ISSN Online : 2709-4030
ISSN Print : 2709-4022
Vol.7 No.4 2023

"دی وے آف پرفیکشن": ٹریزا آف آویلا کے مشمولات کا تحقیقی و تعارفی جائزہ

Research and Introductory Review of the Contents of "The Way of Perfection" Teresa of Avila

☆Fazeel Eayaz

PhD scholar International Institute of Islamic thought and civilization,
International Islamic University, Kuala Lumpur, Malaysia

☆☆Mehwish Riaz

PhD scholar International Institute of Islamic thought and civilization,
International Islamic University, Kuala Lumpur, Malaysia

☆☆☆Hafiz Muhammad Sharif

PhD scholar, Governament College University, Faisalabad, Pakistan

Abstract

Teresa of Ávila, a Spanish writer and mystic non, was born in 1515 in Ávila. She received her initial religious and spiritual education from her mother and was ordained in 1534. Teresa expressed her thoughts and ideas with great dignity in her literary works. One of her famous works is "The Way of Perfection," which serves as her autobiography. Additionally, she wrote the scholarly book "Interior Castle." In "The Way of Perfection," Teresa explores various social, interpersonal, and spiritual aspects. The book delves into topics such as mercy towards others, self-purification, humility, and divine prayer. Teresa's ultimate goal in this work is to attain perfect love for God. Her ideals also encompass monasticism, renouncing the world, and detaching from material desires. These concepts form the core of her philosophical and spiritual beliefs.Teresa emphasizes the importance of controlling one's desires, practicing self-discipline, maintaining patience and gratitude, and striving for purity of soul. These qualities are depicted as the primary priorities for human beings. Throughout her extensive writings, Teresa offers profound insights into these matters.

Key words: Teresa of Avila,The Way of Perfection, Review, Contents

ٹریزا آف آویلا کے احوال و آثار

ٹریزا آف آویلا 28 مارچ 1515ء میں اسپین کے کے مقام آویلا میں پیدا ہوئیں۔ 12 برس کی عمر میں آپ کی والدہ کا انتقال ہو گیا۔ اس پر آپ نے مقدسہ مریم سے درخواست کی کہ وہ آپ کی روحانی والدہ بنیں۔ آپ کے والد نے آپ کی تعلیم و تربیت کے لئے آپ کو اگسٹینین جماعت کی راہبات کو دے دیا۔ آپ مقدسین کے حالاتِ زندگی پڑھتے ہوئے بڑی ہوئیں اور آپ اکثر کھیل کے دوران راہبہ کا روپ دھارتی تھیں۔ چھوٹی ہی عمر میں آپ اپنے ایک بھائی کے ساتھ شہادت حاصل کرنے کے لئے افریقہ جانا چاہتی تھیں۔ جب اس غرض سے گھر کو چھوڑا تو آپ کو رستے میں آپ کے ایک رشتے دار ملے جو آپ کو گھر واپس لے گئے۔ تعلیم ختم کرنے کے بعد جب آپ نے اپنے والد سے مذہبی زندگی اختیار کرنے کی اجازت چاہی تو انہوں نے صاف انکار کر دیا۔ اس پر ایک دن آپ اپنے ایک بھائی کے ساتھ جسے آپ نے راہب بننے کے لئے تیار کیا تھا چپکے سے گھر چھوڑ کر کارملائٹ جماعت میں داخل ہو گئیں۔ آپ کی ثابت قدمی کو دیکھ کر آپ کے والد اور آپ کے گھر والوں نے آپ کو اجازت دے دی۔ اچانک آپ شدید بیمار ہو گئیں اور علاج کی خاطر آپ کو کانونٹ چھوڑنا پڑا۔ اس بیماری نے آپ کو ایک حد تک معذور کر دیا تھا آپ مقدس یوسف سے مسلسل دعا کرتی رہیں اور معجزانہ طور پر شفایاب ہو گئیں۔

1534ء میں آپ کی عہد بندی کی رسم کی گئی۔ اب آپ اپنی کانونٹ میں بہت خوش تھیں۔ آپ دعا، ریاضت اور دھیان و گیان میں زیادہ وقت گزارتی تھیں۔ پھر آپ کو احساس ہونے لگا کہ آپ کی جماعت میں تجدیدِ نو کی ضرورت ہے۔ اسی وجہ سے آپ نے آویلا کے مقام پر مقدس یوسف کے نام پر ایک راہب خانے کا آغاز کیا۔ صلیب کے مقدس یوحنا کے ساتھ مل کر آپ نے راہباؤں کی زندگی کا جائزہ لیا اور ان میں خاطر خواہ تبدیلی لائیں۔ اپنے ذاتی تجربات کی بنیاد پر آپ نے بہت کچھ لکھنا شروع کیا

۔جن میں دعا اور عارفانہ مضامیں قبلِ ذکر ہیں۔زندگی کے عنوان پر آپ کی خود نوشت "دی وے آف پرفیکشن" اور "انٹیر ئر کاسل" آپ کی مشہور تصانیف ہیں۔آپ نے اپنی زندگی میں ہی اپنی جماعت کے 40 راہب خانے قائم کئے۔جب 4 اکتوبر 1582ء میں آپ کی وفات ہوئی تو اس سے پہلے اور بعد بہت سے معجزات رونما ہوئے۔فضاءخ وشبو کے ساتھ بھرگئی۔آپ کا جسدِ خاکی ویسے کا ویسا ہی ہے۔1622ء میں بابائے اعظم گریگوری پندرھویں آپ کو مقدس قرار دیا۔جبکہ بابائی اعظم پوپ ششم نے 1970ء میں کلیسیا کی معلمہ کا درجہ دیا۔ [1]

(The way of perfection)

پس منظر:

یہ ایک نصیحت پر مبنی عملی کتاب ہے۔جو ٹریزا آف آویلا (Teresa of Avila) کی اپنی جماعت کارمل لائٹ کے لیے لکھی گئی اس میں جماعت کی راہبیات کے لیے دعا میں رہنمائی کی گئی ہے جس میں دعا کے طریقے، خدا کی قربت، ترک دنیا، تزکیہ نفس اور دعا کی اقسام پر تفصیلاً گفتگو کی گئی ہے۔ٹریزا آف آویلا اس کتاب کو بطور استاد لکھتی ہے جس کے زریعے سے زندگی میں نشیب و فراز میں غلط راستے کو ترک کر کے صحیح راستے کے چناؤ کو بیان کرتی ہے اور اس چیز کو بھی بیان کرتی ہے کہ دعا کی بنیاد کن باتوں پر ہے۔اس میں راہباؤں کا دعا کے طریقوں کے زریعے روحانی راستے سے مکمل طور پر فیض یاب ہونا ہے۔جس سے خدا کی قربت حاصل کی جا سکے۔

تعارف:

یہ کتاب کل بیالیس ابواب پر مشتمل ہے۔ابواب کو عنوانات کی بنیاد پر ترتیب دیا گیا ہے۔

پہلے تین ابواب میں ترک دنیا کے بارے میں بیان کیا گیا ہے۔ٹیریزا کے مطابق دنیاوی دیکھاوے میں نہیں سے بچنے اور غربت کو ترجیح دینے کے بارے میں بات کی۔اس دنیا کی تمام ضرورتوں اور چیزوں سے بے خبر ہو کر صرف خدا کی طرف رجوع کو بیان کیا۔اپنی جسمانی ضرورتوں سے مکمل لاتعلقی اور اس راہ میں عزت سے دوری کو بھی بیان کیا۔ان کے مطابق ان تمام اعمال سے اور دنیا کو ترک کر دینے سے خدا کی قربت حاصل ہوتی ہے اور راہبہ روحانی راستے میں تیزی سے آگے بڑھتی ہے۔اور اس سے انہیں سکون حاصل ہوتا ہے۔

باب نمبر 4 سے باب نمبر 15 تک دعا کی اہمیت کو بیان کیا گیا ہے۔یعنی کو ادا کرنے کے فضائل اور قرب خدا کے مطلق بتایا گیا۔دعا کے ابتدائی مراحل کو بیان کیا گیا ہے اور دعا کے اہم ستون بیان کیے گئے ہیں جن کو تین حصوں میں تقسیم کیا۔ [2]

---

[1] چارلس ,فادر آتھر ,لازوال شخصیات :سنہری یادیں ،کنٹیکل سنٹر کراچی ،2004،ص 195

[2] St. Teresa of Avila ,The *way of perfection*, ed by E.Allison peers,http://www.catholicplanet.com,accessed 5th April 2019

ISSN Online : 2709-4030
ISSN Print : 2709-4022
Vol.7 No.4 2023

1. **پڑوسی کی محبت:**

یہاں پڑوسی سے مراد عام لوگ نہیں ہے بلکہ راہبہ کی وہ ساتھی ہیں جنہوں نے راہبانیت اختیار کی ہوئی ہے۔اس راستے کی آگے بڑھنے کے لئے راہباؤں کا آپس میں محبت بہت ضروری ہے۔یعنی تمام راہبائیں ایک دوسرے کے ساتھ اچھا معاملہ کریں اور ایک دوسرے کی ہر طرح سے مدد کریں۔لیکن یہ محبت صرف خدا کے لئے ہونی چاہئے اگر یہ محبت زیادہ ہو جائے اور اس کی وجہ سے خدا سے دوری ہو تو اسے ترک کر دو۔

2. **تزکیہ نفس:**

نفس کے بارے میں ٹریزا نے بیان کیا کہ اپنی خواہشات پر قابو پانا بہت ضروری ہے اور مزید ان پر کس طرح قابو پایا جا سکتا ہے اس کے مختلف طریقے بیان کیے اور اپنے نفس پر قابو پالینے کے بعد کیا حاصل ہوتا ہے اور خدا سے قربت کا نفس کی پاکیزگی کے ساتھ تعلق بیان کیا۔اور نفس کی بات ماننے اور اپنی خوہشات کی پیروی کرنے کے نقصانات کا ذکر کیا۔

3. **عاجزی:**

عاجزی کیا ہے اور روحانی زندگی میں راہبہ کے لئے عاجزی کتنی ضروری ہے۔اور یہ راہبہ میں پیدا کس طرح سے ہوتی ہے اور اس کو باقی رکھنے کا طریقہ کیا ہے۔ان تمام موضوعات پر ان ابواب میں چیدہ چیدہ گفتگو کی گئی۔

باب نمبر 16 سے 18 میں دھیان وگیان کرنے والی مختلف جماعتوں کو مخاطب کیا اور ان کو دعا کے متعلق ہدایات کیں اور دعا کے مختلف طریقے سمجھائے۔یعنی دعا کے دوران کس طرح دنیاوی چیزوں کے خیالات کو دور کر کے صرف خیالات کو دعا کی طرف رکھا جائے۔اور دعا کو بہتر سے بہتر بنانے کے طریقے بیان کئے۔

باب نمبر 19 سے 26 میں دعا کے بارے میں عام تصورات پیش کیے۔اور دعا کے متعلق تفصیلاً گفتگو کی۔اس میں دعا کی اقسام یعنی زبانی اور ذہنی دعا کے بارے میں تفصیلاً بیان کیا گیا ہے۔ذہنی عبادت سے مراد دھیان وگیان ہے۔یعنی اپنے آپ کو دنیا سے نکال کر صرف خداوند کے سامنے پیش ہونا اور اپنا محاسبہ کرنا اور اس میں کامیابی کے بعد زبانی عبادت کے الفاظ کو دہرانا۔زبانی عبادت کو دعاے ربانی کہا جاتا ہے اور ان عبادات کے فضائل بھی بیان کئے۔[3]

باب نمبر 27 سے باب نمبر 42 میں دعائے ربانی (Paternoster) جو کہ ایک دعا ہے اس کی مکمل تفسیر بیان کی گئی اور اس کو مزید آٹھ عنوانات میں بیان کیا گیا ہے۔ نوانات میں بیان کیا گیا ہے۔

i. باب نمبر 27 میں دعا کو صحیح طریقے سے ادا کرنے کے لیے استاد اور رہنما کی ضرورت کو بیان کیا کہ رہنما کے بغیر اگر دعا کی جائے تو اس حالت میں شیطان حملہ کرتا ہے اس شیطان کے حملے سے صرف رہنما ہی بچا سکتا ہے۔اور رہنما کے ذریعے ہی دعاؤں کو صحیح طرح ادا کیا جا سکتا ہے۔

ii. باب نمبر 28 اور 29 میں دعا میں دھیان وگیان کی مشقوں کے متعلق بتایا گیا ہے۔یعنی اپنی تمام گزری زندگی کی کوتاہیوں کو یاد کرنا اور پھر اس پر شرمندہ ہونا اس سے عاجزی حاصل ہوتی ہے اور اس طریقہ کو بار بار دہرانہ چاہے اس بارے میں تفصیلا بیان کیا۔اس کے علاوہ خدا کا قرب حاصل کرنے کی مشقوں کا ذکر کیا گیا۔

iii. باب نمبر 30 اور 31 میں دعا میں خاموشی اور ذہنی دعا کے متعلق بتایا گیا ہے۔خاموش عبادت کیا ہے اور اس کو کس طرح سے ادا کیا جا سکتا ہے اس کی اہمیت اور فضائل کو بیان کیا گیا۔

iv. باب نمبر 32 میں خدا کی مرضی پر خود کو چھوڑ دینا اور اپنی تمام خواہشات کو خدا کے مطابق ڈھال لینے کے بارے میں بتایا گیا ہے۔اور اسی کی دعائے ربانی میں التجا کرنا ۔یہ التجا دعائے ربانی کا حصہ ہے۔

---

[3] St. Teresa of Avila ,The *way of perfection*, ed by E.Allison peers,http://www.catholicplanet.com,accessed 5th April 2019

v. باب نمبر 33 سے باب نمبر 35 میں پاک یوخرست کے بارے میں بتایا گیا ہے۔ یہ بھی دعائے ربانی کا حصہ ہے۔ اس میں اپنے روزینہ کی روٹی کا مطالبہ کیا جاتا ہے۔ ٹریزا کے مطابق خداوند نے ہمیں بنایا ہے تو وہ ہمیں ہماری روزینہ کی روٹی بھی عطا کرے۔

vi. باب نمبر 36 اور 37 میں گناہوں کی معافی اور عزت و احترام سے لاتعلقی کے بارے میں بتایا گیا ہے۔ گناہوں معافی بھی دعائے ربانی کا حصہ ہے۔ اس میں خداوند سے اپنے تمام گناہوں کی معافی طلب کی جاتی ہے۔

vii. باب نمبر 38 سے 41 دھوکے اور فریب سے نجات دلوانے کے بارے میں بیان کیا گیا ہے۔ یہ بھی دعائے ربانی کی ایک التجاہے۔ اس دھوکے اور فریب سے مراد شیطان کا دھوکا ہے جو کہ وہ راہبہ کو اس راہ پر دیتا ہے تاکہ وہ اس راہ کو چھوڑ دے۔

viii. باب نمبر 42 میں ابدی زندگی کی خواہش اور اس سے تکمیل کے حصول کے بارے میں بتایا گیا ہے۔[4]

ٹیریزا آف آویلا کے مطابق تکمیل کی منازل

کامل محبت (خدا سے محبت):

کامل محبت سے مراد دنیا کی تمام چیزوں کو چھوڑ کر صرف اور صرف خدا سے محبت کی جائے اور اپنے تمام معاملات میں صرف خداوند کو ہی یاد رکھنا چاہیے۔ اگر کوئی اِنسانوں اور فرشتوں کی زبانیں بولے لیکن اگر محبت کی خوبی اس میں نہ ہو تو وہ ٹن ٹن کرتی گھنٹی اور ٹھنٹھناتی ہوئی جھانجھ کی طرح ہے اور اگر کسی میں نبوّت کی صلاحیت ہوں اور تمام مُقدس رازوں کی سمجھ بھی ہو اور پورا علم بھی ہو اور ایمان اِتنا مضبوط ہو کہ وہ پہاڑوں کو کھسکا دے لیکن اگر اس میں محبت کی خوبی نہیں ہے تو وہ کچھ بھی نہیں ہے اور اگر اپنا سارا مال بیچ کر غریبوں کو کھانا کھلا دیا جائے اور اپنی جان تک قربان کر دی جائے لیکن اگر محبت کی خوبی نہیں ہے تو اس کا کوئی فائدہ نہیں ہو گا۔ محبت صبر کرتی ہے اور مہربان ہے۔ محبت حسد نہیں کرتی، شیخی نہیں مارتی، غرور نہیں کرتی، بدتمیزی نہیں کرتی، مطلبی نہیں ہوتی، غصے میں بھڑک نہیں اُٹھتی اور غلطیوں کا حساب نہیں رکھتی۔ محبت بُرائی سے خوش نہیں ہوتی بلکہ سچائی سے خوش ہوتی ہے۔ محبت سب کچھ برداشت کرتی ہے، سب باتوں پر یقین کرتی ہے، سب چیزوں کی اُمید رکھتی ہے اور ہر حال میں ثابت قدم رہتی ہے۔ محبت کبھی ختم نہیں ہو گی۔ لیکن فرق فرق زبانیں بولنے کی نعمت اور علم کی نعمت ختم ہو جائے گی۔ ابھی تو ہمارا علم نامکمل ہے اور محدود ہے۔ لیکن جب مکمل چیز آئے گی تو نامکمل چیز کو ختم کر دے گی۔ اس وقت ہم دُھندلی تصویر دیکھ رہے ہیں گویا ہم دھات کے آئینے میں دیکھ رہے ہوں لیکن تب ہم سب کچھ صاف صاف دیکھ سکیں گے گویا ہم روبرو کھڑے ہو کر دیکھ رہے ہوں۔ بہر حال یہ تین ہمیشہ تک قائم رہیں گے: ایمان، اُمید اور محبت۔ لیکن محبت اِن میں سے سب سے اہم ہے۔

یہ محبت مسیح کے ساتھ کی جاتی ہے اور اس محبت میں بہت سی مشکلات آتی ہیں یہ بالکل بھی آسان نہیں ہوتی لیکن جتنی بھی دنیاوی مصیبتیں آئیں ان کا سامنا کیا جا سکتا ہے یہ ایسی محبت ہے جیسے مقدس اگسٹین اور اس کی ماں مونیکا نے کیں تھیں۔ روحانی محبت صرف کہہ دینے ہی کا نام نہیں بلکہ اس میں مخلص ہونا پڑتا ہے اس محبت کی خاطر دنیا کی تمام تر چیزوں اور دوستوں الغرض دنیا کی ہر چیز کو دل سے نکال کر مسیح کی محبت دل میں پیدا کرنا ہوتی ہے اور مخلص محبت کی مثال ایسے ہے جیسے ایک دوست دوسرے دوست سے محبت کرتا ہو تو اس میں مخلص پہلو یہ ہو گا کہ وہ اس دوست کو جو بھی چیز اس کے لیے نقصان دہ ہے اس سے بچائے۔[5]

راہباؤں کی باہمی محبت:

اگر کوئی خاتون راہبانیت میں کامیاب ہونا چاہتی ہے تو اسے دوسری اپنی ساتھی راہبہ سے محبت کرنا ہو گیا سے اپنے دوستوں اور رشتہ داروں سے زیادہ ساتھی راہبہ کو عزیز

---

[4] St. Teresa of Avila ,*The way of perfection*, ed by E.Allison peers,http://www.catholicplanet.com,accessed 5th April 2019

[5] St. Teresa of Avila ,*The way of perfection*, ed by E.Allison peers,http://www.catholicplanet.com, 35-42,accessed 5th April 2019

ISSN Online : 2709-4030
ISSN Print : 2709-4022
Vol.7 No.4 2023

رکھنا ہو گا اور اس کا ہر کام میں ساتھ دینا ہو گا اور اس کام میں شیطان ان کو بہت بھڑکائے گا کیونکہ یہ ایک مذہبی حکم ہے لیکن جب وہ اس راستے پر چلے گی تو اس کو خدا کی محبت اور مدد حاصل ہو گی جس کے زریعے وہ کامیاب ہو سکتی ہے۔ بالکل اسی طرح جس طرح پہلے تیرہ راہبہ ایک دوسرے سے محبت کرتی تھیں ایک دوسرے تھیں اور ایک دوسرے کی مدد کرتی تھیں وہ یہ سب صرف اور صرف خدا کی محبت حاصل کرنے کے لیے کرتی تھیں۔ اور آپس میں انفرادی دوستی بھی نہیں کرنی چاہیے انفرادی دوستی سے بچنے کے لیے ایک دوسرے سے صرف مقررہ گھنٹوں میں ملا جائے اور کسی راہبہ کو اکیلے میں نہ ملا جائے اگر دیگر رشتہ داروں سے دوستیاں کریں گی تو یہ بہت ذہریلا اور خطرناک عمل ہے جبکہ اس راستے پر چل کر عظمت کی تکمیل کی جا سکتی ہے اور جو راہبانیت میں مضبوط نہیں بھی ہوتیں وہ بھی کافی گناہوں سے بچ جاتی ہیں اس سے عبادت کرنے میں بہت مدد ملتی ہے اور نیکی کرنے سے خدا کی ہمارے لیے محبت بڑھتی ہے خدا ہم تمام راہباؤں میں محبت پیدا کرتا ہے اور یہ نیکی والا پیار ہے جس پر خدا نے بہت ذور دیا ہے اور اسی نیکی کو اپنے رسولوں پر بھی مسلط کیا۔ دو طرح کی محبت ہوتی ہے ایک جو ابھی بیان ہوئی یعنی روحانی محبت اور دوسری جس میں رشتہ داروں اور دوستوں کے لیے احساسات اور جذبات پائیں جائیں۔ [6]

ترکِ دنیا:

ترکِ دنیا سے مراد دنیا کے تمام معاملات کو خدا کا قرب حاصل کرنے کے لئے چھوڑ دینا ہے۔ معاملات کے علاوہ اپنے والدین، رشتہ دار اور دوست احباب الغرض کسی بھی چیز کو اہمیت نہیں دینی چاہیے یہ دنیا انسان کی منزل نہیں ہے بلکہ یہ انسان کی خدا تک رسائی میں رکاوٹ پیدا کرتی ہے۔ دنیا کا جو مال ہے وہ کسی کا نہیں ہے آ کسی کے پاس ہے تو کل کسی کے پاس اسی لئے اس دنیا سے دل نہیں لگانا چاہئے اسے بالکل ترک کر دینا چاہئے۔ اسی حوالے سے ٹیریزا آف آویلا نے درج ذیل بیان کیا ہے۔

مخلوق سے آپ کو محبت اتنی زیادہ نہ ہو کہ وہ آپ کو خالق سے دور کر دے اس کی بنائی ہوئی چیزوں سے نہیں بلکہ بنانے والے سے محبت کی جائے اور یہ محبت تکمیل کے راستے میں بہت اہم کردار ادا کرتی ہے۔ اگر ہم اپنے مذہبی نقصان کو مدِ نظر رکھیں تو ہمیں اپنے رشتہ داروں کو چھوڑ دینا چاہئے بغیر یہ سوچے ہوئے کہ وہ ہمیں فائدہ دیں گے اگرچہ ایسا ہوتا نہیں ہے کہ کوئی کسی کے کام نہیں آتا لیکن اگر وہ دنیا داری میں ہمیں آرام پہنچائیں یا ان سے کوئی بھلے کی امید ہو تو واضح رہے کہ ایسا کرنے سے ہماری روحانی زندگی اور غربت کی زندگی جو ہم گزار رہے ہیں وہ خراب ہو گی اور اس کا ہمیں خمیازہ بھگتنا پڑے گا کسی کا پرائیویٹ تحفہ بھی قبول نہیں کرنا چاہیے ہاں اگر پورا محلہ مل کر تحفہ دے تو قبول کر لیا جائے اور اگر اس محلے میں رشتہ دار شامل ہیں تو اس پر ان کو تحفے کے بدلے تحفہ دینے کی کوئی ذمہ داری عائد نہیں ہوتی لیکن عموماً ایسا نہیں ہوتا صرف یہ کہہ دینا کہ خدا کے لیے دنیا کی ہر چیز چھوڑ دی ہے کافی نہیں بلکہ اس پر عمل کرنا ہوتا ہے۔ ہمیں رشتے داروں کو جلد از جلد اپنے دماغوں سے نکال دینا چاہیے یہ ایک مشکل کام ہے کیونکہ ان کے ساتھ لگاؤ ہی اتنا ہوتا ہے لیکن پھر بھی ہمیں یہ کرنا ہے۔

ٹیریزا کے ساتھ بھی پہلے ایسا ہی تھا پھر اس نے بار بار کوشش اور اپنے تجربے کے زریعے ان کو بھلا دیا ان رشتہ داروں میں بہن بھائی بھی شامل ہیں اگر خدا کی عبادت اور اس سے محبت کی جائے تو وہ جو تمہیں دے گا اس سے دنیاوی رشتے آسانی سے بھلائے جا سکتے ہیں اس معاملے میں اگر کسی سے مدد بھی مانگی جائے تو وہ آپ کی مدد نہیں کرے گا۔ والدین، بہن بھائی اور دوستوں سے وہ کچھ سامنے آئے گا جو کبھی ان سے توقع بھی نہیں کی گئی تھی ایسا کرنے سے اعزاز حاصل ہا گا اور تکمیل کی جانب بڑھوتری ہو گی مسیح کے لیے جن کے لیے یہ سب کچھ کیا گیا اسے چھوڑ دینا چاہیے ہو سکتا ہے رشتہ دار جن سے ہمیں بہت پیار ہے ان سے ہمیں بعد میں ملا دیا جائے۔ [7]

جسمانی ضرورتوں سے قطع تعلق:

ٹریزا کے مطابق لوگوں کے دکھاوے میں مت آؤ اور اپنی ضروریات کو غربت کے مطابق ڈھالو اور رزق کی فکر مت کرو بس خدا کی دعا کرتے رہو تمہیں چاہنے والے خود تمہیں کھانا دے کر جائیں گے ہر گز مت سوچو کہ آپ بھوکے مر جاؤ گے اور اگر ایسا ہو بھی گیا تو اس پر خوشی محسوس کرو اور خود کو خوش قسمت جانو کہ آپ کا شمار سینٹ

---

[6] St. Teresa of Avila, *The way of perfection*, 28,29
[7] St. Teresa of Avila, *The way of perfection*, 43

جوزف کی نیک مذہبی خاتون میں ہوتا ہے اپنی باقاعدہ آمدنی کو بھی چھوڑ دو اور بھوک سے بے فکر ہو جاؤ اور خدا پر بھروسہ رکھو جو کہ تمام پیسے کا مالک ہے اور ناکامی سے ہرگز نہ ڈرو تم ناکام نہیں ہو گے اور اگر اس نے ناکام کر بھی دیا تو اس کی رضا میں راضی رہو۔ غربت کا ڈھونگ نہیں رچانا چاہیے بلکہ اصل میں غریب ہونا چاہیے۔ غربت ایک نعمت ہے پیسے کی خواہش غربت میں رہتے ہوئے کم ہونی چاہیے۔ عزت اور پیسہ ساتھ ساتھ چلتے ہیں جو پیسے کی خواہش کرتا ہے تو وہ عزت کے لیے ہی کرتا ہے لیکن عزت کی پیسے سے زیادہ اہمیت ہے جبکہ اگر خدا کے لیے غربت کو قبول کر لیا جائے تو عزت خود بخود ملتی ہے اور وہ ایسی عزت ہوتی ہے جس پر کسی کا اعتراض بھی نہ ہو اور ایسا کرنے سے لوگوں کی آپ کے لیے چاہت بڑھ جاتی ہے۔ اس روحانی راستے میں مقدس غربت ہمارا مضبوط ہے ہتھیار ہے غربت کو زندگی کا اصول بنا لینا چاہیے ہمارے کپڑوں، گھر اور یہاں تک کہ ہماری سوچ سے غربت کا اصول ظاہر ہو۔ "سینٹ کلیر" نے کہا کہ

> "غربت کی دیوار سب سے مضبوط دیوار ہے اگر غربت سب طرف آ جائے تو تمام ترنیکیوں سے بہتر ہے اور اگر تم خدا کی محبت کے لیے ایسا نہیں کرتے تو خدا سے دعا ہے کہ یہ تمام ادارے اس دنیا کے تباہ ہو جائیں اور خدا تمہیں مار دے"

جو بڑی بڑی عمارتیں بنائی جاتی ہیں میں اس کی مخالفت نہیں کرتی بلکہ ان کو مقدس مقامات میں تبدیل کرنا چاہیے اور اتنے بڑے گھر نہیں بنانے چاہیے۔ یسوع مسیح کے پاس جہاں وہ پیدا ہوئے کوئی گھر نہیں تھا اور جہاں صلیب پر وہ فوت ہوئے وہاں بھی کوئی گھر نہیں تھا تو اگر پھر بھی گھر بناتے ہو تو تیرہ غریب مذہبی خواتین کے لیے جگہ ضرور رکھو تا کہ وہ وہاں عقیدت اور عبادت سے رہ سکیں۔ بڑی بری عمارتیں اور گھر یہ سب کچھ قیامت کے دن ختم ہو جائے گا۔ [8]

رہنما کی ضرورت:

اس نیک محبت کے راستے پر چلنے کے لیے نیکی سیکھے ہوئے راہنما کی ضرورت ہے کیونکہ اس راستے میں شیطان بہت بھڑکانے کی کوشش کرتا ہے لیکن راہنما کے ذریعے شیطان کے بھڑکاوے سے بچا جا سکتا ہے اور راہنما صرف اسی کو بنانا چاہیے جو کہ کنفیسر ہو اور اس سے محبت بھی کی جائے جو ماننے والا نہیں ہے اس سے محبت نہ کی جائے۔ شیطان ایسا کرنے پر اکسائے گا لیکن ایسے شخص سے ہر ممکن دوری اختیار کرنی ہے اور صرف کنفیسر سے ہی محبت کرنی ہے کیونکہ وہ گھروں میں بیٹھی راہباؤں کی مدد کرتا ہے اور ان کے کفارے ادا کروانے میں بھی مدد کرتا ہے اور ان کے گناہوں کو معاف کرتا ہے۔

جب علیحدگی اختیار کر لی جائے اور ماننے والے اور نہ ماننے والے لوگ آپ کے گرد موجود ہوں تو شیطان کا حملہ کرنے کا امکان بڑھ جاتا ہے یہاں پر راہبہ بھٹک سکتی ہے تو اس کے لیے لازم ہے کہ پہلے ہی سے قابل سیکھے ہوئے راہنما کو تلاش کیا جائے جو درست راستے کی طرف لے کر چلے اور روحانیت بھی جانتا ہو تو اس سے راہبہ کا کام آسان ہو گا اور دعا میں بھی اضافہ ہو جائے گا کیونکہ یہ اس راہ پر چلنے کی بنیاد ہے اگر بنیاد ہی بہتر نہ ہو گی تو تکمیل تک نہیں پہنچا جا سکتا۔ اگر کسی ایک راہنما سے تکمیل نہ ہو رہی ہو تو دوسرے مختلف راہنماؤں سے مدد لی جا سکتی ہے اور اس بات کی مکمل آزادی ہے کہ ان سے مکمل روحانی معلومات لی جائیں بس ایک بات کا خیال رکھتے ہوئے کہ اس تمام عمل میں خدا کے احکامات کی کسی قسم کی کوئی نافرمانی نہ ہو جو قابل سیکھے ہوئے کی نیک نیتی سے خواہش رکھتی ہیں تو خدا ان کو مختلف راستے دکھا دیتا ہے۔

جب بھی شیطان حملہ کرتا ہے تو اس کے حملے سے بچنے کے لیے راہنماؤں کی ضرورت ہوتی ہے۔ خدا کے بہت سے خادم موجود ہیں جو کے روحانیت پر عبور رکھتے ہیں اور مکمل سیکھے ہوئے ہیں۔ ان سے ان کا تمام تجربہ حاصل کر لیا جائے تو خدا کی دعا کے بہت سے راستے نکل آتے ہیں اور پھر روشنی پیدا کر دیتا ہے اور اس سے روحانیت کی تکمیل کا راستہ روشن ہونا شروع ہوتا ہے۔ [9]

روحانی شادی:

ٹیریزا آف آویلا کے مطابق راہباؤں کو عاجزی کے ساتھ رہنا چاہئے اور ہمیشہ خدا پر بھروسہ کرنا چاہئے۔ صرف اپنے حقوق کے بارے میں مطالبے نہیں کرنے

[8] St. Teresa of Avila, *The way of perfection*,23,24
[9] St. Teresa of Avila, *The way of perfection*, 33,34

چاہئے۔راہبانہ زندگی میں اپنے حقوق کی بات نہیں بلکہ خدمت کی بات کرنی چاہئے۔ تمام راہبائیں یسوع کی روحانی دلہنیں ہیں اور وہ ان کا دلہا ہے۔ ان کے تمام معاملات خداوند سے ہی جڑے ہیں۔ اس سے حقوق کے مطالبہ نہیں کرنا چاہئے۔ بلکہ اس کے دکھوں کو ادا کرنا چاہیے اور اس میں برابر کا شریک ہونا چاہئے۔ وہ جب ہمیں رعایت دیتا ہے جس کے ہم قابل بھی نہیں ہوتے تو ہم خوش ہوتے ہیں لیکن جب ہمیں دکھ دیتا ہے تو ہم ناراض ہوتے ہیں۔ یہ درست طریقہ نہیں ہے۔ چونکہ راہبہ خداوند کی بیوی ہے اسی لیے اسکو خداوند کے ہر دکھ میں ساتھ دینا چاہیے۔ جس طرح اس نے خداوند کا ساتھ دیا تھا اور راہبہ کو مقدسہ مریم کے راستے پر چلنا چاہئے کیونکہ جب یسوع چھوٹے تھے تب انہوں نے ان کا ساتھ دیا تھا۔ اور اس دنیا میں نیکی کو ختم نہ ہونے دیں۔ اگر آپ راہبانہ زندگی خداوند کی دلہن بن کر نہیں گزار سکتے تو اس زندگی سے واپس چلے جائیں اور دوسری راہباؤں کو تنگ نہ کریں۔ [10]

ٹیریز آف آویلا کے مطابق تزکیہ نفس:

نفس پر قابو پانا:

نفس انسانی خواہشات کو کہا جاتا ہے اور نفس کی تخلیق کچھ اس طرح سے ہوئی کہ یہ ہمیشہ نیکی سے دور بھاگتا ہے اور بدی سے الجھتا ہے۔ اس کی طبیعت میں کاہلی و شہوت پرستی اور احکام سے دور بھاگنا ہے۔ اس کو احکام کی طرف لانا تزکیہ نفس کہلاتا ہے جو کہ بہت مشکل عمل ہے۔ اس کو پاکیزہ کرنے کیلئے اس کی ہر ایک خواہش سے انکار کرنا ہوتا ہے۔ یہ ہمیشہ گناہوں کے لئے ہی اکساتا ہے گناہوں میں ہی اسے راحت حاصل ہوتی ہے۔ لہذا خود کو اس سے روکنا اور اپنے کئے ہوئے گناہوں پر شرمندہ ہونا اور گزرے ہوئے کاموں پر غور و فکر سے نفس کو پاکیزگی حاصل ہوتی ہے۔ نفس ایک بت ہے جو اس کی پیروی کرتا ہے گویا وہ بت کی پوجا کرتا ہے۔ جو خدا کے ساتھ مخلص ہو گا پس وہ ہی اپنی خواہشات پر قابو پا سکے گا۔ نفس کی پاکیزگی کے حوالے سے ٹیریز آف آویلا نے اپنے تجربات کی بنیاد پر درج ذیل افکار بیان کئے ہیں۔

اپنی خواہشات سے علیحدگی اختیار کرنی چاہیے اگر ایسا نہیں ہو گا تو اس کا مطلب ہے کہ فخر اور عاجزی میں کوئی فرق نہیں اس راستے میں اپنے آپ پر قابو پانا بہت ضروری ہے یہ ایسا ہی ہے کہ کوئی اپنے گھر لیٹا ہے تو اسے ڈر ہے کہ دروازے سے چور داخل نہ ہو جائیں وہ دروازہ بند کر لیتا ہے لیکن اس کے گھر کے اندر اس سے بھی خطرناک چور موجود ہے اور وہ وہاں ہی رہتا ہے لیکن اس کو اس سے کوئی ڈر نہیں کہ وہ چوری کرے گا جتنے بھی اپنے بارے میں خیالات ہیں ان کو آہستہ آہستہ خدا کی ذات کی طرف موڑ لینا چاہیے یہ بہت مشکل کام ہے کیونکہ اپنی ذات کے ساتھ بہت پیار اور لگاؤ ہوتا ہے۔ اسی لئے اپنی ذات کی مخالفت کرنا بہت مشکل ہوتی ہے۔ لیکن یہ سب کرنے میں خدا مدد کرتا ہے۔

تکمیل حاصل کرنے کے لیے زیادہ سے زیادہ اپنے جسم اور خواہشات پر قابو پانا ہو گا۔ روزہ، خاموشی، باہمی محبت اور چرچ کی خدمت سے تکمیل حاصل ہو سکتی ہے۔ جو سچے اور پکے مذہبی لوگ ہیں وہ خدا کی محبت کے لئے مر بھی سکتے ہیں اور خدا کی خدمت کی خاطر یہ سب کچھ کرتے ہیں۔ اپنی خواہشات کو مار دینے سے خدا کا قریبی دوست بنا جا سکتا ہے اور یہی زندگی کا اسل مقصد ہے اور یہی خدا کی رہ میں شہادت ہے۔ ہماری زندگی بہت مختصر ہے خدا کی خدمت کرنے کے لئے تو کیوں نہ زندگی خدا کی رضا کے لئے گزاری جائے۔ ہمیں خواہشات پر قابو پانا چاہیے۔ اگر ہم یہ سوچ لیں کہ اس زندگی کا کچھ پتا نہیں کی ایک لمحہ، ایک گھنٹے، ایک دن یا ایک سال کی ہے تو ہمیں اس سے پیار کیونکر ہو گا۔ ایسا کرنے سے خواہشات پر آسانی سے قابو پایا جا سکتا ہے۔ کسی بھی چیز کے مل جانے سے بہت خوشی کا اظہار نہیں کرنا چاہیے کیونکہ کوئی بھی دنیاوی چیز ہمیں کوئی فائدہ نہیں دے سکتی اور اس میں ہماری کوئی سلامتی ہے۔ اگر یہ مشق بار بار دہرائی جائے تو اپنے اندرونی خیالات سے چھٹکارا حاصل کیا جا سکتا ہے۔

کچھ رہبہ اپنے نفس پر قابو پانا شروع کرتی ہیں یہاں تک کہ وہ کنفیسر کے ساتھ مرنے کو بھی تیار ہو جاتے ہیں لیکن پھر اچانک شیطان ان کے دماغوں میں ڈالتا ہے کہ وہ اپنے ساتھ ایسا کر کے ظلم کر رہی ہیں اور خود کو نقصان پہنچا رہی ہیں۔ اس حالت میں ایسا معلوم ہوتا ہے کہ جیسے سر میں درد ہو کچھ دنوں تک درد میں اضافہ ہو کر حد درجہ

---

[10] St. Teresa of Avila, *The way of perfection*, 51-54

تک پہنچ جاتا ہے۔ پھر اپنے نفس کو تلاش کرتے ہیں اور اپنی ذمہ داریوں کو تقسیم کرتی ہیں۔ ہم تمام کو شیطان سے بچنے کی ضرورت ہے۔ اس طرح کا درد کبھی کبھی ہوتا ہے شیطان مسلسل بھڑکانے کی کوشش کرتا ہے لیکن اس حالت میں خدا ہمیشہ اپنا کرم کرتا ہے۔

اگر عظمت حاصل کرنی ہے تو عاجز ہونا ہو گا کیونکہ عاجزی کی بدولت ہی عظمت حاصل ہوتی ہے۔ ایسا کرنے سے تمام طاقتیں اس کی مدد کرتی ہیں۔ اسے کسی چیز کا ڈر نہیں ہوتا کیونکہ وہ ہر چیز چھوڑ چکا ہوتا ہے اسے نقصان کا ڈر نہیں ہوتا بس وہ ہمیشہ اپنے خدا سے دعا کرتا ہے کسی بھی غلطی کی وجہ سے وہ خدا کو نہ کھو دے اور عظمت کو جو اس کو خدا کی طرف سے حاصل ہوئی۔ نیکی ایک ایسی خوفیہ ملکیت ہے جو عاجزی میں اضافہ کرتی ہے اور اس کی وجہ سے خود کو زیادہ سے زیادہ کامل کیا جا سکتا ہے۔ جو اس مقام پر ہوتا ہے وہ خود پر قابو کرتا بھی ہے یہ بہت مشکل ہوتا ہے اس کے لئے اس کا ذائقہ بہت میٹھا ہوتا ہے اس کے لئے باقی دنیا کے ذائقے کوئی معنی نہیں رکھتے۔ بالکل ایسا ہی کرنا چاہیے اور خود کے اپنے جسم کی محبت سے نجات دلوانی چاہیے۔ ان کو اپنی صحت کی فکر نہیں ہوتی جتنے دوسرے ان کی فکر کرتے ہیں۔ اس اصول پر عمل کرنا چاہیے یعنی اپنے آپ کو مٹانے کی کوشش کرتے رہنا چاہیے۔ یہ سب مسیح کی محبت میں کرنا چاہیے اور اسی کی محبت میں مرنا چاہیے۔ [11]

صبر و شکر:

نفس کو پاکیزہ کرتے ہوئے بہت سی تکالیف آتی ہیں کیونکہ یہ آرام کا عادی ہوتا ہے اور اپنی مرضی کرتا ہے۔ نفس خدا سے دوری کا باعث بنتا ہے اسی وجہ سے شیطان اس کام میں نفس کا ساتھ دیتا ہے تاکہ انسان اپنے خدا سے دور ہو جائے اور وہ اس راستے میں مذہبی کیلئے مشکلات بڑھا دیتا ہے تو ان مشکلات سے گھبرائے بغیر ان کو برداشت کرنا اور اپنے خدا سے اسکا کوئی غلہ یا شکوہ نہیں کرنا چاہیے بلکہ اس پر صبر اور ہر حال میں شکر ادا کرنا چاہئے اسی چیز کو ٹیریزا بیان کر رہی ہے۔

اگر رہباؤں میں سے کوئی بیمار ہو جاتی ہے اس کو اپنی بیماری کے بارے میں بتانا نہیں چاہیے بس اس کی ضروری ادویات کو استعمال کر لے۔ یہ سب حقیقی بیماری کی صورت میں ہونا چاہیے تاکہ دوسری رہبائیں اس کی وجہ پریشان نہ ہو جو اس سے پیار کرتی ہیں۔ تعداد مختصر ہونے کی وجہ سے ایک دوسرے کا خیال کرنا لازم ہے۔ ایک دوسرے کے خیال رکھنے میں کوئی کمی نہیں آنی چاہیے۔ اگر کسی مذہبی عورت کے ساتھ ایسا ہوتا ہے تو اسے شکایت نہیں کرنی چاہیے۔ شیطان آپکو شکوہ کرنے پر مجبور کرے گا اور شکایت کرنے سے تکمیل کا راستہ کبھی حاصل نہیں ہو سکتا کیونکہ شکایت مذہبی اصولوں کے خلاف ہے۔ بہت سی غریب عورتیں اور روحیں پسند کی شادی نہیں کرتی ان کو بہت سی تکالیف آتی ہیں لیکن وہ کبھی اپنے شوہر کو نہیں بتاتی حتیٰ کہ اس کے شوہر کو خود پتا تو چل جائے۔ تو کیا ہم اپنے رب سے چھوٹی چھوٹی سی شکایات کئے بغیر نہیں رہ سکتے جو کہ ہمارے گناہوں کی وجہ سے ہم پر آتی ہے۔ ہمیں اپنے پادریوں کو دیکھنا چاہیے انھوں نے کتنی مشکلات کا سامنا کیا۔ گرمی، سردی، بھوک اور پیاس میں وہ لوگ لوہے کے بنے رہے لیکن انھوں نے اپنے خدا کا شکوہ نہیں کیا۔ ڈرنا نہیں چاہیے بلکہ خود کو خدا کے ساتھ منسلک کر دینا چاہیے۔ پھر چاہے ہمیں موت ہی کیوں نہ آجائے۔ یہ کرنا مشکل نہیں ہے اگر آہستہ آہستہ کوشش کی جائے تو تھوڑے ہی عرصے میں خود پر اور اپنے جسم پر قابو پایا جا سکتا ہے اور خدا کے فضل سے جسم پر حکمرانی کی جا سکتی ہے اور کوئی ایسا نہیں ہے جو اس کامیابی سے لطف اندوز نہ ہو سکے۔

شروع میں خدا ہمیں نعمتیں عطا کرتا ہے۔ ایسی نعمتیں جس کا ہم اندازہ بھی نہیں لگا سکتے وہ ہمارے ہاتھوں کو بھر دیتے ہیں۔ اگر ہمیں اس کی سمجھ آجائے تو ہم اس پر مکمل قبضہ کر لیں۔ یہاں زہد بھی کیا جا سکتا ہے اور اسی دوران بھی روح بھی داخل ہو جاتی ہے اور اس سے منزل میں بھی اضافہ ہوتا ہے۔ اس دنیا کو چھوڑ دینا چاہیے کیونکہ یہ ہمارے لیے کوئی بڑا انعام نہیں۔ اپنے ذہن میں یہ احساس نہ لاؤ کہ ہمیں اس زمین پر زیادہ دیر رہنا ہے۔ اے خدا کے بیٹے تو نے ہمارے لیے کیا کچھ کیا آپ کا کلام کبھی ناکام نہیں ہو سکتا اس سے پہلے ہمارے باپ دادوں نے سب چیزیں برداشت کیں اور اگر ہم اس کی طرف لوٹ جاتے ہیں تو وہ ہمیں بھی معاف کر دے گا جس طرح اس نے پرتگال کے بیٹے کو معاف کر دیا تھا۔ ہمیں اپنی آزمائشوں میں راحت محسوس کرنی چاہیے اور انہیں جاری رکھنا چاہیے جیسا کہ ہمارے پادریوں نے کیا۔ ہمیں زیادہ بہتر بننے کی ضرورت ہے ایسا کرنے سے تکمیل میں ناکامی نہیں ہو گی۔ مسیح نے اپنے آپ کو انسانیت کے لباس میں ڈھالا یہ سب انہوں نے ہمارے فائدے کے لیے کیا جبکہ اس

St. Teresa of Avila, *The way of perfection*, 44-46[11]

کا باپ جنت میں ہے یہ وہی ہے جس کے اعزاز کے بارے میں مسیح نے ہمیں بتایا ان سے پہلے ڈر تھا کہ ہم ان کو عزت نہیں دیں گے۔

مسیح کی یہ ہم پر بہت بڑی نعمت ہے کہ ہم نے اسے سمجھا اور ہمیشہ اچھائی کی خواہش کی یہ صرف اسی کے کرم کی وجہ سے ہے۔ اور وہ شیطان ہیں جو آپ کے کلام کو سمجھ نہیں سکے۔ ہمیں ہمیشہ خدا کی عزت کا خیال رکھنا چاہیے جس طرح سے ایک بیٹے کو اپنے باپ کی عزت کا خیال ہوتا ہے کیا کوئی دنیا میں بیٹا ایسا ہو گا کہ اسے اپنے باپ کے بارے میں نہ پتہ ہو۔ اگر اپنے باپ کی عزت نہیں کریں گے تو یہ دنیا جہنم میں تبدیل ہو جائے گی۔ [12]

عزت سے لاتعلقی:

بہت سے لوگ روحانی راستے پر صرف اس لئے چلتے ہیں تاکہ انہیں معاشرے میں عزت و تکریم حاصل ہو۔ ان کو خدا کی رضا سے کوئی غرض نہیں ہوتا بس احترام کی لالچ میں یہ سب کچھ کر رہے ہوتے ہیں تو اس طرح سے نہ تو عزت حاصل ہوتی ہے اور نہ ہی خدا کی رضامندی حاصل ہوتی ہے لہذا بغیر عزت کی لالچ کے خدا سے بے لوث محبت کرنی چاہئے۔ اور کبھی بھی اپنے آپ کو بہتر تصور نہیں کرنا چاہئے۔

اگر کوئی راہبہ نفس کی پاکیزگی کرتی ہے تو اس میں خود پسندی نہیں آنی چاہئے وہ یہ خیال نہ کرے کہ میں ہی سچی وارث ہوں، پرانی ہوں اور دوسری رہباؤں سے بہتر ہوں اگر اس طرح کے خیالات آپکے ذہن میں آتے ہیں تو ان کو اپنے دماغ سے نکال دیں۔ خدا پر کامل یقین رکھیں اگر ہم گناہ کرتے ہیں تو ہم پہ یہ وقت آتا ہے۔ اس کے سامنے رونا چاہیئے اور تمام عبادات اسی کی کرنی چاہیے اور اس کے لئے سب کچھ چھوڑ دو۔ مذہبی زندگی میں آنے کے لیے بہت سی مشکلات آتی ہیں اور انہی رکاوٹوں کی وجہ سے روح کامل ہوتی ہے اور عاجزی بھی پیدا ہوتی ہے۔ جائیداد اور لوگوں میں عزت اور شہرت کی لالچ برباد کر دیتی ہے۔ اصل عزت اور شہرت کا حصول صرف اور صرف عاجزی پر منحصر ہے۔ جو لوگ ساری زندگی عبادت کرتے ہیں اور مراقبے کرتے ہیں لیکن ان میں عاجزی پیدا نہیں ہوتی اور وہ یہ سب کچھ عزت کی لالچ میں کرتے ہیں تو وہ اصل دعا سے لطف اندوز نہیں ہو سکتے اور اس طرح کی دنیاوی عزت سے کوئی فائدہ حاصل نہیں ہوتا جبکہ عاجزی کی وجہ سے عزت بھی ملتی ہے اور شیطان بھی اس کے قریب نہیں آتا۔ اپنے گناہوں کو بار بار یاد کرنا چاہیے جس سے خدا کا ڈر پیدا ہوتا ہے اور عاجزی میں اضافہ ہوتا ہے اور روح اور بھی زیادہ پاک ہو جاتی ہے۔ شیطان قریب آنے کی کوشش بھی نہیں کرتا۔ [13]

روح کی پاکیزگی:

تکمیل حاصل کرنے کیلئے روح کا پاکیزہ ہونا بہت ضروری ہے اگر روح پاکیزہ ہو گی تب ہی خدا کا قرب حاصل کیا جا سکتا ہے اور اسی سے عاجزی پیدا ہوتی ہے۔ کیونکہ روح ہی اس راستے کی بنیاد ہے۔ روح کی پاکیزگی سے خدا کو تلاش کیا جا سکتا ہے۔ آپ جانتے ہیں کہ خدا ہر جگہ ہے اور یہ ایک عظیم سچ ہے یاد رہے کہ سینٹ آسٹین نے ہمیں خدا کی کئی جگہوں کے بارے میں بتایا اور خدا کو اپنے اندر کیسے تلاش کر سکتے ہیں اس بارے میں بھی بتایا۔

ایک روح جو اپنے حقیقی باپ اور حقیقت کو سمجھنے میں اکثر مشغول رہتی ہے اسے بلند آواز سے بولنے کی کوئی ضرورت نہیں بلکہ اگر خاموشی سے بولتے ہیں تو یہ بہت قریب ہے کہ وہ ہمیں سن لے۔ ہمیں اسے تلاش کرنے کیلئے کوئی پروں کی ضرورت نہیں ہے بلکہ اسے وہاں تلاش کرو جہاں تم اکیلے ہو اس کی موجودگی کو محسوس کرو اور اس سے پیار سے پیش آؤ اور بالکل اسے بات کرنی چاہئے جیسے اپنے باپ سے کرتے ہیں اسے ہی چیزوں کے بارے میں کہنا چاہیے جیسا کہ اپنے باپ کو کہتے ہیں۔ اسے اپنی مشکلات بتانی چاہیئے اور اس سے سیدھے راستے کی دعا کرنی چاہئے اور یہ احساس کرنا کہ ہم اس کے بچے کہلوانے کے قابل نہیں ہیں۔ کچھ لوگ یہ سمجھتے ہیں کہ وہ عاجز ہیں لیکن اگر مالک عطا نہ کرتا تو عاجزی پیدا ہو ہی نہیں سکتی۔

اگر آپ سے خواہش کا پوچھا جائے تو آپ غریب رہنے کو ترجیح دیں۔ یہ ایسی عاجزی ہے جس سے رب سے باتیں کی جا سکتی ہیں۔ جیسا کہ باپ، بھائی اور مسیح سے کی جا سکتی

---

[12] St. Teresa of Avila, *The way of perfection*, 46-48
[13] St. Teresa of Avila, *The way of perfection*, 60,61

ہیں۔خدا آپ کو سکھاتا ہے کہ اسے کس طرح خوش کیا جاسکتا ہے اس سچ کو جان لینا چاہیے کہ خدا ہمارے اندر ہے اور ہمیں اس کے ساتھ ہی رہنا ہے۔یہ روحیں پہلے سے ہی ہوتی ہیں ہم کہہ سکتے ہیں کہ انہیں ایک سمندر میں ڈال دیتے ہیں وہ اس سے اپنے حواس کو دوبارہ اکٹھا کرتے ہیں جس میں ان کو بلندی حاصل ہوتی ہے ایسے جیسے کسی شخص کو مضبوط قلعہ میں رکھا ہو اور وہاں دشمنوں کا ڈر نہ ہو۔اپنے حواس کو دنیاوی چیزوں سے چھٹکارا دینا اور ان سے اپنی آنکھیں بند کر لینا بس اپنی روحانی آنکھ کو کھلا رکھنا ۔جو اس راستے پر چلتے ہیں وہ عبادت کے دوران اپنی آنکھیں بند کر لیتے ہیں خود کو اطمینان دینے کے لیے وہ یہ تصور کرتے ہیں کہ وہ دنیاوی چیزوں کو نہیں دیکھ رہے۔اس عبادت سے ایسا لگتا ہے کہ روح جسم کو اپنے ماتحت کر رہی ہے جب یہ اسے کمزور اور اکیلا چھوڑتا ہے تو روح جسم کے خلاف جنگ کے لیے تیار ہو جاتی ہے۔

شروع میں اگر روح کو اکٹھا نہ کیا جائے تو اس مقام پر کبھی بھی یہ کمزور پر جاتی ہے اور جسم اس سے اپنے حقوق کا مطالبہ کرتا ہے۔جسم شکست برداشت نہیں کر رہا ہوتا لیکن اگر اس عبادت کو بار بار دہرایا جائے اور اپنی عبادت کو معمول بنالیا جائے تو محسوس ہو گا کہ شہد کی مکھیاں آرہی ہیں اور بغیر محنت کے شہد بنا رہی ہیں یہ اس محنت کا نتیجہ ہو گا جو انہوں نے پہلے کی۔روح اور خواہش احساسات پر مضبوطی دیتی ہیں۔یہ اس کو ظاہر کرتا ہے کہ روح اکٹھا ہونا چاہتی ہے اور احساسات اس کو اجازت دیتے ہیں اور اکٹھا کر لیتے ہیں۔یہ بہت اچھی بات ہو گی کہ یہاں خود کو وقف کیا جائے اور خود کو غلام سمجھا جائے اس سے کوئی نقصان نہیں ہو گا بلکہ اپنی روح کو اکٹھا کرنے کی وجہ سے خدا خوش ہو گا۔ہمیں ان عادات کو اپنانا چاہیے۔اگر ایسا نہیں کریں گے تو آگ میں گرا دیے جائیں گے۔

اگر تصور کیا جائے کہ ایک بہت قیمتی محل ہے جو کہ ہیرے جواہرات اور قیمتی پتھروں سے بنا ہوا ہے یہ خدا کے رہنے کی جگہ ہے لیکن اس سے بھی بہتر خدا کا گھر وہ ہے کہ جہاں روح پاکیزہ،خوبصورت اور نیکیوں سے بھری ہوتی ہے۔اگر ہم تصور کریں کہ اندر ایک بادشاہ بیٹھا ہے تو آپ اسے اپنی ایک عظیم قیمتی چیز دینا چاہتے ہیں تو وہ قیمتی چیز آپ کا دل ہو گا۔ہم عورتوں کے لیے یہ سمجھنا ضروری ہے کہ ہمارے اندر جو ہے وہ تمام دنیا کی چیزوں سے بہتر ہے۔ہمیں اپنا آپ پہچاننا چاہیے۔ہمارے اندر روح ہے ہمیں سمجھنا چاہیے اگر سمجھ نہیں آرہا تو آنکھیں بند کر کے دنیا کی چیزوں کو دور کر کے روح کو دیکھنا چاہیے۔اور یہ محسوس کریں کہ خدا ہمارے اندر کیسے سمایا ہوا ہے اور خدا کے ساتھ وہاں کیسے رہنا ہے۔وہ راہبہ میں رہنا پسند کرتا ہے اور خوش ہوتا ہے۔ہمیں آزادی دیتا ہے اور ہم سے پیار کرتا ہے۔خدا کے محل کو روح کے ذریعے مزید خوبصورت بنانے کی ضرورت ہوتی ہے روح کے ساتھ ایسا کرتے رہنا چاہیے۔پیچھے نہیں ہٹنا چاہیے۔اگر روح میں غلط لوگوں کو جگہ دیں گے تو خدا اس میں کیسے آسکتا ہے ۔وہ اکیلا تھا جب ہمارے پاس آیا تھا وہ خدا کا سب سے مقدس بیٹا ہے جو جنت کا مالک ہے اور اس طرح کے بادشاہ کو ترک نہیں کیا جاسکتا اس کے ساتھ رہنا چاہیے اور اس سے اپنی فلاح و بہبود کی دعا مانگنی چاہیے۔جنت اس دنیا کی طرح نہیں جہاں مالک کسی کو بھی پسند کر لے۔

خدا کی محبت کے لیے ہر طرح کی بات کو چھوڑنا چاہیے بس آپ اپنا کام مکمل کرو اور یہ نہ دیکھو کہ آپ کے بڑے نے آپ کی حوصلہ افزائی کی یا نہیں۔خدا خود آپ کی حوصلہ افزائی کرے گا اور انعام بھی دے گا۔لیکن ہم یہاں انعام لینے کے لیے نہیں آئے اپنے دماغ کو دنیاوی چیزوں میں بہلاؤ جو آپ کا پوری زندگی بھی ساتھ نہیں دیتیں۔کچھ راہبہ آپ کے بڑوں کی نظروں میں اچھی ہونگی لیکن اگر آپ نیکیاں کروگے تو آپ بھی اس کی نظروں میں آسکتے ہو۔اپنے آپ کو اس طرح کی سوچ میں ہرگز مت ڈالو۔اس سے بدامنی پیدا ہوسکتی ہے۔یہ دنیاوی بادشاہی ہمیشہ کے لیے نہیں ہے۔کوئی چیز ایسی نہیں جس میں وقت کے ساتھ بدلاؤ نہ آئے۔

یہ ایک غلط طریقہ ہے کہ اس دینا کی چیزیں بھی چلتی رہیں اور آپ عاجز ہو جائیں۔ایسا ہو ہی نہیں سکتا۔خدا کی محبت میں اپنا حق نہیں مارنا چاہیے۔خدا آپ کو ناکام نہیں کرے گا۔اپنی آنکھوں کو خدا کی طرف پھیر لو آپ کو ایک بہترین رہنما مل جائے گا جو آپ کو کبھی ناکام نہیں ہونے دے گا وہ آپ کو آرام دے گا اور شفقت بھرا ہاتھ رکھے گا۔اگر آپ اس پر یقین رکھتے ہو تو آپ کو پریشانی کو موت کبھی نہیں آئے گی۔اگر ہم اس پر اعتماد رکھتے ہیں کہ ہمارا حساب نہیں ہونا چاہیے ہمارا یقین کامل ہونا چاہیے۔یہ سچ ہے کہ جب دنیاوی چیزیں اور حق کو چھوڑا جائے تو روح اگر غلط بھی ہو تو خدا اسے درست راستے پر لے آتا ہے۔خدا کو اپنے اندر داخل کرنا ہوتا ہے اور خواہشات کو پرے دھکیلنا ہوتا ہے۔خواہشات کوئی سپر پاور نہیں ہوتیں کہ جن پو قابو نہ پایا جاسکے۔یہ ہمارے اندر کی صفائی خدا کی مدد پر منحصر ہے ہم اسے اپنے اندر

صرف ایک اچھی اور پاک سوچ سے بھی داخل کر سکتے ہیں۔ [14]

تصورِ خدا:

خدا تمام جہانوں کا مالک ہے اور ہر چیز کا بنانے والا ہے۔ دنیا کے تمام معاملات اسی کے قبضہ میں ہیں۔ یہ دنیا فانی ہے اور ایک دن اسی کی طرف لوٹ کے جانا ہے۔ خدا کے تمام معاملات میں کوئی نہ کوئی حکمت ضرور ہے اور انسان کو بنانے کا بھی کوئی مقصد ہے اور وہ مقصد اس کی رضا اور احکامات کو بجالانا ہے اور لہذا اس دنیا کی حقیقت صرف فنا ہے اس لیے دنیا کو اہمیت نہ دیتے ہوئے صرف خدا کی رضا اور محبت کیلئے جدوجہد کرنی چاہئے اور اپنے تمام معاملات میں اسی کی طرف رجوع کرنی چاہئے اور دنیا کے تمام معاملات کرتے ہوئے اپنی نگاہ صرف خدا کی طرف جمائے رکھنی چاہئے۔ ٹیریزا آف آویلا نے اسی حوالے اپنی افکار کا درج ذیل ذکر کیا ہے۔

خدا کے بارے میں لمبے عرصے تک تصور رکھنا بہت مشکل ہے کچھ ہی عرصہ بعد تصور ختم ہو جاتا ہے تو اس مشکل تر آزمائش کے لیے خدا سے اگر درخواست کی جائے تو وہ بھی قبول نہیں ہوتی اگر ہم کئی سالوں تک یہ درخواست کرت رہیں اور اپنے تصور کو مضبوط کرنے کی کوشش کریں تو ہم حقیقت یعنی خدا تک رسائی حاصل کر سکتے ہیں ۔فرض کریں آپ کا ساتھی خدا ہے دیکھو وہ کتنا پیار کرنے والا اور کس طرح سکھاتا ہے اس کو چھوڑنے سے پہلے وہ آپ کا دوست بن جاتا ہے اور آپ اس کے عادی ہو جاتے ہیں۔ وہ دیکھتا ہے کہ آپ اس سے محبت کر رہے ہیں اور خوش کرنے کی کوشش کر رہے ہیں جو کہ آپ نہیں کر سکتے پھر بھی وہ آپ کی ہر آزمائش میں مدد فرمائے گا ۔ آپ اس کو اپنے ساتھ ہر جگہ پاؤ گے یہ ایک چھوٹی سی بات ہے خدا کو اپنا دوست بنایا جائے لیکن یہ بات اس راستے کی پہلی کنجی ہے جو آخر تک ساتھ رہے گی۔

میرا مطلب یہ نہیں ہے کہ اس کے بارے میں سوچا جائے یا اس کا تصور رکھا جائے یا لمبے عرصے تک سمجھا جائے بس اتنا ہو کہ اسی کی طرف نگاہ جمی رہے۔ تو وہ آپ کی آنکھوں کو روح کی طرف موڑ دے گا جبکہ آپ گندی اور بدصورت چیزوں کو دیکھنے کے قابل ہیں۔ پھر آپ بہت ہی خوبصورت چیز کی طرف جاؤ گے جو کہ تصور ہے ۔ آپ ہزاروں غلطیاں اور بڑے گناہ اس کے خلاف کرتے ہیں اس کے باوجود بھی وہ آپ سے نظریں نہیں ہٹاتا۔ یہ بہت اچھا معاملہ ہے کیونکہ آپ کی آنکھیں دوسری چیزوں کی طرف دیکھتی ہیں اور خدا کی طرف کبھی کبھار متوجہ ہوتی ہیں خدا بس اس انتظار میں ہوتا ہے کہ ہم اس کی طرف دیکھیں۔ اور وہ کہتا ہے کہ تم مجھے پانا چاہتے ہو تو مجھے تلاش کرو۔

خدا کے ساتھ اس طرح سے معاملہ کرنا چاہیے کہ اگر ہمیں کوئی خوشی ملتی ہے تو یہ تصور کیا جائے کہ یہ خدا کی نعمت ہے۔ اور اسی کا کرم ہے اس نے سب کچھ کتنا خوبصورت بنا دیا۔ اس نے اتنا لطف اندوز کیا سب اسی کی بدولت ہے۔ جو اس کو آپ سے توقعات ہیں ان تمام کو پورا کرنا چاہیے۔ اپنی آنکھوں کو اسی طرف موڑو کیونکہ اس نے تمہیں بہترین تحفے دیئے۔ اگر تم آزمائشوں میں ہو یا اداس ہو تو اس کی طرف دیکھو وہ تمہاری روح میں سما جائے گا۔ مسیح ابن مریم کے دکھ یاد کرو اس نے کتنے دکھ برداشت کیے اس نے تمہارے پیار کی خاطر اپنے ٹکڑے کر لیے اور خود کو صلیب پر لٹکا دیا۔ وہ آپ کو درد بھری نگاہوں سے دیکھے گا اور اپنے درد بھول جائے گا اور تمہارا خیال کرے گا کیونکہ تم نے اس کی صحبت برداشت کی۔ ہمیں یہ سوچنا چاہیے کہ جس طرح خدا نے درد اور تکالیف برداشت کیں اسی طرح سے ہم بھی کریں گے اور جن آزمائشوں سے وہ نکلے ان سے ہم بھی نکلیں گے۔ خدا کے مشکل ترین راستے کو دماغ میں لانا اور آزمائشوں سے آگے بڑھتے جانا چاہیے۔ آپ کو ان آزمائشوں کے لیے ہمیشہ تیار رہنا چاہیے اور اس کی مشقیں دہرانی چاہیں۔ اس سے آپ ہر مشکل آزمائش کو آسانی سے طے کر لو گے۔ اور اس سے بھی زیادہ آسانی تب ہو گی جب آپ کا تصور خدا کی طرف ہو گا۔ اسے باقاعدگی کے ساتھ کرتے رہنا چاہیے۔ [15]

استقامت:

جو اس راستے پر چل پڑے انکا واپس نہ ہونا بہت ضروری ہے اس راستے پر استقامت کے لئے تین چیزیں بیان کی گئی ہیں۔

---

[14] St. Teresa of Avila, *The way of perfection*, 85-90

[15] St. Teresa of Avila, *The way of perfection*, 82-85

- اگر کوئی کسی کو کوئی چیز دیتا ہے تو اس کی واپسی کی امید نہ رکھے کیونکہ یہ ایک برا عمل ہے اور یہ تو ایسا راستہ ہے کہ جس میں بہت کچھ ملتا ہے وہ کچھ ملتا ہے جو ہم دے بھی نہیں سکتے۔ مثلاً ایک دوست دوسرے کو دوست کو قرض دیتا ہے اور پھر اسے تحفہ کے طور پر دے دیتا ہے اور واپسی کی امید نہیں رکھتا وہ یہ صرف اس کی محبت میں کرتا ہے۔ جیسے شوہر بغیر کسی لالچ کے بیوی کو اس کی محبت میں تحفے دیتا ہے بالکل اسی طرح ہمیں ہر چیز سے بے دخل ہو کر خدا کو تحفہ دینا چاہئے اور خود کو اس کے لئے وقف کر دینا چاہئے اور اس کے بدلے میں ہمیں کوئی لالچ نہیں ہونا چاہئے اور اگر کسی وجہ سے وقف نہیں کر سکتے تو کم از کم اسکا ارادہ ضرور رکھنا چاہئے خدا بہت رحیم ہے اگر ارادہ بھی رکھو تو خدا اسے قبول کر لے گا۔ اس کے لئے معاف کرنا آسان سی بات ہے بس اسکی رہ میں دیتے ہوئے گھبرانا نہیں چاہئے وہ ہمارا صلہ دیئے بغیر ہمیں نہیں چھوڑے گا۔
- شیطان اس کی راہ میں بہت مشکلات پیدا کرے گا اور اسے ڈرائے گا ہر وقت دنیاوی نقصان سے ڈرائے گا وہ اسے رات، دن اور کسی بھی وقت اکیلا نہیں چھوڑے گا حملے کرتا رہے گا دماغ میں یہ ڈالے گا کہ خود کو مزید وقف نہ کرو اور مشکلات سامنے لاتا رہے گا بس اس کا ڈٹ کے مقابلہ کرنا چاہئے۔
- تیسری چیز یہ ہے کہ پاک روح والی ہمیشہ مشکلات سے لڑتی ہے کیونکہ وہ جانتی ہے کہ یہ ایک جنگ ہے اور جنگ ہار جانا موت کے برابر ہے اور ایسی موت سے بہتر ہے کہ عزت والی موت حاصل کر لی جائے اگر ہم مسلسل لڑتے رہیں اور خود کو ہارا ہوا تصور نہ کریں تو ہم جیت جائیں گے۔ خدا کی کریمیت پر یقین ہونا چاہئے اور ہمت نہیں ہارنی چاہئے جو امتحان میں ڈالتا ہے اس سے نکالتا بھی ضرور ہے۔ [16]

ٹیریزا آف کے مطابق دعائے ربانی کی التجائیں

"تیری مرضی جیسے آسمان پر پوری ہوتی ہے، زمین پر بھی ہو　　"ہمارے روزینہ کی روٹی آج ہمیں دے"

"اور جس طرح ہم اپنے قرض داروں کو معاف کرتے ہیں تو ہمارے قرض ہمیں معاف کر"　　"ہمیں آزمائش میں نہ پڑنے دے بلکہ ہمیں برائی سے بچا":

خلاصہ بحث:

ٹریزا آف آویلا نے اپنی کتاب دی وے آف پرفیکشن میں مذہبی راہباؤں کے لئے تکمیل کے مختلف طریقے بیان کئے ہیں۔ ٹیریزا کے مطابق تکمیل کے لے خدا سے محبت بہت ضروری ہے اور محبت بھی ایسی ہو کہ خدا کے سوا ان جذبات میں کوئی شریک نہ ہو۔ اس کے علاوہ جو مذہبی عورتیں رہبانیت اختیار کرتی ہیں ان کے لئے ضروری ہے کہ وہ اپنی ساتھی راہباؤں کے لئے بے لوث محبت اور ان کے لئے خدمت کا جذبہ پیدا کریں۔ اس راہ میں دنیا کو ترک کرنا بہت ضروری ہے۔ دنیا کو مکمل طور پر چھوڑ دینا اور اس کی کبھی بھی خواہش نہیں کرنی چاہئے اور اپنی جسمانی ضرورتوں سے بھی مکمل طور پر قطع تعلقی اختیار کرنی چاہئے۔ اسی لئے ٹیریزا نے غربت کو خداوند کی نعمت قرار دیا ہے۔ اس کے علاوہ اپنی جنسی خواہشات کو مکمل طور پر ختم کر کے اپنا شوہر یسوع مسیح ہی کو مانا جاتا ہے اور اسے مسیح کے تمام دکھوں میں شریک ہوتی ہیں۔ روحانی راستے میں شیطان کے بہکاوے سے بچنے کے لئے پہلے سے سیکھے ہوئے شخص کی ضرورت ہوتی ہے جو ان کی رہنمائی کے ساتھ ساتھ ان کے گناہوں کے کفارے میں بھی مدد کرتا ہے۔ تکمیل کے لئے اپنی تمام خواہشات کی مخالفت اور نفس پر قابو پانا بہت ضروری ہے۔ ٹیریزا کے مطابق خواہشات پر قابو پالینے سے عاجزی پیدا ہوتی ہے جس سے عظمت ہوتی ہے۔ اس راہ میں بہت تکالیف اور آزمائشیں آتی ہیں ان پر شکوہ نہیں کرنا چاہئے بلکہ اس پر شکر ادا کرنا چاہئے کیونکہ شکایت مذہبی اصولوں کے خلاف ہے۔ اچھے اور نیک کاموں سے اپنے نیک اور عظیم مرتبے پر فائز ہونے کا غرور پیدا ہو جاتا ہے جس سے اپنی عزت کروانے کا شوق دل میں پیدا ہوتا ہے۔ اس عزت کی لالچ میں تمام عاجزی جاتی رہتی ہے۔ اسی لئے اپنے آپ کو عاجز رکھنے کے لئے اپنی روح کو پاکیزہ کرنا بہت ضروری ہے۔ اگر اپنے اندر سے دنیاوی برائیوں کو نکال دیا جائے تو اس سے خدا کا قرب کا حصول اور عاجزی پیدا ہوتی ہے۔ اور ہر وقت ہر تکلیف، پریشانی، مصیبت اور آزمائش کے وقت نگاہ صرف خدا کی طرف ہونی چاہئے۔ اس سے جو خوشی حاصل ہوتی ہے وہ تمام دنیا کی خوشیوں سے زیادہ ہوتی ہے۔ اور اس سب کے بعد اس راہ میں آزمائشوں اور تکالیف میں استقامت اختیار کرنا بہت ضروری ہے

---

[16] St. Teresa of Avila, *The way of perfection*, 77-79

کیونکہ اس حالت میں شیطان ہر وقت بہکانے کی کوششیں کرتا رہتا ہے خداوند کے لئے اسے شکست دینا بہت ضروری ہے۔

ٹیریزا آف آویلا کے مطابق دعائے ربانی کی سات التجائیں جو کہ یسوع مسیح نے سکھائی ان التجاؤں میں سے پانچ کی تشریح کی ہے۔سب سے پہلے خدا کی رضا جیسے آسمان پر پوری ہوتی ہے زمین پر بھی پوری ہونے سے مراد اپنی تمام خواہشات اور اعمال کو خدا کی رضا کے مطابق ڈھالنا اور ہمیشہ اسی کی رضا میں راضی رہنا۔اس کے بعد اپنے روزینہ کی روٹی کی دعا کرنا ہوتی ہے یعنی اس نے ہمیں پیدا کیا اور وہی ہمیں کھانا بھی دے۔اور صرف آج کی روٹی مانگنی چاہئے اور جس کے پاس ضرورت سے زیادہ ہو وہ ضرورت مند کو دے۔اور پھر اگلی التجا میں اپنے گناہوں پر شرمندہ ہونا اور عاجزی سے اپنے گناہوں کی معافی مانگنا اور دوسروں کی غلطیاں کو معاف کرنا ہوتا ہے۔روحانی راہ میں جو تکالیف اور آزمائشیں آتی ہیں۔ان آزمائشوں سے سے پناہ مانگنا یعنی خداوند کی رحمت اور کرم کی امید رکھنا اور آخر میں ٹیریزا نے شر سے بچنے یعنی خدا سے شیطان کے شر سے محفوظ رہنے کی التجا کرنا کیونکہ رہبانیت میں جب قربِ الٰہی کی طرف بڑھتے ہیں تو شیطان ہر وقت حملے کرتا ہے جس سے برائیوں کی طرف رغبت ہو سکتی ہے ان برائیوں سے محفوظ رہنے کی التجا کرنا۔

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆