OPEN ACCESS
Al-Qālam القلم
P-ISSN: 2071-8683; E-ISSN: 2707-0077
Volume 31, Issue, 1, 2026
http://alqalamjournalpu.com/

جدید نفسیاتی مسائل اوران کے حل کے لئے مولانا جلال الدین رومی کے صوفیانہ افکار کا مطالعہ

Addressing Modern Psychological Crisis through the Spiritual Teachings of Jalaluddin Rumi

Mubeen Hanif
MPhil. Scholar, Institute of Islamic Studies, Bahauddin Zakariya University, Multan, Pakistan
Riffat Hanif
MPhil. Scholar, Institute of Islamic Studies, Bahauddin Zakariya University, Multan, Pakistan

Abstract

KEYWORDS:

Crisis of Consciousness ,Self-Purification,Son of the Moment ,Unity of Existence , Narcissism ,Trust/Reliance ,Solitude in a Crowd

Date of Publication:
14-08-2026

The contemporary era, despite its material splendor and scientific triumphs, has brought about profound spiritual alienation and "existential loneliness" for humanity. Modern man, though a conqueror of outer space, remains a victim of inner turmoil, suffering from psychological disorders such as anxiety, depression, and narcissism. The mystical thoughts of Maulana Jalaluddin Rumi offer a timeless sanctuary, addressing these issues not merely as clinical symptoms but as a "spiritual crisis" arising from the soul's detachment from its Divine Source.

Rumi's philosophy posits that anxiety stems from a lack of "Tawakkul" (trust in God) and a fear of the unknown future. He advocates becoming "Ibnu'l-Waqt" (the son of the moment), emphasizing the importance of living in the "now." For Rumi, depression is the soul's mourning for its lost connection with the Creator, and the cure lies in Divine Love and self-awareness. He teaches that narcissism and greed are manifestations of the "Lower Self" (Nafs), which can only be purified through humility and service. Furthermore, Rumi views "pain" as a transformative

tool, famously stating that "the wound is the place where the Light enters you." His teachings guide the fragmented modern mind toward "Centricity" and "Unity," suggesting that psychological peace is attained only when the individual self harmonizes with the Universal Whole.

ابتدائیہ

عصرِ حاضر کی مادی ترقی نے جہاں انسان کو سائنسی فتوحات سے ہمکنار کیا ہے، وہاں اسے باطنی انتشار اور "وجودی تنہائی" کے گہرے کرب میں بھی دھکیل دیا ہے۔ جدید انسان اپنی تمام تر تکنیکی عبقریت کے باوجود انزائٹی (تشویش)، ڈپریشن (یاسیت)، اور نرگسیت جیسے امراض کا شکار ہے۔ مولانا جلال الدین رومی رحمہ اللہ تعالیٰ کے افکار ان مسائل کا حل محض علامات کے علاج میں نہیں، بلکہ "تزکیہِ نفس" اور روح کی اپنے اصل مرکز (خالق) سے دوبارہ وابستگی میں تلاش کرتے ہیں۔

رومی رحمہ اللہ تعالیٰ کے نزدیک نفسیاتی خلفشار کی بنیادی وجہ انسان کا اپنی اصل سے انقطاع ہے۔ وہ انزائٹی کا حل "توکل" اور "ابن الوقت" (حال میں جینا) بننے میں پیش کرتے ہیں، جبکہ ڈپریشن کو روح کی وہ پکار قرار دیتے ہیں جو مادی اشیاء میں سکون نہ ملنے پر پیدا ہوتی ہے۔ رومی رحمہ اللہ تعالیٰ کا فلسفہِ عشق انسان کو مادہ پرستی اور حرص کے چنگل سے نکال کر قناعت کی دولت عطا کرتا ہے۔ ان کے نزدیک ذہنی انتشار کا علاج "خاموشی" اور "ارتکازِ قلب" ہے، جہاں انسان کثرتِ دنیا سے نکل کر وحدتِ حق میں پناہ لیتا ہے۔ رومی رحمہ اللہ تعالیٰ ہمیں یہ بصیرت دیتے ہیں کہ "درد ہی میں دوا چھپی ہے" اور ہر زخم دراصل وہ راستہ ہے جہاں سے نورِ الٰہی انسان کے باطن میں داخل ہوتا ہے۔ ان کی تعلیمات جدید انسان کو اپنی "خودی" پہچاننے اور کائناتی کلیت سے ہم آہنگ ہونے کا درس دیتی ہیں، جو کہ ہر قسم کے نفسیاتی بحران کا شافی علاج ہے۔۔

جدید نفسیاتی مسائل

عصرِ حاضر اپنی تمام تر مادی رعنائیوں، سائنسی فتوحات اور تکنیکی عبقریت کے باوجود انسانی روح کے لیے ایک لا متناہی کرب اور ہمہ گیر اضطراب کا پیامبر ثابت ہوا ہے۔ جدید انسان، جو کائنات کی وسعتوں کو مسخر کرنے کا دعویدار ہے، اپنے ہی باطن کے "آشوبِ آگہی" اور "وجودی تنہائی" کا شکار ہو کر رہ گیا ہے۔ نفسیاتی امراض کی کثرت، ہیجان خیزی، اور بے سمتی دراصل اس روحانی انقطاع کا شاخسانہ ہے جو انسان اور اس کے اصل (مرکز) کے درمیان حائل ہو چکا ہے۔

جدید نفسیات اگرچہ انسانی رویوں کی تعبیر اور لاشعور کی گرہ کشائی میں کوشاں ہے، تاہم یہ عموماً انسان کو محض ایک "حیاتیاتی مشین" یا "سماجی اکائی" کے طور پر دیکھتی ہے، جس کے باعث وہ اس مابعد الطبیعیاتی تشنگی کا مداوا کرنے سے قاصر ہے جو روحِ انسانی کو لاحق ہے۔

جدید دور میں انسان جہاں مادی ترقی کی انتہا کو چھو رہا ہے، وہیں نفسیاتی الجھنوں کا ایک نیا جال اسے اپنی لپیٹ میں لیے ہوئے ہے۔ تصوف (روحانیت) اور جدید نفسیات دونوں ان مسائل کا حل تلاش کرتے ہیں، لیکن دونوں کے زاویہ ہائے نگاہ مختلف ہیں۔ ذیل میں کچھ اہم جدید نفسیاتی مسائل کا بالعموم (نفسیاتی نقطہ نظر) اور بالخصوص (تصوف کی روشنی میں) جائزہ پیش ہے:

جدید نفسیات اضطراب کو مستقبل کے اندیشوں اور بے یقینی سے پیدا ہونے والا تناؤ قرار دیتی ہے، جس کا علاج تھراپی اور ادویات سے کیا جاتا ہے۔ تصوف اسے "قلتِ توکل" قرار دیتا ہے۔ جب انسان مادی اسباب کو ہی سب کچھ سمجھ لیتا ہے اور "مسبب الاسباب" (اللہ) سے تعلق کمزور ہو جاتا ہے، تو اندیشے اسے گھیر لیتے ہیں۔ اس کا حل 'تسلیم و رضا' اور 'توکل' میں ہے۔ اسے کیمیائی عدم توازن یا ماضی کے تلخ تجربات کے نتیجے میں پیدا ہونے والی ناامیدی کہا جاتا ہے۔ تصوف کے مطابق یہ "بعدِ منزل" یا اللہ سے دوری کا نتیجہ ہے۔ جب روح کو اس کا اصل مرکز (ذکرِ الٰہی) نہیں ملتا، تو وہ مرجھا جاتی ہے۔ تصوف اسے 'قبض' کی کیفیت سے بھی تعبیر کرتا ہے، جس کا علاج 'انسِ الٰہی' اور توبہ ہے۔

یہ شخصیت کا وہ بگاڑ ہے جس میں انسان صرف اپنی ذات کو اہمیت دیتا ہے اور دوسروں کی تحقیر کرتا ہے۔ یہ "نفسِ امارہ" کی شرارت اور 'کبر' (تکبر) ہے۔ تصوف میں اس کا علاج 'نفس کشی'، 'عاجزی' اور 'خدمتِ خلق' کے ذریعے کیا جاتا ہے تا کہ انسان اپنی حقیقت (مٹی) کو پہچان سکے۔

جدید دنیا میں کامیابی کا معیار صرف دولت کو قرار دینے سے انسان کبھی نہ ختم ہونے والی دوڑ میں لگ کر ذہنی سکون کھو چکا ہے۔اسے "حبِ دنیا" کہا جاتا ہے۔صوفیاء کے نزدیک دنیا کی محبت تمام برائیوں کی جڑ ہے۔اس کا حل 'قناعت' اور 'زہد' میں ہے، یعنی دنیا ہاتھ میں تو ہو لیکن دل میں نہ ہو۔

سوشل میڈیا کے دور میں ہزاروں "فرینڈز" کے باوجود انسان اندر سے اکیلا ہے، جسے 'سوشل آئسولیشن' کہا جاتا ہے۔تصوف کہتا ہے کہ انسان کبھی اکیلا نہیں ہوتا۔یہ احساس "غفلت" سے پیدا ہوتا ہے۔جب انسان 'خلوت در انجمن' (لوگوں میں رہ کر بھی اللہ کے ساتھ ہونا) سیکھ لیتا ہے، تو تنہائی 'انس' میں بدل جاتی ہے۔

انسان کا اپنے آپ سے سوال کہ "میں کون ہوں اور میری زندگی کا مقصد کیا ہے؟" جب جواب نہ ملے تو انسان لایعنیت کا شکار ہو جاتا ہے۔یہ "معرفتِ نفس" کا تقاضا ہے۔صوفیاء کہتے ہیں: "من عرف نفسہ فقد عرف ربہ"[1] جس نے اپنے نفس کو پہچانا، اس نے اپنے رب کو پہچانا"۔مقصدِ حیات صرف اللہ کی رضا اور اس کی پہچان ہے۔

معلومات کی بھرمار اور تیز رفتار زندگی نے انسانی ذہن کو منتشر کر دیا ہے، جس سے 'اٹینشن ڈیفیسٹ' جیسے مسائل پیدا ہو رہے ہیں۔یہ "پراگندگیِ قلب" ہے۔اس کا علاج 'مراقبہ' اور 'ذکرِ قلبی' ہے۔جب دل ایک مرکز (اللہ) پر ٹھہر جاتا ہے، تو خیالات کا انتشار ختم ہو جاتا ہے اور 'جمعیتِ خاطر' نصیب ہوتی ہے۔

جدید نفسیات علامات کا علاج کرتی ہے، جبکہ تصوف "تزکیہ نفس" اور "تصفیہ قلب" کے ذریعے جڑ (روح) کا علاج کرتا ہے۔جدید نفسیاتی مسائل دراصل روح کی وہ پکار ہیں جو مادی دنیا میں اپنا سکون تلاش کر رہی ہے۔

جدید دور میں انسان جہاں مادی ترقی کی انتہا پر ہے، وہیں داخلی انتشار، ذہنی تناؤ اور بے سکونی جیسے مسائل کا شکار بھی ہے۔مولانا رومی اور اہل تصوف کے نزدیک ان مسائل کی جڑ "انسان کا اپنی اصل سے کٹ جانا" ہے۔ذیل میں ان نفسیاتی مسائل کا حل رومی اور عمومی صوفیانہ فکر کی روشنی میں پیش کیا گیا ہے۔

مولانا رومی کا زاویہ نگاہ: محبت اور خود آگاہی

مولانا رومی کے نزدیک انسانی روح ایک "نی" (بانسری) کی مانند ہے جسے اس کے اصل (جنگل/خالق) سے الگ کر دیا گیا ہے، اور یہی جدائی تمام دکھوں کی بنیاد ہے۔لہٰذا رومی فرماتے ہیں کہ "عشق وہ حکیم ہے جو تمام بیماریوں کا علاج ہے"۔ان کے نزدیک ڈپریشن اور اداسی کا حل اشیاء میں نہیں بلکہ خالق سے تعلق میں ہے۔[2] جب انسان مادی اشیاء سے حد سے زیادہ وابستہ ہو جاتا ہے، تو ان کا چھن جانا اسے بیمار کر دیتا ہے۔ہم باہر کی دنیا کو سنوارنے

میں اتنے مگن ہیں کہ اپنے اندر کے "آئینے" کو بھول گئے ہیں۔ اگر آئینہ (دل) زنگ آلود ہو تو حقیقت نظر نہیں آتی۔ نفسیاتی سکون کے لیے ضروری ہے کہ انسان اپنی توجہ "ظاہر" سے ہٹا کر "باطن" پر مرکوز کرے۔ رومی کے نزدیک تکلیف سے بھاگنا نہیں چاہیے بلکہ اسے سمجھنا چاہیے۔ رومی کے نظریے کے مطابق "زخم وہ جگہ ہے جہاں سے روشنی آپ کے اندر داخل ہوتی ہے"۔[3] جدید نفسیات میں جسے ہم ٹراما کہتے ہیں، رومی اسے روحانی بیداری کا ذریعہ قرار دیتے ہیں۔

اہل تصوف کا نظریہ

حضرت رومی رحمہ اللہ نے نفسیاتی امراض کے حل کے لیے چند عملی اصول وضع کیے ہیں جو آج کے دور میں بھی اتنے ہی کار گر ہیں:

1۔ تزکیہ نفس

تصوف کے مطابق زیادہ تر نفسیاتی مسائل "نفسِ امارہ" (خواہشات کے پیچھے بھاگنے والا نفس) کی وجہ سے پیدا ہوتے ہیں۔ جب خواہشات پوری نہیں ہوتیں تو مایوسی جنم لیتی ہے۔ تزکیہ نفس کے ذریعے انسان اپنی خواہشات کو قابو کرنا سیکھتا ہے، جس سے ذہنی اطمینان نصیب ہوتا ہے۔

2۔ توکل اور قناعت

جدید دور کا سب سے بڑا مسئلہ "مستقبل کا خوف" ہے۔ صوفیاء "توکل" (اللہ پر بھروسہ) کی تعلیم دیتے ہیں۔ جب انسان یہ مان لیتا ہے: "قل ان الامر کلہ للہ "[4] کہ کائنات کا نظام ایک اعلیٰ طاقت کے ہاتھ میں ہے، تو اس کے اندر سے بے جا فکر اور خوف ختم ہو جاتا ہے۔

3۔ ذکر اور مراقبہ

اہلِ علم کے نزدیک "ذکر" صرف تسبیح پڑھنا نہیں بلکہ شعور کو حاضر کرنا ہے۔

مراقبہ: یہ جدید کی صوفیانہ شکل ہے۔ اپنے آپ کو دنیا کے شور سے کاٹ کر چند لمحات کے لیے خاموشی میں بیٹھنا اعصابی نظام کو پر سکون کرتا ہے۔

قلب کی بیداری: ذکرِ الٰہی سے دل کو وہ اطمینان ملتا ہے جس کا ذکر قرآن میں بھی ہے:

"الَا بِذِكْرِ اللهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوْبُ"[5]

یعنی بے شک دلوں کا سکون اللہ کے ذکر میں ہے۔

جدید نفسیات اور تصوف کا تقابل

جہاں جدید نفسیات علامات کا علاج کرتی ہے، وہاں تصوف "روح کے بحران" کا علاج کرتا ہے۔

اہل تصوف اور بالخصوص حضرت رومی رحمہ اللہ کا پیغام یہ ہے کہ نفسیاتی مسائل کا حل باہر کی دنیا کی تبدیلی میں نہیں، بلکہ اپنے "زاویہ نظر" کی تبدیلی میں ہے۔ جب انسان اپنی انا کو مٹا کر کائناتی سچائی سے جڑ جاتا ہے، تو وہ تمام ذہنی الجھنوں سے آزاد ہو جاتا ہے۔

1۔ اضطراب یا تشویش

جدید دور میں اضطراب یا تشویش ایک ایسی ذہنی کیفیت بن چکی ہے جو انسان کو مستقبل کے اندیشوں اور ماضی کے پچھتاووں میں قید کر دیتی ہے۔ مولانا جلال الدین رومی رحمہ اللہ تعالیٰ کے افکار اس نفسیاتی الجھن کا حل "حال میں جینے"، "تسلیم و رضا" اور "عشقِ الٰہی" میں تلاش کرتے ہیں۔ تشویش دراصل روح کی وہ پکار ہے جو اپنے مرکز سے دوری کی وجہ سے پیدا ہوتی ہے۔ ذیل میں رومی کے افکار کی روشنی میں انزائٹی کا حل پیش ہے:

2۔ انسانی وجود: ایک مہمان خانہ

رومی فرماتے ہیں کہ انسان کو اپنے جذبات (خوف، غم، تشویش) سے لڑنے کے بجائے انہیں مہمان سمجھ کر خوش آمدید کہنا چاہیے۔ انزائٹی تب بڑھتی ہے جب ہم اسے بھگانے کی کوشش کرتے ہیں۔

یہ ہمارا وجود ایک مہمان خانے کی طرح ہے، جہاں ہر صبح ایک نیا مہمان (جذبہ/خیال) آتا ہے۔ یہ نہ کہو کہ یہ غم میرے گلے کا ہار بن گیا ہے، بلکہ خوش رہو کیونکہ یہ بھی رخصت ہو جائے گا۔[6]

دوسرے مقام پر حضرت رومی رحمہ اللہ فرماتے ہیں:

> "آدمی را خیالی ہست کہ فلان چیز اگر میسر شدی، مرا فراغت بودی۔ حق تعالیٰ می فرماید کہ تو را فراغت ازیں خیال ہا حاصل نمی شود الا بہ وصالِ ما، کہ ما مقصودِ اصلی ایم۔"[7]
>
> ایک شخص کو یہ وہم ہوتا ہے کہ اگر فلاں فلاں چیز ممکن ہوتی تو ہم آزاد ہو جاتے، مالک کریم کا ارشاد گرامی کہ تم اس فریب سے آزاد نہیں ہوگے سوائے میری معرفت کے کیونکہ یہی اصل مقصد ہے۔

2. صوفی "ابن الوقت" ہے (حال میں جینا)

انزائٹی کا بڑا سبب مستقبل کا خوف ہے۔ رومی ہمیں "ابن الوقت" (وقت کا بیٹا) بننے کی تعلیم دیتے ہیں، یعنی جو گزر گیا یا جو آنے والا ہے، اس کی فکر چھوڑ کر "اب" میں جینا۔

صوفی ابن الوقت باشد اے رفیق
نیست فردا گفتن از شرطِ طریق[8]

ترجمہ: اے دوست! صوفی تو وقت کا بیٹا ہوتا ہے (یعنی حال میں رہتا ہے)۔ راہِ سلوک میں "کل کل" کرنا یا مستقبل کی فکر کرنا شامل نہیں ہے۔

3۔ درد ہی میں دوا

نفسیاتی دباؤ کو رومی ایک موقع قرار دیتے ہیں تاکہ انسان اپنے اندر جھانک سکے۔ وہ کہتے ہیں کہ جہاں زخم ہوتا ہے، وہیں سے روشنی داخل ہوتی ہے۔

جب بھی کوئی غم تمہارے یقین پر حملہ کرے، تم خوشی کی طرف رخ کرو۔ غم کو دیکھو تو ہوشیار ہو جاؤ، کیونکہ غم دراصل ہماری خوشیوں کی گھات میں چھپا ایک راستہ ہے۔[9]

4۔ تسلیم و رضا اور عشق

رومی کے نزدیک اضطراب کا حتمی علاج "عشق" ہے، جو عقل کی حدوں سے باہر نکل کر اللہ پر بھروسہ کرنا سکھاتا ہے۔ جب انسان کائنات کی باگ ڈور اپنے ہاتھ میں لینے کی کوشش کرتا ہے تو تشویش پیدا ہوتی ہے، لیکن جب وہ اسے مالک کے سپرد کر دیتا ہے تو سکون پاتا ہے۔

"علتِ عاشق ز علت ہا جدا است　　عشق اسطرلابِ اسرارِ خدا است"[10]

ترجمہ: عاشق کی بیماری (یا بے چینی) تمام مادی بیماریوں سے الگ ہے۔ عشق تو خدا کے اسرار کو سمجھنے کا آلہ (اسطرلاب) ہے۔

آخر میں رومی کا مشہور قول یاد رکھیے:

"تم غمگیں نہ ہو، جو چیز بھی تم سے کھو جاتی ہے، وہ کسی دوسری شکل میں تمہارے پاس واپس لوٹ آتی ہے۔"

رومی رحمہ اللہ تعالیٰ کے نزدیک ڈپریشن کا بنیادی سبب انسان کا خود کو کائنات کے مادی مظاہر میں گم کر دینا اور اپنی اصل روحانی جڑوں سے منقطع ہو جانا ہے۔ جب انسان مادیت کی چکا چوند میں سکون تلاش کرتا ہے اور وہاں اسے ناکامی ہوتی ہے، تو وہ مایوسی کے اندھیروں میں گر جاتا ہے۔ رومی رحمہ اللہ تعالیٰ اس کا حل "عشقِ الٰہی" اور "خود آگہی" میں پیش کرتے ہیں۔ وہ فرماتے ہیں کہ یہ غم جو تمہیں گھیرے ہوئے ہے، دراصل تمہارے اندر کی روشنی کا رستہ بنا رہا ہے۔ ان کے نزدیک تکلیف ایک صیقل ہے جو انسانی روح سے خود غرضی اور انا کا زنگ اتارتی ہے۔ رومی رحمہ اللہ تعالیٰ کی مثنوی میں جابجا اس بات کا تذکرہ ملتا ہے کہ جب تک بیج زمین کی تاریکی میں دفن ہو کر ٹوٹتا نہیں، تب تک وہ ایک تناور اور پھل دار درخت نہیں بن سکتا۔ اسی طرح انسانی روح جب تک غم کی بھٹی میں نہیں تپتی، وہ کمال تک نہیں پہنچتی۔ وہ نصیحت کرتے ہیں کہ اپنی پریشانیوں سے بھاگنے کے بجائے ان کا سامنا کیا جائے کیونکہ "درد ہی میں دوا" چھپی ہوتی ہے۔

2۔ عجب یا خود پسندی

جدید دور میں "عجب یا خود پسندی" ایک ایسی اخلاقی اور نفسیاتی وبا کی صورت اختیار کر چکی ہے جس نے انسان کو اپنی ذات کے خول میں محبوس کر دیا ہے۔ مولانا جلال الدین رومی رحمہ اللہ تعالیٰ کے صوفیانہ افکار اس مہلک بیماری کا علاج "فنائے خودی" اور "انکسار" میں تلاش کرتے ہیں۔ رومی کے نزدیک خود پسندی دراصل روح پر چڑھی ہوئی وہ گرد ہے جو انسان کو حقیقتِ حق دیکھنے سے محروم کر دیتی ہے۔ وہ اسے ایک ایسا حجاب قرار دیتے ہیں جو بندے اور رب کے درمیان حائل ہوتا ہے۔ رومی فرماتے ہیں کہ جب تک انسان "میں" کے حصار میں قید ہے، وہ کائنات کی وسعتوں اور الٰہی تجلیات کا ادراک نہیں کر سکتا۔ ان کے نزدیک انسانی انا یا 'نفس' ایک ایسے بت کی مانند ہے جسے توڑنا تمام جہادوں میں سب سے بڑا جہاد ہے۔ وہ مثنوی معنوی میں اسی خود پسندی کو ابلیس کا شیوہ قرار دیتے ہوئے فرماتے ہیں:

"علتِ کبر از ہمہ علت بتَر   زانک کبر ست آنکہ کرد ابلیس کَر"[11]

یعنی تکبر کی بیماری تمام بیماریوں سے بد تر ہے، کیونکہ یہی وہ کبر تھا جس نے ابلیس کو حق کی آواز سننے سے بہرا کر دیا۔

رومی کے نزدیک خود پسندی کا اصل سبب جہالت ہے، کیونکہ انسان جب اپنی عارضی صفات کو مستقل سمجھنے لگتا ہے تو وہ غرور میں مبتلا ہو جاتا ہے۔اس کا حل رومی رحمہ اللہ تعالیٰ یہ پیش کرتے ہیں کہ انسان کو اپنی حقیقت پر غور کرنا چاہیے کہ وہ مٹی سے بنا ہے اور مٹی ہی میں مل جانا ہے۔وہ فیہ ما فیہ میں رقم طراز ہیں:

انسان کو چاہیے کہ وہ اپنی ہستی کو حق کے سامنے ہیچ سمجھے۔ان کے نزدیک جس طرح ایک قطرہ سمندر میں مل کر اپنی الگ شناخت کھو دیتا ہے مگر سمندر بن جاتا ہے، اسی طرح انسان جب اپنی خودی کو مٹا دیتا ہے تو وہ لافانی ہو جاتا ہے۔وہ اس کی تمثیل یوں پیش کرتے ہیں:

"ہستِ مطلق کارسازِ مطلق است باطل آں باشد کہ با حق منشق است "[12]

یعنی ہستیِ مطلق ہی اصل کارساز ہے، اور وہ باطل ہے جو خود کو حق سے جدا اور برتر سمجھے۔

یعنی خود پسندی سے نجات کا راستہ 'عشق' سے ہو کر گزرتا ہے، کیونکہ عشق انسان کو اپنی ذات سے باہر نکال کر محبوبِ حقیقی کی طرف لے جاتا ہے۔جب دل میں اللہ کی بڑائی بیٹھ جاتی ہے تو اپنی بڑائی کا بت خود بخود پاش پاش ہو جاتا ہے۔خود پسندی کا علاج یہ ہے کہ انسان دوسروں میں اپنی ہی تصویر دیکھے اور سب کو ایک ہی خالق کی تخلیق سمجھ کر ان کا احترام کرے۔اگر انسان اپنی محدود عقل اور ظاہری کمالات پر ناز کرنا چھوڑ دے اور یہ جان لے کہ ہر کمال زوال پذیر ہے، تو اس کے اندر سے خود پسندی کا مادہ ختم ہو جاتا ہے۔رومی کے نزدیک سچا صوفی وہ ہے جو آئینہ بن جائے، جس میں اپنا عکس نہیں بلکہ حقیقتِ حق نظر آئے۔

3۔ حرص اور مادہ پرستی

جدید دور کا سب سے بڑا المیہ مادہ پرستی اور حرص و ہوس کی وہ دوڑ ہے جس نے انسانی روح کو بے چینی کے گرداب میں دھکیل دیا ہے۔مولانا جلال الدین رومی رحمہ اللہ تعالیٰ کے صوفیانہ افکار اس نفسیاتی و سماجی بیماری کا نہایت گہرا اور شافی علاج پیش کرتے ہیں۔رومی کے نزدیک مادہ پرستی دراصل روح کی قید ہے، جہاں انسان لافانی سکون کو فانی اشیاء میں تلاش کرنے کی ناکام کوشش کرتا ہے۔وہ فرماتے ہیں کہ حرص کی مثال اس پیاسے کی سی ہے جو نمکین پانی پی کر اپنی پیاس بجھانا چاہتا ہے، مگر وہ جتنا پیتا ہے اس کی پیاس اتنی ہی بڑھتی چلی جاتی ہے۔مولانا رومی رحمہ اللہ تعالیٰ مثنوی میں اس مادی لالچ کو "کوزے میں دریا" بند کرنے کی تلمیح سے واضح کرتے ہوئے کہتے ہیں:

یعنی اگر تم سمندر کو ایک کوزے میں انڈیلنا چاہو تو اس میں صرف ایک دن کی ضرورت جتنا ہی پانی سما سکے گا، باقی سب ضائع ہو جائے گا۔[13]

ان کے نزدیک انسان کی اصل مشکل یہ ہے کہ اس نے اپنی ضرورت اور اپنی خواہش کے درمیان تمیز کھو دی ہے۔ حرص کا یہ نفسیاتی مرض انسان کو اپنے حال سے محروم کرکے ایک ایسی دوڑ میں لگادیتا ہے جس کی کوئی منزل نہیں۔ رومی اس مادی وابستگی کو روح کے لیے زہرِ قاتل قرار دیتے ہیں اور نصیحت کرتے ہیں کہ اگر دنیا کی محبت سے چھٹکارا پانا ہے تو اپنے اندر کی طلب کو بدلنا ہوگا۔ وہ فیہ مافیہ میں رقم طراز ہیں کہ انسان جس چیز کی طلب کرتا ہے وہی اس کی قیمت بن جاتی ہے، اگر تم مٹی کے ڈھیر اور مادی اشیاء کے طالب ہو تو تمہاری قدر بھی وہی ہے، لیکن اگر تم حق کے طالب ہو تو تم لافانی ہو جاؤ گے۔ اس مادہ پرستی کا علاج رومی "قناعت" اور "استغنا" میں بتاتے ہیں، مگر یہ قناعت رہبانیت نہیں بلکہ دل کو غیر اللہ سے پاک کرنا ہے۔ وہ کہتے ہیں:

یعنی دنیا کیا ہے؟ صرف خدا سے غافل ہو جانے کا نام دنیا ہے؛ ریشمی لباس، سونا چاندی، اولاد اور بیوی دنیا نہیں ہیں اگر وہ تمہیں تمہارے اصل مرکز سے دور نہ کریں۔(14)

رومی کے نزدیک حرص کا حقیقی علاج "عشقِ الٰہی" ہے، کیونکہ جب انسان کو کسی بڑی حقیقت کا ادراک ہو جاتا ہے تو چھوٹی اشیاء اپنی کشش کھو دیتی ہیں۔ وہ مادی لذتوں کو "کچی گری" اور روحانی معرفت کو "مغز" قرار دیتے ہیں۔ جس طرح بچہ لکڑی کے گھوڑے سے بہل جاتا ہے، ویسے ہی مادہ پرست انسان رنگ و بو کی اس دنیا میں مگن ہے، حالانکہ اسے روح کی بلندیوں کی طرف پرواز کرنا چاہیے تھی۔ وہ انسانی نفس کو ایک ایسے اژدھے سے تشبیہ دیتے ہیں جو مادی آسائشوں کی برف میں جما رہتا ہے، لیکن جیسے ہی شہوت اور جاہ و حشمت کی دھوپ لگتی ہے، وہ بیدار ہو کر انسان ہی کو نگل لیتا ہے۔ رومی کی تعلیمات کا نچوڑ یہ ہے کہ مادہ پرستی کا خاتمہ تبھی ممکن ہے جب انسان اپنی خودی کو پہچانے اور یہ سمجھے کہ کائنات کی تمام مادی چمک دمک اس کے اپنے اندر موجود نورِ الٰہی کا ایک ادنیٰ عکس ہے۔ جب دل حق کی تجلی سے منور ہو جاتا ہے تو حرص و ہوس کی تاریکی خود بخود چھٹ جاتی ہے اور انسان اس حقیقی آزادی کو پا لیتا ہے جو اسے اشیاء کی غلامی سے نجات دلاتی ہے۔

4۔ احساس تنہائی

جدید دور کے پیچیدہ نفسیاتی مسائل میں سے ایک اہم ترین مسئلہ 'احساسِ تنہائی' ہے، جو مادی آسائشوں کی بہتات کے باوجود انسان کے اندرونی خالی پن کو واضح کرتا ہے۔ مولانا جلال الدین رومی کے صوفیانہ افکار اس مسئلے کا حل مادیت کے بجائے روح کے اثبات میں تلاش کرتے ہیں۔ رومی کے نزدیک تنہائی ایک واہمہ ہے کیونکہ انسان کبھی تنہا ہوتا ہی نہیں، بلکہ وہ کائنات کی کلیت کا ایک جزو ہے۔ وہ فرماتے ہیں کہ تم خود کو ایک چھوٹا سا وجود سمجھتے ہو حالانکہ

تمہارے اندر ایک بہت بڑی کائنات پوشیدہ ہے۔ تنہائی کا احساس دراصل خود سے دوری کا نام ہے۔ جب انسان اپنی اصل یعنی روح سے کٹ جاتا ہے، تو وہ بھیڑ میں بھی اکیلا محسوس کرتا ہے۔ رومی کی مثنوی اس حقیقت کی طرف اشارہ کرتی ہے کہ روح ایک ایسی بانسری ہے جو اپنے وطن (نیستاں) سے جدا ہو کر نالہ و فریاد کر رہی ہے۔ اس تنہائی کا علاج دوسروں کی قربت تلاش کرنے میں نہیں بلکہ اس جدائی کے کرب کو سمجھنے اور اسے عشقِ الٰہی کے ذریعے وصال میں بدلنے میں ہے۔

رومی اس حوالے سے فرماتے ہیں:

اس بانسری کو سنو کہ کیا حکایت بیان کر رہی ہے، یہ اپنی جدائی کے قصے سنا رہی ہے۔ جب سے مجھے بانس کے باغ سے کاٹا گیا ہے، میری فریاد سے مرد و زن سب رو رہے ہیں۔

یعنی جب ہم تنہائی محسوس کریں تو ہمیں اس خلا کو دنیاوی مشغلوں سے بھرنے کے بجائے خاموشی اختیار کرنی چاہیے، کیونکہ خاموشی ہی وہ زبان ہے جس میں خدا کلام کرتا ہے۔[15]

وہ اپنی نثر (فیہ مافیہ) میں بیان کرتے ہیں کہ انسان کے اندر ایک ایسی طلب رکھی گئی ہے جو کسی بھی دنیاوی چیز سے پوری نہیں ہو سکتی، اور یہی وہ خلا ہے جسے لوگ تنہائی سمجھتے ہیں، حالانکہ یہ خلا دراصل خدا کی موجودگی کی جگہ ہے۔ اگر انسان اس ظاہری تنہائی کو 'خلوت' میں بدل لے، تو وہ اپنے اندر موجود لامتناہی طاقتوں سے متعارف ہو سکتا ہے۔ وہ انسان کو نصیحت کرتے ہیں کہ باہر کی دنیا میں سکون تلاش کرنے کے بجائے اپنے باطن کے دروازے کھولو۔

تنہائی کے کرب کو کم کرنے کے لیے رومی کا یہ فکر انگیز شعر کمال کی تاثیر رکھتا ہے:

ترجمہ: تو اپنی اس ظاہری تنہائی کو مت دیکھ اور اپنی سوچوں میں گم نہ ہو۔ تو تو خود ایک روشن جہاں ہے جو رنگ و بو سے بھرا ہوا ہے، مگر اس بدن کے طلسم میں قید ہو کر رہ گیا ہے۔[16] مولانا رومی کے نزدیک تنہائی کا بہترین حل یہ ہے کہ انسان 'عشق' کو اپنا رہبر بنا لے۔ عشق انسان کو انا (Ego) کے قید خانے سے نکال کر آفاقیت سے ہمکنار کر دیتا ہے۔

جب انسان کائنات کے ہر ذرے میں جلوہِ الٰہی دیکھنے لگتا ہے، تو اسے دیواریں بھی باتیں کرتی محسوس ہوتی ہیں اور درخت بھی ہمکلام نظر آتے ہیں۔ وہ فرماتے ہیں کہ اگر تم اکیلے ہو تو اللہ کے ذکر اور اس کی محبت سے اپنی تنہائی کو منور کرو، کیونکہ جو شخص خدا کے ساتھ ہوتا ہے وہ کبھی اکیلا نہیں ہو سکتا۔ پس جدید نفسیاتی بحران کا حل رومی کے

اس فلسفے میں ہے کہ ہم اپنی تنہائی کو سزا سمجھنے کے بجائے اسے اپنے رب سے ملاقات کا ایک موقع بنائیں۔ جب انسان کی روح بیدار ہوتی ہے، تو اسے احساس ہوتا ہے کہ وہ بوند نہیں بلکہ بوند میں چھپا ہوا سمندر ہے۔

5۔ وجودی بحران

جدید دور کا انسان جس سنگین ترین ذہنی و نفسیاتی الجھن کا شکار ہے، اسے فلسفیانہ اصطلاح میں "وجودی بحران" کہا جاتا ہے۔ یہ وہ کیفیت ہے جہاں فرد اپنی زندگی کے مقصد، معنویت اور اپنی ہستی کے جواز کے بارے میں شکوک و شبہات کا شکار ہو کر بیگانگی اور لایعنیت کی دلدل میں دھنس جاتا ہے۔ مولانا جلال الدین رومی رحمہ اللہ تعالیٰ کے صوفیانہ افکار اس بحران کا ایک ایسا جامع حل پیش کرتے ہیں جو محض عقلی نہیں بلکہ وجدانی اور تجربی ہے۔ رومی کے نزدیک وجودی بحران کی بنیادی وجہ انسان کا اپنی اصل (منبعِ الٰہی) سے کٹ جانا ہے، جس طرح بانسری اپنی اصل "نے ستان" سے کٹنے پر نالہ و فریاد کرتی ہے۔ رومی اس بیگانگی کو دور کرنے کے لیے "عشق" کو کلیدی اہمیت دیتے ہیں، جو انسان کو مادی حدود سے نکال کر لامتناہی وسعتوں سے ہمکنار کر دیتا ہے۔ رومی کے نزدیک وجودی بے چینی دراصل ایک دعوت ہے جو روح کو مٹی کے قفس سے نکال کر حقیقتِ عظمیٰ کی طرف بلاتی ہے۔ وہ فرماتے ہیں:

"منبسط بودیم و یک جوہر ہمہ   بے سر و بے پا بدیم آن سر ہمہ "[17]

ہم سب ایک ہی جوہر کی طرح پھیلے ہوئے تھے اور اس سرے پر ہم سب بلا امتیازِ جسمانیت ایک ہی وجود تھے۔

جب انسان اس وحدت کو بھول کر خود کو صرف ایک مادی وجود سمجھ لیتا ہے، تو اسے اپنی ہستی بے معنی لگنے لگتی ہے۔ رومی اس کا علاج خود آگاہی میں بتاتے ہیں، جیسا کہ ان کا مشہور قول ہے کہ تو کائنات میں ایک قطرہ نہیں ہے بلکہ ایک قطرے میں سمٹا ہوا پورا سمندر ہے۔

اس وجودی خلا کو پر کرنے کے لیے رومی "مرگِ خودی" اور "پیدائشِ نو" کا تصور دیتے ہیں۔ ان کے نزدیک جب تک انسان اپنی مجازی "انا" کو فنا نہیں کرتا، وہ حقیقی وجود کی لذت سے آشنا نہیں ہو سکتا۔ وہ مثنوی میں فرماتے ہیں:

"آزمودم عقلِ دوراندیش را،   بعد ازاین دیوانہ سازم خویش را"[18]

میں نے مصلحت بین عقل کو آزما لیا ہے، اب میں خود کو اس دیوانگیِ عشق کے سپرد کرتا ہوں جہاں حقیقت بے حجاب ہوتی ہے۔

یہ دیوانگی دراصل منطقی الجھنوں سے نکل کر اس وجدانی یقین تک پہنچنا ہے جہاں انسان کو کائنات کے ذرے ذرے میں اپنا عکس نظر آنے لگتا ہے۔ رومی کی نثر "فیہ مافیہ" میں بھی اسی نکتے پر زور دیا گیا ہے کہ انسان کی مثال اس منجم کی سی ہے جو ستاروں کا علم تو رکھتا ہے لیکن اپنی ذات کے احوال سے بے خبر ہے۔ وجودی بحران کا خاتمہ تبھی ممکن ہے جب انسان اپنی توجہ خارج سے ہٹا کر باطن کی طرف موڑ دے۔ رومی کے افکار میں "درد" کو بھی ایک عظیم نعمت قرار دیا گیا ہے کیونکہ یہی وہ درد ہے جو انسان کو سکونِ قلب کی تلاش پر مجبور کرتا ہے:

"تا کہ نامد نغمہ ہائے جان فزا،　　کی تپد این نغمہ در جانِ شما"(19)

جب تک جاں فزا نغمے بلند نہیں ہوتے، تمہاری جان میں یہ تڑپ کیسے پیدا ہو گی؟۔

رومی سکھاتے ہیں کہ وجود کا اضطراب دراصل روح کی وہ پیاس ہے جو ثابت کرتی ہے کہ کہیں نہ کہیں پانی کا چشمہ موجود ہے۔ لہٰذا، جدید انسان اگر رومی کے دریچے سے کائنات کو دیکھے تو اسے معلوم ہو گا کہ وہ کوئی بے مقصد اتفاق نہیں بلکہ خالقِ کائنات کا ایک ایسا شاہکار ہے جس کے اندر پورا عالمِ قدس پنہاں ہے۔

6۔ ذہنی انتشار

جدید دور کا انسان جس سب سے بڑے نفسیاتی بحران کا شکار ہے، وہ ذہنی انتشار اور عدمِ ارتکاز ہے۔ معلومات کا سیلاب، مادی دوڑ اور مسلسل ذہنی خلفشار نے انسانی روح کو ایک ایسے گرداب میں پھنسا دیا ہے جہاں سکون عنقا ہے۔ مولانا جلال الدین رومی رحمہ اللہ تعالیٰ کے صوفیانہ افکار اس انتشار کا حل "تخلیہ" اور "توجہ الی اللہ" میں تلاش کرتے ہیں۔ رومی رحمہ اللہ تعالیٰ کے نزدیک ذہنی انتشار دراصل روح کی اس پراگندگی کا نام ہے جو کثرت میں گم ہو جانے سے پیدا ہوتی ہے۔ جب انسانی فکر سینکڑوں شاخوں میں بٹ جاتی ہے تو اس کی قوتِ ارادی کمزور پڑ جاتی ہے۔ اس کا حل رومی رحمہ اللہ تعالیٰ "وحدتِ فکر" میں بتاتے ہیں۔ وہ فرماتے ہیں کہ جیسے سورج کی شعاعیں جب تک ایک مرکز پر جمع نہ ہوں، آگ پیدا نہیں کرتیں، ویسے ہی جب تک انسانی توجہ ایک مرکز (حقیقتِ مطلق) پر مرتکز نہ ہو، اسے باطنی روشنی میسر نہیں آتی۔ مولانا رومی رحمہ اللہ تعالیٰ مثنوی معنوی میں اس ذہنی بکھراؤ کو ایک ایسی بانسری سے تشبیہ دیتے ہیں جو اپنے اصل (نے ستان) سے جدا ہو کر نالہ و فریاد کر رہی ہے، اور یہ نالہ تب تک ختم نہیں ہوتا جب تک وہ دوبارہ اپنے مرکز سے ہم آہنگ نہ ہو جائے۔ رومی رحمہ اللہ تعالیٰ کے نزدیک ارتکازِ توجہ کا پہلا زینہ "خاموشی" ہے، وہ اسے "خاموش باش" کے عنوان سے بارہا یاد کرتے ہیں کیونکہ کلام کی کثرت فکر کو منتشر کرتی ہے۔

ذہنی یکسوئی کے حوالے سے رومی رحمہ اللہ تعالیٰ کی یہ فارسی رباعی نہایت بصیرت افروز ہے جس میں وہ انسانی فکر کی کثرت کو سکون کی راہ میں رکاوٹ قرار دیتے ہیں:

جب تک تمہارے دل میں سینکڑوں تمنائیں انگڑائیاں لیتی رہیں گی، تمہارا ذہن کبھی یکسو نہیں ہو سکے گا۔

وہ انسان کو "جامِ لبالب" بننے کی تلقین کرتے ہیں جو صرف ایک ہی شراب (محبتِ الٰہی) سے بھرا ہو۔

ان کے نزدیک ارتکاز محض ایک ذہنی مشق نہیں بلکہ ایک قلبی واردات ہے، جہاں انسان اپنی خودی کو مٹا کر کل میں ضم ہو جاتا ہے۔ وہ فیہ مافیہ میں رقم طراز ہیں کہ "جس طرح ایک ملاح کی تمام تر توجہ سمندر کی لہروں کے باوجود اپنے ساحل اور ستارے پر ہوتی ہے، اسی طرح طالبِ حق کو دنیا کے ہنگاموں میں رہ کر بھی اپنے اصل مقصد سے نگاہ نہیں ہٹانی چاہیے"[20]۔

یہ ثباتِ قدم اور مرکزیت ہی ہے جو ذہنی انتشار کے طوفان میں ڈھال بنتی ہے۔

ارتکازِ فکر کی اہمیت کو واضح کرتے ہوئے رومی رحمہ اللہ تعالیٰ کا یہ کلام بکھرے ہوئے ذہنوں کے لیے تازیانہ ہے:

مولانا رومی رحمہ اللہ تعالیٰ کے نزدیک ذہنی انتشار کا آخری حل "عشق" ہے، کیونکہ عشق تمام تر جزئیات کو جلا کر راکھ کر دیتا ہے اور صرف ایک معشوق (مقصد) کو باقی رکھتا ہے۔ جب انسان کسی مقصد یا ہستی کے عشق میں غرق ہو جاتا ہے تو کائنات کا شور اسے متاثر نہیں کرتا۔[21]

یہی وہ کیفیت ہے جسے جدید نفسیات "فلو" کہتی ہے، مگر رومی اسے "استغراق" کا نام دیتے ہیں۔ ان کے مطابق جس کا دل اللہ کی یاد میں مست ہو گیا، اسے دنیا کی رنگینیاں اور پریشانیاں منتشر نہیں کر سکتیں۔ اگر ہم آج کے دور میں ذہنی سکون اور کامل ارتکاز چاہتے ہیں تو ہمیں کثرتِ مادیات سے نکل کر وحدتِ باطن کی طرف سفر کرنا ہوگا، جہاں روح اپنے اصل مرکز سے جڑ کر تمام تر انتشار سے آزاد ہو جاتی ہے۔

نتائج البحث

1۔ جدید نفسیات جہاں صرف ذہنی علامات کے تدارک پر مرکوز ہے، وہیں تصوف انسانی روح کے گہرے بحران کا علاج کر کے انسان کو مادی وابستگیوں سے نکال کر کائناتی سچائی اور عشقِ الٰہی سے جوڑتا ہے۔

2۔ حضرت رومی رحمہ اللہ تعالیٰ کے افکار کے مطابق اضطراب اور ذہنی الجھنوں کا حل بیرونی حالات کی تبدیلی میں نہیں، بلکہ اپنے زاویہ نظر کو بدلنے، حال میں جینے، اور تکلیف کو انا کے تزکیے کا ذریعہ سمجھ کر اللہ کی رضا میں تسلیمِ و رضا اختیار کرنے میں مضمر ہے۔

3۔ خود پسندی ایک ایسی مہلک اخلاقی بیماری ہے جو انسان کو اپنی انا کے خول میں قید کر کے حقیقتِ حق سے دور کر دیتی ہے، اور حضرت رومیؒ کے نزدیک اس کا سدِ باب "فنائے خودی" اور اپنی ہستی کو رب کے سامنے ہیچ سمجھنے میں مضمر ہے۔ اس نفسیاتی اور اخلاقی وبا سے نجات کا حقیقی راستہ "عشقِ الٰہی" ہے، جس کے ذریعے انسان جب اپنی محدود ذات کے حصار کو توڑ کر کائناتی سچائی سے جڑ جاتا ہے، تو اس کے اندر سے تکبر کا بت خود بخود پاش پاش ہو جاتا ہے۔

4۔ مادہ پرستی ایک ایسی روح فرسا قید ہے جس میں انسان فانی اشیاء کے ذریعے لافانی سکون تلاش کرنے کی ناکام کوشش کرتا ہے، جبکہ مولانا رومی رحمہ اللہ تعالیٰ کے نزدیک اس کا شافی علاج قناعت اور دل کو غیر اللہ کی محبت سے پاک کر کے اصل مرکز یعنی ذاتِ الٰہی سے جڑنا ہے۔ حرص و ہوس کا خاتمہ صرف بیرونی ترکِ دنیا سے نہیں بلکہ "عشقِ الٰہی" کے حصول سے ممکن ہے، کیونکہ جب انسان کے باطن میں حق کا نور بیدار ہو جاتا ہے، تو مادی لذتوں کی چکاچوند اپنی کشش کھو دیتی ہے اور انسان اشیاء کی غلامی سے آزاد ہو کر حقیقی سکون پا لیتا ہے۔

5۔ احساسِ تنہائی دراصل اپنے اصل یعنی روح سے دوری کا نام ہے، اور مولانا رومی رحمہ اللہ تعالیٰ کے نزدیک اس خلا کو دنیاوی مشغلوں سے پُر کرنے کے بجائے اسے "خلوت" میں بدلنا چاہیے، کیونکہ یہ اندرونی خالی پن دراصل خدا کی موجودگی کی طلب ہے۔ تنہائی کا حتمی علاج عشقِ الٰہی ہے، جو انسان کو انا کے قید خانے سے نکال کر کائناتی آفاقیت سے ہمکنار کر دیتا ہے، جس کے بعد انسان یہ جان لیتا ہے کہ وہ کبھی تنہا نہیں، بلکہ اس کے اندر ایک مکمل کائنات پوشیدہ ہے۔

6۔ وجودی بحران دراصل انسان کا اپنے منبعِ الٰہی سے کٹ جانے کا نام ہے، اور مولانا رومی رحمہ اللہ تعالیٰ کے نزدیک اس لایعنیت سے نجات کا راستہ مادی مصلحتوں کو چھوڑ کر "عشقِ الٰہی" کی اس دیوانگی کو اپنانا ہے، جو انسان کو اس کی حقیقی حقیقت سے روشناس کراتی ہے۔ وجودی اضطراب ایک روحانی نعمت اور دعوتِ سفر ہے جو انسان کو مادی قفس سے نکال کر باطن کی طرف متوجہ کرتی ہے، جہاں وہ اپنی انا کو فنا کر کے یہ جان لیتا ہے کہ وہ کوئی بے مقصد وجود نہیں، بلکہ ایک ایسی کائناتی ہستی ہے جس کے اندر پوری کائنات کا عکس پوشیدہ ہے۔

7۔ ذہنی انتشار دراصل کثرتِ تمناؤں اور مادی ہنگاموں میں گم ہو جانے کا نام ہے، اور مولانا رومیؒ کے نزدیک اس کا شافی علاج "خاموشی" اختیار کر کے اپنی تمام تر توجہ کو منتشر خیالات سے ہٹا کر ایک مرکزی حقیقت یعنی "ذاتِ الٰہی" پر مرکوز کرنا ہے۔

8۔ ذہنی یکسوئی حاصل کرنے کے لیے "عشق" ایک کلیدی قوت ہے جو تمام جزئیات کو جلا کر قلب کو صرف ایک مقصد کے لیے وقف کر دیتی ہے، جس کے نتیجے میں انسان "استغراق" کی ایسی کیفیت پالیتا ہے جہاں بیرونی شور اور مادی کشمکش اس کے باطنی سکون کو منتشر نہیں کر سکتے۔

حوالہ جات

(1)۔السخاوی، محمد بن عبدالرحمن، المقاصد الحسنہ فی بیان کثیر من الاحادیث المشتھرہ علی الالسنۃ، (بیروت، دار الکتب العلمیہ، 1985ء) ص:491

(2)۔رومی، جلال الدین، مثنوی معنوی، (مترجم از رینالڈاے نکلسن لندن، لوزاک اینڈ کمپنی، 1925ء) دفتر اول، اشعار:28،29

(3)۔ایضا، دفتر اول، بیت:1130

(4)۔القرآن، آل عمران، 3:154

(5)۔القرآن، الرعد، 13:28

(6)۔جلال الدین رومی، مثنوی معنوی، (تصحیح رینالڈاے نکلسن، تہران: انتشاراتِ امیر کبیر، 1363)، دفتر دوم، ابیات 2112-2115

(7)۔خلیفہ عبدالحکیم، حکمتِ رومی (لاہور: ادارہ ثقافتِ اسلامیہ، ۲۰۱۵)، ص:200

(8)۔رومی، مثنوی معنوی، دفتر اول، بیت:133

(9)۔جلال الدین رومی، کلیاتِ شمس (تصحیح بدیع الزمان فروزانفر، تہران: یونیورسٹی آف تہران پریس، 1957ء)، بیت:115

(10)۔رومی، مثنوی معنوی، دفتر اول، بیت:110

([11])۔ جلال الدین رومی، مثنوی معنوی، مترجم قاضی سجاد حسین (لاہور: الفیصل ناشران، 2015ء)، دفتر اول، بیت: 234

([12])۔ جلال الدین رومی، فیہ مافیہ، (مترجم عبدالرشید فاضل، کراچی: مجلسِ اشاعتِ ادب، 2018ء) ص: 89

([13])۔ جلال الدین رومی، مثنوی معنوی، (مترجم وشارح: قاضی سجاد حسین لاہور: الفیصل ناشران، 2022)، دفتر اول، ص: 22

([14])۔ جلال الدین رومی، فیہ مافیہ (مقالات رومی، مترجم: عبدالرشید فاضل, کراچی: مجلسِ اشاعتِ کتبِ صوفیہ، 2018)، ص: 85

([15])۔ رومی، جلال الدین۔ مثنوی معنوی۔ (مترجم قاضی سجاد حسین۔ لاہور: الفیصل ناشران وتاجران کتب، 2014ء) ص: 53

([16])۔ رومی، جلال الدین۔ فیہ مافیہ، (مترجم عبدالرشید فاضل۔ کراچی: نفیس اکیڈمی، 1998ء) ص: 123

([17])۔ رومی، جلال الدین۔ مثنوی معنوی (مترجم قاضی سجاد حسین۔ لاہور: الفیصل ناشران، 2006ء)، دفتر اول، ص: 112

([18])۔ رومی، جلال الدین۔ فیہ مافیہ (مترجم عبدالرشید فاضل۔ اسلام آباد: نیشنل بک فاؤنڈیشن، 2018ء) ص: 121

([19])۔ رومی، جلال الدین۔ فیہ مافیہ (مترجم عبدالرشید فاضل۔ اسلام آباد: نیشنل بک فاؤنڈیشن، 2018ء) ص: 138

([20])۔ جلال الدین رومی، مثنوی معنوی، (مترجم قاضی سجاد حسین، لاہور: الفیصل ناشران، 2014)، دفتر دوم، ص: 284

([21])۔ جلال الدین رومی، فیہ مافیہ، (اردو ترجمہ از عبدالرشید فاضل، کراچی: نفیس اکیڈمی، 1998ء)، ص: 112