

IQBAL:  
A PHILOSOPHICAL PSYCHOTHERAPIST  
AND BEYOND

DR. NAZIR QAISER

Iqbal Academy Pakistan  
Lahore

**All Rights Reserved**

Publisher:  
 Muhammad Suheyl Umar  
 Director  
 Iqbal Academy Pakistan  
 6<sup>th</sup> Floor, Aiwan-i-Iqbal Complex,  
 Off Egerton Road, Lahore.  
 Tel:[+ 92-423] 6314-510, 99203573  
 Fax:[+ 92-423] 631-4496  
 Email: [director@iap.gov.pk](mailto:director@iap.gov.pk)  
 Website: [www.allmaiqbal.com](http://www.allmaiqbal.com)

ISBN 969-416--

1 <sup>st</sup> Edition	:	2012
Quantity	:	500
Price	:	Rs.
Printed at	:	???????

— — — — —

Sales Point: 116 McLeod Road, Lahore. Ph. 7357214

# Contents

Preface	5
Foreword by Shahzad Ahmed Shahzad	9
1. Therapeutic Aspects of Iqbal's Thought	11
2. A Preface to Psychotherapy and Iqbal	29
3. Iqbal: A Philosophical Psychotherapist and Beyond	43



## Preface

Iqbal is an eminent philosopher, religious scholar and a great poet. He has been acknowledged as such in the East and the West. He wrote on many subjects from religion to politics. He is usually understood as a religious philosopher and a political thinker. His philosophy of ego along with other ideas has gained a wider readership. There have been many original research works on different aspects of his thought.

Psychotherapy, in our Age, has become very popular in the modern world. One is surprised to see hundreds of psychotherapies in vogue today with their theories of personality, aetiology of neuroses and psychoses. The psychotherapists often present diametrically opposed views and there is no agreement in sight. The main reason, to my mind, is their lack of true foundations of personality. It hampers their attempts to build structures and superstructures of personality. Iqbal's role as a psychologist has not been brought forth. There is hardly any study on the subject. His theory of personality is grounded on sound principles and it can be helpful in dealing with the maladies of the modern man. Iqbal parts company from modern psychology on essential points and presents an integration of the whole personality. He has made inestimable contributions in the field of psychology and philosophical psychotherapy. But unfortunately, these insights have not been systematically framed since decades. Keeping this thing in view, I presented my pioneer Paper: *Therapeutic Aspects of Iqbal's Thought* in Iqbal International Congress, Lahore 1977. Later, my book: *A Critique of Western Psychology and Psychotherapy And Iqbal's*

*Approach* was published by Iqbal Academy Pakistan, Lahore. I have discovered Iqbal, in all humility, as a philosophical psychotherapist and beyond. It is necessary to understand this dimension of Iqbal's thought. It will not only be helpful for the modern psychologists to understand the wisdom of traditional psychology but it will be equally enlightening for us to solve our psychological problems in the light of his vision of philosophical psychology.

The study of Iqbal in the field of philosophical psychotherapy brings to light many aspects of his thought on personality and its maladjustment, which normally remain out of sight. One is surprised to find affinities in his thought and that of the modern psychotherapists on many scores. However, in the case of modern psychotherapists these flashes remain disjointed and are not placed in a well-integrated system. Iqbal integrates them within a creative system of his thought. He does not merely talk of the 'efficient self' but brings it in harmony with the 'appreciative self'. He makes an integration of the psyche and the spirit.

Iqbal's concept of the human ego and its development is one of the finest aspects of his thought. He presents the values, which develop the ego and points out to the disvalues, which retard the development of personality. All those things, which hamper personality development, need to be removed so that an individual may be finally integrated with the society.

Iqbal's prose and poetry lay great emphasis on human personality. It is the duty of man to develop his personality in this world and also to retain it in the hereafter. All education is mainly the harmonious development of one's personality. It is a healthy individual who integrates with society. He develops his individual, social, and spiritual consciousness.

Iqbal takes Rumi as his guide in the field of philosophical psychology as well. He also profits from the Muslim

traditions in psychotherapy. He goes beyond the narrow frontiers of philosophical psychotherapy by embracing the spiritual realms. His reverence of the spiritual states and stations displays his deep understanding of the mystic states and the role of the spiritual master. However, these have to be presented in a way, which is understandable to the modern mind.

It is the need of the hour to further develop Iqbal's views on philosophical psychotherapy so that that they form guidelines for the Western and the Eastern psychologists in these spheres.

12<sup>th</sup> April, 2012

**Dr. Nazir Qaiser**  
Lahore



## Foreword

I have read with enthusiasm and enormous interest the extraordinary work by Dr. Nazir Qaiser, *Iqbal: A Philosophical Psychotherapist and Beyond*. A lot has been written about Iqbal and will continue to be, but no one before has researched on this issue. This is a great effort by Dr. Qaiser and the first book on Allama Iqbal as a philosophical psychotherapist. Dr. Qaiser has brilliantly analyzed the Western models of psychotherapy and contrasted this with Iqbal's approach. The most recent trend in psychology is the preventive approach to treatment. Iqbal's emphasis on action, *ishq*, intellect, *faqr*, purpose in life, *khudi*, and the uniqueness of man results in the healthy growth of human personality. Dr. Qaiser has worked hard in deriving the principles from Iqbal's work and presenting them in theoretical format. I believe it is now the responsibility of a new generation of psychologists to further develop this theoretical model into a treatment method, which will be preventative in nature as well a beneficial active treatment.

Dr. Qaiser is absolutely right in pointing out the weaknesses of modern psychology and psychotherapy in treating psychological disorders. The Western models have ignored the spiritual aspect of human beings. If we take a brief look at the growth of psychotherapy and psychotropic drugs in North America, we will be amazed that about 70 percent of the world's literature in psychology is being produced in the US and similarly, the most advanced drugs to treat psychological disorders are being produced there. At the same time, anxiety, depression and other psychological disorders seem to be steadily increasing every year. In fact,

the use of antidepressants has increased by 400 percent in the last two decades in the US. It shows that the current models have not been able to go very far in solving the mental health problems both at individual and at national levels. The inadequacy of these models is due to the fact that they are not based on a true premise of human nature. They have completely ignored the spiritual aspect of human personality, as aspect without which one cannot hope to understand man's true nature. Dr. Qaiser has presented a model based on Iqbal's work, which gives due consideration to the spiritual aspect as well as social, interpersonal and biological aspects of human existence. I believe this is the most balanced approach in psychology and, sooner or later, modern psychologists will feel the need to follow such an approach.

June 2, 2012

**Arshad Mahmood**  
Toronto, Canada  
Director,  
York Psychological Services

# THE THERAPEUTIC ASPECTS OF IQBAL'S THOUGHT



Psychotherapy is “the application of specialized techniques to the treatment of mental disorders or to the problems of every day adjustment”<sup>1</sup> of the modern man who has been defined as “complexed, stressed, and frustrated”. It has various schools like Behaviour therapy, Gestalt therapy, Psychoanalysis, Logotherapy, so on and so forth. Despite their inherent limitations these schools have rendered great service to humanity in dealing with the issues of mental health.

Iqbal also has served humanity immensely in his own way by offering remedies for different human maladies. While building up my own system of ‘Ego-therapy, which is based upon an application of Sufistic philosophy to the clinical practices, I have come across many therapeutic aspects in Iqbal’s thought. And it is interesting to note that these are getting recognition, though unconsciously, by some of the eminent Western psychotherapists and psychologists of the present age – of course, much later than Iqbal.

*Higher Nature of Man:* According to Iqbal, man is basically a spiritual agent and the crown of all creation. Iqbal regards him with great esteem. He says, “Hard his lot and frail his being, like a rose-leaf, yet no form of reality is so powerful, so inspiring, and so beautiful as the spirit of man”<sup>2</sup> Iqbal considers man, in spite of his failings, superior to nature.

He says:

---

<sup>1</sup> J.P. Champlin, *Dictionary of Psychology*, New Revised Edition, Dell Publishing Co. inc., I Dag Hammarskjold Plaze. New York. p. 432.

<sup>2</sup> Allama Muhammad Iqbal, *The Reconstruction of Religious Thought in Islam*, Sh. Muhammad Ashraf, Lahore, 1977, p. 12.

برتر از گردوں مقام آدم است

اصل تہذیب احترام آدم است<sup>1</sup>

“Loftier than the heavens is the station of man, and the beginning of education is respect of man”.

Iqbal believes in the purity of heart. He also speaks of his belief in the higher nature of man. He says:

درون سینہ آدم چه نور است!

چه نور است این کہ غیب او حضور است

چه نورے جاں فروزے سینہ تابے

نیرزد باشعاعش آفتا بے<sup>2</sup>

“What a light there is within the heart of man! A light that is manifest in spite of its invisibility. What a life-illuminating and heart-kindling light! The sun is nothing in face of single ray of this light”.<sup>3</sup>

According to him, “The heart is a kind of inner intuition or insight which... brings us into contact with aspects of Reality other than those open to sense-perception.”<sup>4</sup>

The present-day psychology has begun to give man his due status. Several psychotherapists realise the limitations of the Freudian pathology and hold that “Psychology at the moment is concerned chiefly with the sub-normal; never with the higher ranges of human possibility”.<sup>5</sup> Frankl feels, “The time has come to complement the so-called depth psychology

<sup>1</sup> Iqbal, *Kuliyat-e-Iqbal* (Persian), “Javid Nama”, Sheikh Ghulam Ali & Sons, Lahore, p. 657.

<sup>2</sup> *Ibid.*, “Zabor-i-Ajam”, p. 540.

<sup>3</sup> Iqbal, *Gulshn-i-Raze.i.Jadid*, in *Zabur-i-Ajam*, p. 207.8.

<sup>4</sup> Iqbal, p. 15-16.

<sup>5</sup> Colin Wilson, *New Pathways in Psychology*, Taplinger Publishing Co., Inc., 200 Park Avenue South, New York, 10003, (1972), p. 238.

with what one might call height-psychology".<sup>1</sup> His scheme of thought "does not confine itself to the instinctual unconscious but is also concerned with man's spiritual aspirations."<sup>2</sup> Some other psychotherapists believe that Behaviour Psychology cannot keep pace with the higher nature of man and the analogy of human behaviour with that of animal is erroneous. Ellis thinks that a human being, unlike an animal "can be rewarded or punished by his own thinking, even where this thinking is largely divorced from outside reinforcements and penalties".<sup>3</sup>

With this recognition, the above psychotherapists claim to be in better position to understand and cure man of his ills. Iqbal's place in this respect assumes great importance.

*Uniqueness of man:* Iqbal is a great champion of the uniqueness of man. The uniqueness of man emerges from his high status. Iqbal says that the "important characteristic of the unity of the ego is its essential privacy which reveals the uniqueness of every ego!"<sup>4</sup> Thus, uniqueness is consequent upon its essential privacy which makes it impossible for one individual to bear the burden of another, and entitles him only to what is due to his personal effort.<sup>5</sup> He refers to the Quran and says, "The personal pronoun used in the expression Rabbi ('My Lord') throws further light on the nature and behaviour of the ego. It is meant to suggest that the soul must be taken as something individual and specific,

---

<sup>1</sup> Viktor E. Frankl, *Psychotherapy and Existentialism*, Selected Papers on Logo therapy, Souvenir Press Ltd., 95 Mortimer street, London, W.I. (1970), P. 21.

<sup>2</sup> *Ibid.*

<sup>3</sup> A Ellis, *Reason and Emotion in Psychotherapy*, New York : Lyle Stuart, 1962, p. 16.

<sup>4</sup> Allama Muhammad Iqbal, *The Reconstruction of Religious Thought in Islam*, Sh. Muhammad Ashraf, Lahore, 1977, p. 99.

<sup>5</sup> *Ibid.*, p. 95.

with all the variations in the range, balance, and effectiveness of its unity”<sup>1</sup>.

The uniqueness of man is a fact which is being acknowledged by different present-day psychotherapists also. Personalistic Psychotherapy, for example, “takes special cognizance of individual differences.”<sup>2</sup> Next, Frankl asserts, “Each man is unique and each man’s life is singular; no one is replaceable nor is his life repeatable.”<sup>3</sup> Further, Lazarus warns the would-be therapists “not to forget the obvious fact that every individual is unique, and to tailor his therapy accordingly.”<sup>4</sup>

Personal Growth: Iqbal believes in the progressive development of the ego, which can be hardened or dissolved. The self is not a datum; it is to be developed. He says about man, “If he does not take the initiative, if he does not evolve the inner richness of his being, if he ceases to feel the inward push of advancing life, then the spirit within him hardens into stone and he is reduced to the level of dead matter”<sup>5</sup>.

Iqbal believes in man’s capacity and power. “When attracted by the forces around him, man has the power to shape and direct them; when thwarted by them, he has the capacity to build a much vaster world in the depths of his own inner being wherein he discovers sources of infinite joy and inspiration”.<sup>6</sup> Again, Iqbal has a deep-rooted trust in every body’s hidden potentialities. He beautifully says:

---

<sup>1</sup> Allama Muhammad Iqbal, *The Reconstruction of Religious Thought in Islam*, Sh. Muhammad Ashraf, Lahore, 1977, p. 103.

<sup>2</sup> Arnold A. Lazarus, *Behaviour Therapy & Beyond*, McGraw-Hill, New York, (1971). p. xi preface.

<sup>3</sup> Viktor E. Frankl, op., Cit., p. 17.

<sup>4</sup> Arnold A. Lazarus. Op., Cit., p, xi preface.

<sup>5</sup> Allama Muhammad Iqbal, *The Reconstruction of Religious Thought in Islam*, Sh. Muhammad Ashraf, Lahore, 1977, p. 12.

<sup>6</sup> *Ibid.*

سبزہ چوں تابِ دمید از خویش یافت  
ہمت او سینہ گلشن شگافت<sup>1</sup>

“When the grass found a means of growth in itself,  
Its aspiration clove the breast of the garden”.

To Iqbal, remedy lies in self-actualisation and development of ego. He says:

اے کہ می خواہی زد شمن جاں بری  
از تو پرسم قطرہ یا گوہری؟<sup>2</sup>

“O thou that wouldst deliver thy soul from enemies.  
I ask thee— Art thou a drop of water or a gem?”

Wilson expresses Maslow's views in these words: “Everybody is potentially a self actualiser, and the choice is largely a matter of free-will and courage, not of circumstances”.<sup>3</sup> Again, to Maslow Neurosis is a failure of growth. He says that “general illness of the personality is seen falling short of growth, or of self-actualization. And the main source of illness (although not the only one) is seen as frustration of the basic needs, idiosyncratic potentials, of expression of the self, and of the tendency of the person to grow in his own style, especially in the early years of life.”<sup>4</sup> Next, Wilson asserts, “Neurosis is the feeling of being cut off from your own powers”.<sup>5</sup> Similarly, Rogers believes in actualization and says that “the most basic drive is that to actualize, to maintain and to enhance the self. He believes

<sup>1</sup> Iqbal, *Kuliyat-e-Iqbal* (Persian), “Asrar-o-Ramuz”, Sheikh Ghulam Ali & Sons, Lahore, p. 14.

<sup>2</sup> *Ibid.*, p. 55.

<sup>3</sup> Colin Wilson, Op., cit., p. 164.

<sup>4</sup> A.H. Maslow, Article: Some basic propositions of a growth and self-actualization psychology, in *Theories of Personality: Prime Sources and Research*, ed. by Garner Linoz S. Hall, John Wiley & Sons, Inc., New York, London, Sydney, 1966, p. 308.

<sup>5</sup> Colin Wilson, Op., cit., p. 203.

that given a chance the individual will develop in a forward-moving, adaptable manner”<sup>1</sup>.

Purpose, aim and meaning in life: Iqbal states that the ego “is a rationally directed creative will”<sup>2</sup> According to him, personality cannot be integrated unless it has a definite end. He adds, “Life is only a series of acts of attention and an act of attention is inexplicable without reference to a purpose, conscious or unconscious. Even our acts of perception are determined by our immediate interests and purposes. . . . Thus ends and purposes, whether they exist as conscious or subconscious tendencies, form the warp and woof of conscious experience”<sup>3</sup> Again, it is purpose which preserves life. He says:

زندگانی را بقا از مدعاست  
کاروانش را دراز مدعاست<sup>4</sup>

“Life is preserved by purpose:

Because of the goal its caravan-bell tinkles”

Iqbal considers *Ishq*, among other factors, as the remedy for fear and disappointment. The man who has madness to achieve his purpose will have no fear of any kind. He beautifully says:

مثل کلیم ہو اگر معرکہ آزما کوئی  
اب بھی درختِ طور سے آتی ہے بانگِ لائتخت<sup>5</sup>

<sup>1</sup> J.P. Chaplin, op. cit., p. 465.

<sup>2</sup> Allama Muhammad Iqbal, *The Reconstruction of Religious Thought in Islam*, Sh. Muhammad Ashraf, Lahore, 1977, p. 62,

<sup>3</sup> *Ibid.*, p. 52-53.

<sup>4</sup> Iqbal, *Kuliyat-e-Iqbal* (Persian), “Asrar-o-Ramuz”, Sheikh Ghulam Ali & Sons, Lahore, p. 15

<sup>5</sup> Iqbal, *Kuliyat-i-Iqbal* (Urdu), “Bal-i-Jibril”, Iqbal Academy Pakistan, Lahore, 2009, p. 373.

“Once more that voice from Sinai's tree would cry  
Fear Not! If some new Moses led the attack”.

In psychotherapy, as Reisman holds, it is generally argued that “it is an effective method of treatment when the therapist can convey to his clients confidence in the value of what they are doing.”<sup>1</sup> Maslow acknowledges that life of mental health depends upon a sense of purpose. The existential psychotherapists, who followed Maslow, believe that a sense of meaning and purpose is necessary for man to truly become man and that in the absence of aim in life man becomes neurotic. According to Frankl, purpose is the life-blood of healthy mental life, He says, “Meaning sets the pace of being. Existence falters unless it is lived in terms of transcendence towards something beyond itself”.<sup>2</sup> Lack of aim in life creates “existential vacuum”.<sup>3</sup> He clearly admits that lack of meaning leads to depression, suicide,<sup>4</sup> frustration and boredom.<sup>5</sup>

*Action.* Iqbal considers action as one of the most important factors of integrating personality. To him, the closed doors of destiny are opened through action:

راز ہے راز ہے تقدیرِ جہانِ تگ و تاز  
جوشِ کردار سے کھل جاتے ہیں تقدیر کے راز<sup>6</sup>

<sup>1</sup> John M. Reisman, *Toward the Integration of Psychotherapy*, Wiley-Interscience, New York, London. Sydney. Toronto, 1971, p.2.

<sup>2</sup> Viktor Franks, *Article in Phenomenology*, pure and Applied, ed. Ersin Straus, Duquesne. 1964.

<sup>3</sup> Viktor, E. Frankl, *Psychotherapy and Existentialism*, Selected Papers on Logotherapy, Op., cit., p. 76.

<sup>4</sup> *Ibid.*, p. 23.

<sup>5</sup> *Ibid.*, p. 194.

<sup>6</sup> Iqbal, *Kuliyat-i-Iqbal* (Urdu), “Bal-i-Jibril”, Iqbal Academy Pakistan, Lahore, 2009, p. 479.

“The destiny of this world of strife is mystery, indeed; zeal for action unfolds the secrets of the destiny unknown”.

According to Iqbal, self-realization is not possible without action. He warns against passivity and inactivity. He relates the tale of certain lions giving up exertion due to the sermons of the sheep, and eventually meeting their doom. It is the reason that he does not recommend ‘art for the sake of art’. He says “The highest art is that which awakens our dormant will-force and nerves us to face the trials of life manfully. All that brings drowsiness... is message of decay and death.<sup>1</sup> He adds, “Whatever is got without action amounts to begging. Even inherited wealth which is acquired without effort is begging, because such wealth is taken without personal efforts”.<sup>2</sup>

Thus, tension is not negative in Iqbal’s view as regarded by some thinkers. He says: “Personality is a state of tension and can continue only if that state is maintained... Since personality, or the state of tension is the most valuable achievement of man, he should see that he does not revert to a state of relaxation”.<sup>3</sup> Further, obstacles and difficulties, and risks which are involved in struggle, are touchstone of the will and help us give vent to our hidden potentialities. He says:

آزماید صاحبِ قلبِ سلیم      زورِ خود را از مہماتِ عظیم  
ممکناتِ قوتِ مردانِ کار      گردد از مشکلِ پسندی آشکار<sup>4</sup>

“He that hath a sound heart  
Will prove his strength by great enterprises.

<sup>1</sup> Iqbal, referred to by Dr. R.A. Nicholson, Tr. *The Secret of the Self*. Footnote. p. xxii.

<sup>2</sup> Iqbal, *Zabur-i-Ajam*, p. 182.

<sup>3</sup> Iqbal, referred to by Dr. R.A. Nicholson, tr. *The Secrets of the Self*. Sh. Muhammad Ashraf, Kashmiri Bazar, Lahore.

<sup>4</sup> Iqbal, *Kuliyat-e-Iqbal* (Persian), “Asrar-o-Ramuz”, Sheikh Ghulam Ali & Sons, Lahore, p. 49.

The potentialities of men of action  
Are displayed in willing acceptance of what is  
difficult.”

Iqbal has soft corner even for enemy<sup>1</sup> and the Satan<sup>2</sup> because both inspire man to action and help him to express his hidden potentialities.

Moreno realized years after Iqbal that “Victory without effort leads to a cheapening of the cultural conserve in the mind of the winner. Thus, not on moral grounds but upon psychological principles, getting something for nothing (no effort) is wrong”.<sup>3</sup> Harvey Cushing believes, “The only way to endure life is always to have a task to complete.”<sup>4</sup> To Maslow, “Striving, the usual organizer of most activity, when lost, leaves the person unorganized and un-integrated”<sup>5</sup> and to Frankl inactivity generates neurosis. He says, “Ever more frequently psychoanalysts report that they are confronted with a new type of neurosis that is characterized mainly by loss of interest and by lack of initiative”.<sup>6</sup> According to him, there are spiritual crisis in retirement and no holidays when one has nothing to do. He calls these “unemployment neurosis” and “Sunday neurosis”.<sup>7</sup>

Further, Maslow, among others, realizes the importance of frustration, conflict and suffering. From the thought of Maslow, “We learn also about our own strength and limits by overcoming difficulties by straining ourselves to the utmost,

---

<sup>1</sup> Iqbal, referred to by Dr. R.A. Nicholson, tr. *The Secrets of the Self*. Sh. Muhammad Ashraf, Kashmiri Bazar, Lahore.

<sup>2</sup> Iqbal, *Payam-i-Mashriq*, p. 154.

<sup>3</sup> Ledford J. Bischof, *Interpreting Personality Theories*, p. 401.

<sup>4</sup> Harvey Cushing, quoted by Victor E. Frankl in *Psychotherapy and Existentialism*, op., cit., p. 124.

<sup>5</sup> A. H. Maslow, Op., cit., p. 315.

<sup>6</sup> Viktor E. Frankl, Op., Cit., p. 19.

<sup>7</sup> *Ibid.*, p. 124-125.

by meeting challenge, even by failing. There can be great enjoyment in a great struggle and this can displace fear”<sup>1</sup> Again, “Adjustment is, very definitely, not necessarily synonymous with psychological health”.<sup>2</sup>

Dr. Schimmel says in this context: “The fact that he (Iqbal) likes to show Iblis as the active principle in life, and even more as the spirit which is required for man’s individualities leads the reader close to the standpoint of modern psychologists”.<sup>3</sup>

*Creativeness*: According to Iqbal, freedom is the source of creativeness. Being created in the image of God, man is to create in order to improve upon this world. By ‘self-inflicted’ pains he had already improved the world through his inventions and creations.

Addressing God, Iqbal says:

تو شب آفریدی چراغ آفریدم      سفال آفریدی ایام آفریدم  
 بیابان و کسار و راغ آفریدی      خیابان و گلزار و باغ آفریدم  
 من آنم که از سنگ سازم  
 من آنم که از زهر نوشینه سازم<sup>4</sup>

“Thou created the night, I the lamp;  
 Thou created the clay, I the vase;  
 Thou created the jungle, mountains and deserts.  
 I created gardens, orchards and flower-plots.  
 It is I who make glass out of stone,  
 It is I who extract alixir out of poison”.

<sup>1</sup> A.H. Maslow, opt., cit., p. 310.

<sup>2</sup> *Ibid.*, p. 314.

<sup>3</sup> Schimmel, *A. Gabriel's Wing*, Leiden, E.J. Brill, 1963. p. 215.

<sup>4</sup> Iqbal, *Kuliyat-e-Iqbal* (Persian), “Piyam-i-Mashriq”, Sheikh Ghulam Ali & Sons, Lahore, p. 284.

This implies that the prerequisite of creativity is freedom of the ego. No creativity or originality is possible without freedom. Freedom without creativity is not vital. The slave is not creative.

عبدالرحمن تحصیل حاصل فطرت است      واردات جان او بے ندرت است<sup>1</sup>

“The slave is by nature repetitive,  
His experiences are bereft of originality”.

Creativeness is highly regarded by most of the modern psychotherapists. Rollo May believes that the healthy person always “shows a new element in his behaviour. His actions are fresh, spontaneous, interesting, and in this sense he is just the opposite of the neurotic and his predictability.”<sup>2</sup> Maslow remarks, “Only the flexibly creative person can really manage future, only the one who can face novelty with confidence and without fear. I am convinced that much of what we now call psychology is the study of the tricks we use to avoid the anxiety of absolute novelty by making believe the future will be like the past”.<sup>3</sup> Frankl says: “Life can be made meaningful... by what we give to the world in terms of our creation; ...”<sup>4</sup> According to him, neurotic personalities lack creative energy.<sup>5</sup>

*The place of Society:* Iqbal is against renunciation of the world. According to him, man's development is possible only in society. Disconnected from environment, man's capacities remain underdeveloped. The ego cannot develop without the

<sup>1</sup> Iqbal, *Kuliyat-e-Iqbal* (Persian), “Asrar-o-Ramuz”, Sheikh Ghulam Ali & Sons, Lahore, p. 73.

<sup>2</sup> Rollo May, *Existential Psychology*. Random House, New York, (1966), p. 36.

<sup>3</sup> A.H. Maslow, quoted by *Rollo May in Existential Psychology*, Opt., cit., p. 36,37,

<sup>4</sup> Viktor E. Frankl, Op., Cit., p. 24.

<sup>5</sup> Colin Wilson, Op., cit., p. 158.

mutual invasion of the ego and the environment. He says: “It is our reflective contact with the temporal flux of things which trains us for an intellectual vision of the non-temporal. Reality lives in its own appearances; and such a being as man, who has to maintain his life in an obstructing environment, cannot afford to ignore the visible”<sup>1</sup>. Iqbal does not appreciate the ideas that teach renunciation from society. He depreciates Plato’s philosophy<sup>2</sup> and dislikes pseudo-mysticism on this score. He beautifully says:

کر سکتی ہے بے معرکہ جینے کی تلافی  
 اے پیر حرم تیری مناجات سحر کیا  
 ممکن نہیں تخلیق خودی خالقوں سے  
 اس شعلہ نم خوردہ سے ٹوٹے گا شرر کیا!<sup>3</sup>

“O’ Pir can your morning prayers  
 Compensate the life without adventure?  
 The creation of the ego is not possible in  
 Monasteries,  
 What spark will issue from this damp flame?”

Fish, among other European writers, condemns segregation from society and asserts that it generates Schizophrenia. He says, “It has been found that Schizophrenia is more common in urban areas where there are a large number of people living alone. It has, therefore, been claimed that social isolation is a cause of schizophrenia”<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Allama Muhammad Iqbal, *The Reconstruction of Religious Thought in Islam*, Sh. Muhammad Ashraf, Lahore, 1977, p. 14.

<sup>2</sup> Iqbal, *Asrar-o-Ramuz*, p. 34.

<sup>3</sup> Iqbal, *Kuliyat-i-Iqbal* (Urdu), “Zarb-i-Kalim”, Iqbal Academy Pakistan, Lahore, 2009, p. 686.

<sup>4</sup> Frank Fish, *Clinical Psychiatry for the Layman*, Bristol: John Wright & Sons Ltd., 1963, p. 3.

In the light of the foregoing views of the psychotherapists, one can easily conclude that the modern psychotherapists are coming nearer to Iqbal's thought, which contains therapeutic aspects. Especially those are very close who completely break away with the conventional systems of psychotherapy, according to which, neurosis is the result of conditioned responses and maltreatment in childhood and wherein personal freedom, higher nature and uniqueness of man, the place of purpose, action and creativeness are ignored.

However, to my mind, Iqbal's view is more comprehensive than the Western psychotherapists. His view of personality, with its integrating and disintegrating factors, is much more balanced than that of any Western psychologist, and philosopher including Nietzsche. According to Iqbal, integrated personality is achieved through Action, '*Ishq*', Intellect and '*Faqr*' and is disintegrated through fear, grief, disappointment, imitation, segregation from community, and subservience or slavery, etc. The organic whole consisting of these factors has not been visualised by Western psychotherapy. Some of these factors like '*Ishq*' and '*Faqr*' are simply alien to the Western thought.

It is not difficult to find the reasons for Iqbal's success in this field. Iqbal's approach is largely philosophical, which is definitely to be reckoned with. It is important to note that modern psychotherapy has greatly been influenced by philosophy. Morris I. Stein openly admits that the philosophical orientations of our time have a great impact upon the contemporary development in psychotherapy<sup>1</sup> Further, Iqbal gives central place to spiritual experience which "brings us into contact with aspects of Reality other than

---

<sup>1</sup> Morris I. Stein, *Contemporary Psychotherapies*, ed. The Free Press of Glencoe, New York 19, 1961, Intro. p. 4-5.

those open to sense perception”<sup>1</sup> Thus, Iqbal’s field undoubtedly, is much vaster than that of mere psychology upon which psychotherapy is generally based, in its strictest sense. Iqbal propounds his theory of personality keeping in view the achievements of men and women in the periods of Islamic history. It is from the lives actually lived, a study which Grumman wished and exclaimed, “shall our units of analysis in the study of personality be derived from general psychological concepts, or from lives as actually lived”<sup>2</sup> and Allport admits, “We stop with our wobbly laws of personality and seldom confront them with the concrete persons”.<sup>3</sup>

In the light of the above, Iqbal has much more to offer than the Western Psychotherapists. To review the therapeutic aspects discussed above, Iqbal gives a very high status to man. He regards man superior even to angels and in support of his view he quotes the verses from the Quran regarding the prostration of angels.<sup>4</sup> Again, he has a definite view regarding the uniqueness and personal growth of man. He says, “It is in contact with the Most Real that the ego discovers its uniqueness, its metaphysical status and the possibility of improvement in that status”<sup>5</sup> According to him the developed personality is that which remains intact even in the presence of God. Further, Iqbal has definite aim in view. According to him, man has not only to shape his own destiny but also the destiny of the universe, through his deeds,

---

<sup>1</sup> Allama Muhammad Iqbal, *The Reconstruction of Religious Thought in Islam*, Sh. Muhammad Ashraf, Lahore, 1977, p. 15-16.

<sup>2</sup> Gordon W. Allport, Article: *The General and the unique in Psychological Science*, in *Theories of personality: primary Sources and Research*, ed. Garner Lindzey/Calvin S, Hall, Op., Cit., p. 242.

<sup>3</sup> *Ibid.* p. 241.

<sup>4</sup> Allama Muhammad Iqbal, *The Reconstruction of Religious Thought in Islam*, Sh. Muhammad Ashraf, Lahore, 1977, p. 13.

<sup>5</sup> *Ibid.* p. 184.

creations and unbending will. Immortality is earned through freedom and action. He says: "Personal immortality.... is not ours as of right; it is to be achieved by personal effort"<sup>1</sup> and freedom is attained by removal of all obstruction on its way by action.<sup>2</sup>

Next, regarding Society and Individual, A.J. Arberry rightly comments that Iqbal "was not interested merely in the individual and his self-realization; he was equally concerned with the evolution of an ideal society, or community... .."<sup>3</sup> society is developed like an individual. It dies like an individual, dies due to lack of aim and is developed or disintegrated due to the values or disvalues.<sup>4</sup>

These views will help the modern psychotherapists in their scheme of work. They have still to know a lot about the spiritual aspirations of man, and in the words of Iqbal, "to analyse the contents of non-rational modes of consciousness"<sup>5</sup> consciousness"<sup>5</sup> Unless they know the foundations of a well-developed ego, they cannot find efficacious techniques of psychotherapy. Iqbal addresses the psychologist on these lines. He says:

جرات ہے تو افکار کی دنیا سے گذر جا  
ہیں بحر خودی میں ابھی پوشیدہ جزیرے  
کھلتے نہیں اس قلمزم خاموش کے اسرار

<sup>1</sup> Allama Muhammad Iqbal, *The Reconstruction of Religious Thought in Islam*, Sh. Muhammad Ashraf, Lahore, 1977, p. 119.

<sup>2</sup> Iqbal, referred to by Dr' R. A. Nicholson, tr. *The Secrets of the Self*, p. xx.

<sup>3</sup> A.J. Arberry's trans., *The Mysteries of Selflessness*, John Murray, Albemarle Street, London, W, 1953, p. xi, preface.

<sup>4</sup> Iqbal, *Rumuz-i-Bek hudi*, p. 160.

<sup>5</sup> Allama Muhammad Iqbal, *The Reconstruction of Religious Thought in Islam*, Sh. Muhammad Ashraf, Lahore, 1977, p. 17.

جب تک تو اسے ضربِ کلیسی سے چیرے<sup>1</sup>

“If you have courage, surpass the world of thought,  
There are hidden islands in the ocean of Self, Unless  
you do not cut it with the blow of Moses,  
The secrets of this silent ‘*Qulzani*’ (ocean) will not be open.

To sum up, Iqbal’s thought contain potential therapeutic aspects. Some adepts in psychology may disagree with my views at the moment for my thesis is new and strange and does not fit in the Western frame of reference. But I am confident in pioneering this so far untouched aspect of Iqbal’s thought. I simply draw their attention to Iqbal’s prophetic vision, according to which:

جہانِ تازہ کی افکار تازہ سے ہے نمود

کہ سنگ و خشت سے ہوتے نہیں جہاں پیدا<sup>2</sup>

“The new world comes into being only by fresh thoughts, because the worlds are not created by stones and bricks.

<sup>1</sup> Iqbal, *Kuliyat-i-Iqbal* (Urdu), “Bal-i-Jibril”, Iqbal Academy Pakistan, Lahore, 2009, p. 497.

<sup>2</sup> Iqbal, *Kuliyat-i-Iqbal* (Urdu), “Zarb-i-Kalim”, Iqbal Academy Pakistan, Lahore, 2009, p. 613.

**A PREFACE TO  
PSYCHOTHERAPY  
AND IQBAL**



**M**odern Situation: This modern world has given us several boons; but in return, has snatched tranquillity, peace of mind, and spiritual bliss. The modern man, as Iqbal observes, “wholly over-shadowed by the results of his intellectual activity ... has ceased to live soulfully, i.e. from within ... he finds himself unable to control his ruthless egoism and his infinite gold hunger which is gradually killing all higher striving in him and bringing him nothing but life weariness.”<sup>1</sup> Erich Fromm says, “With all his knowledge about matter, he (modern man) is ignorant with regard to the most important and fundamental questions of human existence: What man is, how he ought to live, and how the tremendous energies within man can be released and used productively.”<sup>2</sup>

This conflict and ignorance have brought about numerous psychic maladies. Consequently, a good number of psychologists, through the application of different psychological techniques, have taken upon themselves to deal with ‘individuals in difficulties’ and to cure abnormal or unhealthy personalities. This science or art is named psychotherapy, in its strictest sense. There have emerged various schools of psychotherapy like Behaviour Therapy, Gestalt Therapy, Psychoanalysis, Logo therapy etc.

---

1 Iqbal, *The Reconstruction of Religious Thought in Islam*, Sh. Muhammad Ashraf, Kashmiri Bazar, Lahore, p. 187-88.

2 Erich Fromm, *Man For Himself*, p. 4.

Both the psychologists and the psychotherapists have in view some structure of normal personality upon which they construct their systems. In this respect they have a picture of integrating as well as disintegrating factors of personality. The disintegrating factors are immensely emphasized. Gardner Murphy says, "If ... we are serious about understanding all we can of personality, its integration and disintegration, we must understand the meaning of depersonalization, those experiences in which individual self awareness is abrogated and the individual melts into an awareness which is no longer anchored upon self-hood."<sup>1</sup>

## **Limitations of Psychology and Psychotherapy**

### **Psychology:**

Psychology cannot understand human nature in fullness. The theories of personality put forward by different psychologists vary among themselves, on the one hand, and are accused to be incomplete, on the other. Some of these are: Freud's Psychoanalytic theory; Jung's Analytic theory; Social Psychological theories of Adler, Fromm, Horney and Sullivan; Murray's Personology; Allport's Psychology of Individual; Organismic theory; Sheldon's Constitutional Psychology; Factor theories; Stimulus Response theory; Roger's Self-theory, Murphy's Bio-Social theory and the existentialist theory.

Acknowledging the limitations of psychology in giving complete picture of personality, Allport alludes to Nils Bohr's principle of 'complementarily'. Nils Bohr "showed that if we study the position of a particle we cannot at the same time study its momentum. Applied to our own work the principle tells us that if we focus on reaction we cannot simultaneously

---

1 Gardner Murphy, *Personality: A Biosocial Approach to Origins and Structures*, Harper, New York, 1947.

study proaction; if we measure one trait we cannot fix our attention of pattern; if we take a subsystem we lose the whole; if we pursue the whole we overlook the part-functioning.”<sup>1</sup> Erich Fromm regrets, “Despite the wealth of data offered by anthropology and psychology, we have only a tentative picture of human nature.”<sup>2</sup>

Modern psychology, in attempting to become a scientific project, is trying hard to eliminate all intervening variables including personality. Even as a science it cannot claim to understand man as a whole. Rather, even if all the branches of science join hands together, they will fail to do so “because they would remain only a set of separate accounts of different parts or aspects, and the man is more than the different part or aspects which are ingredients of him.”<sup>3</sup> Iqbal pointedly addresses the ماہر نفسیات (psychologist) and exclaims.

جرات ہے تو افکار کی دنیا سے گذر جا  
ہیں بحر خودی میں ابھی پوشیدہ جزیرے  
کھلتے نہیں اس قلمزم خاموش کے اسرار  
جب تک تو اسے ضرب کلیسی سے چیرے<sup>4</sup>

If you have courage, pass beyond the world of thought, still there are hidden island in the ocean of the self; the secrets of this silent ocean are not revealed unless you cross it with the stroke of Moses’ staff.

- 
- 1 Gordon W. Allport, Article, The Open System in Personality, in *Theories of Personality, Primary Sources and Research*, ed., by Gardner Lindzey/Calvin S. Hall, John Wiley Sons, inc., New York. London. Sydney, p. 239.
  - 2 Erich Fromm, op., cit., p. 24.
  - 3 C.M. Joad, *Guide to Modern Thought*, Faber and Faber Limited, 24 Russell Square, London, p. 111-12.
  - 4 Iqbal, *Kuliyat-i-Iqbal* (Urdu), “Bal-i-Jibril”, Iqbal Academy Pakistan, Lahore, 2009, p. 497.

**Psychotherapy:**

Being based on psychology, in its strictest sense, the approach of psychotherapy is limited and does not cover the whole man. The problems and symptoms are not merely psychological. They cannot be seen in segregation from the whole pattern of human relationships, which, according to Alan W. Watt, “include the conventions of the language and law, of ethics and aesthetics, of status, role, and identity, and of cosmology, philosophy and religion.”<sup>1</sup>

Due to the above limitations, psychotherapy has become a departmental affair. It is why there are several different orientations, approaches and techniques and each is confined to its own group, usually diametrically different from the others. But where they do not differ so much they involve duplication of work and wastage of energy, as they go about rediscovering each other’s principle and techniques.<sup>2</sup>

Above all, each group or school of psychotherapy has got its own limitations. Behaviour Therapy and Psychoanalysis, for example, among other Schools of Psychotherapy, exhibit such limitations.

**Behaviour Therapy:**

According to Behavior therapy, man’s behavior is subject to learning, stimulus-response and formula of reinforcement (reward and punishment). The “human neuroses are like those of animals in all essential respects.”<sup>3</sup> But the main objection is that there are several complex aspects in human life which stand outside of the animal world. Lazarus says,

---

1 Alan W. Watt, *Psychotherapy, East and West*, Pantheon Books, inc., 22 East 51 Street, New York 22, p. 15.

2 Morris I. Stein, ed., *Contemporary Psychotheapies*, The Free Press of Glencoe, 640 Fifth Avenue, New York 19, intor., p. 6.

3 J. Wolpe, Learning therapeutics. In J.G. Howels (Ed.), *Modern perspectives in World psychiatry*, Edinburgh: Oliver & Boyd, 1968 pp. 557-576.

“When confronted by people intent on self-destruction, torn asunder by conflicting loyalties, crippled by too high a level of aspiration, un happily married because of false romantic ideals, or beset by feelings of guilt and inferiority on the basis of complex theological beliefs, I fail to appreciate the clinical significance of Wolpe’s neurotic cats and sometimes wish that life and therapy were really as simple as he would have us believe.”<sup>1</sup>

Again, the virtues of personal integrity and moral issues pertaining to divorce, business venture etc., cannot be confined to S. R. terms. Maslow criticizes Behaviour therapy because the totally different personalities of his two children contradicted “the behaviourist notion that human personality is a series of responses created by conditions.”<sup>2</sup>

Next, there are many issues which cannot be justified on principle of reinforcement. A. Ellis rightly points out that man “can be rewarded or punished even when this thinking is largely divorced from outside reinforcements and penalties.”<sup>3</sup>

### **Psycho-analysis:**

According to Psychoanalysis, especially Freudian school, the will of man is determined. It is only the unconscious which controls his will. Our likings and disliking are subject to our childhood-handling. But this is contrary to facts, as pointed out even by a number of psychologists and most of the thinkers. The moralists, in this context, rightly say that if our actions are the outcome of our hidden and subconscious desires, then we are not responsible for our actions.

This School of Psychotherapy holds that the forces behind our present behaviour are fundamentally instinctive, and thus

---

1 Lazarus, Erving & Miriam Polster, *Gastall Therapy integrated*, p. 23.

2 Maslow Colin Wilson, *New Pathways in Psychology*, A mentor Book, New American Library times Mirror, New York, p. 132.

3 Ellis, *A Reason and E motion in psychotherapy*, p. 5.

are non-rational in character. Thus, reason plays no significant part in man's life. This too is unreasonable, because Reason plays a vital role in the life of man. The psychoanalysts displace reasoning by rationalizing, which is against the facts and the reality of human situation.

Freud thinks that religion arises from child's helplessness. Hence, his desire for a protecting father. He asserts that religious beliefs are only primitive theories of Nature and the result of wishful thinking.<sup>1</sup> But, as Iqbal says, religious beliefs and dogmas "are not interpretations of those data of experience which are the subject of the sciences of Nature. Religion is not physics or chemistry seeking an explanation of nature in terms of causation; it really aims at interpreting a totally different region of human experience - religious experience- the data of which cannot be reduced to the data of any other science."<sup>2</sup> Iqbal pointedly concludes, "A purely psychological method ... cannot explain religious passion as a form of knowledge. It is bound to fail in the case of our newer psychologists as it did fail in the case of Locke and Hume."<sup>3</sup>

A common limitation in all the system of psychotherapy is that they emphasize only the cure of mental diseases and have fewer places for the preventive aspects. But, as 'prevention is better than cure', most of the psychological problems of modern age will not arise if due attention is paid in integrating one's personality. This will save it from disintegration. The irony of the modern society is that it first creates complexes, mental troubles, conflicts, frustrations, and maladjustments following wrong notions, morbid attitudes and unhealthy ways of life, and then comes forward with remedies through psychiatry and various

---

1 Freud, *The Future of an Illusion*, London, Hogarth Press, Ltd, 1928, p. 52.

2 Iqbal, *The Reconstruction of Religious Thought in Islam*, p. 20.

3 *Ibid.*, p. 21.

methods of psychotherapy. But the removal of the disease does not necessarily guarantee a healthy, developed, and ideal personality. Well-being is not the absence of illness. Thus, it is wrong to divert our attention to sick people only. It is, however, encouraging to note that some of the renowned psychotherapists have started realizing this fact. Erving and Miriam Polster, for instance, say: "Therapy is too good to be limited to the sick."<sup>1</sup> Maslow "ignored the assumption that underlies all Freudian psychology: that psychology like medicine is basically a study of the sick."<sup>2</sup>

## Need of the time

### 1. Open-mindedness

Due to the limitations of psychology and psychotherapy, it is imperative that our thinking should be free from the shackles of conventional ways of psychology. As Allport maintains, "Our condemnation is reserved for that peculiar slavery to fashion which says that conventionality alone makes for scientific respectability. We still have much to learn from our creative fumbling with the open system."<sup>3</sup>

### 2. Philosophical vistas:

Philosophy, to our mind, is relatively in a better position to depict a picture of over-all developed personality. The importance of philosophy need not be over-emphasized. This is a fact which is acknowledged by a number of psychologists and psychotherapists themselves. Lazarus emphasizes the need of philosophy because it corrects the wrong concepts. He says, "The bulk of therapeutic endeavours may be said to center around the correction of misconceptions. The people who consult us tend to view innocuous events as extremely

---

1 Erving and Miriam Polster, *Gestalt Therapy Integrated*, p. 23.

2 Maslow, A Reza Arasti, *Rumi the Persian*, Sh. Ashraf Lahore, p. 177-78.

3 Gordon W. Allport, Article, "The Open system in personality in Theories of personality, Primary sources and Research ed by Gardener Lindey/ Calvin S. Hall. (p. 239)

noxious, and may disregard objectively noxious situations.”<sup>1</sup> According to Maslow, philosophy is all the more important because it gives values. “The state of being without a system of value is psycho-pathogenic, we are learning. The human being needs a framework of values, a philosophy of life... The value-illnesses which result from valuelessness are called, variously anhedonia, enomicapathy, amorality, hopelessness, cynicism, etc., and can become somatic illness as well.”<sup>2</sup> And according to Frankl, this is not possible unless psychotherapy starts with the right kind of philosophy.<sup>3</sup> Further, even the school of psychoanalysis, more or less, have started to subscribe to such views. “Modern psychoanalysts, particularly in the United States, have already understood and agreed that a psychotherapy without a conception of the world, without a hierarchy of values, however unconscious, cannot exist.”

It is very important to note that modern psychotherapy has greatly been influenced by philosophy. Morris I. Stein openly admits that the philosophical orientations of our time have a great impact upon the contemporary development in psychotherapy. The paper of Rollo May, Carl Rogers, and Otto Will bear the witness of having the philosophical influence of the modern movement of Existentialism; the influences of George Herbert Mead on Otto Will’s approach and of transactional theory of Dewey and Bentley on Grinker’s thinking are quite obvious.<sup>4</sup>

But philosophy has not to cover the phenomenal or intellectual side only. It must recognize the importance of spiritual side of man also. The spiritual experience is a great

---

1 Arnold A. Lazarus, *Behavior Therapy and Beyond*, p. 165.

2 A.H. Maslow, *Some basic propositions of growth and self-actualization psychology in theories of personality*, ed. Gardener Lindrey/Calving S. Hall, p. 312.

3 Viktor E. Frankl, *Psychotherapy and Existentialism*, p. 2.

4 Morris Stein, ed., *Contemporary Psychotherapies*, pp. 4-5.

source of human knowledge. Iqbal states that it “brings us into contact with aspects of Reality other than those open to sense-perception... We must not, however, regard it as a mysterious special faculty; it is rather a mode of dealing with Reality in which sensation, in the physiological sense of the word, does not play any part. Yet the vista of experience thus opened to us is as real and concrete as any other experience.”

It is erroneous to regard philosophy and spiritual experience as poles apart. Philosophy and spiritual experience, idea and intuition in the thought of Iqbal are complementary to each other. He says: “they spring up from the same root and complement each other. The one grasps Reality piecemeal, the other grasps it in its wholeness. The one fixes its gaze on the eternal, the other on the temporal aspect of Reality. The one is present enjoyment of the whole of Reality; the other aims at traversing the whole by slowly specifying and closing up the various regions of the whole for exclusive observation. Both are in need of each other for mutual rejuvenation. Both seek visions of the same Reality which reveals itself to them in accordance with their function in life.”<sup>1</sup>

### **3. An Eastern Approach:**

It is time now to originate some therapeutic system based upon a sound philosophical thought and vital idea of personality. The East, to our mind, can make great contributions in this respect. The emphasis of the East on the spiritual aspect of personality is lacking in the West. The Western philosophies are mostly empirical and they do not give rise to any system of therapy, which could essentially emphasize the spiritual aspect of man also. The West seems becoming conscious of this fact. The Westerner's appreciation of Yoga indicates this trend, though as compared with Yoga

---

1 Iqbal, *The Reconstruction of Religious Thought in Islam*, p. 2.

there are much more complete systems which have not seen the light of the day. Alan W. Watt places “more weight upon the connection of the Eastern disciplines with forms of psychotherapy whose philosophy is social, interpersonal, and communicational than with those which stress “the unconscious” and its archetypal images.” Erich Fromm says that the principles of Jalal-ud-Din Rumi, an Eastern spiritual guide, are “necessary requirement for the development of a healthy mature character.”<sup>1</sup> Dr. R.A. Nicholson, from another angle, observes: “As a result of two wars that have devastated the world men and women everywhere feel a two-fold need. We need a deeper understanding and appreciation of other peoples and their civilizations, especially their moral and spiritual achievements. And we need a new vision of the universe, a clearer insight into the fundamentals of ethics and religion...”<sup>2</sup> This deeper understanding can be bestowed by the Eastern approach characterised by its spiritual trends in order to deal with the modern predicament.

It is regrettable to note that all the notable psychotherapeutic systems are Western. No systematic work in the subject, so far as I know, has been done or presented by the East. No doubt, in the Muslim world some scattered references are found in the works of Ibn-i-Sina, Al-Ghazali and other Sufis; but no systematic method is available. Even the genuine schools of Sufism have not developed some sound therapeutic systems by their latter-day representatives mostly because they, “owing to their ignorance of the modern mind, have become absolutely incapable of receiving any fresh inspiration from modern thought and experience. They are perpetuating methods which were created for generations

---

1 Alan W. Watt, *Psychotherapy East and West*, p. ix, (Para 3)

2 Dr. R.A Nicholson, *Rumi Poet and Mystic*, George Allon and Unwin, London 1956, p. 5.

possessing a cultural outlook differing, in important respects, from our own.”

### **Ego-therapy:**

Iqbal’s philosophical thought, to my mind, is mostly appropriate in meeting the aforesaid needs. He offers the most vital, balanced and systematic view of personality with its integrating and disintegrating factors—a view the like of which in completeness has not been given by any Eastern philosopher. Iqbal was a great philosopher and was rightly called “the philosopher-poet of the East” with prophetic vision. To Gerami, “He did the work of a prophet, though one may not call him a prophet.” Dr. A. Schimmel endorses it thus, “Nobody will assert that he was a prophet—that would be... wrong from the point of history of religions—but we may admit that he has been touched by Gabriel’s wings.”<sup>1</sup> He “was an heir to a very rich literary and philosophical scholarship. He imbibed and assimilated all that was best in the Islamic and oriental thought to which he added his extensive knowledge of Western literature, philosophy, and culture both of the past and the present.”<sup>2</sup>

A system, built on Iqbal’s view of personality, will have a highly comprehensive system of therapy. It will not only offer cure for modern mental maladies but also provide a good deal of preventive material. His thought aims more and more on the development of personality. It enables normal people to discover their own potentialities, seek better forms of living, and lead successful lives by self-improvement and personal discovery. It also brightens up the outlook and strengthens the spirit of those who for want of healthy advice

---

1 Annemarie Schimmel, *Gabriel’s Wing*, p. 387.

2 Khalifa Abdul Hakim, “Renaissance in Indo Pakistan: Iqbal” in *History of Muslim Philosophy*, edited by M.M.Sharif, pp. 116-117.

are likely to suffer from different mental problems. Further, his view of personality embraces many an insights of dynamic Sufis like Ali Hujwari, Jalal-ud-Din Rumi, al-Ghazali and Mujaddid Alf Sani. Thus, the therapeutic system, evolved from Iqbal's thought, fairly represents to a large extent the Sufi view of the above mystics, whose system could not be developed to fully cater for the needs of the modern mind.

The most important element in therapy, to my mind, is the development of ego or self. I have based my system of Ego-therapy on a much wider scope than that of psychology. I have prefixed the word 'ego' instead of 'psyche' to therapy because admittedly the former deals with "something far more extensive than psyche and its private troubles." I have taken Ego in the sense of Self, which embraces both transcendental and phenomenal aspects of personality.

**IQBAL: A PHILOSOPHICAL  
PSYCHOTHERAPIST AND  
BEYOND**



**P**hilosophical therapy is a cognitive type of therapy. It claims that patient's ailment is due to his pessimistic philosophy, morbid ideas and sick mental attitude. "Often it is our philosophical attitude toward the world around us that governs how we will tend to respond to a particular situation or to a given set of stimuli."<sup>1</sup>

### **1. Function**

Philosophical Psychotherapy cures mental maladies by changing the behaviour, value, outlook and attitude of the patients. William S. Sahakian rightly says "Philosophical Psychotherapy effects behavioural change and emotional control through one's thoughts, philosophical outlook, or attitude".<sup>2</sup> Our beliefs, intellectual posture or perspective on life can.

### **2. Benefit**

Philosophical Psychotherapy is beneficial in removing depression, anxiety, neuroses and making remarkable changes in a person's life style. It includes cases in which more fundamental forms of personality changes are sought where a complete change of life style or a new attitude on life will benefit the individual. "Those with various emotional problems especially people plagued with anxieties and other fears and those facing life's crises and other distressing situation benefit most from Philosophical Psychotherapy. It is a boon to so-called normal people seeking to maintain their

---

<sup>1</sup> *The Psychotherapy hand book*, edited by Richie Herink, p. 474.

<sup>2</sup> *Ibid.*, p. 473.

slim hold on “sanity”. It comes as a relief to neurotics of long standing.”<sup>1</sup>

### **3. Distinctive Value**

Philosophical therapy occupies a distinctive place among other schools of psychotherapy. As compared with other schools, it proves in many cases more effective and beneficial. “Philosophical Psychotherapy is most effective in those recalcitrant cases that do not yield to other forms of therapy. Its value is best appreciated in dealing with those long-terms cases where common forms of psychotherapy have proved fruitless.”<sup>2</sup>

### **4. The work of therapist**

Philosophical psychotherapist aims at getting control over patient’s emotions. He works on changing the undesired outlook and pessimistic thinking of the patient. He makes efforts to remove depression, anxiety, neurotic symptoms, and other mental maladies, which have been produced by unhealthy outlook and morbid ideas of the patients. “Philosophically Psychotherapist produces changes in behavior and acquires emotional control by modifying thought process relative to one’s life outlook.”<sup>3</sup>

The therapist eventually creates a subtle belief system in patient’s mind and affects his personality in such a way that it creates great faith in the patient. “A person’s beliefs system affects personality as forcefully as environmental stimuli. Philosophical beliefs can be called internal stimuli.”<sup>4</sup>

### **Method of treatment**

The Philosophical Therapist meets success by giving Lectures and providing guidance. His efforts in creating a

---

<sup>1</sup> *The Psychotherapy hand book*, edited by Richie Herink, p. 476.

<sup>2</sup> *Ibid.*

<sup>3</sup> *Concise Encyclopaedia of Psychology*, edited by Reymond J. Corsini, p. 844.

<sup>4</sup> *Ibid.*, p. 844.

peaceful state of mind are of great values in Philosophical Therapy. William S. Sahakian says, "It is important to explore the patient's Philosophical attitude in order to ascertain whether it is supportive or counterproductive to wholesome mental health. Often a person's Philosophical stance, belief, or outlook adversely affects his emotional or mental health. To be in this predicament, a person need not be brainwashed by some nefarious group; it may result from self-administered brainwashing. People can and do think and talk themselves into a philosophy or philosophical attitude or a belief that causes anxieties. "After determining that the client's Philosophical beliefs are counterproductive to constructive responses or wholesome living, it is necessary for the therapist to act in the role of facilitator to change them for desirable ones, the therapist aids the client in changing his attitude or assists him in becoming more philosophical about his condition-even in cultivating an attitude of philosophical indifference."<sup>1</sup>

Iqbal is very much conscious of modern man's plight. He says that modern man "wholly overshadowed by the results of his intellectual activity, has ceased to live soulfully, i.e. from within. In the domain of thought he is living in open conflict with himself, and in the domain of economic and political life he is living in open conflict with others. He finds himself unable to control his ruthless egoism and his infinite gold-hunger which is gradually killing all higher striving in him and bringing him nothing out life wearing".<sup>2</sup> He further says: "That the modern man with his philosophies of criticism and scientific specialism finds himself in a strange predicament. His Naturalism has given

---

<sup>1</sup> *The Psychotherapy hand book*, edited by Richie Herink, p. 475.

<sup>2</sup> Iqbal, *The Reconstruction of Religious Thought in Islam*, Edited & annotated by M. Saeed Sheikh, published by Institute of Islamic Culture, Club Road, Lahore, p. 187-188.

him an unprecedented control over the forces of nature, but has robbed him of faith in his own future.”<sup>1</sup>

Again, Iqbal has not only pointed out the cause of modern man’s predicament, but has also offered cure for his maladies. His thought carries a great therapeutic value, and has the potentiality of developing into a sound philosophical psychotherapeutic system. An in-depth study of Iqbal’s thought makes us realise that his philosophy lends support to many a notions of Philosophical Psychotherapy both in its preventive and curative aspects.

## **1. Iqbal’s View of Philosophy and Practice Virtues**

1. Philosophy does not accept any authority except that of reason on any matter brought before it. Iqbal says “The spirit of Philosophy is one of free inquiry. It suspects all authority. Its function is to trace the uncritical assumptions of human thought to their hiding places, and in this pursuit it may finally end in denial or a frank admission of the incapacity of pure reason to reach the Ultimate Reality.”<sup>2</sup>

2. Thought possesses great power. It has both heights and depths. Iqbal says that “thought has a deeper movement also while it appears to break up Reality into static fragments. Its real function is to synthesize the elements of experience by employing categories suitable to the various levels which experience presents. It is as much organic as life.”<sup>3</sup>

i. Again, Rational understanding “develops the powers of reflection and imagination and has the ambition to go the

---

<sup>1</sup> Iqbal, *The Reconstruction of Religious Thought in Islam*, Edited & annotated by M. Saeed Sheikh, published by Institute of Islamic Culture, Club Road, Lahore, p. 186.

<sup>2</sup> *Ibid.*, p. 1.

<sup>3</sup> *Ibid.*, p. 42.

roots of things. Iqbal says: “the search for rational foundation in Islam may be regarded to have begun with the Prophet himself. His constant prayer was God grant me knowledge of the ultimate nature of thing.”<sup>1</sup>

ii. Further, Rational understanding is the second period of religious life. According to Iqbal, “Broadly speaking religious life may be divided into three periods. These may be described as the periods of Faith, Thought and Discovery... Perfect submission to discipline is followed by a rational understanding of the discipline and the ultimate source of its authority. In this period religious life seeks its foundation in a kind of metaphysics – a logically consistent view of the world with God as a part of that view.”<sup>2</sup>

He further says, “According to the Quran, the Universe has a serious end. Its shifting actualities force our being into fresh formations. The intellectual effort to overcome the obstruction offered by it, besides enriching and amplifying out life, sharpens our insight, and thus prepares us for a more masterful insertion into subtler aspects of human experience. It is our reflective contact with the temporal flux of thing which trains us for an intellectual vision of the non temporal. Reality lives in its own appearances, and such a being as man who has to maintain his life in an obstructing environment cannot afford to ignore the visible.”<sup>3</sup>

### **Philosophy without Religion**

1. However, being dependent on concepts, philosophy cannot go beyond the realm of reason. It cannot reach the

---

<sup>1</sup> Iqbal, *The Reconstruction of Religious Thought in Islam*, Edited & annotated by M. Saeed Sheikh, published by Institute of Islamic Culture, Club Road, Lahore, p. 2.

<sup>2</sup> *Ibid.*, p. 143.

<sup>3</sup> *Ibid.*, p. 11,12.

ultimate Reality. "Philosophy is an intellectual view of things, and as such, does not care to go beyond a concept which can reduce all the rich variety of experience to a system. It sees Reality from a distance as it were".<sup>1</sup>

2. Philosophy due to its limitations can not exercise an absolute jurisdiction over religion. Iqbal says, "Philosophy, no doubt, has jurisdiction to judge religion, but what is to be judged is of such a nature that it will not submit to the jurisdiction of philosophy except on its own terms. While sitting in judgment on religion, philosophy cannot vie religion an inferior place among this date."<sup>2</sup>

Iqbal while discussing the attitude of religion towards the limitation of man says: "Religion, in its more advanced forms, rises higher than poetry. It moves from individual to society. In its attitude towards the ultimate reality it is opposed to the limitations of man; it enlarges his claims and hold out the prospect of nothing else than direct vision of Reality."<sup>3</sup>

3. A Philosophy divorced from religion can lead to wrong ideas and wrong deeds. Iqbal says: "Conduct, which involves a decision of the ultimate fate of the agent, cannot be based on illusions. A wrong concept misleads the understanding; a wrong deed degrades the whole man, and may eventually demolish the structure of the human ego. The mere concept affects life only partially; the deed is dynamically related to Reality and issue from a generally constant attitude of the whole man towards reality."<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup> Iqbal, *The Reconstruction of Religious Thought in Islam*, Edited & annotated by M. Saeed Sheikh, published by Institute of Islamic Culture, Club Road, Lahore.

<sup>2</sup> *Ibid.*, p. 2.

<sup>3</sup> *Ibid.*, p. 1.

<sup>4</sup> *Ibid.*, p. 146.

Iqbal rightly says that “The main purpose of the Quran is to awaken in man the higher consciousness of his manifold relations with God and the universe.”<sup>1</sup> The rational method of philosophy cannot fathom the depth of religion which aims at direct vision of Reality. “Religion in its more advance forms, moves from individual to society. In its attitude towards the Ultimate Reality is opposed to the limitations of man; It enlarges his claims and holds out the prospect of nothing less than a direct vision of Reality”.<sup>2</sup>

## **2. Intuition as Higher form of Intellect**

Iqbal understands religion as the expression of the whole man. Thought and intuition are not contradictory notions but complement each other. He says: “Religion is not a departmental affair, it is neither mere thought, nor mere feeling nor mere action; it is an expression of the whole man. Thus, in the evaluation of religion, philosophy must recognize the central position of religion and has no other alternative but to admit it as something focal in the process of reflective synthesis. Nor is there any reason to suppose that thought and intuition are essentially opposed to each other. They spring up from the same root and complement each other. The one grasps Reality piecemeal, the other grasps it in its wholeness. The one fixes its gaze on the eternal, the other on the temporal aspect of Reality. The one is present enjoyment of the whole of Reality; the other aims at traversing the whole by slowly specifying and closing up the various regions of the whole for exclusive observation. Both are in need of each other for mutual rejuvenation. But seek visions of the same Reality which reveals itself to them in accordance with their

---

<sup>1</sup> Iqbal, *The Reconstruction of Religious Thought in Islam*, Edited & annotated by M. Saeed Sheikh, published by Institute of Islamic Culture, Club Road, Lahore, p. 7.

<sup>2</sup> *Ibid.*, p. 1.

function in life. In fact, intuition, as Bergson rightly says, is only a higher kind of intellect.”<sup>1</sup>

The need of the hour is to provide spiritual foundations to Philosophical Psychotherapy in the light of Iqbal’s Philosophy, which is based on Islam and is universal in essence.

The criticism against Iqbal’s universalism is ill founded. His reply to Dickenson, when the latter objected that Iqbal’s message of *Asrar-i-Khudi* lacked universality, is enough to clear Iqbal’s position. Iqbal says, “The object of My Persian Mathnavis is not to attempt an advocacy of Islam. My real purpose is to seek a better social order and to present to the world a universally acceptable ideal (of life and action), but it is impossible for me, in the effort to define this ideal, to ignore the social system and values of Islam whose most import objective is to demolish all artificial and pernicious distinctions of caste, creed, colour and economic status. Islam is violently opposed to the idea of racial superiority which is the greatest obstacle in the way of international unity and cooperation; in fact, Islam and racial exclusiveness are absolutely antithetic. The racial ideal is the greatest enemy of mankind and it is the duty of all well-wishers of the human face to eradicate it. When I realized that conception of nationalism based on differences of race and country was beginning to spread to the Islamic world also and that the Muslims were in danger of giving up the universality of their ideal in favour of a narrow patriotism and false nationalism, I felt it my duty, as a Muslim and a well wisher of humanity, to remind them of their true role in the drama of evolution. No

---

<sup>1</sup> Iqbal, *The Reconstruction of Religious Thought in Islam*, Edited & annotated by M. Saeed Sheikh, published by Institute of Islamic Culture, Club Road, Lahore, p. 2.

doubt, I am intensely devoted to Islam. But I have chosen the Islamic community as my starting point not because of any national or religious prejudice but because it is the most inconvenient way to approach the problem.”<sup>1</sup> Thus Iqbal’s “deepest thoughts and intuitions are of immortal significance; he belongs to all times and to the entire humanity, because he imbibed the best that humanity could offer and pointed to goals towards which all creation moves.”<sup>2</sup>

Iqbal’s message has spread far and wide due to its universal appeal. “No other poet or thinker in any country, in the East or West, during the century (20<sup>th</sup>), has influenced a larger portion of humanity than Iqbal. None has rivaled Iqbal in successfully arousing intellectual-cum-emotional response in large masses of humanity, at all levels, and in diverse countries. In fact, he has influenced and continues to influence and ever-growing number of souls and minds in search of truth and spiritual happiness.”<sup>3</sup>

### **A comparison with Nietzsche’s view**

Writing on the “Muslim Democracy” in “New Era” Iqbal said: “The Democracy of Europe originates mainly in the economic re-generation of European societies. Nietzsche, however, has a horror of this “rule of the herd” and despairing of the plebeian he based all higher culture on the maintenance and development of an aristocracy of supermen. But is there really nothing to hope from the plebeian? The Democracy of Islam is not the result of any extension of economic possibilities; it is a spiritual principle based on the assumption that every human being a centre of latest power the possibilities of which can be developed by cultivating a

---

<sup>1</sup> Quoted by M.A.M in the *Introduction to the thought of Iqbal*, op. cit., pp. 19,20.

<sup>2</sup> Rumi Mathnawi, p. 184-189.

<sup>3</sup> Khawaja Abdur Rahim, *Iqbal the Poet of Tomorrow*; Foreward, p. iii.

certain type of character, Out of the plebeian material Islam has formed men of the greatest nobility. Is not the democracy of early Islam and experimental refutation of the idea of Nietzsche?"<sup>1</sup>

Iqbal states that human progress follows an ascending and infinite line; it does not know any limit. Nietzsche describes it as a circular movement; the process of evolution movement; the process of evolution has to be started over again. This is what he calls Eternal Recurrence. We are condemned to turn round and round. This conception is disheartening and pessimistic. What is the use of struggling if our actions do not count at all and if we are bound to return endlessly to our starting point? Thus, for Nietzsche the universe is not heading towards any end, it is nothing but a well wound up mechanism. Iqbal, on the contrary considers it as a conscious force which is truly creative. It provides ground for optimism.

Iqbal says of Nietzsche in the *Payam-i-Mashriq*: "His voice is a peal of thunder. Those who desire sweet songs should fly from him. He has thrust a dagger into the heart of the West. His hands are red with the blood of Christianity. He has build his temple on the foundations of Islam; he has the heart of a believer but his brain refuses to believe. Enter the fire of this Nimrod fearlessly for if thou hast the faith of Abraham, thou shall not be burnt. The fire itself will turn, on the contrary, into a garden for thee".<sup>2</sup>

He says: "Remember, man can be maintained on this earth only by honouring mankind, and this world will remain a battle-ground of ferocious beasts of prey unless and until the educational forces of the whole world are directed to

---

<sup>1</sup> Luce Claude Mait, *Re-Introduction to the Thought of Iqbal* (Trans by Majeed Dar), p. 34.

<sup>2</sup> *Ibid.*, p. 35

inculcating in man respect for mankind. Do you not see that the people of Spain. Though they have the same common bond of one race, one nationality, one language and one religion, are cutting one another's throats and destroying their culture and civilization by their own hands owing to a difference in their economic creed? This one event shows clearly that national unity too is not a very durable force. Only one unity is dependable and that unity is the brotherhood of man. Which is above race, nationality, colour or language. So long as this so-called democracy, this accursed nationalism and this degraded imperialism are not shattered, so long as men do not demonstrate by their actions that they believe that the whole world is the family of God, so long as distinctions of race, colour and geographical nationalities are not wiped out completely, they will never be able to lead a happy and contented life and the beautiful ideals of liberty, equality and fraternity will never materialize.”<sup>1</sup>

Iqbal narrates the essence of his universal message in his poetry as well. He says:

یہ ایک سجدہ جسے تو گراں سمجھتا ہے  
ہزار سجدے سے دیتا ہے آدمی کو نجات!<sup>2</sup>

The one prostration (before God) which you do with such a heavy heart, Saves you from a thousand prostrations (before others).

میں ایسے فقر سے اے اہل حلقہ باز آیا  
تمہارا فقر ہے بے دولتی و رنجوری<sup>3</sup>

I wash my hands of the ascetic's *Faqr* which is nought but poverty and grieving.

<sup>1</sup> Latif Ahmed Sherwani, *Speeches, Writings & Statements of Iqbal*, Iqbal Academy Pakistan, Lahore, 2009, pp. 299-300.

<sup>2</sup> Allama Muhammad Iqbal, *Kuliyat-i-Iqbal* (Urdu), “Zarb-i-Kalim”, Iqbal Academy Pakistan, 2009, p. 550.

<sup>3</sup> *Ibid.*, “Bal-i-Jibril”, p. 375.

نگاہِ فقر میں شانِ سکندری کیا ہے<sup>1</sup>

The pomp and show of Alexander are insignificant in the eyes of Faqr.

سبق ملا ہے یہ معراجِ مصطفیٰ سے مجھے

کہ عالمِ بشریت کی زد میں ہے گرؤوں<sup>2</sup>

The ascension of the Prophet teaches this lesson that the sky is within the reach of man.

گزر جا عقل سے آگے کہ یہ نور

چراغِ راہ ہے، منزل نہیں ہے<sup>3</sup>

Surpass beyond intellect, for this light illumine the path but is not the goal.

بے خطر کود پڑا آتشِ نمرود میں عشق

عقل ہے محو تماشا ئے لبِ بامِ ابھی<sup>4</sup>

Love leapt unhesitatingly into Nimrud's fire, intellect is still busy in looking from the rooftop.

اپنی اصلیت سے ہو آگاہ اے غافل کہ تو

قطرہ ہے، لیکن مثالِ بحر سے پایاں بھی ہے<sup>5</sup>

O heedless! Acquaint thyself with thy worth, for thou art a drop but hast the potentiality of a boundless ocean.

یہ کائنات ابھی ناتمام ہے شاید

کہ آ رہی ہے دمامِ صدائے کنِ فیکوں<sup>6</sup>

This creation is perhaps still unfinished,  
For every moment arises the cry "Be", and it comes.

<sup>1</sup> Allama Muhammad Iqbal, *Kuliyat-i-Iqbal* (Urdu), "Bal-i-Jibril", Iqbal Academy Pakistan, 2009, p. 379.

<sup>2</sup> *Ibid.*, p. 364.

<sup>3</sup> *Ibid.*, p. 409.

<sup>4</sup> *Ibid.*, "Bang-i-Dara", p. 310.

<sup>5</sup> *Ibid.*, p. 220.

<sup>6</sup> *Ibid.*, "Bal-i-Jibril", p. 364.

کر بلبل و طاؤس کی تقلید سے توبہ  
بلبل فقط آواز ہے، طاؤس فقط رنگ! <sup>1</sup>

Forswear the imitation of the nightingale or the peacock,  
The nightingale is nothing but voice, the peacock is nothing but colour.

اُس قوم کو شمشیر کی حاجت نہیں رہتی  
ہو جس کے جوانوں کی خودی صورتِ فولاد <sup>2</sup>

The Nation does not stand in need of a sword,  
The Self of whose young men is like steel in quality.

پرواز ہے دونوں کی اسی ایک فضا میں  
کر گھس کا جہاں اور ہے، شاہین کا جہاں اور <sup>3</sup>

The flight of both is in the same sphere.  
But the worlds (of vision) of both the vulture and the eagle differ.

خدا تجھے کسی طوفاں سے آشنا کر دے  
کہ تیرے بحر کی موجوں میں اضطراب نہیں <sup>4</sup>

May God acquaint thee with some kind of storm!  
For there is no commotion in the waves of thy sea.

راز ہے، راز ہے تقدیرِ جہانِ تگ و تاز  
جوشِ کردار سے کھل جاتے ہیں تقدیر کے راز <sup>5</sup>

The destiny of this world of strife is mystery, indeed:  
Zeal for action unfolds the secrets of the destiny unknown.

<sup>1</sup> Allama Muhammad Iqbal, *Kuliyat-i-Iqbal* (Urdu), "Bal-i-Jibril", Iqbal Academy Pakistan, 2009, p. 401.

<sup>2</sup> *Ibid.*, "Zarb-i-Kalim", p. 585.

<sup>3</sup> *Ibid.*, "Bal-i-Jibril", p. 486.

<sup>4</sup> *Ibid.*, "Zarb-i-Kalim", *Ibid.*, p. 595.

<sup>5</sup> *Ibid.*, "Bal-i-Jibril", p. 479.

جہاں اور بھی ہیں ابھی بے نمود  
کہ خالی نہیں ہے ضمیرِ وجود<sup>1</sup>

There are as yet many worlds to be manifested,  
For the womb of Being is not empty.

نہ ہو نومید، نومیدی زوالِ علم و عرفاں ہے  
امید مردِ مومن ہے خدا کے رازدانوں میں<sup>2</sup>

Do not lose hope: despair is the decline of all  
knowledge.

میرا بزم بر ساحل کہ آنجا  
نوائے زندگانی نرم خیز است<sup>3</sup>

Feast not on the shore, for there  
Softly breathes the tune of life.

گفتند جہانِ ما آیا بتومی سازد؟  
گفتم کہ نمی سازد! گفتند کہ برہم زن!<sup>4</sup>

They said, 'is our world agreeable to you'?  
I said, "No", they added, "Upset it."

حدیثِ بے خبراں ہے، تو با زمانہ بساز  
زمانہ با تو نسازد، تو با زمانہ ستیر<sup>5</sup>

It is the ignorant who says: 'adjust yourself to your  
surroundings'  
If the surroundings (your times) do not conform to  
your wishes, you must fight against them.

<sup>1</sup> Allama Muhammad Iqbal, *Kuliyat-i-Iqbal* (Urdu), "Bal-i-Jibril", Iqbal Academy Pakistan, 2009, p. 457.

<sup>2</sup> *Ibid.*, "Bal-i-Jibril", p. 447.

<sup>3</sup> Allama Muhammad Iqbal, *Kuliyat-i-Iqbal* (Persian), "Piyam-i-Mashriq", Sheikh Ghulam Ali & Sons, Lahore, 1973, p. 215.

<sup>4</sup> *Ibid.*, "Zabor-i-Ajam", p. 467.

<sup>5</sup> Allama Muhammad Iqbal, *Kuliyat-i-Iqbal* (Urdu), "Bal-i-Jibril", Iqbal Academy Pakistan, 2009, p. 354.

پشیمان شو اگر لعلی ز میراثِ پدر خواهی  
کجا عیشِ بروں آوردنِ لعلی که در سنگ است<sup>1</sup>

Shame on thee, only to desire  
Rubies bequeathed thee by the sire.  
Is there not one delight alone---  
To win thee rubies from the stone.

خطر تاب و توان را امتحان است  
عیارِ ممکناتِ جسم و جان است<sup>2</sup>

Danger tests one's strength and capacity  
And is the touchstone of the powers of the mind and  
the body.

راست می گویم عدو هم یا تست      هستی او رونقِ بازار تست  
هر که دانای مقاماتِ خودی است      فضل حق داند اگر دشمن قوی است  
کشتِ انساں را عدو باشد سحاب      ممکناتش را بر انگیزد ز خواب<sup>3</sup>

I will declare the truth thine enemy is the friend.,  
His existence crowns thee with glory.  
Whosoever knows the states of the self  
Considers a powerful enemy to be a blessing from  
God.  
To the seed of Man the enemy is as a rain-cloud  
He awakens its potentialities.

تو شب آفریدی چراغ آفریدم  
سفال آفریدی ایغ آفریدم<sup>4</sup>

Thou created the night, I the lamp;  
Thou created the clay, I the vase.

<sup>1</sup> Allama Muhammad Iqbal, *Kuliyat-i-Iqbal* (Persian), "Zabor-i-Ajam", Sheikh Ghulam Ali & Sons, Lahore, 1973, p. 521.

<sup>2</sup> *Ibid.*, "Piyam-i-Mashriq", p. 293.

<sup>3</sup> *Ibid.*, "Asrar-o-Ramuz", p. 53.

<sup>4</sup> *Ibid.*, "Piyam-i-Mashriq", p. 284.

آدمیت احترام آدمی

باخبر شو از مقام آدمی!<sup>1</sup>

That is humanity? Respect for man  
Learn then true status of man...

مرگ قوم از ترک مقصود حیات<sup>2</sup>

The nation dies if it loses hold of the purpose of life.

تراش از تیشه خود جاده خویش

براه دیگران رفتن عذاب است

گر از دست تو کار نادر آید

گناہے ہم اگر باشد ثواب است<sup>3</sup>

Cut your path with an axe of your own,  
It is a sin to tread the beaten paths of others  
If you achieve something unique and original,  
Even a sin becomes a virtue.

هر که او را قوت تخلیق نیست

پیش ما جز کافر و زندیق نیست!<sup>4</sup>

He who lacks the power of creation  
Is naught to us but an atheist and an agnostic.

بنده آزاد را آید گراں

زیستن اندر جهان دیگران!<sup>5</sup>

The man who is liberated finds it burdensome  
To live in other's world.

<sup>1</sup> Allama Muhammad Iqbal, *Kuliyat-i-Iqbal* (Persian), "Javid Nama", Sheikh Ghulam Ali & Sons, Lahore, 1973, p. 793.

<sup>2</sup> *Ibid.*, "Asrar-o-Ramuz", p. 118.

<sup>3</sup> *Ibid.*, "Piyam-i-Mashriq", p. 229.

<sup>4</sup> *Ibid.*, "Javid Nama", p. 779.

<sup>5</sup> *Ibid.*, p. 779.

مزی اندر جهانے کور ذوقے

کہ یزداں دارد و شیطان ندارد<sup>1</sup>

Do not live in a world of blind taste,  
Which has only a God and not a devil.

The Philosophy of Iqbal has the vitality to provide foundations to both psychology and psychotherapy. His role as a philosophical psychotherapist and beyond meets the requirements of the times. It helps the world to understand the inner and outer dimensions of personality and facilitates the integration of the individual with himself and the society.

---

<sup>1</sup> Allama Muhammad Iqbal, *Kuliyat-i-Iqbal* (Persian), "Piyam-i-Mashriq", Sheikh Ghulam Ali & Sons, Lahore, 1973, p. 302.

# اقبال اور ذہنی علاج

از

ڈاکٹر نذیر قیصر

اقبال اکادمی پاکستان

جملہ حقوق محفوظ

ناشر

محمد سہیل عمر

ناظم

اقبال اکادمی پاکستان

(حکومت پاکستان، وزارت ثقافت)

چھٹی منزل، ایوان اقبال، لاہور

Tel: [+92-42] 36314-510

[+92-42] 99203-573

Fax: [+92-42] 3631-4496

Email: [director@iap.gov.pk](mailto:director@iap.gov.pk)

Website: [www.allamaiqbal.com](http://www.allamaiqbal.com)

طبع اول : ۲۰۱۲ء  
تعداد : ۵۰۰  
قیمت :  
مطبع :

محل فروخت: ۱۱۶ میکلوڈ روڈ، لاہور، فون نمبر ۳۵۷۲۱۳

## فہرست

- ۱- نفسیاتی علاج اور فلسفہ (فکر اقبال کے تناظر میں) ۵
- ۲- اقبال کا فلسفیانہ علاج (لوگو تھرپی کا پیش رو) ۱۷
- ۳- اقبال کا فلسفہ فقر اور ذہنی علاج ۳۳



# نفسیاتی علاج اور فلسفہ (فکر اقبال کے تناظر میں)



سائیکو تھرپی ایسی تکنیک کا نام ہے جو کہ نفسیاتی امراض اور روزمرہ کی نفسیاتی بے ضابطگی کے لیے زیر کار لائی جاتی ہے۔<sup>۱</sup> یہ کوئی تصور نیا نہیں اس پر شروع سے ہی مختلف شکلوں میں عمل درآمد ہوتا رہا ہے۔ البتہ اس کی ضرورت جو اس زمانہ میں ہے شاید پہلے ایسی نہ تھی۔ حقیقت یہ ہے کہ ماڈرن زمانہ نے اگرچہ بے شمار سہولتیں اور آسائشیں دی ہیں لیکن اس کے بدل میں اطمینانِ قلب، ذہنی سکون اور روحانی مسرت جیسے خزانے چھین لیے ہیں۔

Erich Fromm نے درست کہا ہے:

”مادہ کے علم کے ساتھ ساتھ ماڈرن انسان، انسانی زندگی کے بہت اہم اور بنیادی حقائق سے بے بہرہ ہے۔ وہ نہیں جانتا کہ ماڈرن انسان کیا ہے۔ اسے کس طرح زندہ رہنا چاہیے۔ اور بے پناہ قوتیں جو اس کے اندر پوشیدہ ہیں ان کی کس طرح نشوونما کرنی چاہیے اور انہیں کس طرح احسن طریقے سے استعمال میں لانا چاہیے۔“<sup>۲</sup>

فلٹن جے شین کے مطابق ماڈرن انسان ایک اکائی نہیں بلکہ وہ ذہنی الجھاؤ اور اعصابی نظام کا ایک بے ترتیب مجموعہ ہے۔ وہ اپنے آپ سے الگ اور اجنبی ہے۔ فلٹن جے شین کے الفاظ میں اس کی تفصیل یوں ہے:

"The modern man is no longer a unity, but a confused bundle of complexes and nerves. He is so dissociated, so alienated from himself that he sees himself less as a personality than as a battlefield where a civil war rages between a thousand and one

1. J.P. Chaplin, *Dictionary of Psychology*.

2. Erich Fromm, *Man for Himself*, p. 4.

conflicting loyalties... If the frustrated soul is educated, it has a smattering of uncorrelated bits of information with no unifying philosophy. <sup>13</sup>

ایک فلاسفر نے چند الفاظ میں ماڈرن انسان کی تعریف بجا طور پر یوں کی ہے کہ ”وہ مایوس، دباؤ زدہ اور پیچیدہ حال انسان ہے۔“

اقبال بھی ماڈرن انسان کی حالت سے آگاہ ہے۔ اقبال کے نزدیک ”حاصل کلام یہ کہ عصر حاضر کی ذہنی سرگرمیوں سے جو نتائج مرتب ہوئے ان کے زیر اثر انسان کی روح مردہ ہو چکی ہے۔ یعنی وہ اپنے ضمیر اور باطن سے ہاتھ دھو بیٹھا ہے۔ خیالات اور تصورات کی جہت سے دیکھیے تو اس کا وجود خود اپنی ذات سے متصادم ہے۔ سیاسی اعتبار سے نظر ڈالیے تو افراد سے اس میں اتنی تسکت ہی نہیں کہ اپنی بے رحمت انانیت اور ناقابل تسکین جوع زر پر قابو حاصل کر سکے۔ یہ باتیں ہیں جن کے زیر اثر زندگی کے اعلیٰ مراتب کے لیے اس کی جدوجہد بتدریج ختم ہو رہی ہے۔ بلکہ یہ کہنا چاہیے کہ وہ درحقیقت زندگی ہی سے اکتا چکا ہے۔“

ان حالات کے نتیجے میں بہت سے نفسیاتی امراض کے معالج نے مختلف تکنیکوں سے ذہنی امراض کا علاج متعارف کرایا جیسے مثال کے طور پر

Psychoanalysis, Behaviour Therapy, Humanistic Therapy

میں اس کی اپنی ایک انگریزی کتاب میں تفصیل سے واضح کر چکا ہوں اس کے علاوہ بے شمار سکول معرض وجود میں آئے ہر ایک کی مختلف برانچیں اور صورتیں سامنے آئیں۔

لیکن اس ضمن میں فلسفہ کو بہت کم اہمیت دی گئی مگر فلسفہ کی شمولیت کے بغیر نفسیاتی علاج پایہ تکمیل تک نہیں پہنچ سکتا۔ چنانچہ ہم یہاں صرف فلاسفی کے مدد و معاون ہونے کو زیر بحث لاتے ہیں۔

فلسفہ کی خوبی یہ ہے کہ یہ علاج میں انسان کی مکمل شخصیت کو مد نظر رکھتا ہے۔ C.M.Joad کے

الفاظ میں:

"Philosophy takes into account all branches and aspects of human knowledge and experience. The

3. Fulton J. Sheen, *Peace of Soul*, p. 7.

4. Iqbal, *The Reconstruction of Religious Thought in Islam*, p. 148.

5. Dr. Nazir Qaiser, *A Critique of Western Philosophy and Psychotherapy and Iqbal's Approach*.

inspiration of the artist, the vision of the mystic, the social urge of the reformer, the emotions of the lover, and the moral intuitions of the plain man, all are grist to the philosopher's mill. He must also take into consideration the conclusions and discoveries of the scientist."<sup>6</sup>

اس کے برعکس موجود نفسیاتی طریق یکطرفہ علاج کے حامل ہیں۔ یہ صرف مرض کو مد نظر رکھتے ہیں نہ کہ مریض کی شخصیت کو۔ مثال کے طور پر فرائیڈ کا علاج صرف جنسی جذبہ کے ارد گرد گھومتا ہے۔ اس کا ہر مفروضہ اس پر مبنی ہے اس کو بجا طور پر "Sex Intoxicated" کہا جاتا ہے۔  
Salter Andrew بجا طور پر کہتا ہے:

Soldiers worrying about death. Mothers worrying about children. Men worried about success and failure, Freud sexualized them all.<sup>7</sup>

Behaviourism صرف انسان کے Behaviour پر زور دیتی ہے۔ وہ صرف ان تحقیقات پر زور دیتی جو تجربہ میں آسکتی ہے اور جو تجربہ کے ذریعے سیکھی جاسکتی ہیں۔ مریض کی پوری شخصیت کو مد نظر نہیں رکھا جاتا تو گویا نفسیاتی علاج موجودہ دور میں ایک جزوی پہنچ ہے اور نفسیاتی معالج نے اپنے آپ کو مختلف خانوں میں تقسیم کر دیا ہے۔ بلکہ ایک دوسرے کی دریا فتوں کو بھی کوئی جگہ نہیں دیتے۔ خواہ وہ کس قدر فائدہ مند کیوں نہ ہوں۔<sup>۸</sup>

Morris Stein بجا طور پر کہتا ہے کہ ماڈرن نفسیاتی علاج کی تکنیکی اور زاویے اپنے اپنے گروہ میں منقسم ہیں اور عام طور پر ایک دوسرے کے برعکس ہیں۔ جہاں کہیں وہ مختلف ہیں وہاں ایک ہی بات کو دہرا رہے ہیں اور انسانی طاقت کا زیاں ہیں۔ وہ ایک دوسرے کے اصولوں اور دریا فتوں کو پھر سے دریافت کر کے دہرا رہے ہیں۔<sup>۹</sup>

زندگی کا فلسفہ ذہنی صحت بخشتا ہے۔ Harold H. Titus نے درست کہا ہے:

6. C.E.M. Joad, *Guide to Modern Thought*, p. 16.
7. Andrew Salter, *The Case Against Psychoanalysis*, p. 129.
8. Freud, *Collected Papers*, IV, 14, p. 319.
9. Morris I. Stein, ed., *Contemporary Psychotherapies*, p. 6.

"The life of a person who is matured mentally is integrated around a philosophy of life."<sup>10</sup>

برعکس اس کے وہ انسان جس کا ذہن غیر متوازن ہو گیا ہو وہ مقصد حیات سے عاری ہو جاتا ہے اور زندگی کی قدروں کو صحیح طرح سے سمجھنے کے قابل نہیں رہتا۔ اور پیچیدہ عقیدے اور ناچستہ رویہ رکھتا ہے۔ چنانچہ فلسفہ اپنے اندر شخصیت کو بدلنے کے لیے اتم درجہ طاقت رکھتا ہے۔ اے ایچ ماسلو کے الفاظ میں:

"When the philosophy of Man (his nature, his goals, his potentialities, his fulfillment) changes, then everything changes. Not only the philosophy of politics, of economics, of ethics and values, of interpersonal relation and of history itself change, but also the philosophy of education, the theory of how to help men become what they can and deeply need to become."<sup>11</sup>

اس سلسلہ میں فلسفہ زیادہ سے زیادہ مدد کرتا ہے کہ آیا وہ شعوری یا لاشعوری طور پر زندہ ہیں۔ اقبال کہتے ہیں:

”اغراض و مقاصد ہی، خواہ ان کی حیثیت شعوری ہو یا غیر شعوری، ہماری واردات شعور کا تار و پود ہیں۔ لیکن غایات یا مقاصد کا تعلق مستقبل سے ہے۔ اور مستقبل کا انکار کر دیا گیا تو غایات کا وجود بھی بے معنی ہو جائے گا۔ پھر یہ امر کہ ماضی حال میں موجود اور کارفرما رہتا ہے۔ اگرچہ درست ہے مگر اس سے یہ نہیں سمجھنا چاہیے کہ ہمارے شعور میں تمام تر ماضی ہی کی کارفرمائی ہے، کیونکہ اس میں ایک پہلو مستقبل کا بھی ہے، جس کی تائید اس امر سے ہوتی ہے کہ زندگی کا دامن مقاصد اور غایات سے کبھی خالی نہیں رہتا۔ لیکن مقاصد اور غایات کی حیثیت یہ ہے کہ ان کا اثر ہمارے ذہن کی حاضر الوقت کیفیات تک ہی محدود نہیں رہتا، ان سے یہ بھی اندازہ ہو جاتا ہے کہ ان

10. Harold H. Titus, *Ethics for Today*, Third Edition, p. 239.

11. A.H. Maslow, Article: *Some Basic Propositions of a Growth and Self-actualization Psychology*, in *Theories of Personality*; Primary Sources and Research, ed., by Gardner Lindzey / Calvin S. Hall, John Wiley & Sons, Inc., New York, p. 307.

کیفیات کا آئندہ رخ کیا ہوگا۔ مقاصد دراصل ہماری زندگی کو آگے ہی آگے دھکیلتے اور ان کیفیات کے منتظر رہتے، بلکہ اپنے رنگ میں رنگ لیتے ہیں۔ جن کو ابھی پیش آنا ہے۔ کسی مقصد کے اشارے آگے بڑھنا گویا اس چیز کی طرف بڑھنا ہے۔ جس کے لیے آگے بڑھنا چاہیے تھا۔"۱۲

اس کے علاوہ فلسفہ ہمیں حقیقتوں اور قدروں سے روشناس کراتا ہے۔ Jacques Maritan نے درست کہا ہے:

"Human beings do not live only by bread, vitamins, and technological discoveries. They live by values and realities which are above time and are worth knowing for their own sake."<sup>13</sup>

نیز فلسفہ غور و فکر سے تجزیہ کر کے انسان کے اعتقادات کی تعمیر کرتا ہے اور اس کی شخصیت کو پختہ کرتا ہے ورنہ انسان خام خیالی اور جرائم کی نذر ہو جاتا ہے۔

Stevenson Tigner نے درست کہا ہے:

"This capacity to believe is the most significant and fundamental human faculty, and the most important thing about a man is what he believes in the depth of his being. This is the thing that makes him what he is; the thing that organizes him and feeds him; the thing that keeps him going in the face of untoward circumstances; the thing that gives him resistance and drive. Let neutrality, confusion, indifference or scepticism enter this inner glance, and the very springs of life will cease to flow. Men will quit, lose heart, yield, give up, become bitter or cynical, become sunk in bleakness of emptiness, commit suicide, turn to criminality or retreat into a realm of phantasy."<sup>14</sup>

12. Iqbal, op., cit., p. 42-43.

13. Jacques Maritain, *On the Use of Philosophy*, pp.6-7.

14. Hug Stevenson Tigner, *No Sign Shall be Given*.

یہاں اس بات کا ذکر محل ہے کہ فلسفہ اور مذہب ایک دوسرے کے برعکس نہیں،<sup>۱۵</sup> وہ ایک دوسرے کے ہو بہو ہیں<sup>۱۶</sup> اور ایک دوسرے کو مکمل کرتے ہیں۔ یہ ایک ہی سرچشمہ سے نکلتے ہیں۔ اقبال کے الفاظ میں:

"They spring up from the same root and complement each other. Both seek visions of the same Reality which reveals itself to them in accordance with their functions in life."<sup>17</sup>

Harold Titus کے مطابق فلسفہ معقول رویہ پیدا کرتا ہے اور انسان حقیقی دنیا میں نارمل زندگی بسر کرنے کے قابل ہو جاتا ہے:

"A realistic attitude toward one's personal problems, toward one's relationships with other people and toward the world is a condition of mental health."<sup>18</sup>

نیز فلسفہ زندگی میں درست رویہ پیدا کر کے نارمل طرزِ عمل واپس لاتا ہے۔ نارمل زندگی انسان کو حقیقی دنیا میں رہنا سکھاتی ہے وہ غیر حقیقی زندگی اور غیر معقول خواہشات میں نہیں رہتا۔ وہ دوسروں سے متوازن اور باہمی تعلقات قائم کرتا ہے۔ مزید یہ کہ فلسفہ خیالات کے ابہام کو صاف کر کے ذہنی الجھنوں کو دور کرتا ہے۔ اور پھر درست فعل کی طرف رہنمائی کرتا ہے۔ بقول اقبال:

"A wrong concept misleads understanding; a wrong deed degrades the whole man, and may eventually demolish the structure of the human ego."<sup>19</sup>

یہ بات قابل ذکر ہے کہ بے شمار ماہر نفسیات اور نفسیاتی علاج کے معالج فلسفیانہ خیالات کی قدروں کو تسلیم کرتے ہیں۔ Rollo May کے مطابق:

"...there is growing recognition of the relationship between mental illness and one's philosophy of life and death."<sup>20</sup>

15. Iqbal, op., cit., p. 5.

16. Dr. Muhammad Maruf, Article, "Iqbal's Philosophy of Religion".

17. Iqbal, op., cit., p. 2.

18. Harold H. Titus, op., cit., p. 239.

19. Iqbal, op., cit., p. 146.

20. Rollo May, *Existential Psychology*, p. 63.

Allport کہتا ہے:

"The philosophy of the person is inseparable from the psychology of the person."<sup>21</sup>

ابراہام ماسلو جو کہ اپنے خیال کی بنیادی انسانی نشوونما اور self پر رکھتا ہے۔ فلاسفی کی تخلیقی قدروں کو تسلیم کرتا ہے۔ وہ کہتا ہے:

"The state of being without a system of values is psychopathogenic, we are learning... The value-illnesses which result from valuelessness are called, variously anhedonia, anomie, apathy, amorality, hopelessness, cynicism, etc., and can become somatic illness as well."<sup>22</sup>

Barbara Engler کے مطابق Behaviourism جس کی بنیاد محض سائنٹفک طریقہ علاج پر ہے وہ بھی فلسفہ کی اہمیت کو تسلیم کرتی ہے۔ اُس کے مطابق:

"Because of the earlier struggle to gain recognition as a science, many psychologists, particularly of behaviourist orientation, are suspicious of recent efforts by personality theorists to defy strict scientific methodology and reassert the philosophical character of psychology."<sup>23</sup>

Lazarus کے مطابق:

"The bulk of therapeutic endeavours may be said to centre around the correction of misconceptions. The people who consult us tend to view innocuous events as extremely noxious, and may disregard objectively noxious situations."<sup>24</sup>

Victor Frankl جو کہ لوگوں کو تھرپی کے سکول کا موجد ہے اور جس نے اپنے سکول کی بنیاد فلسفیانہ مفروضہ پر رکھی ہے۔ کہتا ہے:

21. Allport, G.W., *Pattern and Growth in Personality*.

22. A.H.Maslow, Article, op., cit., p. 312.

23. Barbara Engler, *Personality Theories*, p. 460.

24. Arnold A. Lazarus, *Behaviour - Therapy and Beyond*, p. 165.

"In contrast with many other therapies, however, Logotherapy is based on an implicit philosophy of life. More specifically, it is based on three fundamental assumptions which form a chain of interconnected links: (1) Freedom of Will; (2) Will to Meaning; (3) Meaning of Life."<sup>25</sup> He says, "...psychotherapy can only have an unconditional belief in the meaning of life, every life, if it starts with the right kind of philosophy, if it chooses the right philosophy."<sup>26</sup>

Morris Stien فلسفہ کی اہمیت کو یوں بیان کرتا ہے:

"The papers of Rollo May, Carl Rogers, and Otto Will bear the witness of having the philosophical influence of the modern movement of Existentialism. The influence of George Herbert Mead on Otto Will's approach and of transactional theory of Dewey and Bentley on Grinker's thinking is quite obvious."<sup>27</sup>

یہ بات بھی ملاحظہ ہو کہ طب کے میدان میں بھی فلسفہ کی اہمیت تسلیم کی جا رہی ہے۔ ہارورڈ یونیورسٹی کے پروفیسر Formsworth کہتے ہیں:

"...medicine is now confronted with the task of enlarging its function... Physicians must of necessity indulge in philosophy."<sup>28</sup>

نفسیاتی علاج کے سلسلہ میں فلسفہ سے ابھی بہت کام لینا ہے تاکہ نفسیاتی علاج کے لیے ایک اعلیٰ بنیاد بن سکے۔ خاص طور پر نفسیاتی بیماریوں کی پیش بندی اور احتیاط کے میدان میں ابھی بہت کچھ کرنا ہے۔ نفسیاتی معالج تو ابھی تک علاج کی سمت متوجہ ہے۔ حالانکہ نفسیاتی علاج اس قدر اعلیٰ درجہ رکھنا چاہیے<sup>29</sup> ماڈرن سوسائٹی کی ستم ظریفی یہ ہے کہ پہلے تو مختلف الجھاؤ اور

25. Victor E. Frankl, *Psychotherapy and Existentialism*, p. 2.

26. Ibid., p. 130.

27. Morris I. Stein, ed., op., cit., pp. 4-5.

28. Farnsworth, referred to by Victor E. Frankl, op., cit., p. 90.

29. Erving & Miriam Polster, *Gestalt Therapy Integrated*, p. 23.

غیر ہم آہنگی، آویزش، مایوسی، پریشان سوچ، بے مقصد زندگی، غلط رویے اور بیمار وطیرے پیدا کرتی ہے اور پھر ذہنی علاج سے اس کو دور کرنے کی کوشش کرتی ہے مگر یہ انسان کی بہتری کی ضمانت نہیں۔ حفظ ما تقدم کی اہمیت کو تسلیم کرنا چاہیے یعنی اگر ہم بچہ فلسفیانہ خیالات سے اپنے آپ کی تعمیر کرتے ہیں تو نفسیاتی بیماریاں پیدا ہی نہیں ہوتیں۔ یہی چیز ہے جو ہمیں تخریب خودی سے بچا سکتی ہے۔ مثال کے طور پر اگر ہم اپنے اندر کے انسان کے ساتھ محبت کا جذبہ بیدار کریں اور انسانی تعلقات میں ہم آہنگی پیدا کریں تو نفسیاتی بیماریوں سے بچا جاسکتا ہے۔ رضا آراستی نے بجا کہا ہے:

"In the human situation love is a therapeutic means which prevents neurosis, greed, rivalry, and eliminates jealousy. In fact, true love does not stand in opposition to hate, as is generally thought, but absorbs it."<sup>30</sup>

میرے نزدیک اس میں فلسفہ فقر نہایت کامیاب ثابت ہو سکتا ہے۔ اس ضمن میں اگر زندگی کا طرز اور وطیرہ بدل جائے اور فقر کی خصوصیات صحیح معنوں میں اپنائی جائیں تو بہت سی نفسیاتی بیماریاں پیدا ہونے سے پہلے مر جاتی ہیں۔ حقیقت میں بے شمار نفسیاتی مسائل دولت کی ہوس سے پیدا ہوتے ہیں۔ اصل فقر فقیرانہ زندگی بسر کرنے کے طرز کا نام ہے جو کہ خصوصاً انسانی وطیرہ اور معاشرتی زندگی میں انقلاب برپا کر دیتا ہے۔ اس کا غربی اور امیری سے تعلق نہیں اور نہ ہی یہ دنیا سے الگ تھلگ ہونے کا نام ہے اور نہ ہی اخلاقی قدروں سے روگردانی کرنے سے وابستہ ہے یہ کوششیں اور جدوجہد کا نام ہے۔ اس کی تمام صفات کا راستہ صحت مند شخصیت کی طرف جاتا ہے۔ Erich Fromm مولانا روم کو اس کی ایک معتبر علامت سمجھتا ہے۔ رضا آراستی اس سلسلہ میں بجا کہتے ہیں:

"The principles that Rumi practiced, are viewed by Erich Fromm as a necessary requirement for the development of a healthy and mature character."<sup>31</sup>

حفظ ما تقدم کی قدریں اور واضح ہو جاتی ہیں۔ جب ہم دیکھتے ہیں کہ ذہنی بیماری سے جب کوئی شفا بھی پالیتا ہے تو پہلے کی طرح ہو بہو صحت مند نہیں ہو پاتا کیونکہ بیماری کے رفع ہونے کا مطلب پہلے کی طرح مکمل صحت مند ہونا نہیں ہوتا۔ یہ وہ حقیقت ہے جسے خود ذہنی معالج تسلیم کرتے ہیں:

30. A. Raza Arasteh, *Rumi the Persian*, p. 164.

31. A. Reza Arasteh, op., cit., 186.

"Erich Fromm does not believe that well-being is the absence of illness, nor does he limit the purpose of psychoanalysis to "the liberation of the human being from his neurotic symptoms, inhibitions and abnormalities of character"<sup>32</sup>, as did Freud. Rather "Fromm deduces his concept of well-being from the state of a matured and healthy man, that is, the presence of joy."<sup>33</sup>

پس ذہنی معالج فلسفہ کی افادیت کو واضح طور پر سمجھ لے کہ فلسفہ اس کے علاج کا ایک اہم حصہ ہے۔ اس میں مریض کے اعتقادات اور قدروں کو ضرور مد نظر رکھنا ہے۔ اسے مریض کے زندگی سے متعلق رویہ کو سمجھنا اور بنانا ہے۔ مشرق میں تو اس کی بہت اہمیت ہے اور یہ کوئی نئی بات بھی نہیں۔ صوفیوں، جوگیوں اور عارفوں کے علاج کے طریقے مذہب (جو کہ خیالات، اعتقادات سے وابستہ ہے) کی بنیاد پر استوار ہیں۔ وہ وقت دور نہیں جب ذہنی علاج میں فلسفہ کے مقام کو بہت حصہ تسلیم کیا جائے گا۔

32. Sigmund Freud, *Analysis Terminable and Unterminalable* collected papers, vol 5, p. 316.

33. Referred to by Reza Arasteh, op., cit., p. 178.

# اقبال کا فلسفیانہ علاج (لوگو تھرپی کا پیش رو)



یہ بات دلچسپی سے خالی نہیں کہ اقبال (1877-1938) نے اپنے فلسفہ میں ان حقائق پر بہت زور دیا ہے۔ جو کہ فریڈنکل کے نزدیک لوگوں کو تھرپی کے بنیادی ستون ہیں۔ اقبال نے ماڈرن انسان کی پڑمردگی کو اس طرح بیان کیا ہے:

”ماڈرن انسان تنقید اور سائنسی خصوصیت کو ایک عجیب آفت میں پاتا ہے۔ اس کی Naturalism نے قدرتی طاقتوں پر ایک بے مثل کنٹرول تو دیا ہے مگر اپنے مستقبل میں ایمان تباہ کر دیا۔“

#### ۱- مقصد حیات

مقصد اقبال کی فکر میں ایک اہم مرتبے کا حامل ہے، فرماتے ہیں:

زندگانی را بقا از مدعاست  
کار دانش را درا از مدعاست  
زندگی در جستجو پوشیدہ است  
اصل او در آرزو پوشیدہ است!

(زندگی کی بقا مدعا سے ہے یہ زندگی کے قافلے کے لیے مدعا کا کام دیتی ہے اور زندگی کا راز

تنگ و دو میں پوشیدہ ہے۔ اس کی اصل آرزو میں پوشیدہ ہے۔)

۲- یہ مقصد ہی ہے جس کی بدولت خودی خاص قدروں کو چھٹی اور رد کرتی ہے بغیر مقصد کے خودی

پختگی، آزادی اور بقائے دوام حاصل نہیں کر سکتی۔

لیکن اگر زندگی بے معنی ہو تو انسان مرجھا جاتا ہے زندگی بے تنگ ہو جاتی ہے مایوسی

(frustration) گھیر لیتی ہے۔ بسا اوقات انسان خودکشی کر لیتا ہے۔ اقبال کا شعر کس قدر خوبصورت ہے:

طیبِ عشق نے دیکھا مجھے تو فرمایا  
تیرا مرض ہے فقط آرزو کی بے نیشی<sup>۱</sup>  
عزم بلند ہی سے شان و شوکت ملتی ہے:

برہنہ سر ہے تو عزم بلند پیدا کر  
یہاں فقط سر شاہیں کے واسطے ہے کلاہ<sup>۲</sup>

اقبال کے نزدیک ”زندگی عبادت ہے اغراض و مقاصد کی تشکیل ان کی بے در پے تبدیلی اور کافرمانی سے لہذا ہم اپنی حیات ذہنی کو غائی قرار دیتے ہیں تو ان معنوں میں کہ اگرچہ ہمیں کسی بہت دور کی منزل کا عزم نہیں۔ لیکن جوں جوں زندگی کا عمل بڑھتا ہے اور پھیلتا ہے اسی اعتبار سے نئے نئے مقاصد وضع ہوتے ہیں اور قدروں کا کوئی عینی معیار ہمارے سامنے آتا رہتا ہے۔ ہماری تکوین کی صورت ہی یہ ہے کہ ہم وہ کچھ نہ رہیں جو ہیں:

اپنے سے بالاتر ہونا

اپنے سے ماوراء ہونا

اقبال انسان کے اپنے سے بلند تر ہونے کا قائل ہے صرف اسی کی نشوونما نہیں کرتا جو اس کے اندر موجود ہے اُس کے نزدیک انسان میں طاقتوں کی وہ وسعت ہے جو کہ (Self actualisation) کی نفسیات تصور نہیں کر سکتی۔ ابراہام ماسلو کے نزدیک کے اندر جو قوتیں موجود ہیں انہیں actualise کرنا چاہیے۔ ان کی تکمیل کرنی چاہیے وہ ہمیشہ خواہیدہ رہتی ہیں۔ مگر اقبال self-transcendence کا بھی قائل ہے۔ اقبال کے نزدیک انسان کے اندر وہ صفات تخلیق ہو سکتی ہیں جو آخر کار انسان بننے کے لیے رہنمائی کرتی ہیں۔ اقبال کے نزدیک اپنے آپ سے بلند ہونا ایک منفرد خوشی بخشتا ہے۔

۲- علامہ محمد اقبال، کلیات اقبال (اُردو)، ”بال جبریل“، اقبال اکادمی پاکستان، لاہور، ۲۰۰۹ء، ص ۳۶۶۔

۳- ایضاً، ص ۳۷۸۔

عجب مزا ہے، مجھے لذتِ خودی دے کر  
وہ چاہتے ہیں کہ میں اپنے آپ میں نہ رہوں<sup>۴</sup>

اقبال کے نزدیک اپنے آپ سے بلند تر ہونا انسان کامل کی منزل تک پہنچاتا ہے۔ جو وجدِ اِل کو (develop) کرتا ہے۔ وقت اور space سے بالاتر ہو جاتا ہے اور بقائے دوام حاصل کرتا ہے۔

خودی میں ڈوبنے والوں کے عزم و ہمت نے  
اس آججو سے کیے بحر بے کراں پیدا<sup>۵</sup>

### خود اختیاری

یہ ایک اہم سوال ہے کہ آیا انسان اپنے سے بالاتر ہونے میں آزاد ہے؟ کیا وہ اپنے مقصد یا ارادہ کے مطابق اپنی تعمیر کرنے میں مجبور تو نہیں۔ اقبال خود اختیاری کا قائل ہے۔ اقبال کے نزدیک انسان میں اپنی خودی کو پختہ کرنے کے لیے طاقتِ انتخاب ہے۔ اور خودی کا مقصدیت راستوں میں کسی ایک کا انتخاب کیا جاسکتا ہے۔ تاکہ وہ اپنی خودی پختہ کر سکے اور اپنی قسمت بنا سکے۔ اس سلسلہ میں اقبال بہو طِ آدم کے واقعہ (Epicode) کا حوالہ دیتا ہے۔ کہتا ہے ”انسان کی نافرمانی کا پہلا فعل اس کے آزادانہ انتخاب کا پہلا فعل تھا یہی وجہ ہے کہ قرآن کے مطابق آدم کی پہلی خطا معاف کر دی گئی۔“

درحقیقت اقبال خود تصنیفی کا قائل ہے۔ جس کے مطابق انسان ایک خود آگاہ ہونے کے ناطے ذاتی پیش قدمی اور ردِ عمل کی صلاحیت رکھتا ہے۔

وہ تخلیق کرنے کا مرکز ہے اور وہ حدود کے اندر رہ کر اپنی دوبارہ تشکیل کر سکتا ہے۔ اپنے رفقا کے رویے اور انداز کو متاثر کر سکتا ہے اور باہر کی دنیا کو (process) کو (redirect) کر سکتا ہے۔ یہ بات واضح ہے کہ اقبال کے نزدیک خودی مکمل طور پر آزاد نہیں۔ اقبال کہتا ہے ”خودی اپنے رستہ کی تمام رکاوٹوں کو دور کر کے آزادی حاصل کرتی ہے۔ یہ کسی حد تک آزاد اور کسی حد تک مقید ہے۔“

۴ - علامہ محمد اقبال، کلیاتِ اقبال (اُردو)، ’بال جبریل‘، اقبال اکادمی پاکستان، لاہور، ۲۰۰۹ء، ص ۶۴۔

۵ - ایضاً، ’ضربِ کلیم‘، ص ۶۱۳۔

## جدوجہد (ایکشن)

منزل کو پانے کے لیے سخت جدوجہد کی ضرورت ہوتی ہے۔ اقبال ایک مستعد زندگی اختیار کرنے پر زور دیتا ہے وہ کہتا ہے 'صرف بڑے کام میں ہی انسان کی خودی اپنی شناخت کو مٹانے کے بعد خدا سے وابستہ ہوتی ہے۔ اور وقت اور مکاں سے بلند ہو جاتی ہے۔ کام سوچ کی ایک اعلیٰ ترین شکل ہے۔

راز ہے، راز ہے تقدیر جہاں تگ و تاز  
جوشِ کردار سے کھل جاتے ہیں تقدیر کے راز

جہاں اور بھی ہیں ابھی بے نمود  
کہ خالی نہیں ہے ضمیرِ وجود

ہر اک منتظر تیری یلغار کا  
تیری شوخیِ فکر و کردار کا

یہ ہے مقصدِ گردشِ روزگار  
کہ تیری خودی تجھ پہ ہو آشکار

اقبال کچھ شیروں کی کہانی بیان کرتے ہیں جنہوں نے بھیڑوں کی بند و نصیحت پر کوشش چھوڑ دی اور آخر کار اپنی بدقسمتی کا سامنا کیا۔

اپنے مقصد کو حاصل کرنے کے لیے ایک راستہ کی رکاوٹیں دور کرنا پڑتی ہیں۔ یعنی ماحول سے مسلسل جنگ کرنا پڑتی ہے۔

۶- علامہ محمد اقبال، کلیات اقبال (اردو)، 'بال جبریل'، اقبال اکادمی پاکستان، لاہور، ۲۰۰۹ء، ص ۴۷۔

۷- ایضاً، ص ۴۵۔

۸- ایضاً۔

۹- ایضاً۔

حدیثِ بے خبراں ہے، تو با زمانہ بساز  
زمانہ با تو نسا زد، تو با زمانہ ستیز

اقبال ایک اور خوبصورت شعر میں کہتے ہیں:

گفتند جهانِ ما آیا بتومی سازد؟  
گفتم کہ نمی سازد! گفتند کہ برہم زن!

وہ زندگی میں جمود کو پسند نہیں کرتے اُن کے نزدیک راستہ، جدوجہد اور تگ و دو ہی بقائے دوام حاصل کر سکتی ہے۔ اقبال کے نزدیک منزل بھی انسان کو مطمئن نہیں کر سکتی کیونکہ لافانی زندگی لگاتار اور مسلسل سفر میں ہی میسر آ سکتی ہے:

پہایاں نا رسیدن زندگانی است  
سفرِ ما را حیاتِ جاودانی است<sup>۱۲</sup>

ہر اک مقام سے آگے مقام ہے تیرا  
حیاتِ ذوقِ سفر کے سوا کچھ اور نہیں<sup>۱۳</sup>

تو رہ نورِ دِ شوق ہے، منزل نہ کر قبول  
لیلیٰ بھی ہم نشیں ہو تو تو محمل نہ کر قبول<sup>۱۴</sup>

اے جوئے آبِ بڑھ کے ہو دریائے تند و تیز  
ساحلِ تجھے عطا ہو تو ساحل نہ کر قبول<sup>۱۵</sup>

۱۰- علامہ محمد اقبال، کلیاتِ اقبال (اُردو)؛ ’بالِ جبریل‘، اقبال اکادمی پاکستان، لاہور، ۲۰۰۹ء، ص ۳۵۴۔

۱۱- علامہ محمد اقبال، کلیاتِ اقبال (فارسی)؛ ’زبورِ عجم‘، شیخ غلام علی اینڈ سنز، لاہور، ۱۹۷۳ء، ص ۶۷۔

۱۲- ایضاً، ص ۵۵۸۔

۱۳- علامہ محمد اقبال، کلیاتِ اقبال (اُردو)؛ ’بالِ جبریل‘، اقبال اکادمی پاکستان، لاہور، ۲۰۰۹ء، ص ۳۷۸۔

۱۴- ایضاً؛ ’ضربِ کلیم‘، ص ۵۸۶۔

۱۵- ایضاً۔

وہ قوم نہیں لائقِ ہنگامہ فردا  
جس قوم کی تقدیر میں امروز نہیں ہے!ؑ

### ۵-Suffering

ظاہر ہے جہاں مقصد کو حاصل کرنا ہوگا اپنے سے بالاتر پرواز ہوگی۔ خود اختیاری سے کام لینا ہوگا۔ جدوجہد اور جنگ ہوگی تو مشکلات اور خطرات ہوں گے۔ دشمنوں سے بھی نبرد آزما ہونا ہوگا۔ اس سلسلہ میں اقبال کے کس قدر مثبت خیالات ہیں اور کس قدر Positive thinker مشکلات اور خطرات کا مقابلہ کرنے سے اپنے اندر کی صلاحیتیں پیدا ہوتی ہیں۔ بلکہ صاحبِ قلب سلیم خود ان کو دعوت دیتے ہیں۔

فرماتے ہیں:

آزماید صاحبِ قلبِ سلیم  
زورِ خود را از مہماتِ عظیمؑ

ممکناتِ قوتِ مردانِ کار  
گردد از مشکلِ پسندی آشکارؑ

خطر تاب و تواں را امتحان است  
عیارِ ممکناتِ جسم و جان استؑ

اقبال دشمن اور شیطان کو بھی خودی کی پختگی کے لیے ضروری سمجھتے ہیں۔ فرماتے ہیں:

راست میگویم عدو ہم یارِ تست  
ہستی او رونقِ بازارِ تستؑ

۱۶- علامہ محمد اقبال، کلیاتِ اقبال (اُردو)، ’’ضربِ کلیم‘‘، اقبال اکادمی پاکستان، لاہور، ۲۰۰۹ء، ص ۶۵۳۔

۱۷- علامہ محمد اقبال، کلیاتِ اقبال (فارسی)، ’’اسرار و رموز‘‘، شیخ غلام علی اینڈ سنز، لاہور، ۱۹۷۳ء، ص ۳۹۔

۱۸- ایضاً۔

۱۹- ایضاً۔

۲۰- علامہ محمد اقبال، کلیاتِ اقبال (فارسی)، ’’اسرار و رموز‘‘، شیخ غلام علی اینڈ سنز، لاہور، ۱۹۷۳ء، ص ۵۳۔

کس قدر خوبصورت شعر میں کہا:

مزی اندر جہانے کور ذوقے  
کہ یزدان دارد و شیطان ندارد<sup>۲۱</sup>

اسی لیے اقبال کہتے ہیں:

اگر یک ذرہ کم گردد ز انگیزِ وجودِ من  
بایں قیمت نمی گیرم حیاتِ جاودانے را!<sup>۲۲</sup>  
خطر پسند طبیعت کو سازگار نہیں  
وہ گلستاں کہ جہاں گھات میں نہ ہو صیاد<sup>۲۳</sup>

### رویہ

اقبال کے فلسفہ میں انسانی رویے کو ایک اہم مقام حاصل ہے ان کا فلسفہ فقر ایک اعلیٰ مثال ہے اس کے نزدیک فقر زندگی کا ایک رویہ ہے۔ فقر کا تعلق انسان کے امیر یا غریب ہونے سے نہیں یہ ایک رویہ ہے جو مذہب، اخلاق، معاشی اور معاشرتی زندگی سے متعلق ہے۔

اقبال کے نزدیک مفلسی فقر کی لازمی صورت نہیں۔ بلکہ اقبال مفلسی کو نظر استھان سے نہیں دیکھتے۔ اور نہ ہی یہ گداگری ہے۔ فقر دوسروں کے سامنے کسی چیز کو لینے کے لیے ہاتھ نہیں پھیلاتے۔ فقر تو دیانتدارانہ کسب حلال اور قناعت ہے۔ اقبال کے لیے یہ دونوں معاشی زندگی میں نہایت اہم ہیں۔ کسب حلال کے سلسلہ میں اقبال کے نزدیک جو چیز بغیر کوشش کے حاصل کی جائے اُسے رد کرتا ہے قناعت کا یہ مطلب نہیں کہ زیادہ نہ کمایا جائے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ محنت کے باوجود بھی اگر زیادہ میسر نہ آئے تو استغنا سے کام لیا جائے۔ کہتے ہیں:

یہ استغنا ہے، پانی میں نگوں رکھتا ہے ساغر کو  
تجھے بھی چاہیے مثلِ حبابِ آبجو رہنا<sup>۲۴</sup>

۲۱۔ علامہ محمد اقبال، کلیات اقبال (فارسی)، ’’ارمغانِ حجاز‘‘، شیخ غلام علی اینڈ سز، لاہور، ۱۹۷۳ء، ص ۳۰۴۔

۲۲۔ ایضاً، ’’زبورِ عجم‘‘، ص ۴۶۔

۲۳۔ علامہ محمد اقبال، کلیات اقبال (اُردو)، ’’بالِ جبریل‘‘، اقبال اکادمی پاکستان، لاہور، ۲۰۰۹ء، ص ۳۲۸۔

۲۴۔ ایضاً، ’’بانگِ درا‘‘، ص ۱۰۲۔

ہو حلقہٴ یاراں تو بریشم کی طرح نرم  
رزمِ حق و باطل ہو تو فولاد ہے مومن<sup>۲۵</sup>

نگاہِ فقر میں شانِ سکندری کیا ہے  
خراج کی جو گدا ہو، وہ قیصری کیا ہے<sup>۲۶</sup>

### فرینکل..... لوگو تھرپی کا موجد

فرینکل (۱۹۰۵ء-۱۹۹۷ء) کے نزدیک نیوروسز (Neurosis) وجودی احساسِ محرومی (Existential frustration) اور وجودی بحران (Existential Crisis) کے باعث پیدا ہوتا ہے۔ یہ وجودی احساسِ محرومی اور وجودی بحران زندگی کے حقائق سے متعلق غلط نظریات اور رویوں کے سبب پیدا ہوتے ہیں اور اس کی علامت (Symptom) بوریٹ ہے۔

تحلیلِ نفسی (Psychoanalysis) کے اعتبار سے تو نیوروس (Neurosis) اضطراب (anxiety) یا بچپن کے جذباتی صدمہ (emotional shock) کے سبب پیدا ہوتا ہے مگر فرینکل کے نزدیک ”ہر زمانہ میں اُس دور کے اپنے (neurosis) ہوتے ہیں اور اس کے مطابق ہی نفسیاتی علاج کی ضرورت ہوتی ہے۔“ فرینکل کہتا ہے ”مجھے ایسا دکھائی دیتا ہے کہ اس دور میں وجودی احساسِ محرومی (Existential frustration) ہی (neurosis) کو جنم دینے میں ایک اہم کردار ادا کرتی ہے۔ میں اُسے (Noorganic Neurosis) کہتا ہوں جس کی جڑیں ذہنی الجھاؤ (complexes) اور بچپن کے جذباتی صدمے میں نہیں ہوتیں۔“ اس سلسلہ میں فرینکل کے مطابق چھ صحتمندانہ حقائق ہیں۔ جن کا فقدان انسان کے لیے نفسیاتی یا ذہنی الجھنیں پیدا کرتا ہے اور بوریٹ کی صورت میں ظاہر ہوتا ہے۔

### ۱- مقصدیت

لوگو تھرپی کا مقصد یہ ہے (۱) بنیادی خیال (۲) یہ محبت کی خاطر یا خدا کے لیے بھی

۲۵- علامہ محمد اقبال، کلیات اقبال (اردو)، ”ضربِ کلیم“، اقبال اکادمی پاکستان، لاہور، ۲۰۰۹ء، ص ۵۵۸۔

۲۶- ایضاً: ”بالِ جریل“، ص ۳۷۹۔

مقصدیت ہو سکتی ہے۔ لوگو کا مطلب ہی مقصد ہے۔ اسی حوالے سے فریٹنکل نے اپنے سکول کا نام لوگو تھر پی ہی رکھا ہے۔ مقصدیت ہی وہ قوت ہے جو انسان کے لیے (driving force) (آگے بڑھانے والی قوت) ہے۔ قطع نظر حظ یعنی (pleasure) اور طاقت کے انسان کے لیے مقصدیت کی تکمیل ہی سب سے بڑا اثاثہ ہے۔ اور با مقصد زندگی ہی اسے اطمینان بخش سکتی ہے۔

یہ ایک ٹھوس حقیقت ہے کہ مقصدیت انفرادی ہے۔ سب کے لیے الگ الگ ہے اور بوقت ضرورت اس کی نوعیت بدلتی رہتی ہے۔ یعنی مقصد وقت کے ساتھ ساتھ بدلتا رہتا ہے لیکن یہ ختم نہیں ہوتا۔

ہم اپنی زندگی کو مندرجہ ذیل حقائق سے با مقصد بنا سکتے ہیں:

- ۱- اپنی تخلیق کے لحاظ سے دنیا کو کیا دیتے ہیں؟
- ۲- تجربات کی صورت میں ہم دنیا سے کیا لیتے ہیں؟
- ۳- ہم دنیا کی جانب کیا وطیرہ اختیار کرتے ہیں؟

## ۲- اپنے سے بالاتر ہونا

- ۱- مقصدیت انسان کو محدود نہیں بناتی۔
- ۲- اس کی پرواز ہستی یا وجود (being) سے بلند ہے یہ تو ہستی کی رہبر ہے۔ اپنے آپ سے بلند ہونا یہ انسان کا امتیازی وصف ہے۔ انسان کی شخصیت جب تک اپنے آپ سے بالاتر نہ ہو ترقی کی آخری منزل تک نہیں پہنچ سکتی۔

۳- یہ نفسیاتی (psychological) اور جسمانی (biological) حقائق سے بالاتر ہے۔

یہ جسمانی اور نفسیاتی حقائق سے بلند تر ہے۔ فریٹنکل اس کی نہایت خوبصورت مثال دیتا ہے۔ ہوائی جہاز اسی وقت ہوائی جہاز کہلاتا ہے جب وہ تیسری سمت میں پرواز کرتا ہے۔ اسی طرح انسان کا جو ہر اسی وقت کھلتا ہے جب وہ اپنے آپ سے بلند تر ہوتا ہے۔

۴- فریٹنکل اے ایچ ماسلو سے متفق نہیں وہ صرف خود نشوونمائی (Self actualisation) کا قائل ہے اور یہ کافی نہیں یہ انسانی زندگی میں حصول مقصد کے لیے حد نہیں یہ تو صرف اُن ہی طاقتوں کو بروئے کار لاتا ہے جو کہ خود ہی انسان کے اندر پہلے سے موجود ہیں۔ یہ تو

(Self-transcendence) کا (by product) ہے۔

دوسرے الفاظ میں یہ تو ایک ضمنی نتیجہ ہے نہ کہ منزل، اس ضمن میں فریٹنکل سوال کرتے ہیں ”اس کا کیا نتیجہ ہوگا اگر ایک شخص محض اپنی قوتوں کو ہی جو کہ اس کے اندر موجود ہیں، عملی جامہ پہناتا ہے۔“

سقراط سے متعلق ایک جواب ذہن میں آتا ہے وہ تسلیم کرتا تھا کہ اس کے اندر ایک مجرم ہونے کی طاقت موجود تھی اگر وہ اس کی نشوونما کرتا تو وہ جو ایک قانون اور انصاف کا محافظ تھا، ایک قانون توڑنے والا مجرم بن جاتا۔

### ۳- آزادی ارادہ

- ۱- مقصد حیات کو حاصل کرنے کے لیے ضروری ہے کہ انسان اپنے مقصد کے انتخاب کے لیے آزاد ہو۔ دونوں قوتیں، نیکی اور بدی انسان کے اندر موجود ہیں۔ انسان نے کس کا انتخاب کرنا ہے۔ یہ اس کے فیصلے پر منحصر ہے۔ فریٹنکل آزادی انتخاب (free choice) کے قائل ہیں۔ کہتے ہیں اگر انسان کو آزادی انتخاب نہ ملے تو وہ ایک لکڑی کا تختہ ہے جو کسی کام تو آتا ہے لیکن انتخاب کی طاقت نہیں رکھتا۔ انسان کو مجبور سمجھنا قطعاً غلط ہے وہ حقیقت میں خود مختار ہے۔
- ۲- پابندیاں اس کا راستہ نہیں روک سکتیں۔ یہ بجا کہ انسان حیاتیاتی، نفسیاتی اور معاشرتی (conditions) سے آزاد نہیں لیکن وہ اس حد تک آزاد ضرور ہے کہ پابندیوں کی جانب (stand) لے سکتا ہے۔ اس سے صاف عیاں ہے کہ انسان مکمل طور پر پابند نہیں۔
- ۳- فریٹنکل کے خیال کے مطابق ”پابندیاں مجھے مجبور نہیں بناتیں بلکہ میں خود ارادہ کرتا ہوں۔ میں اُن کے سامنے جھک جاؤں یا ان کا بہادری سے مقابلہ کروں۔ یہ قابل قیاس نہیں کہ انسان مکمل طور پر مجبور ہے یعنی معمولی سے معمولی آزادی بھی اُسے میسر نہیں۔ انسان کسی طور بھی مکمل طور پر مجبور نہیں۔ انسان آخر کار خود مختار ہے۔ انسان نہ صرف اپنی قسمت بناتا ہے بلکہ اپنے آپ کو بھی آزادی سے بالکل محروم نہیں ہوتا آزادی کا کچھ حصہ خواہ کتنا ہی محدود کیوں نہ ہو ذہنی مریض میں بھی موجود ہوتا ہے۔

### ۴- جدوجہد

- ۱- مقصد حیات حاصل کرنے کے لیے محنت شاقہ کی ضرورت ہے۔ غیر متحرک (passivity) مقاصد حاصل کرنے میں رہنمائی نہیں کرتی بلکہ
- ۲- وجودی مایوسی (neurosis) پیدا کرتی ہے۔ جدوجہد اُس کے مقابلہ میں مقاصد کے حصول کو

ممکن بناتی ہے۔

- ۳- نہ صرف صحت کو برقرار رکھنے کا موجب ہوتی ہے زندگی بھی لمبی کرتی ہے۔
- ۴- فرینکل مسلسل محنت کا قائل ہے یہاں فرینکل (harvey crashing) کا حوالہ دیتا ہے جس نے کہا تھا ”زندگی کو قائم رکھنے کا صرف ایک ہی راستہ ہے وہ یہ کہ ہر وقت کوئی کام مکمل کرنے کے لیے سامنے ہو۔“
- ۵- جب کسی انسان کا پیشہ ورنہ کام ختم ہو جائے بے کاری اور ریٹائرمنٹ انسان کی زندگی میں ایک تباہ کن خلا پیدا کرتی ہیں۔ پشتر ز اور بوڑھے لوگ جو بالکل بیکار ہوں زیادہ تر اس کا شکار ہوتے ہیں۔ فرینکل اس کو مستقل نیوروسز (neurosis) کہتا ہے۔ اس کے نزدیک عارضی نیوروسز (neurosis) بھی ہوتے ہیں جس کا کسی چھٹی کے دن تجربہ ہوتا ہے۔ ان کو وہ (sunday neurosis) کہتا ہے۔ ایک (sunday neurosis) ایک (depression) ہے جو ان لوگوں پر حملہ کرتا ہے جن کے پاس وقت گزارنے کے لیے کام نہیں ہوتا۔ تو یہ خلا یکدم ظاہر ہوتا ہے۔
- ۶- فرینکل حیران ہے کہ 65 برس کے اختتام کے دوسرے دن انسان نکما تصور ہوتا ہے۔

### ۵-Suffering (مصیبت جھیلنا، مصیبت میں پڑنا)

- ۱- جہاں کہیں بھی کام اور جدوجہد ہوگی وہاں مشکلات ضرور ہوں گی۔ لوگوں کو تھرپی میں (suffering) بذات خود
- ۲- ایک منفی پہلو نہیں۔ فرینکل اس کے مثبت پہلو کا شدت سے قائل ہے۔ انسان اپنی منزل حاصل کرنے کے لیے ہر وقت مشکلات کا سامنا کرنے کو تیار رہتا ہے۔
- فرینکل کہتا ہے ”لوگوں کو تھرپی کے اعتبار سے زندگی میں معنی حاصل کیے جاتے ہیں۔ نہ صرف جدوجہد کرنے اور اُس کے ثمرات سمیٹنے سے بلکہ مشکلات کا سامنا کرنے سے بھی“ نا قابل علاج بیماری میں بھی انسان کے پاس مقصد حیات کی تکمیل کے لیے بھی موقع رہتا ہے۔
- ۳- لوگوں کو تھرپی فرائیڈ کی طرح (will to pleasure) کے اصول پر مبنی نہیں اور نہ ہی (Nietzche) کی طرح (will to power) پر۔ فرینکل کے مطابق ”درحقیقت انسان کا بنیادی تعلق زندگی میں معنی کو دیکھنا ہے وہ حظ (pleasure) اور طاقت (will to

## اقبال اور ذہنی علاج

(meaning سے ہی پیدا ہوتے ہیں۔ لوگوں کو تھرپی کھچاؤ اور دباؤ کے مثبت پہلو کو تسلیم کرتی ہے یہ ضروری نہیں کہ ہر ٹینشن نیوروسمز پیدا کرے۔

کسی حد تک ٹینشن کی کچھ قسمیں (abnormal behavior) پیدا کرتی ہیں۔ مگر کافی حد تک (tension) ذہنی صحت کے لیے ضروری بھی۔ فریزنکل کے نزدیک ہر وقت سکون کی حالت میں رہنا بھی ایک صحت مندانہ بات نہیں۔

۴- ڈرتو صرف اس ٹینشن کا ہے جو کہ زندگی میں مقصد کے فقدان سے پیدا ہوتا ہے۔

”فریزنکل کہتا ہے ہمیں اس (existential frustration) کے زمانہ میں کسی چیز کا ڈر ہے تو یہ کہ (tension) کے بغیر زندگی نہ رہے وہ (tension) جو مقصدیت کے نہ ہونے سے پیدا ہوتی ہے۔“

## ۶- زندگی کا رویہ

۱- لوگوں کو تھرپی انسانی رویہ کو بہت اہمیت دیتی ہے ہمارا رویہ مشکلات اور مصائب کی طرف کیا ہے اور ہم ان کو اپنے اوپر کس طرح طاری کرتے ہیں۔ یہ حقائق ہیں جو کہ حقیقی معنوں میں قابل غور ہیں۔ دراصل انسان کا تعلق یہ ہے کہ وہ زندگی میں مقصدیت کو مد نظر رکھے۔ اپنے مقصد کو حاصل کرنے کے لیے تگ و دو کرے۔

۲- مشکلات اور (suffering) غیر اہم ہو جاتے ہیں جب انسان کا ان سے متعلق رویہ صحتمندانہ ہوتا ہے۔ درست رویہ مصائب زیادہ تکلیف دہ نہیں رہتے۔

۳- کئی صورتوں میں ایک انسان کسی فعل سے ناکام ہو جاتا ہے۔ وہ اُسے تو تبدیل نہیں کر سکتا جو کہ واقعہ ہوا ہے۔ مگر مثبت سوچ اور مناسب طور طریقوں سے اپنے آپ کو تبدیل ضرور کر سکتا ہے۔ اور وہ کسی حد تک (suffering) نجات حاصل کر سکتا ہے۔

۴- فریزنکل ایک میڈیکل ڈاکٹر مختصر مثال دیتا ہے جو اس کے پاس علاج کے لیے آیا۔ وہ شخص اپنی بیوی کی وفات سے بے حد پریشانی اور مایوسی کی حالت میں تھا۔

فریزنکل نے ایک مختصر ماکالمہ سے اس کا رویہ بدلا۔

فریزنکل (ڈاکٹر سے): ڈاکٹر کیا ہوتا اگر اُس کی جگہ تم اس دنیائے فانی سے کوچ کر جاتے۔

اور تمہارے بعد بیوی زندہ ہوتی۔

ڈاکٹر: یہ اس کے لیے ایک عذاب ہوتا آہ اُسے کتنا (suffer) کرنا پڑتا۔

فریٹنکل: ڈاکٹر تم دیکھتے ہو کہ وہ مرنے کی وجہ سے کتنی مصیبتوں اور پریشانیوں سے بچ گئی۔

اور یہ تمہارے زندہ رہنے سے ایسا ہوا تو گویا تم نے یہ قربانی دی ہے اور تم نے یہ قیمت ادا کی

ہے اگرچہ یہ نہایت مختصر مکالمہ (dialogue) ہیں لیکن اس نے مریض کو بے حد تشفی دی۔

## ۷- علاج

بیماری کی وجوہات:

فریٹنکل کے نزدیک وجودی خلا ہی نیوروسز کا سبب ہے۔ جب انسان کا کوئی مقصد حیات

نہیں رہتا تو نیوروسز اُسے گھیر لیتا ہے۔ یہ اُس دور میں انبوہ کثیر کا نیوروسز ہے۔ مریض کو اس وقت

سامنا ہے ”عدم مقصدیت کے احساس کا“ اندرونی خلا محسوس کرتا ہے۔ یہ اندرونی خلا نفسی علاج

کے لیے موجودہ دور میں ایک بہت بڑا چیلنج ہے۔ اور یہ صورتِ حال اس میں وجودی مایوسی

(existential frustration) کو جنم دیتی ہے۔

لوگو تھرپی کے نزدیک وجودی مایوسی، معنی ارادہ اور بے معنی زندگی (meaning in life &

fill to meaning) کی مایوسی ہے۔

فریٹنکل کے نزدیک یہ بذاتِ خود نہ تو (pathological) ہے اور نہ ہی (pathogenic) یہ

ایک روحانی بیماری ہے۔

وہ کہتا ہے ”انسان کی مقصدیت کی تلاش (pathological) نہیں بلکہ یقیناً ایک سچے اور صحیح

انسان ہونے کی نشانی ہے۔ یہ تلاش اگر ناکام بھی ہو تو یہ بیماری کی نشانی نہیں یہ ایک روحانی اذیت

(distress) ہے نہ کہ ذہنی بیماری۔ یہ بات قابلِ توجہ ہے۔ روح یہاں مذہبی معنویت (Connotation)

نہیں رکھتی۔ لوگو تھرپی کے نزدیک یہ ایک انسانی وسعت (dimension) ہے۔

علامتِ مرض:

لوگو تھرپی کے اعتبار سے علامتِ مرض (symptom) بوریت کی صورت میں ظاہر ہوتے ہیں۔

وجودی خلا (will to power)

will to money یا will to pleasure کی صورت اختیار کرتا ہے اور اکثر (sexual

complex) کی (Logotherapy) کے اعتبار سے بیماری کی علامتیں بوریت کی شکل میں ظاہر ہوتی ہیں۔ فرینکل کہتا ہے ”اس دور کے انسان کو جو ڈر ہے تو وہ ہے معنی کے فقدان کا۔ یا جیسا کہ میں کہتا ہوں اندرونی وجودی کا خلا ہے۔ اور یہ خلا کب ظاہر ہوتا ہے ”بوریت کی حالت میں“۔

(Logotherapy) مریض کا علاج کرتی ہے۔ اُس کو زندگی کی عروج حاصل کرنے کی تمنا (inspiration) اور زندگی کے معنی کا شعور دے کر ”اس شعور کے لیے (Logotherapy) جبلی لاشعور (instinctual unconscious) تک محدود نہیں رہتی بلکہ انسان کی (aspiration) سے تعلق رکھتی ہے یعنی یہ انسان کی اصل کوشش جو کہ وہ زندگی کے معنی کے لیے کرتا ہے آشکارہ کرتی ہے۔

### طریقہ علاج

لوگو تھر پیسٹ مریض کو مقصد زندگی اور خواہش آرزو تمنا (Aspiration) سے باشعور کرتا ہے ”یہ کوشش کرتا ہے مقصد زندگی حاصل کرنے کی کوشش کو اور کوشش کرنا ہے۔ اس کی زندگی میں معنی نمایاں کرنے کی۔“

لوگو تھر پیسٹ با مقصد زندگی کے لیے انسان کی صرف (Aspiration) کو ہی مد نظر نہیں رکھتے بلکہ اس aspiration کی frustration کو اہمیت دیتے ہیں۔ تحلیل نفسی کے برعکس جو کہ لاشعور اور instinct میں بیماری کا سراغ لگاتی ہے لوگو تھر پی مختلف قدروں کے درمیان (conflict) کو بھی مد نظر رکھتی ہے اور اُسے مشکلات کا منبع سمجھتی ہے نیز مریض کے رویہ کی تبدیلی سے بھی معجزانہ طور پر شفا لاتی ہے۔

## اقبال کا فلسفہ فقر اور ذہنی علاج



نفسیاتی علاج (سائیکوتھراپی) ذہنی الجھنوں اور بیماریوں پر نفسیاتی طریقے سے قابو پانے کا نام ہے۔ جوں جوں ذہنی الجھنیں اور بیماریاں بڑھتی جا رہی ہیں۔ ان کے علاج کے مختلف طریقے معرض وجود میں آ رہے ہیں۔ ماڈرن انسان کے لیے ان ذہنی الجھنوں سے نجات حاصل کرنا ایک بہت بڑا مسئلہ ہے۔ موجودہ دور کے انسان کی تعریف بجا طور پر یوں کی گئی ہے۔ ”موجودہ دور کا انسان بے شمار نفسیاتی اور ذہنی بیماریوں میں گھرا ہوا ہے۔“ بظاہر اس صورتحال کا اقبال کے فلسفہ فقر (جو کہ دوسرے معنوں میں اسلام کا فلسفہ فقر ہے) سے کوئی تعلق نظر نہیں آتا لیکن اگر موجودہ دور کی سائیکوتھراپی کا بغور مطالعہ کریں تو اس کے بعض نہایت مکتبہ ہائے فکر فلسفہ فقر کی قدروں کی تائید کرتے نظر آتے ہیں۔ جس کا بیان ایک طرف ضروری ہے اور دوسری طرف دلچسپی سے خالی نہیں۔

پہلے میں اقبال کا فلسفہ فقر بیان کروں گا اور پھر مختلف طور پر ماڈرن سائیکوتھراپی کے ان نقطہ ہائے نظر پر روشنی ڈالوں گا جن سے فلسفہ فقر کی پُر زور تائید ہوتی ہے۔

### اقبال کا فلسفہ فقر

اقبال کے نزدیک فقر ایک طرز زندگی ہے اور زندگی کے ایک خاص رویہ (Attitude) کا نام ہے۔ اقبال نے اپنے فلسفہ میں اسے اصطلاحی معنوں میں استعمال کیا ہے اس کا تعلق امیری یا مفلسی سے نہیں۔ ایک امیر بھی فقیر کہلا سکتا ہے اور ایک مفلس بھی فقیر نہیں ہو سکتا۔ اقبال کہتے ہیں:

ماکنے والا گدا ہے صدقہ مانگے یا خراج  
کوئی مانے یا نہ مانے میر و سلطان سب گدا!<sup>۱</sup>

گویا اقبال کے نزدیک فقیر ایک ایسا انسان ہے جو ہمارے درمیان رہتا ہے امیری اور مفلسی سے قطع نظر وہ اپنی زندگی اعلیٰ اقدار سے بسر کرتا ہے، مادی وسائل میسر آئیں یا مفلسی ہو ان اقدار

۱- علامہ محمد اقبال، کلیات اقبال (اردو)، ’بال جبریل‘، اقبال اکادمی پاکستان، لاہور، ۲۰۰۹ء، ص ۴۴۳۔

سے بسر کرتا ہے۔ مادی وسائل میسر آئیں یا مفلسی ہو وہ ان اقدار سے روگردانی نہیں کرتا حتیٰ کہ ایسا مقام حاصل ہو جاتا ہے کہ وہ فرش سے عرش تک حکمرانی کرتا ہے۔

لہذا اقبال کے فلسفہ فقر کو سمجھنے کے لیے (۱) فقر کی اقدار اور (۲) مقام فقر۔ جو میرے نزدیک اقبال کے فلسفہ فقر کے اجزائے ترکیبی یا لازمی عناصر ہیں، سمجھنا چاہیے۔

## فقر کی اقدار

فقر کی اعلیٰ اقدار روحانی، مذہبی، اخلاقی، معاشی اور معاشرتی زندگی پر محیط ہیں۔

۱- روحانی، مذہبی اور اخلاقی اقدار

فقر توحید، شریعت اور اخلاق کا قائل ہے، وہ توحید پر یقین رکھتا ہے اور صرف خدا سے ڈرتا ہے۔ سوائے خدا کے کسی کو لائق پرستش و تعظیم نہیں سمجھتا۔ اقبال کہتے ہیں:

فقر کار خویش را سنجیدن است      بردو حرفِ لا الہ پیچیدن است<sup>۲</sup>  
برگ و سازِ او ز قرآنِ عظیم      مردِ درویشے نہ گنجِ درِ گلیم<sup>۳</sup>  
فقر ذوق و شوق و تسلیم و رضا است      ما امینیم این متاعِ مصطفیٰ است<sup>۴</sup>

فقیر اسلامی اخلاقیات کے تمام اصولوں کا پابند ہوتا ہے:

فقر کا مقصود ہے عفتِ قلب و نگاہ<sup>۵</sup>

چنانچہ اقبال کے نزدیک فقر کلمات کفر بنانا، شریعت سے روگردانی اور اخلاقی بے راہ روی کا نام نہیں۔

۲- معاشی اقدار:

فقیر اپنی روزی خود کماتا ہے اسلام میں مفلسی کو نظر استحسان سے نہیں دیکھا گیا اور نہ ہی امیر ہونے سے روکا گیا ہے کیونکہ مفلسی بے شمار برائیوں کی جڑ ہے لیکن اس میں دو شرائط ہیں ایک یہ کہ امیری کسب حلال کی وجہ سے ہو۔ دوسری بات یہ کہ دولت کو صحیح جگہ پر صرف کیا جائے چنانچہ فقیر کی روزی کسب حلال کے ذریعے ہے۔ فقیر جو کماتا ہے محنت شاقہ سے کماتا ہے کسی سے دغا نہیں کرتا۔

۲- علامہ محمد اقبال، کلیاتِ اقبال (فارسی)، ’پلس چہ باید کرد‘، شیخ غلام علی اینڈ سنز، لاہور، ۱۹۷۳ء، ص ۸۱۶۔

۳- ایضاً۔

۴- ایضاً۔

۵- علامہ محمد اقبال، کلیاتِ اقبال (اُردو)، ’بالِ جبریل‘، اقبال اکادمی پاکستان، لاہور، ۲۰۰۹ء، ص ۴۰۱۔

اس کی روزی میں سمگلنگ، چور بازاری، ذخیرہ اندوزی اور کالا روپیہ کمانے کا کوئی دخل نہیں۔ رسول اکرمؐ کے ایک ارشاد کی طرف اشارہ کر کے اقبال کہتے ہیں کہ رزقِ حلال کمانے والے کو اللہ دوست رکھتا ہے:

آنکہ خاشاکِ بتاں از کعبہ رُفت      مردِ کاسب را حبیب اللہ گفت<sup>۶</sup>

گویا فقیر کے نزدیک محنتِ شاقہ سے کمانا یا رزق کی فراوانی بذاتِ خود بری شے نہیں البتہ اس کا صحیح جگہ پر استعمال ضروری ہے۔ فقیر شراب، جوا، گھڑ دوڑ، لٹری وغیرہ پر روپیہ ضائع نہیں کرتا بلکہ اپنی ضرورت سے زیادہ روپے کو مستحق لوگوں میں تقسیم کر دیتا ہے یا خیرات کرتا ہے۔ اسی سلسلے میں اقبال فرماتے ہیں کہ جو یہ بات نہیں سمجھتا وہ سیم و زر کا غلام ہے اور ایسے لوگ قوم کے لیے فساد کی جڑ ہیں:

گرنداری اندر ایں حکمتِ نظر      تو غلام و خواجہ تو سیم و زر  
از تہی دستاں کشادِ اُمتاں      از چینیں منعمِ فسادِ اُمتاں<sup>۷</sup>

چنانچہ اس صورت میں جب کہ فقیر کو اپنی روزی کسبِ حلال کے ذریعے حاصل کرنا ہے فقیری گداگری نہیں۔ فقیر کے نزدیک کسی سے مانگنا انسانی غیرت اور عزت کے خلاف ہے۔ فرماتے ہیں:

مقامِ فقر ہے کتنا بلند شاہی سے      روش کسی کی گدایانہ ہو تو کیا کہیے<sup>۸</sup>

اقبال کے یہاں مانگنا نہ صرف غیرت کے خلاف ہے بلکہ انسانی خودی یا شخصیت کی نشوونما کے لیے بھی زہر قاتل ہے، کہتے ہیں:

از سوالِ آشفتنہ اجزائے خودی      بے تجلی نخلِ سینائے خودی<sup>۹</sup>

اور نہ ہی فقرِ مفلسی کا نام ہے اور نہ ہی غم و اندوہ میں زندگی گزارنے کا نام۔ فقرا میری کے خلاف نہیں فقیر کے لیے محنت اور کسبِ حلال سے پیدا کی ہوئی دولت قابلِ نفرت نہیں محض مفلسی اور غم و اندوہ کو اقبال فقر نہیں سمجھتے۔ کہتے ہیں:

میں ایسے فقر سے اے اہلِ حلقہ باز آیا      تمہارا فقر ہے بے دلتی و رنجوری<sup>۱۰</sup>

۶- علامہ محمد اقبال، کلیاتِ اقبال (فارسی)، ’اسرار و رموز‘، شیخ غلام علی ایڈیٹرز، لاہور، ۱۹۷۳ء، ص ۲۴۔

۷- ایضاً، ص ۸۲۵۔

۸- علامہ محمد اقبال، کلیاتِ اقبال (اردو)، ’ضربِ کلیم‘، اقبال اکادمی پاکستان، لاہور، ۲۰۰۹ء، ص ۵۶۶۔

۹- علامہ محمد اقبال، کلیاتِ اقبال (فارسی)، ’اسرار و رموز‘، شیخ غلام علی ایڈیٹرز، لاہور، ۱۹۷۳ء، ص ۲۳۔

۱۰- علامہ محمد اقبال، کلیاتِ اقبال (اردو)، ’بالِ جبریل‘، اقبال اکادمی پاکستان، لاہور، ۲۰۰۹ء، ص ۳۷۵۔

قناعت:

قناعت کا مطلب اقبال کے یہاں قطعاً یہ نہیں کہ انسان زیادہ کمانے کی کوشش نہ کرے اس کا مطلب یہ ہے کہ اگر وہ بوجہ زیادہ نہ کما سکے تو اسے ناجائز ذرائع اختیار کر کے دولت جمع نہیں کرنی چاہیے اور نہ ہی اسے تلخی رواں کا شکوہ کرنا چاہیے۔ چنانچہ فقر سے متعلق اقبال کہتے ہیں:

جو فقر ہوا تلخیِ دوراں کا گلہ مند اُس فقر میں باقی ہے ابھی بوئے گدائیؑ

فقیر کو استغنا اور بے نیازی سے کام لینا چاہیے:

یہ استغنا ہے، پانی میں گلوں رکھتا ہے ساغر کو  
تجھے بھی چاہیے مثلِ حبابِ آبجو رہناؑ

توکل:

اسی طرح اقبال کے یہاں توکل کا مطلب ہے کہ انسان انتہا تک تگ و دو کرے اور پھر اس کا نتیجہ خدا پر چھوڑ دے نہ کہ سرے سے کوشش ہی نہ کرے۔

حدیث نبوی ﷺ ہے کہ پہلے شتر کے زانو باندھ کر اسے محفوظ کر لیں اور پھر اسے توکل خدا پر چھوڑ دیں مومن کے لیے اقبال عزم اور توکل دونوں ضروری سمجھتے ہیں۔ کہتے ہیں:

مومن از عزم و توکل قاہراست  
گر ندارد ایں دو جوہر، کافر استؑ

یہاں غیر اسلامی فقر سے متعلق کچھ کہنا ضروری معلوم ہوتا ہے غیر اسلامی فلسفہ سے فقیری سے مراد گداگری لی جاتی ہے۔ اکثر برائے نام مجذوبوں، ملنگوں اور سادھوؤں نے کشکول اٹھائے اور اپنے آپ کو فقیر کہا۔ ہندو فلسفی میں مفلسی اور فقیری کو لازم و ملزوم تصور کیا جاتا ہے۔ مفلسی اور تنگدستی فقیر کی خصوصیات ہیں۔ ایون انڈر ہل نے ایسے ہی موقع پر کہا ہے کہ اس قسم کے مجذوب فقیری کا مطلب تنگدستی سمجھتے ہیں۔

(Pseudo-mysticism) اس سلسلہ میں قناعت اور توکل کا مطلب منفی معنوں میں لیا جاتا ہے۔ قناعت کا مطلب یہ لیا جاتا ہے کہ جو ملے اسی کو کافی سمجھ لیا جائے اور مزید تگ و دو نہ کی جائے

۱۱- علامہ محمد اقبال، کلیات اقبال (اردو)، ’’ضربِ کلیم‘‘، اقبال اکادمی پاکستان، لاہور، ۲۰۰۹ء، ص ۶۸۸۔

۱۲- ایضاً، ’’بانگِ درا‘‘، ص ۱۰۲۔

۱۳- علامہ محمد اقبال، کلیات اقبال (فارسی)، ’’پس چہ باید کرد‘‘، شیخ غلام علی اینڈ سنز، لاہور، ۱۹۷۳ء، ص ۸۰۴۔

اور توکل سے مراد یہ لی جاتی ہے کہ خود کوشش نہ کی جائے اور توقع کی جائے کہ ہر چیز خود بخود خدا کی طرف سے آئے گی۔

### ۳- معاشرتی اقدار

فقیر اسی معاشرہ اور دنیا میں رہتا ہے۔ فقر ترک دنیا کا نام نہیں۔ فقیر دنیا کے ہنگاموں اور معاشرتی زندگی سے کنارہ کشی نہیں کرتا۔ اس کی زندگی فعال ہے اور تگ و دو سے بھر پور۔ فقر ایک ہی حالت رہنے یعنی غیر متحرک زندگی کا نام نہیں۔ اقبالؒ نے دو ہی اشعار میں کوزے میں دریا بند کر دیا ہے۔ کہتے ہیں:

کچھ اور چیز ہے شاید تری مسلمانی تری نگاہ میں ہے ایک فقر و رہبانی  
سکوں پرستی راہب سے فقر ہے بیزار فقیر کا ہے سفینہ ہمیشہ طوفانی<sup>۱۴</sup>  
نہ صرف یہ بلکہ طاقت، حکمرانی اور سلطنت کی بھی ضرورت ہے اور یہ منطقی نتیجہ ہے اس بات کا  
کہ اسے روحانی، مذہبی اور اخلاقی قدروں کی پیروی اور حفاظت کرنا ہے اور نہ صرف اپنی تقدیر بنانا  
اور خودی کی تکمیل کرنا ہے بلکہ دنیا کی تقدیر بھی بدلنا ہے۔

گو فقر بھی رکھتا ہے اندازِ ملوکانہ ناپختہ ہے پرویزی بے سلطنتِ پرویز<sup>۱۵</sup>  
ایک اور جگہ کہتے ہیں متاعِ تیموری کے بغیر فقر صحیح معنوں میں فقر نہیں:  
نہ فقر کے لیے موزوں نہ سلطنت کے لیے وہ قوم جس نے گنوا یا متاعِ تیموری<sup>۱۶</sup>  
تو فقر غلامی، کمزوری اور بے بسی کا نام نہیں:

حذر اُس فقر و درویشی سے، جس نے مسلمان کو سکھا دی سر بزیری<sup>۱۷</sup>  
لیکن فقیر طاقت کا استعمال سوچ سمجھ کر کرتا ہے۔ یہ نطشے کے فوق البشر کی طرح نہیں جس  
میں محض طاقت ہی سب کچھ ہے بلکہ فقر و اردات مصطفیٰ ہے۔ جو کہ جملہ خوبیوں کے علاوہ جلال اور  
جمال کا حسین امتزاج ہے۔ کہتے ہیں:

۱۴- علامہ محمد اقبال، کلیات اقبال (اُردو)، ’ضربِ کلیم‘، اقبال اکادمی پاکستان، لاہور، ۲۰۰۹ء، ص ۵۶۳۔

۱۵- ایضاً، ’بالِ جبریل‘، ص ۳۶۳۔

۱۶- ایضاً، ص ۳۷۵۔

۱۷- ایضاً، ’ارمغانِ حجاز‘، ص ۳۱۔

نفر و شاہی وارداتِ مصطفیٰ ست      این تجلیہائے ذاتِ مصطفیٰ ست!<sup>۱۸</sup>  
 جس سے جگر لالہ میں ٹھنڈک ہو، وہ شبنم  
 دریاؤں کے دل جس سے دہل جائیں وہ طوفان!<sup>۱۹</sup>

## مقامِ نقر

اقبال کے نزدیک اگر انسان میں فقر کی یہ خصوصیات یا اقدار پیدا ہو جائیں تو اس میں صفاتِ الہی پیدا ہو جاتی ہیں۔ وہ انسانِ کامل بن جاتا ہے یا دوسرے الفاظ میں اس کی شخصیت مکمل شخصیت بن جاتی ہے۔ اقبال کے نزدیک یہی تکمیلِ خودی اور تکمیلِ شخصیت ہے۔ وہ صحیح معنوں میں خلیفۃ الارض بن جاتا ہے۔ فرماتے ہیں:

خودی کو جب نظر آتی ہے قاہری اپنی      یہی مقام ہے کہتے ہیں جس کو سلطانی  
 یہی مقام ہے مومن کی قوتوں کا عیار      اسی مقام سے آدم ہے ظلِ سبحانی!<sup>۲۰</sup>  
 اس مقام پر انسان ایک بہت بڑی طاقت بن جاتا ہے کہ سوائے خدا کے کسی سے نہیں ڈرتا  
 تمام دنیا پر حکومت کرتا ہے۔ اقبال کہتے ہیں:

ہر کہ حرف لا الہ از بر کند      عالے را گم ، بخویش اندر کند!<sup>۲۱</sup>  
 امارت نہ بھی ہو تو بھی بڑے بڑے شہنشاہ اس سے کانپتے ہیں، اسی لیے اقبال نے کہا:

نگاہِ فقر میں شانِ سکندری کیا ہے!<sup>۲۲</sup>  
 اس ضمن میں شاہ ابوقلندر پانی پتی کی مثال دیتے ہیں کہ کس طرح علاؤ الدین خلجی کے گورنر کے چوہدار نے ان کے مرید کو جو کہ گورنر کی سواری کو دیکھ کر کونش نہ بجالایا۔ اپنا عصا اس کے سر پر دے مارا۔ فرمایا کرنے پر شاہ ابوقلندر نے بادشاہ کو لاکارا۔ ”اس گورنر کو سزا دو اور نہ تمہاری سلطنت کسی اور کو دے دی جائے گی۔“

۱۸- علامہ محمد اقبال، کلیاتِ اقبال (فارسی)، ”مسافر“، شیخ غلام علی اینڈ سنز، لاہور، ۱۹۷۳ء، ص ۲۵، ص ۸۵۱۔

۱۹- علامہ محمد اقبال، کلیاتِ اقبال (اُردو)، ”ضربِ کلیم“، اقبال اکادمی پاکستان، لاہور، ۲۰۰۹ء، ص ۵۷۳۔

۲۰- ایضاً، ص ۵۳۲۔

۲۱- علامہ محمد اقبال، کلیاتِ اقبال (فارسی)، ”جاوید نامہ“، شیخ غلام علی اینڈ سنز، لاہور، ۱۹۷۳ء، ص ۶۶۱۔

۲۲- علامہ محمد اقبال، کلیاتِ اقبال (اُردو)، ”بالِ جبریل“، اقبال اکادمی پاکستان، لاہور، ۲۰۰۹ء، ص ۵۷۹۔

باز گیر اس عامل بد گوہرے ورنہ بخشم ، ملک تو با دیگرے<sup>۲۳</sup>  
بادشاہ اس فقر کے مقام کو جانتا تھا۔ آخر کار جب امیر خسرو کی وساطت سے بادشاہ نے معافی  
مانگی تو ابوقلندر رزم ہو گئے۔

یہ واقعہ خدائی صفات جلال اور جمال کی حسین مثال ہے۔

اس قسم کی بے شمار مثالیں موجود ہیں۔ خلفائے راشدین کی زندگی اس فقر کی نہایت عمدہ  
مثالیں ہیں۔ تو گویا فقر معاشی، بد حالی، مفلسی، گداگری یا حرص کا نام نہیں اور نہ ہی یہ ترک دنیا کا نام  
ہے بلکہ فقر زندگی کا وہ طرز ہے جو جدوجہد سے پُر ہے اور جس میں تقویٰ یعنی عفت قلب و نظر،  
قناعت اور توکل ایسی دولت سے مالا مال ہے۔ ایسے ہی فقر کے لیے رسول اکرمؐ نے فرمایا تھا۔  
الفقر و فخری فقر میرے لیے باعث فخر ہے۔

## نفسیاتی علاج

فلسفہ فقر میں چار بنیادی باتوں پر بحث کی گئی ہے:

- ۱- فقیر خدا پر پختہ ایمان رکھتا ہے
- ۲- مقصدیت اس کی زندگی کا ایک اہم مقصد ہے
- ۳- اس کی زندگی جدوجہد سے عاری نہیں اور وہ گداگری کو معیوب سمجھتا ہے
- ۴- سوسائٹی یا مجلسی زندگی سے منقطع ہونا اس کا شعار نہیں۔

میرے نزدیک ان اقدار کو اپنانے والے بمشکل مریض ہو سکتے ہیں۔ مقام حیرت ہے کہ  
ماڈرن سائیکوتھراپی کے کچھ مکتبہ ہائے فکر میں ان اقدار پر عمل پیرا ہونے کی پُر زور سفارش کی گئی  
ہے۔ یہ اس فلسفہ سے تو آشنا نہیں مگر وہ جن اقدار پر عمل کرنے کی سفارش کرتے ہیں۔ اس سے اس  
فلسفہ فقر کی صریحاً تائید ہوتی ہے۔ یہاں پر یہ یاد دہانی ضروری ہے کہ فلسفہ فقر زندگی بسر کرنے کے  
ایک رویہ یا روش کا نام ہے اور اس رویہ کو اپنانے سے انسان میں تبدیلی رونما ہوتی ہے وجودی  
سائیکوتھراپی کے اعتبار سے صحت مند رویہ ایک صحت مند ذہن کے لیے اشد ضروری ہے۔ انسان  
کس قدر مجبور کیوں نہ ہو مگر وہ حالات سے متعلق اپنا رویہ اختیار کرنے میں ضرور آزاد ہے۔ اب ہم  
دیکھتے ہیں کہ ماڈرن سائیکوتھراپی مندرجہ بالا حقائق سے متعلق کیا نظریہ رکھتی ہے۔

## ۱- خدا پر پختہ ایمان

ای این ڈاکٹر اپنی کتاب بعنوان *Psychotherapy* میں لکھتا ہے کہ نفسیاتی اعتبار سے ”خدا پر بھروسہ کرنے کی نسبت انسانوں پر بھروسہ کرنا بے حد خطرناک ہے۔“<sup>۲۴</sup> فلٹن جے شین اپنی کتاب *Peace of Soul* میں رقمطراز ہے:

”اپنے آپ سے اور دوسرے انسانوں سے بیگانگی خدا سے علیحدگی کی وجہ ہے۔“<sup>۲۵</sup>

## ۲- مقصدیت

وجودی سائیکو تھراپیٹ کے نقطہ نظر سے بے شمار ذہنی الجھاؤ اور نفسیاتی بیماریاں بے مقصد زندگی گزارنے سے پیدا ہوتی ہیں۔ مقصدیت کے بغیر ذہنی طور پر صحت مند رہنا بہت دشوار ہے جس انسان کے سامنے جینے کا کوئی مقصد نہ ہو وہ اعصابی مریض ہو جاتا ہے۔ Frankl جو *Logotherapy* کے مکمل سکول کی ایک اہم شخصیت ہے، کہتا ہے:

”مقصد زندگی کو رواں دواں رکھتا ہے زندگی ڈگمگاتی ہے جب تک یہ اپنی موجودہ حالت سے ماورا ہونے کے لیے بسر نہ ہو۔“<sup>۲۶</sup>

اور یہ بغیر مقصدیت کے ممکن نہیں۔ مقصدیت کے بغیر زندگی قطعاً مستحکم نہیں رہتی۔ وجودی خلا پیدا ہوتا ہے جو کہ اداسی، پشیمردگی، خودکشی، بیزاری اور محرومی کے احساس کو جنم دیتا ہے۔

## ۳- جدوجہد

جدوجہد کے بغیر زندگی بے شمار نفسیاتی الجھنوں اور بیماریوں میں مبتلا ہوتی ہے۔ مورینو کے مطابق بغیر جدوجہد کے کسی چیز کو حاصل کرنا انسان میں فخر پیدا نہیں کرتا۔

*Interpreting Personality Theory* (ص ۴۰۱) ہاروے کوشنگ کہتا ہے کہ زندگی کا نارٹل بنانے کے لیے ضروری ہے کہ ہر وقت کوئی نہ کوئی کام کرنے کے لیے سامنے ہونا چاہیے *Psychotherapy and Existentialism* (ص ۱۲۴) کے مطابق غیر متحرک زندگی یا بیکاری یا وہ

۲۴- *Psychotherapy*، ص ۲۶۔۲۵- *Peace of Soul*، ص ۹۔۲۶- *Psychotherapy and Existentialism*، ص ۱۲۔

ریٹائرمنٹ جس میں کوئی کام نہ رہے اعصابی امراض کو جنم دیتی ہے۔ اس سلسلہ میں Retirement اور Unemployment Neurosis اس کی مرغوب تراکیب ہیں۔<sup>۲۷</sup> اگر زندگی سے اعلیٰ مقصدیت اور جدوجہد نکال لی جائے تو گداگری اور مفلسی رہ جاتی ہے چنانچہ دست سوال دراز کرنے سے اور دوسروں پر انحصار کرنے سے شخصیت میں بے شمار ذہنی بیماریاں پیدا ہوتی ہیں۔

### ۴- سوسائٹی کا مقام

ڈاکٹر ایف بے فیش جو کہ ایک مشہور سائیکس آٹریسٹ ہے، سوسائٹی سے قطع تعلق کو انسانی نشوونما کے لیے زہر ہلاہل سمجھتا ہے۔ اس کا دعویٰ ہے کہ جو لوگ دوسرے انسانوں سے الگ تھلگ رہتے ہیں وہ طرح طرح کی نفسیاتی اور ذہنی بیماریوں میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔<sup>۲۸</sup> میرے نزدیک فلسفہ فقر کو اپنانے کی جس قدر آج کے دور میں ضرورت ہے اتنی شاید کبھی نہ تھی ہر وقت دولت اکٹھی کرنے کی دوڑ ہے۔ رشوت ستانی، بلیک مارکیٹنگ کا دور دورہ ہے اور اس افراتفری کے دور میں انسان اپنا ذہنی سکون کھو چکا ہے اور طرح طرح کی ذہنی بیماریوں میں مبتلا ہو رہا ہے۔ اس کا یہ مطلب نہیں کہ انسان ماڈرن ایجادات سے فائدہ نہ اٹھائے یا اس کے پاس روپیہ پیسہ نہ ہو بلکہ یہ کہ خوب جدوجہد کرے۔ مگر اعلیٰ مقصد اور توکل و قناعت کے بغیر نہیں۔<sup>۲۹</sup>

۲۷- Psychotherapy and Existentialism، ص ۱۲۵، ۱۲۴۔

۲۸- ایضاً، ص ۹۵۔

۲۹- ماہنامہ ذہن، جولائی ۱۹۸۷ء۔

