

ہمدردی کا مطلب اتفاقِ رائے نہیں

سچی ہمدردی لوگوں کی کہانی سے متفق ہونا نہیں ہے۔ یہ ان کی وضاحت کے سامنے اپنے فہم و ادراک سے دست بردار ہوئے بغیر ان کے جذبات کا احترام کرنا ہے۔ آپ کا کام لوگوں پر قابو پانا نہیں، بلکہ ان کے دلوں پر اثر ڈالنا ہے۔ کسی کی غلطی ٹھیک کرنے سے پہلے اس کی بات غور سے سنیں، اور زبردستی کیے بغیر سمجھداری کی بات بیان کر دیں۔ جب آپ کسی دوسرے شخص کی تبدیلی کی ذمہ داری کا بوجھ اپنے کندھوں سے اتار دیتے ہیں، تو آپ کی گفتگو پر سکون، آپ کے تعلقات مضبوط اور آپ کا دل ہمدردی اور سچائی دونوں کے ساتھ خیال رکھنے کے لیے آزاد ہو جاتا ہے۔

میں نے ان سے ایک ایسا سوال پوچھا جو مجھے طویل عرصے سے پریشان کر رہا تھا: ”اگر میں کسی کی بات سنوں۔ واقعی سنوں، انہیں بولنے دوں، ان کے درد کے اظہار کے لیے انہیں جگہ دوں۔ تو کیا وہ یہ نہیں سمجھیں گے کہ میں ان سے متفق ہوں؟“

انہوں نے کہا، ”یہ ایک حقیقی خطرہ ہے۔ اور اگر آپ اس فرق کو نہیں سمجھتے تو یہ خطرناک ہو سکتا ہے۔“

میں نے پوچھا، ”کس چیز کے درمیان فرق؟“

انہوں نے جواب دیا، ”ہمدردی (Empathy) اور اتفاقِ رائے (Agreement) کے درمیان۔“

پہلی بار سننے میں یہ بات بہت سادہ لگی۔ لیکن جتنا زیادہ وہ بولتے گئے، مجھے اتنا ہی احساس ہوا کہ ہم کتنی کثرت سے ان دونوں کے درمیان الجھ جاتے ہیں، اور یہ الجھن خاندانوں، دوستیوں اور کام کی جگہوں پر کتنا نقصان پہنچاتی ہے۔

انہوں نے اس کی وضاحت آہستہ آہستہ کی، جیسے وہ کسی نازک چیز سے غلاف ہٹا رہے ہوں۔ انہوں نے کہا، ”جب کوئی شخص تکلیف میں ہوتا ہے، تو وہ کوئی متوازن دلیل پیش نہیں کر رہا ہوتا۔ وہ محض اپنا ایک زاویہ نظر (Perception) پیش کر رہا ہوتا ہے۔“

اس نکتے نے مجھے چونکا دیا۔ ایک شخص خود کو مظلوم، دھوکہ کھایا ہوا یا نظر انداز کیا ہوا محسوس کر سکتا ہے۔ لیکن جس چیز کا وہ اظہار کر رہا ہے، ضروری نہیں کہ وہ حقیقت ہو؛ بلکہ وہ حقیقت کے بارے میں ان کی اپنی تشریح ہے۔

انہوں نے بات جاری رکھتے ہوئے کہا، ”اور ہمدردی کا تعلق تشریح کی تصدیق کرنے سے نہیں ہے۔ یہ تو صرف جذبات کو تسلیم کرنے کا نام ہے۔“

یہ نکتہ باریک لیکن انتہائی گہرا تھا۔

اس کا بنیادی مطلب یہ کہنا ہے: ”جس طرح سے آپ اس صورتحال کو دیکھ رہے ہیں، اس کے پیش نظر آپ کا اس طرح محسوس کرنا بالکل سمجھ میں آتا ہے۔“ نہ کہ یہ کہنا: ”آپ جس طرح اس صورتحال کو دیکھ رہے ہیں، وہ بالکل درست ہے۔“

انہوں نے ایک ایسی مثال دی جس نے اس بات کو ہمیشہ کے لیے ذہن نشین کر دیا۔

انہوں نے کہا، ”تصور کریں کہ ایک نوجوان خاتون ملازم کو ترقی نہیں دی جاتی۔ وہ آپ کے پاس آتی ہیں اور کہتی ہیں، ’ایسا اس لیے ہوا ہے کیونکہ میری مینیجر مجھے پسند نہیں کرتیں۔ یہ سراسر امتیازی سلوک ہے۔“

یہاں بیک وقت دو چیزیں رونما ہو رہی ہیں: پہلی یہ کہ وہ خود کو کم تر، غصے میں اور دکھی محسوس کر رہی ہیں۔ دوسری یہ کہ انہوں نے اس صورتحال کی تشریح ایک دانستہ نا انصافی کے طور پر کی ہے۔

ہمدردی کا تعلق پہلی بات سے ہے۔ دوسری سے نہیں۔ آپ کہہ سکتے ہیں: ”میں دیکھ سکتا ہوں کہ یہ بات آپ کو کتنی گہری تکلیف پہنچا رہی ہے۔ آپ کی جگہ کوئی بھی ہوتا تو وہ دلبرداشتہ ہو جاتا۔“ لیکن اس کا یہ مطلب ہرگز نہیں ہے کہ آپ تصدیق کر رہے ہیں کہ: ”جی ہاں، آپ کی مینیجر یقیناً جانبدار ہیں۔“

یہی وہ جگہ ہے جہاں زیادہ تر لوگ ٹھوکر کھاتے ہیں۔ وہ سوچتے ہیں کہ اگر وہ اس شخص کی کہانی کی تصدیق نہیں کریں گے، تو وہ بے حس کہلائیں گے۔ اور اگر وہ تصدیق کر دیتے ہیں، تو وہ گویا اس سے اتفاق کر رہے ہوتے ہیں۔ لیکن سچی ہمدردی نہ تو بے حسی ہے اور نہ ہی اتفاق رائے۔ یہ تو سراسر انسانیت پسندی ہے۔

میں نے ایک اور تشویش کا اظہار کیا۔ میں نے پوچھا، ”لیکن کیا ہوگا اگر وہ غلط فہمی کا شکار ہو جائیں؟ کیا ہوگا اگر میری خاموشی یا محض سننے کی وجہ سے وہ یہ سمجھ بیٹھیں کہ میں ان سے متفق ہوں؟“

انہوں نے اثبات میں سر ہلایا۔ ”ایسا ہو سکتا ہے۔ اور ایسا ہوگا بھی۔“ انہوں نے اس حقیقت کو نرم الفاظ میں پیش کرنے کی کوئی کوشش نہیں کی۔

انہوں نے کہا، ”لوگ ہمدردی کو اتفاق رائے سمجھنے کی غلطی کر سکتے ہیں۔ لیکن اس کا مطلب یہ نہیں کہ آپ ہمدردی کرنا ہی چھوڑ دیں۔“

اس بات کو قبول کرنا مشکل تھا۔ ہم سب فوری وضاحت چاہتے ہیں۔ فوری درستگی کے خواہشمند ہوتے ہیں۔

ہم کہنا چاہتے ہیں، ”صرف آپ کی معلومات کے لیے عرض ہے کہ میں آپ سے متفق نہیں ہوں۔“

لیکن انہوں نے ایک زیادہ صبر آزما راستے کی طرف اشارہ کیا۔ انہوں نے کہا، ”کسی بھی گفتگو کو آخری ملاقات یا حتمی رابطہ مت سمجھیں۔“

اس بات نے سب کچھ بدل دیا۔ اگر میں یہ مان لوں کہ یہ لمحہ کسی کی اصلاح کا میرا واحد موقع ہے، تو میں جلد بازی کروں گا۔ میں بحث کروں گا۔ میں اپنی بات منوانے پر زور دوں گا۔ اور زیادہ تر امکان یہی ہے کہ میں اس رشتے کو نقصان پہنچا دوں گا۔ لیکن اگر میں یہ سمجھ جاؤں کہ گفتگو وقت کے

ساتھ آگے بڑھتی ہے، اور وضاحت دھیرے دھیرے سامنے آسکتی ہے، تو میں پہلے سننے کا حوصلہ رکھ سکتا ہوں۔ پہلے سمجھنے کا حوصلہ۔ پہلے اعتماد بحال کرنے کا حوصلہ۔ اور صرف اس کے بعد، صحیح وقت پر، نرمی سے اپنا نقطہ نظر پیش کر سکتا ہوں۔

انہوں نے مجھے ایک اور زیادہ باریک بات سے خبردار کیا: ”قریبی رشتوں میں بحث و مباحثہ (Debate) اکثر زہر ثابت ہوتا ہے۔“

یہ بات مروجہ سوچ کے برعکس محسوس ہوئی۔ کیا سچائی اہم نہیں ہے؟ کیا وضاحت ضروری نہیں ہے؟ انہوں نے کہا، ”جی ہاں، بالکل ہے، لیکن تعلق کی قیمت پر نہیں۔“

انہوں نے مجھے ایک کہانی سنائی: ”ایک بار ایک دوست میرے پاس آئے، جو اپنے خاندان کے ایک فرد کے بارے میں شدید غصے میں تھے جس نے ان کے ساتھ زیادتی کی تھی۔ واقعات کے بارے میں ان کے اپنے بیان میں بہت سے جھول تھے۔ میں تنازعے میں ان کا اپنا کردار واضح طور پر دیکھ سکتا تھا اور میرا پہلا جہلتی رد عمل یہی تھا کہ میں ان کی غلطی کی نشان دہی کروں۔“

میں نے پوچھا، ”پھر کیا ہوا؟“

”انہوں نے مجھ سے تین ماہ تک بات کرنا بند کر دی۔ اس لیے نہیں کہ میں غلط تھا۔ بلکہ اس لیے کہ وہ میرے پاس دلاسا لینے آئے تھے اور میں نے انہیں نصیحت کرنا شروع کر دی۔“

یہ کہانی دل پر لگی۔ جب کوئی شخص جذباتی اضطراب کا شکار ہو، تو وہ اصلاح قبول کرنے کے لیے تیار نہیں ہوتا۔ اگر آپ فوری طور پر ان کی سوچ کو ’ٹھیک‘ کرنے کی کوشش کریں گے، تو وہ مزاحمت کریں گے۔ اس لیے نہیں کہ آپ کا نقطہ نظر غلط ہے، بلکہ اس لیے کہ ان کا ذہن اس وقت قبول کرنے کی حالت میں نہیں ہے۔ اور جیسے ہی یہ گفتگو ایک بحث کی شکل اختیار کرتی ہے، مقصد بدل جاتا ہے۔ اب یہ سمجھنے سمجھانے کا معاملہ نہیں رہتا۔ اور جہاں جیت کا عنصر داخل ہو جائے، وہاں رشتے کمزور پڑنے لگتے ہیں۔

پھر انہوں نے اس سے بھی زیادہ گہری بات کہی: ”آپ لوگوں کی اصلاح (Reform) نہیں کر سکتے۔ آپ صرف ان پر اثر انداز (Influence) ہو سکتے ہیں۔“

اس جملے میں ایک گہرا وزن تھا۔ کیونکہ ہماری زیادہ تر مایوسی ان نتائج کی ذمہ داری اپنے سر لینے سے پیدا ہوتی ہے جو ہمارے اختیار میں ہی نہیں ہیں۔ ہم سوچتے ہیں: میں نے اتنی بار اس کی وضاحت کی ہے؛ وہ بدلتے کیوں نہیں؟ میں نے انہیں صحیح راستہ دکھایا ہے؛ وہ اس پر چلتے کیوں نہیں؟ اور جب وہ ایسا نہیں کرتے، تو ہم خود کو بے بس محسوس کرتے ہیں۔ **ایک طرح کی** اکتاہٹ ہونے لگتی ہے۔ حتیٰ کہ ہمیں لگتا ہے جیسے وہ ہم سے مخلص نہ ہوں۔

لیکن انہوں نے اس کا رخ موڑ دیا۔ انہوں نے کہا، ”یہ مایوسی اس سوچ سے پیدا ہوتی ہے کہ آپ انہیں بدلنے کے ذمہ دار ہیں۔“

میں نے خود کو بالکل بے نقاب محسوس کیا۔ کیونکہ یہ بالکل وہی کام تھا جو میں خاموشی سے، باریک بینی سے، اور بعض اوقات لاشعوری طور پر بھی کر رہا تھا۔ لوگوں کو ٹھیک کرنے کی کوشش۔

انہوں نے اپنا ایک ذاتی تجربہ بیان کیا۔ انہوں نے کہا، ”ایک بار میں خاندان کے ایک قریبی فرد پر غصے میں آ گیا تھا۔ میں نے انہیں بار بار نصیحت کی تھی۔ نرمی سے۔ تحمل سے۔ اور واضح طور پر۔ اور وہ مسلسل وہی غلطی دہراتے رہے۔“

یہ کہتے ہوئے ان کی آواز دھیمی ہو گئی، ”میں ان پر چلا اٹھا۔ اور بعد میں، جب میں اکیلا بیٹھا، تو مجھے احساس ہوا کہ میں ان پر غصہ نہیں تھا۔ میں خود پر غصہ تھا کہ میں نے یہ کیوں سمجھ لیا کہ میں ان کی ذہنی و اخلاقی نشوونما کو کنٹرول کر سکتا ہوں۔“

یہ ایک اہم موڑ تھا۔ جب ان کا زاویہ نظر ’مجھے اسے بدلنا ہے‘ سے بدل کر ’مجھے صرف مثبت کردار ادا کرنا ہے‘ پر منتقل ہوا، تو مایوسی ختم ہونا شروع ہو گئی۔ اس لیے نہیں کہ سامنے والا شخص بدل گیا تھا، بلکہ اس لیے کہ انہوں نے وہ بوجھ اٹھانا بند کر دیا تھا جو کبھی ان کا تھا ہی نہیں۔

انہوں نے انتہائی واضح الفاظ میں اس کی وضاحت کی۔ ”میرا کام خلوص، ہمدردی اور تیاری کے ساتھ اپنی سمجھ پیش کرنا ہے۔ اس کے بعد، دوسروں نے کیا کرنا ہے، وہ ان کا اپنا سفر ہے۔“

اس کا مطلب بے حسی یا لاپرواہی نہیں ہے۔ اس کا مطلب وضاحت ہے۔ آپ اب بھی فکر کرتے ہیں۔ آپ اب بھی سنتے ہیں۔ آپ اب بھی اپنا نقطہ نظر پیش کرتے ہیں۔ لیکن آپ پر اس کے نتیجے کا بوجھ نہیں ہے۔

میں نے اس سے بھی زیادہ مشکل حالات کے بارے میں سوچا۔ وہ لوگ جو ایک شخص سے دوسرے شخص کے پاس جاتے ہیں، صرف تصدیق حاصل کرنے کے لیے، حقائق کو توڑ مروڑ کر پیش کرتے ہیں، یہاں تک کہ دوسروں کو آپ کے خلاف اکساتے ہیں۔ میں نے پوچھا، ”ان کے بارے میں کیا خیال ہے؟ کیا ہوگا اگر وہ باتوں کو گھما پھرا کر پیش کریں اور حقیقی نقصان پہنچائیں؟“

انہوں نے اس معاملے کی پیچیدگی سے انکار نہیں کیا۔ انہوں نے کہا، ”جی ہاں، ایسا ہو سکتا ہے۔ اور یہ تکلیف دہ ہوتا ہے۔“ پھر انہوں نے مجھے ایک ایسے شخص کے بارے میں بتایا جسے وہ جانتے تھے۔ ایک ایسا ساتھی جو افواہیں پھیلاتا تھا، خود کو مظلوم بنا کر پیش کرتا تھا، اور خاموشی سے رشتوں میں زہر گھولتا تھا۔ ”مہینوں تک، میں عوامی سطح پر اپنا دفاع کرنا چاہتا تھا۔ ہر جھوٹ کی تردید کرنا چاہتا تھا۔ اسے بے نقاب کرنا چاہتا تھا۔“

”آپ کو کس چیز نے روکا؟“

”مجھے احساس ہوا کہ جارحانہ انداز میں اپنا دفاع کرنا صرف اس تماشے کو مزید ہوا دے گا۔ اس لیے، میں ایماندار رہا۔ میں اپنے موقف پر قائم رہا۔ میں نے اس کا کھیل کھیلنے سے انکار کر دیا۔“

”اور پھر کیا ہوا؟“

”اس میں ایک سال سے زیادہ کا وقت لگا۔ لیکن بالآخر، لوگوں نے اس کا اصل روپ دیکھ لیا۔ اس لیے نہیں کہ میں نے بحث کی تھی، کیونکہ میں نے تو بحث کی ہی نہیں تھی۔ سچائی خود بخود سامنے آگئی۔“

انہوں نے میری طرف دیکھا۔ ”آپ پھر بھی اپنے دائرہ اختیار میں کام کرتے ہیں۔ آپ ایماندار رہتے ہیں۔ آپ واضح رہتے ہیں۔ آپ مستقل مزاج رہتے ہیں۔ اور آپ اس بات پر یقین رکھتے ہیں کہ وقت کے ساتھ سچائی ابھر کر سامنے آنے کا اپنا ایک راستہ رکھتی ہے۔ ہمیشہ فوری طور پر نہیں، ہمیشہ آسانی سے نہیں، لیکن بالآخر ایسا ضرور ہوتا ہے۔“

جس چیز نے میرے دل پر سب سے گہرا اثر چھوڑا وہ اس اصول کی لطیف سادگی تھی۔ ہمدردی کا مطلب اتفاقِ رائے نہیں ہے۔ اثر و رسوخ کا مطلب کنٹرول نہیں ہے۔ ذمہ داری کا مطلب نتیجہ نہیں ہے۔ اگر میں ان امتیازات کو واضح طور پر اپنے ذہن میں رکھ سکوں، تو بہت سی الجھنیں ختم ہو جاتی ہیں۔ میں اپنے اصولوں پر سمجھوتہ کیے بغیر سن سکتا ہوں۔ میں کسی کی تبدیلی کے لیے خود کو ذمہ دار سمجھے بغیر ان کا خیال رکھ سکتا ہوں۔ میں ہر گفتگو کو جنگ کا میدان بنائے بغیر اپنی بات کہہ سکتا ہوں۔

وہ اس بات کو ایک زیادہ گہرے نکتے کی طرف واپس لے گئے۔

انہوں نے کہا، ”آپ اپنے ارادے، اپنی کوشش اور اپنے رویے کے لیے جوابدہ ہیں، نہ کہ کسی دوسرے شخص کی تبدیلی کے لیے۔“ انہوں نے کچھ دیر توقف کیا اور پھر اضافہ کیا، ”وہ ان کا اپنا معاملہ ہے۔ اور بالآخر، خدا کا معاملہ ہے۔“ ان کی آواز میں کوئی بوجھ نہیں تھا۔ صرف ایک پرسکون اطمینان تھا۔

میں وہاں سے کسی کے ساتھ کھڑے ہونے یا کسی کے لیے ”موجود رہنے“ کے ایک بالکل مختلف تصور کے ساتھ رخصت ہوا۔ اس کا مطلب ان سے متفق ہونا نہیں ہے۔ اس کا مطلب فوری طور پر ان کی اصلاح کرنا نہیں ہے۔ اس کا مطلب انہیں ٹھیک کرنا نہیں ہے۔ اس کا مطلب ایک ایسا ماحول فراہم کرنا ہے جہاں اپنی فہم و ادراک کو کھوئے بغیر ان کی بات سنی جائے۔ اور پھر، نرمی سے، صبر کے ساتھ، وقت کے ساتھ... انہیں اتفاقِ رائے سے بہتر کوئی چیز پیش کی جائے۔

یعنی انہیں افہام و تفہیم پیش کی جائے۔ اور شاید، اگر وہ تیار ہوں، تو آگے بڑھنے کا ایک راستہ۔