

## معذرت کے آداب

ایک سچی معذرت محض بے چینی ختم کرنے کا کوئی لفظ نہیں، بلکہ یہ دیانتداری کا ایک عمل ہے۔ یہ نقصان کی نشاندہی کرتی ہے، اس کے اثرات کو تسلیم کرتی ہے، اور بغیر کسی حیلے بہانے کے ذمہ داری قبول کرتی ہے۔ معافی ملے یا نہ ملے، معذرت پھر بھی اہمیت رکھتی ہے۔ کیونکہ اس کا اصل مقصد دوسرے شخص کے رد عمل کو قابو کرنا نہیں، بلکہ خود کے ساتھ سچا رہنا ہے۔ اسی سچائی سے کردار پروان چڑھتا ہے اور وقار خاموشی سے لوٹ آتا ہے۔

"میں پہلے ہی معذرت کر چکا ہوں،" میں نے قدرے دفاعی انداز میں کہا۔ "وہ اور کیا چاہتے ہیں؟"

انہوں نے بحث نہیں کی، بلکہ پوچھا: "آپ نے معذرت کی تھی یا صرف اپنی بے چینی ختم کرنے کی کوشش کی تھی؟"

وہ سوال گفتگو ختم ہونے کے بعد بھی دیر تک میرے ذہن میں گونجتا رہا۔

انہوں نے وضاحت کی کہ زیادہ تر معذرتیں اس لیے ناکام نہیں ہوتیں کہ لوگ مخلص نہیں ہوتے، بلکہ اس لیے کہ وہ ادھوری ہوتی ہیں۔ انہوں نے کہا، "معذرت محض ایک لفظ نہیں ہے،

بلکہ یہ ایک ڈھانچہ ہے۔ اور کسی بھی ڈھانچے کی طرح، اگر ایک ستون بھی غائب ہو تو وہ گر جاتا ہے۔"

### پہلا ستون: جامعیت اور وضاحت (Specificity)

انہوں نے کہا، "کبھی بھی صرف 'آئی ایم سوری' (I'm sorry) مت کہو۔ یہ جملہ اس وقت تک کھوکھلا ہے جب تک یہ کسی ٹھوس حقیقت کی نشاندہی نہ کرے۔"

میں نے ماتھے پر بل لاتے ہوئے پوچھا، "لیکن کیا صرف معذرت کافی نہیں ہے؟"

انہوں نے جواب دیا، "یہ آپ کے ضمیر کو مطمئن کرنے کے لیے تو کافی ہے، لیکن کسی تعلق کی بحالی کے لیے کافی نہیں۔"

ایک حقیقی معذرت وہ ہے جو تکلیف کو نام دے۔ "میں دوسروں کے سامنے آواز اونچی کرنے پر معذرت خواہ ہوں۔" "میں آپ کی بات کو نظر انداز کرنے پر معذرت چاہتا ہوں۔" "میں اپنا

وعدہ پورا نہ کرنے پر معذرت کرتا ہوں۔"

وضاحت بیک وقت دو کام کرتی ہے: یہ آپ کے شعور کو ظاہر کرتی ہے، اور دوسرے شخص کو یقین دلاتی ہے کہ آپ واقعی سمجھ چکے ہیں کہ غلطی کہاں ہوئی تھی۔ اس کے بغیر، معذرت

دھندلی محسوس ہوتی ہے، وہ موجود تو ہوتی ہے لیکن کارگر نہیں۔

### دوسرا ستون: اثر کا اعتراف (Acknowledging the Impact)

انہوں نے ایک باریک مگر پُر اثر بات کہی: "معذرت کرنے سے پہلے اس بات کا اعتراف کریں کہ جو کچھ ہوا وہ اہمیت رکھتا ہے۔ اسے ڈرامائی یا جذباتی رنگ نہ دیں۔"

بس سچائی سے کہیں: "اس سے اعتماد کو ٹھیس پہنچتی ہے۔" "اس سے رشتے میں تلخی آتی ہے۔" "اس سے ہمارے درمیان دوریاں پیدا ہوتی ہیں۔"

مجھے اندازہ ہوا کہ لوگ اکثر اس حصے کو نظر انداز کر دیتے ہیں۔ وہ یوں معذرت کرتے ہیں جیسے کچھ خاص ہوا ہی نہ ہو، گویا تعلق پر کوئی اثر ہی نہ پڑا ہو۔ انہوں نے کہا، "اسی لیے معذرت بعض

اوقات تو بہن آمیز لگتی ہے۔ وہ ہمدردی کے بجائے محض خانہ پُری (Cleanup) محسوس ہوتی ہے۔"

## تیسرا ستون: ذمہ داری اور نیت (Responsibility and Intention)

وہ معذرت نامکمل ہے جو ماضی کے صیغے پر ختم ہو جائے۔ انہوں نے کہا، "یہ اس وجہ سے ہوا، اور میں کوشش کروں گا کہ ایسا دوبارہ نہ ہو۔" یہ جملہ کامل ہونے کا دعویٰ نہیں ہے۔ یہ ذمہ داری کا اعلان ہے۔ انہوں نے کہا، "میں اس بات کی ضمانت تو نہیں دے سکتا کہ میں کبھی ناکام نہیں ہوں گا، لیکن میں یہ ضمانت دے سکتا ہوں کہ میں اسے معمولی سمجھ کر نظر انداز نہیں کر رہا۔"

انہوں نے ایک ساتھی کا ذکر کیا جس نے ایک بار کہا تھا، "مجھے افسوس ہے کہ آپ نے ایسا محسوس کیا،" اور بات ختم کر دی۔

انہوں نے کہا، "یہ معذرت نہیں ہے، بلکہ یہ لفظی فرار ہے۔ حقیقی معذرت بوجھ دوسرے پر نہیں ڈالتی، بلکہ خود اٹھاتی ہے۔"

میں نے وہ سوال پوچھا جس سے اکثر لوگ ڈرتے ہیں۔ "اگر میں یہ سب کچھ کروں اور پھر بھی وہ مجھے معاف نہ کریں تو؟"

انہوں نے بغیر کسی ہچکچاہٹ کے کہا، "تب بھی آپ کی معذرت اپنی جگہ قائم رہنی چاہیے۔"

یہ سن کر میں حیران رہ گیا۔

انہوں نے ایسی بات کہی جس نے معذرت کے بارے میں میرا نظریہ ہی بدل کر رکھ دیا: "آپ کی معذرت کا خلوص اس رد عمل پر منحصر نہیں ہونا چاہیے کہ آپ کو کیا جواب موصول ہوتا ہے۔"

"اگر آپ کی معذرت صرف اس صورت میں سچی ہے جب اسے قبول کر لیا جائے، تو اس کا مقصد اصلاح نہیں بلکہ صرف اپنے لیے قبولیت یا ستائش حاصل کرنا تھا۔"

انہوں نے کہا، "آپ بوجھ ہلکا کرنے کے لیے معذرت نہیں کرتے، بلکہ خود کو ہم آہنگ (Aligned) کرنے کے لیے کرتے ہیں۔ سچائی کے ساتھ ہم آہنگ۔ ذمہ داری کے ساتھ ہم

آہنگ۔ اپنے اصولوں کے ساتھ ہم آہنگ۔"

دوسرا شخص اسے قبول کرنے کے لیے تیار ہے یا نہیں، یہ ایک الگ معاملہ ہے۔

انہوں نے ایک ایسے شخص کے بارے میں بتایا جس نے برسوں کی دوری کے بعد اپنے ایک دوست سے دل سے معذرت کی۔ اس دوست نے بات سنی، سر ہلایا اور کچھ نہ کہا۔ انہوں نے بتایا،

"نہ معافی ملی، نہ گرجو شکی دکھائی گئی اور نہ ہی تعلق بحال ہوا۔"

"پھر؟" میں نے پوچھا۔

انہوں نے جواب دیا، "وہ شخص وہاں سے ہلکا محسوس کرتے ہوئے نکلا۔ اس لیے نہیں کہ رشتہ جڑ گیا تھا، بلکہ اس لیے کہ اب وہ خود سے جھوٹ نہیں بول رہا تھا۔"

ایک سچی معذرت تعلق کو جوڑے یا نہ جوڑے، لیکن یہ آپ کی سالمیت (Integrity) کو ضرور بحال کر دیتی ہے۔ یہ آپ کو بغیر کسی دفاع کے نتائج کا سامنا کرنا سکھاتی ہے۔ یہ آپ کو ٹوٹے

بغیر نقصان کا اعتراف کرنا سکھاتی ہے۔

یہ آپ کو اس ضرورت سے آزاد کر دیتی ہے کہ آپ اپنے خلوص کو ثابت کرنے کے لیے دوسرے شخص کے رد عمل کے محتاج رہیں۔

انہوں نے اپنی بات ایک ایسے جملے پر ختم کی جو دھیمہ مگر انتہائی غیر روایتی محسوس ہوا۔ "معذرت اس لیے کریں کیونکہ یہ درست ہے، اس لیے نہیں کہ اس سے کام بن جائے گا۔"

اور شاید پختگی کی معراج یہی ہے:

وضاحت اور عجز کے ساتھ یہ کہنا کہ: "یہ وہ عمل ہے جو مجھ سے سرزد ہوا۔ یہ اس لیے اہم تھا۔ میں اس طرح بہتر بننے کی کوشش کروں گا"

اور اس پر قائم رہنا، چاہے سامنے والا خاموش ہی کیوں نہ رہے۔