کرتی ہوئی پیروں سے نکل رہی ہیں۔ اس تصور میں گہرائی واقع ہونے پر پہلے دماغ میں ہلکا پن محسوس ہوتا ہے پھر کشش ثقل ختم ہو جاتی ہے۔ جب بند آنکھوں سے یہ تصور قائم ہو جائے تو اس مشق کو کھلی آنکھوں سے کیا جائے اور یہ دیکھا جائے کہ آپ خود اور یہ ساری دنیا گیند کے اندر بند ہے اور گیند کے اندر نیلے رنگ کی روشنیاں بھری ہوئی ہیں اس مشق کی تکمیل کے بعد آپ خود کو اتنا ہلکا محسوس کرتے ہیں جب وہ زمین پر چلتا ہے تو یہ محسوس کرتا ہے کہ جیسے وہ ہوا میں چل رہا ہے۔

اس مشق کے دوران یہ احتیاط ضروری ہے کہ یہ عمل اس وقت نہ کیا جائے جب آپ سڑک پر چل رہے ہوں اس لئے کہ کسی بھی وقت آپ کشش ثقل سے آزاد ہو سکتے ہیں اور زمین آپ کے پیروں سے نکل سکتی ہے اگر سڑک پر چلتے وقت یہ کیفیت از خود طاری ہو جائے تو سڑک پر سے ہٹ کر فٹ پاتھ پر چلیں اور چلتے وقت قدم جما کر رکھیں تاکہ آپ کسی راہ چلتے آدمی سے ٹکرائیں نہیں۔ گھر میں عمل کیا جاسکتا ہے۔ کوئی حرج نہیں ہے۔



## ۱۲۶ عناصر

سوال: آپ نے بتایا ہے کہ اب تک جتنے اسباق لکھے گئے ہیں ان سب کا مقصد یہ ہے کہ طالب علم کو ذہنی یکسوئی اور خیالات کی پاکیزگی حاصل ہو جائے کیا آپ براہ راست ٹیلی پیٹھی کی مشقیں تجویز کر کے کورس کی مدت مختصر نہیں کر سکتے؟ ٹیلی پیٹھی کی مشقیں کرنے سے از خود ذہنی یکسوئی ہو جاتی ہے تو آپ کیوں خواہ مخواہ مضمون کو طول دے رہے ہیں؟

جواب: انسان ان ہی حقیقتوں کو سمجھنے اور پالنے کی کوشش کرتا ہے جن کی بنیاد ہوتی ہے ان میں زیادہ حقیقتیں ایسی ہیں جو موجود ہونے کے باوجود ہمارے دائرے احساس یا شعور میں نہیں آتیں۔ شعور کے دائرے کار میں رہ کر ہم لاکھ کوشش کریں لیکن ہم ان حقیقتوں کو اپنے اعصابی نظام اور گوشت ہوسٹ کے دماغ سے نہیں پہچان سکتے۔ جب ہم ان اٹل حقیقتوں کی چھان بین کرتے ہیں تو اس ادراک کی بنیاد وہ علم نہیں ہوتا جس میں شعوری حواس اور اعصاب کا دخل ہوتا ہے۔ اور ہماری عقل ان گتھیوں کو سلجھانے سے قاصر نظر آتی ہے۔ عقل عملی تجربہ کی بنیاد پر آگے بڑھتی ہے جبکہ غیب میں آباد دنیا کے رموز و نکات کا تعلق لاشعوری حواس سے ہے۔

جدید سائنس کی رو سے آدمی ایک سو چھبیس عناصر سے مرکب ہے۔ آگ، پانی، ہوا، مٹی، ہائیڈروجن، ریڈیم، کاربن، نائٹروجن۔۔۔ وغیرہ عرض یہ کہ جتنے بھی عناصر مل کر کسی مادہ کی تخلیق و تشکیل کرتے ہیں وہ سب آدمی کے اجزائے ترکیبی میں بھی شامل ہیں۔ جب ہم مادی اعتبار سے آدمی حیوانات چرندے پرندے درندے ذی روح اور غیر ذی روح مخلوق کا تجزیہ کرتے ہیں تو سب ایک صفت میں کھڑے نظر آتے ہیں۔ آدمی جہاں افضل ہو کر انسان بنتا ہے اور اس میں جو چیز تمام مخلوق سے افضل و اعلیٰ

ہے وہ اس کی قوت ارادی ہے۔ انسان اپنی قوت ارادی سے ناصرف یہ عرفان حاصل کرتا ہے بلکہ اس کے سامنے کائنات سرنگوں ہو جاتی ہے۔

زمین پر سے خس و خاشاک دور کرنے کے بعد کوئی پودا لگا دیا جائے تو وہ جلد ہی نشوونما پاتا ہے اور جوان ہو کر اچھا پھل دیتا ہے اسی طرح جب ذہن کو پوری طرح صاف کر کے کسی نئے علم کا پودا اس میں لگا دیا جاتا ہے تو وہ بہت برگ و بار لاتا ہے اور سرسبز شاداب ہو جاتا ہے جس طرح جسم کے فاسد مادہ خود ہی خارج کر دیتے ہیں یا وہ قدرتی نظام کے تحت خارج ہو جاتا ہے اسی طرح ہیجان، جذبات اور خیالات کی کثافت کو اخراج ہونا بھی ضروری ہے۔ جب تک دماغ جذبات و ہیجان کی کثافت سے صاف نہیں ہوتا آدمی روحانی ترقی نہیں کر سکتا۔ اس صفائی کو حاصل کرنے کے لئے براہ راست ٹیلی پیٹھی شروع کرنے سے پہلے ہم نے ذہنی یکسوئی حاصل کرنے کے اسباق تجویز کئے ہیں۔

پیراسائیکالوجی (PARAPSYCHOLOGY) کی رو سے ماورائی طاقت حاصل کرنے کے لئے ضروری ہے کہ دماغ کی کارکردگی اور دماغ کے کمپیوٹر کو سمجھ لیا جائے ظاہر ہے کہ جب تک ہم عملاً اس ما دی نظام سے الگ ہو کر دماغ کی طرف متوجہ نہیں ہونگے۔ دماغ کی کارکردگی اور دماغ میں موجود مخفی صلاحیتیں ہمارے سامنے نہیں آئیں گی۔ ان مخفی اور لامحدود صلاحیتوں سے آشنا ہونے کے لئے یہ امر لازم ہے کہ ہم اس بات سے واقف ہوں کہ مفروضہ حواس کی گرفت سے آزاد ہونا کس طرح ممکن ہے۔

جہاں تک طویل انتظار کا تعلق ہے کائنات کے تخلیقی فارمولوں پر اگر غور کیا جائے تو یہ بات اظہر من الشمس ہے کہ ہر گزرنے والا لمحہ آنے والے لمحات کا انتظار کا پیش خیمہ ہے۔ انتظار بجائے خود زندگی ہے۔ بچپن سے لڑکپن، لڑکپن سے جوانی اور جوانی سے بڑھاپے کے انتظار میں گزر جاتی ہے اگر آج پیدا ہونے والے بچے کی زندگی میں آنے والے ساٹھ سالوں پر محیط بڑھاپا چپکا ہوا ہے اور چھپا ہوا نہ ہو تو پیدا ہونے والا بچہ پنگوڑے سے باہر نہیں آئے گا۔ نشوونما رک جائے گی، کائنات ٹھہر جائے گی، چاند سورج اپنی روشنی سے محروم ہو جائیں گے۔

جب ہم زمین میں کوئی پیج ڈالتے ہیں تو یہ دراصل اس انتظار کے عمل کی شروعات ہے کہ یہ پیج پھول بن کر کھلے گا۔



## انسینا (ANTENNA)

سوال: یہ بات تو سب جانتے ہیں کی زندگی کا قیام سانس کے اوپر ہے۔ سانس جاری ہے تو زندگی برقرار ہے اور جب سانس کا سلسلہ ختم ہو جاتا ہے تو زندگی بھی راہ عدم اختیار کرتی ہے۔ درخواست ہے کہ آپ ہم طلباء و طلبات کو یہ بتائیں کہ ماورائی علوم حاصل کرنے میں سانس کی مشقیں کیوں ضروری ہیں اور سانس کی روحانی حیثیت کیا ہے؟

جواب: تخلیقی فارمولوں پر غور کیا جائے اور اللہ کے بیان کردہ قوانین میں تفکر کیا جائے تو اللہ تعالیٰ کے ارشاد کے مطابق ہم اس نتیجے پر پہنچے ہیں کہ کائنات اور کائنات کے اندر تمام مظاہرات کی تخلیق دو رخنوں پر کی گئی ہے۔ اس حقیقت کی روشنی میں سانس کے بھی دو رخ متعین ہیں ایک رخ یہ کہ آدمی سانس اندر لیتا ہے۔ دوسرا رخ یہ کہ سانس باہر نکالتا ہے تصوف کی اصطلاح میں گہرائی میں سانس لینا صعودی حرکت ہے اور سانس کا باہر آنا نزولی حرکت ہے۔ صعود اس حرکت کا نام ہے جس حرکت میں تخلیق کا ربط براہ راست خالق کائنات سے قائم ہے اور نزول اس حرکت کا نام ہے جس میں بندہ قائم اسپیس (TIME SPACE) کا پابند ہے۔

جب کچھ نہ تھا اللہ تھا۔ جب اللہ نے چاہا بشمول کائنات ہمیں تخلیق کر دیا تخلیق کی بنیاد اللہ کا چاہنا ہے اللہ کا چاہنا اللہ کا ذہن ہے مطلب یہ ہو کہ ہمارا اصل وجود اللہ کے ذہن میں ہے قانون یہ ہے کہ جب تک شے کی وابستگی اصل سے برقرار نہ رہے کوئی شے قائم نہیں رہ سکتی۔ اس وابستگی کا قیام مظاہراتی خدوخال میں صعودی حرکت سے قائم ہے۔ اس کے برعکس ہمارا ایک جسمانی تشخص بھی ہے اس جسمانی اور مادی تشخص کی بنا نزولی حرکت ہے۔

پوری کائنات اور اس کے اندر تمام مظاہرات ہر لمحہ ہر آن ایک CIRCLE میں سفر کر رہے ہیں اور کائنات میں ہر مظہر ایک دوسرے سے آشنا اور متعارف ہے۔ تعارف کا یہ سلسلہ خیالات پر مبنی ہے سائنس نے آپس میں اس تبادلہ خیال اور رشتہ کو توانائی کا نام دیا ہے سائنس کی رو سے کائنات کی کسی شے کو خواہ وہ مرئی ہو یا غیر مرئی کلیتہً فنا نہیں۔ ان کا کہنا ہے کہ مادہ مختلف ڈائیوں میں نقل مکانی کر کے توانائی بن جاتا ہے اور توانائی روپ بدل بدل کر سامنے آتی رہتی ہے۔ مکمل موت کسی پر وارد نہیں ہوتی۔ تصوف میں اسی توانائی کو روح کا نام دیا گیا ہے۔ روح کو جو علم ودیعت کر دیا گیا ہے وہی خیالات، تصورات اور احساسات بنتا ہے۔ یہ خیالات اور تصورات لہروں اور شعاعوں کے دوش پر ہمہ وقت۔ ہر لمحہ اور ہر آن مصروف عمل رہتے ہیں۔ اگر ہمارا ذہن ان لہروں کو پڑھنے اور ان کو حرکت دینے پر قدرت حاصل کر لے تو ہم کائنات کے تصویر خانوں میں خیالات کے رد و بدل سے وقوف حاصل کر کے اپنے خیالات دوسروں تک پہنچا سکتے ہیں اس لئے ضروری ہے کہ ہم سائنس پر کنٹرول حاصل کر لیں جو صعودی حرکت ہے۔ سائنس کا گہرائی میں جانا لا شعور ہے اور سائنس کا گہرائی سے مظاہراتی سطح پر آنا شعور ہے۔ شعوری زندگی حرکت میں ہوتی ہے تو لا شعوری زندگی پردے میں چلی جاتی ہے۔ اور لا شعوری زندگی میں شعوری حرکات مغلوب ہو جاتی ہیں ماورائی علوم سے آشنا ہونے کے لئے لا شعوری تحریکات سے باخبر ہونا ضروری ہے۔ اور یہ اس وقت ممکن ہے جب گہرائی میں سائنس لینے پر اختیار حاصل ہو جائے اور ہمارے اندر مرکزیت اور توجہ کی صلاحیتیں بروئے کار آجائیں۔ یاد رکھئے ہمارے انر (INNER) میں نصب شدہ اینٹینا (ANTENNA) اسی وقت کچھ نشر کرنے یا قبول کرنے کے قابل ہوتا ہے جب ذہن میں توجہ اور مرکزیت کی صلاحیتیں وافر مقدار میں موجود ہوں۔ ان صلاحیتوں کا ذخیرہ اس وقت فعال اور متحرک ہوتا ہے جب ہم اپنی تمام تر توجہ یکسوئی اور صلاحیتوں کے ساتھ صعودی حرکت میں ڈوب جائیں۔

ماورائی علوم سیکھنے کے لئے مضبوط اعصاب اور طاقتور دماغ کی ضرورت ہے۔ اعصاب میں چمک پیدا کرنے، دماغ کو متحرک رکھنے اور قوت کار کردگی بڑھانے کے لئے سائنس کی مشقیں بے حد مفید اور کار آمد ہیں۔ جب کوئی مبتدی سائنس کی مشقوں پر کنٹرول حاصل کر لیتا ہے تو اس کے دماغ کے اندر باریک تر

ین ریشوں اور خلیوں (CALLS) کی حرکات اور عمل میں اضافہ ہوتا ہے۔ انز (INNER) میں سانس روکنے سے دماغ کے خلیات (CALLS) چارج ہو جاتے ہیں جو انسان کی خفیہ صلاحیتوں کو بیدار ہونے، ابھرنے اور پھلنے پھولنے کے بہترین مواقع فراہم کرتے ہیں۔

☆☆☆☆☆

## کیفیات و واردات سبق ۴

سید اصغر علی ظفر۔۔۔

۲۴۔ نمبر : آج سے چوتھے سبق کا آغاز کیا اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے تصور قائم ہو گیا میں نے دیکھا کہ روشنیوں کا آبشار میرے اوپر گر رہا ہے اور یہ روشنیاں سر میں سے جذب ہو کر پیروں کے ذریعے EARTH ہو رہی ہیں۔ جس وقت روشنیاں سر میں جذب ہوتی ہیں اس کا رنگ نیلا ہوتا ہے اور جب زمین میں ارتھ ہوتی ہیں تو بے رنگ ہو جاتی ہیں۔ یوں سمجھئے کہ رنگین لہروں کا رنگ میرے جسم میں پیوست ہو جاتا ہے کچھ دیر بعد دیکھا کہ میں ایک گلوب میں ہوں اور اس گلوب کے اندر نیلا رنگ بھرا ہوا ہے۔ یکا یک ایک وسیع و عریض گنبد پر نظر پڑی جس کا رنگ سبز تھا۔

صبح کی مشق کے دوران دیکھا کہ میرا سر کھل گیا اور روشنیوں کے دو مجسم پرت میرے سراپا میں داخل ہو گئے اور انہوں نے میرے اندر صفائی شروع کر دی پھر یہ مجسم پرت روشنی میں تحلیل ہو کر پیروں کے راستے باہر نکل گئے۔ روحانی یا جسمانی صفائی کے بعد نیلی شعاعیں تیزی کے ساتھ میرے جسم میں داخل ہونے لگیں۔

۲۵۔ نمبر : مشق کے دوران گنبد کی طرف خیال چلا گیا۔ دیکھا کہ جو روشنیاں نیچے آرہی ہیں وہ اصل میں سفید رنگ کی ہیں لیکن گنبد سے گزرتے ہی نیلی ہو جاتی ہیں یہ بھی دیکھا کہ گنبد کی چھت پر رنگوں کے دائرے بنے ہوئے ہیں۔ پہلا دائرہ بڑے قطر کا ہے پھر اس سے چھوٹا پھر دائروں کے قطر بتدریج چھوٹے ہوتے چلے گئے۔ ان دائروں میں موتی اور خوبصورت پتھر جڑے ہوئے ہیں پھر دیکھا کہ گرتی ہوئی روشنیوں کا رنگ وقفے وقفے سے تبدیل ہو رہا ہے۔ اور میرا جسم مقناطیس کی طرح کھینچ کر اس کو اپنے اندر جذب کر رہا ہے۔

۲۷۔ نومبر : دیکھا کہ کوئی چیز گنبد کی چھت پر بیٹھ گئی اور اس کو بلانا شروع کر دیا۔ گنبد کا بلانا تھا کہ گرمی ہوئی روشنیوں میں شدت پیدا ہو گئی۔ روشنی کی اس موسلا دھار بارش کو میں اپنے جسم پر محسوس کر رہا تھا۔ اور کبھی کبھی میرے اوپر کپکپی کی کیفیت طاری ہو جاتی تھی۔ ذہن میں سوال پیدا ہوا کہ یہ روشنیاں کہاں سے آتی ہیں؟ پتہ چلا کہ گنبد کی چھت پر ایک اینٹینا کا ٹاور ہے جو فضا سے روشنیوں کو جذب کر کے دائروں اور موتیوں کے ذریعے گنبد کے اندر بکھیر رہا ہے۔

۲۔ ستمبر: طرح طرح کے خوبصورت مناظر دیکھے۔۔۔ عالیشان عمارتیں باغات، پھول، پودے تالاب، یہ سب ٹرا سپیرنٹ تھے ہر طرف روشنیوں کا دور دورہ تھا۔

### احساس کمتری سے نجات:

محمد سلیم قریشی، لاہور۔۔۔

پچھلے کئی ہفتوں سے دن میں اکثر خوبصورت نیلے رنگ کی روشنی چمکتی ہوئی نظر آتی ہے۔ اکثر ایسا بھی ہوتا ہے کہ جو بات ذہن سوچتا ہے وہ ہو جاتی ہے میں نے اس عرصہ میں خاص طور پر ایک بات نوٹ کی ہے کہ پہلے میں احساس کمتری کی بنا پر کسی سے بات کرتے وقت اس سے آنکھ ملا کر بات نہیں کر سکتا تھا لیکن اب میں ہر شخص سے خود اعتمادی کے ساتھ بات کر سکتا ہوں۔

۸۔ فروری: پہلے سفید روشنیوں کے جھماکے ہوتے رہے اس کے بعد زرد روشنی کی لہریں دکھائی دیں پھر دیکھا کہ خانہ کعبہ ہے لوگ طواف کر رہے ہیں۔ اس منظر کو میں نے کافی اونچائی سے دیکھا اس کے علاوہ اور بھی چیزیں نظر آئیں لیکن یاد نہیں رہیں۔ ایک دفعہ ایسا لگا کہ جیسے کمر کے نچلے حصے سے کوئی چپکی ہوئی چیز نیچے اتر رہی ہے۔

۱۵۔ فروری : پہلے زرد رنگ کی لہریں ناک کی طرف سے آتی دیکھیں۔ اس کے بعد نظر آیا کہ بہت سے لوگ ایک قطار میں نماز پڑھ رہے ہیں یکایک کسی نے زمین پر کوئی چیز پھینکی اس کے چھیننے ادھر ادھر بکھرے اور میں ان سے اپنا منہ بچانے کی کوشش کر رہا ہوں اس کے بعد چھوٹے سائز میں سفید رنگ کی چمکدار خوبصورت لہریں ناک کے پاس سے گزریں۔ لگ رہا تھا کہ جیسے کافی وقت گزر چکا ہے۔ آج سر میں ہلکا سا درد ہوا۔

۱۲۔ فروری : آج زرد لہروں کو ساکت حالت میں دیکھا، پھر دیکھا کہ سفید رنگ کے تختے ہیں اور ان پر کالے رنگ سے کچھ کچھ لکھا ہوا ہے۔

ملک حق نواز۔۔۔

۲۰۔ فروری : مشق کے بعد سونے کے لئے لیٹا تو میرے دل سے کرنٹ نکل کر سارے جسم میں سرایت کر گیا اور جسم کی اس شدت سے تھر تھر کاپنے لگا۔ کے بعد دیکھا کہ میرے سامنے سے اندھیرا چھٹ گیا ہے۔

محمد لطیف، کراچی۔۔۔

۲۹۔ اپریل : مراقبہ شروع کیا تو کالے رنگ کے دائرے نظر آئے لیکن کچھ ہی دیر بعد بائیں آنکھ کے اوپر ایک روشن گولہ نظر آیا پھر ایک دم مجھے اپنے چاروں طرف نور ہی نور نظر آیا پھر وقفے وقفے سے نور کے جھماکے ہوتے رہے۔

۴۔ مئی : آج آنکھوں کے سامنے اندھیرا چھایا ہوا تھا ساتھ ہی کسی چیز کا سایہ چلتا ہوا نظر آیا پھر سفید لہریں نظر آئیں۔ اس کے بعد بائیں آنکھ کے سامنے روشنی نظر آئی۔ تھوڑی ہی دیر بعد دائیں آنکھ کے سامنے بھی روشنی نظر آئی۔ پھر ایک لمحے کے لئے میں اس سفید روشنی میں ڈوب گیا۔

ایم اے، راولپنڈی۔۔۔

۱۰۔ مئی: شیشے کا بنا ہوا ایک گنبد ہے اس میں سے روشنی نکل کر میرے سر پر پڑ رہی ہے یکا یک ایسا محسوس ہو جیسے کسی نے گنبد کو چھیڑ دیا ہو اور لہر میرے سر میں سے ہو کر پیروں میں سے ہوتی ہوئی زمین میں جذب ہو گئی۔ یہ کیفیت تقریباً ۸۰ سیکنڈ قائم رہی۔

۱۶۔ مئی: دیکھا کہ سفید رنگ کا گنبد ہے اور اس کا رنگ تبدیل ہو رہا ہے کبھی سبز ہو جاتا ہے کبھی نیلا۔

## سونے کے محل:

محمد جہانگیر تبسم۔۔۔

۶۔ جنوری: خدا خدا کر کے تصور قائم ہوا ساتھ ہی تیسری مشق کے دوران مرتب ہونے والی کیفیات کا تصور بھی آتا رہا۔ دیکھا کہ جب روشنی میرے دماغ کے اندر جذب ہوتی ہے تو دماغ بھاری ہو جاتا ہے اس کے بعد خود کو ایک چوکور چیز میں پرواز کرتے دیکھا۔ دوران مراقبہ ایک بزرگ بھی دکھائی دیئے جو کبھی میری شکل کے بن جاتے اور میں کبھی ان کی شکل کا بن جاتا۔ صبح کی نماز ادا کر رہا تھا تو محسوس ہوا کہ میں خلا میں نماز ادا کر رہا ہوں۔

۷۔ جنوری: آنکھوں کے سامنے سونے کے محل کی طرح کوئی چیز آگئی۔ جس میں حضرت عائشہؓ کھڑی ہوئی تھیں۔ لیکن چہرہ مبارک دوسری طرف تھا۔

۱۱۔ جنوری: مراقبہ میں جاتے ہی غنودگی چھا گئی۔ اس عالم میں خود کو ایک غار کے اندر دیکھا جسم میں کوئی چیز برقی رو کی طرح گردش کرتی رہی۔ سر کے دائیں جانب کوئی چیز سرکتی ہوئی اور ساتھ ہی کوئی ٹھنڈی چیز دماغ میں ریگتی ہوئی محسوس ہوئی پھر ایک خوبصورت باغ دکھائی دیا۔ اس کی چار دیواری

سونے اور چاندی کی طرح تھی فرش کارنگ سبز تھا پھر میں نے خود کو ایک گنبد پر کھڑا دیکھا۔ ابھی گنبد پر ہی تھا کہ آسمان سے انسانی شکل کا ایک گروہ میری طرف آتا دکھائی دیا۔ گنبد پر اتر کر انہوں نے کہا کہ ہم تم کو لینے آئے ہیں اور ان میں سے ایک بزرگ نے تخت پر مجھے اپنی طرف کھینچ لیا۔ تخت تیزی سے پرواز کرتا ہوا آسمان پر جا پہنچا۔ وہاں پر بہت خوبصورت چیزیں دیکھیں۔ بہت سے لوگ بھی تھے کوئی کچھ کہہ رہا تھا کوئی کچھ ان میں سے ایک روٹی کھا رہا تھا۔ اس نے مجھے بھی روٹی دی۔ پھر وہ مجھے ایک چمکدار سفید کمرے میں لے گیا اور کہا کہ یہ آپ کا کمرہ ہے۔ کمرہ اتنا سفید تھا کہ اندر کی چیزیں صاف دکھائی دیتی تھیں یعنی اس کی دیواریں بالکل شیشے کی طرح ٹرانسپیرنٹ تھیں۔ میں کمرے کے اندر گیا ابھی دوسرے دروازے کی طرف جانے ہی والا تھا کہ پاؤں پھسل گیا۔ اور وہاں بھی مجھے نیلی روشنیاں ہی دکھائی دیں۔ میں نے آنکھیں کھولیں تو فوری طور پر نہیں کھلیں۔ آہستہ آہستہ کھلیں جب چلنے لگا تو ایسا محسوس ہوا کہ ہوا میں چل رہا ہوں اور دایاں پاؤں سن ہے۔



## عالم تمام حلقہ دام خیال ہے

سوال : ٹیلی پیٹھی کی مشقوں کے بعد طالبات اور طلباء پر جو کیفیات مرتب ہوئی ہیں ان سے اس علم کا حقیقت سے تعلق ثابت ہو جاتا ہے۔ لیکن جب ہم یہ دیکھتے ہیں کہ کامیابی کا تناسب کم ہے تو دماغ اس شک میں مبتلا ہو جاتا ہے کہ یہ سب قوت متخید کا نتیجہ ہے۔ یعنی کہ آدمی نے اپنی تمام تر توجہ کے ساتھ اختیاری یا غیر اختیاری طور پر یہ سوچ لیا کہ ایسا ہے ویسا ہے اور وہی مناظر اس کے سامنے آجاتے ہیں۔ اور اس قسم کی کیفیت اس پر وارد ہونے لگتی ہیں۔ کیا آپ اس سلسلے میں کچھ بتانا پسند کریں گے؟

جواب: جہاں تک قوت متخید کا تعلق ہے اس سے کوئی ایک فرد بھی انکار نہیں کر سکتا کہ ساری زندگی خیالات کے تانے بانے سے بنی ہوئی ہے۔ قلندر بابا اولیاء نے اپنی کتاب ”لوح و قلم“ میں اس تانے بانے پر بنی ہوئی تخلیق کو نمہ کہا ہے اور جنات کی تخلیق نمہ مفرد سے۔ انسان اور انسان کی دنیا کی تخلیق نمہ مرکب سے عمل میں آئی ہے۔ اس بات کو نقشہ میں دکھا کر پوری طرح سمجھایا گیا ہے۔ لہریں جو زندگی دیتی ہیں زندگی کے سارے تقاضے ہمارے اندر پیدا کرتی ہیں۔ ہمارے دماغ کے اندر نصب شدہ اینٹینا (ANTENNA) جب ان کو جذب کرتا ہے تو خیالات اور جذبات بن کر نشر ہونے لگتی ہیں۔ خیالات کی نشریات ہی زندگی ہیں۔ قوت متخید کو ایک لایعنی اور ایک غیر موثر چیز سمجھنا بجز جہالت کے کچھ نہیں ہے۔

آئیے ایک تجربہ کرتے ہیں۔

آرام کے ساتھ بستر پر لیٹ کر جسم ڈھیلا چھوڑ دیں اور اپنی پوری توجہ اس بات پر مبذول کر دیں کہ آپ کے پیر گرم ہو رہے ہیں پھر یہ تصور کریں کہ لہر آپ کے دماغ میں مسلسل اور پیہم نزول کر رہی ہیں۔ اور پیروں کے ذریعے خارج ہو رہی ہیں۔ لہروں کے اندر گرمی آپ کے پیروں کو گرم کر رہی ہے۔ جیسے

ہی آپ کی توجہ اس عمل میں مرکوز ہو جائے گی آپ کے پیر گرم ہوتے ہوئے محسوس ہونگے اور پھر یہ معلوم ہوگا کہ سارے جسم کی گرمی پیروں میں سمٹ آئی ہے اور آپ کے پیروں کے تلوے جلنے لگیں گے

-

بالکل یہی صورت اس وقت ہوگی جب آپ سرد ہواؤں کا تصور کریں گے خیالات کی مرکزیت پیروں کو اتنا ٹھنڈا کر دیتی ہے کہ معلوم ہوتا ہے کہ پیر برف کی طرح تپ ہو گئے۔

ماورائی علوم کے لئے یہ کہہ کر گزر جانا کہ یہ سب قوت متخید کا نتیجہ ہے دراصل فرار کی ایک شکل ہے اور یہ باتیں ایسے لوگ کرتے ہیں جن کے اندر قوت عمل تقریباً صفر ہوتی ہے۔

ایثار و ایقان، نفرت و حسد، بھوک، پیاس اور زندگی کے سارے تقاضے کیا ہیں؟ سب خیالات کی ادلتی بدلتی تصویریں ہیں۔ اگر جسم ہمیں بھوک کے تقاضے سے، خیال کے ذریعے، مطلع نہ کرے تو ہم کھانے کی طرف متوجہ نہیں ہوں گے یہ ساری کائنات خیالات کی ایک مربوط فلم ہے۔

☆☆☆☆

## قانون فطرت

سوال: ٹیلی پیٹھی اور دیگر ماورائی علوم کے ضمن میں جن قوتوں اور صلاحیتوں کا ذکر کیا جاتا ہے۔ کیا ان صلاحیتوں کے حصول کے لئے کوئی بھی شخص کوشش کر سکتا ہے یا یہ علم ایسے لوگوں کے لئے مخصوص ہے جو غیر معمولی قوت کے حامل ہیں؟

جواب: کائنات میں موجود جملہ مخلوقات میں انسان سب سے پیچیدہ نفسیات اور طبعیات کا حامل ہے۔ بعض اوقات کچھ افراد سے ایسے افعال سرزد ہوتے ہیں جنہیں ہم SUPER NATURAL یعنی ما فوق الفطرت کہہ دیتے ہیں اور جو عام لوگوں کی نظروں میں عجیب و غریب حیرت انگیز ہوتے ہیں۔ حالانکہ غور کیا جائے تو اس کارخانہ قدرت میں کوئی چیز ما فوق الفطرت نہیں ہے۔ چونکہ ہر شے کی ابتداء اور انتہا قوانین فطرت کے تحت ہے۔ اس لئے یہاں کوئی موجود شے فطرت سے بالاتر نہیں ہو سکتی۔

ہماری اس کائنات میں فطرت کے بے شمار قوانین کار فرما ہیں۔ ان میں سے کچھ تو ہمیں معلوم ہیں اور بہت سے قوانین ہمیں اپنی لاعلمی کی وجہ سے معلوم نہیں۔ جن کے بارے میں ہمارا علم ناقص ہے۔ انہیں ہم فوراً ما فوق الفطرت کہہ دیتے ہیں مثال کے طور پر ہمارے اندر یہ صلاحیت موجود ہے کہ ہم محض اپنے تصور کی قوت سے چار ہزار میل پر بیٹھے ہوئے کسی دوسرے شخص کو متاثر کر دیں یا کسی بیمار کے بدن پر ہاتھ پھیر کر اس کا مرض دور کر دیں۔ کسی شخص کو چند منٹ نظر جما کر دیکھیں اس پر نیند طاری ہو جائے۔ ہم اپنی آنکھوں کو بند کر کے لاہور کے انارکلی بازار یا لندن کے پکاڈلی کا تصور کریں اور وہاں کا پورا جیتا جاگتا منظر ہمارے سامنے اس طرح آجائے گویا ہم خود ان بازاروں میں چل پھر رہے ہیں۔ قدرت نے ہمارے اندر یہ صلاحیت بھی ودیعت کی ہے کہ ہم دوسروں کے دل کا حال بھی معلوم کر سکتے ہیں۔ ان کے اندر داخل ہو کر اگلی پچھلی زندگی کے اہم واقعات دیکھ سکتے ہیں۔ فطرت نے ہمارے دماغ میں یہ قوت بھی رکھی ہے کہ مستقبل میں پیش آنے والے واقعات پر وہ اسکرین پر فلم کی طرح ہمارے سامنے رقصاں رہیں

- یہ تمام صلاحیتیں کسی نہ کسی قانون کے مطابق ہیں۔ مگر جب ہم کسی شخص میں اس قسم کی کوئی قوت متحرک پاتے ہیں تو اسے سوپر نیچرل کہہ دیتے ہیں حالانکہ ایسا نہیں ہے ہماری کائنات میں مافوق الفطرت کوئی چیز نہیں ہے۔

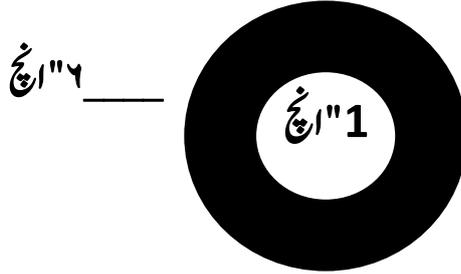
ہم میں سے ہر شخص خاص خاص مشقوں، مجاہدوں اور ریاضتوں کے ذریعے دماغ کی خواہیدہ صلاحیتوں کو بیدار کر کے ان علوم کو حاصل کر سکتا ہے ٹیلی پیٹھی غیب بینی، سچے خواب، مستقبل بینی، شرح صدر THOUGHT READING دوران علاج بذریعہ خیال، تاثیر بذریعہ تصور، انتقال امواج، مسمریزم، ہپناٹزم کا نام دیا جاتا ہے۔ اگر آپ بھی اپنے اندر غیر معمولی ذہنی صلاحیتیں اور قوتیں پیدا کرنا چاہتے ہیں تو کسی استاد کامل کی نگرانی میں مشقیں کیجئے۔ آپ میں بھی غیر معمولی قوتیں پیدا ہو جائیں گی۔

ایک بات یاد رکھئے، ہر انسان اپنی سیرت کی بنا پر از سر نو جنم لیتا ہے اور اوج ثریا تک پہنچ جاتا ہے۔ سیرت کی جڑیں اخلاقی قدروں سے نشوونما پاتی ہیں اس لئے اگر آپ مستقبل بینی کے لئے قدم اٹھاتے ہیں تو پہلے اپنی سیرت کا جائزہ لیجئے اپنی مستقل مزاجی کا امتحان لیجئے کیوں کہ پیش بینی کا آغاز آپ کی اپنی ذات سے ہی ہو سکتا ہے۔ پہلے آپ خود اپنے اوپر تجربات کریں گے۔ اس کے بعد یہی طاقت دوسروں پر آزمائی جائے گی۔ اگر آپ کی سیرت قابل اطمینان نہیں ہے تو آپ غلط راستوں پر بھی جاسکتے ہیں۔ قدرت کا حسلن یہ ہے کہ کوئی غیر معمولی طاقت اس کو ملتی ہے جو اس کا موزوں استعمال جانتا ہے اور جو لوگ اس قسم کی طاقت حاصل کرنے کے بعد بے جا فخر اور گھمنڈ کے نشے میں غیر اخلاقی اور غیر انسانی حرکات شروع کر دیتے ہیں۔ ان سے یہ طاقت چھین لی جاتی ہے۔ اس لئے یاد رکھئے کہ سب سے پہلے آپ کے دل میں اپنی شخصی تعمیر اور پھر تعمیر کائنات کا عزم ہونا چاہئے۔



## ٹیلی پیتھی کا پانچواں سبق

۱۱۸ x ۱۱۸ انچ کا چمک دار اور سفید ریگزمین کا ٹکڑا لے کر اتنے ہی بڑے لکڑی کے تختے، پلائی ووڈ، ہارڈ بورڈ یا موٹے گتے پر چھوٹی کیلوں سے اس طرح جڑ دیں کہ ریگزمین میں شکٹیں باقی نہ رہیں۔ اس ریگزمین کے بالکل بیچ میں چھ انچ قطر کا ایک دائرہ بنائیں اور اس دائرے کو سیاہ چمک دار پینٹ سے پر کر دیں مطلب یہ کہ ۱۱۸ x ۱۱۸ انچ کے اس چمک دار سفید ریگزمین شیٹ پر ایک سیاہ دائرہ اس طرح بنائیں کہ اس دائرے کے بالکل بیچوں و بیچ ایک انچ قطر کا سفید دائرہ باقی رہے۔



اس بورڈ کو چار فٹ کے فاصلے پر اپنے سامنے اس طرح رکھیں کہ سفید دائرہ نظر کے بالکل متوازی ہو۔ بورڈ میں جھکاؤ واقع نہیں ہونا چاہئے۔ سیدھا رہے۔ دائرہ بنی سے پہلے سانس کی مشق کر لیں۔ دائیں ہاتھ کے انگوٹھے سے دایاں نتھنا بند کر لیں۔ اور بائیں نتھنے سے دس سیکنڈ تک سانس کھینچ کر چھوٹی انگلی سے بائیں نتھنا بند کر لیں اور تین سیکنڈ تک سانس روکے رکھیں۔ پانچ سیکنڈ بعد دائیں نتھنے سے سانس دس سیکنڈ تک خارج کریں۔ اب دوبارہ دائیں نتھنے سے سانس دس سیکنڈ تک کھینچیں۔ بائیں نتھنے پر سے چھنگلیاں ہٹا کر دوبارہ دائیں ہاتھ کے انگوٹھے سے دایاں نتھنا بند کر لیں اور سانس پانچ سیکنڈ تک روکے رکھیں

- پھر بائیں نٹھنے سے سانس دس سیکنڈ باہر نکالیں۔ یہ ایک چکر ہو گیا۔ اسی طرح اس عمل کو دس مرتبہ دہرایا جائے۔ یہ مشق بھی صبح سورج نکلنے سے پہلے اور رات کو سونے سے قبل خالی پیٹ کرنی چاہئے۔

دوسرے اسباق کی طرح اس مشق میں بھی رات کا کھانا بہت ہلکا اور مغرب کے وقت کھالیا جائے۔ کھانے اور سانس کی مشق کے درمیان کم سے کم تین گھنٹے کا وقفہ ہونا نہایت ضروری ہے۔ سانس کی مشق کے بعد دس سے پندرہ منٹ تک دائرہ بنی کریں۔ دائرہ بنی کرتے وقت آنکھوں میں جلن اور سوزش کا احساس ہو گا۔ آنکھوں اور ناک سے پانی بہے گا اس کی پروا نہ کریں بلکہ پلک چھپکائے بغیر دائرہ بنی کرتے رہیں مشق کے دوران گردن کو سیدھی رکھیں۔ نظر میں مرکزیت اور ٹھہراؤ پیدا ہونے تک اگر پلک چھپک جائے تو کوئی حرج نہیں پلکوں کے عمل کو ساقط کرنے کے لئے اپنے اوپر جبر نہ کریں جیسے جیسے مشق کی تکمیل ہوگی خود بخود ٹھہراؤ پیدا ہوتا چلا جائے گا۔

اس مشق سے فارغ ہونے کے بعد مراقبہ میں چلے جائیں۔ مراقبہ میں بند آنکھوں سے یہ تصور کیا جائے کہ شیشے کا ایک جار (JAR) ہے اور اس جار کی اندورنی دیواروں پر زمین پر موجود اشیاء نقش و نگار کی صورت میں موجود ہے دائرہ بنی کی مشق چوبیس گھنٹوں میں صرف ایک مرتبہ رات کے وقت کی جائے اور چار بنی مشق حسب معمول اسباق کی طرح صبح و شام کی جائے۔ ان مشقوں کے دوران یہ احتیاط ضروری ہے کہ دائرہ بنی کی مشق ایسی جگہ کی جائے جہاں روشنی ہو اور یہ روشنی براہ راست بورڈ کے اوپر پڑتی رہے ایسا ہرگز نہ کیا جائے کہ ٹیبل لمپ میں بلب روشن کر کے خاص طور پر روشنی ڈالی جائے اس کے برعکس جار بنی کی مشق حسب معمول اندھیروں میں کی جائے۔



## ٹیلی پیٹھی کا چھٹا سبق

پچھلے اسباق اور واردات و کیفیات میں یہ بات آپ کے اوپر واضح ہو چکی ہے کہ انسان فی الواقع روشنی ہے اس روشنی یا بجلی کو سائنسدانوں نے لہر کا نام (WAVE) دیا ہے۔ ان کا کہنا ہے کہ تمام جذبات و احساسات اور زندگی کو قائم رکھنے والے تقاضے دراصل لہروں سے مرکب ہیں۔

ماہرین روحانیت نے ان لہروں کے دورخ متعین کئے ہیں

### مرکب لہر اور مفرد لہر۔

مرکب لہر مٹی کے جسم کو قائم رکھے ہوئے ہے یہ لہر ان عناصر کو تخلیق کرتی ہے جن کو عرف عام میں آگ، پانی، مٹی اور ہوا کہا جاتا ہے۔ یہ لہر آدمی کو ٹائم اسپیس (TIME SPACE) میں بند رکھتی ہے اس حالت میں ہر چیز آدمی کے لئے پردہ ہے یہاں تک کہ اگر اس کی آنکھوں کے سامنے باریک سے باریک کاغذ بھی آجائے تو وہ پردہ بن جاتا ہے اس لہر کی فطرت ہے کہ ہر چیز کو پردے میں دیکھتی ہے۔

مثال : آدمی اپنے تحفظ کے لئے مکان بناتا ہے۔ خود دیواریں کھڑی کرتا ہے اور دیواروں میں دروازے لگاتا ہے۔ اور دروازے بند کر کے کمرے کے اندر خود کو محفوظ سمجھتا ہے بنظر غائر دیکھا جائے تو یہ عمل بجائے خود قید و بند کی حالت ہے یعنی آدمی نے قید و بند کی زندگی کو محفوظ زندگی قرار دے دیا ہے۔ آدمی نے خود کو اپنی اختراع کی ہوئی چیزوں میں قید کر لیا ہے۔ طبیعت میں آسائش کے تقاضے بھی پابند صلا حیت کی نشاندہی کرتے ہیں۔

اس کے برعکس مفرد لہر پابند حواس سے آزاد زندگی پسند کرتی ہے۔ اس لہر کی پہلی ہی حرکت سے ٹائم اسپیس کی گرفت ٹوٹ جاتی ہے۔ وہ کسی قسم کے پردے کو قائم توجہ نہیں سمجھتی۔ زمین کی پستی اور

آسمان کی رفعت سے وہ پوری طرح باخبر ہے۔ یہ مفرد لہر زمین پر پھیلی ہوئی اللہ کی نشانیوں کا علم بھی رکھتی ہے۔ اور اسے سموات میں فرشتوں سے تکلم اور ملاقات کا شرف بھی حاصل ہے۔

ہم دولہروں یا دوروشنیوں یا دودائروں میں زندہ ہیں۔ جس دائرہ یا جس لہر کا غلبہ ہوتا ہے وہی کیفیات ہمارے اوپر وارد ہو جاتی ہیں۔

### قید و بند کی حالت :

یہ دودائروں دو جزیٹر (GENERATOR) ہیں۔ تار برقی نظام کے تحت ان کے ساتھ بے شمار تار بندھے ہوئے ہیں ان کے ذریعے ہمارے پورے اعصابی نظام میں روشنی سپلائی ہوتی رہتی ہے۔

جزیٹر نمبر ۱ ناف کے مقام پر نصب ہے۔ یہ جزیٹر دراصل ایک قسم کا سب (SUB-STATION) اسٹیشن ہے اس سب اسٹیشن کو جزیٹر نمبر ۲ مفرد لہریں فیڈ (FEED) کرتی ہیں۔ ایک اور دو کے اصول پر جس طرح گنتی سیکھنے کے لئے عدد ایک سے واقفیت لازم ہے اسی طرح انتقال افکار کے لئے جزیٹر نمبر ایک یعنی مرکب لہروں کے علم سے آگاہ ہونا ضروری ہے۔ اس کا طریقہ یہ ہے:

### سانس کی مشق :

دائیں ہاتھ کے انگوٹھے سے سیدھے نتھنے کو بند کر لیں اور بائیں نتھنے سے پانچ سیکنڈ تک سانس کھینچ کر بائیں نتھنا چھنگلیا سے بند کر لیں اور پندرہ سیکنڈ تک سانس روک لیں۔ پندرہ سیکنڈ کے بعد سیدھے نتھنے سے دس سیکنڈ تک سانس خارج کریں اب دوبارہ دائیں نتھنے ہی سے پانچ سیکنڈ تک سانس اندر کھینچیں بائیں نتھنے پر سے چھنگلیا ہٹا کر دوبارہ دائیں ہاتھ کے انگوٹھے سے دایاں نتھنا بند کر لیں سانس کو پندرہ سیکنڈ تک روک رکھیں پھر بائیں نتھنے سے دس سیکنڈ تک سانس باہر نکالیں یہ ایک چکر ہو گیا۔

### اوقات مشق :

صبح سورج نکلنے سے قبل اور رات کو سونے سے پہلے لیکن یہ عمل آدھی رات گزرنے کے بعد نہ کیا جائے۔

### سانس لینے کی تعداد:

صبح کے وقت دس چکر، رات کے وقت پانچ چکر۔ سانس کی مشق کے بعد حسب دستور مراقبہ کیا جائے مراقبہ میں یہ تصور کریں کہ ناف کی جگہ ایک روشن نقطہ ہے اس جگہ گرتے روشن نقطے میں سے شعاعیں پھوٹ رہی ہیں۔ ہمارا پورا ماحول چرند پرند، کوہ دمن، مشرق و مغرب، شمال و جنوب، حیوان و انسان، زمین و آسمان سب میں یہ شعاعیں اور لہریں جذب ہو رہی ہیں مراقبہ پندرہ منٹ تک کیا جائے۔

### ضروری تاکید:

شائقین ٹیلی پیٹھی کو ایک بار پھر تاکید کی جاتی ہے کہ کوئی صاحب بیچ میں سے کسی سبق سے شروعات نہ کریں۔ ضرورت ہے کسی ماہر روحانیت کی نگرانی میں اسباق پورے کئے جائیں اسی طرح یہ بھی ضروری ہے کہ ہدایت پر حرف بہ حرف عمل کیا جائے۔

## چھٹے سبق کے دوران مرتب ہونیوالی کیفیات

ع۔ ص۔ کراچی۔۔۔

حسب دستور مراقبہ کیا۔ مراقبہ میں یہ تصور پوری طرح قائم ہو گیا کہ ناف کی جگہ ایک روشن نقطہ ہے جو ستارے کی طرح جگمگ کر رہا ہے۔ یکا یک اس نقطے میں حرکت ہوئی اور یہ ANTI CLOCK WISE گھومنے لگا۔ بالکل اس طرح جیسے کوئی پھلجھڑی کو گھوماتا ہے یا گھومتی ہوئی آتش بازی جس کے اندر سے روشن پھول گرتے ہیں۔ بس فرق یہ ہے کہ اس نقطے میں سے بجائے اس کے کہ آتش بازی کی طرح پھول گریں شعاعیں نکل رہی تھیں۔ ان شعاعوں نے جب زمین کا چکر لگا یا تو عقدہ کھلا کہ زمین کے اندر موجود ہر مخلوق میں ایسا ہی ایک روشن نقطہ موجود ہے اور ہر روشن نقطہ کی شعاعیں تمام مخلوق کے روشن نقطوں میں ایک دوسرے سے ردوبدل ہو رہی ہیں۔ ذہن میں اتنی گہرائی پیدا ہو گئی کہ دوسری مخلوق کے روشن نقطے کی شعاعیں ناف کی جگہ میرے اندر روشن نقطے میں جذب ہونے لگیں۔ پھر یہ روشن نقطہ ٹی وی کی طرح ایک اسکرین بن گیا۔ اور اس میں موجودات کا عکس نمایاں ہونے لگا۔ پہلے مدہم مدہم، پھر ذرا روشن، پھر اور زیادہ روشن۔۔۔ انتہاء یہ ہے کہ میں نے اپنے اندر اس اسکرین پر زمین کے اوپر تمام مناظر قدرت کو فلم کی طرح دیکھا۔

میں اس پر کیف مشاہدے میں اتنا محو ہو گیا کہ ذہن سے یہ بات نکل گئی کہ میرا بھی اپنا کوئی وجود ہے اس کیفیت کے بعد میں نے یہ محسوس کیا کہ درختوں کے اندر روشن نقطہ مجھے اپنی طرف متوجہ کر رہا ہے اور پھر درخت نے مجھ سے باتیں کرنا شروع کر دیں۔ اس درخت نے مجھے بتایا کہ فلاں بن نسل سے تعلق رکھتا ہوں اور میرے آباؤ اجداد اس سرزمین پر کروڑوں سال پہلے پیدا ہوئے تھے۔ پھر میں نے دیکھا کہ پہاڑ کے اندر روشن نقطہ مجھ سے مخاطب ہے اس نے مجھے بتایا کہ میری پیدائش اور نشوونما بھی اسی طرح ہوئی جس طرح زمین کی دوسری مخلوق کی پیدائش عمل میں آئی ہے۔ فرق صرف یہ ہے کہ میری نسل میں

ٹائم اینڈ اسپیس کی وہ صورت نہیں ہے جو دوسری مخلوق کے ساتھ ہے میری نشوونما بہت دیر سے دیر سے دھیرے دھیرے ہوتی ہے۔ اگر کوئی درخت پانچ سال میں جوان ہوتا ہے تو میری جوانی کا دور ہزاروں سال کے اوپر محیط ہوتا ہے۔ میں نے جب اس کی وجہ دریافت کی تو پہاڑ نے مجھ سے کہا میرے سانس کی رفتار عام حالات سے ہٹ کر ہے۔ میرے ایک سانس کا وقفہ پندرہ منٹ ہوتا ہے یہی وجہ ہے کہ میری نشوونما میں اتنا زیادہ طویل عرصہ لگ جاتا ہے۔

--- لاہور ---

رات کو سونے سے پہلے، آدھی رات گزرنے کے بعد میں نے چھٹے سبق کی مشق کی۔ دیکھا کہ میں ایک شیشے کا بنا ہوا خول ہوں۔ اس شیشے میں چھ روشن قمتے ہیں۔ ایک قمتہ جو بہت زیادہ روشن ہے میرے جسم میں ناف کے مقام پر آویزاں ہے۔ اس قمتے کے اندر جو باریک تار ہیں ان کی تعداد اتنی ہے جو میرے انداز کے مطابق شمار میں نہیں آسکتی۔ قمتے کے اندر روشن تار میں کائنات میں موجود ہر مخلوق بندھی ہوئی ہے ایسا لگتا ہے کہ قمتہ کھپلی نچانے والے کا ہاتھ ہے جب یہ تار ہلتے ہیں تو طرح طرح کی مخلوقات آنکھوں کے سامنے آجاتی ہیں نیولے کی طرح ایک جانور کو دیکھ کر میرے اوپر ہیبت طاری ہوگئی۔ یہ جانور اتنا بڑا تھا کہ دور سے دیکھنے پر معلوم ہوتا تھا کہ کوئی پہاڑ ہے اس کے بعد میں نے زمین پر بہت بڑے بڑے ہاتھی چلتے پھرتے دیکھے۔ جس طرح کوئی مگر چھ بڑی مچھلی کو نگل جاتا ہے اسی طرح اس جانور نے دیکھتے دیکھتے ایک ہاتھی کو نگل لیا۔ یہ اتنا ڈراؤنا منظر تھا کہ میرے اوپر لرزہ طاری ہو گیا اور میں مراقبہ جاری نہ رکھ سکا۔

ن۔ اختر، سرگودھا۔۔۔

چھٹے سبق کی مشق کرتے ہوئے ایک مہینہ دس دن ہو گئے ہیں ابتدائی دس دنوں میں کوئی چیز نظر نہیں آئی۔ سر بے انتہاء بھاری رہا۔ زیادہ بوجھ سر کے بائیں طرف تھا کبھی کبھی ایسا محسوس ہوتا تھا کہ دماغ پھٹ جائے گا جب تکلیف کا احساس بہت زیادہ بڑھ گیا تو میں نے آپ کی ہدایت کے مطابق صبح و شام۔ رات

چینی ملا کر پھلوں کا رس پینا شروع کر دیا اس تکلیف دہ حالت میں بالکل غیر اختیاری طور پر میں ایک پارک میں چل گیا۔ وہاں تالاب کے کنارے بیٹھا ہوا اخلاء میں گھور رہا تھا کہ دماغ میں روشنی کا ایک جھمکا ہوا روشنی کا یہ جھمکا اتنا تیز تھا کہ میری آنکھیں چکا چوند ہو گئی اور کھلی آنکھوں سے یہ نظر آیا کہ ناف کے مقام سے سورج کی طرح شعاعوں کا ایک دھارا بہ نکلا ایک نئی صورت حال پیدا ہو گئی۔ میں نے ان روشنیوں کو تالاب میں تیرتی ہوئی مچھلیوں پر مرکوز کر دیا اس ارادے کے ساتھ کہ تالاب کی تمام مچھلیاں سطح آب پر آ جائیں۔ دیکھتے ہی دیکھتے تالاب کی تمام مچھلیاں اوپر آ گئیں۔ پھر میں نے یہ ارادہ کیا کہ آدھی مچھلیاں سطح آب پر تیرتی رہیں اور آدھی مچھلیاں پانی میں چلی جائیں۔ اس کی بھی تعمیل ہوئی اس کے بعد اپنے اندر سے نکلنے والی ان لہروں کو میں نے گلاب کے سرخ پھولوں پہ مرکوز کر دیا اس ارادے کے ساتھ کہ پھول کارنگ سفید ہو جائے دیکھتے ہی دیکھتے پھول کی سرخ پتکھڑیاں سفید ہو گئیں لیکن اس بات سے مجھے سخت صدمہ ہوا کہ اور پھول شاخ پر قائم نہ رہ سکا اور مر جھا گیا۔

ہدایت :

مادرائی علوم سکھنے والے تمام طلباء اور طلبات کو یہ بات ذہن نشین کر لینی چاہئے کہ کوئی کام ایسا نہ کریں جس میں تخریب کا پہلو ہو۔ تہہ آب سے سطح آب پر مچھلیوں کو لانے میں اور گلاب کے رنگ کی تبدیلی میں تخریب کا پہلو نمایاں ہے۔ مادرائی علوم اس لئے سیکھائے جاتے ہیں کہ انسان اپنی باطنی صلاحیتوں کو بیدار کر کے نوع انسانی اور اللہ کی مخلوق کی خدمت کرے۔

ہم اس بات پر یقین رکھتے ہیں کہ اللہ نے ہر چیز تعمیری انداز میں تخلیق کی ہے۔ اس طرز فکر کو بیدار اور اجاگر کرنے کے لئے وہ اسباق بیان کئے گئے ہیں جو روحانیت سے ہم رشتہ ہیں۔ جس کی تصدیق اللہ کی کتاب کرتی ہے اور جس کو عام کرنے کے لئے اللہ تعالیٰ نے پیغمبر بھیجے ہیں۔ تخریبی ذہن کے کسی بندے کو اس کتاب سے استفادہ کرنے کی اجازت نہیں ہے اس لئے کہ تخریبی عمل سے خود اسے نقصان پہنچے گا۔

## ٹیلی پیٹھی کا ساتواں سبق

### سانس کی مشق :

دائیں ہاتھ کے انگوٹھے سے سیدھے نتھنے کو بند کر لیں اور بائیں نتھنے سے دس سیکنڈ تک سانس کھینچ کر بائیں نتھنا چھنگلیا سے بند کر لیں اور تیس سیکنڈ تک سانس روک لیں۔ تیس سیکنڈ کے بعد سیدھے نتھنے سے دس سیکنڈ تک سانس خارج کریں۔ اب دوبارہ دائیں نتھنے ہی سے دس سیکنڈ تک سانس اندر کھینچیں۔ بائیں نتھنے پر سے چھنگلیا ہٹا کر دوبارہ دائیں ہاتھ کے انگوٹھے سے دایاں نتھنا بند کر لیں۔ سانس کو تیس سیکنڈ تک روک رکھیں۔ پھر بائیں نتھنے سے دس سیکنڈ تک سانس باہر نکالیں یہ ایک چکر ہو گیا۔

### اوقات مشق :

صبح سورج نکلنے سے قبل اور رات کو سونے سے پہلے۔ لیکن یہ عمل آدھی رات سے پہلے پہلے کر لیا جائے۔

### سانس لینے کی تعداد:

صبح کے وقت پانچ چکر، رات کے وقت دس چکر۔

مراقبہ میں بیٹھ جائیں۔ آنکھوں کے اوپر روئیں دار سیاہ رنگ کپڑا اس طرح باندھ لیں کہ آنکھوں کے پپوٹوں پر ہلکا سا دباؤ پڑتا رہے۔ رومال کی بندش اتنی زیادہ نہ ہو کہ آنکھیں دکھنے لگیں۔ رومال باندھنے سے مقصد یہ ہے کہ پپوٹے پر اتنا لطیف دباؤ رہے کہ پپوٹے حرکت نہ کر سکیں۔ اب یہ تصور کریں کہ الٹی طرف کا دماغ ANTI CLOCK WISE گھوم رہا ہے۔ اس مشق کے دوران اکثر یہ ہوتا ہے کہ

جب کوئی طالب علم دماغ کو گھماتا ہے تو جسم بھی ہلنے لگتا ہے اس بات کا خاص خیال رکھا جائے کہ سر نہ ہلے۔  
پندرہ منٹ صبح اور پندرہ منٹ رات دماغ کو گردش دینے کی یہ مشق جاری رکھی جائے۔

اس مشق کے ساتھ ساتھ کسی ایسے آدمی کا انتخاب کریں جو پاکیزہ ذہن ہو اور آپ سے انسیت رکھتا ہو۔ ایک بڑی میز کے اوپر لکڑی کا ایک اونچا تختہ اس طرح فٹ کر لیں کہ آمنے سامنے دو بیٹھے ہوئے آدمی نظر نہ آئیں، دیار کی لکڑی کے پچاس عدد گٹکے (جیسا لوڈو کا پانسہ ہوتا ہے) بنو لیں۔ گٹکے کو نیلے رنگ سے پینٹ کروالیں اور ہر گٹکے کے چھ پہلوؤں پر سفید رنگ سے ہندسے لکھوائیں۔ پانسہ کے ہر پہلو پر چھ مرتبہ ایک کا ہندسہ لکھا جائے گا دوسرے پانسہ کے ہر پہلو پر چھ مرتبہ دو کا ہندسہ لکھا جائے گا۔ تیسرے پانسہ کے ہر پہلو پر چھ مرتبہ تین کا ہندسہ لکھا جائے گا۔ اس طرح پچاس پانسے لکھوائے جائیں۔

میز کے دونوں طرف دو اسٹول ڈال دیں اور دونوں آدمی بیٹھ جائیں۔ پچیس پانسے ایک صاحب کے پاس رہیں گے اور پچیس پانسے دوسرے صاحب کے پاس رہیں گے۔ دونوں صاحبان ایک کاپی اور پنسل بھی اپنے پاس رکھیں۔

دونوں میں سے ایک صاحب اپنے ذہن میں یہ بات سوچیں کہ سامنے بیٹھا ہوا آدمی نمبر ایک کا پانسہ پھینکے اور نمبر ایک کا ہندسہ کاپی پر لکھ لیں۔ جب پانسہ پھینکا جائے تو اس کا نمبر بھی کاپی پر اتار لیا جائے مطلب یہ ہے کہ وہ ہندسہ جو آپ نے سوچا ہے کاپی پر لکھ لیا جائے اور وہ ہندسہ جو پھینکا گیا ہے اس کا نمبر بھی نوٹ کر لیا جائے۔

جب دونوں طرف سے پچیس پچیس پانسوں کا تبادلہ پورا ہو جائے تو دونوں صاحبان یہ دیکھیں کہ ذہن نے کس حد تک رہنمائی کی یعنی کتنے پانسے آپ کی سوچ کے مطابق ڈالے گئے۔ اس مشق کو اس وقت تک جاری رکھا جائے جب تک پچھتر فی صد کامیابی ہو۔ کامیابی سے مراد یہ ہے کہ جو ہندسے آپ کے ذہن میں آئیں فریق ثانی وہی ہندسے تختہ کے اس پار پھینکے۔ یہ مشق فرصت کے اوقات متعین کر کے چوبیس گھنٹے میں پندرہ پندرہ منٹ دو وقت کی جائے۔

## ٹیلی پیٹھی کے ذریعے تصرف کا طریقہ

اللہ تعالیٰ کے ارشاد کے مطابق ہر تخلیق دورخ پر قائم ہے۔ ایک رخ غالب رہتا ہے اور دوسرا مغلوب۔

مثال : آدمی دورخ سے مرکب ہے۔ ایک مذکر، ایک مونث۔ مذکر رخ اگر غالب ہے تو مونث رخ چھپا ہوا ہے اور مونث رخ اگر غالب ہے تو مذکر رخ چھپا ہوا ہے۔ اس بات کو ہم اس طرح بیان کر سکتے ہیں کہ مرد دورخوں سے مرکب ہے۔ ایک مذکر اور ایک مونث۔ ان دونوں میں سے کوئی ایک غالب ہو جاتا ہے تو اسی غالب رخ کی بنیاد پر جنس کا تعین کیا جاتا ہے جنسی کشش کے قانون میں بھی یہی فارمولہ متحرک ہے۔ ہو یہ رہا ہے کہ عورت کے اندر مغلوب رخ مرد چونکہ خود کو نامکمل سمجھتا ہے اس لئے وہ غالب رخ مرد سے متصل ہو کر اپنی کمی پوری کرنا چاہتا ہے۔ اسی طرح مرد کے اندر مغلوب رخ عورت ہے کیوں کہ یہ مغلوب رخ اپنی تکمیل چاہتا ہے اس لئے وہ غالب رخ عورت کے اندر جذب ہو جانا چاہتا ہے۔ علیٰ ہذا القیاس تخلیق کا یہ فارمولہ دوسرے عوامل میں بھی سرگرم عمل ہے۔ ایک آدمی بیمار ہے اور ایک آدمی صحت مند ہے۔ اس کا مطلب یہ ہوا کہ بیمار آدمی کے اندر بیماری کا رخ غالب ہے۔ وہ صحت مند رخ سے ہم رشتہ ہو کر صحت مند ہونا چاہتا ہے۔ صحت مند آدمی کے اندر غالب رخ صحت ہے اور بیماری کا دوسرا رخ ہے بیماری جو مغلوب رخ ہے اس کے اندر بھی یہ تقاضا موجود ہے کہ اس کی تکمیل ہو۔ اور جب بیمار رخ صحت کے اوپر غلبہ حاصل کر لیتا ہے تو آدمی بیمار ہو جاتا ہے۔

ایک آدمی خوشحال ہے اس کے برعکس دوسرا آدمی پریشان اور مفلوک الحال ہے تخلیقی قانون کے تحت حالات بھی دورخ پر متعین ہیں۔ ایک رخ کا نام سکون ہے اور دوسرے رخ کا نام اضمحلال اور پریشانی ہے۔ حالات کا وہ رخ جو اضمحلال اور پریشانی ہے اگر پر سکون حالات پر غالب آجائے تو حالات

خراب ہو جاتے ہیں لیکن آدمی اپنی صحیح طرز فکر اور روحانی طاقت کے ساتھ خراب حالت کو مغلوب کر دے تو حالات اچھے ہو جاتے ہیں اور آدمی کی زندگی میں سکون کا عمل دخل ہو جاتا ہے۔

فارمولا کائنات میں جو کچھ موجود ہے وہ دائرہ (CIRCLE) یا مثلث (TRIANGLE) میں قید ہے دنیا کی کوئی چیز زمین یا آسمان پر ایسی موجود نہیں ہے جو سرکل یا ٹرائینگل سے مستثنیٰ قرار دی جاسکے۔ کسی مخلوق میں سرکل غالب ہوتا ہے اور کسی مخلوق کے اوپر مثلث غالب ہو جاتا ہے۔ ہماری دنیا میں جس کو عالم ناسوت کا نام دیا جاتا ہے موجودات پر مثلث غالب ہے۔

پچھلے اسباق میں ہم یہ بات پوری طرح واضح کر چکے ہیں کہ زمین پر موجود ہر شے زندہ ہے متحرک ہے، سانس لیتی ہے یہ بالکل الگ بات ہے کہ ہم اسے شعوری طور پر زندہ نہ سمجھیں یا منجمد خیال کریں جیسے پہاڑ۔

قانون قدرت اور تخلیقی فارمولوں کے مطابق پہاڑ بھی باشعور ہوتے ہیں، پہاڑ بھی سانس لیتے ہیں پہاڑ بھی پیدا ہوتے ہیں اور جوان ہوتے ہیں چونکہ تخلیقی فارمولوں میں پہاڑ کی تخلیق اور نشوونما کا فارمولا الگ ہے اس لئے ہم یہ سمجھتے ہیں کہ پہاڑ جمے ہوئے کھڑے ہیں ایک انسان ایک منٹ میں بیس سانس لیتا ہے پہاڑ کی پوزیشن اس سے مختلف ہے پہاڑ کے سانس کی رفتار یہ ہے کہ پہاڑ کا ایک سانس روٹین کی زندگی میں پندرہ منٹ کا ہوتا ہے۔ یعنی ایک آدمی ایک منٹ میں سانس لیتا ہے اور پہاڑ پندرہ منٹ میں ایک سانس لیتا ہے۔ ہر نوع میں سانس کی معین مقداریں الگ الگ ہیں دوسرا قانون یہ ہے کہ کائنات میں موجود ہر شے ایک شکل و صورت رکھتی ہے انسان کبھی خوش ہوتا ہے کبھی رنجیدہ، کبھی بیمار ہوتا ہے کبھی صحت مند۔ باطنی نگاہ سے مشاہدہ کیا جائے تو خوشی اور رنج دونوں متشکل اور مجسم ہیں۔ اسی طرح ہر بیماری کی بھی الگ الگ شکل ہوتی ہے مثلاً بخار کی بھی ایک شکل و صورت ہوتی ہے، موتی جھرہ بھی اپنی ایک شکل رکھتا ہے۔ اور کینسر (CANCER) کے بھی خدوخال ہوتے ہیں اس کا قانون کتاب "رنگ و روشنی سے علاج" میں وضاحت سے بیان کیا گیا ہے۔

جس طرح ایک آدمی دوسرے آدمی سے ذہنی رابطہ قائم کر کے اپنا پیغام پہنچا سکتا ہے اسی طرح بیماریوں سے بھی ذہنی رابطہ قائم کر کے انہیں یہ پیغام دے دینا ہے کہ وہ مریض کو آزاد کر دیں یہ سب بیماریاں اس پیغام کو قبول کرتی ہیں اور مریض کی جان بخشی ہو جاتی ہے۔

مثلاً ایک آدمی کے سر میں درد ہے آپ اپنی پوری توجہ کے ساتھ سر میں درد کی بیماری کی صورت کو دیکھیں۔ دو صورتیں ہوتی ہیں یا تو سردرد کی صورت و شکل حال سامنے آ جاتی ہے یا اس کا ایک ہیولا سامنے آ جاتا ہے۔ آپ سردرد کو سمجھیں دیں کہ وہ بھاگ جائے سردرد غائب ہو جائے گا علیٰ ہذا القیاس آپ اس قانون کے مطابق ہر بیماری کا علاج کر سکتے ہیں بشرطیکہ وہ بیماری با اختیار نہ ہو۔

جی ہاں! بیماری بھی با اختیار ہوتی ہے ان میں سے ایک بڑے اختیارات کی حامل بیماری

کینسر (CANCER) ہے۔

## ٹیلی پیٹھی سے کینسر کا علاج:

کینسر خون کو مضرت پہنچاتا ہے وہ اس طرح کہ خون میں برقی روجن جن حصوں سے بچ کر نکل جاتی ہے ان حصوں میں جان نہیں رہتی اور ساتھ ہی ساتھ ان ہی حصوں میں بہت باریک گول کیڑے بن جاتے ہیں یہ کیڑا دراصل سوراخ ہوتا ہے۔ اس سوراخ کی خوراک برقی رو ہوتی ہے۔ وہ برقی روجن زندگی کے مصرف میں آنی چاہئے تھی وہ ان سوراخوں کی خوراک بن جاتی ہے نتیجہ میں خوراک کا ایک چھوٹے سے چھوٹا ذرہ بجائے فائدے کے خون کو نقصان پہنچاتا ہے۔

جیسا کہ اوپر بیان کیا گیا ہے کینسر ایسا مرض ہے جو با اختیار ہے، سنتا ہے حواس رکھتا ہے۔ اگر ٹیلی پیٹھی کے طریقے کے مطابق کینسر سے ذہنی رابطہ قائم کیا جائے اور تنہائی میں بشرطیکہ مریض سوتا ہو۔ نہایت دوستانہ اور خوشامد انداز میں اس طرح سببیشن دی جائے کہ بھائی تم بہت اچھے ہو، بہت مہربان ہو، یہ آدمی بہت پریشان ہے اس کو معاف کر دو تو کینسر دوستانہ جذبات کی قدر کرتے ہوئے مریض کو چھوڑ دیتا ہے۔



## ٹیلی پیتھی کا آٹھواں سبق

### سانس کی مشق :

دائیں ہاتھ کے انگوٹھے سے سیدھے نتھنے کو بند کر لیں اور بائیں نتھنے سے دس سیکنڈ تک سانس کھینچ کر بائیں نتھنا چھنگلیا سے بند کر لیں اور پینتالیس سیکنڈ تک سانس روک لیں۔ پینتالیس سیکنڈ کے بعد سیدھے نتھنے سے دس سیکنڈ تک سانس خارج کریں۔

اب دوبارہ دائیں نتھنے ہی سے دس سیکنڈ تک سانس اندر کھینچیں۔ بائیں نتھنے پر سے چھنگلیا ہٹا کر دوبارہ دائیں ہاتھ کے انگوٹھے سے دائیں نتھنا بند کر لیں۔ سانس کو پینتالیس سیکنڈ تک روک رکھیں۔ پھر بائیں نتھنے سے دس سیکنڈ تک سانس باہر نکالیں یہ ایک چکر ہو گیا۔

### اوقات مشق :

صبح سورج نکلنے سے قبل اور رات کو سونے سے پہلے۔ حسب دستور یہ مشق بھی آدھی رات گزرنے سے پہلے کی جائے۔

### سانس لینے کی تعداد:

صبح کے وقت دس چکر، رات کے وقت دس چکر۔

حسب معمول آنکھوں پر پٹی باندھ کر بیٹھ جائیں۔ اور یہ تصور کریں کہ دل کے مقام پر ایک روشن نقطہ ہے جب نقطہ کے اوپر ذہن مرکوز ہو جائے تو اس نقطہ کو دماغ کی طرح گھمائیں یہ مشق بیس منٹ صبح اور بیس منٹ رات کو کی جائے گی۔

مشق کی تکمیل کے بعد اپنے کسی ایسے دوست کا انتخاب کیجئے جو آپ کی طرح ٹیلی پیٹھی سکھنے میں دلچسپی رکھتا ہو اور مشقیں پوری کرچکا ہو فاصلے کا کوئی تعین نہیں۔ آپ کا یہ دوست لندن یا امریکہ میں بھی ہو سکتا ہے۔ لندن یا امریکہ میں رہنے والے ٹیلی پیٹھی کے منتہی کے لئے کوئی میڈیم دوست پاکستان یا بھارت میں بھی ہو سکتا ہے۔ اور دو دوست ایک گھر کے دو کمروں میں بھی بیٹھ سکتے ہیں۔ ایک شہر کے شمال و جنوب میں بیٹھ کر بھی اس مشق کی تکمیل کی جاسکتی ہے ایک وقت مقررہ کر کے گھڑی دیکھ کر صحیح وقت پر دونوں دوست آنکھیں بند کر کے یا کھلی آنکھیں بیٹھ جائیں اپنے اور میڈیم کو کوئی پیغام دیں اس متعین وقت میں میڈیم کے ذہن میں جو بات آئے وہ لکھ لی جائے۔ اسی طرح جو پیغام دیا جا رہا ہے اسے بھی ڈائری میں نوٹ کر لیں۔ روز ممکن ہو تو روز ورنہ ہفتہ وار پندرہ روزہ روپوٹ پر غور کریں اور اپنی اپنی ڈائریوں میں دیکھیں کہ کیا پیغام دیا گیا تھا اور ذہن نے کیا قبول کیا ہے پچاس فیصد کامیابی کے بعد اس مشق کو عام حالات میں جاری رکھیں۔ مثلاً یہ کہ کوئی آدمی بیمار ہے اس کو ہدف بنا کر یہ پیغام (SUGGESTION) دیں تم صحت مند ہو وغیرہ وغیرہ۔



## دماغ ایک درخت

سوال: کیا یہ صحیح ہے کہ ماورائی علوم سیکھنے والے افراد میں ایسے لوگوں کی تعداد زیادہ ہے جن کی عمر کم ہے یا وہ نوجوان عورتیں ہیں جن کا شعور ابھی بچپن کے دور سے باہر نہیں آیا۔ اس کے برعکس عمر رسیدہ لوگ اور وہ حضرات جو دانشور کہلاتے ہیں یا فلسفہ اور منطق کے جنگل میں سرگرداں رہتے ہیں اور وہ حضرات جن کی طبیعت میں خشکی، بیوست اور انتہا پسندی ہے ماورائی علوم حاصل نہیں کر سکتے؟

جواب: اللہ تعالیٰ کی صناعی میں دماغ ایسی زرخیز زمین ہے جس میں قسم قسم کے درخت اگتے ہیں درخت چھوٹا ہو یا بڑا بہر حال درخت ہوتا ہے دماغ کی سرزمین پر جو درخت اگتے ہیں انہیں مختلف علوم کا نام دیا جاتا ہے یہ علوم اتنے ہیں کہ کسی طرح اس کا شمار ممکن نہیں۔ ان علوم میں ماورائی علوم کی اپنی ایک الگ حیثیت ہے۔ ماورائی علوم روحانیت کے نام سے موسوم کئے جاتے ہیں۔

کسی درخت کی ہری بھری شاخ کو مفید مطلب اغراض و مقاصد میں استعمال کیا جاتا ہے اس کے برعکس سوکھی شاخ سے (سوکھی شاخ سے مراد گھن کھائی ہوئی لکڑی ہے) ہم کوئی چیز نہیں بنا سکتے انتہا یہ ہے کہ وہ جلانے کے کام بھی نہیں آتی۔ کم عمر بچے اور نوجوان عورتیں ہری بھری شاخ کے مانند ہیں جبکہ عمر رسیدہ لوگ خشک لکڑی کی طرح ہوتے ہیں۔ ماہرین نفسیات اور ماورائی علوم سیکھانے والے اساتذہ اپنے مشاہدات و تجربات کی روشنی میں اس کی بنیادی وجہ یہ قرار دیتے ہیں کہ روحانیت سیکھنے کے لئے نرم طبیعت، گداز دل اور آزاد ذہن ہونا ضروری ہے جیسے جیسے عمر بڑھتی ہے آدمی اپنے مخصوص نظریات کے خول میں بند ہو کر تنگ نظر اور تنگ دل ہوتا چلا جاتا ہے۔ اور اپنے ان نظریات کو زندگی قرار دیتا ہے جبکہ روحانیت اس بات سے واقف ہی نہیں ہے اور یہ بات ہمارے سامنے کی ہے کہ کوئی شاگرد استاد سے اس وقت تک اکتساب فیض نہیں کر سکتا جب تک استاد کا کہنا اس کے لئے حرف آخر نہ ہو اس کی مثال ہم پچھلے صفات

میں دے چکے ہیں۔ ہم نے یہ عرض کیا کہ ایک بچہ اگر الف کو حرف آخر سمجھ کر الف نہ کہے تو وہ علوم سے محروم رہے جائے گا۔

نوجوان طلبہ اور معصوم اور پاکیزہ فطرت خواتین اس لئے جلد کامیاب ہو جاتی ہیں ان کے ذہن میں چوں چرا نہیں ہوتا اس کے برعکس عمر رسیدہ اور پختہ کار لوگ کسی روحانی استاد کی شاگردگی اختیار کرنے کے باوجود اپنی پختہ طرز فکر اور مخصوص نظریات کی روشنی میں استاد کی دی ہوئی ہدایت کا تجزیہ کرتے ہیں اور ان علوم کو جن کو سیکھنے کے لئے ان کی حیثیت بالکل ایسے بچے کی سی ہے جو الف بت نہیں جانتے استاد کی ہدایت کو منطق اور فلسفہ کی کسوٹی پر پرکھنے کی کوشش کرتے ہیں۔

یہی وہ ناقص طرز عمل ہے جس کی وجہ سے راستہ کھوٹا ہو جاتا ہے۔ یہ لوگ اس حقیقت سے نا آشنا ہوتے ہیں۔

”جہاں علم فلسفہ اور منطق کی حدود ختم ہو جاتی ہیں اس سے آگے روحانیت اور ماورائی علوم کی حدیں شروع ہوتی ہیں۔“

ماورائی علوم سیکھنے والے ہر طالب علم کو یہ بات پوری طرح ذہن نشین کر لینا چاہئے کہ مخصوص نظریات کی حد بندیاں کٹ جتنی انتہائی پسندی اور خود کو کسی ایک دو یا زیادہ علوم میں یکتا سمجھنا ناقص طرز فکر ہے اور ناقص طرز فکر انسان کو یکسوئی اور آزاد ذہن ہونے سے محروم کر دیتی ہے اور جب کوئی بندہ اس سے محروم ہو جاتا ہے تو اس کے دل و دماغ پر خشک اور وسوسے سے آکاش بیل بن کر پھیل جاتے ہیں اور ان کے اندر فطری صلاحیتوں کے بہتے ہوئے دریا کو چوس کر خشک کر دیتے ہیں یہی وہ المناک صورت ہے جس کے بارے میں اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا ہے:

حَتَمَ اللَّهُ عَلَى قُلُوبِهِمْ وَعَلَى سَمْعِهِمْ وَعَلَى أَبْصَارِهِمْ غِشَاوَةً وَلَهُمْ عَذَابٌ عَظِيمٌ  
(سورہ بقرہ آیت ۷)

”مہر کی اللہ نے ان کے دلوں کے اوپر اور ان کے کانوں کے اوپر اور ان کی آنکھوں کے اوپر پر  
دہ ہے اور ان کے واسطے بڑا عذاب ہے۔“



## روحانی انسان

سوال: ٹیلی پیجھی کے سلسلے آپ نے اب تک جو تھیوری پیش کی ہے اس سے یہ اندازہ ہوتا ہے کہ آپ یہ علم مسلمانوں کے لئے مخصوص کرنا چاہتے ہیں۔ ماورائی علوم کے شائقین کو کیا آپ یہ تاثر دینا چاہتے ہیں کہ ماورائی علوم صرف مسلمانوں کا ورثہ ہے اور وہی اس علم میں کمال کو پہنچتے ہیں؟

جواب: جو بندہ فی الواقع روحانیت کے علوم پر کسی نہ کسی حد تک دسترس رکھتا ہے اس کی طرز ز فکر اسی حد تک مادے سے دور ہو جاتی ہے اور وہ زندگی کے تمام شعبوں کو نورانیت سے ہم آغوش دیکھتا ہے اس کے ايقان میں یہ بات راسخ ہو جاتی ہے کہ صلاحیت کا تمام دار و مدار روح سے ہے۔ اسے اس بات کا علم ہو جاتا ہے کہ تمام نوع انسانی روحانی صلاحیتوں سے مالا مال ہیں۔ اور ہر انسان اپنے اندر موجود اس صلاحیت سے فائدہ اٹھا سکتا ہے نوع انسانی کے دائرے سے نکل کر جب وہ زمین کی ساخت میں غور و فکر کرتا ہے تو یہ جان لیتا ہے کہ زمین کا گوشہ گوشہ نورانیت اور روشنیوں سے معمور ہے۔ اس کے علم میں یہ بات آ جاتی ہے کہ اگر کسی مقام پر یا کسی مکان میں کوئی حادثہ رونما ہو جائے تو اس دردناک واقعہ کی لہریں زمین کو متاثر کرتی ہیں اور جس طرح کسی انسان کے دماغ پر کسی واقعہ کے نقش و نگار محفوظ ہو جاتے ہیں اور دماغ متاثر ہوتا ہے اسی طرح زمین کے حافظے میں بھی دردناک واقعہ محفوظ ہو جاتا ہے اور اس دردناک واقعہ کی لہریں زمین کے اندر سے برابر باہر آتی رہتی ہیں۔ بعض اوقات کسی ایک خطہ پر مسلسل حادثات رونما ہونے سے TRAGEDY اور المناکی اس قدر شدید ہو جاتی ہے کہ دور دیوار سے ہیبت، افسردگی اور خوف محسوس ہونے لگتا ہے۔ یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ اس قسم کے واقعات مسلسل رونما ہونے سے جب اس مخصوص خطہ زمین کے اوپر دور دیوار متاثر ہو جاتی ہیں تو لوگ اس مکان کو آسیب زدہ کہنے لگتے ہیں۔ یہ آسیب کیا ہے؟ ماضی کے دردناک واقعے کی فلم ہے جو حساس انسانوں کو زیادہ محسوس ہوتی ہے۔ کوئی روحانی انسان کسی علم کو

کسی ایک قوم کے لئے مخصوص نہیں کرتا روحانیت پوری نوع انسانی کا ورثہ ہے لیکن افسوس کے ساتھ یہ کہنا پڑتا ہے کہ مسلمان اپنے مقدس اسلاف کے بیش قیمت ورثہ تقریباً محروم اور بے پرواہ ہو چکے ہیں جبکہ غیر مسلم اقوام مسلسل جستجو کے ذریعے ماورائی علوم کی حقیقت پانے کے لئے رات دن کوشاں ہیں انہیں کافی حد تک کامیابی بھی ہوئی ہے اس کی ایک مثال روس کے سائنسدانوں کے وہ تجربات ہیں جن کے ذریعے انہوں نے ثابت کیا ہے کہ ماورائی علوم میں ایک شعبہ ٹیلی پیٹھی ایک سائنٹیفک حقیقت ہے۔ دیگر ممالک کے ماہرین نفسیات، پیراسائیکالوجی روسیوں کی اس کامیابی سے پریشان ہیں کیونکہ وہ یہ بات سمجھ چکے ہیں کہ اگر کوئی قوم اور روحانی طریقہ پر دماغی کارکردگی کو سمجھ کر تخریب پر آمادہ ہو جائے تو ساری نوع انسانی اس قوم کی غلامی پر مجبور ہو جائے گی اور وہ اس تمام دنیا کے وسائل اس قوم کے تصرف میں آجائیں گے۔



## روحانیت اور استدراج

سوال: ٹیلی پیٹھی کی مشقوں کے دوران جن لوگوں کے اوپر واردات و کیفیات مرتب ہوئیں انہوں نے زیادہ تر ایسے حالات قلم بند کئے ہیں جن میں ان کی نیک ارواح سے ملاقات ہوئی اور مقامات مقدسہ کی انہوں نے زیارت کی۔ یہ بھی ہوا کہ کچھ لوگوں نے ماورائی مخلوق سے گفتگو کی۔ کسی صاحب مشق نے یہ نہیں لکھا کہ اس کی ملاقات ذریت ابلیس سے ہوئی ہے جب کہ ماورائی مخلوق میں بدروہیں اور ذریت ابلیس بھی شامل ہیں۔ براہ کرم اس بارے میں وضاحت فرمائیں۔

جواب: تمام علوم سری جن میں ٹیلی پیٹھی یا انتقال خیال کا علم بھی شامل ہے کو سمجھنے سیکھنے ان علوم سے استفادہ کرنے سے دو طرز ہیں۔ ایک رحمانی طرز ہے اور دوسری کا نام استدراج رکھا گیا ہے۔

کلیہ یہ ہے کہ اگر علم کی معنوی حیثیت تعمیر ہے تو وہ حق ہے اور اگر علم کی معنوی حیثیت تخریب ہے تو وہ شیطنت ہے۔ حق اور شیطنت دونوں کا تعلق طرز فکر سے ہے رحمانی اور شیطانی دونوں گروہوں کی طرز فکر اور کلمہ طریق جدا جدا ہیں۔ کلمہ طریق طرز فکر کو متحرک کرنے کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔

استدراجی طرز سے وابستہ لوگوں کے کلمہ طریق، دیواہ، کالی واہ ہیں۔ یہ الفاظ سریانی زبان سے پہلے کے بھی ہیں۔ حضرت نوحؑ کے زمانے تک اہل حق کا جو کلمہ طریق رہا وہ لفظ اللہ اور لا اللہ کے ہم معنی تھا۔ حضرت نوحؑ کے بعد تمناہ اور تمناہ حق پرست لوگوں کا کلمہ طریق ہو گیا دیواہ، اور کالی واہ منسوخ کر دیا گیا۔ مگر کچھ لوگوں نے اس منسوخی کو تسلیم نہیں کیا۔ اور اپنی تخریبی طرز فکر کے لئے اسی کو کلمہ طریق بنا لے رکھا اور ان لوگوں کے انکار کی وجہ سے استدراج کا کلمہ طریق بن گیا۔ پھر حضرت ابراہیم سے کئی صدیوں پہلے اللہ اور لا اللہ کا کلمہ حق قرار گیا۔ تمناہ اور تمناہ منسوخ قرار دیا گیا۔ اس وقت سے اب تک حق

پرست لوگوں کا کلمہ طریق اللہ اور لا اللہ ہے اور قیامت تک برقرار رہے گا۔ اس کے برعکس ذریت ابلیس اور شیطن نے پیروکاروں نے ابھی تک دیواہ اور کالی واہم کا اپنا کلمہ طریق بنایا ہوا ہے۔

علم اور اس کے طرزوں کی تشریح قرآن پاک میں حضرت موسیٰ کے واقعہ میں کی گئی ہے جب حضرت موسیٰ کو حق کا نمائندہ بنا کر فرعون کی طرف بھیجا گیا تو فرعون نے پیغمبر خدا کے معجزات کو استدراجی علوم پر قیاس کیا۔ چنانچہ اس نے حضرت موسیٰ کو جادو گر قرار دے کر اپنے ملک کے تمام بڑے بڑے جادو گروں کو جمع کر لیا تاکہ وہ حضرت موسیٰ سے مقابلہ کر کے انہیں زیر کرے۔ مقابلہ کے دن، میدان میں ایک طرف اللہ کے پیغمبر، حق کے نمائندے حضرت موسیٰ اور حضرت ہارون کھڑے تھے اور دوسری طرف ذریت ابلیس اور استدراج کے نمائندے، جادو گر۔

جادو گروں نے اپنی رسیاں، بن اور لاٹھیاں پھینکیں جو سانپوں اور اژدہوں کی صورت اختیار کر گئیں۔ اس کے مقابلے میں وحی الہی کے مطابق حضرت موسیٰ نے اپنا عصا زمین پر پھینکا اور وہ اژدہا بن کر تمام طلسمی سانپوں اور اژدہوں کو نگل گیا۔

توجہ طلب نکتہ یہ ہے کہ جادو گر اپنی رسیاں پھینکتے ہیں تو وہ سانپوں اور اژدہوں کی شکل اختیار کر لیتی ہیں اور حضرت موسیٰ اپنا عصا زمین پر ڈالتے ہیں تو وہ بھی اژدہا بن جاتا ہے۔ یہاں تک کہ جادو گروں کے فن اور حضرت موسیٰ کے معجزات میں کوئی فرق نظر نہیں آتا لیکن ایک قدم آگے بڑھ کر ہم دیکھتے ہیں کہ موسیٰ کا معجزہ جادو گروں کے فن پر غالب آجاتا ہے۔

جادو گروں اور حضرت موسیٰ کا یہ مقابلہ استدراجی اور رحمانی علوم کے درمیان فرق کی ایک واضح تشریح ہے۔ اس واقعے سے یہ بات سامنے آتی ہے کہ جادو گر جب دنیا میں اپنے علم سے فرعون کی خوشنودی چاہتے ہیں اس کے برعکس حضرت موسیٰ کا مشن مخلوق خدا کی خدمت اور رضائے الہی کا حصول ہے۔ ان کو جو علوم ملے ہیں وہ اللہ کے عرفان تک رسائی حاصل کرنے کا ذریعہ ہے۔ اس کتاب میں ہم نے جو کچھ پیش کیا ہے وہ اس کلمہ طریق اور طرز فکر کے تحت ہے جو انبیاء اور اولیاء اللہ کی طرز فکر ہے۔ کیوں کہ

واردات و کیفیات سے پہلے ٹیلی پیٹھی کے طالب علم کے ذہن میں تعمیری طرز فکر کا پیٹرن بن گیا اس کے لئے جو کچھ واردات و کیفیات میں سامنے آیا وہ اس پیٹرن کے مطابق ہے۔ یہی تعلیم اگر کوئی شخص زریت ابلینس کے کلمہ طریق کے مطابق حاصل کرے تو یہ سب علم روحانیت کی بجائے علم استدراج بن جاتا ہے۔ تمام پیغمبروں، حضرات ابراہیمؑ سے حضرت موسیٰؑ حضرت عیسیٰؑ سے سیدنا حضور علیہم الصلوٰۃ والسلام تک سب کی تعلیمات یہ رہی ہیں کہ انسان استدراجی قوتوں سے محفوظ رہے اور رحمانی قوتوں سے متعارف ہو کر اپنا عرفان حاصل کر لے اس لئے کہ رحمانی قوت اور طرز فکر میں تعمیر ہے۔ اس کے برعکس تخریب، توڑ، پھوڑ سفاکی درندگی اور نوع انسانی کو تکلیف پہنچانے کا نام استدراج ہے۔

