ایمان پر مبنی جواب کے تین درجے–2

ٹھہراؤ—جہاں ایمان سانس لیتا ہے۔

اس نے فوراً بولنا شروع نہیں کیا۔ پہلے اس نے خاموشی اختیار کی—نرمی کے ساتھ اور شعوری طور پر—جیسے خاموشی خود میری تربیت کر رہی ہو۔
آخر بولا، "تم جلدی کرتے ہو، اس لیے نہیں کہ زندگی رفتار مانگتی ہے، بلکہ اس لیے کہ تمہاری انا خاموشی سے ڈرتی ہے۔"

لہجہ نرم تھا، مگر سچ نے دل پر بھاری ضرب لگائی۔ "تم جلد ردِ عمل اس لیے دیتے ہو کہ تمہیں اس وقفے سے خوف ہے جو محرک اور جواب کے درمیان ہوتا ہے—وہ لمحہ جہاں سچ سرگوشی کرتا ہے اور انا کمزور پڑ جاتی ہے۔"

اس نے تنقیدی نہیں بلکہ محبت بھری نظر سے دیکھا، اور کہا،
"ٹھہراؤ، کوئی خالی پن نہیں۔ یہ وہ مقام ہے جہاں ایمان سانس لیتا ہے۔"

وہ مقام جہاں روح سانس لینا سیکھتی ہے

"جب تم وقفہ لیتے ہو،" وہ بولا، "تم اپنی روح کو سانس آنے دیتے ہو۔
اسی لمحے دل سنبھل جاتا ہے۔ وہ صدمہ کم ہو جاتا ہے۔ انا کمزور ہوتی ہے۔ حکمت دل میں آواز پاتی ہے۔"

ہلکے سے مسکرایا اور کہا، "نماز ٹھہراؤ ہے۔ روزہ ٹھہراؤ ہے۔ تہجد ٹھہراؤ، ایمان ٹھہراؤ میں سانس لیتا ہے۔"

پیغمبرانہ سکون

"رسول اللہ ﷺ بھی جواب دینے سے پہلے رکتے تھے"، اس نے پلکیں بند کیں جیسے اس منظر میں کھڑا ہو۔
"یہ توقف ان کا تذبذب نہیں تھا—یہ ان کی حضوری تھی۔ وہ اس وقت تک بولتے نہ تھے جب تک سچ خود نہ بول اٹھے۔"

پھر آہستہ کہا، "خاموشی وہ جگہ ہے جہاں نیت خود کو پاک کرتی ہے"

ٹھہراؤ کے بغیر

"جب ہم نہیں ٹھہرتے،" وہ کہنے لگا، "تو ہم جواب نہیں دیتے—ہم دہراتے ہیں۔"

ہم دہراتے ہیں:

- پرانی عادتیں
- پرانے زخم
- پرانے خوف
- انا کے پرانے سانچے

"تم سمجھتے ہو تم عمل کر رہے ہو،" اس نے میز پر ہلکا سا ہاتھ رکھا، "نہیں تم صرف ردِ عمل میں ہو۔"
پھر دھیرے سے کہا:

"ایمان اس دل کی رہنمائی نہیں کر سکتا جو سوچنے سے پہلے جواب دے دے۔"

ٹھہراؤ کے اندر

"ایک ہی سانس میں،" وہ بولا، "معجزہ ہو سکتا ہے"

- ذہن صاف ہو جاتا ہے
- دل خدا کو یاد کرتا ہے
- ارادہ از سرِ نو ہم آہنگ ہو جاتا ہے
- غصہ ٹھنڈا ہو جاتا ہے
- بصیرت عیاں ہوتی ہے
- رحمت جاگتی ہے
- زبان ضمیر کا انتظار کرتی ہے

"ٹھہراؤ کے اندر،" وہ مسکرایا، "تم خود کی اور اس لمحے کی طرف لوٹتے ہو"

ٹھہراؤ راستے کا دروازہ ہے

وہ آگے جھکا اور شعوری طور پر ٹھہرے ہوئے لہجے میں بولا، "ٹھہراؤ منزل نہیں—دروازۂ امکان ہے۔ اُس سانس بھر کے وقفے میں تین روشنیاں بیدار ہوتی ہیں:"

- آگہی—حالات اور اپنے جذبات کو ایمانداری سے دیکھنا
- ہم آہنگی—وہ یاد کرنا جو تم بننا چاہتے ہو، اور جو خدا تم سے چاہتا ہے
- عمل—جذبات کے ہاتھوں بہنے کے بجائے شعوری جواب چننا

"ہم لمحے کو ٹالنے کے لیے نہیں ٹھہرتے،" وہ نرمی سے بولا۔ "ہم اس میں باشعور انداز میں داخل ہونے کے لیے ٹھہرتے ہیں۔"

ٹھہراؤ دروازہ ہے۔ آگاہی، ہم آہنگی اور عمل راستہ ہیں۔

"ایمان کا بہاؤ یوں ہوتا ہے،" اس نے بات جاری رکھی، "عقیدے سے نیت، نیت سے عمل تک—دل سے دماغ، دماغ سے زبان اور اعضاء تک۔"

اُس نے اُن الفاظ کو فضا میں یوں چھوڑ دیا جیسے ایک لطیف صبح نمودار ہو رہی ہو۔

ایک سادہ مثال

"یہ عام زندگی میں ہوتا ہے،" وہ کہنے لگا۔ "کوئی تم سے سختی سے بات کرتا ہے۔ انا فوراً جواب دینا چاہتی ہے۔ لیکن اگر تم ٹھہر جاؤ—ایک سانس بھر لو—تو شاید تم دیکھ سکو اس کی تھکی آنکھیں، اس کے بوجھل کندھے، اس کے زخمی لہجے کو۔"

تم اشتعال کی جگہ درد دیکھتے ہو۔ تم لمحے کو نہیں انسان کو دیکھ کر جواب دیتے ہو۔

ایک سانس ردِعمل کو رحم دلی میں بدل سکتی ہے۔

ٹھہراؤ کا جہاد

"زبان پر قابو پانا،" اس نے کہا، "خاموشی نہیں—خود مختاری ہے۔
جب تم ٹھہرتے ہو، تمھاری انا بے چین ہو جاتی ہے۔ اسے معلوم ہو جاتا ہے کہ تم کنٹرول واپس لے رہے ہو۔"

وہ مسکرایا، "یہی جہاد ہے۔"

میں اس حقیقت کو دل میں لے کر آگے بڑھ گیا

جب وہ اٹھا تو مجھے ایک جملہ دے گیا جو روح کے لیے چراغ کی طرح تھا:

مصروفیت ایمان کو دبائے دیتی ہے۔ ٹھہرو—اور ایمان کو دوبارہ سانس لینے دو۔

اس دن میں نے خود سے وعدہ کیا—کامل ہو کر نہیں، مگر خلوص سے—کہ اس مقدس سانس کی حرمت قائم رکھوں گا۔
کیونکہ اس خاموش لمحے میں مجھے یاد آتا ہے کہ میں کیا بننا چاہتا ہوں، کس کا ہوں،
اور کس کی طرف لوٹ کر جانا ہے۔