بااختیار ہونے کا اصل مفہوم

وہ رکاوٹیں جو ہمیں روکتی ہیں، اور وہ راستہ جس سے ہم دوبارہ قدم بڑھانا شروع کرتے ہیں

بااختیار ہونے (Empowerment) کا مطلب یہ نہیں کہ حالات ہر لحاظ سے سازگار ہوں، انسان کو اپنے اوپر پورا اعتماد ہو یا نتائج اس کے قابو میں ہوں۔ اس کا اصل مطلب یہ ہے کہ خوف، پچھتاوے، معاشرتی دباؤ یا آرام طلبی کی کشش کے باوجود انسان وہ کام کرے جو اس وقت اس کے لیے درست اور ضروری ہے۔

اس راستے کا آغاز تین سوالوں سے ہوتا ہے:

- اس وقت مجھ سے کیا تقاضا کیا جا رہا ہے؟
- کون سی چیز مجھے روک رہی ہے؟
- اس رکاوٹ کے باوجود میں کون سا قدم اٹھا سکتا ہوں؟

حقیقی قوت اکثر خاموش ہوتی ہے۔ یہ مزاحمت کے باوجود اگلا درست قدم اٹھانے میں پوشیدہ ہوتی ہے۔

ایک ورکشاپ کے اختتام کے قریب ایک نوجوان شریک نے قدرے بے صبری سے ہاتھ اٹھایا اور پوچھا، ''ہر کوئی بااختیار ہونے کی بات کرتا رہتا ہے۔ لیکن آخر اس کا مطلب کیا ہے؟ اور وہ کون سی چیزیں ہیں جو انسان کو بے اختیار کر دیتی ہیں؟''

میں نے اسے جواب دیا، اور میرا خیال ہے کہ وہ جواب کچھ برا بھی نہیں تھا۔ میں نے اعتماد، اپنے فیصلے خود کرنے کی صلاحیت اور دوسروں کو اپنی شخصیت کا تعین کرنے کی اجازت نہ دینے کی بات کی۔ لیکن گھر واپس جاتے ہوئے مجھے احساس ہوا کہ میں نے اسے تعریف دینے کے بجائے چند مثالیں پیش کی تھیں۔ اور یہ پہلا موقع بھی نہیں تھا کہ کسی نے مجھ سے یہ سوال کیا ہو۔

اگلی بار جب میں ان کے ساتھ بیٹھا، جیسا کہ میں اکثر کسی ایسے سوال کے ساتھ کرتا ہوں جو ذہن سے نکلنے کا نام نہ لے، تو میں نے براہِ راست یہی بات چھیڑ دی۔

''لوگ مجھ سے بار بار پوچھتے ہیں کہ بااختیار ہونا دراصل کیا ہے،'' میں نے کہا۔ ''اور وہ کون سی چیز ہے جو انسان سے یہ قوت چھین لیتی ہے۔ میرے پاس ہمیشہ اس کی مثالیں تو ہوتی ہیں، لیکن مجھے یقین نہیں کہ میں کبھی اس کی کوئی واضح تعریف پیش کر پایا ہوں۔''

''لوگ عموماً اسے کس چیز سے تعبیر کرتے ہیں؟''

''شاید اعتماد سے۔ خود کو مضبوط محسوس کرنے سے۔ اپنی زندگی پر زیادہ اختیار رکھنے، وسائل بڑھانے اور اپنے معاملات میں زیادہ فیصلہ سازی کی آزادی حاصل کرنے سے۔''

''میں آپ کو اس کی ایک تعریف (definition) دیتا ہوں۔ آپ اسے اپنے تمام تجربات کی روشنی میں پرکھ لیجیے،'' انہوں نے کہا۔

''کوئی بھی ایسی چیز جو آپ کو اس وقت وہ کام کرنے سے روکے جسے آپ درست سمجھتے ہیں اور جو آپ سے کرنا مطلوب ہے، بے اختیاری ہے۔ اور اس رکاوٹ پر قابو پانا ہی بااختیار ہونے کی اصل حقیقت ہے۔''

''بس یہی؟''

''بس یہی۔''

بات سننے میں اتنی سادہ تھی کہ مجھے کچھ عجیب سا لگا۔ میں نے بھی یہی کہا۔ انہوں نے بحث نہیں کی، بلکہ ایک مثال پیش کی۔

''فرض کیجیے ایک شخص ایک بڑی کمپنی چلاتا ہے۔ سینکڑوں لوگ اس کے ماتحت کام کرتے ہیں۔ ظاہری پیمانوں سے دیکھا جائے تو وہ انتہائی بااختیار ہے۔ اس سے ایک غلطی ہوئی ہے جس سے اس کے ایک ساتھی کو دکھ پہنچا ہے۔ اب اس کے لیے سب سے ضروری کام صرف اتنا ہے کہ وہ کہہ دے، 'مجھ سے غلطی ہوئی۔' لیکن وہ ایسا نہیں کر پا رہا، کیونکہ اسے ڈر ہے کہ لوگ اسے کمزور سمجھیں گے۔

اب ایک ایسی خاتون کا تصور کیجیے جن کے پاس بہت کم وسائل ہیں۔ معمولی آمدنی ہے، نہ کوئی عہدہ اور نہ اپنے گھر کے دائرے سے باہر کوئی خاص اثر و رسوخ۔ ان کے ضعیف والد کو رات بھر دیکھ بھال کی ضرورت ہے۔ اس وقت ان سے جو کام مطلوب ہے، وہ یہ کہ وہ اٹھیں اور والد کے پاس جائیں۔ وہ تھکی ہوئی ہونے کے باوجود، خود کو تیار محسوس کرنے کا انتظار کیے بغیر، ہر رات اٹھتی ہیں اور ان کی دیکھ بھال کرتی ہیں۔

اب بتائیے، ان دونوں میں سے بااختیار کون ہے؟''

''آپ کی تعریف کے مطابق تو وہ خاتون ہیں۔''

''اس شخص کو بہت سی چیزوں پر اختیار حاصل ہے، لیکن اس ایک کام پر نہیں جو اس کے اور اس کی ذمہ داری کے درمیان حائل ہے۔ اس خاتون کا اپنے حالات پر شاید کوئی خاص اختیار نہیں، لیکن اس ایک کام پر ان کا پورا اختیار ہے جو اس لمحے سب سے اہم ہے۔ اور یہ بھی دیکھیے کہ انہیں کوئی مجبور نہیں کر رہا۔ ہر رات وہ خود سے کہہ سکتی ہیں کہ میں بہت تھکی ہوئی ہوں، لیکن اس کے باوجود وہ اٹھنے کا فیصلہ کرتی ہیں۔ ان کی آزادی اسی انتخاب میں پوشیدہ ہے۔''

انہوں نے مجھے اس بات پر غور کرنے کا موقع دیا، پھر مزید کہا:

''یہ بھی یاد رکھیے کہ میں نے یہ نہیں کہا کہ آپ سے وہ کام کرنا مطلوب ہے جس کا دوسرے لوگ آپ سے مطالبہ کریں۔ میں نے کہا کہ وہ کام جسے آپ خود درست سمجھتے ہیں۔ یہ فیصلہ کوئی دوسرا آپ کی جگہ نہیں کر سکتا۔ بے اختیاری اس وقت پیدا ہوتی ہے جب خوف، آرام طلبی، ماضی یا دوسرے لوگ آپ کی جگہ یہ فیصلہ کرنے لگتے ہیں۔ بااختیار ہونے کا مطلب ہے اپنے اس اختیار کو واپس حاصل کرنا۔''

اس مثال نے میرے لیے بااختیار ہونے کے پورے تصور کو ایک نئی شکل دے دی۔ ہم عموماً کسی شخص کے بااختیار ہونے کا اندازہ اس بات سے لگاتے ہیں کہ اس کے پاس کیا کچھ ہے اور وہ کن چیزوں کو کنٹرول کرتا ہے: دولت، عہدہ، مواقع اور اثر و رسوخ۔ لیکن ایک شخص بہت کچھ اپنے اختیار میں رکھنے کے باوجود وہ آسان سا کام کرنے سے قاصر ہو سکتا ہے جو اس وقت اس کے لیے ضروری ہے۔ اس کے برعکس، دوسرا شخص بہت کم وسائل رکھنے کے باوجود اسے انجام دینے کے لیے پوری طرح آزاد ہو سکتا ہے۔

حالات پر اختیار اور بااختیار ہونا ایک ہی چیز نہیں ہیں۔ بعض اوقات ان دونوں کا آپس میں کوئی خاص تعلق بھی نہیں ہوتا۔

اور جس بات کو میں پہلے ایک ذمہ داری سمجھ رہا تھا، وہ دراصل آزادی کی ایک صورت نکلی۔

''تو پھر اصل سوال یہ ہے،'' میں نے کہا، ''کہ آخر کون سی چیزیں انسان کو عمل کرنے سے روکتی ہیں؟''

''بالکل۔ اور اگر ہم کسی کی مدد کرنا چاہتے ہیں تو ہمیں دیانت داری سے یہ سمجھنا ہوگا کہ انسان کو روکنے والی مختلف چیزیں کتنی زیادہ ہو سکتی ہیں۔ زیادہ تر لوگ ان میں سے صرف ایک دو کا ذکر کرتے ہیں۔''

میں نے ان لوگوں کے بارے میں سوچا جن کے ساتھ برسوں کے دوران میری نشست و گفتگو رہی تھی۔

''مستقبل کا خوف اکثر انسان کو روکتا ہے۔ یہ فکر کہ حالات اس کی مرضی کے مطابق نہیں ہوں گے۔ لوگ کیا کہیں گے، اس کا ڈر۔ ناکامی کا خوف۔''

''یہ سب حقیقی رکاوٹیں ہیں،'' انہوں نے کہا۔ ''لیکن یہ پوری تصویر نہیں۔ بعض رکاوٹیں ہمارے آگے ہوتی ہیں، ایک ایسے مستقبل میں جس سے ہم خوف زدہ ہیں۔ بعض ہمارے آس پاس ہوتی ہیں، لوگوں کی رائے اور ان کے خیالات کی صورت میں۔ کچھ ہمارے پیچھے رہ جانے والے ماضی میں ہوتی ہیں، ان واقعات میں جو گزر چکے ہوتے ہیں۔ اور کچھ ہمارے اندر ہوتی ہیں، جہاں مسئلہ کسی بڑے خوف کا نہیں بلکہ صرف آرام اور سہولت کی خواہش کا ہوتا ہے۔ یہ سب اپنے اپنے انداز میں ہمیں روک کر رکھتے ہیں، اور ہر ایک سے نکلنے کا راستہ بھی مختلف ہے۔''

''تو پھر آئیے، ایک ایک کرکے ان پر بات کرتے ہیں۔''

ہم نے مستقبل سے آغاز کیا۔

میں نے انہیں ایک ایسی ماں کے بارے میں بتایا جنہیں اپنے بیٹے کے امتحانات کی اس قدر فکر تھی، جو ابھی ایک سال بعد ہونے والے تھے، کہ وہ ہر صبح ناشتے کے وقت اسے اس کے مستقبل کے بارے میں نصیحتیں کرتی رہتیں۔ اس دوران وہ اس گفتگو پر توجہ ہی نہ دے پاتیں جو ان کا بیٹا اسی صبح ان سے کرنا چاہتا تھا۔ انہیں دراصل جس چیز کی ضرورت تھی، وہ اپنے بیٹے کی بات سننے اور اس پر توجہ دینے کی تھی۔ لیکن مستقبل کی فکر نے ان کی ساری توجہ اپنے قابو میں لے لی تھی۔

''مستقبل کا خوف ہمیشہ ایک ہی غلطی کرتا ہے،'' انہوں نے کہا۔ ''وہ پورے راستے کا بوجھ ایک ساتھ اٹھانے کی کوشش کرتا ہے۔ اس سے نکلنے کا راستہ یہ ہے کہ توجہ واپس اس قدم پر لے آئیں جو آپ کے سامنے ہے۔ خود سے پوچھیے: اس لمحے مجھ سے کیا مطلوب ہے؟ نہ کہ اگلے سال کیا ہوگا، اور نہ یہ کہ نتیجہ کیا نکلے گا۔ اس وقت کا تقاضا پورا کیجیے۔ مستقبل کے اپنے لمحات ہوں گے، اور جب وہ آئیں گے تو آپ ان کا سامنا کر لیں گے۔''

وہ ذرا رکے، پھر بولے:

''یہ بھی یاد رکھیے کہ نتیجے کا بوجھ اٹھانا کبھی آپ کی ذمہ داری تھی ہی نہیں۔ ایک شخص نے پوچھا تھا کہ کیا اسے اپنے اونٹ کو باندھ دینا چاہیے یا صرف اللہ پر بھروسا کرنا چاہیے؟ اسے جواب دیا گیا: 'پہلے اونٹ باندھیے، پھر اللہ پر بھروسا کیجیے۔' (ترمذی، 2517)۔ اونٹ باندھنا آپ کا کام ہے۔ اس کے بعد کیا ہوتا ہے، یہ آپ کے اختیار میں نہیں۔ انسان کی بہت سی بے عملی اسی وجہ سے پیدا ہوتی ہے کہ وہ ان دونوں چیزوں کا بوجھ ایک ساتھ اٹھانے لگتا ہے۔''

ذمہ داری اور نتیجے کے درمیان یہ فرق ذہن میں ایک عجیب سا سکون پیدا کرتا ہے۔ اس کا مطلب یہ نہیں کہ انسان نتائج سے بے پروا ہو جائے۔ اس کا مطلب صرف یہ ہے کہ وہ کسی ایسی ضمانت کا مطالبہ کیے بغیر اپنا کام کر سکے جو کوئی نہیں دے سکتا۔

شاید میرے خیالات کو بھانپتے ہوئے انہوں نے اس بات کو ان الفاظ میں بیان کیا:

''اپنی وفاداری عمل کے ساتھ رکھیے اور نتائج اللہ کے سپرد کر دیجیے۔''

اس کے بعد ہم نے دوسروں کی رائے کے خوف پر بات کی۔

میں نے اپنی ایک جماعت کے طالب علم کا ذکر کیا جو پورے سمسٹر میں ایک مرتبہ بھی کوئی سوال نہ کر سکا، حالاں کہ میں اس کے چہرے سے محسوس کر سکتا تھا کہ اس کے ذہن میں اکثر سوالات آتے ہیں۔ بعد میں اس نے اعتراف کیا کہ اسے ڈر تھا کہ دوسرے طلبہ اسے کم عقل سمجھیں گے۔ اس وقت اس سے جو کام مطلوب تھا، وہ صرف ایک سوال پوچھنا تھا۔ لیکن اسے روکنے والی چیز ان لوگوں کی ایک فرضی رائے تھی جو دراصل زیادہ تر اپنی ہی دنیا میں مگن تھے۔

''یہاں سے نکلنے کا راستہ ایک سوال سے شروع ہوتا ہے،'' انہوں نے کہا۔ ''میں کس کی منظوری حاصل کرنے کے لیے اپنی زندگی کے فیصلے کر رہا ہوں؟ جب آپ دیانت داری سے اس سوال کا جواب تلاش کرتے ہیں تو اکثر معلوم ہوتا ہے کہ آپ ایک ایسے مجمع کے سامنے خود کو ثابت کرنے کی کوشش کر رہے ہیں جو بمشکل آپ کی طرف دیکھ رہا ہے۔ اور اگر وہ آپ کے بارے میں کوئی رائے قائم بھی کرلے تو اس سے حقیقت میں کچھ بدلنے والا نہیں۔

جب آپ کے اعمال کا مقصد لوگوں کی نظروں میں اچھا دکھائی دینا نہیں بلکہ درست کام کرنا اور اللہ کی رضا حاصل کرنا ہو جائے تو لوگوں کی رائے کا اثر آپ پر کم ہونے لگتا ہے۔ اخلاص بھی ایک طرح کی آزادی ہے۔ جو شخص دکھاوے کے لیے کچھ نہیں کر رہا، اسے یہ خوف روک نہیں سکتا کہ لوگ اسے کس نظر سے دیکھیں گے۔''

اس کے بعد ناکامی کا خوف زیرِ بحث آیا۔ میں نے دیکھا تھا کہ یہ خوف اکثر خود کو بڑی چالاکی سے چھپاتا ہے۔

میں نے انہیں ایک خاتون کا قصہ سنایا جو چھ برس سے اپنے محلے میں ایک چھوٹا سا مطالعاتی حلقہ شروع کرنا چاہتی تھیں۔ وہ مسلسل تیاری کرتی رہیں: ایک اور کتاب، ایک اور کورس، ایک اور موسم، جب تک وہ خود کو مکمل طور پر تیار محسوس نہ کریں۔ وہ سست نہیں تھیں۔ انہیں لوگوں کے سامنے کھڑے ہو کر ناکام ہونے کا خوف تھا۔ اس خوف نے کام کی اچھی تیاری کا ایسا روپ دھار لیا تھا کہ خود انہیں بھی اس کی حقیقت دکھائی نہیں دیتی تھی۔

''ناکامی کا خوف کامیابی کی ایسی تعریف(definition) پر قائم ہوتا ہے جسے آپ نے کبھی پرکھا ہی نہیں،'' انہوں نے کہا۔ ''اگر کامیابی کا مطلب یہ ہو کہ ہر چیز آپ کی مرضی کے مطابق ہو تو ہر کوشش خطرے سے بھری ہوئی محسوس ہوگی۔ لیکن اگر کامیابی کا مطلب یہ ہو کہ آپ نے اپنی ذمہ داری پوری دیانت داری سے ادا کی، تو جس لمحے وہ خاتون اپنے گھر کے دروازے چار لوگوں کے لیے کھول دیتی ہیں، اسی لمحے وہ کامیاب ہو چکی ہیں، خواہ اس کے بعد کچھ بھی ہو۔

کامیابی کی تعریف بدل دیجیے، ناکامی کا خوف اپنی بنیاد کھو دے گا۔''

انہوں نے مزید کہا:

''اور آغاز اتنا چھوٹا رکھیے کہ آپ کے خوف کو بھی اس پر اعتراض کرنے کا موقع نہ ملے۔ کوئی مثالی مطالعاتی حلقہ نہیں، بس پہلی نشست۔ خوف بڑے اور خیالی منصوبوں سے طاقت حاصل کرتا ہے۔ جب آپ کوئی چھوٹا اور حقیقی قدم اٹھاتے ہیں تو خوف کے جڑ پکڑنے کے لیے کچھ خاص باقی نہیں بچتا۔ چھوٹا قدم اس پوری ذمہ داری کا متبادل نہیں، بلکہ اس تک پہنچنے کا راستہ ہے۔''

''اور ماضی؟'' میں نے پوچھا۔

''ماضی انسان کو زیادہ خاموشی سے روکتا ہے۔ کبھی شرمندگی کے ذریعے، کبھی پچھتاوے کے ذریعے، کبھی ماضی کی کسی ذلت آمیز یاد کے ذریعے، اور کبھی محض اس یاد کے ذریعے کہ انسان نے پہلے ایک بار کوشش کی تھی اور ناکام رہا تھا۔''

میں نے انہیں ایک ایسے شخص کے بارے میں بتایا جن سے میری ملاقات ہوئی تھی۔ وہ شدت سے ایک استاد کے طور پر ملازمت حاصل کرنا چاہتے تھے۔ انہوں نے دو مرتبہ درخواست دی، دونوں بار انہیں انکار کا سامنا کرنا پڑا، اور اس کے بعد انہوں نے دوبارہ کبھی درخواست نہیں دی۔ دس سال گزر جانے کے باوجود وہ اس واقعے کا ذکر ایسے کرتے تھے جیسے یہ ناکامی ہمیشہ کے لیے متعین ہو گئی ہو۔

''اس سے نکلنے کا راستہ یہ یاد رکھنا ہے کہ ماضی ایک ریکارڈ ہے، کوئی حتمی فیصلہ نہیں۔ وہ آپ کو بتاتا ہے کہ کیا ہوا تھا، یہ طے نہیں کرتا کہ اب کیا ہوگا۔

خود سے پوچھیے کہ اس وقت کے بعد کیا کچھ بدل چکا ہے؟ آپ نے کیا سیکھا ہے؟ اب آپ کیا کر سکتے ہیں جو اس وقت نہیں کر سکتے تھے؟

پھر ماضی سے سیکھیے۔ دیانت داری سے دیکھیے کہ کیا غلط ہوا تھا اور کیوں ہوا تھا۔ ایسے لوگوں سے مشورہ لیجیے جو وہ باتیں دیکھ سکتے ہیں جو آپ کی نگاہ سے اوجھل رہ گئیں، یا جو خود اسی راستے سے گزر چکے ہیں۔ ان لوگوں کو دیکھیے جنہوں نے اسی طرح کے حالات کا سامنا کیا لیکن ان کا نتیجہ مختلف نکلا۔ ان سے سمجھیے کہ انہوں نے کیا مختلف کیا تھا۔

جس شخص کا آپ نے اس سے قبل ذکر کیا ہے، اس کے لیے اس کا مطلب یہ ہو سکتا ہے کہ وہ اس انٹرویو پینل کے کسی رکن سے پوچھے کہ کس چیز کی کمی تھی، یا ایسے اساتذہ کے ساتھ بیٹھے جنہیں یہ عہدے مل چکے ہیں تاکہ یہ سیکھ سکے کہ انہوں نے کیسے تیاری کی تھی۔

جس ماضی کا جائزہ لیا جائے، وہ استاد بن جاتا ہے۔ اور جس ماضی کو صرف یاد کیا جائے، وہ زخم بنا رہتا ہے۔

یہ بھی پوچھیے کہ کیا آپ کو یہ حق حاصل ہے کہ آپ دس سال پہلے کی اپنی شخصیت کو آج کے اپنے فیصلوں پر حاوی ہونے دیں؟''

وہ کچھ دیر رکے، پھر بولے:

''ہماری دینی روایت اس حقیقت کو ہم سے کہیں بہتر سمجھتی ہے، جتنا ہم اپنی عملی زندگی میں اس پر عمل کرتے ہیں۔ توبہ کا دروازہ اسی لیے کھلا رکھا گیا ہے کہ انسان کو اس کے ماضی کے اعمال کی بنیاد پر ہمیشہ کے لیے مجرم قرار نہیں دیا جا سکتا۔ جب اللہ نے ہمارے لیے یہ دروازہ بند نہیں کیا تو ہمیں بھی اپنے اوپر اسے بند کرنے کا کوئی حق نہیں۔''

پھر انہوں نے ہلکی سی مسکراہٹ کے ساتھ میری طرف دیکھا۔

''اور اب اس رکاوٹ کی بات کرتے ہیں جسے اکثر لوگ اپنی فہرست میں شامل ہی نہیں کرتے۔''

میں سمجھ گیا کہ ان کا اشارہ کس طرف ہے، کیونکہ میں خود بھی اس کا شکار تھا۔

''آرام طلبی۔''

''آرام طلبی، تھکن اور وہ آسان راستہ جو عین اس وقت ہمارے سامنے موجود ہو۔ اکثر ہمیں خوف نہیں روکتا، بلکہ ہم بس کسی دوسرے کام کو ترجیح دے دیتے ہیں۔''

میں نے اعتراف کیا کہ بعض شامیں ایسی ہوتی ہیں جب مجھے اچھی طرح معلوم ہوتا ہے کہ مجھ سے کیا مطلوب ہے۔ مثلاً اپنے ضعیف چچا کو فون کرنا، اس کتاب کو ایک گھنٹہ پڑھنا جسے پڑھنے کا میں نے خود سے وعدہ کیا تھا، یا نماز میں جلدی جلدی فارغ ہونے کے بجائے پوری توجہ اور یکسوئی کے ساتھ عبادت کرنا۔ لیکن میں ان میں سے کچھ بھی نہیں کرتا۔ مجھے کسی چیز کا خوف نہیں ہوتا۔ بس فون میرے قریب پڑا ہوتا ہے اور باقی کام پیچھے رہ جاتے ہیں۔

''یہ نفس کا آرام کی طرف مائل ہونا ہے،'' انہوں نے کہا۔ ''اس سے بحث نہیں کی جاتی، اسے تربیت دی جاتی ہے۔

اس کے لیے دو چیزیں مددگار ثابت ہوتی ہیں۔

پہلی یہ کہ ضروری کام کو اتنا چھوٹا کر دیجیے کہ آپ اسے ابھی کر سکیں۔ ایک گھنٹہ پڑھنے کے بجائے دس منٹ پڑھیے۔ ایک طویل فون کال کے بجائے مختصر سی کال کر لیجیے۔

دوسری یہ کہ آرام دہ اور آسان راستے کو ذرا مشکل بنا دیجیے۔ فون دوسرے کمرے میں رکھ دیجیے۔

اس کے بعد خود کو یاد دلائیے کہ یہ کام کیوں اہم ہے، کیونکہ جب کسی کام کی وجہ ذہن سے اوجھل ہو جائے تو آرام طلبی ہمیشہ غالب آجاتی ہے۔''

انہوں نے مزید کہا:

''آپ کو یہ پہچاننا ہوگا کہ اس وقت آپ کو کون سی چیز روک رہی ہے۔ اگر آپ آرام طلبی کو خوف سمجھ کر اس کا علاج کریں گے تو آپ وہاں بہادری تلاش کرتے پھریں گے جہاں دراصل آپ کو نظم و ضبط کی ضرورت ہے۔''

میں نے کچھ دیر اس نقشے پر غور کیا۔ آگے، آس پاس، پیچھے اور اندر۔ یہ ان تمام باتوں سے زیادہ مکمل تھا جو میں نے اس نوجوان شریک کو پہلے بتائی تھیں۔ اور زیادہ مفید بھی، کیونکہ اس میں ہر رکاوٹ سے نکلنے کا ایک راستہ موجود تھا۔

لیکن میرے ذہن میں کچھ اعتراضات تھے۔ میں نے پہلا اعتراض سامنے رکھا۔

''اس پوری بات کا انحصار اس پر ہے کہ انسان کو معلوم ہو کہ اس سے کیا مطلوب ہے۔ لیکن اگر وہ اس بارے میں غلط ہو تو؟ میری ایک ساتھی سمجھتی ہیں کہ ان کے لیے ہر کام کو بالکل بے عیب بنانا ضروری ہے۔ وہ آدھی رات کے بعد تک دفتر میں بیٹھی رہتی ہیں۔ میں ایک ایسے شخص کو بھی

جانتا ہوں جو سمجھتا ہے کہ اس کی ذمہ داری ہے کہ وہ اپنے اردگرد موجود ہر شخص کو خوش رکھے۔ اگر یہ لوگ اپنے خوف پر قابو پا کر ان تقاضوں کو پورا کرنے لگیں تو کیا آپ انہیں بااختیار کہیں گے؟''

''نہیں،'' انہوں نے فوراً جواب دیا۔ ''اس طرح تو وہ پہلے سے زیادہ گہری قید میں چلے جائیں گے۔

اس کی وجہ یہ ہے کہ تعریف (definition) وہ پہلا قدم ہے جس کی ضرورت ہوتی ہے جسے لوگ اکثر نظرانداز کر دیتے ہیں۔ یہ پوچھنے سے پہلے کہ مجھے کیا چیز روک رہی ہے، مجھے یہ پوچھنا چاہیے کہ جس کام کو میں اپنے لیے ضروری سمجھ رہا ہوں، کیا وہ واقعی ضروری بھی ہے؟

ایک غلط تقاضا اکثر خوف یا دوسروں کی منظوری حاصل کرنے کی خواہش سے جنم لیتا ہے، جسے ذمہ داری کا نام دے دیا جاتا ہے۔ اس کے برعکس، حقیقی ذمہ داری ضمیر، درست اور غلط کی پہچان، اور اکثر ان لوگوں کے مشورے سے سامنے آتی ہے جو ہمیں ہم سے بہتر سمجھ سکتے ہیں۔''

انہوں نے ہلکی سی مسکراہٹ کے ساتھ کہا:

''آپ کی ساتھی کے لیے بااختیار ہونے کا مطلب شاید یہ ہو کہ وہ شام چھ بجے دفتر سے نکلیں اور ایک نامکمل رپورٹ کے ساتھ پیدا ہونے والی بے چینی کو برداشت کرنا سیکھیں۔ بعض اوقات سب سے بہادرانہ کام یہ ہوتا ہے کہ آپ کسی ایسے مطالبے کو ماننے سے انکار کر دیں جو سرے سے آپ کی ذمہ داری تھا ہی نہیں۔''

''اور اگر ذمہ داری واقعی موجود ہو، لیکن اس کی نوعیت واضح نہ ہو؟ جب دو ذمہ داریاں ایک دوسرے سے ٹکرا رہی ہوں؟''

''تو اس وقت آپ سے جو کام مطلوب ہے، وہ وضاحت حاصل کرنا ہے۔ غور و فکر کرنا، سوال پوچھنا، اللہ سے رہنمائی مانگنا اور کسی صاحبِ بصیرت شخص سے مشورہ کرنا۔ یہ ذمہ داری سے فرار نہیں۔ درست فیصلہ کرنے کے لیے معاملے کو سمجھنا بھی خود ایک ضروری عمل ہے۔''

میرا دوسرا اعتراض کچھ زیادہ مشکل تھا۔

''ہر شخص خوف یا آرام طلبی کی وجہ سے نہیں رکتا۔ کچھ لوگ بیماری، غربت، ایسے گھریلو حالات جنہیں چھوڑ کر کہیں جانا ممکن نہیں، یا ایسے بند دروازوں کی وجہ سے رکے ہوتے ہیں جو ان کی پوری کوشش کے باوجود نہیں کھلتے۔ اگر ہم ان سے کہیں کہ بااختیار ہونے کا مطلب ہر رکاوٹ پر قابو پانا ہے، اور وہ ایسا نہ کر سکیں، تو ہم نے انہیں خود کو قصوروار ٹھہرانے کی ایک اور وجہ دے دی۔''

انہوں نے آہستہ سے سر ہلایا اور ان کی آواز میں نرمی آ گئی۔

''یہ بہت اہم بات ہے، اور اس کا جواب ہمیں پہلے ہی دیا جا چکا ہے۔ اللہ کسی جان پر اس کی طاقت سے بڑھ کر بوجھ نہیں ڈالتا۔ (قرآن، 2:286)۔

انسان کی ذمہ داری اسی حد تک ہے جس حد تک اسے واقعی وسائل اور صلاحیت عطا کیے گئے ہیں: اس کا وقت، صحت، مالی وسائل، قابلیت اور حالات۔ جب کوئی حقیقی رکاوٹ راستے میں حائل ہو تو ذمہ داری ختم نہیں ہو جاتی، بلکہ اس صورت کے مطابق ڈھل جاتی ہے جو دستیاب وسائل کے اندر حقیقتاً ممکن ہو۔''

''لیکن کیا کوئی اس آیت کو بہانے کے طور پر استعمال نہیں کر سکتا؟ کوئی بھی کہہ سکتا ہے کہ یہ کام میری استطاعت سے باہر ہے، حالاں کہ اس کا اصل مطلب صرف یہ ہو کہ یہ اس کے محض آرام سے زیادہ کا تقاضہ ہے۔''

''لوگ ایسا کرتے بھی ہیں، اور یہ اس آیت کو غلط سمجھنا ہے،'' انہوں نے کہا۔ ''سورۂ طلاق میں بھی یہی اصول بیان ہوا ہے، جہاں ایک شخص کی اپنی اہلِ خانہ کی کفالت کے لیے خرچ کرنے کی ذمہ داری کا ذکر ہے۔

جس شخص کو فراخی حاصل ہے، وہ اپنی فراخی کے مطابق خرچ کرے، اور جس کے رزق میں تنگی ہو، وہ اسی میں سے خرچ کرے جو اللہ نے اسے عطا کیا ہے۔ اللہ کسی جان پر اس کے عطا کردہ وسائل سے بڑھ کر بوجھ نہیں ڈالتا۔ (قرآن، 65:7)

ذرا دیکھیے کہ یہاں کس چیز کو معیار بنایا گیا ہے۔ اس بات کو نہیں کہ انسان کو کیا چیز آسان محسوس ہوتی ہے، بلکہ اس کو کہ اسے حقیقتاً کیا کچھ عطا کیا گیا ہے۔

یہ اصول کم وسائل رکھنے والے کی ذمہ داری میں آسانی پیدا کرتا ہے، زیادہ وسائل رکھنے والے کی ذمہ داری بڑھاتا ہے، اور کسی کو بھی بری الذمہ نہیں کرتا اس بات سے کہ وہ اپنے پاس موجود وسائل کو استعمال کرے۔''

اس وضاحت نے میرے لیے اس آیت کے مفہوم کو بدل دیا۔ میں اسے ہمیشہ ایک تسلی اور ڈھارس کے طور پر سمجھتا آیا تھا، اور یقیناً یہ تسلی بھی ہے، لیکن میں اس کا ایک اور پہلو نظر انداز کر گیا تھا: یہ ایک معیار بھی ہے۔

اس تناظر میں استطاعت کوئی احساس نہیں، بلکہ اس بات کا دیانت دارانہ حساب ہے کہ حقیقتاً میرے پاس کیا کچھ موجود ہے۔

اگر میرے پاس وقت، صحت اور وسائل ہیں تو محض تھکن اور اپنی پسند کو اپنی استطاعت کی حد نہیں کہا جا سکتا۔ یہ تو وہی رکاوٹیں ہیں جن کا ہم ابھی ذکر کر چکے ہیں۔

اور اگر مجھے دوسروں سے زیادہ کچھ عطا کیا گیا ہے تو مجھ سے کم نہیں، بلکہ زیادہ تقاضا کیا جائے گا۔

''تو پھر سوال یہ نہیں کہ مجھے کیا چیز ممکن محسوس ہوتی ہے، بلکہ یہ ہے کہ مجھے حقیقتاً کیا کچھ عطا کیا گیا ہے اور کیا میں اسے استعمال کر رہا ہوں؟'' میں نے کہا۔

''بالکل۔ دونوں پہلوؤں سے دیانت داری ضروری ہے۔ اپنے آپ سے وہ مطالبہ نہ کیجیے جو آپ کو عطا ہی نہیں کیا گیا، لیکن جو کچھ آپ کو دیا گیا ہے، اس کی بنیاد پر اپنی ذمہ داری سے بھی پیچھے نہ ہٹیے۔''

انہوں نے مجھے ایک ایسی خاتون کے بارے میں بتایا جنہیں برسوں سے اپنی تعلیم جاری رکھنے کی خواہش تھی، لیکن وہ ایک ایسے بچے کی دیکھ بھال کر رہی تھیں جو شدید معذوری کا شکار تھا۔ ان کے پاس پیسے بھی کم تھے اور مدد کرنے والا بھی کوئی نہیں تھا۔

''ان کے لیے بااختیار ہونے کا مطلب یہ نہیں تھا کہ وہ ان رکاوٹوں کو نظرانداز کر دیں یا یہ ظاہر کریں کہ یہ موجود ہی نہیں ہیں۔ لیکن اس کا یہ مطلب بھی نہیں تھا کہ وہ انہی رکاوٹوں کی آڑ لے کر بیٹھ جائیں۔

ان کے لیے اصل سوال یہ تھا کہ جو کچھ ان کے پاس حقیقتاً موجود ہے، اس کے اندر رہتے ہوئے ان سے کیا مطلوب ہے؟

ہفتے میں ایک گھنٹہ کسی سے ادھار لی گئی کتاب پڑھنے میں پوری طرح صرف کرنا۔ کسی رشتہ دار کو فون کر کے ہفتے کے دن چند گھنٹوں کے لیے مدد مانگنا۔ کسی کے سامنے یہ کہہ دینا کہ مجھے مدد کی ضرورت ہے۔ اور ان کے لیے شاید یہ سب سے مشکل کام تھا۔

وہ اپنے حالات کی وجہ سے مکمل طور پر رکی ہوئی نہیں تھیں۔ ان حالات نے ان کے راستے کو محدود ضرور کر دیا تھا، لیکن انہوں نے ان حدود کے اندر جتنی گنجائش باقی تھی، اسے پوری طرح استعمال کیا۔ ان دونوں باتوں میں بہت فرق ہے۔''

''تو مدد مانگنا بھی وہ ضروری کام ہو سکتا ہے جو انسان کو کرنا چاہیے''

''اکثر ایسا ہی ہوتا ہے۔ بہت سے لوگ سمجھتے ہیں کہ بااختیار ہونے کا مطلب ہر کام اکیلے کرنا ہے۔ حالاں کہ بعض اوقات انسان کے لیے سب سے بااختیار اِقدام یہ ہوتا ہے کہ وہ اپنی حدود تسلیم کرے اور کسی دوسرے سے مدد مانگے۔''

میرا تیسرا اعتراض نسبتاً سادہ تھا۔

''جب لوگ بااختیار ہونے کی بات کرتے ہیں تو اکثر ان کی مراد ترقی اور آگے بڑھنا ہوتا ہے۔ کوئی ہنر سیکھنا، علم حاصل کرنا یا ایسی بنیادیں بنانا جن کی مدد سے انسان کل وہ کام کر سکے جو آج نہیں کر سکتا۔ لیکن آپ کی تعریف (definition) تو پوری طرح اسی لمحے تک محدود ہے۔''

''ہاں،'' انہوں نے کہا۔ ''لیکن ترقی کرنا بھی ان کاموں میں شامل ہو سکتا ہے جو اس لمحے آپ سے مطلوب ہیں۔

اگر اگلے سال آپ کو جو کام کرنا ہوگا، وہ آج آپ کی صلاحیت سے باہر ہے، تو ممکن ہے کہ آج آپ سے جو کام مطلوب ہو وہ یہ ہو کہ آپ کچھ سیکھیں، مشق کریں اور تیاری کریں۔

یہ ایسی تیاری نہیں ہونی چاہیے جو انسان کو عمل سے بچنے کا بہانہ دے، جیسا کہ اس خاتون کے معاملے میں ہوا جو مطالعاتی حلقہ شروع کرنے کے بجائے مسلسل تیاری کرتی رہیں۔ بلکہ حقیقی تیاری ہونی چاہیے، جس کا اختتام کسی عملی قدم پر ہو۔

اپنی صلاحیت بڑھانا بااختیار ہونے سے الگ کوئی چیز نہیں۔ یہ مستقبل کو سامنے رکھتے ہوئے بااختیار ہونے پر عمل کرنا ہے۔''

''اور احتیاط؟'' میں نے پوچھا۔ ''بعض اوقات انتظار کرنا ہی دانش مندی ہوتی ہے۔''

''تب خود سے دیانت داری کے ساتھ پوچھیے: کیا میں اس لیے انتظار کر رہا ہوں کہ اس وقت یہی مناسب ہے، یا اس لیے کہ مجھے قدم اٹھانے سے خوف آتا ہے؟

دور اندیشی کا مطلب ہے حقیقی نتائج اور خطرات کا جائزہ لینا اور پھر عمل کرنا، یا سوچ سمجھ کر عمل نہ کرنے کا فیصلہ کرنا۔ لیکن خوف صرف عمل کو مؤخر کرتا ہے اور پھر اس تاخیر کو سمجھ داری کا نام دے دیتا ہے۔''

''تو کیا بااختیار ہونے کا مطلب خوف سے مکمل طور پر آزاد ہو جانا ہے؟''

''نہیں۔ خوف اپنی جگہ موجود رہ سکتا ہے۔ بااختیار ہونا اس وقت عمل میں آتا ہے جب خوف کو فیصلہ کرنے کا آخری اختیار حاصل نہ رہے، اور یہ اختیار واپس آپ کے ہاتھ میں آجائے۔

طالب علم گھبراہٹ کے باوجود سوال پوچھ سکتا ہے۔ وہ خاتون دل میں خوف لیے ہوئے بھی اپنے گھر کا دروازہ کھول سکتی ہیں۔

جو شخص عمل کرنے سے پہلے خوف ختم ہونے کا انتظار کرتا ہے، اسے بہت طویل انتظار کرنا پڑے گا۔''

''آپ بار بار اسی لمحے پر اتنا زور کیوں دیتے ہیں؟''

''کیونکہ بااختیار ہونا کوئی ایسی کیفیت نہیں جسے ایک بار حاصل کر لیا جائے اور پھر ہمیشہ کے لیے برقرار رکھا جا سکے۔ آپ صبح نو بجے بااختیار ہو سکتے ہیں اور سوا نو بجے بے اختیار۔

یہ کیفیت ہر لمحے دوبارہ حاصل بھی کی جا سکتی ہے اور کھوئی بھی جا سکتی ہے۔''

وہ مسکرائے۔

''یہ بات بظاہر مایوس کن لگتی ہے، لیکن حقیقت میں اس کے برعکس ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ آپ کو بدلنے کے لیے پہلے بالکل نیا انسان بننے کی ضرورت نہیں۔ آپ کو اپنے پورے ماضی سے شفا پانے، ہر خوف پر قابو پانے یا اپنے حالات کو مکمل طور پر بدلنے کا انتظار نہیں کرنا۔

آپ کو صرف اتنا کرنا ہے کہ جو اگلا درست اور ضروری کام آپ کے ذمے ہے، اسے ان تمام رکاوٹوں کے باوجود انجام دیں جو آپ کو روکنے کی کوشش کر رہی ہیں۔ اور پھر اس کے بعد والا کام۔''

رخصت ہونے سے پہلے انہوں نے مجھے وہ چیز دی جسے میں ورکشاپ کے اس نوجوان شریک تک پہنچا سکتا تھا۔

''اسے تین سوال دیجیے:

1. اس وقت مجھ سے کیا مطلوب ہے؟
2. کون سی چیز مجھے روک رہی ہے؟
3. اس کے باوجود میں کیا کرنے کا انتخاب کروں گا؟

اگر وہ دیانت داری سے یہ سوال پوچھے اور مسلسل پوچھتا رہے تو اسے آپ سے بااختیار ہونے کی تعریف (definition)کی ضرورت نہیں پڑے گی۔ وہ خود جان جائے گا کہ بااختیار ہونا کیا ہے، کیونکہ وہ اس پر عمل کر رہا ہوگا۔''

گھر واپس جاتے ہوئے میں سوچتا رہا کہ میں نے کتنی بار بااختیار ہونے کو ایسی چیز بنا کر پیش کیا ہے جسے حاصل کرنے کے لیے لوگوں کو انتظار کرنا پڑتا ہے۔ کبھی اعتماد پیدا ہونے کا، کبھی حالات بدلنے کا، اور کبھی کسی دوسرے کی اجازت ملنے کا۔

حالاں کہ یہ اس سے کہیں زیادہ قریب ہے۔

بااختیار ہونا کوئی ایسی ذمہ داری نہیں جو باہر سے انسان پر مسلط کی جائے۔ یہ اس آزادی کا نام ہے جس کے ذریعے انسان اس بات کا انتخاب کرتا ہے جسے وہ پہلے ہی درست جانتا ہے، چاہے کوئی چیز اسے اس کے خلاف کھینچ رہی ہو۔

یہ جاننے اور کرنے کے درمیان موجود فاصلے میں رہتی ہے، اور اس فاصلے کو آج، کسی نہ کسی چھوٹے قدم کے ذریعے، ہر انسان عبور کر سکتا ہے۔

سوال پوچھ لینا۔ اپنی غلطی تسلیم کر کے معافی مانگ لینا۔ چار لوگوں کے لیے گھر کا دروازہ کھول دینا۔ فون دوسرے کمرے میں رکھ دینا۔ آخر کار کسی سے مدد مانگ لینا۔

ظاہری طور پر ان میں سے کوئی بھی کام بیرونی طاقت کا محتاج نہیں لگتا۔ لیکن ان میں سے ہر ایک اپنے مقام پر بااختیار ہونے کی مکمل صورت ہے۔

اہم نکات

- **بااختیار ہونے کا مطلب ہے ہر اس رکاوٹ پر قابو پانا جو آپ کو اس وقت درست اور ضروری کام کرنے سے روک رہی ہو۔** بے اختیاری اس وقت پیدا ہوتی ہے جب خوف، آرام طلبی، ماضی یا دوسرے لوگ آپ کی جگہ فیصلہ کرنے لگیں۔ بااختیار ہونا اپنے فیصلے کا اختیار واپس لینے کا نام ہے۔
- **حالات پر اختیار اور بااختیار ہونا ایک چیز نہیں۔** ایک شخص بہت کچھ اپنے قابو میں رکھنے کے باوجود وہ ایک ضروری کام کرنے سے قاصر ہو سکتا ہے، جبکہ محدود وسائل رکھنے والا دوسرا شخص اسے انجام دینے کے لیے پوری طرح آزاد ہو سکتا ہے۔
- **رکاوٹیں چار سمتوں سے آتی ہیں۔** کچھ ہمارے آگے ہوتی ہیں، یعنی مستقبل اور ناکامی کا خوف۔ کچھ ہمارے آس پاس ہوتی ہیں، یعنی دوسروں کی رائے کا ڈر۔ کچھ ہمارے پیچھے ہوتی ہیں، یعنی شرمندگی اور پچھتاوا۔ اور کچھ ہمارے اندر ہوتی ہیں، یعنی آرام طلبی۔ ان میں سے ہر ایک سے نکلنے کا راستہ مختلف ہے۔
- **اصل پیمانہ نتیجہ نہیں، دیانت داری سے کوشش کرنا ہے۔** پہلے اونٹ باندھیے، پھر اللہ پر بھروسا کیجیے۔ کوشش ہماری ذمہ داری ہے، نتیجہ نہیں۔ کامیابی کا مطلب وہ کام کرنا ہے جو آپ کے ذمے ہے، اور اس کا آغاز ایسے چھوٹے قدم سے کرنا ہے جسے خوف روک نہ سکے۔
- **ماضی ایک ریکارڈ ہے، حتمی فیصلہ نہیں۔** اس کا جائزہ لینے، مشورہ حاصل کرنے اور ان لوگوں سے سیکھنے کے ذریعے جنہوں نے مختلف نتائج حاصل کیے، ماضی کو ایک استاد بنایا جا سکتا ہے۔ اور کسی کو یہ حق نہیں کہ وہ اپنے اوپر وہ دروازہ بند کر دے جسے اللہ نے کھلا رکھا ہے۔
- **آرام طلبی کو بحث سے نہیں، تربیت سے قابو کیا جاتا ہے۔** ضروری کام کو چھوٹا چھوٹا کیجیے، آرام طلبی کو ذرا مشکل بنائیے اور دیانت داری سے پہچانیے کہ آپ کو اصل میں کون سی چیز روک رہی ہے۔ کیونکہ اگر آپ آرام طلبی کو خوف سمجھیں گے تو وہاں بہادری تلاش کریں گے جہاں دراصل نظم و ضبط کی ضرورت ہے۔
- **عمل کرنے سے پہلے یہ جانچ لیجیے کہ ذمہ داری حقیقی بھی ہے یا نہیں۔** خوف اور دوسروں کی منظوری حاصل کرنے کی خواہش سے جنم لینے والا جھوٹا تقاضا انسان کو مزید قید کر دیتا ہے۔ حقیقی ذمہ داری ضمیر، درست اور غلط کی پہچان اور صاحبِ بصیرت لوگوں کے مشورے سے سامنے آتی ہے۔ اور معاملے کی حقیقت سمجھنے کی کوشش کرنا بھی ایک ضروری عمل ہے۔
- **استطاعت کا معیار وہ ہے جو حقیقتاً آپ کو عطا کیا گیا ہے، نہ کہ وہ جو آپ کو آسان محسوس ہوتا ہے۔** حقیقی رکاوٹیں ذمہ داری کی صورت بدل دیتی ہیں، اسے ختم نہیں کرتیں۔ جنہیں زیادہ وسائل دیے گئے ہیں، ان سے زیادہ تقاضا کیا جاتا ہے۔ اور بعض اوقات مدد مانگنا ہی بااختیار ہونے کا سب سے ضروری قدم ہوتا ہے۔
- **بااختیار ہونا ہر لمحے نئے سرے سے عمل میں لایا جاتا ہے۔** خوف کا مکمل طور پر ختم ہونا ضروری نہیں۔ بس اسے فیصلہ کرنے کا اختیار نہیں ملنا چاہیے۔ اگلا درست اور ضروری قدم ہمیشہ کسی نہ کسی صورت میں آپ کی دسترس میں ہوتا ہے۔

غور و فکر اور عملی مشق کے لیے نکات

- **عمل سے پہلے یہ جانچ لیجیے کہ ذمہ داری حقیقی بھی ہے یا نہیں۔** یہ پوچھنے سے پہلے کہ مجھے کیا چیز روک رہی ہے، خود سے پوچھیے کہ جس کام کو میں ضروری سمجھ رہا ہوں، کیا وہ واقعی ضروری ہے؟ کیا یہ میرے ضمیر اور درست کام کے احساس سے جنم لے رہا ہے، یا خوف اور دوسروں کی منظوری حاصل کرنے کی خواہش سے؟ بعض اوقات بااختیار ہونے کا آغاز کسی جھوٹے مطالبے کو مسترد کرنے سے ہوتا ہے۔
- **پہچانیے کہ رکاوٹ کہاں موجود ہے۔** کیا وہ آپ کے آگے ہے، یعنی مستقبل یا ناکامی کا خوف؟ کیا وہ آپ کے آس پاس ہے، یعنی دوسرے لوگ کیا سوچیں گے؟ کیا وہ آپ کے پیچھے ہے، یعنی شرمندگی، پچھتاوا یا ماضی کی کوئی ناکامی؟ یا وہ آپ کے اندر ہے، یعنی آرام طلبی، تھکن اور آسان راستے کی خواہش؟ ہر رکاوٹ کا سامنا کرنے کا طریقہ مختلف ہے۔
- **قدم کو اتنا چھوٹا کر دیجیے کہ خوف کے لیے اسے روکنا مشکل ہو جائے۔** خوف کسی کام کی بڑی اور خیالی صورتوں سے طاقت حاصل کرتا ہے۔ خود سے پوچھیے کہ اس ضروری کام کی سب سے چھوٹی حقیقی صورت کیا ہو سکتی ہے، اور پھر وہی قدم اٹھا لیجیے۔ یہ آغاز کا طریقہ ہے، ذمہ داری کم کرنے کا نہیں۔ پہلا قدم اس لیے ہوتا ہے تاکہ اس کے بعد اگلا قدم اٹھایا جا سکے۔
- **خود سے پوچھیے کہ آپ کس کی منظوری حاصل کرنے کی کوشش کر رہے ہیں۔** جب دوسروں کی رائے آپ کو روکنے لگے تو دیانت داری سے اس خوف کی تہہ تک جائیے۔ غور کیجیے کہ آپ کی کتنی ہچکچاہٹ دراصل ایسے لوگوں کے سامنے خود کو ثابت کرنے کی کوشش ہے جو بمشکل آپ کی طرف توجہ دیتے ہیں۔
- **ماضی کو ایک ریکارڈ سمجھیے، حتمی فیصلہ نہیں۔** خود سے پوچھیے کہ اس وقت کے بعد کیا کچھ بدل چکا ہے؟ اور کیا آپ کو یہ حق حاصل ہے کہ آپ کی ماضی کی شخصیت آپ کے آج کے فیصلے کرتی رہے؟
- **آرام طلبی سے بحث کرنے کے بجائے اپنی عادتوں کو تربیت دیجیے۔** ضروری کام کو چھوٹا بنائیے، آرام طلبی کو ذرا مشکل بنائیے اور خود کو یاد دلاتے رہیے کہ یہ کام کیوں اہم ہے۔
- **اپنی ذمہ داری کا تعین اس بنیاد پر کیجیے کہ آپ کو حقیقتاً کیا کچھ عطا کیا گیا ہے۔** اس بنیاد پر نہیں کہ آپ کو کیا چیز آسان محسوس ہوتی ہے۔ جہاں حقیقی رکاوٹیں آپ کی صلاحیت محدود کرتی ہوں، وہاں دیکھیے کہ باقی ماندہ وسائل کے ساتھ آپ سے کیا مطلوب ہے، اور انہیں پوری طرح استعمال کیجیے۔ ممکن ہے مدد مانگنا ہی آپ کا سب سے بااختیار اِقدام ہو۔ اور جہاں آپ کو بہت کچھ عطا کیا گیا ہے، وہاں یہ بھی پوچھیے کہ کیا آپ سے آپ کی موجودہ کوشش سے زیادہ کا تقاضا کیا جا رہا ہے؟
- **ان تین سوالوں کو اپنی روزمرہ زندگی کا حصہ بنائیے۔** اس وقت مجھ سے کیا مطلوب ہے؟ کون سی چیز مجھے روک رہی ہے؟ اس کے باوجود میں کیا کرنے کا انتخاب کروں گا؟