جماعت 11

مضمون : اُردو (زباندانی)

میڈیم: اُردو

ઉર્દૂ પ્રથમ ભાષા ધો. 11

ریاستی حکومت کے شعبۂ تعلیم کے ذریعے نصاب میں
منظور کردہ اور نصابی کتاب میں شامل کردہ

باب 1 : اعلیٰ خوشی کے زینے

باب 2 : تریوینی

گجرات راجیہ شالا پاٹھیہ پُستک منڈل

گاندھی نگر

1 اعلیٰ خوشی کے زینے

ایک گرو اپنے تین شاگردوں کے ساتھ جنگل کی سیر کے لیے جاتے ہیں۔ وہاں نظریاتی اور تجرباتی دونوں طرح سے علم مضبوط ہو، اس مقصد سے، فطرت کی گود میں علم کی فراہمی کا منصوبہ بنا کر گرو جنگل جاتے ہیں۔ ویدک ادب کے کچھ حصّوں کو ''آرنیک گرنتھ'' کہا جاتا ہے۔ بعض اپنیشدوں کے ساتھ بھی آرنیک وابستہ ہیں۔ مثلاً ''براہدارنیکوپنیشد'' اِسی طرح کی اُپنیشد ہے۔ بیابان میں فطری انداز میں تجرباتی علم دینا، ایک ہندوستانی - آدرش روایت رہی ہے - اِسی روایت کی وجہ سے ہمارا مُلک رِشی اور زرعی تہذیب کے ساتھ دُنیا بھر میں ایک منفرد شناخت رکھتا ہے۔ ہندوستان بالخصوص اپنے فلسفے کے لیے زیادہ مشہور ہے۔

گرو کے تین شاگرد پرشانت، پرورتّ اور پرموہ ہیں۔ مکالمے میں گرو اپنے شاگردوں کو بتاتے ہیں کہ مخلوق کی زندگی ستوگُن، رجوگُن اور تموگُن سے کیسے متاثّر ہوتی ہے؟

گرو: بچّو! اگر تم لوگ روزمرہ کے معمولات سے فارغ ہوگئے ہو تو سوادیائے پروچن کے لیے سب یہاں آجاؤ۔ (یہ لفظ کان پڑتے ہی پرشانت نام کا ایک شاگرد دوڑتا ہوا آتا ہے۔)

پرشانت: پرنی پات، گرودیو!

گرو: (آشیرواد، خوب ترقی کرو) आशीः वर्धताम्۔

پرشانت: گرودیو! آپ تو روز "स्वाध्यायप्रवचनाभ्यां न प्रमदितव्यम्" - (तैत्तिरीयोपनिषद-शिक्षावल्ली) (سوادیائے پروچن میں کاہلی نہیں کرنی چاہیے۔) کہتے ہیں اس کے باوجود پرورتّ تو شانتی پسند اور پرموہ سہری لال ہے، چاہے جتنا بھی بُلالیں، اُن پر کوئی اثر نہیں ہوتی۔ بالکل موٹی کھال کا ہے۔ مجھے روزانہ اسے دوبارہ بلانے جانا پڑتا ہے۔ گرو دیو "आज्ञा गुरूणां ह्यविचारणीया" (रघुवंशम् - 14.46) (گرو کے حکم پر بلا تاخیر عمل کرنا چاہیے۔) یہ بات آپ روز کہتے ہیں تو بھی بہرے کے آگے بین بجانے جیسا ہے۔ گرو دیو! کبھی کبھی مجھے خیال آتا ہے کہ اگر ہمارے استاد ایک ہیں، گروکُل ایک ہے، کام بھی یکساں ہے اور ہماری عمر بھی مساوی ہے، پھر بھی تینوں کے طرزِ عمل میں اتنا فرق ہے۔ ایسا کیوں؟

گرو: آپ کا سوال اچھا ہے۔ اس کا حل بھگود گیتا میں بخوبی دیا گیا ہے۔

پرشانت: گرودیو! کیا سچ مچ اس سوال کا حل بھگود گیتا سے حاصل ہوجائے گا؟

گرو: دیکھو بیٹا! اس کتاب سے تمام سوالوں کے حل دستیاب ہوجاتے ہیں۔

پرشانت: گرودیو! تمام مسائل کا حل ایک ہی گرنتھ سے حاصل ہوجائے، یہ کس طرح ممکن ہے؟ آم کے پیڑ سے آم مل سکتا ہے لیکن بیر، چیکو، سیب سب کچھ تو نہیں مل سکتے نا؟

گرو: دیکھو، ایک درخت سے ایک ہی قسم کا پھل ملتا ہے لیکن ایک ہی زمین سے جتنے اقسام کے بیج بوئے جائیں اتنے اقسام کے پھل حاصل کیے جاسکتے ہیں نا۔ اسی طرح اس کتاب سے بھی تمام مسائل کا حل ڈھونڈا جاسکتا ہے۔

پرشانت : گرو دیو، آپ تو مثالیں دینے میں خوب ماہر ہیں۔ مہربانی کرکے جب تک پرورتیؔ اور پرموہ نہیں آجاتے تب تک اِس کتاب سے میرے مسائل کا حل تلاش کر دیجیے نا !

گرو : آپ تینوں شاگرد ایک ہی جگہ، ایک ہی اُستاد، یکساں عمر اور یکساں مطالعہ ومشق والے ہو، اس کے باوجود ایک پرسکون، ایک چاق وچوبند اور ایک آہستگی سے چلنے والا یعنی سُست ہے۔ اس کا سبب ہے انسانوں میں پائی جانے والی صفات (گُن)۔ گُن کی تعداد تین ہے۔ ستوگُن، رجوگُن اور تموگُن۔ ایسا بھی نہیں کہ یہ تین صفات صرف انسانوں میں ہی پائی جاتی ہیں، یہ کسی بھی جاندار میں ہوتی ہیں۔ اس وجہ سے بلحاظِ نوع، تمام کی خصوصیات یکساں ہوتی ہیں لیکن انفرادی خصوصیت الگ ہوتی ہے۔ اسی لیے ہر جاندار دوسروں سے منفرد ہے۔ مثلاً ہاتھیوں کے غول میں ایک ہاتھی تنہائی میں درخت کے نیچے خاموش کھڑا ہوگا، دوسرا جسم پر دُھول اُڑا رہا ہوگا، مسلسل دوڑ رہا ہوگا اور کھیل رہا ہوگا جب کہ تیسرا ہاتھی سو رہا ہوگا یا درخت سے دانتوں کو ٹکرا رہا ہوگا۔ پہاڑ سے دانت ٹکرا رہا ہوگا یا دیگر ہاتھیوں کو دانت سے مار رہا ہوگا۔ پہاڑ سے سر ٹکرا رہا ہوگا یا پھر دوسرے ہاتھیوں سے بلاوجہ لڑ جھگڑ رہا ہوگا۔ ایسے مناظر ہم نے دیکھے ہوں گے۔ اس کی وجہ ہے ان تین صفات کا اثر گیتا جی میں کہا گیا ہے کہ

सत्त्वं रजस्तम इति गुणा: प्रकृतिसम्भवा: |
निबध्नन्ति महाबाहो देहे देहिनमव्ययम् || (गीता 14.5)

(مطلب، اے بہادر! ستوگُن، رجوگُن اور تموگُن فطرت سے پیدا ہونے والی یہ تین خوبیاں، غیر فانی روح کو جسم کے ساتھ باندھتی ہیں۔)

सत्त्वं सुखे सञ्जयति रज: कर्मणि भारत |
ज्ञानमावृत्य तु तम: प्रमादे सञ्जयत्युत || (गीता 14.9)

(مطلب، اے بھارت ! ستوگُن، سُکھ میں شامل ہوتا ہے، رجوگُن کرم میں اور تموگُن تو علم پر پردہ ڈال کر عیش وعشرت میں ملوث کر دیتا ہے۔) یہاں 'سُکھ' سے مراد 'عمدہ سُکھ' ہے۔

یہ تینوں گُن زندگی کو ایک مخصوص عمل کے لیے مجبور کرتے ہیں۔ اگر ستوگُن زیادہ ہو تو ذہانت، امن، خوشی اور علم کی جانب رجحان پیدا ہوتا ہے۔ اگر رجوگُن کی زیادتی ہو تو وہ مخلوق پیار کرنے والی، غیر مطمئن اور مسلسل سرگرم یا چنچل ہوگی۔ جبکہ تموگُن والا حیوان جاہل، کاہل، مسلسل اونگھنے والا اور لالچی ہوگا۔

ہاں، ایک بات کا خصوصی خیال رکھنا چاہیے، جیسا کہ دموی، صفراوی اور بلغمی مزاج (وات، پتّ اور کف) میں جو زیادہ ہوگا وہ تندرستی کو متاثر کرے گا۔ لیکن جو دموی مزاج کا شکار ہوگا یہ ضروری نہیں کہ وہ ہمیشہ تنفّس کے عمل میں پریشان ہی ہو۔ یہ بھی لازمی نہیں کہ صفراوی مزاج والا ہمیشہ ہی تیزابیت کا شکار ہو اور پھر یہ بھی ضروری نہیں کہ بلغمی مزاج والا ہر وقت کھانستا ہی رہے۔ خوردونوش کی سرگرمیوں سے متاثر ہونے پر جیسا مزاج ہوگا اس کے اثرات نظر آئیں گے۔ اسی طرح سے ان تین صفات کے متعلق بھی سمجھا جاسکتا ہے۔

پرشانت : گرودیو ! دموی، صفراوی اور بلغمی (وات، پتّ اور کف) مزاج تو ہم طرزِ زندگی کو تبدیل کرکے بدل سکتے ہیں۔ اِن ستو، رَجَس اور تَمَس میں تو جو صفت زیادہ ہوگی، ویسا ہی ہمارا برتاؤ ہوگا نا ؟ تو پھر یہ تو ممکن ہی نہیں کہ ہم سب کے برتاؤ یکساں ہوں۔ ہے نا ؟

گرو : یہ سوال بہت اہم ہے۔ تبدیلی ممکن ہے اگر ہم گیتا سے درس لیں اور اُس علم کو عملی جامہ پہنائیں۔ جس طرح یوگ، آیوروید وغیرہ

کے علم اور عمل سے بلڈ پریشر کو کنٹرول کیا جاسکتا ہے، اسی طرح اِن صفات میں بھی تبدیلی ممکن ہے۔صرف معلوم ہوجانے بھر سے بہترین دوا کے ذریعے بھی مریض کوتندرست نہیں کیا جاسکتا۔ دوا کوجسم میں داخل کرنا پڑتا ہے تب فائدہ ہوتا ہے۔ اسی طرح علم کو بھی وجود میں داخل کرلینا پڑتا ہے تب کہیں جا کر اُس کا فائدہ پہنچتا ہے، अधीतिबोधाचरणप्रचारणैः नैषधीय चरितम्-1.4 ایسا شاستر میں کہا گیا ہے۔ अधीतिः یعنی علم حاصل کرنا۔ پھر बोधः یعنی اس کی تفہیم، پھر आचरणम् یعنی اُس پر عمل کرنا اور آخر میں प्रचारणम् یعنی دوسروں تک اس کی تبلیغ کرنا۔ یہ علم کا صحیح طریقہ ہے۔

جو لوگ ستوگُن والے (نیک) ہوتے ہیں وہ معاشرے میں مثالی زندگی گزارتے ہیں۔ انھیں ہر جگہ احترام کی نگاہوں سے دیکھا جاتا ہے۔ کیوں کہ 'ऊर्ध्वं गच्छन्ति सत्त्वस्थाः' ایسا گیتا جی میں لکھا ہے۔ 'मध्ये तिष्ठन्ति राजसाः' اگر رجوگُن والا ہوگا تو وہ ایک متوسّط درجے کی زندگی گزارے گا۔ رجوگُن والا شخص انسان بن سکتا ہے لیکن ستوگُن والا شخص عظیم الشان بن سکتا ہے۔ अधोगच्छन्ति तामसाः اور آخر میں تموگُن، اِس قیمتی زندگی کو بنجر اور ناکارہ بنادیتا ہے۔تموگُن صفت والے کی زندگی ایک غافل زندگی ہوجاتی ہے۔ اُس میں جنس، غصّہ اور طمع بڑھ جاتے ہیں۔ گیتا میں کہا گیا ہے کہ...

त्रिविधं नरकस्येदं द्वारं नाशनमात्मनः |

कामः क्रोधस्तथा लोभस्तस्मादेतत्त्रयं त्यजेत् || (गीता 16.21)

(مطلب: جنسیت، غصّہ اور لالچ۔ یہ تینوں جہنّم کے دروازے ہیں جو روح کو فنا کرتے ہیں۔ اُسے تنزّلی کی طرف لے جاتے ہیں۔ اِس لیے اِن تینوں کو ترک کردینا چاہیے۔

अवगतम् ؟ اب سمجھ میں آ گیا؟

پرشانت : جی گرودیو! میں خوش نصیب ہوں اور آپ کا احسان مند ہوں۔ (اِتنے میں پرورتّ اور پرموہ بھی آجاتے ہیں۔)

پرورت : پرنام گرودیو!

گرو : वर्धताम् (ترقی کرو)

پرموہ : نموئماہ: گرودیو!

گرو : तेजस्वी भव (خوب عقلمند ہوجاؤ)

آپ لوگوں کے آنے سے پہلے پرشانت کے ایک سوال کا جواب دیتے ہوئے میں نے تین صفات کی وضاحت کی۔ 'द्विर्बद्धं सुबद्धं भवति' یعنی اگر ایک گانٹھ پر دوسری گانٹھ بھی لگادی جائے تو وہ پکّی ہوجاتی ہے۔مختصراً اگر نچوڑ بیان کردوں تو ہماری سرگرمیاں ہماری صفات کا تعین کردیتی ہیں۔ ایک اچھی زندگی کے لیے ضروری ہے کہ ہماری تمام سرگرمیاں نیک ہوں۔ یہ بات آپ لوگوں کو بھی سمجھ لینی چاہیے۔ آپ لوگوں نے مجھے پرنام کیا۔ اِس عمل میں اگر استاد کے تئیں احترام ہو اور سر کے ساتھ ساتھ دِل بھی جُھک جائے اور 'आचार्यदेवो भव' (तैत्तिरीयोपनिषद-शिक्षावल्ली) اِس کی تکمیل ہوتی ہو تو سمجھ لو کہ آپ کا پرنام ساتوِک (اخلاص کے ساتھ) تھا۔ اگر پرنام کرتے وقت یہ خیال ہو کہ گرو جی ہماری طرح ہی ایک عام انسان ہیں، پیر چُھونے پر ان کو اچھا لگے گا اور وہ ہمیں اچھا پڑھائیں گے، اچھے مارکس دیں گے تو ایسا پرنام راجَس پرنام ہوگا اور پرنام کرنے کی خاطر کریں، اسکول کا اصول ہے، محض یہ سوچ کر کریں، پرنام کرنے میں طبیعت کو گراں گزرتا ہو تو ایسا پرنام

تامَس پرنام کہا جائے گا۔

بچو، آؤ ہم اپنی بعض سرگرمیوں کو پہچان لیں جس سے ہم اپنے برتاؤ میں تبدیلی لاسکیں۔ انسانی زندگی دوسروں کے ساتھ اچھا سلوک اور احسان کے لیے ہے۔ (ईशावास्योपनिषद-1) तेन त्यक्तेन भुञ्जीथा: یعنی ترک کر کے لطف اندوز ہونا، خیرات کرنا، مدد کرنا۔ اس مدد کرنے کے عمل کا بھی ایک ساتوِک طریقہ بیان کیا گیا ہے۔

दातव्यमिति यद्दानं दीयतेऽनुपकारिणे |

देशे काले च पात्रे च तद्दानं सात्त्विकं स्मृतम् || (गीता 17.20)

(مطلب: دان، خیرات کرنا ہی فرض ہے۔ اس جذبے سے جو دان مناسب زمان ومکان اور مناسب فرد کو دیا جانا چاہیے، ایسا فرد جس نے ہم پر کوئی احسان نہ کیا ہو اور جس سے بدلے میں کسی چیز کی توقع کیے بغیر، بے لوثی کے ساتھ جو دان یا خیرات دی جائے وہی ساتوِک خیرات ہوگی۔

اگر ضرورت مند مجھ سے دست سوال دراز کرے تو میں اُسے دوں گا، جو عطیہ اِس خیال سے دیا جاتا ہے کہ مجھے مستقبل میں اِس کا مناسب بدل ملے گا وہ راجس دان ہے اور بے عزتی اور حقارت اور بے دِلی کے ساتھ دی جانے والی خیرات تامَس ہے۔

اِن تمام اعمال سے صفات (گُن) حاصل ہوتی ہیں۔ دونوں باہم منحصر ہیں۔ اب آپ جب بھی کسی کی مدد کریں تو اِن باتوں کا دھیان رکھیں۔

پرموہ: گرودیو، جس طرح دان کے عمل کی تین قسمیں ہیں اِس عمل سے صفت (گُن) متاثر ہوتی ہے۔ ٹھیک اسی طرح خورد ونوش کے آداب بھی الگ الگ ہوسکتے ہیں؟ غذا کی بھی ایسی اقسام ہوسکتی ہیں؟

گرو: آپ کا سوال درست ہے۔ آپ کی عمر کے تمام طلبہ کو بالخصوص یہ سمجھنا چاہیے۔ پہلے تو ہم یہ سمجھ لیں کہ ہم غذا کا مطلب کھانا سمجھتے ہیں۔ اس کا مفہوم اتنا محدود نہیں۔ بلکہ । आह्रीयते गृह्यते इन्द्रियैः इति आहार جسے حواس کے ذریعے جذب کیا جاسکے اُن سبھی کو غذا کہا جائے گا۔ چنانچہ ہمیں یہ بھی سوچنا چاہیے کہ ہم کیا سُنیں، کیا بولیں، کیا کھائیں-پئیں، کیا سونگھیں اور کیا چھوئیں۔ کیوں کہ یہ سبھی غذا کی تعریف میں داخل ہیں۔ یہ تمام ہماری زندگی پر اثر انداز ہوتے ہیں اور ان سبھی کی تین تین قسمیں ہیں۔ اسی لیے کہا گیا ہے کہ

आहारस्त्वपि सर्वस्य त्रिविधो भवति प्रिय: || (गीता 17.7)

आयु: सत्त्वबलारोग्य सुखप्रीतिविवर्धना: |

रस्या: स्निग्धा: स्थिरा हृद्या आहारा: सात्त्विक प्रिया: || (गीता 17.8)

(یعنی کہ جو غذا ستوگُنی انسانوں کو پسند ہے وہ عمر میں اضافہ کرنے والی، زندگی کو پاک صاف کرنے والی اور قوت، صحت، سُکھ، اطمینان بخشنے والی، یہ غذا رس والی، لیس دار، غذائیت بخشنے والی، دل پسند ہوتی ہے۔)

कट्वम्ललवणात्युष्णतीक्ष्णरूक्षविदाहिन: |

आहारा राजसस्येष्टा दु:खशोकामयप्रदा: || (गीता 17.9)

(یعنی بے حد کڑوی، ترش، نمکین، گرم، تیکھی، پھیکی اور جلن پیدا کرنے والی غذا رجوگنی انسانوں کو پسند آتی ہے۔ یہ دُکھ، سوگ اور بیماری پیدا کرنے والی ہوتی ہے۔)

यातयामं गतरसं पूति पर्युषितं च यत् |

उच्छिष्टमपि चामेध्यं भोजनं तामसप्रियम् || (गीता 17.10)

(یعنی وہ کھانا جو ادھ پکا ہو، تھوڑا کچا، خُشک رس کا، بدبودار، باسی اور جُھوٹا ہو اور جو ناپاک ہو وہی کھانا تامَسی شخص کو پسند آئے گا۔)

یہ تمام غذا، صفات کو متاثّر کرتی ہیں۔ اس لیے جسے ساتوِک صفت کو برقرار رکھنا ہو، بہتر زندگی اور عمدہ صحت حاصل کرنا ہو اُسے جیسا-تیسا، یہاں-وہاں، جب-تب اور ایسا-ویسا نہ تو کچھ کھانا کھانا چاہیے، نہ تو کچھ دیکھنا چاہیے اور نہ ہی کچھ سُننا چاہیے۔ لوگوں میں دِن بہ دِن موٹاپا، کُند ذہنی بڑھتی جاتی ہے اور عقلمندی نیز صحت میں گراوٹ آتی جارہی ہے۔ اس لیے ہمیں غذا میں جنک فوڈ اور مصنوعی مشروبات کا استعمال تو قطعی نہیں کرنا چاہیے۔

بچو، اب ویشودیو (کھانے) کا وقت ہے۔ آپ لوگ ساتوِک کھانا کھالیں۔ کچھ دیر آرام کرلیں اور پھر سے پڑھائی کے لیے یہاں آئیں، تب تک میں بھی اپنے روزمرہ کے معمولات سے فارغ ہوجاتا ہوں اور کچھ ناشتہ وغیرہ بھی کرلیتا ہوں۔

گرو دیو کی ہدایت کے مطابق طلبہ کھانے کے لیے جاتے ہیں اور گروکول کے اصول کے مطابق طلبہ کھانے سے پہلے دو اشلوک پڑھ کر مختصراً حمد کرتے ہیں اور پھر پرساد کھاتے ہیں۔

1. **ब्रह्मार्पणं ब्रह्म हविर्ब्रह्माग्नौ ब्रह्मणा हुतम् |**
   ब्रह्मैव तेन गन्तव्यं ब्रह्मकर्मसमाधिना || (गीता 4.24)

2. **अहं वैश्वानरो भूत्वा प्राणिनां देहमाश्रित: |**
   प्राणापानसमायुक्त: पचाम्यन्नं चतुर्विधम् || (गीता 15.14)

1. (برہم یگیہ کہ جس میں نذر یعنی سترووا وغیرہ کا سامان بھی برہم ہے۔ ہوَن کرنے کی اشیاء بھی برہم ہے۔ برہمن ہوکر، برہم روپ کی آگ میں ہوما جیسا عمل بھی برہم ہے اور ہر جگہ برہم عقل، برہم عمل میں لگے رہنے والے یوگی کو ملنے والا پھل بھی برہم ہی ہے۔
2. (یہ میں ہی ہوں جو تمام جانداروں کے جسموں میں ویشوانار (حرارت) کے طور پر رہتا ہوں جو پران اور اپان (عملِ تنفّس کے ذریعے پیدا ہوئی) آگ کی صورت میں آکر چار اقسام کی غذا کو ہضم کرتا ہوں۔)

(تھوڑی دیر بعد سب خیمے میں مطالعے کی غرض سے اکٹھا ہوتے ہیں۔)

شاگرد: گرودیو، پرنی پات۔

گرو: کلیانا مَستو (سب کا بھلا ہو)۔

پرشانت: گرودیو، آپ اس عمر میں بھی ریاضت اور سادھنا کیا ہی کرتے ہیں؟ آپ تپَسوی ہیں؟

گرو: بھگود گیتا کہتی ہے کہ سبھی تپسوی بَن سکتے ہیں۔

شاگرد: گرودیو، اگر ایسا ہے تو ہمیں بتایئے نا، ہم بھی تپَسوی بننا چاہتے ہیں۔

گرو: بچو! سادہ زندگی گزارنا، عدم تشدد وغیرہ پر عمل کرنا، پاکیزگی برقرار رکھنا۔ ان سب کو جسمانی ریاضت کہا جاتا ہے۔ سچ بولنا، اچھا بولنا، عقلمندی کی بات کرنا یہ سب بولنے کی ریاضت کہلاتی ہے۔ دِل سے خوش رہنا، پرسکون اور نرم دِل رہنا ضبط کے ساتھ رہنا یہ ذہنی ریاضت ہے۔ اِس طرح اگر ہم ساتوِک طرزِ زندگی سے جئیں تو ہماری زندگی خود ایک بہترین ریاض ہے۔

پرموہ : گرودیو، اس ریاضت سے کیا پھل ملتا ہے؟

گرودیو : دیکھو بیٹا، پھل کی امید سے کی جانے والی ریاضت راجَس بن جاتی ہے۔ یہ سب میرے کہنے کی وجہ سے آپ لوگ کرو گے تو یہ تامس ریاضت ہوگی؛ لیکن معروضی جذبے سے کروگے تو وہ ساتوِک ریاضت ہوگی اور وہ آپ لوگوں کو ایک عمدہ بشر بنائے گی، آپ کی زندگی کو شاندار اور روحانی بنائے گی۔

شاگرد : ! करिष्ये वचनम् ہم آپ کے کہنے کے مطابق زندگی گزاریں گے۔ ساتوِک سرگرمیوں سے ایک بامعنی شاگرد بنیں گے۔

گرودیو : "गुरुं प्रकाशयेत् स शिष्यः" جو اپنے استاد کا نام روشن کرتا ہے اور اس کی پہچان بنتا ہے وہی سچا شاگرد ہوتا ہے۔ آپ لوگ ایسے ہی شاگرد بننا۔

چلو سب ایک ساتھ بولیں...

सर्वोपनिषदो गावो दोग्धा गोपालनन्दनः ।

पार्थो वत्सः सुधीर्भोक्ता दुग्धं गीतामृतं स्मृतम् ।। (गीतामाहात्म्य-6)

(یعنی، تمام اپنیشد گائے ہیں۔ پرماتما کرشن دودھ دوہنے والے ہیں۔ ارجُن بچھڑا ہے۔ اِن سب سے فائدہ اٹھانے والے عالم ہیں اور گیتا کی شکل میں امرُت وہ دودھ ہے۔)

(! अस्तु शम् سب کا بھلا ہو۔)

الفاظ ومعانی

تثلیث - تین کی جوڑی، **ویشوانر** - ایک آگ کا نام ہے۔

مشق

.1 مندرجہ ذیل سوالات کے مختصر جواب دیجیے :

(1) صفات (گُن) کتنے ہیں؟ اور کون سی صفت کا کیا اثر پڑتا ہے؟

(2) تینوں صفات کی عمومی پہچان کیا ہے؟

(3) جنسیت، غصّہ اور حرص کس لیے ترک کر دینا چاہیے؟

(4) کون سی ریاضت ساتوِک ریاضت ہے؟

(5) تامسی غذا کسے کہتے ہیں؟

.2 مندرجہ ذیل سوالات کے جواب دیجیے :

(1) پرشانت، پرورّت اور پرموہ میں سے کس میں کون سی صفت نمایاں ہے؟ ایسا آپ کو کس بات سے محسوس ہوتا ہے؟

(2) अधीतिबोधाचरणप्रचारणैः سمجھائیے۔

(3) اپنے تجربے کی مثال لے کر دان-خیرات کی تین اقسام بیان کیجیے۔

(4) جدول مکمل کیجیے۔

غذا کی اقسام	گیتا کے کس اشلوک میں ذکر ہے؟	وضاحت	مثال
ساتوِک	17.8		
راجسی			
تامسی			

طلبہ کی سرگرمی

(1) انشٹوپ چھند گانا سیکھیے۔

(2) غذا کے متعلق جو جانکاری حاصل ہوئی اُسے روزمرّہ زندگی میں عمل کیجیے۔

(3) کھانا کھانے سے پہلے بولے جانے والے اشلوک ازبر کیجیے۔

مدرس کی سرگرمیاں

(1) طلبہ ساتوِک غذا وغیرہ کا درس اپنی زندگی میں اتاریں، اس لیے طلبہ کے سامنے بار بار اُس کے فوائد کا اعادہ کیجیے۔

(2) اشلوکوں کو صحیح تلفّظ اور تال، لَے کے ساتھ گانا سکھائیے۔

(3) باب 17 اور 18 میں کِن کِن باتوں کے لیے ساتوِک، راجسی اور تامسی یوں تین تین اقسام سمجھائی گئی ہیں؟

•

ترِیوینی	2

شام کا وقت ہے۔ شام ڈھل رہی ہے۔ پرندے بھی چہچہا رہے ہیں اور اپنے گھونسلوں کی جانب واپس لوٹ رہے ہیں۔ ایسے وقت، کالج میں پروفیسر کے طور پر کام کرنے والے بھارگو بھائی گھر واپس آ رہے ہیں۔ بھارگو بھائی کا بیٹا دھومیہ اور بیٹی دھیمہی اسکول میں پڑھتے ہیں۔ دونوں بچے گھر کام کر رہے ہیں۔ بھارگو بھائی نے گھر میں داخل ہوتے ہی فطری طور پر دھومیہ کی گجراتی کی کتاب اُٹھالی۔ جیسے ہی ورق پلٹے، اُن کی نظر نرسنھ مہتا کے اس مصرعے پر پڑی۔ ''اکھل برہمانڈ ما ایک تُو شری ہری۔''

یہ بھارگو بھائی کا پسندیدہ شعر ہے۔ اس لیے وہ اِسے دل سے گانے لگے۔ والد کو اس طرح گاتے ہوئے دیکھ دونوں بچّے بھی اُن کے قریب آکر بیٹھ گئے۔ دو مصرعے پڑھنے کے بعد بھارگو بھائی نے کہا کہ ''ارے دھومیہ، آپ لوگوں کا نصاب اتنا عمدہ ہے کہ ہمارے بھگت کوی نرسنھ مہتا کا اِتنا خوبصورت کلام !''

(اب باپ بیٹا اور بیٹی کے درمیان نرسنھ مہتا کے کلام کو لیکر مکالمہ شروع ہوجاتا ہے۔)

دھومیہ : والد صاحب، میں نے سُنا ہے کہ نرسنھ مہتا، بھگوان کے بہت بڑے عقیدت مند تھے؟

بھارگو بھائی : ہاں بیٹا، نرسنھ مہتا نے اپنے ایک مصرعے میں بھکتی کو اہمیت دیتے ہوئے یہاں لکھ دیا کہ ''بھوتل بھکتی پدارتھ موٹو، برہم لوک مانا ہی رے''۔

دھیمہی : پتاجی، بھکتی یعنی کیا؟

بھارگو بھائی : بیٹا بھکتی کا مطلب ایشور کے ساتھ روحانی تعلق ہے۔ بھکتی کا مطلب صرف بیرونی سلوک نہیں، بلکہ اپنے بامہارت اعمال کو بھگوان کے سپرد کردینا ہے۔ ہمارے اچھے کاموں کو ایشور بھی پسند کرے اس لیے بھکتی کے نو مراحل بیان کیے گئے ہیں۔

श्रवणं कीर्तनं विष्णोः स्मरणं पादसेवनम्।

अर्चनं वन्दनं दास्यं सख्यमात्मनिवेदनम् ।। (श्रीमद्भागवतमहापुराणे-7.5.23)

(یعنی سننا، پراتھنا، جاپ، خدمت، عبادت، بندگی اور بھگوان کو سوامی مان کر عبدیت کا احساس رکھنا۔ ایشور کے ساتھ دوستی کا جذبہ رکھنا اور بھگوان کو ہی اپنا سب کچھ قرار دیکر ایسی ہی باتیں کرنا۔)

دھومیہ : پتاجی، بھگوان کی بھکتی کرنے کا سب سے خاص ذریعہ کیا ہے؟

بھارگو بھائی : بھگوان کی بھکتی کے لیے سب سے اہم عقیدت ہی ہے۔ یوں تو بھگود گیتا کہتی ہے کہ عقیدت بغیر کیا جانے والا کام، ریاضت یا خیرات سب ناکارہ ہے۔ جو کچھ کریں اُس میں عقیدت کا ہونا لازمی ہے، لیکن بھگوان کی بھکتی کے لیے تو بالخصوص ضروری ہے۔ بھگود گیتا کے 12 ویں باب میں ارجُن کے سوال کا جواب دیتے ہوئے بھگوان نے بھکتی کے راستے میں یقین، یعنی عقیدت کی اہمیت سمجھائی ہے اور کہا ہے کہ

मय्यावेश्य मनो ये मां नित्ययुक्ता उपासते |
श्रद्धया परयोपेतास्ते मे युक्ततमा मता: || (गीता 12.2)

(یعنی جو مجھ سے لو لگا کر خالص عقیدت سے روزانہ میری عبادت کرتا ہے وہ میرا اچھا بھکت ہے۔)

دھیمی : پتاجی، بھگود گیتا پر دارومدار رکھ کر کیسی زندگی بھگوان کو اچھی لگتی ہے؟

بھارگو بھائی : بیٹا، یہ مثالی زندگی گزارنے کے لیے ایک بہت ہی خوبصورت سوال ہے۔ والدین اور بزرگوں کی خدمت کرنا، اساتذہ کا احترام کرنا، سچ بولنا، بھگوان پر یقین رکھنا، گرد وپیش کے لوگوں کی مدد کرنا، باقاعدگی سے مطالعہ کرنا، جلدی سونا اور جلدی اُٹھنا، سادہ اور پاک کھانا کھانا، حسد، حرص اور دِکھاوا نہ کرنا، صاف ذہن رکھنا، صفائی ستھرائی کو اہمیت دینا اور ماحول کی حفاظت کرنا۔ اگر ہم اس طرح کی زندگی گزاریں گے تو بھگوان ہم سے بہت پیار کریں گے۔

अमानित्वमदम्भित्वमहिंसा क्षान्तिरार्जवम् |
आचार्योपासनं शौचं स्थैर्यमात्मविनिग्रह: || (गीता 13.8)

دھومیہ : پتاجی، علم اور بھکتی کا کیا تعلق ہے؟

بھارگو بھائی : بیٹا، علم اور عقیدت دونوں ایک دوسرے کے تکمیلی ہیں۔ جب ایک عقلمند آدمی بھگوان کو پوری دنیا اور اپنی ذات کی بنیاد سمجھتا ہے تو وہ ایسے خدا سے کیوں کر الگ رہ سکتا ہے؟ علم کے ذریعے ہی انسان بھگوان سے جُڑتا ہے۔ ہمارے یہاں ایسے بہت سے دانشور ہو گزرے ہیں جنھوں نے اپنے علم کو بھگوان سے جوڑ کر بھکتی یوگ حاصل کیا ہے۔ جیسے آدی شنکراچاریہ، رامانُجا چاریہ، ولّبھا چاریہ، چیتنیہ مہاپربھو، رمن مہرشی، شری اروند، شریمد راج چندر وغیرہ۔ یہ تمام لوگ بہت ہی پڑھے لکھے اور کتابوں کے عالم ہونے کے ساتھ ساتھ عقیدت اور علم میں یکتا تھے۔ بھگود گیتا عقلمند بھکتوں سے مخاطب ہو کر کہتی ہے...

तेषां ज्ञानी नित्ययुक्त एकभक्तिर्विशिष्यते |
प्रियो हि ज्ञानिनोऽत्यर्थमहं स च मम प्रिय: || (गीता 7.17)

(یعنی، وہ علم والا جس کی عقیدت بھگوان میں مرکوز ہو، یعنی جو دیکھے کہ تمام مخلوقات میں ایک بھگوان ہی بستا ہے۔ وہ بھگوان کو پیارا ہے اور بھگوان بھی اُسے بہت پیارا کرتے ہیں۔)

دھیمی : پتاجی، علم کسے کہتے ہیں؟

بھارگو بھائی : یہ پوری کائنات مختلف اقسام کے 24 عناصر سے بنی ہے۔ عناصر کے اس مجموعے کو بھگود گیتا میں 'شیتر' کے نام سے جانا جاتا ہے اور جو اِسے پہچانتا ہے اُسے 'شیتری' کہا جاتا ہے۔ بالفاظِ دیگر شیتر کا مطلب ہمارا پِنڈ یعنی جسم ہے۔ ہمارے یہاں کہا جاتا ہے کہ ''پنڈے سو برہمانڈے''، یعنی جو پنڈ کی صورت یعنی جسم میں ہے وہی پوری کائنات میں ہے۔ اس جسم کو پہچاننے والا ہمارا اندرون یا ضمیر ہے اور وہی خدا شناس ہے اور اُسے ہی شیتری کہا جاتا ہے۔ اس شیتر اور شیتری کے علم کو ہی صحیح معنوں میں علم کہا گیا ہے۔

क्षेत्रज्ञं चापि मां विद्धि सर्वक्षेत्रेषु भारत।
क्षेत्रक्षेत्रज्ञयोर्ज्ञानं यत्तज्ज्ञानं मतं मम ॥ (गीता 13.3)

دھیمی : پِتاجی، اگر بھگوان ہر جگہ موجود ہے، تو کیا وہ سب بھگوان کو اپنے اندر موجود پاتے ہیں؟

بھارگو بھائی : نہیں بیٹا، عقیدت جتنی مضبوط ہوگی اُتنا ہی خدا ہمیں اپنے اندر محسوس ہوتا ہے۔ جیسے سورج کی کرنوں میں آگ ہے لیکن وہ آگ حقیقی آگ کی طرح نظر نہیں آتی۔ جب کوئی بلوری کانچ سے آگ کی شعاعوں کو جمع کرتا ہے تو اُس کے سامنے رکھا ہوا کاغذ جلنے لگتا ہے۔ اسی طرح جب کوئی انسان اپنی عقیدت کو پختہ کرتا ہے تب اُس کی شدید عقیدت سے بھگوان اُس کے سامنے عین اس طرح ظاہر ہوتے ہیں جیسے بلوری کانچ سے سورج کی آگ۔

دھومیہ : پِتاجی، بھگود گیتا میں کرم یوگ کی بھی بات آتی ہے۔ تو کیا کرم کا بھکتی کے ساتھ کوئی تعلق ہے؟

न हि कश्चित्क्षणमपि जातु तिष्ठत्यकर्मकृत् | (गीता 3.5)

بھارگو بھائی : ہاں بیٹا! بھگود گیتا کے مطابق کوئی بھی شخص کرم کے بنا ایک لمحہ بھی نہیں رہ سکتا۔

کرم کے بغیر زندگی کا سفر بھی رُک جائے گا، لیکن اگر وہ اعمال جو ہمیں کرنے ہیں وہ ہماری دنیاوی خواہشات کے بجائے ایشور کی نذر کردیے جائیں تو ایسے اعمال کے ذریعے بھی بھکتی یوگ حاصل کیا جاسکتا ہے۔ ہمارے یہاں رام، کرشن، پرم ہنس، کبیر جی، سنت تُکارام، روہی داس، جلارام باپا، بھکت نرسنہ مہتا وغیرہ جیسے بہت سے سادھوسنتوں نے اپنے اعمال کو بھگوان کے ساتھ جوڑ کر بھکتی یوگ حاصل کیا ہے۔ وہ اِسی دنیا میں رہے اور اپنی دنیاوی سرگرمیاں انجام دیتے ہوئے بھگود کا مقام حاصل کیا۔ اسی لیے بھگود گیتا میں کہا گیا ہے کہ

यत: प्रवृत्तिर्भूतानां येन सर्वमिदं ततम् |
स्वकर्मणा तमभ्यर्च्य सिद्धिं विन्दति मानव: || (गीता 18.46)

(یعنی، جس بھگوان نے ساری کائنات کی تخلیق کی اور جس سے پوری دنیا کی سرگرمیوں کو وسعت ملی، اُسے اپنے اعمال نذر کرکے اعلیٰ ترین کامیابی حاصل کی جاسکتی ہے۔)

دھومیہ : پِتاجی، بھگوان کو کیسے بھکت اچھے لگتے ہیں؟

بھارگو بھائی : یہ ایک بہت اچھا سوال ہے۔ شاعر نرسنہ مہتا کا ''ویشنوجن'' بھکتی نظم کے متعلق آپ جانتے ہی ہو۔ اِسی کے مطابق بھگود گیتا بھی یہ کہتی ہے کہ وہ عقیدت مند جس کو مخلوقات سے کوئی نفرت نہ ہو، جو سب کے ساتھ دوستی اور مہربانی کا سلوک کرتا ہو، جو ہمیشہ مطمئن رہتا ہو، جس نے بھگوان میں پختہ یقین کرلیا ہو اور اپنے دماغ اور فہم کو خدا کے سپرد کردیا ہو ایسا عقیدت مند بھگوان کو بہت اچھا لگتا ہے۔ وہ بندہ جو کسی جاندار کو پریشان نہیں کرتا اور خود بھی کسی سے پریشان نہیں ہوتا اور جو دوسروں کی ترقی پر حسد نہیں کرتا اور ہر خوف سے پاک ہوتا ہے وہ بھگوان کا

پیارا ہے۔ اس کے علاوہ وہ جو عزت، ذلّت، خوشی، غمی، طعن وتشنیع اور تعریف کے تئیں یکساں حسّاس ہو یعنی جو توہین سے رنجیدہ نہ ہو اور تعریف سے پُھول نہ جائے، اپنی بے عزتی سے دُکھی نہ ہوتا ہو جو افراط وتفریط میں مبتلا نہ ہو ایسا مستقل مزاج عقیدت مند بھگوان کو زیادہ عزیز ہوتا ہے۔ اِسی لیے تو...

अद्वेष्टा सर्वभूतानां मैत्र: करुण एव च |
निर्ममो निरहङ्कार: समदु:खसुख: क्षमी || (गीता 12.13)

(یعنی، وہ جو تمام زمانوں میں بُغض وعناد سے پاک ہے، جو خودغرضی کے بغیر سب سے محبت کرتا ہے اور بغیر کسی مفاد کے ہمدردی رکھتا ہے، ضد بنا کا، بے انا، سُکھ-دُکھ کے ملنے پر برابر اور معاف کرنے والا ہے۔)

यस्मान्नोद्विजते लोको लोकान्नोद्विजते च य: |
हर्षामर्षभयोद्वेगैर्मुक्तो य: स च मे प्रिय: || (गीता 12.15)

(یعنی، جو کسی جاندار سے پریشان نہ ہو اور جو خود کسی جاندار کو پریشان نہ کرے، خوشی، غصہ، خوف اور دشواری سے متاثر نہ ہوتا ہو۔ ایسا بھکت مجھے عزیز ہے۔)

دھومیہ : پِتاجی، آپ نے آج بھگود گیتا کو بھکتی کے ساتھ جوڑتے ہوئے بہت اچھی بات کہی۔

دھیمی : ہاں پِتاجی، مجھے بھی خوب مزہ آیا۔

دھومیہ : پِتاجی، بھگود گیتا کی باتیں سن کر تو ایسا لگتا ہے کہ یہ کتاب ہمیں پڑھنی ہی چاہیے۔ کیوں کہ اس میں تو ہماری زندگی کی فلاح وبہبودی کی باتیں کی گئی ہیں۔

بھارگو بھائی : ہاں بچو، شریمد بھگود گیتا روزمرہ زندگی میں پڑھنے جیسی کتاب ہے۔

مشق

1. مندرجہ ذیل سوالات کے ایک جملے میں جواب لکھیے :

(1) بھارگو بھائی نے دھومیہ کے گجراتی مضمون کی نصابی کتاب میں کیا نوٹس کیا ؟

(2) بھکتی (عقیدت) کی کوئی پانچ اقسام بیان کیجیے۔

(3) بھگوان کو پیارے بندے کی پانچ صفات بیان کیجیے۔

(4) کوئی اپنے اعمال کو عالمگیر بھگوان کی نذر کیسے کرسکتا ہے ؟

2. ذیل کے باب 'الف' کے جملے کو باب 'ب' کے جملے سے جوڑ کر مناسب جوڑیاں بنائیے :

باب 'الف'	باب 'ب'
(1) بھکتی یعنی...	(1) ذرہ ذرہ کے اندر دیکھتا ہے۔
(2) کرم یوگ یعنی	(2) بھگوان کے ساتھ روحانی ملاپ
(3) سمجھدار بھکت بھگوان کو	(3) کرموں کو بھگوان کے ساتھ جوڑنا

طلبہ کی سرگرمیاں

(1) شلوکوں کو صحیح تلفظ اور سرتال کے ساتھ گانے کی کوشش کیجیے۔

(2) سبق کو سمجھ کر اُس پر مضمون لکھیے اور ایک تقریر تیار کیجیے۔

(3) شلوک کا ترجمہ بھگود گیتا کے کتابچے میں دیکھیے اور سبق سے متعلق سوالات تیار کر کے اپنے استاد سے پوچھیے۔

مدرس کا کردار

(1) شلوکوں کو طلبہ سے راگ اور سُرتال کے ساتھ اجتماعی طور پر باترنم پڑھوائیے۔

(2) کلاس میں اچھے سرتال اور ترنم سے گا سکے ایسے طلبہ سے تمام طلبہ کے درمیان شلوک گانے کی مشق کروائیے۔ ایسے طلبہ کی حوصلہ افزائی بھی کیجیے۔

(3) کلاس میں شلوک گائیکی اور شلوک مکمل کرنے کی کسوٹی کا اہتمام کیجیے۔

(4) آدی شنکر آچاریہ جی، سوامی چیتنیہ مہاپربھو، رَمَن مہرشی، شری اروِند، راجہ جنک، سوامی رام تیرتھ، رام کرشن پرم ہنس، سنت کبیر، سنت تُکارام، سنت روہی داس، سنت جلارام باپا، سنت نرسنھ مہتا جیسے دانشوران اور بھکت ہستیوں کی سوانح عمریاں مختصراً بیان کیجیے۔

(5) سوامی وِویکانند کا کرم یوگ اور ونوبا بھاوے کے گیتا پروچنوں کا مطالعہ کر کے مختصراً کمرۂ درس میں بات کیجیے۔

(6) جو اساتذہ بھکتی یوگ کے متعلق قدرے گہرائی سے مطالعہ کرنا چاہتے ہوں وہ شریمد بھگود گیتا کے بارہویں باب کا بالخصوص مطالعہ کریں۔

(7) بھکت شعراء کے مشہور و معروف کلام اگر آڈیو-ویڈیو میں دستیاب ہوں تو اُن کا استعمال کیجیے۔

• • •

نوٹ