علوم السنہ
شعبہ حدیث اسلامیہ یونیورسٹی بہاولپور

ISSN: 2959-2224 (Online) and 2959-2216 (Print)
Open Access: https://journals.iub.edu.pk/index.php/uas/index
Publisher by: Department of Hadith, The Islamia University of Bahawalpur, Pakistan.

ہندومت کا تصورِ اصلاحِ نفس: تجزیاتی مطالعہ

Hindu Concept of Purification of the Self: Analytical Study

Zohra Malik
PhD Scholar, Institute of Arabic and Islamic Studies, GCWUS/ Lecturer, Deptt of Islamic Studies, University of Sialkot. Email: zahramalik486@gmail.com

Dr. Amir Hayat*
Assistant Professor, Institute of Arabic and Islamic Studies, Govt. College Women University, Sialkot. Email: amir.hayat@gcwus.edu.pk

Abstract:
The concept of the self has remained a central theme in religious and philosophical traditions across civilizations. This idea is expressed in Hinduism by the concept of Atman, which is the inner reality and true essence of human existence. Hindu philosophical thought considers the understanding and purification of the self as essential for moral discipline and spiritual liberation. The self's nature, types, and states are extensively discussed in classical Hindu scriptures, as are practical ways to improve it. This research article explores the concept of the self (Atman) in Hinduism, focusing on its nature, classification, and the methods prescribed for self-purification and spiritual refinement. Hindu philosophy regards Atman as the inner self or soul, which is eternal, divine, and fundamentally identical with Brahman, the ultimate reality. The study analyzes classical Hindu scriptures such as the Upanishads, Bhagavad Gita, and Vedantic traditions to explain different understandings and stages of the self, including the embodied self and the realized self. The article further examines the ethical and spiritual disciplines proposed for the purification of the self, such as Karma Yoga (path of action), Jnana Yoga (path of knowledge), Bhakti Yoga (path of devotion). These methods aim to liberate the self from ignorance (Avidia), desires, and the cycle of rebirth (Samsara), ultimately leading to Moksha (liberation).

Keywords: Atman, Karma Yoga, Jnana Yoga, Bhakti Yoga, Samsara, Moksha

تعارف

انسانی نفس کا تصور دنیا کے تمام بڑے مذاہب اور فلسفیانہ نظاموں میں بنیادی حیثیت رکھتا ہے۔ انسانی زندگی میں، تصورِ نفس اور اس کی اصلاح کو بنیادی حیثیت حاصل ہے، کیونکہ انسانی کردار، اخلاقی رویّوں اور روحانی ارتقا کا دارومدار اسی پر ہوتا ہے۔ انسان ہمیشہ سے یہ جاننے کی کوشش کرتا رہا ہے کہ وہ حقیقت میں کیا ہے، اس کی روح اور وجود کا کیا تعلق ہے، اور اس کی اخلاقی و روحانی ذمہ داریاں کیا ہیں؟ ہندومت، جو دنیا کے قدیم مذاہب میں شمار ہوتا ہے، اس مذہب میں نفسِ انسانی کے لئے آتما/ آتمن کی اصطلاح استعمال کی جاتی ہے۔ ہندو مذہب نفس کو محض جسمانی یا نفسیاتی حقیقت نہیں بلکہ ایک روحانی و ازلی جوہر (آتما) قرار دیتا ہے، جو انسان کی باطنی حقیقت اور اصل وجود کی نمائندگی کرتا ہے۔

---

* Email of corresponding author: amir.hayat@gcwus.edu.pk

ہندومت کے مطابق انسانی زندگی کا اصل مقصد نفس کی پہچان، اس کی روحانی پاکیزگی اور موکش / مکتی کا حصول ہے۔ نفس کے اس تصور کی اہمیت نہ صرف مذہبی بلکہ فلسفہ کے تناظر میں اہم ہے بلکہ ہندو فلسفہ انسانی زندگی کو اخلاقی اور روحانی ترقی کے لیے ایک متوازن نظام کے طور پر دیکھتا ہے۔ نفس کی حقیقت انسان کو اپنی انا، خواہشات اور مادی زندگی سے آزاد کر کے اسے ایک اعلیٰ اخلاقی اور روحانی معیار کی طرف رہنمائی فراہم کرتی ہے۔ہندو فلسفہ کے مطابق آتمن کی حقیقت سے آگاہی اور اس کی اصلاح اخلاقی زندگی اور روحانی نجات کے لیے ناگزیر ہے۔ ہندو متون مقدسہ بالخصوص اپنشد، بھگوت گیتا اور ویدک ادب میں آتما کو مرکزی حیثیت حاصل ہے۔ ان متون کے مطابق انسان کی بدحالی، رنج والم اور روحانی غلامی کی اصل وجہ اپنے حقیقی نفس سے ناواقفیت ہے، جبکہ نفس کی صحیح پہچان اور اس کے مطابق علم سے ہی انسان کو نجات (موکش) حاصل ہوتی ہے۔

عصرِ حاضر میں جب اخلاقی زوال، روحانی بے چینی اور مادّی رجحانات میں اضافہ ہو رہا ہے، مختلف مذاہب کے تصوراتِ نفس اور اصلاحِ نفس کے طریقوں کا مطالعہ غیر معمولی اہمیت اختیار کر گیا ہے۔ اس تناظر میں ہندومت کے اصلاحِ نفس کے تصورات، کرم مارگ، گیان مارگ اور بھکتی مارگ، انسانی کردار سازی اور روحانی تربیت کے لئے راہ ہموار کرتے ہیں۔ زیرِ نظر تحقیق کی اہمیت اس امر میں مضمر ہے کہ یہ ہندومت کے تصورِ نفس اور اس کی اصلاح کے طریقوں کو بنیادی متون کی روشنی میں تجزیاتی انداز میں واضح کرتی ہے، جس سے تقابلی مذہبی مطالعات کے لیے نئی جہات کھلتی ہیں۔ تحقیق میں درج ذیل بنیادی سوالات کو سامنے رکھا گیا ہے:

1. ہندومت میں نفس (آتما) کا تصور کیا ہے اور اس کی نوعیت کس طرح بیان کی گئی ہے؟
2. ہندومت کے مقدس متون میں نفس اور انسانی وجود کے باہمی تعلق کی کیا وضاحت ملتی ہے؟
3. اصلاحِ نفس کا تصور ہندو مذہبی فکر میں کس حد تک مرکزی حیثیت رکھتا ہے؟
4. کرم مارگ، گیان مارگ اور بھکتی مارگ اصلاحِ نفس میں کس نوعیت کا کردار ادا کرتے ہیں؟

درج بالا سوالات کے جوابات حاصل کرنے کے لیے مقالہ ہٰذا میں تجزیاتی اور توضیحی (Analytical & Descriptive) منہجِ تحقیق اختیار کیا گیا ہے۔ تحقیق کا انحصار بنیادی اور ثانوی مصادر دونوں پر ہے۔ بنیادی مصادر میں وید، اُپنشد، بھگوت گیتا اور دیگر معتبر ہندو مذہبی متون شامل ہیں، جبکہ ثانوی مصادر میں جدید تحقیقی کتب سے استفادہ کیا گیا ہے۔ تحقیق میں پہلے تصورِ نفس (آتما) کے مفہوم اور نوعیت کی جامع انداز میں وضاحت کی گئی ہے، اس کے بعد ہندومت کے متنی دلائل کی روشنی میں اس کا تجزیہ پیش کیا گیا ہے۔ اصلاحِ نفس کے مختلف طریقوں کو الگ الگ عنوانات کے تحت بیان کر کے ان کا فکری و اخلاقی تجزیہ کیا گیا ہے۔ اس دوران غیر جانبداری اور علمی دیانت کو ملحوظ رکھا گیا ہے تاکہ تحقیق معیاری اور قابلِ اعتماد بن سکے۔

آتمن کا مفہوم اور نوعیت:

ہندو فلسفہ میں آتما سے مراد انسان کی وہ باطنی کیفیت اور حقیقت ہے جو وجود یا جسم سے ماورا ہے۔ آتما نہ جسم ہے اور نہ ہی محض نفسیاتی شعور، بلکہ وہ روحانی حقیقت ہے جو انسان کو زندگی اور شعور عطا کرتی ہے۔ہندو فلسفہ آتما کو ابدی، موت سے مبرّا اور لافانی قرار دیتا ہے۔ جسم فناپذیر ہے، مگر آتما نہ پیدا ہوتی ہے اور نہ مرتی ہے۔ بھگوت گیتا میں ہے کہ:

> یہ کبھی پیدا نہیں ہوتا، نہ کبھی مرتا ہے، نہ تھا، نہ ہے اور نہ ہی دوبارہ ہوگا۔ یہ ابدی، ہمیشہ قائم اور قدیم ہے، جب جسم مارتا ہے تو یہ مارا نہیں جاتا۔[1]

آتمن کی ایک اہم خصوصیت اس کا الوہی حقیقت کا مظہر ہونا ہے۔ ہندو فلسفہ کے مطابق آتمن اور برہمن (ایشور) میں بنیادی وحدت پائی جاتی ہے۔ برہمن کائنات کی مطلق اور اعلیٰ ترین حقیقت ہے، جبکہ آتما اسی حقیقت کا انسانی وجود میں ظہور ہے۔

> آتما انسانی زندگی کی پر اثر ار قوت ہے۔ یہ انسانی روح کا نور ہے، وہ عشق ہے جو بے پناہ مسرت بخشتا ہے، خیر اور حسن کا وہ تصور، جو انسان اس زمین پر اچھائی اور خوبصورتی کی تعمیر کی خاطر استعمال میں لاتے ہیں۔ ایک ایسی شے ہے جو فہم و دانش سے بالاتر ہے، اور اس لیے اسے محض فہم کے ذریعے جاننا ناممکن ہے۔[2]

ہندو متون میں تصورِ آتمن (آتما) کے مصادر

اپنشد میں آتمن کا تصور:

اپنشد فلسفہ کے مطابق آتما کو انسان کی باطنی حقیقت اور برہمن کے ہم معنی قرار دیا گیا ہے۔ اپنشد اس بات پر زور دیتے ہیں کہ حقیقی علم وہی ہے جو انسان کو آتمن کی معرفت تک پہنچائے۔ اپنشد میں مکالماتی اسلوب کے ذریعے یہ واضح کیا گیا ہے کہ جسم، حواس اور عقل سب فانی ہیں، جبکہ آتمن دائمی حقیقت ہے۔ انسان اس حقیقت کو پہچان کر خوف، غم اور غلامی سے آزاد ہو جاتا ہے۔

> جو برہمن کو پہچان لیتا ہے وہ خود برہمن بن جاتا ہے۔[3]

> برہما کا تصور جو کہ واحد الواحد ہے، غیر مادی ہے۔ خالق کل ہے ہر شے میں سمویا ہوا ہے۔ اس آفتاب کے گرد متعدد فلکی سیارے گردش لگا رہے ہیں۔ برہما ساکت ہے۔ دیکھا نہیں جا سکتا ہے۔ سنا نہیں جا سکتا، محسوس کیا نہیں جا سکتا۔ پھر بھی اس کائنات میں موجود ہر ایک مادی شے برہما کے اختیار کے تحت موجود ہے کہ وہ ہر ایک شے کے اندر ہے اور باہر بھی ہے۔[4]

بھگوت گیتا میں آتمن کا تصور:

بھگوت گیتا میں آتمن کے تصور کو عملی اور اخلاقی تناظر میں پیش کیا گیا ہے۔ گیتا، جسم اور آتمنا (نفس) کے فرق کو واضح کرتی ہے اور انسان کو تلقین کرتی ہے کہ وہ اپنے فرائض بخوبی انجام دے مگر نتائج کی خواہش سے آزاد رہے۔ اس طرح انسان عملی زندگی میں رہتے ہوئے ہی روحانی ترقی حاصل کر سکتا ہے۔ بھگوت گیتا میں عمل کے ذریعے روحانی ترقی کے حصول کے لئے تین طریقے بتائے گئے ہیں، کرم یوگ، گیان یوگ، بھکتی یوگ۔

> بے غرض اور مستعدی سے عمل کر جو فرض ہے، کیونکہ جو شخص بغیر غرض کے عمل کرتا ہے اس کو انسانیت کا اعلیٰ ترین درجہ میسر ہوتا ہے۔[5]

ویدک ادب میں آتما کا تصور:

ویدک متون کے مطابق انسان کائنات میں ایک اہم حیثیت رکھتا ہے، کیونکہ وہ ایک ازلی، ہمہ گیر اور فطری اصول "رِت" کا حصہ مانا گیا ہے۔ ویدی تعلیمات کے مطابق انسان یگیہ، دعاؤں اور مناجات اور مذہبی رسومات کے ذریعے نہ صرف دیوتاؤں کی رضا حاصل کرتا ہے بلکہ کائنات کا نظم اور توازن قائم رکھنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ انسان کے اس کردار کی وجہ سے اسکے اعلیٰ اور بلند مقام کا اندازہ لگایا جا سکتا ہے۔ رگ وید کے "پرش سکت" میں وراٹ پُرش کا تصور پیش کیا گیا ہے جو نوعِ انسانی کی تخلیق کا جوہر ہے۔ انسان اس پُرش کا جز ہونے کی حیثیت سے کائنات سے گہرا تعلق رکھتا ہے۔

> اس پُرُش نے بمنزلہ مُکھ یعنی علم وغیرہ اعلیٰ صفات اور راست گفتاری و سچی رہنمائی وغیرہ، نیک کام کرنے والا برہمن پیدا کیا ہے۔ قوت اور شجاعت وغیرہ صفات سے موصوف (بمنزلہ بازو) راجَنیہ یعنی کشتری بنایاہے۔ یعنی ایشور نے اس کو نیکی ہدایت کی ہے۔ کھیتی اور بیوپار وغیرہ متوسط صفات سے موصوف ویش یعنی بنج وغیرہ کرنے والوں کو، اس ایشور نے (بمنزلہ ران) اور بمنزلہ پاؤں یعنی جس طرح پاؤں سب سے نیچا عضو ہے اسی طرح موٹی عقل والا۔ خدمت کے کام میں ہوشیار اور دوسروں کے سہارے سے گزر اوقات کرنے والا شودر پیدا کیا ہے۔[6]

رگ ویدی تعلیم سے یہ بات واضح ہو رہی ہے کہ بنی نوع انسان کی تخلیق کا بنیادی جوہر ایک ایشور "پُرش" ہی ہے۔ تاہم اس نے انسان کو مختلف درجات اور طبقات میں تقسیم کر کے اسے مختلف صفات کے ساتھ پیدا کیا ہے اور ہر طبقے کی ذمہ داریاں بھی متعین کی ہیں۔ یعنی انسان کی تخلیق کا مقصد صرف روحانی یا اخلاقی اعمال سر انجام دینا نہیں بلکہ سماجی معاملات کو نبھانا اور اور اس نظم قائم رکھنا بھی انسانی تخلیق کا مقصد ہے۔

ہندو مذہب میں اصلاحِ نفس کے طریقے:

ہندو مذہب میں انسان کی روحانی ترقی اور اخلاقی ارتقا کے لیے نفس کی اصلاح کو مرکزی حیثیت حاصل ہے۔ ہندو دھرم کے مطابق انسان جب تک اپنے نفس کی اصلاح نہ کر لے اس وقت تک حقیقی نجات یا مکتی (موکش) حاصل نہیں کر سکتا۔ ہندو فلسفہ یہ تعلیم دیتا ہے کہ انسان کا وجود جب تک جہالت، خواہشات اور انا میں مبتلا رہتا ہے وہ نفس کو آلودہ کرتا رہتا ہے اور اسے تناسخ (سمسارہ) کے چکر میں مبتلا رکھتا ہے۔ جب انسان اپنے نفس کو پاک اور مہذب بناتا ہے تو وہ اپنی باطنی حقیقت یعنی آتما کی معرفت حاصل کرنے کے قابل ہو جاتا ہے، اور یہی معرفت مکتی کا ذریعہ بنتی ہے۔ ہندو متون اور ویدک فلسفہ تین بنیادی راستے پیش کرتے ہیں جن کے ذریعے انسان اپنی باطنی حقیقت یعنی آتمن کی معرفت حاصل کر کے مادی وابستگیوں اور خواہشات سے آزاد ہو سکتا ہے۔ یہ تین طریقے ہیں: کرم یوگ (Karma Yoga)، جنان یوگ (Jnana Yoga) جس میں علم و معرفت کے ذریعے آتما کی حقیقت کو پہچاننے کی راہ دکھاتا ہے اور بھگتی یوگ (Bhakti Yoga)، جس میں ایشور کی محبت اور عاجزی کے ذریعے نفس کو پاکیزگی حاصل ہوتی ہے۔ ان تینوں طریقوں کا مقصد انسان کو اخلاقی اور روحانی طور پر بلند کر کے اسے مکتی کے مقام تک پہنچانا ہے۔ یوں ہندو فلسفہ میں یہ تینوں طریقے اصلاحِ نفس کے متوازن اور عملی نظام کے طور پر پیش کیے گئے ہیں۔

ا۔ کرم یوگ (Karma Yoga)، راہِ عمل:

کرم یوگ کا مطلب ہے بغیر ذاتی مفاد کے عمل کرنا۔ انسان بے لوث عمل کر کے نفس کو خواہشات سے پاک کرتا ہے۔ اس راستے میں انسان اپنے فرائض خلوص کے ساتھ انجام دیتا ہے اور نتائج کو خدا پر چھوڑ دیتا ہے۔ اس سے نفس کی پاکیزگی حاصل ہوتی ہے۔

> مکتی کے لیے راہِ عمل سے مراد یہی ہے کہ اپنے دھرم پر ڈٹ کر عمل کیا جائے۔ یعنی مکتی حاصل کرنے کا طریقہ دیگر مذاہب کی طرح نیک اعمال نہیں بلکہ اپنے طبقے کے متعین فرائض کی ادائیگی ہے۔ لہٰذا راہِ عمل سے مراد کوئی خاص عمل نہیں بلکہ ہر ذات کے لیے اس کا مخصوص عمل ہے جس سے وہ نجات پا سکتا ہے۔ برہمن کی نجات کی راہِ عمل مذہبی ذمہ داری ادا کرنا ہے، کھشتری کی راہِ عمل خیرات دینے اور جنگ میں لڑنا، ویش کی

نجات زراعت و تجارت اور شودر کی نجات مندرجہ بالا ذاتوں کی خدمت کرنے میں مضمر ہے۔ برہمن کی نجات کا ذریعہ یگیہ (قربانی) ہے۔[7] بہشت اور اس دنیا کی تلاش دونوں کے لئے شودر ، برہمن کی خدمت کرے۔[8] انسان اپنے اپنے دھرم سے ہی فلاح پاتا ہے جو کہ سب کا اصل مقصود ہے۔ اپنا دھرم بھلے خراب ہو دوسرے کے دھرم سے بہتر ہی ہوتا ہے۔ کیونکہ پیدائش سے مقرر شدہ عمل سے گناہ نہیں ہوتا۔ اپنے دھرم کا عمل عیب سے پُر ہو تو بھی اسے نہیں چھوڑنا چاہیے۔[9]

یعنی عمل کے ذریعے نجات سے مراد ہے کہ انسان اپنے اپنے طبقے کے متعین اور مقرر کردہ فرائض کو سرانجام دے، چاہے وہ اعمال اچھے ہوں یا برے۔ اسی طریقے سے وہ اپنی آتما کی اصلاح کر کے نجات حاصل کر سکتا ہے۔

۲۔ گیان یوگ (Jnana Yoga)، راہِ علم:

ویدوں اور براہمنوں نے راہ عمل پر جب بہت زیادہ زور دیا، کہ قربانیاں دی جائیں اور ذات پات کا نظام قائم رہے۔ لیکن جب تناسخ اور اواگون کے نظریات نے جنم لیا تو ہندو مفکرین نے یہ بات محسوس کی کہ صرف راہ عمل اختیار کرنے سے موکش حاصل نہیں ہو سکتی۔ اسی وجہ سے ہندو مفکرین نے راہ علم کے راستے کو اختیار کرنے کی ضرورت پر زور دیا۔ راہ علم سے مراد دنیاوی یا عصری علوم حاصل کرنا نہیں بلکہ مقدس متون کا علم حاصل کرنا اور اس کے ذریعے اپنی ذات کی معرفت یا حقیقت کے بارے میں جاننے کو راہِ علم کا نام دیا گیا اور راہ علم کا سرچشمہ اپنشدوں کو قرار دیا گیا۔

گیان یوگ ہندو مذہب میں اصلاحِ نفس اور نجات (مکتی) کا وہ طریقہ ہے علم اور معرفت کا راستہ ہے۔ اس میں انسان غور و فکر، مطالعہ اور مراقبہ کے ذریعے آتمن کی حقیقت کو پہچانتا ہے۔ اس طریقے میں انسان اپنی ذات کی حقیقت پر غور و فکر کرنے کی کوشش کرتا ہے اور یہی تدبر اور غور و فکر اسے اصلاحِ نفس کی طرف لے جاتا ہے۔ جب انسان کو اس بات کا شعور حاصل ہو جاتا ہے کہ آتما ہی ایشور کا انسانی وجود میں ظہور ہے تو اس نتیجے میں اس کے نفس کی اصلاح ہوتی ہے، جہالت کا خاتمہ ہوتا ہے اور انسان تناسخ (سمسارہ) کے چکر سے رہائی حاصل کر کے ہمیشہ کے لئے نجات (موکش / مکتی) حاصل کرتا ہے۔

جو انسان مرتے وقت میری یاد میں جسم سے قطع تعلق ہوتا ہے وہ میری صورت کو پالیتا ہے۔ اور اس میں کچھ شک و شبہ نہیں ہے۔ مرتے ہوئے جسم چھوڑتے وقت جس کے ذہن میں جو کچھ ہوتا ہے اسی کے مطابق وہ نیا جسم حاصل کرتا ہے۔ لہٰذا ہمیشہ مجھے سوچو اور جنگ کرو۔ اس میں کچھ شک نہیں کہ اپنا ذہن و قلب میری طرف رکھنے سے تم مجھے حاصل کر لوگے۔[10]

۳۔ بھکتی یوگ (Bhakti Yoga)، راہِ ریاضت:

اصلاحِ نفس اور مکتی کے حصول کا تیسرا طریقہ بھکتی یوگ یعنی راہِ ریاضت ہے۔ یہ عبادت اور الوہی محبت کا راستہ ہے۔ اس سے مراد ہے کہ انسان مکمل عاجزی اور محبت کے ساتھ کسی ایک شخصی دیوتا کی پوجا کرے۔ وہ اس دیوتا کی خدمت کے لئے اپنا سب کچھ وقف کر دے اور اس کے ذریعے موکش حاصل کرے۔

بھگتی سے مراد در حقیقت لاتعداد دیوتاؤں کے جھرمٹ میں کسی ایک شخصی دیوتا کی پرستش، اس سے محبت اور اس کی رضا کے لیے اپنے آپ کو کلیۃً سپرد کر دینا ہے۔ اس فلسفیانہ فکر کی اساس مہابھارت بمع بھگوت گیتا ہے

جس میں شری کرشن گیان مراقبہ کے ساتھ اپنے روپ میں ایک شخصی خدا کی پرستش اور اس سے محبت کی تعلیم دیتے ہیں۔[11] عقیدت سے ہی خدا کو دیکھا اور پہچانا جاسکتا ہے اور اس سے یکجائی ہو سکتی ہے۔[12]

بھگوت گیتا میں ایک مکالمے میں شری کرشن، ارجن کو بہترین انداز میں پرستش کرنے کی تاکید کرتے ہوئے کہتے ہیں:

جو پورے یقین اور یکسوئی کے ساتھ مجھ پر من لگاتے ہیں اور میری پرستش کرتے ہیں وہ میری نظر میں سب سے بہترین جوگی ہیں۔[13]

حاصل بحث / نتائج:

اس تحقیق سے یہ بات واضح ہوتی ہے کہ ہندومت میں تصورِ نفس ایک نہایت مرکزی اور بنیادی حیثیت رکھتا ہے۔ جسے آتما (آتمن) کے تصور کے ساتھ تعبیر کیا جاتا ہے۔ آتمن کا تصور ہندو مذہب کی فکری اور روحانی اساس ہے۔ یہ تصور انسان کو اس کی اصل حقیقت سے روشناس کراتا ہے اور اخلاقی و روحانی زندگی کی راہ دکھاتا ہے۔۔ آتمن کا نظریہ عملی زندگی میں اخلاقی تربیت اور روحانی ارتقا کے لیے ایک جامع نظام فراہم کرتا ہے۔ ہندو مقدس متون کے مطابق آتما ایک ازلی، لافانی اور ابدی حقیقت ہے جو جسمانی وجود سے ماوراہو کر برہمن کے ساتھ گہرا تعلق رکھتی ہے۔ اسی لئے انسانی زندگی کا اصل مقصد نفس کی حقیقت کو جاننا، اس کی پاکیزگی اور مکتی (نجات) کا حصول ہے۔ اور یہ نجات نفس کی معرفت اور اصلاح کے بغیر ممکن نہیں۔ اس ضمن میں کرم یوگ کو بے غرض اعمال اور ذمہ دارانہ طرزِ عمل کے ذریعے نفس کی اصلاح کا ذریعہ قرار دیا گیا ہے۔ گیان یوگ کے تحت حقیقی علم اور معرفت کے حصول سے نفس کی پاکیزگی ممکن بنائی جاتی ہے جبکہ بھکتی یوگ میں اخلاص، محبت اور کامل سپردگی کے ذریعے نفس کی تطہیر اور روحانی سکون حاصل کیا جاتا ہے۔ تحقیق یہ بھی واضح کرتی ہے کہ یہ تینوں راستے ایک دوسرے کی نفی نہیں کرتے بلکہ ایک جامع نظام کی صورت میں اصلاحِ نفس کا فکری و عملی خاکہ پیش کرتے ہیں۔ اصلاحِ نفس کے نتیجے میں انسان میں اخلاقی صفات جیسے سچائی، صبر، ہمدردی اور ضبطِ نفس پیدا ہوتے ہیں۔ روحانی طور پر انسان اندرونی سکون اور اطمینان حاصل کرتا ہے۔ بالآخر یہ عمل انسان کو مکتی / موکش یعنی نجات تک پہنچاتا ہے۔ مجموعی طور پر ہندومت میں اصلاحِ نفس ایک تدریجی، ہمہ جہت اور روحانی عمل ہے جو انسان کو اخلاقی بلندی اور نجات کی منزل تک پہنچانے میں مدد فراہم کرتا ہے۔ بقول سوامی وویکانند: ہم محض جسم نہیں روح ہیں۔ لازوال اور لافانی ہیں۔ ہر قسم کے خوف و ہراس سے مبرّا ہیں۔ موت اور پیدائش کے بندھن سے آزاد ہے اور ہمارا اعلیٰ ترین مقام معرفتِ نفس ہے۔ ہماری اصل حواس کی حدوں سے بالاتر ہے۔ افکار و خیالات سے پرے ہے۔[14]

سفارشات:

اس تحقیق کی روشنی میں درج ذیل سفارشات تجویز کی جاتی ہیں:

- ہندومت کے تصورِ نفس اور اصلاحِ نفس کے طریقوں کا دیگر مذاہب، خصوصاً اسلام، بدھ مت اور عیسائیت کے ساتھ تقابلی مطالعہ کیا جائے تاکہ بین المذاہب فکری اشتراک کو فروغ دیا جاسکے۔
- جامعات میں تقابلی مذاہب اور روحانی اخلاقیات کے کورسز میں ہندومت کے اصلاحی تصورات کو شامل کیا جانا چاہیے تاکہ طلبہ میں مذہبی رواداری اور فکری وسعت پیدا ہو۔

- جدید اخلاقی بحران کے تناظر میں کرم مارگ، گیان مارگ اور بھکتی مارگ کے عملی و سماجی پہلوؤں پر مزید تحقیقی کام کی ضرورت ہے۔ نیز معاصر انسان کے نفسیاتی اور اخلاقی مسائل کے حل کے لیے مذہبی تصوراتِ نفس کو جدید علمی تناظر میں سمجھنے کی کوشش کی جانی چاہیے۔
- آئندہ تحقیقات میں ہندومت کے متون کے ساتھ ساتھ جدید ہندو مفکرین کی آراء کو بھی شامل کیا جائے تاکہ موضوع کا مطالعہ زیادہ جامع اور عصری تقاضوں سے ہم آہنگ ہو سکے۔

حوالہ جات وحواشی

[1] بھگوت گیتا: ادھیائے 2، شلوک 20

Bhagavad Gita: Adhyaye 2, Shlok 20

[2] حبیب حق، جستجوئے لافانیت تعلیماتِ اپنشد (نئی دہلی: ایم۔ آر پبلی کیشنز، 2015ء)، 92

Habib Haq, Justuju-ye Lafaniyat: Ta'leemat-e Upanishad (New Delhi: M.R. Publications, 2015), p. 92

[3] منڈوکا اپنشد: ادھیائے 3، کھنڈ 2، منتر 9

Mandukya Upanishad: Adhyaye 3, Khand 2, Mantra 9

[4] حبیب حق، جستجوئے لافانیت تعلیماتِ اپنشد، 98

Habib Haq, Justuju-ye Lafaniyat: Ta'leemat-e Upanishad, p. 98

[5] بھگوت گیتا: ادھیائے 3، شلوک 19

Bhagavad Gita: Adhyaye 3, Shlok 19

[6] رگ وید: منڈل ۱۰، سکت 90، منتر 12

Rig Veda: Mandal 10, Sukt 90, Mantra 12

[7] محمد شارق، حافظ، ہندو دھرم اور اسلام کا تقابلی مطالعہ (کراچی: قرطاس پبلشرز، ۲۰۱۰ء)، 233

Muhammad Shariq, Hafiz, Hindu Dharam aur Islam ka Taqabli Mutala‘a (Karachi: Qirtas Publishers, 2010), p. 233

[8] منودھرم شاستر: ادھیائے 10، شلوک 122

Manu Dharma Shastra: Adhyaye 10, Shlok 122

[9] بھگوت گیتا: ادھیائے 18، شلوک 46-۴۷

Bhagavad Gita: Adhyaye 18, Shlok 46–47

[10] بھگوت گیتا: ادھیائے 8، شلوک 5-۷

Bhagavad Gita: Adhyaye 8, Shlok 5–7

[11] محمد شارق، حافظ، ہندو دھرم اور اسلام کا تقابلی مطالعہ، 237

Muhammad Shariq, Hafiz, Hindu Dharam aur Islam ka Taqabli Mutala‘a, p. 237

[12] بھگوت گیتا: ادھیائے 11، شلوک 54

Bhagavad Gita: Adhyaye 11, Shlok 54

[13] بھگوت گیتا: ادھیائے 12، شلوک 2

Bhagavad Gita: Adhyaye 12, Shlok 2

[14] سوامی وویکانند، نعرۂ حق (نئی دہلی: سوامی سوواہانندا، ۱۹۶۳ء)، 1، 184

Swami Vivekananda, Na‘rah-e Haq (New Delhi: Swami Suvahananda, 1963), pp. 1, 184