

بہترین بننے کی خواہش کے پیچھے چھپا خوف

بہترین (Perfection) ہونا اکثر خوف کا لبادہ اوڑھ لیتا ہے۔ ہم کام شروع کرنے میں تاخیر اس لیے نہیں کرتے کہ ہم میں صلاحیت کی کمی ہوتی ہے، بلکہ اس لیے کہ ہمارا یہ ماننا ہوتا ہے کہ آغاز کرنے کے لیے بھی ہمارا پہلے سے بہترین ہونا ضروری ہے۔ تاہم، نشوونما (Growth) کبھی کمال سے شروع نہیں ہوتی، بلکہ اس کا آغاز خلوص سے ہوتا ہے۔ خود اعتمادی کا مطلب سب کچھ جاننا نہیں ہے، بلکہ یہ اپنی سیکھنے کی صلاحیت پر بھروسہ کرنے کا نام ہے۔ جب انسان کی اپنی قدر و قیمت کا دار و مدار کارکردگی کے بجائے کوشش پر ہوتا ہے، تو خوف کی گرفت ڈھیلی پڑ جاتی ہے۔ خامیوں سمیت ہی شروعات کر دیں۔ حرکت ہی سے ترقی جنم لیتی ہے؛ جبکہ کمال کے انتظار میں بیٹھے رہنا صرف جمود کا باعث بنتا ہے۔

"میں نے ابھی تک اسائنمنٹ جمع نہیں کرائی،" میں نے دبی آواز میں کہا۔ "یہ کئی دنوں سے تیار تھی... تقریباً۔"

اس نے ایک معنی خیز انداز میں میری طرف دیکھا۔ "تقریباً تیار،" اس نے نرمی سے دہرایا۔ "یا پھر اتنی 'پرفیکٹ' (Perfect) نہیں تھی جتنی ہونی چاہیے تھی؟" میں نے فوراً کوئی جواب نہ دیا؛ کیونکہ سچائی تلخ تھی۔

"میں بس نکما نہیں نظر آنا چاہتا،" میں نے اعتراف کیا۔ "باقی سب بہت پر اعتماد لگتے ہیں۔ کیا ہوگا اگر میرا کام ان کے سامنے کمزور نظر آیا؟"

وہ کرسی پر پیچھے کی طرف جھکا اور بہت سوچ سمجھ کر بولا، جیسے ہر لفظ کو بڑے دھیان سے چن رہا ہو۔

"یہ جملہ کہ 'مجھے نکما نظر نہیں آنا چاہیے' — دراصل حقیقی جدوجہد کا آغاز یہیں سے ہوتا ہے۔"

میں نے ماتھے پر بل لاتے ہوئے پوچھا، "کیا اچھا کرنے کی خواہش رکھنا ایک فطری بات نہیں ہے؟"

"بہتری کی خواہش رکھنا ایک مثبت عمل ہے،" اس نے جواب دیا۔ "لیکن یہ سوچنا کہ کام شروع کرنے سے پہلے ہی آپ کو بہترین ہونا چاہیے، یہی وہ سوچ ہے جو انسان کو مفلوج کر دیتی ہے۔"

وہ لفظ 'مفلوج' مجھے اپنی حالت کے عین مطابق محسوس ہوا۔

"ذرا سوچو کہ سیکھنے کا عمل حقیقت میں کیسے کام کرتا ہے،" اس نے اپنی بات جاری رکھی۔ "جب بھی آپ کسی نئے شعبے میں قدم رکھتے ہیں، آپ ہمیشہ صفر یا ایک سے شروع کرتے ہیں۔ ہو سکتا ہے کہ کوئی دوسرا پانچ، سات یا دس پر ہو۔ یہ آپ کی ناکامی نہیں ہے، بلکہ نشوونما کا ایک قدرتی طریقہ ہے۔"

مجھے برسوں پہلے اپنی نئی ملازمت کا پہلا دن یاد آ گیا۔ میں بمشکل جانتا تھا کہ وہاں کا نظام کیسے کام کرتا ہے، جبکہ باقی لوگ بڑی مہارت اور تیزی سے کام کر رہے تھے۔ میں اس رات یہ سوچتے ہوئے گھر گیا تھا کہ میں وہاں کے لیے موزوں نہیں ہوں — صرف اس لیے نہیں کہ مجھ میں صلاحیت کی کمی تھی، بلکہ اس لیے کہ میں اس وقت 'بہترین' نہیں تھا۔

اس نے کہا، "خطرناک عقیدہ یہ ہے: 'اگر میں حصہ لوں گا، تو میرا پہلے سے بہترین ہونا ضروری ہے'۔ یہ سوچ آپ کو آگے نہیں بڑھاتی، بلکہ آپ کے دستک دینے سے پہلے ہی دروازہ بند کر دیتی ہے۔"

میں نے ایک سرد آہ بھری، "یہی وجہ ہے کہ بہت سے لوگ نئی چیزیں آزمانے سے کتراتے ہیں۔"

"جی ہاں،" اس نے کہا۔ "کیونکہ سیکھنے کے لیے ضروری ہے کہ جب آپ 'انٹری' ہوں، تب بھی لوگ آپ کو دیکھیں۔ اور یہ سوچ آپ کی اس کمزوری کو برداشت نہیں کر پاتی۔"

اس نے مجھے ایک ایسے طالب علم کے بارے میں بتایا جو ریکارڈ کے لحاظ سے تو بہت ذہین تھا لیکن کلاس میں بالکل خاموش رہتا تھا۔ وہ طالب علم نہ کبھی ہاتھ اٹھاتا اور نہ کوئی سوال پوچھتا تھا۔ جب اس سے وجہ پوچھی گئی، تو اس کا جواب سادہ تھا: "میں صرف تب بولتا ہوں جب مجھے یقین ہو کہ میں درست ہوں۔"

نتیجہ یہ نکلا کہ وہ طالب علم شاید ہی کبھی بول پایا۔

اس نے کہا، "پرفیکشنزم (Perfectionism) یہی کام کرتی ہے۔ یہ خود کو 'اعلیٰ معیار' کے پیچھے چھپاتی ہے، لیکن اس کے نیچے صرف ایک ہی ڈر ہوتا ہے — ناپختہ ظاہر ہونے کا ڈر۔"

مجھے ایسا محسوس ہوا جیسے کسی نے بڑی نرمی مگر مضبوطی سے میری سوچ کے سامنے سے پردہ ہٹا دیا ہو۔

"کیا تم جانتے ہو کہ اصل خود اعتمادی کیا ہے؟" اس نے پوچھا۔

میں نے نفی میں سر ہلادیا۔

"حقیقی خود اعتمادی یہ نہیں ہے کہ 'میں بہترین ہوں'۔ حقیقی خود اعتمادی یہ ہے کہ 'میں آگے بڑھ سکتا ہوں'۔ یہ کہتی ہے کہ 'مجھے پہلے سے سب کچھ جاننے کی ضرورت نہیں ہے، مجھے سیکھنے کا حق حاصل ہے'۔"

یہ فرق میرے دل میں گہرائی تک اتر گیا۔

اس نے بات جاری رکھتے ہوئے کہا، "زیادہ تر لوگ اپنی کارکردگی کو اپنی قدر و قیمت سمجھ لیتے ہیں۔ وہ یقین کرنے لگتے ہیں کہ 'اگر میں نے اچھا کام کیا تو یہی میں قیمتی ہوں، اور اگر میں ناکام ہوا تو میں بے وقعت ہو جاؤں گا'۔"

ان الفاظ پر مجھے ایک عجیب سی ٹیس محسوس ہوئی۔ میں نے کتنی ہی بار خود کو اسی ترازو میں تولتا تھا؟

"لیکن کارکردگی کبھی بھی مکمل طور پر آپ کے اختیار میں نہیں ہوتی،" اس نے مزید کہا۔ "آپ کے اختیار میں صرف ایک چیز ہے: کوشش۔ نتائج بہت سی وجوہات کی بنا پر بہتر یا خراب ہو سکتے ہیں۔ جب آپ کی عزت نفس کا دار و مدار صرف کارکردگی پر ہوتا ہے، تو آپ کی پوری شناخت خطرے میں پڑ جاتی ہے۔"

مجھے اپنا ایک واقف کار یاد آیا جس نے ایک بڑی ترقی (Promotion) منے ملنے پر گہری مایوسی کا شکار ہو کر خود کو ڈپریشن میں ڈال لیا تھا۔ صرف اس لیے نہیں کہ وہ نوکری سب کچھ تھی، بلکہ اس لیے کہ کامیابی ہی اس کی نظر میں اپنی قدر ثابت کرنے کا واحد ذریعہ تھی۔

"یہ سوچ لوگوں کو ان کے مکفرٹ زون (Comfort Zones) میں قید کر دیتی ہے،" اس نے کہا۔ "وہ نئے کرداروں، نئے چیلنجز اور نئے مواقع سے صرف اس لیے بچتے ہیں۔ خاص طور پر پیشہ ورانہ زندگی میں۔ کیونکہ غلطی ان کے بارے میں تاثر خراب کر دے گی۔"

میں نے دھیرے سے سر ہلادیا۔ میں نے لوگوں کو ترقی سے انکار کرتے دیکھا تھا، اس لیے نہیں کہ ان میں قابلیت نہیں تھی، بلکہ اس لیے کہ وہ سیکھنے کے مرحلے میں ہونے والی ممکنہ غلطیوں سے ڈرتے تھے۔

"اس عقیدے کے ساتھ ایک اور غلط فہمی بھی بڑی ہوئی ہے،" اس نے اضافہ کیا، "ہم سوچنے لگتے ہیں کہ زندگی کا مقصد صرف جیتنا ہے۔"

"لیکن کیا جیتنا اہم نہیں ہے؟" میں نے پوچھا۔

"جیتنے کی اپنی جگہ اہمیت ہے،" اس نے جواب دیا۔ "لیکن ایک کھیل پہلے کھیلنے کے لیے ہوتا ہے تاکہ آپ خود کو آزما سکیں، جدوجہد کر سکیں اور اس سے لطف اندوز ہو سکیں۔ جب جیتنا ہی واحد مقصد بن جائے، تو کھیل ختم ہو جاتا ہے۔ اور جب کھیل ختم ہوتا ہے، تو اس کے ساتھ سیکھنے کا عمل بھی دم توڑ دیتا ہے۔" وہ تھوڑی دیر کا، پھر دھیمی آواز میں بولا، "جب ایک بچہ صرف جیتنے کے لیے کھیلتا ہے، تو وہ جلد ہی کھیلنا چھوڑ دیتا ہے۔ جب ایک انسان صرف اپنی قابلیت ثابت کرنے کے لیے جیتتا ہے، تو وہ ترقی کرنا چھوڑ دیتا ہے۔"

یہ جملہ میرے ذہن میں نقش ہو گیا۔

"تو پھر صحت مند سوچ کیا ہے؟" میں نے خاموشی سے پوچھا۔

اس نے بغیر کسی ہچکچاہٹ کے جواب دیا: "مجھے آغاز کرنے کے لیے پرفیکٹ ہونے کی ضرورت نہیں ہے۔ مجھے صرف اپنی کوشش میں مخلص ہونے کی ضرورت ہے۔ میں ٹھوکر کھاؤں گا، میں خود کو بہتر بناؤں گا، اور نشوونما کا عمل ایسے ہی کام کرتا ہے۔"

میں نے فون پر اپنی ادھوری اسائنمنٹ کی طرف دیکھا۔

"تو میری ہچکچاہٹ،" میں نے دھیرے سے کہا، "کبھی بھی کوالٹی کے بارے میں نہیں تھی۔ وہ صرف خوف تھا۔"

اس نے سر ہلادیا، "اعلیٰ معیار کے بھیس میں چھپا ہوا خوف۔"

ہمارے درمیان خاموشی چھا گئی۔ اس بار یہ بوجھل نہیں تھی۔ بس سچی اور خالص تھی۔

تھوڑی دیر بعد، میں نے فائل کھولی اور Submit کا بٹن دبا دیا۔ وہ مکمل طور پر پرفیکٹ انہیں تھی، لیکن زندگی میں پہلی بار مجھے اس سے کوئی فرق نہیں پڑ رہا تھا۔

میں نے اس دن ایک اہم بات سیکھی: کمال (Perfection) آپ سے مطالبہ کرتا ہے کہ آپ عمل کرنے سے پہلے اپنی قدر ثابت کریں۔ نشوونما (Growth) آپ کو عمل کے ذریعے اپنی قدر دریافت کرنے کا موقع دیتی ہے۔ ایک آپ کو منجمد کر دیتا ہے، دوسرا آپ کو متحرک رکھتا ہے۔