تبدیل ہوتے جاؤ

(مسیح میں تبدیل شُدہ زندگی بسر کریں)

سِلسِلہ وار کُتب کی تیسری کتاب

مصنف: بِل۔ لوّ۔ لِیس

کرائسٹ اِز لائف منسٹریز

مترجم: اَرنَسٹ حنّان رفیق

اباؤنڈنگ گریس منسٹریز آف پاکستان

(خُدا بھلا ہے، صرف بھلا ہے اور سدا کے لیے بھلا ہے!)

جملہ حقوق بہ حق مترجم محفوظ ہیں۔

کتاب کا نام	تبدیل ہوتے جاؤ
مصنف	بِل۔لوَّ۔لِیس
مترجم	اَرنَسٹ حنّان رفیق
اشاعت	2025
بار	اوّل
اُردُو ٹائٹل ڈیزائن	اَرنَسٹ حنّان رفیق
تعداد	1000

یہ کتاب مفت تقسیم کے لیے شائع کی گئی ہے۔

agministries5@gmail.com

ABOUNDING GRACE MINISTRIES OF PAKISTAN

تبدیل ہوتے جاؤ

فہرست

سبق نمبر1: تقدیس کیا ہے؟ ....
(جان "ذہن" کو نیا کرنا)

سبق نمبر2: ذہنی جنگ..............................

سبق نمبر3: آپ کی فِکری زندگی پر شیطانی اثر
(روحانی جنگ) ....

سبق نمبر4: ہمارے جذبات کو سمجھنا ....

سبق نمبر5: شِکستہ دِل کی شِفا ....

سبق نمبر6: آپ کی مرضی / قوتِ اِرادی کی تبدیلی ....

خُلاصہ ....

مُطالعاتی خاکہ

میں آپ کا شُکر گزار ہُوں کہ آپ نے "**تبدیل ہوتے جاؤ**" کتاب کا مُطالعہ کرنے کا فیصلہ کِیا ہے۔ اِس سے پیشتر کہ آپ مُطالعہ کا آغاز کریں میں اِس کتاب کا مُطالعاتی خاکہ پیش کرنا چاہتا ہُوں اور مجھُے یقین ہے کہ یہ آپ کے لئے مددگار ثابت ہو گا۔ یہ کتاب 6 اَسباق پر مشتمل ہے اور ہر رَوز کے سبق میں پانچ تعلیمی نِکات (پہلا دِن، دُوسرا دِن، تیسرا دِن، چوتھا دِن اور پانچواں دِن) کے نام سے شامل ہیں۔ اگر آپ پُورا ہفتہ باقاعدگی سے ہر روز اِس کتاب کو پڑھیں گے تو آپ سات دِنوں میں پانچ تعلیمی نِکات (پانچ دِن) ختم کر سکتے ہیں۔ کِتاب کے ہر ایک سبق میں (سوالات، آیات، دھیان و گیان / غور و فکر اور خُدا سے بات چیت کریں) جیسے حِصّہ جات شامل ہیں۔

سوالات:

بنیادی طور پر اِس لیے بنائے گئے ہیں تاکہ آپ اُس سچّائی کا جو آپ اِس کتاب میں پڑھیں گے اپنے ایمان کے ساتھ مُوازنہ کر سکیں۔ اگر آپ کسی غلط / جُھوٹی تعلیم پر ایمان رکھتے ہوں گے تو یہ سوالات اُس جُھوٹی تعلیم کو بے نِقاب کرنے میں اہم کردار اَدا کریں گے۔

کتابِ مُقدّس کی آیات پر دھیان و گیان / غور و فکر کرنا:

بعض لوگوں کو نئے دَور کے مفہوم کی وجہ سے لفظ "**دھیان**" کو سمجھنے میں مشکل کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ تاہم، یہ ایک بائبلی لفظ ہے جس سے ہمیں تھک ہار کر بھاگنا نہیں چاہیے۔ اہم نکتہ یہ ہے کہ وہ کیا یا کون ہے جس پر ہم دھیان کر رہے ہیں۔ ہمارے دھیان کا مرکز خُدا اور اُس کی سچّائی ہونی چاہیے۔
میرے مطابق اِس کتاب کے مُطالعہ کے لیے لفظ دھیان کی تعریف یہ ہو گی۔ "**جو آپ پڑھ رہے ہیں اُس سے متعلق سوچنا / غور و فکر کرنا۔**"

خُدا سے بات چیت کرنا:

ہر سبق میں "**خُدا سے بات چیت**" کرنے والا حِصّہ اِس مطالعہ کا اہم ترین حِصّہ ہے۔ یہ حِصّہ اِس لیے بنایا گیا ہے تاکہ آپ رُوح اُلقُدس سے مکاشفہ حاصل کریں اور اُس سے کہیں وہ آپ کو سِکھائے کہ جو آپ نے پڑھا ہے اُس کا خُود پر اِطلاق کیسے کرنا ہے۔ یہ معاملہ مزید نازُک صُورتِ حال کی طرف چل نکلتا ہے جب آپ ایسی سچّائیوں سے واقف ہوتے ہیں جو آپ کے اِیمان کے بالکل مُتضاد ہوتی ہیں۔ "**اگر ہم یہ جستجو نہیں رکھتے کہ خُدا کی سچّائی سے واقف ہوں تو پھر ہم کبھی بھی اُس جُھوٹ پر مبنی عقیدے سے آزاد نہیں ہو سکتے جس پر ہم یقین کر رہے ہیں۔**" تاہم، یہ ضُروری ہے کہ جیسے جیسے آپ اِس کتاب کا مطالعہ کریں آپ کچھ وقت لیں اور خُدا سے بات چیت کریں۔

مکاشفہ:

چُوں کہ میں اِس پُورے مُطالعہ میں لفظ "**مکاشفہ**" متعدد بار استعمال کروں گا اِس لیے آپ کو بتانا چاہتا ہُوں کہ جب میں لفظ مکاشفہ کو استعمال کرتا ہُوں تو اِس سے میرا کیا مطلب ہے۔ لفظ مکاشفہ کا مطلب ہے کہ "**خُدا اپنی سچّائی لیتا ہے اور مافوق اُلفِطرت طور پر وہ سچّائی آپ کی زندگی کے حالات اور آپ کے لئے شخصی بنا دیتا ہے**"۔ مکاشفہ آپ کو ذہنی سمجھ سے خُدا کی سچّائی کی رُوحانی سمجھ کی طرف لے کر جاتا ہے۔

آپ کیا یقین کرتے ہیں؟

براہِ مہربانی آپ اِس سارے مُطالعہ کے دوران اِس اہم سچّائی کو یاد رکھیے گا۔

آپ اپنے عقیدے کے دائرہ کار سے باہر زِندگی بسر نہیں کریں گے۔
تاہم، اگر آپ کا عقیدہ کسی جُھوٹ پر مبنی ہے تو آپ اُسی کے مطابق زِندگی بسر کریں گے!

یہ بات اہم ہے کیوں کہ اگر آپ مسیحی زندگی گزارنے کے بارے میں جھوٹے یا غلط عقائد رکھتے ہیں تو آپ اُن جھوٹے عقائد کی بنیاد پر فیصلے کریں گے۔ جو آپ عقیدہ رکھتے ہیں وہ آپ کے خیالات، احساسات، اور آپ کے کیے گئے فیصلوں کو متاثر کرتا ہے۔ اِس لیے خُدا کا ایک مقصد یہ ہے کہ وہ ہمارے ذہن میں بنے اُس کے بارے میں، اپنے بارے میں، اور مسیحی زندگی کے بارے میں جھوٹے عقائد کو بے نقاب کرے۔ پھر وہ آپ کو جھوٹ سے سچائی کی طرف لانا چاہتا ہے۔ اِس لیے میں آپ کی حوصلہ افزائی کرتا ہُوں کہ آپ اِس مطالعے کے دوران خُدا سے دُعا کریں کہ وہ آپ کے جھوٹے عقائد کو بے نقاب کرے اور آپ کے ذہن کو اپنی سچائی سے نیا کرے۔ (رومیوں 2:12)

سبق نمبر 1

تقدیس کیا ہے؟

جان (ذہن) کو نیا کرنا

پہلا دِن

"اور اِس جہان کے ہم شکل نہ بنو بلکہ عقل نئی ہو جانے سے اپنی صُورت بدلتے جاؤ تا کہ خُدا کی نیک اور پسندِیدہ اور کامِل مرضی تجربہ سے معلُوم کرتے رہو۔"

رُومیوں 2:12

یہ مُطالعہ کیوں ضروری ہے؟

اِس سے پہلے کہ ہم شروع کریں، میں آپ کو یہ بتانا چاہتا ہُوں کہ مجھے کیوں یقین ہے کہ یہ مُطالعہ مسیح میں زندگی بسر کرنے سے متعلق سیکھنے کا اگلا قدم ہے۔ آئیں، کچھ دیر کے لیے جائزہ لیں کہ ہم نے پہلے دو مطالعات میں کیا سیکھا ہے۔ ہم نے **کتاب نمبر 1** میں اِس بات کی بنیاد رکھی ہے کہ کیسے مسیح ہمارا سرچشمہ ہے اور مسیح کے وسیلہ سے زندگی بسر کرنے سے کیا مُراد ہے۔

کتاب نمبر 2 میں ہم نے مسیح میں اپنی نئی پہچان سے متعلق سیکھا۔ (میں اُمیّد کرتا ہُوں کہ آپ روح القدس کو مُسلسل اِجازت دے رہے ہیں کہ وہ آپ کے ذہن کو آپ کی نئی پہچان کے مطابق نیا بنائے)۔ یاد رکھیں اِس مُطالعہ میں، ہم نے جان (ذہن) اور اِنسانی رُوح کے درمیان فرق دریافت کیا تھا۔ مجھے یقین ہے کہ خُدا نے آپ کو مکاشفہ دیا ہے کہ اِنسانی رُوح جو کہ (کامِل / مُکمل ہے) اُس میں اور جان (ذہن) کی حالت میں فرق کو سمجھنا کیوں ضروری ہے۔

تاہم، میں سمجھتا ہُوں کہ یہ مُطالعہ ہمارے سفر کا اگلا مرحلہ ہے کیوں کہ اِس میں ہم اپنی جان (ذہن) سے متعلق گہرے طور پر مُطالعہ کریں گے اور سیکھیں گے کہ خُدا کیسے اور کیوں ہماری جان (ذہن) کو تبدیل کرتا ہے۔ چُونکہ ہم مُسلسل اپنے خیالات، جذبات اور فیصلوں سے زندگی بسر کر رہے ہیں، اِس لیے یہ جاننا انتہائی ضروری ہے کہ ہم مسیح کو کیسے اِجازت دیتے ہیں تا کہ وہ اِن حِصّوں کو تبدیل کر سکے۔

تاہم، ذیل میں خاکہ پیش کیا گیا ہے کہ ہم مزید کن نکات پر بات کریں گے:

- تقدیس کے معنی خُدا کا ہماری جان (ذہن) کو تبدیل کرنے کا عمل۔
- * آپ کی فِکری زندگی اور خُدا کا "سچائی" پر مبنی فلِٹر بنانے کا عمل۔
- ذہنی جنگ سے متعلق سچائی اور یہ جنگ کیسے لڑنی ہے۔
- جان (ذہن) پر شیطانی اثر اور رُوحانی جنگ۔
- ہمارے متاثرہ جذبات اور زخموں کی شِفا
- ہماری شِکستہ حالت اور مرضی کی تبدیلی۔
- تقدیس سے متعلق توقعات۔

مجھے یقین ہے کہ خُدا اِس مُطالعہ میں موجود سچائیوں کو آپ کی زندگی میں گہری تبدیلی پیدا کرنے کے لیے استعمال کرے گا۔ آیئے اِس تھیالوجیکل اِصطلاح، "تقدیس" کو سمجھنے سے شروع کریں۔

تقدیس کیا ہے؟

میرے خیال سے یہ اچّھا ہو گا اگر ہم لفظ "**تقدیس**" کو سمجھنے سے آغاز کریں۔ تبدیلی سے متعلق خُدا کے عمل کے لیے بائبلی اِصطلاح "**تقدیس**" مستعمل ہے۔ مندرجہ ذیل آیات میں پولس "**تقدیس**" کا ذکر کرتا ہے۔

”مگر اب گُناہ سے آزاد اور خُدا کے غُلام ہو کر تُم کو اپنا پھل مِلا جِس سے پاکیزگی حاصِل ہوتی ہے اور اِس کا انجام ہمیشہ کی زِندگی ہے۔“ رُومیوں 22:6

لیکن تُم اُس کی طرف سے مسیح یِسُوع میں ہو جو ہمارے لِئے خُدا کی طرف سے حِکمت ٹھہرا یعنی راستبازی اور پاکیزگی اور مُخلِصی۔ 1 کُرِنتھیوں 30:1

تقدیس کی تعریف کیا ہے؟

تقدیس
تقدیس کا مطلب "ذہنی تبدیلی کے ذریعے اندرونی طور پر صاف ہونا" ہے۔

اِس تعریف میں "**جان** (ذہن)" اور "**صاف ہونا**" یہ دو کلیدی الفاظ ہیں۔ خُدا تقدیس کے ذریعے ہماری جان (ذہن) کو صاف یا تبدیل کرنا چاہتا ہے تاکہ ہمارا ذہن، ہماری مرضی اور ہمارے جذبات یہ سب سچائی کے ساتھ مُطابقت رکھیں۔ ہم دیکھتے ہیں کہ پرانے عہد نامے میں داؤد جان (ذہن) کی بحالی کی بات کرتا ہے۔ زبور 3:23 پڑھیں:

”وہ میری جان کو بحال کرتا ہے۔ وہ مُجھے اپنے نام کی خاطِر صداقت کی راہوں پر لے چلتا ہے۔“

ہماری جان (ذہن) کو بحال کرنا کیوں ضروری ہے؟ تاکہ ہمارے خیالات، جذبات اور فیصلے مسیح جیسے ہوں۔ یاد رکھیں کہ رُومیوں 29:8 میں، ”مسیح کے ہم شکل“ ہونے کا مطلب ہے کہ ہم مسیح کی طرح سوچنے، یقین کرنے، فیصلے کرنے اور روّیہ رکھنے کے لیے تبدیل ہو رہے ہیں۔

(جان (ذہن) کی تقدیس کی وجہ سے ہم مسیح کی مانِند بنتے جاتے ہیں جس کے نتیجے میں ہم مسیح کی طرح سوچتے، محسوس کرتے اور فیصلے کرتے ہیں۔

دھیان و گیان کریں:

اِس سوال پر غور و فِکر کریں اگر آپ روح القدس کو اپنی جان (ذہن) کو تبدیل کرنے کی اِجازت نہیں دیں گے تو اِس کا نتیجہ کیا ہو گا؟

سوال:

ایسا کیوں ہے کہ صرف جان (ذہن) کو تبدیل ہونے کی ضرورت ہے؟

خُدا سے بات چیت کریں:

خُدا سے دُعا کریں وہ توفیق عطا کرے کہ آپ میں مستحکم رضامندی پیدا ہو جس سے آپ اُسے اِجازت دے سکیں کہ وہ آپ کی جان (ذہن) کو صاف، بحال اور پاک کر سکے۔

میں ہماری جان (ذہن) کی حالت بمقابلہ ہماری اِنسانی رُوح کی نجات پر نظرِ ثانی کرتے ہوئے اِس مُطالعے کا آغاز کرنا چاہتا ہُوں۔

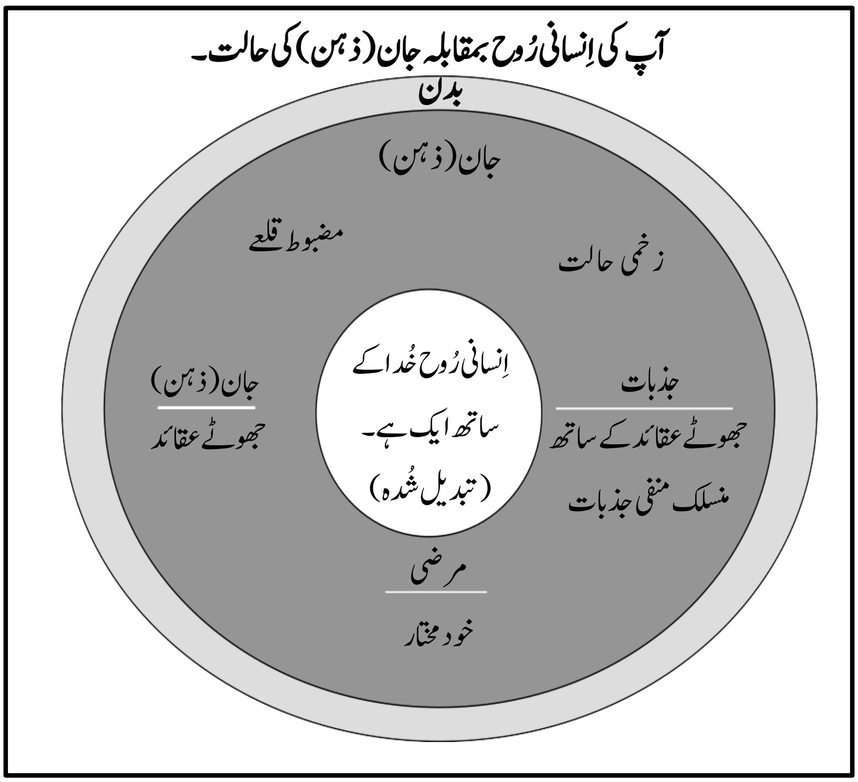
"جان (ذہن) بمقابلہ اِنسانی رُوح کی حالت"

ہم نے گزشتہ مُطالعہ میں سیکھا تھا کہ ہمارے پاس ایک نئی اِنسانی رُوح ہے جو کامل اور خُدا کے ساتھ ایک ہے۔ ہماری اِنسانی رُوح نجات کے وقت مکمل طور پر تبدیل ہو گئی تھی۔ ہماری جان (ذہن) سے متعلق کیا؟ سچائی یہ ہے کہ خُدا نے ہماری جان (ذہن) کو بدلنے کے لیے نجات کے وقت کچھ نہیں کیا تھا۔ تاہم، ہمارے جس حصّے کو تبدیل کرنے کی ضرورت ہے وہ ہماری جان (ذہن) ہے۔ کیوں؟

جان (ذہن) کو تبدیل کرنے کی ضرورت ہے کیوں کہ:

- ذہن جھوٹے عقائد سے بھرا ہُوا ہے۔
- ہمارے جھوٹے عقائد کے ساتھ منفی اور مُتاثرہ جذبات منسلک ہیں۔
- ہماری مرضی کا زیادہ تر حِصّہ خُدا کی مرضی پر نہیں چلنا چاہتا اور یہ خُدا پر انحصار کیے بغیر زندگی بسر کرنا چاہتا ہے۔
- ماضی کی بدسُلوکی، مُسترد ہونے اور صدمے وغیرہ کے نتیجے میں ہماری جان (ذہن) زخمی ہے۔
- مضبوط قلعوں (گُناہ پر مبنی روّیوں) سے آزاد ہونے کی ضرورت ہے۔

ذیل میں بنی ڈائیگرام میں نجات حاصل کرتے وقت جان (ذہن) بمقابلہ اِنسانی رُوح کی حالت کے درمیان فرق کو دیکھتے ہیں۔



تقدیس کے عمل کے ذریعے خُدا کیا وعدہ کرتا ہے؟

خُدا تقدیس کے ذریعے آپ کی جان (ذہن) میں کون سا کام پورا کرنا چاہتا ہے؟

جان (ذہن): خُدا آپ کے ذہن کو اپنی سچائی کے ذریعے نیا کرنا چاہتا ہے تاکہ وہ آپ کو آپ کے جھوٹے عقائد سے آزاد کر سکے۔

"اور اِس جہان کے ہم شکل نہ بنو بلکہ عقل نئی ہو جانے سے اپنی صُورت بدلتے جاؤ تاکہ خُدا کی نیک اور پسندِیدہ اور کامِل مرضی تجربہ سے معلُوم کرتے رہو۔"

رومیوں 2:12

"اور سچّائی سے واقِف ہوگے اور سچّائی تُم کو آزاد کرے گی۔" یوحنا32:8

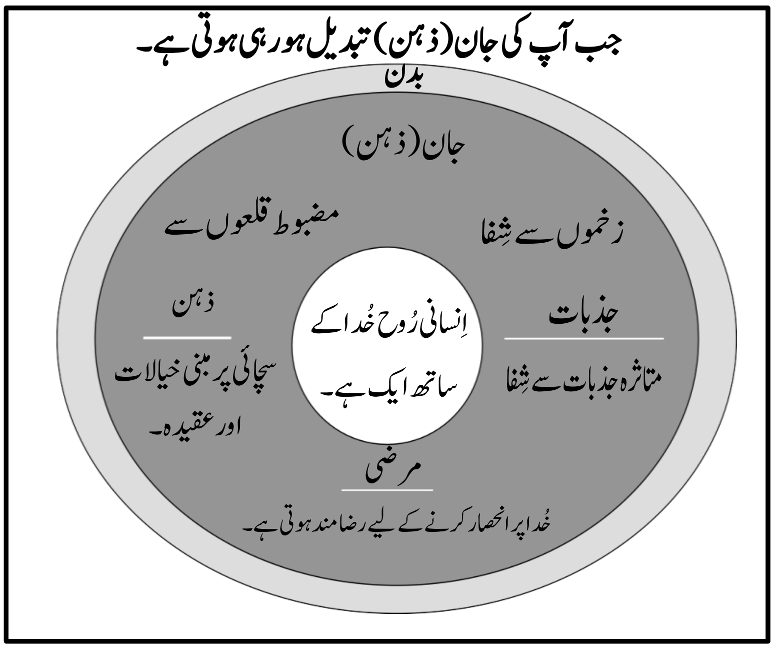
جذبات: خُدا آپ کے جھوٹے عقائد سے منسلک منفی / متاثرہ جذبات کو شِفا دینا چاہتا ہے تاکہ آپ کے جذبات سچائی سے مُطابقت رکھیں۔" زبور3:147

مرضی: خُدا آپ کو اُس مقام پر لانا چاہتا ہے جہاں آپ اُس پر زیادہ سے زیادہ بھروسا کریں، انحصار کریں، پیروی کریں اور خود کو اُس کے سپرد کریں۔
مرقس36:14، فلپیوں13:2

زخم: خُدا آپ کو آپ کے ماضی یا حال کے زخموں سے شفا دینا چاہتا ہے۔ زبور:3:147

مضبوط قلعے: خُدا آپ کو آپ کے مُسلسل جاری گُناہ پر مبنی روّیوں سے آزاد کرنا چاہتا ہے۔ گلتیوں1:5

یہ ڈائیگرام تقدیس کے نتائج کو واضح کرتی ہے۔



سوالات: آپ کیا چاہتے ہیں کہ خُدا کن سچائیوں کے مطابق آپ کے ذہن کو نیا کرے؟ کیا آپ کے ماضی کے کچھ متاثرہ جذبات ہیں جن کے لیے آپ کو شِفا کی ضرورت ہے؟ اگر ہاں، تو وہ کون سے جذبات ہیں؟ آپ کی زندگی میں کون سے ایسے مقامات ہیں جہاں آپ اپنی زندگی کو خُدا کے سپرد کرنے کے لیے رضامند نہیں ہیں؟

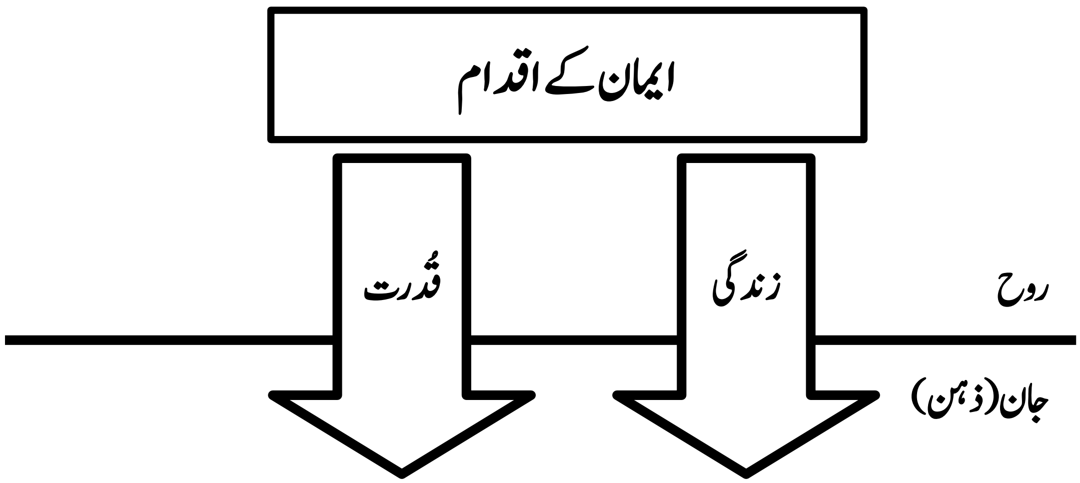
خُدا سے بات چیت کریں: خُدا سے دُعا کریں کہ وہ مذکورہ بالا فہرست میں موجود تمام حصّوں میں ایمان کے اقدام اُٹھانے کے لیے آپ کے ذہن کو تبدیل کرے۔

دُوسرا دِن

"امتیازی لکیر" اور تقدیس۔

آئیں ہم خُدا کے تقدیس کے عمل کو واضح طور پر سمجھنے کے لیے "**امتیازی لکیر**" کی تمثیل کا استعمال کرتے ہیں۔ ہم جانتے ہیں کہ جب ہم ایمان کے اقدام اُٹھاتے ہیں تو خُدا ہماری جان (ذہن) کو بدلنے کے لیے اپنی زندگی اور قُدرت کو نازل کرتا ہے۔ مندرجہ ذیل "**امتیازی لکیر**" کی ڈائیگرام کو دیکھیں جو اِس عمل کو ظاہر کرتی ہے:

ایمان آپ کی جان (ذہن) میں خُدا کی زندگی اور قُدرت کو نازل کرتا ہے۔



جان(ذہن): سچائی پر یقین کرنے کے لیے ذہن کو نیا کرنا۔

جذبات: آپ کے متاثرہ جذبات کو شفا دینا۔

مرضی: آپ کی مرضی کو خُدا پر انحصار کرنے کے لیے تبدیل کرنا۔

مضبوط قلعے: آپ کو گُناہ پر مبنی روّیوں سے آزاد کرنا۔

زخم: آپ کو آپ کے ماضی یا حال کے زخموں سے شفا دینا۔ آیئے ہمارے ذہن کو نیا کرنے سے وابستہ سچائیوں کو گہرے طور پر سمجھنے سے آغاز کرتے ہیں۔

آئیں، ذہن کو نیا کرنے سے منسلک سچائیوں پر گہری نظر ڈالتے ہیں۔

آپ کے ذہن کی تبدیلی

"اور اِس جہان کے ہم شکل نہ بنو بلکہ عقل نئی ہو جانے سے اپنی صُورت بدلتے جاؤ تا کہ خُدا کی نیک اور پسندِیدہ اور کامِل مرضی تجربہ سے معلُوم کرتے رہو۔"

رومیوں 2:12

جیسا کہ ہم نے "**حقیقی پہچان**" کے مُطالعہ کے دوران سیکھا کہ تبدیلی آپ کے ذہن میں شروع ہوتی ہے۔ ہم نے سیکھا کہ خُدا ہمارے ذہنوں کو سچائی کے ذریعے نیا کرنا چاہتا ہے تا کہ ہم جھوٹے عقائد پر مزید یقین نہ کریں اور نہ اُن کے مطابق زندگی بسر کریں۔ ہم اِس بارے میں مزید گہرے طور پر بات کریں گے لیکن میں چاہتا ہوں کہ ہم سب سے پہلے "**دماغ**" اور "**ذہن**" کے درمیان فرق کو سمجھیں۔

آپ کا دماغ بمقابلہ آپ کا ذہن: آپ کا دِماغ-"ہارڈ ڈرائیو کی مانند ہے۔"

آپ کا دِماغ آپ کے کمپیوٹر کی ہارڈ ڈرائیو کی طرح ہے۔ یہ معلومات، واقعات اور تصاویر وغیرہ کو جمع کرتا ہے۔ آپ نے **"مُعاف کرو اور بُھول جاؤ"** یہ فقرہ سُنا ہو گا۔سچ یہ ہے کہ آپ مُعاف تو کر سکتے ہیں لیکن آپ کبھی بُھول نہیں سکتے کیوں کہ تمام معلومات، واقعات وغیرہ مستقل طور پر آپ کے دماغ میں محفوظ ہیں۔ ہم اِس سے متعلق آئندہ اَسباق میں مزید بات کریں گے۔

آپ کا ذہن-"تجزیہ کار یا جانچنے والا ہے۔"

آپ کا ذہن آپ کے دماغ میں ہونے والے واقعات کا **جائزہ** لیتا ہے اور **نتائج** اخذ کرتا ہے اور پھر اُن نتائج کے گرد **عقائد تشکیل دیتا ہے۔** مثال کے طور پر، آپ کے ساتھ بدسلوکی کرنے کے ایک یا ایک سے زیادہ واقعات تھے تو آپ کے دماغ نے اُن سب کو محفوظ / ریکارڈ کیا ہے۔ تاہم، یہ آپ کا ذہن ہے جو جائزہ لیتا ہے، نتائج اخذ کرتا ہے اور پھر اُن نتائج کے گرد عقائد تشکیل دیتا ہے۔

یاد رکھیں کہ جُھوٹا عقیدہ ایک ایسا عقیدہ ہے جو خُدا کی سچائی سے مُطابقت نہیں رکھتا۔

جُھوٹے عقائد کی چند اقسام:

- مسیحی زندگی بسر کرنے سے متعلق جھوٹے عقائد۔
- خُدا سے متعلق جھوٹے عقائد۔
- اپنی پہچان سے متعلق جھوٹے عقائد۔
- شادی سے متعلق جھوٹے عقائد۔

سوال: مندرجہ بالا جھوٹے عقائد کی کچھ مثالیں دیکھنے کے لیے صفحہ نمبر **29** پر جائیں۔ جب آپ جھوٹے عقائد کی اُس فہرست کو دیکھتے ہیں تو جائزہ لیں کہ کیا اُن میں سے کوئی ایسا جھوٹا عقیدہ تو نہیں جس کا آپ پر اِطلاق ہوتا ہے؟

جُھوٹے عقائد کیسے تشکیل پاتے ہیں:

تمام جُھوٹے عقائد ایک خیال سے شروع ہوتے ہیں۔ اگر آپ اُس خیال کو خود پر اختیار رکھنے دیں گے تو آپ کو اُس سے متعلقہ مزید خیالات آنا شروع ہو جائیں گے اور آپ اُن خیالات کو تقویت دیں گے اور پھر آخر کار وہ خیالات جُھوٹے عقائد کی طرف آپ کی رہنمائی کریں گے۔ جُھوٹے عقائد کو تشکیل دینا، اینٹوں کی دیوار بنانے کے مترادف ہے۔ رکھی ہوئی ہر اینٹ ایک سوچ کی نمائندگی کرتی ہے جو کسی دُوسری سوچ کے اوپر رکھی جاتی ہے جب تک کہ جھوٹا عقیدہ قائم نہ ہو جائے۔

آیئے ایک مثال سے سمجھتے ہیں کہ جُھوٹے عقائد کیسے تشکیل پاتے ہیں؟ فرض کریں کہ مجھے خیالات آرہے ہیں کہ مجھے مُسترد کر دیا گیا ہے۔

اگر میں اِس خیال کو خود پر اختیار رکھنے دیتا ہوں جو کہتا ہے کہ: **"مجھے مُسترد کیا گیا ہے۔"**
اور اگر میں اِس خیال کو **مُسلسل** خود پر اختیار رکھنے دیتا ہوں کہ: **"مجھے مُسترد کیا گیا ہے۔"**
اِس کے بعد میں اِس **نتیجے** پر پہنچوں گا کہ: **"مجھے مسترد کیا گیا ہے۔"**

جس کے نتیجہ کے طور پر میں یہ **یقین** کرنا شروع کر دوں گا کہ: **"میں ایک مُسترد کیا گیا یا ٹھکرایا ہُوا شخص ہُوں۔"**

ایک بار جب کوئی عقیدہ بن جاتا ہے اور پھر جب بھی وہ خیال آپ کے ذہن میں آتا ہے تو یہ آپ کے عقائد کو تقویت دیتا ہے۔ اگر یہ جھوٹے عقائد ایک طویل عرصے تک تقویت پاتے رہیں تو یہ مضبوط قلعوں کی صورت اختیار کر لیتے ہیں۔ میں ایک مضبوط قلعے کی تعریف یوں بیان کرتا ہوں:

ایک مضبوط قلعہ

ایک تقویت یافتہ جھوٹا عقیدہ جو ہمارے ذہنوں میں پیوست ہو جاتا ہے۔

ہم اگلے سبق میں قلعوں کے بارے میں مزید بات کریں گے۔ یاد رکھنے کے لئے اہم نکتہ یہ ہے کہ جھوٹے عقائد کی تشکیل اور تقویت اِس سے ہوتی ہے کہ جب آپ اُن خیالات کو خود پر اختیار رکھنے دیتے ہیں جو آپ کے جھوٹے عقائد سے جڑے ہوتے ہیں۔

تیسرا دِن

یاد رکھیں، آپ اپنے عقیدے کے دائرہ کار سے باہر زندگی بسر نہیں کریں گے۔

آپ نے مجھے یہ کئی بار کہتے ہوئے سُنا ہے کہ "آپ اپنے عقیدے کے دائرہ کار سے باہر زندگی بسر نہیں کریں گے۔" مندرجہ ذیل وجہ کے لیے یہ یاد رکھنا ضروری ہے:

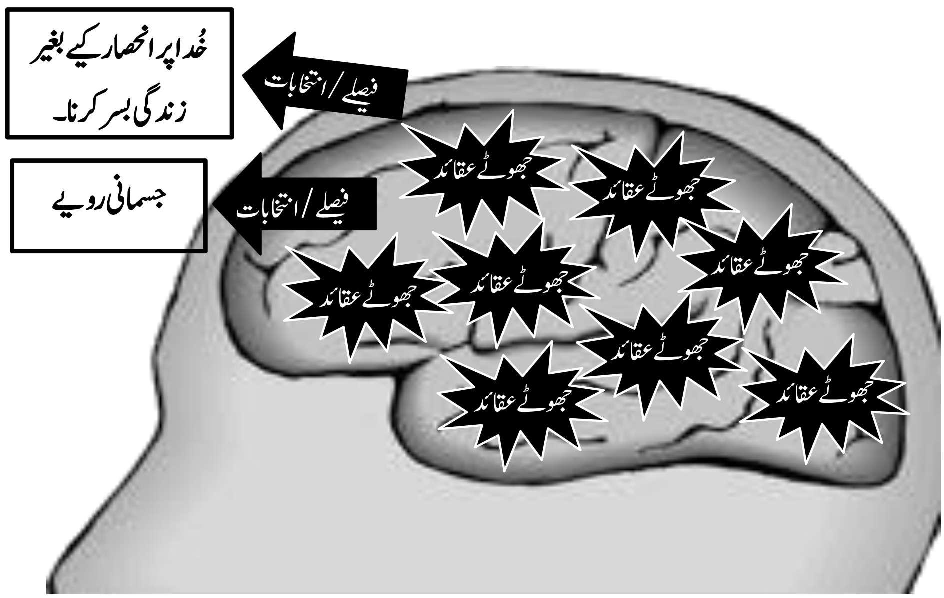
اگر آپ کا عقیدہ کسی جھوٹ پر مبنی ہے تو آپ اپنی زندگی میں اُس جھوٹے عقیدے کے مطابق فیصلے کریں گے۔

ہم اپنے جھوٹے عقائد کے مطابق جو فیصلے کریں گے اُن کے نتائج:

- خُدا پر انحصار کیے بغیر زندگی بسر کرنے کی کوشش کریں گے۔
- جسمانی رویے

اگلے صفحے پر بنی ڈائیگرام اس بات کی وضاحت پیش کرتی ہے۔ (دماغ کی ڈائیگرام کا استعمال کرتے ہوئے میں ذہن سے متعلق وضاحت پیش کروں گا۔ تاہم، ہم جانتے ہیں کہ دماغ اور ذہن میں فرق ہے۔)

آپ کے جھوٹے عقائد کے مطابق لیے گئے فیصلے۔



فیصلے / انتخابات اور جسمانی رویے۔

آئیں فرض کریں کہ آپ یہ جھوٹا عقیدہ رکھتے ہیں کہ سب کچھ آپ کے کنٹرول میں ہے۔ (مجھے دانستہ اور نادانستہ طور پر یقین ہے کہ ہم سب اِس جھوٹے عقیدے کے ساتھ جدوجہد کرتے ہیں۔) آپ کی مرضی آپ کے جھوٹے عقیدے کی بنیاد پر انتخاب کرے گی جو کہ آپ کو جسمانی رویوں جیسے کہ: غصہ، فریب یا کنٹرول وغیرہ کی طرف لے جائے گی۔ ذیل میں بنی ڈائیگرام اسی نکتہ کی وضاحت پیش کرتی ہے۔

ذہن

جھوٹا عقیدہ، سب کچھ میرے کنٹرول میں ہے۔

مرضی

اُس جھوٹے عقیدے کی بنیاد پر انتخاب / فیصلہ کرتی ہے۔

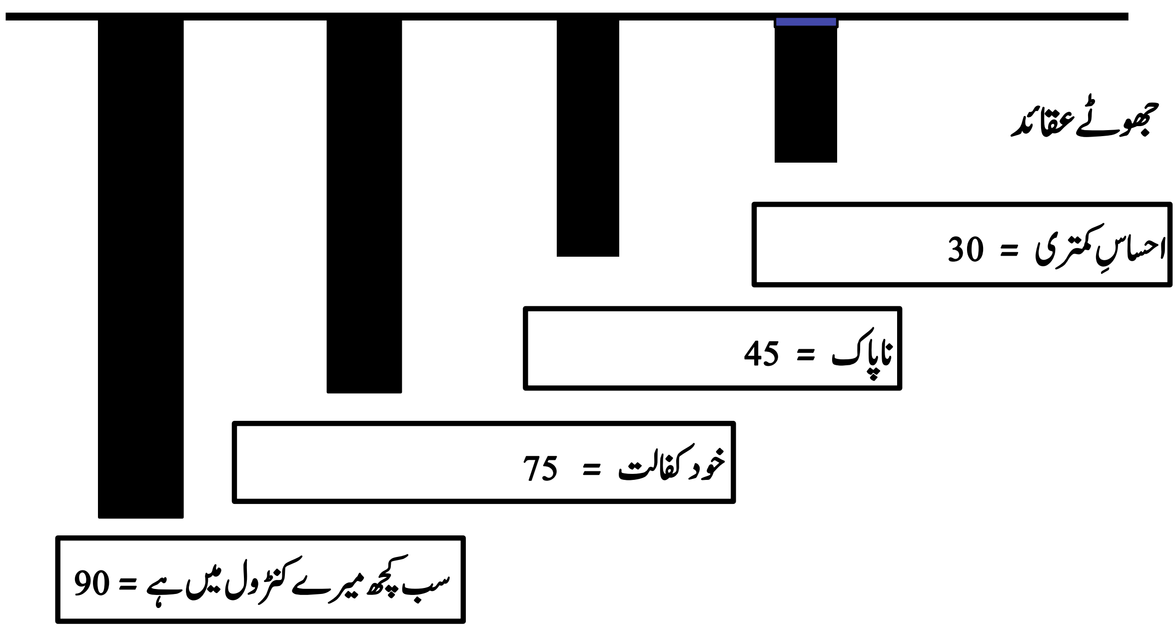
جسمانی رویے

غصہ، فریب، کنٹرول کرنا۔

جھوٹے عقائد کی طاقت جو بدلتی رہتی ہے۔

جھوٹے عقائد کو سمجھنے کے لیے ایک اور کلیدی نکتہ یہ ہے کہ جھوٹے عقائد آپ کے ذہن پر مختلف درجات پر مشتمل گرفت رکھتے ہیں۔ ذیل میں بنی ڈائیگرام اسی نکتہ کی وضاحت پیش کرتی ہے۔ اِس ڈائیگرام میں، ہم کسی ایسے جھوٹے عقیدے کی مثال لیتے ہیں جو ہم اپنے بارے میں رکھتے ہیں۔ ایک شخص کا مضبوط ترین جھوٹا عقیدہ یہ ہے کہ سب کچھ اُس کے کنٹرول میں ہے جو کہ ذیل میں بنے اسکیل 100-1 کے درمیان 90 پر ہے۔ احساسِ کمتری ایک کمزور ترین جھوٹا عقیدہ جو کہ 30 پر ہے۔ ہم جلد ہی سیکھیں گے کہ یہ سمجھنا کیوں ضروری ہے کہ کون سے جھوٹے عقیدے آپ کے ذہن پر کم گرفت رکھتے ہیں اور کون سے جھوٹے عقیدے آپ کے ذہن پر زیادہ گرفت رکھتے ہیں۔

جھوٹے عقائد مختلف درجات پر مشتمل طاقت رکھتے ہیں۔



سوال: آپ کے خیال میں یہ سمجھنا کیوں ضروری ہے کہ ہمارے کچھ جھوٹے عقائد دوسرے جھوٹے عقائد سے زیادہ مضبوط ہوتے ہیں؟

خُدا سے بات چیت کریں: خُدا سے کہیں کہ وہ آپ پر ظاہر کرے کہ کون سا جھوٹا عقیدہ آپ پر زیادہ مضبوط گرفت رکھتا ہے۔

جسمانی رویے کیسے تبدیل ہوں گے؟

جب آپ روح القدس پر انحصار کریں گے کہ وہ کلام کی سچائی سے آپ کے ذہن کو نیا کرے صرف تب آپ کے جسمانی رویے تبدیل ہوں گے۔

خُدا کیوں آپ کے ذہن کو نیا کرنا چاہتا ہے؟

آپ اِس وقت جن جھوٹے عقائد پر یقین کر رہے ہیں اُن سے ایسے جسمانی رویے پیدا ہو رہے ہیں جو نہ صرف آپ کو بلکہ آپ کے قریبی لوگوں کو بھی منفی طور پر متاثر کریں گے۔ تاہم، خُدا آپ کے ذہن کو نیا کرنا چاہتا ہے تاکہ:

- آپ اپنے جھوٹے عقائد کی قید میں زندگی بسر نہ کرتے رہیں۔
- آپ جسمانی رویوں پر مبنی زندگی بسر نہ کرتے رہیں۔
- خُدا آپ کے جھوٹے عقائد کو سچائی سے بدل کر آپ کو آزاد کر سکے۔

خُدا ہمارے ذہنوں کو کیسے نیا کرتا ہے؟

یاد رکھیں کہ میں آپ کو ذہن نیا کرنے سے متعلق اقدامات نہیں بتا رہا بلکہ آپ سے وہ سچائی بانٹ رہا ہوں جو ذہن نیا کرنے کی طرف آپ کی رہنمائی کرے گی۔ ذیل میں ایسی چار کلیدی سچائیاں ہیں جن کے بارے میں ہم اِس پورے سبق میں بات کریں گے۔

1. سیکھیں اور خُدا کی سچائی کا مکاشفہ حاصل کریں۔
2. سچائی کے بارے میں سوچیں اور اپنے ذہن کو یاد دلائیں۔
3. ایمان سے قدم اُٹھائیں تاکہ روح القدس سچائی کے ذریعے آپ کے ذہن کو نیا کرے۔
4. ایمان سے خُدا کا شکر اور اُس کی حمد کریں کہ وہ آپ کے ذہن کو نیا کر رہا ہے۔

(الف) سیکھیں اور خُدا کی سچائی کا مکاشفہ حاصل کریں۔

"وہ چاہتا ہے کہ سب آدمی نجات پائیں اور سچّائی کی پہچان تک پُہنچیں۔" 1 تیمُتھِیُس 4:2

اپنے ذہن کو نیا کرنے کے لئے ضروری ہے کہ پہلے ہم سچائی سے واقف ہوں۔ یاد رکھیں کہ علم سے واقفیت رکھنے سے آپ کا ذہن نیا نہیں ہو گا۔ یہ انتہائی ضروری ہے کہ آپ روح القدس سے کہیں کہ وہ آپ کو اُن سچائیوں کا مکاشفہ عطا کرے جو آپ سیکھ رہے ہیں کیوں کہ سچائی کا مکاشفہ آپ کے ذہن کو نیا کرنے کی طرف رہنمائی کرے گا۔

آئیں اِس کا ایک مثال پر اطلاق کرتے ہیں۔ فرض کریں آپ یہ جھوٹا عقیدہ رکھتے ہیں کہ سب کچھ آپ کے کنٹرول میں ہے۔ سچائی کیا ہے؟

صرف ایک شخص ہے جس کے کنٹرول میں سب کچھ ہے اور وہ مسیح ہے۔ ہم یہ سچائی، فلپیوں 3:20-21 میں دیکھتے ہیں۔

"وہ اپنی اُس قُوّت کی تاثِیر کے مُوافِق جِس سے سب چِیزیں اپنے تابع کر سکتا ہے ہماری پَست حالی کے بدن کی شکل بدل کر اپنے جلال کے بدن کی صُورت پر بنائے گا۔"

اگر سب کچھ مسیح کے کنٹرول میں ہے تو پھر کس کے کنٹرول میں نہیں ہے؟ آپ کے کنٹرول میں نہیں ہے۔ حتیٰ کی آپ جانتے ہیں کہ بائبل بیان کرتی ہے کہ سب کچھ مسیح کے کنٹرول یا اختیار میں ہے پھر بھی روح القدس سے کہیں کہ وہ آپ کو اِس سچائی کا مکاشفہ عطا کرے۔

خُدا بات چیت کریں:

اپنے جھوٹے عقائد میں سے ایک کو لیں اور خود سے یہ سوال پوچھیں:

اِس جھوٹے عقیدے سے متعلق بائبل کی سچائی کیا ہے؟

چوتھادِن

(ب) : سچائی کے بارے میں سوچنا اور اپنے ذہن کو یاد دِلانا شروع کریں۔

"کیونکہ خُدا کا کلام زِندہ اور مُوثر اور ہر ایک دو دھاری تلوار سے زِیادہ تیز ہے اور جان اور رُوح اور بند بند اور گُودے کو جُدا کر کے گُذر جاتا ہے اور دِل کے خیالوں اور اِرادوں کو جانچتا ہے۔" عِبرانیوں 12:4

میں نے پچھلے مطالعہ میں الفاظ "**دانستہ طور پر**" متعدد بار استعمال کیے ہیں۔ یہ ضروری ہے کہ آپ کی ذہنی تبدیلی کے عمل کے ابتدائی مرحلے میں آپ "**دانستہ طور پر**" اُن مخصوص آیات سے متعلق سوچیں جن کا آپ کے جھوٹے عقائد پر اطلاق ہوتا ہے۔ مذکور الذکر مثال پر اِس سچائی کا اطلاق کچھ یوں کیا جا سکتا ہے:

"اَے خُداوند، تیرا کلام کہتا ہے کہ ہر چیز خُداوند یسوع مسیح تابع ہے۔ میں تُجھ سے دُعا کرتا ہوں کہ تُو مجھے مُسلسل اس سچائی کی یاد دہانی کراتا رہے۔"

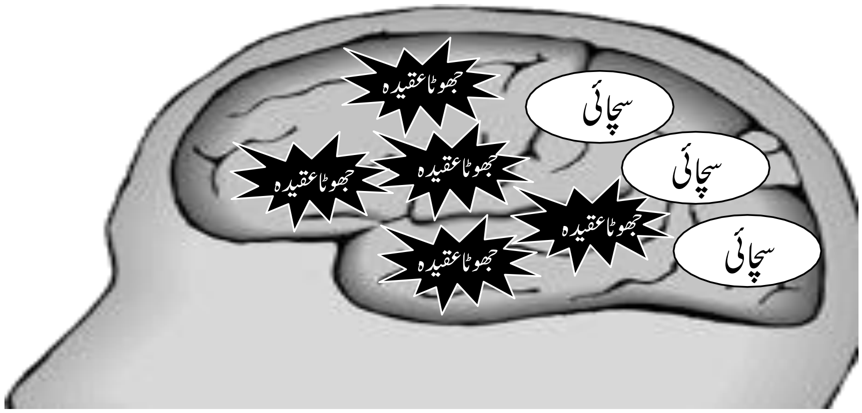
(ج) : ایمان سے قدم اُٹھائیں تاکہ روح القدس سچائی کے ذریعے آپ کے ذہن کو نیا کرے۔

خُدا سے بات چیت کرتے ہوئے ایمان سے قدم اُٹھائیں تاکہ وہ سچائی کے ذریعے آپ کے ذہن کو نیا کرے۔ عملی طور پر یہ اِس طرح سے ممکن ہے:

"خُداوند میں دُعا کرتا ہُوں کہ میرے ذہن کو اِس سچائی کے ذریعے نیا کر کہ تُو واحد وہ شخص ہے جس کے اختیار میں سب کچھ ہے۔ اپنی سچائی کے ذریعے میرے اِس جھوٹے عقیدے کو بدل دے کہ سب کچھ میرے اختیار میں ہے۔" **<u>جب آپ اپنے ذہن کی تجدید کے لیے روح القدس پر انحصار کرنا شروع کرتے ہیں:</u>**

1. **<u>خُدا آپ کے جھوٹے عقائد کو سچائی کے ذریعے بدلنا شروع کر دے گا جیسا کہ ذیل میں دکھایا گیا ہے:</u>**

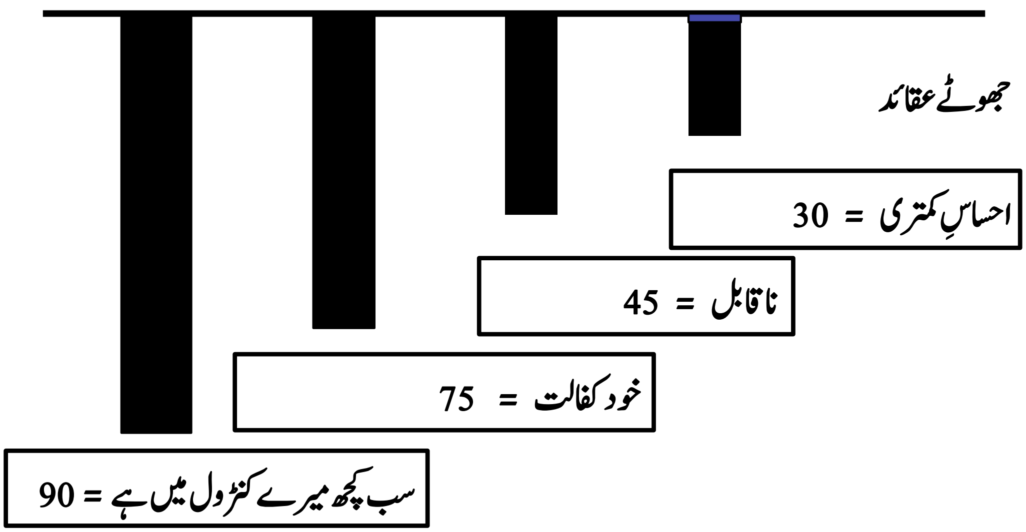
روح القدس جھوٹے عقائد کو سچائی کے ذریعے بدلنا شروع کر دیتا ہے۔



2. <u>جب روح القدس آپ کے ذہن کو سچائی کے ذریعے نیا کرتا ہے تو آپ کے ذہن پر جھوٹے عقائد کی گرفت کم ہوتی جاتی ہے۔</u>

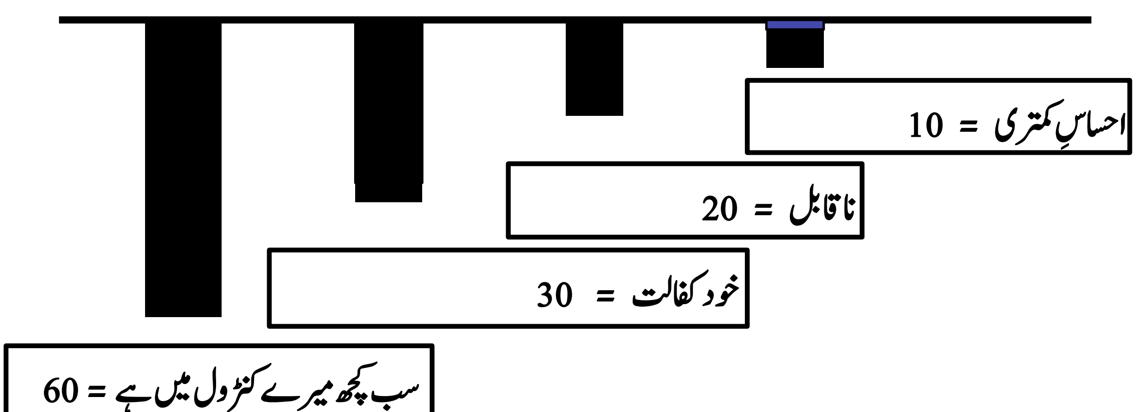
جب خُدا آپ کے جھوٹے عقائد کو سچائی کے ذریعے بدلنے کے عمل میں ہوتا ہے اُس وقت آپ کی سوچ اور انتخاب کرنے کی صلاحیت پر جھوٹے عقائد کی طاقت اور اُن کا اثر کم ہوتا جاتا ہے۔ آیئے اُسی ڈائیگرام کو استعمال کرتے ہیں جسے ہم نے پہلے بھی جھوٹے عقائد کی طاقت کے مختلف درجات کو جاننے کے لیے استعمال کیا تھا۔ اِس ڈائیگرام میں ہر چیز پر اختیار رکھنے کی طاقت 90، خود کفالت 75، نا قابل 45 اور احساسِ کمتری کی 30 ہے۔

جھوٹے عقائد کی طاقت کے مختلف درجات ہوتے ہیں۔



جب آپ اپنے ذہن کو نیا کرنے اور اپنے جھوٹے عقائد؛ غصہ، خود کفالت، فکر اور احساسِ کمتری سے آزادی کے لئے خُدا سے دُعا کرتے ہیں تو آپ خود کو مسلسل ایمان سے چلتا ہُوا پائیں گے اور جھوٹے عقائد کی گرفت آپ پر کم سے کم ہوتی جائے گی۔ اگلی ڈائیگرام اِس کی وضاحت پیش کرتی ہے کہ جب غصے کی طاقت 90 سے 70، خود کفالت کی طاقت 75 سے 50 کے درجے تک کم ہوئی ہے تو اسی طرح باقی جھوٹے عقیدوں کی طاقت کے درجات میں بھی تبدیلی پیدا ہو گی۔

جب خُدا آپ کے جھوٹے عقائد کو سچائی کے ذریعے بدلتا ہے تو آپ کے جھوٹے عقائد اپنی گرفت کھو دیں گے۔



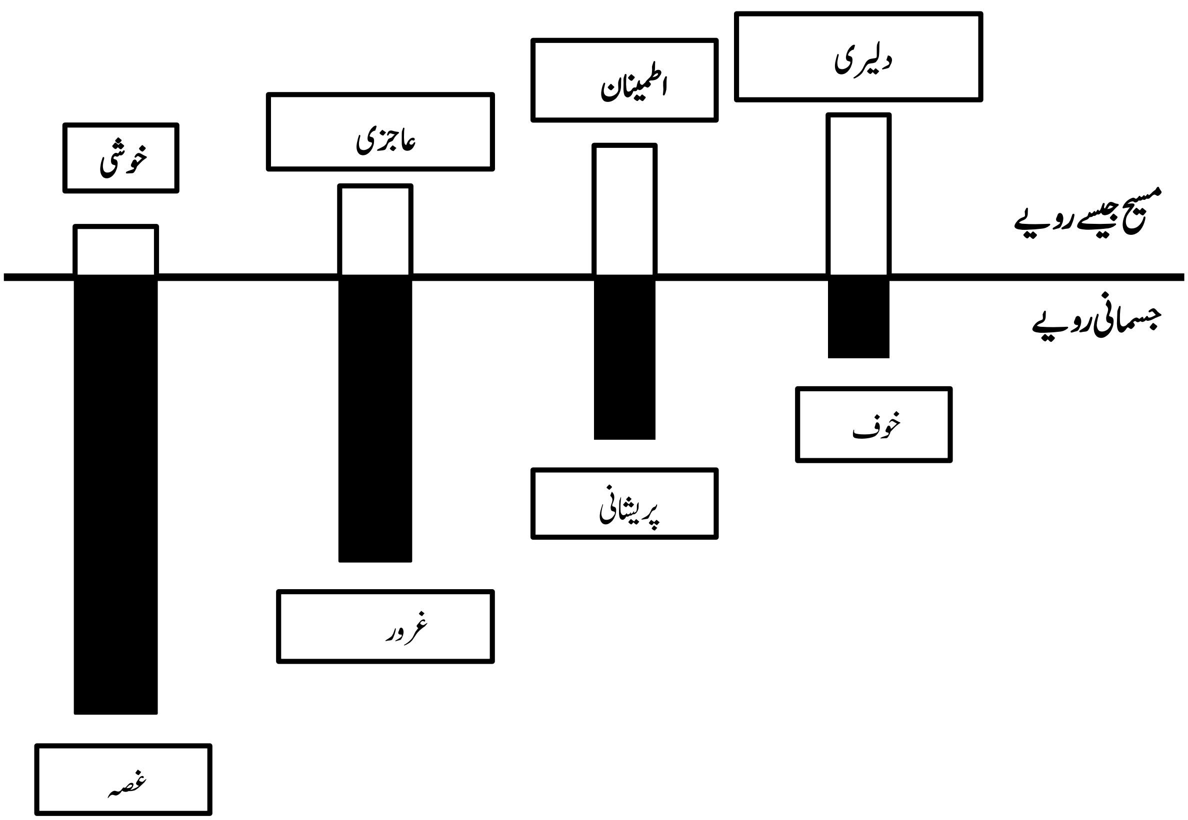
بلاشبہ، یہ اِس سے متعلق صرف ایک مثال ہے کہ خُدا کیا کر رہا ہے۔ خُدا ہماری ترقی کی پیمائش کر کے ہمیں یہ نہیں بتاتا کہ ہم نے کتنے فیصد ترقی کی ہے یا ہم اسکیل کے کس درجے پر ہیں۔ (در حقیقت، خُدا نہیں چاہتا کہ ہم اپنی ترقی کی پیمائش کر کے یہ جاننے کی کوشش کریں کہ ہم نے کتنے فیصد ترقی کی ہے۔)

اگر آپ خُدا سے مسلسل یہ کہیں گے کہ وہ اپنی سچائی سے آپ کے ذہن کو نیا کرے تو آپ خود پر اپنے جھوٹے عقائد کی گرفت میں کمی کا تجربہ کریں گے۔

آپ اپنی ترقی کی پیمائش کرنے والی ٹیپ کو چھوڑ دیں۔ **یاد رکھنے کے لئے ایک اہم کلید:**

3. **<u>جب آپ کا ذہن نیا ہو رہا ہو گا تو پاک روح آپ کے جسمانی رویوں کی جگہ مسیح جیسے رویے پیدا کرے گا۔</u>**

آپ کے جھوٹے عقائد کی طاقت اور اثر میں کمی کے علاوہ، مسیح جیسے رویے آپ کے جسمانی رویوں کی جگہ لینا شروع کر دیں گے۔ ذیل میں دی گئی مثال دیکھیں؛ جس میں خوشی، غصے کی جگہ اور عاجزی، فخر کی جگہ لے رہی ہے۔



مجھے اُمید ہے کہ اِس سے آپ کا حوصلہ بڑھا ہو گا کیوں کہ یہ اُن حیرت انگیز چیزوں میں سے ایک ہے جو خُدا ہم میں تب پورا کرتا ہے جب ہم اُسے شامل کرتے ہیں۔

مشق: ذیل میں دی گئی فہرست کو دیکھیں اور کوئی سے دو یا تین مسیح جیسے رویوں کا انتخاب کریں جن کا آپ زیادہ سے زیادہ تجربہ کرنا چاہتے ہیں۔

غیر مشروط محبت	اہمیت	عاجزی
تحفظ	قبولیت	صبر
معافی	حکمت	بے خوفی
معافی	راست بازی	مسیح کا اعتماد
کاملیت	شکر گزاری	بے غرضی
قربانی	مہربانی	طاقت
آزادی	فتح	بھلائی
خوشی	اطمینان	قُدرت

خُدا سے بات چیت کریں: خُدا سے دُعا کرنا شروع کریں کہ وہ آپ کے جسمانی رویوں کی جگہ آپ کو مسیح جیسے اُن رویوں کا تجربہ عطا کرے جن کا آپ زیادہ سے زیادہ تجربہ کرنا چاہتے ہیں۔

جب خُدا سچائی سے آپ کے ذہن کو نیا کرتا ہے تو وہ آپ کے جسمانی رویوں کی جگہ مسیح جیسے رویے پیدا کرتا ہے۔

4. روح القدس ایک "روحانی فلٹر" پیدا کرنا شروع کرتا ہے۔

سچائی کے ذریعے نہ صرف آپ کے جھوٹے عقائد تبدیل ہو رہے ہوتے ہیں بلکہ روح القدس ایک روحانی فلٹر بھی تیار کر رہا ہوتا ہے۔ روحانی فلٹر بائبل کی سچائیوں سے بنتا ہے، اُن سچائیوں سے جنھیں آپ نہ صرف جانتے ہیں بلکہ اُن پر ایمان بھی رکھتے ہیں۔

ایک روحانی فلٹر بننا شروع ہوتا ہے۔

"روحانی فلٹر" اِتنا ضروری کیوں ہے؟

پانچواں دِن

جیسے جیسے آپ کا روحانی فلٹر بنتا اور بڑھتا جائے گا، آپ جھوٹے خیالات کو فلٹر کرنا شروع کر دیں گے یا اُن کو خود پر اختیار رکھنے نہیں دیں گے۔

"اُنہیں سچّائی کے وسیلہ سے مُقدّس کر۔ تیرا کلام سچّائی ہے۔" یُوحنّا 17:17

میں آپ سے ایک سوال پوچھنے سے آغاز کرنا چاہتا ہوں۔ کیا آپ کو اپنے تمام خیالات کو خود پر اختیار رکھنے دینا چاہیے؟ "**اختیار رکھنے دینا**" سے مراد "**ذہن میں آنے والے ہر ایک خیال کو قبول کرنا**" ہے۔ میں جب یہ سوال پوچھتا ہوں تو زیادہ تر لوگ کہتے ہیں کہ ہمیں تمام خیالات کو قبول کرنا "اختیار رکھنے دینا" چاہیے۔

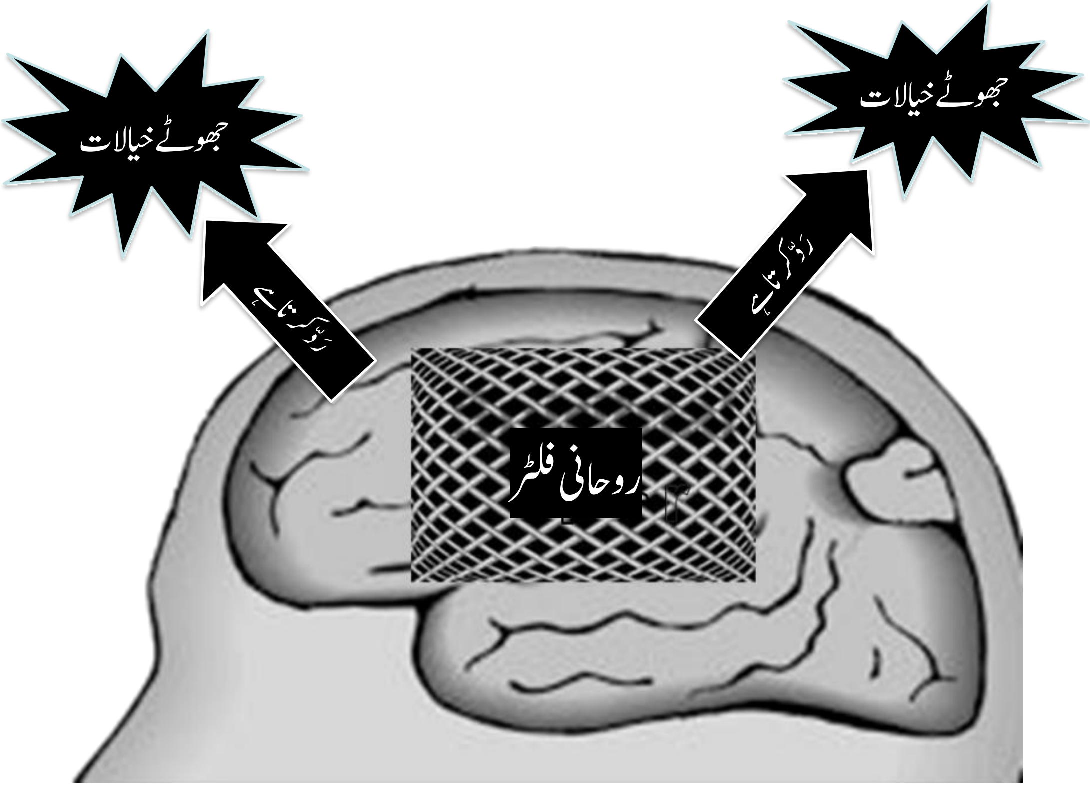
اس مسئلے کو مدِ نظر رکھتے ہوئے کچھ دیر کے لیے اس مثال پر غور کریں۔ فرض کریں کہ آپ کے گھر کے دروازے میں ایک چھوٹا سا سوراخ ہے جس کے ذریعے آپ دیکھتے ہیں کہ دروازے کے سامنے کون کھڑا ہے یا کون دروازہ کھٹکھٹا رہا ہے۔ اگر آپ کسی ایسے علاقہ میں رہتے ہیں جہاں آئے دن کوئی چوری ہو جاتی ہے تو آپ دروازہ کھولنے سے پہلے اس سوراخ میں سے یہ لازمی تصدیق کریں گے کہ دروازہ کس نے کھٹکھٹایا ہے۔ تصور کریں، اگر آپ اپنے گھر کا دروازہ اُس کی جگہ سے ہٹا کر گیراج میں رکھ دیں گے تو کیا آپ کا گھر محفوظ رہے گا؟ جی نہیں! کیوں کہ کوئی بھی اچھا یا بُرا شخص آپ کی اجازت کے بغیر آپ کے گھر میں داخل ہو سکتا ہے۔ ہم میں سے بہت سے لوگوں نے اپنے ذہنوں سے دروازے کو اُس کی جگہ سے ہٹا دیا ہے اور ہم آنے والے تمام خیالات کو خود پر اختیار رکھنے دیتے ہیں یعنی قبول کر لیتے ہیں۔ ایک غیر مسیحی شخص کے پاس اپنے خیالات کے لیے کوئی فلٹر نہیں ہوتا۔ جس کے نتیجہ کے طور پر اپنے تمام خیالات کو قبول کرنے کے علاوہ اُس کے پاس دوسرا کوئی چارہ نہیں ہوتا۔

میں ایک مثال پیش کرتا ہوں۔ فرض کریں کہ آپ کی نوکری چلی گئی اور آپ کے ذہن میں کچھ اس طرح کے خیالات آئے، "مجھے یقین نہیں ہو رہا کہ اُنھوں نے مجھے نکال دیا۔ میں اُن کا ایک بہترین ملازم تھا اب میں بھی اُن سے دوبارہ کبھی رابطہ نہیں کروں گا۔" اگر آپ ایک غیر مسیحی ہیں تو آپ خود بخود ایسے خیالات کے لیے اپنے ذہن کا دروازہ کھول دیں گے۔ تاہم، آپ کے ذہن کو نیا کرنے کا ایک حصہ یہ ہے کہ روح القدس خُدا کی سچائی کو لے گا اور آپ کے ذہن کے لیے "روحانی فلٹر" تیار کرے گا تاکہ آپ جھوٹے خیالات کو قبول نہ کریں۔

سچائی یہ ہے کہ ہمیں اپنے کسی بھی جھوٹے خیال کو قبول کرنے کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔

جیسے جیسے آپ کا روحانی فلٹر بڑھتا جائے گا یہ اُن جھوٹے خیالات کو روکنا یا مسترد کرنا شروع کر دے گا جو آپ کے جھوٹے عقائد کو تشکیل اور تقویت دینا چاہتے ہیں۔ میں آپ کو مثال دینا چاہتا ہوں: فرض کریں، آپ یہ عقیدہ رکھتے ہیں کہ آپ ایک مسترد شدہ شخص ہیں۔ جب آپ سچائی سیکھتے ہیں اور اپنے ذہن کو نیا کرنے کے لیے روح القدس سے کہتے ہیں تو وہ اِس جھوٹے عقیدے کی جگہ کہ آپ مسترد شدہ ہیں اِس سچائی سے آپ کے ذہن کو نیا کرتا ہے کہ آپ قابلِ قبول اور مسیح میں مکمل طور پر مقبول ہیں۔ (کیا آپ کو اپنی حقیقی پہچان یاد ہے؟)، جب آپ کا ذہن نیا ہو رہا ہوتا ہے تب آپ کا روحانی فلٹر تشکیل پا رہا ہوتا ہے تاکہ جب مسترد ہونے سے متعلق خیالات آپ کے ذہن میں داخل ہونے کی کوشش کریں تو آپ کا روحانی فلٹر اُنھیں روک سکے۔ ہم اگلے سبق میں اس عمل کے بارے میں مزید بات کریں گے۔

آپ اپنے خیالات کو فلٹر کرنا شروع کر دیں گے۔



<u>خُدا سے بات چیت کریں</u>: جب آپ اپنے ذہن کو نیا کرنے کے لیے دُعا کرتے ہیں تو خُدا سے کہیں کہ وہ آپ کو اُن جھوٹے خیالات کے بارے میں آگاہی دے جنھیں آپ پہلے قبول کر رہے تھے لیکن اب اُن کو روحانی فلٹر روک رہا ہے۔

یاد رکھیں، کہ اگر آپ روحانی فلٹر تیار کرنے کے لیے روح القدس کو شامل نہیں کرتے تو آپ خود پر اپنے جھوٹے خیالات کو اختیار رکھنے کی اجازت دیتے ہیں۔

5. اگرچہ آپ کسی تبدیلی کو محسوس نہیں کر رہے پھر بھی ایمان کے ساتھ خُدا کا شکر اور تعریف کریں کہ وہ آپ کے ذہن کو تبدیل کر رہا ہے۔

"مَیں گیت گا کر خُدا کے نام کی تعریف کرُوں گا اور شُکر گُذاری کے ساتھ اُس کی تمجِید کرُوں گا۔" زبور 30:69

"مَیں ہر وقت خُداوند کو مُبارک کہُوں گا۔ اُس کی سِتایش ہمیشہ میری زُبان پر رہے گی۔" زبور 1:34

جب ہم اُس میں قائم رہتے ہیں اور ایمان سے چلتے ہیں تو ہمیں اِس بات کے لیے خُدا کا شکر ادا کرنا چاہیے کہ وہ ہماری زندگی میں کام کر رہا ہے۔ اِس حقیقت کے لیے اُس کا شکر ادا کریں کہ وہ آپ میں ہے اور آپ کے ذہن کو اپنی سچائی کے ذریعے نیا کر رہا ہے۔ اُس کا شکر ادا کریں کہ چاہے آپ اپنے عقائد کے نظام میں تبدیلی کا تجربہ نہیں کر رہے ہیں پھر بھی ایمان سے یہ تسلیم کریں اور جانیں کہ تبدیلی رونما ہو رہی ہے۔ جیسا کہ داؤد نے زبور 34 میں کہا؛" اُس کی سِتایش ہمیشہ میری زُبان پر رہے گی۔"

ایمان کا قدم: "خُداوندا اگرچہ میں کسی تبدیلی کا تجربہ نہیں کر رہا میں پھر بھی تیرا شکر ادا کرتا ہوں اور جانتا ہوں کہ تُو میرے ذہن کو نیا کر رہا ہے اور مجھے آزاد کر رہا ہے۔"

خُدا سے بات چیت کریں: یہ ایک اہم سچائی ہے کہ تبدیلی کے عمل کے دوران خُدا کا شکر ادا کرنا اور تعریف کرنا اِس بات کی تصدیق ہے کہ آپ ایمان سے چل رہے ہیں۔ حتیٰ کہ آپ نے ابھی تک تبدیلی کے نتائج کا تجربہ بھی نہیں کیا۔

ذہن کی تبدیلی سے متعلق یاد رکھنے کے لیے اہم سچائیاں:

1. صرف خُدا آپ کے ذہن کو سچائی کے ذریعے نیا کر سکتا ہے۔ آپ خود اپنے ذہن کو نیا کرنے کی صلاحیت یا قابلیت نہیں رکھتے ہیں۔
2. جب آپ ذہن کو نیا کرنے اور تبدیل کرنے کے لیے خُدا پر انحصار کر کے ایمان سے چلتے ہیں تو تبدیلی کا عمل شروع ہو جاتا ہے۔
3. یاد رکھیں کہ آپ زیادہ تر یہ محسوس یا تجربہ نہیں کریں گے کہ خُدا آپ کے جھوٹے عقائد کو سچائی کے ذریعے نیا کر رہا ہے۔
4. تاہم، تبدیلی کے عمل کے دوران آپ خود کو اپنے جھوٹے عقائد اور اُن سے پیدا ہونے والے جسمانی رویوں کی طرف بہت کم جاتا ہوا پائیں گے۔
5. آپ کے جھوٹے عقائد سے جینے کی خواہش کم ہو جائے گی اور سچائی کے مطابق (مسیح کی مانند) جینے کی خواہش بڑھ جائے گی۔
6. خُدا کا آپ کے ذہن کو تبدیل کرنے کا عمل آپ کے ذہن میں ایک جنگ کو جاری کر دے گا۔

دھیان و گیان / غور و فکر کریں: مذکورہ بالا سچائیوں پر غور و فکر کریں۔

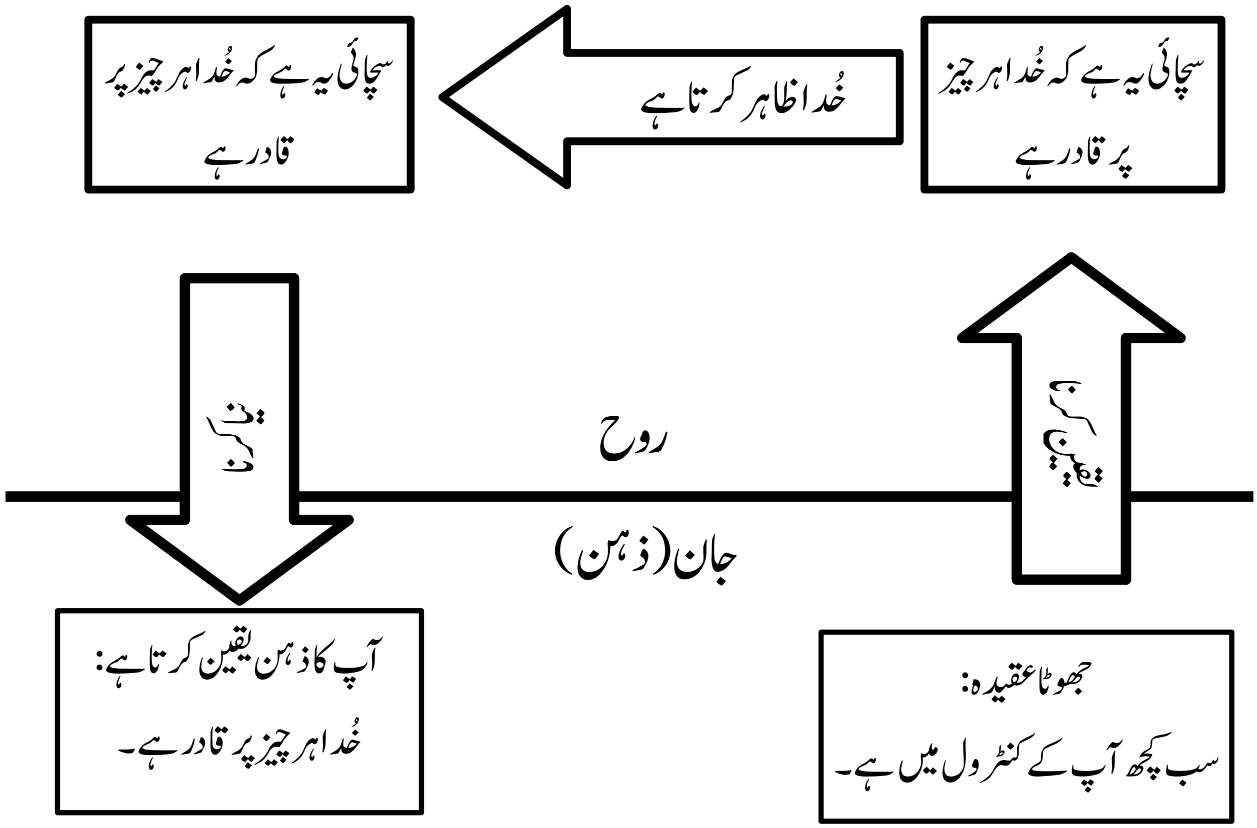
خُدا سے بات چیت کریں: روح القدس سے کہیں کہ جب آپ ایمان سے چلتے ہیں تو وہ ان سچائیوں کو آپ کے ذہن میں تازہ کرے۔

آپ کے ذہن کو نیا کرنے سے متعلق ایک آخری نکتہ جسے سمجھنا ضروری ہے، وہ یہ ہے کہ خُدا کے تبدیلی کے عمل کے خلاف رکاوٹ بھی پیدا ہو گی۔ اس رکاوٹ کا نتیجہ ذہنی جنگ کی صورت میں نکلتا ہے۔ ہم اگلے سبق میں ذہنی جنگ کے بارے میں بات کریں گے۔

6. خُدا کا آپ کے ذہن کو تبدیل کرنے کا عمل اور "امتیازی لکیر"

آئیں **"امتیازی لکیر"** کی تمثیل کو دیکھیں اور اِس کا اطلاق اِس جھوٹے عقیدے کی ذہنی تبدیلی پر کرتے ہیں کہ ہر چیز آپ کے کنٹرول میں ہے۔ **"امتیازی لکیر"** کی ڈائیگرام میں جو اگلے صفحے پر بنی ہوئی ہے، ہم اس عمل کو دیکھیں گے کہ ہمیں اِس جھوٹے عقیدے، "ہر چیز یا سب کچھ میرے کنٹرول میں ہے" کے بجائے، اِس سچائی پر یقین کرنا ہے کہ **"مسیح ہر چیز پر قادر ہے۔ سب کچھ اُس کے کنٹرول میں ہے۔"** روح لقدس آپ پر اِس سچائی کو ظاہر کرے گا کہ صرف مسیح ہر چیز پر قادر ہے۔ وہ آپ کے ذہن کو اس مقام تک تبدیل کرے گا جہاں آپ سچ میں یہ یقین کرنا شروع کر دیں گے کہ آپ نہیں بلکہ صرف خُدا ہر چیز پر قادر ہے اور سب کچھ اُسی کے کنٹرول میں ہے۔

آپ کے ذہن کو سچائی کے ذریعے نیا کرنا۔



تبدیل شُدہ ذہن کا ثبوت کیا ہو گا؟

جب خُدا آپ کے ذہن کو تبدیل کرتا ہے:

- آپ اپنے جھوٹے عقائد کے بجائے خُدا کی سچائی کے بارے میں سوچیں گے۔
- جھوٹ اور سچائی میں امتیاز کرنے سے متعلق آپ کی سمجھ بوجھ بڑھے گی۔
- جب آپ سچائی کے بجائے اپنے جھوٹے عقائد کی طرف واپس جائیں گے تو آپ اس متعلق امتیاز کر سکیں گے۔
- آپ تجربہ کریں گے کہ خُدا آپ کے ذہن کو نیا کرتا ہے اور اس سے ایسی خواہش پیدا ہو گی جس کے باعث آپ زیادہ سے زیادہ ایمان سے چلیں گے۔
- آپ اپنے جھوٹے عقائد کے بجائے سچائی پر مبنی انتخاب کریں گے۔
- جب آپ خُدا کی تبدیلی کا زیادہ سے زیادہ تجربہ کریں گے تو مسیح پر آپ کا بھروسا بڑھے گا۔

آپ کے ذہن کی تبدیلی ایک عمل ہے! یہ عمل زیادہ وقت بھی لے سکتا ہے۔ کیوں؟

"ہر چیز کا ایک مَوقع اور ہر کام کا جو آسمان کے نیچے ہوتا ہے ایک وقت ہے۔" واعظ 1:3

وہ سوال جو ہم "ذہن کی تبدیلی" کے عمل میں خُدا کے بارے میں اپنے آپ سے پوچھ سکتے ہیں یہ ہے کہ "ہر ایک جھوٹ اور مضبوط قلعوں کو تیار ہونے اور میری زندگی پر اختیار رکھنے میں کتنا وقت لگا؟" ہم جانتے ہیں کہ خُدا کسی بھی جھوٹ یا مضبوط قلعے کو ایک لمحے میں ختم کر سکتا ہے۔ تاہم، ہو سکتا ہے کہ خُدا آپ کے ایمان کو بڑھانے کے لیے فوری طور پر ایسا نہ کرے۔

تبدیلی کا عمل آپ کے ایمان اور بھروسے کو اُس کے ایمان اور بھروسے کی مانند بنانے کے لئے ہے جو آپ کے ذہن کو نیا کرتا ہے۔ تاہم، جب وہ آپ میں اور آپ کے ذریعے کام کرتا ہے تو اِس دوران اُس کے صبر کو اپنے اندر بڑھنے دیں تاکہ وہ اپنے تجدیدی نظامِ وقت کے مطابق آپ میں کام کر سکے۔ اُس کا وقت ہمیشہ بہتر ہوتا ہے۔ تاہم، جب آپ خُدا کے نظامِ وقت سے مایوس یا بے چین ہو جاتے ہیں تو ایسے وقت میں، آپ کو سب سے زیادہ جس چیز کی ضرورت ہوتی ہے وہ اُس کا اطمینان اور صبر ہے۔

آپ چاہتے ہیں کہ خُدا اِس عمل میں تیزی سے کام کرے لیکن وہ آپ کو انتظار کے ذریعے ایمان رکھنا سکھا رہا ہے۔

کیا یہ آزادی نہیں؟

"اور سچّائی سے واقف ہوگے اور سچّائی تُم کو آزاد کرے گی۔" یُوحنّا 32:8

اگر خُدا وہ سب کچھ کر رہا ہو جس پر ہم نے اِس سبق میں بات کی ہے تو کیا آپ اِسے آزادی کہنے پر اتفاق کریں گے؟ آزادی کچھ اِس طرح کی ہو گی:

- اپنے جھوٹے عقائد کے بجائے سچائی پر یقین کرنا اور اُس کے مطابق زندگی بسر کرنا۔
- جھوٹے خیالات کو روکنے کے لیے روحانی فلٹر کو تشکیل دینا۔
- جسمانی رویوں کے بجائے مسیح جیسے رویوں کا ہونا۔

تاہم، میں اُمید کرتا ہوں کہ اپنے ذہن کو نیا بنانے، اپنی زندگی کو تبدیل کرنے اور خود کو آزاد کرنے کے لیے آپ ارادتاً خُدا کو دعوت اور موقع دیں گے۔

جھوٹے عقائد

آپ کی پہچان سے متعلق جھوٹے عقائد:

میں محسوس کرتا ہوں یا مانتا ہوں کہ میں:

نا قابل قبول	اپنے آپ میں محفوظ	نا اہل
خود کفیل	مسترد شدہ	خُود اعتماد
فکر مند	میں خود میں کامیاب	ناکام
ہر چیز پر اختیار	نامکمل	خود مختار
شکست خوردہ	اپنے آپ میں قابل	کمزور
بے خوف	غیر محفوظ	صاحب اختیار
	اپنے آپ میں مضبوط	

خُدا سے متعلق جھوٹے عقائد:

ماضی میں انتہائی ذہنی دباؤ کی صورتحال میں، میں نے محسوس کیا کہ خُدا **یا میرا یہ یقین ہے کہ خُدا:**

محبت نہیں کرتا	عدالت کرنے والا ہے	غضب ناک ہے
قبول نہیں کرتا	سزا دینے والا ہے	خاموش اور دُور ہے
مدد نہیں کرتا	الزام لگانے والا ہے	لاتعلق ہے
ہمدرد نہیں ہے	بے پرواہ ہے	ہر چیز پر قادر نہیں ہے
دُعا کا جواب نہیں دیتا	اچھی کارکردگی کا مطالبہ کرتا ہے	صرف مشروط محبت کرتا ہے

شادی سے متعلق جھوٹے عقائد:

- میری ضروریات کو پورا کرنا میرے شریک حیات کی ذمہ داری ہے۔
- میرے شریک حیات کو مجھ سے غیر مشروط محبت کرنے کی ضرورت ہے۔
- میرے شریک حیات کو میری توقعات پر پورا اُترنے کی ضرورت ہے۔
- شادی میں یقیناً میرے پاس جسمانی حقوق ہیں۔

خاص مسیحی زندگی سے متعلق جھوٹے عقائد:

1. **یہ ضروری ہے کہ میں خُدا کے لیے کچھ کروں:**

- تا کہ خُدا سے محبت حاصل کر سکوں۔
- تا کہ خُدا مجھ سے خوش ہو۔
- تا کہ خُدا مجھے قبول کرے۔
- تا کہ خُدا مجھے سزا نہ دے۔
- تا کہ میں اپنے بارے میں اچھا محسوس کر سکوں۔
- تا کہ میں دوسروں کو خوش کر سکوں۔

2. **یہ مجھ پر منحصر ہے کہ میں اپنی عقل اور صلاحیت کو استعمال کروں (خُدا کی مدد کے ساتھ)**

- تا کہ اُس کے حکموں پر عمل کر سکوں۔
- تا کہ اُس کے وعدوں کو اپنی زندگی میں حقیقت بنا سکوں۔
- تا کہ اپنی زندگی تبدیل کر سکوں۔
- تا کہ خوش رہ سکوں۔
- تا کہ کامیاب ہو سکوں۔

سبق نمبر 2

ذہنی جنگ

پہلا دِن

"مگر مُجھے اپنے اعضا میں ایک اَور طرح کی شریعت نظر آتی ہے جو میری عقل کی شریعت سے لڑ کر مُجھے اُس گُناہ کی شریعت کی قَید میں لے آتی ہے جو میرے اعضا میں مَوجُود ہے۔" رُومیوں 23:7

جنگ کیوں جاری ہے؟

ذہن میں جنگ اُس وقت جاری ہوتی ہیں جب آپ اپنے ذہن کو سچائی کے ذریعے نیا کرنے کے لیے خُدا کے روح کو شامل کرنا شروع کر دیتے ہیں۔ جب یہ عمل شروع ہوتا ہے تو آپ کا جسمانی ذہن روح کے کام کے خلاف مزاحمت کرنا شروع کر دیتا ہے۔ مزاحمت کے مقام پر جنگ شروع ہو جاتی ہے۔ ہمارے ذہن میں جاری جنگ کو پولس یوں بیان کرتا ہے۔

"چُنانچہ جِس نیکی کا اِرادہ کرتا ہُوں وہ تو نہیں کرتا مگر جِس بدی کا اِرادہ نہیں کرتا اُسے کر لیتا ہُوں۔" رُومیوں 19:7

ہم میں سے کوئی ایسا نہیں جو پولس کی طرح محسوس نہ کرتا ہو۔ اب جب کہ ہم مسیحی ہیں تو ہم یہ خواہش رکھتے ہیں کہ خُدا کا روح ہمارے ذہنوں کو سچائی کے ذریعے نیا کرے۔ تاہم، جب ہم خُدا سے دُعا کرتے ہیں کہ وہ ہمارے ذہن کو نیا کرے تو ہمارے ذہنوں میں ایک جنگ چھڑ جاتی ہے جس میں خُدا کی سچائی کے خلاف جھوٹے عقائد بنتے ہیں۔ اِس جنگ کے بارے میں اہم سچائیاں کیا ہیں جو ہمیں سمجھنے کی ضرورت ہے؟

1. ذہن پر قابو پانے کی ہماری یہ جنگ کبھی نہیں رُکے گی اور یہ زندگی بھر جاری رہے گی۔
2. اِس جنگ میں ہمارے اندیکھے (نادیدہ) دشمن ہیں۔
3. یہ دشمن ہمیں ہمارے جھوٹے عقائد اور جسمانی رویوں کی غلامی میں رکھنے کی کوشش کرتے ہیں۔
4. ہم تب تک اپنے ذہنوں میں اُس جنگ کو نہیں جیت سکتے جب تک روح القدس ہمارے لیے ہمارے ذہنوں میں اُس جنگ کو نہ جیتے۔
5. یہ جنگ کون جیتتا ہے اُسی سے اِس بات کا فیصلہ ہو گا کہ ہم تبدیل شدہ زندگی کا تجربہ کریں گے یا نہیں۔

ہم اِن میں سے ہر ایک سچائی کو مطالعہ کے بقیہ حصے میں مزید گہرائی سے دیکھیں گے۔ ایک اور سوال جو ہمیں خود سے پوچھنے کی ضرورت ہے وہ یہ ہے کہ "ہم اِس جنگ سے کس حد تک واقف ہیں؟" اگر ہم ذہنی جنگ کی حقیقت سے واقف نہیں ہیں تو ہم یہ جنگ کبھی نہیں جیت سکتے۔

خُدا سے بات چیت کریں: روح القدس سے کہیں کہ وہ آپ کو اُن سچائیوں کا گہرا مکاشفہ عطا کرے اور اُس سے کہیں کہ جب آپ اپنی ذہنی جنگ میں داخل ہوں تو وہ آپ کو اُن سچائیوں سے آگاہ کرے۔

آپ جنگ سے کتنے واقف ہیں؟

''مگر مُجھے اپنے اعضا میں ایک اَور طرح کی شریعت نظر آتی ہے جو میری عقل کی شریعت سے لڑ کر۔۔۔۔''رُومیوں 23:7

پولس کے یہ الفاظ ''**نظر آتی ہے**''ہمیں بتاتے ہیں کہ وہ اس بات سے واقف تھا کہ اُس کے ذہن میں ایک جنگ چل رہی ہے جو اُسے ''نظر آرہی ہے۔'' اور جو مجھے نظر آرہاہے وہ یہ ہے کہ بہت سے مسیحی اپنی فکری زندگی میں جاری جنگ سے واقف ہی نہیں ہیں۔ جب ہم جنگ سے واقف ہی نہیں ہوتے تو کئی طریقوں سے غیر محفوظ ہو جاتے ہیں:

- ہم جسم کی حکمت عملیوں، گناہ کی طاقت اور شیطان / شیطانی قوتوں کا شکار ہو جائیں گے۔
- ہم ان خیالات کو خود پر اختیار رکھنے دیں گے جن کو روح القدس کے وسیلہ سے اسیر کرنے کی ضرورت ہے۔
- جب ہم جھوٹے خیالات کو خود پر اختیار رکھنے دیتے ہیں تو اس سے ہمارے جھوٹے عقائد تقویت پاتے ہیں۔
- یہ جھوٹے عقائد ہمیں جسمانی رویوں اور طرز عمل کی طرف لے جائیں گے۔

خُدا سے بات چیت کریں: روح القدس سے کہیں کہ وہ آپ کو آپ کے ذہن میں جاری جنگ کی اونچائی، لمبائی اور گہرائی کے بارے میں زیادہ سے زیادہ آگاہی فراہم کرے۔

جنگ کیا ہے؟

اور جِسمانی نِیّت مَوت ہے مگر رُوحانی نِیّت زِندگی اور اِطمینان ہے۔رُومیوں 6:8

جنگ ہر اُس خیال کے درمیان ہے جو خُدا کی سچائی سے مطابقت رکھتا ہے بمقابلہ جو خُدا کی سچائی کے خلاف ہے۔

ذہنی جنگ خُدا کے خیالات (سچائی) بمقابلہ جسمانی سوچ اور آپ کے ذہن میں دشمن کے تیار کردہ جھوٹ، دھوکہ دہی، لالچ اور احساسِ گناہ پر مبنی خیالات کے درمیان ہے۔

آیئے مزید دیکھتے ہیں: جسمانیت، جھوٹ، دھوکہ دہی، لالچ اور احساسِ گناہ پر مبنی خیالات۔

جسمانی خیالات:

جسمانی خیالات ایسے خیالات ہیں جو جسمانی انتخاب اور طرزِ عمل کا باعث بنتے ہیں۔ جسمانیت، زندگی بسر کرنے کا ایسا رویہ یا حکمت عملی ہے جو کہتی ہے "میں خود زندگی بسر کر سکتا ہوں، اپنے مسائل حل کر سکتا ہوں، اپنی زندگی کو کنٹرول کر سکتا ہوں اور خُدا پر انحصار کیے بغیر خوش رہ سکتا ہوں۔" جسمانیت سے جسمانی رویے بنتے ہیں اور جو جسمانی رویوں کو چلاتے ہیں وہ جسمانی خیالات ہیں۔

جھوٹے خیالات:

جھوٹے خیالات ایسے خیالات ہیں جو خُدا کی سچائی کے خلاف ہوتے ہیں۔ جھوٹے خیالات بنیادی طور پر اُن جھوٹے عقائد سے آتے ہیں جو ہم اپنے، خُدا اور مسیحی زندگی بسر کرنے کے بارے میں رکھتے ہیں۔

دھوکہ دہی پر مبنی خیالات:

دھوکہ دہی پر مبنی خیالات ایسے خیالات ہیں جو متکلم (First Person) کی صورت میں آتے ہیں۔ یہ ہمیں دھوکہ دیتے ہیں اور خُدا کی سچائی پر ایمان کے ساتھ چلنے سے روکتے ہیں۔

دھوکہ دہی پر مبنی خیالات بنیادی طور پر شیطان اور اُس کی شیطانی قوتوں سے آتے ہیں یہ خیالات ہمارے ذہنوں میں متکلم (First Person) کی صورت میں آتے ہیں۔ دھوکہ دہی پر مبنی خیالات ایسی سوچ کی راہ پر لے چلتے ہیں جو خوف، پریشانی اور فکر وغیرہ پیدا کر سکتے ہیں۔

لالچ پر مبنی خیالات:

لالچ پر مبنی خیالات ایسے خیالات ہیں جو آپ کو آزماتے ہیں اور سچائی کے مطابق زندگی بسر کرنے سے روکتے ہیں۔

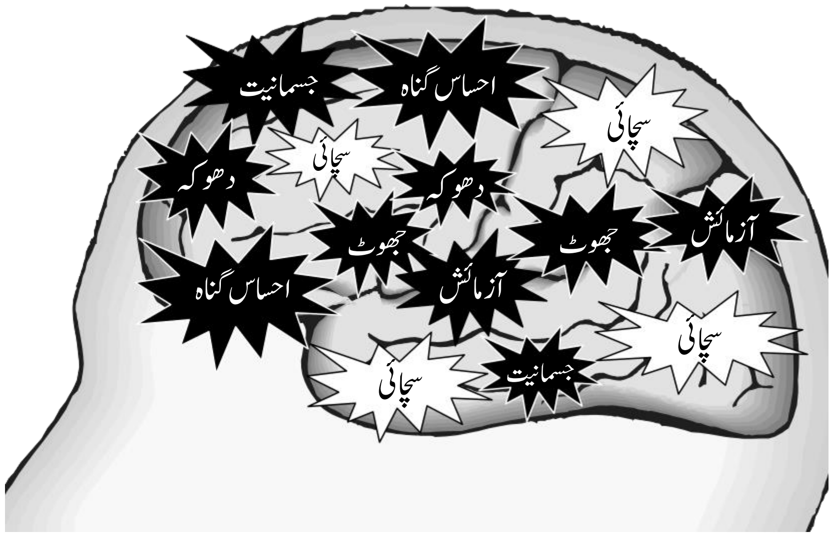
لالچ پر مبنی خیالات وہ خیالات ہوتے ہیں جو عام طور پر ہمارے جھوٹے عقائد اور ہمارے شکست خوردہ گناہ پر مبنی عادات سے منسلک ہوتے ہیں۔ کیوں کہ ہم ان دو مقاصد میں سب سے زیادہ حساس ہیں اِس لیے لالچ پر مبنی پر کشش خیالات غالباً وہیں مرکوز ہوں گے۔

احساسِ گناہ پر مبنی خیالات:

احساس گناہ پر مبنی خیالات ایسے خیالات ہیں جن میں گناہ گار شرمندہ یا مجرم ٹھہرایا جائے۔

یہ وہ خیالات ہیں جو متکلم (First Person) کی صورت میں بھی آتے ہیں۔ وہ ہم پر غلط کام کرنے کا الزام لگاتے ہیں اور جب ہم ناکام ہوتے ہیں یا گناہ کرتے ہیں تو ہمیں اپنے آپ کو مجرم ٹھہرانے کے لیے قائل کرتے ہیں۔ نیچے بنی ڈائیگرام ہمیں خُدا کی سچائی اور اُس سچائی سے متضاد تمام خیالات کے درمیان جنگ کی ایک مثال پیش کرتی ہے:

میدانِ جنگ



اس جنگ میں آپ کے ذہن کے دشمن کیا یا کون ہے؟

"اُن شریروں سے جو مُجھ پر ظُلم کرتے ہیں۔ میرے جانی دُشمنوں سے جو مُجھے گھیرے ہُوئے ہیں۔" زبور 9:17

جنگ کے اولین اصولوں میں سے ایک اپنے دشمن کو جاننا ہے کسی بھی مسیحی کے معاملے میں اس کے ایک سے زیادہ دشمن ہیں اگرچہ داؤد زبور 7:17 میں انسانی دشمنوں کا ذکر کر رہا تھا، ہم بہ طور مسیحی اندھے **"خطرناک"** دشمنوں سے گھرے ہوئے ہیں جو ہمارے ایمان کو چرانے، مار ڈالنے اور ہلاک کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔

یہ 5 دشمن ہیں جن کے بارے میں ہم بات کریں گے:

1. جسمانیت / جسم
2. گناہ کی طاقت
3. شیطان اور اُس کی شیطانی قوتیں
4. دُنیا
5. روزمرہ کی زندگی کے دوران بھٹکانے والے خیالات۔

دُوسرا دِن

آئیں ان میں سے ہر ایک کو مزید گہرائی میں دریافت کرتے ہیں۔

دشمن نمبر 1: جسم / جسمانیت۔ "اور جسمانی نیت موت ہے مگر رُوحانی نیت زِندگی اور اِطمینان ہے۔" رُومیوں 6:8

جب جسم اور ہماری فکری زندگی کی بات آتی ہے تو اس کلیدی سچائی کو یاد رکھیں۔

کلیدی سچائی

جسمانیت مسلسل جسمانی خیالات پیدا کرتی ہے جو کہتے ہیں کہ "میں اپنی عقل اور قابلیت سے کسی بھی مسئلے اور صورتحال کو ٹھیک کر سکتا ہوں، حل کر سکتا ہوں یا قابو پا سکتا ہوں۔"

ایک مسلسل عمل کے طور پر جسمانیت، جسمانی خیالات پیدا کرتی رہی ہے جو جسمانی رویے کا باعث بن سکتے ہیں۔ تاہم، اتنی ہی تباہ کن حقیقت یہ ہے کہ جسمانیت آپ کی سوچ کو متاثر کرتی ہے اور آپ کو خُدا پر انحصار کرنے کے بجائے اپنی محدود عقل اور قابلیت کی طرف راغب کرتی ہے۔ مثال کے طور پر، فرض کریں کہ آپ ایک مشکل فیصلے کے ساتھ جدوجہد کر رہے ہیں، جسمانیت ایسے خیالات متعارف کروا سکتی ہے جیسے؛ "آپ اس فیصلے کے ذریعے اپنے بارے میں کوئی رائے قائم کر سکتے ہیں۔ کافی وقت لگایا یہ سوچنے میں کہ کیا کرنا ہے۔"

اگرچہ یہ ایک عام رجحان ہے خُدا اس فیصلہ سازی کے عمل میں کیا کردار ادا کرنا چاہتا ہے؟ کیا وہ یہ نہیں چاہتا کہ آپ اپنی محدود سوچ کے بجائے اُس کی حکمت اور فہم پر انحصار کریں؟ چونکہ جسمانیت زیادہ تر ہماری طے شدہ حالت ہے اِس لیے یہ آسان ہے کہ جسمانیت آپ کی محدود صلاحیت اور طاقت کو آپ کے مسائل کو حل کرنے اور آپ کی ضروریات کو پورا کرنے کی راہ پر لے چلے۔

خُدا سے بات چیت کریں: خُدا سے کہیں کہ وہ آپ پر اُس "موت" کو ظاہر کرے جو جسمانی خیالات کا باعث بن رہی ہے۔

دشمن نمبر 2: گناہ کی طاقت۔

"پس اگر مَیں وہ کرتا ہُوں جِس کا اِرادہ نہیں کرتا تو اُس کا کرنے والا مَیں نہ رہا بلکہ گُناہ ہے جو مُجھ میں بسا ہُوا ہے۔" رُومیوں 20:7

گناہ کی طاقت

آپ کی زندگی میں ایک اندرونی اور مسلسل جاری طاقت ہیں جو آپ کو خُدا سے دُور کرنے اور گناہ کرنے کے لیے اکساتی ہے۔

جیسا کہ ہم نے پہلے مطالعہ کیا ہے گناہ کی طاقت اور جسمانیت نے کر آپ کو ایک خود مختار زندگی بسر کرنے کی طرف راغب کرتے ہیں۔ گناہ کی طاقت ایسے جسمانی اور گناہ سے بھرے خیالات کو جنم دیتی ہے جو ہمیں ہمارے جھوٹے عقائد کے غلام رکھنے کی کوشش کرتے ہیں۔ مثال کے طور پر، ایک وقت تھا کہ جب میں مانتا تھا کہ مجھے دوسروں پر تنقید کرنے اور عدالت کرنے کا جسمانی حق حاصل ہے۔

خاص طور پر، جب وہ مجھ پر تنقید کر رہے ہوں۔ دوسروں پر تنقید کرنے اور عدالت کرنے کا میرا سرچشمہ ایک جھوٹا عقیدہ تھا کہ "میں نامکمل ہوں۔" تاہم، جب مجھے کوئی مسترد کرتا تھا تو اپنے تحفظ کے لیے اور یہ ثابت کرنے کے لیے کہ میں نے کیا اور کیوں کیا ہے، میں خود کو ایک منصف بنالیتا تھا۔ جب مجھے مسترد کیا جاتا تو میری جسمانیت اور گناہ کی طاقت میں مل کر ایسے خیالات پیش کیے جیسے، "مجھے تنقید کرنے کا حق حاصل ہے کیوں کہ کسی نے مجھ سے جو کیا ہے اُس سے مجھے دُکھ پہنچا ہے۔ اِس لیے میں تنقید کرنے میں جائز ہوں اور یہ حق رکھتا ہُوں۔" ہر بار جب میں اِن خیالات کو خود پر اختیار رکھنے دیتا تو یہ میرے جھوٹے عقائد کو تقویت دیتے تھے۔

اِس لیے اپنی فکری زندگی میں اِس بات سے آگاہ ہو جائیں کہ گناہ کی طاقت اور جسمانیت دونوں مل کر کام کرتے ہیں۔

خُدا سے بات چیت کریں: پاک روح سے کہیں کہ وہ آپ کی زندگی کے اُن حصوں کو بے نقاب کرے جہاں گناہ کی طاقت جسمانی خیالات کو جنم دے رہی ہے جو آپ کے جھوٹے عقائد کو تقویت دیتے ہیں۔

دشمن نمبر 3: شیطان اور اُس کی شیطانی قوتیں۔

"کیونکہ ہمیں خُون اور گوشت سے کُشتی نہیں کرنا ہے بلکہ حکومت والوں اور اِختیار والوں اور اِس دُنیا کی تارِیکی کے حاکموں اور شرارت کی اُن رُوحانی فَوجوں سے جو آسمانی مقاموں میں ہیں۔" اِفِسیوں 12:6

"کیونکہ وہ جُھوٹا ہے بلکہ جُھوٹ کا باپ ہے۔" یُوحنّا 44:8

ہمیں یہ سمجھنا چاہیے کہ ہم شیطان اور اُس کی شیطانی قوتوں کے ساتھ ایک مسلسل جاری جنگ میں ہیں۔ چوں کہ شیطان ایک ساتھ ہر جگہ نہیں ہو سکتا اِس لیے وہ اپنی شیطانی حکمت عملیوں کو انجام دینے کے لیے اپنی شیطانی فوج پر انحصار کرتا ہے۔ یہ دشمن اِس لحاظ سے خطرناک ہیں کہ یہ دِکھائی نہیں دیتے ہیں۔ اِس کے علاوہ، وہ بائبل کو جانتے اور یہ بات اچھے سے سمجھتے ہیں کہ اگر ہم ایمان سے چلیں گے تو خُدا ہماری زندگیوں میں کیا کر سکتا ہے اور کیا کرے گا۔ تاہم، شیطان اور اُس کی شیطانی قوتوں کے مقاصد ہمیں ایمان سے چلنے، تبدیلی کا تجربہ کرنے اور خُدا کے ساتھ ایک شخصی اور گہرا تعلق استوار کرنے سے روکنا ہیں۔ شیطان اور اُس کی شیطانی قوتوں کی اپنا کام پورا کرنے کی بنیادی حکمت عملی یہ ہے:

آپ کے ذہن میں جھوٹے، احساسِ جرم پر مبنی، فریب پر مبنی، آزمائشی اور جسمانی خیالات داخل کرنا۔

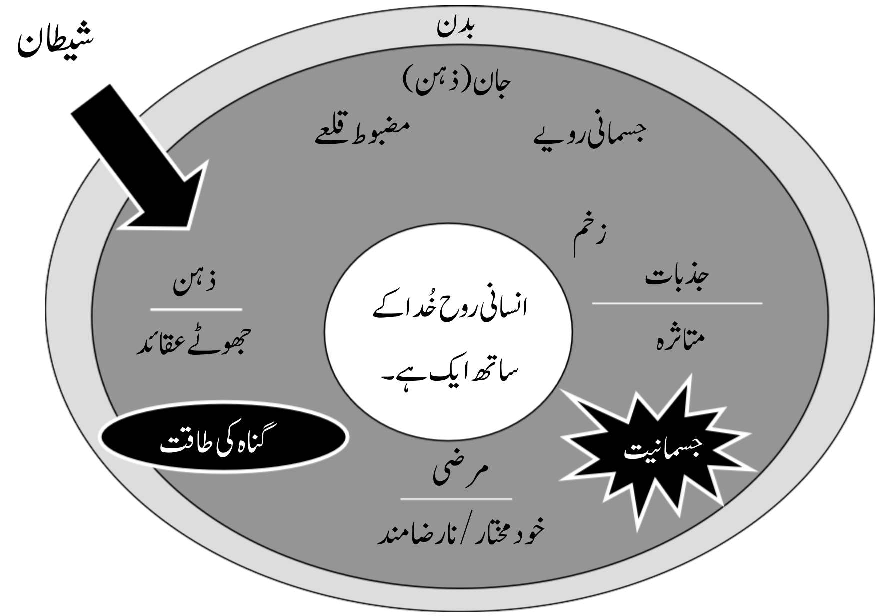
آپ نے دیکھا شیطان اور اُس کی شیطانی قوتیں بخوبی جانتے ہیں کہ کون سے خیالات داخل کرنے ہیں کیوں اُن کے پاس ہماری زندگی کی ایک مکمل فائل ہے۔ وہ ہماری جسمانی عادات، ہمارے مضبوط قلعوں، ہمارے زخموں اور کمزوریوں کو جانتے ہیں۔ تاہم، وہ اُن تمام معلومات کے علاوہ ہمارے تعلقات اور حالات کو استعمال کرتے ہوئے اِن خیالات کو ہمارے ذہنوں میں داخل کرتے ہیں تاکہ ہم اُن کو خود پر اختیار رکھنے دیں جس کے نتیجے میں ہم گناہ کریں گے۔ شیطان جانتا ہے کہ اگر وہ ہمیں اپنے، خُدا اور مسیحی زندگی بسر کرنے کے بارے میں جھوٹ کو سوچنے اور یقین کرنے پر قائل رکھے تو ہم کبھی بھی تبدیلی اور اُس کثرت کی زندگی کا تجربہ نہیں کر سکیں گے جس کا خُدا نے وعدہ کیا ہے۔

سبق نمبر 3 میں ہم اپنے ذہنوں میں جنگ جیتنے کے لیے شیطان / شیطانی حکمت عملی پر مزید بحث کریں گے۔

شیطان اور اُس کی شیطانی فوج کا ایک ہی مرکزی نکتہ ہے اور وہ ہے آپ کو آپ کے جھوٹے عقائد کی قید میں رکھنا۔

نیچے بنی ڈائیگرام جسمانیت، گناہ کی طاقت اور ذہن پر شیطان / بدروحوں کے اثرات کو واضح کرتی ہے:

ناپاک تکون اور جان (ذہن)



خُدا سے بات چیت کریں:

خُدا سے کہنا شروع کریں کہ وہ آپ کے ذہن میں آنے والے ہر اُس خیال کو ظاہر کرے جو شیطان / اُس کی بدروحوں کی طرف سے آرہے ہیں۔

دشمن نمبر 4: دُنیا۔

"خبردار کوئی شخص تُم کو اُس فَیلسُوفی اور لاحاصِل فریب سے شِکار نہ کرلے جو اِنسانوں کی روایت اور دُنیوی اِبتدائی باتوں کے مُوافِق ہیں نہ کہ مسیح کے مُوافِق۔" کُلسیوں 8:2

"کیونکہ جو کُچھ دُنیا میں ہے یعنی جِسم کی خواہِش اور آنکھوں کی خواہِش اور زِندگی کی شیخی وہ باپ کی طرف سے نہیں بلکہ دُنیا کی طرف سے ہے۔" 1-یُوحنّا 16:2

آپ ٹی وی آن کریں، اخبار اُٹھائیں یا میگزین پڑھیں فوراً آپ پر دُنیا کی سوچوں اور خیالات کا انبار لگ جائے گا۔ یہ اِس جہان کے خُدا یعنی شیطان کی طرف سے پھیلائی جانے والی ایک ایسی تدبیر ہے جو مسلسل جاری رہتی ہے اور آپ کو دُنیا کے معیارات کے مطابق کامیاب ہونے، جیتنے، مضبوط ہونے، خود کفیل ہونے اور سب سے اہم بات خود مختار ہونے کے لیے متاثر کر رہی ہے۔ شیطان ہماری ثقافت کو استعمال کرتا ہے تاکہ ہم میں بڑا بننے، مزید بہتر ہونے اور ہمیشہ زیادہ حاصل کرنے کا لالچ پیدا کر سکے یہ واحد پیغام ہے جو آپ کو دُنیا سے ملے گا۔ کیوں؟ وہ سب کچھ جس سے دُنیا آپ کی خدمت کر سکتی ہے یہ ہے جو 1 یوحنا 16:2 میں بیان کیا گیا ہے یعنی، "جسم کی خواہش، آنکھوں کی خواہش اور زندگی کی شیخی۔"

اِس کے علاوہ عالمی واقعات، سیاستدان وغیرہ خوف، غصے اور فکر پر مبنی خیالات کو جنم دے سکتے ہیں۔ میں ایسے مسیحیوں کو جانتا ہُوں جو حکومت کیا کر رہی ہے یا کیا نہیں کر رہی اِس کے بارے میں اپنے غصے پر قابو نہیں رکھ سکتے۔ وہ سیاست دانوں اور حکومتی عمل یا بے عملی کو مسیح میں اپنا اطمینان اور آرام چُرانے دیتے ہیں۔ وہ اُن کی "بے کار" سوچ میں اپنا وقت "ضائع" کرتے رہتے ہیں۔ مجھے یقین ہے کہ ہمیں یہ جان کر حیرت ہو گی کہ ہماری ثقافت ہماری فکری زندگی پر کتنا گہرا اثر ڈالتی ہے اور یہ شہوت، حسد، غصہ اور پریشانی وغیرہ جیسے جسمانی خیالات کو کتنا متحرک کر سکتی ہے۔

<u>خُدا سے بات چیت کریں:</u> جہاں آپ کو معلوم نہ ہو کہ دُنیا آپ کے خیالات پر منفی اثر ڈال رہی ہے اور آپ کو دُنیاوی کی چیزوں کے حسد میں مبتلا کر رہی ہے۔ خُدا سے کہیں کہ وہ زندگی کے ایسے معاملات آپ پر ظاہر کرے۔

شیطان، اِس دُنیا کے خُدا کے طور پر آپ کی سوچ پر منفی اثر ڈالنے کے لیے دُنیا کی چیزوں کا استعمال کرے گا۔

<u>تیسرا دِن</u>

<u>دشمن نمبر 5: روزمرہ کی زندگی کو منتشر کرنے والے خیالات۔</u>

ہر دن کے دوران ہم روزمرہ کی زندگی کے مسائل کی وجہ سے خُدا کے ساتھ چلنے سے منتشر ہو سکتے ہیں بچوں کی دیکھ بھال، ملازمت جیسی سرگرمیاں وغیرہ ضروری نہیں کہ گناہ پر مبنی یا شیطانی ہوں۔ لیکن یہ ہمیں خُدا کے ساتھ چلنے سے ہماری توجہ ہٹا سکتے ہیں۔ شیطان یقینی طور پر ہمارے کام کرنے کی فہرست کو ایک حکمت عملی کے طور پر استعمال کر سکتا ہے تاکہ وہ خُدا کے ساتھ چلنے سے ہماری توجہ ہٹا سکے۔

"**مصروفیت**" ایک اور طریقہ ہے جس سے ہم مسیح پر اپنی توجہ کھو سکتے ہیں اور ذہنی جنگ ہار سکتے ہیں ایسا لگتا ہے کہ ہم اپنی زندگی کے ہر ایک منٹ کو کسی نہ کسی سرگرمی سے بھر رہے ہیں۔ "**مصروفیت**" اتنی عالمگیر شکل اختیار کر چکی ہے کہ مجھے لگتا ہے کہ یہ خُدا کے بارے میں سوچنے یا اس کے ساتھ وقت گزارنے کے متبادل ہو گئی ہے۔

جتنا ہم خود کو مصروف رکھتے ہیں اس سے میں حیران ہوتا ہوں اور سوچتا ہوں کہ کیا ہم یہ یقین رکھتے ہیں کہ زندگی کے مقصد کی تکمیل خُدا سے بات چیت کرنے میں وقت گزارنے کے بجائے ہر لمحہ مصروف رہنے سے آتی ہے۔

شیطان / اس کی بدروحوں کی ایک اور چال آپ کو منتشر رکھنا ہے وہ اچھی طرح جانتا ہے کہ آپ کو مسیح پر توجہ مرکوز کرنے سے اور اس میں قائم رہ کر وقت گزارنے سے منتشر کیسے رکھنا ہے۔ وہ آپ کو مسیح کے بارے میں سوچنے سے روکنے کے لیے کسی بھی اور ہر طرح کے حربے استعمال کرے گا۔

<u>خُدا سے بات چیت کریں:</u> خُدا سے کہیں کہ وہ یہ ظاہر کرے کہ آپ کی "مصروفیت" آپ کو خُدا کے ساتھ وقت گزارنے کے بجائے کہاں لے کر جا رہی ہے؟ خُدا سے یہ بھی کہیں کہ وہ ظاہر کرے کہ شیطان آپ کو خُدا کے بارے میں سوچنے یا اس کے ساتھ وقت گزارنے سے روکنے کے لیے کہاں مختلف حربے استعمال کر رہا ہے۔

شیطان ہمیں خُدا سے متعلق سوچنے سے روکنے کے لیے روزمرہ کی زندگی کے خیر اندیش خیالات کا استعمال کرے گا۔

آپ مسیح پر انحصار کیے بغیر یہ جنگ نہیں جیت سکتے!

اس سے پہلے کہ ہم ذہنی جنگ کے مطالعہ میں مزید آگے بڑھیں، ہمیں پہلے ایک ابتدائی، بنیادی حقیقت کو سمجھنا چاہیے۔

آپ اپنی طاقت اور قوت ارادی کا استعمال کرتے ہوئے یہ ذہنی جنگ نہیں جیت سکتے۔

یہ یوحنا5:15 کا ایک اور اطلاق ہے۔

"۔۔۔کیوں کہ مُجھ سے جُدا ہو کر تُم کُچھ نہیں کر سکتے۔"

خُدا جانتا تھا کہ اُس کی طاقت کے بغیر، ہم کبھی بھی جسم کی طاقت، گناہ کی طاقت یا شیطان / اُس کی بدروحوں پر جیت حاصل نہیں کر سکیں گے۔ ایسی کون سی وجوہات ہیں جن کے سبب سے ہم یہ جنگ خُدا پر انحصار کیے بغیر نہیں جیت سکتے:

- ہم اپنی سوچ میں دھوکہ کھا سکتے ہیں۔
- ہم جھوٹے اور سچے خیالات کے درمیان امتیاز نہیں کر سکتے۔
- ہم نے ایسے خیالات کو جو خُدا کی سچائی سے مطابقت نہیں رکھتے ہیں، خود پر ایک لمبے عرصے تک اختیار رکھنے دیا ہے جس کے باعث وہ تقویت پا کر اتنے مضبوط جھوٹے عقائد بن چکے ہیں کہ جن سے ہم خود کو آزاد نہیں کر سکتے۔
- ہماری قوت ارادی اور عقل ان خیالوں کے مقابلے میں کچھ نہیں ہیں جو جسمانیت، گناہ کی طاقت اور شیطان / اس کی بدروحوں نے ہمارے ذہنوں میں ڈالے ہیں۔

سوال: کیا آپ نے اپنی طاقت سے یہ جنگ جیتنے کی کوشش کی ہے؟ اگر ہاں، تو اِس سے آپ کو کیا فائدہ حاصل ہوا؟ اگر آپ اپنی طاقت اور قوت ارادی سے یہ جنگ لڑنے کے لیے آزمائے گئے ہیں تو مندرجہ ذیل آیت سے متعلق سوچیں۔

"اِس لئے کہ ہماری لڑائی کے ہتھیار جسمانی نہیں بلکہ خُدا کے نزدِیک قلعوں کو ڈھا دینے کے قابِل ہیں۔" 2-کُرِنتھیوں4:10

جنگ جیتا ہُوا شخص آپ کے اندر رہتا ہے!

بہت سے ایمان دار جن کو میں نے ابتدائی طور پر شاگرد بنایا وہ یہ ایمان رکھتے تھے کہ ہم اپنی طاقت اور قوت ارادی سے یہ جنگ جیت سکتے ہیں۔ تاہم، ذہنی جنگ جتنا مسیحی زندگی بسر کرنے کے مترادف ہے۔ صرف ایک ہی شخص ہے جو یہ جنگ جیت سکتا ہے اور وہ روح القدس ہے۔ رُومیوں13:8 پڑھیں:

"کیوں کہ اگر تم جسم کے مطابق زندگی گذارو گے تو ضرور مرو گے اور اگر روح سے بدن کے کاموں کو نیست و نابود کرو گے تو جیتے رہو گے۔"

جب یسوع نے یوحنا 15:5 میں کہا کہ "**مجھ سے جُدا ہو کر تم کچھ نہیں کر سکتے۔**" اس کا مطلب یہ ہے کہ روح القدس سے جُدا ہو کر آپ ذہنی جنگ نہیں جیت سکتے ہیں۔ یہ ایک اور وجہ ہے جس کے لیے خُدا نے اپنی معموری کو ہم میں رکھا ہے۔

کیونکہ اُلُوہِیّت کی ساری معمُوری اُسی میں مُجسّم ہو کر سکُونت کرتی ہے، اور تُم اُسی میں معمُور ہو گئے ہو جو ساری حکومت اور اِختیار کا سر ہے۔
کُلسیوں باب 2 آیات 9 تا 10

کلیدی سچائی

روح القدس جو آپ میں بسا ہوا ہے صرف وہی یہ ذہنی جنگ جیت سکتا ہے۔

آپ کی ذہنی جنگ جیتنے میں روح القدس کے حصے سے متعلق اہم سچائیاں یہ ہیں۔

آپ کی فتح کے طور پر روح القدس یہ کرے گا:

1. آپ کو خُدا کی سچائی سکھائے گا۔ یوحنا 26:14
2. آپ کو خُدا کی سچائی کا مکاشفہ دے گا۔ یوحنا 13:16
3. خُدا کی سچائی پر یقین کرنے کے لیے آپ کے ذہن کو نیا کرے گا۔ رومیوں 2:12
4. آپ کے جھوٹے اور سچے عقائد میں امتیاز کرے گا۔ 1 کرنتھیوں 12:2
5. جنگ کے دوران آپ کو خُدا کی سچائی یاد دلائے گا۔ یوحنا 26:14
6. اِس جنگ میں آپ کے دشمنوں پر آپ کو فتح دلائے گا۔ 2 کرنتھیوں 4:10

اپنے خیالات کو قید کرنا۔ کیا آپ یہ کر سکتے ہیں؟

اس جنگ میں لڑنے کے لیے ہم روح القدس کو کس طرح شامل کر سکتے ہیں، اس کے بارے میں بات کرنے سے پہلے، میں ایک اور کلیدی سچائی بیان کرنا چاہتا ہوں۔ آئیں 2 کرنتھیوں 4:10-5 کو دیکھیں۔

"چنانچہ ہم تصورات اور ہر ایک اُونچی چیز کو جو خُدا کی پہچان کے بر خِلاف سر اُٹھائے ہُوئے ہے ڈھا دیتے ہیں اور ہر ایک خیال کو قَید کر کے مسیح کا فرمانبردار بنا دیتے ہیں۔" 2-کُرِنتھِیوں 5:10

سچائی یہ ہے کہ روح القدس کے بغیر ان خیالات کو قید کرنا آپ سے ممکن نہیں ہے۔

یہاں سمجھنے والی بات یہ ہے کہ پولس یہ **نہیں** کہہ رہا کہ ہر تصور کو ڈھانا یا ہر خیال کو قید کرنا **آپ** کی ذمہ داری ہے۔ اِس آیت کے ذریعے پولس یہ کہہ رہا ہے کہ روح القدس یہ بتا سکتا یا امتیاز کر سکتا ہے کہ آیا یہ خیال خُدا، جسم یا شیطان کی طرف سے ہے۔ روح القدس کے ہمارے خیالات میں امتیاز کرنے کے علاوہ وہ ہمارے ذہنوں کے لیے ایک "**اِلٰہی فلٹر**" بنانا چاہتا ہے۔

ذہنی جنگ جیتنے کے لیے روح القدس کو شامل کرنے سے متعلق سچائیاں:

"اِس واسطے اپنی عقل کی کمر باندھ کر اور ہوشیار ہو کر اُس فضل کی کامل اُمّید رکھّو جو یِسُوع مسیح کے ظہُور کے وقت تُم پر ہونے والا ہے۔" 1-پطرس 13:1

1۔ آپ جو سوچ رہے ہیں اُس سے متعلق سوچیں۔ "کیونکہ جَیسے اُس کے دِل کے اندیشے ہیں وہ وَیسا ہی ہے۔" اَمثال 7:23

پہلی چیز جو ہمیں کرنے کی ضرورت ہے وہ یہ ہے کہ اپنے ذہن میں آنے والے خیالات سے آگاہ رہیں۔ آپ نے ان خیالات کو خود پر اختیار رکھنے کی اجازت دینے کی مہارت بنالی ہے جن سے متعلق خُدا نہیں چاہتا ہے کہ ہم انہیں اختیار رکھنے دیں۔

تاہم، آئیں ان کی فہرست بنانا شروع کریں:

بار بار آنے والے خیالات: ہمیں بار بار آنے والے خیالات ایسے خیالات ہو سکتے ہیں جو ہمارے جھوٹے عقائد سے منسلک ہیں۔

جسمانی خیالات: جسمانیت پر مبنی ان عادات کو دیکھیں جنہیں آپ نے سبق نمبر 2 میں نشان زد کیا ہے اور ایسے جسمانی خیالات کی نشاندہی کریں جو آپ کے جسمانی رویے کے گرد گھومتی ہیں۔

تصوراتی خیالات: اگر آپ تصوراتی خیالات کی طرف رجحان رکھتے ہیں تو ان خیالات کی فہرست بنالیں۔

بُرے خیالات: بار بار آنے والے برے خیالات کی فہرست بنالیں کیونکہ ان کا تعلق تقریباً ہمیشہ شیطان / اس کی بدروحوں سے ہوتا ہے۔

کلید یہ ہے کہ آپ اپنے خیالات کے خاکوں سے متعلق خُدا سے امتیاز کرنے کی نعمت حاصل کرنے کے لیے ایمان سے قدم اُٹھائیں۔ ایمان کا قدم کچھ اس طرح سے اُٹھایا جاسکتا ہے: "اَے خُداوند، میں دُعا کرتا ہُوں کہ میں جو سوچتا ہوں اُس کے بارے میں مجھے زیادہ سے زیادہ آگاہی فرما۔ ہر اُس سوچ کو بے نقاب کر دے جو گناہ ہے۔"

خُدا سے بات چیت کریں: روح القدس سے کہیں کہ وہ آپ کو اس کے بارے میں زیادہ سے زیادہ آگاہی فراہم کرے جو آپ سوچتے ہیں۔

2۔ خُدا سے کہیں کہ وہ آپ کے خیالات کی بنیاد ظاہر کرے۔

"تُم اپنے آپ کو آزماؤ کہ اِیمان پر ہو یا نہیں۔ اپنے آپ کو جانچو۔ کیا تُم اپنی بابت یہ نہیں جانتے کہ یِسُوع مسیح تُم میں ہے؟ ورنہ تُم نامقبُول ہو۔" 2-کُرِنتھِیوں 5:13

کلیدی بات جسے ہمیں 2 کرنتھیوں 5:13 میں سمجھنے کی ضرورت ہے وہ یہ ہے کہ جب پولس کہتا ہے کہ اپنے آپ کو آزماؤ تو اس کا مطلب ہے کہ روح القدس کو شامل کریں تاکہ وہ امتیاز کرتے ہوئے ہمارے خیالات کو آزمائے اور ہمیں ہماری سوچ کی بنیاد بتائے۔ کچھ ایسے خیالات ہیں جو آپ کے ذہن میں آتے ہیں انہیں آزمانے اور خُدا سے یہ کہنے کی ضرورت ہے کہ وہ آپ پر ان خیالات کی بنیاد ظاہر کرے۔

ذیل میں بنی ڈائیگرام وضاحت پیش کرتی ہے کہ آپ کے خیالات کی بنیاد سے متعلق امتیاز حاصل کرنے کے لیے خُدا سے بات چیت کی جائے۔

خُدا اُس خیال کی بنیاد ظاہر کرتا ہے۔	خُدا سے کہیں کہ وہ اُس کی بنیاد ظاہر کرے۔	ایک خیال آپ کے ذہن میں آتا ہے۔

خُدا سے بات چیت کریں: روح القدس سے کہیں کہ وہ آپ کو اُس بارے میں زیادہ سے زیادہ آگاہی فراہم کرے جس بارے میں آپ سوچتے ہیں۔ اُس سے کہیں کہ وہ آپ کے خیالات کی بنیاد کو آپ پر ظاہر کرے۔

گناہ پر مبنی خیالات: یہ سمجھنا ضروری ہے کہ گناہ پر مبنی خیالات روح القدس کے ذریعے ظاہر ہوں گے۔ مسئلہ یہ ہے کہ ہم روح القدس کے ظہور سے پوری طرح سے واقف نہیں ہو سکتے ہیں۔ تاہم، ایمان کا قدم کچھ اس طرح کا ہو گا۔ "اَے خُداوند میں تجھ پر بھروسا کر رہا ہوں کہ میرے اندر آگاہی اور گناہ پر مبنی خیالات سے متعلق حساسیت میں اضافہ کر"

خُدا سے بات چیت کریں: روح القدس سے کہیں کہ وہ گناہ پر مبنی خیالات کے آنے پر آپ کی آگاہی اور حساسیت میں اضافہ کرے۔

جیسے جیسے آپ ایمان کے قدم اُٹھاتے ہیں تو جب روح القدس گناہ پر مبنی خیالات آپ پر ظاہر کرے گا تو آپ اس کے ظہور سے متعلق مزید حساس ہوتے جائیں گے۔

چوتھا دِن

3۔ خُدا سے کہیں کہ وہ آپ کے خیالات سے متعلق سچائی ظاہر کرے۔

"لیکن جب وہ یعنی رُوحِ حق آئے گا تو تُم کو تمام سچّائی کی راہ دِکھائے گا۔" یُوحنّا 13:16

چونکہ روح القدس کی ذمہ داریوں میں سے ایک یہ ہے کہ وہ آپ پر سچائی ظاہر کرے اس لیے خُدا سے کہیں کہ وہ آپ پر ظاہر کرے کہ جو آپ سوچ رہے ہیں اس کے بارے میں سچائی کیا ہے۔

ایک خیال آپ کے ذہن میں آتا ہے۔ | خُدا سے کہیں کہ وہ سچائی ظاہر کرے۔ | خُدا اس خیال کی سچائی ظاہر کرتا ہے۔

خُدا سے بات چیت کریں: خُدا سے کہیں کہ وہ آپ پر ظاہر کرے کہ آپ کے خیالات سے متعلق سچائی کیا ہے۔

4۔ جب روح القدس، گناہ، جھوٹ، فریب، لالچ، جسمانیت یا احساس جرم پر مبنی خیالات کو بے نقاب کرتا ہے تو آپ ان خیالات کو خود پر اختیار نہ رکھنے دیں بلکہ ان خیالات کو خُدا کے سپرد کریں۔

(الف)۔ خیالات کو خود پر اختیار نہ رکھنے دیں۔

"پس گُناہ تُمہارے فانی بدن میں بادشاہی نہ کرے کہ تُم اُس کی خواہِشوں کے تابع رہو"۔ رُومیوں 12:6

ایک بار جب روح القدس کسی خیال کی سچائی آپ پر ظاہر کر دے تو تب آپ کسی بھی ایسے خیال کو خود پر اختیار رکھنے سے روک سکتے ہیں جو خُدا کی طرف سے نہیں ہے۔ مسیح کی طاقت میں آپ کے پاس کسی بھی گناہ یا جسمانیت پر مبنی خیال کو "نہیں" کہنے کی طاقت موجود ہے۔ جیسا کہ کسی نے ایک بار کہا، "اگر آپ کے ذہن کے سامنے کے دروازے سے کوئی جسمانی یا جھوٹا خیال آتا ہے تو اس کے لیے پچھلا دروازہ کھولیں اور اس خیال کو باہر جانے دیں۔"

اِس کے علاوہ، خُدا چاہتا ہے کہ آپ اس خیال کو ایمان کے ذریعے اُس کے سپرد کریں تاکہ خُدا اُسے قید کر لے۔ "**سپرد کرنے سے مراد ہے کہ آپ اس خیال پر خُدا کو اختیار دے دیتے ہیں۔**" اگر آپ اس جسمانی / جھوٹے خیال کو خُدا کے سپرد نہیں کرتے تو آزمائش یہ ہے کہ آپ اس خیال پر تب تک سوچیں گے جب تک آپ اسے خود پر اختیار دے کر اس خیال کی وجہ سے گناہ نہیں کرتے۔

مسئلہ یہ ہے کہ آپ خودکار طور پر بار بار آنے والے جسمانی جھوٹے خیالات کو خود پر اختیار رکھنے دے رہے ہیں اور وہ خیالات مسلسل آپ پر اختیار رکھتے ہیں۔

ایک خیال آپ کے ذہن میں آتا ہے۔	روح القدس اس خیال کی بنیاد / حقیقت کو ظاہر کرتا ہے۔	آپ اس خیال کو خود پر اختیار رکھنے کی اجازت نہیں دیتے ہیں۔

<u>خُدا سے بات چیت کریں:</u> خُدا سے کہیں کہ وہ آپ پر کچھ جسمانی، جھوٹے اور احساس جرم پر مبنی خیالات ظاہر کرے جنھیں آپ خُدا کے سامنے پیش کیے بغیر خود پر اختیار رکھنے دیتے ہیں۔ جب خُدا ان خیالات کو ظاہر کرتا ہے تو آپ اس سے طاقت حاصل کر کے ان خیالات کو "نہیں" کہہ سکتے ہیں۔ 1 پطرس 7:5

<u>ہر ایک خیال کو خُدا کے سپرد کریں۔</u>

''اور اپنی ساری فِکر اُسی پر ڈال دو کیونکہ اُس کو تُمہاری فِکر ہے۔'' 1-پطرس 7:5

یہی وجہ ہے کہ آپ کو جسمانی یا جھوٹے خیالات کے ساتھ وقت ضائع نہیں کرنا چاہیے یہ ضروری ہے کہ آپ انھیں فوری طور پر خُدا کے سپرد کر دیں۔ اسی لیے 1 پطرس 7:5 میں لکھا ہے کہ "**اپنی ساری فکر اُسی پر ڈال دو۔**" اپنی آزمائش، ہر جھوٹ اور احساسِ جرم خُدا کے سپرد کر دیں۔

مثال کے طور پر۔ خُداوند، "تُونے مجھ پر ظاہر کیا ہے کہ مجھے بار بار خوف پر مبنی خیالات آتے ہیں میں تجھ سے درخواست کرتا ہوں کہ تو میری طاقت بن جا تا کہ میں ان خیالات کو ''نہ'' کہہ سکوں اور خود پر اختیار نہ رکھنے دوں۔

خیال کو خُدا کے سپرد کر دیں۔

خُدا سے بات چیت کریں: جب خُدا آپ کے خیال کی بنیاد ظاہر کرے تو ان جسمانی اور جھوٹے خیالات کو خُدا کے سپرد کرنا سیکھیں۔

اگر آپ ایک جھوٹے یا گناہ پر مبنی خیال کو خود پر اختیار رکھنے دیں گے تو کیا ہو گا؟

اگر آپ کسی جھوٹے یا گناہ پر مبنی خیال کو خود پر اختیار رکھنے دیتے ہیں تو آپ کو یقین رکھنا ہے کہ روح القدس آپ پر اسے ظاہر کرے گا مسئلہ یہ ہے کہ عام طور پر یہ صرف ایک خیال نہیں ہوتا بلکہ خیالات کا مجموعہ ہوتا ہے۔ یہ روشنی کی ایک لمبی تار کی طرح ہے جب اس تار کا کوئی ایک بلب جلتا ہے تو باقی سب بھی جلتے ہیں کیونکہ وہ سب جڑے ہوئے ہیں۔ تاہم، جیسے ہی آپ پہچان جاتے ہیں کہ یہ خیال ایک جھوٹا خیال ہے تو فوراً اسے خُدا کے سپرد کرنا شروع کر دیں۔

پانچواں دِن

آپ کی فکری زندگی سے متعلق یاد رکھنے کے لیے دیگر کلیدی سچائی۔

1۔ روحانی فلٹر:

یاد رکھیں کہ روحانی فلٹر خُدا کی سچائی ہے جس پر آپ یقین رکھتے ہیں۔ ابتدائی طور پر آپ کا یہ فلٹر اتنا حساس نہیں ہو گا کہ ہر خیال کو قید کر لے اور آپ اسے خود پر اختیار نہ رکھنے دیں۔ تاہم، جیسے جیسے آپ کو سچائی کا مکاشفہ ملتا رہے گا اور آپ اس پر ایمان رکھتے رہیں گے تو آپ کا یہ فلٹر جھوٹ، احساسِ جرم، آزمائش وغیرہ جیسے خیالات کے لیے حساس ہوتا جائے گا۔ آپ خود کو اس مقام پر پائیں گے جہاں آپ ان خیالات کو خود پر اختیار رکھنے نہیں دیں گے۔

2. مقدس عادات اپنائیں۔

ہماری فکری زندگی میں روح القدس کو شامل کرنا ایک ایسا عمل ہے جسے سیکھنا ضروری ہے۔ یہ معیاری ٹرانسمیشن چلانا سیکھنے جیسا ہے۔ ابتدائی طور پر آپ کو بریک، گیس پیڈل اور کلچ کے درمیان تعلق پر بہت زیادہ توجہ مرکوز کرنی پڑتی تھی۔ تاہم، وقت کی ایک مدت کے بعد آپ نے یہ خود بخود کرنا شروع کر دیا آپ کی فکری زندگی کا بھی یہی حال ہے۔

شروع میں، یہ ضروری ہے کہ رضاکارانہ طور پر روح القدس کو شامل کرنے پر توجہ مرکوز کی جائے تاکہ کسی خیال کی سچائی اور بنیاد کو ظاہر کیا جا سکے اور ان خیالات کو قید کرنے کے لیے روح القدس کے سپرد کر دیا جائے۔ تاہم، جب آپ ایسا کرنے کی ایک "**مقدس عادت**" بنائیں گے تو پھر ایک وقت آپ ایسا خود بخود کرنا شروع کر دیں گے۔

3۔ خود کلامی:

''اَے عزِیزو! ہر ایک رُوح کا یقِین نہ کرو بلکہ رُوحوں کو آزماؤ کہ وہ خُدا کی طرف سے ہیں یا نہیں کیونکہ بہُت سے جُھوٹے نبی دُنیا میں نِکل کھڑے ہُوئے ہیں۔''

1-یُوحنّا4:1

ایک اور "**مقدس عادت**" بنانی ہے جسے میں "**خود کلامی**" کہتا ہوں یہ خُدا کی سچائی کو سوچنے یا بلند آواز میں بولنے کا عمل ہے میں یہ خاص طور پر اس وقت کرتا ہوں جب میرے ذہن میں جنگ جاری ہو۔ (ہمیشہ ہی ایک جنگ جاری ہوتی ہے لیکن بعض اوقات یوں ہوتا ہے کہ جنگ دوسروں کے مقابلے میں زیادہ شدید ہوتی ہے) یہ آپ کو سچائی یاد دلانے اور روحوں کو آزمانے کا ایک طریقہ ہے۔

4۔ جب مستقبل یا ماضی میں جینے کے لیے آپ کی آزمائش ہوتی ہے تو موجودہ لمحے میں اپنی نگاہیں مسیح پر رکھیں۔

''اور اِیمان کے بانی اور کامِل کرنے والے یِسُوع کو تکتے رہیں۔'' عِبرانیوں 2:12

زیادہ تر مسیحی مستقبل کے "**کیا ہو گا اگر**" یا ماضی کے "**اگر صرف**" میں رہتے ہیں۔ اگر مجھے یہ ترقی نہ ملی تو کیا ہو گا؟ "اگر صرف میں نے کوئی اور فیصلہ کیا ہوتا تو آج حالات مختلف ہوتے۔" مجھے یقین ہے کہ اگر آپ اپنے خیالات کی روزانہ کی بنیاد پر فہرست بنائیں تو آپ اپنے بارے میں یہ دیکھ کر حیران رہ جائیں گے کہ ان میں سے کتنے خیالات "**کیا ہو گا اگر**" یا "**اگر صرف**" پر مرکوز ہیں۔ ماضی یا مستقبل میں رہنے سے غصہ، پریشانی، پچھتاوا، عدم تحفظ وغیرہ کے جسمانی خیالات پیدا ہو سکتے ہیں۔ اس سے آپ اُس اطمینان، آرام اور خوشی سے بھی محروم ہو جائیں گے جو آپ کو مسیح میں موجودہ لمحے میں حاصل ہے۔

سچائی یہ ہے کہ آپ ماضی یا مستقبل میں جینے کے متحمل نہیں ہو سکتے۔ کیوں؟ اس کی وجہ یہ ہے کہ آپ کے پاس **"میں ہوں گا"** یا **"میں تھا"** کا خُدا نہیں ہے۔ آپ کا خُدا **"میں ہوں"** کا خُدا ہے۔ دوسرے الفاظ میں خُدا نہیں چاہتا کہ آپ موجودہ زندگی، اطمینان اور آرام کو مستقبل یا ماضی کے بارے میں فکرمند، پریشان کن، احساس جرم یا مایوسی پر مبنی خیالات کے لیے ضائع کریں۔

خُدا سے بات چیت کریں: خُدا سے کہیں کہ وہ "کیا ہو گا اگر" یا "اگر صرف" کو ظاہر کرے جس پر آپ کی توجہ رہتی ہے۔ ان خیالات کو خُدا کے سپرد کریں اور اس سے کہیں کہ وہ آپ کی نگاہیں لمحہ بہ لمحہ مسیح پر رکھے۔

جیسے ہی خُدا آپ کے ذہن کو نیا کرتا ہے تو آپ اپنی زندگی میں "کیا ہو اگر" یا "اگر صرف" سے جینے کی فضولیت (اور وقت کا ضیاع دیکھیں گے۔)

مثال کے طور پر، خُداوند مجھ پر ظاہر کر کہ میں کب اور کہاں تجھ پر توجہ مرکوز کرنے کے بجائے ماضی یا مستقبل پر توجہ مرکوز کرتا ہوں۔ مجھے اس مقام پر لے جا جہاں پر میں رضاکارانہ طور پر **"کیا ہو گا اگر"** یا **"اگر صرف"** پر توجہ مرکوز نہ کروں۔

5۔ایک Litmus Test کہ آیا کوئی خیال احساسِ جرم پر مبنی ہے یا نہیں۔

"پس اب جو مسیح یسُوع میں ہیں اُن پر سزا کا حکم نہیں۔" رُومیوں 1:8

"اور اُس میں پایا جاؤُں۔ نہ اپنی اُس راست بازی کے ساتھ جو شریعت کی طرف سے ہے بلکہ اُس راست بازی کے ساتھ جو مسیح پر اِیمان لانے کے سبب سے ہے اور خُدا کی طرف سے اِیمان پر مِلتی ہے۔" فلپّیوں 9:3

میں جانتا ہوں کہ بہت سے مسیحی خود کو مجرم یا گنہگار ٹھہرانے والے خیالات کا تجربہ کرتے ہیں یہ احساس جرم پر مبنی خیالات عام طور پر اس وقت پیدا ہوتے ہیں جب ہم گناہ کرتے ہیں، اپنے بارے میں جسمانی شخص کے طور پر سوچتے ہیں یا جب وہ کام کرنے میں ناکام ہو جاتے ہیں جو ہم سوچتے ہیں کہ خُدا توقع کرتا ہے کہ ہمیں اپنے مسیحی چال چلن میں کہاں ہونا چاہیے۔ مگر میں نے دیکھا ہے کہ زیادہ تر مسیحی احساسِ گناہ میں زندگی بسر کرتے ہیں۔

یاد رکھنے کے لیے کلیدی سچائی یہ ہے کہ ہماری سزا سے متعلق صلیب پر مکمل طور پر نمٹا گیا۔ اب آپ پر سزا کا کوئی حکم نہیں ہے۔

مسیحیوں کے لیے سب سے اہم آیات میں سے ایک رومیوں 1:8 ہے۔ چونکہ آپ مسیح میں ہیں، مسیح پر ایمان رکھنے کے سبب سے آپ پر اب کوئی بھی سزا کا حکم نہیں ہے۔ سچ یہ ہے کہ فلپیوں 9:3 کے مطابق آپ راستباز ہیں۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ آپ کو ایک لمحہ کے لیے بھی خود کو مجرم محسوس نہیں کرنا ہے۔ خُدا آپ کو مجرم نہیں ٹھہراتا تو آپ کیوں ٹھہراتے ہیں؟ اگر آپ کو یقین نہیں ہے کہ آپ احساس جرم پر مبنی خیالات کا سامنا کر رہے ہیں یا نہیں تو اپنے خیالات میں "مسیح میں" یہ الفاظ شامل کریں۔

مثال کے طور پر یہ خیال ہو سکتا ہے کہ "**میں ناکام ہوں**" یا "**میں نااہل ہوں**۔" یہ آپ کو سچ لگ سکتا ہے لیکن جب آپ یہ کہیں گے کہ "**میں مسیح میں ناکام ہوں**" یا "**میں مسیح میں نااہل ہوں**" آپ آسانی سے سمجھ جائیں گے کہ یہ جھوٹ ہے۔

اپنے خیالات میں یہ الفاظ "**مسیح میں**" شامل کریں۔

یہ الفاظ "**مسیح میں**" شامل کرنے سے یہ ظاہر ہو جائے گا کہ آیا یہ خیال مسیح کی طرف سے ہے یا نہیں۔

خُدا سے بات چیت کریں: خُدا سے کہیں کہ وہ آپ پر ان مقامات کو ظاہر کرے جہاں آپ داخل نہیں ہوئے اور جنگ نہیں لڑ رہے ہیں۔ اپنے بعض خیالات میں "**مسیح میں**" کے الفاظ استعمال کریں تاکہ یہ ظاہر ہو سکے کہ وہ کس کی طرف سے ہیں۔ جب احساسِ گناہ پر مبنی خیالات آپ کے ذہن میں آئیں، تو خُدا سے دُعا کریں کہ وہ آپ کو یاد دلاتا رہے اور آپ کے ذہن کو نئے سرے سے اس سچائی کی طرف رہنمائی دے کہ "جو مسیح یسوع میں ہیں، اُن پر سزا کا حکم نہیں ہے۔" (رومیوں 8:1)۔

یاد رکھیں کہ اس جنگ میں کوئی بھی امن پسند نہیں ہوتا۔

"پس اَوروں کی طرح سونہ رہیں بلکہ جاگتے اور ہوشیار رہیں۔" - 1 تھِسّلُنیکیوں 6:5

اگر آپ لڑائی میں حصہ نہیں لیتے، تو آپ پہلے ہی اسے ہار چکے ہیں!

خُدا سے بات چیت کریں:

روح القدس سے دُعا کریں کہ وہ آپ کو وہ مقامات دکھائے جہاں آپ جنگ میں شامل نہیں اور نہ ہی جنگ لڑ رہے ہیں۔

خلاصہ:

مجھے اُمید ہے کہ یہ سبق اس بارے میں بہتر سمجھ حاصل کرنے میں مددگار ثابت ہوا ہے کہ ذہنی جنگ لڑنے کے لیے روح القدس کو شامل کرنے کا کیا مطلب ہے۔ آئندہ سبق میں ہم دیکھیں گے کہ شیطان ہماری فکری زندگی کو کیسے متاثر کرتا ہے۔

سبق نمبر 3

آپ کی فکری زندگی پر شیطانی اثر

روحانی جنگ

پہلا دِن

"یعنی اُن بے اِیمانوں کے واسطے جِن کی عقلوں کو اِس جہان کے خُدا نے اَندھا کر دِیا ہے تا کہ مسیح جو خُدا کی صُورت ہے اُس کے جلال کی خُوشخبری کی رَوشنی اُن پر نہ پڑے۔" 2-کُرِنتھِیوں 4:4

تعارف:

ہم نے سبق نمبر 2 میں اس بارے میں بات کی تھی کہ شیطان اور اس کی بد روحیں ہمارے ذہن کے دشمن ہیں۔ میرے خیال سے اس سبق میں ہمیں اس پر توجہ مرکوز کرنی چاہیے کہ شیطان اور اس کی بدروحوں سے نمٹنے کے لیے خُدا کو روحانی جنگ میں کیسے شامل کرنا ہے۔ شیطان اور اس کی بدروحیں خُدا سے نفرت کرتے ہیں۔ انہوں نے ابتدا ہی سے خُدا کے خلاف بغاوت کر دی اور وہ جانتے ہیں کہ ان کا آخری مقام جہنم ہے۔ ان کا بنیادی مقصد بنی نوع انسان کو نجات حاصل کرنے سے روکنے کے لیے ہر ممکن کوشش کرنا ہے۔ ایک بار جب آپ نجات حاصل کر لیتے ہیں تو ان کا مقصد چرانا، ہلاک کرنا اور آپ کو ایمان سے چلنے سے روکنا ہے تاہم، ہم دریافت کریں گے کہ دشمنوں کی حکمت عملیوں اور شیطان / اس کی بدروحوں سے نمٹنے کے لیے خُدا کی طاقت کو کس طرح شامل کرنا ہے۔

شیطان اور اُس کی بدروحوں سے نمٹنا:

شیطان آپ کا واحد مؤرخ ہے۔ اس نے آپ کی پوری زندگی سے متعلق تمام ریکارڈ محفوظ رکھے ہیں۔ وہ اور اس کی بدروحیں آپ کی کمزوریوں، گناہ پر مبنی عادات اور جھوٹے عقائد کو جانتے ہیں۔ وہ ان حصوں کو بخوبی جانتے ہیں جہاں آپ سب سے زیادہ کمزور ہیں تاہم، وہ گناہ کی طاقت اور گناہ پر مبنی عادات کو متحرک کر کے آپ کو خُدا کے ساتھ چلنے سے روکنے کی کوشش کرتے ہیں شیطان اور اس کی بدروحیں اس لحاظ سے بہت ظالم ہیں کہ وہ جھوٹ، آزمائش، فریب اور احساس گناہ کا استعمال کرتے ہوئے آپ کو ایمان کی راہ سے ہٹانے کی کوشش کریں گے۔

"تُم ہوشیار اور بیدار رہو۔ تُمہارا مُخالِف اِبلیس گرجنے والے شیر بَبر کی طرح ڈُھونڈتا پِھرتا ہے کہ کِس کو پھاڑ کھائے۔" 1-پطرس 8:5

لفظ **"پھاڑ کھائے"** کا مطلب اصل یونانی میں **"تباہ کرنا، برباد کرنا"** ہے۔ کچھ دیر کے لیے اس بارے میں سوچیں شیطان اور اس کی بدروحیں جان بوجھ کر مسیحیوں اور غیر مسیحیوں کو تباہ کرنے کی کوشش کر رہے ہیں۔ غیر مسیحیوں کے لیے تباہی کا مطلب یہ ہے کہ شیطان اور اس کی بدروحیں انہیں کم از کم نجات حاصل کرنے سے روکنے کی کوشش کریں گے اور اس کے علاوہ انتہا پر انہیں خودکشی کرنے پر مجبور کریں گے۔

شیطان اور اس کی بدروحیں کس طرح مسیحیوں کو تباہ کر سکتی ہیں اور اس کی مثالیں کیا ہیں؟

- ان کو بھٹکانے کی کوشش کرنا کہ وہ ایمان سے نہ چلیں۔
- انھیں ان کے جھوٹے عقائد کی غلامی میں رکھنا۔
- انہیں ان کی شکست خوردہ گناہ پر مبنی عادات کے سلسلے میں شکست میں رکھنا۔
- انھیں خود زندگی کا سرچشمہ بننے کی طرف لانا۔
- انھیں آمادہ کرنا کہ وہ خُدا پر انحصار کیے بغیر اپنی زندگی کے مسائل سے نمٹیں۔
- انھیں اس مقام پر لانا کہ وہ خودکشی کر لیں۔

یہی وجہ ہے کہ مسیحیوں کو شیطان اور اس کی بدروحوں کی طاقت اور صلاحیت سے آگاہ ہونا چاہیے۔ ہمیں ان کی طاقت سے خوف زدہ ہونے کی ضرورت نہیں لیکن ضروری ہے کہ ہم ان سے متعلق علم رکھیں اور بیدار رہیں۔ اس سے بیشتر کہ ہم مطالعہ میں مزید آگے بڑھیں، میں شیطان اور اس کی بدروحوں کے ہماری زندگیوں میں ہونے اور ہماری زندگیوں پر ان کے اثر کا مسئلہ حل کرنا چاہتا ہوں۔

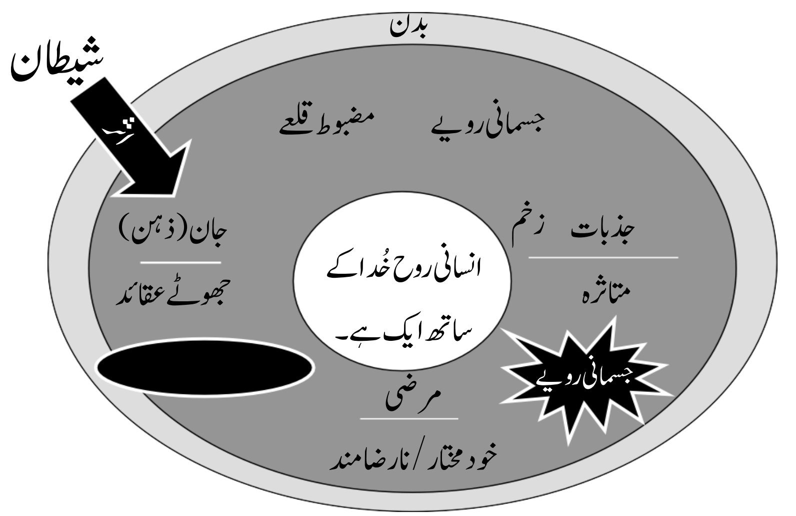
کلیدی سچائی

آپ مسیحی ہیں اس لیے شیطان اور اس کی بدروحیں آپ کے اندر نہیں رہ سکتے۔ چوں کہ آپ خُدا کے ساتھ ایک ہیں، شیطان اور اس کی بدروحیں صرف آپ کی جان (ذہن) کو متاثر کرنے کی کوشش کرسکتے ہیں وہ آپ کے اندر رہ نہیں سکتے۔

ہم 2-کُرِنتھِیوں 12:7 میں دیکھتے ہیں کہ شیطان اپنی بدروحوں کو ہماری جان (ذہن) کے خلاف لا سکتا ہے۔ پولس کے ساتھ ایسا ہی ہوا جب شیطان نے اسے اذیت دینے کے لیے ایک بدروح (شیطان کا قاصد) بھیجا:

"اور مُکاشفوں کی زِیادتی کے باعِث میرے پُھول جانے کے اندیشہ سے میرے جِسم میں کانٹا چُبھویا گیا یعنی شَیطان کا قاصِد تاکہ میرے مُکّے مارے اور مَیں پُھول نہ جاؤُں۔" 2-کُرِنتھِیوں 12:7

شیطان جان (ذہن) کو متاثر کرسکتا ہے لیکن اس میں داخل نہیں ہو سکتا۔



شیطان کی حکمت عملی: ”چور نہیں آتا مگر چُرانے اور مارڈالنے اور ہلاک کرنے کو۔“ یُوحنّا10:10

ہمیں یاد رکھنا چاہیے کہ شیطان کی حکمت عملی تین رُخی یعنی "چرانا، مارنا اور ہلاک کرنا" ہے۔ شیطان اس آرام خوشی اور اطمینان کو چرانا چاہتا ہے جو مسیح میں ہمارے پاس ہیں تاکہ ہمیں ایمان سے چلنے سے روک سکے اور خُدا پر انحصار کرنے کی ہماری چاہت اور ارادے کو ختم کر سکے۔ آئیں وہ چند طریقے دیکھتے ہیں جن سے شیطان اور اس کی بدروحیں اس حکمت عمل کا اطلاق کرتے ہیں:

شیطان / بدروحوں کی حکمت عملی۔ (حصہ اوّل) وہ اپنے خیالات کو ہمارے ذہنوں میں بھیجتے ہیں۔

یہ یاد رکھنا ضروری ہے کہ شیطان اور اس کی بدروحیں ہمارے ماضی کی تاریخ سے واقف ہیں وہ ہماری کمزوری اور طاقت دونوں کو جانتے ہیں وہ گناہ پر مبنی ہماری عادات کو اور ان کی طاقت کو بھی اچھی طرح سے جانتے ہیں۔ تاہم، وہ بخوبی جانتے ہیں کہ کس طرح ہماری توجہ کو مسیح کے بجائے خود پر مرکوز رکھنا ہے اور کیسے ہم سے گناہ کروانے کے لیے گناہ پر مبنی ہماری عادات کو استعمال کرنا ہے۔ ان کی حکمت عملی ہماری فکری زندگی پر مرکوز ہے تاہم، ان کی حکمت عملی کا حصہ یہ ہے کہ ہم اپنے ذہنوں میں جسمانی، جھوٹ، احساس جرم اور لالچ پر مبنی خیالات داخل کریں۔ ہمارے ذہنوں میں خیالات داخل کرنے کے لیے شیطان کی حکمت عملی کی ایک بہترین بائبلی مثال دیکھنے کے لیے ذیل میں متی16:21-23 پڑھیں۔

”اُس وقت سے یِسُوع اپنے شاگردوں پر ظاہِر کرنے لگا کہ اُسے ضرُور ہے کہ یرُوشلیم کو جائے اور بُزرگوں اور سردار کاہِنوں اور فقِیہوں کی طرف سے بُہت دُکھ اُٹھائے اور قتل کِیا جائے اور تِیسرے دِن جی اُٹھے، اِس پر پطرس اُس کو الگ لے جا کر ملامت کرنے لگا کہ اَے خُداوند خُدا نہ کرے۔ یہ تُجھ پر ہرگز نہیں آنے کا۔“ متّی باب16 آیات21تا22

”اُس نے پھِر کر پطرس سے کہا اَے **شَیطان میرے سامنے سے دُور ہو**۔ تُو میرے لئے ٹھوکر کا باعِث ہے کیونکہ تُو خُدا کی باتوں کا نہیں بلکہ آدمیوں کی باتوں کا خیال رکھتا ہے۔“ متّی16:23

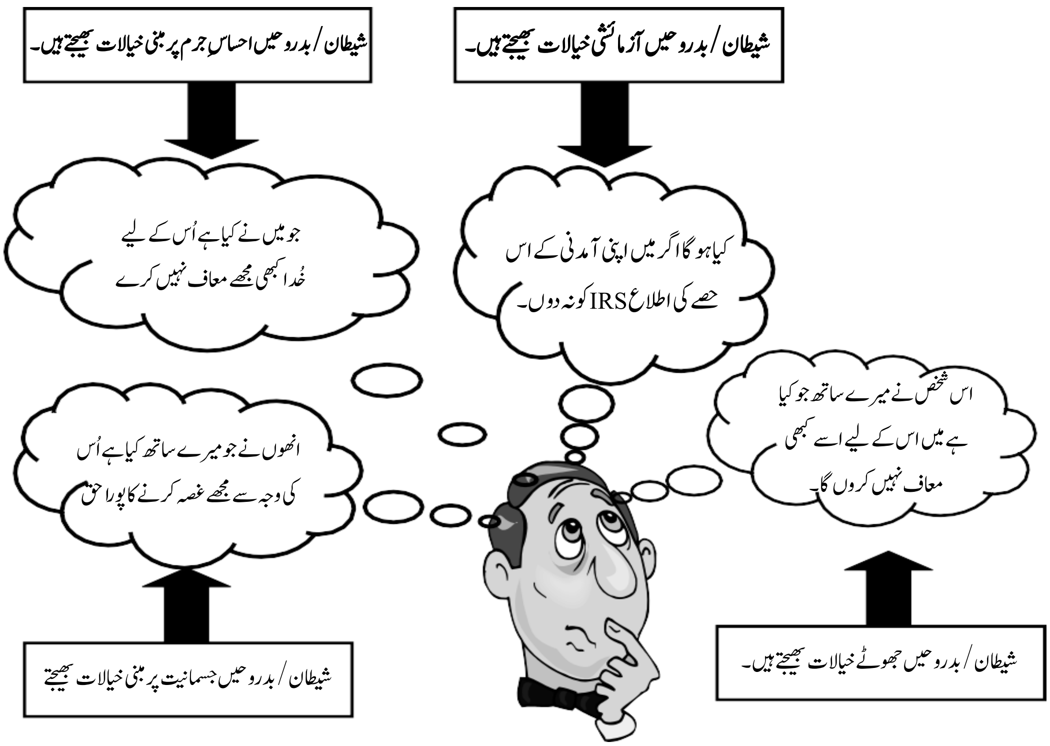
جب یسوع نے اپنے شاگردوں کو اپنی موت اور جی اٹھنے کے بارے میں بتایا تب پطرس کی کہی گئی بات پر یسوع کا جواب تھا، "اے شیطان میرے سامنے سے دُور ہو" یسوع جانتا تھا کہ ان خیالات کے پیچھے کون تھا جو پطرس نے اپنی زبان سے بیان کیے تھے یسوع جانتا تھا کہ شیطان نے ان خیالات کو متعارف کروایا تھا کیونکہ اس نے پطرس کو مخاطب نہیں کیا تھا بلکہ شیطان سے کہا تھا۔ چوں کہ شیطان / شیطانی خیالات متکلم First Person کی صورت میں آتے ہیں، اس لیے ہمارے لیے یہ جاننا مشکل تو ہو سکتا ہے لیکن ناممکن نہیں کہ ہمارے خیالات ہمارے اپنے ہیں یا شیطان کی طرف سے ہیں۔

دُوسرا دِن

شیطان اور آپ کی فکری زندگی کے بارے میں یاد رکھنے کے لیے کلیدی سچائی یہ ہے:

جب شیطان / بدروحیں آپ کے ذہن میں خیالات بھیجتے ہیں تو وہ متکلم First Person کی صورت میں آئیں گے اور ایسا لگے گا جیسے وہ آپ کے خیالات ہیں۔

جب شیطان آپ کے ذہن میں خیالات بھیجتا ہے تو وہ کبھی بھی غائب Third person کی صورت میں نہیں بھیجے گا۔ وہ ہمیشہ متکلم First person کی صورت ہی بھیجے گا تا کہ آپ کو قائل کر سکے کہ یہ آپ کے اپنے خیالات ہیں۔ ذیل میں بنی ڈائیگرام مختلف قسم کے خیالات کو ظاہر کرتی ہے جو شیطان اور بدروحیں آپ کے ذہن میں بھیجتے ہیں اور یہ خیالات متکلم First person کی صورت میں آتے ہیں۔



دشمن کی ایک اور تدبیر یہ ہے کہ آپ کے ذہن میں ایسے خیالات بھیجے جائیں جو خُدا پر الزام لگاتے ہیں جیسے کہ، "میں اس مسئلے میں کیوں ہوں، اس کا ذمہ دار خُدا ہے۔ وہ اس سارے درد کا سبب ہے۔" اگر آپ ان خیالات کو خود پر اختیار رکھنے دیں گے تو پھر یہ سمجھنے کے بجائے کہ ان خیالات کی جڑ شیطان ہے، آپ خُدا پر الزام لگائیں گے۔

سوالات: کیا آپ کی زندگی میں کوئی ایسا مقام ہے جہاں آپ کسی چیز کے لیے خُدا پر الزام لگا رہے ہیں۔ خُدا سے کہیں کہ وہ ظاہر کرے کہ اس سوچ کے پیچھے شیطان / بدروحیں ہیں یا نہیں۔

خُدا سے بات چیت کریں: خُدا سے کہنا شروع کریں کہ وہ ہر اس خیال کو ظاہر کرے جو شیطان / بدروحیں آپ کے ذہن میں داخل کرنے کی کوشش کر رہے ہیں۔

شیطان / بدروحیں آپ کے ذہن میں جسمانی، جھوٹ پر مبنی احساس جرم اور لالچ پر مبنی خیالات داخل کرنے کی صلاحیت رکھتے ہیں۔

شیطان / بدروحوں کی حکمت عملی۔ (حصہ دوّم) دھوکہ، فریب

"لیکن مَیں ڈرتا ہُوں۔ کہیں اَیسا نہ ہو کہ جِس طرح سانپ نے اپنی مکّاری سے حوّا کو بہکایا اُسی طرح تُمہارے خیالات بھی اُس خلُوص اور پاک دامنی سے ہٹ جائیں جو مسیح کے ساتھ ہونی چاہئے۔" 2 کُرِنتھیوں 3:11

"اور کُچھ عجب نہیں کیونکہ شَیطان بھی اپنے آپ کو نُورانی فرِشتہ کا ہم شکل بنا لیتا ہے۔" 2 کُرِنتھیوں 14:11

شیطان کا مقصد یہ ہے کہ آپ کے ذہن میں متکلم First person پر مبنی خیالات کو اس اُمید کے ساتھ داخل کیا جائے کہ آپ یہ مان کر ان کو خود پر اختیار رکھنے دیں کہ یہ آپ کے اپنے خیالات ہیں۔ یہ شیطان کا بہت بڑا فریب ہے۔ یہ وہ مقام ہے جہاں وہ سب سے زیادہ خطرناک ہے۔ کیوں؟ اگر آپ شیطان / بدروحوں کے خیالات کو خود پر اختیار رکھنے دیتے ہیں تو وہ آپ کو آپ کے جھوٹے عقائد کی غلامی میں رکھ سکتے ہیں اور آپ کو مزید غلط نتائج کی طرف کھینچ سکتے ہیں۔

مثال کے طور پر شیطان اور اس کی بدروحیں متکلم First person کی صورت میں احساس گناہ پر مبنی خیالات بھیج سکتے ہیں. جیسے کہ، "**میں اپنے** گناہ کے مسئلے پر فتح کیوں حاصل نہیں کر سکتا؟ **میں** مسلسل شکست کا سامنا کر رہا ہوں یعنی **میں** ضرور کچھ غلط کر رہا ہوں۔" اگر آپ ان شیطانی خیالات پر اپنی توجہ مرکوز کریں گے تو پھر ممکن ہے کہ یہ آپ کو مزید دھوکہ دیں اور آزما کر اس نتیجے پر لائیں جیسے کہ، "خدا **میری** زندگی میں کام نہیں کر رہا ہے۔ وہ واقعی نہیں چاہتا کہ میں بدلوں۔ **مجھے** لگتا ہے کہ **میں** خُدا سے دستبردار ہو جاؤں گا اگر آپ ان خیالات کو خود پر اختیار رکھنے دیتے ہیں اور ان کے مطابق عمل کرتے ہیں تو آپ یہ نتیجہ اخذ کریں گے کہ آپ کو واپس جسمانیت کی طرف جا کر سب کچھ اپنے کنٹرول میں کرنے کی ضرورت ہے۔ کیونکہ اس معاملے میں خُدا آپ کی کوئی مدد نہیں کر سکتا۔

دھوکہ دہی شیطان اور اس کی بدروحوں کی کلیدی حکمت عملی ہے وہ مسلسل آپ کو یہ باور کروا کر دھوکہ دینے کی کوشش کرتے ہیں کہ آپ کا اپنا ذہن ہی ان تمام خیالات کا سرچشمہ ہے۔

خُدا سے بات چیت کریں: خُدا سے کہیں کہ وہ آپ پر ظاہر کرے کہ کیا شیطان اور اس کی بدروحیں آپ کو مسلسل آنے والے جسمانیت یا گناہ پر مبنی خیالات کے بارے میں دھوکہ دینے کی کوشش کر رہے ہیں۔

تیسرا دِن

شیطان اور اس کی بدروحوں کی حکمت عملی۔ (حصہ سوم) آپ کو خُدا پر شک کرنے پر آمادہ کرنا۔

"اور سانپ کُل دشتی جانوروں سے جِن کو خُداوند خُدا نے بنایا تھا چالاک تھا اور اُس نے عَورت سے کہا کیا واقعی خُدا نے کہا ہے کہ باغ کے کِسی درخت کا پَھل تُم نہ کھانا؟۔" پیدائش 1:3

"عَورت نے جو دیکھا کہ وہ درخت کھانے کے لِئے اچھّا اور آنکھوں کو خُوش نما معلُوم ہوتا ہے اور عقل بخشنے کے لِئے خُوب ہے تو اُس کے پَھل میں سے لِیا اور کھایا اور اپنے شَوہر کو بھی دِیا اور اُس نے کھایا۔" پیدائش 6:3

جیسا کہ ہم نے باغ عدن میں دیکھا شیطان اور اس کی بدروحوں کا مقصد یہ ہے کہ آپ کو خُدا پر، اس کی محبت پر، اس کی طاقت پر، اس کی بھلائی پر اور آپ کے لیے اس کی خواہش پر شک کرنے پر آمادہ کر کے آپ کے ذہن میں خرابی پیدا کرے۔ شیطان جانتا ہے کہ اگر وہ آپ کے ذہن میں صرف تھوڑا سا شک پیدا کر لے تو وہ آپ کو اپنی کوشش میں زندگی بسر کرنے کے لیے اپنی جسمانیت کی طرف لوٹنے کی آزمائش کر سکتا ہے۔ مثال کے طور پر، آئیں فرض کریں کہ آپ ایک عجیب و غریب حادثے میں اپنا ایک قریبی دوست کھو دیتے ہیں۔ اگلی تمثیل کو دیکھیں کہ شیطان کیسے اس واقعہ کو استعمال کر کے آپ کے ذہن میں خُدا کے بارے میں شک پیدا کر سکتا ہے اور آپ کو اس پر بھروسا کرنے سے روک سکتا ہے۔

شیطان اور اس کی بدروح جانتے ہیں کہ جب آپ خُدا پر شک کرنا شروع کریں گے تو آپ واپس خود کو سرچشمہ مان کر زندگی بسر کرنا شروع کر دیں گے۔

خُدا سے بات چیت کریں: خُدا سے کہیں کہ وہ آپ پر ظاہر کرے کہ شک پر مبنی خیالات کس کی طرف سے آرہے ہیں۔

شیطان اور اس کی بدروحوں سے نمٹنے کے لیے ہم خُدا کو کیسے شامل کرتے ہیں۔

1۔ خُدا کے کلام سے شیطان کی حقیقت کے بارے میں سیکھیں، جس سے ہمارا روحانی فلٹر تیار ہوتا ہے۔

خُدا کی سچائی کو سیکھنا کہ وہ "**روحانی فلٹر**" بنائے گا جس کے بارے میں ہم نے پہلے بات کی تھی جب ہم سچائی کو سیکھتے ہیں اور روح القدس سے اس سچائی کا مکاشفہ حاصل کرتے ہیں تب ہمارا روحانی فلٹر زیادہ سمجھدار، سپرد کرنے والا اور شیطانی خیالات کو قبول نہ کرنے والا ہوتا جاتا ہے۔ شیطان کے بارے میں ہمیں یہ چار اہم سچائیاں سیکھنے کی ضرورت ہے:

(الف)۔ شیطان اور اس کی بدروحوں کی چالوں اور حکمت عملیوں کے بارے میں ہوشیار رہیں۔

''تُم ہوشیار اور بیدار رہو۔ تُمہارا مُخالِف اِبلیس گرجنے والے شیرِ بَبر کی طرح ڈُھونڈتا پِھرتا ہے کہ کِس کو پھاڑ کھائے۔''-1 پطرس 8:5

''تاکہ شَیطان کا ہم پر داؤ نہ چلے کیونکہ ہم اُس کے حِیلوں سے ناواقِف نہیں۔''-2-کُرِنتھِیوں 11:2

ہم پہلے ہی شیطان کی کئی حکمت عملیوں پر بات کر چکے ہیں۔ شیطان سے نمٹنے کی کلیدی حکمت عملی روحانی ہوشیاری ہے۔ میں "**روحانی ہوشیاری**" کی سادہ سی تعریف یوں بیان کرتا ہوں کہ ''یہ روح القدس کے مکاشفے اور شیطان کی حکمت عملیوں سے متعلق روحانی طور پر باخبر اور حساس رہنا ہے۔''

(ب)۔ ہم اپنی طاقت سے شیطان اور اس کی بدروحوں سے نہیں لڑ سکتے۔

''لیکن ہمارے پاس یہ خزانہ مِٹّی کے برتنوں میں رکھّا ہے تا کہ یہ حَد سے زِیادہ قُدرت ہماری طرف سے نہیں بلکہ خُدا کی طرف سے معلُوم ہو۔''2-کُرِنتھِیوں7:4

چوں کہ ہم ایک ان دیکھے دشمن سے لڑ رہے ہیں اس لیے ہم خود شیطان اور اس کی بدروحوں سے نہیں لڑ سکتے۔ تاہم، شیطان اور اس کی بدروحوں سے بات چیت مت کریں۔ آپ کا کام ہے کہ اس روحانی دشمن سے نمٹنے کے لیے خُدا اور اس کی طاقت پر انحصار کریں۔

(ج)۔ جب ہم خُدا کی طاقت میں چلتے ہیں تو شیطان اور اس کی بدروحیں بے اختیار ہو جاتے ہیں۔

''اُس وقت وہ بے دِین ظاہِر ہو گا جِسے خُداوند یِسُوع اپنے مُنہ کی پُھونک سے ہلاک اور اپنی آمد کی تجلّی سے نیست کرے گا۔''-2 تھِسّلُنیکیوں8:2

''پس جِس صُورت میں کہ لڑکے خُون اور گوشت میں شریک ہیں تو وہ خُود بھی اُن کی طرح اُن میں شریک ہُؤا تا کہ مَوت کے وسِیلہ سے اُس کو جِسے مَوت پر قُدرت حاصِل تھی یعنی اِبلیس کو تباہ کر دے۔''عِبرانیوں14:2

''اَے بچّو! تُم خُدا سے ہو اور اُن پر غالِب آ گئے ہو کیونکہ جو تُم میں ہے وہ اُس سے بڑا ہے جو دُنیا میں ہے۔''1-یُوحنّا4:4

جب ہم ایمان سے چلتے ہیں تو ہم شیطان اور اس کی بدروحوں کے بجائے خُدا کی طاقت میں چلتے ہیں۔ یہ ایک اور کلیدی وجہ ہے جس سے پتا چلتا ہے کہ ایمان سے چلنا کیوں ضروری ہے۔ جب ہم خُدا پر انحصار، اس میں آرام اور اس کی طاقت پر بھروسا کرتے ہیں تو شیطان ہمارے سامنے **"بغیر دانتوں والا شیر"** بن کر رہ جاتا ہے۔

خُدا سے بات چیت کریں: دُعا کریں کہ خُدا آپ کو شیطان اور اس کی بدروحوں سے متعلق مزید مکاشفات عطا فرمائے۔

چوتھا دِن

(د)۔ اب جب آپ خُدا کے ساتھ ایک ہیں تو آپ مکمل طور پر اس کی حفاظت میں ہیں۔

''خُدا کے سب ہتھیار باندھ لو تا کہ تُم اِبلیس کے منصُوبوں کے مُقابلہ میں قائِم رہ سکو۔''اِفِسیوں11:6

جب آپ نجات حاصل کرتے ہیں تو خُدا اپنے ہتھیار آپ کے لیے دستیاب کر دیتا ہے اور وہ ہتھیار خود مسیح ہے۔ تاہم، آپ کو انتخاب کرنا ہے کہ آپ نے وہ ہتھیار پہننا ہے یا نہیں۔ جب آپ خُدا پر انحصار کرتے ہوئے چلتے ہیں تب آپ اس کا ہتھیار پہنے ہوئے ہوتے ہیں (اور مکمل طور پر محفوظ ہوتے ہیں) تاہم، جب آپ خُدا پر انحصار کیے بغیر جسم کے مطابق چلنے کا انتخاب کرتے ہیں تو آپ در حقیقت اس وقت اپنے روحانی ہتھیار اُتار دیتے ہیں۔ آپ کے اس فیصلے کے نتیجے میں خُدا کے ہتھیار اب آپ کو آپ کی جسمانیت، گناہ کی طاقت، شیطان اور اس کی بدروحوں سے کوئی تحفظ نہیں دے سکتے۔ اب یہ آپ پر منحصر ہے کہ آپ خود ہی اپنے آپ کو اپنے دشمنوں سے بچائیں۔ تاہم، یہ ضروری ہے کہ آپ ایمان سے چلتے رہیں تا کہ خُدا کے ہتھیار دشمن کے **"جلتے ہوئے تیروں"** سے آپ کی مسلسل حفاظت کریں۔

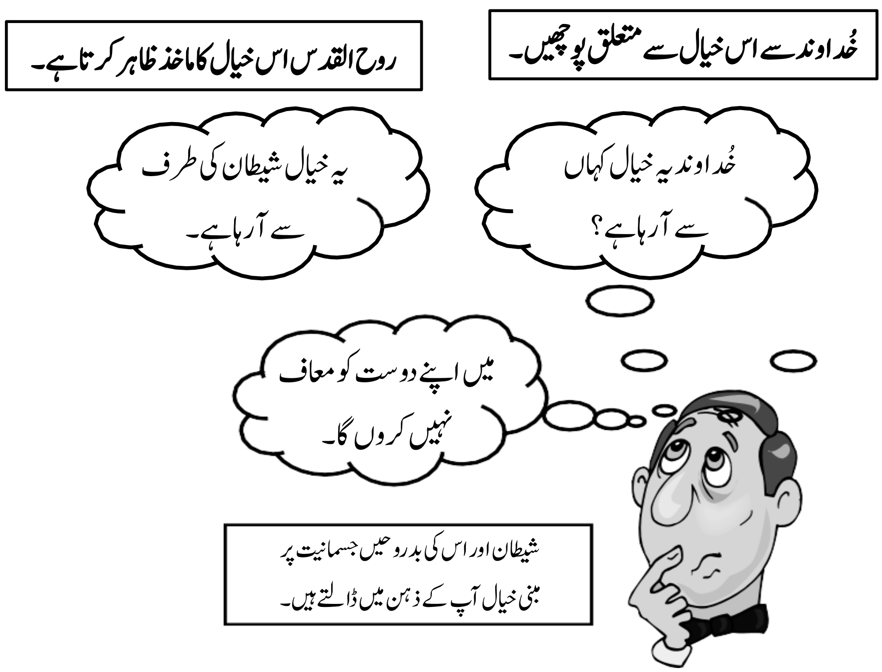
”اور اُن سب کے ساتھ ایمان کی سِپر لگا کر قائم رہو۔ جس سے تُم اُس شریر کے سب جلتے ہُوئے تِیروں کو بُجھا سکو۔“ اِفسیوں16:6

خُدا سے بات چیت کریں: خُدا سے کہیں کہ وہ آپ کو اس کے ہتھیار پہنے ہوئے چلنے کی خواہش عطا کرے تا کہ آپ اپنے دشمنوں کے جلتے ہوئے تیروں کو بجھا سکیں۔

2۔ روح القدس سے کہیں کہ وہ آپ پر ظاہر کرے کہ آیا جو خیالات آپ سوچ رہے ہیں وہ شیطان اور اس کی بدروحوں کی طرف سے ہیں یا نہیں۔

”اَے عزِیزو! ہر ایک رُوح کا یقین نہ کرو بلکہ رُوحوں کو آزماؤ کہ وہ خُدا کی طرف سے ہیں یا نہیں کیونکہ بُہت سے جُھوٹے نبی دُنیا میں نِکل کھڑے ہُوئے ہیں۔“ 1-یُوحنّا1:4

آئیں فرض کریں کہ آپ کو کسی ایسے دوست سے بدلہ لینے کا خیال ہے جس نے آپ کو مسترد کر دیا تھا۔ چلیں یہ بھی مان لیتے ہیں کہ یہ خیال شیطان کی طرف سے ہے اور یہ کچھ ایسا ہو سکتا ہے جیسے، **"میں یقین نہیں کر سکتا کہ میرے دوست نے مجھ سے یہ کہا۔ میں اُسے یونہی جانے نہیں دے سکتا۔ مجھے اُس شخص سے بدلہ لینا ہے۔"** اس خیال پر عمل کرنے سے پہلے خُدا سے کہیں کہ وہ آپ کو بتائے کہ اس خیال کا ماخذ کون ہے۔ غور سے سنیں کہ روح القدس آپ پر کیا ظاہر کرتا ہے۔ ذیل میں اس کی ایک مثال ہے کہ یہ کیسا ہو سکتا ہے۔



خُدا سے بات چیت کریں: روح القدس سے پوچھنے کی عادت ڈالیں کہ وہ آپ کے خیالات کے ماخذ کو آپ پر ظاہر کرے۔ اس سے کہیں کہ وہ ان خیالات کو ظاہر کرے جو شیطان کی طرف سے آرہے ہیں۔

3۔ شیطانی خیالات کو خُدا کے سپرد کریں اور روح القدس سے کہیں کہ ان خیالات کو قید کرلے۔

جب روح القدس آپ پر ظاہر کرے کہ یہ خیالات شیطان اور اس کی بدروحوں کی طرف سے آرہے ہیں۔ تو ان خیالات کو روح القدس کے سپرد کریں تا کہ وہ انہیں قید کرلے۔ یاد رکھیں کہ خیالات کو خُدا کے سپرد کرنے کا مطلب ہے کہ آپ ان شیطانی خیالات کو خود پر اختیار رکھنے نہیں دے رہے یعنی آپ انہیں خُدا کے سپرد کر رہے ہیں کہ وہ انہیں قید کرلے۔

شیطانی خیالات خُدا کے سپرد کر دیں تا کہ وہ انہیں قید کر لے۔

پانچواں دِن

4۔ اگر خیالات مسلسل آتے رہیں تو ان خیالات کو دور کرنے کے لیے خُدا کی طاقت کو حاصل کریں۔

''پس خُدا کے تابع ہو جاؤ اور اِبلیس کا مُقابلہ کرو تو وہ تُم سے بھاگ جائے گا۔'' یعقُوب 7:4

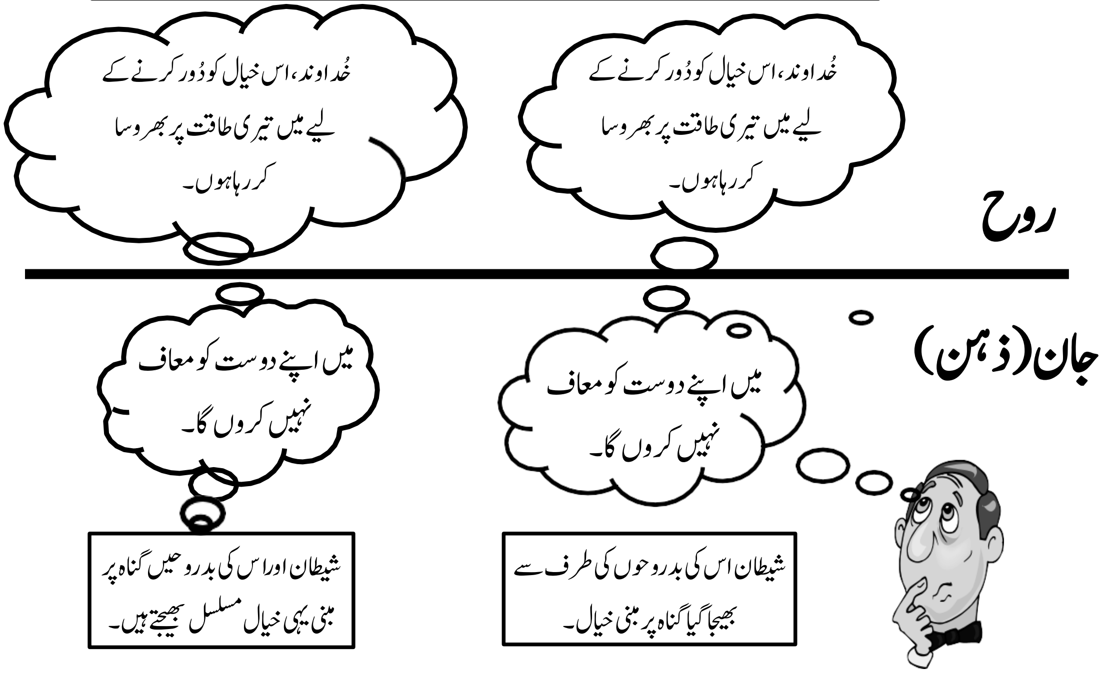
اکثر شیطان صرف ایک بار ہی خیال نہیں بھیجتا۔ ممکن ہے کہ وہ ایک ہی خیال کو بار بار بھیجتا رہے تا کہ آپ کے ایمان کو اس مقام تک لائے جہاں آپ آخر کار اس خیال کو قبول کر کے گناہ کریں۔ تاہم، آپ کو ان خیالات کو دور کرنے کے لیے اپنی توجہ خُدا پر مرکوز کرنی ہے اور اس قدرت اور طاقت کو حاصل کرتے رہنا ہے۔

یعقوب 7:4 میں آپ دیکھ سکتے ہیں کہ آپ کو اپنے خیالات کو خُدا کے حوالے کرنا ہے اور پھر خُدا آپ کے ذریعے شیطان اور اس کی بدروحوں کا مقابلہ کرے گا۔ خُدا کے بغیر آپ شیطان کا مقابلہ نہیں کر سکتے۔ آپ اپنی طاقت میں کمزور ہیں کہ شیطان کا مقابلہ کر سکیں۔

شیطان کو ہار ماننے میں کچھ وقت لگ سکتا ہے۔ لہٰذا، شیطانی خیالات کو دُور کرنے کے لیے خُدا پر انحصار کریں۔

ذیل میں پیش کی گئی "**امتیازی لکیر**" کی مثال یہ ظاہر کرنے کے لیے ہے کہ ہم شیطان / بدروحوں کی طرف سے بھیجے گئے خیالات سے نمٹنے کے لیے خُدا کی طاقت کو کس طرح مسلسل حاصل کرتے ہیں۔ دائیں سے بائیں بڑھتے ہوئے امتیازی لکیر سے نیچے سب سے پہلے آپ دیکھتے ہیں کہ شیطان آپ کے ذہن میں ایک جسمانی میں خیال ڈالتا ہے۔ اگر امتیازی لکیر سے اوپر جا کر خُدا کی طاقت پر انحصار کرتے ہیں تو آپ وہ خیال خُدا کے سپرد کر دیتے ہیں۔ تاہم، ممکن ہے کہ دشمن آپ پر اسی خیال کے ذریعے جو "**امتیازی لکیر**" سے نیچے ہے پھر سے حملہ کرے۔ تب ضروری ہے کہ آپ امتیازی لکیر سے اوپر جا کر خُدا کی قدرت پر انحصار کریں تا کہ وہ اس خیال کو آپ کے ذہن سے نکال سکے۔ یہ عمل تب تک جاری رہ سکتا ہے جب تک کہ دشمن ان خیالات کے ساتھ آپ پر حملہ کرنے سے باز نہ آ جائے۔

شیطان اور اس کی بدروحوں کی طرف سے بھیجے گئے خیالات کو دُور کرنے کے لیے خُدا کی طاقت کو مسلسل حاصل کرتے رہیں۔

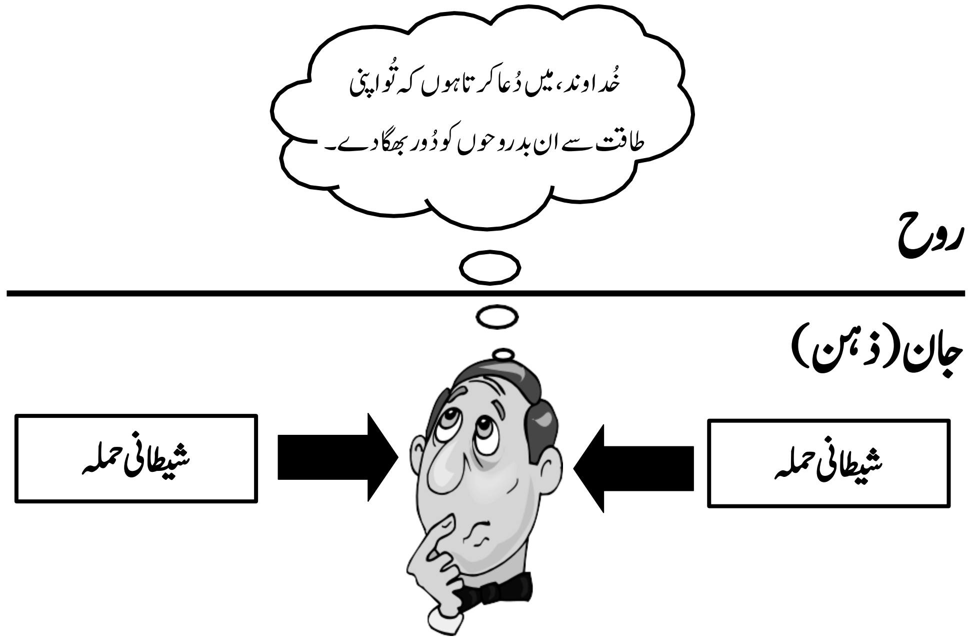


5۔ جب آپ کو محسوس ہو کہ آپ شیطانی حملے کی زد میں ہیں تو خُدا اور اس کی طاقت پر انحصار کریں کہ وہ ان شیاطین کو دور بھگا دے جو آپ کو ستاتے ہیں۔

ایمان سے چلتے ہوئے ایسے خیالات بھی پیدا ہوں گے کہ آپ شیطان اور اس کی بدروحوں کی طرف سے مسلسل ستائے جانے کا تجربہ کریں گے۔ یہ آپ کو اپنے ذہن پر ایک حملے کی مانند محسوس ہو گا۔ آپ انھیں اپنی طاقت سے اپنے ذہن پر اثر انداز ہونے سے نہیں روک سکتے۔ تاہم، خُدا سے کہیں کہ وہ اپنی طاقت سے شیطان کے اس اثر کو مٹائے جس سے آپ ستائے جانے کا تجربہ کر رہے ہیں۔ یہاں پر ممکن ہے کہ آپ کو اس حملے کو ختم کرنے کے لیے مسلسل ایمان کی کشتی لڑنی پڑے اور خُدا سے اس حملے کو ختم کرنے کے لیے مسلسل دُعا کرنی پڑے۔ شیطانی حملے کے دوران شیاطین صرف ایک حملے کے بعد ہار مان کر نہیں بیٹھ جاتے۔ خصوصاً یہ آپ کے مضبوط جھوٹے عقائد اور گناہ پر مبنی مضبوط قلعوں کے حصوں سے متعلق ہے۔ اس کی وضاحت اگلی ڈائیگرام میں پیش کی گئی ہے۔ امتیازی لکیر کی مثال استعمال کرتے ہوئے فرض کریں کہ آپ شیطانی حملے کی زد میں ہیں۔ فوری طور پر خُدا کی طاقت پر انحصار کریں کہ وہ ان بدروحوں کو بھگا دے۔ آپ کو اتنی ہی بار مسلسل خُدا پر انحصار کرنا ہے جتنی مضبوطی سے آپ پر حملہ کیا گیا ہے۔

کلید یہ ہے کہ حملہ ختم اور شیطانی اثر دور ہونے تک مسلسل خُدا کی طاقت پر انحصار کریں۔

جب آپ کو شیطانی حملے کی زد میں ستایا جائے تو خُدا کی طاقت پر انحصار کریں تاکہ شیطان / بدروحوں کو دُور بھگایا جائے۔



اپنے ہتھیاروں کو استعمال کرنا (جب آپ ایمان سے چلتے ہیں تو کیا ہوتا ہے۔)

ایک تمثیل ہے جو میں بانٹنا چاہتا ہوں کہ ہمیں اپنی زندگیوں میں شیطان اور بدروحوں کی حکمت عملیوں کے بارے میں مزید بات کرنے کی ضرورت ہے۔ ہم جانتے ہیں کہ جس لمحہ ہم نے نجات حاصل کی تھی اسی لمحہ سے ہمیں خُدا کے مکمل ہتھیاروں تک رسائی حاصل ہوتی ہے۔ ہتھیار خود مسیح ہے۔ جو سچائی ہے۔ تاہم، ابتدائی مرحلے میں ہم ہمارے ہتھیار زیادہ استعمال نہیں کر پائیں گے اور اس کی وجہ بے یقینی ہے۔ تاہم، جب ہم یقین اور ایمان سے چلنے میں بڑھتے جاتے ہیں تو ہم ہمارے ہتھیاروں کو زیادہ سے زیادہ استعمال کر پاتے ہیں اور دشمن کے جلتے ہوئے تیروں کو بجھا پاتے ہیں۔ تاہم، چوں کہ دشمن ہماری تاریخ سے واقف ہے وہ ہمارے ہتھیاروں میں سب سے کمزور جگہ کو مسلسل تلاش کرتا رہتا ہے۔ تاہم، یہ انتہائی اہم ہے کہ آپ مسلسل ایمان سے چلتے رہیں تاکہ زیادہ سے زیادہ اپنے ہتھیاروں کو استعمال کر سکیں اور دشمن کے حملے کے خلاف مضبوطی سے کھڑے رہ سکیں۔

خلاصہ:

شیطان اور اس کی شیطانی قوتوں کے بارے میں اور بھی بہت کچھ ہے جس پر ہم بات کر سکتے ہیں۔ تاہم، مطالعہ کے اس حصے کی کلیدی سچائی یہ ہے کہ آپ شیطان اور اس کی بدروحوں کے خلاف روح القدس کی طاقت کے بغیر بے یار و مددگار ہیں۔ تاہم، جب آپ خُدا پر انحصار کرتے ہیں تب روح القدس شیطان اور اس کی بدروحوں کی طرف سے بھیجے گئے خیالات کو ظاہر کرتا ہے تاکہ ان خیالات کو قید کیا سکے۔

سبق نمبر 4

ہمارے جذبات کو سمجھنا

پہلا دِن

تعارف:

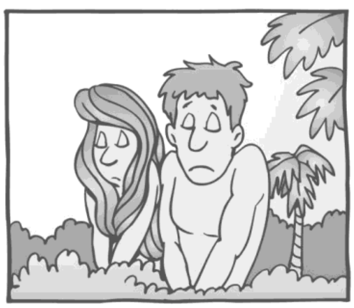
اس سبق میں ہم اپنے متاثرہ جذبات اور ہماری جان یعنی ذہنی زخموں کے علاج پر توجہ مرکوز کریں گے۔ ہم اپنے زخموں کے ذرائع کے ساتھ ساتھ خُدا کے شفائیہ عمل کو بھی جانیں گے۔ مجھے یقین ہے کہ اگر آپ اس حصے میں جدوجہد کرتے ہیں تو پھر خُدا ان سچائیوں کو آپ کی شفا کا عمل شروع کرنے کے لیے استعمال کرے گا۔

ہمیں جذبات کے بارے میں کیا سمجھنے کی ضرورت ہے؟

ابتدا سے ہی خُدا نے انسان کو جب بنایا تو اُس نے انسان کے جذبات کو اُس کی جان (ذہن) کے حصے کے طور پر رکھا۔ جذبات ہماری انسانیت کا حصہ ہیں۔ جذبات خُدا کا تحفہ ہیں۔ وہ ہمیں ان تمام چیزوں کے بارے میں اپنے احساسات کا اظہار کرنے کی اجازت دیتے ہیں۔ جو ہماری زندگی میں ہوا یا ہو رہا ہے۔

ایک مشہور مصنف لکھتا ہے، "جذبات خُدا کے اِشارے ہیں جو ہمیں بتاتے ہیں کہ ہمارے اندر کیا ہو رہا ہے۔ وہ نہ تو اچھے ہوتے ہیں اور نہ ہی بُرے ہوتے ہیں۔ وہ اخلاق سے عاری اور آپ کی انسانیت کا حصہ ہوتے ہیں۔ جس طرح آپ کسی جسمانی درد کا جواب دیتے ہیں۔ اسی طرح آپ کو اپنے جذبات کے اشاروں کو جواب دینے کے لیے سیکھنے کی ضرورت ہے۔"

جب جذبات خُدا کی سچائی کے مطابق ہوتے ہیں تو ہم ان میں خُدا کے ارادے کے مطابق کام کر رہے ہوتے ہیں۔ تاہم، جب جذبات ہمارے جھوٹے عقائد سے منسلک ہوتے ہیں یا ان سے نکلتے ہیں تو وہ متاثر ہوتے ہیں اور ہماری جان (ذہن) کو زخمی کر سکتے ہیں۔ گناہ میں گراوٹ کے بعد باغ عدن میں پہلے متاثرہ جذبات کو دیکھیں:



"تب خُداوند خُدا نے آدم کو پُکارا اور اُس سے کہا کہ تُو کہاں ہے؟، اُس نے کہا مَیں نے باغ میں تیری آواز سُنی اور مَیں ڈرا کیونکہ مَیں ننگا تھا اور مَیں نے اپنے آپ کو چُھپایا۔" پیدائش باب 3 آیات 9 تا 10

یہ سوال کہ "آدم اور حوّا خوف کا تجربہ کیوں کر رہے تھے"؟ گناہ سے پہلے تو انہوں نے کبھی خوف کا تجربہ نہیں کیا تھا بالخصوص خُدا کے خوف کا تجربہ کبھی نہیں کیا تھا۔ انہوں نے اپنے آپ کو خُدا سے کیوں چھپایا؟ انہوں نے اپنے گناہ اور ان کے جھوٹے عقائد کے نتیجے میں اپنے آپ کو چھپایا اور اسی سبب سے وہ خُدا سے ڈرے۔ خُدا پر یقین نہ کرنے اور ان کے خودمختاری پر مبنی فیصلے کے نتیجے میں انہوں نے خوف کے ایسے متاثرہ جذبات کا تجربہ کیا جن کا تجربہ پہلے کبھی نہ کیا تھا۔

مشق: ان متاثرہ جذبات کو دیکھیں جو آپ محسوس کرتے ہیں کہ آپ کے جھوٹے عقائد کو متحرک کرتے ہیں۔ مثال کے طور پر، پریشانی، خوف، احساس کمتری، احساسِ جرم وغیرہ۔

متاثرہ جذبات وہ ہوتے ہیں جو ہمارے جھوٹے عقائد سے جڑے ہوتے ہیں اور ان کی پیداوار ہوتی ہے۔

یسوع کے بھی جذبات ہیں!

''کیونکہ ہمارا ایسا سردار کاہِن نہیں جو ہماری کمزورِیوں میں ہمارا ہمدرد نہ ہو سکے بلکہ وہ سب باتوں میں ہماری طرح آزمایا گیا تو بھی بے گُناہ رہا۔'' عِبرانیوں 15:4

''اُس وقت اُس نے اُن سے کہا میری جان نہایت غمگین ہے۔ یہاں تک کہ مرنے کی نَوبت پُہنچ گئی ہے۔ تُم یہاں ٹھہرو اور میرے ساتھ جاگتے رہو۔''
متّی 38:26

یسوع اپنی انسانیت میں ایسے ہی احساسات اور جذبات رکھتا تھا جیسے آپ کے اور میرے پاس ہیں وہ ان جذبات سے مستثنیٰ نہیں تھا جو ہم محسوس کرتے ہیں۔ کیوں؟ اس کی ایک وجہ یہ ہے کہ یسوع کو ہمارے ساتھ **ہمدردی** ظاہر کرنے کے لیے ہمارے **جذبات** کی **تکلیف** کو **محسوس** کرنا پڑا۔ (عبرانیوں 15:4) یسوع لعزر کی موت پر **رویا** (یوحنا 11) اور یسوع صوبے دار کا ایمان دیکھ کر **خوش** ہوا (متی 8)۔ ہم ہیکل میں اس کا **غصہ** دیکھتے ہیں۔ جب اس نے وہاں خرید و فروخت کرنے والوں کے تخت الٹا دیے تھے (یوحنا 13) اور گتسمنی باغ میں اس کا **غم** دیکھتے ہیں (متی 26-38)۔

یہ کیوں ضروری ہے کہ ہم یاد رکھیں کہ یسوع کے بھی ہمارے جیسے جذبات تھے؟ اس کی وجہ یہ ہے کہ ہر دن، ہر لمحہ یسوع کو بھی ویسے ہی حالات کا سامنا کرنا پڑا جیسے حالات کا سامنا ہم کرتے ہیں۔ اب اہم سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ، "کیا آپ اپنے جذبات سے زندگی بسر کریں گے یا آپ خُدا پر انحصار کرتے ہوئے لمحہ بہ لمحہ اس کی سچائی سے زندگی بسر کریں گے؟"

کیا آپ نے کبھی غور کیا کہ اگر یسوع نے اپنے باپ پر انحصار کرنے کے بجائے اپنے جذبات کے مطابق زندگی بسر کرنے کا انتخاب کیا ہوتا تو شاید وہ ہمارے لیے صلیب پر خود کو قربان نہ کرتا۔

متاثرہ جذبات یا دھوکہ دینے والے جذبات:

متاثرہ جذبات:

متاثرہ جذبات بار بار آنے والے **منفی** پیغامات، بدسلوکی وغیرہ کا نتیجہ ہوتے ہیں آئیں کچھ منفی پیغامات کی طرف واپس چلتے ہیں جو آپ نے بڑے ہوتے ہوئے سنے تھے۔ جیسے کہ، "تم اچھے نہیں ہو! تم ناکام ہو! میں تم سے پیار نہیں کرتا!" (یاد رکھیں کہ یہ زبانی اور غیر زبانی پیغامات ہو سکتے ہیں) آیئے کچھ دیر کے لیے فرض کر لیں کہ ان پیغامات نے آپ کو نامکمل، نااہل یا غیر محفوظ محسوس کروایا ہے۔ جیسے ہی آپ یہ ماننا شروع کر دیتے ہیں کہ یہ پیغامات آپ کے بارے میں سچ ہیں۔ تو ممکن ہے کہ آپ کو نامکمل، نہ اہل، ناپاک یا غیر محفوظ سے ملتے جلتے پیغامات سننے پر بھی ویسا ہی محسوس ہو۔

دُوسرادِن

دھوکہ دینے والے جذبات:

فریب یا دھوکہ دہی کے جذبات بنیادی طور پر **مثبت** پیغامات سے آتے ہیں۔ اگر وہ کچھ ایسے مثبت پیغامات سے آتے ہیں۔ "تم یہ کرسکتے ہو! ایسا کچھ نہیں جو تم نہیں کرسکتے!" ممکن ہے کہ آپ خود اعتماد محسوس کریں۔ یہ جذبات کیوں دھوکہ دے رہے ہیں۔ وہ اس لیے دھوکہ / فریب دے رہے ہیں کیوں کہ یہ آپ کے خود مختار، خود اعتماد والے رویے کو تقویت دیتے ہیں۔ جس کا نتیجہ یہ ہوگا کہ آپ خُدا پر انحصار کیے بغیر خود مختار زندگی بسر کریں گے۔

جذباتی جنبش:

ہر لمحہ ہماری جان (ذہن) سے احساسات نکلتے ہیں۔ ہم **مثبت** جذبات کا تجربہ کرتے ہیں۔ جیسے محبت یا خوشی اور ہم **منفی** جذبات جیسے خوف یا غصے کا تجربہ کرتے ہیں۔ یہ ایک جھولے پر جھولنے کی مانند ہے۔ ہم مثبت سے **منفی** جذبات کی طرف اپنے ذہن میں آگے پیچھے جھولتے رہتے ہیں۔ ہمیں **مثبت** جذبات کی طرف جھولنے میں کوئی اعتراض نہیں ہے۔ لیکن جب ہم **منفی** جذبات کا تجربہ کرنے لگتے ہیں تو ہم ان سے دُور ہونا چاہتے ہیں۔ ہم جُھولے پر قابو پانا چاہتے ہیں لیکن سچائی یہ ہے کہ ہم جذبات کو جُھولنے سے نہیں روک سکتے۔ اگلی ڈائیگرام اسی حقیقت کو واضح کرتی ہے۔

روح

منفی جذبات	جان (ذہن)	مثبت جذبات

ہمارے جذبات ایک جُھولے کی مانند ہیں۔

خُدا کے مقصد میں ہمارے جذبات جھولنے کے لیے تھے۔ یہ ہماری روحانی بناوٹ کا حصہ ہے۔ تاہم، خُدا ہمارے جذبات کے ذریعے کام کرنا چاہتا ہے۔ جیسا کہ خُدا ہمارے ذہنوں کو تبدیل کرتا ہے، وہ چاہتا ہے کہ ہم مثبت جذبات جیسے کہ محبت یا خوشی کا تجربہ کریں۔ جب ہم منفی جذبات کا تجربہ کرتے ہیں تو وہ ان کو ہمارے جسمانی رویوں یا ہمارے جھوٹے عقائد کو ظاہر کرنے کے لیے استعمال کرتا ہے۔ خُدا ہمارے جذبات کو یہ ظاہر کرنے کی اجازت دیتا ہے کہ ہمیں خُدا کو سرچشمہ مان کر اس کی طرف رجوع کرنے کی ضرورت ہے تاکہ وہ ہمارے منفی جذبات کے پیچھے جو کچھ ہے اس سے نمٹ سکے۔

مثال کے طور پر، آپ کو ابھی پتہ چلا ہے کہ آپ کو جان لیوا صحت کا مسئلہ ہے۔ جس وقت آپ کو یہ بری خبر ملی۔ خوف یا پریشانی کے منفی جذبات سامنے آسکتے ہیں۔ آپ یا تو یہ فیصلہ کر سکتے ہیں کہ خوف اور فکر کو خُدا کے سپرد کر دیا جائے یا خوف کو تھام کر خود کو فکر مند کیا جائے اگر آپ ان منفی جذبات کو تھامے رکھیں گے تو وہ آپ پر غلبہ پاکر آپ کو کنٹرول کر سکتے ہیں۔ تاہم، اگر آپ ان منفی جذبات کو خُدا کے سپرد کرتے ہیں تو وہ آپ کے سکون اور اطمینان کا سرچشمہ ہو سکتا ہے۔

ہم منفی جذبات سے بچنا یا انہیں محسوس نہیں کرنا چاہیں گے لیکن ایسا کرنا ناممکن ہے۔ اس لیے یہ جاننا ضروری ہے کہ احساسات صرف اس بات کے اشارے ہیں کہ ہمارے اندر کیا ہو رہا ہے اور ان پر قابو پانے کی کوشش کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ تاہم، جب احساسات جھوٹے عقائد کے ساتھ جڑ جاتے ہیں تو ایک بڑا مسئلہ پیدا ہوتا ہے۔

ہم جتنا چاہیں اپنے جذبات کے جھولے کو کنٹرول کرنے کی کوشش کرلیں۔ آخرکار ہمیں پتا چلے گا کہ ایسا کرنا ناممکن ہے۔
تاہم، خُدا ہمارے جذبات کو اپنے تبدیلی کے عمل میں استعمال کرے گا۔

احساسات اور آپ کے عقائد کا نظام:

ہمارے ذہن میں دہرائے جانے والے کسی بھی پیغام کے نتیجے میں ایسے احساسات پیدا ہو سکتے ہیں جو درست ہو بھی سکتے ہیں اور نہیں بھی۔ لیکن انہیں سچ کے طور پر قبول نہیں کیا جا سکتا ہے۔ اگر بار بار آنے والے جھوٹے پیغامات کو خُدا کی سچائی کی طاقت کے ذریعے نمٹا نہ جائے تو ان پیغامات سے وابستہ احساسات جھوٹے عقائد میں بدل سکتے ہیں۔ "**میں محسوس کرتا ہوں۔**" بن جاتا ہے "**میں یقین کرتا ہوں کہ میں ہوں**"۔

ایک بار جب کسی جھوٹے عقیدے کو سچ کے طور پر قبول کر لیا جائے تو اس سے جڑے احساسات پر مزید سوال نہیں کیا جاتا۔ اس کے بعد احساسات خود ایک فرد کو یہ بتاتے ہیں کہ سچ کیا ہے۔ اس کے نتیجے میں جسمانی رویے احساسات کے مطابق ہو جاتے ہیں۔ یہ جذبات "متاثرہ" جذبات ہوتے ہیں کیونکہ وہ ہم سے جھوٹ بول رہے ہیں۔

اگلی ڈائیگرام میں دیکھتے ہیں کہ جو کچھ ہم مانتے اور محسوس کرتے ہیں وہ ایک ہو جاتے ہیں۔ جب ان متاثرہ جذبات کو جو متعلقہ جھوٹے عقائد سے جڑے ہوتے ہیں متحرک کیا جاتا ہے۔ تو وہ جسمانی رویوں کا باعث بن سکتے ہیں۔ جس طرح ہمارے جھوٹے عقائد ہمیں جسمانی رویوں کی طرف لے جا سکتے ہیں۔

احساسات آپ کے جھوٹے عقائد سے جڑے ہوتے ہیں۔

تیسرا دِن

"میں محسوس کرتاہُوں" سے "میں یقین کرتاہُوں کہ میں ہُوں"۔

آیئے دیکھتے ہیں کہ کس طرح متاثر کرنے والے اور دھوکہ دینے والے جذبات جھوٹے عقائد کا باعث بن سکتے ہیں ہم متاثر کرنے والے جذبات سے شروع کریں گے۔

مثال: آیئے فرض کریں کہ آپ زیادہ تر اپنے والدین کی توقعات پر پورا اُترنے میں ناکام رہے ہیں۔ آپ میں اس ناکامی سے وابستہ احساسات پیدا ہونے لگتے ہیں۔ ممکن ہے کہ آپ اپنی ناکامی کے نتیجے میں یہ کہیں:

- **میں** ناقابل قبول یاناپاک **محسوس کرتاہوں**۔
- کیونکہ **مجھے** ایسا **محسوس ہوتاہے**۔
- **میں** اس طرح **کام کرتاہوں** جیسے میں **ناقابل قبول یاناپاک ہوں**۔
- کیونکہ **میں** ایسے **محسوس** اور **کام** کرتا**ہوں**۔
- **مجھے یقین** ہے کہ میں **ناقابل قبول یاناپاک ہوں**۔
- کیونکہ **میں** یہ **محسوس** کرتا اس طرح سے کام کرتا اور یہی **یقین** کرتا**ہوں**۔
- **میں** کہہ کر **اسے حقیقت بناتاہوں** کہ **"میں ناقابل قبول ہوں"** یا **"ناپاک ہوں"**۔

احساسات سے عقائد اور ان سے حقائق کی طرف جانا یہ بڑی حد تک ایک لاشعوری عمل ہے۔ جسے ایک لمبا عرصہ یا شاید کئی سال درکار ہوتے ہیں۔ پچھلی مثال متاثر کرنے والے جذبات سے شروع کی گئی تھی۔ آیئے دیکھتے ہیں کہ **دھوکہ** دینے والے جذبات کے گرد عقائد کا نظام کیسے تشکیل پاتا ہے۔ آیئے فرض کریں کہ آپ کے والدین نے اس پیغام کو مسلسل تقویت دی ہے کہ آپ کبھی کوئی غلط کام نہیں کرسکتے آپ اپنے آپ سے کہہ سکتے ہیں:

- **میں** خود اعتماد یا خود کفیل **محسوس** کرتا **ہوں**
- کیونکہ **میں** ایسا ہی **محسوس** کرتا **ہوں**
- **میں** ایسے **کام** کرتا ہوں جسے **میں** خود اعتماد یا خود کفیل **ہوں**
- کیونکہ **میں** ایسے ہی **محسوس** اور **کام** کرتا **ہوں**۔
- مجھے **یقین** ہے کہ **میں** خود اعتماد یا خود کفیل **ہوں**
- کیونکہ **میں** ایسے **محسوس** کام اور **یقین** کرتا **ہوں**۔
- **میں** یہ کہہ کر اسے **حقیقت** بناتا ہوں کہ، "**میں** خود اعتماد ہوں یا خود کفیل **ہوں**"۔

ایسے احساسات پر مبنی عقائد کس طرح آپ کو آج بھی متاثر کرتے ہیں۔

آپ کے عقائد آج بھی آپ کو کیسے متاثر کرتے ہیں؟ دو چیزوں میں سے ایک مسلسل ہوتی رہتی ہے۔ یا تو ایسا ہی کوئی واقعہ رونما ہوتا ہے جو آپ کے جذبات کو اور آپ کے جذبات آپ کے عقائد کو متحرک کرتے ہیں یا پھر وہ واقعہ آپ کے عقائد کو متحرک کرتا ہے جس کے بعد آپ کے عقائد سے وابستہ احساسات پیدا ہوتے ہیں۔

مثال کے طور پر آپ آج کام پر جاتے ہیں اور آپ کا باس بغیر کسی اطلاع یا وضاحت کے کہتا ہے کہ یہ آپ کے کام کا آخری دن ہے آپ کے جذبات سب سے پہلے نا قابل قبول اور نااہلی جیسے احساسات کو جنم دیتے ہیں اور پھر آپ کے جھوٹے عقائد ان احساسات کو تقویت دیتے ہیں یا جھوٹ پر مبنی عقائد کا نظام آپ سے یہ کہتا ہے کہ آپ نا قابل قبول اور نااہل ہیں اور پھر آپ کے احساسات تیزی سے آپ کے عقائد کو تقویت دیتے ہیں۔ تاہم، جب اس واقع سے ملتے جلتے واقعات زندگی میں رونما ہوتے ہیں۔ جو آپ کے احساسات یا عقائد کو متحرک کرتے ہیں تو آپ مسلسل جھوٹ پر یقین کرنا جاری رکھیں گے۔

یاد رکھیں: ہر بار جب کوئی واقع آپ کو اس بات کی تصدیق کرنے کا باعث بنتا ہے کہ آپ کے عقائد کے نظام میں کیا ہے، آپ اس عقائد کے نظام کو تقویت دے رہے ہیں۔ تاہم، اگر آپ کے عقائد کا نظام خُدا کے کلام کے مطابق نہیں ہے تو آپ اپنے عقائد کے نظام کو تقویت دیتے رہتے ہیں۔

جذبات-خیالات اور رویہ:

یہ کوئی ایسا **خیال** نہیں ہے جو ہمارے ذہن میں اچانک سے نمودار ہو کر طرز عمل یا رویوں کا سبب بنتا ہے۔ کسی بھی خیال کو ایک ساتھی کی تلاش ہوتی ہے ہمارے اندر جو چیز ایک خیال کو ہم پر کنٹرول کرنے یا بغیر کسی سوال کے اس خیال کو قبول کرنے کا سبب بنتی ہے وہ اس کے خیال کے بارے میں ہمارے "**احساسات**" ہیں۔ ان سب کی جڑیں ہمارے عقائد میں ہیں جنہیں ہم بھول چکے ہیں یا نظر انداز کر چکے ہیں۔

اگر کوئی خیال دوسرے متعلقہ خیالات یا جذبات کو تلاش نہ کرپائے تو وہ خیال صرف وقتی خیال ہوتا ہے۔ ہمارا ردعمل یہ ہونا چاہیے کہ ہم ایسے خیال کو جانے دیں۔

یا

ایک خیال ذہن میں آتا ہے اور اپنے جیسے دوسرے خیالات کو اپنے ساتھ ملانے کے لیے تلاش کرتا۔ موجودہ خیالات اور جذبات کے ساتھ ماضی کے خیالات اور جذبات کی ملاقات ہوتی ہے اور وہ ہمارے رویے پر اثرانداز ہونے کے لیے ایک دوسرے کو تقویت دیتے ہیں۔

مثال: سڑک پر گاڑی چلاتے ہوئے میں ایک چھوٹے ٹرک کو قریب آتے دیکھ رہا تھا تب کچھ اس طرح کا خیال میرے ذہن میں آتا ہے۔ "میں آخری لمحہ میں اس ٹرک کے پاس آنے سے پہلے اپنی گاڑی موڑلوں گا"۔ اس خیال کو کوئی احساسات یا جذبات نہیں ملتے جو اس سے منسلک یا متفق ہو سکیں۔ یہ صرف ایک وقتی خیال ہے جو آتا ہے اور چلا جاتا ہے لیکن اگر میں زندگی کے کسی ایسے سے دوچار ہو کر نااُمید، مسترد، شرمندہ اور افسردہ محسوس کرنے لگوں اور یہ سوچوں کہ دنیا میرے بغیر بہتر ہو گی تو یہ وقتی خیال میرے عقیدہ اور ان کے ساتھ جذبات کی وجہ سے تقویت پاتا ہے۔ اس کے بعد مزید خیالات پیدا ہوتے ہیں اور مزید جذبات آتے ہیں میرے اندر آنے والے خیالات کو قوت ملتی ہے اب میں خطرے میں ہوں۔

یہ میرے ماضی کی میرے حال سے ملاقات ہے۔ میری عادات موجودہ خیالات سے مل رہی ہیں۔ جو خیالات آرہے ہوں، موجودہ عادات اور ان کے نتیجے میں پیدا ہونے والے جذبات یہ سب چیزیں اکٹھی ہوتی ہیں جن سے رویے جنم لیناشروع ہوتے ہیں۔

اگر ہم جذبات کو کٹہرے میں کھڑا کیے بغیر اپنے اندر رہنے دیتے ہیں۔ تو ہم جس طرح محسوس کرتے ہیں اس طرح جینے کی تقویت پاتے ہیں۔ پس پیدائش سے ہی ہم زندگی کو جواب دیتے آئے ہیں۔ ہم تب تک اپنے خیالات کے نمونوں اور جذبات کو مسلسل تقویت دیتے رہتے ہیں۔ جب تک اپنی آزادی نہ کھودیں اور اپنے جذبات کے غلام نہ بن جائیں۔

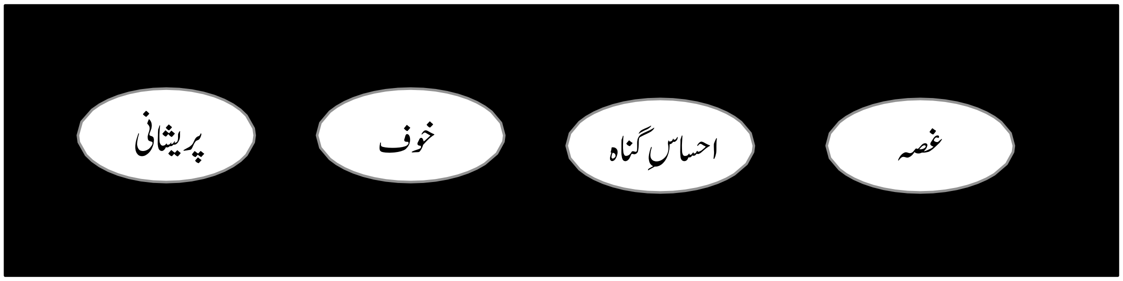
چوتھادِن

ابتدائی احساسات غلط نہیں ہوتے۔

''غُصّہ توکرو مگر گُناہ نہ کرو۔'' اِفسیوں 26:4

افسیوں 26:4 میں ہمیں بتایا گیا ہے کہ ہمارے اندر غصے کا جذبہ ہو سکتا ہے لیکن ضروری نہیں کہ یہ گناہ ہو۔ یہ یقینی طور پر گناہ کی طرف لے جاسکتا ہے لیکن جب ہمارے جذبات کی بات آتی ہے تو یہ ایک بہت اہم حقیقت کی نشان دہی کرتا ہے۔ اگر کوئی شخص یا چیز منفی جذبات کو جنم دیتی ہے تو جذبات میں کوئی گناہ نہیں ہے۔ منفی جذبات صرف اس بات کا اشارہ ہے کہ ہماری جان (ذہن) میں کیا ہو رہا ہے۔ جذبات ہماری گاڑی کے ڈیش بورڈ پر اشارے کی روشنی کی طرح ہیں۔ جب ڈیش بورڈ پر تیل کی لائٹ چمکتی ہے تو یہ اشارہ کر رہی ہوتی ہے کہ تیل ختم ہونے والا ہے۔ اسی طرح ہمارے جذبات ہمارے (ذہنی) ڈیش بورڈ پر اشارے ہیں۔ جب آپ غصہ، خوف یا احساس جرم وغیرہ محسوس کرتے ہیں تو یہ جذباتی اشارے آپ کو بتاتے ہیں کہ ذہن میں کوئی مسئلہ چل رہا ہے۔

"جذباتی" ڈیش بورڈ



ابتدائی منفی جذبات ہمیں بتاتے ہیں کہ ایک مسئلہ ہے اور اب انتخاب کرنے کی ضرورت ہے۔ انتخاب کیا کرنا ہے؟ جذبات سے جڑے جھوٹے عقیدے پر یقین یا مسیح کو منتخب کرنے کے درمیان انتخاب کرنا ہے۔ تاہم، خُدا ہمارے جذبات کو استعمال کرکے ہم پر یہ ظاہر کرتا ہے کہ ہمیں **"امتیازی لکیر"** سے اوپر جانا ہے تاکہ خُدا ہمارے جھوٹے عقائد اور ان کے پچھلے جذبات سے نمٹ سکے۔

مثال کے طور پر آپ کو پتہ چلتا ہے کہ آپ کے انکم ٹیکس پر 30 لاکھ مزید واجب الادا ہیں اور یہ کہ آپ کے بینک اکاؤنٹ میں ان ٹیکسوں کو پورا کرنے کے لیے رقم کافی نہیں ہے۔ جب آپ فکرمند اور خوفزدہ ہو جاتے ہیں تو آپ کے جذباتی اشارے کی روشنی "آن" ہو جاتی ہے۔ اسی وقت آپ نے انتخاب کرنا ہے اگر آپ ان منفی جذبات کو خود پر اختیار رکھنے دیں گے تو نتیجہ یہ ہوگا کہ گناہ اور جسم کی طاقت آپ پر قبضہ کر لے گی۔

آپ کے جذبات متاثرہ ہونے کے باوجود آپ "امتیازی لکیر" سے اوپر زندگی بسر کرسکتے ہیں۔

''اَے محنت اُٹھانے والو اور بوجھ سے دبے ہُوئے لوگو سب میرے پاس آؤ۔ مَیں تُم کو آرام دُوں گا۔'' متّی 28:11

''تُم کسی اَیسی آزمایش میں نہیں پڑے جو اِنسان کی برداشت سے باہر ہو اور خُدا سچّا ہے۔ وہ تُم کو تُمہاری طاقت سے زِیادہ آزمایش میں نہ پڑنے دے گا بلکہ آزمایش کے ساتھ نکلنے کی راہ بھی پَیدا کر دے گا تاکہ تُم برداشت کر سکو۔'' -1 کُرِنتھِیوں 13:10

''اُس وقت اُس نے اُن سے کہا میری جان نہایت غمگین ہے۔ یہاں تک کہ مرنے کی نَوبت پُہنچ گئی ہے۔ تُم یہاں ٹھہرو اور میرے ساتھ جاگتے رہو، پھر ذرا آگے بڑھا اور مُنہ کے بل گِر کر یُوں دُعا کی کہ اَے میرے باپ! اگر ہو سکے تو یہ پیالہ مُجھ سے ٹل جائے۔ تَو بھی نہ جَیسا مَیں چاہتا ہُوں بلکہ جَیسا تُو چاہتا ہے وَیسا ہی ہو۔''
متّی باب 26 آیات 38 تا 39

دُوسرے الفاظ میں یسوع صلیب کا سامنا کرتے ہوئے حقیقی غم محسوس کر رہا تھا۔ یہ اتنا گہرا غم تھا کہ اس کے نتیجے میں یسوع نے باپ سے پوچھا کہ کیا وہ صلیب کو نظر انداز کر سکتا ہے لیکن اُس نے فوراً جذبات سے نہیں بلکہ پاک روح اور تابع فرمانی کے رویے سے جواب دیا کہ ''تو بھی میری نہیں بلکہ تیری مرضی پوری ہو۔'' کیا آپ سمجھتے ہیں کہ تب یسوع کا غم دُور ہو گیا ہو گا جب اُس نے اپنی مرضی سے صلیب پر جانے کا انتخاب کیا؟ مجھے نہیں لگتا! مجھے یقین ہے کہ صلیبی غم صلیب تک کے تمام راستے جاری رہا۔ یسوع نے وہی انتخاب کیا جو آپ کو اور مجھے کرنا چاہیے یعنی روح سے زندگی بسر کرنے کا انتخاب کرنا اور جذبات کو خود پر اختیار نہ رکھنے دینا۔

جب ہمارے جذبات بھڑک اٹھتے ہیں تو ایک ہی انتخاب کرنا ہوتا ہے. وہ یہ ہے کہ "**امتیازی لکیر**" سے اوپر "**مسیح میں**" کا انتخاب کریں تا کہ اس کے آرام اور اطمینان کا تجربہ کر سکیں۔ حالانکہ جذبات ابھی بھی ہمارے ذہن میں گھوم رہے ہیں۔ یہ آپ کی زندگی میں کیسا نظر آئے گا؟ مثال کے طور پر آپ کا باس آپ کو دفتر میں بلاتا ہے وہ آپ کی کارگردگی سے ناخوش ہے۔ ہوسکتا ہے کہ آپ اپنے ذہن میں اپنی نوکری کو کھودینے کی فکر یا پریشانی کا تجربہ کرنا شروع کر دیں یا آپ اس وجہ سے غصہ ہو جائیں۔ کیونکہ آپ کو لگتا ہے کہ آپ کا باس آپ کے ساتھ ناانصافی کر رہا ہے۔ تاہم، اگلے ہی لمحے آپ مسیح میں "**امتیازی لکیر**" سے اوپر جا سکتے ہیں اور مسیح کے اعتماد، اطمینان اور آرام کی طرف متوجہ ہو سکتے ہیں۔ یہ اعتماد کا رویہ ہو گا کہ سب کچھ خُدا کے اختیار میں ہے، جس کا نتیجہ اس کے آرام کا رویہ ہے۔ اگلی ڈائیگرام "**امتیازی لکیر**" سے متعلق ہے۔ جو اس نقطے کی وضاحت پیش کرتی ہے۔

روح

مسیح جیسا رویہ / مزاج

اعتماد، آرام، اطمینان

امتیازی لکیر

جان (ذہن)

پریشانی، فکر اور غصے کے جذبات

پانچواں دن

خُدا ہمیں ہمارے جھوٹے عقائد سے اپنی سچائی تک کیسے لے جاتا ہے؟ ”اُنہیں سچّائی کے وسیلہ سے مُقدّس کر۔ تیرا کلام سچّائی ہے۔“ یُوحنّا 17:17

خُدا کی سچائی ایماندار کا نیا حوالہ نقطہ ہے۔ یاد رکھیں کہ ایمان کوئی احساس یا تجربہ نہیں ہے۔ بلکہ یہ ایک اعتماد اور یقین ہے۔ ایمان ہمیں "**میں محسوس کرتا ہوں**" سے "**میں یقین کرتا ہوں**" تک لے جاتا ہے۔ آپ کا حوالہ نقطہ اب آپ کے جذبات نہیں رہے بلکہ آپ کا نیا حوالہ نقطہ اس بات پر ایمان ہے کہ جو خُدا کہتا ہے سچ ہے۔ جب آپ مسلسل خُدا کی سچائی پر یقین کرتے ہیں۔ تو آپ اس کی سچائی کا تجربہ کرنا شروع کرتے ہیں، اس سچائی کا جو آپ کے اندر بسی ہوئی ہے۔

جب آپ اپنے جذبات کے بجائے خُدا کی سچائی کا انتخاب کرتے ہیں تو تب کیا ہوتا ہے؟

- "خُدا کی سچائی کہتی ہے کہ میں مسیح میں مکمل ہوں"
- مجھے اب ایسے کسی بھی جھوٹ پر یقین کرنے کی کوئی ضرورت نہیں جو کہتا ہے کہ میں نامکمل محسوس کرتا یا میں نہ مکمل ہوں۔
- میں ایمان سے یہ یقین کرنے کا انتخاب کرتا ہوں کہ خُدا کا کلام سچائی ہے اور میرے بارے میں سچ کہتا ہے کہ میں مسیح میں مکمل ہوں۔
- خُدا کی سچائی پر ایمان رکھنے کی وجہ سے میں اس سچائی میں چل سکتا ہوں کہ میں مسیح میں مکمل ہوں۔

ایمان سے چلنے کے ابتدائی مرحلے میں ممکن ہے کہ ہم اپنے "**احساسات**" پر مبنی عقیدے کے نظام میں کسی تبدیلی کا **تجربہ** نہ کر پائیں۔ تاہم، جب ہم ایمان سے خُدا کی سچائی میں چلتے ہیں تو ہم اپنے جذبات اور عقائد کو خُدا کی سچائی کے ساتھ مطابقت رکھتے ہوئے تجربہ کریں گے۔ ایک لمحے میں، ہم اپنے جذبات کے بجائے یسوع کا بہ طور ”**میں ہُوں**“ انتخاب کر سکتے ہیں۔

"یسُوع نے اُس سے کہا کہ راہ اور حق اور زِندگی مَیں ہُوں۔" یُوحنّا 6:14

کسی بھی لمحے میں ہم پر خیالات، حالات یا رشتوں کے ساتھ مسلسل حملہ ہو سکتا ہے۔ جس سے ہمارے منفی جذبات متحرک ہو سکتے ہیں۔ کسی بھی لمحے میں ہم مسترد شدہ، آپے سے باہر، کمزور یا ایسا محسوس کر سکتے ہیں جیسے آپ کے ساتھ برا سلوک کیا گیا ہے۔ ان جذبات اور جھوٹے عقائد کو خود پر اختیار کی اجازت دینے کے بجائے ہم یسوع کا بہ طور **"میں ہوں"** انتخاب کر سکتے ہیں۔ **مثال کے طور پر:**

میں نامکمل محسوس کرتا ہوں۔	**یسوع کہتا ہے، "میں تمھاری کاملیت ہوں۔" 2 کرنتھیوں 5:3**
میں رَدّ کیا گیا محسوس کرتا ہوں۔	**یسوع کہتا ہے، "میں تمھاری قبولیت ہوں۔" رومیوں 7:15**
میں کمزور محسوس کرتا ہوں۔	**یسوع کہتا ہے، "میں تمھارا زور ہوں۔" رومیوں 10:6**

اس لمحے میں جب آپ مسیح کو بہ طور اپنا **"میں ہوں"** منتخب کرتے ہیں تو شاید احساسات ختم ہو جائیں یا نہ ہوں۔ تاہم، جب خُدا آپ کے ذہن کو سچائی سے نیا کرتا ہے اور آپ کو تجرباتی اعتماد حاصل ہوتا ہے کہ خُدا آپ کی "احتیاج رفع" کرنے والا ہے۔ تو پھر آپ کو مسلسل احساسات کا تجربہ ہو رہا ہے یا نہیں اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا۔ جب احساسات پھر سے آئیں گے آپ کو اسی لمحہ پتا چل جائے گا کہ آپ ان احساسات وابستہ ضرورت کو پورا کرنے کے لیے صرف خُدا پر بھروسا کر سکتے ہیں۔

سوالات: آپ کو مسلسل جو متاثرہ یا دھوکے پر مبنی جذبات آتے ہیں وہ کون سے ہیں؟ وہ کس چیز کی ضرورت پیدا کرتے ہیں؟ جسے مسیح کو پورا کرنا چاہیے۔

خُدا سے بات چیت کریں: مسیح پر بھروسا کرنا شروع کریں کہ جب آپ کے ذہن میں متاثرہ اور دھوکے پر مبنی جذبات آئیں تو وہ ایسی تمام چیزیں فراہم کرے گا جن کی آپ کو اس لمحہ میں ضرورت ہو گی۔

زخمی / شکستہ حالت:

"کیونکہ وہ تجھے صیّاد کے پھندے سے اور مُہلِک وبا سے چُھڑائے گا۔ وہ تجھے اپنے پروں سے چُھپا لے گا اور تجھے اُس کے بازُوؤں کے نیچے پناہ ملِے گی۔ اُس کی سچّائی ڈھال اور سِپر ہے۔ تُو نہ رات کی ہَیبت سے ڈرے گا۔ نہ دِن کو اُڑنے والے تِیر سے۔" زبور باب 91 آیات 3 تا 5۔

چوں کہ آپ گناہ میں گری ہوئی دنیا میں پیدا ہوئے تھے۔ آپ کی زندگی پر لگائے گئے کچھ دردناک **"تیر"** تھے جو ممکن ہے کہ آپ کی زندگی میں آپ کی زخمی حالت کا سبب بنے ہوں گے یا آج بھی ان **"تیروں"** سے لگے زخموں کا تجربہ کر رہے ہوں گے۔ آپ کی زندگی میں آنے والے ان **"تیروں"** کی کچھ مثالیں:

ایک شرابی باپ، جذباتی طور پر سنبھالنے کے لیے ماں کا نہ ہونا، ذہنی طور پر بدسلوکی کرنے والا سوتیلا باپ وغیرہ یا یہ کوئی تکلیف دہ واقعہ ہو سکتا ہے جیسے کہ؛ کوئی حادثہ، جسمانی نقصان، طلاق یا خودکشی وغیرہ۔ ان تیروں سے لگے زخموں کے نتائج کیا ہوتے ہیں؟

ان "**تیروں**" کے نتیجے میں، ہم نے دوسروں کے بارے میں اور خُدا کے بارے میں جذباتی بنیادوں پر جھوٹے عقائد کے نظام تیار کیے ہیں۔ ایسا "**احساس**" جھوٹا ہے۔ جیسے کہ؛ "میں نامکمل ہوں"، "میں ناپاک محسوس کرتا ہوں"، "میں ناپسندیدہ محسوس کرتا ہوں"، "میں مجرم محسوس کرتا ہوں" وغیرہ۔ ایسے احساسات نااہلی، شرمندگی، خود کو مجرم ماننے اور مسترد کیے جانے جیسے جھوٹے عقائد پیدا کر سکتے ہیں۔

مثال کے طور پر،

فرض کریں کہ آپ کو بچپن میں ذہنی زیادتی کا نشانہ بنایا گیا تھا اور جب آپ خود کو دیکھتے ہیں تو آپ شرمندگی محسوس کرتے ہیں۔ اور آپ یہ ماننے لگتے ہیں کہ آپ ایک ناپاک شخص ہیں۔ آپ کا جھوٹا عقیدہ اتنا مضبوط ہے کہ آپ کو لگتا ہے کہ آپ محبت کے لائق نہیں ہیں۔ خاص کر ایک زندگی کے ساتھی بیوی / شوہر کے لائق نہیں ہیں۔

جان ایلڈرِیج "اپنی کتاب "Sacred Romance" میں "تیروں" کے بارے میں یہ کہتے ہیں:

"ایسے مہلک تیروں کے سامنے ہم اپنے دل کو کیسے زندہ رکھ سکتے ہیں؟ ایک دل کتنے نقصانات برداشت کر سکتا ہے؟ اگر ہم زخموں کا انکار یا انہیں نظر انداز کرنے کی کوشش کرتے ہیں تو ہم اپنے دل کے ایک حصے کا انکار کرتے ہیں اور اس بے بنیاد اُمید پر زندگی گزار دیتے ہیں جس کا صرف یہ مطالبہ ہوتا ہے کہ دنیا اس سے بہتر ہو۔ دوسری طرف اگر ہم تیروں کو اپنی زندگی پر حرف آخر کے طور پر اپنا لیتے ہیں تو ہم مایوس ہو جاتے ہیں جو کہ ہمت ہارنے کا ایک دوسرا طریقہ ہے۔ اُمید کھو دینے کا اثر بالکل ویسا ہی ہوتا ہے جیسا سانس بند ہونے پر ہوتا ہے۔"

ہم زخمی / شکستہ ہو چکے ہیں ہم ایک زوال پذیر دنیا میں رہ رہے ہیں۔ اور زخم اس کا حصہ ہیں۔ تاہم، ہم سبق 5 میں زخموں سے خُدا کی شِفا کی پانچ سچائیوں کے بارے میں سیکھیں گے اور وہ مختلف طریقے بھی جن کے ذریعے ہم اس سے اس کی شفا کا تجربہ کر سکتے ہیں۔

سبق نمبر 5

شکستہ دِل کی شفا

"خُداوند کی حمد کرو کیونکہ خُدا کی مدح سرائی کرنا بھلا ہے۔ اِس لئے کہ یہ دِل پسند اور ستایش زیبا ہے۔" زبور 147:1

پہلا دِن

تعارف:

اب جب کہ ہم اپنے جذبات کے بارے میں بات کر چکے ہیں کہ وہ کیسے نقصان پہنچاسکتے ہیں اور ان کے نتیجے میں کیسے زخم پیدا ہوسکتے ہیں۔ میں چاہتا ہوں کہ ہم اپنے شکستہ دل کے علاج کے بارے میں خُدا کی سچائی پر توجہ مرکوز کریں۔ آئیں یہ سیکھتے ہوئے آغاز کریں کہ "دل" سے خُدا کا کیا مطلب ہے۔

دِل کیا ہے:

لفظ **"دِل"** کا حوالہ بائبل میں 795 بار آیا ہے۔ تاہم، میں سمجھتا ہوں کہ ہمارے زخموں کی شفا سے متعلق گفتگو میں دل کو شامل کرنا ضروری ہے۔ سچائی یہ ہے کہ خُدا بھی ایک **"دل"** رکھتا ہے۔ ہم یہ سچائی متعدد حوالوں میں دیکھتے ہیں:

"اَے خُداوند پر آس رکھنے والو! سب مضبُوط ہو اور تُمہارا دِل قوی رہے۔" زبور 31:24

"خواہ میرے خِلاف لشکر خیمہ زن ہو میرا دِل نہیں ڈرے گا۔" زبور 27:3

"جب تُو نے فرمایا کہ میرے دِیدار کے طالِب ہو تو میرے دِل نے تُجھ سے کہا اَے خُداوند مَیں تیرے دِیدار کا طالِب رہُوں گا۔" زبور 27:8

ان حوالوں میں دل کا تعلق بنیادی طور پر جان (ذہن) کے ساتھ ہے۔ تاہم، اپنے زخموں کی شفا پر گفتگو کے لیے میں دل اور جان (ذہن) کو مترادف استعمال کروں گا۔ "**Jim Richards** نے اپنی کتاب، "**Moving your invisible Boundaries**" میں لکھا ہے کہ، **"دل" وہ جگہ ہے جہاں نادیدہ چیزیں ظاہری صورت میں تبدیل ہوتی ہیں، ناممکن کو ممکن بنایا جاتا ہے اور روحانی حقیقت جسمانی سوچ پر غلبہ پاتی ہے۔"**

جب ہم مریم اور مرتھا کی کہانی پر غور کرتے ہیں تو زیادہ تر لوگ مرتھا کو مریم پر ترجیح نہیں دیتے، کیونکہ وہ باورچی خانے میں تھی اور مریم کے ساتھ یسوع کے قدموں میں بیٹھ کر کلام نہیں سن رہی تھی۔ دراصل مسئلہ یہ نہیں تھا کہ مرتھا باورچی خانے میں تھی بلکہ مسئلہ اس کے دل کا تھا۔ وہ نہ صرف یسوع کے لیے کام کر کے لوگوں کو خوش کرنے کی کوشش کر رہی تھی بلکہ مریم سے ناخوش تھی کہ وہ اس کے ساتھ باورچی خانے میں کام نہیں کروا رہی۔ اس سے ظاہر ہوتا ہے کہ مرتھا خود ساختہ راست باز تھی۔ تاہم، مریم کے ساتھ بھی یہی ہو سکتا تھا وہ یسوع کے قدموں میں بیٹھی سوچ سکتی تھی کہ **"مرتھا کے ساتھ کیا مسئلہ ہے؟ کیا اسے نہیں پتہ کہ باورچی خانے میں ہونے سے زیادہ ترجیح اسے اس بات کو دینی چاہیے کہ وہ یسوع کے پاس اس کے قدموں میں بیٹھے؟ کاش! وہ اپنی ترجیحات کو درست کر پاتی۔"** تاہم، سچائی یہ ہے کہ کہ مریم کا یسوع کے قدموں میں بیٹھنے سے زیادہ ضروری یہ تھا کہ اس کا دل درست تھا۔ وہ صرف مسیح کی حضوری میں بیٹھنے کی بھوکی اور پیاسی تھی۔

آئیں یہ دیکھتے ہوئے مطالعہ جاری رکھتے ہیں کہ ہم اپنے دل میں کمرے یا قید خانے کیسے بناتے ہیں۔

آپ اپنے دل میں کمرے یا قید خانے بناتے ہیں۔

"دیکھ مَیں دروازہ پر کھڑا ہُوا کھٹکھٹاتا ہُوں۔ اگر کوئی میری آواز سُن کر دروازہ کھولے گا تو مَیں اُس کے پاس اندر جا کر اُس کے ساتھ کھانا کھاؤں گا اور وہ میرے ساتھ۔" مُکاشفہ 20:3

پیدائش سے ہی ہم لاشعوری طور پر اپنے دل میں گھر بنانا شروع کر دیتے ہیں۔ میں اس گھر کو زخم / شکستہ حالت کہتا ہوں۔ جب ہم زندگی کا زیادہ سے زیادہ تجربہ کرتے ہیں۔ تو اس گھر میں کمرے بناتے ہیں۔ کچھ کمروں میں ہمارے جسمانی رویے ہوتے ہیں۔ جو کسی زخم جیسے کہ، خوف، غصہ، عدم تحفظ یا نامکمل محسوس کرنے کے نتیجے میں لگتے ہیں۔ دوسرے کمرے زخمی کرنے والے واقعات ہیں جیسے کہ بدسلوکی، مسترد کرنا، چھوڑ دینا، ماں، باپ یا سوتیلے ماں، باپ کا بھی کمرہ ہو سکتا ہے۔

ان میں سے کچھ کمرے دوسروں کے مقابلے چھوٹے ہیں، کیونکہ ان کا ہماری زندگیوں پر اتنا گہرا اثر نہیں ہوتا ہے۔ جتنا کہ بڑے کمروں کا جو ہمارے دل پر سخت گرفت رکھتے ہیں۔ بدقسمتی سے جب ہم زندگی بسر کرتے ہوئے ان کمروں سے نہیں نمٹتے، تو وہ ہمارے ذہنوں میں بڑھ سکتے ہیں۔ ہماری خوشی اور آرام کو چھین کر ہمارے دل میں زیادہ سے زیادہ جگہ بنا سکتے ہیں۔ وہ ہمیں مغلوب اور کنٹرول کر سکتے ہیں۔ اگر ان سے نمٹا نہ جائے تو یہ گھر کسی کینسر کی طرح ہوگا جو ہمارے دل میں گھس کر مار ڈالتا ہے۔ جیسے کوئی دل کی بیماری آہستہ آہستہ جسمانی دل کو مار دیتی ہے۔ ویسے ہی زخمی حالت ہمارے ذہنی دل کو مار دیتی ہے۔

ان کمروں سے پیدا ہوئی درد کی وجہ سے ہم ان کے دروازوں پر تالے لگا دیتے ہیں۔ ہم کسی نہ کسی طرح سے مانتے ہیں کہ ہم اگر ان یادوں، احساسات اور واقعات کو بند کر دیں تو وہ آج ہم پر اثر انداز نہیں ہوں گے۔ (اس مقام تک یہ کمرے ہمارے دل میں قید خانے بن جاتے ہیں۔) ہم محسوس کرتے ہیں کہ ہم بھاگ سکتے (یعنی خود کو بچا سکتے) ہیں کہ ہم ذہنی طور پر قیدی نہ بنیں۔ جب خُدا ان دروازوں پر شفا دینے اور آزادی دینے کے لیے دستک دیتا ہے تو ہم اسے اندر نہیں آنے دیتے۔ پس ہم دروازے پر کھڑے کانپتے ہاتھوں سے خُدا کو اندر آنے سے منع کر دیتے ہیں۔ سچ تو یہ ہے کہ ہم دروازے کے سامنے نہیں کھڑے ہوتے بلکہ ہم اندر ہی بند ہوتے ہیں۔ جو کہ اب ہمارے لیے ایک قید خانہ بن گیا ہے۔ ذیل میں کمروں / زخمی حالت کے قیدیوں کی کچھ مثالیں دی گئیں ہیں۔ جو کہ ہم اپنے ذہن میں بناتے ہیں۔

جنسی بدسلوکی	جذباتی بدسلوکی
والدین کی طرف سے بدسلوکی	سوتیلے ماں باپ کی طرف سے بدسلوکی
ترک کر دیا جانا	نامکمل، ناپاک، طلاق، غصہ
خود کو سزا کے لائق سمجھنا	رَدّ کیا جانا

مشق: مذکورہ بالا فہرست میں سے ایک یا ایک سے زیادہ زخمی ہونے والے مقامات کا انتخاب کریں۔ اگر آپ کو فہرست میں کوئی ایسی چیز نہیں ملتی جو آپ پر لاگو ہوتی ہے۔ تو خُداوند سے کہیں کہ وہ آپ کے دل کے ایسے مقامات ظاہر کرے جو زخمی ہیں لیکن آپ سے پوشیدہ ہیں۔ جن کا آپ نے انتخاب کیا ہے اگلے صفحے پر لکھیں۔

سوالات: آپ کو کن طریقوں سے لگتا ہے کہ زخموں کے یہ کمرے آپ کی سوچ پر اثر انداز ہو سکتے ہیں؟ شاید آپ کے فیصلوں پر اور سب سے اہم بات اس پر کہ آپ شخصی طور پر اپنے بارے میں کیا محسوس کرتے ہیں۔ یا بہ طور شریک حیات، والد، والدہ، دوسروں اور خُدا کے بارے میں کیا محسوس کرتے ہیں؟ کیا یہ ممکن ہے کہ یہ کمرے آپ کی نشو نما کو محدود یا روک رہے ہوں؟

خُدا پر انحصار کیے بغیر ہم خود ہی اپنے زخموں سے کیسے نمٹنے کی کوشش کرتے ہیں؟

اگر ہم شفا کے لیے خُدا کے روح سے نہیں کہتے تو ہم مندرجہ ذیل طریقوں سے اپنے زخموں سے نمٹنے کی کوشش کریں گے۔

1. **انکار:** میں سمجھتا ہوں کہ ایک اہم طریقہ جس سے ہم اپنے زخموں سے نمٹنے کی کوشش کرتے ہیں وہ انکار ہے۔ انکار عام طور پر زخمی ہونے کے سلسلے میں دو صورتوں میں پیدا ہوتا ہے۔

(الف) اسکا انکار کرنا کہ، کبھی کوئی برا واقعہ پیش آیا ہو۔

میں نے بہت سے لوگوں سے ملاقات کی ہے جو اس بات کا انکار کرتے ہیں کہ کبھی کوئی برا واقعہ پیش آیا ہو۔ تاہم، اس سے ظاہر ہے کہ وہ بڑے زخموں کا سامنا کرتے ہیں۔

(ب) اس بات سے انکار کرنا کہ ماضی کے واقعات آج بھی آپ کو متاثر کرتے ہیں۔

زخموں سے نمٹنے کا ایک اور طریقہ صرف اس بات کا انکار کرنا ہے کہ ماضی کے کچھ زخمی / برے واقعات آج آپ کی زندگی کو متاثر کرتے ہیں۔ میں اسے "**بھول جاؤ اور آگے بڑھو**" موافقت کہتا ہوں۔ اگر اس سے مدد ملی تو کیا یہ اچھا نہیں؟ کیا آپ نے ایسا کرنے کی کوشش کی؟ اگر ہاں، تو کیا آپ واقعی آگے بڑھیں ہیں؟

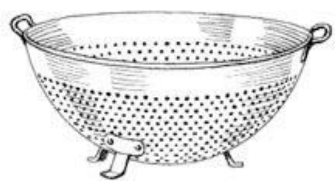
سچائی: ہم یہ کہہ کر خود کو بے وقوف بنا سکتے ہیں کہ ہم انکار میں زندگی بسر نہیں کر رہے ہیں۔ لیکن ہمارا رویہ بتا دیتا ہے کہ چاہے ہم اسے تسلیم کریں یا نہ کریں ہمارے زخموں سے زہر آلودہ ایک یاد دہانی مستقل طور پر رہے گی کہ انکار صرف ایک وہم ہے۔

2. اپنا دفاع / علیحدگی:

اپنے آپ کو اس درد / تکلیف سے بچانے یا علیحدہ رکھنے کی کوشش کرنے کے لیے جو کچھ واقعات کی وجہ سے پیدا ہوئی، ہم ان کمروں / قید خانوں کے دروازے بند کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ ہمیں یقین ہے کہ اگر ہم زخمی حالت اور زخمی ہونے والے واقعات کو بند کر دیں تو ہم ان واقعات سے جڑے مزید درد سے خود کو محفوظ یا علیحدہ رکھ سکیں گے۔ اپنا دفاع / علیحدگی اپنے ماضی کے زخم کو بینک کے تہ خانہ میں رکھنے جیسا ہے۔ جہاں اسے یہ سوچ کر بند کر دیا جائے کہ اس کا آئندہ کو میری زندگی پر کوئی اثر نہ ہو گا۔

میں آپ کو ایک مثال دیتا ہوں کہ اس سے میرا کیا مطلب ہے۔ ایک شخص تھا۔ جسے اس کی ماں نے اس کی پیدائش کے دن سے لے کر اس کی موت تک مسترد کیا تھا۔ اس شخص نے مجھے بتایا کہ اسے کن کن طریقوں سے رد کیا گیا اور اس کے نتیجہ میں وہ کتنا زخمی / متاثر ہوا۔ یہ شخص مسیح کو بہ طور زندگی جانتا تھا اور جیتا تھا۔ لیکن اس نے رَدّ کیے جانے کے احساسات کو بینک کے تہ خانے میں ڈال دیا تھا۔ اس نے سوچا کہ میں اس کہانی کو جلد ہی ختم کر دوں گا لیکن اس سے پہلے کیوں نہ میں اپنے دفاع سے متعلق سچائی کو دیکھوں۔

سچائی: مسئلہ یہ ہے کہ درد سے اپنا دفاع اور علیحد گی ایک **وہم** ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ آپ خود کو درد سے نہیں بچا سکتے **آپ خود یا آپ کا جسم** آپ کو زخموں سے محفوظ یا علیحدہ نہیں رکھ سکتا۔ مذکورہ بالا مثال کا استعمال کرنے سے متعلق سچائی یہ ہے کہ وہ زخم بینک کے تہ خانہ میں بند رہنے کے بجائے، آخر میں آپ کے **"ذہنی مقام"** کو جہاں سے یہ بہتا یا نکلتا ہے، آپ کے تعلقات کو اور آپ کے حالات کو منفی طور پر متاثر کرتا ہے۔ جیسے کہ ایک پرانا مقولہ ہے کہ، اپنا دفاع کرنے سے مراد ایسے ہے جیسے سمندر تلے پردے کا دروازہ بنا کر سمندر کے پانی کو دوسری طرف آنے سے روکنے کی کوشش کرنا۔



واپس اس شخص کی بات کرتے ہیں جسے اس کی ماں نے مسترد کر دیا تھا۔ بعد ازاں اس کی زندگی میں رد ہونے کا ایک سلسلہ چل نکلا۔ اس نے اپنے ماضی کے زخم کو بینک کے تہ خانے میں ڈال دیا۔ لیکن وہ رد ہونے کا احساس اس تہ خانہ میں رہنے کے بجائے اس کے ساتھ رہا۔ جبکہ وہ شخص سوچ رہا تھا کہ اب اس کا مجھ پر کوئی اثر نہیں ہو گا۔ لیکن اس کے **ذہنی مقام** سے غصہ، دوسروں کو مسترد کرنے جیسے رویے نکل رہے تھے۔ المیہ یہ ہے کہ ان واقعات سے نمٹنے کے لیے جن میں اسے مسترد کیا گیا۔ وہ پاک روح سے مدد لینے کے بجائے اپنی کوشش سے شفا پانے اور بچنے کی کوشش کرنے لگا۔ اسی کی روشنی میں ذیل میں لکھی سچائی سے متعلق سوچیں۔

شفا کے لیے روح القدس کو شامل کرنے سے خود کو بچانے کی کوشش کرنے کی ضرورت نہ ہو گی کیونکہ وہ خود حفاظت کرے گا اور ہمارے لیے کچھ بھی باقی نہ ہو گا جس کی حفاظت کرنے کی ہمیں ضرورت محسوس ہو۔

3. کئی حصوں میں تقسیم کرنا:

یہ کہنے کا ایک اور طریقہ یہ ہے کہ ہم اپنے زخموں کو کئی حصوں میں تقسیم کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ ہم ایسا اس لیے کرتے ہیں تا کہ ہم خود کو محفوظ یا علیحدہ رکھ سکیں۔ اپنے درد کو تسلیم کرنے کی کوشش ہمیں دوہری زندگی بسر کرنے کی طرف لے جاتی ہے۔ ہم نقاب پہن لیتے ہیں جس سے یہ تصویر پیش کرتے ہیں کہ ہماری زندگی میں **"سب کچھ ٹھیک ہے"** اور اب وہ واقعات یا (ان واقعات کے نتائج) ہماری زندگیوں کو متاثر نہیں کر رہے۔ کئی حصوں میں تقسیم کرنے کے لیے ایک اور لفظ **"دبانا"** استعمال کیا جا سکتا ہے۔ ہم ان واقعات کو دبانے کی کوشش کرتے ہیں۔ اس اُمید پر کہ وہ چلے جائیں گے۔ یا کم از کم ہماری زندگیوں پر مزید منفی اثرات نہیں ڈالیں گے۔

سچائی: کئی حصوں میں تقسیم کرنا ایسا ہے جیسے نیوکلیئر پاور پلانٹ کے پگھلنے سے تاب کاری پر قابو پانے کی کوشش کرنا ہے۔ اپنا دفاع یا علیحد گی کی طرف کئی حصوں میں تقسیم کرنا بھی ایک **وہم** ہے۔ درد کو دبانے جیسی کوئی چیز نہیں ہے۔ اگر ہم اسے دبانے کی کوشش کریں گے تو یہ باہر نکل آئے گا اور ہماری زندگی کے تمام حصوں کو متاثر کرے گا۔

4. فرار ہونا یا بے حِس ہو جانا:

اگر ہم درد کو الگ یا دُور نہیں کر سکتے۔ تو ہم اس سے بچنے کے لیے فرار یا بے حِس ہونے کے طریقے تلاش کرتے ہیں۔ یہاں ان طریقوں کی کچھ مثالیں ہیں جن سے ہم درد سے فرار یا بے حِس ہونے کی کوشش کرتے ہیں: کام میں مصروف رہنا، فحش نگاری، شہوت پرستی، بھوک نہ لگنا، شراب، حد سے زیادہ خریداری، دوا کی آمیزش، حد سے زیادہ کھانا، کمپیوٹر استعمال کرتے رہنا، صرف خُدا کے لیے کام کرتے رہنا، ٹیلی ویژن، عادات، فلمیں، موبائل اور طرح طرح کے نشے کرنا۔

ان میں سے زیادہ تر اپنی وضاحت آپ ہی پیش کرتے ہیں۔ لیکن آپ کو تھوڑا سا تعجب ہو سکتا ہے کہ میں نے "**خُدا کے لیے کام کرنے**" کو راہ فرار کے طور پر کیوں بیان کیا ہے۔ میں ایسے پاسبانوں اور عام لوگوں کو جانتا ہوں جنہوں نے خُدا سے دور بھاگنے کے لیے خُدا ہی کو استعمال کیا۔ اس سے میرا مطلب ہے کہ وہ مسیحی سر گرمی کو درد سے بچنے کی لاشعوری کوشش کے طور پر استعمال کرتے ہیں۔ دوسرے الفاظ میں ہم اپنے درد کو نظر انداز کرنے کے لیے دوسروں کی خدمت یا خُدا کا کام کرنے کی کوشش کر سکتے ہیں۔ ایک اور چالاکی جسے میں "**آؤ ڈیل کریں**" منصوبہ بنانا کہتا ہوں۔ ہم یہ سوچ کر خُدا کے ساتھ **ڈیل=Deal** کرتے ہیں کہ اگر ہم خُدا کی اچھے سے خدمت کریں گے تو وہ ہمیں شفا دے گا۔ یہ ایک ایسی چالاکی ہے جو مجھ جیسے "**عمل کرنے والوں**" کے لیے بہت مانوس ہے۔

یہ "**آؤ ڈیل کریں**" ایسا کام یا منصوبہ تھا جو مجھے میری مسیح زندگی میں برسوں تک لیے پھرتا رہا۔ میں یہ سوچتا رہتا تھا کہ میں جتنا زیادہ خُدا کا کام کروں گا اتنا زیادہ خُدا میرا کام کرے گا۔ افسوس کچھ نہ بدلا اور میرے زخموں کا اثر مزید بڑھتا ہی گیا۔

سچائی: آپ درد سے بھاگ نہیں سکتے۔ اس کا صرف ایک ہی حل ہے کہ روح القدس آپ کو شفا دے۔ فرار ہونے کی تمام کوششیں صرف وقتی راحت پیدا کریں گی لیکن کبھی بھی حقیقی شفا اور آزادی پیدا نہیں کریں گی۔

5. **ہمارے جذبات کو نظر انداز کرنا:**

جب غصہ، اداسی اور خوف جیسے جذبات جو ہمارے زخموں سے جڑے ہوتے ہیں ظاہر ہوتے ہیں۔ تو ہم انہیں نظر انداز کرتے ہیں۔ ہمیں لگتا ہے کہ اگر ہم انہیں نظر انداز کریں گے تو وہ کم ہو جائیں گے یا دوبارہ نہیں آئیں گے۔ آپ نے "کمرے میں ہاتھی" کے بارے میں بیان سنا ہو گا۔ تصور کریں کہ آپ ایک ایسے کمرے میں ہیں جو ہاتھیوں سے بھرا ہوا ہے اور یہ ہاتھی ان احساسات کو پیش کرتے ہیں جو آپ کے زخموں سے جڑے ہوئے ہیں۔ آپ کو لگتا ہے کہ اگر آپ ان سے پیٹھ پھیر لیں گے یا آس پاس چلیں گے تو وہ چلے جائیں گے۔

سچائی: ایسا حقیقی طور پر ممکن نہیں ہے کہ آپ کے نظر انداز کرنے یا آس پاس چلنے سے وہ جذبات چلے جائیں گے۔ وہ دروازے پر موجود کسی بھیڑیئے کی طرح ہیں جو اپنا بدصورت چہرہ دکھانے کے لیے ہر وقت تیار رہتے ہیں۔

6. **روحانی اعتبار سے اپنے زخموں کو دُور کرنا: "یہ میری صلیب ہے جسے میں نے اٹھانا ہے۔"**

ایک اور طریقہ جس سے ہم زخموں سے نمٹتے ہیں۔ وہ یہ ہے کہ ہم انہیں **روحانی رنگ** دینے کی کوشش کرتے ہیں۔ ایسا کرنے کے بہت سے طریقے ہیں۔ ہم کہہ سکتے ہیں کہ ہمارا زخم پولس کے جسم میں چبھنے والے کانٹے کی طرح ہے۔ ہمیں بس اسے ایک روحانی حقیقت کے طور پر قبول کرنے اور آگے بڑھنے کی ضرورت ہے۔ کچھ لوگوں نے مجھے بتایا کہ ان کا زخم "صرف اپنی صلیب آپ اُٹھانا ہے"۔ اس کی وضاحت کے لیے ذیل میں ایک کہانی ہے۔ ایک اور طریقہ جس سے ہم زخموں سے نمٹتے ہیں۔ وہ یہ ہے کہ ہم انہیں **روحانی رنگ** دینے کی کوشش کرتے ہیں۔ ایسا کرنے کے بہت سے طریقے ہیں۔

کچھ لوگوں نے مجھے بتایا کہ ان کا زخم "صرف اپنی صلیب آپ اُٹھانا ہے"۔ اس کی وضاحت کے لیے ذیل میں ایک کہانی ہے۔ ایک خاتون تھی۔ جس کے دو بچے نوجوانی کی عمر میں ہی مر گئے۔ جس سے اس خاتون کو گہرا صدمہ / زخم لگا۔

تاہم، اس نے خُدا سے شفا حاصل کرنے کے بجائے یہ مان لیا کہ یہ اس کی صلیب ہے جو اسے اُٹھانی ہے اور وہ اس کو نکتہ بنا کر اپنی کہانی دوسروں کو سنانے لگی۔ اس سے خود ترسی جنم لیتی ہے۔ (میں یہ اس لیے نہیں بتا رہا کہ اسے اتنا غم نہیں کرنا چاہیے تھا جو اس نے کیا۔) اس کے مسلسل بڑھتے ہوئے زخم سے خود ترسی نے جنم لیا اور جب بھی وہ اپنی کہانی سناتی اس زخم کو تقویت دے رہی تھی۔ نتیجہ یہ نکلا کہ اس کی خود ترسی اتنا گہرا اگڑھ بن گئی کہ لوگ اس کے آس پاس آنے سے بھی گریز کرنے لگے۔

میں یہ ہر گز نہیں کہہ رہا ہوں کہ ہم پولس کی طرح جسم میں کانٹا چبھنے یا مصیبتوں کا تجربہ نہیں کر سکتے۔ لیکن جب ہم اپنے زخموں کا لاعلاج یا دائمی ثابت کرنے کے لیے اس طرح کے روحانی یہاں بائبل جملوں کا استعمال کرتے ہیں تو پھر اس حد کو پار کر جاتے ہیں جو کہتی ہے، "میں اپنے زخموں کے ان حصوں میں شفا حاصل نہیں کر سکتا ہوں۔"

یہ جملے بہت روحانی لگ سکتے ہیں لیکن میں اس مشق کو "**Chocolate covered Alpo**" کہتا ہوں۔ (اگر آپ نہیں جانتے تو **Alpo** کتوں کے کھانے کا ایک برانڈ ہے!) میری اس مثال میں **Alpo** ہمارے زخموں کی نمائندگی کرتا ہے۔ اور **Chocolate syrup** ہماری روحانی باتوں یا ثابت کرنے والی دلیلوں کی نمائندگی کرتا ہے۔ جسے ہم اپنے زخموں کو ڈھانپنے کے لیے استعمال کرتے ہیں۔ یہ دِکھنے میں اچھا معلوم ہو سکتا ہے۔

سچائی: ہمارے زخموں کو روحانی طور پر دور کرنے کی کوشش کرنا صرف ہمارے زخموں کو سڑک پر لات مارنے کے برابر ہو گا اور اس پر ہم روح القدس کو بھی اجازت نہیں دیتے کہ وہ ہمیں شفا دے۔

دُوسرادِن

شیطان / اس کی بدروحیں آپ کو قید میں رکھنا چاہتے ہیں۔

آپ صرف یہ تصور کرسکتے ہیں کہ شیطان اس کی بدروحیں کتنی بری طرح سے آپ کو اپنے قید خانوں میں بند رکھنا چاہتے ہیں اور آپ کو نااُمیدی، درد اور زخم جیسی چیزوں میں جینے دیتے ہیں جو اسی قید خانے سے پیدا ہوتی ہیں۔ شیطان جانتا ہے کہ اگر آپ خُدا کے شفائیہ کام کو روک دیں گے تو آپ اس کی قید میں پھنسے رہیں گے اور آخر کار آپ شفا حاصل کرنے کی تلاش میں اپنی روحانی رفاقت کھو دیں گے۔ تاہم، جیسا کہ ہم بات کرچکے ہیں کہ شیطان آپ کے جسم اور آپ کے اندر موجود گناہ کی طاقت کے ساتھ مل کر کام کرتا ہے تاکہ آپ کو آزاد ہونے سے روک سکے۔ آپ کو قید میں رکھنے کے لیے شیطان کون سی حکمت عملی استعمال کرتا ہے؟

1. اپنے قید خانوں کی دیواروں کو مضبوط یا موٹی بنانے کے لیے اپنے ذہن میں ماضی کے زخمی ہونے والے واقعات کو مسلسل جواب دیتے رہنا۔

آپ کے زخمی ہونے والے واقعات سے متعلق یادیں آپ کے ذہن میں مستقل طور پر موجود ہیں۔ وہ آپ کے موبائل فون یا کمپیوٹر میں موجود تصاویر کی طرح ہے جو ہمیشہ دستیاب ہوتی ہیں۔ شیطان ان یادوں کو اور ان یادوں کے ارد گرد کے احساسات کو ایک مسلسل جاری رہنے والے کسی سلائیڈ-شو کی طرح سامنے لاتا رہے گا۔ وہ جانتا ہے کہ اگر آپ اپنے زخمی ہونے والے واقعات کے ارد گرد کے خیالات اور احساسات کو خود پر اختیار رکھنے دیں گے تو آپ کے قید خانوں کی دیواریں مزید موٹی اور مضبوط ہوں گی۔

2. اگر آپ روحانی شفا کی راہ پر گامزن ہوں گے تو شیطان / اس کی بدروحیں آپ کے خلاف آپ کو روکنے کے لیے تمام راستے نکالیں گے تاکہ آپ کو واپس قید خانے میں رکھ سکیں۔

آپ شاید پہلے ہی دریافت کرچکے ہوں گے کہ جب آپ نے مسیح سے زندگی بسر کرنے کا اپنا نیا سفر شروع کیا تو آپ کو محسوس ہوگا کہ شیطان آپ کو روکنے کی کوشش کر رہا ہے۔ جب تک آپ خود سے جینے کی "**طے شدہ**" حالت میں رہتے ہیں، شیطان آپ کو روکنے کے لیے کچھ نہیں کرے گا کیونکہ اس کے پاس آپ کو روکنے کے لیے کوئی وجہ ہی نہیں ہے۔ تاہم جب آپ سیکھنا، یقین کرنا اور سچائی پر چلنے کا انتخاب کرتے ہیں تو وہ ضرور آپ کو روکنے کی کوشش کرے گا کیونکہ شیطان / اس کی بدروحوں کا سب سے بڑا خوف یہ ہے کہ آپ خُدا سے دُعا کریں گے اور وہ آپ کو شفا دے گا۔

3. شیطان / اس کی بدروحیں آپ کو واپس اپنے قید خانوں میں رکھنے کے لیے بے اعتقادی، شک، آزمائشی، جسمانی اور الزام پر مبنی خیالات بھیجیں گے۔

(الف) بے اعتقادی، شک پر مبنی خیالات جیسے کہ، "خُدا مجھے شفا نہیں دے گا یا نہیں دے سکتا۔" "میں خُدا کو دعوت نہیں دے سکتا کیونکہ میرا درد بہت بڑا ہے۔" "میں خُدا کو نہیں بلا سکتا کیونکہ میرا درد اس کے فضل سے بڑا ہے۔" "خُدا کی طاقت مجھے اس درد، خوف، معاف نہ کرنے والے رویے، غصے اور احساس کمتری سے آزاد کرنے کے لیے کافی نہیں ہے۔"

(ب) آزمائشی خیالات جیسے کہ، "درد میں تڑپتے رہنا، آخر کار یہ ایک انتہائی دردناک واقعہ تھا۔ شاید اگر میں ایک اور کتاب پڑھوں یا ایک اور اصلاح کار کے پاس جاؤں تو خود کو آزاد کرسکوں گا۔ میں بس اس درد کو کہیں بند کرکے خود کو اس سے دُور کرنا چاہتا ہوں اور آگے بڑھنا چاہتا ہوں کیونکہ جو بھی ہوا تھا وہ میرا ماضی تھا۔"

(ج) **جسمانی خیالات جیسے کہ،** "مجھے حق ہے کہ میں --------(تلخ رہوں، غصہ کروں، معاف نہ کروں، خود سے نفرت کروں۔) "میری / میرا------ معافی کے لائق نہیں ہے۔ میں نہیں بھول سکتا جو انہوں نے میرے ساتھ کیا ہے۔" (والد، والدہ، سوتیلے والدین، بھائی، بہن، دوسری بیوی، دوسرا شوہر)

(د) **الزام پر مبنی خیالات جیسے کہ،** میں -----------ہی کے لائق ہوں۔ (گالی گلوچ، زخمی حالت، طلاق، چھوڑ دیے جانے وغیرہ) "میں ناپاک اور گناہ آلودہ ہوں۔" "میں خُدا کی شفا کے قابل نہیں ہوں۔"

4. شیطان / اس کی بدروحیں آپ کی آزمائش کریں گے تاکہ آپ اپنے درد کو روکنے یا کم کرنے کے لیے فرار ہونے کے طریقوں کا استعمال کرتے رہیں۔

ہم نے پچھلے حصے میں بات کی تھی کہ ہم کس طرح اپنے درد سے بچنے یا اسے کم کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ دشمن فرار ہونے والے ان طریقوں کو آپ کے ذہن میں لا کر چاہے گا کہ آپ ان کا استعمال کریں اور وہ اس پر آپ کو آمادہ کر کے آپ کی "مدد" کرے گا۔

5. شیطان / اس کی بدروحیں مصروفیت کا استعمال کر کے آپ کی توجہ ہٹانے کی کوشش کریں گے کہ آپ اپنے زخموں سے نہ نمٹیں۔

یہ ایک انتہائی انوکھا مگر بہت موثر آلہ ہے۔ یہ وہی آلہ ہے۔ جسے دشمن کئی سالوں تک مجھ پر استعمال کرتا رہا۔ اگر میں صرف اپنے کاروبار، اپنے مشاغل وغیرہ پر توجہ مرکوز کروں تو پھر مجھے اپنے درد سے متعلق سوچنا ہی نہیں پڑے گا۔ ہمیں اس بات سے آگاہ ہونے کی ضرورت ہے کہ شیطان / اس کی بدروحیں آپ کو آپ کے زخموں کے قید خانوں میں رکھنے کے لیے تمام راستے نکالیں گے۔ یہ ایک ربر بینڈ سے منسلک ہونے جیسا ہے کہ جب بھی آپ آزادی کی طرف بڑھتے ہیں اور اپنے زخموں سے دور ہوتے ہیں تو دشمن آپ کو دوبارہ قید میں "کھینچتا" ہے۔

کلیدی سچائی: یاد رکھیں کہ اگر شیطان / اس کی بدروحیں وجود نہ بھی رکھتے ہوں تو بھی مذکورہ بالا اصول ہماری جسمانیت اور ہمارے اندر بسی گناہ کی طاقت کی وجہ سے لاگو ہوں گے۔ تاہم۔ چوں کہ شیطان / اس کی بدروحیں موجود ہیں۔ سچائی یہ ہے کہ "ناپاک تکون" (یعنی جسمانیت، گناہ کی طاقت، شیطان / اس کی بدروحیں ہمیشہ ایک ساتھ مل کر کام کرتے ہیں تاکہ آپ کو آزادی اور شفا کے وعدوں کا تجربہ کرنے سے روکا جاسکے۔)

کیا ہوگا اگر ہم خُدا کو اپنے کمروں / قید خانوں میں جانے ہی نہ دیں کہ وہ ہمیں شفا عطا کرے؟

1۔ ہم ماضی کے زخمی ہونے والے واقعات کے لیے "طے شدہ" احساسات پیدا کریں گے۔ جو ان واقعات کے گرد ہمارے خیالات اور احساسات کا نتیجہ ہیں۔

کچھ لوگ زخمی ہونے والے واقعات کو بار بار اپنے ذہنوں میں دہراتے ہیں۔ جس کا نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ جب بھی وہ خیالات ہمارے ذہن میں آتے ہیں ہم "پہلے سے طے شدہ" احساسات پیدا کرتے ہیں۔ اس بات کو واضح کرنے کے لیے میں ایک شخصی مثال پیش کرتا ہوں۔

جب میں اپنے والد کو معاف نہ کرنے اور تلخی کے ساتھ زندگی بسر کر رہا تھا۔ تو جب بھی کوئی زخمی واقعہ میرے ذہن میں آتا اس وقت میں نے غصے اور معاف نہ کرنے کے جذبات کو "**پہلے سے طے شدہ**" بنا رکھا تھا۔ دیگر طے شدہ جوابات، احساس کمتری، عدم تحفظ اور خوف تھے۔ یہ سب میرے جوابات دینے کی وجہ سے تقویت پاتے گئے۔ ایک وقت آیا کہ جب میں نے اپنے جوابات سے متعلق سوچنا بھی بند کر دیا تھا۔ جب بھی میرے ذہن میں میرے والد یا کوئی زخم واقعہ آتا تو وہ خود کار ہو جاتے ہیں۔

2۔ ان کمروں / قید خانوں سے وابستہ احساسات بڑھتے مضبوط ہوتے اور مزید تقویت پاتے ہیں۔

اگر آپ اپنے زخموں سے جڑے خیالات اور احساسات کو خود پر مسلسل اختیار رکھنے دیں گے تو وہ مزید تقویت پاتے اور مضبوط ہوتے جاتے ہیں۔ جیسے ایک شخص بار بار وزن اٹھانے کی وجہ سے مضبوط ہوتا جائے گا۔ اسی طرح آپ کے خیالات اور احساسات بھی جو آپ کے زخمی ہونے والے واقعات سے جڑے ہیں مضبوط ہوتے جائیں گے۔

تیسرا دِن

3۔ بھروسا کرنا چھوڑ دینا- "یہ اتنا ہی اچھا ہے جتنا اچھا مل سکتا ہے۔"

خُدا پر بھروسا نہ کرنے کے نتیجے میں ہم اسے اجازت نہیں دیتے کہ وہ ہمیں شفا دے۔ ہو سکتا ہے کہ آپ نے شفا کے لیے اصلاح حاصل کرنے یا کتابیں پڑھنے کی کوشش کی ہو۔ لیکن شفا نہ ملی ہو۔ ہو سکتا ہے کہ آپ نے کچھ دیر شفا کے لیے دُعا بھی کی ہو لیکن شفا کا تجربہ نہ ہوا ہو۔ ممکن ہے کہ آپ اس مقام پر آ پہنچیں جہاں آپ کہیں کہ، "**یہ اتنا ہی اچھا ہے جتنا اچھا مل سکتا ہے**" اور خُدا پر بھروسا کرنا چھوڑ دیں۔ یہ ایک بہت ہی خطرناک مقام ہے کیونکہ اس سے شیطان کو موقع ملتا ہے کہ وہ اس بات کا فائدہ اُٹھائے کہ آپ نے خُدا پر بھروسا کرنا چھوڑ دیا ہے اور آپ کو آپ کے زخم کی قید میں ہی رکھے۔

4۔ دل کا سخت ہونا:

ایک نتیجہ جو مجھے سب سے زیادہ پریشان کرتا ہے۔ وہ یہ ہے کہ اگر ہم خُدا کو اجازت نہ دیں کہ وہ ہمیں شفا عطا کرے تو ہم اپنے دلوں کو خُدا کے لیے سخت کرتے ہیں۔ دل کا سخت ہونا ادا کیے گئے سود کے سرٹیفیکیٹ کو پیچیدہ کرنے کے مترادف ہے۔

(ایسے جیسے وہ حقیقتاً، حقیقی سود لیتے ہیں۔)

ہم جانتے ہیں کہ وقت کے ساتھ ساتھ سود پر حاصل کی گئی چیز / رقم کی قسط ادا نہ کرنے پر اس کا سود بڑھتا جاتا ہے۔ ہمارے زخموں کے ساتھ بھی یہی معاملہ ہے۔ جیسے جیسے وقت گزرتا ہے اور آپ اپنے بند کمروں / قید خانوں میں خُدا کو آنے نہیں دیتے کہ وہ آپ کو شفا عطا کرے۔ اس کے نتیجے کے طور پر آپ موجودہ درد کو مزید درد کے ساتھ جوڑتے یا شامل کرتے ہیں۔

وقت کے ساتھ ساتھ یہ "پیچیدگی" آپ کو اس قدر کنٹرول کرنا شروع ہو جائے گی کہ یہ آپ کو خُدا کی تلاش، اس سے دُعا جیسی چیزوں سے بہت دور کر دے گی۔ آخر کار آپ خُدا سے مکمل طور پر منہ موڑلیں گے اور آپ اسے اپنی شفا کے سر چشمے کے طور پر نہیں دیکھیں گے۔ مزید وضاحت کے لیے میں آپ سے ایک کہانی بانٹناچاہتاہوں۔

ایک شخص جو میری شاگردیت میں تھااس نے مجھے بتایا کہ اس کی منگیتر ان کی شادی کے دن ایک کار حادثے میں مر گئی۔ میں اُس سے پہلی بار ملنے کے بعد اب 15 سال بعد جب دوبارہ ملاتو اس نے مجھے بتایا کہ اس کی منگیتر کار حادثے میں مر گئی ہے اور اس نے مزید یہ کہا، "خُدانے اس واحد شخص کو بھی مار دیا جو مجھ سے محبت رکھتا تھا۔ اس نے یہ بات اتنے شدید غصے کے ساتھ کہی۔ ظاہر ہے کہ ان 15 سالوں میں اس نے خُدا کے خلاف اپنے دل کو سخت کر کے رکھا تھا۔

5۔ نااُمیدی کا احساس:

خُدا پر بھروسا کرنا چھوڑ دینے سے بھی بڑی صورتحال یہ ہے کہ جب آپ شفا اور آزادی سے متعلق نااُمیدی کا سامنا کرتے ہیں۔ نااُمیدی ایک **"ذہنی گڑھے"** کی طرح ہے۔ جہاں آپ ایک ایسے اندھیرے میں کھو جاتے ہیں کہ وہاں شفا کا نام ونشان تک نہیں ہے۔ یہ نااُمیدی بالآخر مایوسی کی طرف لے جاتی ہے اور ہر سطح پر خُدا کے ساتھ آپ کے تعلق کو شدید نقصان پہنچاسکتی ہے اور ممکنہ طور پر تباہ کر سکتی ہے۔

6۔نفسیاتی اور جسمانی مسائل پیدا ہو سکتے ہیں:

میں نے کئی سالوں میں ایسے لوگوں کے ساتھ کام کیا ہے جو خُدا کو اپنے زخموں سے شفا دینے کی اجازت نہ دینے کی وجہ سے نفسیاتی مسائل کا شکار ہوتے ہیں۔ جیسے کہ، ذہنی دباؤ، خیالات کا تسلط و تکرار، گھبراہٹ محسوس ہونا، وغیرہ۔ یہ دیکھنا افسوسناک ہے کہ کس طرح زخموں کے "کینسر" نے نہ صرف ان کے ذہنوں بلکہ جسموں پر بھی حملہ کیا۔

زخم اور ہماری پہچان:

ہمارے زخم اس بات پر گہرا اثر ڈال سکتے ہیں کہ ہم خود کو کس طرح دیکھتے ہیں۔ اس سے میرا مطلب یہ ہے کہ ہمارے زخموں سے نکلنے والے احساسات اور رویے ہماری غلط پہچان بنا یا اسے تقویت دے سکتے ہیں۔ میرے لیے، میری زندگی میں زخمی ہونے والے واقعات سے میں نے یہ نتیجہ اخذ کیا کہ میں ایک نا قابل، نا اہل اور ایسا شخص ہوں جس سے کوئی محبت نہیں کرتا ہے۔ جیسے جیسے میرے زخم تقویت پاتے گئے۔ اسی طرح میرے جھوٹے عقائد بھی بڑھتے گئے۔ یہ جھوٹے عقائد بہت گہرے ہو گئے۔ ذیل میں جھوٹے عقائد کی کچھ اضافی مثالیں ہیں:

میں:

نا قابل قبول،	مسترد شدہ،	مایوس،	کمزور،	غیر محفوظ
نا اہل،	ناکام،	نامکمل،	شکست خوردہ،	خوف زدہ

یہی وجہ ہے کہ مسیح میں ہماری حقیقی پہچان کو سمجھنا بہت ضروری ہے۔ یہ جانے اور مانے بغیر کے خُدا ہمارے بارے میں کیا کہتا ہے کہ ہم کون ہیں، ہم اپنے (تقویت پاتے ہوئے) جھوٹے عقائد کے مطابق ہی زندگی بسر کریں گے۔

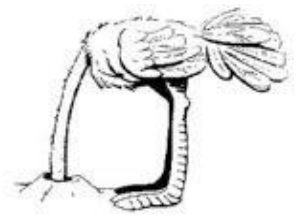
جھوٹے عقائد سے زندگی بسر کرنے کے نتیجے سے متعلق میرے اصلاح کار دوست Perri Dupree نے ان الفاظ میں خلاصہ پیش کیا ہے: **"وہ زخم آپ کی شخصیت کا اندرونی تجربہ بن جاتے ہیں اور خود کے بارے میں خُدا کے نظریے کو تجرباتی حقیقت بننے سے روکتے ہیں۔"** ہم اپنی حقیقی پہچان کے بجائے جھوٹے عقائد سے زندگی بسر کرنے کے لیے جو کچھ تخلیق کرتے ہیں، میں اسے ہماری "**خیالی**" پہچان کہتا ہوں۔ ایک خیالی پہچان سے میرا کیا مطلب ہے:

آپ کی پہچان سچائی پر مبنی ہونے کے بجائے آپ کی پہچان آپ کے جھوٹے عقائد، نقصان دہ جذبات اور جسمانی رویوں پر مبنی ہو گی۔ جو آپ کے زخمی دل سے نکلتے ہیں۔

خلاصہ: اگر ہم اپنی حقیقی پہچان کی حقیقت سے زندگی بسر نہیں کر رہے تو ہم ایک خیالی یا وہم پر مبنی زندگی بسر کر رہے ہیں۔

ایک شخص نے مجھے بتایا کہ اس کی ماں اس کے ہر قدم / کام کو کنٹرول کرتی ہے۔ جس کے نتیجہ میں وہ شخص احساس کمتری کا شکار ہو گیا اور خود سے کچھ بھی کرنے کے قابل نہ رہا۔ وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ یہ احساسات اس کی اپنے بارے میں **"خیالی"** پہچان کا حصہ بن گئے۔ اس کی ماں کے غصے اور کنٹرول کرنے والے رویے کی وجہ سے وہ شخص خود بھی عصیلہ اور دوسروں کو کنٹرول کرنے والا بن گیا۔ جب ہم پہلی بار ملے تھے تو اس نے اپنے آپ کو اسی طرح سے متعارف بھی کروایا تھا چوں کہ وہ جھوٹے عقائد، متاثرہ جذبات اور جسمانی رویوں سے زندگی بسر کر رہا تھا۔ اس لیے وہ ہمیشہ اپنی **"خیالی"** پہچان کی غلامی میں رہتا تھا۔

تاہم، ہمیں روح القدس کو اس لیے بھی اجازت دینی چاہیے کہ وہ ہمیں ہمارے زخموں سے شفاعطا کرے تا کہ ہم مکمل طور پر مسیح میں ہماری حقیقی پہچان کا تجربہ کر سکیں۔ میرے لیے یہ مسئلہ تھا کہ میں اپنے جھوٹے عقائد میں اس قدر جکڑا ہوا تھا کہ اپنی حقیقی پہچان سے متعلق سچائیاں سیکھنے کے باوجود ابتدائی طور پر ان سچائیوں پر یقین کرنے کے بجائے میں اپنے جھوٹے عقائد پر ہی یقین کرتا رہا۔ تاہم، جیسے جیسے روح القدس نے میرے جھوٹے عقائد کو سچائی کے ذریعے ہٹایا۔ میں نے شفا کا تجربہ کرنا شروع کر دیا۔ روح القدس کی شفا اور تبدیلی کی طاقت پر اب مجھے کوئی شک نہیں ہے۔ کیوں کہ میں اب اپنے ماضی کے زخموں کے جھوٹے عقائد سے زندگی بسر نہیں کرتا ہوں۔



زخم اور خُدا سے متعلق ہمارا تصور:

میں اس مسئلے پر کچھ دیر مزید بات کرنا چاہتا ہوں کیوں کہ ہم میں سے اکثر مسیحی اس مقام پر جدوجہد کرتے ہیں۔ جب زخمی ہونے والے واقعات کی بات آتی ہے تو لوگ اکثر کہتے ہیں۔ "جب مجھے بے عزت کیا جا رہا تھا، مسترد کیا جا رہا تھا یا تنہا کیا جا رہا تھا، تب خُدا کہاں تھا؟ اور بعض یوں کہتے ہیں کہ "اگر خُدا مجھ سے پیار کرتا ہے یا وہ ہر چیز پر قادر ہے تو اس نے ایسا کیوں ہونے دیا؟

ہم سمجھتے ہیں کہ جب ہم جدوجہد کا سامنا کر رہے ہوتے ہیں۔ تب خُدا کہیں چھپ جاتا ہے اور ہماری مدد نہیں کرتا ہے۔ اگر ہم مسلسل اسی طرح کے خیالات کو خود پر اختیار رکھنے دیں گے تو یہ مزید تقویت پا کر خُدا سے متعلق ہمارے نظریے کو بگاڑتے جائیں گے۔

خُدا کہتا ہے کہ وہ بھلا ہے، ہم سے محبت رکھتا ہے اور وہ قادر مطلق ہے۔ تاہم، اگر یہ سچ ہے اور (یہ سچ ہی ہے) تو جب ہم اس سے دُعا کرتے ہیں تو وہ کیوں مداخلت نہیں کرتا اور کیوں زخمی کرنے والے واقعات کو رونما ہونے سے نہیں روکتا؟ پہلی سچائی جس کو ہمیں سیکھنے کی ضرورت ہے وہ یہ ہے کہ جو کچھ خُدا اپنے بارے میں کہتا ہے وہ سچ ہے۔ سچائی پر کوئی سمجھوتا نہیں۔ مسئلہ یہ ہے کہ ہم خُدا کی سچائی کو لے کر اپنی توقعات کے ساتھ باندھ دیتے ہیں۔ میرا مطلب یہ ہے کہ (مذکورہ بالا مثال کا استعمال کرتے ہوئے) ہم خُدا سے توقع کرتے ہیں کہ اگر وہ واقعی بھلا ہے، مجھ سے محبت رکھتا ہے اور قادر مطلق ہے تو پھر ایسے واقعات کو رونما ہونے سے روکے جن میں، میں زخمی کیا جاتا ہوں۔

جب خُدا ہماری توقعات پر پورا نہیں اترتا تو ہم اس کی بھلائی، محبت اور حاکمیت پر شک کرنے لگتے ہیں۔ تاہم صرف اس وجہ سے کہ خُدا **ہماری توقعات** پر پورا نہیں اترتا، اس سے اس کا کردار بدل نہیں جاتا ہے۔ ہمارا مسئلہ یہ ہے کہ ہم لامحدود خُدا کے ساتھ تعلق رکھنے والے محدود لوگ ہیں۔ ہم **"کیوں"** پر مشتمل سوالات پوچھتے ہیں اور جب ہمیں جوابات نہیں ملتے تو ہم خُدا سے مایوس یا ناراض ہو جاتے ہیں۔

اگر آپ چاہتے ہیں کہ میں اس سوال پر وضاحت پیش کروں کہ بھلا، محبت رکھنے والا اور قادر مطلق خُدا کیوں مداخلت نہیں کرتا، تو میں کہوں گا۔ وہ اس لیے کہ خُدا نے گناہ میں گرے ہوئے انسان کو آزاد مرضی دی ہے۔ ہم دوسرے لوگوں کی بے عزتی کرنے، انھیں زخمی کرنے یا دکھ پہنچانے کا انتخاب کر سکتے ہیں۔ (ہم خود کو دکھ پہنچانے یا خودکشی کرنے کا بھی انتخاب کر سکتے ہیں) چوں کہ خُدا نے گناہ گار انسان کو آزاد مرضی عطا کی ہے۔

اس لیے وہ انسان کو زخمی واقعات انجام دینے سے نہیں روکتا۔ کیونکہ یہ انسان کا اپنا انتخاب ہے۔ تاہم، اس کا وعدہ ہے کہ وہ تمام زخمی واقعات میں سے **"بھلائی"** پیدا کرے گا۔ (رومیوں 28:8) خُدا جب لفظ بھلا / بھلائی استعمال کرتا ہے تو اس سے اس کا مطلب کیا ہے؟ میں اپنی کہانی کے ذریعے وضاحت پیش کرنا چاہوں گا۔

اس سے بیشتر کہ میں اپنی کہانی کے اس حصے کو بیان کروں۔ میں چاہتا ہوں کہ آپ جان لیں کہ میں 48 سالوں سے اپنے والد کی بد سلوکی سے **متعلق "کیوں"** پر مشتمل سوالات پوچھتا رہا ہوں۔ میں اس وجہ سے خُدا سے سخت ناراض تھا کہ اس نے کوئی مداخلت کیوں نہ کی۔ یہاں تک کہ ایک موقع پر تو میں خُدا سے بہت دُور چلا گیا۔ اگر آپ بھی آج وہاں ہیں جہاں میں تھا، تو سن لیں کہ اس محبت رکھنے والے، ترس کھانے والے اور بچانے والے خُدا نے مجھے واپس اپنی طرف کھینچا اور میرے والد کی بد سلوکی میں سے میرے لیے **"بھلائی"** پیدا کرنا شروع کر دی۔ وہ بھلائی کیا ہو سکتی ہے؟

شفا کے سفر پر، میں نے سیکھا کہ میرے والد نے جو مجھ سے بد سلوکی کی تھی۔ وہ اس کے والد کی بد سلوکی کا نتیجہ تھی۔ جب میں نے سنا کہ میرے والد کے ساتھ اس کے والد نے کیا کیا تو میں دنگ رہ گیا۔ اس کے والد نے جو اس کے ساتھ کیا میرے والد نے ویسا ہی سلوک میرے ساتھ کیا۔ یقین کریں میں اپنے والد کی بد سلوکی پر کوئی بہانہ پیش نہیں کر رہا۔ تاہم، میرے والد نے مجھے مسیح میں زندگی سے متعلق کبھی نہیں بتایا۔ اسے تبدیلی سے متعلق کوئی اندازہ نہ تھا۔ حتیٰ کہ وہ ایک مسیحی تھا۔ نتیجہ (ہم سب کی طرح) یہ ہے کہ وہ اس لیے بد سلوکی کرتا تھا کیونکہ وہ اپنی جسمانیت، گناہ کی طاقت اور شیطان کی غلامی میں تھا۔

"بھلائی" کا ایک اور حصہ یہ ہے کہ خُدا نے مجھے شفا دی اور میرے دل کو بدل دیا تھا کہ میں اپنے والد کو معاف کرنے کے لیے تیار ہو سکوں۔ آپ نے دیکھا جب خُدا نے مجھے میرے والد کو معاف نہ کرنے والے رویے سے آزاد کیا تب میں نے محسوس کیا کہ میں کسی کو بھی معاف کر سکتا ہوں۔ یہ شفا اور آزادی کے ذریعے ہی تھا کہ میں نے محسوس کیا کہ خُدا بھلا، محبت رکھنے والا اور قادر مطلق ہے۔ یاد رکھیں کہ دشمن خُدا کے کردار کے بارے میں بائبلی حوالوں کا بھی استعمال کرے گا تا کہ آپ کو شک کے گھیرے میں کھڑا کرے اور آپ اس واحد شخص سے منہ پھیر لیں جو آپ کو شفا دے سکتا ہے۔

چوتھادِن

خُدا کی شفامیں ہمارے کردار سے متعلق کلیدی سچائیاں:

1-شفاکی ہماری واحد اُمید مسیح میں ہے۔

”جِن پر خُدا نے ظاہِر کرناچاہا کہ غَیر قَوموں میں اُس بھید کے جلال کی دَولت کَیسی کُچھ ہے اور وہ یہ ہے کہ مسیح جو جلال کی اُمّید ہے تُم میں رہتا ہے۔“کُلسِیوں 27:1

”اِس واسطے اپنی عقل کی کمر باندھ کر اور ہوشیار ہو کر اُس فضل کی کامِل اُمّید رکھّو جو یِسُوع مسیح کے ظہُور کے وقت تُم پر ہونے والا ہے۔“1-پطرس 13:1

مسیح صرف خاص زندگی نہیں بلکہ خاص اُمید بھی ہے۔ ہمارے پاس شفاکے لیے مسیح کے علاوہ اور کوئی اُمید موجود نہیں ہے۔چوں کہ آپ میں مسیح کی معموری ہے، اس لیے آپ کے پاس وہ تمام اُمید ہے جس کی آپ کو ضرورت ہے۔ ہم نے پچھلے مطالعات میں سیکھا کہ نئے عہد نامہ میں "**اُمید**" کا مطلب، "**پُر اعتماد توقع**" ہے۔ دنیاوی نظریہ کہتاہے، مجھے اُمید ہے کہ **ایساہو سکتاہے**۔ جبکہ مسیح جو خاص اُمید ہے، وعدہ کرتا ہے کہ **ایساہو گا۔** یہی وجہ ہے کہ ہم خُدا سے دُعا کرتے ہیں کیوں کہ وہ ہماری اُمید ہے۔

انسانی اُمید کہتی ہے: مجھے اُمید ہے کہ منزل کے آخر پر میری شفاسے متعلق مجھے کوئی روشنی دکھائی دے گی۔

مسیح پر مبنی اُمید کہتی ہے: "میں (یسوع)ہی منزل کے آخر پر تمھاری روشنی ہوں"۔

انسانی اُمید کہتی ہے: میں ایک اور کتاب پڑھ لوں گا، ایک اور اصلاح کار سے مل لوں گا یا ایک اور بائبلی پیغام سن لوں گا تو شفاپا جاؤں گا۔

مسیح پر مبنی اُمید کہتی ہے: "میں (یسوع) کسی کتاب، اصلاح کار یا پیغام کو استعمال کر کے تمھیں شفادے سکتاہوں لیکن واحد میں ہی ہوں جو تمھیں شفادے سکتاہے"۔

انسانی اُمید کہتی ہے: میری اُمید ختم ہو رہی ہے۔

مسیح پر مبنی اُمید کہتی ہے:

"میں (یسوع) اُمید کی لامتناہی فراہمی فراہم کروں گا۔

شیطان کی اہم حکمت عملیوں میں سے ایک یہ ہے کہ آپ سے آپ کی اُمید چھین لی جائے۔ وہ جانتاہے کہ اگر آپ خُدا میں اُمید کھو دیں گے تو آپ واقعی نااُمید ہو جائیں گے۔

خُدا سے بات چیت کریں: اگر آپ اپنی شفا سے متعلق نااُمید ہیں۔خُدا سے کہیں وہ آپ کو قائل کرے کہ وہ آپ کی اُمید ہے اور اُس کے آپ کی اُمید ہونے کے نتیجے میں وہ آپ کو شفا دے گا۔

2- مسیح آپ کی زخمی حالت میں آپ سے ہمدردی کا اظہار کر سکتا ہے۔

"کیونکہ ہمارا ایسا سردار کاہِن نہیں جو ہماری کمزوریوں میں ہمارا ہمدرد نہ ہو سکے بلکہ وہ سب باتوں میں ہماری طرح آزمایا گیا تو بھی بے گُناہ رہا۔"عبرانیوں 15:4

ان تمام زخموں کو یاد کریں جو خُداوند یسوع نے تین مختصر سالوں میں برداشت کیے۔اس کی تضحیک کی گئی، مسترد کیا گیا، اسے گالیاں دی گئی اور سزا دی گئی۔لوگوں نے اس سے نفرت کی، اس کی تذلیل کرتے تھے، اس کے لیے سخت دل تھے اور اسے دھمکاتے تھے۔لوگ اسے نیچا دکھاتے تھے اور اسے چھوڑ جاتے تھے۔انہوں نے اسے غلط سمجھا اور اس سب کے بعد اسے مصلوب کر دیا۔

جب میں یہ کہتا ہوں کہ یسوع آپ کے درد کو محسوس کرتا ہے۔تو میرا یقین کریں وہ سچ میں محسوس کرتا ہے۔آپ کی زخمی حالت خواہ کتنی ہی بری کیوں نہ ہو۔کیا یہ اس سے بھی زیادہ برا ہے جو یسوع نے برداشت کیا؟ بنیادی طور پر وہ اس درد میں سے اس لیے گزرا تا کہ وہ جان سکے کہ زخمی ہونا کیسا ہے اور اس سے منسلک درد کیسا محسوس ہوتا ہے۔اس کی انسانیت نے جو کچھ برداشت کیا مسیح کو بھی وہ سب کچھ آپ کی ہی طرح ہرگز پسند نہ تھا۔لیکن وہ گہرے طور پر آپ کی زخمی حالت میں آپ سے ہمدردی کا اظہار کر سکتا ہے۔وہ ان تمام زخموں کے درمیان آپ کو اطمینان فراہم کر سکتا ہے۔

خُدا سے بات چیت کریں: اگر آپ اس حقیقت کے ساتھ جدوجہد کرتے ہیں کہ آپ اپنے درد میں بالکل تنہا نہیں ہیں تو مسیح سے کہیں کہ آپ کو اطمینان عطا کرے کیونکہ آپ جس درد سے گزر رہے ہیں وہ اس سے بخوبی واقف ہیں۔

3-شفا کی کلید یہ ہے کہ آپ اپنے یقین کو تبدیل کریں:

"اور اِس جہان کے ہم شکل نہ بنو بلکہ عقل نئی ہو جانے سے اپنی صُورت بدلتے جاؤ تا کہ خُدا کی نیک اور پسندِیدہ اور کامل مرضی تجربہ سے معلُوم کرتے رہو۔"

رُومیوں 2:12

یاد رکھیں کہ ہم نے اس مطالعہ کے آغاز میں کہا تھا کہ جھوٹے عقائد ہیں، زخمی کرنے والے واقعات اور احساسات کے نتیجے میں پیدا ہوتے ہیں۔تاہم، جب ہم اپنے ذہنوں کو نیا کرنے کے لیے خُدا سے دُعا کریں گے تو وہ ہمارے زخموں کے نتیجے میں پیدا ہونے والے **جھوٹے عقائد** کو سچائی کے ذریعے بدل دے گا۔

میں نے اپنی زندگی میں یہ تجربہ کیا ہے۔میں نے بیان کیا تھا کہ میرے زخمی ہونے کے نتیجے میں، میں ماننے لگا کہ میں ناقابل قبول، نااہل اور ایک ناکام شخص ہوں۔میں نے دُعا کرنا شروع کی کہ خُدا میرے ذہن کو اپنی سچائی سے تبدیل کر دے اور اس نے میرا ذہن بدلا اور اب میں اپنے بارے میں مزید کسی جھوٹ پر یقین نہیں کرتا۔البتہ اب میں یقین کرتا ہوں کہ میں مسیح کے ذریعے مقبول، اہل، کامل اور فتح سے بڑھ کر غلبہ پایا ہوا شخص ہوں۔

خُدا سے بات چیت کریں:

خُداوند سے دُعا کرنا شروع کریں کہ وہ آپ کے ذہن کو سچائی کے ذریعے نیا کرے اور آپ کو آپ کے زخموں کے نتیجے میں پیدا ہوئے جھوٹے عقائد سے آزاد کرے۔

4-زخمی واقعات کو بھول کر آگے بڑھنا:

"اَے بھائیو! میرا یہ گُمان نہیں کہ پکڑ چُکا ہُوں بلکہ صِرف یہ کرتا ہُوں کہ جو چِیزیں پِیچھے رہ گَئیں اُن کو بُھول کر آگے کی چِیزوں کی طرف بڑھا ہُوا۔"

فِلِپّیوں 13:3

اس بیان سے پولس کا کیا مطلب ہے:

"جو چیزیں پیچھے رہ گئیں ان کو بھول کر آگے بڑھنا"۔ ہم واقعی وہ کبھی نہیں بھول سکتے کہ ہمارے ساتھ کیا ہوا، جس نے ہمارے دل کو زخمی کیا تھا۔

تاہم، زخمی واقعات کی یادیں اصل مسئلہ نہیں ہے۔ یہ ان واقعات کے اردگرد **جھوٹے عقائد** اور **متاثرہ جذبات** ہیں جو اصل مسئلہ ہیں۔ ہو سکتا ہے کہ ہم اس واقعے کو اپنے ذہن سے کبھی نہ نکال پائیں لیکن ان زخمی واقعات کو بھول کر آگے بڑھنے کے عمل کے ذریعے ہم شفا پا سکتے ہیں اور ان واقعات سے جڑے جھوٹے عقائد اور متاثرہ جذبات سے آزاد ہو سکتے ہیں۔

میں ایک تمثیل پیش کرنا چاہتا ہوں: آئیں فرض کریں کہ ایک بجلی کا پلگ کسی زخمی واقعہ کی نمائندگی کرتا ہے اور تار سے گزرنے والی بجلی اس واقعہ کے اردگرد آپ کے جھوٹے عقائد اور متاثرہ جذبات ہیں۔ پس جب بھی آپ وہ واقعہ یاد کرتے ہیں تو یہ اپنی انگلی کو بجلی کے سرکٹ میں ڈالنے کے مترادف ہے۔ جب بھی آپ ایسا کرتے ہیں تو بجلی آپ کو جھٹکا دیتی ہے۔ اگر آپ اس پلگ کو کنٹرول کرنے والے بریکر کو بند کر دیں تو کیا ہو گا؟ وہ زخمی واقع (پلگ) ابھی بھی وہاں موجود ہے لیکن وہ بجلی (جھوٹے عقائد اور متاثرہ جذبات) اب آپ کو چھو نہیں سکتے۔ کاش یہ اتنا آسان ہوتا جتنا کہ ایک بریکر کو کنٹرول کرنے والے پلگ کو بند کرنا ہے لیکن کسی زخمی واقعہ کو بھولنا ایک طویل مدتی عمل بھی ہو سکتا ہے خوشخبری یہ ہے کہ ایک بار جب آپ نے وہ زخمی واقع بھلا دیا، شاید وہ دوبارہ کئی بار آپ کے ذہن میں آئے لیکن اس کی گرفت آپ کے دل پر ہرگز نہ ہو گی۔

خُدا سے بات چیت کریں:

روح القدس کو اجازت دیں کہ وہ آپ کے زخمی واقعہ سے متعلق آپ کے ذہن کو سچائی کے ذریعے نیا کرے۔ اس سے کہیں کہ وہ اس "**بجلی**" کو ختم کر دے تا کہ آپ اپنے زخمی واقعات سے منسلک درد کو مزید محسوس نہ کریں۔

5- ہم سمجھتے ہیں کہ اگر ہم ان کمروں میں خُدا کو آنے اور شفا دینے کی اجازت دیں گے تو اور زیادہ درد ہو گا:

میں نے کسی بھی جواب سے زیادہ مرتبہ یہ سنا ہے کہ، میں خُدا کو اس کمرے میں آنے کی اجازت نہیں دے سکتا کیونکہ یہ بہت تکلیف دہ ہو گا۔ تاہم، اگر آپ اپنے درد کو واقعی بند کرنے کے قابل نہیں تھے۔ تو سچ یہ ہے کہ آپ زخمی ہونے کے وقت سے اب تک اس درد کو اپنے ساتھ رکھے ہوئے ہیں۔ میں اسے "**خاندانی**" درد کہتا ہوں۔ ہم میں سے بعض لوگ اپنے درد کو ایسے ساتھ رکھے ہوئے ہیں جیسے وہ ہمارے خاندان کا حصہ ہوں اور اتنی طویل مدت سے وہ درد ہمارے ساتھ ہیں کہ اب ایسا لگتا ہی نہیں کہ وہ درد ہے۔ تاہم، جب خُدا ہمیں شفا دینے کے لیے دروازے پر آکر کھٹکھٹاتا ہے تو ہم اس درد کے "**ناواقف**" زور سے ڈر جاتے ہیں جو ہمیں شفا کے عمل میں ہو گا۔

یہ جھوٹ یا تو آپ نے اپنے ذہن میں پیدا کیا ہے یا یہ دشمن نے آپ کے ذہن میں ڈالا ہے کہ شفا کا عمل **بہت تکلیف دہ** ہو گا۔ میں آپ سے ایک سوال پوچھنا چاہتا ہوں، اگر آپ روح القدس کو اجازت نہیں دیتے کہ وہ آپ کو شفا دے تو آپ کے درد کے ساتھ کیا ہو گا؟ یاد رکھیں کہ جس درد کا علاج نہ کیا جائے وہ سود میں اضافے کی طرح ہے۔ درد مزید بڑھنے گا اور آپ کی زندگی کے ہر شعبے پر گہرا منفی اثر ڈالے گا۔

میں آپ سے ایک اور سوال پوچھنا چاہتا ہوں، "جب آپ کے جسم پر کوئی کٹ لگ جاتا ہے جسے ٹانکے لگا کر بند کیا جانا چاہیے، تو آپ ڈاکٹر کے پاس کیوں جاتے ہیں؟ آپ جانتے ہیں کہ جب ٹانکے لگائے جائیں گے تو اس سے کچھ دیر کے لیے درد اور بڑھے گا لیکن آپ ڈاکٹر کو روکتے نہیں ہیں کیونکہ آپ جانتے ہیں کہ شفا پانے کا واحد طریقہ یہی ہے۔ یہ بالکل ذہنی علاج کی طرح ہے۔ جی ہاں، شفا کے عمل میں کچھ دیر کے لیے درد (ہمیشہ کے لیے نہیں) ہو سکتا ہے لیکن حتمی نتیجہ شفا ہی ہو گا۔

خُدا سے بات چیت کریں:

اگر آپ بھی خُدا اور اس کے شفا کے عمل کے ساتھ اسی مقام پر ہیں۔ تو اس سے کہیں کہ آپ پر ظاہر کرے کہ جب آپ اس کے لیے دروازہ کھولیں گے تو وہ واقعی آپ کو آپ کے سارے درد سے شفا دے گا۔

6-شفا کے لیے، مشیر، سرپرست، کتابیں یا واعظ:

آپ کو شفا دینے کے لیے خُدا کے پاس بہت سے روحانی ہتھیار ہیں۔ وہ مشیر، کتابوں اور واعظین کو استعمال کر سکتا ہے کہ آپ کو شفا دے اگر آپ کی ان **"ہتھیاروں"** کو استعمال کرنے کے لیے رہنمائی کی جاتی ہے تو آپ خود سے یہ اہم سوالات کر سکتے ہیں:

- کیا مشیر یا سرپرست مسیح پر مبنی اور مسیح پر مرکوز ہے؟ کیا وہ یہ کہہ رہے ہیں کہ خُدا میری مدد کرے تاکہ میں سرچشمہ بن سکوں یا وہ شفا کے لیے مکمل طور پر مسیح پر انحصار کرنے کی طرف اشارہ کر رہے ہیں۔
- کیا یہ کتاب جو میں پڑھ رہا ہوں مجھے ایسے نکات اور حکمت عملی دے رہی ہے، جس کے ذریعے میں خود کو ٹھیک کر سکتا ہوں یا یہ مجھ پر یہ عیاں کر رہی ہے کہ صرف روح القدس ہی مجھے شفا دے سکتا ہے؟
- کیا یہ واعظ شفا سے متعلق بائبلی سچائی بیان کر رہا ہے؟ اور کیا یہ مسیح کی طرف بہ طور میرا شافی اشارہ کر رہا ہے؟

ظاہر ہے کہ ان سوالات کا مقصد یہ دیکھنا ہے کہ کوئی بھی چیز یا شخص جسے آپ اپنی مدد کے لیے منتخب کرتے ہیں۔ وہ مکمل طور پر مسیح پر مرکوز ہونا چاہیے۔

پانچواں دِن

آپ کے زخموں کی شفا کے لیے خُدا سے بات چیت کرنے سے متعلق سچائیاں:

"اور اُن برسوں کا حاصِل جو میری تُمہارے خِلاف بھیجی ہُوئی فَوجِ ملخ نِگل گئی اور کھا کر چٹ کر گئی تُم کو واپس دُوں گا۔" یُوایل 25:2

1-اپنے دل کا دروازہ کھولیں اور خُدا کو شفا کا عمل شروع کرنے کے لیے اندر آنے دیں۔

"دیکھ مَیں دروازہ پر کھڑا ہُوا کھٹکھٹاتا ہُوں۔ اگر کوئی میری آواز سُن کر دروازہ کھولے گا تو مَیں اُس کے پاس اندر جا کر اُس کے ساتھ کھانا کھاؤں گا اور وہ میرے ساتھ۔" مُکاشفہ 20:3

"خُداوند کا رُوح مُجھ پر ہے۔ اِس لِئے کہ اُس نے مُجھے غرِیبوں کو خُوشخبری دینے کے لِئے مَسح کِیا۔ اُس نے مُجھے بھیجا ہے کہ قَیدِیوں کو رِہائی اور اندھوں کو بِینائی پانے کی خبر سُناؤُں، کُچلے ہُوؤں کو آزاد کرُوں۔" لُوقا 18:4

خُدا آپ کے دل کے دروازے پر دستک دے رہا ہے تاکہ وہ اندر آ کر آپ کو آپ کے زخموں سے شفا دے سکے۔ اگر آپ چاہیں تو اُسے اندر آنے دیں اور اگر آپ ایسا نہیں چاہتے تو خُدا سے کہیں کہ وہ آپ میں یہ چاہت پیدا کرے کہ آپ خُدا کو اپنے دل میں آنے دیں کیونکہ تب تک کوئی شفا نہ ہو گی جب تک آپ اپنے دل میں خُدا کو کام کرنے کی اجازت نہیں دیتے۔

ایمان کا قدم:

خُداوند میں تجھے دعوت دیتا ہوں کہ تو شفا کا عمل شروع کر دے۔

ایمان کا قدم:

میں تیار نہیں ہوں کہ تجھے دل میں آنے دوں کہ تو مجھے شفا دے سکے میں دُعا کرتا ہوں کہ تو میری مرضی کو تبدیل کر دے۔

خُدا سے بات چیت کریں:

روح القدس کے لیے اپنے دل کے دروازے کھولیں اور اسے شفا کا عمل شروع کرنے دیں۔

2- کسی بھی لاشعوری زخم کو بے نقاب کرنے کے لیے دُعا کریں کہ خُدا آپ کے دل کو جانچے۔

"اَے خُداوند! مُجھے جانچ اور آزما۔ میرے دِل و دِماغ کو پرکھ۔" زبور 26:2

"اَے خُدا! تُو مُجھے جانچ اور میرے دِل کو پہچان۔ مُجھے آزما اور میرے خیالوں کو جان لے اور دیکھ کہ مُجھ میں کوئی بُری روِش تو نہیں اور مُجھ کو ابدی راہ میں لے چل۔" زبور باب 139 آیات 23 تا 24

خُدا سے اپنے دل کی جانچ کرنے کے لیے کہنا عاجزی اور شفافت کی سب سے بڑی شکلوں میں سے ایک ہے۔ جب آپ خُدا سے اپنے دل کو جانچنے کے لیے کہتے ہیں تو آپ خُدا کو اجازت دیتے ہیں کہ وہ:

(**الف**) آپ پر ظاہر کرے کہ آپ کو خود سے کسی بڑے کی ضرورت ہے جو آپ پر یہ عیاں کرے کہ آپ کے دل میں کیا ہے۔

(**ب**) زخم کے کسی ایسے حصّے کو بے نقاب کرے جو آپ کو لگتا ہے کہ "**چھپا**" ہوا ہے۔

(د) آپ کو اُن طریقوں سے آگاہ کرے (انکار کرنا، فرار ہونا، اپنی حفاظت کرنا) جن کے ذریعے آپ اپنے آپ کو اپنے درد سے بچانے کی کوشش کرتے ہیں۔

(ج) آپ کی زندگی میں اُن مقامات کو ظاہر کرے جہاں آپ کے زخم "**موت**" پیدا کر رہے ہیں۔ (کڑواہٹ، نفرت وغیرہ)

<u>ایمان کا قدم:</u> خُداوند میں دُعا کر رہا ہوں کہ تو میرے **زخموں** اور **موت** کو مجھ پر عیاں کرتا کہ میں اُن طریقوں کو جان سکوں جن کے ذریعے میں اپنے درد سے بچنے کی کوشش کرتا ہوں۔

<u>خُدا سے بات چیت کریں:</u> خُدا سے کہیں کہ وہ آپ کے دل کو جانچے اور اگر آپ ایسا کرنے یا کہنے کی چاہ نہیں رکھتے تو اس سے کہیں کہ وہ آپ میں اس کے لیے چاہت پیدا کرے۔

<u>3-خُدا کے ساتھ ایماندار رہے اور خُدا کو بتائیں کہ آپ زخمی واقعات سے متعلق ایسا محسوس کرتے ہیں۔</u>

"اے خُداوند کب تک؟ کیا تُو ہمیشہ مُجھے بُھولا رہے گا؟ تُو کب تک اپنا چہرہ مُجھ سے چُھپائے رکھّے گا؟ کب تک مَیں جی ہی جی میں منصُوبہ باندھتا رہُوں اور سارے دِن اپنے دِل میں غَم کِیا کرُوں؟ کب تک میرا دُشمن مُجھ پر سربُلند رہے گا؟" زبور باب 13 آیات 1 تا 2

جب آپ زبور کی کتاب پڑھتے ہیں تو آپ داؤد کو بار بار خُدا سے فریاد کرتے ہوئے دیکھتے ہیں کہ وہ اپنے درد اور خُدا کے بارے میں کیسا محسوس کرتا ہے۔ خُدا کے ساتھ ایمانداری سے پیش آنے میں کوئی برائی نہیں ہے۔ بعض اوقات ہم خُدا کو یہ بتانے میں ہچکچاتے ہیں کہ ہم اُس کے بارے میں کیسا محسوس کرتے ہیں کیونکہ ہمیں اُس کے نظم وضبط کے طریقے سے ڈر لگتا ہے۔
آپ کو اپنے جذبات بیان کرنے یا اُن کا اظہار کرنے سے ڈرنے کی ضرورت نہیں ہے کیونکہ وہ پہلے ہی جانتا ہے کہ آپ کیسا محسوس کرتے ہیں۔ وہ جانتا ہے کہ آپ ہمیشہ کے لیے کیسا محسوس کرتے ہیں۔ آپ خُدا سے ناراض ہو سکتے ہیں، غصہ کر سکتے ہیں اور یہاں تک کہ آپ **"کیوں"** پر مبنی سوالات بھی پوچھ سکتے ہیں۔ وہ یہ سب پوری طرح سے سمجھتا ہے کیونکہ وہ ہماری انسانیت سے واقف ہے۔

<u>خُدا سے بات چیت کریں:</u> اگر اس وقت آپ اپنے زخموں کا تجربہ کر رہے ہیں تو کچھ دیر کے لیے خُدا کو صرف یہ بتائیں کہ آپ اپنے درد، شک، بے اعتقادی جیسی چیزوں کے بارے میں کیسا محسوس کر رہے ہیں۔ اُس کو بتائیں۔ اُسے بتائیں کہ آپ کیا سوچ اور محسوس کر رہے ہیں۔

<u>4-اپنا درد خُدا کے سپرد کریں۔</u>

"نہ وہ گالِیاں کھا کر گالی دیتا تھا اور نہ دُکھ پا کر کِسی کو دھمکاتا تھا بلکہ اپنے آپ کو سچّے اِنصاف کرنے والے کے سپُرد کرتا تھا۔" 1-پطرس 23:2

شفا کے تناظر میں **"سپُرد"** کرنے کا مطلب ہے: (اپنے زخموں سے وابستہ درد کو خُدا کے سپُرد کرنا۔)
آپ نے دیکھا، اگر ہم درد کو تھامے رکھیں یا اُس سے انکار، فرار یا دور بھاگنے کی کوشش کریں گے تو ایسا کرنا ہمیں خُدا کے شفابخش ہاتھ سے دور کر دے گا۔ تاہم، جب بھی آپ درد محسوس کریں گے تو اُس درد کو خُدا کے سپرد کر دیں۔ بعض اوقات درد لہروں کی صورت میں آئے گا اور آپ کو وہ درد خُدا کے سپرد اُس وقت تک کرتے رہنا ہے جب تک کہ یہ کم نہ ہو جائے۔ آئیں، سپرد کرنے سے متعلق ایمان کے ایک اور قدم کو دیکھتے ہیں۔

ایمان کا قدم: "خُداوند، میں اپنے زخم سے درد کا تجربہ کر رہا ہوں۔ میں اپنا درد تیرے سپرد کرتا ہوں اور چاہتا ہوں کہ تو اسے اپنے اطمینان اور آرام میں بدل دے۔"

خُدا سے بات چیت کریں: آپ جب بھی درد محسوس کریں اسے خُدا کے سپرد کر دیں۔

5: جب آپ شفا کے عمل سے گزرتے ہیں تو مسیح کی طرف متوجہ ہوں کہ وہ آپ کا اطمینان، استقامت، آرام، اُمید اور اعتماد ہے۔

"ہمارے خُداوند یسُوع مسیح کے خُدا اور باپ کی حمد ہو جو رحمتوں کا باپ اور ہر طرح کی تسلّی کا خُدا ہے۔ وہ ہماری سب مُصیبتوں میں ہم کو تسلّی دیتا ہے تاکہ ہم اُس تسلّی کے سبب سے جو خُدا ہمیں بخشتا ہے اُن کو بھی تسلّی دے سکیں جو کِسی طرح کی مُصیبت میں ہیں۔" 2 کرنتھیوں باب 1 آیات 3 تا 4

شفا کے عمل کے دوران آپ کو مسیح پر انحصار کرنا ہے کہ وہ آپ کا:

- اطمینان بنے، تب جب آپ اپنے زخم کے درد محسوس کرتے ہیں۔
- استقامت بنے، تب جب آپ مزید خُدا پر بھروسا کرنا چھوڑنے کا فیصلہ کرنے لگتے ہیں کہ پتا نہیں وہ شفا دے گا یا نہیں۔
- صبر بنے، تب جب خُدا آپ کے نظامِ وقت کے مطابق آپ کی توقع پر پورا نہیں اُتر رہا ہوتا۔
- اُمید بنے، تب جب آپ اپنی شفا سے متعلق نااُمید ہو جاتے ہیں۔
- اعتماد بنے، تب جب آپ خُدا پر یا خود پر اپنا اعتماد کھو دیتے ہیں۔

اِن کے علاوہ اور بھی ضروریات ہو سکتیں ہیں اور وہ آپ کو مسیح میں جو کہ آپ کا سرچشمہ ہے حاصل ہیں۔ جب آپ کو صبر، اُمید یا استقامت کی ضرورت ہو تو اس ضرورت کی تکمیل کے لیے مسیح پر انحصار کریں۔

ایمان کا قدم: "خُداوند، میں درد میں ہوں اور میں آرام کے لیے تجھ پر بھروسا کر رہا ہوں۔"

ایمان کا قدم: "خُداوند، شفا کا عمل میری سوچ سے زیادہ وقت لے رہا ہے۔ میں اُمید کھو رہا ہوں میں تجھ پر بھروسا کر رہا ہوں کہ تُو میری اُمید بن۔"

خُدا سے بات چیت کریں: آپ اپنے زخموں کے درد کے تجربے کے دوران ہی مسیح پر بھروسا / انحصار کریں تاکہ وہ آپ کی ضرورت کو پورا کرے۔

6-اگر آپ مزید درد کے خوف کے باعث خُدا کو اپنے دل میں آنے سے روک رہے ہیں تو خُدا سے کہیں کہ وہ اپنی سچائی آپ کے دل میں ڈالے۔

اَے محنت اُٹھانے والو اور بوجھ سے دبے ہُوئے لوگو سب میرے پاس آؤ۔ مَیں تُم کو آرام دُوں گا۔ متّی 28:11

"مَیں تمہیں اِطمینان دِئے جاتا ہُوں۔ اپنا اِطمینان تمہیں دیتا ہُوں۔ جِس طرح دُنیا دیتی ہے مَیں تمہیں اُس طرح نہیں دیتا۔ تُمہارا دِل نہ گھبرائے اور نہ ڈرے۔" یُوحنّا 27:14

ممکن ہے کہ آپ خُدا کو دستک دیتے ہوئے سنیں اور آپ کوئی جواب نہ دیں کیونکہ آپ اُسی درد سے خوف زدہ ہیں جو شفا کے عمل کے دوران ہو گا۔ اگر آج آپ سے متعلق یہ سچ ہے تو خُدا سے کہیں کہ وہ آپ کو یاد دلائے کہ آپ اپنے درد کو ایسے ساتھ رکھے ہوئے ہیں جیسے وہ آپ کے خاندان کا حصّہ ہے۔ اور اگر آپ مُسلسل اِس درد کو تھامے رکھیں گے تو یہ مزید بڑھتا اور مضبوط ہوتا جائے گا۔ خُدا سے کہیں کہ وہ آپ کے خوف کو اپنے اطمینان اور اعتماد سے بدل دے۔

ایمان کا قدم:

"خُداوند، مجھے اس درد سے ڈر لگتا ہے جو شفا اور آزادی سے وابستہ ہے۔ میں چاہتا ہوں کہ تُو مجھے قائل کر کہ مجھے خوف زدہ ہونے کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔ مجھے قائل کہ اگر کوئی درد ہو گا بھی تو تُو مجھے سنبھالے رکھے گا۔ مجھے یاد دلایا کہ اس درد کی دوسری جانب میں الٰہی شفا کا تجربہ کروں گا۔"

خُدا سے بات چیت کریں: خُدا سے دُعا کریں کہ وہ آپ میں یہ چاہت پیدا کرے کہ آپ اپنے زخموں کے دروازے کھول سکیں۔ اگر آپ ایسا کرنے سے ڈرتے ہیں تو مسیح سے کہیں کہ وہ آپ کی ہمت بنے۔

7-خُدا سے کہیں کہ وہ آپ کے ذہن کو سچائی کے ذریعے تیار کرے۔

"اور اِس جہان کے ہم شکل نہ بنو بلکہ عقل نئی ہو جانے سے اپنی صُورت بدلتے جاؤ تا کہ خُدا کی نیک اور پسندِیدہ اور کامل مرضی تجربہ سے معلُوم کرتے رہو۔"

رُومیوں 2:12

شفا کے عمل کا ایک حصّہ ہمارے ذہنوں کا نیا ہونا ہے اس لیے خُدا سے کہیں کہ سچائی کے ذریعے آپ کے ذہن کو نیا کرے۔ اُس سے کہیں کہ وہ اپنی سچائی سے آپ کے زخموں سے بہتے جھُوٹے عقائد کو تبدیل کر دے۔

ایمان کا قدم: "خُداوند، میں دُعا کرتا ہوں کہ تُو سچائی کے ذریعے میرے ذہن کو تیار کر اور میرے جھوٹے عقیدوں کو سچائی سے بدل دے۔"

خُدا سے بات چیت کریں: "خُدا سے کہیں کہ وہ آپ کے جھوٹے عقائد کو سچائی کے ذریعے بدل دے۔"

8-خُدا سے دُعا کریں کہ وہ آپ کے ذہن میں متاثرہ خیالات کی جنگ سے متعلق آپ کو "روحانی" آگاہی عطا کرے۔

جب ہمارے زخموں سے متعلق بات ہو تو بعض اوقات ہمیں خُدا سے کہنے کی ضرورت ہوتی ہے کہ وہ ہمیں ہمارے ذہن میں جاری جنگ سے آگاہ کرے۔ ہماری طرف اِلٰہی تثلیث ہے جو جسم کے "**ناپاک تکون**" یعنی گناہ کی طاقت، جسمانیت اور شیطان / بدروحیں لڑ رہی ہے۔

ہم نے سیکھا ہے کہ ہر وہ خیال جسے ہم قید نہیں کرتے، تقویت پاتے یا ہمارے زخموں کو مزید متاثر کرتے ہیں۔ تاہم، لازمی ہے کہ ہم پہلے جنگ سے واقف ہوں تا کہ ہم خُدا پر انحصار کر سکیں کہ وہ ہمارے لیے جنگ کرے۔ جنگ سے متعلق واقفیت حاصل کیے بغیر، ہم بالاخر جنگ میں شکست کا سامنا کریں گے اور ہمارے زخم مزید بدتر ہوتے جائیں گے۔

ایمان کا قدم: "خُداوند براہِ کرم !تُو مجھے یاد دلاتا رہ اور آگاہ کرتا رہ کہ میرے ذہن میں میرے زخمی / متاثرہ خیالات سے متعلق ایک جنگ جاری ہے۔"

خُدا سے بات چیت کریں: خُداوند سے کہیں وہ آپ پر یہ ظاہر کرے کہ جو خیالات آپ کے ذہن میں آتے ہیں وہ اُس کی طرف سے ہیں یا شیطان / جسم کی طرف سے ہیں۔

9-جب آپ کے ذہن میں کوئی ایسا خیال آئے جو آپ کے زخم سے جڑا ہو تو اُس کو قبول کیے بغیر اُس پر خُدا کی سچائی کا اطلاق کریں۔

"تُم اپنے آپ کو آزماؤ کہ اِیمان پر ہو یا نہیں۔ اپنے آپ کو جانچو۔"-2 کُرِنتھِیوں 5:13

خیالات کو قید کرنے کا مطلب رُوح اُلقُدس کو اجازت دینا ہے کہ وہ آپ کے ذہن میں آنے والے ہر خیال کو روکے تا کہ اس خیال کا جائزہ لے کہ یہ سچائی پر مبنی ہے یا جھوٹ، احساسِ جرم، جسمانیت اور آزمائش پر مبنی ہے۔ میں متاثرہ / زخمی خیالات پر بھی یہی اطلاق کرنا چاہتا ہوں کیونکہ ان خیالات کے ساتھ جھوٹے عقائد اور متاثرہ جذبات آتے ہیں۔

یاد رکھنے والی اہم بات یہ ہے کہ آپ کافی عرصے سے اپنے **"زخمی"** خیالات کو خود پر اختیار رکھنے دے رہے ہیں اس لیے آپ ان سے متعلق کوئی سوال تک نہیں کرتے کیوں کہ آپ مُسلسل اُن خیالات کو خود پر اختیار رکھنے دیتے آئیں ہیں اس لیے اب آپ شاید پہچانتے بھی نہ ہوں کہ یہ متاثرہ / زخمی خیالات ہیں۔

تاہم کسی بھی خیال کو خود پر اختیار کی اجازت دینے سے پہلے، اس کو روکیں اور خُدا اسے کہیں کہ وہ آپ پر اس خیال سے متعلق سچائی ظاہر کرے۔ اگر بظاہر آپ نہیں سمجھ پاتے کہ یہ خیال آپ کے زخم سے جُڑا ہوا خیال ہے یا نہیں تو روح القدس سے کہیں کہ اس خیال کے بارے میں سچائی آپ پر ظاہر کرے۔

میں ایک مثال پیش کرنا چاہتا ہوں۔ تھوڑی دیر کے لیے فرض کریں کہ آپ اپنے والدین کی طلاق جیسی صُورتِ حال کے باعث زخمی ہیں۔ آپ نے مسترد ہونے، عدم تحفظ اور چھوڑ دیئے جانے جیسے متاثرہ جذبات کا تجربہ کیا ہے۔ جب بھی اپنے والدین کی طلاق سے متعلق بات آپ کے ذہن میں آتی ہے آپ ان جذبات کو محسوس کریں گے۔ جب ایسا کوئی خیال آپ کے ذہن میں آئے تو اسے فوراً قبول نہ کریں البتہ اسے روک دیں۔ اُس کے بعد اُس خیال سے منسلک سچائی کے بارے میں سوچیں۔ پہلی سچائی یہ ہے کہ آپ مسیح میں اپنی نئی پہچان میں مکمل طور پر قبول کیے گئے ہیں۔ دوسری سچائی یہ ہے کہ اگرچہ آپ اپنے والدین کی طرف سے مسترد شدہ یا چھوڑا ہوا محسوس کرتے ہیں، عبرانیوں کے خط سے ہمیں پتہ چلتا ہے کہ **"آپ کا باپ آپ کو کبھی نہیں چھوڑے گا۔"**

ممکن ہے کہ آپ کو یہ کئی بار کرنا پڑے تاکہ ایسے خیالات آپ پر مزید کوئی منفی اثر نہ رکھ پائیں۔ میرا مشورہ یہ ہے کہ آپ بلند آواز سے اپنے متعلق سچائی کا اقرار کریں۔ میں نے دیکھا ہے کہ زخمی / متاثرہ خیالات سے نمٹنے کے لیے یہ ایک بہت مُوثر طریقہ ہے۔ تام، ایمان پر مبنی قدم کچھ اس طرح کا ہو گا:

ایمان کا قدم: "خُداوند، میں مسترد ہونے کے خیال کو روکتا ہوں اور میں دُعا کرتا ہوں کہ تو مجھ پر ظاہر کر کے کیا یہ ایک زخمی / متاثرہ خیال ہے۔ مجھے مُسلسل یاد دلاتا رہ کے میں اس خیال کو ہی سوچوں کہ سچائی یہ ہے میں اپنی حقیقی پہچان میں مسیح میں مکمل طور پر مقبول ہوں۔"

10- ہر اُس خیال کو خُدا کے سُپرد کریں جو آپ کے زخم کو متحرک کرتا ہے۔

"اپنا بوجھ خُداوند پر ڈال دے۔ وہ تُجھے سنبھالے گا۔ وہ صادِق کو کبھی جُنبِش نہ کھانے دے گا۔" زبور 22:55

ہر خیال کو روکنے اور جانچنے کے علاوہ جب کوئی بھی واقعہ یا خیال آپ کے ماضی کی دردناک یادوں کو تازہ کرتا ہے تو اُس واقعہ یا خیال کو فوراً مسیح کے سپُرد کریں۔ تھوڑی دیر کے لیے بھی ان خیالات کو اپنے ذہن میں مت رہنے دیں کیونکہ اگر آپ ایسا کریں گے تو آپ اُنھیں خود پر اختیار رکھنے دیں گے اور وہ آپ کے دل پر مُسلسل مضبوطی بنائے رکھیں گے۔

ایمان کا قدم:

"خُداوند، رُوح القدس نے مجھ پر زخمی / متاثرہ خیال کے بارے میں سچائی ظاہر کی ہے۔ تاہم، میں یہ خیال تیرے سپُرد کرتا ہوں۔"

خُداوند سے بات چیت کریں: ذہن میں آنے والے ہر اُس خیال کو خُدا کے سپُرد کرنا شروع کریں جو آپ کے زخم کو متحرک کرتا ہے۔ جب آپ ایسا کرتے ہیں تو آپ غور کریں گے کہ خُدا کی عطا کی گئی شفا کے نتیجے میں وہ خیالات آنے بہت کم ہو جائیں گے۔

11- خُداوند سے کہیں کہ وہ آپ کو تبدیل کرے تاکہ آپ اپنے بارے میں جھوٹے عقائد سے زندگی بسر کرنے کے بجائے مسیح میں اپنی حقیقی پہچان سے زندگی بسر کریں۔

زخم ہمارے اپنے بارے میں جھوٹے عقائد کو تقویت دے سکتے ہیں۔ تاہم، ہمیں ضرورت ہے کہ ہم خُداوند سے کہیں کہ وہ ہمارے جھوٹے عقائد کو مسیح میں ہماری حقیقی پہچان کی سچائی کے ذریعے بدلے۔

ایمان کا قدم: "خُداوند میں دُعا کرتا ہوں کہ تو میرے جھوٹے عقیدے (میرے زخم) کو کہ، میں نااہل ہوں، مسیح میں میری حقیقی پہچان کی سچائی سے بدل دے کہ میں مسیح میں اپنی حقیقی پہچان میں مکمل طور پر اہل ہوں۔"

خُدا سے بات چیت کریں: خُدا سے دُعا کرنا شروع کریں کہ وہ آپ کے جھوٹے عقائد کو مسیح میں آپ کی حقیقی پہچان سے بدل دے۔

12- روح القدس سے دُعا کرنا کہ جس نے آپ کو زخمی کیا ہے آپ اسے معاف کر سکیں۔

''اگر کِسی کو دُوسرے کی شکایت ہو تو ایک دُوسرے کی برداشت کرے اور ایک دُوسرے کے قصُور مُعاف کرے۔ جَیسے خُداوند نے تُمہارے قصُور مُعاف کِئے وَیسے ہی تُم بھی کرو۔'' کُلسیوں 13:3

اگر آپ رضامند ہیں تو اس شخص کو معاف کریں جس نے آپ کو دکھ پہنچایا / زخمی کیا ہے۔ اگر آپ رضامند نہیں ہیں تو خُدا سے تب تک دُعا کرتے رہیں۔ جب تک وہ آپ میں معاف کرنے کی چاہت / مرضی پیدا نہیں کر دیتا۔ معاف کرنے کے عمل سے شروع کریں اور جب شفا آئے گی تو آپ معاف کرنے والے شخص کے طور پر تبدیل ہو جائیں گے۔

ایمان کا قدم: "خُداوند، مجھ میں معاف کرنے کی مرضی پیدا کر"۔

ایمان کا قدم: "خُداوند، جس نے مجھے دکھ پہنچایا ہے، میں اسے معاف کرنے کے لیے رضامند نہیں ہوں۔ میں چاہتا ہوں کہ تُو اسے میرے ذریعے معاف کر اور میری مرضی کو تبدیل کر۔"

خُدا سے بات چیت کریں: اس شخص کو معاف کرنے کے لیے اس کی تلاش میں پہلا قدم اُٹھائیں۔ اگر آپ ایسا کرنے کے لیے راضی نہیں ہیں تو خُدا سے کہیں کہ وہ آپ کو قائل کرے۔

13- خُدا کا شکر کریں کہ وہ آپ کے زخموں کو شفا دینے کے لیے کام کر رہا ہے۔

''ہر ایک بات میں شُکر گُذاری کرو کیونکہ مسیح یِسُوع میں تُمہاری بابت خُدا کی یِہی مرضی ہے۔'' 1- تھِسّلُنیکیوں 18:5

اپنی شفا کے لیے خُدا کا شکر کرنا ایمان کا ایک شاندار قدم اُٹھانا ہے۔ خاص طور پر تب جب آپ نے شفا کا تجربہ نہ کیا ہو۔ شفا حاصل کرنے کے بعد خُدا کا شکر ادا کرنا آسان ہے لیکن وہ چاہتا ہے کہ آپ شفا کے عمل کے آغاز سے ہی اس کا شکر ادا کرنا شروع کریں۔

ایمان کا قدم: خُداوند میں اپنے زخموں کی شفا کے لیے تیرا شکر ادا کرتا ہوں۔ حتیٰ کہ میں ابھی اس شفا کو محسوس یا اس کا تجربہ نہیں کر رہا۔

خُدا سے بات چیت کریں: اپنے ذہن کو سچائی کے ذریعے نیا کریں اور آزاد ہونے کے پورے عمل کے دوران خُدا کا شکر ادا کرنے کی ایک مقدس عادت بنائیں۔

شفا سے متعلق توقعات

"اپنی راہ خُداوند پر چھوڑ دے اور اُس پر توکّل کر۔ وُہی سب کُچھ کرے گا۔" زبور 5:37

ہمارے مسیحی چال چلن کے بہت سے حصوں کی طرح ہم اس پر توقعات قائم کرنے لگتے ہیں کہ خُدا کی طرف سے تبدیلی اور شفا کیسے اور کب حاصل ہو گی۔ مسئلہ یہ ہے کہ جب وہ ہماری توقعات پر پورا نہیں اتر تا تب ہم اس پر شک، بے یقینی، افسردگی اور شکست قبول کرنے کے لیے آزمائے جاتے ہیں۔

تاہم، اپنی توقعات کے لیے "مرنا" سیکھیں، کیونکہ صرف خُدا ہی جانتا ہے کہ شفا کا راستہ کیا ہے، وقت کیا ہے اور انجام کیا ہو گا۔ ہمارا کام صرف یہ ہے کہ ہم خُدا پر بھروسا کریں اور مسیح پر یقین رکھتے ہوئے یہ ایمان رکھیں کہ خُدا کام کر رہا ہے اور وہی جانتا ہے کہ ہمیں شفا کے لیے کس چیز کی ضرورت ہے۔ یہی وجہ ہے کہ زبور 37:5 میں لکھا ہے کہ ہم اپنا راستہ (یعنی اپنی **توقعات**) **خُدا کے سپرد** کریں، مسلسل اُس پر **بھروسا** رکھیں، اور یہ پکا **یقین** رکھیں کہ وہ ہمیں **شفا دے گا**۔

آپ کو کیسے پتہ چلے گا کہ خُدا آپ کے زخمی / متاثرہ جذبات کو شفا دے رہا ہے؟

جب آپ ایمان سے خُدا کے سامنے آتے ہیں تو ممکن ہے کہ آپ ابتدائی طور پر اس تبدیلی کو **محسوس** یا اس کا **تجربہ** نہ کر سکیں جو خُدا پیدا کر رہا ہے۔ یہ زخمی / متاثرہ جذبات کے حوالہ سے بہت حقیقی بات ہے۔ خُدا سچائی کے ذریعے آپ کے ذہن کو نیا کرتا ہے۔ تو ہو سکتا ہے کہ آپ کی شفا کے عمل کو ایک طویل عرصہ درکار ہو۔ آپ کے زخموں کے ٹھیک ہونے کا کیا ثبوت ہو گا؟

- آپ کے جھوٹے عقائد سے منسلک متاثرہ جذبات سے متعلق خُدا آپ کے ذہن کو اپنی سچائی سے نیا کرے گا تاکہ آپ کے ذہن میں آپ کے زخمی جذبات شفا کا تجربہ کرنا شروع کریں اور آپ مزید انھیں خود پر اختیار رکھنے نہ دیں۔
- آپ کے زخموں سے منسلک متاثرہ جذبات آپ پر اپنا کنٹرول کھونے لگتے ہیں۔
- آپ کے متاثرہ جذبات ایسے جذبات میں بدل جاتے ہیں جو خُدا کی سچائی کے مطابق ہوں۔
- اب آپ کا اپنے جھوٹے عقائد اور متاثرہ جذبات سے پیدا ہونے والے گناہ سے بھرے طرزِ عمل اور جدوجہد کی طرف جانا کم سے کم تر ہو تا جائے گا۔

خلاصہ:

جیسا کہ میں نے شروع میں کہا، اس سبق میں، میں نے جن چیزوں پر بات کی ہے ان پر کئی کتابیں لکھی گئی ہیں۔ ایک لحاظ سے میں نے مختصر طور پر کئی موضوعات پر بات کی ہے۔ تاہم، میں اُمید کرتا ہوں کہ اس سبق نے آپ میں اُمید پیدا کی ہے کہ آپ کی زندگی میں زخمی کرنے والے واقعات سے قطع نظر، آپ خُدا کی شفا اور آزادی کا تجربہ کر سکتے ہیں۔

سبق نمبر6

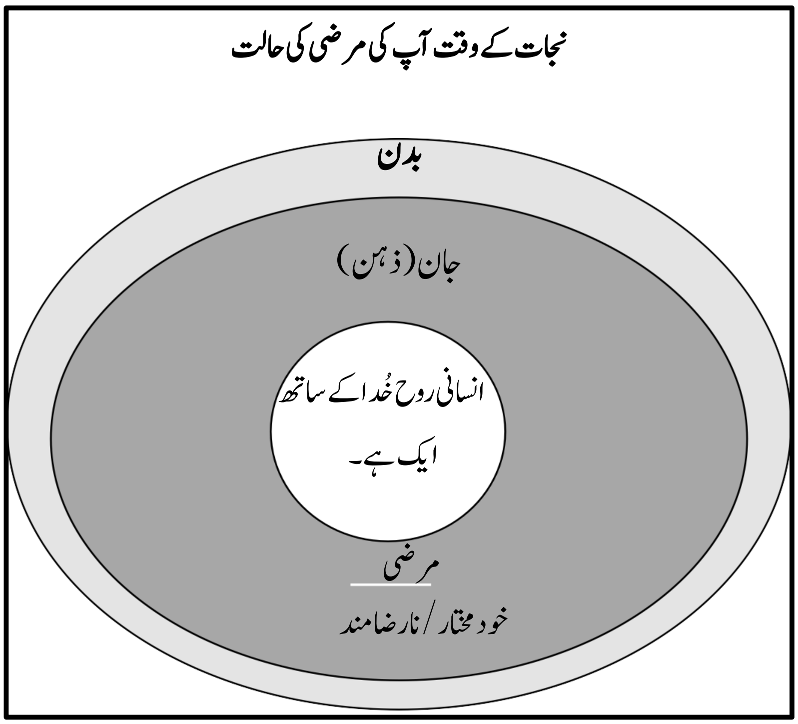
ہماری مرضی / قوتِ ارادی کی تبدیلی

شکستگی / شکستہ حالت

پہلا دِن

"اور اپنے اِعضا ناراستی کے ہتھیار ہونے کے لِئے گُناہ کے حوالہ نہ کِیا کرو بلکہ اپنے آپ کو مُردوں میں سے زِندہ جان کر خُدا کے حَوالہ کرو اور اپنے اِعضا راست بازی کے ہتھیار ہونے کے لِئے خُدا کے حَوالہ کرو۔" رُومیوں 13:6

تعارف: ہماری جان (ذہن) کا تیسرا حصہ جسے پاک کرنے کی ضرورت ہے وہ ہماری مرضی ہے۔ کیونکہ ہم ایک نارضامند اور آزاد مرضی کے ساتھ نجات میں داخل ہوئے ہیں۔ نیچے بنی ڈائیگرام نجات کے وقت ہماری مرضی کی حالت کو واضح کرتی ہے:



خُدا کی خواہش ہماری مرضی کو بدلنا ہے تاکہ ہم اس پر مکمل انحصار کے رویے کے ساتھ چلیں اور اپنی مرضی کو اس کی مرضی کے تابع کرنے کے لیے تیار ہوں۔ تاہم، ہماری مسیحی زندگی کے ابتدائی چال چلن میں ہماری مرضی زیادہ تر ہماری جسمانیت کے کنٹرول میں ہوتی ہے۔ جو کہ ضدی اور خُدا کے تابع ہونے کے لیے راضی نہیں ہو سکتی۔ جب خُدا ہماری زندگی میں کام کرتا ہے تو وہ ہم میں اپنی چاہت پیدا کرے گا کہ ہم اپنی مرضی سے خُدا پر انحصار کریں اور اسے اپنا سرچشمہ مان کر زندگی بسر کریں۔ اس اہم سفر میں آپ کو ایک اہم نکتہ یاد رکھنا چاہیے:

کلیدی سچائی:

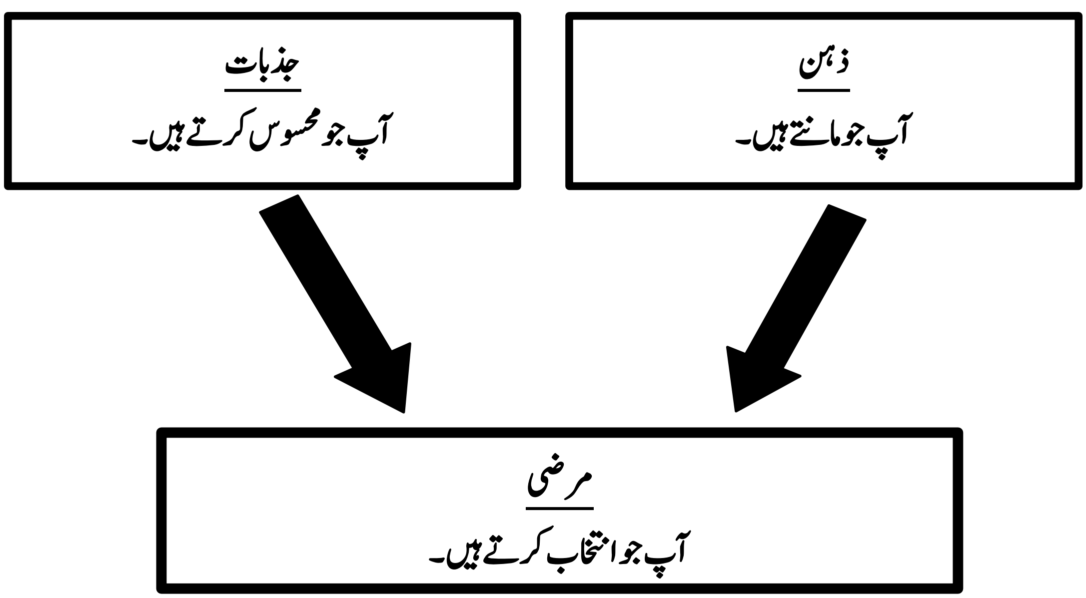
آپ اپنی مرضی سے اپنی مرضی کو خُدا کی مرضی کے تابع کر کے خُدا پر انحصار نہیں کر سکتے یہ صرف خُدا کر سکتا ہے!

صرف خُدا ہی آپ کو نارضامندی سے بھروسا کرنے، انحصار کرنے اور تابع وغیرہ کرنے کے لیے تبدیل کر سکتا ہے۔ ہمارا کام ایمان کے ساتھ خُدا کے پاس آنا ہے اور اس سے یہ مانگنا ہے کہ وہ ہمیں خود مختاری اور نارضامندی سے منحصر اور رضامند ہونے کی طرف لے جائے۔

خُدا سے بات چیت کریں: خُدا سے اپنی زندگی کے ان حصوں کو بے نقاب کرنے کے لیے کہیں، جہاں آپ اس پر بھروسا کرنے یا اپنی مرضی اس کے سپرد کرنے کے لیے تیار نہیں ہیں۔

یاد رکھیں کہ آپ کی مرضی آپ کے ذہن اور جذبات کا ردِعمل ہے۔ آپ کی مرضی اس کا ردعمل ہے جو آپ **یقین** کرتے یا **محسوس** کرتے ہیں۔ آپ کی مرضی اس بنیاد پر انتخاب کرتی ہے کہ آپ کیا یقین یا کیا محسوس کرتے ہیں۔ نیچے بنی ڈائیگرام اس حقیقت کو واضح کر دے گی۔

آپ کی مرضی یا تو آپ کے ذہن یا آپ کے جذبات کا **رَدِّ عمل** ہوتی ہے۔



تاہم، اگر آپ جھوٹے عقائد اور ان سے منسلک متاثرہ جذبات پر یقین کرتے رہیں گے تو آپ کے پاس ان جھوٹے عقائد سے زندگی بسر کرنے کے علاوہ کوئی دُوسرا انتخاب نہ ہو گا۔ جب آپ اپنے جھوٹے عقائد کی بنیاد پر یقین کرتے اور انتخاب کرتے ہیں تو وہ انتخاب جسمانیت پر مبنی ہوں گے۔ اس لیے یہ بہت اہم ہے کہ خُدا آپ کے ذہن اور جذبات کو تبدیل کرے تاکہ آپ کا انتخاب جسمانیت پر نہیں بلکہ خُدا کے کلام پر مبنی ہو۔

جب خُدا آپ کے ذہن اور جذبات کو اپنی سچائی کے ذریعے تبدیل کرتا ہے آپ ایسے انتخاب کرنا شروع کر دیں گے جو خُدا کی سچائی کے مطابق ہوں گے۔

سوال: ان انتخابات کو دیکھیں جو آپ جسم میں رہنے کے نتیجے میں کرتے ہیں (یعنی گناہ پر مبنی رویے) کیا آپ اپنے انتخاب کو اپنے جھوٹے عقائد یا متاثرہ جذبات سے جوڑ سکتے ہیں؟

خُدا سے بات چیت کریں: خُدا سے کہیں کہ وہ آپ پر ظاہر کرے کہ کیسے آپ کے انتخابات آپ کے جھوٹے عقائد سے منسلک ہیں، سپرد کرنا، فرمانبرداری کرنا، فروتن ہونا اور تسلیم کرنا۔

سپرد کرنا، تابع فرمانی، اطاعت کرنا اور رضاکارنہ طور پر جھکنا یا تابع فرمان ہونا۔

''پطرس اور رسُولوں نے جواب میں کہا کہ ہمیں آدمیوں کے حکم کی نِسبت خُدا کا حکم ماننا زِیادہ فرض ہے۔'' اَعمال 29:5

جب آپ "سپرد، تابع فرمانی، اطاعت، اور جھکاؤ" جیسے الفاظ دیکھتے یا سنتے ہیں، تو آپ کے ذہن میں کیا آتا ہے؟ کیا یہ الفاظ آپ کے دل میں ایک ایسا احساس پیدا کرتے ہیں جیسے یہ آپ پر ایک بوجھ ہیں؟ کیونکہ خُدا چاہتا ہے کہ آپ اُس کے سپرد کریں، فرمانبردار رہیں، اطاعت کریں، اور خود کو جھکا دیں۔ کیا آپ نے کسی پاسبان یا اُستاد سے یہ سنا ہے کہ یہ سب کچھ آپ ہی کے ذمے ہے اور آپ کو اپنی قوت سے ہی سپردگی، تابع فرمانی، وغیرہ کو حاصل کرنا ہے؟ اگر ایسا ہے، تو کیا آپ مُسلسل ان چیزوں کو اپنی قوت سے انجام دے پاتے ہیں؟ 1 تھسلنیکیوں 5:16-19 دیکھیں۔

''ہر وقت خُوش رہو۔ بِلاناغہ دُعا کرو۔ ہر ایک بات میں شُکر گُذاری کرو کیونکہ مسیح یِسُوع میں تُمہاری بابت خُدا کی یہی مرضی ہے۔ رُوح کو نہ بجھاؤ۔''
1- تھِسّلُنیکیوں باب 5 آیات 16 تا 19

کلیدی سچائی **آپ خُدا کے کسی بھی حکم کی مسلسل اطاعت نہیں کر سکتے!**

ان آیات میں احکامات پر نظر کریں۔ کیا آپ ان احکامات پر مسلسل اور مستقل طور پر عمل کرنے کے قابل ہیں؟ یہاں کلید ہے:

برسوں تک میں نے اپنی طاقت سے ان احکامات پر عمل کرنے کی کوشش کی۔ حتیٰ کہ میں نے خُدا سے بھی کہا کہ ان احکامات پر عمل کرنے میں وہ میری مدد کرے۔ تاہم، زیادہ وقت نہیں گزرا تھا کہ ان احکامات پر عمل کرنے کی میری خواہش ختم ہوگئی اور میں نے کوشش کرنا چھوڑ دی۔ کیا آپ بھی اسی صورت حال کا شکار ہیں؟ خُدا جانتا ہے کہ مسیح سے باہر زندگی بسر کرتے ہوئے اُس کو اپنا سرچشمہ مانے بغیر آپ سپرد کرنے، تابع فرمان ہونے اور تسلیم کرنے میں ناکام ہوں گے یہاں یہ سمجھنا اشد ضروری ہے کہ جب تک خُدا آپ میں کام نہیں کرتا، تب تک آپ اپنی مرضی سے سپرد کرنے، تابع فرمان ہونے اور تسلیم کرنے میں کامیاب نہیں ہوں گے۔

''کیونکہ جو تُم میں نیّت اور عمل دونوں کو اپنے نیک اِرادہ کو انجام دینے کے لئے پَیدا کرتا ہے وہ خُدا ہے۔'' فلپّیوں 13:2

جب خُدا آپ کے اندر خواہش پیدا کرے گا اور آپ اُس کی طاقت میں چلیں گے، صرف تب آپ سپر دگی اور تابع فرمانی کر سکیں گے۔ اگر خُدا آپ میں ایسا کرنے کی چاہت پیدا کرنے کے لیے کام نہیں کرتا تو پھر آپ کبھی بھی مسلسل سپرد کرنے، تابع فرمان ہونے اور تسلیم کرنے کے قابل نہیں ہوں گے۔ جب میں نے خُدا کو اجازت دی کہ وہ میری مرضی کو تبدیل کرے تو میں اور زیادہ اُس کے حکموں پر عمل کرنے کی چاہت سے بھر گیا۔ اِس میں کلیدی فرق یہ ہے کہ میں خُدا کی عطا کردہ خواہش کے باعث سپردگی، تابع فرمانی وغیرہ کرتا ہوں اور اِس کی وجہ اصول وضوابط یا میری اپنی خواہش نہیں ہے۔

جب تک خُدا آپ کی مرضی کو تبدیل نہیں کرتا۔ آپ مستقل طور پر مایوس رہیں گے اور آخر کار سپردگی، تابع فرمانی اور تسلیم کرنے کی کوشش بند کر کے شکست قبول کر لیں گے۔

اپنی مرضی سے خُدا کی مرضی کو پورا کرنا:

"پھر ذرا آگے بڑھا اور مُنہ کے بل گر کر یُوں دُعا کی کہ اَے میرے باپ! اگر ہو سکے تو یہ پیالہ مُجھ سے ٹل جائے۔ تَو بھی نہ جَیسا مَیں چاہتا ہُوں بلکہ جَیسا تُو چاہتا ہے وَیسا ہی ہو۔" متّی 39:26

میرے لیے یہ حیرت کی بات ہے کہ مجھے بہت سے مسیحی فون کال کرتے ہیں اور پوچھتے ہیں کہ اُن کی زندگیوں کے لیے خُدا کی کیا مرضی ہے۔ کاش! میں انھیں خُدا کی مرضی بتا سکتا لیکن خُدا نے مجھے بتایا ہی نہیں۔ میرے خیال سے بڑا سوال یہ ہے کہ کیا آپ اپنی مرضی سے اپنی مرضی کو اُس کی مرضی کے تابع کرنے کے لیے رضامند ہیں؟ یاد رکھیں کہ خُدا کی ایک مرضی، ارادہ، مقصد اور منصوبہ ہے۔ جو اُس نے آپ کی زندگی سے متعلق بنایا ہے اور وہ کامل منصوبہ ہے۔

مسئلہ یہ ہے کہ آپ اپنے ایمان پر مبنی ابتدائی چال چلن میں تمام چیزیں خُدا کے طریقے کے بجائے اپنے طریقے سے کرنا چاہتے ہیں۔ خُدا اپنے فضل سے آپ کو اپنی مرضی کرنے کی اجازت دے گا تاکہ آپ اُس کے نتیجے میں پیدا ہونے والی کمی اور نقصان کو دیکھ سکیں۔ اگر خُدا قادرِ مطلق ہے اور وہ بھلا ہے اور اُس کا دل آپ کے لیے ہے تو پھر آپ کیوں نہیں اپنی مرضی سے اپنی مرضی کو اُس کی مرضی کے تابع کرنا چاہیں گے ؟

درج ذیل چند وجوہات ہیں کہ کیوں ہم اپنی مرضی اُس کے سپرد نہیں کرتے:

1-خُدا کی مرضی کے مقابلے میں اپنی مرضی پوری کرنے کی ہماری جسمانی خواہش ایک بڑی حقیقت ہے۔

2-ہم ایمان کے ساتھ زیادہ دیر تک نہیں چلتے کہ کسی مافوق الفطرت تبدیلی کا تجربہ کر سکیں۔

3-ہم مسیح پر اعتماد کرنے کے بجائے خود اعتمادی میں جیتے ہیں۔

4-ہم خُدا کی محبت، بھلائی اور حاکمیت پر یقین نہیں رکھتے کہ وہ ہمارے لیے ایک خاص منصوبہ رکھتا ہے۔

5-ہم ڈرتے ہیں کہ اگر ہم اپنی مرضی کو خُدا کی مرضی کے تابع کر دیں گے تو ہمیں بہت سی مصیبتوں کا سامنا کرنا پڑے گا۔

6-ہم سمجھتے ہیں کہ ہم خُدا سے زیادہ سمجھدار ہیں اور ہمارے پاس اس سے زیادہ بہتر منصوبہ ہے۔

آخری نکتہ:

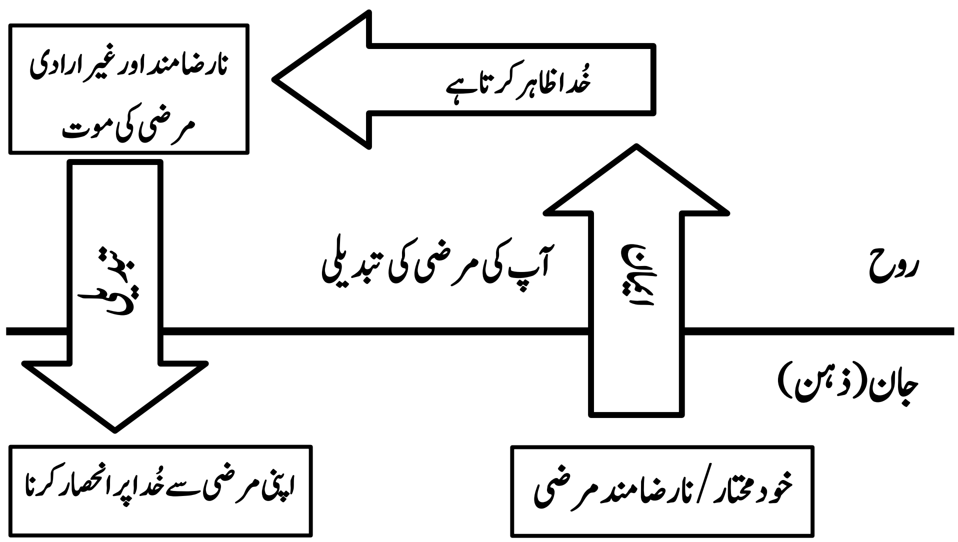
ہم یہ کبھی کہیں گے تو نہیں کہ ہم خُدا سے زیادہ سمجھدار ہیں لیکن ہمارے کام اس بات کی تصدیق کرتے ہیں۔اس بارے میں سوچیں۔ آپ کے پاس قادر مطلق خُدا ہے۔ جو ابدی حکمت اور سمجھ رکھتا ہے اور جو آپ کے فیصلوں سے متعلق پوری طرح سے واقف ہے۔اِس سب کے باوجود آپ پھر بھی اُس کے نہیں بلکہ اپنے منصوبے اور مقصد کی پیروی کرتے ہیں۔

خُوشخبری یہ ہے کہ جیسے جیسے آپ مسلسل ایمان کے ساتھ چلتے جائیں گے۔ آپ کا مسیح پر اعتماد بڑھتا جائے گا۔ آپ دیکھیں گے کہ اپنی مرضی کو خُدا کی مرضی کے تابع کرنا آسان ہوتا جارہا ہے۔(اُس کے پاس واقعی ایک بہتر منصوبہ ہے۔)

دُوسرا دِن

امتیازی لکیر اور آپ کی مرضی کی تبدیلی:

اگلی ڈائیگرام میں یہ ظاہر کیا گیا ہے کہ ہماری مرضی ابتدائی طور پر خود مختار اور نارضامند ہے۔ جب ہم خُدا پر انحصار کرتے ہوئے چلنا شروع کرتے ہیں تو وہ ہماری آزاد اور نارضامند مرضی کی موت کو ظاہر کرتا ہے۔ اس موت سے کیا مراد ہے؟ اس سے مراد اس رویے اور طرز عمل کی موت ہے جو ہماری خود مختاری کے نتیجے میں پیدا ہوتی ہے۔ جب ہم خود مختار اور نارضامندی مرضی کی موت کو دیکھتے ہیں تو خُدا ہم میں انحصار کرنے اور اپنی مرضی کو اس کی مرضی کے تابع کرنے کی خواہش پیدا کرتا ہے۔



یہ چند ایسے مقامات ہیں جہاں خُدا ہمیں لانا چاہتا ہے:

- اس بات پر یقین کرنے کی خواہش رکھنا کہ خُدا جو کہتا ہے وہ ہے اور وہ پورا کرے گا جس کا اس نے وعدہ کیا ہے۔
- خود پر ایمان رکھنے کے بجائے خُدا پر ایمان رکھتے ہوئے چلنے کا ارادہ رکھنا۔
- اپنی مرضی سے دُعا کرنے کلام پڑھنے اور دھیان و گیان میں وقت گزارنا۔
- جھوٹے عقائد کے بجائے اپنی مرضی سے اپنی حقیقی پہچان میں چلنا۔
- اپنی مرضی سے خُدا کی مہربانی، برکت، بھلائی اور محبت کو حاصل کرنا۔
- جسم میں چلنے کے بجائے روح میں چلنے کی خواہش رکھنا۔

اگلی ڈائیگرام اس بات کی وضاحت کرتی ہے کہ کس طرح ہمارے ایمان سے چلنے کے ابتدائی دور میں ہمارے تابع فرمان ہونے سے بھی بڑی حقیقت ہماری مرضی کو خُدا کی مرضی کے تابع کرنا ہے۔ تاہم، جب ہم ایمان سے قدم اُٹھاتے ہیں، تو جیسے جیسے ہماری اپنی مرضی سے چلنے کی خواہش کم ہوتی جاتی ہے، تو ہماری اپنی مرضی کو خُدا کی مرضی کے تابع کرنے کی خواہش بڑھتی جاتی ہے۔

مرضی ← ایمان کا قدم ← مرضی ← ایمان کا قدم ← **مرضی**

روح

جان(ذہن)

نارضامندی ← ایمان کا قدم ← **نارضامندی** ← ایمان کا قدم ← **نارضامندی**

سوال: آپ کی زندگی میں ایسے کون سے مقامات ہیں۔ جن کی وجہ سے آپ رضامند ہونے کے مقابلے میں نہ رضامند ہونے کے ساتھ جدوجہد کر رہے ہیں؟

کلیدی نکتہ:

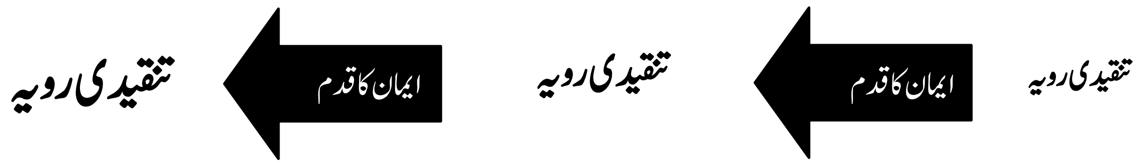
چوں کہ ہماری جسمانیت کے کئی مقامات ہوتے ہیں جن کی وجہ سے ہم خود مختار اور نہ رضامند زندگی بسر کرتے ہیں
خُدا کو ہمیں ان مقامات میں سے ہر ایک میں اس پر انحصار کرتے ہوئے آگے بڑھنے کی خواہش دینا ہوگی۔

نارضامندی پر مبنی شخصی کہانی:

میں نے ایک ایسے شخص کو شاگرد بنایا جو اپنی بیوی کے ساتھ تنقیدی رویے سے متعلق جدوجہد کر رہا تھا وہ وقت آیا کہ جب خُدا نے اس موت سے آگاہ کیا جو اس کے تنقیدی رویے سے پیدا ہو کر اس کی ازدواجی زندگی کو بری طرح سے متاثر کر رہی تھی۔ جیسے ہی اس شخص کو اس موت / تباہی کا احساس ہوا جو اس کے رویے کے باعث پیدا ہو رہی تھی تو اس نے خُدا کو ڈھونڈنا شروع کر دیا تاکہ خُدا اس کی مرضی کو تبدیل کرے اور وہ اپنی بیوی پر تنقید کرنے کے بجائے اس سے پیار کرے۔ اگلی ڈائیگرام اس شخص سے تبدیلی کو ظاہر کرتی ہے:

روح

جان (ذہن)



خُدا سے دُعا کریں کہ وہ آپ کو نارضامندی سے رضامندی کی طرف لے آئے تا کہ آپ کو ان مقاموں سے نکالے جو آپ نے پہلے ہی فہرست میں شامل کیے ہیں اور آپ کو نارضامندی سے رضامندی کی طرف مائل کرے۔

1- **خُدا کے سامنے ان مقامات کو تسلیم کریں جن میں آپ رضامند ہونے کے لیے جدوجہد کر رہے ہیں۔ خُدا آپ کی زندگی کے ان مقاموں کو جانتا ہے، جن میں آپ نارضامندی کے ساتھ جدوجہد کر رہے ہیں۔ مجھے یقین ہے ان مقاموں کو تبدیل کرنے کا سب سے اچھا اور پہلا قدم ان کو خُدا کے سامنے تسلیم کرنا ہے۔**

خُدا کو ازل سے معلوم ہے کہ آپ کی زندگی کے کن حصّوں میں آپ کی رضا / مرضی شامل نہیں ہو گی یا آپ مزاحمت کریں گے۔ میرا یقین ہے کہ ان پہلوؤں میں تبدیلی کی طرف پہلا اچھا قدم یہ ہے کہ آپ ان باتوں کو خُدا کے سامنے تسلیم کریں۔

خُدا سے بات چیت کریں: اپنی زندگی کے اُن ذاتی پہلوؤں پر نظر ڈالیں جہاں آپ میں رضامندی نہیں، اور اپنی ضدی مرضی کو خُدا کے سامنے تسلیم کریں۔ خُدا سے دُعا کریں کہ وہ اُس "**موت**" کو ظاہر کرے جو آپ کی نارضامندی کے باعث آپ میں پیدا کر رہی ہے (چاہے وہ آپ کی شادی، خاندان، ملازمت یا کسی اور پہلو میں ہو)۔

2- **خُدا سے کہیں کہ وہ آپ کی نارضامندی کی موت کو بے نقاب کرے جو اندرونی طور پر آپ کو، آپ کی ازدواجی زندگی، خاندانی زندگی اور ملازمت کو منفی اعتبار سے متاثر کر رہی ہے۔**

ہم یہ بخوبی جانتے ہیں کہ ہماری مرضی کی ضد کس وجہ سے مزید تقویت پاتی ہے۔ تاہم، کچھ مقامات میں ہم اتنی تقویت پا لیتے ہیں کہ وہ ہمارے رہنے کی جگہ بن جاتی ہے۔ لہٰذا ہمیں روح القدس کی ضرورت ہے کہ وہ ہم پر اس ضد کے پیچھے تقویت کو ظاہر کرے جس میں ہم ایک طویل عرصے سے نارضامندی میں زندگی بسر کر رہے ہیں۔

خُدا سے بات چیت کریں:

خُدا سے کہیں کہ وہ آپ پر اس موت کو ظاہر کرے جو نارضامندی کی وجہ سے آپ کو متاثر کر رہی ہے۔

3- خُدا سے دُعا کریں کہ وہ آپ میں رضامندی کی خواہش کو پیدا کرے۔

چوں کہ صرف خُدا ہی ہے جو آپ میں رضامندی کی خواہش پیدا کر سکتا ہے۔ اسے اجازت دیں کہ وہ آپ کی زندگی میں نارضامندی کے مقاموں کو ڈھادے۔

خُدا سے بات چیت کریں:

خُدا سے کہیں کہ آپ کی نارضامندی کی رکاوٹ کو اسی رضامندی میں تبدیل کر دے جس میں آپ اپنی مرضی سے خُدا کی مرضی کے مطابق اس کی خواہش کو پورا کریں۔

یاد رکھیں کہ جب آپ خُدا کے خلاف مزاحمت کرتے ہیں اور اپنی راہ سے پھر جاتے ہیں تو آپ مسرف بیٹے کی طرح اس جگہ کا چناؤ کرتے ہیں۔ جو شدید خود ساختہ، درد، مصائب اور خالی پن کی جگہ ہے۔

جب خُدا آپ کی مرضی / قوتِ ارادی بدل دے تو آپ کیا توقع کر سکتے ہیں؟

ذہن اور جذبات کی طرح مرضی / ارادے کی تبدیلی بھی ایک عمل ہے۔ جب آپ دُعا کرتے ہیں کہ خُداوند آپ کی مرضی کو تبدیل کرے۔ تو وہ اس تبدیلی کے کام کی آپ میں تصدیق کرے گا جو وہ آپ میں کر رہا ہے۔ ذیل میں کچھ ایسے نتائج ہیں۔ جن کا آپ تجربہ کر سکتے ہیں۔ تب، جب آپ خُدا سے دُعا کرتے ہیں کہ وہ آپ کی مرضی کو تبدیل کرے:

- اپنے جسم سے زندگی بسر کرنے سے متعلق، مزاحمت کرنے میں کمی اور اس کے بدلے میں خُدا پر انحصار کرنا۔
- خُدا کے پاس آنے کی مرضی / خواہش کا پیدا ہونا کہ وہ آپ کی مرضی کو تبدیل کرے۔
- زندگی کے ان مقامات / حصوں میں خُدا پر انحصار کر کے چلنے کی خواہش کا پیدا ہونا۔ جہاں پہلے ایسا کرنے کی خواہش نہ تھی۔
- آپ بہت جلد اپنے جسم / جسمانیت کی موت کی نشاندہی کر سکیں گے کہ کب آپ نارضامند اور خود مختار ہیں۔
- آپ مسیح کی پیدا کردہ رضامندی / مرضی کے ساتھ آنے والی آزادی، خوشی اور آرام کا ادراک کریں گے۔

جیسا کہ خُدا آپ کو اس پر انحصار کرنے اور اپنی مرضی کو اس کے سپرد کرنے کے لیے زیادہ سے زیادہ رضامندی / مرضی دیتا ہے تو اس وقت آپ خُدا کو اپنے اندر زیادہ واضح طور پر دیکھیں گے جو آپ سے محبت رکھتا ہے اور اپنے دل میں آپ کے لیے سلامتی کے منصوبے رکھتا ہے۔

تیسرا دِن

شکستہ حالی/ٹُوٹ پھُوٹ

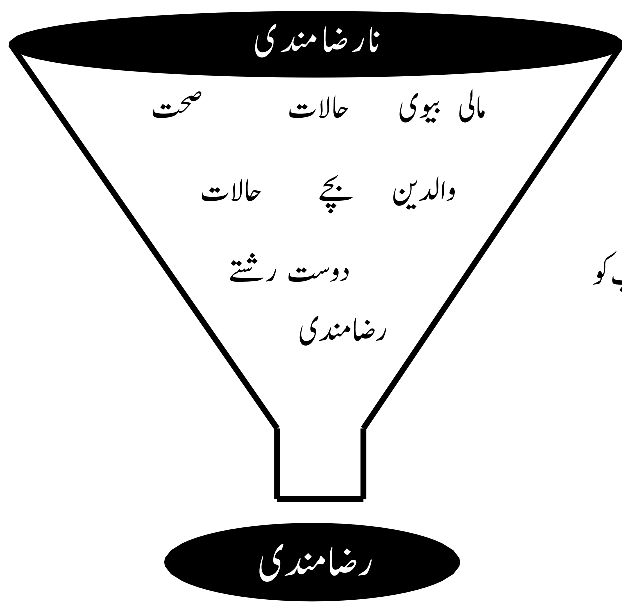
تعارف:

آپ جتنا بھی تیار ہوں کہ خُدا میری مرضی کو تبدیل کرے لیکن آپ کی زندگی کے کچھ حصے ایسے ہوں گے جنہیں تبدیل کرنے کے لیے آپ تیار نہیں ہو پائیں گے۔ میں آپ کی مرضی کو آپ کے گھر سے تشبیہ دیتا ہوں۔ آپ کے گھر میں کچھ کمرے ایسے ہوتے ہیں جن میں آپ کسی کو بھی جانے سے منع نہیں کرتے لیکن کچھ کمرے ایسے ہوتے ہیں جن میں آپ ہر کسی کو جانے نہیں دیتے۔ خُدا کے ساتھ ہماری مرضی / رضامندی کا بھی یہی حال ہے۔ ہماری زندگی کے کچھ ایسے حصے ہوتے ہیں، جنہیں ہم بند کر دیتے ہیں اور خُدا کو ان حصوں میں کام کرنے کی اجازت نہیں دیتے ہیں۔ تاہم، خُدا آپ سے اتنی محبت کرتا ہے کہ وہ آپ کی زندگی میں ایسے واقعات لائے گا جس سے آپ کی مرضی تبدیل ہو سکے۔ میں اس کی وضاحت (Funnel) کے تصور سے پیش کرنا چاہتا ہوں۔

(funnel) کا تصور جب آپ رضامند نہ ہوں۔

خُدا تمام چیزوں کو استعمال کرے گا جیسا کہ رومیوں 28:8 میں لکھا ہے تا کہ آپ کو نارضامند اور خود مختار ہونے کی طرف سے خُدا پر انحصار کرنے کی طرف پھیر لائے۔ ذیل میں بنی ڈائیگرام دیکھیں۔

Funnel کا تصور



خُدا تمام چیزوں کو استعمال کرتا ہے تا کہ آپ کو رضامندی کی طرف مائل کرے۔

جب ہم ایمان سے جینے کے لیے رضامند نہیں ہوتے تو خُدا کیسے ہمیں رضامندی کی طرف مائل کرتا ہے؟

ہماری زندگی میں کچھ ایسے حصے بھی ہیں، جہاں ہم خُدا کی سچائی کے مطابق عمل کرنے سے **انکار** کرتے ہیں۔ یہ وہ حصے ہیں جہاں خُدا ہمیں آزاد کرنا چاہتا ہے لیکن ہم اس کے کاموں کی مزاحمت کرتے ہیں۔ کیوں؟ وہ اِس لیے کہ ہماری آزاد مرضی ان حصوں میں زیادہ طاقتور ہوتی ہے اور ہم خُدا کی مرضی کے مطابق عمل کرنے سے انکار کرتے ہیں۔ یہاں ایک اہم سچائی ہے جسے ہمیں اپنے جسم کے بارے میں سمجھنا ہے:

آپ کا جسم ہمیشہ خُدا کے تبدیلی کے عمل کی مزاحمت کرے گا۔

یہی وجہ ہے کہ پولس رومیوں 18:7 میں کہتا ہے۔

"کیونکہ مَیں جانتا ہُوں کہ مُجھ میں یعنی میرے جِسم میں کوئی نیکی بسی ہُوئی نہیں البتّہ اِرادہ تو مُجھ میں مَوجُود ہے مگر نیک کام مُجھ سے بن نہیں پڑتے۔"

رُومیوں 18:7

جب ہمارا جسم خُدا کے کام کی مزاحمت کرتا ہے، تو خُدا ایک اور عمل کا آغاز کرتا ہے تا کہ وہ ہمیں اپنے اوپر انحصار کرنے کے لیے قائل کرے۔ یہ ایک ایسا عمل ہے جس کے ذریعے خُدا ہمیں ہمارے جسم کی موت (یعنی جان کی اذیت) دکھاتا ہے اور اِس کی تبدیلی کے عمل کے خلاف مزاحمت کو ختم کرتا ہے۔ اس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ ہم اپنے جسم سے منہ موڑ لیتے ہیں اور دوبارہ خُدا کی طرف، اپنے واحد سرچشمہ کے طور پر، رجوع کرتے ہیں۔ اس عمل کو "**ٹُوٹ جانا**"(**Brokenness**) کہا جاتا ہے۔

سوالات: کیا آپ اپنی زندگی کے کچھ حصوں میں خود کو رومیوں 18:7 میں پولس کی طرح محسوس کرتے ہیں؟

رومیوں 18:7 - اپنی ذاتی زندگی کے کچھ ایسے حصے درج کریں جہاں آپ محسوس کرتے ہیں کہ آپ کا جسم خُدا کی مزاحمت کر رہا ہے۔ یہ آپ کی جان میں کس قسم کی کشمکش پیدا کر رہا ہے؟

غور و فکر کریں: رومیوں 18:7 کے دوسرے حصے پر، جہاں لکھا ہے: "ارادہ تو میرے پاس ہے۔" اس سچائی پر غور کریں کہ جو "**ارادہ**" آپ کے اندر موجود ہے، وہ مسیح کی مرضی ہے۔ یہ ہمیشہ موجود رہتی ہے اور ہمیشہ آپ کے لیے دستیاب ہے۔

خُدا سے بات چیت کریں: خُدا سے دُعا کریں کہ وہ آپ کی زندگی کے اُن حصوں کو ظاہر کرے جہاں آپ اُس کے کام کی مزاحمت کر رہے ہیں۔ پھر اُس سے دُعا کریں کہ وہ آپ کو اُن حصوں میں نارضامندی سے رضامندی کی طرف لے آئے۔

شکستگی / ٹُوٹ جانا(Brokenness) کیا ہے؟

"جو اپنی جان کو عزیز رکھتا ہے وہ اُسے کھو دیتا ہے اور جو دُنیا میں اپنی جان سے عداوت رکھتا ہے وہ اُسے ہمیشہ کی زندگی کے لئے محفُوظ رکھّے گا۔" یُوحنّا12:25، لوقا17:33، متی16:25، مرقس8:35، لوقا9:24

"کیونکہ ہم جِیتے جی یِسُوع کی خاطِر ہمیشہ مَوت کے حوالہ کِئے جاتے ہیں تاکہ یِسُوع کی زِندگی بھی ہمارے فانی جِسم میں ظاہِر ہو۔" 2کُرِنتھِیوں4:11

"مَیں تُم سے سچ کہتا ہُوں کہ جب تک گیہُوں کا دانہ زمِین میں گِر کر مَر نہیں جاتا اکیلا رہتا ہے لیکن جب مَر جاتا ہے تو بُہت سا پَھل لاتا ہے۔" یُوحنّا12:24

ان آیات میں ایک بنیادی اور اہم لفظ "**موت**" ہے۔ 2 کرنتھیوں 4:11 میں پولس رسول ہمیں یہ سکھا رہا ہے کہ ہماری جسمانیت کی موت نہایت ضروری ہے۔ جسمانیت کی موت کا مطلب ہے کہ ہم اپنی خودی، اپنی خواہشات، اور جسمانی فطرت سے منہ موڑیں۔ جب تک ہم اپنی جسمانیت سے دُور نہیں ہوں گے، یسوع کی زندگی ہم میں ظاہر نہیں ہو سکتی۔ یہی بات یسوع نے یوحنا 12:24 میں بھی فرمائی، کہ جب تک گندم کا دانہ زمین میں گر کر مر نہ جائے، وہ پھل نہیں لا سکتا۔ اسی طرح، جب تک ہم اپنی جسمانیت کے لیے نہ مریں، ہمارے اندر روح القدس کا پھل پیدا نہیں ہو سکتا۔ لہٰذا، شکستگی ایک "**موت کا عمل**" ہے۔ ایک ایسا روحانی مرحلہ جس سے گزرنا ضروری ہے تاکہ ہم مسیح کی حقیقی زندگی اور قدرت کا تجربہ کر سکیں۔

ٹُوٹ جانا(Brokenness)

ایک ایسا عمل ہے جسے خُدا آپ کی زندگی میں استعمال کرتا ہے تاکہ وہ آپ کو آپ کے جسم سے جو کہ زندگی کا سامنا کرنے، مسائل کو خود حل کرنے اور اپنی ضروریات کو پورا کرنے کا ذریعہ بن چکا ہے، منہ موڑنے پر آمادہ کرے تاکہ آپ خُدا کی طرف، اپنے واحد سرچشمہ (Source) کے طور پر، رجوع

مختصراً، شکستگی / ٹُوٹنا، خُدا کا وہ طریقہ ہے جس کے ذریعے وہ آپ کے لیے آپ کے جسم کی موت کو اس قدر واضح کر دیتا ہے کہ آپ اُس کی طرف رجوع کریں اور اُسے اجازت دیں کہ وہ اپنی زندگی آپ میں اور آپ کے ذریعے گزارے۔ (آپ کے جسم کی موت سے مراد وہ اذیت ہے جو آپ کی جان میں آپ کے جسم کے سبب پیدا ہوتی ہے۔)

<u>یاد رکھیں:</u> جسم خود کبھی نہیں مرتا۔ یہ اُس وقت تک آپ کے ساتھ رہے گا جب تک آپ کی جسمانیت مر نہ جائے۔ ہم جسم کے لیے نہیں مرتے بلکہ جسم سے منہ موڑ کر اُس کے لیے مرتے ہیں۔

غور و فکر کریں: 2 کرنتھیوں 4:11 پر غور کریں اور ان سوالات کے بارے میں سوچیں: "پولس لفظ "ہمیشہ "(constantly) کیوں استعمال کرتا ہے ؟ کیا یہ ممکن ہے کہ وہ ہمیں بتا رہا ہو کہ ٹُوٹ جانا(brokenness) ایک مسلسل جاری رہنے والا عمل ہے، نہ کہ صرف ایک بار کا واقعہ ؟"

خُدا سے بات چیت کریں: ان جسمانی پہلوؤں کے لیے جو آپ نے پچھلی مشق میں درج کیے تھے، خُدا سے دُعا کریں کہ وہ آپ کو آپ کے جسم کی موت دکھائے اور آپ کو اس سے منہ موڑنے کے لیے رضامندی عطا کرے۔

ایمان کا ایک قدم کچھ یوں ہو سکتا ہے: "اَے خُداوند، اپنی زندگی کے اس حصے میں، میں تیرے کام کی مزاحمت کر رہا ہوں۔ مجھے وہ موت دکھا جو میرا جسم مجھے اس حصے میں دے رہا ہے، اور مجھے اس سے منہ موڑنے اور تیری طرف، اپنے واحد سرچشمہ کے طور پر، واپس آنے کی توفیق عطا فرما۔"

ٹوٹ جانا ایک عمل ہے نہ کہ ایک واحد واقعہ۔

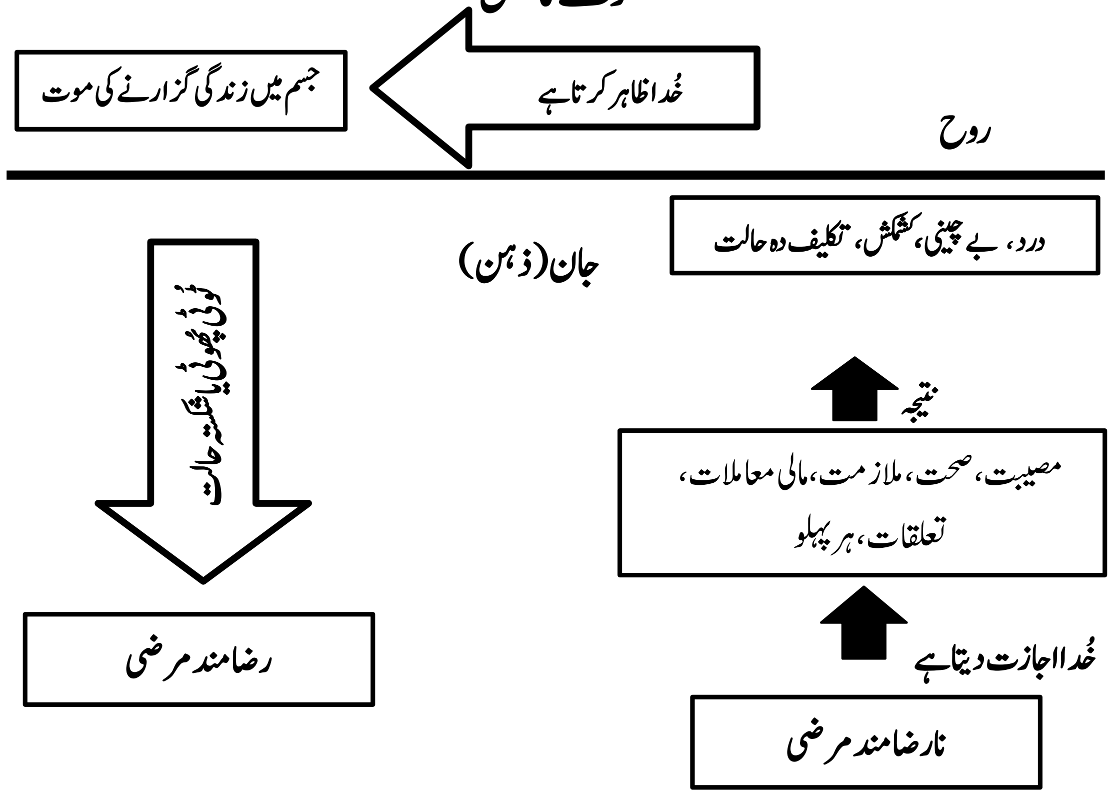
بہت سے مسیحی مجھے بتاتے ہیں کہ وہ مکمل طور پر "ٹوٹ چکے ہیں۔" اگر آپ بھی اُن میں سے ایک ہیں، تو مجھے افسوس کے ساتھ کہنا پڑتا ہے کہ آپ مکمل طور پر نہیں ٹوٹے۔ کیوں؟ جب تک ہمارا جسم اور گناہ کی طاقت ہمارے اندر بسی ہوئی ہے (جو ہماری جان میں اُس وقت تک رہے گی جب تک ہم مر نہ جائیں)، ٹوٹنے کی ضرورت ہمیشہ باقی رہے گی۔

ٹوٹ جانا ایک زندگی بھر کا عمل ہے جس میں خُدا ہمیں ہمارے جسم کی موت دکھاتا ہے اور ہمیں دوبارہ زندگی کے لیے اپنی طرف واپس موڑتا ہے۔

"امتیازی لکیر" اور ٹوٹ جانا۔

آیئے فرض کریں کہ آپ کی مرضی فخر (**غرور**) کے حصے میں تبدیلی کے لیے تیار نہیں ہے۔ خُدا کی خواہش یہ ہے کہ آپ فروتنی (**انکساری**) سے جئیں۔ لہٰذا، وہ آپ کی زندگی میں "**سب چیزوں**" کو جو کہ صحت کا مسئلہ، ملازمت کا خاتمہ، مالی مشکلات، یا دُکھ بھرے رشتے ہو سکتے ہیں آنے دے گا۔ یہ سب چیزیں آپ کی زندگی میں اتنا دُکھ، کشمکش، تناؤ اور بے چینی پیدا کریں گی کہ آپ کو "**امتیازی لکیر**" سے اوپر لے جائیں گی۔ جہاں خُدا آپ پر ظاہر کرے گا کہ آپ کا فخر آپ کے لیے کس قدر "**موت**" لا رہا ہے۔ یہ عمل ٹُوٹ جانے (brokenness) کا سبب بنے گا۔ پھر آپ کی مرضی فخر کے بجائے فروتنی سے جینے کے لیے تیار ہو جائے گی۔
یہ بات اگلی ڈائیگرام میں واضح کی گئی ہے:

ٹُوٹنے کا عمل



ٹُوٹ جانا ہمیشہ تکلیف دہ نہیں ہوتا۔

تاہم، میں آپ کے ساتھ ایک ذاتی واقعہ شیئر کرنا چاہتا ہوں جس میں خُدا نے میری ایک جھوٹی سوچ کو ختم کرنے کے لیے مثبت حالات کو استعمال کیا، اور انھی حالات کے ذریعے میری اندرونی تبدیلی کا عمل شروع ہُوا۔

میری مسیحی زندگی میں ایک وقت ایسا بھی تھا جب میں یہ **نہیں** مانتا تھا کہ خُدا ایک اچھا خُدا ہے۔ میں علمی لحاظ سے جانتا تھا کہ وہ اچھا ہے، لیکن دل کی گہرائی میں میں اِس پر یقین نہیں رکھتا تھا۔ جب ہم نے اِس منسٹری کا آغاز کیا، تو خُدا نے مجھے اُس جھوٹ سے توڑنے کا عمل شروع کیا۔ اُس نے اِس عمل کی شروعات یوں کی کہ اُس نے اِس منسٹری کو تمام چیزیں کثرت سے مہیا کی، پھر اُس نے اِس منسٹری کو بڑھایا اور اِسے استعمال کیا تا کہ مسیحیوں کی زندگیوں میں ایک زبردست تبدیلی آئے۔ یہ بالآخر واضح ہو گیا کہ وہ اپنی بھلائی مجھے ثابت کرنا چاہتا ہے۔

مجھے وہ دن یاد ہے جب یہ بات میرے دل میں اُتر گئی۔ یہ وہ دن تھا جب اُس نے مجھے میری جھوٹی سوچ سے الگ کر دیا، کیونکہ اُس نے مجھے اپنی بھلائی سے اِس قدر مغلوب کر دیا تھا کہ میں اب اُس کا انکار نہیں کر سکتا تھا۔ لہٰذا، ٹُوٹ جانا ہماری زندگی میں نہ صرف منفی بلکہ مثبت واقعات کے ذریعے بھی آ سکتا ہے۔

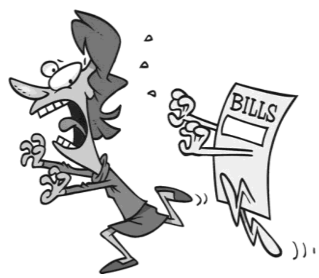
اس پر غور کریں: جب بھی آپ کو خُدا کی سچائی کا انکشاف ہوتا ہے اور آپ جھوٹ پر مبنی زندگی گزارنے سے منہ موڑ لیتے ہیں، تو یہ ٹوٹ جانا ہے۔ یہ ہمیشہ تکلیف دہ ہونا ضروری نہیں ہوتا۔

چوتھادِن

"خُداہمیں عاجزی سکھانے کے لیے کیاطریقے اختیار کرتاہے؟"

حالات

خُداہماری نوکری، صحت، مالی حالات وغیرہ میں جدوجہد اور ٹکراؤہونے دیتاہے تاکہ ہمیں دِکھاسکے کہ جسم یاجسمانیت کی طرف رجوع کرناصرف مزید پریشانی اور کشمکش کو جنم دیتاہے۔ وہ ان حالات کو استعمال کرتاہے تاکہ ہم اپنے جسم یاجسمانیت سے منہ موڑکراُس کی طرف رجوع کریں، جو ہمارااصل سرچشمہ ہے۔

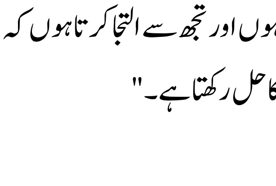


مثال کے طورپر: آپ کی نوکری چلی گئی ہے اور نتیجتاً آپ کو اپناگھر بھی کھوناپڑ سکتاہے۔ اگر آپ اپنے جسم کی طرف رجوع کرتے ہیں، تو ممکن ہے کہ آپ غصے، بے چینی یاخوف کاشکار ہو جائیں۔ یہ سب صرف آپ کی روح میں مزید بے سکونی اور تکلیف پیداکرے گا۔ جب خُدا آپ پر ظاہر کرے گاکہ غصہ، بے چینی اور خوف دراصل روحانی موت ہیں، تو وہ اسی تکلیف کو استعمال کرے گاتاکہ آپ کو قائل کرے کہ آپ اُس کی طرف پلٹیں، کیونکہ وہی آپ کے مسئلے کااصل حل ہے۔

خُداسے بات چیت کریں: اُن مشکل حالات پر غور کریں جن سے آپ اس وقت گزر رہے ہیں۔ کیاان میں سے کچھ آپ کے اندر جسمانی رویے پیداکر رہے ہیں؟ جیسے غصہ، خوف، بے چینی یاشکایت؟ کیاخُداان حالات کے ذریعے آپ کی زندگی کے کسی پہلو سے نمٹنے کی کوشش کر رہاہے، لیکن آپ محسوس کرتے ہیں کہ آپ اُس کی رہنمائی یااُس کے کام کے خلاف مزاحمت کر رہے ہیں؟ اگر ایساہے تو، خُداسے دُعاکریں کہ وہ آپ پر اُن جسمانی رویوں کی حقیقت اور اُن سے پیدا ہونے والی روحانی موت (یعنی دل کی بے سکونی اور تکلیف) کو ظاہر کرے، اور آپ کے دل سے اُس کی مرضی کے خلاف ہر رکاوٹ کو دُور کرے۔ یہ ایمان کاایک قدم ہو گاجب آپ کہیں: "اَے خُداوند، یہ مالی مسئلہ مجھے شدید بے چینی اور فکر میں مبتلاکر رہاہے۔ میں یہ مسئلہ تیرے سپرد کر رہاہوں اور تجھ سے التجاکرتاہوں کہ میرے جسم کے اندر جو مزاحمت ہے، اُسے دُور کر دے تاکہ میں تیرے آرام میں داخل ہو سکوں، یہ جانتے ہوئے کہ تُواس مسئلے کاحل رکھتاہے۔"

رشتے

خُداد کھ دینے والے یاٹوٹے ہوئے رشتوں کو اس لیے استعمال کرتاہے تاکہ وہ ہمیں جسم کی طرف جانے سے روکے، جہاں ہم اپنی طاقت سے ان رشتوں کو ٹھیک کرنے یاصلح کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ وہ ان مشکل رشتوں کو استعمال کرتاہے تاکہ وہ ہمیں دکھاسکے کہ ان کی شفااور بحالی کے لیے ہمیں اُس کی ضرورت ہے۔



مثال کے طورپر: ذرااُس شخص کے بارے میں سوچیں جو آپ کو سب سے زیادہ بے چین یاپریشان کرتاہے۔ اگر آپ جسمانیت میں رہیں، تو ممکن ہے کہ صرف چند لمحوں میں آپ کے دل میں اُس کے لیے جھنجھلاہٹ، غصہ، نامعافی، یاحتیٰ کہ کڑواہٹ پیداہو جائے۔ لیکن کیایہ ممکن ہے کہ خُدااُس رشتے کو استعمال کر رہاہو تاکہ وہ آپ کے اندر چھپے ہوئے جسمانی رویوں، جھنجھلاہٹ، غصہ یانامعافی کو آپ پر ظاہر کرے؟ خُداکی خواہش ہے کہ آپ اُس روحانی موت کو دیکھیں جو آپ کاجسم آپ کے اندر پیداکر رہاہے، تاکہ آپ واپس اُسی کی طرف پلٹ آئیں۔ کیایہ ممکن ہے کہ خُداچاہتاہے کہ آپ اُن جسمانی رویوں میں جینے کے بجائے تبدیل ہو جائیں، تاکہ آپ اُس شخص کو نہ صرف معاف کر سکیں بلکہ اُس سے محبت بھی کر سکیں؟ اور ویسے، ذرایہ بھی سوچیں: جس شخص کے ساتھ آپ کاتعلق مشکل ہے، کیااُسے آپ کے جسمانی رویوں کی ضرورت ہے؟ یاپھر اُسے خُداکی غیر مشروط محبت کی ضرورت ہے؟

خُدا سے بات چیت کریں:

اُن رشتوں میں جن سے آپ اس وقت جدوجہد کر رہے ہیں، آپ کس قسم کے جسمانی رویوں کا سامنا کر رہے ہیں؟ کیا وہ غصہ ہے؟ نامعافی؟ تلخی؟ یا مایوسی؟ خُدا سے دُعا کریں کہ وہ آپ کو **"روحانی"** آنکھیں دے تا کہ آپ یہ دیکھ سکیں کہ آپ کا جسم آپ کے اندر اور اُس رشتے میں کس طرح روحانی موت اور ٹوٹ پھوٹ پیدا کر رہا ہے۔ خُدا سے یہ بھی مانگیں کہ وہ آپ کو ان جسمانی رویوں سے توڑ دے اور اُس شخص سے اپنی غیر مشروط محبت آپ کے ذریعے ظاہر کرے۔ ایمان کا ایک قدم کچھ اس طرح کا ہو سکتا ہے: "اَے خُداوند، مجھے وہ روحانی موت دکھا جو میری جھنجھلاہٹ، غصے یا نامعافی اُس شخص کے لیے میرے اندر پیدا کر رہی ہے۔ مجھے توبہ کرنے والا دل عطا کر، اور میری نامعافی کو اپنی معافی سے بدل دے۔"

اندرونی جدوجہد:

ہماری اندرونی جدوجہد جیسے؛ جھوٹی یقین دہانیاں، مجروح جذبات، دل کے زخم، یا ذہنی قلعے۔ یہ سب خُدا استعمال کرتا ہے تا کہ وہ ہمیں توڑ سکے اور ہمیں لمحہ بہ لمحہ اُس کی ضرورت کا احساس دلائے۔ ہم سب کسی نہ کسی اندرونی جدوجہد کا سامنا کرتے ہیں، جو یا تو ہمیں جسم کی غلامی میں رکھ سکتی ہے یا ہمیں خُدا کی طرف لے جا سکتی ہے۔ ابتداء میں، خُدا اُس جدوجہد کو استعمال کرتا ہے تا کہ وہ ہمارے جسم اور اُس کی راہ میں ہماری مزاحمت کو بے نقاب کرے۔ لیکن خُدا کی خواہش صرف یہ نہیں کہ ہم ان کمزوریوں کو پہچانیں، بلکہ یہ ہے کہ ہم ان تمام اندرونی جدوجہدوں کو اُس کے حضور لے آئیں۔

مثال کے طور پر: فرض کریں کہ آپ کو مسلسل ایک ایسی اندرونی جدوجہد کا سامنا ہے جو تنقیدی یا فیصلہ کن رویے سے جڑی ہوئی ہے۔ یہ بھی فرض کریں کہ آپ کا جسم اس معاملے میں ٹوٹنے یا عاجز ہونے کے لیے تیار نہیں۔ جب بھی یہ تنقیدی رُوح آپ کے جسم کے ذریعے متحرک ہوتی ہے، تو خُدا کی خواہش یہ ہوتی ہے کہ وہ آپ پر وہ روحانی موت (یعنی دل کی بے سکونی اور اذیت) ظاہر کرے جو یہ تنقیدی رویہ آپ کے اندر اور اُس شخص کے لیے پیدا کر رہا ہے جس کی طرف یہ رویہ رکھا گیا ہے۔ یہی بے سکونی اور اندرونی دکھ وہ ذریعہ بنتا ہے جس کے ذریعے خُدا آپ کے جسمانی رویے کی مزاحمت کو توڑتا ہے اور آپ کے اندر کے تنقیدی رویے کو اپنی محبت سے بدل دیتا ہے۔ خُدا کا مقصد صرف اصلاح نہیں بلکہ **تبدیلی** ہے۔ ایسی تبدیلی جو آپ کو جسمانیت سے آزاد کر کے اپنی محبت کا وسیلہ بنا دے۔

خُدا سے بات چیت کریں:

آپ جن اندرونی کشمکشوں سے گزر رہے ہیں، اُن کے نتیجے میں آپ کے اندر کون سے جسمانی رویے یا عادتیں پیدا ہو رہی ہیں؟ خُدا سے دُعا کریں کہ وہ آپ پر اُن رویوں کی روحانی موت (یعنی دل کی بے سکونی، الجھن، یا تکلیف) ظاہر کرے اور یہ بھی دکھائے کہ آپ کا جسم اُن رویوں میں کیوں مزاحمت کر رہا ہے۔ خُدا سے مانگیں کہ وہ آپ کو اُن رویوں سے توڑ کر، اُن کی جگہ مسیح جیسے رویے عطا کرے۔ ہم ابھی سیکھیں گے کہ "مسیح جیسا رویہ" کیا ہوتا ہے۔ ایمان کا ایک قدم کچھ یوں ہو سکتا ہے: "اَے خُداوند، میں اُس جھوٹ سے لڑ رہا ہوں کہ میں ایک ناکافی انسان ہوں۔ اسی وجہ سے میں ہر کسی کو خوش رکھنے کی کوشش کرتا ہوں۔ اَے خُداوند، مجھے میرے جسم کی موت دکھا اور مجھے اِس سچائی کا قائل کر کہ میں تیرے اندر مکمل طور پر کافی ہوں۔"

خُدا ہر حالت، ہر رشتے، اور ہر اندرونی کشمکش کو استعمال کرتا ہے تا کہ وہ آپ کے جسم کی روحانی موت کو بے نقاب کرے اور آپ کو واپس اپنی طرف لائے، جہاں زندگی ہے۔

پانچواں دِن

آپ کو توڑنے کے پیچھے خُدا کا مقصد کیا ہے؟

خُدا کا آپ کو ٹوٹنے (انکساری) کی حالت میں لانے کا اصل مقصد اُس کی محبت ہے جو وہ آپ سے کرتا ہے۔

یہ بات آپ کے لیے سمجھنا مشکل، بلکہ بظاہر ناممکن ہو سکتی ہے، کیونکہ بہت سے لوگ یہ سوال کرتے ہیں: **"ایک محبت کرنے والا خُدا میری زندگی میں اتنا درد اور دل شکستگی کیسے آنے دے سکتا ہے؟"** یہ ایک ایسی سچائی ہے جسے سکھانا بے حد مشکل ہے۔

اسی لیے، میں اس سچائی کی ذاتی گواہی دیتا ہوں۔ میں نے اپنی زندگی میں شدید درد، گہرے زخم، اور ٹھکرائے جانے کے تجربات سہے ہیں۔ لیکن خُدا نے مجھے اس بات پر قائل کر لیا کہ اُس نے مجھ سے اتنی محبت کی کہ اُس نے ان تمام تکلیف دہ باتوں کی اجازت دی تاکہ وہ مجھے میری جسمانی خود مختاری سے موڑ کر اپنی طرف، یعنی حقیقی زندگی کی طرف لے آئے۔ میں نے جان لیا کہ یہ دراصل اُس کی عظیم محبت کا اظہار تھا، کیونکہ وہ یہ برداشت نہیں کر سکتا تھا کہ میں اپنے جسم کی موت میں جکڑا رہوں۔ خُدا نے وہ شدید درد دیکھا جو یہ حالات میری زندگی میں اور میرے ارد گرد لوگوں کی زندگی میں پیدا کر رہے تھے۔

چنانچہ، اپنی محبت کے باعث، خُدا نے میری زندگی کے ہر تکلیف دہ واقعے کو میرے ٹوٹنے اور اپنے پاس واپس لانے کے لیے استعمال کیا۔ جب میں اپنی زندگی پر پیچھے مڑ کر نظر ڈالتا ہوں، تو میں نے دل سے خُدا سے کئی بار کہا ہے: **"اَے خُداوند، میری زندگی کے ہر دردناک اور تکلیف دہ تجربے کا شکر گزار ہوں، کیوں کہ انھی کے ذریعے تُو نے میرے جسم کی مزاحمت کو ختم کیا اور میری زندگی کو مکمل طور پر بدل دیا۔"** ممکن ہے کہ آپ آج اپنے ماضی کے لیے خُدا کا شکر ادا نہ کر سکیں، لیکن مجھے یقین ہے کہ خُدا ایک دن آپ کو اُس مقام تک ضرور لے آئے گا جہاں آپ اپنی زندگی کے ہر **"ٹُوٹنے"** کے تجربے کے پیچھے اُس کی محبت کو دیکھ سکیں گے اور تب آپ اُن تجربات کے لیے اُس کا شکر بھی ادا کریں گے۔

خُدا سے بات چیت کریں: کیا آپ نے اپنی زندگی میں ایسے زخم، زیادتی، یا تکلیف دہ حالات کا سامنا کیا ہے۔ جنہوں نے آپ کو خُدا کی محبت اور اُس کی فکر پر سوال اٹھانے پر مجبور کر دیا؟ ایسے واقعات نے خُدا کے بارے میں آپ کے دل میں کیا احساسات پیدا کیے؟ اگر ان حالات نے آپ کے دل میں خُدا کے لیے منفی جذبات پیدا کیے ہیں، تو اُس کے پاس آئیں اور دُعا کریں کہ وہ آپ کے دل کو اس مقام تک لے آئے جہاں آپ اپنی زندگی کے ہر واقعے کے لیے اُس کا شکر ادا کر سکیں۔ ایمان کا ایک قدم کچھ اس طرح ہو سکتا ہے:

"اَے خُداوند، اس ٹُوٹنے کے عمل سے گزرنے والے درد کی وجہ سے میرے لیے یہ یقین کرنا مشکل ہو رہا ہے کہ تُو یہ سب کچھ اپنی محبت میں ہونے دے رہا ہے۔ میں تجھ سے درخواست کرتا ہوں کہ تُو مجھے قائل کر دے کہ اس درد کے بیچ میں بھی تُو مجھ سے محبت کرتا ہے۔"

ٹُوٹے ہوئے دل اور نہ ٹُوٹے ہوئے دل کے درمیان فرق:

آیئے ایک غیر ٹوٹے ہوئے مسیحی اور ایک ٹوٹے ہوئے مسیحی کے درمیان فرق کو دیکھتے ہیں۔

شکستہ حالت میں ہم:

خُدا سے بات کرتے ہیں، خُدا پر انحصار کرتے ہیں کہ وہی واحد حل ہے، جسمانی حقوق خُدا کے تابع کرتے ہیں، مسیح پر اعتماد کرتے ہیں، دل صاف کرتے ہیں، مسیح کی عاجزی میں چلتے ہیں اور خُدا پر بھروسا کرتے ہیں۔

غیر شکستہ حالت میں ہم:

تسکین تلاش کرتے ہیں، جسمانی حل ڈھونڈتے ہیں، خود مختار ہوتے ہیں، جسمانی حقوق کا دعویٰ کرتے ہیں، اپنے اوپر اعتماد کرتے ہیں، اپنے آپ کو بچاتے ہیں، غرور اور تکبر میں ہوتے ہیں اور خُدا پر شک کرتے ہیں۔

مشق: اپنی زندگی کے کسی ایک ایسے پہلو پر غور کریں جہاں آپ سمجھتے ہیں کہ آپ ابھی تک ٹُوٹے نہیں ہیں۔ اوپر دی گئی خصوصیات میں سے وہ کون سی ہیں جو آپ کی غیر شکستہ حالت (Unbrokenness) کو ظاہر کرتی ہیں؟ انہیں لکھ کر نوٹ کریں۔

خُدا سے بات چیت کریں: خُدا سے دُعا کریں کہ وہ آپ کی زندگی کے اس پہلو میں آپ کو (ٹُوٹنے) کی طرف لے آنا شروع کرے۔ ایمان کا ایک قدم کچھ اس طرح ہو سکتا ہے: "اَے خُداوند، میں محسوس کرتا ہوں کہ میرے اندر یہ جسمانی حق موجود ہے کہ میں اُس شخص کو معاف نہ کروں جس نے مجھے تکلیف پہنچائی ہے۔

میں اپنی یہ نامعافی تیرے سپرد کرتا ہوں اور تجھ سے دُعا کرتا ہوں کہ تُو مجھے اُس مقام تک لے آئے جہاں میں اپنا یہ جسمانی حق چھوڑ دوں اور اُس شخص کو معاف کرنے کے لیے تیرے سامنے جھک جاؤں۔"

ٹُوٹنے کے اُس پار کیا ہے؟

"ہم ہر وقت اپنے بدن میں یِسُوع کی مَوت لِئے پھِرتے ہیں تاکہ یِسُوع کی زِندگی بھی ہمارے بدن میں ظاہِر ہو۔ کیونکہ ہم جِیتے جی یِسُوع کی خاطِر ہمیشہ مَوت کے حوالہ کِئے جاتے ہیں تاکہ یِسُوع کی زِندگی بھی ہمارے فانی جِسم میں ظاہِر ہو۔" 2-کُرِنتھِیوں باب 4 آیات 10 تا 11

خوشخبری! 2-کرنتھیوں 4:10-11 ظاہر کرتا ہے کہ وہ ٹُوٹنے کی حالت جو جسمانیت کی موت کا باعث بنتی ہے، اُس کے نتیجے میں یسوع کی زندگی آپ کی زندگی میں اور زیادہ ظاہر ہونے لگتی ہے۔ ٹُوٹنے کے نتیجے میں آپ کی زندگی میں مسیح کی زندگی کی کون سی جھلکیاں ظاہر ہوئی ہیں؟

1- آپ کی ٹوٹنے کی حالت کے پیچھے خُدا کی بے حد محبت کو بطور اصل مقصد دیکھنا۔

2- خُدا پر مکمل انحصار کی اپنی شدید ضرورت کو پہچاننا۔

3- اپنی جان (ذہن) میں شفا اور بحالی کا تجربہ کرنا۔

4- اپنی زندگی میں مسیح کے کام کے حوالے سے مسیحی اعتماد حاصل کرنا۔

5- جسمانیت سے پیدا ہونے والی بے چینی کے بجائے خُدا کے اطمینان اور آرام کا تجربہ کرنا۔

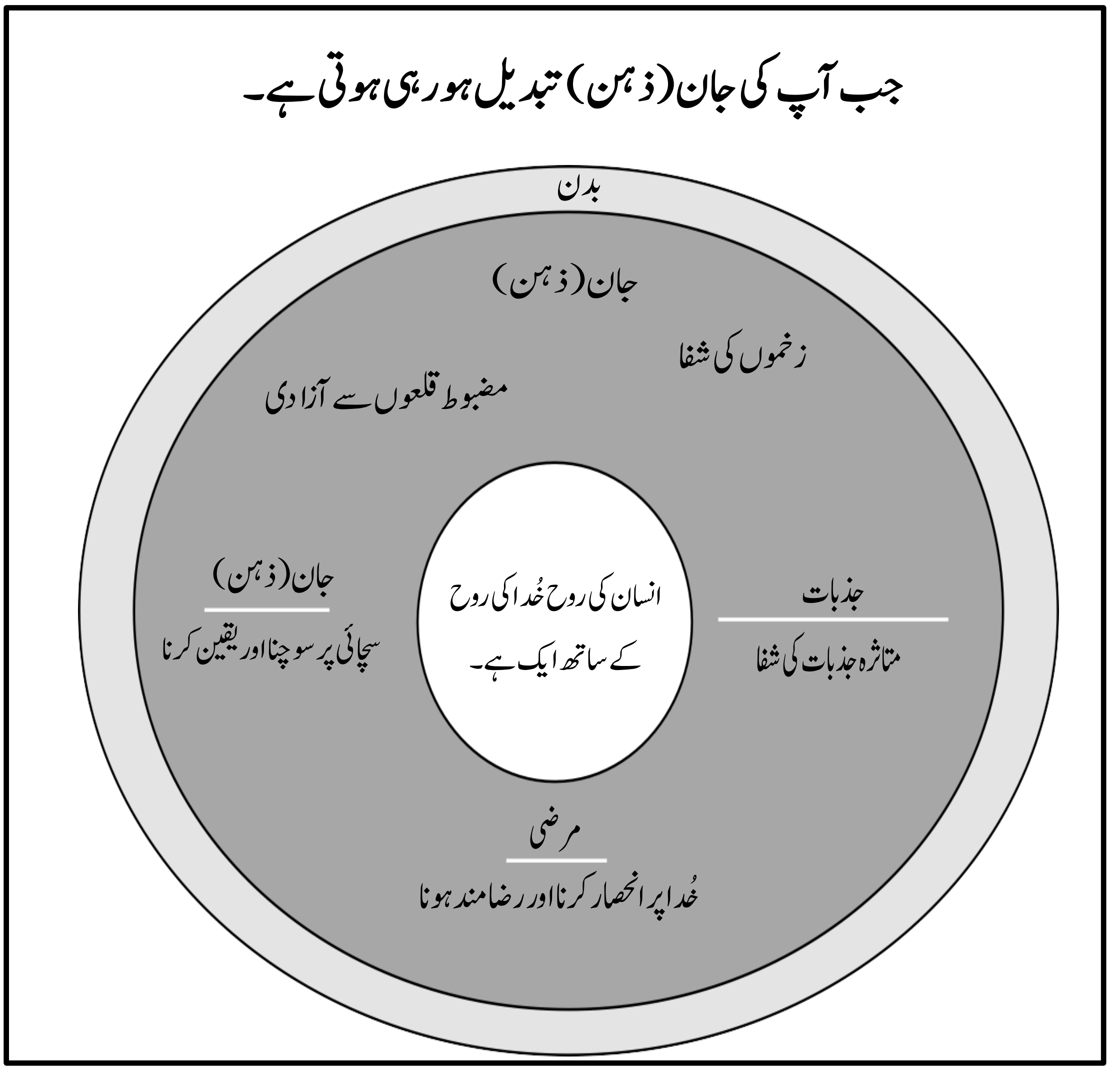
6- جسمانی رویوں کی جگہ مسیح جیسے رویوں کا آجانا۔

7- خُدا کے ساتھ ذاتی اور قریبی تعلق سے لطف اندوز ہونا۔

خُدا کی سب سے بڑی خواہش یہ ہے کہ آپ کی مرضی مکمل طور پر اُس کی مرضی کے تابع ہو جائے۔ وہ جانتا ہے کہ جب آپ اُس کی مرضی کے مطابق تابع فرمانی اور انحصار کے ساتھ چلیں گے تو یہی راستہ وہ تبدیلی پیدا کرے گا جس کی آپ دل سے خواہش رکھتے ہیں۔ اسی لیے، خُدا چاہتا ہے کہ وہ آپ کی سوچ اور جذبات کو تبدیل کرے تاکہ آپ کی مرضی سچائی کی بنیاد پر فیصلے کرے۔ جس حد تک آپ خُدا کو اپنی زندگی میں کام کرنے کی اجازت نہیں دیتے، اُسی حد تک وہ آپ سے اتنی محبت کرتا ہے کہ وہ آپ کی زندگی میں **ٹوٹنے کے عمل** کا آغاز کر دے گا۔ زیادہ تر، میں نے خُدا کے اُس توڑنے کے عمل سے لطف نہیں اُٹھایا۔

لیکن جب میں پیچھے مڑ کر دیکھتا ہوں اور اُس ٹوٹنے کے نتائج دیکھتا ہوں، تو میں اُس کا شکر ادا کرتا ہوں کہ اُس نے میرے اندر کیا کچھ پیدا کیا۔ میری دُعا ہے کہ جب آپ اپنی زندگی میں ٹُوٹنے کے نتیجے میں آنے والی تبدیلی کو دیکھیں، تو آپ بھی خُدا کا شکر ادا کریں۔

خُلاصہ:


جب آپ کی جان (ذہن) تبدیل ہو رہی ہوتی ہے۔
بدن
جان (ذہن)
زخموں کی شفا
مضبوط قلعوں سے آزادی
جان (ذہن)
سچائی پر سوچنا اور یقین کرنا
انسان کی روح خُدا کی روح کے ساتھ ایک ہے۔
جذبات
متاثرہ جذبات کی شفا
مرضی
خُدا پر انحصار کرنا اور رضامند ہونا

مجھے یقین ہے کہ اس مرحلے تک آپ کو تقدیس (Sanctification) کے عمل کی بہتر سمجھ آچکی ہو گی۔ اب میں ایک بار پھر آپ کے ساتھ یہ بات شیئر کرنا چاہتا ہوں کہ جب آپ کی زندگی میں تبدیلی آرہی ہوتی ہے، تو اُس وقت آپ کی جان (ذہن) میں کیا ہو رہا ہوتا ہے۔

کیا آپ ان پہلوؤں میں کسی تبدیلی کو محسوس کرنا شروع کر چکے ہیں؟ آیئے اس مطالعہ کی بنیادی سچائیوں کا خلاصہ کرتے ہیں:

- آپ کے ذہن کی تجدید اُس وقت شروع ہوتی ہے جب آپ خُدا کی سچائی کو سیکھتے ہیں اور پھر رُوح القدس کو دعوت دیتے ہیں کہ وہ ایک "روحانی فلٹر" بنائے اور آپ کے جھوٹے عقائد کو سچائی سے بدلنا شروع کرے۔

- جب آپ سچائی پر ایمان لانا اور اُس کے مطابق جینا شروع کرتے ہیں، تو خُدا آپ کے اندرونی ذہنی قلعوں (Strongholds) کو توڑنے لگتا ہے۔

- آپ کے ذہن میں ایک نہ رکنے والی جنگ جاری ہے۔ اگر آپ خُدا کو دعوت نہیں دیتے کہ وہ آپ کے ساتھ یہ جنگ لڑے، تو آپ اس میں کامیاب نہیں ہو سکتے۔

- شیطان کی ایک مسلسل چال یہ ہے کہ وہ آپ کے ذہن میں خیالات داخل کرے، آپ کو دھوکہ دے، اور آپ کو مسیح میں چلنے سے ہٹائے۔
یاد رکھیں کہ دشمن کا سب سے بڑا خوف "سچائی" ہے۔

- جب رُوح القدس آپ کے ذہن کو سچائی کے ساتھ تازہ کرتا ہے، تو وہ اُن زخمی جذبات کو بھی شفا دیتا ہے جو جھوٹے عقائد سے بندھے ہوئے ہیں، اور آپ کے اندر کے زخموں کو بھی بھر دیتا ہے۔

- جب آپ کا ذہن تبدیل ہو رہا ہوتا ہے اور آپ کے زخمی جذبات شفا پا رہے ہوتے ہیں، تو آپ کے فیصلے خُدا کی سچائی کے مطابق ہونے لگتے ہیں۔
- خُدا آپ کی زندگی کی ہر چیز کو استعمال کرتا ہے تاکہ وہ آپ کو ٹوٹنے (انکساری) کی حالت تک لے آئے، تاکہ آپ کی سچائی کے مطابق جینے کی رضامندی بڑھتی جائے۔

میری دُعا ہے کہ آپ خُداوند کے فضل اور محبت کی سچائی اور روح القدس کی قُدرت کے وسیلے تبدیل ہوتے جائیں۔

شکریہ!