

دشمن کی زبان سے واقفیت

ہمارے باطن میں وسوسے شاذ و نادر ہی شور مچاتے ہیں۔ یہ عموماً سرگوشی کرتے ہیں۔ یہ ہماری توجہ ان چیزوں سے ہٹا کر جو ہمارے پاس موجود ہیں، ان کی طرف موڑ دیتے ہیں جن سے ہم محروم ہیں، اور یوں 'فطری' اور 'حقیقت پسندی' کے لبادے میں چھپے تقابل (Comparison) کے ذریعے شکر گزاری کو خاموش یا پوسٹی میں بدل دیتے ہیں۔ محض قوت ارادی ہمیں اس چیز سے نہیں بچا سکتی جسے ہم پہچانتے ہی نہ ہوں۔ صرف علم اور آگاہی ہی ہمارا دفاع کر سکتی ہے۔ جب ہم یہ اچھی طرح سمجھ لیتے ہیں کہ ہماری توجہ کو کیسے کنٹرول کیا جاتا ہے، تو ان وسوسوں کے فریب کا جادو ٹوٹ جاتا ہے اور انتخاب کا اختیار واپس لوٹ آتا ہے۔ شعور کی ابتدائی تربیت ہی اخلاقی زندگی کی اصل ڈھال ہے۔

میرا خیال تھا کہ اندرونی گمراہی — سوچ کی وہ مخفی عادات جو نعمتوں کو اوجھل کر دیتی ہیں اور خالی پن کو حقیقت بنا کر پیش کرتی ہیں — ان سے بچنے کا واحد راستہ مضبوط قوت ارادی ہے۔ میں سمجھتا تھا کہ اگر میں مزید کوشش کروں، اخلاقی طور پر چوکنا رہوں، یا خود کو بار بار نصیحت کرتا رہوں، تو میں محفوظ رہوں گا۔ لیکن وقت کے ساتھ مجھ پر ایک تلخ حقیقت واضح ہوئی کہ قوت ارادی اس وقت جواب دے جاتی ہے جب اسے یہ معلوم ہی نہ ہو کہ اس کا مقابلہ کس سے ہے۔

انہوں نے اس بات کی وضاحت نہایت سادہ، بلکہ حیران کن حد تک سادہ انداز میں کی۔ انہوں نے کہا، "اگر تم شیطان کے وسوسوں سے باخبر رہنا چاہتے ہو، تو پہلی شرط علم ہے۔ تمہیں معلوم ہونا چاہیے کہ دوسرے دل میں ڈالے کیسے جاتے ہیں۔"

اس بات نے مجھے سوچنے پر مجبور کر دیا۔ میں ہمیشہ وسوسوں کو ایک بلند آواز والی ترغیب سمجھتا رہا۔ برائی کی طرف ایک واضح دعوت۔ لیکن انہوں نے جس چیز کا ذکر کیا وہ اس سے کہیں زیادہ باریک اور خطرناک تھی:

ان کا کہنا تھا کہ سب سے عام حربہ یہ ہے کہ آپ کی توجہ ان نعمتوں سے ہٹا دی جائے جو آپ کو میسر ہیں، اور اسے ان چیزوں پر مرکوز کر دیا جائے جو آپ کے پاس نہیں ہیں۔ آپ کو آپ کے پورے باغ کی شکر گزاری کے بجائے محض اس ایک درخت کی محرومی کا احساس دلا یا جاتا ہے جو آپ کے پاس موجود نہیں۔ "تمہارے پاس یہ نہیں ہے۔" تم میں کمی ہے۔ "دوسروں کے پاس زیادہ ہے۔" آخر تمہاری ان کوششوں کا فائدہ ہی کیا ہے؟ "بظاہر کوئی گناہ کی بات نہیں کہی جاتی۔ سرکشی کا کوئی واضح حکم نہیں دیا جاتا۔ بس مقصدیت، شکر گزاری اور خود اعتمادی کو آہستہ آہستہ کھوکھلا کیا جاتا ہے۔ اور جب انسان خود کو خالی، کم تر یا محروم محسوس کرنے لگے، تو پھر اسے ہر غلط کام جائز معلوم ہونے لگتا ہے۔

میں نے اسے فوری طور پر پہچان لیا۔ محض ایک نظریے کے طور پر نہیں، بلکہ ایک ذاتی تجربے کے طور پر۔

انہوں نے ایک نہایت معمولی نظر آنے والی چیز کی طرف اشارہ کیا: تقابل (Comparison)۔ مثال کے طور پر ایک شخص کسی محفل میں اپنی زندگی، اپنے کام اور اپنی ترقی سے پوری طرح مطمئن ہو کر داخل ہوتا ہے۔ پھر اس کی ملاقات کسی ایسے شخص سے ہوتی ہے جو اس سے زیادہ کامیاب، دولت مند یا بااثر ہو۔ چند ہی منٹوں میں اس کی اندرونی کیفیت بدل جاتی ہے۔ حالانکہ اس کی اپنی زندگی میں کچھ بھی نہیں بدلا۔ اس کی نعمتیں وہی ہیں جو ایک گھنٹہ پہلے تھیں۔ مگر اچانک وہ اسے حقیر لگنے لگتی ہیں۔

وہ اس تقابل کو صرف محسوس ہی نہیں کرتا، بلکہ اس کی تشریح کر کے، اسے اپنے دل و دماغ میں جگہ دے کر مزید راسخ کرتا ہے۔ وہ کسی دوسرے کی فراوانی کو اپنی نااہلی کی دلیل بنا لیتا ہے۔ اسے محسوس ہونے لگتا ہے کہ وہ پیچھے رہ گیا ہے اور دوسروں سے کم تر ہے۔ یوں وسوسے نے اسے چوری، دھوکہ دہی یا خداری کا نہیں کہا تھا۔ اس نے تو اس سے بھی بڑھ کر خاموشی سے کام کیا تھا۔ اس نے اس کے شکر، اعتماد اور خوشی کو بے وقعتی کے احساس کے ذریعے مکمل طور پر زائل کر کے وہاں محرومی کا احساس بھر دیا۔

خطرناک ترین بات یہ ہے کہ یہ سب کتنا فطری محسوس ہوتا ہے۔ تقابل ہماری روزمرہ زندگی میں اس قدر چابکدہ ہے کہ یہ شاذ و نادر ہی خود کو ایک ذہنی بگاڑ کے طور پر ظاہر کرتا ہے۔ یہ حقیقت پسندی معلوم ہوتا ہے۔ یہ خود سے کی جانے والی دیانتداری محسوس ہوتی ہے۔ ایسا لگتا ہے جیسے ہم حقیقت 'دیکھ رہے ہیں۔ لیکن دراصل یہ ایک ایسا عدسہ (Lens) ہے جو حقیقت کو مخصوص انداز میں توڑ مروڑ کر پیش کرتا ہے؛ جو ہر اس چیز کو نمایاں کرتا ہے جو غائب ہے، اور اسے دھندلا دیتا ہے جو موجود ہے۔

ایک شخص نے ایک بار ایک حیران کن اعتراف کیا: "مجھے کبھی اندازہ ہی نہیں ہوا کہ میں دوسروں سے اپنا موازنہ کس قدر زیادہ کرتا ہوں، یہاں تک کہ میں نے آپ سے اس کی وضاحت سنی۔ میں سمجھتا تھا کہ سوچنے کا طریقہ ہی یہی ہے۔"

نوٹ کرنے کا یہی لمحہ سب سے اہم ہے۔

اس لمحے تک کوئی مزاحمت نہیں ہوتی۔ صرف ایک مخفی اسکرپٹ کے ساتھ غیر شعوری ہم آہنگی ہوتی ہے۔ اور آپ اس چیز سے اپنا دفاع نہیں کر سکتے جسے آپ دیکھ ہی نہ سکیں۔

جس چیز کو ہم دیکھ نہیں پاتے تھے، اسے دیکھ لینے کا یہی وہ لمحہ ہے جہاں فریب ٹوٹ جاتا ہے۔ ہم اکثر خود سے یہ توقع رکھتے ہیں کہ ہم نازک لمحات میں با اختیار اور با ہوش ہوں گے۔ جب ہمیں آزما یا جائے گا، جب ہم دباؤ میں ہوں گے، خوف زدہ ہوں گے یا کسی اخلاقی کشمکش کا شکار ہوں گے۔ لیکن عمل کے وقت شعور اچانک بیدار نہیں ہوتا۔ اس کی تربیت بہت پہلے کرنی پڑتی ہے۔

اگر میں نے کبھی یہ سیکھا ہی نہیں کہ میری توجہ غلط سمت میں کیسے کھینچی جاتی ہے... اگر میں نے ان عادات پر کبھی غور ہی نہیں کیا جو خاموشی سے مجھے خالی پن کا احساس دلاتی ہیں... اگر میں نے کبھی یہ سمجھا ہی نہیں کہ منفی خیالات کس طرح عام فہم یا حقیقت پسندی کا لبادہ اوڑھ کر آتے ہیں، تو پھر نازک وقت پر خود سے یہ توقع رکھنا نا انصافی ہے کہ میں اچانک واضح اور درست طور پر سوچنے لگوں گا یا اپنی غلط سوچ کو بروقت لگام دے لوں گا۔ آگاہی اس وقت جادوئی طریقے سے نمودار نہیں ہوتی جب میں گرنے والا ہوتا ہوں۔ یہ تو بہت پہلے تعمیر کی جاتی ہے، اس بات کو سیکھ کر کہ میرے اندر کیا گزر رہا ہے۔

ہم اس چیز یا سوچ کو لگام دے ہی نہیں سکتے جسے ہم سمجھتے ہی نہیں، اس لیے اخلاقی زندگی میں یہ جاننا کوئی اختیار یا انتخاب کا معاملہ نہیں کہ آپ کے ذہن کو کیسے گمراہ کیا جاسکتا ہے۔ نہ ہی اسے علمی بحث کے ذریعے سمجھا جاسکتا ہے کیونکہ یہ تقابل، یہ بہکاوے ایک دفاعی ضرورت ہیں۔ ایک تحفظ کا ذریعہ ہیں۔ یہی وہ فرق ہے جو انسان کو لاشعوری طور پر بہہ جانے اور ہوش مندی کے ساتھ انتخاب کرنے کے درمیان کھڑا کرتا ہے۔

جیسے ہی آپ اس طریقہ کار (Pattern) کو پہچان لیتے ہیں کہ — "مجھے میری نعمتوں کے بجائے میری محرومیوں کو دکھایا جا رہا ہے" — تو اس جادو کا اثر ختم ہونے لگتا ہے۔ جب آپ دیکھ لیتے ہیں کہ تقابل کس طرح کسی دوسرے کی کامیابی کو آپ کی ذاتی مایوسی میں بدلتا ہے، تو ذمہ داری کا احساس خاموشی سے واپس لوٹ آتا ہے۔

اور صرف تب ہی ایک انسان یہ امید رکھ سکتا ہے کہ جب اسے بیدار ہونے کی واقعی ضرورت ہوگی، وہ بیدار ہوگا۔ کیونکہ فہم و ادراک کے بغیر قوتِ ارادی اندھی ہوتی ہے۔ اور اندھے دفاع کبھی کارگر ثابت نہیں ہوتے۔