جہاں اعتماد پنپتا ہے

ہم اکثر اُن لوگوں، حالات اور نتائج کو قابو میں رکھنے کی کوشش کرتے کرتے خود کو تھکا دیتے ہیں جن پر اختیار رکھنا کبھی ہماری ذمہ داری تھی ہی نہیں۔ حقیقی طاقت کہیں اور ہے: اس بات میں کہ ہم کیسے ردِعمل دیتے ہیں، اعتماد کیسے قائم کرتے ہیں، اور رشتوں میں کتنی دیانت داری اور مستقل مزاجی سے سرمایہ کاری کرتے ہیں۔ اختیار وقتی طور پر کسی کو ہماری بات ماننے پر مجبور کر سکتا ہے، لیکن اثر و رسوخ صبر، دیانت، سمجھ بوجھ اور مستقل مزاجی کے ذریعے آہستہ آہستہ پروان چڑھتا ہے۔ لوگوں کو قابو میں رکھنے کی کوشش چھوڑ دیجیے۔ قابلِ اعتماد بنیے، رشتوں کو مضبوط کیجیے، اور اثر و رسوخ کو اعتماد کے ذریعے بڑھنے دیں۔

ایک بار میں نے اُن کے سامنے ایک ایسی بے چینی کا ذکر کیا جسے میرا خیال ہے کہ بہت سے لوگ خاموشی سے اپنے اندر لیے پھرتے ہیں۔

''مجھے لگتا ہے کہ میرے اختیار میں کچھ بھی نہیں،'' میں نے کہا۔

پھر میں ایک ایک کر کے اُن چیزوں کا ذکر کرنے لگا جو مجھے پریشان کر رہی تھیں: لوگ ایسے فیصلے کر رہے تھے جن سے میں اختلاف کرتا تھا، گھر والے میری خواہش کے مطابق برتاؤ نہیں کرتے تھے، دوست میری توقع کے مطابق جواب نہیں دیتے تھے، حالات میرے منصوبوں کے برعکس رخ اختیار کر رہے تھے، معیشت، خبریں، مستقبل۔

جب میں نے فہرست مکمل کی تو میں پہلے سے بھی زیادہ پریشان محسوس کر رہا تھا، جیسے ان تمام باتوں کو زبان پر لے آنے سے ان کا بوجھ مزید بڑھ گیا ہو۔

انھوں نے تحمل سے میری بات سنی، پھر ایک سادہ سا سوال کیا۔

''آپ نے جن چیزوں کا ذکر کیا، ان میں سے کتنی واقعی براہِ راست آپ کے اختیار میں ہیں؟''

اس کا جواب کچھ ناگوار سا تھا۔

بہت کم۔

انھوں نے ان میں سے چند چیزوں پر میرے ساتھ غور کیا تاکہ بات اچھی طرح واضح ہو جائے۔

مثلاً خبریں۔ دنیا میں کیا ہو رہا ہے، اس پر میرا کوئی اختیار نہیں تھا۔ البتہ یہ میرے اختیار میں تھا کہ میں رات کے بارہ بجے خبریں دیکھوں یا نہ دیکھوں اور پھر انھیں اپنے ساتھ بستر تک لے جاؤں۔

یہاں تک کہ خاندان کے کسی فرد کا رویہ بھی، جو مجھے سب سے زیادہ ذاتی اور فوری نوعیت کا مسئلہ محسوس ہوتا تھا، ایسی چیز نہیں تھی جس میں میں مداخلت کر کے اسے اپنی مرضی کے مطابق بدل سکتا۔

میں صرف یہ طے کر سکتا تھا کہ میرا ردِ عمل کیا ہو گا، میں کیا کہوں گا اور اس کے بعد کیا کروں گا۔

ایک ایک چیز پر غور کرتے ہوئے، وہ فہرست جسے میں نے اتنی آسانی سے گنوا دیا تھا، اب بالکل مختلف دکھائی دینے لگی۔

تقریباً کچھ بھی میرے اختیار میں نہیں تھا۔

تب سے وہ سوال میرے ساتھ ہے، کیونکہ اس نے مجھے ایک ایسی حقیقت دکھائی جسے میں نے پہلے کبھی پوری طرح محسوس نہیں کیا تھا۔

ہم میں سے بہت سے لوگ اپنی بے پناہ جذباتی توانائی اُن چیزوں کو سنبھالنے کی کوشش میں صرف کر دیتے ہیں جو ہمارے اختیار سے باہر ہوتی ہیں۔ ہم ان کے بارے میں فکر کرتے ہیں۔ ان کے بارے میں جنون کی حد تک سوچتے ہیں۔ ان پر بحث کرتے ہیں۔ ان کی وجہ سے راتوں کی نیند کھو دیتے ہیں۔ لیکن اس تمام کوشش کے باوجود وہ مسلسل ہماری دسترس سے باہر رہتی ہیں۔

انھوں نے بتایا کہ لوگوں سے گفتگو کرتے ہوئے انھیں جن مسائل کا سب سے زیادہ سامنا ہوتا ہے، ان میں یہ ایک عام ترین مسئلہ ہے۔

بظاہر شکایتیں مختلف ہوتی ہیں، لیکن ان کی جڑ عموماً ایک ہی ہوتی ہے۔

''میرا شریکِ حیات بدلنے کو تیار نہیں۔''

''میرے بچے میری بات نہیں سنتے۔''

''میرے ساتھی مجھے سمجھتے نہیں۔''

''میرا خاندان میرا ساتھ نہیں دیتا۔''

''میرے حالات بہتر نہیں ہو رہے۔''

الفاظ مختلف ہوتے ہیں، لیکن ان کے پیچھے چھپی تکلیف ہمیشہ ایک جیسی ہوتی ہے: کچھ ہمارے قابو سے باہر ہے، اور یہ تسلیم کرنا تکلیف دیتا ہے۔

پھر انھوں نے ایک ایسی بات کہی جس کی مجھے توقع نہیں تھی۔

''آپ کا اپنا وجود آپ کے اختیار میں ہے،'' انھوں نے کہا، ''اور آپ کے رشتے بھی۔''

میں رک گیا۔

رشتے؟

مجھے توقع تھی کہ وہ یہ کہیں گے کہ صرف میرے خیالات اور اعمال میرے اختیار میں ہیں، جو ایک عام سا جواب تھا اور جسے میں پہلے ہی کسی حد تک جانتا تھا۔

لیکن رشتے؟

انھوں نے وضاحت کی کہ ان کا مطلب کیا تھا۔

ہم دوسرے لوگوں کو قابو میں نہیں رکھ سکتے۔ مگر ان کے ساتھ تعلقات میں اپنا وقت اور توجہ لگا سکتے ہیں؛ اور یہی توجہ کنٹرول سے کہیں زیادہ طاقتور چیز پیدا کرتی ہے: اور وہ ہے اثر و رسوخ۔

زیادہ تر لوگ اندر سے تو اثر و رسوخ چاہتے ہیں، مگر راستے کا انتخاب غلط کر کے دوسروں پر قابو پانے کی کوشش کرتے ہیں۔ اور یہی قابو پانے کی کوشش ان تعلقات کو تباہ کر دیتی ہے جن میں اثر و رسوخ پروان چڑھتا ہے۔

مجھے ایک ایسے والد یاد آئے جنھیں میں کبھی جانتا تھا۔

وہ شدت سے چاہتے تھے کہ ان کا بیٹا ہر حال میں اس راستے کو اپنائے جس پر وہ خود کبھی قدم نہ رکھ سکے۔ اس کے لیے انہوں نے پورا زور لگا دیا: بیٹے کی شامیں کیسے گزریں گی اس کے لیے سخت اصول بنائے، اس کا مسلسل دوسرے بچوں سے موازنہ کرتے رہے، اور جب بھی لڑکے نے کسی اور سمت میں شوق دکھایا، اسے لمبی لمبی نصیحتیں کرنے بیٹھ جاتے تھے۔

جتنا والد دباؤ ڈالتے گئے، اتنی ہی مزاحمت بڑھتی گئی۔

جھگڑے بڑھ گئے۔ فاصلے بڑھ گئے۔ وہ گفتگو جو کبھی کھانے کی میز پر آسانی سے ہو جایا کرتی تھی، مختصر اور محتاط ہو گئی۔

والد اپنی پوری طاقت لگا رہے تھے، لیکن ہر گزرتے مہینے کے ساتھ اثر و رسوخ حاصل کرنے کے بجائے اسے کھوتے جا رہے تھے۔

اب ایک مختلف طریقۂ کار کا تصور کیجیے۔

والدین رہنمائی کرتے ہیں، مشورہ دیتے ہیں اور جہاں مناسب ہو حدود بھی مقرر کرتے ہیں۔ لیکن ساتھ ہی وہ رشتے کو مضبوط بنانے پر بھی پوری توجہ دیتے ہیں: بات سنتے ہیں، سمجھنے کی کوشش کرتے ہیں، احترام کا مظاہرہ کرتے ہیں، اعتماد قائم کرتے ہیں اور جذباتی تحفظ کا ماحول پیدا کرتے ہیں۔

کئی سال بعد، جب بچہ کسی مشکل فیصلے کے سامنے کھڑا ہو گا تو کس کی آواز اس کے لیے زیادہ اہم ہو گی؟

اس شخص کی جس نے اسے قابو میں رکھا تھا، یا اس شخص کی جس پر وہ اعتماد کرتا ہے؟

جہاں اعتماد ہوتا ہے، وہیں اثر و رسوخ پروان چڑھتا ہے۔

اختیار کی کوشش شاذ و نادر ہی اعتماد پیدا کرتی ہے۔

اسی لیے انھوں نے ایک ایسی بات پر زور دیا جسے بہت سے لوگوں کے لیے قبول کرنا مشکل ہوتا ہے۔

اختلاف کے ساتھ جینا سیکھیے۔

ابتدا میں یہ بات شاید حد سے زیادہ بے عملی پر مبنی محسوس ہو۔

کیا ہمیں لوگوں کو قائل کرنے کی کوشش نہیں کرنی چاہیے؟

کیا ہمیں ان کی اصلاح نہیں کرنی چاہیے؟

کیا ہمیں جس چیز کو درست سمجھتے ہیں، اس کے حق میں بحث نہیں کرنی چاہیے؟

کبھی کبھی، ضرور کرنی چاہیے۔

لیکن مسئلہ اختلاف خود نہیں ہے۔ مسئلہ اختلاف کو برداشت نہ کر پانا ہے۔

بہت سے رشتے اس لیے نہیں ٹوٹتے کہ لوگ ایک دوسرے سے اختلاف کرتے ہیں، بلکہ اس لیے ٹوٹتے ہیں کہ ایک یا دونوں فریق یہ سمجھنے لگتے ہیں کہ اختلاف نے اس رشتے کو غیر محفوظ بنا دیا ہے۔

شوہر اور بیوی بچوں کی پرورش کے معاملے میں آپس میں متفق نہیں ہوتے، اور اس بات کو ایک عام سا مسئلہ سمجھ کر مل بیٹھ کر حل کرنے کے بجائے، وہ اسے اس بات کی دلیل بنا لیتے ہیں کہ ان کے اپنے رشتے میں کچھ گڑبڑ ہے۔

دوست سیاسی معاملات پر اختلاف کرتے ہیں، اور پھر دوستی آہستہ آہستہ اسی موضوع کے گرد سکڑنے لگتی ہے، یہاں تک کہ ایک دوسرے سے بات کرنے کی گنجائش ہی کم سے کم رہ جاتی ہے۔

بہن بھائیوں کے درمیان عمر رسیدہ ماں باپ کی دیکھ بھال پر اختلاف پیدا ہوتا ہے، اور برسوں کا پیار اور قربت ایک ایسی تلخی میں بدل جاتی ہے جسے لفظوں میں بیان کرنا بھی ان کے لیے مشکل ہو جاتا ہے۔

ان تمام صورتوں میں اختلاف برداشت کیا جا سکتا تھا۔

جو چیز برداشت نہیں ہو سکی، وہ اس کے پیچھے چھپا خوف تھا؛ یہ احساس کہ کسی سے مختلف ہونا اس شخص کو کھو دینے کے مترادف ہے۔

صحت مند رشتوں کے لیے ایک مختلف صلاحیت درکار ہوتی ہے: یہ کہ انسان کہہ سکے، ''میں آپ سے اختلاف کرتا ہوں، لیکن پھر بھی آپ میرے لیے اہم ہیں۔''

یہ جملہ شاید پختہ اور بالغ رشتوں کی سب سے اہم بنیادوں میں سے ایک ہے۔

مجھے ایک دوست یاد ہے جو اپنے والد کے ساتھ غیر معمولی طور پر قریبی تعلق برقرار رکھے ہوئے تھا، حالانکہ ان دونوں کے درمیان حقیقی اختلافات موجود تھے، ایسے اختلافات جو اکثر خاندانوں میں مستقل دوری کا سبب بن جاتے ہیں۔

ایک دن میں نے ان سے پوچھا کہ وہ یہ کیسے کر لیتے ہیں۔

وہ مسکرائے۔

''ہم نے ایک دوسرے کو شکست دینا چھوڑ دیا۔''

میں نے پوچھا کہ ان کا مطلب کیا ہے۔

''ہمیں احساس ہوا کہ ہم دونوں کے لیے ہر بحث جیتنے سے زیادہ اہم رشتے کو محفوظ رکھنا ہے۔''

اس کا مطلب یہ نہیں تھا کہ انھوں نے اپنے اصولوں سے دست برداری اختیار کر لی تھی یا جہاں اتفاق نہیں تھا وہاں اتفاق کا دکھاوا کرتے تھے۔

اس کا مطلب صرف یہ تھا کہ انھوں نے گفتگو پر غلبہ حاصل کرنے کی ضرورت سے زیادہ اہمیت رشتے کو دینا سیکھ لیا تھا، یوں 'خود کو سچا ثابت کرنا' اور 'تعلق کو بچانا' ایک دوسرے کے مدمقابل نہ رہے۔

اس گفتگو نے مجھے ایک ایسی بات یاد دلائی جس پر وہ بار بار زور دیتے تھے۔

رشتوں میں سرمایہ کاری کیجیے۔

کبھی کبھار نہیں، سہولت کے وقت نہیں، بلکہ باقاعدگی اور شعوری طور پر۔

’’سرمایہ کاری‘‘ کا لفظ اہم ہے، کیونکہ سرمایہ کاری کا فائدہ عموماً فوراً نہیں ملتا۔

آپ وقت لگاتے ہیں۔

توجہ دیتے ہیں۔

صبر کرتے ہیں۔

سمجھ بوجھ کے ساتھ سرمایہ کاری کرتے ہیں، کبھی کبھی برسوں تک، اور اس دوران ایسا محسوس ہو سکتا ہے جیسے کچھ بھی نہیں ہو رہا۔

پھر ایک دن کوئی بحران آجاتا ہے، کوئی تنازع کھڑا ہو جاتا ہے، کوئی مشکل گفتگو ناگزیر ہو جاتی ہے، اور اچانک وہ اعتماد جو آپ نے برسوں میں قائم کیا تھا، عین اُس وقت آپ کے کام آجاتا ہے جب آپ کو اس کی سب سے زیادہ ضرورت ہوتی ہے۔

اعتماد کی مثال بالکل ایک سیونگ اکاؤنٹ جیسی ہے۔

وقت کے ساتھ چھوٹی چھوٹی رقوم مل کر ایک بڑا ذخیرہ بن جاتی ہیں: جیسے ٹوکنے کا موقع ہوتے ہوئے بھی صبر سے بات سننا، آسان راستے کی بجائے سچائی کا انتخاب کرنا، وعدہ پورا کرنا، غلطی ماننا، بھروسے پر پورا اترنا اور خیر خواہی کا ثبوت دینا۔ یہ سب ایک طرح سے خاموش سرمائے ہیں، جو بغیر کسی فوری فائدے کی پروا کیے جمع کیے جاتے ہیں۔

میں اُن عمر رسیدہ جوڑوں کے بارے میں سوچتا ہوں جو بظاہر تقریباً ہر مشکل کا سامنا مل کر کرنے کے قابل ہوتے ہیں، اور سوچتا ہوں کہ ان کا یہ استحکام عموماً محبت کے کسی ایک بڑے اور غیر معمولی اظہار کا نتیجہ نہیں ہوتا۔

زیادہ تر یہ اُن ہزاروں چھوٹی چھوٹی جمع پونجیوں کا نتیجہ ہوتا ہے جو انھوں نے کئی دہائیوں کے دوران اعتماد کے کھاتے میں جمع کی ہوتی ہیں۔ ان میں سے بیشتر اتنی معمولی ہوتی ہیں کہ انھیں الگ الگ یاد بھی نہیں رکھا جا سکتا، لیکن سب مل کر ایسا اعتماد پیدا کرتی ہیں جو کسی حقیقی بحران کو ٹوٹے بغیر برداشت کر سکتا ہے۔

آخر کار یہی جمع پونجیاں اثر و رسوخ بن جاتی ہیں۔

انھوں نے ایک اور اہم بات کی طرف توجہ دلائی۔

ہمیں صرف دوسروں کا اعتماد حاصل کرنے کی کوشش نہیں کرنی چاہیے، بلکہ اپنے اندر قابلِ اعتماد ہونے کی صفت بھی پیدا کرنی چاہیے۔

یہ فرق اہم ہے۔

بہت سے لوگ چاہتے ہیں کہ دوسرے ان پر اعتماد کریں، لیکن نسبتاً کم لوگ قابلِ اعتماد بننے پر توجہ دیتے ہیں۔

قابلِ اعتماد ہونا مستقل مزاجی سے پیدا ہوتا ہے۔

کیا آپ کے اعمال آپ کے الفاظ سے مطابقت رکھتے ہیں؟

کیا آپ اپنے وعدے پورے کرتے ہیں؟

کیا آپ اس وقت بھی دیانت داری سے کام کرتے ہیں جب کوئی آپ کو دیکھ نہیں رہا ہوتا؟

کیا لوگ آپ پر بھروسا کر سکتے ہیں؟

یہ سوالات بتاتے ہیں کہ آپ کتنا اثر رکھتے ہیں—اور یہ بات ذہانت، طاقت یا ظاہری جاذبیت سے کہیں زیادہ اہمیت رکھتی ہے۔

ایک بار میں نے ایک ایسے شخص کے ساتھ کام کیا جس کے پاس کوئی باقاعدہ قائدانہ عہدہ، منصب یا خصوصی اختیار نہیں تھا۔

اس کے باوجود سب لوگ، حتیٰ کہ عہدے میں اس سے کہیں اوپر کے لوگ بھی، مشکل فیصلے کرنے سے پہلے خاموشی سے اس کی رائے جاننا چاہتے تھے۔

کیوں؟

کیونکہ برسوں کے دوران انھوں نے انصاف پسندی، دیانت داری اور مستقل مزاجی کی شہرت بنا لی تھی۔

وہ آپ کے سامنے بھی وہی بات کہتے تھے جو آپ کی غیر موجودگی میں کہتے تھے۔

جب وہ غلط ہوتے تو اتنی ہی آسانی سے اپنی غلطی تسلیم کر لیتے جتنی آسانی سے دوسروں کی غلطی کی نشاندہی کرتے تھے۔

لوگ ان پر اعتماد کرتے تھے، اور یہی اعتماد ایک ایسی قوت بن گیا تھا جو کسی عہدے کی عطا کردہ اختیار سے کہیں زیادہ مؤثر تھی۔

یہ زندگی کے بڑے تضادات میں سے ایک ہے۔

جتنی شدت سے ہم لوگوں کو قابو میں رکھنے کی کوشش کرتے ہیں، اتنا ہی کم اثر و رسوخ اکثر ہمارے ہاتھ میں رہ جاتا ہے۔

اور جتنا زیادہ ہم اعتماد اور رشتے قائم کرنے پر توجہ دیتے ہیں، اتنا ہی ہمارا اثر و رسوخ بڑھتا جاتا ہے۔

بہت سے لوگوں کا خیال ہے کہ جب وہ زیادہ بلند آواز، زیادہ سخت گیر، زیادہ قائل کرنے والے اور زیادہ بحث کرنے والے بن جاتے ہیں تو ان کا اثر و رسوخ بڑھتا ہے۔

لیکن اثر و رسوخ اکثر زیادہ خاموش خوبیوں کے ذریعے پروان چڑھتا ہے: صبر، قابلِ اعتماد ہونا، ہمدردی، مستقل مزاجی، انکسار اور اعتماد۔

اس کا مطلب یہ نہیں کہ آپ بے عمل ہو جائیں۔

اس کا مطلب یہ بھی نہیں کہ آپ اپنے اصول ترک کر دیں یا ہر بات کو بلا سوال قبول کر لیں۔

اس کا مطلب صرف یہ ہے کہ آپ یہ پہچانیں کہ حقیقی اثر و رسوخ کہاں سے آتا ہے۔

جبر سے نہیں۔

تعلق سے۔

جب میں نے ہماری گفتگو پر غور کیا تو مجھے ایک ایسی حقیقت کا سامنا ہوا جو کچھ ناگوار تھی۔

میری بہت سی بے چینی اس لیے پیدا ہوتی تھی کہ میں اپنی توانائی اُن چیزوں پر بہت زیادہ خرچ کر رہا تھا جن پر میرا کوئی اختیار نہیں تھا، جبکہ اُن چیزوں کو نظر انداز کر رہا تھا جو میرے اختیار میں تھیں۔

مجھے لوگوں کو بدلنے کی فکر رہتی تھی، لیکن رشتوں کو مضبوط بنانے میں کم وقت صرف کرتا تھا۔

مجھے اثر و رسوخ حاصل کرنے کی فکر رہتی تھی، لیکن قابلِ اعتماد بننے میں کم وقت لگاتا تھا۔

مجھے یہ فکر رہتی تھی کہ دوسرے مجھے سمجھیں، لیکن میں دوسروں کو سمجھنے میں کم وقت صرف کرتا تھا۔

شاید یہی وجہ تھی کہ ان کی بات مجھے اتنی عملی محسوس ہوتی تھی۔

اگر آپ زیادہ اثر و رسوخ چاہتے ہیں تو رشتوں میں سرمایہ کاری کیجیے۔

اگر آپ مضبوط رشتے چاہتے ہیں تو اعتماد قائم کیجیے۔

اگر آپ اعتماد چاہتے ہیں تو خود قابلِ اعتماد بنیے۔

ان میں سے کوئی چیز اس بات کی ضمانت نہیں دیتی کہ لوگ آپ سے اتفاق کریں گے، دوسرے بدل جائیں گے، یا نتائج آپ کی مرضی کے مطابق ہوں گے۔

لیکن یہ ضرور یقینی بناتی ہے کہ آپ اپنی توانائی وہاں صرف کر رہے ہیں جہاں وہ کچھ فرق پیدا کر سکتی ہے۔

اور شاید یہی اُن سب سے دانا تبدیلیوں میں سے ایک ہے جو انسان اپنی زندگی میں لا سکتا ہے۔

لوگوں کو قابو میں رکھنے کی کوشش چھوڑ دیجیے۔

رشتوں میں سرمایہ کاری شروع کیجیے۔

کیونکہ آخرکار، اثر و رسوخ وہیں پروان چڑھتا ہے جہاں اعتماد زندہ ہوتا ہے۔