

محض آرام دہ زندگی کافی کیوں نہیں

آرام سے زندگی آسان ضرور ہو جاتی ہے، لیکن زندگی کو اصل معنی صرف مقصدیت دیتی ہے۔ کامیابی، حفاظت اور خوشیاں ہماری بہت سے عملی ضرورتیں تو پوری کر دیتی ہیں، لیکن وہ اس اہم سوال کا جواب نہیں دے سکتیں کہ "میری زندگی کا کیا مقصد ہے؟" ایک بامقصد زندگی محبت، لوگوں کی خدمت، ایمانداری، شکر گزار ہونے اور مشکلات کا ہمت سے مقابلہ کرنے سے بنتی ہے۔ جب زندگی صرف آرام کے بجائے کسی مقصد کے ساتھ جی جائے، تو بڑی سے بڑی مشکل بھی اٹھانا آسان ہو جاتی ہے اور عام سے لمحات بھی خاص بن جاتے ہیں۔

ایک بار میں نے اُن سے ایک ایسا سوال کیا جو کئی برس سے خاموشی سے میرے اندر کھٹک رہا تھا:

"جن لوگوں کے پاس بظاہر سب کچھ ہوتا ہے، وہ پھر بھی اندر سے خالی کیوں محسوس کرتے ہیں؟"

انہوں نے ایک لمحے کے لیے میری طرف دیکھا اور کہا، "آپ کے نزدیک سب کچھ سے کیا مراد ہے؟"

"شاید آرام۔ پیسہ۔ مرتبہ۔ تحفظ۔ تفریح۔ تقریباً جو چاہیں کرنے کی آزادی۔"

"اور ان میں سے کوئی چیز کافی محسوس نہیں ہوتی؟"

"ہمیشہ نہیں۔"

میں نے کئی ایسے لوگوں کے بارے میں سوچا جنہیں میں برسوں سے جانتا تھا۔ ان میں سے کچھ نے وہ بہت کچھ حاصل کر لیا تھا جس کے حصول میں دوسرے لوگ اپنی پوری زندگی لگا دیتے ہیں۔ ان کے پیشہ ورانہ کیریئر کامیاب تھے۔ مالی حالات مستحکم تھے۔ باہر سے ان کی زندگی آسودہ دکھائی دیتی تھی۔

لیکن جب بھی میں نے ان کے ساتھ کچھ وقت گزارا، مجھے ان کے اندر ایک ایسی بے قراری محسوس ہوئی جسے ان کامیابیوں نے دور نہیں کیا تھا۔ دوسری طرف، میں ایسے لوگوں سے بھی واقف تھا جن کے حالات بظاہر کہیں زیادہ مشکل تھے۔ وہ ایسے بوجھ اٹھا رہے تھے جو دوسروں کو اٹھانے نہیں پڑتے تھے۔ اس کے باوجود ان میں زندگی کی ایک ایسی حرارت اور تازگی تھی جو نسبتاً آسان زندگی گزارنے والے لوگوں میں عجیب طور پر غائب دکھائی دیتی تھی۔

انہوں نے سر ہلایا اور کہا، "تو شاید آرام اور معنویت ایک ہی چیز نہیں ہیں۔"

میں کسی زیادہ تسلی بخش جواب کی توقع کر رہا تھا۔

میں نے پوچھا، "کیا آرام ایک اچھی زندگی کا حصہ نہیں؟"

"یقیناً ہے۔ آرام ضروری ہے۔ خوشی ضروری ہے۔ تحفظ ضروری ہے۔ زندگی کو بلاوجہ مشکل بنانے میں کوئی خوبی نہیں۔"

وہ کچھ دیر رکے، پھر بولے:

"لیکن فرض کریں کہ زندگی کی ہر تکلیف ختم ہو جائے۔ کیا اس سے خود بخود اس سوال کا جواب بھی مل جائے گا کہ میں کس مقصد کے لیے جی رہا ہوں؟"

میں نے اس بارے میں سوچا۔

"نہیں،" میں نے بالآخر کہا۔

وہ ہلکے سے مسکرائے اور بولے، "تو شاید آرام ایک قسم کا انسانی مسئلہ حل کرتا ہے، لیکن دوسرے مسئلے کو حل نہیں کرتا۔"

یہ فرق میرے ذہن میں ٹھہر گیا۔

اپنی زندگی کے ایک بڑے حصے میں، میں یہ سمجھتا رہا کہ کسی شخص کی بے اطمینانی کا مطلب ہے کہ اس کے حالات میں کچھ کمی ہے۔

زیادہ کامیابی۔ زیادہ پذیرائی۔ زیادہ آزادی۔ زیادہ خوشگوار تجربات۔

مجھے لگتا تھا کہ اگر کافی مسائل دور کر دیے جائیں اور کافی آسائشیں زندگی میں شامل کر دی جائیں تو اطمینان لازماً حاصل ہو جائے گا۔

لیکن زندگی کے تجربات بار بار اس نظریے کو پیچیدہ بناتے رہے۔

ایک شخص آرام اور آسائش کی تمام سہولتیں رکھ سکتا ہے اور پھر بھی یہ سوال کر سکتا ہے کہ آخر ان سب کی اہمیت کیا ہے۔

کچھ دیر بعد انہوں نے پوچھا، "کیا آپ کبھی بہت مصروف ہونے کے باوجود عجیب سی خالی پن کا شکار ہوئے ہیں؟"

میں ہنسا اور کہا، "ایک بار نہیں، کئی بار۔"

"کس چیز کی کمی تھی؟"

یہ سوال سنتے ہی میری زندگی کا ایک خاص دور میرے ذہن میں آگیا۔

میرے دن انتہائی مصروف تھے۔ اجلاس، ذمہ داریاں، آخری تاریخیں، منصوبے۔

باہر سے دیکھیں تو میری زندگی بہت مصروف اور نتیجہ خیز دکھائی دیتی تھی۔ اگر کوئی مجھ سے پوچھتا کہ کیا میں کچھ حاصل کر رہا ہوں، تو میں یقیناً ہاں میں جواب دیتا۔

"لیکن اس سب کے باوجود ایک سوال چپکے سے میرے ساتھ چل رہا تھا کہ "ان باتوں کی کیا اہمیت ہے؟" میں یہ بات ہر روز خود سے جان بوجھ کر نہیں پوچھتا تھا، لیکن مجھے لگتا تھا کہ یہ سوال موجود ہے۔ آخر کار میں نے کہا، "مجھے لگتا ہے کہ میں یہ بھول گیا تھا کہ میں یہ کام کیوں کر رہا تھا۔" انہوں نے سر ہلایا۔

"یہ تھک جانے سے مختلف چیز ہے۔"

میں نے ایک لمحے کے لیے سوچا اور پھر کہا، "میں تھکا ہوا بھی تھا۔ لیکن یہ اس سے کہیں گہری چیز محسوس ہوتی تھی۔" شاید آپ میں صرف توانائی کی کمی ہی نہیں تھی، "انہوں نے کہا۔ "بلکہ شاید آپ زندگی کے معنی سے محروم ہو گئے تھے۔" یہ ہماری گفتگو میں "معنی" کا لفظ پہلی بار آیا تھا۔

کچھ دیر بعد انہوں نے پوچھا، "کیا آپ نے وکٹر فرینکل کو پڑھا ہے؟"

"تھوڑا بہت۔"

انہوں نے اثبات میں سر ہلایا۔ "فرینکل نے ایک بظاہر سادہ سے خیال کے گرد 'لوگو تھراپی' (معنی تھراپی) کی بنیاد رکھی: انسان صرف خوشی، طاقت یا تکلیف کو کم کرنے کی تلاش میں نہیں رہتا، بلکہ ہمیں زندگی کو با معنی محسوس کرنے کی بھی ضرورت ہوتی ہے۔"

میں یہ بات پہلے بھی سن چکا تھا۔ لیکن آرام کے بارے میں ہماری گفتگو کے ساتھ اسے سننے سے یہ تصور میرے لیے کہیں زیادہ واضح ہو گیا۔

"تو کیا اُن کے خیال میں انسان بنیادی طور پر معنی ہی تلاش کرتا ہے؟" میں نے پوچھا۔

"انہوں نے معنی اور مقصد کی تلاش کو انسان کی بنیادی محرک قوت قرار دیا۔" پھر انہوں نے ایک وضاحت کی جو مجھے پسند آئی: "اس کا مطلب یہ نہیں کہ معنویت ہر چیز کی وضاحت کر دیتی ہے۔ انسان اس سے کہیں زیادہ پیچیدہ مخلوق ہے۔"

میں نے سر ہلایا۔

وہ بولتے رہے:

"ڈپریشن، بے چینی، صدمہ، غم اور تکلیف کی بہت سی دوسری صورتیں متعدد وجوہات کی بنا پر پیدا ہو سکتی ہیں۔ معنی علاج کا متبادل نہیں۔ یہ ہر مسئلے کا حل بھی نہیں۔"

"پھر یہ اتنا اہم کیوں ہے؟"

"کیونکہ علامات، عادات اور جذبات کو سمجھ لینے کے باوجود اگر آپ یہ سوال نہ کریں کہ کسی شخص کی زندگی کس سمت میں جا رہی ہے تو ایک اہم پہلو پھر بھی تشنہ رہ سکتا ہے۔"

وہ رکے۔

"وہ آخر کس مقصد کے لیے جی رہے ہیں؟"

یہ سوال میری توقع سے کہیں بڑا تھا۔

ہم اکثر لوگوں سے پوچھتے ہیں کہ وہ کیا چاہتے ہیں۔

آپ کون سا کیریئر چاہتے ہیں؟

آپ کس طرح کا گھر چاہتے ہیں؟

آپ کتنی آمدنی چاہتے ہیں؟

آپ کیسی زندگی چاہتے ہیں؟

آپ کون سے تجربات حاصل کرنا چاہتے ہیں؟

لیکن "آپ کس مقصد کے لیے جی رہے ہیں؟" ایک بالکل مختلف نوعیت کا سوال تھا۔

یہ مجھے صرف اس بات پر غور کرنے پر مجبور نہیں کرتا تھا کہ میں کیا حاصل کرنا چاہتا ہوں، بلکہ اس پر بھی کہ آخر کسی چیز کو حاصل کرنا قابلِ قدر کیوں ہے۔

میرے چہرے کے تاثرات دیکھ کر انہوں نے ایک مثال دی:

"فرض کریں دو لوگ یکساں مشکل کام کر رہے ہیں۔"

میں نے سر ہلایا۔

"یکساں اوقات۔ یکساں محنت۔ یکساں تنخواہ۔"

انہوں نے کہا، "ایک شخص اس کام کو صرف تنخواہ ملنے تک برداشت کرنے کی چیز سمجھتا ہے۔ دوسرا سمجھتا ہے کہ اس کا کام کسی نہایت اہم مقصد میں حصہ ڈال رہا ہے۔ کیا دونوں پھر بھی تھکیں گے نہیں؟"

"یقیناً تھکیں گے۔"

"تو پھر فرق کیا پڑا؟"

وہ مسکرائے۔

"ضروری نہیں کہ تھکن بدل جائے۔ تھکن کے معنی بدل جاتے ہیں۔"

میں فوراً سمجھ گیا۔

معنی بوجھ کو ختم نہیں کرتے۔ وہ بوجھ کے ساتھ ہمارے تعلق کو بدل دیتے ہیں۔

میں نے ان والدین کے بارے میں سوچا جو بیمار بچے کی دیکھ بھال کر رہے ہوتے ہیں۔

راتوں کو جاگنا اور تھک جانے کا احساس امر واقعہ ہے۔

محبت جادوئی طور پر ان میں سے کچھ بھی ختم نہیں کرتی۔

لیکن زیادہ تر والدین ان قربانیوں کو اس طرح محسوس نہیں کرتے جیسے وہ کسی بے مقصد محرومی کو محسوس کرتے۔

"انہیں معلوم ہوتا ہے کہ یہ تھکن کس لیے ہے،" میں نے کہا۔

"بالکل" انہوں نے جواب دیا۔ "کوئی بوجھ بھاری ہونے کے باوجود اٹھانے کے لائق ہو سکتا ہے۔"

بعد میں انہوں نے ہولو کا سٹ کے دوران فرینکل کے تجربات اور ان خیالات کے بارے میں بات کی جو بعد میں کتاب

میں سامنے آئے۔

لیکن وہ محتاط تھے۔

"لوگ کبھی کبھی فرینکل کی بات کو ایک نعرے میں بدل دیتے ہیں۔"

"آپ کا کیا مطلب ہے؟" میں نے پوچھا۔

"وہ ان کی کہانی سنتے ہیں اور یہ نتیجہ نکالتے ہیں کہ معنی انسان کو ہر تکلیف پر قابو پانے کے قابل بنا دیتا ہے۔"

میں نے سر ہلایا۔

"لیکن یہ ایک محتاط اور درست نتیجہ نہیں۔ شدید تکلیف انسان کو بالکل بے بس کر سکتی ہے۔ صدمہ ایک حقیقت ہے۔ اور انسانوں کی برداشت کی

صلاحیت ایک جیسی نہیں ہوتی۔"

"تو پھر زیادہ درست سبق کیا ہے؟"

انہوں نے لمحہ بھر کے لیے سوچا اور پھر کہا، "معنی و مقصد انسان کو ایک ایسی سمت دے سکتا ہے جس کی طرف وہ قدم بڑھا سکے، چاہے تکلیف کا فوراً خاتمہ نہ بھی ہو سکے۔" جینے کا کوئی مقصد۔ مجھے یہ اندازِ فکر عاجزانہ بھی لگا اور کہیں زیادہ گہرا بھی۔ اس میں تکلیف کو سراہا یا خوبصورت بنا کر پیش نہیں کیا گیا تھا، بلکہ صرف اس بات سے انکار کیا گیا تھا کہ تکلیف ہی آخری فیصلہ ہے۔

میں نے ایک اور سوال کیا:

"کیا فرینکل کے خیال میں معنی کسی بڑی کامیابی سے ہی حاصل ہوتا ہے؟"

"نہیں،" انہوں نے مسکراتے ہوئے کہا۔ "اور شاید ان کے نظریے کا یہ سب سے زیادہ آزادی مہیا کرنے والا پہلو ہے۔"

میں ذرا آگے جھکا۔

"وہ کیسے؟"

"کیونکہ معنی بہت سی جگہوں پر پایا جاسکتا ہے۔"

انہوں نے مثالیں گنونا شروع کیں۔

"ایسے کام میں جس سے کوئی قابلِ قدر چیز وجود میں آتی ہو۔ تخلیق میں۔ خدمت میں۔"

میں نے سر ہلایا۔

انہوں نے بات جاری رکھتے ہوئے کہا، "معنی و مقصد تجربات کے ذریعے بھی ابھر کر نمایاں ہو سکتے ہیں۔ محبت، دوستی، خوبصورتی، فطرت اور دوسرے لوگوں کے ساتھ سچے تعلقات۔" پھر وہ کچھ دیر کے لیے رکے اور بات میں اضافہ کیا، "اور بعض اوقات، جب تکلیف واقعی ختم نہ کی جاسکے، تو مقصد اس انداز سے بھی پیدا ہو سکتا ہے جس کا انتخاب کوئی شخص اس تکلیف کا سامنا کرنے کے لیے کرتا ہے۔"

میں نے قدرے الجھن سے اُن کی طرف دیکھا۔

"یہ بات خطرناک محسوس ہوتی ہے۔"

"کس طرح؟"

"اس سے ایسا لگ سکتا ہے جیسے خود تکلیف بھی اچھی چیز ہو۔"

انہوں نے فوراً سر ہلایا۔

"اسی لیے ہمیں محتاط رہنا ہوگا۔"

مجھے ان کا جواب پسند آیا۔

اس میں درد کو خوبصورت بنا کر پیش کرنے کی کوئی کوشش نہیں تھی۔

وہ بولے:

اگر تکلیف کو روکا جاسکتا ہو، اس کا علاج ممکن ہو، اس کی اصلاح کی جاسکتی ہو، اسے کم کیا جاسکتا ہو یا اس کے خلاف مزاحمت ممکن ہو، تو ذمہ داری کا تقاضا یہی ہو سکتا ہے کہ ہم ایسا کریں۔ کسی ایسی تکلیف کو بلاوجہ سہتے رہنے میں کوئی خوبی نہیں جسے دور کیا جاسکتا ہو، صرف اس سوچ کی وجہ سے کہ اس کا کوئی مقصد ہو سکتا ہے۔"

یہ بات متوازن محسوس ہوئی۔

"تو پھر رویہ اس وقت اہم ہو جاتا ہے جب صورتِ حال واقعی تبدیل نہ کی جا سکتی ہو۔"

"بالکل۔"

میں نے اُن نقصانات کے بارے میں سوچا جنہیں لوگ اپنے اندر لیے پھرتے ہیں۔

کوئی عزیز جسے واپس نہیں لایا جا سکتا۔

ایسی بیماری جسے مٹایا نہیں جا سکتا۔

ایسی محدودیت جس کے ساتھ زندگی گزارنا ہی پڑے۔

زندگی کا ایسا باب جو دوبارہ نہیں کھولا جا سکتا۔

"پھر کیا؟" میں نے پوچھا۔

انہوں نے خاموشی سے میری طرف دیکھا۔

"پھر سوال یہ بن جاتا ہے: جس چیز کو میں ختم نہیں کر سکتا، اس کا سامنا میں کس طرح کروں گا؟"

"میں اپنے جاننے والے کچھ لوگوں کے بارے میں سوچنے لگا۔ ان میں سے ایک شخص بیماری کی وجہ سے اپنی مرضی کی زندگی نہیں جی سکتا تھا جو وہ پہلے جیتا تھا۔ دوسرے شخص کو ایسا نقصان پہنچا تھا جس نے اس کی پوری زندگی بدل کر رکھ دی۔ دونوں میں سے کوئی بھی اس بات پر خوش نہیں تھا جو ان کے ساتھ ہوئی تھی، اور انہیں خوش ہونا بھی نہیں چاہیے تھا۔ لیکن پھر بھی دونوں میں ایک ایسی عزتِ نفس تھی جو اس بات کا دکھاوا کرنے پر قائم نہیں تھی کہ تکلیف کوئی اچھی چیز ہے۔ شاید ایسے موقعوں پر زندگی کا مقصد خود اس حالت یا واقعہ میں نہیں تھا، بلکہ اس بات میں تھا کہ انہوں نے اس مشکل کا سامنا کیسے کیا۔ میں نے کہا، "مقصد کا موجود ہونا صرف فائدے مند ہونے سے بہت بڑی بات ہے۔"

"بہت ہی بڑی۔"

یہ فرق میرے لیے خاص طور پر اہم تھا۔

ہم ایک ایسے معاشرے میں رہتے ہیں جہاں انسان کی قدر اکثر اس کی کارکردگی سے ناپی جاتی ہے۔

آپ نے کیا بنایا؟ آپ نے کیا حاصل کیا ہے؟ آپ نے کتنی کامیابیاں سمیٹی ہیں؟
یہ سوال اہم ہیں۔

لیکن اگر صرف یہی سوال رہ جائیں تو اس وقت کیا ہوگا جب کارکردگی ممکن نہ رہے؟
بیماری کے دوران کیا ہوگا؟

معذوری میں؟

بڑھاپے میں؟

دوسروں پر انحصار کی حالت میں؟

کیا صرف اس لیے زندگی کی معنویت ختم ہو جائے گی کہ انسان کی کارکردگی کم ہو گئی ہے؟
فرینکل کا تصور اس کے برعکس اشارہ کرتا تھا۔

انسان کوئی بامعنی چیز تخلیق کر سکتا ہے۔

وہ بامعنی محبت کر سکتا ہے۔

وہ حسن کو بامعنی انداز میں محسوس اور قبول کر سکتا ہے۔

وہ تکلیف کو بھی بامعنی انداز میں برداشت کر سکتا ہے۔

امکانات صرف کارکردگی تک محدود نہیں تھے۔

یہ خیال میرے لیے تسلی بخش تھا۔

اس کا مطلب تھا کہ معنی کسی ایسے مستقبل کے دن تک مؤخر نہیں کیے گئے جب میں آخر کار کوئی بہت بڑی کامیابی حاصل کر لوں گا۔

وہ شاید ایک عام سی دوپہر میں بھی موجود ہو سکتا ہے۔

ایک مخلصانہ گفتگو میں۔

کسی ذمہ داری کو اچھی طرح نبھانے میں۔

ایمان داری کے ایک لمحے میں۔

کسی مشکل فیصلے کو اخلاص کے ساتھ کرنے میں۔

غروبِ آفتاب کی خوبصورتی کو واقعی محسوس کرنے میں، بجائے اس کے کہ جلدی میں اس کے پاس سے گزر جائیں۔

ایسا لگتا تھا جیسے انہوں نے میرے خیالات کا رخ بھانپ لیا ہو۔

"آپ کے خیال میں لوگ معنی کو مؤخر کیوں کرتے ہیں؟" انہوں نے پوچھا۔

میں مسکرایا۔

"کیونکہ ہم اسے کسی بہت بڑی چیز سے جوڑ دیتے ہیں۔"

"آگے بتائیے۔"

"ایک دن مجھے اپنا مقصد معلوم ہو جائے گا۔ ایک دن میرے کام کی کوئی بڑی اہمیت ہوگی۔ ایک دن میں کوئی اہم کام کروں گا۔"

انہوں نے سر ہلایا۔

"اور آج کا کیا ہوگا؟"

میں ہنس پڑا۔

"وہ بس گزارنے کی چیز بن جاتا ہے۔"

یہ جواب کچھ زیادہ ہی مانوس محسوس ہوا۔

برسوں تک میں نے موجودہ لمحے کو مستقبل کی کسی بڑی معنویت کی تیاری کے طور پر دیکھا تھا۔

شاید معنی ہمیشہ اگلے سنگِ میل کے اُس پار کہیں میرا انتظار کر رہا تھا۔

فرینکل کا نقطہ نظر اس مفروضے کو چیلنج کرتا تھا۔

یہ صرف یہ پوچھنے کے بجائے کہ "میں زندگی سے کیا چاہتا ہوں؟" ایک اور سوال بھی سامنے رکھتا تھا:

"اس وقت زندگی مجھ سے کیا چاہتی ہے؟"

جب میں نے پوچھا کہ عملی زندگی میں اس تصور پر کیسے عمل کیا جائے تو انہوں نے چند مثالیں دیں:

"اگر کسی کو اپنی بات کہنے کے لیے کسی سننے والے کی ضرورت ہے تو معنی شاید توجہ سے سننے میں ہو۔"

میں نے سر ہلایا۔

"اگر کسی کام میں دیانت داری درکار ہے تو معنی شاید اسے ایمانداری سے انجام دینے میں ہو۔"

"جی۔"

"اگر آپ کسی خوبصورت منظر کو دیکھ رہے ہیں تو معنی شاید اتنا حاضر ذہن رہنے میں ہو کہ آپ اس حسن کو واقعی محسوس کر سکیں۔"

میں مسکرایا اور پوچھا، "اور اگر مجھے کسی ایسی چیز کا سامنا ہو جسے میں تبدیل نہیں کر سکتا؟"

"تو معنی شاید اس بات میں ہو کہ آپ اس بوجھ کو اٹھاتے ہوئے کس طرح کا انسان بنے رہنے کا انتخاب کرتے ہیں۔"

یہ خیال حیرت انگیز طور پر مجسم حقیقت کا روپ اختیار کر چکا تھا۔

معنی اب کوئی دور کا مشن یا مقصدی بیان نہیں رہا تھا۔

وہ تو اس انسان، اس ذمہ داری، اس موقع اور اس مسئلے کے حل کا نام تھا۔

بالآخر میں نے اُن سے ایک اور سوال کیا:

"اگر مقصدیت اتنی ہی اہم ہے، تو پھر ہم اس کے بجائے آسائش کا انتخاب کیوں کرتے ہیں؟" انہوں نے مسکراتے ہوئے کہا، "کیونکہ آسائش ہم سے معمول سے کم قربانی یا محنت مانگتی ہے۔"

یہ جواب فوراً سمجھ میں آگیا۔

غور و فکر کے مقابلے میں خود کو مشغول رکھنا اکثر آسان ہوتا ہے۔

کسی مفید کام میں حصہ لینے کے مقابلے میں تفریح آسان ہوتی ہے۔

سیکھنے کے مقابلے میں مسلسل اسکرول کرتے رہنا آسان ہوتا ہے۔

ایک مشکل گفتگو سے بچنا، اسے کرنے کے مقابلے میں آسان ہوتا ہے۔

"آسان فوری ملتی ہے، جبکہ معنویت عموماً ہماری عملی شرکت مانگتی ہے۔" لیکن آسان کوئی دشمن نہیں ہے، "انہوں نے بات میں اضافہ کیا۔ "کیا ایسا نہیں ہے؟" "ہرگز نہیں! ایک با معنی زندگی میں آرام، لذت، ہنسی، دوستی، تفریح اور خوشی شامل ہو سکتی ہے" انہوں نے کہا۔ "مسئلہ اس وقت پیدا ہوتا ہے جب آسانی وہ معیار بن جائے جس کی بنیاد پر ہر چیز کو پرکھا جانے لگے۔"

یہ بات درست محسوس ہوئی۔

زندگی کے بہت سے با معنی حصے آسان نہیں ہوتے۔

والدین بننا تھکا دینے والا ہو سکتا ہے۔

سیکھنا مایوس کن ہو سکتا ہے۔

وعدے نبھانا زحمت طلب ہو سکتا ہے۔

کوئی قابلِ قدر چیز تخلیق کرنا برسوں کی محنت کا تقاضا کر سکتا ہے۔

لیکن بعد میں یہی تجربات اکثر اپنے سچھے ایک ایسی بھرپور کیفیت چھوڑ جاتے ہیں جو محض آرام شاذ و نادر ہی دے پاتا ہے۔

"آسان نہیں،" میں نے کہا۔ "لیکن زیادہ بھرپور۔"

انہوں نے سر ہلایا۔

مجھے ایک شخص یاد آیا جسے میں کبھی جانتا تھا اور جس نے اپنا کیریئر تبدیل کر لیا تھا۔

نئے کام میں آمدنی کم تھی، غیر یقینی زیادہ تھی اور محنت بھی زیادہ درکار تھی۔

جب میں نے اُن سے پوچھا کہ وہ پہلے سے زیادہ خوش کیوں نظر آتے ہیں تو انہوں نے ایک ایسا جملہ کہا جسے میں کبھی نہیں بھولا:

"پہلی بار مجھے محسوس ہوتا ہے کہ میں کسی کام کا ہوں۔"

میں نے یہ واقعہ اُن سے بیان کیا۔

"انہوں نے مسکرا کر کہا، "شاید یہ ان کے لیے معنویت حاصل کرنے کا ایک ذریعہ رہا ہو۔" کیا یہ واحد ذریعہ تھا؟ "ہرگز نہیں۔ انسان وہ آلات یا مشینیں نہیں ہیں جن کی قدر و منزلت کا انحصار محض ان کی حاصلِ کار پر ہو۔

ایک بار پھر یہ تصور وسیع ہو گیا۔

انسانی زندگی بظاہر غیر معمولی بنے بغیر بھی اہم ہو سکتی ہے۔

انسان زندگی کے ان ادوار میں بھی اہم ہو سکتا ہے جب وہ دوسروں کو کچھ دے رہا ہو اور ان ادوار میں بھی جب اسے دوسروں سے کچھ حاصل کرنا پڑ رہا ہو۔

کسی کی موجودگی اہم تھی۔

محبت اہم تھی۔

شکرگزاری اہم تھی۔

وقار اہم تھا۔

خوشی کو قبول کرنے کا انداز اہم تھا۔

تکلیف کو برداشت کرنے کا انداز اہم تھا۔

اپنی زندگی پر غور کرتے ہوئے مجھے ایک بات محسوس ہوئی۔

کچھ دن تفریح سے بھرپور گزرنے کے باوجود تقریباً کوئی دیر پا اثر نہیں چھوڑتے۔

وہ کافی خوشگوار ہوتے ہیں، لیکن عجیب طور پر کھوکھلے۔

اس کے برعکس، کچھ دنوں میں بہت کم جوش و خروش ہوتا ہے، لیکن وہ یادگار بن جاتے ہیں کیونکہ ان میں کوئی بامعنی گفتگو ہوئی ہوتی ہے، یکسوئی سے کچھ سیکھا گیا ہوتا ہے، کسی کی خدمت کی گئی ہوتی ہے، حسن کا کوئی لمحہ دیکھا گیا ہوتا ہے یا کسی ذمہ داری کو سنجیدگی سے نبھایا گیا ہوتا ہے۔

وہ دن ہمیشہ زیادہ خوشگوار نہیں ہوتے تھے۔

لیکن وہ زیادہ بھرپور محسوس ہوتے تھے۔

میں نے ان دنوں کو صرف گزارا نہیں تھا، بلکہ ان میں واقعی شریک ہوا تھا۔

جب ہماری گفتگو اختتام کی طرف بڑھنے لگی تو میں اپنے ابتدائی سوال کی طرف واپس آیا۔

"تو پھر وہ لوگ جو بظاہر سب کچھ رکھتے ہیں، پھر بھی اندر سے خالی کیوں محسوس کرتے ہیں؟"

انہوں نے جواب دینے سے پہلے کچھ دیر سوچا۔

"کبھی کبھی اس لیے کہ اُن کے پاس جو کچھ ہے، وہ اُن سوالوں کے جواب دے رہا ہوتا ہے جو انسانی دل حقیقت میں کبھی پوچھ ہی نہیں رہا تھا۔"

میں خاموشی سے اُن کی بات سنتا رہا۔

"پیسہ اس سوال کا جواب دیتا ہے: 'میں کیا خرید سکتا ہوں؟'

آرام اس سوال کا: 'میں تکلیف یا زحمت کو کیسے کم کر سکتا ہوں؟'

مرتبہ اس سوال کا: 'لوگ میرے بارے میں کیا سوچتے ہیں؟'

لذت اس سوال کا: 'اس وقت مجھے کیا اچھا محسوس ہوگا؟'

پھر انہوں نے دھیمی آواز میں کہا:

"لیکن ان میں سے کوئی بھی لازماً اس سوال کا جواب نہیں دیتا کہ 'ایسی کون سی چیز ہے جس کے لیے خود کو وقف کرنا قابلِ قدر ہے؟'

ایسا محسوس ہوا جیسے پوری گفتگو اسی ایک نکتے پر آکر مکمل ہو گئی ہو۔

مسئلہ کبھی خوشی، آرام، کامیابی یا پیسے کا نہیں تھا۔ اصل غلطی ان چیزوں سے ایک ایسا بوجھ اٹھانے کی امید لگانا تھی جو اٹھانا ان کے بس کی بات ہی نہیں تھی۔

بعد میں میں نے ہماری گفتگو پر غور کیا۔

جب بے چینی پیدا ہو تو شاید پہلا سوال ہمیشہ یہ نہیں ہونا چاہیے:

"میں بہتر کیسے محسوس کر سکتا ہوں؟"

کبھی کبھی ایک اور سوال بھی اس کے ساتھ کھڑا ہونا چاہیے:

"میں اس وقت کس مقصد کے لیے جی رہا ہوں؟"

"اس لمحے کیا اہم ہے؟"

"یہاں مجھ سے کیا تقاضا کیا جا رہا ہے؟"

"کیا کوئی ایسی چیز ہے جس سے محبت کرنا، جس کی خدمت کرنا، جسے تخلیق کرنا، جسے شکر گزاری کے ساتھ قبول کرنا یا جسے برداشت کرنا قابلِ قدر ہے، اور جسے میں نے نظر انداز کرنا شروع کر دیا ہو؟"

معنی درد کو ختم نہیں کرتا۔

یہ خوشی کی ضمانت نہیں دیتا۔

جہاں علاج کی ضرورت ہو وہاں یہ علاج کا تبادلہ نہیں بنتا۔

لیکن یہ وہ راستہ دکھا سکتا ہے جو صرف آرام نہیں دکھا سکتا۔

شاید انسان کو صرف ایک پُر سکون اور خوشگوار زندگی سے زیادہ کچھ درکار ہے۔

ہمیں ایسی زندگی چاہیے جو کسی سمت کی طرف اشارہ کرتی ہو۔

کوئی ایسی چیز جو محبت کے قابل ہو۔ کوئی ایسی چیز جو خدمت کے قابل ہو۔ کوئی ایسی چیز جو تخلیق کے قابل ہو۔ کوئی ایسی چیز جسے شکر گزاری کے ساتھ قبول کیا جاسکے۔ اور جب تکلیف واقعی ختم نہ کی جاسکے، تو اس کا سامنا کرنے کا ایسا طریقہ جو ہمیں مکمل طور پر اپنے ساتھ پیش آئے واقعے کا غلام بنانے کے بجائے، انسان بنائے رکھے۔

آسائش زندگی کو آسان بنا سکتی ہے۔ لیکن مقصد ہمیں یہ سمجھاتا ہے کہ اصل میں کیا چیز زندگی کو قابلِ قدر بناتی ہے۔