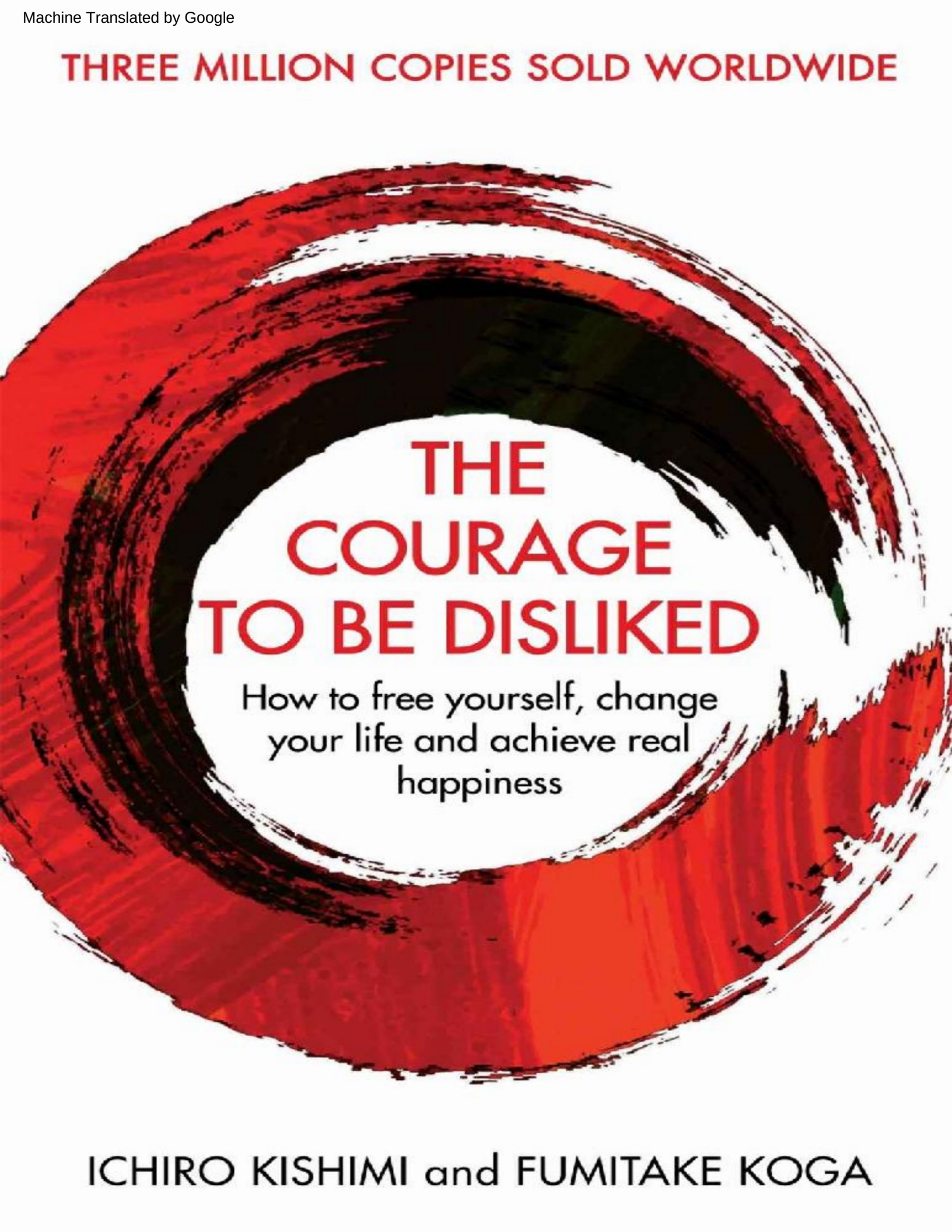


THREE MILLION COPIES SOLD WORLDWIDE

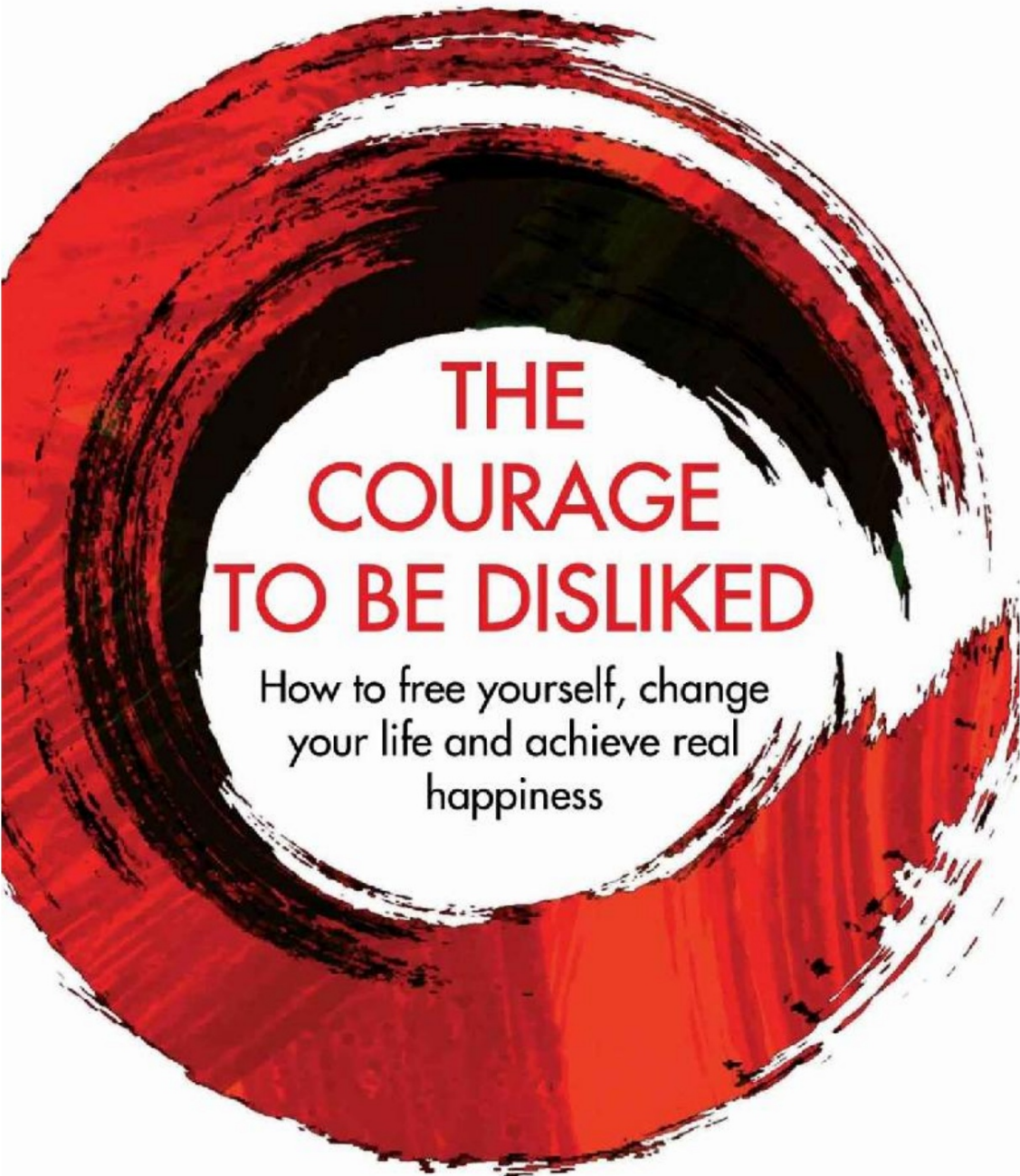


THE COURAGE TO BE DISLIKED

How to free yourself, change
your life and achieve real
happiness

ICHIRO KISHIMI and FUMITAKE KOGA

THREE MILLION COPIES SOLD WORLDWIDE



THE COURAGE TO BE DISLIKED

How to free yourself, change
your life and achieve real
happiness

ICHIRO KISHIMI and FUMITAKE KOGA

THE COURAGE TO BE DISLIKED

اچيرو کشمی کیوٹو میں 1956 میں پیدا ہوا تھا، جہاں وہ اب بھی رہتا ہے۔ وہ ہائی اسکول کے دنوں سے ہی فلسفی بننے کی خواہش رکھتا ہے۔ 1989 سے، افلاطونی فلسفے پر توجہ مرکوز کرتے ہوئے کلاسیکی مغربی فلسفے میں مہارت حاصل کرتے ہوئے، اس نے ایڈلیرین نفسیات پر تحقیق کی ہے۔ وہ اس موضوع پر لکھتے اور لیکچر دیتے ہیں اور جاپانی سوسائٹی آف ایڈلیرین سائیکالوجی کے لیے ایک مصدقہ مشیر اور مشیر کے طور پر نفسیاتی کلینک میں نوجوانوں کے لیے مشاورت فراہم کرتے ہیں۔ وہ جاپانی میں الفریڈ ایڈلر کی منتخب تحریروں کے مترجم ہیں — کوجن شنریگا کو گوگی (دی سائنس آف لیونگ) اور بیتو وا نازے شنکیشو نی نارو نو کا (اعصاب کے مسائل) — اور وہ ایڈورا شنریگا کو نیومون (تعارف) کے مصنف ہیں۔ ایڈلیرین سائیکالوجی تک، متعدد دیگر کتابوں کے علاوہ۔

Fumitake Koga ایک ایوارڈ یافتہ پیشہ ور مصنف اور مصنف، 1973 میں پیدا ہوئے تھے۔ انہوں نے کاروبار سے متعلق اور عمومی نان فکشن کے بے شمار سب سے زیادہ فروخت ہونے والے کام جاری کیے ہیں۔ اسے بیس کی دہائی کے آخر میں ایڈلیرین نفسیات کا سامنا کرنا پڑا اور وہ اس کی روایتی حکمت کے منافی نظریات سے بہت متاثر ہوا۔ اس کے بعد، کوگا نے کیوٹو میں Ichiro Kishimi کے متعدد دورے کیے، ان سے ایڈلیرین نفسیات کا نچوڑ حاصل کیا اور یونانی فلسفے کے کلاسیکی 'ڈائلاگ فارمیٹ' کے طریقے کے لیے نوٹ اتارے جو اس کتاب میں استعمال کیا گیا ہے۔

THE COURAGE TO BE DISLIKED

How to free yourself, change
your life and achieve real
happiness

ICHIRO KISHIMI and FUMITAKE KOGA


ALLEN & UNWIN

ڈائمنڈ انکارپوریٹڈ، ٹوکیو کے ذریعہ کیراویرو یوکی کے طور پر پہلی بار جاپان میں شائع ہوا ، 2013 میں پہلی بار آسٹریلیا اور نیوزی لینڈ میں ایلن اینڈ انون کے ذریعہ 2017 میں پہلی بار برطانیہ میں ایلن اینڈ انون کے ذریعہ 2018 میں شائع ہوا۔

یہ انگریزی ایڈیشن چاندلر کرافورڈ ایجنسی، میساچوسٹس، یو ایس اے کے ذریعے ٹل موری ایجنسی انکارپوریٹڈ، ٹوکیو کی دیکھ بھال میں ڈائمنڈ انکارپوریشن کے ساتھ ترتیب سے شائع ہوا۔

کاپی رائٹ © Ichiro Kishimi اور 2013 Fumitake Koga

کاپی رائٹ © Ichiro Kishimi اور Fumitake Koga اس ترجمہ شدہ ایڈیشن 2017 میں

جملہ حقوق محفوظ ہیں۔ پبلشر کی تحریری اجازت کے بغیر اس کتاب کا کوئی حصہ کسی بھی شکل میں یا کسی بھی طرح سے، الیکٹرانک یا مکینیکل، بشمول فوٹو کاپی، ریکارڈنگ یا کسی بھی معلومات کے ذخیرہ اور بازیافت کے نظام کے ذریعے دوبارہ تیار یا منتقل نہیں کیا جا سکتا۔

House 26-27 Boswell Street London, WC1N 3JZ
Allen & Unwin c/o Atlantic Books Ormond
فون: 020 7269 1610 ای میل: UK@allenandunwin.com
ویب: www.allenandunwin.com/uk

اس کتاب کا سی آئی پی ریکارڈ برٹش لائبریری سے دستیاب ہے۔

بارڈ بیک 0 072 1 76063 978 ISBN
ای بک 9 826 1 76063 978 ISBN

بک ہاؤس کی طرف سے اندرونی ڈیزائن
بک ہاؤس، سڈنی کے ذریعہ ترتیب دیا گیا ہے۔

مصنفین کا نوٹ

سگمنڈ فروئیڈ، کارل جنگ اور الفریڈ ایڈلر سب نفسیات کی دنیا کے جنات ہیں۔ یہ کتاب ایڈلر کے فلسفیانہ اور نفسیاتی نظریات اور تعلیمات کی کشید ہے، جو ایک فلسفی اور ایک نوجوان کے درمیان بیانیہ مکالمے کی شکل اختیار کرتی ہے۔

ایڈلیرین نفسیات کو یورپ اور امریکہ میں حمایت کی ایک وسیع بنیاد حاصل ہے، اور فلسفیانہ سوال کا سادہ اور سیدھا جواب پیش کرتا ہے: کوئی خوش کیسے رہ سکتا ہے؟ ایڈلیرین نفسیات کی کلید ہو سکتی ہے۔

اس کتاب کو پڑھنا آپ کی زندگی بدل سکتا ہے۔ اب آئیے اس نوجوان کا ساتھ دیں اور 'دروازے' سے آگے نکلیں۔

مشمولات

تعارف

پہلی رات
صدمے کے دن

نامعلوم 'تیسرا دیو'
لوگ کیوں بدل سکتے ہیں۔
صدمے کا کوئی وجود نہیں ہے۔
لوگ غصہ گھڑتے ہیں۔
ماضی کے کنٹرول کے بغیر کیسے جینا ہے۔
سقراط اور ایڈلر
کیا آپ ویسے ہی ٹھیک ہیں جیسے آپ ہیں؟
ناخوشی وہ چیز ہے جسے آپ اپنے لیے منتخب کرتے ہیں لوگ ہمیشہ
تبدیل نہ کرنے کا انتخاب کرتے ہیں آپ کی زندگی کا فیصلہ یہاں اور
اب ہوتا ہے۔

دوسری رات

تمام مسائل باہمی تعلقات کے مسائل ہیں۔

آپ اپنے آپ کو کیوں ناپسند کرتے ہیں۔
تمام مسائل باہمی تعلقات کے مسائل ہیں۔
احساس کمتری سائیکش مفروضے ہیں۔
احساس کمتری ایک بہانہ ہے۔
شیخی بازوں میں احساس کمتری ہوتا ہے۔

زندگی مقابلہ نہیں ہے۔

صرف آپ کو اپنی ظاہری شکل کی فکر ہے۔

اقتدار کی کشمکش سے انتقام تک

غلطی تسلیم کرنا بار نہیں ہے۔

ان کاموں پر قابو پانا جو آپ کو زندگی میں درپیش ہیں۔

سرخ تار اور سخت زنجیریں۔

'زندگی کے جھوٹ' میں مت پڑو

قبضے کی نفسیات سے مشق کی نفسیات تک

تیسری رات

دوسرے لوگوں کے کاموں کو چھوڑ دیں۔

پہچان کی خواہش سے انکار

دوسروں کی توقعات کو پورا کرنے کے لیے نہ جیو

کاموں کو الگ کرنے کا طریقہ

دوسرے لوگوں کے کاموں کو چھوڑ دیں۔

اپنے آپ کو باہمی تعلقات کے مسائل سے کیسے نجات دلائیں۔

گورڈین گرہ کاٹ دیں۔

پہچان کی خواہش آپ کو آزاد کر دیتی ہے۔

حقیقی آزادی کیا ہے؟

آپ کے پاس باہمی تعلقات کے کارڈ ہیں۔

چوتھی رات

جہاں دنیا کا مرکز ہے۔

انفرادی نفسیات اور بولزم باہمی تعلقات کا مقصد برادری کا احساس ہے مجھے صرف اپنے آپ میں

دلچسپی کیوں ہے؟

آپ دنیا کا مرکز نہیں ہیں۔

ایک بڑی کمیونٹی کی آواز سنیں۔

ڈانٹ ڈپٹ یا تعریف نہ کریں۔

حوصلہ افزائی کا طریقہ

کیسے محسوس کریں کہ آپ کی قدر ہے۔

حال میں موجود ہے۔

لوگ اپنی ذات کا صحیح استعمال نہیں کر سکتے

پانچویں رات

یہاں اور اب دل سے جینا

حد سے زیادہ خود شناسی نفس کو دبا دیتی ہے۔

خود اثبات نہیں -خود قبولیت

اعتماد اور اعتماد کے درمیان فرق

کام کا جوہر عام بھلائی میں حصہ ڈالنا ہے۔

نوجوان بڑوں سے آگے چلتے ہیں۔

ورکابولزم زندگی کا جھوٹ ہے۔

اب آپ خوش رہ سکتے ہیں۔

'خاص مخلوق' بننے کے خواہشمندوں نے دو راستے طے کیے

نارمل ہونے کی ہمت

زندگی لمحوں کا ایک سلسلہ ہے۔

ایسے جیو جیسے تم ناچ رہے ہو۔

یہاں اور ابھی پر روشنی ڈالیں۔

زندگی کا سب سے بڑا جھوٹ

بظاہر بے معنی زندگی کو معنی دیں۔

بعد کا لفظ

ہزار سال پرانے شہر کے مضافات میں ایک فلسفی رہتا تھا جس نے سکھایا کہ دنیا سادہ ہے اور خوشی ہر آدمی کی پہنچ میں ہے، فوری طور پر۔ ایک نوجوان جو زندگی سے مطمئن نہیں تھا، اس فلسفی سے ملاقات کے لیے گیا تاکہ اس معاملے کی دل چسپی حاصل کر سکے۔ اس نوجوان نے دنیا کو تضادات سے بھرا ہوا پایا اور اس کی فکر مند نظروں میں خوشی کا کوئی تصور بالکل ہی مضحکہ خیز تھا۔

تعارف

نوجوان: میں آپ سے ایک بار پھر پوچھنا چاہتا ہوں۔ آپ کو یقین ہے کہ دنیا، ہر طرح سے، ایک سادہ جگہ ہے؟

فلسفی: ہاں، یہ دنیا حیران کن حد تک سادہ ہے اور زندگی خود بھی ہے۔

نوجوان: تو کیا یہ آپ کی مثالی دلیل ہے یا یہ ایک قابل عمل نظریہ ہے؟ میرا مطلب یہ ہے کہ، کیا آپ کہہ رہے ہیں کہ آپ کو یا مجھے زندگی میں جن مسائل کا سامنا ہے وہ بھی سادہ ہے؟

فلاسفر: ہاں، بالکل۔

نوجوان: ٹھیک ہے، لیکن مجھے یہ بتانے دو کہ میں آج تم سے ملنے کیوں آیا ہوں۔ سب سے پہلے، میں آپ کے ساتھ اس پر بحث کرنا چاہتا ہوں جب تک کہ میں مطمئن نہ ہو جاؤں، اور پھر، اگر ممکن ہو تو، میں چاہتا ہوں کہ آپ اس نظریہ کو واپس لے لیں۔

فلاسفر: ہاں۔

نوجوان: کیونکہ میں نے آپ کی شہرت کے بارے میں سب کچھ سنا ہے۔ بات یہ ہے کہ یہاں ایک سنکی فلسفی رہتا ہے جس کی تعلیمات اور دلائل کو نظر انداز کرنا مشکل ہے، یعنی لوگ بدل سکتے ہیں، دنیا سادہ ہے اور ہر کوئی خوش رہ سکتا ہے۔ یہ اس قسم کی چیز ہے جو میں نے سنی ہے، لیکن مجھے یہ نظریہ بالکل ناقابل قبول لگتا ہے، اس لیے میں اپنے لیے چیزوں کی تصدیق کرنا چاہتا تھا۔ اگر مجھے کوئی ایسی چیز ملتی ہے جو آپ نے پوری طرح سے کہی ہے تو میں اس کی نشاندہی کروں گا اور پھر آپ کو درست کروں گا۔ . . لیکن کیا آپ یہ پریشان کن پائیں گے؟

فلسفی: نہیں، میں موقع کا خیر مقدم کروں گا۔ میں آپ جیسے نوجوان سے سننے کی امید کر رہا ہوں اور جو کچھ آپ مجھے بتا سکتے ہیں اس سے زیادہ سے زیادہ سیکھنے کی امید کر رہا ہوں۔

نوجوان: شکریہ۔ میں آپ کو ہاتھ سے ہٹانے کا ارادہ نہیں رکھتا۔ میں آپ کے خیالات کو مدنظر رکھوں گا اور پھر ان امکانات کو دیکھوں گا جو اپنے آپ کو پیش کرتے ہیں۔ 'دنیا سادہ ہے اور زندگی بھی سادہ' -اگر اس مقالے میں کوئی ایسی چیز ہے جس میں سچائی ہو، تو وہ بچے کے نقطہ نظر سے زندگی ہوگی۔ بچوں کے کوئی واضح فرائض نہیں ہوتے، جیسے ٹیکس ادا کرنا یا کام پر جانا۔ وہ اپنے والدین اور معاشرے کی طرف سے محفوظ ہیں، اور دیکھ بھال سے آزاد دن گزار سکتے ہیں۔ وہ ایک ایسے مستقبل کا تصور کر سکتے ہیں جو ہمیشہ کے لیے چلے گا اور جو چاہیں کریں گے۔ انہیں سنگین حقیقت کو دیکھنے کی ضرورت نہیں ہے -وہ آنکھوں پر پٹی باندھے ہوئے ہیں۔ اس لیے ان کے لیے دنیا کی ایک سادہ شکل ہونی چاہیے۔

تاہم، جیسا کہ بچہ بالغ ہوتا ہے، دنیا اپنی اصل فطرت کو ظاہر کرتی ہے۔ بہت جلد، بچہ جان لے گا کہ چیزیں واقعی کیسی ہیں اور اسے واقعی کیا کرنے کی اجازت ہے۔ اس کی رائے بدل جائے گی اور وہ سب کچھ ناممکن نظر آئے گا۔ اس کا رومانوی نظریہ ختم ہو جائے گا اور اس کی جگہ ظالمانہ حقیقت پسندی لے لے گی۔

فلاسفر: میں دیکھتا ہوں۔ یہ ایک دلچسپ نظارہ ہے۔

نوجوان: بس اتنا نہیں ہے۔ ایک بار بڑا ہونے کے بعد، بچہ لوگوں کے ساتھ ہر طرح کے پیچیدہ رشتوں میں الجھ جائے گا اور اس پر ہر طرح کی ذمہ داریاں ڈال دی جائیں گی۔ اسی طرح زندگی ہوگی، کام پر اور گھر دونوں جگہوں پر، اور عوامی زندگی میں وہ کسی بھی کردار میں۔ یہ کہے بغیر کہ وہ معاشرے کے ان مختلف مسائل سے آگاہ ہو جائے گا جنہیں وہ بچپن میں نہیں سمجھ سکتا تھا، بشمول امتیاز، جنگ اور عدم مساوات، اور وہ ان کو نظر انداز نہیں کر سکے گا۔ کیا میں غلط ہوں؟

فلاسفر: یہ مجھے اچھا لگتا ہے۔ برائے مہربانی جاری رکھیں۔

نوجوان: ٹھیک ہے، اگر ہم ابھی بھی ایسے وقت میں رہ رہے تھے جب مذہب کا غلبہ تھا، تو نجات ایک آپشن ہو سکتی ہے، کیونکہ الہی کی تعلیمات ہمارے لیے سب کچھ تھیں۔ ہمیں صرف ان کی اطاعت کرنا تھی اور اس کے نتیجے میں اس کے بارے میں سوچنا بہت کم تھا۔ لیکن مذہب اپنی طاقت کھو چکا ہے اور اب خدا پر کوئی حقیقی یقین نہیں ہے۔ بھروسہ کرنے کے لیے کچھ بھی نہیں، ہر کوئی پریشانی اور شک سے بھرا ہوا ہے۔ ہر کوئی اپنے لیے جی رہا ہے۔ آج معاشرہ ایسا ہی ہے، تو براہ کرم مجھے بتائیں۔ ان حقائق کو دیکھتے ہوئے اور جو کچھ میں نے کہا ہے، کیا آپ اب بھی کہہ سکتے ہیں کہ دنیا سادہ ہے؟

فلسفی: میں جو کہتا ہوں اس میں کوئی تبدیلی نہیں ہے۔ دنیا سادہ ہے اور زندگی بھی سادہ۔

نوجوان: کیسے؟ کوئی بھی دیکھ سکتا ہے کہ یہ تضادات کا انتشار ہے۔

فلاسفر: اس کی وجہ یہ نہیں کہ دنیا پیچیدہ ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ آپ دنیا کو پیچیدہ بنا رہے ہیں۔

نوجوان: میں ہوں؟

فلسفی: ہم میں سے کوئی بھی معروضی دنیا میں نہیں رہتا، بلکہ اس کے بجائے ایک موضوعی دنیا میں رہتا ہے جسے ہم نے خود معنی دیا ہے۔ آپ جو دنیا دیکھتے ہیں وہ اس سے مختلف ہے جو میں دیکھ رہا ہوں، اور اپنی دنیا کو کسی اور کے ساتھ بانٹنا ناممکن ہے۔

نوجوان: یہ کیسے ہو سکتا ہے؟ آپ اور میں ایک ہی ملک میں، ایک ہی وقت میں رہ رہے ہیں، اور ہم وہی چیزیں دیکھ رہے ہیں۔ کیا ہم نہیں ہیں؟

فلسفی: تم مجھے بہت جوان لگتے ہو، لیکن کیا تم نے کبھی کنویں کا پانی پیا ہے جو ابھی کھینچا گیا ہے؟

نوجوان: اچھا پانی؟ ام، یہ بہت پہلے کی بات ہے، لیکن دیہی علاقوں میں میری دادی کے گھر ایک کنواں تھا۔ مجھے یاد ہے کہ گرمی کے ایک دن میں اس کنویں سے نکالے گئے تازہ ٹھنڈے پانی سے لطف اندوز ہوا تھا۔

فلسفی: آپ یہ جانتے ہوں گے، لیکن کنویں کا پانی تقریباً 18 ڈگری پر سارا سال ایک ہی درجہ حرارت پر رہتا ہے۔ یہ ایک معروضی نمبر ہے — یہ ہر اس شخص کے لیے یکساں رہتا ہے جو اس کی پیمائش کرتا ہے۔ لیکن جب آپ گرمیوں میں پانی پیتے ہیں تو یہ ٹھنڈا لگتا ہے اور جب آپ وہی پانی سردیوں میں پیتے ہیں تو گرم لگتا ہے۔ اگرچہ یہ ایک ہی پانی ہے، تھرمامیٹر کے مطابق اسی 18 ڈگری پر، جس طرح سے یہ لگتا ہے اس پر منحصر ہے کہ موسم گرما ہے یا سردی۔

نوجوان: تو، یہ ماحول میں تبدیلی کی وجہ سے ایک وہم ہے۔

فلسفی: نہیں، یہ وہم نہیں ہے۔ آپ دیکھتے ہیں، آپ کے نزدیک اس لمحے میں کنویں کے پانی کی ٹھنڈک یا گرمی ایک ناقابل تردید حقیقت ہے۔ اپنی سائیکش دنیا میں رہنے کا یہی مطلب ہے۔ آپ کی اپنی تابعیت سے کوئی فرار نہیں ہے۔ اس وقت دنیا آپ کو پیچیدہ اور پراسرار معلوم ہوتی ہے لیکن اگر آپ بدل جائیں تو دنیا زیادہ سادہ نظر آئے گی۔ مسئلہ یہ نہیں ہے کہ دنیا کیسی ہے بلکہ یہ ہے کہ آپ کیسی ہیں۔

نوجوان: میں کیسا ہوں؟

فلاسفر: ٹھیک ہے۔ . . ایسا لگتا ہے جیسے آپ سیاہ شیشوں سے دنیا کو دیکھتے ہیں، لہذا قدرتی طور پر ہر چیز تاریک نظر آتی ہے۔ لیکن اگر ایسا ہے تو، دنیا کے اندھیرے پر ماتم کرنے کے بجائے، آپ صرف شیشے کو ہٹا سکتے ہیں۔ شاید اس وقت دنیا آپ کو بہت روشن نظر آئے اور آپ غیر ارادی طور پر آنکھیں بند کر لیں۔ ہوسکتا ہے کہ آپ شیشے کو واپس آنا چاہیں، لیکن کیا آپ انہیں پہلی جگہ اتار بھی سکتے ہیں؟ کیا آپ دنیا کو براہ راست دیکھ سکتے ہیں؟ کیا تم میں ہمت ہے؟

نوجوان: ہمت؟

فلاسفر: ہاں، یہ ہمت کی بات ہے۔

نوجوان: اچھا ٹھیک ہے۔ بہت سارے اعتراضات ہیں جو میں اٹھانا چاہوں گا، لیکن مجھے یہ احساس ہے کہ بعد میں ان میں جانا بہتر ہوگا۔ میں تصدیق کرنا چاہوں گا کہ آپ کہہ رہے ہیں کہ 'لوگ بدل سکتے ہیں'، ٹھیک ہے؟

فلسفی: یقیناً لوگ بدل سکتے ہیں۔ انہیں خوشی بھی مل سکتی ہے۔

نوجوان: سب، بغیر کسی استثناء کے؟

فلسفی: کوئی استثناء نہیں۔

نوجوان: بابا! اب آپ بڑی بات کر رہے ہیں! یہ دلچسپ ہوتا جا رہا ہے۔ میں فوراً آپ سے بحث شروع کرنے جا رہا ہوں۔

فلسفی: میں بھاگنے یا کچھ چھپانے والا نہیں ہوں۔ آئیے اس پر بحث کرنے میں اپنا وقت نکالیں۔ تو، آپ کی پوزیشن ہے 'لوگ تبدیل نہیں کر سکتے؟'

نوجوان: یہ ٹھیک ہے، وہ بدل نہیں سکتے۔ اصل میں، میں خود کو تبدیل کرنے کے قابل نہ ہونے کی وجہ سے تکلیف میں ہوں۔

فلسفی: اور ساتھ ہی، آپ کی خواہش ہے کہ آپ کر سکتے۔

نوجوان: بالکل۔ اگر میں بدل سکتا ہوں، اگر میں زندگی کو دوبارہ شروع کر سکتا ہوں، تو میں خوشی سے آپ کے سامنے گھٹنوں کے بل گر جاؤں گا۔ لیکن یہ ہو سکتا ہے کہ آپ میرے سامنے گھٹنوں کے بل گریں گے۔

فلسفی: آپ مجھے اپنے طالب علمی کے زمانے کی یاد دلاتے ہیں، جب میں ایک گرم خون والا نوجوان تھا جو سچ کی تلاش میں تھا، فلسفیوں کو پکارتا تھا۔ . .

نوجوان: ہاں۔ میں سچ کی تلاش میں ہوں۔ زندگی کے بارے میں سچائی۔

فلسفی: میں نے کبھی شاگرد لینے کی ضرورت محسوس نہیں کی اور نہ کبھی ایسا کیا ہے۔ تاہم جب سے یونانی فلسفہ کا طالب علم ہوا اور پھر کسی دوسرے فلسفے سے واسطہ پڑا، میں آپ جیسے نوجوان کی ملاقات کا طویل عرصے سے انتظار کر رہا ہوں۔

نوجوان: ایک اور فلسفہ؟ وہ کیا ہوگا؟

فلاسفر: میرا مطالعہ بس وہیں پر ہے۔ اس میں جاؤ۔ یہ ایک لمبی رات ہونے والی ہے۔ میں جا کر گرم کافی بناؤں گا۔

勇氣

THE
FIRST
NIGHT

Deny trauma

نوجوان مطالعہ میں داخل ہوا اور ایک کرسی پر جھک کر بیٹھ گیا۔ وہ فلسفہ کے نظریات کو رد کرنے کے لیے اتنا پرعزم کیوں تھا؟ اس کی وجوہات کافی واضح تھیں۔ اس میں خود اعتمادی کا فقدان تھا اور بچپن سے ہی اس کے ذاتی اور علمی پس منظر کے ساتھ ساتھ اس کی جسمانی شکل و صورت کے حوالے سے احساس کمتری کے گہرے جذبات نے اس میں اضافہ کر دیا تھا۔ شاید، نتیجے کے طور پر، جب لوگ اس کی طرف دیکھتے تھے تو وہ ضرورت سے زیادہ خود غرضی کا شکار ہو جاتا تھا۔ زیادہ تر، وہ دوسروں کی خوشیوں کی صحیح معنوں میں تعریف کرنے سے قاصر نظر آتا تھا، اور مسلسل خود پر ترس کھا رہا تھا۔ اس کے نزدیک فلسفہ کے دعوے تصورات کے سامان سے زیادہ کچھ نہیں تھے۔

نامعلوم 'تیسرا دیو'

نوجوان: ایک لمحہ پہلے، آپ نے 'ایک اور فلسفہ' کے الفاظ استعمال کیے تھے، لیکن میں نے سنا ہے کہ آپ کی خاصیت یونانی فلسفے میں ہے۔

فلسفی: جی ہاں، یونانی فلسفہ میری زندگی کا مرکز رہا ہے جب سے میں نوعمر تھا۔ عظیم دانشور شخصیات: سقراط، افلاطون، ارسطو۔ میں اس وقت افلاطون کے ایک کام کا ترجمہ کر رہا ہوں، اور میں اپنی باقی زندگی کلاسیکی یونانی فکر کے مطالعہ میں گزارنے کی توقع رکھتا ہوں۔

نوجوان: اچھا، پھر یہ 'دوسرا فلسفہ' کیا ہے؟

فلسفی: یہ نفسیات کا ایک بالکل نیا اسکول ہے جو بیسویں صدی کے آغاز میں آسٹریا کے ماہر نفسیات الفریڈ ایڈلر نے قائم کیا تھا۔ اس ملک میں اسے عام طور پر ایڈلیرین نفسیات کہا جاتا ہے۔

نوجوان: ہاں۔ میں نے کبھی سوچا بھی نہیں تھا کہ یونانی فلسفے کا کوئی ماہر نفسیات میں دلچسپی لے گا۔

فلسفی: میں نفسیات کے دوسرے مکاتب فکر کے راستے سے زیادہ واقف نہیں ہوں۔ تاہم، میرے خیال میں یہ کہنا مناسب ہے کہ ایڈلیرین نفسیات واضح طور پر یونانی فلسفے کے مطابق ہے، اور یہ کہ یہ مطالعہ کا ایک مناسب شعبہ ہے۔

نوجوان: مجھے فرائیڈ اور جنگ کی نفسیات کا علم ہے۔ ایک دلچسپ میدان۔

فلسفی: ہاں، فرائیڈ اور جنگ دونوں مشہور ہیں۔ یہاں تک کہ۔ ایڈلر ویانا سائیکو اینالٹک سوسائٹی کے اصل ارکان میں سے ایک تھا، جس کی قیادت فرائیڈ کر رہے تھے۔ اس کے خیالات فرائیڈ کے مخالف تھے، اور وہ الگ ہو گیا۔

گروپ سے اور اپنے اصل نظریات پر مبنی ایک 'انفرادی نفسیات' تجویز کیا۔

نوجوان: انفرادی نفسیات؟ ایک اور عجیب اصطلاح۔ تو، ایڈلر فرائیڈ کا شاگرد تھا؟

فلسفی: نہیں، وہ نہیں تھا۔ یہ غلط فہمی عام ہے۔ ہمیں اسے دور کرنا ہوگا۔ ایک چیز کے لیے، ایڈلر اور فرائیڈ عمر میں نسبتاً قریب تھے، اور محققین کے طور پر ان کا جو رشتہ قائم ہوا وہ برابری کی بنیاد پر قائم ہوا۔

اس سلسلے میں، ایڈلر جنگ سے بہت مختلف تھا، جو فرائیڈ کو باپ کی حیثیت سے عزت دیتا تھا۔ اگرچہ نفسیات کا تعلق بنیادی طور پر فرائیڈ اور جنگ سے ہے، لیکن ایڈلر کو فرائیڈ اور جنگ کے ساتھ ساتھ پوری دنیا میں اس شعبے کے تین جنات میں سے ایک کے طور پر پہچانا جاتا ہے۔

نوجوان: میں دیکھتا ہوں۔ مجھے اس کا مزید مطالعہ کرنا چاہیے تھا۔

فلسفی: میرا خیال ہے کہ یہ فطری ہے کہ آپ نے ایڈلر کے بارے میں نہیں سنا ہوگا۔ جیسا کہ اس نے خود کہا، 'ایک وقت ایسا آسکتا ہے جب کسی کو میرا نام یاد نہیں رہے گا۔ لوگ شاید یہ بھی بھول گئے ہوں کہ ہمارا اسکول کبھی موجود تھا۔' پھر اس نے کہا کہ اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ اگر اس کے اسکول کو فراموش کر دیا گیا تو اس کی وجہ یہ ہوگی کہ اس کے خیالات نے اسکالرشپ کے ایک ہی شعبے کی حدوں کو بڑھا دیا تھا، اور ایک عام سی بات بن گئی تھی، اور ہر ایک کا مشترکہ احساس۔ مثال کے طور پر، ڈیل کارنیگی، جنہوں نے بین الاقوامی بیسٹ سیلرز کیسے لکھے کہ دوست کیسے جیتیں اور لوگوں کو متاثر کریں اور فکر کرنا چھوڑ دیں اور زندگی شروع کریں، ایڈلر کو 'ایک عظیم ماہر نفسیات کے طور پر حوالہ دیا جس نے اپنی زندگی انسانوں اور ان کی پوشیدہ صلاحیتوں پر تحقیق کے لیے وقف کر دی۔' ایڈلر کی سوچ کا اثر اس کی تمام تحریروں میں واضح طور پر موجود ہے۔ اور Stephen Covey کی 'The 7 Habits of Highly Effective People' میں، زیادہ تر مواد ایڈلر کے خیالات سے ملتا جلتا ہے۔ دوسرے الفاظ میں، اسکالرشپ کا ایک سخت علاقہ ہونے کے بجائے، ایڈلیرین نفسیات کو ایک احساس کے طور پر قبول کیا جاتا ہے۔ سچائیوں اور انسانی سمجھ کی انتہا۔ پھر بھی کہا جاتا ہے کہ ایڈلر کے خیالات اپنے وقت سے سو سال آگے تھے، اور آج بھی ہم ان کو پوری طرح سمجھنے میں کامیاب نہیں ہو سکے۔ اس طرح وہ واقعی گراؤنڈ بریکنگ تھے۔

نوجوان: تو، آپ کے نظریات ابتدائی طور پر یونانی فلسفے سے نہیں بلکہ ایڈلیرین نفسیات کے نقطہ نظر سے تیار کیے گئے ہیں؟

فلاسفر: ہاں، یہ ٹھیک ہے۔

نوجوان: ٹھیک ہے۔ ایک اور چیز ہے جو میں آپ کے بنیادی موقف کے بارے میں پوچھنا چاہتا ہوں۔ کیا آپ فلسفی ہیں؟ یا آپ ماہر نفسیات ہیں؟

فلسفی: میں ایک فلسفی ہوں؛ ایک شخص جو فلسفہ جیتا ہے۔ اور، میرے لیے، ایڈلیرین نفسیات فکر کی ایک شکل ہے جو یونانی فلسفہ کے مطابق ہے، اور وہ فلسفہ ہے۔

نوجوان: تو ٹھیک ہے۔ آؤ شروع کریں۔

لوگ کیوں بدل سکتے ہیں۔

نوجوان: پہلے، آئیے بحث کے نکات کی منصوبہ بندی کریں۔ آپ کہتے ہیں کہ لوگ بدل سکتے ہیں۔
پھر آپ اسے ایک قدم آگے لے جاتے ہیں، یہ کہتے ہوئے کہ ہر کسی کو خوشی مل سکتی ہے۔

فلاسفر: ہاں، سب، بغیر کسی استثنا کے۔

نوجوان: آئیے خوشی کے بارے میں بحث کو بعد میں محفوظ کرتے ہیں اور پہلے ایڈریس کی تبدیلی۔ ہر کوئی چاہتا ہے کہ وہ بدل سکے۔ میں جانتا ہوں کہ میں کرتا ہوں، اور مجھے یقین ہے کہ جو بھی آپ سڑک پر روک کر پوچھیں گے وہ اس سے اتفاق کرے گا۔ لیکن سب کیوں محسوس کرتے ہیں کہ وہ بدلنا چاہتے ہیں؟ صرف ایک ہی جواب ہے: کیونکہ وہ تبدیل نہیں ہو سکتے۔ اگر لوگوں کے لیے بدلنا آسان ہوتا، تو وہ اتنا وقت نہیں گزارتے کہ وہ چاہتے۔ چاہے وہ کتنی ہی خواہش کریں، لوگ بدل نہیں سکتے۔ اور یہی وجہ ہے کہ نئے مذاہب اور مشتبہ سیلف ہیلپ سیمینارز، اور ہر کوئی کیسے بدل سکتا ہے اس بارے میں کوئی بھی تبلیغ ہمیشہ بہت سارے لوگوں کو اپنی طرف متوجہ کرتی ہے۔ کیا میں غلط ہوں؟

فلسفی: ٹھیک ہے، جواب میں، میں پوچھوں گا کہ آپ اتنے اٹل کیوں ہیں کہ لوگ بدل نہیں سکتے۔

نوجوان: اس کی وجہ یہ ہے۔ میرا ایک دوست ہے، ایک لڑکا، جس نے خود کو کئی سالوں سے اپنے کمرے میں بند کر رکھا ہے۔ اس کی خواہش ہے کہ وہ باہر جا سکے، اور یہاں تک کہ سوچتا ہے کہ اگر ممکن ہو تو وہ نوکری کرنا چاہے گا۔ لہذا، وہ اپنے انداز کو بدلنا چاہتا ہے۔ میں یہ اس کے دوست کے طور پر کہتا ہوں، لیکن میں آپ کو یقین دلاتا ہوں کہ وہ ایک بہت سنجیدہ شخص ہے جو معاشرے کے لیے بہت مفید ہو سکتا ہے۔ سوائے اس کے کہ وہ اپنے کمرے سے نکلنے سے ڈرتا ہے۔ اگر وہ باہر ایک قدم بھی اٹھاتا ہے تو اس کی دھڑکن ہوتی ہے اور اس کے بازو اور ٹانگیں کانپ جاتی ہیں۔ میرے خیال میں یہ ایک قسم کا اعصابی یا گھبراہٹ ہے۔ وہ بدلنا چاہتا ہے، لیکن نہیں کر سکتا۔

فلاسفر: آپ کے خیال میں اس کی کیا وجہ ہے کہ وہ باہر نہیں جا سکتا؟

نوجوان: مجھے واقعی یقین نہیں ہے۔ یہ اس کے والدین کے ساتھ اس کے تعلقات کی وجہ سے ہو سکتا ہے، یا اس وجہ سے کہ اسے اسکول یا کام پر تنگ کیا گیا تھا۔ ہو سکتا ہے کہ اس نے اس طرح کے کسی صدمے کا تجربہ کیا ہو۔ لیکن پھر، اس کے برعکس ہو سکتا ہے۔ ہو سکتا ہے کہ وہ بچپن میں بہت لاڈ پیار کرتا تھا اور حقیقت کا سامنا نہیں کر سکتا تھا۔

میں صرف نہیں جانتا، اور میں اس کے ماضی یا اس کے خاندانی حالات کو نہیں جان سکتا۔

فلسفی: تو آپ کہہ رہے ہیں کہ آپ کے دوست کے ماضی میں کچھ ایسے واقعات تھے جو صدمے کا سبب بنے، یا اس سے ملتی جلتی، اور اس کے نتیجے میں وہ اب باہر نہیں جا سکتا؟

نوجوان: بالکل۔ اثر سے پہلے، ایک وجہ ہے، اس میں کوئی پراسرار بات نہیں ہے۔

فلسفی: پھر شاید اس کے باہر نہ جانے کی وجہ اس کے بچپن میں گھر کا ماحول ہے۔ وہ اپنے والدین کی طرف سے بدسلوکی کا شکار ہوا اور کبھی بھی محبت محسوس کیے بغیر بالغ ہو گیا۔ اس لیے وہ لوگوں کے ساتھ بات چیت کرنے سے ڈرتا ہے اور وہ باہر کیوں نہیں جا سکتا۔ یہ قابل عمل ہے، ہے نا؟

نوجوان: ہاں، یہ مکمل طور پر ممکن ہے۔ میں تصور کروں گا کہ یہ واقعی مشکل ہوگا۔

فلسفی: اور پھر آپ کہتے ہیں، 'اثر سے پہلے، ایک وجہ ہے۔' یا، دوسرے لفظوں میں، میں اب کون ہوں (اثر) کا تعین ماضی کے واقعات (اسباب) سے ہوتا ہے۔ کیا میں صحیح سمجھ رہا ہوں؟

نوجوان: آپ کرتے ہیں۔

فلسفی: تو، اگر آپ کے مطابق دنیا میں ہر ایک کا یہاں اور حال ان کے ماضی کے واقعات کی وجہ سے ہے، تو کیا چیزیں بہت عجیب نہیں ہوں گی؟ کیا تم نہیں دیکھتے؟ ہر وہ شخص جو اپنے والدین کے ساتھ بدسلوکی کا شکار ہو کر بڑا ہوا ہے آپ کے دوست کی طرح ہی اثرات کا سامنا کرنا پڑے گا اور وہ ایک کنارہ بن جائے گا، یا سارا خیال پانی نہیں رکھتا۔ یعنی اگر ماضی درحقیقت حال کا تعین کرتا ہے، اور اسباب اثرات کو کنٹرول کرتے ہیں۔

نوجوان: آپ کیا حاصل کر رہے ہیں؟

فلسفی: اگر ہم صرف ماضی کے اسباب پر توجہ مرکوز کرتے ہیں اور صرف وجہ اور اثر کے ذریعے چیزوں کی وضاحت کرنے کی کوشش کرتے ہیں، تو ہمارا اختتام 'تعمیریت' پر ہوتا ہے۔ کیونکہ یہ جو کہتا ہے وہ یہ ہے کہ ہمارا حال اور ہمارے مستقبل کا فیصلہ ماضی کے واقعات سے ہو چکا ہے، اور وہ ناقابل تغیر ہیں۔ کیا میں غلط ہوں؟

نوجوان: تو، آپ کہہ رہے ہیں کہ ماضی سے کوئی فرق نہیں پڑتا؟

فلسفی: ہاں، یہ ایڈلیرین نفسیات کا نقطہ نظر ہے۔

نوجوان: میں دیکھتا ہوں۔ تنازعات کے نکات قدرے واضح نظر آتے ہیں۔ لیکن دیکھو، اگر ہم آپ کے ورژن کے مطابق چلتے ہیں، تو کیا اس کا حتمی مطلب یہ نہیں ہوگا کہ میرے دوست کے باہر جانے کی کوئی وجہ نہیں ہے؟ کیونکہ آپ کہہ رہے ہیں کہ ماضی کے واقعات سے کوئی فرق نہیں پڑتا۔ مجھے افسوس ہے، لیکن یہ مکمل طور پر سوال سے باہر ہے۔ اس کی تنہائی کے پیچھے کوئی نہ کوئی وجہ ضرور ہوگی۔ ہونا ضروری ہے، یا کوئی وضاحت نہیں ہوگی!

فلسفی: بے شک، کوئی وضاحت نہیں ہوگی۔ لہذا، ایڈلیرین نفسیات میں، ہم ماضی کے 'اسباب' کے بارے میں نہیں سوچتے، بلکہ موجودہ 'اہداف' کے بارے میں سوچتے ہیں۔

نوجوان: موجودہ مقاصد؟

فلاسفر: آپ کا دوست غیر محفوظ ہے، اس لیے وہ باہر نہیں جا سکتا۔ اس کے بارے میں دوسری طرف سوچیں۔ وہ باہر نہیں جانا چاہتا، اس لیے وہ بے چینی کی کیفیت پیدا کر رہا ہے۔

نوجوان: بہ؟

فلسفی: اس کے بارے میں اس طرح سوچو۔ آپ کے دوست کا مقصد پہلے سے باہر نہ جانے کا تھا، اور وہ اس مقصد کو حاصل کرنے کے لیے اضطراب اور خوف کی کیفیت پیدا کر رہا ہے۔ ایڈلیرین نفسیات میں، اسے 'ٹیلیولوجی' کہا جاتا ہے۔

نوجوان: تم مذاق کر رہے ہو! میرے دوست نے اس کی پریشانی اور خوف کا تصور کیا ہے؟ تو کیا آپ یہ کہہ کر آگے بڑھیں گے کہ میرا دوست صرف بیمار ہونے کا بہانہ کر رہا ہے؟

فلسفی: وہ بیمار ہونے کا ڈرامہ نہیں کر رہا ہے۔ آپ کا دوست جو اضطراب اور خوف محسوس کر رہا ہے وہ حقیقی ہے۔ کبھی کبھار، وہ درد شقیقہ کا بھی شکار ہو سکتا ہے۔

اور پرتشدد پیٹ کے درد. تاہم یہ بھی علامات ہیں جو اس نے باہر نہ نکلنے کے مقصد کو حاصل کرنے کے لیے پیدا کی ہیں۔

نوجوان: یہ سچ نہیں ہے! برگز نہیں! یہ بہت افسردہ کن ہے!

فلسفی: نہیں، یہ 'ایٹولوجی' (وجہ کا مطالعہ) اور ٹیلیولوجی (کسی مظہر کے مقصد کا مطالعہ، اس کی وجہ کے بجائے) کے درمیان فرق ہے۔ جو کچھ آپ مجھے بتا رہے ہیں وہ ایٹولوجی پر مبنی ہے۔ جب تک ہم ایٹولوجی میں رہیں گے، ہم ایک قدم بھی آگے نہیں بڑھیں گے۔

صدمے کا کوئی وجود نہیں ہے۔

نوجوان: اگر آپ چیزیں اتنی زبردستی بیان کرنے جارہے ہیں، تو میں ایک مکمل وضاحت چاہوں گا۔ شروع کرنے کے لیے، آپ ایٹولوجی اور ٹیلیولوجی کے درمیان کیا فرق کہتے ہیں؟

فلسفی: فرض کریں کہ آپ کو تیز بخار کے ساتھ زکام ہے، اور آپ ڈاکٹر کے پاس گئے ہیں۔ پھر، فرض کریں کہ ڈاکٹر آپ کی بیماری کی وجہ یہ بتاتا ہے کہ کل، جب آپ باہر گئے تو آپ نے اچھے کپڑے نہیں پہنے ہوئے تھے، اور اسی وجہ سے آپ کو سردی لگ گئی ہے۔ اب، کیا آپ اس سے مطمئن ہوں گے؟

نوجوان: یقیناً میں نہیں کروں گا۔ مجھے اس سے کوئی فرق نہیں پڑے گا کہ وجہ کیا تھی — میں نے جس طرح سے کپڑے پہنے ہوئے تھے یا بارش ہونے کی وجہ سے، یا کچھ بھی۔ یہ علامات ہیں، حقیقت یہ ہے کہ میں اب تیز بخار میں مبتلا ہوں جو میرے لیے اہمیت رکھتا ہے۔ اگر وہ ڈاکٹر ہے، تو مجھے اس کی ضرورت ہوگی کہ وہ دوا تجویز کر کے، گولیاں دے کر یا جو بھی خصوصی اقدامات ضروری ہوں لے کر میرا علاج کرے۔

فلسفی: پھر بھی وہ لوگ جو ایٹولوجیکل مؤقف اختیار کرتے ہیں، جن میں زیادہ تر مشیران اور ماہر نفسیات بھی شامل ہیں، یہ بحث کریں گے کہ آپ ماضی میں فلاں فلاں وجہ کی وجہ سے مبتلا تھے، اور پھر یہ کہہ کر آپ کو تسلی دیں گے، 'تو آپ دیکھو، یہ تمہارا قصور نہیں ہے۔' نام نہاد صدمات سے متعلق دلیل ایٹولوجی کی مخصوص ہے۔

نوجوان: ایک منٹ ٹھہرو! کیا آپ صدمے کے وجود سے یکسر انکار کر رہے ہیں؟

فلاسفر: ہاں، میں ہوں۔ مستقل مزاجی سے۔

نوجوان: کیا! کیا آپ نہیں ہیں، یا مجھے لگتا ہے کہ مجھے ایڈلر کہنا چاہیے، نفسیات پر ایک اتھارٹی؟

فلسفی: ایڈلیرین نفسیات میں صدمے سے قطعی انکار کیا جاتا ہے۔ یہ بہت نیا اور انقلابی نقطہ تھا۔ یقینی طور پر، صدمے کے بارے میں فرائیڈ کا نظریہ دلکش ہے۔ فرائیڈ کا خیال ہے کہ کسی شخص کے نفسیاتی زخم (صدمے) اس کی موجودہ ناخوشی کا سبب بنتے ہیں۔ جب آپ کسی شخص کی زندگی کو ایک وسیع داستان کے طور پر دیکھتے ہیں، تو اس میں آسانی سے سمجھ میں آنے والی وجہ اور ڈرامائی ترقی کا احساس ہوتا ہے جو مضبوط تاثرات پیدا کرتا ہے اور انتہائی پرکشش ہوتا ہے۔ لیکن ایڈلر، صدمے کی دلیل سے انکار کرتے ہوئے، مندرجہ ذیل بیان کرتا ہے: 'کوئی تجربہ بذات خود ہماری کامیابی یا ناکامی کا سبب نہیں ہے۔ ہم اپنے تجربات — نام نہاد صدمے — کے صدمے سے دوچار نہیں ہوتے ہیں بلکہ اس کے بجائے ہم ان میں سے جو کچھ بھی ہمارے مقاصد کے لیے موزوں ہوتا ہے بنا لیتے ہیں۔ ہم اپنے تجربات سے متعین نہیں ہوتے، لیکن جو معنی ہم انہیں دیتے ہیں وہ خود فیصلہ کن ہے۔'

نوجوان: تو، ہم ان میں سے جو کچھ بھی ہمارے مقاصد کے مطابق بناتے ہیں؟

فلاسفر: بالکل۔ ایڈلر یہاں جو نکتہ بیان کر رہا ہے اس پر توجہ مرکوز کریں جب وہ خود کا تعین ہمارے تجربات سے نہیں بلکہ اس معنی سے کرتا ہے جو ہم انہیں دیتے ہیں۔ وہ یہ نہیں کہہ رہا ہے کہ بچپن میں کسی خوفناک آفت یا بدسلوکی کا تجربہ یا اس طرح کے دوسرے واقعات شخصیت کی تشکیل پر کوئی اثر نہیں ڈالتے۔ ان کے اثرات مضبوط ہیں۔ لیکن اہم بات یہ ہے کہ اصل میں ان اثرات سے کچھ بھی طے نہیں ہوتا ہے۔

ہم اپنی زندگیوں کا تعین اس معنی کے مطابق کرتے ہیں جو ہم ان ماضی کے تجربات کو دیتے ہیں۔ آپ کی زندگی وہ چیز نہیں ہے جو کوئی آپ کو دیتا ہے، بلکہ وہ چیز ہے جسے آپ خود منتخب کرتے ہیں، اور آپ ہی یہ فیصلہ کرتے ہیں کہ آپ کیسے جیتے ہیں۔

نوجوان: ٹھیک ہے، تو آپ کہہ رہے ہیں کہ میرے دوست نے خود کو اپنے کمرے میں بند کر رکھا ہے کیونکہ وہ دراصل اس طرح رہنا پسند کرتا ہے؟ یہ سنجیدہ ہے۔ میرا یقین کرو، یہ وہ نہیں ہے جو وہ چاہتا ہے۔ اگر کچھ بھی ہے تو یہ وہ چیز ہے جسے وہ حالات کی وجہ سے منتخب کرنے پر مجبور ہوا۔ اس کے پاس اس کے سوا کوئی چارہ نہیں تھا کہ وہ جو ہے وہ بن جائے۔

ابھی۔

فلسفی: نہیں، یہاں تک کہ فرض کریں کہ آپ کا دوست حقیقت میں یہ سمجھتا ہے کہ میں معاشرے میں فٹ نہیں رہ سکتا کیونکہ میرے والدین نے مجھے زیادتی کا نشانہ بنایا، پھر بھی یہ اس لیے ہے کہ اس طرح سوچنا اس کا مقصد ہے۔

نوجوان: یہ کس قسم کا مقصد ہے؟

فلسفی: فوری چیز کا مقصد شاید 'باہر نہ جانا' ہوگا۔ وہ اپنے اندر رہنے کی وجوہات کے طور پر بے چینی اور خوف پیدا کر رہا ہے۔

نوجوان: لیکن وہ باہر کیوں نہیں جانا چاہتا؟ یہیں پر مسئلہ رہتا ہے۔

فلسفی: ٹھیک ہے، والدین کے نقطہ نظر سے سوچو۔ اگر آپ کے بچے کو کمرے میں بند کر دیا جائے تو آپ کیسا محسوس کریں گے؟

نوجوان: یقیناً میں فکر مند ہوں گا۔ میں اس کی معاشرے میں واپسی میں مدد کرنا چاہتا ہوں۔ میں چاہتا ہوں کہ وہ ٹھیک ہو، اور میں سوچوں گا کہ کیا میں نے اسے غلط طریقے سے پالا ہے۔ مجھے یقین ہے کہ میں سنجیدگی سے فکر مند ہوں گا، اور ہر ممکن طریقے سے کوشش کروں گا کہ اس کی معمول کی زندگی میں واپس آنے میں مدد کروں۔

فلسفی: مسئلہ یہیں ہے۔

نوجوان: کہاں؟

فلاسفر: اگر میں ہر وقت اپنے کمرے میں رہوں، بغیر کبھی باہر نکلے تو میرے والدین پریشان ہوں گے۔ میں اپنے والدین کی ساری توجہ اپنی طرف مرکوز کر سکتا ہوں۔ وہ میرے ارد گرد بہت محتاط رہیں گے، اور ہمیشہ مجھے بچوں کے دستانے پہنائیں گے۔ دوسری طرف، اگر میں گھر سے ایک قدم بھی باہر نکالتا ہوں، تو میں صرف ایک بے چہرہ عوام کا حصہ بن جاؤں گا جس پر کوئی توجہ نہیں دیتا۔ میں ایسے لوگوں سے گھرا رہوں گا جنہیں میں نہیں جانتا، اور صرف اوسط، یا اوسط سے کم۔ اور اب کوئی بھی میرا خاص خیال نہیں رکھے گا... ایسے لوگوں کے بارے میں ایسی کہانیاں غیر معمولی نہیں ہیں۔

نوجوان: اس صورت میں، آپ کے استدلال کی پیروی کرتے ہوئے، میرے دوست نے اپنا مقصد پورا کر لیا ہے، اور اپنی موجودہ صورتحال سے مطمئن ہے؟

فلسفی: مجھے شک ہے کہ وہ مطمئن ہے، اور مجھے یقین ہے کہ وہ بھی خوش نہیں ہے۔ لیکن اس میں کوئی شک نہیں کہ وہ اپنے مقصد کے مطابق کارروائی بھی کر رہا ہے۔ یہ ایسی چیز نہیں ہے جو آپ کے دوست کے لیے منفرد ہو۔ ہم میں سے ہر کوئی کسی نہ کسی مقصد کے ساتھ زندگی گزار رہا ہے۔ ٹیلیولوجی ہمیں یہی بتاتی ہے۔

نوجوان: برگز نہیں۔ میں اسے مکمل طور پر ناقابل قبول قرار دیتا ہوں۔ دیکھو میرا دوست ہے۔

فلسفی: سنو، یہ بحث کہیں نہیں جائے گی اگر ہم صرف تمہارے دوست کی بات کرتے رہیں۔ یہ غیر حاضری میں ایک آزمائش میں بدل جائے گا، اور یہ ناامید ہو گا۔ آئیے ایک اور مثال استعمال کرتے ہیں۔

نوجوان: اچھا، اس کے بارے میں کیا خیال ہے؟ یہ میری اپنی کہانی ہے جس کا میں نے کل ہی تجربہ کیا۔

فلاسفر: اوہ؟ میں سن رہا ہوں۔

لوگ غصہ گھڑتے ہیں۔

نوجوان: کل دوپہر، میں ایک کافی شاپ میں ایک کتاب پڑھ رہا تھا جب ایک ویٹر پاس سے گزرا اور میری جیکٹ پر کافی پھینک دی۔ میں نے ابھی اسے خریدا تھا اور یہ میرا لباس کا سب سے اچھا ٹکڑا ہے۔ میں اس کی مدد نہیں کر سکا؛ میں نے ابھی اپنا ٹاپ اڑا دیا۔ میں نے اپنے پھیپھڑوں کے اوپری حصے میں اس پر چیخا۔ میں عام طور پر اس قسم کا شخص نہیں ہوں جو عوامی مقامات پر اونچی آواز میں بولتا ہے۔ لیکن کل، دکان میرے چیخنے کی آواز سے بچ رہی تھی کیونکہ میں غصے میں اڑ گیا اور بھول گیا کہ میں کیا کر رہا ہوں۔ تو، اس کے بارے میں کیسے؟ کیا یہاں کسی مقصد میں شامل ہونے کی کوئی گنجائش ہے؟ اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا ہے کہ آپ اسے کس طرح دیکھتے ہیں، کیا یہ طرز عمل ایک وجہ سے پیدا نہیں ہوتا؟

فلسفی: تو، آپ غصے کے جذبات سے متاثر ہوئے، اور چیخنا چلانا ختم کیا۔ اگرچہ آپ عام طور پر نرم مزاج ہوتے ہیں، لیکن آپ ناراض ہونے کی مزاحمت نہیں کر سکتے تھے۔ یہ ایک ناگزیر واقعہ تھا، اور آپ اس کے بارے میں کچھ نہیں کر سکتے تھے۔ کیا آپ یہی کہہ رہے ہیں؟

نوجوان: ہاں، کیونکہ یہ اچانک ہوا ہے۔ میرے منہ سے الفاظ نکلے اس سے پہلے کہ مجھے سوچنے کا وقت ملے۔

فلسفی: پھر فرض کریں کہ کل آپ پر چھری لگی تھی، اور جب آپ نے دھماکے سے اڑا دیا تو آپ بہہ گئے اور اس پر وار کیا۔ کیا آپ اب بھی یہ کہہ کر اس کا جواز پیش کر سکیں گے، 'یہ ایک ناگزیر واقعہ تھا، اور میں اس کے بارے میں کچھ نہیں کر سکتا تھا'؟

نوجوان: وہ ... چلو، یہ ایک انتہائی دلیل ہے!

فلسفی: یہ کوئی انتہائی دلیل نہیں ہے۔ اگر ہم آپ کے استدلال کو آگے بڑھاتے ہیں تو، غصے میں ہونے والے کسی بھی جرم کا الزام غصے پر لگایا جا سکتا ہے، اور اب اس شخص کی ذمہ داری نہیں ہوگی کیونکہ، بنیادی طور پر، آپ کہہ رہے ہیں کہ لوگ اپنے جذبات پر قابو نہیں رکھ سکتے۔

نوجوان: اچھا تو پھر میرے غصے کو کیسے بیان کریں گے؟

فلاسفر: یہ آسان ہے۔ آپ غصے میں نہیں اڑ گئے اور پھر شور مچانے لگے۔ یہ صرف اتنا ہے کہ آپ کو غصہ آیا تاکہ آپ چیخیں۔ دوسرے لفظوں میں، چیخنے کا مقصد پورا کرنے کے لیے، آپ نے غصے کا جذبہ پیدا کیا۔

نوجوان: تمہارا کیا مطلب ہے؟

فلاسفر: چیخنے کا مقصد کسی اور چیز سے پہلے آیا۔ کہنے کا مطلب یہ ہے کہ چیخ چیخ کر آپ ویٹر کو اپنا تابعدار بنانا چاہتے تھے اور آپ کی بات سننا چاہتے تھے۔ ایسا کرنے کے ذریعہ، آپ نے غصے کے جذبات کو گھڑ لیا۔

نوجوان: میں نے گھڑ لیا؟ آپ کو مذاق کرنا پڑے گا!

فلاسفر: پھر آپ نے آواز کیوں بلند کی؟

نوجوان: جیسا کہ میں نے پہلے کہا، میں نے اپنا ٹاپ اڑا دیا۔ میں سخت مایوس تھا۔

فلاسفر: نہیں، آپ اپنی آواز بلند کیے بغیر معاملات کی وضاحت کر سکتے تھے، اور غالباً ویٹر آپ سے مخلصانہ معافی مانگتا، آپ کی جیکٹ کو صاف کپڑے سے صاف کرتا، اور دیگر مناسب اقدامات کرتا۔

اس نے اسے ڈرائی کلین کرنے کا بھی انتظام کیا ہو گا۔ اور آپ کے ذہن میں کہیں آپ یہ سوچ رہے تھے کہ شاید وہ یہ کام کرے گا لیکن اس کے باوجود آپ چیخ اٹھے۔ چیزوں کو عام الفاظ میں سمجھانے کا طریقہ بہت زیادہ پریشانی کی طرح محسوس ہوا، اور آپ نے اس سے نکلنے کی کوشش کی اور اس غیر مزاحمتی شخص کو اپنے تابع کر لیا۔ آپ نے جو آلہ استعمال کیا وہ غصے کا جذبہ تھا۔

نوجوان: برگز نہیں۔ تم مجھے بیوقوف نہیں بنا سکتے۔ میں نے غصہ پیدا کیا تاکہ وہ میرے تابع ہو جائے؟ میں آپ کو قسم دیتا ہوں، ایسی بات سوچنے کے لیے ایک سیکنڈ بھی نہیں تھا۔ میں نے یہ نہیں سوچا اور پھر غصہ آیا۔ غصہ ایک زیادہ متاثر کن جذبہ ہے۔

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے، غصہ ایک فوری جذبہ ہے۔ اب سنو، میرے پاس ایک کہانی ہے۔ ایک دن ماں بیٹی زور زور سے جھگڑ رہی تھیں۔ پھر اچانک ٹیلی فون کی گھنٹی بجی۔ 'ہیلو؟' ماں نے ریسپور اٹھایا

جلدی سے، اس کی آواز اب بھی غصے سے گھنی تھی۔ فون کرنے والا اس کی بیٹی کی ہوم روم ٹیچر تھا۔ جیسے ہی ماں کو معلوم ہوا کہ کون فون کر رہا ہے، اس کی آواز کا لہجہ بدل گیا اور وہ بہت شائستہ ہو گئی۔ پھر، اگلے پانچ منٹ تک، اس نے اپنی بہترین ٹیلی فون آواز میں گفتگو جاری رکھی۔ ایک بار جب اس نے فون بند کیا، ایک لمحے میں، اس کے تاثرات پھر سے بدل گئے اور وہ سیدھا اپنی بیٹی پر چیخنے چلا گیا۔

نوجوان: ٹھیک ہے، یہ کوئی خاص غیر معمولی کہانی نہیں ہے۔

فلاسفر: کیا تم نہیں دیکھتے؟ ایک لفظ میں غصہ ایک ایسا آلہ ہے جسے ضرورت کے مطابق نکالا جا سکتا ہے۔ فون کی گھنٹی بجتے ہی اسے دور رکھا جا سکتا ہے، اور ہینگ اپ ہونے کے بعد دوبارہ نکالا جا سکتا ہے۔ ماں غصے میں نہیں چیخ رہی ہے جس پر وہ قابو نہیں رکھ سکتی۔ وہ محض غصے کو اپنی بیٹی کو اونچی آواز میں قابو کرنے کے لیے استعمال کر رہی ہے، اور اس طرح اپنی رائے قائم کر رہی ہے۔

نوجوان: تو غصہ کیا مقصد حاصل کرنے کا ذریعہ ہے؟

فلاسفر: ٹیلیولوجی یہی کہتی ہے۔

نوجوان: آہ، میں اب دیکھ رہا ہوں۔ اس نرم نظر آنے والے ماسک کے تحت جو آپ پہنتے ہیں، آپ خوفناک حد تک عصبیت پسند ہیں! چاہے ہم غصے کے بارے میں بات کر رہے ہوں یا میرے اکیلا دوست، آپ کی تمام بصیرتیں انسانوں کے لیے عدم اعتماد کے جذبات سے بھری ہوئی ہیں!

بغیر ہونے کے کیسے جینا ہے۔ ماضی سے کنٹرول شدہ

فلاسفر: میں کیسے عصبیت پسند ہوں؟

نوجوان: اس کے بارے میں سوچو۔ سیدھے الفاظ میں، آپ انسانی جذبات سے انکار کرتے ہیں۔ آپ کہتے ہیں کہ جذبات اوزار سے زیادہ کچھ نہیں ہیں۔ کہ وہ مقاصد کو حاصل کرنے کا صرف ذریعہ ہیں۔ لیکن سنو۔ اگر آپ جذبات سے انکار کرتے ہیں، تو آپ اس نظریے کو برقرار رکھتے ہیں جو ہماری انسانیت سے بھی انکار کرنے کی کوشش کرتا ہے۔ کیونکہ یہ ہمارے جذبات ہیں، اور یہ حقیقت ہے کہ ہم ہر طرح کے احساسات سے متاثر ہوتے ہیں جو ہمیں انسان بناتے ہیں۔ اگر جذبات سے انکار کر دیا جائے تو انسانوں کے لیے مشینوں کے ناقص بہانے سے زیادہ کچھ نہیں ہو گا۔ اگر یہ عصبیت نہیں ہے تو پھر کیا ہے؟

فلسفی: میں اس بات سے انکار نہیں کر رہا ہوں کہ جذبات موجود ہیں۔ ہر ایک کے جذبات ہوتے ہیں۔ یہ کہے بغیر جاتا ہے۔ لیکن اگر آپ مجھے یہ بتانے جا رہے ہیں کہ لوگ ایسی مخلوق ہیں جو جذبات کا مقابلہ نہیں کر سکتے تو میں اس کے خلاف بحث کروں گا۔ ایڈلیرین نفسیات سوچ کی ایک شکل ہے، ایک ایسا فلسفہ جو عصبیت کے خلاف ہے۔ ہم جذبات پر قابو نہیں رکھتے۔ اس لحاظ سے، جبکہ یہ ظاہر کرتا ہے کہ 'لوگ جذبات سے قابو میں نہیں ہیں'، اس کے علاوہ یہ ظاہر کرتا ہے کہ 'ہم ماضی کے قابو میں نہیں ہیں'۔

نوجوان: تو کیا لوگ جذبات یا ماضی کے قابو میں نہیں رہتے؟

فلسفی: ٹھیک ہے، مثال کے طور پر، فرض کریں کہ کوئی ایسا ہے جس کے والدین نے ماضی میں طلاق دی تھی۔ کیا یہ چیز معروضی نہیں، کنویں کے پانی کی طرح ہے جو ہمیشہ اٹھارہ ڈگری رہتا ہے؟ لیکن پھر کیا وہ طلاق ٹھنڈی محسوس ہوتی ہے یا گرم محسوس ہوتی ہے؟ تو، یہ ایک 'اب' چیز ہے، ایک موضوعی چیز ہے۔

اس سے قطع نظر کہ ماضی میں کیا ہوا ہو، یہ وہی معنی ہے جو اس سے منسوب کیا جاتا ہے جو کسی کے حال کا تعین کرتا ہے۔

نوجوان: سوال یہ نہیں کہ 'کیا ہوا؟'، بلکہ 'یہ کیسے حل ہوا؟'

فلاسفر: بالکل۔ ہم ٹائم مشین میں ماضی میں واپس نہیں جا سکتے۔ ہم وقت کے ہاتھ پیچھے نہیں کر سکتے۔ اگر آپ ایٹولوجی میں رہتے ہیں، تو آپ ماضی کے پابند ہو جائیں گے اور کبھی خوشی حاصل نہیں کر پائیں گے۔

نوجوان: یہ ٹھیک ہے! ہم ماضی کو تبدیل نہیں کر سکتے، اور یہی وجہ ہے کہ زندگی بہت مشکل ہے۔

فلسفی: زندگی صرف مشکل نہیں ہے۔ اگر ماضی نے سب کچھ طے کیا اور اسے تبدیل نہ کیا گیا تو ہم جو آج جی رہے ہیں اپنی زندگی میں مزید موثر قدم نہیں اٹھا سکیں گے۔ اس کے نتیجے میں کیا ہوگا؟

ہم اس قسم کی عصبیت اور مایوسی کے ساتھ ختم ہوں گے جو دنیا میں امید کھو دیتا ہے اور زندگی کو ترک کر دیتا ہے۔ فرائیڈین ایٹولوجی جو صدمے کی دلیل سے ظاہر ہوتی ہے ایک مختلف شکل میں عزمیت ہے، اور یہ عصبیت کا راستہ ہے۔ کیا آپ اس طرح کی اقدار کو قبول کرنے جا رہے ہیں؟

نوجوان: میں انہیں قبول نہیں کرنا چاہتا، لیکن ماضی بہت طاقتور ہے۔

فلسفی: امکانات کے بارے میں سوچو۔ اگر کوئی یہ فرض کر لیتا ہے کہ لوگ ایسی مخلوق ہیں جو بدل سکتے ہیں، تو ایٹولوجی پر مبنی اقدار کا ایک مجموعہ ناقابل برداشت ہو جاتا ہے، اور یقیناً کوئی شخص ٹیلیولوجی کی حیثیت اختیار کرنے پر مجبور ہو جاتا ہے۔

نوجوان: تو، آپ کہہ رہے ہیں کہ کسی کو ہمیشہ 'لوگ بدل سکتے ہیں' کی بنیاد رکھنی چاہیے؟

فلاسفر: بالکل۔ اور، براہ کرم سمجھیں، یہ فرائیڈین ایٹولوجی ہے جو ہماری آزاد مرضی سے انکار کرتی ہے، اور انسانوں کے ساتھ مشینوں کی طرح برتاؤ کرتی ہے۔

نوجوان نے توقف کیا اور فلسفی کے مطالعہ کے ارد گرد نظر دوڑائی۔

فرش تا چھت کتابوں کی الماریوں سے دیواریں بھری ہوئی تھیں، اور لکڑی کی ایک چھوٹی میز پر فاؤنٹین پین بچھا ہوا تھا اور یہ جزوی طور پر لکھا ہوا نسخہ معلوم ہوتا تھا۔ 'لوگ ماضی کے اسباب سے متاثر نہیں ہوتے بلکہ ان مقاصد کی طرف بڑھتے ہیں جو وہ خود طے کرتے ہیں'۔ یہ فلسفی کا دعویٰ تھا۔ اس نے جس ٹیلیولوجی کی حمایت کی تھی وہ ایک خیال تھا جو جڑ سے الٹ گیا۔

قابل احترام نفسیات کی وجہ، اور نوجوان نے اسے قبول کرنا ناممکن پایا۔ تو وہ کس نقطہ نظر سے
اس پر بحث شروع کرے؟ نوجوان نے گہرا سانس لیا۔

سقراط اور ایڈلر

نوجوان: ٹھیک ہے۔ میں آپ کو اپنے ایک اور دوست کے بارے میں بتاتا ہوں جس کا نام وائی ہے۔ وہ سورج مکھی کی طرح ہے — ہر کوئی اس سے پیار کرتا ہے، اور جب بھی وہ آس پاس ہوتا ہے لوگ مسکراتے ہیں۔ اس کے برعکس، میں وہ شخص ہوں جس کے لیے سماجی طور پر کبھی بھی آسان وقت نہیں گزرا، اور جو مختلف طریقوں سے پریشان ہے۔

اب، آپ یہ دعویٰ کر رہے ہیں کہ ایڈلر کی ٹیلیولوجی کے ذریعے لوگ بدل سکتے ہیں؟

فلاسفر: ہاں۔ آپ، میں اور ہر کوئی بدل سکتا ہے۔

نوجوان: پھر، کیا آپ کو لگتا ہے کہ میں ۷ جیسا کوئی بن سکتا ہوں؟ میرے دل کی گہرائیوں سے، میں واقعی میں چاہتا ہوں کہ میں اس کی طرح بنوں۔

فلسفی: اس وقت، مجھے یہ کہنا پڑے گا کہ یہ سوال سے باہر ہے۔

نوجوان: آہ! اب آپ اپنے اصلی رنگ دکھا رہے ہیں! تو، کیا آپ اپنا نظریہ واپس لینے جا رہے ہیں؟

فلاسفر: نہیں، میں نہیں ہوں۔ بدقسمتی سے، آپ کو ابھی تک ایڈلیرین نفسیات کی تقریباً کوئی سمجھ نہیں ہے۔ تبدیلی کا پہلا قدم جاننا ہے۔

نوجوان: تو، اگر میں ایڈلیرین نفسیات کے بارے میں کچھ سمجھ سکتا ہوں، تو کیا میں ۷ جیسا شخص بن سکتا ہوں؟

فلسفی: آپ جوابات کے لیے کیوں بھاگ رہے ہیں؟ آپ کو اپنے طور پر جوابات پر پہنچنا چاہئے، اور کسی اور سے جو حاصل کرتے ہیں اس پر انحصار نہیں کرنا چاہئے۔

دوسروں کے جوابات سٹاپ گیپ اقدامات کے علاوہ کچھ نہیں ہیں۔ وہ کوئی قیمت نہیں ہیں۔ سقراط کو ہی لے لیں، جس نے ایک بھی کتاب نہیں چھوڑی جو حقیقت میں خود لکھی تھی۔ وہ

ایتھنز کے شہریوں، خاص طور پر نوجوانوں کے ساتھ عوامی مباحثے میں اپنے دن گزارے، اور یہ ان کا شاگرد افلاطون تھا، جس نے اپنا فلسفہ آنے والی نسلوں کے لیے تحریر کیا۔ ایڈلر نے بھی، ادبی سرگرمیوں میں بہت کم دلچسپی ظاہر کی، ویانا کے کیفے میں ذاتی مکالمے میں مشغول ہونے اور چھوٹے چھوٹے مباحثے کے گروپس منعقد کرنے کو ترجیح دی۔ وہ یقینی طور پر آرم چیئر دانشور نہیں تھا۔

نوجوان: تو سقراط اور ایڈلر دونوں نے مکالمے کے ذریعے اپنے خیالات کا اظہار کیا؟

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ اس مکالمے سے آپ کے تمام شکوک و شبہات دور ہو جائیں گے۔ اور آپ بدلنا شروع کر دیں گے۔ میری باتوں سے نہیں بلکہ آپ کے اپنے عمل سے۔ میں بات چیت کے ذریعے جوابات تک پہنچنے کے اس قیمتی عمل کو نہیں چھیننا چاہتا۔

نوجوان: تو، کیا ہم سقراط اور ایڈلر کے درمیان ہونے والے مکالمے کو دوبارہ شروع کرنے کی کوشش کریں گے؟ اس چھوٹے سے مطالعہ میں؟

فلاسفر: کیا یہ تمہارے لیے کافی نہیں ہے؟

نوجوان: میں یہی جاننے کی امید کر رہا ہوں! تو آئیے جہاں تک ہو سکے اسے لے لیں، یہاں تک کہ یا تو آپ اپنا نظریہ واپس لے لیں یا میں آپ کے سامنے سر جھکا دوں۔

کیا آپ ویسے ہی ٹھیک ہیں جیسے آپ ہیں؟

فلاسفر: ٹھیک ہے، آئیے آپ کے سوال پر واپس چلتے ہیں۔ تو، آپ کی طرح زیادہ پرجوش شخص بننا چاہیں گے؟

نوجوان: لیکن آپ نے اسے مسترد کر دیا، اور کہا کہ یہ سوال سے باہر ہے۔ ٹھیک ہے، میرا اندازہ ہے کہ ایسا ہی ہے۔ میں صرف آپ کو مشکل وقت دینے کے لیے کہہ رہا تھا — میں اپنے آپ کو اچھی طرح جانتا ہوں۔ میں ایسا کبھی نہیں ہو سکتا۔

فلاسفر: کیوں نہیں؟

نوجوان: یہ ظاہر ہے۔ کیونکہ ہمارے پاس مختلف شخصیات ہیں، یا میرا اندازہ ہے کہ آپ مزاج کہہ سکتے ہیں۔

فلاسفر: ہمم۔

نوجوان: آپ، مثال کے طور پر، ان تمام کتابوں میں گھرے رہتے ہیں۔ آپ ایک نئی کتاب پڑھیں اور نیا علم حاصل کریں۔ بنیادی طور پر، آپ علم جمع کرتے رہتے ہیں۔ آپ جتنا زیادہ پڑھیں گے آپ کے علم میں اتنا ہی اضافہ ہوگا۔ آپ کو قدر کے نئے تصورات ملتے ہیں، اور ایسا لگتا ہے کہ وہ آپ کو بدل دیتے ہیں۔ دیکھو، مجھے تم سے اس کو توڑنا نفرت ہے، لیکن اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا ہے کہ آپ کتنا ہی علم حاصل کر لیں، آپ کا مزاج یا شخصیت بنیادی طور پر تبدیل نہیں ہو گی۔ اگر آپ کی بنیاد متزلزل ہو جاتی ہے، تو آپ نے جو کچھ سیکھا ہے وہ بیکار ہو جائے گا۔ جی ہاں، آپ نے جو بھی علم حاصل کیا ہے وہ آپ کے ارد گرد گر کر تباہ ہو جائے گا، اور پھر اگلی چیز جو آپ کو معلوم ہے، آپ وہاں واپس پہنچ جائیں گے جہاں سے آپ نے شروع کیا تھا! اور ایڈلر کے خیالات کا بھی یہی حال ہے۔ اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا ہے کہ میں اس کے بارے میں کتنے ہی حقائق جمع کرنے کی کوشش کروں، ان کا میری شخصیت پر کوئی اثر نہیں پڑے گا۔ علم صرف علم کے طور پر ڈھیر ہو جاتا ہے، یہاں تک کہ جلد یا بدیر اسے ضائع کر دیا جائے۔

فلاسفر: پھر میں آپ سے یہ پوچھتا ہوں۔ آپ کو کیوں لگتا ہے کہ آپ کی طرح بننا چاہتے ہیں؟ میرا اندازہ ہے کہ آپ صرف ایک مختلف شخص بننا چاہتے ہیں، چاہے وہ ۷ ہو یا کوئی اور۔ لیکن اس کا مقصد کیا ہے؟

نوجوان: آپ دوبارہ مقاصد کے بارے میں بات کر رہے ہیں؟ جیسا کہ میں نے پہلے کہا، یہ صرف اتنا ہے کہ میں اس کی تعریف کرتا ہوں اور مجھے لگتا ہے کہ اگر میں اس جیسا ہوتا تو میں زیادہ خوش ہوتا۔

فلاسفر: آپ کو لگتا ہے کہ اگر آپ اس کی طرح ہوتے تو آپ زیادہ خوش ہوتے۔ جس کا مطلب ہے کہ آپ اب خوش نہیں ہیں، ٹھیک ہے؟

نوجوان: کیا!

فلسفی: ابھی، آپ واقعی خوشی محسوس کرنے سے قاصر ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ آپ نے خود سے محبت کرنا نہیں سیکھا۔ اور اپنے آپ سے پیار کرنے کی کوشش کرنے کے لیے، آپ ایک مختلف شخص کے طور پر دوبارہ جنم لینا چاہتے ہیں۔ آپ کی طرح بننے کی امید کر رہے ہیں، اور اب آپ کون ہیں اسے پھینک دیں۔ درست؟

نوجوان: ہاں، میرا اندازہ ہے کہ یہ صحیح ہے! آئیے اس کا سامنا کریں: مجھے خود سے نفرت ہے! میں، وہ جو پرانے زمانے کی فلسفیانہ گفتگو کے ساتھ یہ کھیل کر رہا ہوں، اور جو اس طرح کے کام کرنے میں مدد نہیں کر سکتا۔ ہاں، مجھے واقعی اپنے آپ سے نفرت ہے۔

فلاسفر: یہ سب ٹھیک ہے۔ اگر آپ اپنے اردگرد ایسے لوگوں سے پوچھیں جو کہتے ہیں کہ وہ خود کو پسند کرتے ہیں، تو آپ کو کسی ایسے شخص کو تلاش کرنے کے لیے مشکل پیش آئے گی جو فخر سے اپنے سینے کو ہلا کر کہے، 'ہاں، میں خود کو پسند کرتا ہوں۔'

نوجوان: آپ کے بارے میں کیا خیال ہے؟ کیا آپ اپنے آپ کو پسند کرتے ہیں؟

فلسفی: کم از کم، مجھے نہیں لگتا کہ میں ایک مختلف شخص بننا چاہوں گا اور میں قبول کرتا ہوں کہ میں کون ہوں۔

نوجوان: آپ قبول کرتے ہیں کہ آپ کون ہیں؟

فلسفی: دیکھو، چاہے تم کتنا ہی ۷ بننا چاہتے ہو، تم اس کے طور پر دوبارہ جنم نہیں لے سکتے۔ آپ ۷ نہیں ہیں۔ آپ کا آپ ہونا ٹھیک ہے۔ تاہم، میں یہ نہیں کہہ رہا ہوں کہ 'جیسے آپ ہیں' رہنا ٹھیک ہے۔ اگر آپ واقعی خوشی محسوس کرنے سے قاصر ہیں، تو یہ واضح ہے کہ چیزیں بالکل ٹھیک نہیں ہیں جیسا کہ وہ ہیں۔ آپ کو ایک پاؤں دوسرے کے سامنے رکھنا ہوگا، اور رکنا نہیں ہے۔

نوجوان: اسے ڈالنے کا یہ ایک سخت طریقہ ہے، لیکن میں آپ کی بات سمجھتا ہوں۔ یہ واضح ہے کہ میں جس طرح ہوں ٹھیک نہیں ہوں۔ مجھے آگے بڑھنا ہے۔

فلسفی: ایڈلر کا ایک بار پھر حوالہ دینا: 'اہم بات یہ نہیں ہے کہ انسان کس چیز کے ساتھ پیدا ہوا ہے، بلکہ یہ ہے کہ کوئی اس سامان کا کیا استعمال کرتا ہے۔' آپ یا کوئی اور بننا چاہتے ہیں کیونکہ آپ پوری طرح سے اس چیز پر مرکوز ہیں جس کے ساتھ آپ پیدا ہوئے تھے۔ اس کے بجائے، آپ کو اس بات پر توجہ مرکوز کرنی ہوگی کہ آپ اپنے سامان سے کیا بنا سکتے ہیں۔

ناخوشی وہ چیز ہے جسے آپ منتخب کرتے ہیں۔
اپنے لیے

نوجوان: برگز نہیں۔ یہ غیر معقول ہے۔

فلسفی: یہ غیر معقول کیوں ہے؟

نوجوان: کیوں؟ کچھ لوگ اچھے والدین کے ساتھ امیر حالات میں پیدا ہوتے ہیں، اور کچھ خراب والدین کے ساتھ غریب پیدا ہوتے ہیں۔ کیونکہ دنیا ایسی ہی ہے۔ اور میں واقعی اس قسم کے موضوع میں نہیں جانا چاہتا، لیکن دنیا میں چیزیں برابر نہیں ہیں اور نسل، قومیت اور نسل کے درمیان فرق ہمیشہ کی طرح گہرا ہے۔ آپ جس چیز کے ساتھ پیدا ہوئے ہیں اس پر توجہ مرکوز کرنا فطری ہے۔ آپ کی تمام باتیں صرف علمی نظریہ ہے — آپ حقیقی دنیا کو نظر انداز کر رہے ہیں!

فلسفی: یہ تم ہو جو حقیقت کو نظر انداز کر رہے ہو۔ کیا آپ جس چیز کے ساتھ پیدا ہوئے ہیں اس کو درست کرنے سے حقیقت بدل جاتی ہے؟ ہم تبدیل کرنے والی مشینیں نہیں ہیں۔ یہ ہمیں متبادل نہیں بلکہ تجدید کی ضرورت ہے۔

نوجوان: میرے نزدیک تبدیلی اور تجدید ایک جیسے ہیں۔ آپ اصل بات سے گریز کر رہے ہیں۔ دیکھو پیدائش سے ہی ناخوشی جیسی چیز ہوتی ہے۔ براہ کرم سب سے پہلے اس کو تسلیم کریں۔

فلاسفر: میں اسے تسلیم نہیں کروں گا۔

نوجوان: کیوں؟

فلسفی: ایک بات کے لیے، ابھی آپ حقیقی خوشی محسوس کرنے سے قاصر ہیں۔ آپ کو جینا مشکل لگتا ہے، اور یہاں تک کہ خوابش ہے کہ آپ ایک مختلف کے طور پر دوبارہ جنم لیں۔

شخص، لیکن اب آپ ناخوش ہیں کیونکہ آپ نے خود ہی 'ناخوش رہنے' کا انتخاب کیا ہے۔ اس لیے نہیں کہ آپ ایک بدقسمت ستارے کے نیچے پیدا ہوئے تھے۔

نوجوان: میں نے ناخوش رہنے کا انتخاب کیا؟ میں اسے کیسے قبول کر سکتا ہوں؟

فلاسفر: اس میں کوئی غیر معمولی بات نہیں ہے۔ یہ کلاسیکی یونانی دور سے ہی دہرایا جاتا رہا ہے۔ کیا آپ نے یہ کہاوت سنی ہے کہ 'کوئی بھی برائی نہیں چاہتا'؟ یہ ایک تجویز ہے جسے عام طور پر سقراطی تضاد کے نام سے جانا جاتا ہے۔

نوجوان: برائی کے خواہشمند لوگوں کی کمی نہیں، کیا ہے؟ بلاشبہ، چوروں اور قاتلوں کی بہتات ہے، اور تمام سیاستدانوں اور عہدیداروں کو ان کے مشکوک معاہدوں سے مت بھولیں۔ واقعی ایک اچھا، سیدھا شخص تلاش کرنا شاید مشکل ہے جو برائی کی خواہش نہ رکھتا ہو۔

فلسفی: سوال کے بغیر، برے رویے کی کوئی کمی نہیں ہے۔ لیکن کوئی بھی شخص، یہاں تک کہ سخت ترین مجرم بھی نہیں، خالصتاً برے کاموں میں ملوث ہونے کی خواہش کے تحت جرم میں ملوث نہیں ہوتا ہے۔ ہر مجرم کو جرم میں ملوث ہونے کا اندرونی جواز ہوتا ہے۔ مثال کے طور پر، پیسوں پر جھگڑا کسی کو قتل کرنے کی طرف لے جاتا ہے۔ مجرم کے نزدیک، یہ وہ چیز ہے جس کے لیے جواز موجود ہے، اور جسے 'اچھے' کی کامیابی کے طور پر دوبارہ بیان کیا جا سکتا ہے۔ یقیناً، یہ اخلاقی لحاظ سے اچھا نہیں ہے، لیکن 'خود کے لیے فائدہ مند' ہونے کے معنی میں اچھا ہے۔

نوجوان: اپنے آپ کو فائدہ؟

فلسفی: یونانی لفظ 'اچھے' (ایگاتھون) کا کوئی اخلاقی معنی نہیں ہے۔ اس کا مطلب صرف 'فائدہ مند' ہے۔ اس کے برعکس، 'برائی' (کاکون) کے لفظ کا مطلب ہے 'فائدہ مند نہیں'۔ ہماری دنیا ہر طرح کی ناانصافیوں اور بد اعمالیوں سے بھری پڑی ہے، پھر بھی ایک بھی ایسا شخص نہیں ہے جو لفظ کے خالص ترین معنی میں برائی کی خواہش رکھتا ہو۔ یعنی کچھ 'فائدہ مند نہیں' کہنا۔

نوجوان: اس کا مجھ سے کیا تعلق؟

فلسفی: اپنی زندگی کے کسی مرحلے پر، آپ نے 'ناخوش رہنے' کا انتخاب کیا۔ اس کی وجہ یہ نہیں ہے کہ آپ ناخوش حالات میں پیدا ہوئے تھے یا کسی ناخوشگوار صورتحال میں ختم ہوئے تھے۔ یہ ہے کہ آپ نے 'ناخوش ہونے' کو آپ کے لیے اچھا سمجھا۔

نوجوان: کیوں؟ کس کے لئے؟

فلاسفر: آپ اس کا جواز کیسے پیش کرتے ہیں؟ آپ نے ناخوش ہونے کا انتخاب کیوں کیا؟
میرے پاس مخصوص جواب یا تفصیلات جاننے کا کوئی طریقہ نہیں ہے۔ جب ہم اس پر بحث کریں گے تو
شاید یہ واضح ہو جائے گا۔

نوجوان: آپ واقعی مجھے بے وقوف بنانے کی کوشش کر رہے ہیں۔ آپ کو لگتا ہے کہ یہ فلسفہ کے
لئے گزرتا ہے؟ مجھے یہ بالکل قبول نہیں۔

اپنے آپ کے باوجود نوجوان اٹھ کر فلسفی کی طرف دیکھنے لگا۔
میں نے ایک ناخوش زندگی کا انتخاب کیا؟ کیونکہ یہ میرے لیے اچھا تھا؟ کیا بیہودہ دلیل ہے! وہ میرا
مذاق اڑانے کے لیے اس حد تک کیوں جا رہا ہے؟ میں نے کیا غلط کیا؟ میں اس کی دلیل کو ختم کر دوں گا،
چاہے اسے کچھ بھی لگے۔ میں اسے اپنے سامنے گھٹنے ٹیک دوں گا۔ نوجوان کا چہرہ جوش سے تر ہو گیا۔

لوگ ہمیشہ تبدیلی نہ کرنے کا انتخاب کرتے ہیں۔

فلاسفر: بیٹھ جاؤ۔ جیسا کہ چیزیں کھڑی ہیں، یہ فطری ہے کہ ہمارے خیالات کا تصادم ہو۔ میں اب ایک سادہ سی وضاحت پیش کروں گا کہ ایڈلیرین نفسیات میں انسانوں کو کس طرح سمجھا جاتا ہے۔

نوجوان: ٹھیک ہے، لیکن براہ کرم مختصر بتائیں۔

فلسفی: پہلے آپ نے کہا تھا کہ کسی بھی شخص کے مزاج یا شخصیت کو تبدیل نہیں کیا جا سکتا۔ ایڈلیرین نفسیات میں، ہم شخصیت اور مزاج کو لفظ 'طرز زندگی' کے ساتھ بیان کرتے ہیں۔

نوجوان: طرز زندگی؟

فلاسفر: ہاں۔ طرز زندگی زندگی میں سوچ اور عمل کا رجحان ہے۔

نوجوان: سوچ اور عمل کے رجحانات؟

فلاسفر: دنیا کو کیسے دیکھتا ہے۔ اور خود کو کس طرح دیکھتا ہے۔ طرز زندگی کو ایک تصور کے طور پر سوچیں جو معنی تلاش کرنے کے ان طریقوں کو اکٹھا کرتا ہے۔ ایک تنگ معنی میں، طرز زندگی کو کسی کی شخصیت سے تعبیر کیا جا سکتا ہے۔ زیادہ وسیع پیمانے پر لیا جائے تو یہ ایک ایسا لفظ ہے جو اس شخص کے عالمی نظریہ اور زندگی کے بارے میں ان کے نقطہ نظر کو گھیرے ہوئے ہے۔

نوجوان: دنیا کے بارے میں ان کا نظریہ؟

فلسفی: کہو کوئی ہے جو اپنے بارے میں فکر مند ہو اور کہے، 'میں مایوسی کا شکار ہوں۔' کوئی اس کی بجائے یہ کہہ سکتا ہے کہ 'میں دنیا کے بارے میں مایوسی کا نظریہ رکھتا ہوں۔' آپ غور کر سکتے ہیں کہ مسئلہ شخصیت کا نہیں بلکہ دنیا کا نظریہ ہے۔ ایسا لگتا ہے کہ لفظ

'شخصیت' اہم ہے، اور ناقابل تبدیلی ہونے کا مشورہ دیتی ہے۔ لیکن اگر ہم دنیا کے نقطہ نظر کے بارے میں بات کر رہے ہیں، تو ٹھیک ہے، اس میں تبدیلی ممکن ہونی چاہیے۔

نوجوان: ہم۔ یہ ایک قسم کی الجھن ہے۔ جب آپ طرز زندگی کی بات کرتے ہیں تو کیا آپ کا مطلب 'زندگی گزارنے کا طریقہ' ہے؟

فلاسفر: ہاں، آپ اسے اس طرح رکھ سکتے ہیں۔ تھوڑا زیادہ درست ہونے کے لیے، یہ 'جس طرح کسی کی زندگی ہونی چاہیے' ہے۔ آپ شاید مزاج یا شخصیت کو کسی ایسی چیز کے طور پر سوچتے ہیں جس کے ساتھ آپ کو عطا کیا گیا ہے، آپ کی مرضی سے کوئی تعلق نہیں ہے۔ ایڈلیرن نفسیات میں، تاہم، طرز زندگی کے بارے میں سوچا جاتا ہے کہ آپ اپنے لیے انتخاب کرتے ہیں۔

نوجوان: جو آپ اپنے لیے منتخب کرتے ہیں؟

فلاسفر: جی بالکل۔ آپ اپنی طرز زندگی کا انتخاب کریں۔

نوجوان: تو، میں نے نہ صرف ناخوش ہونے کا انتخاب کیا، بلکہ میں نے اس بگڑی ہوئی شخصیت کا انتخاب بھی کیا؟

فلاسفر: بالکل۔

نوجوان: ہا! اب آپ واقعی اسے دھکیل رہے ہیں۔ جب مجھے ہوش آیا تو میرے پاس یہ شخصیت پہلے سے موجود تھی۔ مجھے یقینی طور پر اسے منتخب کرنے کی کوئی یاد نہیں ہے۔ لیکن یہ آپ کے لئے ایک ہی ہے، ہے نا؟ اپنی مرضی سے اپنی شخصیت کا انتخاب کرنے کے قابل ہونا... اب ایسا لگتا ہے کہ آپ روبروٹس کے بارے میں بات کر رہے ہیں، لوگوں کی نہیں۔

فلسفی: یقیناً، آپ نے شعوری طور پر 'اس قسم کی خودی' کا انتخاب نہیں کیا۔ آپ کا پہلا انتخاب شاید بے ہوش تھا، بیرونی عوامل کے ساتھ مل کر جن کا آپ نے حوالہ دیا ہے۔ یعنی نسل، قومیت، ثقافت اور گھریلو ماحول۔ یہ یقینی طور پر اس انتخاب پر ایک اہم اثر تھا۔

بہر حال، یہ آپ ہی ہیں جنہوں نے 'اس قسم کی خودی' کا انتخاب کیا۔

نوجوان: مجھے سمجھ نہیں آ رہا کہ آپ کیا کہہ رہے ہیں۔ زمین پر میں اسے کیسے منتخب کر سکتا تھا؟

فلسفی: ایڈلیرن نفسیات کا نظریہ ہے کہ یہ دس سال کی عمر کے آس پاس ہوتا ہے۔

نوجوان: ٹھیک ہے، دلیل کی خاطر — اور اب میں واقعی ایک اعضاء پر جا رہا ہوں — کہو کہ جب میں دس سال کا تھا، میں نے لاشعوری طور پر طرز زندگی یا جو کچھ بھی ہو اس کا انتخاب کیا۔ کیا اس سے بھی فرق پڑے گا؟ آپ اسے شخصیت یا مزاج یا طرز زندگی کہہ سکتے ہیں، لیکن اس سے قطع نظر، میں پہلے ہی 'اس قسم کی خودی' بن چکا تھا۔ حالات بالکل نہیں بدلتے۔

فلسفی: یہ سچ نہیں ہے۔ اگر آپ کا طرز زندگی کوئی ایسی چیز نہیں ہے جس کے ساتھ آپ قدرتی طور پر پیدا ہوئے ہیں، لیکن آپ نے اپنے آپ کو منتخب کیا ہے، تو پھر اسے دوبارہ منتخب کرنا ممکن ہے۔

نوجوان: اب آپ کہہ رہے ہیں کہ میں اس کا انتخاب کر سکتا ہوں؟

فلاسفر: ہو سکتا ہے کہ آپ اب تک اپنے طرز زندگی سے واقف نہ ہوں، اور ہو سکتا ہے کہ آپ طرز زندگی کے تصور سے بھی واقف نہ ہوں۔ یقیناً کوئی بھی اپنی پیدائش کا انتخاب خود نہیں کر سکتا۔ اس ملک میں، اس دور میں، اور ان والدین کے ساتھ پیدا ہونا، وہ چیزیں ہیں جن کا آپ نے انتخاب نہیں کیا۔ اور ان تمام چیزوں کا بہت اثر ہے۔ آپ کو شاید مایوسی کا سامنا کرنا پڑے گا، اور دوسرے لوگوں کو دیکھنا شروع کر دیں گے اور محسوس کریں گے، کاش میں ان کے حالات میں پیدا ہوتا۔ لیکن آپ اسے وہاں ختم نہیں ہونے دے سکتے۔ مسئلہ ماضی کا نہیں بلکہ یہاں حال کا ہے۔ اور اب آپ نے طرز زندگی کے بارے میں جان لیا ہے۔ لیکن آپ یہاں سے اس کے ساتھ کیا کرتے ہیں آپ کی ذمہ داری ہے۔

چاہے آپ اس طرز زندگی کا انتخاب کرتے رہیں جو آپ اب تک رہے ہیں، یا آپ مکمل طور پر ایک نیا طرز زندگی منتخب کرتے ہیں، یہ مکمل طور پر آپ پر منحصر ہے۔

نوجوان: پھر میں دوبارہ انتخاب کیسے کروں؟ آپ مجھے کہہ رہے ہیں، 'آپ نے اس طرز زندگی کا انتخاب خود کیا ہے، لہذا آگے بڑھیں اور فوری طور پر ایک نیا منتخب کریں،' لیکن ایسا کوئی طریقہ نہیں ہے کہ میں موقع پر ہی اسے تبدیل کر سکوں!

فلاسفر: ہاں، آپ کر سکتے ہیں۔ لوگ کسی بھی وقت بدل سکتے ہیں، چاہے وہ کسی بھی ماحول میں ہوں۔

نوجوان: آپ کا کیا مطلب ہے، بالکل؟

فلسفی: لوگ مسلسل اپنے طرز زندگی کا انتخاب کرتے رہتے ہیں۔ ابھی، جب کہ ہمارے پاس یہ tête-a-tête ہے، ہم اپنا انتخاب کر رہے ہیں۔ آپ خود کو ایک ناخوش شخص کے طور پر بیان کرتے ہیں۔ آپ کہتے ہیں کہ آپ اس لمحے تبدیل کرنا چاہتے ہیں۔ آپ یہاں تک کہ دعویٰ کرتے ہیں کہ آپ ایک مختلف شخص کے طور پر دوبارہ جنم لینا چاہتے ہیں۔

اس سب کے بعد بھی آپ کیوں بدل نہیں پا رہے؟ اس کی وجہ یہ ہے کہ آپ اپنے طرز زندگی کو تبدیل نہ کرنے کا مستقل فیصلہ کر رہے ہیں۔

نوجوان: نہیں، کیا آپ نہیں دیکھتے کہ یہ بالکل غیر منطقی ہے؟ میں تبدیل کرنا چاہتا ہوں؛ یہ میری مخلصانہ خواہش ہے۔ تو، میں نہ کرنے کا فیصلہ کیسے کر سکتا ہوں؟

فلسفی: اگرچہ کچھ چھوٹی چھوٹی تکلیفیں اور حدود ہیں، لیکن شاید آپ کو لگتا ہے کہ اب آپ کے پاس جو طرز زندگی ہے وہ سب سے زیادہ عملی ہے، اور چیزوں کو ویسے ہی چھوڑنا آسان ہے۔ اگر آپ ایسے ہی رہتے ہیں، تو تجربہ آپ کو اس قابل بناتا ہے کہ آپ واقعات کے پیش آنے کے ساتھ ساتھ کسی کے اعمال کے نتائج کا اندازہ لگا سکیں۔ آپ کہہ سکتے ہیں کہ یہ آپ کی پرانی، مانوس کار چلانے جیسا ہے۔ یہ تھوڑا سا کھڑکھڑا سکتا ہے، لیکن کوئی اسے دھیان میں لے سکتا ہے اور آسانی سے تدبیر کر سکتا ہے۔ دوسری طرف، اگر کوئی نیا طرز زندگی کا انتخاب کرتا ہے، تو کوئی بھی اس بات کا اندازہ نہیں لگا سکتا کہ نئے نفس کے ساتھ کیا ہو سکتا ہے، یا اسے کوئی اندازہ نہیں ہے کہ واقعات کے پیش آنے پر ان سے کیسے نمٹا جائے۔ مستقبل کو دیکھنا مشکل ہو گا، اور زندگی پریشانیوں سے بھر جائے گی۔ ایک زیادہ تکلیف دہ اور ناخوش زندگی آگے پڑ سکتی ہے۔ سیدھے الفاظ میں، لوگوں کو چیزوں کے بارے میں مختلف شکایات ہیں، لیکن جیسا کہ ہے ویسے ہی رہنا آسان اور زیادہ محفوظ ہے۔

نوجوان: کوئی بدلنا چاہتا ہے لیکن بدلنا خوفناک ہے؟

فلسفی: جب ہم اپنے طرز زندگی کو بدلنے کی کوشش کرتے ہیں، تو ہم اپنی بڑی ہمت کا امتحان لیتے ہیں۔ تبدیلی سے پیدا ہونے والی اضطراب ہے، اور نہ بدلنے سے مایوسی ہے۔ مجھے یقین ہے کہ آپ نے بعد کا انتخاب کیا ہے۔

نوجوان: ٹھہرو... ابھی، آپ نے لفظ 'جرات' استعمال کیا۔

فلاسفر: ہاں۔ ایڈلیرین نفسیات جرات کی نفسیات ہے۔ آپ کی ناخوشی کا الزام آپ کے ماضی یا آپ کے ماحول پر نہیں لگایا جا سکتا۔ اور ایسا نہیں ہے کہ آپ میں قابلیت کی کمی ہے۔ تم میں بس ہمت کی کمی ہے۔ کوئی کہہ سکتا ہے کہ آپ میں خوش رہنے کی ہمت نہیں ہے۔

آپ کی زندگی کا فیصلہ یہاں اور ابھی ہو چکا ہے۔

نوجوان: خوش رہنے کی ہمت ہے نا؟

فلسفی: کیا آپ کو مزید وضاحت کی ضرورت ہے؟

نوجوان: نہیں، ٹھہرو۔ یہ الجھتا جا رہا ہے۔ پہلے آپ مجھے بتائیں کہ دنیا ایک سادہ جگہ ہے۔ کہ یہ صرف میری وجہ سے پیچیدہ لگتا ہے، اور یہ کہ میرا سائیکس نظریہ اسے اس طرح بنا رہا ہے۔ اور یہ بھی، کہ زندگی صرف اس لیے پیچیدہ لگتی ہے کہ میں اسے پیچیدہ بناتا ہوں، یہ سب کچھ میرے لیے خوشی سے جینا مشکل بنا دیتا ہے۔ پھر، آپ کہتے ہیں کہ کسی کو ٹیلیولوجی کا موقف اختیار کرنا چاہیے، جیسا کہ فرائیڈین ایٹولوجی کے خلاف ہے۔ کہ کسی کو اپنے ماضی میں اسباب کی تلاش نہیں کرنی چاہیے، اور صدمے سے انکار کرنا چاہیے۔ آپ کہتے ہیں کہ لوگ اپنے ماضی میں اسباب کے ذریعے کارفرما مخلوق بننے کے بجائے کسی نہ کسی مقصد یا دوسرے کو حاصل کرنے کے لیے کام کرتے ہیں۔ ٹھیک ہے؟

فلاسفر: ہاں۔

نوجوان: مزید برآں، ٹیلیولوجی کی اہم بنیاد کے طور پر، آپ کہتے ہیں کہ لوگ بدل سکتے ہیں۔ کہ لوگ ہمیشہ اپنی طرز زندگی کا انتخاب کرتے رہتے ہیں۔

فلاسفر: یہ درست ہے۔

نوجوان: تو، میں تبدیل کرنے سے قاصر ہوں کیونکہ میں خود بار بار تبدیلی نہ کرنے کا فیصلہ کرتا رہتا ہوں۔ مجھ میں اتنی ہمت نہیں کہ ایک نیا طرز زندگی منتخب کر سکوں۔ دوسرے لفظوں میں، مجھ میں خوش رہنے کی اتنی ہمت نہیں ہے، اور اسی لیے میں ناخوش ہوں۔ کیا مجھے کچھ غلط ہوا ہے؟

فلاسفر: نہیں، آپ نے ایسا نہیں کیا۔

نوجوان: ٹھیک ہے، اس صورت میں، میرا سوال یہ ہے کہ مجھے کون سے حقیقی اقدامات کرنے چاہئیں؟ مجھے اپنی زندگی بدلنے کے لیے کیا کرنے کی ضرورت ہے؟ آپ نے ابھی تک اس کی وضاحت نہیں کی۔

فلاسفر: تم ٹھیک کہتے ہو۔ آپ کو اب کیا کرنا چاہئے اپنے موجودہ طرز زندگی کو روکنے کا فیصلہ کرنا ہے۔ مثال کے طور پر، پہلے آپ نے کہا تھا، 'اگر میں ۷ جیسا کوئی شخص بن سکتا، تو مجھے خوشی ہوگی۔' جب تک آپ اس طرح زندہ رہیں گے، اس امکان کے دائرے میں کہ 'اگر ایسا ہی ہوتا تو،' آپ کبھی بھی تبدیل نہیں ہو پائیں گے۔ کیونکہ 'کاش میں ۷ کی طرح ہو سکتا' کہنا اپنے آپ کو تبدیل نہ کرنے کا بہانہ ہے۔

نوجوان: تبدیلی نہ کرنے کا بہانہ؟

فلاسفر: ہاں۔ میرا ایک نوجوان دوست ہے جو ناول نگار بننے کا خواب دیکھتا ہے، لیکن ایسا لگتا ہے کہ کبھی بھی اپنا کام مکمل نہیں کر پاتا۔ ان کے مطابق ان کا کام انہیں بہت مصروف رکھتا ہے، اور وہ کبھی بھی ناول لکھنے کے لیے کافی وقت نہیں نکال پاتے، اور اسی لیے وہ کام مکمل نہیں کر پاتے اور ایوارڈز لکھنے کے لیے داخل نہیں ہو پاتے۔ لیکن کیا اصل وجہ یہی ہے؟ نہیں! یہ دراصل یہ ہے کہ وہ کسی بھی چیز کا ارتکاب نہ کرے، 'اگر میں کوشش کروں تو میں یہ کر سکتا ہوں' کے امکان کو کھلا چھوڑنا چاہتا ہے۔

وہ اپنے کام کو تنقید کے سامنے نہیں لانا چاہتا، اور وہ یقینی طور پر اس حقیقت کا سامنا نہیں کرنا چاہتا کہ وہ ایک کمتر تحریر تیار کر سکتا ہے اور اسے مسترد کرنے کا سامنا کرنا پڑ سکتا ہے۔ وہ امکانات کے اس دائرے میں رہنا چاہتا ہے، جہاں وہ یہ کہہ سکتا ہے کہ اگر اس کے پاس صرف وقت ہوتا تو وہ یہ کر سکتا تھا، یا یہ کہ وہ لکھ سکتا تھا اگر اس کے پاس مناسب ماحول ہوتا، اور یہ کہ اس کے پاس واقعی اس کے لیے ہنر ہے۔ مزید پانچ یا دس سالوں میں، وہ شاید دوسرے بہانے استعمال کرنا شروع کر دے گا جیسے 'میں اب جوان نہیں ہوں' یا 'میرے پاس ابھی سوچنے کے لیے ایک خاندان ہے۔'

نوجوان: میں اس سے بہت اچھی طرح سے تعلق رکھتا ہوں کہ اسے کیسا محسوس کرنا چاہئے۔

فلاسفر: اسے صرف ایک ایوارڈ کے لیے اپنی تحریر داخل کرنی چاہیے، اور اگر وہ مسترد ہو جائے تو ایسا ہی ہو۔ اگر اس نے ایسا کیا، تو وہ بڑھ سکتا ہے، یا دریافت کر سکتا ہے کہ اسے کچھ مختلف کرنا چاہیے۔ کسی بھی طرح، وہ آگے بڑھنے کے قابل ہو جائے گا۔ آپ کے موجودہ طرز زندگی کو تبدیل کرنے کا یہی مطلب ہے۔ کچھ جمع نہ کر کے وہ کہیں نہیں جائے گا۔

نوجوان: لیکن شاید اس کے خواب چکنا چور ہو جائیں۔

فلاسفر: ٹھیک ہے، میں حیران ہوں۔ سادہ کاموں کا ہونا — جو کرنا چاہیے — جب کہ مسلسل مختلف وجوہات سامنے آتی رہتی ہیں کہ کوئی انہیں کیوں نہیں کر سکتا، زندگی گزارنے کا ایک مشکل طریقہ لگتا ہے، ہے نا؟ لہذا، میرے دوست کے معاملے میں جو ناول نگار بننے کا خواب دیکھتا ہے، یہ واضح طور پر 'میں' یا 'خود' ہے، جو زندگی کو پیچیدہ اور خوشی سے جینا مشکل بنا رہا ہے۔

نوجوان: لیکن ... یہ سخت ہے۔ آپ کا فلسفہ بہت سخت ہے!

فلسفی: درحقیقت یہ ایک مضبوط دوا ہے۔

نوجوان: مضبوط دوا! جی ہاں، میں اتفاق کرتا ہوں۔

فلسفی: لیکن، اگر آپ اپنے طرز زندگی کو تبدیل کرتے ہیں - دنیا اور اپنے آپ کو معنی دینے کا طریقہ - تو، آپ کے دنیا کے ساتھ بات چیت کرنے کا طریقہ اور آپ کے طرز عمل دونوں کو بھی بدلنا ہوگا۔ اس نکتے کو مت بھولنا: ایک کو تبدیل کرنا پڑے گا۔ آپ کو، جیسا کہ آپ ہیں، اپنے طرز زندگی کا انتخاب کرنا ہوگا۔ یہ مشکل لگ سکتا ہے، لیکن یہ واقعی بہت آسان ہے۔

نوجوان: آپ کے مطابق، صدمے جیسی کوئی چیز نہیں ہے، اور ماحول سے بھی کوئی فرق نہیں پڑتا۔ یہ سب صرف سامان ہے، اور میری ناخوشی میری اپنی غلطی ہے، ٹھیک ہے؟ میں محسوس کرنے لگا ہوں کہ مجھ پر ہر اس کام کے لیے تنقید کی جا رہی ہے جو میں نے کبھی کیا ہے اور کیا ہے!

فلسفی: نہیں، آپ پر تنقید نہیں ہو رہی۔ بلکہ، جیسا کہ ایڈلر کی ٹیلیولوجی ہمیں بتاتی ہے، 'اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا کہ آپ کی زندگی میں اس وقت تک کیا ہوا ہے، اس کا اس بات پر کوئی اثر نہیں ہونا چاہیے کہ آپ اب سے کیسے رہتے ہیں۔' کہ آپ، یہاں اور اب میں رہتے ہیں، آپ کی زندگی کا خود تعین کرنے والے ہیں۔

نوجوان: میری زندگی اسی مقام پر طے شدہ ہے؟

فلسفی: ہاں، کیونکہ ماضی کا کوئی وجود نہیں ہے۔

نوجوان: ٹھیک ہے۔ ٹھیک ہے، میں آپ کے نظریات سے سو فیصد متفق نہیں ہوں۔ بہت سے نکات ہیں جن کے بارے میں میں قائل نہیں ہوں، اور جن کے خلاف میں بحث کروں گا۔ اسی وقت، آپ کے نظریات مزید قابل غور ہیں اور میں یقینی طور پر ایڈلیرین نفسیات کے بارے میں مزید جاننے میں دلچسپی رکھتا ہوں۔ مجھے لگتا ہے کہ آج رات میرے پاس کافی ہے، لیکن مجھے امید ہے کہ آپ برا نہیں مانیں گے۔

اگر میں اگلے ہفتے دوبارہ آتا ہوں۔ اگر میں نے وقفہ نہ کیا تو مجھے لگتا ہے کہ میرا سر پھٹ سکتا ہے۔

فلسفی: مجھے یقین ہے کہ چیزوں پر سوچنے کے لیے آپ کو اپنے طور پر کچھ وقت درکار ہے۔ میں ہمیشہ یہاں ہوں، لہذا آپ جب چاہیں تشریف لے جا سکتے ہیں۔ میں نے اس کا لطف اٹھایا۔ شکریہ چلو پھر بات کرتے ہیں۔

نوجوان: بہت اچھا! ایک آخری چیز، اگر میں کر سکتا ہوں۔ آج ہماری بحث طویل تھی اور کافی شدید ہو گئی تھی، اور میرا اندازہ ہے کہ میں نے بہت بدتمیزی سے بات کی۔ اس کے لیے، میں معذرت چاہتا ہوں۔

فلاسفر: اس کی فکر نہ کرو۔ آپ افلاطون کے مکالمے پڑھیں۔ سقراط کے شاگردوں کا طرز عمل اور زبان حیرت انگیز طور پر ڈھیلی ہے۔ بات چیت کا یہی طریقہ ہے۔

勇氣

THE
SECOND
NIGHT

*All problems are interpersonal
relationship problems*

نوجوان اپنی بات پر اچھا تھا۔ ٹھیک ایک ہفتے بعد، وہ فلسفے کے مطالعہ میں واپس آیا۔ سچ کہا جائے تو اس نے اپنے پہلے دورے کے صرف دو یا تین دن بعد ہی وہاں واپس جانے کی خواہش محسوس کی تھی۔ اس نے اپنے ذہن کی باتوں کو بہت احتیاط سے پھیر لیا تھا، اور اس کے شکوک یقین میں بدل چکے تھے۔ مختصراً، ٹیلیولوجی، کسی مظہر کے مقصد کو اس کی وجہ سے منسوب کرنا، ایک نفاست تھی، اور صدمے کا وجود سوال سے باہر تھا۔ لوگ محض ماضی کو فراموش نہیں کر سکتے اور نہ ہی اس سے آزاد ہو سکتے ہیں۔

آج، نوجوان نے فیصلہ کیا، وہ اس سنکی فلسفے کے نظریات کو مکمل طور پر ختم کر دے گا اور معاملات کو ہمیشہ کے لیے حل کر دے گا۔

آپ اپنے آپ کو کیوں ناپسند کرتے ہیں۔

نوجوان: تو، آخری بار کے بعد، میں نے خود کو پرسکون کیا، توجہ مرکوز کی، اور چیزوں پر غور کیا۔ اور پھر بھی، مجھے کہنا پڑے گا، میں اب بھی آپ کے نظریات سے اتفاق نہیں کر سکتا۔

فلاسفر: اوہ؟ آپ کو ان کے بارے میں کیا اعتراض ہے؟

نوجوان: ٹھیک ہے، مثال کے طور پر، دوسرے دن میں نے اعتراف کیا کہ میں خود کو ناپسند کرتا ہوں۔ اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا ہے کہ میں کچھ بھی کرتا ہوں، مجھے کوتاہیوں کے سوا کچھ نہیں ملتا، اور مجھے کوئی وجہ نظر نہیں آتی کہ میں خود کو کیوں پسند کرنا شروع کروں۔ لیکن، یقیناً، میں اب بھی چاہتا ہوں، آپ اہداف سے متعلق ہر چیز کی وضاحت کرتے ہیں، لیکن میں یہاں کس قسم کا مقصد حاصل کر سکتا ہوں؟ میرا مطلب ہے کہ مجھے اپنے آپ کو پسند نہ کرنے میں کونسا فائدہ ہو سکتا ہے؟ میں سوچ بھی نہیں سکتا کہ اس سے حاصل کرنے کے لیے ایک بھی چیز ہوگی۔

فلاسفر: میں دیکھتا ہوں۔ آپ محسوس کرتے ہیں کہ آپ کے پاس کوئی مضبوط نکات نہیں ہیں۔ کہ آپ کے پاس کوتاہیوں کے سوا کچھ نہیں ہے۔ حقائق کچھ بھی ہوں، آپ کو ایسا ہی لگتا ہے۔ دوسرے الفاظ میں، آپ کی خود اعتمادی انتہائی کم ہے۔ تو، یہاں سوالات، پھر، یہ ہیں کہ آپ کو اتنا برا کیوں لگتا ہے؟ اور، آپ اپنے آپ کو اتنی کم عزت کے ساتھ کیوں دیکھتے ہیں؟

نوجوان: کیونکہ یہ ایک حقیقت ہے — میرے پاس واقعی کوئی مضبوط نکات نہیں ہیں۔

فلاسفر: آپ غلط ہیں۔ آپ کو صرف اپنی کوتاہیاں نظر آتی ہیں کیونکہ آپ نے خود کو پسند نہ کرنا شروع کر دیا ہے۔ اپنے آپ کو پسند نہ کرنے کے لیے، آپ اپنے مضبوط نکات نہیں دیکھتے، اور صرف اپنی خامیوں پر توجہ مرکوز کرتے ہیں۔ پہلے اس نکتے کو سمجھیں۔

نوجوان: میں نے تہیہ کر لیا ہے کہ میں خود کو پسند نہیں کروں گا؟

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ آپ کے نزدیک اپنے آپ کو پسند نہ کرنا ایک خوبی ہے۔

نوجوان: کیوں؟ کس کے لئے؟

فلاسفر: شاید یہ وہ چیز ہے جو آپ کو اپنے بارے میں سوچنی چاہیے۔
آپ کے خیال میں آپ میں کس قسم کی کوتاہیاں ہیں؟

نوجوان: مجھے یقین ہے کہ آپ نے پہلے ہی محسوس کیا ہوگا۔ سب سے پہلے، میری شخصیت ہے۔ مجھے کوئی خود اعتمادی نہیں ہے، اور میں ہر چیز کے بارے میں ہمیشہ مایوسی کا شکار ہوں۔ اور میرا اندازہ ہے کہ میں بہت زیادہ باشعور ہوں، کیونکہ میں اس بات کی فکر کرتا ہوں کہ دوسرے لوگ کیا دیکھتے ہیں، اور، پھر، میں دوسرے لوگوں پر مسلسل عدم اعتماد کے ساتھ رہتا ہوں۔ میں قدرتی طور پر کبھی بھی کام نہیں کر سکتا۔ میں جو کچھ کہتا ہوں اور کیا کرتا ہوں اس کے بارے میں ہمیشہ کچھ نہ کچھ نظر آتا ہے۔ اور یہ صرف میری شخصیت ہی نہیں ہے — میرے چہرے یا میرے جسم کے بارے میں پسند کرنے کے لیے کچھ بھی نہیں ہے۔

فلسفی: جب آپ اپنی کوتاہیوں کو اس طرح درج کرتے ہیں تو یہ آپ کو کس قسم کے مزاج میں ڈال دیتا ہے؟

نوجوان: واہ، یہ گندی ہے! ایک ناخوشگوار موڈ، قدرتی طور پر۔ مجھے یقین ہے کہ کوئی بھی مجھ جیسے لڑکا کے ساتھ شامل نہیں ہونا چاہے گا۔ اگر میرے آس پاس کوئی ایسا بدبخت اور پریشان کن ہوتا تو میں اپنا فاصلہ برقرار رکھتا،

بھی

فلاسفر: میں دیکھتا ہوں۔ ٹھیک ہے، اس کے بعد یہ طے ہوتا ہے۔

نوجوان: تمہارا کیا مطلب ہے؟

فلسفی: یہ آپ کی اپنی مثال سے سمجھنا مشکل ہو سکتا ہے، اس لیے میں ایک اور استعمال کروں گا۔ میں اس مطالعہ کو سادہ مشاورتی سیشنوں کے لیے استعمال کرتا ہوں۔ یہ کچھ سال پہلے کی بات ہوگی، لیکن وہاں ایک طالبہ آئی تھی۔

وہ اسی جگہ بیٹھ گئی جہاں آپ ابھی بیٹھے ہیں، اسی کرسی پر۔ ٹھیک ہے، اس کی تشویش اس کے شرمانے کا خوف تھا۔ اس نے مجھے بتایا کہ جب بھی وہ عوام کے سامنے آتی تھی تو وہ ہمیشہ سرخ ہو جاتی تھی، اور وہ اس سے چھٹکارا پانے کے لیے کچھ بھی کرے گی۔ تو میں نے اس سے پوچھا، 'اچھا، اگر تم اس کا علاج کر سکتے ہو، تو پھر تم کیا کرنا چاہو گی؟' اور اس نے کہا کہ ایک آدمی تھا جسے وہ چاہتی تھی۔ وہ چپکے سے اس کے لیے جذبات رکھتی تھی لیکن انہیں ظاہر کرنے کے لیے تیار نہیں تھی۔ ایک بار جب اس کے شرمانے کا خوف ٹھیک ہو گیا تو وہ اس کے ساتھ رہنے کی اپنی خواہش کا اعتراف کر لے گی۔

نوجوان: ہاہ! ٹھیک ہے، یہ ایک عام چیز کی طرح لگتا ہے جس کے لیے ایک خاتون طالب علم کاؤنسلنگ حاصل کرے گی۔ اس کے لیے اپنے جذبات کا اعتراف کرنے کے لیے،

سب سے پہلے اسے اپنے شرمائے کے مسئلے کا علاج کرنا تھا۔

فلسفی: لیکن کیا واقعی یہ سارا معاملہ ہے؟ میری ایک مختلف رائے ہے۔

اسے شرمائے کا یہ خوف کیوں آیا؟ اور یہ بہتر کیوں نہیں ہوا؟

کیونکہ اسے شرمائے کی اس علامت کی ضرورت تھی۔

نوجوان: آپ بالکل کیا کہہ رہے ہیں؟ وہ آپ سے اس کا علاج کرنے کو کہہ رہی تھی، ہے نا؟

فلاسفر: آپ کے خیال میں اس کے لیے سب سے خوفناک چیز کیا تھی، جس چیز سے وہ سب سے زیادہ بچنا چاہتی تھی؟ یہ تھا کہ آدمی اسے مسترد کر دے گا، یقیناً۔

حقیقت یہ ہے کہ اس کی بلاجواز محبت اس کے لیے ہر چیز کی نفی کر دے گی۔ 'میں' کا وجود اور امکان۔

یہ پہلو نوعمری کی بلاجواز محبت میں گہرائی سے موجود ہے۔ لیکن جب تک اسے شرمائے کا خوف ہے،

وہ سوچتی رہ سکتی ہے، میں اس کے ساتھ نہیں رہ سکتا کیونکہ مجھے شرمائے کا یہ خوف ہے۔ یہ اس کے

سامنے اپنے جذبات کا اعتراف کرنے کی ہمت پیدا کیے بغیر ختم ہو سکتا ہے، اور وہ خود کو قائل کر سکتی

ہے کہ وہ بہر حال اسے مسترد کر دے گا۔ اور آخر کار، وہ اس امکان میں رہ سکتی ہے کہ اگر صرف میرے

شرمائے کا خوف بہتر ہو جاتا تو میں

...

نوجوان: ٹھیک ہے، تو اس نے شرمائے کے خوف کو اپنے جذبات کا اعتراف کرنے میں اپنی نااہلی کا بہانہ

بنایا۔ یا شاید ایک قسم کی انشورنس کے طور پر جب اس نے اسے مسترد کر دیا تھا۔

فلاسفر: ہاں، آپ اسے اس طرح رکھ سکتے ہیں۔

نوجوان: ٹھیک ہے، یہ ایک دلچسپ تشریح ہے۔ لیکن اگر واقعی ایسا ہوتا تو کیا اس کی مدد کے لیے کچھ

کرنا ناممکن نہیں ہوتا؟ چونکہ اسے بیک وقت شرمندہ ہونے کے خوف کی ضرورت ہے، اور اس کی وجہ

سے وہ تکلیف میں ہے، اس لیے اس کی پریشانیوں کا کوئی خاتمہ نہیں ہوگا۔

فلسفی: ٹھیک ہے، میں نے اس سے کہا: 'شرمندہ ہونے کے خوف کا علاج آسان ہے۔' اس نے پوچھا، 'واقعی؟'

میں چلا گیا: 'لیکن میں اس کا علاج نہیں کروں گا۔' اس نے مجھے دبایا، 'کیوں؟' میں نے وضاحت کی،

'دیکھو، یہ آپ کے شرمائے کے خوف کی بدولت ہے کہ آپ اپنے آپ اور اپنے آس پاس کی دنیا، اور ایسی

زندگی کے ساتھ جو اچھی نہیں چل رہی ہے، اپنے عدم اطمینان کو قبول کر سکتے ہیں۔ یہ آپ کے شرمائے

کے خوف کی وجہ سے ہے، اور یہ اس کی وجہ سے ہے۔' اس نے پوچھا، 'یہ کیسے ہو سکتا ہے...'

'میں نے آگے کہا: 'اگر میں نے اس کا

علاج کیا، اور آپ کی حالت میں کچھ بھی نہیں بدلا، تو آپ کیا کریں گے؟ تم نے

شاید دوبارہ یہاں آئیں اور کہیں، "مجھے شرمانے کا خوف واپس دو۔"
اور یہ میری صلاحیتوں سے باہر ہو گا۔

نوجوان: ہمم۔

فلسفی: اس کی کہانی یقینی طور پر غیر معمولی نہیں ہے۔ امتحانات کی تیاری کرنے والے طلباء سوچتے ہیں کہ اگر میں پاس ہو گیا تو زندگی گلابی ہو جائے گی۔ کمپنی کے کارکنان سوچتے ہیں، اگر میرا تبادلہ ہو جائے تو سب کچھ ٹھیک ہو جائے گا۔ لیکن یہاں تک کہ جب وہ خواہشات پوری ہو جاتی ہیں، بہت سے معاملات میں ان کے حالات میں کوئی تبدیلی نہیں آتی۔

نوجوان: بے شک۔

فلاسفر: جب کوئی مؤکل شرمانے کے خوف سے علاج کی درخواست کرتا ہے، تو مشیر کو علامات کا علاج نہیں کرنا چاہیے۔ اگر وہ ایسا کرتے ہیں تو، بحالی اور بھی مشکل ہونے کا امکان ہے۔ یہ اس قسم کی چیز کے بارے میں سوچنے کا ایڈلیرین نفسیات کا طریقہ ہے۔

نوجوان: تو پھر آپ خاص طور پر کیا کرتے ہیں؟ کیا آپ پوچھتے ہیں کہ وہ کس چیز کے بارے میں پریشان ہیں اور پھر اسے رہنے دیں؟

فلسفی: اسے خود پر اعتماد نہیں تھا۔ وہ بہت خوفزدہ تھی کہ چیزیں وہی ہیں جو وہ ہیں، وہ اسے مسترد کر دے گا یہاں تک کہ اگر وہ اس سے اعتراف بھی کر لے۔ اور، اگر ایسا ہوا تو، وہ اور بھی زیادہ اعتماد کھو دے گی اور چوٹ لگ جائے گی۔

اس لیے اس نے شرمانے کے خوف کی علامت پیدا کی۔ میں جو کر سکتا ہوں وہ یہ ہے کہ پہلے اس شخص کو 'خود کو ابھی' قبول کرے، اور پھر نتیجہ کی پرواہ کیے بغیر، آگے بڑھنے کی ہمت پیدا کرے۔ ایڈلیرین نفسیات میں، اس قسم کے نقطہ نظر کو 'حوصلہ افزائی' کہا جاتا ہے۔

نوجوان: حوصلہ افزائی؟

فلاسفر: ہاں۔ جب ہماری بحث تھوڑی دور آگے بڑھے گی تو میں منظم طریقے سے اس کی وضاحت کروں گا۔ ہم ابھی اس مرحلے پر نہیں ہیں۔

نوجوان: یہ میرے لیے کام کرتا ہے۔ اس دوران، میں لفظ 'حوصلہ افزائی' کو ذہن میں رکھوں گا۔ تو، اس کے ساتھ کیا ہوا؟

فلسفی: بظاہر، اسے دوستوں کے ایک گروپ میں شامل ہونے اور اس آدمی کے ساتھ وقت گزارنے کا موقع ملا، اور آخر میں اس نے اپنی خواہش کا اعتراف کر لیا۔

اس کے ساتھ ہونا۔ یقیناً، اس کے بعد وہ دوبارہ اس مطالعے سے کبھی نہیں گری۔ مجھے نہیں معلوم کہ اس کے شرمانے کے خوف سے کیا ہوا؟ لیکن اسے شاید اب اس کی ضرورت نہیں تھی۔

نوجوان: ہاں، واضح طور پر اسے اب اس کا کوئی فائدہ نہیں تھا۔

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ اب اس طالب علم کی کہانی کو ذہن میں رکھتے ہوئے آئیے آپ کے مسائل پر غور کریں۔ آپ کہتے ہیں کہ، فی الحال، آپ کو صرف اپنی خامیاں نظر آتی ہیں، اور اس بات کا امکان نہیں ہے کہ آپ کبھی خود کو پسند کریں گے۔ اور پھر، آپ نے کہا، 'مجھے یقین ہے کہ کوئی بھی میرے جیسے جنگجو آدمی کے ساتھ شامل نہیں ہونا چاہے گا،' کیا آپ نے نہیں کیا؟ مجھے یقین ہے کہ آپ یہ پہلے ہی سمجھ گئے ہوں گے۔ آپ اپنے آپ کو کیوں ناپسند کرتے ہیں؟ آپ صرف اپنی کوتاہیوں پر ہی توجہ کیوں دیتے ہیں، اور آپ نے خود کو پسند نہ کرنے کا فیصلہ کیوں کیا ہے؟ اس کی وجہ یہ ہے کہ آپ کو دوسرے لوگوں کے ناپسندیدہ ہونے اور آپ کے باہمی تعلقات میں چوٹ پہنچنے کا بہت زیادہ ڈر ہے۔

نوجوان: اس سے تمہارا کیا مطلب ہے؟

فلسفی: جس طرح شرمانے کے خوف سے نوجوان عورت، جو مرد کی طرف سے رد کیے جانے سے ڈرتی تھی، اسی طرح تم دوسرے لوگوں کی طرف سے نفی کیے جانے سے ڈرتے ہو۔ آپ کے ساتھ توہین آمیز سلوک ہونے سے ڈرتے ہیں؛ انکار کیا جا رہا ہے، اور گہرے ذہنی زخموں کو برقرار رکھنا۔ آپ کو لگتا ہے کہ ایسے حالات میں الجھنے کے بجائے بہتر ہو گا کہ آپ پہلے کسی سے تعلقات نہ رکھیں۔ دوسرے لفظوں میں، آپ کا مقصد یہ ہے کہ دوسرے لوگوں کے ساتھ آپ کے تعلقات کو نقصان نہ پہنچے۔

نوجوان: ہاں...

فلسفی: اب، اس مقصد کو کیسے حاصل کیا جا سکتا ہے؟ جواب آسان ہے۔ بس اپنی کوتاہیوں کو تلاش کریں، اپنے آپ کو ناپسند کرنا شروع کریں، اور ایسے شخص بن جائیں جو باہمی تعلقات میں داخل نہ ہوں۔ اس طرح، اگر آپ خود کو اپنے خول میں بند کر سکتے ہیں، تو آپ کو کسی کے ساتھ بات چیت کرنے کی ضرورت نہیں پڑے گی، اور جب بھی دوسرے لوگ آپ کو چھین لیں گے تو آپ کے پاس ایک جواز بھی تیار ہوگا۔ کہ یہ آپ کی کوتاہیوں کی وجہ سے ہے کہ آپ کو چھین لیا جاتا ہے، اور اگر چیزیں اس طرح نہ ہوتیں تو آپ کو بھی پیار کیا جاسکتا ہے۔

نوجوان: بابا! ٹھیک ہے، آپ نے واقعی مجھے اب میری جگہ پر رکھ دیا ہے۔

فلاسفر: ٹال مٹول نہ کرو۔ ان تمام خامیوں کے ساتھ 'میں جیسا ہوں' ہونا، آپ کے لیے، ایک قیمتی خوبی ہے۔ دوسرے لفظوں میں، کوئی ایسی چیز جو آپ کے فائدے میں ہو۔

نوجوان: اوہ، یہ تکلیف دہ ہے۔ کیا ایک sadist; تم شیطانی ہو! ٹھیک ہے، ہاں، یہ سچ ہے: میں ڈرتا ہوں۔ میں باہمی تعلقات میں تکلیف نہیں پہنچانا چاہتا۔ میں اس بات سے ڈرتا ہوں کہ میں کون ہوں یہ تسلیم کرنا مشکل ہے، لیکن آپ صحیح ہیں۔

فلسفی: تسلیم کرنا ایک اچھا رویہ ہے۔ لیکن مت بھولنا، یہ بنیادی طور پر ناممکن ہے کہ دوسرے لوگوں کے ساتھ آپ کے تعلقات میں تکلیف نہ ہو۔ جب آپ باہمی تعلقات میں داخل ہوتے ہیں، تو یہ ناگزیر ہے کہ آپ کو زیادہ یا کم حد تک تکلیف پہنچے گی، اور آپ کسی کو بھی تکلیف پہنچائیں گے۔ ایڈلر کہتے ہیں، 'کسی کے مسائل سے چھٹکارا حاصل کرنے کے لیے، کائنات میں اکیلے رہنے کے لیے کوئی بھی کام کر سکتا ہے۔' لیکن کوئی ایسا کام نہیں کر سکتا۔

تمام مسائل ذاتی نوعیت کے ہیں۔ تعلقات کے مسائل

نوجوان: ایک منٹ ٹھہرو! میں صرف اس کو پھسلنے دوں گا؟ 'کسی کے مسائل سے چھٹکارا حاصل کرنے کے لیے، کائنات میں اکیلے رہنے کے لیے کیا کیا جا سکتا ہے؟' اس سے آپ کا کیا مطلب ہے؟ اگر آپ اکیلے رہتے ہیں، تو کیا آپ خوفناک طور پر تنہا نہیں ہوں گے؟

فلسفی: اوہ، لیکن تنہا رہنا آپ کو تنہا محسوس نہیں کرتا۔ تنہائی کا مطلب یہ ہے کہ آپ کے ارد گرد دوسرے لوگوں اور معاشرے اور کمیونٹی کا ہونا، اور ان سے خارج ہونے کا گہرا احساس ہونا۔ تنہا محسوس کرنے کے لیے ہمیں دوسرے لوگوں کی ضرورت ہے۔ کہنے کا مطلب یہ ہے کہ یہ صرف سماجی سیاق و سباق میں ہے کہ ایک شخص 'انفرادی' بن جاتا ہے۔

نوجوان: اگر آپ واقعی اکیلے ہوتے، یعنی اگر آپ کائنات میں مکمل طور پر اکیلے ہوتے، تو آپ ایک فرد نہیں ہوتے اور آپ خود کو تنہا محسوس نہیں کرتے؟

فلسفی: میرا خیال ہے کہ تنہائی کا تصور بھی سامنے نہیں آئے گا۔ آپ کو زبان کی ضرورت نہیں ہوگی، اور منطق یا کامن سینس کا بھی کوئی فائدہ نہیں ہوگا۔ لیکن ایسا ہونا ناممکن ہے۔ یہاں تک کہ اگر آپ غیر آباد جزیرے پر رہتے ہیں، تو آپ سمندر کے اس پار کسی کے بارے میں سوچیں گے۔

یہاں تک کہ اگر آپ اپنی راتیں اکیلے گزارتے ہیں، تو آپ اپنے کانوں کو کسی کی سانسوں کی آواز سننے کے لیے دباتے ہیں۔ جب تک وہاں کوئی باہر ہے، آپ تنہائی کا شکار رہیں گے۔

نوجوان: لیکن پھر، آپ صرف یہ کہہ سکتے ہیں کہ 'اگر کوئی کائنات میں تنہا رہ سکتا ہے، تو اس کی پریشانیاں دور ہو جائیں گی'، کیا آپ ایسا نہیں کر سکتے؟

فلسفی: نظریہ میں، ہاں۔ جیسا کہ ایڈلر کا کہنا ہے کہ 'تمام مسائل باہمی تعلقات کے مسائل ہیں۔'

نوجوان: کیا آپ دوبارہ کہہ سکتے ہیں؟

فلسفی: ہم اسے جتنی بار چاہیں دہرا سکتے ہیں: تمام مسائل باہمی تعلقات کے مسائل ہیں۔ یہ ایک ایسا تصور ہے جو ایڈلیرین نفسیات کی جڑ تک چلتا ہے۔ اگر اس دنیا سے تمام باہمی رشتے ختم ہو جائیں، جس کا مطلب یہ ہے کہ اگر کائنات میں کوئی اکیلا ہو جائے اور باقی تمام لوگ ختم ہو جائیں تو تمام قسم کے مسائل ختم ہو جائیں گے۔

نوجوان: یہ جھوٹ ہے! یہ علمی نفاست سے زیادہ کچھ نہیں ہے۔

فلسفی: یقیناً، ہم باہمی تعلقات کے بغیر نہیں کر سکتے۔ ایک انسان کا وجود، اپنے جوہر میں، دوسرے انسانوں کے وجود کو فرض کرتا ہے۔ دوسروں سے بالکل الگ رہنا اصولی طور پر ناممکن ہے۔ جیسا کہ آپ اشارہ کر رہے ہیں، بنیاد 'اگر کوئی کائنات میں اکیلا رہ سکتا ہے' ناقص ہے۔

نوجوان: یہ وہ مسئلہ نہیں ہے جس کے بارے میں میں بات کر رہا ہوں۔ یقینی طور پر، باہمی تعلقات شاید ایک بڑا مسئلہ ہیں۔ اتنا ہی میں تسلیم کرتا ہوں۔ لیکن یہ کہنا کہ سب کچھ باہمی تعلقات کے مسائل پر آتا ہے، اب یہ واقعی ایک انتہائی پوزیشن ہے۔ باہمی رشتوں سے منقطع ہونے کی فکر کے بارے میں کیا خیال ہے، اس قسم کے مسائل جو ایک فرد کو بطور فرد پریشان کرتا ہے۔ اپنے آپ کو ہدایت کے مسائل۔ کیا آپ اس سب سے انکار کرتے ہیں؟

فلسفی: فکر نام کی کوئی ایسی چیز نہیں ہے جو مکمل طور پر فرد کے ذریعہ بیان کی گئی ہو۔ نام نہاد اندرونی پریشانی موجود نہیں ہے۔ جو بھی پریشانی ہو، دوسرے لوگوں کے سائے ہمیشہ موجود رہتے ہیں۔

نوجوان: لیکن پھر بھی، آپ ایک فلسفی ہیں۔ انسانوں کے پاس باہمی تعلقات جیسی چیزوں سے زیادہ بلند اور بڑے مسائل ہوتے ہیں۔ خوشی کیا ہے، آزادی کیا ہے؟ اور زندگی کا مطلب کیا ہے؟ کیا یہ وہ موضوعات نہیں ہیں جن کے بارے میں فلسفی قدیم یونانیوں کے زمانے سے تحقیق کر رہے ہیں؟

اور آپ کہہ رہے ہیں، تو کیا؟ باہمی تعلقات ہی سب کچھ ہیں؟ یہ مجھے پیدل چلنے والوں کی طرح لگتا ہے۔ یہ یقین کرنا مشکل ہے کہ کوئی فلسفی ایسی باتیں کہے گا۔

فلسفی: ٹھیک ہے، پھر، ایسا لگتا ہے کہ چیزوں کو کچھ اور ٹھوس طریقے سے بیان کرنے کی ضرورت ہے۔

نوجوان: ہاں، براہ مہربانی کرو! اگر آپ مجھے یہ بتانے جا رہے ہیں کہ آپ ایک فلسفی ہیں، تو آپ کو واقعی چیزوں کی وضاحت کرنی ہوگی، ورنہ اس کا کوئی مطلب نہیں ہے۔

فلسفی: آپ باہمی تعلقات سے اس قدر خوفزدہ تھے کہ آپ خود کو ناپسند کرنے لگے۔ آپ نے اپنے آپ کو ناپسند کرتے ہوئے باہمی تعلقات سے گریز کیا ہے۔

ان دعوؤں نے نوجوانوں کو اس کے مرکز تک بلا کر رکھ دیا۔ الفاظ میں ایک ناقابل تردید سچائی تھی جو اس کے دل کو چھیدنے لگتی تھی۔ اس کے باوجود، اسے اس بیان کی واضح تردید تلاش کرنی پڑی کہ لوگ جن تمام مسائل کا سامنا کرتے ہیں وہ باہمی تعلقات کے مسائل ہیں۔ ایڈلر لوگوں کے مسائل کو معمولی بنا رہا تھا۔ میں جن مسائل سے دوچار ہوں وہ اتنے غیر معمولی نہیں ہیں!

احساس کمتری کا موضوع ہے۔

مفروضے

فلسفی: ٹھیک ہے، آئیے باہمی تعلقات کو قدرے مختلف نقطہ نظر سے دیکھتے ہیں۔ کیا آپ 'احساس کمتری' کی اصطلاح سے واقف ہیں؟

نوجوان: کیا احمقانہ سوال ہے۔ جیسا کہ آپ ہماری بحث سے اب تک یقینی طور پر بتا سکتے ہیں، میں احساس کمتری کا ایک بہت بڑا بلاب ہوں۔

فلسفی: خاص طور پر وہ احساسات کیا ہیں؟

نوجوان: ٹھیک ہے، مثال کے طور پر، اگر میں کسی اخبار میں اپنی عمر کے کسی فرد کے بارے میں کچھ دیکھتا ہوں، جو واقعی کامیاب ہے، میں ہمیشہ احساس کمتری سے دوچار رہتا ہوں۔ اگر کوئی اور شخص جس نے اتنا ہی وقت گزارا ہے وہ اتنا ہی کامیاب ہے، تو میں زمین پر اپنے ساتھ کیا کر رہا ہوں؟ یا، جب میں کسی ایسے دوست کو دیکھتا ہوں جو خوش نظر آتا ہے، اس سے پہلے کہ میں ان کے ساتھ جشن منانے کا سوچوں، میں حسد اور مایوسی سے بھر جاتا ہوں۔ بلاشبہ، یہ دلالوں سے ڈھکا ہوا چہرہ معاملات میں مدد نہیں کرتا، اور جب میری تعلیم اور پیشے کی بات آتی ہے تو مجھے احساس کمتری کا شدید احساس ہوتا ہے۔ اور پھر میری آمدنی اور سماجی حیثیت ہے۔ مجھے لگتا ہے کہ میں احساس کمتری سے پوری طرح چھلنی ہوں۔

فلاسفر: میں دیکھتا ہوں۔ اتفاق سے، ایڈلر کے بارے میں سوچا جاتا ہے کہ وہ پہلے شخص ہے جس نے 'احساس کمتری' کی اصطلاح کو اس قسم کے سیاق و سباق میں استعمال کیا جس میں یہ آج بولا جاتا ہے۔

نوجوان: ہہ، میں یہ نہیں جانتا تھا۔

فلسفی: ایڈلر کے آبائی جرمن میں، لفظ Minderwertigkeitsgefühl ہے، جس کا مطلب ہے احساس (Gefühl) کہ کم (ذہن کرنے والے) کی قدر (Wert) لہذا، 'احساس کمتری' ایک اصطلاح ہے جس کا تعلق اپنے آپ کے بارے میں کسی کی قدر کے فیصلے سے ہے۔

نوجوان: قدر کا فیصلہ؟

فلسفی: یہ احساس ہے کہ کسی کی کوئی قدر نہیں ہے، یا وہ صرف اتنی ہی قیمتی ہے۔

نوجوان: آہ، یہ ایک ایسا احساس ہے جسے میں اچھی طرح جانتا ہوں۔ مختصراً یہ میں ہوں۔ کوئی دن ایسا نہیں گزرتا جب میں خود کو اذیت نہ دوں کہ زندہ رہنے کا کوئی فائدہ نہیں۔

فلسفی: اچھا، تو آئیے اپنے احساس کمتری پر ایک نظر ڈالیں۔ جب آپ مجھ سے پہلی بار ملے تھے تو آپ کا کیا تاثر تھا؟ جسمانی خصوصیات کے لحاظ سے۔

نوجوان: ام، اچھا...

فلاسفر: پیچھے ہٹنے کی ضرورت نہیں ہے۔ براہ راست ہو۔

نوجوان: ٹھیک ہے، میرا اندازہ ہے کہ آپ میرے تصور سے بھی چھوٹے تھے۔

فلاسفر: شکریہ۔ میرا قد 155 سینٹی میٹر ہے۔ ایڈلر بظاہر اسی اونچائی کے آس پاس تھا۔ ایک وقت تھا -جب تک کہ میں آپ کی عمر کے قریب تھا، حقیقت میں -جب میں اپنے قد کے بارے میں فکر مند تھا۔ مجھے یقین تھا کہ اگر میں اوسط قد، بیس یا اس سے بھی دس سینٹی میٹر لمبا ہوتا تو چیزیں مختلف ہوں گی۔ گویا ایک اور پر لطف زندگی میرا انتظار کر رہی تھی۔ میں نے اس کے بارے میں ایک دوست سے بات کی جب مجھے یہ احساسات ہو رہے تھے، اور اس نے کہا کہ یہ 'بکواس کا ایک گروپ' ہے، اور اسے محض رد کر دیا۔

نوجوان: یہ خوفناک ہے! کوئی دوست۔

فلاسفر: اور پھر اس نے کہا، 'اگر آپ لمبے ہو جائیں تو آپ کیا کریں گے؟ آپ جانتے ہیں، آپ کو لوگوں کو آرام دینے کے لیے ایک تحفہ ملا ہے۔' ایک آدمی کے ساتھ جو بڑا اور مضبوط ہے، یہ سچ ہے، ایسا لگتا ہے کہ وہ صرف اپنے سائز کی وجہ سے لوگوں کو ڈرا سکتا ہے۔ میرے جیسے چھوٹے کے ساتھ، دوسری طرف، لوگ اپنی احتیاط کو چھوڑ دیتے ہیں۔ تو، اس نے مجھے احساس دلایا کہ ایک چھوٹی سی تعمیر ہے۔

میرے لیے اور میرے آس پاس والوں کے لیے ایک مطلوبہ چیز۔ دوسرے الفاظ میں، اقدار کی تبدیلی تھی۔
مجھے اب اپنے قد کی فکر نہیں ہے۔

نوجوان: ٹھیک ہے، لیکن یہ۔

فلاسفر: انتظار کرو جب تک میں ختم نہ ہو جاؤں۔ یہاں اہم بات یہ ہے کہ میرا قد 155 سینٹی میٹر کم نہیں تھا۔

نوجوان: یہ کمتر نہیں تھا؟

فلسفی: یہ حقیقت میں کسی چیز کی کمی یا اس سے کم نہیں تھا۔ یقینی طور پر، میرا 155 سینٹی میٹر
اوسط اونچائی سے کم ہے، اور ایک معروضی طور پر مایا گیا نمبر۔ پہلی نظر میں، کوئی اسے کمتر سمجھ
سکتا ہے۔ لیکن مسئلہ یہ ہے کہ میں اس بلندی کو کس قسم کے معنی قرار دیتا ہوں۔ میں اسے کس قدر دیتا
ہوں۔

نوجوان: اس کا کیا مطلب ہے؟

فلسفی: میرے قد کے بارے میں میرے احساسات کمتری کے تمام جذباتی احساسات تھے، جو مکمل طور پر
دوسروں سے اپنے آپ کا موازنہ کرنے سے پیدا ہوتے ہیں۔
یعنی میرے باہمی تعلقات میں۔ کیونکہ اگر کوئی ایسا نہ ہوتا جس کے ساتھ اپنا موازنہ کرنے والا ہوتا تو مجھے
یہ سوچنے کا کوئی موقع نہ ملتا کہ میں چھوٹا ہوں۔ اس وقت آپ بھی طرح طرح کے احساس کمتری میں مبتلا
ہیں۔ لیکن براہ کرم یہ سمجھ لیں کہ آپ جو محسوس کر رہے ہیں وہ معروضی کمتری نہیں ہے بلکہ احساس
کمتری ہے۔ یہاں تک کہ اونچائی جیسے مسئلے کے ساتھ، یہ سب اس کی سبجیکٹیوٹی تک کم ہے۔

نوجوان: دوسرے لفظوں میں، احساس کمتری کا جن سے ہم دوچار ہیں وہ معروضی حقائق کی بجائے
موضوعی تشریحات ہیں؟

فلاسفر: بالکل۔ اسے اپنے دوست کے نقطہ نظر سے دیکھ کر کہ میں لوگوں کو آرام پہنچاتا ہوں یا میں انہیں ڈراتا
نہیں ہوں۔ ایسے پہلو مضبوط نکات بن سکتے ہیں۔ یقیناً یہ ایک موضوعی تشریح ہے۔ آپ یہ بھی کہہ سکتے
ہیں کہ یہ ایک من مانی مفروضہ ہے۔ تاہم، سبجیکٹیوٹی کے بارے میں ایک اچھی چیز ہے: یہ آپ کو اپنی مرضی
کا انتخاب کرنے کی اجازت دیتی ہے۔ بالکل اس لیے کہ میں اسے سبجیکٹیوٹی پر چھوڑ رہا ہوں، اس لیے اپنے قد
کو فائدہ یا نقصان کے طور پر دیکھنے کا انتخاب میرے لیے کھلا چھوڑ دیا گیا ہے۔

نوجوان: یہ دلیل ہے کہ آپ ایک نیا طرز زندگی منتخب کر سکتے ہیں؟

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ ہم معروضی حقائق کو تبدیل نہیں کر سکتے۔ لیکن موضوعی تشریحات کو اتنا ہی تبدیل کیا جا سکتا ہے جتنا کوئی چاہے۔ اور ہم ایک موضوعی دنیا کے باسی ہیں۔ ہم نے اس کے بارے میں بالکل شروع میں بات کی تھی، ٹھیک ہے؟

نوجوان: ہاں! کنویں کا پانی جو اٹھارہ ڈگری ہے۔

فلسفی: اب، احساس کمتری کے لیے جرمن لفظ Minderwertigkeitsgefühl کو یاد رکھیں۔ جیسا کہ میں نے ایک لمحہ پہلے ذکر کیا تھا، 'احساس کمتری' ایک ایسی اصطلاح ہے جس کا تعلق کسی کے اپنے بارے میں قیمتی فیصلے سے ہے۔

پھر، زمین پر یہ قدر کیا ہو سکتی ہے؟ ٹھیک ہے، مثال کے طور پر، بیروں کو لے لیجئے، جن کی بہت زیادہ قیمت پر تجارت ہوتی ہے۔ یا کرنسی۔ ہم ان چیزوں کے لیے خاص قدریں تلاش کرتے ہیں، اور کہتے ہیں کہ ایک قیراط اتنا ہے، کہ قیمتیں فلاں فلاں ہیں۔ لیکن اگر آپ اپنا نقطہ نظر بدل لیں تو پیرا کچھ نہیں بلکہ ایک چھوٹا سا ہے۔

پتھر۔

نوجوان: ٹھیک ہے، فکری طور پر، یہ ہے۔

فلسفی: دوسرے الفاظ میں، قدر ایک ایسی چیز ہے جو سماجی تناظر پر مبنی ہے۔ ایک ڈالر کے بل کو دی گئی قدر معروضی طور پر منسوب قدر نہیں ہے، حالانکہ یہ ایک کامن سینس نقطہ نظر ہو سکتا ہے۔ اگر کوئی اس کی اصل قیمت کو طباعت شدہ مواد کے طور پر سمجھتا ہے، تو قیمت ایک ڈالر کے قریب کہیں نہیں ہے۔ اگر میں اس دنیا میں واحد شخص ہوتا اور کوئی اور موجود نہ ہوتا تو شاید میں سردیوں کے موسم میں ان ایک ڈالر کے بلوں کو اپنی چمنی میں رکھ رہا ہوتا۔ شاید میں انہیں اپنی ناک اڑانے کے لیے استعمال کر رہا ہوں۔ بالکل اسی منطق پر عمل کرتے ہوئے، مجھے اپنے قد کے بارے میں فکر کرنے کی کوئی وجہ نہیں ہونی چاہیے تھی۔

نوجوان: اگر آپ اس دنیا میں واحد شخص ہوتے اور کوئی اور نہ ہوتا؟

فلاسفر: ہاں۔ آخر میں قدر کا مسئلہ ہمیں دوبارہ باہمی تعلقات کی طرف لاتا ہے۔

نوجوان: تو، یہ اس بات سے جڑتا ہے جو آپ تمام مسائل کے بارے میں کہہ رہے تھے کہ باہمی تعلقات کے مسائل ہیں؟

فلسفی: ہاں، یہ درست ہے۔

ایک کمتری کا کمپلیکس ایک بہانہ ہے۔

نوجوان: لیکن کیا آپ یقین سے کہہ سکتے ہیں کہ احساس کمتری واقعی باہمی تعلقات کا مسئلہ ہے؟ یہاں تک کہ وہ قسم کا شخص جسے سماجی طور پر کامیاب سمجھا جاتا ہے، جسے دوسرے لوگوں کے ساتھ تعلقات میں خود کو ذلیل کرنے کی ضرورت نہیں ہے، پھر بھی احساس کمتری کا شکار ہے؟ یہاں تک کہ تاجر جو بے تحاشہ دولت اکٹھا کرتا ہے، بے مثال خوبصورتی جس پر سب کو رشک آتا ہے، اور اولمپک گولڈ میڈلسٹ ان میں سے ہر ایک احساس کمتری سے دوچار ہوگا۔ ٹھیک ہے، مجھے ایسا ہی لگتا ہے۔ مجھے اس کے بارے میں کیسے سوچنا چاہئے؟

فلسفی: ایڈلر تسلیم کرتا ہے کہ احساس کمتری ایک ایسی چیز ہے جو ہر کسی کے پاس ہوتی ہے۔ خود احساس کمتری کے بارے میں کوئی بری بات نہیں ہے۔

نوجوان: تو، لوگوں کے پاس وہ پہلی جگہ کیوں ہے؟

فلسفی: اسے ایک خاص ترتیب میں سمجھنا شاید ضروری ہے۔ سب سے پہلے لوگ اس دنیا میں بے بس ہو کر آتے ہیں۔ اور لوگوں میں اس بے بس حالت سے بچنے کی عالمی خواہش ہوتی ہے۔ ایڈلر نے اسے 'برتری کا حصول' کہا۔

نوجوان: برتری کا حصول؟

فلسفی: یہ وہ چیز ہے جس کے بارے میں آپ صرف 'بہتری کی امید' یا 'ایک مثالی ریاست کی پیروی' کے طور پر سوچ سکتے ہیں۔ مثال کے طور پر، ایک چھوٹا بچہ اپنے آپ کو دونوں ٹانگوں پر قائم رکھنا سیکھتا ہے۔ اس کی زبان سیکھنے اور بہتری لانے کی عالمی خواہش ہے۔ اور انسانی تاریخ میں سائنس کی تمام ترقی بھی اسی 'برتری کے حصول' کی وجہ سے ہے۔

نوجوان: ٹھیک ہے۔ اور پھر؟

فلسفی: اس کا ہمنوا احساس کمتری ہے۔ ہر کوئی اس 'بہتری کی خواہش کی حالت' میں ہے کہ برتری کا حصول ہے۔

ایک مختلف نظریات یا اہداف رکھتا ہے، اور ان کی طرف بڑھتا ہے۔ تاہم، اپنے آدرشوں تک پہنچنے کے قابل نہ ہونے پر، کسی کو کمتر ہونے کا احساس ہوتا ہے۔

مثال کے طور پر، ایسے باورچی ہیں جو جتنے زیادہ متاثر اور کامیاب ہوتے جاتے ہیں، ہمیشہ کے لیے احساس کمتری سے دوچار رہتے ہیں جس کی وجہ سے وہ خود سے کہتے ہیں، میں ابھی تک اچھا نہیں ہوں، یا مجھے اپنا کھانا پکانا لانا پڑے گا۔ اگلے درجے تک، اور اس طرح کی چیز۔

نوجوان: یہ سچ ہے۔

فلسفی: ایڈلر کہہ رہا ہے کہ برتری کا حصول اور احساس کمتری بیماریاں نہیں ہیں، بلکہ عام، صحت مند کوشش اور ترقی کے لیے محرک ہیں۔ اگر اسے غلط طریقے سے استعمال نہ کیا جائے تو احساس کمتری بھی کوشش اور ترقی کو فروغ دے سکتا ہے۔

نوجوان: احساس کمتری ایک قسم کا لانچ پیڈ ہے؟

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ انسان اپنے احساس کمتری کو دور کرنے کی کوشش کرتا ہے، اور آگے بڑھتا رہتا ہے۔ کوئی شخص اپنی موجودہ صورتحال سے کبھی مطمئن نہیں ہوتا — چاہے یہ صرف ایک قدم ہی کیوں نہ ہو، کوئی ترقی کرنا چاہتا ہے۔ کوئی زیادہ خوش رہنا چاہتا ہے۔ اس قسم کے احساس کمتری کی کیفیت میں قطعاً کوئی حرج نہیں۔ تاہم، ایسے لوگ ہیں جو ایک قدم آگے بڑھنے کی ہمت کھو دیتے ہیں، اور جو اس حقیقت کو قبول نہیں کر سکتے کہ حقیقت پسندانہ کوشش کر کے حالات کو بدلا جا سکتا ہے۔ وہ لوگ جو، کچھ بھی کرنے سے پہلے، بس بار مان لیتے ہیں اور ایسی باتیں کہتے ہیں، 'میں ویسے بھی اچھا نہیں ہوں،' یا 'اگر میں نے کوشش کی تو بھی مجھے موقع نہیں ملے گا۔'

نوجوان: ٹھیک ہے، یہ سچ ہے۔ اس میں کوئی شک نہیں۔ اگر احساس کمتری مضبوط ہے، تو زیادہ تر لوگ منفی ہو جائیں گے اور کہیں گے، 'میں ویسے بھی اچھا نہیں ہوں۔' کیونکہ احساس کمتری ہی یہی ہے۔

فلسفی: نہیں، یہ احساس کمتری نہیں ہے، یہ احساس کمتری ہے۔

نوجوان: ایک کمپلیکس؟ احساس کمتری تو یہی ہے نا؟

فلاسفر: ہوشیار رہو۔ آج کل ہمارے ملک میں 'کمپلیکس' کا لفظ جس طرح استعمال ہوتا ہے، اس سے لگتا ہے کہ اس کا مطلب بھی 'احساس کمتری' جیسا ہے۔ آپ لوگوں کو یہ کہتے ہوئے سنتے ہیں، 'مجھے اپنی پلکوں کے بارے میں ایک کمپلیکس مل گیا ہے'، یا 'اس کی تعلیم کے بارے میں ایک کمپلیکس ہے'؛ اس قسم کی چیز۔ یہ اصطلاح کا سراسر غلط استعمال ہے۔ بنیادی طور پر، 'پیچیدہ' ایک غیر معمولی ذہنی حالت سے مراد ہے جو جذبات اور خیالات کے ایک پیچیدہ گروپ سے بنی ہے، اور اس کا احساس کمتری سے کوئی تعلق نہیں ہے۔ مثال کے طور پر، فرائیڈ کا اوڈیپس کمپلیکس ہے، جو جنس کے والدین کی طرف بچے کی غیر معمولی کشش پر بحث کرنے کے تناظر میں استعمال ہوتا ہے۔

نوجوان: ہاں۔ جب ماں کمپلیکس اور باپ کمپلیکس کی بات آتی ہے تو اسامانیتا کی باریکیاں خاص طور پر مضبوط ہوتی ہیں۔

فلسفی: اسی وجہ سے، پھر یہ ضروری ہے کہ 'احساس کمتری' اور 'احساس کمتری' کو نہ ملایا جائے، اور ان کے بارے میں واضح طور پر الگ الگ سوچیں۔

نوجوان: قطعی طور پر، وہ کیسے مختلف ہیں؟

فلسفی: احساس کمتری میں کوئی خاص برائی نہیں ہے۔ آپ اب اس نکتے کو سمجھتے ہیں، ٹھیک ہے؟ جیسا کہ ایڈلر کہتے ہیں، احساس کمتری کوشش اور ترقی کا محرک ہو سکتا ہے۔ مثال کے طور پر، اگر کسی کو اپنی تعلیم کے حوالے سے احساس کمتری ہے، اور اس نے اپنے آپ سے یہ عزم کیا ہے کہ میں زیادہ تعلیم یافتہ نہیں ہوں، اس لیے مجھے کسی اور سے زیادہ کوشش کرنی پڑے گی، یہ ایک مطلوبہ سمت ہوگی۔ دوسری طرف احساس کمتری سے مراد ایک ایسی حالت ہے جس میں احساس کمتری کو ایک قسم کے بہانے کے طور پر استعمال کرنا شروع کر دیا گیا ہے۔ لہذا، کوئی اپنے آپ کو سوچتا ہے، میں اچھی طرح سے تعلیم یافتہ نہیں ہوں، اس لیے میں کامیاب نہیں ہو سکتا، یا میں خوبصورت نہیں ہوں، اس لیے میں شادی نہیں کر سکتا۔ جب کوئی روزمرہ کی زندگی میں اس طرح 'A' صورت حال ہے، لہذا B نہیں ہو سکتا کی منطق پر اصرار کر رہا ہے، یہ احساس کمتری کے زمرے میں فٹ ہونے والی چیز نہیں ہے۔ یہ ایک احساس کمتری کا شکار ہے۔

نوجوان: نہیں، یہ ایک جائز وجہ رشتہ ہے۔ اگر آپ اچھی طرح سے تعلیم یافتہ نہیں ہیں، تو یہ آپ کے کام حاصل کرنے یا دنیا میں جگہ بنانے کے امکانات کو چھین لیتا ہے۔ آپ کو سماجی پیمانے پر پست سمجھا جاتا ہے، اور آپ کامیاب نہیں ہو سکتے۔ یہ بالکل بھی عذر نہیں ہے۔ یہ صرف ایک سرد سخت حقیقت ہے، ہے نا؟

فلاسفر: نہیں، آپ غلط ہیں۔

نوجوان: کیسے؟ میں کہاں غلط ہوں؟

فلسفی: آپ جس چیز کو سببی تعلق کہہ رہے ہیں وہ ایک ایسی چیز ہے جس کی وضاحت ایڈلر 'ظاہری وجہ اور اثر' کے طور پر کرتا ہے۔ کہنے کا مطلب یہ ہے کہ، آپ اپنے آپ کو قائل کرتے ہیں کہ کچھ سنجیدہ وجہ رشتہ ہے جہاں کچھ بھی نہیں ہے۔ دوسرے دن، کسی نے مجھ سے کہا، 'میں آسانی سے شادی نہ کر سکے کی وجہ یہ ہے کہ میرے بچپن میں میرے والدین کی طلاق ہو گئی۔' فرائیڈین ایٹولوجی (اسباب کی انتساب) کے نقطہ نظر سے، والدین کی طلاق ایک بہت بڑا صدمہ تھا، جو شادی کے بارے میں کسی کے خیالات کے ساتھ ایک واضح وجہ کے تعلق سے جڑتا ہے۔ ایڈلر، تاہم، ٹیلیولوجی (مقصد کی صفت) کے اپنے موقف کے ساتھ، 'ظاہری وجہ اور اثر' جیسے دلائل کو مسترد کرتا ہے۔

نوجوان: لیکن اس کے باوجود، حقیقت یہ ہے کہ اچھی تعلیم حاصل کرنے سے معاشرے میں کامیاب ہونا آسان ہو جاتا ہے۔ میں نے سوچا تھا کہ تم دنیا کے طریقوں کے بارے میں عقلمند ہو۔

فلسفی: اصل مسئلہ یہ ہے کہ کوئی اس حقیقت کا مقابلہ کیسے کرتا ہے۔ اگر آپ جو سوچ رہے ہیں، میں زیادہ پڑھا لکھا نہیں ہوں، اس لیے میں کامیاب نہیں ہو سکتا، تو اس کے بجائے کہ میں کامیاب نہیں ہو سکتا، آپ کو سوچنا چاہیے، میں کامیاب نہیں ہونا چاہتا۔

نوجوان: میں کامیاب نہیں ہونا چاہتا؟ یہ کیسا استدلال ہے؟

فلسفی: یہ صرف اتنا ہے کہ ایک قدم بھی آگے بڑھانا خوفناک ہے۔ یہ بھی کہ آپ حقیقت پسندانہ کوششیں نہیں کرنا چاہتے۔ آپ اس قدر تبدیل نہیں ہونا چاہتے کہ آپ ان لذتوں کو قربان کرنے کے لیے تیار ہوں جو آپ ابھی لطف اندوز ہوتے ہیں—مثال کے طور پر، وہ وقت جو آپ کھیل کود اور مشاغل میں گزارتے ہیں۔ دوسرے الفاظ میں، آپ اپنے طرز زندگی کو تبدیل کرنے کی ہمت سے لیس نہیں ہیں۔ چیزوں کے ساتھ یہ آسان ہے جیسا کہ وہ اب ہیں، چاہے آپ کو کچھ شکایات یا حدود ہوں۔

BRAGGARTS کے احساسات ہیں

کمتری

نوجوان: ہو سکتا ہے، لیکن...

فلسفی: اس کے علاوہ، آپ تعلیم کے بارے میں احساس کمتری کا شکار ہیں اور سوچتے ہیں، میں زیادہ تعلیم یافتہ نہیں ہوں، اس لیے میں کامیاب نہیں ہو سکتا۔ دوسری طرف رکھو، استدلال یہ ہو سکتا ہے، اگر میں اچھی طرح سے تعلیم یافتہ ہوتا، تو میں واقعی کامیاب ہو سکتا تھا۔

نوجوان: ہمم، سچ۔

فلاسفر: یہ احساس کمتری کا دوسرا پہلو ہے۔ وہ لوگ جو اپنی کمتری کو الفاظ یا رویوں سے ظاہر کرتے ہیں، جو کہتے ہیں کہ 'A صورت حال ہے، اس لیے B نہیں ہو سکتا'، ان کا مطلب یہ ہے کہ اگر یہ A نہ ہوتا تو میں قابل ہوتا اور اس کی قدر ہوتی۔

نوجوان: اگر ایسا نہ ہوتا تو میں بھی یہ کر سکتا تھا۔

فلاسفر: ہاں۔ جیسا کہ ایڈلر بتاتا ہے، کوئی بھی شخص لمبے عرصے تک احساس کمتری کو برداشت کرنے کے قابل نہیں ہے۔ احساس کمتری ایک ایسی چیز ہے جو ہر کسی کو ہوتی ہے، لیکن اس حالت میں رہنا ہمیشہ کے لیے برداشت کرنا بہت بھاری ہے۔

نوجوان: ہ؟ یہ کافی الجھتا جا رہا ہے۔

فلاسفر: ٹھیک ہے، آئیے ایک وقت میں ایک ایک چیز پر غور کریں۔ احساس کمتری کی حالت موجودہ حالات میں اپنے اندر کسی قسم کی کمی محسوس کرنے کی شرط ہے۔ تو پھر سوال یہ ہے کہ-

نوجوان: آپ اس حصے کو کیسے بھریں گے جو غائب ہے، ٹھیک ہے؟

فلاسفر: بالکل۔ جس حصے کی کمی ہے اس کی تلافی کیسے کی جائے۔ صحت مند ترین طریقہ یہ ہے کہ کوشش اور نمو کے ذریعے تلافی کی کوشش کی جائے۔ مثال کے طور پر، یہ کسی کی پڑھائی میں خود کو لگانا، مستقل تربیت میں مشغول ہونا یا کسی کے کام میں مستعد رہنا ہو سکتا ہے۔ تاہم، جو لوگ اس ہمت سے لیس نہیں ہیں وہ ایک احساس کمتری میں داخل ہو جاتے ہیں۔ ایک بار پھر، یہ سوچ رہا ہے، میں اچھی طرح سے تعلیم یافتہ نہیں ہوں، اس لیے میں کامیاب نہیں ہو سکتا۔

اور یہ کہہ کر آپ کی قابلیت کا مطلب ہے، 'اگر میں اچھی طرح سے تعلیم یافتہ ہوتا، تو میں واقعی کامیاب ہو سکتا ہوں۔' وہ 'حقیقی میں'، جو ابھی تعلیم کے معاملے میں دھندلا ہوا ہے، برتر ہے۔

نوجوان: نہیں، اس کا کوئی مطلب نہیں ہے — دوسری بات جو آپ کہہ رہے ہیں وہ احساس کمتری سے بالاتر ہے۔ یہ واقعی کسی بھی چیز سے زیادہ بہادری ہے، ہے نا؟

فلاسفر: بے شک۔ احساس کمتری ایک اور خاص ذہنی حالت میں بھی ترقی کر سکتا ہے۔

نوجوان: اور وہ کیا ہے؟

فلاسفر: مجھے شک ہے کہ آپ نے اس کے بارے میں بہت کچھ سنا ہے۔ یہ 'برتری کمپلیکس' ہے۔

یوتھ: برتری کمپلیکس؟

فلسفی: کوئی شخص احساس کمتری کا شکار ہے، اور اس کے علاوہ، کسی میں کوشش اور ترقی کے صحت مند طریقوں سے اس کی تلافی کرنے کی ہمت نہیں ہے۔ یہ کہا جا رہا ہے، کوئی سوچ کے احساس کمتری کو برداشت نہیں کر سکتا، A صورت حال ہے، اس لیے B نہیں ہو سکتا۔ کوئی بھی 'کسی کی نااہلی' کو قبول نہیں کر سکتا۔ اس وقت، وہ شخص کسی دوسرے انداز میں معاوضہ دینے کی کوشش کرنے کے بارے میں سوچتا ہے، اور ایک آسان راستہ تلاش کرتا ہے۔

نوجوان: وہ کیا طریقہ ہے؟

فلسفی: یہ اس طرح کام کرنا ہے جیسے کوئی واقعی برتر ہے، اور برتری کے من گھڑت احساس میں مبتلا ہونا ہے۔

نوجوان: برتری کا من گھڑت احساس؟

فلسفی: ایک مانوس مثال 'اختیار دینا' ہے۔

نوجوان: اس کا کیا مطلب ہے؟

فلسفی: کوئی شخص ایک طاقتور شخص کے ساتھ اچھے تعلقات کا مظاہرہ کرتا ہے (عام طور پر - یہ آپ کے اسکول کی کلاس کے رہنما سے لے کر مشہور مشہور شخصیت تک کوئی بھی ہوسکتا ہے)۔ اور ایسا کرنے سے، یہ معلوم ہوتا ہے کہ کوئی خاص ہے۔ کسی کے کام کے تجربے کو غلط انداز میں پیش کرنا یا لباس کے مخصوص برانڈز کے ساتھ حد سے زیادہ وفاداری جیسے روپے اختیار دینے کی شکلیں ہیں، اور غالباً اس میں برتری کمپلیکس کے پہلو بھی ہیں۔ ہر معاملے میں، ایسا نہیں ہے کہ 'میں' اصل میں اعلیٰ یا خاص ہے۔ یہ صرف یہ ہے کہ کوئی شخص 'میں' کو اتھارٹی سے جوڑ کر اسے برتر بنا رہا ہے۔ مختصر یہ کہ یہ برتری کا من گھڑت احساس ہے۔

نوجوان: اور اس کی بنیاد پر احساس کمتری ہے؟

فلاسفر: بالکل۔ میں فیشن کے بارے میں زیادہ نہیں جانتا ہوں، لیکن میں سمجھتا ہوں کہ ان لوگوں کے بارے میں سوچنا مناسب ہے جو اپنی تمام انگلیوں میں یا قوت اور زمرہ کے ساتھ انگوٹھی پہنتے ہیں، جمالیاتی حساسیت کے مسائل کے بجائے احساس کمتری کا شکار ہیں۔ دوسرے لفظوں میں، ان میں برتری کمپلیکس کے آثار ہیں۔

نوجوان: ٹھیک ہے۔

فلسفی: لیکن جو لوگ ادھار کی طاقت پر خود کو بڑا بناتے ہیں وہ بنیادی طور پر دوسرے لوگوں کے اقدار کے نظام کے مطابق زندگی گزار رہے ہیں۔ وہ دوسرے لوگوں کی زندگی گزار رہے ہیں۔ یہ ایک نکتہ ہے جس پر زور دینا ضروری ہے۔

نوجوان: تو، ایک برتری کمپلیکس۔ یہ بہت دلچسپ نفسیات ہے۔ کیا آپ مجھے ایک مختلف مثال دے سکتے ہیں؟

فلسفی: ایک ایسا شخص ہے جو اپنی کامیابیوں پر فخر کرنا پسند کرتا ہے۔ کوئی ایسا شخص جو اپنے ماضی کی شان سے چمٹا رہتا ہے، اور ہمیشہ اس وقت کی یادیں سناتا رہتا ہے جب اس کی روشنی سب سے زیادہ چمکتی تھی۔ شاید آپ کچھ ایسے لوگوں کو جانتے ہوں۔ ایسے تمام لوگوں کے بارے میں کہا جا سکتا ہے کہ وہ برتری کے حامل ہیں۔

نوجوان: اس قسم کا آدمی جو اپنی کامیابیوں پر فخر کرتا ہے؟ جی ہاں، یہ ایک متکبرانہ رویہ ہے، لیکن وہ فخر کر سکتا ہے کیونکہ وہ اصل میں اعلیٰ ہے۔ آپ اسے برتری کا من گھڑت احساس نہیں کہہ سکتے۔

فلاسفر: آہ، لیکن آپ غلط ہیں۔ جو لوگ اس حد تک آگے بڑھتے ہیں کہ باتوں پر اونچی آواز میں گھمنڈ کرتے ہیں انہیں درحقیقت اپنے آپ پر کوئی بھروسہ نہیں ہوتا۔ جیسا کہ ایڈلر واضح طور پر اشارہ کرتا ہے، 'جو فخر کرتا ہے وہ صرف احساس کمتری کی وجہ سے ایسا کرتا ہے۔'

نوجوان: آپ کہہ رہے ہیں کہ گھمنڈ کرنا ایک الٹا احساس کمتری ہے؟

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ اگر کسی کو واقعی اپنے آپ پر بھروسہ ہے تو اسے فخر کرنے کی ضرورت محسوس نہیں ہوتی۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ کسی کا احساس کمتری مضبوط ہے جس پر کوئی فخر کرتا ہے۔ کسی کو اپنی برتری کو زیادہ سے زیادہ ظاہر کرنے کی ضرورت محسوس ہوتی ہے۔ اس بات کا خدشہ ہے کہ اگر کوئی ایسا نہیں کرتا ہے تو ایک بھی شخص اسے 'میں جیسا ہوں' قبول نہیں کرے گا۔ یہ ایک مکمل طور پر تیار کردہ برتری کمپلیکس ہے۔

نوجوان: تو، اگرچہ الفاظ کی آواز سے کوئی یہ سوچے گا کہ کمتریت اور برتری کا کمپلیکس قطبی مخالف ہیں، حقیقت میں وہ ایک دوسرے سے ملتے ہیں؟

فلسفی: ہاں، وہ واضح طور پر جڑے ہوئے ہیں۔ اب، ایک آخری مثال ہے جو میں دینا چاہوں گا، ایک پیچیدہ مثال جو فخر سے متعلق ہے۔ یہ ایک ایسا نمونہ ہے جو برتری کے ایک خاص احساس کی طرف لے جاتا ہے جو احساس کمتری کے شدید ہونے کی وجہ سے ظاہر ہوتا ہے۔ ٹھوس الفاظ میں، یہ کسی کی اپنی بدقسمتی پر شیخی مارنا ہے۔

نوجوان: اپنی بدقسمتی پر شیخی مارنا؟

فلسفی: وہ شخص جو اپنی پرورش اور اس جیسی چیزوں کے بارے میں بات کرتے وقت فخریہ انداز اختیار کرتا ہے۔ مختلف بدبختی جو اس پر برسی ہے۔ اگر کوئی اس شخص کو تسلی دینے کی کوشش کرے، یا کچھ تبدیلی کرنے کی تجویز کرے، تو وہ یہ کہہ کر مدد کرنے سے انکار کر دے گا کہ 'تم نہیں سمجھتے کہ میں کیسا محسوس کر رہا ہوں۔'

نوجوان: ٹھیک ہے، ایسے لوگ ہیں، لیکن...

فلسفی: ایسے لوگ اپنی بدقسمتی کے تجربے سے خود کو 'خاص' بنانے کی کوشش کرتے ہیں، اور اپنی بدقسمتی کی ایک حقیقت سے

خود کو دوسروں سے اوپر رکھیں۔ مثال کے طور پر اس حقیقت کو لیں کہ میں چھوٹا ہوں۔
چلیں کہ مہربان لوگ میرے پاس آتے ہیں اور کہتے ہیں، 'اس میں فکر کرنے کی کوئی بات نہیں ہے،' یا 'ایسی چیزوں کا انسانی اقدار سے کوئی تعلق نہیں ہے۔' اب، اگر میں ان کو مسترد کر دوں اور کہوں، 'آپ کو لگتا ہے کہ آپ جانتے ہیں کہ لوگ کس مشکل سے گزرتے ہیں، بہ؟'، تو کوئی بھی مجھ سے کچھ نہیں کہے گا۔ مجھے یقین ہے کہ میرے آس پاس موجود ہر شخص میرے ساتھ ایسا سلوک کرنا شروع کر دے گا جیسے میں پھٹنے والا پھوڑا ہو، اور مجھے بہت احتیاط سے سنبھالے گا — یا، کیا کہوں، احتیاط سے۔

نوجوان: بالکل سچ۔

فلسفی: ایسا کرنے سے، میرا مقام دوسرے لوگوں سے برتر ہو جاتا ہے، اور میں خاص بن سکتا ہوں۔ بہت سے لوگ بیمار یا زخمی ہونے یا دل ٹوٹنے کی ذہنی اذیت میں مبتلا ہونے پر اس قسم کا رویہ اپنا کر 'خصوصی وجود' بننے کی کوشش کرتے ہیں۔

نوجوان: تو، وہ اپنے احساس کمتری کو ظاہر کرتے ہیں، اور اسے اپنے فائدے کے لیے استعمال کرتے ہیں؟

فلاسفر: ہاں۔ وہ اپنی بدقسمتی کو اپنے فائدے کے لیے استعمال کرتے ہیں، اور اس سے دوسرے فریق کو قابو کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ یہ اعلان کرتے ہوئے کہ وہ کتنے بدقسمت ہیں اور انہوں نے کتنا نقصان اٹھایا ہے، وہ اپنے اردگرد کے لوگوں (مثال کے طور پر ان کے خاندان اور دوست احباب) کو پریشان کرنے کی کوشش کر رہے ہیں، اور ان کی گفتگو اور برتاؤ کو محدود کرنے اور ان پر قابو پانے کی کوشش کر رہے ہیں۔ جن لوگوں کے بارے میں میں شروع میں بات کر رہا تھا، جو اپنے آپ کو اپنے کمروں میں بند کر لیتے ہیں، اکثر برتری کے جذبات میں مبتلا رہتے ہیں جو بدقسمتی کو اپنے فائدے کے لیے استعمال کرتے ہیں۔ اتنا کہ ایڈلر نے خود نشاندہی کی، 'ہماری ثقافت میں کمزوری کافی مضبوط اور طاقتور ہو سکتی ہے۔'

نوجوان: تو کیا کمزوری طاقتور ہے؟

فلسفی: ایڈلر کہتے ہیں، 'حقیقت میں، اگر ہم خود سے پوچھیں کہ ہماری ثقافت میں سب سے مضبوط شخص کون ہے، تو منطقی جواب بچے گا۔ بچہ حکمرانی کرتا ہے اور اس پر غلبہ حاصل نہیں کیا جا سکتا۔' بچہ اپنی کمزوری سے بڑوں پر راج کرتا ہے۔ اور اس کمزوری کی وجہ سے کوئی اس پر قابو نہیں پا سکتا۔

نوجوان: میں نے کبھی اس نقطہ نظر کا سامنا نہیں کیا۔

فلسفی: بلاشبہ، جس شخص کو تکلیف ہوئی ہے اس کے الفاظ - 'تم نہیں سمجھتے کہ میں کیسا محسوس کر رہا ہوں' - میں ایک حد تک سچائی کا امکان ہے۔

تکلیف میں مبتلا شخص کے احساسات کو مکمل طور پر سمجھنا ایک ایسی چیز ہے جس کی کوئی طاقت نہیں ہے۔ لیکن جب تک کوئی 'خاص' ہونے کے لیے اپنی بدقسمتی کو اپنے فائدے کے لیے استعمال کرتا رہے گا، اسے ہمیشہ اس بدقسمتی کی ضرورت رہے گی۔

نوجوان اور فلسفی نے اب بحث کے موضوعات کی ایک سیریز کا احاطہ کیا تھا: احساس کمتری، احساس کمتری، اور برتری کا پیچیدہ۔ نفسیات کے کلیدی الفاظ اگرچہ واضح طور پر تھے، لیکن ان میں موجود سچائیاں نوجوانوں کے تصور کردہ معنی سے بہت مختلف تھیں۔ پھر بھی، کسی نہ کسی طرح اسے کچھ ٹھیک نہیں لگا۔ اس سب کے بارے میں کیا ہے کہ مجھے قبول کرنے میں مشکل ہو رہی ہے؟ ٹھیک ہے، یہ تعارفی حصہ ہونا چاہیے، بنیاد، جو مجھے شکوک دے رہی ہے۔ نوجوان نے سکون سے بولنے کے لیے منہ کھولا۔

زندگی کوئی مقابلہ نہیں ہے۔

نوجوان: لیکن، میرا اندازہ ہے کہ میں اب بھی واقعی سمجھ نہیں پایا ہوں۔

فلاسفر: ٹھیک ہے، مجھ سے جو چاہو پوچھو۔

یوتھ: ایڈلر تسلیم کرتا ہے کہ برتری کا حصول - ایک زیادہ برتر ہونے کی کوشش کرنا - ایک عالمگیر خواہش ہے، ہے؟ نا؟ دوسری طرف، وہ کمتری اور برتری کے ضرورت سے زیادہ جذبات کے حوالے سے انتباہ کا نوٹ دے رہا ہے۔ یہ سمجھنا آسان ہو گا کہ اگر وہ برتری کے حصول کو ترک کر سکتا ہے تو میں اسے قبول کر سکتا ہوں۔ ہمیں کیا کرنا ہے؟

فلسفی: اس کے بارے میں اس طرح سوچو۔ جب ہم برتری کے حصول کا حوالہ دیتے ہیں، تو اس کو دوسرے لوگوں سے برتر بننے کی خواہش کے طور پر سوچنے کا رجحان ہوتا ہے۔ اوپر چڑھنے کی خواہش کے طور پر، چاہے اس کا مطلب دوسروں کو نیچے لات مارنا ہے — آپ جانتے ہیں، سیڑھی پر چڑھنے اور لوگوں کو اوپر جانے کے لیے راستے سے ہٹانے کی تصویر۔ ایڈلر یقیناً ایسے رویوں کو برقرار نہیں رکھتا۔ بلکہ، وہ کہہ رہا ہے کہ ایک ہی سطح کے کھیل کے میدان پر، ایسے لوگ ہیں جو آگے بڑھ رہے ہیں، اور ایسے لوگ ہیں جو ان کے پیچھے آگے بڑھ رہے ہیں۔ اس تصویر کو ذہن میں رکھیں۔ اگرچہ طے شدہ فاصلہ اور چلنے کی رفتار میں فرق ہے، لیکن سب ایک ہی فلیٹ جگہ پر برابر چل رہے ہیں۔ برتری کا حصول اپنے پیروں پر ایک قدم آگے بڑھنے کی ذہنیت ہے، نہ کہ اس قسم کے مقابلے کی ذہنیت جس کا مقصد دوسرے لوگوں سے بڑا ہونا ضروری ہے۔

نوجوان: تو کیا زندگی مقابلہ نہیں ہے؟

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ کسی سے مقابلہ کیے بغیر صرف آگے کی سمت بڑھتے رہنا ہی کافی ہے۔ اور، یقیناً، دوسروں کے ساتھ اپنے آپ کو موازنہ کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔

نوجوان: نہیں، یہ ناممکن ہے۔ ہم ہمیشہ اپنا موازنہ دوسرے لوگوں سے کریں گے، چاہے کچھ بھی ہو۔ یہیں سے ہماری احساس کمتری جنم لیتی ہے، ہے نا؟

فلسفی: کمتری کا ایک صحت مند احساس ایسی چیز نہیں ہے جو اپنے آپ کو دوسروں سے موازنہ کرنے سے حاصل ہوتا ہے، بلکہ کسی کے اپنے مثالی نفس سے موازنہ کرنے سے ہوتا ہے۔

نوجوان: لیکن...

فلسفی: دیکھو، ہم سب مختلف ہیں۔ جنس، عمر، علم، تجربہ، ظاہری شکل - ہم میں سے کوئی بھی ایک جیسے نہیں ہیں۔ آئیے مثبت انداز میں اس حقیقت کو تسلیم کریں کہ دوسرے لوگ ہم سے مختلف ہیں۔ اور یہ کہ ہم ایک جیسے نہیں ہیں بلکہ برابر ہیں۔

نوجوان: ہم ایک جیسے نہیں ہیں، لیکن ہم برابر ہیں؟

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ ہر کوئی مختلف ہے۔ اس فرق کو اچھے اور برے اور برتر اور کمتر کے درمیان نہ ملایا جائے۔ ہم میں جتنے بھی اختلافات ہوں، ہم سب برابر ہیں۔

نوجوان: لوگوں کے لیے عہدے کا کوئی امتیاز نہیں۔ مثالی طور پر، مجھے لگتا ہے کہ، لیکن کیا اب ہم حقیقت کے بارے میں ایماندارانہ بحث کرنے کی کوشش نہیں کر رہے ہیں؟ کیا آپ واقعی کہیں گے، مثال کے طور پر، کہ میں، ایک بالغ، اور ایک بچہ جو ابھی تک اپنے ریاضی کے ساتھ جدوجہد کر رہا ہے، برابر ہیں؟

فلسفی: علم اور تجربے کی مقدار، اور پھر ذمہ داری کی مقدار کے لحاظ سے، فرق ضرور ہے۔ ہو سکتا ہے کہ بچہ اپنے جوتے کو ٹھیک طرح سے باندھنے کے قابل نہ ہو، یا پیچیدہ ریاضیاتی مساوات کا پتہ نہ لگا سکے، یا مسائل پیدا ہونے پر ایک بالغ کی طرح ذمہ داری اٹھانے کے قابل نہ ہو۔ تاہم، ایسی چیزوں کا انسانی اقدار سے کوئی تعلق نہیں ہونا چاہیے۔ میرا جواب بھی وہی ہے۔

انسان سب برابر ہیں، لیکن ایک جیسے نہیں۔

نوجوان: پھر، کیا آپ کہہ رہے ہیں کہ بچے کے ساتھ ایک بالغ بالغ جیسا سلوک کیا جانا چاہیے؟

فلسفی: نہیں، بچے کے ساتھ بالغ یا بچے جیسا سلوک کرنے کے بجائے، ان کے ساتھ انسان جیسا سلوک کرنا چاہیے۔ ایک بچے کے ساتھ خلوص کے ساتھ بات چیت کرتا ہے، جیسا کہ دوسرے انسان بالکل اپنے جیسا۔

نوجوان: چلو سوال بدلتے ہیں۔ تمام لوگ برابر ہیں۔ وہ ایک ہی سطح کے کھیل کے میدان پر ہیں۔ لیکن اصل میں، یہاں ایک تفاوت ہے، کیا وہاں نہیں ہے؟ آگے بڑھنے والے برتر ہیں اور پیچھے سے ان کا پیچھا کرنے والے کمتر ہیں۔ تو، ہم برتر اور کمتر کے مسئلے پر ختم ہو جاتے ہیں، کیا ہم نہیں؟

فلاسفر: نہیں، ہم نہیں کرتے۔ اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا کہ کوئی دوسروں کے آگے چلنے کی کوشش کر رہا ہے یا ان کے پیچھے چلنے کی کوشش کر رہا ہے۔ یہ ایسا ہے جیسے ہم ایک چپٹی جگہ سے گزر رہے ہیں جس کا کوئی عمودی محور نہیں ہے۔ ہم کسی سے مقابلہ کرنے کے لیے نہیں چلتے۔ یہ ماضی میں ترقی کرنے کی کوشش میں ہے کہ اب کون ہے کہ وہاں قدر ہے۔

نوجوان: کیا آپ ہر قسم کے مقابلے سے آزاد ہو گئے ہیں؟

فلاسفر: بالکل۔ میں رتبہ یا عزت حاصل کرنے کے بارے میں نہیں سوچتا، اور میں اپنی زندگی ایک بیرونی فلسفی کے طور پر گزار رہا ہوں جس کا دنیاوی مقابلہ سے کوئی تعلق نہیں ہے۔

نوجوان: کیا اس کا مطلب ہے کہ آپ مقابلہ سے باہر ہو گئے؟ کہ تم نے کسی طرح ہار مان لی؟

فلسفی: نہیں، میں نے ان جگہوں سے کنارہ کشی اختیار کر لی جو جیتنے اور ہارنے میں مصروف ہیں۔ جب کوئی خود بننے کی کوشش کر رہا ہے تو مقابلہ لامحالہ راستے میں آ جائے گا۔

نوجوان: ہرگز نہیں! یہ ایک تھکے ہوئے بوڑھے آدمی کی دلیل ہے۔ میرے جیسے نوجوان لوگوں کو مسابقت کے تناؤ کے درمیان اپنے ہی بوٹسٹریپ سے خود کو کھینچنا پڑتا ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ میرا کوئی حریف میرے ساتھ نہیں چل رہا ہے کہ میں خود سے آگے نہیں بڑھ سکتا۔ باہمی تعلقات کو مسابقتی سمجھنے میں کیا حرج ہے؟

فلسفی: اگر وہ حریف کوئی ہے جسے آپ کامریڈ کہہ سکتے ہیں، تو یہ ممکن ہے کہ وہ خود کو بہتر بنائے۔ لیکن، بہت سے معاملات میں، ایک مدمقابل آپ کا ساتھی نہیں ہوگا۔

نوجوان: کیا مطلب، بالکل؟

صرف آپ ہی پریشان ہیں۔ آپ کی ظاہری شکل

فلاسفر: آئیے ڈھیلے سروں کو باندھ لیں۔ شروع میں، آپ نے ایڈلر کی تعریف سے عدم اطمینان کا اظہار کیا کہ تمام مسائل باہمی تعلقات کے مسائل ہیں، ٹھیک ہے؟ احساس کمتری پر ہماری بحث کی بنیاد یہی تھی۔

نوجوان: ہاں، یہ درست ہے۔ احساس کمتری کا موضوع بہت شدید تھا، اور میں اس نکتے کو بھولنے کے راستے پر تھا۔ آپ نے پہلے موضوع کو کیوں اٹھایا؟

فلسفی: یہ مقابلہ کے موضوع سے جڑا ہوا ہے۔ براہ مہربانی یاد رکھیں کہ اگر کسی شخص کے باہمی تعلقات کی بنیاد پر مقابلہ ہے، تو وہ باہمی تعلقات کے مسائل سے بچ نہیں سکے گا اور نہ ہی بدقسمتی سے بچ سکے گا۔

نوجوان: کیوں نہیں؟

فلسفی: کیونکہ مقابلے کے اختتام پر فاتح اور ہارنے والے ہوتے ہیں۔

نوجوان: جیتنے اور ہارنے والوں کا ہونا بالکل ٹھیک ہے!

فلسفی: اس پر کچھ غور کریں، اگر یہ آپ ہوتے، خاص طور پر، جو اپنے اردگرد کے لوگوں سے مقابلہ کرنے کا شعور رکھتے تھے۔ ان کے ساتھ اپنے تعلقات میں، آپ کے پاس فتح یا شکست کے ہوش میں رہنے کے سوا کوئی چارہ نہیں ہوگا۔ مسٹر اے اس مشہور یونیورسٹی میں داخل ہوئے، مسٹر بی کو کام مل گیا۔

اس بڑی کمپنی اور مسٹر سی نے اتنی اچھی نظر آنے والی عورت کے ساتھ رابطہ قائم کیا ہے — اور آپ اپنا موازنہ ان سے کریں گے اور سوچیں گے، میرے پاس بس یہی ہے۔

نوجوان: ہا ہا۔ یہ کافی مخصوص ہے۔

فلسفی: جب کوئی مقابلہ اور فتح و شکست کا ہوش میں ہے تو احساس کمتری کا پیدا ہونا ناگزیر ہے۔ کیونکہ کوئی مسلسل اپنا موازنہ دوسروں سے کرتا ہے اور سوچتا ہے کہ میں نے اس شخص کو شکست دی یا میں اس شخص سے ہار گیا۔ کمتری کمپلیکس اور برتری کمپلیکس اسی کی توسیع ہیں۔ اب، اس وقت آپ کے خیال میں دوسرا شخص آپ کے لیے کس قسم کا ہے؟

نوجوان: مجھے نہیں معلوم — ایک حریف، میرا اندازہ ہے؟

فلسفی: نہیں، محض حریف نہیں۔ اس سے پہلے کہ آپ اسے جان لیں، آپ ہر ایک شخص کو، پوری دنیا کے ہر فرد کو اپنے دشمن کے طور پر دیکھنا شروع کر دیتے ہیں۔

نوجوان: میرا دشمن؟

فلسفی: آپ یہ سوچنے لگتے ہیں کہ لوگ ہمیشہ آپ کو حقیر سمجھتے ہیں اور آپ کے ساتھ حقارت سے پیش آتے ہیں۔ کہ وہ تمام دشمن ہیں جنہیں کبھی کم نہیں سمجھا جانا چاہیے، جو کسی کھلنے کے انتظار میں پڑے رہتے ہیں اور ٹوپی کے قطرے پر حملہ کرتے ہیں۔ مختصر یہ کہ دنیا ایک خوفناک جگہ ہے۔

نوجوان: وہ دشمن جن کو کبھی کم نہیں سمجھنا چاہیے... میں کس سے مقابلہ کر رہا ہوں؟

فلاسفر: یہ وہی ہے جو مقابلہ کے بارے میں بہت خوفناک ہے۔ یہاں تک کہ اگر آپ بارے ہوئے نہیں ہیں، یہاں تک کہ اگر آپ کوئی ایسا شخص ہے جو جیتتا رہتا ہے، اگر آپ کوئی ایسا شخص ہے جس نے خود کو مقابلہ میں رکھا ہے، تو آپ کو ایک لمحہ بھی سکون نہیں ملے گا۔ آپ بارے ہوئے نہیں بننا چاہتے۔ اور اگر آپ بارے ہوئے نہیں بننا چاہتے ہیں تو آپ کو ہمیشہ جیتتے رہنا ہوگا۔ آپ دوسرے لوگوں پر بھروسہ نہیں کر سکتے۔ اس وجہ سے کہ بہت سارے لوگ حقیقت میں خوشی محسوس نہیں کرتے جب وہ معاشرے کی نظروں میں اپنی کامیابی کی تعمیر کر رہے ہیں وہ یہ ہے کہ وہ مقابلہ میں رہ رہے ہیں۔

کیونکہ ان کے نزدیک دنیا ایک خطرناک جگہ ہے جو دشمنوں سے بھری ہوئی ہے۔

نوجوان: مجھے لگتا ہے، لیکن...

فلسفی: لیکن کیا دوسرے لوگ حقیقت میں آپ کو اس قدر دیکھتے ہیں؟ کیا وہ واقعی آپ کو چوبیس گھنٹے دیکھ رہے ہیں، اور حملہ کرنے کے لیے بہترین لمحے کے انتظار میں پڑے ہیں؟ اس کا امکان کم ہی لگتا ہے۔ میرا ایک نوجوان دوست، جب وہ نوعمر تھا، کافی وقت آئینے کے سامنے اپنے بالوں کو ترتیب دینے میں گزارا کرتا تھا۔ اور ایک بار، جب وہ ایسا کر رہا تھا، تو اس کی دادی نے کہا، 'آپ واحد ہیں جو پریشان ہیں کہ آپ کیسے نظر آتے ہیں۔' ان کا کہنا ہے کہ اس کے بعد زندگی سے نمٹنا ان کے لیے قدرے آسان ہو گیا۔

نوجوان: ارے، یہ تو مجھ پر طنز ہے، بے نا؟ یقیناً، شاید میں اپنے آس پاس کے لوگوں کو دشمن کے طور پر دیکھتا ہوں۔ میں مسلسل ان تیروں کے حملے کے خوف میں ہوں جو کسی بھی وقت مجھ پر اڑ سکتے ہیں۔ میں ہمیشہ سوچتا ہوں کہ مجھے دوسروں کی طرف سے دیکھا جا رہا ہے، کہ مجھ پر سخت فیصلے کیے جا رہے ہیں، اور یہ کہ مجھ پر حملہ کیا جائے گا۔ اور یہ شاید سچ ہے کہ یہ ایک خود شعوری ردعمل ہے، بالکل آئینے کے جنون میں مبتلا نوجوان کی طرح۔ دنیا کے لوگ میری طرف توجہ نہیں دے رہے ہیں۔ یہاں تک کہ اگر میں سڑک پر ہاتھ دھرے چلوں، وہ کوئی نوٹس نہیں لیں گے! لیکن، مجھے نہیں معلوم۔ کیا آپ یہ کہہ رہے ہیں کہ میرا احساس کمتری ایک ایسی چیز ہے جس کا میں نے انتخاب کیا ہے۔ اس کا کوئی مقصد ہے؟ یہ صرف میرے لئے کوئی معنی نہیں رکھتا۔

فلاسفر: اور ایسا کیوں ہے؟

نوجوان: میرا ایک بھائی ہے جو مجھ سے تین سال بڑا ہے۔ وہ بڑے بھائی کی کلاسک امیج پر فٹ بیٹھتا ہے — وہ ہمیشہ وہی کرتا ہے جو ہمارے والدین کہتے ہیں، وہ اپنی پڑھائی اور کھیلوں میں سبقت لے جاتا ہے، اور وہ محنت کی تصویر ہے۔ اور جب سے میں چھوٹا تھا، میرا موازنہ ہمیشہ اس سے کیا جاتا تھا۔ وہ بوڑھا اور زیادہ ترقی یافتہ ہے، اس لیے یقیناً میں اسے کبھی بھی کسی چیز پر شکست نہیں دے سکتا تھا۔ ہمارے والدین نے ایسے حالات کی بالکل بھی پرواہ نہیں کی، اور نہ ہی مجھے پہچانے کا کوئی نشان دیا۔ میں نے جو بھی کیا، میرے ساتھ ایک بچے کی طرح سلوک کیا گیا، اور مجھے ہر موقع پر مارا گیا اور خاموش رہنے کو کہا گیا۔ میں نے اپنے جذبات کو اپنے پاس رکھنا سیکھا۔ میں نے اپنی زندگی مکمل طور پر احساس کمتری میں ڈوبی ہوئی ہے، اور میرے پاس اپنے بھائی کے ساتھ مقابلہ کرنے کے لیے ہوش میں رہنے کے سوا کوئی چارہ نہیں تھا!

فلاسفر: میں دیکھتا ہوں۔

نوجوان: کبھی کبھی میں اس کے بارے میں اس طرح سوچتا ہوں: میں اس لوکی کی طرح ہوں جو کافی دھوپ کے بغیر اگتا ہے۔ لہذا، یہ قدرتی ہے کہ میں سب کے ساتھ مڑ گیا ہوں

احساس کمتری۔ اگر کوئی ہے جو ایسی صورت حال میں سیدھا بڑھ سکتا ہے، ٹھیک ہے، میں ان سے ملنا پسند کروں گا!

فلاسفر: میں سمجھتا ہوں۔ میں واقعی سمجھتا ہوں کہ آپ کیسا محسوس کرتے ہیں۔ اب، آپ کے بھائی کے ساتھ آپ کے تعلقات کو مدنظر رکھتے ہوئے 'مقابلہ' کو دیکھتے ہیں۔ اگر آپ اپنے بھائی اور آپ کے دوسرے باہمی تعلقات کے حوالے سے مقابلے کے رجحان کے ساتھ نہیں سوچتے ہیں، تو لوگ آپ کو کیسے نظر آئیں گے؟

نوجوان: ٹھیک ہے، میرا بھائی میرا بھائی ہے، اور مجھے لگتا ہے کہ دوسرے لوگ ایک اور کہانی ہیں۔

فلسفی: نہیں، انہیں زیادہ مثبت ساتھی بننا چاہیے۔

نوجوان: ساتھیو؟

فلسفی: پہلے، کیا آپ نے یہ نہیں کہا تھا کہ 'میں دوسرے لوگوں کی خوشیاں پورے دل سے نہیں منا سکتا'؟ آپ باہمی تعلقات کو مقابلہ کے طور پر سوچتے ہیں؛ آپ دوسروں کی خوشی کو 'میری بار' سمجھتے ہیں، اور اسی لیے آپ اسے نہیں منا سکتے۔ تاہم، ایک بار جب کوئی مسابقت کے منصوبے سے آزاد ہو جاتا ہے، تو کسی پر فتح پانے کی ضرورت ختم ہو جاتی ہے۔ ایک اس خوف سے بھی رہائی ملتی ہے کہ شاید میں بار جاؤں اور انسان دوسرے لوگوں کی خوشی کو دل سے منانے کے قابل ہو جاتا ہے۔ ایک شخص دوسرے لوگوں کی خوشی میں فعال طور پر حصہ ڈالنے کے قابل ہو سکتا ہے۔ وہ شخص جو ہمیشہ ضرورت کے وقت دوسرے کی مدد کرنے کا ارادہ رکھتا ہے - یہ وہ ہے جسے مناسب طریقے سے آپ کا ساتھی کہا جا سکتا ہے۔

نوجوان: ہم۔

فلسفی: اب ہم حصے کی طرف آتے ہیں۔ جب آپ واقعی یہ محسوس کرنے کے قابل ہو جائیں گے کہ 'لوگ میرے ساتھی ہیں'، تو آپ کا دنیا کو دیکھنے کا انداز بالکل بدل جائے گا۔ اب آپ دنیا کو ایک خطرناک جگہ کے طور پر نہیں سوچیں گے، یا غیر ضروری شکوک و شبہات میں مبتلا نہیں ہوں گے۔ دنیا آپ کے سامنے ایک محفوظ اور خوشگوار جگہ کے طور پر ظاہر ہوگی۔ اور آپ کے باہمی تعلقات کے مسائل ڈرامائی طور پر کم ہو جائیں گے۔

نوجوان: آپ کتنے خوش انسان ہیں! لیکن آپ جانتے ہیں، یہ سب سورج مکھی کی طرح ہے۔ یہ ایک سورج مکھی کا استدلال ہے جو پوری دھوپ میں نہایا جاتا ہے۔

ہر روز، اور کافی پانی کے ساتھ پالا۔ مدہم سایہ میں اگنے والا لوکی اتنا اچھا نہیں کرتا!

فلاسفر: آپ دوبارہ ایٹولوجی (اسباب کی انتساب) کی طرف لوٹ رہے ہیں۔

نوجوان: اوہ ہاں، مجھے یقین ہے!

سخت والدین کے ذریعہ پرورش پانے والا نوجوان بچپن سے ہی اپنے بڑے بھائی کے مقابلے میں ظلم و ستم کا شکار تھا۔ اس کی کوئی بھی رائے کبھی نہیں سنی گئی اور اسے ایسے پرتشدد الفاظ کا نشانہ بنایا گیا کہ وہ چھوٹے بھائی کے لیے ناقص بہانہ ہے۔ اسکول میں بھی دوست بنانے سے قاصر، اس نے اپنے وقفے کا سارا وقت لائبریری میں اکیلے گزارا، جو اس کی واحد پناہ گاہ بن گئی۔ یہ نوجوان جس نے اپنے ابتدائی سال اس طرح سے گزارے تھے وہ صحیح معنوں میں ایٹولوجی کا باشندہ تھا۔ اگر اس کی پرورش ان والدین نے نہ کی ہوتی۔ اگر وہ بڑا بھائی کبھی موجود نہ ہوتا۔ اور اگر وہ اس اسکول میں نہ جاتا تو وہ ایک روشن زندگی گزار سکتا تھا۔ نوجوان ہر ممکن حد تک ٹھنڈے دماغ سے بحث میں حصہ لینے کی کوشش کر رہا تھا، لیکن اب اس کے کئی برسوں کے جذبات پھٹنے لگے۔

اقتدار سے بدلہ لینے کی جدوجہد

نوجوان: ٹھیک ہے، یہ سب ٹیلیولوجی اور اس طرح کی باتیں خالص نفاست ہے، اور صدمہ ضرور موجود ہے۔ اور لوگ ماضی سے آزاد نہیں ہو سکتے۔
یقیناً آپ کو اس کا احساس ہے؟ ہم ٹائم مشین میں ماضی میں واپس نہیں جا سکتے۔
جب تک ماضی ماضی کے طور پر موجود ہے، ہم ماضی کے سیاق و سباق کے اندر رہتے ہیں۔
اگر کوئی ماضی کو ایک ایسی چیز سمجھے جس کا کوئی وجود ہی نہیں ہے تو یہ اسی طرح ہو گا جیسے کسی نے گزری ہوئی پوری زندگی کی نفی کی۔ کیا آپ تجویز کر رہے ہیں کہ میں ایسی غیر ذمہ دارانہ زندگی کا انتخاب کروں؟

فلسفی: یہ سچ ہے کہ نہ کوئی ٹائم مشین کا استعمال کر سکتا ہے اور نہ ہی وقت کے ہاتھ کو موڑ سکتا ہے۔ لیکن ماضی کے واقعات سے منسوب کیا معنی رکھتا ہے؟
یہ وہ کام ہے جو 'اب آپ' کو دیا گیا ہے۔

نوجوان: ٹھیک ہے، تو آئیے 'اب' کے بارے میں بات کرتے ہیں۔ پچھلی بار، آپ نے کہا تھا کہ لوگ غصے کے جذبات کو گھڑتے ہیں، ٹھیک ہے؟ اور یہی ٹیلیولوجی کا نقطہ نظر ہے۔ میں اب بھی اس بیان کو قبول نہیں کر سکتا۔ مثال کے طور پر، آپ معاشرے کے خلاف غصے یا حکومت کے خلاف غصے کی مثالوں کی وضاحت کیسے کریں گے؟
کیا آپ کہیں گے کہ یہ جذبات بھی کسی کی رائے کو آگے بڑھانے کے لیے گھڑے جاتے ہیں؟

فلسفی: یقیناً ایسے مواقع آتے ہیں جب میں سماجی مسائل کے حوالے سے ناراضگی محسوس کرتا ہوں۔ لیکن میں یہ کہوں گا کہ جذبات کے اچانک پھٹ جانے کے بجائے یہ منطق پر مبنی برہمی ہے۔ معاشرے کے تضادات اور ناانصافیوں کے حوالے سے ذاتی غصہ (ذاتی رنجش) اور برہمی میں فرق ہے۔ ذاتی غصہ جلد ٹھنڈا ہو جاتا ہے۔ دوسری طرف، راستبازی کا غصہ طویل عرصے تک رہتا ہے۔ ذاتی رنجش کے اظہار کے طور پر غصہ کچھ نہیں بلکہ دوسروں کو آپ کے تابع کرنے کا ایک ذریعہ ہے۔

نوجوان: آپ کہتے ہیں کہ ذاتی رنجشیں اور نیک غصہ مختلف ہیں؟

فلسفی: وہ بالکل مختلف ہیں۔ کیونکہ نیک غصہ اپنے مفادات سے بالاتر ہے۔

نوجوان: پھر، میں ذاتی رنجشوں کے بارے میں پوچھوں گا۔ یقیناً آپ کو کبھی کبھی غصہ بھی آتا ہے
—مثال کے طور پر، اگر کوئی آپ کو کسی خاص وجہ کے بغیر گالی دیتا ہے — کیا آپ نہیں؟

فلاسفر: نہیں، میں نہیں کرتا۔

نوجوان: چلو، سچ بولو۔

فلسفی: اگر کوئی مجھے میرے چہرے پر گالی دے تو میں اس شخص کے پوشیدہ مقصد کے بارے میں سوچوں گا۔ یہاں تک کہ اگر آپ براہ راست بدسلوکی نہیں کر رہے ہیں، جب آپ کسی دوسرے شخص کے الفاظ یا رویے کی وجہ سے حقیقی طور پر ناراض محسوس کرتے ہیں، تو براہ کرم غور کریں کہ وہ شخص آپ کو طاقت کی جدوجہد کے لیے چیلنج کر رہا ہے۔

نوجوان: اقتدار کی کشمکش؟

فلسفی: مثال کے طور پر، ایک بچہ مختلف مذاق اور بدتمیزی کے ساتھ ایک بالغ کو چھیڑ دے گا۔ بہت سے معاملات میں، یہ توجہ حاصل کرنے کے مقصد کے ساتھ کیا جاتا ہے، اور بالغ کے حقیقی طور پر ناراض ہونے سے پہلے ہی ختم ہو جائے گا۔ تاہم، اگر بچہ بالغ کے حقیقی غصے میں آنے سے پہلے نہیں رکتا، تو اس کا مقصد دراصل لڑائی جھگڑا کرنا ہے۔

نوجوان: وہ لڑائی میں کیوں پڑنا چاہے گا؟

فلاسفر: وہ جیتنا چاہتا ہے۔ وہ جیت کر اپنی طاقت ثابت کرنا چاہتا ہے۔

نوجوان: مجھے یہ بات سمجھ نہیں آئی۔ کیا آپ مجھے کچھ ٹھوس مثالیں دے سکتے ہیں؟

فلسفی: مان لیجئے کہ آپ اور ایک دوست موجودہ سیاسی صورتحال پر گفتگو کر رہے ہیں۔ کچھ ہی دیر میں، یہ ایک گرما گرم بحث میں بدل جاتا ہے، اور آپ میں سے کوئی بھی اختلاف رائے کو قبول کرنے کو تیار نہیں ہے جب تک کہ آخر کار اس مقام تک نہ پہنچ جائے جہاں وہ ذاتی حملوں میں ملوث ہونے لگتا ہے۔ کہ آپ بیوقوف ہیں، اور یہ آپ جیسے لوگوں کی وجہ سے ہے۔ یہ ملک نہیں بدلتا۔ اس قسم کی چیز۔

نوجوان: لیکن اگر کسی نے مجھ سے یہ کہا تو میں اسے برداشت نہیں کر پاؤں گا۔

فلسفی: اس معاملے میں، دوسرے شخص کا مقصد کیا ہے؟ کیا وہ صرف سیاست پر بات کرنا چاہتا ہے؟ نہیں، ایسا نہیں ہے۔ یہ ہے کہ وہ آپ کو ناقابل برداشت محسوس کرتا ہے، اور وہ آپ پر تنقید کرنا اور مشتعل کرنا چاہتا ہے، اور آپ کو طاقت کی کشمکش کے ذریعے تابع کرنا چاہتا ہے۔ اگر آپ اس مقام پر ناراض ہو جاتے ہیں، تو وہ لمحہ آجائے گا جس کی وہ توقع کر رہا تھا، اور یہ رشتہ اچانک اقتدار کی کشمکش میں بدل جائے گا۔ خواہ کوئی بھی اشتعال انگیزی ہو، آپ کو اندر نہیں آنا چاہیے۔

نوجوان: نہیں، اس سے بھاگنے کی ضرورت نہیں ہے۔ اگر کوئی لڑائی شروع کرنا چاہتا ہے تو اسے قبول کرنا ٹھیک ہے۔ کیونکہ یہ دوسرا لڑکا ہے جو بہر حال غلطی پر ہے۔
تم اس کی ناک میں دم کر سکتے ہو، احمق احمق۔ الفاظ کے ساتھ، یہ ہے۔

فلاسفر: اب، چلو کہ تم جھگڑے پر قابو پالو۔ اور پھر دوسرا آدمی، جو آپ کو ہرانا چاہتا تھا، اسپورٹس مین کی طرح پیچھے ہٹ جاتا ہے۔ بات یہ ہے کہ اقتدار کی کشمکش وہیں ختم نہیں ہوتی۔ تنازعہ ہارنے کے بعد، وہ اگلے مرحلے پر چلا جاتا ہے۔

نوجوان: اگلا مرحلہ؟

فلاسفر: ہاں۔ یہ انتقام کا مرحلہ ہے۔ اگرچہ وہ وقتی طور پر پیچھے ہٹ گیا ہے، لیکن وہ کسی اور جگہ اور کسی اور شکل میں بدلہ لینے کا منصوبہ بنائے گا، اور انتقامی کارروائی کے ساتھ دوبارہ ظاہر ہوگا۔

نوجوان: مثلاً کیا؟

فلسفی: والدین کے ہاتھوں مظلوم بچہ بدکاری کی طرف مائل ہو جائے گا۔ وہ سکول جانا چھوڑ دے گا۔ وہ اپنی کلاٹیاں کاٹ دے گا یا خود کو نقصان پہنچانے کے دوسرے کاموں میں مشغول ہو جائے گا۔ فرائیڈین ایٹولوجی میں، اس کو سادہ وجہ اور اثر سمجھا جاتا ہے: والدین نے بچے کی پرورش اس طرح کی، اور یہی وجہ ہے کہ بچہ اس طرح بڑا ہوا۔ یہ بالکل ایسے ہی ہے جیسے یہ بتانا کہ ایک پودے کو پانی نہیں پلایا گیا، اس لیے وہ مرجھا گیا۔ یہ ایک ایسی تشریح ہے جسے سمجھنا یقیناً آسان ہے۔ لیکن ایڈلیرن ٹیلیولوجی اس مقصد کی طرف آنکھ بند نہیں کرتی جسے بچہ چھپا رہا ہے۔ یعنی والدین سے انتقام کا ہدف۔ اگر وہ مجرم بن جاتا ہے، اس کو سکول جانا چھوڑ دیتا ہے، اس کی کلاٹیاں کاٹتا ہے یا اس طرح کی چیزیں، والدین پریشان ہوں گے۔ وہ گھبرائیں گے اور خود کو اس کی وجہ سے پریشان کریں گے۔ علم میں ہے کہ ایسا ہو گا کہ بچہ مسئلہ میں مشغول ہو جائے گا۔

سلوک تاکہ موجودہ مقصد (والدین سے انتقام) حاصل کیا جا سکے، اس لیے نہیں کہ وہ ماضی کے اسباب (گھریلو ماحول) سے متاثر ہو۔

نوجوان: وہ اپنے والدین کو پریشان کرنے کے لیے پریشانی کے ساتھ برتاؤ کرتا ہے؟

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ شاید بہت سے لوگ ایسے ہوں گے جو اپنی کلائیاں کاٹنے والے بچے کو دیکھ کر پراسرار ہو جاتے ہیں اور سوچتے ہیں کہ وہ ایسا کیوں کرے گا؟ لیکن یہ سوچنے کی کوشش کریں کہ بچے کے آس پاس کے لوگ - مثال کے طور پر والدین - کلائی کاٹنے کے رویے کے نتیجے میں کیسا محسوس کریں گے۔ اگر آپ ایسا کرتے ہیں تو، رویے کے پیچھے مقصد اس کی اپنی مرضی کے مطابق آنا چاہئے۔

نوجوان: مقصد انتقام ہے؟

فلاسفر: ہاں۔ اور ایک بار جب باہمی تعلق انتقامی مرحلے تک پہنچ جاتا ہے، تو دونوں فریقوں کے لیے حل تلاش کرنا تقریباً ناممکن ہو جاتا ہے۔ ایسا ہونے سے روکنے کے لیے، جب کسی کو طاقت کی کشمکش کا سامنا کرنا پڑتا ہے، تو اسے کبھی بھی اپنے آپ کو اندر آنے کی اجازت نہیں دینی چاہیے۔

غلطی تسلیم کرنا شکست نہیں ہے۔

نوجوان: ٹھیک ہے، پھر آپ کو کیا کرنا چاہیے جب آپ کو اپنے چہرے پر ذاتی حملوں کا نشانہ بنایا جائے؟ کیا آپ صرف مسکراتے ہیں اور برداشت کرتے ہیں؟

فلسفی: نہیں، یہ خیال کہ آپ اسے برداشت کر رہے ہیں، اس بات کا ثبوت ہے کہ آپ ابھی تک اقتدار کی کشمکش میں پھنسنے ہوئے ہیں۔ جب آپ کو کسی لڑائی کے لیے چیلنج کیا جاتا ہے، اور آپ کو لگتا ہے کہ یہ طاقت کی لڑائی ہے، تو جتنی جلدی ممکن ہو تنازعہ سے دستبردار ہو جائیں۔ اس کے عمل کا جواب رد عمل سے نہ دیں۔ ہم صرف یہی کر سکتے ہیں۔

نوجوان: لیکن کیا اشتعال انگیزی کا جواب نہ دینا واقعی اتنا آسان ہے؟ سب سے پہلے، آپ کیسے کہیں گے کہ مجھے اپنے غصے پر قابو رکھنا چاہیے؟

فلسفی: جب آپ اپنے غصے پر قابو رکھتے ہیں، تو آپ اسے برداشت کر رہے ہیں، ٹھیک ہے؟ اس کے بجائے، آئیے غصے کے جذبات کا استعمال کیے بغیر معاملات کو حل کرنے کا طریقہ سیکھیں۔ کیونکہ سب کے بعد، غصہ ایک آلہ ہے، مقصد کے حصول کا ذریعہ۔

نوجوان: یہ ایک مشکل ہے۔

فلسفی: سب سے پہلی چیز جسے میں آپ یہاں سمجھنا چاہتا ہوں وہ یہ ہے کہ غصہ رابطے کی ایک شکل ہے، اور یہ کہ بات چیت غصے کو استعمال کیے بغیر ممکن ہے۔ ہم اپنے خیالات اور ارادوں کو بیان کر سکتے ہیں اور غصے کی ضرورت کے بغیر قبول کر سکتے ہیں۔ اگر آپ اسے تجرباتی طور پر سمجھنا سیکھ لیں تو غصے کے جذبات خود ہی ظاہر ہونا بند ہو جائیں گے۔

نوجوان: لیکن اگر وہ آپ پر غلط الزامات لگاتے ہیں، یا توہین آمیز تبصرے کرتے ہیں تو کیا ہوگا؟ تب بھی مجھے غصہ نہیں آنا چاہیے؟

فلاسفر: لگتا ہے آپ ابھی تک نہیں سمجھے۔ ایسا نہیں ہے کہ آپ کو غصہ نہیں آنا چاہیے، لیکن یہ کہ غصے کے آلے پر بھروسہ کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ چڑچڑا لوگوں کا غصہ کم نہیں ہوتا - یہ صرف اتنا ہے کہ وہ نہیں جانتے کہ غصے کے علاوہ مواصلات کے موثر اوزار موجود ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ لوگ 'میں نے ابھی بولا' یا 'وہ غصے میں اڑ گیا' جیسی باتیں کہتے ہیں۔ ہم بات چیت کے لیے غصے پر انحصار کرتے ہیں۔

نوجوان: غصے کے علاوہ مواصلت کے موثر اوزار...

فلاسفر: ہمارے پاس زبان ہے۔ ہم زبان کے ذریعے بات چیت کر سکتے ہیں۔
زبان کی طاقت اور منطق کی زبان پر یقین رکھیں۔

نوجوان: یقیناً، اگر میں اس پر یقین نہ کرتا، تو ہم یہ مکالمہ نہیں کر رہے ہوتے۔

فلسفی: طاقت کی جدوجہد کے بارے میں ایک اور چیز۔ ہر معاملے میں، اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا ہے کہ آپ کو کتنا ہی صحیح لگتا ہے، کوشش کریں کہ اس بنیاد پر دوسرے فریق پر تنقید نہ کریں۔ یہ ایک باہمی تعلقات کا جال ہے جس میں بہت سے لوگ گرتے ہیں۔

نوجوان: وہ کیوں؟

فلسفی: جس لمحے کسی کو یقین ہو جاتا ہے کہ ایک باہمی تعلق میں 'میں صحیح ہوں'، وہ پہلے ہی طاقت کی جدوجہد میں قدم رکھ چکا ہے۔

نوجوان: صرف اس لیے کہ آپ کو لگتا ہے کہ آپ صحیح ہیں؟ کوئی راستہ نہیں، یہ صرف چیزوں کو تناسب سے باہر اڑا رہا ہے۔

فلاسفر: میں ٹھیک کہہ رہا ہوں۔ یعنی دوسرا فریق غلط ہے۔ اس وقت، بحث کا محور 'دعاؤں کی درستگی' سے 'باہمی تعلق کی حالت' کی طرف منتقل ہو جاتا ہے۔ دوسرے لفظوں میں، یہ یقین کہ 'میں صحیح ہوں' اس مفروضے کی طرف لے جاتا ہے کہ 'یہ شخص غلط ہے'، اور آخر کار یہ ایک مقابلہ بن جاتا ہے اور آپ سوچتے ہیں، مجھے جیتنا ہے۔ یہ ایک طاقت کی کشمکش ہے۔

نوجوان: ہمم۔

فلسفی: سب سے پہلے، کسی کے دعوے کی درستگی کا جیتنے یا ہارنے سے کوئی تعلق نہیں ہے۔ اگر آپ کو لگتا ہے کہ آپ صحیح ہیں، اس سے قطع نظر کہ دوسرے لوگوں کی رائے کیا ہو سکتی ہے، اس معاملے کو وہاں اور وہیں سے بند کر دینا چاہیے۔ تاہم، بہت سے لوگ اقتدار کی کشمکش میں جلدی کریں گے، اور دوسروں کو ان کے تابع کرنے کی کوشش کریں گے۔ اور یہی وجہ ہے کہ وہ 'غلطی تسلیم کرنے' کو 'شکست تسلیم کرنا' سمجھتے ہیں۔

نوجوان: ہاں، یہ پہلو ضرور ہے۔

فلسفی: ہارنا نہ چاہنے کی ذہنیت کی وجہ سے، کوئی اپنی غلطی تسلیم کرنے سے قاصر رہتا ہے، جس کا نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ وہ غلط راستے کا انتخاب کرتا ہے۔ غلطیوں کو تسلیم کرنا، معافی مانگنا، اور اقتدار کی کشمکش سے دستبردار ہونا، ان میں سے کوئی بھی چیز شکست نہیں ہے۔ برتری کا حصول ایسی چیز نہیں ہے جو دوسرے لوگوں کے ساتھ مقابلے کے ذریعے انجام دی جائے۔

نوجوان: تو، جب آپ جیتنے اور ہارنے پر اکتفا کرتے ہیں، تو آپ صحیح انتخاب کرنے کی صلاحیت کھو دیتے ہیں؟

فلاسفر: ہاں۔ یہ آپ کے فیصلے پر بادل ڈال دیتا ہے، اور آپ صرف فتح یا شکست دیکھ سکتے ہیں۔ پھر آپ غلط راستے کو ٹھکرا دیتے ہیں۔ یہ تب ہی ہے جب ہم مقابلہ اور جیت اور ہار کی عینک اتار دیں گے کہ ہم خود کو درست کرنا اور بدلنا شروع کر سکتے ہیں۔

ان کاموں پر قابو پانا جن کا آپ کو سامنا ہے۔ زندگی میں

نوجوان: ٹھیک ہے، لیکن پھر بھی ایک مسئلہ ہے۔ یہ بیان ہے 'تمام مسائل باہمی تعلقات کے مسائل ہیں'۔ میں دیکھ سکتا ہوں کہ احساس کمتری ایک باہمی تعلق کی پریشانی ہے، اور یہ کہ اس کے ہم پر کچھ خاص اثرات ہوتے ہیں۔ اور میں اس خیال کو منطقی طور پر قبول کرتا ہوں کہ زندگی کوئی مقابلہ نہیں ہے۔ میں دوسرے لوگوں کو کامیڈ کے طور پر نہیں دیکھ سکتا، اور اپنے اندر کہیں نہ کہیں میں انہیں دشمن سمجھتا ہوں۔ یہ واضح طور پر معاملہ ہے، لیکن جو چیز مجھے حیران کن معلوم ہوتی ہے وہ یہ ہے کہ ایڈلر باہمی تعلقات کو اتنی اہمیت کیوں دیتا ہے؟ وہ ان سب کو 'سب' کہنے تک کیوں جاتا ہے؟

فلسفی: باہمی تعلقات کا مسئلہ اس قدر اہم ہے کہ اس پر خواہ کتنے ہی وسیع پیمانے پر توجہ دی جائے، یہ کبھی بھی کافی نہیں لگتا۔ پچھلی بار میں نے آپ سے کہا تھا، 'آپ میں جس چیز کی کمی ہے وہ خوش رہنے کی ہمت ہے۔' تمہیں وہ یاد ہے نا؟

نوجوان: میں کوشش کرتا تو اسے بھول نہیں سکتا تھا۔

فلسفی: تو، آپ دوسرے لوگوں کو دشمن کیوں دیکھتے ہیں، اور آپ انہیں اپنے ساتھی کیوں نہیں سوچ سکتے؟ اس کی وجہ یہ ہے کہ آپ اپنی ہمت کھو چکے ہیں اور آپ اپنے 'زندگی کے کاموں' سے بھاگ رہے ہیں۔

نوجوان: میری زندگی کے کام؟

فلاسفر: ٹھیک ہے۔ یہ ایک اہم نکتہ ہے۔ ایڈلیرن نفسیات میں، انسانی رویے اور نفسیات کے لیے واضح مقاصد بیان کیے گئے ہیں۔

نوجوان: کس قسم کے مقاصد؟

فلسفی: پہلا، رویے کے دو مقاصد ہیں: خود انحصار ہونا اور معاشرے کے ساتھ ہم آہنگی کے ساتھ رہنا۔ اس کے بعد، نفسیات کے مقاصد جو ان رویوں کی حمایت کرتے ہیں وہ شعور ہے کہ میرے پاس صلاحیت ہے اور یہ شعور ہے کہ لوگ میرے ساتھی ہیں۔

نوجوان: بس ایک لمحہ۔ میں یہ لکھ رہا ہوں ... رویے کے درج ذیل دو مقاصد ہیں: خود انحصار ہونا اور معاشرے کے ساتھ ہم آہنگی کے ساتھ رہنا۔ اور اس نفسیات کے لیے درج ذیل دو مقاصد ہیں جو ان رویوں کی حمایت کرتے ہیں: وہ شعور کہ میرے پاس قابلیت ہے اور یہ شعور کہ لوگ میرے ساتھی ہیں ... ٹھیک ہے، میں دیکھ سکتا ہوں کہ یہ ایک اہم موضوع ہے: خود انحصار ہونا۔ افراد اور معاشرے کے ساتھ ہم آہنگی کے ساتھ رہتے ہوئے۔ ایسا لگتا ہے کہ یہ ہر اس چیز کے ساتھ منسلک ہے جس پر ہم بحث کر رہے

فلسفی: اور ان مقاصد کو ایڈلر نے 'زندگی کے کاموں' کا نام دے کر حاصل کیا جا سکتا ہے۔

نوجوان: پھر، زندگی کے کام کیا ہیں؟

فلسفی: آئیے لفظ 'زندگی' کے بارے میں سوچیں کہ بچپن کا پتہ چلتا ہے۔ بچپن کے دوران، ہم اپنے والدین کی طرف سے محفوظ ہیں اور کام کرنے کی ضرورت کے بغیر رہ سکتے ہیں۔ لیکن آخر کار، وہ وقت آتا ہے جب کسی کو خود انحصار ہونا پڑتا ہے۔ کوئی بھی اپنے والدین پر ہمیشہ کے لیے انحصار نہیں کر سکتا، اور کسی کو ذہنی طور پر خود انحصار ہونا چاہیے، یقیناً، اور سماجی لحاظ سے بھی خود انحصار ہونا چاہیے، اور کسی کو کسی نہ کسی کام میں مشغول ہونا پڑتا ہے۔ جو کہ اس تک محدود نہیں ہے۔ کمپنی میں کام کرنے کی تنگ تعریف مزید برآں، بڑے ہونے کے عمل میں، انسان ہر طرح کے دوست تعلقات رکھنے لگتا ہے۔ یقیناً، کوئی کسی کے ساتھ محبت کا رشتہ قائم کر سکتا ہے جو شادی تک لے جا سکتا ہے۔ اگر ایسا ہوتا ہے تو، ایک ازدواجی تعلق شروع کر دے گا، اور اگر کسی کے بچے ہیں، تو والدین اور بچے کا رشتہ شروع ہو جائے گا۔ ایڈلر نے باہمی تعلقات کے تین زمرے بنائے جو ان عمل سے پیدا ہوتے ہیں۔ اس نے انہیں 'کام کے کام'، 'دوستی کے کام' اور 'محبت کے کاموں' کے طور پر کہا، اور سب کو مل کر 'زندگی کے کام' کہا۔

نوجوان: کیا یہ وہ فرائض ہیں جو معاشرے کے ایک رکن کے طور پر عائد ہوتے ہیں؟ دوسرے لفظوں میں مزدوری اور ٹیکس کی ادائیگی جیسی چیزیں؟

فلاسفر: نہیں، براہ کرم اس کے بارے میں صرف اور صرف باہمی تعلقات کے حوالے سے سوچیں۔
یعنی کسی کے باہمی تعلقات میں فاصلہ اور گہرائی۔ ایڈلر نے کبھی کبھی اس نکتے پر زور دینے کے لیے 'تین سماجی تعلقات' کا استعمال کیا۔

نوجوان: کسی کے باہمی تعلقات میں فاصلہ اور گہرائی؟

فلسفی: وہ باہمی تعلقات جن کا سامنا ایک فرد کے پاس سماجی وجود کے طور پر زندگی گزارنے کی کوشش کرنے کے سوا کوئی چارہ نہیں ہوتا۔ یہ زندگی کے کام ہیں۔ وہ درحقیقت اس لحاظ سے کام ہیں کہ کسی کے پاس ان کا مقابلہ کرنے کے سوا کوئی چارہ نہیں ہے۔

نوجوان: کیا آپ زیادہ مخصوص ہوں گے؟

فلسفی: پہلے کام کے کاموں کو دیکھتے ہیں۔ کام کی نوعیت سے قطع نظر، کوئی بھی کام ایسا نہیں ہے جو خود ہی مکمل ہو جائے۔ مثال کے طور پر، میں یہاں عام طور پر اپنے مطالعے میں کسی کتاب کے لیے مخطوطات لکھتا ہوں۔ لکھنا مکمل طور پر خود مختار کام ہے جو میں کسی اور سے نہیں کر سکتا۔

لیکن پھر ایڈیٹر اور بہت سے دوسرے لوگوں کی موجودگی ہوتی ہے، جن کی مدد کے بغیر یہ کام مکمل نہیں ہوتا، کتابوں کے ڈیزائن اور پرنٹنگ کو سنبھالنے والے لوگوں سے لے کر ڈسٹری بیوشن اور بک اسٹور کے عملے تک۔ جو کام دوسرے لوگوں کے تعاون کے بغیر مکمل ہو سکتا ہے وہ اصولی طور پر ناقابل عمل ہے۔

نوجوان: بڑے پیمانے پر، مجھے لگتا ہے کہ ایسا ہے۔

فلسفی: تاہم، فاصلے اور گہرائی کے نقطہ نظر سے غور کیا جائے تو، کام کے باہمی تعلقات کو سب سے کم رکاوٹیں کہا جا سکتا ہے۔ کام کے باہمی تعلقات میں اچھے نتائج حاصل کرنے کا مشترکہ مقصد آسان سمجھا جاتا ہے، لہذا لوگ تعاون کر سکتے ہیں چاہے وہ ہمیشہ ساتھ نہ رہیں، اور کسی حد تک ان کے پاس تعاون کرنے کے سوا کوئی چارہ نہیں ہے۔ اور جب تک کوئی رشتہ صرف کام کی بنیاد پر قائم ہوتا ہے، کام کے اوقات ختم ہونے یا نوکری بدلنے پر یہ کسی باہر کے شخص کے ساتھ تعلقات میں واپس آجائے گا۔

نوجوان: جی بالکل سچ۔

فلسفی: اور وہ لوگ جو اس مرحلے پر باہمی تعلقات میں پھنس جاتے ہیں وہ لوگ ہیں جنہیں 'STEEN' [ایک نوجوان جو تعلیم، ملازمت یا تربیت میں نہیں ہے] یا 'شٹ ان' [گھر کے اندر محدود شخص] کہا جاتا ہے۔

نوجوان: ہہ؟ ذرا رکو! کیا آپ کہہ رہے ہیں کہ وہ صرف اس لیے کام کرنے کی کوشش نہیں کرتے کہ وہ کام سے جڑے باہمی تعلقات سے بچنا چاہتے ہیں، یہ نہیں کہ وہ کام نہیں کرنا چاہتے یا وہ دستی مزدوری کرنے سے انکار کر رہے ہیں؟

فلسفی: اس سوال کو ایک طرف رکھتے ہوئے کہ آیا وہ خود اس سے آگاہ ہیں یا نہیں، باہمی تعلقات بنیادی ہیں۔ مثال کے طور پر، ایک آدمی کام تلاش کرنے کے لیے ریزوم بھیجتا ہے اور انٹرویو لیتا ہے، صرف ایک کے بعد ایک کمپنی اسے مسترد کر دیتی ہے۔ اس سے اس کے غرور کو ٹھیس پہنچتی ہے۔ وہ سوچنے لگتا ہے کہ کام کرنے کا مقصد کیا ہے اگر اسے ایسی چیزوں سے گزرنا پڑے۔

یا وہ کام میں بڑی غلطی کرتا ہے۔ اس کی وجہ سے کمپنی کو بھاری رقم کا نقصان ہو رہا ہے۔ بالکل ناامید محسوس کرنا، گویا وہ اندھیرے میں ڈوب گیا ہے، وہ اگلے دن کام پر آنے کا سوچ بھی نہیں سکتا۔ ان میں سے کوئی بھی اس کام کی مثال نہیں ہے جو خود ہی ناگوار ہو جائے۔

جو چیز ناگوار ہے وہ کام کے ذریعے دوسروں کی طرف سے تنقید یا سرزنش کرنا، قابلیت نہ ہونے یا کام کے لیے نااہل یا غیر موزوں ہونے کا لیبل لگانا، اور کسی کے ناقابل بدلہ نفس کے وقار کو مجروح کرنا ہے۔ دوسرے لفظوں میں، ہر چیز باہمی تعلقات کا مسئلہ ہے۔

سرخ سٹرنگ اور سخت زنجیریں۔

نوجوان: ٹھیک ہے، میں اپنے اعتراضات کو بعد میں محفوظ کر لوں گا۔ اگلا، دوستی کے کام کے بارے میں کیا خیال ہے؟

فلسفی: یہ ایک وسیع تر معنوں میں دوستی کا رشتہ ہے، کام سے دور، کیونکہ کام کی جگہ کی کوئی مجبوری نہیں ہے۔ یہ ایک ایسا رشتہ ہے جسے شروع کرنا یا گہرا کرنا مشکل ہے۔

نوجوان: آہ، آپ نے صحیح کہا! اگر کوئی جگہ ہے، جیسے کہ کسی کے اسکول یا کام کی جگہ، کوئی پھر بھی رشتہ بنا سکتا ہے۔ لیکن پھر یہ ایک سطحی رشتہ ہوگا جو اس جگہ تک محدود ہے۔ یہاں تک کہ ذاتی دوستی کا رشتہ شروع کرنے کی کوشش کرنا، یا اسکول یا کام کی جگہ سے باہر کسی دوست کو تلاش کرنا، انتہائی مشکل ہوگا۔

فلاسفر: کیا آپ کے پاس کوئی ایسا ہے جسے آپ اپنا قریبی دوست کہیں؟

نوجوان: میرا ایک دوست ہے۔ لیکن مجھے یقین نہیں ہے کہ میں اسے ایک قریبی دوست کہوں گا...

فلاسفر: میرے لیے بھی ایسا ہی ہوتا تھا۔ جب میں ہائی اسکول میں تھا، میں نے دوست بنانے کی کوشش بھی نہیں کی، اور اپنے دن یونانی اور جرمن کی تعلیم حاصل کرنے میں گزارے، خاموشی سے فلسفے کی کتابیں پڑھنے میں مشغول رہے۔ میری والدہ میرے بارے میں فکر مند تھیں اور اپنے بوم روم ٹیچر سے مشورہ کرنے گئیں۔ اور میرے استاد نے اس سے کہا، 'پیشانی ہونے کی ضرورت نہیں ہے۔ وہ ایک ایسا شخص ہے جسے دوستوں کی ضرورت نہیں ہے۔' یہ الفاظ میری ماں کے لیے اور میرے لیے بھی بہت حوصلہ افزا تھے۔

نوجوان: ایسا شخص جسے دوستوں کی ضرورت نہیں؟ تو، ہائی اسکول میں آپ کا ایک بھی دوست نہیں تھا؟

فلاسفر: نہیں، میرا ایک دوست تھا۔ اس نے کہا، 'یونیورسٹی میں سیکھنے کے لائق کوئی چیز نہیں ہے،' اور آخر میں وہ یونیورسٹی میں داخل ہی نہیں ہوا۔ وہ کئی سالوں تک پہاڑوں میں تنہائی میں چلا گیا، اور ان دنوں میں نے سنا ہے کہ وہ جنوب مشرقی ایشیا میں صحافت میں کام کر رہا ہے۔ میں نے اسے کئی دہائیوں سے نہیں دیکھا، لیکن مجھے یہ احساس ہے کہ اگر ہم دوبارہ اکٹھے ہوئے، تو ہم اسی طرح گھومنے کے قابل ہو جائیں گے جیسا کہ ہم نے اس وقت کیا تھا۔ بہت سے لوگ سوچتے ہیں کہ آپ کے جتنے زیادہ دوست ہوں گے اتنا ہی بہتر ہے، لیکن مجھے اس بارے میں اتنا یقین نہیں ہے۔ آپ کے دوستوں یا جاننے والوں کی تعداد میں کوئی اہمیت نہیں ہے۔ اور یہ ایک ایسا موضوع ہے جو محبت کے کام سے جڑتا ہے، لیکن ہمیں جس چیز کے بارے میں سوچنا چاہیے وہ ہے تعلق کی دوری اور گہرائی۔

نوجوان: کیا میرے لیے قریبی دوست بنانا ممکن ہو گا؟

فلاسفر: یقیناً ہو گا۔ اگر آپ بدلیں گے تو آپ کے آس پاس والے بھی بدل جائیں گے۔ ان کے پاس تبدیلی کے سوا کوئی چارہ نہیں ہوگا۔ ایڈلیرین نفسیات خود کو بدلنے کی نفسیات ہے، دوسروں کو بدلنے کی نفسیات نہیں۔

دوسروں کے بدلنے کا انتظار کرنے یا حالات کے بدلنے کا انتظار کرنے کے بجائے، آپ پہلا قدم خود آگے بڑھائیں۔

... نوجوان: ہمم

فلاسفر: حقیقت یہ ہے کہ تم اس طرح میرے کمرے میں مجھ سے ملنے آئے ہو۔

اور، آپ میں، مجھے ایک نوجوان دوست ملا ہے۔

نوجوان: میں تمہارا دوست ہوں؟

فلاسفر: ہاں، کیونکہ آپ ہیں۔ یہاں جو مکالمہ چل رہا ہے وہ مشاورت نہیں ہے، اور ہمارے درمیان کام کا رشتہ نہیں ہے۔ میرے نزدیک آپ ایک ناقابل تلافی دوست ہیں۔ کیا آپ کو ایسا نہیں لگتا؟

نوجوان: میں آپ کا... اٹل دوست ہوں؟ نہیں، میں ابھی اس بارے میں کچھ نہیں سوچوں گا۔ آئیے بس چلتے رہیں۔ آخری کے بارے میں کیا، محبت کا کام؟

فلسفی: اس کے بارے میں سوچئے کہ اسے دو مراحل میں تقسیم کیا گیا ہے: ایک، جنہیں محبت کے رشتے کہا جاتا ہے۔ اور دو، خاندان کے ساتھ تعلقات، خاص طور پر والدین-بچوں کے تعلقات۔ ہم نے کام اور دوستی پر بات کی ہے، لیکن، تین کاموں میں سے، غالباً یہ محبت کا کام ہے جو سب سے مشکل ہے۔ جب ایک

دوستی کا رشتہ محبت میں بدل گیا ہے، گفتگو اور طرز عمل جس کی دوستوں کے درمیان اجازت تھی شاید وہ محبت کرنے والے بنتے ہی نہیں رہ سکتے۔ خاص طور پر، اس کا مطلب یہ ہوگا کہ مخالف جنس کے دوستوں کے ساتھ میل جول کی اجازت نہ دی جائے، اور بعض صورتوں میں صرف جنس مخالف کے کسی سے ٹیلی فون پر بات کرنا ہی حسد کو ہوا دینے کے لیے کافی ہے۔ فاصلہ اتنا ہی قریب اور رشتہ اتنا گہرا۔

نوجوان: ہاں، مجھے لگتا ہے کہ اس کی مدد نہیں کی جا سکتی۔

فلسفی: لیکن ایڈلر اپنے ساتھی پر پابندیاں قبول نہیں کرتا۔ اگر وہ شخص خوش نظر آتا ہے، تو کوئی اس شرط کو صاف صاف منہ سکتا ہے۔ وہ محبت ہے۔ وہ رشتے جن میں لوگ ایک دوسرے کو محدود کرتے ہیں بالآخر ٹوٹ جاتے ہیں۔

نوجوان: ٹھہرو، یہ ایک دلیل ہے جو صرف کفر کی تصدیق کا باعث بن سکتی ہے۔ کیونکہ اگر کسی کے ساتھی کا خوشی سے کوئی رشتہ چل رہا تھا، تو آپ کہہ رہے ہیں کہ اسے بھی منانا چاہیے۔

فلاسفر: نہیں، میں کسی کے ساتھ افیئر ہونے کی تصدیق نہیں کر رہا ہوں۔ اس کے بارے میں اس طرح سوچیں: جس قسم کا رشتہ جو کسی نہ کسی طرح سے جبر اور تناؤ کا احساس ہوتا ہے جب دو افراد ایک ساتھ ہوتے ہیں، اسے محبت نہیں کہا جا سکتا، چاہے جذبہ ہی کیوں نہ ہو۔ جب کوئی سوچ سکتا ہے، جب بھی میں اس شخص کے ساتھ ہوں، میں بہت آزادانہ برتاؤ کر سکتا ہوں، کوئی واقعی محبت کا احساس کر سکتا ہے۔ احساس کمتری کے بغیر یا اپنی برتری کا اظہار کرنے کی ضرورت سے پریشان ہونے کے بغیر، کوئی پرسکون اور بالکل فطری حالت میں ہوسکتا ہے۔ حقیقی محبت ایسی ہی ہوتی ہے۔ دوسری طرف پابندی، اپنے ساتھی کو کنٹرول کرنے کی کوشش کرنے کی ذہنیت کا مظہر ہے، اور ایک خیال بھی جس کی بنیاد عدم اعتماد کے احساس پر ہے۔ کسی ایسے شخص کے ساتھ ایک ہی جگہ میں رہنا جو آپ پر اعتماد نہیں کرتا ہے یہ کوئی قدرتی صورتحال نہیں ہے جسے کوئی برداشت کر سکتا ہے، کیا ایسا ہے؟ جیسا کہ ایڈلر کہتا ہے، 'اگر دو افراد اچھی شرائط پر ایک ساتھ رہنا چاہتے ہیں، تو انہیں ایک دوسرے کے ساتھ مساوی شخصیت کے طور پر برتاؤ کرنا چاہیے۔'

نوجوان: ٹھیک ہے۔

فلسفی: تاہم، محبت کے رشتوں اور ازدواجی تعلقات میں، علیحدگی کا آپشن ہوتا ہے۔ لہذا، یہاں تک کہ ایک شوہر اور بیوی جو کئی سالوں سے ایک دوسرے کے ساتھ رہے ہیں الگ ہوسکتے ہیں اگر تعلقات کو جاری رکھنا تکلیف دہ ہو جائے۔ تاہم، والدین اور بچے کے تعلقات میں، اصولی طور پر ایسا نہیں کیا جا سکتا۔ اگر رومانوی محبت سرخ تار سے جڑا رشتہ ہے تو والدین اور اولاد کا رشتہ سخت زنجیروں میں جکڑا ہوا ہے۔ اور اے

چھوٹی قینچی کا جوڑا آپ کے پاس ہے۔ یہ والدین اور بچے کے تعلقات کی مشکل ہے۔

نوجوان: تو، کوئی کیا کر سکتا ہے؟

فلسفی: اس مرحلے پر میں جو کہہ سکتا ہوں وہ یہ ہے کہ آپ کو بھاگنا نہیں چاہیے۔ اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا ہے کہ رشتہ کتنا ہی پریشان کن ہو، آپ کو اس سے گریز نہیں کرنا چاہیے اور نہ ہی اس سے نمٹنے کو ترک کرنا چاہیے۔ یہاں تک کہ اگر آخر میں آپ اسے قینچی سے کاٹنے جا رہے ہیں، تو پہلے آپ کو اس کا سامنا کرنا پڑے گا۔ سب سے بُری بات یہ ہے کہ صرف اس صورت حال کے ساتھ کھڑے رہیں جیسا کہ یہ ہے۔ یہ بنیادی طور پر ناممکن ہے کہ کسی شخص کے لیے مکمل طور پر تنہا زندگی گزاری جائے، اور یہ صرف سماجی تناظر میں ہی ہے کہ وہ شخص 'انفرادی' بن جاتا ہے۔ اسی لیے ایڈلیرین نفسیات میں، ایک فرد کے طور پر خود انحصاری اور معاشرے کے اندر تعاون کو بڑے مقاصد کے طور پر پیش کیا جاتا ہے۔ پھر، کوئی ان مقاصد کو کیسے حاصل کر سکتا ہے؟ اس نکتے پر، ایڈلر کام، دوستی اور محبت کے تین کاموں کو آگے بڑھانے کی بات کرتا ہے۔ باہمی تعلقات کے وہ کام جن کا سامنا کرنے کے لیے ایک زندہ انسان کے پاس کوئی چارہ نہیں ہوتا۔

نوجوان ابھی تک ان کے حقیقی معنی کو سمجھنے کی جدوجہد کر رہا تھا۔

'زندگی کے جھوٹ' میں مت پڑو

نوجوان: آہ، یہ پھر سے الجھ رہا ہے۔ آپ نے کہا کہ میں دوسرے لوگوں کو دشمن کے طور پر دیکھتا ہوں اور ان کے بارے میں کامریڈ نہیں سوچ سکتا، کیونکہ میں اپنی زندگی کے کاموں سے بھاگ رہا ہوں۔ اس کا کیا مطلب ہونا چاہیے تھا، ویسے بھی؟

فلاسفر: فرض کریں، مثال کے طور پر، کہ کوئی مسٹر اے ہے جسے آپ پسند نہیں کرتے۔ کیونکہ اس میں کچھ خامیاں ہیں جنہیں معاف کرنا مشکل ہے۔

نوجوان: بابا، اگر ہم ایسے لوگوں کی تلاش کر رہے ہیں جنہیں میں پسند نہیں کرتا، تو امیدواروں کی کوئی کمی نہیں ہے۔

فلسفی: لیکن ایسا نہیں ہے کہ آپ مسٹر اے کو ناپسند کرتے ہیں کیونکہ آپ ان کی خامیوں کو معاف نہیں کر سکتے۔ آپ کا مقصد پہلے سے مسٹر اے کو ناپسندیدگی کا اظہار کرنا تھا، اور پھر اس مقصد کو پورا کرنے کے لیے خامیوں کی تلاش شروع کردی۔

نوجوان: یہ مضحکہ خیز ہے! میں ایسا کیوں کرنے لگا؟

فلاسفر: تاکہ آپ مسٹر اے کے ساتھ باہمی تعلق سے بچ سکیں۔

نوجوان: برگز نہیں، یہ بالکل سوال سے باہر ہے۔ یہ ظاہر ہے کہ چیزوں کی ترتیب پیچھے کی طرف ہے۔ اس نے کچھ ایسا کیا جو مجھے پسند نہیں تھا، اسی لیے۔ اگر وہ ایسا نہ کرتا تو میرے پاس اس کو ناپسند کرنے کی کوئی وجہ نہ ہوتی۔

فلاسفر: نہیں، آپ غلط ہیں۔ یہ دیکھنا آسان ہے کہ کیا آپ کسی ایسے شخص سے علیحدگی کی مثال پر غور کرتے ہیں جس کے ساتھ محبت کا رشتہ رہا ہے۔ محبت کرنے والوں یا شادی شدہ جوڑوں کے درمیان تعلقات میں، ایسے وقت ہوتے ہیں جب، ایک خاص نقطہ کے بعد، کوئی شخص اپنے ساتھی کی ہر بات یا کہتا ہے یا کرتا ہے اس سے ناراض ہو جاتا ہے۔ مثال کے طور پر، وہ اس کی پرواہ نہیں کرتی ہے۔

جس طرح سے وہ کھاتا ہے؛ گھر میں اس کی ڈھٹائی کی شکل اسے غصے سے بھر دیتی ہے، اور یہاں تک کہ اس کے خراٹے بھی اسے بے چین کر دیتے ہیں۔ اگرچہ چند ماہ پہلے تک، اس سے پہلے کبھی بھی اس کو پریشان نہیں کیا تھا۔

نوجوان: ہاں، یہ جانا پہچانا لگتا ہے۔

فلسفی: وہ شخص ایسا محسوس کرتا ہے کیونکہ کسی مرحلے پر اس نے خود سے تہیہ کر لیا ہے، میں اس رشتے کو ختم کرنا چاہتا ہوں، اور وہ اس مواد کی تلاش میں ہے جس سے اسے ختم کیا جائے۔ دوسرا شخص بالکل نہیں بدلا۔ یہ اس کا اپنا مقصد ہے جو بدل گیا ہے۔ دیکھو، لوگ انتہائی خود غرض مخلوق ہوتے ہیں جو جب بھی ان پر موڈ آتا ہے دوسروں میں ہر قسم کی خامیاں اور خامیاں تلاش کرنے کی صلاحیت رکھتے ہیں۔ ایک کامل کردار والا آدمی ساتھ آ سکتا ہے، اور اسے ناپسند کرنے کی کوئی وجہ تلاش کرنے میں کوئی دقت نہیں ہوگی۔ یہی وجہ ہے کہ دنیا کسی بھی وقت ایک خطرناک جگہ بن سکتی ہے، اور ہر کسی کو اپنے دشمن کے طور پر دیکھنا ہمیشہ ممکن ہے۔

نوجوان: تو، میں دوسرے لوگوں میں خامیاں صرف اس لیے بنا رہا ہوں تاکہ میں اپنی زندگی کے کاموں سے بچ سکوں، اور مزید، تاکہ میں باہمی تعلقات سے بچ سکوں؟ اور میں دوسرے لوگوں کو اپنا دشمن سمجھ کر بھاگ رہا ہوں؟

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ ایڈلر نے زندگی کے کاموں سے بچنے کے لیے ہر طرح کے حیلے بہانوں کے ساتھ آنے کی حالت کا اشارہ کیا، اور اسے 'زندگی کا جھوٹ' کہا۔

نوجوان: ٹھیک ہے...

فلسفی: ہاں، یہ ایک سخت اصطلاح ہے۔ کوئی شخص اس صورتحال کی ذمہ داری کسی اور پر ڈال دیتا ہے۔ کوئی یہ کہہ کر اپنی زندگی کے کاموں سے بھاگ رہا ہے کہ سب کچھ دوسرے لوگوں کی غلطی ہے یا کسی کے ماحول کی غلطی ہے۔ یہ بالکل ویسا ہی ہے جیسا کہ میں نے شرمانے کے خوف سے لڑکی طالب علم کے بارے میں پہلے ذکر کیا تھا۔ کوئی اپنے آپ سے جھوٹ بولتا ہے اور کوئی اپنے اردگرد کے لوگوں سے بھی جھوٹ بولتا ہے۔ جب آپ واقعی اس کے بارے میں سوچتے ہیں، تو یہ ایک بہت ہی شدید اصطلاح ہے۔

نوجوان: لیکن تم یہ کیسے نتیجہ اخذ کر سکتے ہو کہ میں جھوٹ بول رہا ہوں؟ آپ اس بارے میں کچھ نہیں جانتے کہ میرے ارد گرد کس قسم کے لوگ ہیں، یا میں کس قسم کی زندگی گزارتا ہوں، کیا آپ؟

فلاسفر: سچ ہے، میں تمہارے ماضی کے بارے میں کچھ نہیں جانتا۔ نہ آپ کے والدین کے بارے میں، اور نہ ہی آپ کے بڑے بھائی کے بارے میں۔ میں صرف ایک بات جانتا ہوں۔

نوجوان: وہ کیا ہے؟

فلسفی: حقیقت یہ ہے کہ آپ ہی ہیں جنہوں نے آپ کے طرز زندگی کا فیصلہ کیا، اور کوئی نہیں۔

نوجوان: ارگ!

فلسفی: اگر آپ کا طرز زندگی دوسرے لوگوں یا آپ کے ماحول سے طے ہوتا ہے، تو یقینی طور پر ذمہ داری کو تبدیل کرنا ممکن ہوگا۔ لیکن ہم اپنے طرز زندگی کا انتخاب خود کرتے ہیں۔ یہ واضح ہے کہ ذمہ داری کہاں ہے۔

نوجوان: تو، آپ میری مذمت کرنے نکلے ہیں۔ لیکن آپ لوگوں کو جھوٹا اور بزدل کہہ رہے ہیں۔ اور کہا کہ سب میری ذمہ داری ہے۔

فلسفی: آپ کو غصے کی طاقت کو دور دیکھنے کے لیے استعمال نہیں کرنا چاہیے۔ یہ ایک بہت اہم نکتہ ہے۔ ایڈلر کبھی بھی زندگی کے کاموں یا زندگی کے جھوٹ پر اچھائی اور برائی کے حوالے سے بحث نہیں کرتا۔ یہ اخلاق یا اچھائی اور برائی نہیں ہے جس پر ہم بحث کریں، بلکہ ہمت کا مسئلہ ہے۔

نوجوان: ایک بار پھر حوصلہ!

فلاسفر: ہاں۔ یہاں تک کہ اگر آپ اپنے زندگی کے کاموں سے گریز کر رہے ہیں اور اپنی زندگی کے جھوٹ سے چمٹے ہوئے ہیں، تو اس کی وجہ یہ نہیں ہے کہ آپ برائی میں ڈوبے ہوئے ہیں۔ اخلاقی نقطہ نظر سے اس کی مذمت کرنا کوئی مسئلہ نہیں ہے۔ یہ صرف ہمت کا مسئلہ ہے۔

قبضے کی نفسیات سے پریکٹس کی نفسیات

نوجوان: تو آخر آپ جس کی بات کر رہے ہیں وہ ہمت ہے؟ یہ مجھے یاد دلاتا ہے، پچھلی بار آپ نے کہا تھا کہ ایڈلیرین سائیکالوجی ایک 'ہمت کی نفسیات' ہے۔

فلسفی: میں یہ کہہ کر اس میں اضافہ کروں گا کہ ایڈلیرین نفسیات 'قبضے کی نفسیات' نہیں ہے، بلکہ 'استعمال کی نفسیات' ہے۔

نوجوان: تو، یہ وہ بیان ہے: 'یہ وہ چیز نہیں ہے جس کے ساتھ کوئی پیدا ہوا ہے، بلکہ وہ اس سامان سے کیا فائدہ اٹھاتا ہے۔'

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ اسے یاد رکھنے کا شکریہ۔ فرائیڈین ایٹولوجی قبضے کی ایک نفسیات ہے، اور آخر کار عزم پر پہنچ جاتی ہے۔ دوسری طرف ایڈلیرین نفسیات، استعمال کی ایک نفسیات ہے، اور یہ آپ ہیں جو اس کا فیصلہ کرتے ہیں۔

نوجوان: ایڈلیرین نفسیات جرات کی ایک نفسیات ہے، اور ساتھ ہی یہ استعمال کی نفسیات ہے...

فلسفی: ہم انسان اتنے نازک نہیں ہیں کہ محض ایٹولوجیکل (وجہ اور اثر) صدمات کے رحم و کرم پر ہوں۔ ٹیلیولوجی کے نقطہ نظر سے، ہم اپنی زندگی اور اپنے طرز زندگی کا انتخاب خود کرتے ہیں۔ ہمارے پاس ایسا کرنے کی طاقت ہے۔

نوجوان: لیکن، ایمانداری سے، مجھے اپنے احساس کمتری پر قابو پانے کا اعتماد نہیں ہے۔ اور آپ کہہ سکتے ہیں کہ یہ زندگی کا جھوٹ ہے، لیکن میں شاید کبھی بھی احساس کمتری سے آزاد نہیں ہو سکوں گا۔

فلاسفر: آپ ایسا کیوں نہیں سوچتے؟

نوجوان: شاید آپ جو کہہ رہے ہیں وہ درست ہے۔ درحقیقت، مجھے یقین ہے کہ یہ ہے، اور ہمت واقعی وہی ہے جس کی مجھ میں کمی ہے۔ میں زندگی کے جھوٹ کو بھی قبول کر سکتا ہوں۔ میں لوگوں سے بات چیت کرنے سے ڈرتا ہوں۔ میں باہمی تعلقات میں مجروح نہیں ہونا چاہتا، اور میں اپنی زندگی کے کاموں کو ختم کرنا چاہتا ہوں۔ اس لیے میرے پاس یہ سارے بہانے تیار ہیں۔ جی بالکل ویسا ہی ہے جیسا آپ کہتے ہیں۔ لیکن کیا آپ ایک قسم کی روحانیت کی بات نہیں کر رہے؟ آپ صرف اتنا کہہ رہے ہیں، 'آپ نے اپنی ہمت کھو دی ہے، آپ کو اپنی ہمت اٹھانی ہوگی۔' یہ اس احمقانہ انسٹرکٹر سے مختلف نہیں ہے جو سوچتا ہے کہ وہ آپ کو مشورہ دے رہا ہے جب وہ اوپر آتا ہے اور آپ کے کندھے پر تھپڑ مارتا ہے اور کہتا ہے، 'خوش رہو۔' اگرچہ میں ٹھیک نہیں کر رہا ہوں اس کی وجہ یہ ہے کہ میں صرف خوش نہیں کر سکتا!

فلسفی: تو، آپ کیا کہہ رہے ہیں کہ آپ چاہتے ہیں کہ میں کچھ مخصوص اقدامات تجویز کروں؟

نوجوان: ہاں پلیز۔ میں ایک انسان ہوں۔ میں مشین نہیں ہوں۔ مجھے بتایا گیا ہے کہ میں ہمت سے باہر ہوں، لیکن میں صرف اتنی ہمت نہیں کر سکتا جیسے میں اپنے ٹینک کو ایندھن سے بھر رہا ہوں۔

فلاسفر: ٹھیک ہے۔ لیکن ہم آج رات کافی دیر سے چلے گئے ہیں، تو آئیے اسے اگلی بار جاری رکھیں۔

نوجوان: تم اس سے بھاگ نہیں رہے، ٹھیک ہے؟

فلاسفر: بالکل نہیں۔ اگلی بار، ہم شاید آزادی پر بات کریں گے۔

نوجوان: ہمت نہیں؟

فلسفی: ہاں، یہ آزادی کی بحث ہوگی، جو جرات کی بات کرتے وقت ضروری ہے۔ ذرا غور فرمائیں کہ آزادی کیا ہے؟

نوجوان: آزادی کیا ہے... ٹھیک ہے۔ میں اگلی بار کا منتظر ہوں۔

勇氣

THE
THIRD
NIGHT

Discard other people's tasks

دو پریشان ہفتوں بعد، نوجوان نے فلسفی کے مطالعہ کا ایک اور دورہ کیا۔ آزادی کیا ہے؟ لوگ آزاد کیوں نہیں ہو سکتے؟ میں آزاد کیوں نہیں ہو سکتا؟ جو کچھ بھی ہے اس کی اصل نوعیت کیا ہے جو مجھے مجبور کر رہی ہے؟ اسے جو اسائنمنٹ سونپی گئی تھی وہ اس پر بہت زیادہ وزنی تھی، لیکن ایسا لگتا تھا کہ اس کا کوئی قائل جواب تلاش کرنا ناممکن تھا۔

جتنا اس نے اس کے بارے میں سوچا، اتنا ہی نوجوانوں کو اپنی آزادی کی کمی محسوس ہونے لگی۔

شناخت کی خواہش سے انکار کریں۔

نوجوان: تو آپ نے کہا کہ آج ہم آزادی پر بات کریں گے۔

فلاسفر: ہاں۔ کیا آپ کے پاس یہ سوچنے کا وقت ہے کہ آزادی کیا ہے؟

نوجوان: ہاں، اصل میں۔ میں نے اس کے بارے میں بڑی لمبائی میں سوچا۔

فلسفی: اور کیا آپ کسی نتیجے پر پہنچے؟

نوجوان: ٹھیک ہے، مجھے کوئی جواب نہیں مل سکا۔ لیکن مجھے یہ معلوم ہوا — یہ میرا اپنا خیال نہیں ہے، بلکہ ایک چیز جو میں نے لائبریری میں دیکھی، دوستوفسکی کے ناول کی ایک سطر: 'پیسہ آزادی کا سکے ہے۔' آپ کیا سوچتے ہیں؟ کیا 'سکہ بند آزادی' ایک تروتازہ اصطلاح نہیں ہے؟ لیکن سنجیدگی سے، میں اس ایک لائن کو تلاش کرنے کے لئے متوجہ ہوا جو پیسہ نامی چیز کے دل تک پہنچا۔

فلاسفر: میں دیکھتا ہوں۔ یقینی طور پر، اگر کوئی اس کی اصل نوعیت کے بارے میں بہت عام فہم انداز میں بات کرے جو کہ پیسے سے پیدا ہوتا ہے، تو کوئی کہہ سکتا ہے کہ یہ آزادی ہے۔ اس بات کا یقین کرنے کے لئے، یہ ایک حیرت انگیز مشاہدہ ہے، لیکن آپ اس حد تک نہیں جائیں گے کہ 'آزادی اس لیے پیسہ ہے،' کیا آپ کہیں گے؟

نوجوان: بالکل ویسا ہی ہے جیسا آپ کہتے ہیں۔ شاید ایسی آزادی ہے جو پیسے کے ذریعے حاصل کی جا سکتی ہے۔ اور مجھے یقین ہے کہ آزادی ہمارے تصور سے کہیں زیادہ ہے۔ کیونکہ درحقیقت زندگی کی تمام ضروریات مالیاتی لین دین کے ذریعے نمٹائی جاتی ہیں۔ تو کیا یہ اس بات کی پیروی کرتا ہے کہ اگر کسی کے پاس بہت زیادہ دولت ہو تو وہ آزاد ہو سکتا ہے؟ میں نہیں مانتا کہ ایسا ہی ہے۔ میں یقینی طور پر یقین کرنا چاہوں گا کہ ایسا نہیں ہے، اور انسانی اقدار اور انسانی خوشی کو پیسے سے نہیں خریدا جا سکتا۔

فلسفی: اچھا، اس لمحے کے لیے کہو کہ تم نے مالی آزادی حاصل کر لی ہے۔ اور پھر، اگرچہ آپ نے بڑی دولت حاصل کی ہے، آپ کو خوشی نہیں ملی۔ اس وقت آپ کے لیے کون سے مسائل اور پرائیویٹ رہیں گے؟

نوجوان: یہ وہ باہمی تعلقات ہوں گے جن کا آپ ذکر کر رہے ہیں۔ میں نے اس معاملے پر گہری سوچ بچار کی ہے۔ مثال کے طور پر، آپ کو بڑی دولت سے نوازا جا سکتا ہے، لیکن ایسا کوئی نہیں جو آپ سے محبت کرتا ہو۔ آپ کا کوئی ساتھی نہیں ہے جسے آپ دوست کہہ سکیں، اور آپ کو کوئی پسند نہیں کرتا۔ یہ بہت بڑی بدقسمتی ہے۔ ایک اور چیز جو میں اپنے سر سے نہیں نکل سکتا وہ لفظ 'باندڑ' ہے۔ ہم میں سے ہر ایک ان تاروں میں الجھا ہوا ہے جسے ہم باندھتے ہیں۔ کسی ایسے شخص سے منسلک ہونا جس کی آپ کو پرواہ بھی نہیں ہے، مثال کے طور پر، یا ہمیشہ اپنے باس کے موڈ کے بدلاؤ پر نگاہ رکھنا۔ ذرا تصور کریں، اگر آپ کو ایسے چھوٹے چھوٹے باہمی تعلقات سے رہائی مل سکتی ہے، تو چیزیں کتنی آسان ہوں گی! لیکن حقیقت میں کوئی ایسا کام نہیں کر سکتا۔ ہم جہاں بھی جاتے ہیں، ہم دوسرے لوگوں سے گھرے ہوتے ہیں، اور ہم سماجی افراد ہیں، جو دوسرے لوگوں سے ہمارے تعلقات میں موجود ہوتے ہیں۔ اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا ہے کہ ہم کچھ بھی کریں، ہم اپنے باہمی تعلقات کی مضبوط رسی سے نہیں بچ سکتے۔ میں اب دیکھ رہا ہوں کہ ایڈلر کا بیان، 'تمام مسائل باہمی تعلقات کے مسائل ہیں،' ایک عظیم بصیرت ہے۔

فلسفی: یہ ایک اہم نکتہ ہے۔ آئیے تھوڑا گہرا کھودتے ہیں۔ یہ ہمارے باہمی تعلقات کے بارے میں کیا ہے جو ہماری آزادی کو چھین رہا ہے؟

نوجوان: پچھلی بار، آپ نے اس بارے میں بات کی تھی کہ کوئی دوسرے لوگوں کو دشمن سمجھتا ہے یا ساتھی۔ آپ نے فرمایا کہ اگر کوئی دوسروں کو اپنے ساتھی کے طور پر دیکھ سکتا ہے تو دنیا کو دیکھنے کا انداز بھی بدلنا چاہیے۔

یہ یقینی طور پر معنی رکھتا ہے۔ دوسرے دن جب میں یہاں سے چلا گیا تو مجھے کافی یقین محسوس ہوا۔ لیکن، پھر کیا ہوا؟ میں نے اس معاملے کو کچھ محتاط انداز میں سوچا، اور میں نے محسوس کیا کہ باہمی تعلقات کے ایسے پہلو ہیں جن کی مکمل وضاحت نہیں کی جا سکتی۔

فلاسفر: کیا پسند ہے؟

نوجوان: سب سے واضح والدین کا وجود ہے۔ میں والدین کو کبھی دشمن نہیں سمجھ سکتا تھا۔ میرے بچپن میں، خاص طور پر، وہ میرے سب سے بڑے سرپرست تھے جنہوں نے میری پرورش اور حفاظت کی۔ اس سلسلے میں، میں تہہ دل سے مشکور ہوں۔ پھر بھی، میرے والدین سخت لوگ تھے۔ میں نے آپ کو اس کے بارے میں بتایا

آخری بار، کہ انہوں نے ہمیشہ میرا موازنہ میرے بڑے بھائی سے کیا اور مجھے پہچاننے سے انکار کیا۔ اور وہ میری زندگی کے بارے میں مسلسل تبصرے کرتے رہے ہیں، کہتے ہیں کہ مجھے زیادہ پڑھنا چاہیے، ایسے لوگوں سے دوستی نہیں کرنی چاہیے، کم از کم اس یونیورسٹی میں داخلہ لینا چاہیے، اس قسم کی نوکری حاصل کرنا چاہیے، وغیرہ۔
ان کے مطالبات نے مجھ پر بہت دباؤ ڈالا، اور یقیناً بانڈز تھے۔

فلاسفر: پھر، تم نے آخر کیا کیا؟

نوجوان: مجھے ایسا لگتا ہے کہ جب تک میں نے یونیورسٹی شروع نہیں کی، میں اپنے والدین کے ارادوں کو نظر انداز کرنے کے قابل نہیں تھا۔ میں بے چین تھا، جو ناخوشگوار تھا، لیکن حقیقت یہ ہے کہ میری خواہشات ہمیشہ میرے والدین کے ساتھ مل کر ختم ہوتی نظر آئیں۔ تاہم، میرے کام کی جگہ میں نے خود منتخب کی۔

فلاسفر: اب جب کہ آپ نے اس کا ذکر کیا، میں نے ابھی تک اس کے بارے میں نہیں سنا۔ آپ کس قسم کا کام کرتے ہیں؟

نوجوان: میں اب یونیورسٹی کی لائبریری میں بطور لائبریرین کام کر رہا ہوں۔ میرے والدین چاہتے تھے کہ میں اپنے بھائی کی طرح اپنے والد کے پرنٹنگ پلانٹ پر کام کروں۔
اس کی وجہ سے جب سے میں نے اپنی موجودہ نوکری شروع کی ہے، ہمارے تعلقات کچھ کشیدہ ہیں۔ اگر وہ میرے والدین نہ ہوتے، اور اس کے بجائے میری زندگی میں دشمن جیسی موجودگی ہوتی، تو شاید میں بالکل بھی ذہن میں نہ آتا۔
کیونکہ اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا کہ انہوں نے کتنی ہی مداخلت کرنے کی کوشش کی ہو، میں ہمیشہ انہیں نظر انداز کر سکتا ہوں۔ لیکن جیسا کہ میں نے کہا ہے، میرے لیے والدین دشمن نہیں ہیں۔
وہ کامریڈ ہیں یا نہیں یہ الگ بات ہے، لیکن کم از کم، وہ وہ نہیں ہیں جنہیں میں دشمن کہوں گا۔ یہ ایک ایسا رشتہ ہے جو ان کے ارادوں کو نظر انداز کرنے کے قابل ہونے کے لئے بہت قریب ہے۔

فلسفی: جب آپ نے فیصلہ کیا کہ آپ اپنے والدین کی خواہشات کے مطابق کس یونیورسٹی میں جائیں گے، تو آپ نے اپنے والدین کے حوالے سے کس قسم کے جذبات کا اظہار کیا؟

نوجوان: یہ پیچیدہ ہے۔ مجھے ناراضگی کے جذبات تھے، لیکن دوسری طرف، راحت کا یہ احساس بھی تھا۔
آپ جانتے ہیں کہ اگر میں اس اسکول میں جاتا ہوں تو میں انہیں پہچان سکتا ہوں۔

فلاسفر: کیا آپ ان سے آپ کو پہچان سکتے ہیں؟

نوجوان: چلو، راؤنڈ اباؤٹ اہم سوالات کو روکتے ہیں۔ مجھے یقین ہے کہ آپ جانتے ہیں کہ میں کس چیز کا حوالہ دے رہا ہوں۔ یہ نام نہاد 'تسلیم کی خواہش' ہے۔ یہ مختصر طور پر باہمی تعلقات کے مسائل ہیں۔ ہم انسانوں کو دوسروں سے پہچاننے کی مستقل ضرورت رہتی ہے۔ یہ بالکل اس لیے ہے کہ دوسرا شخص کوئی گھناؤنا دشمن نہیں ہے کہ کوئی اس سے پہچان چاہتا ہے، ہے نا؟ تو ہاں، یہ ٹھیک ہے؛ میں اپنے والدین سے پہچانا جانا چاہتا تھا۔

فلاسفر: میں دیکھتا ہوں۔ آئیے اس معاملے کے بارے میں ایڈلیرین نفسیات کے ایک بڑے احاطے کے بارے میں بات کرتے ہیں۔ ایڈلیرین نفسیات دوسروں سے پہچان لینے کی ضرورت سے انکار کرتی ہے۔

نوجوان: یہ پہچان کی خواہش سے انکار کرتا ہے؟

فلسفی: دوسروں سے پہچانے جانے کی ضرورت نہیں۔ دراصل، کسی کو پہچان نہیں ڈھونڈنی چاہیے۔ اس نکتے کو بڑھا چڑھا کر پیش نہیں کیا جا سکتا۔

نوجوان: برگز نہیں! کیا پہچان کی خواہش واقعی ایک عالمگیر خواہش نہیں ہے جو تمام انسانوں کو تحریک دیتی ہے؟

کو مطمئن کرنے کے لیے مت جیو دوسروں کی توقعات

فلسفی: دوسروں کی طرف سے پہچانا جانا یقیناً خوشی کی بات ہے۔ لیکن یہ کہنا غلط ہو گا کہ پہچان ہونا بالکل ضروری ہے۔ سب سے پہلے ایک پہچان کس چیز کی تلاش میں ہے؟ یا، اسے مزید مختصر الفاظ میں کہوں، کوئی کیوں چاہتا ہے کہ دوسروں کی طرف سے تعریف کی جائے؟

نوجوان: یہ آسان ہے۔ یہ دوسروں کے ذریعہ پہچانے جانے کے ذریعے ہے کہ ہم میں سے ہر ایک واقعی محسوس کرسکتا ہے کہ ہماری قدر ہے۔ دوسروں کی پہچان کے ذریعے ہی انسان اپنے احساس کمتری کو مٹا سکتا ہے۔ انسان خود پر اعتماد کرنا سیکھتا ہے۔ ہاں، یہ قدر کا مسئلہ ہے۔ مجھے لگتا ہے کہ آپ نے پچھلی بار اس کا ذکر کیا ہے: کہ احساس کمتری قدر کے فیصلے کا مسئلہ ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ میں اپنے والدین سے کبھی یہ پہچان نہیں پا سکا کہ میں نے احساس کمتری سے داغدار زندگی گزاری ہے۔

فلسفی: اب، آئیے ایک مانوس ترتیب پر غور کریں۔ مثال کے طور پر، فرض کریں کہ آپ اپنے کام کی جگہ کے ارد گرد کوڑا اٹھا رہے ہیں۔ بات یہ ہے کہ کسی کو بالکل بھی نظر نہیں آتی۔ یا اگر وہ کرتے ہیں تو، کسی نے آپ کے کام کی تعریف نہیں کی، یا شکریہ کا ایک لفظ بھی نہیں کہا۔ اچھا کیا اب سے آپ کوڑا اٹھاتے رہیں گے؟

نوجوان: یہ ایک مشکل صورتحال ہے۔ مجھے لگتا ہے کہ اگر کوئی میرے کام کی تعریف نہیں کرتا ہے تو میں روک سکتا ہوں۔

فلاسفر: کیوں؟

نوجوان: کوڑا اٹھانا سب کے لیے ہے۔ اگر میں اپنی آستینیں لپیٹ رہا ہوں اور اسے مکمل کر رہا ہوں، لیکن مجھے شکریہ کا لفظ نہیں ملتا ہے؟ مجھے لگتا ہے کہ میں شاید بار جاؤں گا۔

میری حوصلہ افزائی.

فلسفی: یہ پہچان کی خواہش کا خطرہ ہے۔ ایسا کیوں ہے کہ لوگ دوسروں سے پہچان چاہتے ہیں؟ بہت سے معاملات میں، یہ جزا اور سزا کی تعلیم کے اثر و رسوخ کی وجہ سے ہے۔

نوجوان: جزا اور سزا کی تعلیم؟

فلسفی: اگر کوئی مناسب اقدام کرتا ہے تو تعریف حاصل ہوتی ہے۔ اگر کوئی غیر مناسب اقدام کرتا ہے تو اسے سزا ملتی ہے۔ ایڈلر انعام اور سزا کے لحاظ سے تعلیم پر بہت تنقید کرتا تھا۔ یہ غلط طرز زندگی کی طرف جاتا ہے جس میں لوگ سوچتے ہیں، اگر کوئی میری تعریف نہیں کرے گا، تو میں مناسب اقدام نہیں کروں گا اور اگر کوئی مجھے سزا نہیں دے گا، تو میں بھی نامناسب کاموں میں ملوث ہو جاؤں گا۔ جب آپ کوڑا اٹھانا شروع کرتے ہیں تو آپ کی تعریف کرنے کا مقصد پہلے سے ہی ہے۔ اور اگر کسی کی طرف سے آپ کی تعریف نہیں کی جاتی ہے، تو آپ یا تو ناراض ہو جائیں گے، یا فیصلہ کریں گے کہ آپ دوبارہ ایسا کام کبھی نہیں کریں گے۔ واضح طور پر، اس صورت حال میں کچھ گڑبڑ ہے۔

نوجوان: نہیں! کاش آپ چیزوں کو معمولی نہ بنائیں۔ میں تعلیم کے بارے میں بحث نہیں کر رہا ہوں۔ آپ کی پسند کے لوگوں کی طرف سے پہچانا جانا، آپ کے قریبی لوگوں کی طرف سے قبول کرنا، ایک عام خواہش ہے۔

فلاسفر: تم بری طرح سے غلطی پر ہو۔ دیکھو، ہم دوسرے لوگوں کی توقعات کو پورا کرنے کے لیے نہیں جی رہے ہیں۔

نوجوان: تمہارا کیا مطلب ہے؟

فلسفی: آپ دوسرے لوگوں کی توقعات کو پورا کرنے کے لیے نہیں جی رہے اور نہ ہی میں۔ دوسرے لوگوں کی توقعات کو پورا کرنا ضروری نہیں ہے۔

نوجوان: یہ ایسی خود غرض دلیل ہے! کیا آپ کہہ رہے ہیں کہ کسی کو صرف اپنے بارے میں سوچنا چاہئے اور خود کو صحیح طریقے سے جینا چاہئے؟

فلسفی: یہودیت کی تعلیمات میں، کسی کو ایک نظریہ ملتا ہے جو کچھ اس طرح ہے: اگر آپ اپنی زندگی اپنے لیے نہیں گزار رہے تو پھر آپ کے لیے کون جیے گا؟ آپ صرف اپنی زندگی گزار رہے ہیں۔ جب بات آتی ہے کہ آپ کس کے لیے جی رہے ہیں، یقیناً یہ آپ ہی ہیں۔ اور پھر، اگر آپ اپنی زندگی اپنے لیے نہیں گزار رہے ہیں، تو آپ کے بجائے کون جی سکتا ہے؟

بالآخر، ہم 'میں' کے بارے میں سوچتے رہتے ہیں۔ کوئی وجہ نہیں ہے کہ ہم اس طرح نہ سوچیں۔

نوجوان: تو، آخرکار، آپ عصبیت کے زہر میں مبتلا ہیں۔ آپ کہتے ہیں کہ آخر کار ہم 'میں' کے بارے میں سوچتے رہتے ہیں؟ اور یہ ٹھیک ہے؟ سوچنے کا کتنا برا انداز ہے!

فلسفی: یہ بالکل بھی عصبیت نہیں ہے۔ بلکہ اس کے برعکس ہے۔ جب کوئی دوسروں سے پہچان چاہتا ہے، اور اپنے آپ کو صرف اس بات کی فکر کرتا ہے کہ دوسروں کی طرف سے کس طرح فیصلہ کیا جاتا ہے، آخر میں، وہ دوسرے لوگوں کی زندگی گزار رہا ہے۔

نوجوان: اس کا کیا مطلب ہے؟

فلسفی: پہچانے جانے کی اتنی سخت خواہش کرنا دوسرے لوگوں کی طرف سے رکھی گئی توقعات کی پیروی کی زندگی کا باعث بنے گا جو چاہتے ہیں کہ آپ 'اس قسم کے شخص' بنیں۔ دوسرے لفظوں میں، آپ کو پھینک دیتے ہیں کہ آپ واقعی کون ہیں اور دوسرے لوگوں کی زندگی گزارتے ہیں۔ اور براہ کرم یہ یاد رکھیں: اگر آپ دوسرے لوگوں کی توقعات کو پورا کرنے کے لیے نہیں جی رہے ہیں، تو اس کا مطلب یہ ہے کہ دوسرے لوگ آپ کی توقعات کو پورا کرنے کے لیے نہیں جی رہے ہیں۔ ہو سکتا ہے کہ کوئی شخص آپ کی مرضی کے مطابق کام نہ کرے، لیکن غصہ کرنے کے لیے ایسا نہیں ہوتا ہے۔ یہ صرف فطری ہے۔

نوجوان: نہیں، ایسا نہیں ہے! یہ ایک ایسی دلیل ہے جو ہمارے معاشرے کو اس کی بنیاد سے ہی اکھاڑ پھینکتی ہے۔ دیکھو ہمیں پہچان کی تمنا ہے۔ لیکن دوسروں سے پہچان حاصل کرنے کے لیے پہلے ہمیں خود کو پہچاننا ہو گا۔

اس کی وجہ یہ ہے کہ کوئی دوسرے لوگوں اور اقدار کے دوسرے نظاموں کو پہچانتا ہے جسے دوسرے لوگ پہچانتے ہیں۔ باہمی پہچان کے اس رشتے سے ہی ہمارا معاشرہ بنتا ہے۔ آپ کی دلیل ایک گھناؤنی، خطرناک سوچ ہے، جو انسانوں کو تنہائی کی طرف لے جائے گی اور تصادم کی طرف لے جائے گی۔ یہ ایک شیطانی التجا ہے کہ بلاوجہ بداعتمادی اور شک کو ہوا دی جائے۔

فلسفی: بابا، یقیناً آپ کے پاس ایک دلچسپ ذخیرہ الفاظ ہیں۔ اپنی آواز بلند کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ آئیے مل کر اس کے بارے میں سوچیں۔ کسی کو پہچان ملنی ہے ورنہ نقصان اٹھانا پڑے گا۔ اگر کسی کو دوسروں سے اور اپنے والدین کی طرف سے پہچان نہیں ملتی ہے تو اسے اعتماد نہیں ہوگا۔ کیا ایسی زندگی صحت مند ہوسکتی ہے؟ لہذا، کوئی سوچ سکتا ہے، خدا دیکھ رہا ہے، لہذا نیک اعمال جمع کریں۔

لیکن یہ اور وہ نظریہ جو کہہ رہا ہے کہ 'کوئی خدا نہیں ہے، اس لیے تمام برے کاموں کی اجازت ہے' ایک ہی سکے کے دو رخ ہیں۔ یہاں تک کہ فرض کریں کہ خدا نے نہیں کیا۔

موجود ہے، اور یہ کہ ہم خدا کی طرف سے پہچان حاصل نہیں کر سکتے، ہمیں پھر بھی یہ زندگی گزارنی پڑے گی۔
درحقیقت، یہ ایک بے خدا دنیا کی عصبيت پر قابو پانے کے لیے ضروری ہے کہ دوسرے لوگوں کی پہچان سے انکار کیا جائے۔

نوجوان: مجھے خدا کے بارے میں ان تمام باتوں کی پرواہ نہیں ہے۔ حقیقی، روزمرہ لوگوں کی ذہنیت کے بارے میں زیادہ سیدھے اور زیادہ واضح طور پر سوچیں۔ مثال کے طور پر، سماجی طور پر پہچانے جانے کی خواہش کے بارے میں کیا خیال ہے؟ ایک شخص کارپوریٹ سیڑھی کیوں چڑھنا چاہتا ہے؟ انسان مقام اور شہرت کیوں چاہتا ہے؟ یہ پوری طرح سے معاشرے کے ذریعہ کسی اہم شخص کے طور پر پہچانے جانے کی خواہش ہے۔ یہ پہچان کی خواہش ہے۔

فلسفی: پھر، اگر آپ کو یہ پہچان مل جائے، تو کیا آپ کہیں گے کہ آپ کو واقعی خوشی ملی ہے؟ کیا وہ لوگ جنہوں نے اپنی سماجی حیثیت قائم کر لی ہے واقعی خوشی محسوس کرتے ہیں؟

نوجوان: نہیں، لیکن یہ...

فلسفی: جب دوسروں کے ذریعے پہچانے جانے کی کوشش کرتے ہیں، تو تقریباً تمام لوگ دوسرے لوگوں کی توقعات کو پورا کرنے کو اس مقصد کا ذریعہ سمجھتے ہیں۔ اور یہ جزا اور سزا کی تعلیم کے فکر کے دھارے کے مطابق ہے جو کہتا ہے کہ اگر کوئی مناسب اقدام کرے گا تو اس کی تعریف کی جائے گی۔ اگر، مثال کے طور پر، آپ کی ملازمت کا بنیادی نکتہ دوسرے لوگوں کی توقعات کو پورا کرنے والا نکلا، تو وہ کام آپ کے لیے بہت مشکل ہو گا۔

کیونکہ آپ ہمیشہ اس بات سے پریشان رہیں گے کہ دوسرے لوگ آپ کی طرف دیکھ رہے ہیں اور ان کے فیصلے سے ڈرتے ہیں، اور آپ اپنے 'I-ness' کو دبا رہے ہیں۔ یہ آپ کے لیے حیرانی کا باعث ہو سکتا ہے، لیکن میرے تقریباً کوئی بھی کلائنٹ جو کاؤنسلنگ کے لیے آتے ہیں خود غرض لوگ نہیں ہیں۔ بلکہ، وہ دوسرے لوگوں کی توقعات، اپنے والدین اور اساتذہ کی توقعات پر پورا اترنے کی کوشش کر رہے ہیں۔ لہذا، اچھے طریقے سے، وہ خود غرضانہ انداز میں برتاؤ نہیں کر سکتے۔

نوجوان: تو کیا مجھے خود غرض ہونا چاہیے؟

فلسفی: دوسروں کی پرواہ کیے بغیر برتاؤ نہ کریں۔ اس کو سمجھنے کے لیے ایڈلیرین نفسیات میں اس خیال کے بارے میں جاننا ضروری ہے جسے 'کاموں کی علیحدگی' کہا جاتا ہے۔

نوجوان: کاموں کی علیحدگی؟ یہ ایک نئی اصطلاح ہے۔ آئیے اس کے بارے میں سنتے ہیں۔

نوجوانوں کی چڑچڑاپن عروج پر پہنچ چکا تھا۔ تسلیم کی خواہش سے انکار؟ دوسرے لوگوں کی توقعات کو پورا نہیں کرتے؟ زیادہ خود پسندانہ انداز میں جیو؟ زمین پر یہ فلسفی کیا کہہ رہا تھا؟ کیا پہچان کی خواہش ہی لوگوں کو ایک دوسرے کے ساتھ جڑنے اور معاشرے کی تشکیل کے لیے سب سے بڑا محرک نہیں ہے؟ نوجوانوں نے سوچا، اگر یہ 'کاموں کی علیحدگی' کا خیال مجھے جیت نہیں دیتا تو کیا ہوگا؟ میں اس آدمی، یا ایڈلر کو اس معاملے کے لیے، اپنی باقی زندگی کے لیے قبول نہیں کر سکوں گا۔

کاموں کو الگ کرنے کا طریقہ

فلسفی: کہو کہ ایک بچہ ہے جس کو پڑھائی میں دقت ہوتی ہے۔ وہ کلاس میں توجہ نہیں دیتا، اپنا ہوم ورک نہیں کرتا، اور یہاں تک کہ اپنی کتابیں اسکول میں چھوڑ دیتا ہے۔ اب، اگر آپ اس کے والد ہوتے تو آپ کیا کرتے؟

نوجوان: ٹھیک ہے، بلاشبہ، میں ہر وہ کوشش کروں گا جس کے بارے میں میں سوچ سکتا ہوں کہ وہ خود کو لاگو کر سکے۔ میں ٹیوٹرز کی خدمات حاصل کروں گا اور اسے اسٹڈی سینٹر میں لے جاؤں گا، چاہے مجھے اسے وہاں پہنچانے کے لیے کان سے کھینچنا پڑے۔ میں کہوں گا کہ یہ والدین کا فرض ہے۔ اور اس طرح میں نے اپنی پرورش کی ہے۔ مجھے رات کا کھانا کھانے کی اجازت نہیں تھی جب تک کہ دن کا ہوم ورک مکمل نہ ہو جائے۔

فلاسفر: پھر، میں ایک اور سوال پوچھتا ہوں۔ کیا آپ نے پڑھائی سے لطف اندوز ہونا سیکھا ہے اس کے نتیجے میں اس کو اتنے بھاری باتھ سے کرنے پر مجبور کیا گیا ہے؟

نوجوان: بدقسمتی سے، میں نے ایسا نہیں کیا۔ میں نے صرف اسکول اور امتحانات کے لیے معمول کے مطابق اپنی پڑھائی کا خیال رکھا۔

فلاسفر: میں دیکھتا ہوں۔ ٹھیک ہے، میں اس کے بارے میں ایڈلیرین نفسیات کے بنیادی موقف سے بات کروں گا۔ مثال کے طور پر جب کسی کو مطالعہ کے کام کا سامنا کرنا پڑتا ہے، تو ایڈلیرین نفسیات میں ہم اسے اس نقطہ نظر سے دیکھتے ہیں کہ 'یہ کس کا کام ہے؟'

نوجوان: کس کا کام؟

فلاسفر: بچہ پڑھتا ہے یا نہیں؟ چاہے وہ باہر جائے اور اپنے دوستوں کے ساتھ کھیلے، یا نہیں۔ بنیادی طور پر یہ بچے کا کام ہے، والدین کا کام نہیں۔

نوجوان: کیا آپ کا مطلب ہے کہ یہ وہ کام ہے جو بچے کو کرنا ہے؟

فلسفی: سیدھے الفاظ میں، ہاں۔ بچے کی بجائے والدین پڑھ لیں تو کوئی فائدہ نہیں ہوگا، کیا ہوگا؟

نوجوان: ٹھیک ہے، نہیں، ایسا نہیں ہوگا۔

فلسفی: پڑھنا بچے کا کام ہے۔ والدین کی طرف سے بچے کو مطالعہ کرنے کا حکم دے کر اس سے نمٹنے کا عمل درحقیقت کسی دوسرے شخص کے کام میں دخل اندازی ہے۔ اس طرح سے تصادم سے بچنے کا امکان نہیں ہے۔ ہمیں اس تناظر میں سوچنے کی ضرورت ہے کہ 'یہ کس کا کام ہے؟' اور اپنے کاموں کو دوسرے لوگوں کے کاموں سے مستقل طور پر الگ کریں۔

نوجوان: کوئی ان کو الگ کرنے کے بارے میں کیسے جاتا ہے؟

فلسفی: کوئی دوسرے لوگوں کے کاموں میں دخل اندازی نہیں کرتا۔ بس۔

نوجوان: بس؟

فلسفی: عام طور پر، تمام باہمی تعلقات کی پریشانیاں دوسرے لوگوں کے کاموں میں دخل اندازی، یا کسی کے اپنے کاموں میں دخل اندازی کی وجہ سے ہوتی ہیں۔ کاموں کی علیحدگی کو انجام دینا کسی کے باہمی تعلقات کو ڈرامائی طور پر تبدیل کرنے کے لیے کافی ہے۔

نوجوان: ہم۔ میں واقعی میں نہیں سمجھتا۔ سب سے پہلے، آپ کیسے بتا سکتے ہیں کہ یہ کس کا کام ہے؟ میرے نقطہ نظر سے، حقیقت پسندانہ طور پر، اپنے بچے کو تعلیم دلانا والدین کا فرض ہے۔ کیونکہ تقریباً کوئی بھی بچہ محض لطف اندوزی کے لیے تعلیم حاصل نہیں کرتا، اور سب کچھ کہنے اور کرنے کے بعد، والدین بچے کے سرپرست ہوتے ہیں۔

فلسفی: یہ بتانے کا ایک آسان طریقہ ہے کہ یہ کس کا کام ہے۔ سوچو، جو انتخاب کیا گیا ہے اس کا نتیجہ آخر کار کس کو ملے گا؟ جب بچہ مطالعہ نہ کرنے کا انتخاب کر لیتا ہے، بالآخر، اس فیصلے کا حتمی نتیجہ — کلاس میں رہنے یا ترجیحی اسکول میں داخلے کے قابل نہ ہونا، مثال کے طور پر — والدین کو وصول کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ واضح طور پر، یہ بچہ ہے جسے اسے حاصل کرنا ہے۔ دوسرے لفظوں میں پڑھنا بچے کا کام ہے۔

نوجوان: نہیں، نہیں۔ تم بالکل غلط ہو! والدین، جو زندگی میں زیادہ تجربہ کار ہیں اور ایک سرپرست کے طور پر بھی کام کرتے ہیں، ان کی ذمہ داری ہے کہ وہ تاکید کریں

بچے کو پڑھنا چاہیے تاکہ ایسے حالات پیدا نہ ہوں۔ یہ ایسی چیز ہے جو بچے کی بھلائی کے لیے کی جاتی ہے اور یہ دخل اندازی کا عمل نہیں ہے۔ اگرچہ پڑھنا بچے کا کام ہو سکتا ہے، بچے کو پڑھانا والدین کا کام ہے۔

فلسفی: یہ سچ ہے کہ آج کل اکثر والدین یہ جملہ استعمال کرتے ہوئے سنتے ہیں، 'یہ آپ کی بھلائی کے لیے ہے۔' لیکن وہ واضح طور پر اپنے مقاصد کو پورا کرنے کے لیے ایسا کر رہے ہیں، جو کہ معاشرے کی نظروں میں ان کی ظاہری شکل ہو سکتی ہے، ان کو نشر کرنے کی ضرورت ہے، یا ان کے کنٹرول کی خواہش، مثال کے طور پر۔ دوسرے لفظوں میں، یہ 'اپنی بھلائی کے لیے' نہیں، بلکہ والدین کے لیے ہے۔ اور اس لیے کہ بچہ اس فریب کو محسوس کرتا ہے کہ وہ بغاوت کرتا ہے۔

نوجوان: تو، اگر بچہ بالکل بھی نہیں پڑھ رہا ہے، تو آپ کہہ رہے ہیں، چونکہ یہ اس کا کام ہے، اس لیے مجھے اسے رہنے دینا چاہیے؟

فلاسفر: توجہ دینا ضروری ہے۔ ایڈلیرین نفسیات عدم مداخلت کے نقطہ نظر کی سفارش نہیں کرتی ہے۔ عدم مداخلت نہ جاننے کا رویہ ہے، اور یہ جاننے میں بھی دلچسپی نہ لینا کہ بچہ کیا کر رہا ہے۔ اس کے بجائے، یہ جان کر کہ بچہ کیا کر رہا ہے کہ وہ اس کی حفاظت کرتا ہے۔ اگر یہ مطالعہ کرنا ہے تو یہ مسئلہ ہے، ایک بچے کو بتاتا ہے کہ یہ اس کا کام ہے، اور کوئی اسے بتاتا ہے کہ جب بھی اسے مطالعہ کرنے کی خواہش ہو تو کوئی اس کی مدد کرنے کے لیے تیار ہے۔ لیکن بچے کے کام میں دخل اندازی نہیں کرنی چاہیے۔ جب کوئی درخواست نہیں کی جا رہی ہے، تو یہ چیزوں میں مداخلت نہیں کرتا۔

نوجوان: کیا یہ والدین اور بچوں کے تعلقات سے بالاتر ہے؟

فلاسفر: ہاں، بالکل۔ ایڈلیرین سائیکولوجی کونسلنگ میں، مثال کے طور پر، ہم کلائنٹ کے تبدیل ہونے یا نہ بدلنے کو مشیر کے کام کے طور پر نہیں سوچتے۔

نوجوان: تم یہاں کیا کہہ رہے ہو؟

فلاسفر: مشاورت حاصل کرنے کے نتیجے میں، مؤکل کس قسم کی قرارداد کرتا ہے؟ اس کے طرز زندگی کو تبدیل کرنے کے لئے، یا نہیں۔ یہ کلائنٹ کا کام ہے، اور مشیر مداخلت نہیں کر سکتا۔

نوجوان: نہیں، میں ایسا غیر ذمہ دارانہ رویہ قبول نہیں کر سکتا!

فلسفی: فطری طور پر، کوئی بھی ہر ممکن مدد فراہم کرتا ہے۔ لیکن اس سے آگے، کوئی دخل اندازی نہیں کرتا۔ ایک کہاوت ہے کہ 'آپ گھوڑے کو پانی کی طرف لے جا سکتے ہیں، لیکن آپ اسے پانی نہیں پلا سکتے۔' براہ کرم ایڈلیرین سائیکالوجی میں دوسرے لوگوں کو فراہم کی جانے والی مشاورت اور دیگر تمام مدد کے بارے میں سوچیں کہ اس قسم کا موقف ہے۔ شخص کے ارادوں کو نظر انداز کرتے ہوئے زبردستی تبدیلی صرف شدید ردعمل کا باعث بنے گی۔

نوجوان: کیا مشیر موکل کی زندگی نہیں بدلتا؟

فلسفی: آپ صرف وہی ہیں جو اپنے آپ کو بدل سکتے ہیں۔

دوسرے لوگوں کے کاموں کو مسترد کریں۔

نوجوان: پھر، مثال کے طور پر شٹ ان کے بارے میں کیا خیال ہے؟ میرا مطلب ہے، میرے دوست جیسے کسی کے ساتھ۔ پھر بھی، کیا آپ کہیں گے، یہ کاموں کی علیحدگی ہے، مداخلت نہ کریں، اور اس کا والدین سے کوئی تعلق نہیں؟

فلسفی: کیا وہ بند کی صورتحال سے باہر نکل سکتا ہے یا نہیں؟ یا، وہ کس طرح اس سے باہر نکل سکتا ہے؟ اصولی طور پر یہ ایک ایسا کام ہے جسے انسان کو خود حل کرنا ہوتا ہے۔ والدین کا دخل نہیں ہے۔ اس کے باوجود، چونکہ وہ مکمل اجنبی نہیں ہیں، اس لیے ممکنہ طور پر کچھ مدد کی ضرورت ہے۔ اس موقع پر، سب سے اہم بات یہ ہے کہ کیا بچہ محسوس کرتا ہے کہ جب وہ کسی مخمضے کا سامنا کر رہا ہو تو وہ اپنے والدین سے کھل کر مشورہ کر سکتا ہے، اور کیا وہ مستقل بنیادوں پر کافی اعتماد کا رشتہ بنا رہے ہیں۔

نوجوان: پھر فرض کریں کہ آپ کا اپنا بچہ خود کو اندر بند کر لے تو آپ کیا کریں گے؟ براہ کرم اس کا جواب فلسفی کے طور پر نہیں بلکہ والدین کے طور پر دیں۔

فلسفی: پہلے، میں خود سوچوں گا، یہ بچے کا کام ہے۔ میں اس کی شٹ ان صورتحال میں مداخلت نہ کرنے کی کوشش کروں گا، اور میں اس پر زیادہ توجہ مرکوز کرنے سے گریز کروں گا۔ پھر، میں اسے پیغام بھیجوں گا کہ جب بھی اسے ضرورت ہو میں اس کی مدد کے لیے تیار ہوں۔ اس طرح، بچے کو، اپنے والدین میں تبدیلی کا احساس ہونے کے بعد، اس کے سوا کوئی چارہ نہیں رہے گا کہ وہ یہ سوچے کہ اسے کیا کرنا چاہیے۔ وہ شاید آئے گا اور مدد کے لیے پوچھے گا، اور شاید وہ خود ہی کچھ کام کرنے کی کوشش کرے گا۔

نوجوان: کیا آپ واقعی اتنے کٹے اور خشک ہونے کا انتظام کر سکتے ہیں اگر یہ آپ کا اپنا بچہ ہوتا جو شٹ ان بن جاتا؟

فلسفی: ایک والدین اپنے بچے کے ساتھ تعلقات کے بارے میں تکلیف میں سوچتے ہیں، میرا بچہ میری زندگی ہے۔ دوسرے الفاظ میں، والدین لے رہے ہیں

بچے کا کام اس کا اپنا ہے، اور اب وہ بچے کے علاوہ کسی چیز کے بارے میں سوچنے کے قابل نہیں ہے۔ آخر کار جب والدین اسے محسوس کرتے ہیں، تو 'میں' پہلے ہی اس کی زندگی سے چلا جاتا ہے۔ تاہم، اس بات سے کوئی فرق نہیں پڑتا ہے کہ بچے کے کام کا کتنا بوجھ ہے، بچہ اب بھی ایک آزاد فرد ہے۔

بچے وہ نہیں بن پاتے جو ان کے والدین چاہتے ہیں۔ یونیورسٹی، ملازمت کی جگہ اور شادی کے ساتھی کے انتخاب میں اور یہاں تک کہ روزمرہ کی باتوں اور طرز عمل کی باریکیوں میں بھی وہ اپنے والدین کی مرضی کے مطابق کام نہیں کرتے۔ قدرتی طور پر، والدین ان کے بارے میں فکر مند ہوں گے، اور شاید بعض اوقات مداخلت کرنا چاہیں گے۔ لیکن، جیسا کہ میں نے پہلے کہا، دوسرے لوگ آپ کی توقعات کو پورا کرنے کے لیے نہیں جی رہے ہیں۔ اگرچہ بچہ اپنا ہے، لیکن وہ والدین کے طور پر کسی کی توقعات کو پورا کرنے کے لیے نہیں جی رہا ہے۔

نوجوان: تو کیا آپ کو فیملی کے ساتھ بھی لکیر کھینچنی ہوگی؟

فلسفی: دراصل، خاندانوں کے درمیان فاصلہ کم ہوتا ہے، اس لیے جان بوجھ کر کاموں کو الگ کرنا زیادہ ضروری ہے۔

نوجوان: اس کا کوئی مطلب نہیں ہے۔ ایک طرف، آپ محبت کی بات کر رہے ہیں، اور دوسری طرف، آپ اس سے انکار کر رہے ہیں۔ اگر آپ اپنے اور دوسرے لوگوں کے درمیان اس طرح لکیر کھینچتے ہیں، تو آپ مزید کسی پر یقین نہیں کر پائیں گے!

فلسفی: دیکھو، ایمان کا عمل بھی کاموں کو الگ کرنا ہے۔ آپ اپنے ساتھی پر یقین رکھتے ہیں؛ یہ آپ کا کام ہے۔ لیکن وہ شخص آپ کی توقعات اور اعتماد کے حوالے سے کیسے کام کرتا ہے یہ دوسرے لوگوں کے کام ہیں۔ جب آپ اس لکیر کو کھینچے بغیر اپنی خواہشات کو آگے بڑھاتے ہیں، اس سے پہلے کہ آپ کو یہ معلوم ہو جائے کہ آپ اسٹاکر کی طرح مداخلت میں مصروف ہیں۔ فرض کریں کہ آپ کے ساتھی نے آپ کی خواہش کے مطابق کام نہیں کیا۔ کیا آپ اب بھی اس شخص پر یقین کر سکیں گے؟ کیا آپ اب بھی اس شخص سے محبت کر سکیں گے؟ ایڈلر جس محبت کے کام کی بات کرتا ہے وہ ایسے ہی سوالات پر مشتمل ہے۔

نوجوان: یہ مشکل ہے! یہ بہت مشکل ہے۔

فلسفی: بالکل، یہ ہے۔ لیکن اس کے بارے میں اس طرح سوچیں: دوسرے لوگوں کے کاموں میں مداخلت کرنا اور دوسرے لوگوں کے کاموں کو سنبھالنا کسی کی زندگی کو بھاری اور مشکلات سے بھری چیز میں بدل دیتا ہے۔ اگر آپ پریشانی اور تکلیف کی زندگی گزار رہے ہیں - جو باہمی تعلقات سے پیدا ہوتا ہے - پہلے، 'یہاں سے، یہ میرا کام نہیں ہے' کی حد کو سیکھیں۔ اور دوسرے لوگوں کو چھوڑ دیں۔

کام یہ بوجھ ہلکا کرنے اور زندگی کو آسان بنانے کی طرف پہلا قدم ہے۔

اپنے آپ کو ذاتیات سے کیسے چھٹکارا حاصل کریں۔ تعلقات کے مسائل

نوجوان: مجھے نہیں معلوم، یہ میرے ساتھ ٹھیک نہیں بیٹھتا۔

فلسفی: پھر، آئیے ایک ایسے منظر کا تصور کرتے ہیں جس میں آپ کے والدین آپ کی ملازمت کی جگہ کے انتخاب کی سختی سے مخالفت کر رہے ہیں۔ وہ درحقیقت اس کے خلاف تھے، کیا وہ نہیں تھے؟

نوجوان: ہاں، وہ تھے۔ میں اس حد تک نہیں جاؤں گا کہ وہ سختی سے مخالف تھے، لیکن انہوں نے مختلف گھٹیا ریمارکس کیے تھے۔

فلسفی: ٹھیک ہے، آئیے اسے بڑھا چڑھا کر پیش کریں اور کہتے ہیں کہ ان کی شدید مخالفت کی گئی۔ آپ کے والد جذبات سے بڑبڑا رہے تھے اور آپ کی والدہ آنکھوں میں آنسو لیے آپ کے فیصلے پر احتجاج کر رہی تھیں۔ وہ آپ کے لائبریرین بننے کو قطعی طور پر منظور نہیں کرتے ہیں، اور اگر آپ اپنے بھائی کی طرح خاندانی کاروبار نہیں سنبھالیں گے، تو وہ آپ سے اچھی طرح انکار کر سکتے ہیں۔ لیکن 'منظوری نہ دینے' کے جذبات سے کیسے نمٹا جائے یہ آپ کے والدین کا کام ہے، آپ کا نہیں۔ آپ کے لیے پریشان ہونا کوئی مسئلہ نہیں ہے۔

نوجوان: اب ایک منٹ انتظار کرو۔ کیا آپ کہہ رہے ہیں کہ اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا کہ میں اپنے والدین کو کتنا دکھی کرتا ہوں؟

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا۔

نوجوان: آپ کو مذاق کرنا پڑے گا! کیا فلسفہ جیسی کوئی چیز ہو سکتی ہے جو غیر اخلاقی رویے کی سفارش کرتی ہے؟

فلسفی: آپ اپنی زندگی کے حوالے سے صرف یہ کر سکتے ہیں کہ وہ بہترین راستہ منتخب کریں جس پر آپ یقین رکھتے ہیں۔ دوسری طرف، دوسرے لوگ اس انتخاب پر کس قسم کا فیصلہ کرتے ہیں؟ یہ دوسرے لوگوں کا کام ہے، اور ایسا معاملہ نہیں ہے جس کے بارے میں آپ کچھ بھی کر سکتے ہیں۔

نوجوان: دوسرا شخص آپ کے بارے میں کیا سوچتا ہے — اگر وہ آپ کو پسند کرتا ہے یا آپ کو ناپسند کرتا ہے — یہ اس شخص کا کام ہے، میرا نہیں۔ کیا آپ یہی کہہ رہے ہیں؟

فلسفی: یہ وہی ہے جو الگ کرنا ہے۔ آپ پریشان ہیں کہ دوسرے لوگ آپ کی طرف دیکھ رہے ہیں۔ آپ دوسرے لوگوں کی طرف سے فیصلہ کرنے کے بارے میں فکر مند ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ آپ مسلسل دوسروں سے پہچان کے خواہش مند رہتے ہیں۔ اب، آپ کیوں پریشان ہیں کہ دوسرے لوگ آپ کی طرف دیکھ رہے ہیں، ویسے بھی؟ ایڈلیرین نفسیات کے پاس ایک آسان جواب ہے۔ آپ نے ابھی تک کاموں کی علیحدگی نہیں کی ہے۔ آپ فرض کرتے ہیں کہ وہ چیزیں بھی جو دوسرے لوگوں کے کام ہونے چاہئیں آپ کے اپنے ہیں۔

دادی کے الفاظ یاد رکھیں: 'آپ واحد ہیں جو پریشان ہیں کہ آپ کیسی نظر آتی ہیں۔' اس کا تبصرہ کاموں کی علیحدگی کے دل کی طرف جاتا ہے۔ دوسرے لوگ کیا سوچتے ہیں جب وہ آپ کا چہرہ دیکھتے ہیں — یہ دوسرے لوگوں کا کام ہے، اور یہ ایسی چیز نہیں ہے جس پر آپ کا کوئی کنٹرول نہیں ہے۔

نوجوان: نظریہ کے طور پر، میں سمجھتا ہوں۔ میرے استدلال دماغ کے لئے، یہ معنی رکھتا ہے۔ لیکن میرے جذبات اتنی بلند دلیل کے ساتھ نہیں رہ سکتے۔

فلسفی: پھر، آئیے ایک اور طریقہ آزماتے ہیں۔ کہتے ہیں کہ ایک آدمی ہے جو کمپنی میں باہمی تعلقات کے بارے میں پریشان ہے جہاں وہ کام کرتا ہے۔ اس کے پاس مکمل طور پر غیر معقول باس ہے جو ہر موقع پر اس پر چیختا ہے۔ اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا ہے کہ وہ کتنی ہی کوشش کرتا ہے، اس کا باس اس کی کوششوں کو تسلیم نہیں کرتا ہے اور یہاں تک کہ وہ جو کہتا ہے اسے کبھی نہیں سنتا ہے۔

نوجوان: یہ بالکل میرے باس کی طرح لگتا ہے۔

فلسفی: لیکن کیا آپ کے باس کے 'کام' کو تسلیم کیا جا رہا ہے کہ آپ کو اولین ترجیح سمجھنا چاہیے؟ یہ آپ کا کام نہیں ہے کہ آپ جس جگہ کام کرتے ہیں وہاں لوگوں کو پسند کریں۔ آپ کا باس آپ کو پسند نہیں کرتا۔ اور آپ کو پسند نہ کرنے کی اس کی وجوہات واضح طور پر غیر معقول ہیں۔ لیکن اس صورت میں، آپ کو اس کے ساتھ آرام سے رہنے کی ضرورت نہیں ہے۔

نوجوان: یہ ٹھیک لگتا ہے، لیکن وہ شخص میرا مالک ہے، ٹھیک ہے؟ اگر مجھے میرے براہ راست اعلیٰ کی طرف سے باز رکھا جائے تو میں کوئی کام نہیں کروں گا۔

فلسفی: یہ ایک بار پھر ایڈلر کی زندگی کا جھوٹ ہے۔ میں اپنا کام نہیں کر سکتا کیونکہ مجھے میرے باس نے نظر انداز کر دیا ہے۔ یہ باس کی غلطی ہے کہ میرا کام ٹھیک نہیں چل رہا۔ جو شخص ایسی باتیں کہتا ہے وہ اس کام کا بہانہ بنا کر باس کے وجود کو سامنے لاتا ہے جو ٹھیک نہیں ہوتا۔ بہت زیادہ شرمانے کے خوف کے ساتھ طالب علم کی طرح، یہ اصل میں ہے کہ آپ کو ایک خوفناک باس کے وجود کی ضرورت ہے۔ کیونکہ پھر آپ کہہ سکتے ہیں، اگر میرے پاس یہ باس نہ ہوتا تو میں مزید کام کروا سکتا تھا۔

نوجوان: نہیں، آپ نہیں جانتے کہ میرے باس کے ساتھ میرا رشتہ ہے! کاش آپ من مانے اندازے لگانا بند کر دیں۔

فلسفی: یہ ایک بحث ہے جس کا تعلق ایڈلیرین نفسیات کے بنیادی اصولوں سے ہے۔ اگر آپ غصے میں ہیں تو کچھ نہیں ڈوب جائے گا۔ آپ کو لگتا ہے کہ مجھے وہ باس مل گیا ہے اس لیے میں کام نہیں کر سکتا یہ مکمل ایٹولوجی ہے۔ لیکن یہ واقعی ہے، میں کام نہیں کرنا چاہتا، اس لیے میں ایک خوفناک باس بناؤں گا، یا میں اپنے نااہل خود کو تسلیم نہیں کرنا چاہتا، اس لیے میں ایک خوفناک باس بناؤں گا۔ یہ اسے دیکھنے کا ٹیلیولوجیکل طریقہ ہوگا۔

نوجوان: شاید آپ کے سٹاک ٹیلیولوجی اپروچ میں اس کو اسی طرح ترتیب دیا جائے گا۔ لیکن، میرے معاملے میں، یہ مختلف ہے۔

فلسفی: پھر، فرض کریں کہ آپ نے کاموں کی علیحدگی کی ہے۔ حالات کیسے ہوں گے؟ دوسرے لفظوں میں، اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا ہے کہ آپ کا باس آپ پر اپنا غیر معقول غصہ نکالنے کی کتنی ہی کوشش کرتا ہے، یہ آپ کا کام نہیں ہے۔ غیر معقول جذبات آپ کے باس کے اپنے آپ سے نمٹنے کے کام ہیں۔ اس کے سامنے نرمی برتنے کی ضرورت نہیں ہے، یا اس کے آگے جھکنے کی ضرورت نہیں ہے۔ آپ کو سوچنا چاہیے، مجھے کیا کرنا چاہیے یہ ہے کہ میں جھوٹ بولے بغیر اپنی زندگی میں اپنے کاموں کا سامنا کروں۔

نوجوان: لیکن، یہ...

فلسفی: ہم سب باہمی تعلقات میں مبتلا ہیں۔ یہ کسی کے والدین یا کسی کے بڑے بھائی کے ساتھ رشتہ ہو سکتا ہے، اور یہ کسی کے کام کی جگہ پر باہمی تعلقات ہو سکتا ہے۔ اب، پچھلی بار، آپ کہہ رہے تھے کہ آپ کچھ مخصوص اقدامات چاہتے ہیں۔ یہ میں نے تجویز کیا ہے۔ سب سے پہلے یہ پوچھنا چاہیے کہ یہ کس کا کام ہے؟ پھر کاموں کی علیحدگی کرو۔ سکون سے بیان کریں کہ کسی کے اپنے کام کس مقام پر جاتے ہیں، اور کس مقام سے وہ دوسرے شخص کے کام بن جاتے ہیں۔ اور دوسرے لوگوں کے کاموں میں مداخلت نہ کریں، یا کسی ایک فرد کو بھی اپنے کاموں میں مداخلت کرنے کی اجازت نہ دیں۔ یہ وہ جگہ ہے

ایک مخصوص اور انقلابی نقطہ نظر جو ایڈلیرین نفسیات کے لیے منفرد ہے اور اس میں کسی کے باہمی تعلقات کے مسائل کو مکمل طور پر تبدیل کرنے کی صلاحیت موجود ہے۔

نوجوان: آہ۔ میں یہ دیکھنا شروع کر رہا ہوں کہ آپ کا کیا مطلب تھا جب آپ نے کہا کہ آج کی بحث کا موضوع آزادی ہے۔

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ ہم اب آزادی کے بارے میں بات کرنے کی کوشش کر رہے ہیں۔

گورڈین گرہ کاٹ دیں۔

نوجوان: مجھے یقین ہے کہ اگر کوئی کاموں کی علیحدگی کو سمجھ سکے اور اسے عملی جامہ پہنائے، تو کسی کے باہمی تعلقات ایک ہی وقت میں آزاد ہو جائیں گے۔ لیکن میں پھر بھی اسے قبول نہیں کر سکتا۔

فلاسفر: چلو۔ میں سن رہا ہوں۔

نوجوان: میں سمجھتا ہوں کہ نظری طور پر، کاموں کی علیحدگی بالکل درست ہے۔ دوسرے لوگ میرے بارے میں کیا سوچتے ہیں، یا وہ مجھ پر کس طرح کا فیصلہ کرتے ہیں، یہ دوسرے لوگوں کا کام ہے، اور یہ ایسی چیز نہیں ہے جس کے بارے میں میں کچھ کر سکتا ہوں۔ اور مجھے صرف وہی کرنا چاہیے جو مجھے اپنی زندگی میں جھوٹ بولے بغیر کرنا ہے۔ اگر آپ نے کہا کہ یہ زندگی کی سچائی ہے تو مجھے کوئی مسئلہ نہیں ہوگا — میرے خیال میں یہ کتنا درست ہے۔ لیکن، اس پر غور کریں: اخلاقی یا اخلاقی نقطہ نظر سے، کیا اسے صحیح کام کہا جا سکتا ہے؟ یعنی زندگی گزارنے کا ایک ایسا طریقہ جو اپنے اور دوسروں کے درمیان حدیں کھینچتا ہے۔ کیونکہ کیا آپ دوسرے لوگوں کو دور نہیں کر رہے ہوں گے اور یہ نہیں کہہ رہے ہوں گے کہ 'یہ مداخلت ہے!' جب بھی وہ آپ کے بارے میں پریشان ہوتے اور پوچھتے کہ آپ کیسے ہیں؟ مجھے ایسا لگتا ہے کہ یہ وہ چیز ہے جو دوسروں کی خیر خواہی پر چلتی ہے۔

فلسفی: کیا آپ نے سکندر اعظم کے نام سے مشہور شخص کے بارے میں سنا ہے؟

نوجوان: سکندر اعظم؟ ہاں، میں نے دنیا کی تاریخ میں اس کے بارے میں سیکھا۔

فلسفی: وہ مقدونیہ کا بادشاہ تھا، جو مسیح سے پہلے چوتھی صدی میں رہتا تھا۔ جب وہ لیڈیا کی فارسی سلطنت پر پیش قدمی کر رہا تھا، تو اسے ایکروپولیس میں ایک رتھ کے بارے میں معلوم ہوا۔ سابق بادشاہ گورڈیاس نے رتھ کو مندر کے ایک ستون کے ساتھ مضبوطی سے محفوظ کیا تھا اور ایک مقامی افسانہ تھا جس میں کہا گیا تھا کہ 'جو اس گرہ کو کھولے گا وہ ایشیا کا مالک ہوگا۔' یہ ایک مضبوط زخم کی گرہ تھی کہ بہت سے ہنر مندوں کو یقین تھا۔

بند کر سکتا تھا، لیکن کوئی بھی کامیاب نہیں ہوا تھا۔ اب آپ کے خیال میں سکندر اعظم نے اس گرہ کے سامنے کھڑے ہونے پر کیا کیا؟

نوجوان: اچھا، کیا اس نے اس افسانوی گرہ کو آسانی سے نہیں کھولا، اور ایشیا کا حکمران نہیں بن گیا؟

فلاسفر: نہیں، ایسا نہیں ہوا۔ سکندر اعظم نے جیسے ہی دیکھا کہ گرہ کتنی سخت ہے، اس نے اپنی تلوار نکالی اور ایک ہی وار سے اسے آدھا کاٹ دیا۔

نوجوان: واہ!

فلسفی: پھر، کہا جاتا ہے کہ اس نے اعلان کیا، 'تقدیر کوئی ایسی چیز نہیں ہے جو افسانہ نگاری سے بنی ہو، بلکہ اپنی تلوار سے صاف کر دی جائے۔' اسے افسانوی طاقت کا کوئی فائدہ نہیں تھا، اور وہ اپنی تلوار سے اپنی تقدیر تیار کرے گا۔ جیسا کہ آپ جانتے ہیں، وہ اس کے بعد مشرق وسطیٰ اور مغربی ایشیا کے تمام خطوں کا عظیم فاتح بن گیا۔ یہ مشہور قصہ ہے جسے گورڈین ناٹ کہا جاتا ہے۔ اور اس طرح، اس طرح کی پیچیدہ گریں — ہمارے باہمی تعلقات میں بندھن — کو روایتی طریقوں سے نہیں کھولا جانا چاہیے، بلکہ کسی مکمل طور پر نئے نقطہ نظر کے ذریعے منقطع ہونا چاہیے۔ جب بھی میں کاموں کی علیحدگی کی وضاحت کرتا ہوں، مجھے ہمیشہ گورڈین گرہ یاد آتی ہے۔

نوجوان: ٹھیک ہے، میرا مطلب آپ سے اختلاف کرنا نہیں ہے، لیکن ہر کوئی سکندر اعظم نہیں بن سکتا۔ کیا یہ قطعی طور پر اس لئے نہیں ہے کہ کوئی اور نہیں تھا جو اس گرہ کو کاٹ سکتا تھا کہ اسے ایک بہادری کے طور پر پیش کرنے والی کہانی آج تک پہنچائی جاتی ہے؟ کاموں کی علیحدگی کے ساتھ بالکل ایسا ہی ہے۔

اگرچہ کوئی جانتا ہے کہ کوئی شخص اپنی تلوار سے کسی چیز کو کاٹ سکتا ہے، لیکن یہ مشکل ہو سکتا ہے۔ کیونکہ جب کوئی کاموں کی علیحدگی کے ساتھ آگے بڑھتا ہے تو آخر کار لوگوں سے تعلقات منقطع کرنے پڑتے ہیں۔

ایک لوگوں کو تنہائی میں لے جائے گا۔ آپ جس کام کی بات کرتے ہیں ان کی علیحدگی انسانی جذبات کو مکمل طور پر نظر انداز کر دیتی ہے! اس کے ساتھ کوئی ممکنہ طور پر اچھے باہمی تعلقات کیسے بنا سکتا ہے؟

فلسفی: کوئی انہیں بنا سکتا ہے۔ کاموں کی علیحدگی باہمی تعلقات کا حتمی مقصد نہیں ہے۔ بلکہ یہ گیٹ وے ہے۔

نوجوان: گیٹ وے؟

فلسفی: مثال کے طور پر، کتاب پڑھتے وقت، اگر کوئی اپنے چہرے کو اس کے بہت قریب لے آئے، تو کچھ نہیں دیکھ سکتا۔ اسی طرح اچھے باہمی تعلقات بنانے کے لیے ایک خاص حد تک فاصلہ درکار ہوتا ہے۔ جب فاصلہ بہت کم ہو جاتا ہے اور لوگ ایک دوسرے سے پھنس جاتے ہیں تو ایک دوسرے سے بات کرنا بھی ناممکن ہو جاتا ہے۔ لیکن فاصلہ بھی زیادہ نہیں ہونا چاہیے۔ جو والدین اپنے بچوں کو بہت زیادہ ڈانٹتے ہیں وہ ذہنی طور پر بہت دور ہو جاتے ہیں۔ جب ایسا ہوتا ہے، تو بچہ والدین سے مشورہ بھی نہیں کر سکتا، اور والدین مزید مناسب مدد نہیں کر سکتے۔ ضرورت پڑنے پر ہاتھ دینے کے لیے تیار رہنا چاہیے، لیکن اس شخص کی سرزمین پر قبضہ نہیں کرنا چاہیے۔ اس قسم کے درمیانے فاصلے کو برقرار رکھنا ضروری ہے۔

نوجوان: کیا والدین اور بچوں کے تعلقات میں بھی دوری ضروری ہے؟

فلاسفر: بالکل۔ اس سے پہلے آپ نے فرمایا تھا کہ کاموں کی علیحدگی ایک ایسی چیز ہے جو دوسرے شخص کی خیر خواہی کو پامال کرتی ہے۔ یہ ایک ایسا تصور ہے جو ثواب سے جڑا ہوا ہے۔ یہ خیال ہے کہ جب کوئی دوسرا شخص آپ کے لیے کچھ کرتا ہے، تو آپ کو بدلے میں کچھ کرنا پڑتا ہے۔ چاہے وہ شخص کچھ نہ چاہے۔ خیرسگالی کا جواب دینے کے بجائے اسے صرف انعام سے جوڑا جا رہا ہے۔ اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا ہے کہ دوسرا شخص کس قسم کی اپیل کر سکتا ہے، آپ صرف وہی ہیں جو فیصلہ کرتے ہیں کہ آپ کو کیا کرنا چاہیے۔

نوجوان: انعام اس کی جڑ ہے جسے میں 'ٹائی' کہہ رہا ہوں؟

فلاسفر: ہاں۔ جب انعام ایک باہمی تعلق کی بنیاد پر ہوتا ہے، تو ایک احساس پیدا ہوتا ہے جو کہتا ہے، 'میں نے اتنا دیا، لہذا آپ کو مجھے اتنا واپس دینا چاہیے۔' یہ ایک ایسا تصور ہے جو کاموں کی علیحدگی سے بالکل مختلف ہے۔ ہمیں اجر کی تلاش نہیں کرنی چاہیے، اور ہمیں اس سے منسلک نہیں ہونا چاہیے۔

نوجوان: ہمم۔

فلسفی: تاہم، یقینی طور پر ایسے حالات ہیں جن میں کاموں کو الگ کیے بغیر کسی دوسرے شخص کے کاموں میں مداخلت کرنا آسان ہوگا۔ مثال کے طور پر، بچوں کی پرورش کی صورت حال میں، جب کسی بچے کو اپنے جوتے باندھنے میں مشکل پیش آتی ہے۔ مصروف ماں کے لئے، یہ یقینی طور پر انہیں باندھنا تیز تر ہے بجائے اس کے کہ وہ خود اس کا انتظار کرے۔ لیکن یہ ایک مداخلت ہے، اور یہ بچے کے کام کو اس سے دور کر رہا ہے۔ اور دہرانے کے نتیجے میں

اس مداخلت سے، بچہ کچھ بھی سیکھنا چھوڑ دے گا، اور اپنی زندگی کے کاموں کا سامنا کرنے کی ہمت کھو دے گا۔ جیسا کہ ایڈلر کہتے ہیں، 'جن بچوں کو چیلنجوں کا مقابلہ کرنا نہیں سکھایا گیا وہ تمام چیلنجوں سے بچنے کی کوشش کریں گے۔'

نوجوان: لیکن یہ سوچنے کا ایک خشک طریقہ ہے۔

فلسفی: جب سکندر اعظم نے گورڈین گرہ کاٹ دی، تو شاید وہ لوگ تھے جنہوں نے ایسا ہی محسوس کیا۔ کہ ہاتھ سے گرہ کھولنے کا مطلب تھا، اور یہ کہ اسے تلوار سے کاٹنا غلطی تھی۔ کہ سکندر نے اوریگل کے الفاظ کے معنی کو غلط سمجھا تھا۔ ایڈلیرین نفسیات میں، ایسے پہلو ہیں جو عام سماجی سوچ کے مخالف ہیں۔ یہ ایٹولوجی سے انکار کرتا ہے، صدمے سے انکار کرتا ہے اور ٹیلیولوجی کو اپناتا ہے۔ یہ لوگوں کے مسائل کو باہمی تعلقات کے مسائل کے طور پر دیکھتا ہے۔ اور شناخت کی تلاش نہ کرنا اور کاموں کی علیحدگی بھی شاید عام سماجی سوچ کے خلاف ہے۔

نوجوان: یہ ناممکن ہے! میں یہ نہیں کر سکتا!

فلاسفر: کیوں؟

فلسفی نے جن کاموں کو بیان کرنا شروع کیا تھا ان کی علیحدگی سے نوجوان تباہ ہو گیا تھا۔ جب کسی نے اپنے تمام مسائل کے بارے میں سوچا کہ کسی کے باہمی تعلقات میں ہیں، تو کاموں کی علیحدگی موثر تھی۔ صرف اس نقطہ نظر سے، دنیا بہت آسان ہو جائے گی۔ لیکن اس میں گوشت اور خون نہیں تھا۔ اس نے ایک شخص کے طور پر کسی کی گرمجوشی کا کوئی احساس نہیں چھوڑا۔ کیا کوئی ایسا فلسفہ قبول کر سکتا ہے؟ نوجوان اپنی کرسی سے اٹھا اور زور سے التجا کی۔

شناخت کی خواہش آپ کو بناتی ہے۔

غیر مفت

نوجوان: دیکھو، میں عمروں سے غیر مطمئن ہوں۔ دنیا کے بڑے جوانوں سے کہتے ہیں، 'کچھ کرو جو تمہیں کرنا ہے۔' اور وہ اپنے چہروں پر مسکراہٹ کے ساتھ ایسا کرتے ہیں جیسے وہ واقعی لوگوں کو سمجھ رہے ہوں۔ گویا وہ نوجوان کی طرف تھے۔ لیکن یہ سب ہونٹ سروس ہے جو صرف اس لیے سامنے آتی ہے کہ وہ نوجوان ان کے لیے مکمل اجنبی ہیں، اور رشتہ ایسا ہے جو مکمل طور پر کسی قسم کی ذمہ داری کے بغیر ہے۔

پھر، والدین اور اساتذہ ہمیں کہتے ہیں، 'اس اسکول میں داخل ہوں،' یا 'ایک مستحکم پیشے کی تلاش کریں،' اور یہ ٹھوس اور غیر دلچسپ ہدایت محض مداخلت نہیں ہے۔ دراصل وہ اپنی ذمہ داریاں نبھانے کی کوشش کر رہے ہیں۔ یہ خاص طور پر اس لیے ہے کہ ہم ان سے قریب سے جڑے ہوئے ہیں اور وہ ہمارے مستقبل کے بارے میں سنجیدگی سے فکر مند ہیں، کہ وہ غیر ذمہ دارانہ باتیں نہیں کہہ سکتے جیسے 'اپنی مرضی کے مطابق کچھ کرو۔' مجھے یقین ہے کہ آپ نے بھی اس کو سمجھنے والے چہرے پر ڈال دیا، اور مجھ سے کہا، 'براہ کرم آپ کو کچھ پسند ہے۔' لیکن، میں کسی دوسرے شخص کے ایسے تبصرے پر یقین نہیں کروں گا! یہ ایک انتہائی غیر ذمہ دارانہ تبصرہ ہے، جیسے کہ کوئی اپنے کندھے سے کیٹرپلر کو برش کر رہا ہو۔ اور اگر دنیا نے اس کیٹرپلر کو کچل دیا، تو آپ کہیں گے، 'یہ میرا کام نہیں ہے،' اور بے فکری سے چلے جائیں گے۔ کاموں کی کیا علیحدگی، اے عفریت!

فلاسفر: اوہ اچھا، آپ سب کی شکل خراب ہو رہی ہے۔ تو، جو آپ کہہ رہے ہیں، دوسرے لفظوں میں، کیا آپ چاہتے ہیں کہ کوئی کسی حد تک مداخلت کرے؟ کہ آپ چاہتے ہیں کہ کوئی دوسرا شخص آپ کے راستے کا فیصلہ کرے؟

نوجوان: بالکل، شاید میں کروں! یہ اس طرح ہے: یہ فیصلہ کرنا اتنا مشکل نہیں ہے کہ دوسرے کسی سے کیا توقع رکھتے ہیں، یا کسی سے کس قسم کے کردار کا مطالبہ کیا جا رہا ہے۔ دوسری طرف، کسی کی پسند کے مطابق زندگی گزارنا انتہائی مشکل ہے۔ کوئی کیا چاہتا ہے؟

کوئی کیا بننا چاہتا ہے، اور کس قسم کی زندگی گزارنا چاہتا ہے؟ کسی کو ہمیشہ چیزوں کا ایسا ٹھوس خیال نہیں آتا ہے۔ یہ سوچنا بہت بڑی غلطی ہو گی کہ ہر ایک کے پاس واضح خواب اور مقاصد ہوتے ہیں۔

کیا تم یہ نہیں جانتے؟

فلسفی: ہو سکتا ہے اس طرح جینا آسان ہو کہ دوسرے لوگوں کی توقعات کو پورا کیا جا سکے۔ کیونکہ انسان اپنی زندگی ان کے سپرد کر رہا ہے۔ مثال کے طور پر، کوئی ان پٹریوں کے ساتھ دوڑتا ہے جو کسی کے والدین نے بچھایا ہے۔ یہاں تک کہ اگر بہت سی چیزیں ہیں جن پر کوئی اعتراض کر سکتا ہے، تب تک جب تک کوئی ان ریلوں پر رہے گا، کوئی اپنا راستہ نہیں کھوئے گا۔ لیکن اگر کوئی اپنے راستے کا فیصلہ خود کر رہا ہے، تو یہ فطری ہے کہ کبھی کبھار کوئی گم ہو جائے گا۔ کوئی 'کیسے جینا چاہیے' کی دیوار کے سامنے آتا ہے۔

نوجوان: اسی کے لیے میں دوسروں سے پہچان تلاش کر رہا ہوں۔ آپ پہلے خدا کے بارے میں بات کر رہے تھے، اور اگر ہم اب بھی ایسے دور میں رہ رہے تھے جب خدا ایک ایسی چیز تھی جس پر لوگ یقین رکھتے تھے، تو میرا خیال ہے کہ 'خدا دیکھ رہا ہے' خود نظم و ضبط کے لیے ایک معیار کے طور پر کام کر سکتا ہے۔ اگر کسی کو خدا نے پہچان لیا تو شاید کسی کو دوسروں سے پہچاننے کی ضرورت ہی نہ پڑے۔ لیکن وہ دور بہت پہلے ختم ہوا۔ اور، اس صورت میں، کسی کے پاس اس بنیاد پر خود کو نظم و ضبط کرنے کے سوا کوئی چارہ نہیں ہے کہ دوسرے لوگ دیکھ رہے ہیں۔ دوسروں کی طرف سے پہچانے جانے اور ایماندارانہ زندگی گزارنے کی خواہش کرنا۔ دوسرے لوگوں کی آنکھیں میری رہنما ہیں۔

فلسفی: کیا کوئی دوسروں سے پہچان کا انتخاب کرتا ہے، یا بغیر پہچان کے آزادی کا راستہ چنتا ہے؟ یہ ایک اہم سوال ہے — آئیے مل کر اس کے بارے میں سوچتے ہیں۔ دوسرے لوگوں کے احساسات کا اندازہ لگانے کی کوشش کرتے ہوئے اور اس فکر میں رہنا کہ وہ آپ کو کیسے دیکھتے ہیں۔ اس طرح زندگی گزارنا کہ دوسروں کی خواہشات پوری ہوں۔ یقیناً اس طرح آپ کی رہنمائی کے لیے اشارے ہوسکتے ہیں، لیکن یہ زندگی گزارنے کا ایک بہت ہی غیر آزاد طریقہ ہے۔ اب، آپ زندگی گزارنے کے لیے ایسا غیر آزاد طریقہ کیوں چن رہے ہیں؟ آپ 'تسلیم کی خواہش' کی اصطلاح استعمال کر رہے ہیں، لیکن جو آپ واقعی کہہ رہے ہیں وہ یہ ہے کہ آپ کسی کو ناپسند نہیں کرنا چاہتے۔

نوجوان: کون کرتا ہے؟ کہیں بھی کوئی ایسا نہیں ہے جو اس حد تک جائے کہ حقیقت میں ناپسندیدہ ہونا چاہتا ہو۔

فلاسفر: بالکل۔ یہ سچ ہے کہ کوئی ایسا شخص نہیں ہے جو ناپسندیدہ ہونا چاہتا ہو۔ لیکن اسے اس طرح دیکھیں: کسی کو ناپسندیدہ نہ ہونے کے لیے کیا کرنا چاہیے؟ صرف ایک ہی جواب ہے: یہ ہے کہ دوسرے لوگوں کا مسلسل اندازہ لگانا

احساسات، ان سب کے ساتھ وفاداری کی قسم کھاتے ہوئے اگر دس آدمی ہوں تو سب دس سے وفاداری کی قسم کھانی چاہیے۔ جب کوئی ایسا کرتا ہے تو وقتی طور پر وہ کسی کو ناپسند نہ کرنے میں کامیاب ہو جاتا ہے۔ لیکن اس مقام پر ایک بہت بڑا تضاد سامنے آ رہا ہے۔ ایک شخص ناپسندیدہ نہ ہونے کی واحد ذہن کی خواہش سے تمام دس لوگوں سے وفاداری کی قسم کھاتا ہے۔ یہ ایک ایسے سیاست دان کی طرح ہے جو پاپولزم کا شکار ہو گیا ہے اور ناممکن وعدے کرنے اور ذمہ داریوں کو قبول کرنا شروع کر دیا ہے جو اس سے باہر ہیں۔ قدرتی طور پر، اس کا جھوٹ بہت پہلے سامنے آ جائے گا۔ وہ لوگوں کا بھروسہ کھو دے گا، اور اپنی زندگی کو ایک بڑی مصیبت میں بدل دے گا۔ اور، ظاہر ہے، مسلسل جھوٹ بولنے کے دباؤ کے ہر طرح کے نتائج ہوتے ہیں۔ براہ کرم اس نکتے کو سمجھیں۔ اگر کوئی اس طرح زندگی گزار رہا ہے کہ دوسروں کی توقعات کو پورا کرے، اور کوئی اپنی زندگی دوسروں کے سپرد کر رہا ہے، تو یہ زندگی گزارنے کا ایک طریقہ ہے جس میں کوئی اپنے آپ سے جھوٹ بول رہا ہے، اور اس جھوٹ کو جاری رکھنا ہے تاکہ اپنے ارد گرد کے لوگوں کو شامل کیا جا سکے۔

نوجوان: تو، کسی کو خود پسند ہونا چاہیے، اور جیسا چاہے جینا چاہیے؟

فلسفی: اپنے کاموں کو الگ کرنا کوئی انا پرستی والی چیز نہیں ہے۔ تاہم، دوسرے لوگوں کے کاموں میں مداخلت بنیادی طور پر سوچنے کا ایک انا مرکزی طریقہ ہے۔ والدین اپنے بچوں کو پڑھنے پر مجبور کرتے ہیں۔ وہ اپنی زندگی اور شادی کے انتخاب میں مداخلت کرتے ہیں۔ یہ ایک انا پرستی کے انداز کے علاوہ کچھ نہیں ہے۔

نوجوان: تو کیا بچہ اپنے والدین کے ارادوں کو نظر انداز کر کے اپنی مرضی کے مطابق زندگی گزار سکتا ہے؟

فلسفی: کسی بھی طرح کی کوئی وجہ نہیں ہے کہ کوئی اپنی زندگی کو اپنی مرضی کے مطابق نہ گزارے۔

نوجوان: بابا! نہ صرف آپ ایک nihilist ہیں، آپ ایک انارکسٹ اور بوٹ کرنے کے لئے ایک hedonist ہیں۔ میں حیران رہ گیا ہوں، اور اب میں کسی بھی لمحے ہنسنا شروع کر دوں گا۔

فلسفی: ایک بالغ، جس نے ایک نوجوان کو آزادانہ طور پر یہاں اور اب اس لمحے میں رہتے ہوئے دیکھ کر، زندگی گزارنے کے لیے ایک غیر آزاد طریقہ کا انتخاب کیا ہے، نوجوانوں پر تنقید کرتا ہے کہ وہ خود پسند ہے۔ یقیناً یہ زندگی کا جھوٹ ہے جو سامنے آتا ہے تاکہ بالغ اپنی غیر آزاد زندگی کو قبول کر سکے۔ ایک بالغ جس نے خود حقیقی آزادی کا انتخاب کیا ہے اس طرح کے تبصرے نہیں کریں گے، اور اس کے بجائے آزاد ہونے کی خواہش پر خوش ہوں گے۔

نوجوان: ٹھیک ہے، تو کیا آپ برقرار رکھے ہوئے ہیں کہ آزادی مسئلہ ہے؟
آئیے اصل بات کی طرف آتے ہیں۔ آپ 'آزادی' کا لفظ بہت استعمال کرتے رہے ہیں، لیکن ویسے بھی آپ
کے لیے آزادی کا کیا مطلب ہے؟ ہم آزاد کیسے ہو سکتے ہیں؟

حقیقی آزادی کیا ہے؟

فلسفی: اس سے پہلے، آپ نے تسلیم کیا کہ آپ کسی کو ناپسند نہیں کرنا چاہتے، اور کہا، 'کہیں بھی کوئی ایسا نہیں ہے جو اس حد تک جائے کہ حقیقت میں ناپسند کیا جائے۔'

نوجوان: ٹھیک ہے۔

فلاسفر: ٹھیک ہے، میں بھی ایسا ہی ہوں۔ مجھے دوسرے لوگوں کی طرف سے ناپسندیدہ ہونے کی کوئی خواہش نہیں ہے۔ میں یہ کہوں گا کہ 'کوئی بھی اس حد تک نہیں جائے گا کہ حقیقت میں ناپسندیدہ ہونا چاہے' ایک تیز بصیرت ہے۔

نوجوان: یہ ایک عالمگیر خواہش ہے!

فلسفی: اس کے باوجود، ہماری کوششوں سے قطع نظر، ایسے لوگ ہیں جو مجھے ناپسند کرتے ہیں، اور وہ لوگ جو آپ کو ناپسند کرتے ہیں۔ یہ بھی ایک حقیقت ہے۔ جب آپ کو ناپسند کیا جاتا ہے، یا محسوس ہوتا ہے کہ آپ کو کسی کی طرف سے ناپسند کیا جا رہا ہے، تو یہ آپ کو کس ذہنی کیفیت میں ڈال دیتا ہے؟

نوجوان: بہت پریشان، سادہ لفظوں میں۔ میں حیران ہوں کہ مجھے کیوں ناپسند کیا گیا، اور میں نے جو کچھ کیا یا کہا وہ شاید ناگوار تھا۔ مجھے لگتا ہے کہ مجھے اس شخص کے ساتھ کسی اور طریقے سے بات چیت کرنی چاہیے تھی، اور میں صرف اس کی پرورش کرتا ہوں اور جرم میں مبتلا ہوں۔

فلسفی: دوسرے لوگوں کی طرف سے ناپسندیدہ نہیں ہونا چاہتے ہیں۔ انسانوں کے لیے، یہ مکمل طور پر ایک فطری خواہش ہے، اور ایک تحریک ہے۔ جدید فلسفے کے دیو کانٹ نے اس خواہش کو 'جھکاؤ' کا نام دیا۔

نوجوان: جھکاؤ؟

فلسفی: ہاں، یہ کسی کی فطری خواہشات ہیں، کسی کی زبردست خواہشات۔
اب اگر کوئی یہ کہے کہ نیچے گرتے ہوئے پتھر کی طرح زندگی گزارنا اور ایسی خواہشات یا خواہشات کو
جہاں چاہیں لے جانے دینا 'آزادی' ہے تو غلط ہوگا۔ اس طرح زندگی گزارنا صرف اپنی خواہشات اور جذبات
کا غلام بننا ہے۔ حقیقی آزادی ایک ایسا رویہ ہے جیسے کسی کے گرتے ہوئے خود کو نیچے سے دھکیلنا۔

نوجوان: اپنے آپ کو نیچے سے اوپر دھکیل رہے ہیں؟

فلسفی: پتھر بے اختیار ہے۔ ایک بار جب یہ نیچے کی طرف لڑھکنا شروع کر دیتا ہے، تو یہ کشش ثقل اور جڑت
کے قدرتی قوانین سے آزاد ہونے تک رول کرتا رہے گا۔ لیکن ہم پتھر نہیں ہیں۔ ہم وہ مخلوق ہیں جو جھکاؤ کا
مقابلہ کرنے کی صلاحیت رکھتے ہیں۔ ہم اپنی گرتی ہوئی خود کو روک سکتے ہیں اور اوپر چڑھ سکتے ہیں۔ پہچان
کی خواہش شاید ایک فطری خواہش ہے۔ تو، کیا آپ دوسروں سے پہچان حاصل کرنے کے لیے نیچے کی طرف
گھومتے رہیں گے؟ کیا آپ اپنے آپ کو ایک لڑھکتے ہوئے پتھر کی طرح پہننے جا رہے ہیں، جب تک کہ سب کچھ
ہموار نہ ہو جائے؟ جب جو کچھ بچا ہے وہ ایک چھوٹی گول گیند ہے، تو کیا وہ 'اصل میں' ہوگا؟ یہ نہیں ہو سکتا۔

نوجوان: کیا آپ کہہ رہے ہیں کہ کسی کی جبلت اور جذبات کا مقابلہ کرنا آزادی ہے؟

فلسفی: جیسا کہ میں نے بار بار کہا ہے، ایڈلیرین نفسیات میں، ہم سمجھتے ہیں کہ تمام مسائل باہمی تعلقات
کے مسائل ہیں۔ دوسرے لفظوں میں، ہم باہمی تعلقات سے رہائی چاہتے ہیں۔ ہم باہمی تعلقات سے آزاد ہونے
کی کوشش کرتے ہیں۔ تاہم، کائنات میں اکیلے رہنا بالکل ناممکن ہے۔ ہم نے اب تک جو بحث کی ہے اس کی
روشنی میں ہم 'آزادی کیا ہے؟' کے حوالے سے اس نتیجے پر پہنچتے ہیں؟ واضح ہونا چاہئے۔

نوجوان: یہ کیا ہے؟

فلسفی: مختصر یہ کہ 'آزادی کو دوسرے لوگ ناپسند کر رہے ہیں'۔

نوجوان: ہہ؟ وہ کیا تھا؟

فلاسفر: یہ ہے کہ آپ کسی کو ناپسند کرتے ہیں۔ یہ اس بات کا ثبوت ہے کہ آپ اپنی آزادی کا استعمال کر رہے
ہیں اور آزادی سے زندگی گزار رہے ہیں، اور اس بات کی علامت ہے کہ آپ اپنے اصولوں کے مطابق زندگی گزار
رہے ہیں۔

نوجوان: لیکن، لیکن...

فلسفی: ناپسندیدہ ہونا یقیناً تکلیف دہ ہے۔ اگر ممکن ہو تو، کوئی کسی کو ناپسند کیے بغیر رہنا پسند کرے گا۔ کوئی اپنی پہچان کی خواہش کو پورا کرنا چاہتا ہے۔ لیکن اپنے آپ کو اس طرح سے چلانا کہ کسی کو ناپسند نہ ہو، زندگی گزارنے کا ایک انتہائی غیر آزاد طریقہ ہے، اور یہ ناممکن بھی ہے۔ جب کوئی اپنی آزادی کا استعمال کرنا چاہتا ہے تو اس پر لاگت آتی ہے۔ اور باہمی تعلقات میں آزادی کی قیمت یہ ہے کہ کسی کو دوسرے لوگ ناپسند کرتے ہیں۔

نوجوان: نہیں! یہ بالکل غلط ہے۔ ایسا کوئی راستہ نہیں جسے آزادی کہا جا سکے۔ یہ ایک شیطانی طریقہ ہے جس سے کسی کو برائی میں شامل کیا جائے۔

فلسفی: آپ شاید آزادی کو 'تنظیموں سے رہائی' کے طور پر سوچ رہے ہوں گے۔ اپنے گھر یا اسکول، اپنی کمپنی یا اپنی قوم سے الگ ہونا آزادی ہے۔ تاہم، اگر آپ اپنی تنظیم سے الگ ہوجاتے ہیں، مثال کے طور پر، آپ حقیقی آزادی حاصل نہیں کر پائیں گے۔ جب تک کوئی دوسرے لوگوں کے فیصلوں سے بے پرواہ نہ ہو، دوسرے لوگوں کی طرف سے ناپسندیدگی کا خوف نہ ہو، اور وہ قیمت ادا نہ کرے جس کی کبھی پہچان نہ ہو، کوئی شخص کبھی بھی اپنے طرز زندگی پر عمل نہیں کر سکے گا۔ یعنی کوئی آزاد نہیں ہو سکے گا۔

نوجوان: دوسرے لوگوں کی طرف سے ناپسندیدہ ہو - کیا آپ یہ کہہ رہے ہیں؟

فلسفی: میں جو کہہ رہا ہوں وہ یہ ہے کہ ناپسندیدہ ہونے سے مت ڈرو۔

نوجوان: لیکن یہ۔

فلسفی: میں آپ کو یہ نہیں کہہ رہا ہوں کہ اس طرح زندگی گزارو کہ آپ کو ناپسند کیا جائے، اور میں یہ نہیں کہہ رہا ہوں کہ غلط کاموں میں مشغول رہو۔ برائے مہربانی اس کو غلط نہ سمجھیں۔

نوجوان: نہیں، پھر سوال بدلتے ہیں۔ کیا لوگ واقعی آزادی کا وزن برداشت کر سکتے ہیں؟ کیا لوگ اتنے مضبوط ہیں؟ اپنے والدین کی طرف سے ناپسندیدہ ہونے کے باوجود اس کی پرواہ نہ کرنا۔ کیا کوئی شخص اتنا خود پسندی کا شکار ہو سکتا ہے؟

فلسفی: کوئی شخص نہ تو خود پرستی کے لیے تیار ہوتا ہے اور نہ ہی منحرف ہوتا ہے۔ ایک صرف کاموں کو الگ کرتا ہے۔ کوئی ایسا شخص ہو سکتا ہے جو سوچتا ہی نہ ہو۔

ٹھیک ہے، لیکن یہ آپ کا کام نہیں ہے۔ اور ایک بار پھر، ایسی چیزیں سوچنا جیسے، اسے مجھے پسند کرنا چاہیے، یا میں نے یہ سب کیا ہے، تو یہ عجیب بات ہے کہ وہ مجھے پسند نہیں کرتا، دوسرے شخص کے کاموں میں مداخلت کرنے کے بارے میں سوچنے کا انعام پر مبنی طریقہ ہے۔ ناپسندیدگی کے امکان سے ڈرے بغیر آگے بڑھتا ہے۔ کوئی اس طرح نہیں رہتا جیسے کوئی نیچے کی طرف لپک رہا ہو، بلکہ اس کے بجائے اس ڈھلوان پر چڑھتا ہے جو آگے ہے۔ یہ انسان کی آزادی ہے۔

فرض کریں کہ میرے سامنے دو انتخاب تھے - ایک زندگی جس میں تمام لوگ مجھے پسند کرتے ہیں، اور ایک ایسی زندگی جس میں ایسے لوگ ہوں جو مجھے ناپسند کرتے ہیں - اور مجھے کہا گیا تھا کہ میں ایک کا انتخاب کروں۔ میں دوسرا سوچے بغیر مؤخر الذکر کا انتخاب کروں گا۔ دوسرے میرے بارے میں کیا سوچتے ہیں اس کے بارے میں فکر مند ہونے سے پہلے، میں اپنے وجود کی پیروی کرنا چاہتا ہوں۔ یعنی میں آزادی میں رہنا چاہتا ہوں۔

نوجوان: کیا آپ اب آزاد ہیں؟

فلاسفر: ہاں۔ میں آزاد ہوں۔

نوجوان: آپ ناپسندیدہ نہیں ہونا چاہتے، لیکن اگر آپ ہیں تو آپ کو کوئی اعتراض نہیں؟

فلاسفر: ہاں، یہ ٹھیک ہے۔ 'ناپسند نہ کرنا' شاید میرا کام ہے، لیکن فلاں فلاں مجھے ناپسند کرتا ہے یا نہیں یہ دوسرے شخص کا کام ہے۔

یہاں تک کہ اگر کوئی ایسا شخص ہے جو میرے بارے میں اچھا نہیں سوچتا ہے، میں اس میں مداخلت نہیں کر سکتا۔ اس کہاوت سے مستعار لینے کے لیے جس کا میں نے پہلے ذکر کیا ہے، قدرتی طور پر انسان گھوڑے کو پانی کی طرف لے جانے کی کوشش کرے گا۔ لیکن وہ پیتا ہے یا نہیں یہ اس شخص کا کام ہے۔

نوجوان: یہ کچھ نتیجہ ہے۔

فلسفی: خوش رہنے کی ہمت میں ناپسندیدہ ہونے کی ہمت بھی شامل ہے۔ جب آپ یہ ہمت حاصل کر لیں گے، تو آپ کے باہمی تعلقات ایک دم ہلکے پن میں بدل جائیں گے۔

آپ کارڈز کو ذاتی طور پر رکھتے ہیں۔ رشتے

نوجوان: ٹھیک ہے، میں نے کبھی سوچا بھی نہیں تھا کہ میں ناپسندیدگی کے بارے میں سننے کے لیے کسی فلسفی کی جگہ جاؤں گا۔

فلسفی: میں اچھی طرح جانتا ہوں کہ یہ نگلنا آسان چیز نہیں ہے۔ اسے چبانے اور بضم ہونے میں شاید کچھ وقت لگے گا۔ اگر آج ہم اس کے ساتھ مزید آگے بڑھیں تو مجھے لگتا ہے کہ آپ اسے اپنے ذہن میں نہیں رکھ پائیں گے۔ لہذا، میں آپ سے ایک اور چیز کے بارے میں بات کرنا چاہتا ہوں، ایک ذاتی معاملہ جس کا تعلق کاموں کی علیحدگی سے ہے، اور پھر آج کے لیے ختم کرتا ہوں۔

نوجوان: ٹھیک ہے۔

فلاسفر: یہ بھی والدین کے ساتھ تعلقات کے بارے میں ہے۔ میرے والد کے ساتھ میرا رشتہ ہمیشہ ہی پتھریلا رہا، یہاں تک کہ جب میں بچپن میں تھا۔ میری والدہ کا انتقال اس وقت ہو گیا جب میں بیس سال کی عمر میں تھا، ہمارے بغیر کبھی بھی حقیقی گفتگو جیسی کوئی چیز ایک ساتھ نہیں ہوئی، اور اس کے بعد میرے والد کے ساتھ میرے تعلقات تیزی سے کشیدہ ہو گئے۔ یعنی، جب تک میں نے ایڈلر کی نفسیات کا سامنا نہیں کیا اور ایڈلر کے خیالات کو سمجھ لیا۔

نوجوان: تم نے اپنے باپ کے ساتھ خراب تعلقات کیوں رکھے؟

فلسفی: جو میری یادداشت میں ہے وہ اس وقت کی تصویر ہے جب اس نے مجھے مارا تھا۔ مجھے کوئی یاد نہیں ہے کہ میں نے اسے لانے کے لئے کیا کیا ہوگا۔ مجھے صرف اس سے بچنے کی کوشش میں ایک میز کے نیچے چھپا ہوا یاد ہے، جب اس نے مجھے گھسیٹ کر باہر نکالا اور مجھے زور سے مارا۔ اور صرف ایک بار نہیں بلکہ کئی بار۔

نوجوان: وہ خوف ایک صدمہ بن گیا...

فلسفی: میرا خیال ہے کہ جب تک میں نے ایڈلیرین نفسیات کا سامنا نہیں کیا، میں اسے اس طرح سے سمجھتا تھا۔ کیونکہ میرے والد ایک خوش مزاج، خاموش مزاج انسان تھے۔ لیکن اپنے آپ کو سوچنے کے لیے، اس نے مجھے اس وقت مارا، اور اسی وجہ سے ہمارا رشتہ خراب ہو گیا، یہ ایک فرائیڈین ایٹولوجیکل سوچ ہے۔ ایڈلیرین ٹیلیولوجی پوزیشن وجہ اور اثر کی تشریح کو مکمل طور پر الٹ دیتی ہے۔ کہنے کا مطلب یہ ہے کہ میں نے مارے جانے کی یاد کو سامنے لایا کیونکہ میں نہیں چاہتا کہ میرے والد کے ساتھ میرے تعلقات بہتر ہوں۔

نوجوان: تو، سب سے پہلے آپ کا مقصد یہ تھا کہ آپ کے والد کے ساتھ آپ کے تعلقات بہتر نہ ہوں، اور آپ کے درمیان معاملات کو ٹھیک نہیں کرنا چاہتے۔

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ میرے لیے، اپنے والد کے ساتھ اپنے تعلقات کو ٹھیک نہ کرنا زیادہ آسان تھا۔ میں اس طرح کے والد ہونے کو ایک بہانے کے طور پر استعمال کر سکتا ہوں کہ کیوں میری اپنی زندگی ٹھیک نہیں چل رہی تھی۔ یہ میرے لیے ایک خوبی تھی۔ اور جاگیردار باپ سے بدلہ لینے کا پہلو بھی تھا۔

نوجوان: بالکل وہی ہے جس کے بارے میں میں پوچھنا چاہتا تھا! یہاں تک کہ اگر وجہ اور اثر الٹ تھا، یعنی آپ کے معاملے میں، آپ اپنے آپ کا تجزیہ کرنے کے قابل تھے اور کہتے ہیں، 'یہ اس لیے نہیں ہے کہ اس نے مجھے مارا کہ میرے والد کے ساتھ میرے تعلقات خراب ہیں، بلکہ یہ کہ میں لایا ہوں۔ مارے جانے کی یاد سے باہر کیونکہ میں نہیں چاہتا کہ میرے والد کے ساتھ میرے تعلقات بہتر ہوں،' پھر بھی، یہ حقیقت میں چیزوں کو کیسے بدلتا ہے؟ یہ اس حقیقت کو تبدیل نہیں کرتا ہے کہ آپ کو بچپن میں مارا گیا تھا، ٹھیک ہے؟

فلسفی: کوئی اس نقطہ نظر سے سوچ سکتا ہے کہ یہ ایک باہمی تعلق کا کارڈ ہے۔ جب تک میں سوچنے کے لیے ایٹولوجی کا استعمال کرتا ہوں، اس کی وجہ یہ ہے کہ اس نے مجھے مارا کہ میرے والد کے ساتھ میرے تعلقات خراب ہیں، یہ ایسا معاملہ ہوگا جس کے بارے میں کچھ کرنا میرے لیے ناممکن تھا۔ لیکن اگر میں سوچ سکتا ہوں، میں نے مارے جانے کی یاد کو سامنے لایا کیونکہ میں نہیں چاہتا کہ میرے والد کے ساتھ میرے تعلقات بہتر ہوں، تب میں تعلقات کو ٹھیک کرنے کا کارڈ پکڑوں گا۔ کیونکہ اگر میں صرف اس مقصد کو بدل سکتا ہوں جو سب کچھ ٹھیک کرتا ہے۔

نوجوان: کیا یہ واقعی چیزیں ٹھیک کرتا ہے؟

فلاسفر: بالکل۔

نوجوان: مجھے حیرت ہے کہ کیا آپ واقعی اپنے دل کی گہرائیوں سے ایسا محسوس کرتے ہیں۔ میں اسے تھیوری میں سمجھ سکتا ہوں، لیکن احساس میرے ساتھ ٹھیک نہیں بیٹھتا۔

فلسفی: پھر، یہ کاموں کی علیحدگی ہے۔ یہ سچ ہے کہ میرے والد اور میرے درمیان ایک پیچیدہ رشتہ تھا۔ وہ ایک ضدی شخص تھا، اور میں کبھی سوچ بھی نہیں سکتا تھا کہ اس کے احساسات آسانی سے بدل سکتے ہیں۔ مزید یہ کہ اس بات کا قوی امکان تھا کہ وہ مجھ پر ہاتھ اٹھانا بھی بھول گیا ہو۔ تاہم، تعلقات کو ٹھیک کرنے کی اپنی قرارداد پیش کرتے وقت، مجھے اس بات سے کوئی فرق نہیں پڑا کہ میرے والد کا طرز زندگی کیسا تھا، یا وہ میرے بارے میں کیا سوچتے تھے، یا وہ میرے طرز عمل کے جواب میں کیسا رویہ اختیار کرتے تھے۔ کوئی فرق نہیں پڑا۔ یہاں تک کہ اگر اس کی طرف سے تعلقات کو ٹھیک کرنے کا کوئی ارادہ نہ ہوتا تو بھی مجھے کوئی اعتراض نہیں ہوتا۔ مسئلہ یہ تھا کہ آیا میں اسے حل کروں گا یا نہیں، اور میں نے ہمیشہ باہمی تعلقات کے کارڈ رکھے ہوئے تھے۔

نوجوان: آپ کے پاس ہمیشہ باہمی تعلقات کے کارڈ تھے؟

فلاسفر: ہاں۔ بہت سے لوگوں کا خیال ہے کہ باہمی تعلقات کے کارڈ دوسرے شخص کے پاس ہوتے ہیں۔ اسی لیے وہ سوچتے ہیں کہ وہ شخص میرے بارے میں کیسا محسوس کرتا ہے؟ لیکن اگر وہ کاموں کی علیحدگی کو سمجھ سکتے ہیں، تو وہ دیکھیں گے کہ ان کے پاس تمام کارڈز ہیں۔ یہ سوچنے کا ایک نیا طریقہ ہے۔

نوجوان: تو کیا آپ کے بدلنے کی وجہ سے آپ کے والد بھی بدل گئے؟

فلسفی: میں اپنے والد کو بدلنے کے لیے نہیں بدلا۔ یہ کسی دوسرے شخص کو جوڑ توڑ کرنے کی کوشش کرنے کا ایک غلط تصور ہے۔ اگر میں بدلتا بھی ہوں تو صرف 'میں' ہی بدلتا ہے۔ میں نہیں جانتا کہ اس کے نتیجے میں دوسرے شخص کے ساتھ کیا ہوگا، اور یہ وہ پہلو نہیں ہے جس میں حصہ لے سکتا ہوں۔ یہ بھی کاموں کی علیحدگی ہے۔ بلاشبہ، ایسے اوقات ہوتے ہیں جب، میری تبدیلی کے ساتھ مل کر — میری تبدیلی کی وجہ سے نہیں — دوسرا شخص بھی بدل جاتا ہے۔ بہت سے معاملات میں، اس شخص کے پاس تبدیلی کے سوا کوئی چارہ نہیں ہوگا۔ لیکن یہ مقصد نہیں ہے، اور یہ یقینی طور پر ممکن ہے کہ دوسرا شخص تبدیل نہ ہو۔ کسی بھی صورت میں، دوسرے لوگوں کو جوڑ توڑ کے طریقے کے طور پر اپنی تقریر اور طرز عمل کو تبدیل کرنا واضح طور پر سوچنے کا ایک غلط طریقہ ہے۔

نوجوان: کسی کو دوسرے لوگوں سے جوڑ توڑ نہیں کرنا چاہیے، اور جوڑ توڑ نہیں کیا جا سکتا۔

فلسفی: جب ہم باہمی رشتوں کی بات کرتے ہیں، تو یہ ہمیشہ دو شخصی تعلقات اور ایک بڑے گروہ کے ساتھ تعلق لگتا ہے۔

جو ذہن میں آتا ہے، لیکن سب سے پہلے یہ خود ہے۔ جب کسی کو پہچاننے کی خواہش سے باندھ دیا جاتا ہے تو، باہمی تعلقات کے کارڈ ہمیشہ دوسرے لوگوں کے ہاتھ میں رہیں گے۔ کیا کوئی شخص زندگی کے کارڈز کسی دوسرے شخص کے سپرد کرتا ہے، یا انہیں اپنے پاس رکھتا ہے؟ براہ کرم اپنا وقت نکالیں اور ان خیالات کو اپنے گھر میں دوبارہ ترتیب دیں، کاموں کی علیحدگی اور آزادی کے بارے میں۔ میں اگلی بار یہاں آپ کا انتظار کروں گا۔

نوجوان: ٹھیک ہے۔ میں اسے اپنے طور پر کچھ سوچ دوں گا۔

فلاسفر: ٹھیک ہے، پھر...

نوجوان: براہ کرم، میں آپ سے صرف ایک اور بات پوچھنا چاہتا ہوں۔

فلاسفر: یہ کیا ہے؟

نوجوان: آخر میں، کیا آپ اپنے والد کے ساتھ اپنے تعلقات کو ٹھیک کرنے کے قابل تھے؟

فلاسفر: ہاں، بالکل۔ مجھے لگتا ہے۔ میرے والد بیمار ہو گئے، اور ان کی زندگی کے آخری چند سالوں میں، میرے اور میرے خاندان کے لیے ان کی دیکھ بھال کرنا ضروری تھا۔ پھر ایک دن جب میں ہمیشہ کی طرح اس کی دیکھ بھال کر رہا تھا تو میرے والد نے کہا شکریہ۔ میں نہیں جانتا تھا کہ میرے والد کے الفاظ میں ایسا کوئی لفظ موجود ہے، اور میں حیران رہ گیا اور گزرے ہوئے تمام دنوں کے لیے شکر گزار ہوں۔ اپنی نگہداشت کی زندگی کے طویل سالوں میں، میں نے جو کچھ ہو سکتا تھا کرنے کی کوشش کی تھی، یعنی میں نے اپنے والد کو پانی کی طرف لے جانے کی پوری کوشش کی تھی۔ اور آخر میں، اس نے پی لیا۔ مجھے لگتا ہے کہ اس نے کیا۔

نوجوان: ٹھیک ہے، آپ کا بہت بہت شکریہ۔ میں اسی وقت پھر آؤں گا۔

فلاسفر: میں نے اچھا وقت گزارا۔ آپ کا بھی شکریہ۔

勇氣

THE
FOURTH
NIGHT

*Where the centre
of the world is*

یہ قریب تھا -میں تقریباً اس کے لئے گر گیا! اگلے ہفتے، نوجوان نے دوبارہ فلسفی کو بلایا، اور غصے سے بھرے لہجے میں دروازے پر دستک دی۔

کاموں کو الگ کرنے کا خیال یقیناً ایک مفید ہے۔ آپ نے پچھلی بار مجھے مکمل طور پر قائل کیا تھا۔ لیکن ایسا لگتا ہے کہ جینے کا ایک تنہا طریقہ ہے۔

کاموں کو الگ کرنا اور ایک دوسرے کے باہمی تعلقات کا بوجھ ہلکا کرنا بالکل ایسا ہی ہے جیسے کسی کا دوسرے لوگوں سے تعلق منقطع کرنا۔ اور، اس کو ختم کرنے کے لیے، آپ مجھے دوسرے لوگوں کی طرف سے ناپسندیدہ ہونے کے لیے کہہ رہے ہیں؟ اگر اسی کو آپ آزادی کہتے ہیں، تو میں آزاد نہ ہونے کا انتخاب کروں گا!

انفرادی نفسیات اور بولزم

فلسفی: ٹھیک ہے، آپ آج بہت اداس لگ رہے ہیں۔

نوجوان: آپ نے دیکھا، جب سے ہم آخری بار ملے تھے، میں کاموں کی علیحدگی اور آزادی کے بارے میں پرسکون اور احتیاط سے سوچ رہا ہوں۔ میں نے اس وقت تک انتظار کیا جب تک میرے جذبات ٹھیک نہ ہو جائیں، اور پھر اپنے استدلال کے ذہن کو لاگو کیا۔ لیکن کاموں کی علیحدگی حقیقت پسندانہ نہیں لگتی۔

فلاسفر: ہمم، ٹھیک ہے۔ براہ کرم آگے بڑھیں۔

نوجوان: کاموں کو الگ کرنا بنیادی طور پر ایک خیال ہے جو ایک حد کا تعین کرنے اور یہ کہنے کے لیے اہلتا ہے کہ 'میں ہوں، اور تم ہو'۔ یقینی طور پر، اس طرح شاید کم باہمی تعلقات کے مسائل ہیں۔ لیکن کیا آپ واقعی کہیں گے کہ زندگی کا ایسا طریقہ درست ہے؟ میرے نزدیک یہ ایک انتہائی خود غرض، گمراہ کن انفرادیت کی طرح لگتا ہے۔ یہاں میرے پہلے دورے پر، آپ نے مجھے بتایا کہ ایڈلیرن نفسیات کو رسمی طور پر 'انفرادی نفسیات' کہا جاتا ہے۔

یہ اصطلاح مجھے کافی عرصے سے پریشان کر رہی تھی، لیکن آخر کار مجھے پتہ چلا کہ کیوں: جسے آپ ایڈلیرن سائیکالوجی، یا انفرادی نفسیات کہہ رہے ہیں، بنیادی طور پر ایک انفرادیت کا مطالعہ ہے جو لوگوں کو تنہائی کی طرف لے جاتا ہے۔

فلسفی: یہ سچ ہے کہ 'انفرادی نفسیات' کی اصطلاح، جو ایڈلر نے بنائی ہے، اس کے کچھ ایسے پہلو ہیں جو غلط فہمی کو دعوت دے سکتے ہیں۔ میں اب وضاحت کروں گا کہ میرا کیا مطلب ہے۔ سب سے پہلے، etymologically بتاتے ہوئے، لفظ 'انفرادی' کے معنی 'ناقابل تقسیم' ہیں۔

نوجوان: ناقابل تقسیم؟

فلاسفر: ہاں۔ دوسرے الفاظ میں، یہ سب سے چھوٹی ممکنہ اکائی ہے، اور اس لیے اسے مزید توڑا نہیں جا سکتا۔ اب، یہ بالکل کیا ہے

تقسیم نہیں کیا جا سکتا؟ ایڈلر کسی بھی قسم کے دوبری قدر کے نظام کے خلاف تھا جو دماغ کو جسم سے الگ سمجھتا تھا۔ جذبات سے الگ کے طور پر وجہ، یا شعوری دماغ غیر شعوری ذہن سے الگ۔

نوجوان: اس کی کیا بات ہے؟

فلسفی: مثال کے طور پر، کیا آپ کو اس طالبہ کے بارے میں کہانی یاد ہے جو شرماتے کے خوف کی وجہ سے میرے پاس کونسلنگ کے لیے آئی تھی؟

اس نے شرماتے کا یہ خوف کیوں پیدا کیا؟ ایڈلیرین نفسیات میں، جسمانی علامات کو ذہن (سائیکی) سے الگ نہیں سمجھا جاتا ہے۔ دماغ اور جسم کو ایک کے طور پر دیکھا جاتا ہے، مجموعی طور پر جو حصوں میں تقسیم نہیں کیا جا سکتا۔ دماغ میں تناؤ کسی کے بازو اور ٹانگوں کو ہلا سکتا ہے، یا کسی کے گال سرخ کر سکتا ہے، اور خوف کسی کے چہرے کو سفید کر سکتا ہے۔ اور تو

پر

نوجوان: ٹھیک ہے، یقینی طور پر، دماغ اور جسم کے کچھ حصے ہیں جو جڑے ہوئے ہیں۔

فلسفی: عقل اور جذبات اور شعوری ذہن اور لاشعوری ذہن کے لیے بھی یہی بات درست ہے۔ عام طور پر ٹھنڈے دماغ والا شخص یہ توقع نہیں کرتا کہ وہ پرتشدد جذبات کا شکار ہو جائے اور کسی پر چیخنا شروع کر دے۔ ہم ان جذبات سے متاثر نہیں ہوتے جو کسی نہ کسی طرح ہم سے آزاد ہوتے ہیں۔ ہم میں سے ہر ایک متحد مکمل ہے۔

نوجوان: نہیں، یہ سچ نہیں ہے۔ یہ خاص طور پر اس لیے ہے کہ ہمارے پاس دماغ اور جسم، عقل اور جذبات، اور شعوری اور لاشعوری ذہن کو ایک دوسرے سے واضح طور پر الگ دیکھنے کی صلاحیت ہے، کہ ہم لوگوں کی صحیح سمجھ حاصل کر سکتے ہیں۔ کیا یہ نہیں دیا گیا؟

فلسفی: یقیناً، یہ سچ ہے کہ دماغ اور جسم الگ الگ چیزیں ہیں، یہ کہ وجہ اور جذبات الگ الگ ہیں، اور یہ کہ شعوری ذہن اور لاشعوری ذہن دونوں موجود ہیں۔ اس نے کہا، تاہم، جب کوئی غصے میں اڑتا ہے اور کسی دوسرے شخص پر چیختا ہے، تو یہ 'مجموعی طور پر میں' ہے جو چیخنے کا انتخاب کرتا ہے۔ کوئی ان جذبات کے بارے میں کبھی نہیں سوچے گا جو کسی نہ کسی طرح آزادانہ طور پر موجود ہیں — کسی کے ارادے سے غیر متعلق، جیسا کہ یہ تھا — جیسے اس چیخنے والی آواز کو پیدا کیا ہو۔ جب کوئی 'میں' کو 'جذبات' سے الگ کرتا ہے اور سوچتا ہے، یہ جذبہ ہی تھا جس نے مجھے ایسا کرنے پر مجبور کیا، یا جذبات نے مجھ سے بہتر حاصل کیا، اور میں اس کی مدد نہیں کر سکا، ایسی سوچ بہت جلد زندگی کا جھوٹ بن جاتی ہے۔

نوجوان: آپ اس وقت کا ذکر کر رہے ہیں جب میں نے اس ویٹر کو چیخا تھا، کیا آپ نہیں ہیں؟

فلاسفر: ہاں۔ 'میں بحیثیت مجموعی' انسان کا یہ نظریہ، ایک ناقابل تقسیم وجود کے طور پر جسے حصوں میں تقسیم نہیں کیا جا سکتا، اسے 'بولزم' کہا جاتا ہے۔

نوجوان: اچھا تو ٹھیک ہے۔ لیکن میں آپ سے 'انفرادی' کی تعریف فراہم کرنے کے لیے اکیڈمک تھیوری نہیں مانگ رہا تھا۔ دیکھو، اگر آپ ایڈلیرین نفسیات کو اس کے منطقی انجام تک لے جاتے ہیں، تو یہ بنیادی طور پر کہہ رہا ہے کہ 'میں ہوں، اور تم ہو' اور لوگوں کو تنہائی کی طرف لے جا رہے ہیں۔ یہ کہہ رہا ہے، 'میں آپ کے ساتھ مداخلت نہیں کروں گا، لہذا میرے ساتھ بھی مداخلت نہ کریں، اور ہم دونوں اپنی مرضی کے مطابق زندگی گزاریں گے۔' براہ کرم براہ کرم مجھے بتائیں کہ آپ کی اس بات سے آگاہی کیا ہے؟

فلاسفر: ٹھیک ہے۔ تمام مسائل باہمی تعلقات کے مسائل ہیں۔ آپ کو ایڈلیرین نفسیات کے اس بنیادی اصول کی سمجھ ہے، ٹھیک ہے؟

نوجوان: ہاں، میں کرتا ہوں۔ باہمی تعلقات میں عدم مداخلت کا خیال، یعنی کاموں کی علیحدگی، غالباً ان مسائل کو حل کرنے کا ایک طریقہ ہے۔

فلاسفر: یہ وہ چیز ہے جس کے بارے میں مجھے یقین ہے کہ میں پچھلی بار گزرا ہوں — کہ اچھے باہمی تعلقات بنانے کے لیے ایک خاص حد تک فاصلہ درکار ہوتا ہے۔ جب کہ جو لوگ بہت قریب ہو جاتے ہیں وہ ایک دوسرے سے بات کرنے کے قابل بھی نہیں ہوتے ہیں، یہ بھی اچھا نہیں ہے کہ بہت دور ہو جائیں۔ براہ کرم کاموں کی علیحدگی کو ایسی چیز نہ سمجھیں جس کا مقصد دوسرے لوگوں کو دور رکھنا ہے۔ اس کے بجائے، اسے سوچنے کے ایک طریقہ کے طور پر دیکھیں جس کے ساتھ کسی کے باہمی تعلقات کی پیچیدہ الجھنوں کے دھاگوں کو کھولا جائے۔

نوجوان: دھاگوں کو کھولنے کے لیے؟

فلاسفر: بالکل۔ اس وقت، آپ کے دھاگے اور دوسرے لوگوں کے دھاگے سب ایک الجھن میں الجھے ہوئے ہیں، اور آپ اسی حالت میں دنیا کو دیکھ رہے ہیں۔ سرخ، نیلا، بھورا اور سبز؛ تمام رنگ آپس میں مل رہے ہیں — آپ اسے 'کنکشن' کے طور پر سوچتے ہیں۔ لیکن ایسا نہیں ہے۔

نوجوان: تو پھر، آپ کے خیال میں کنکشن کیا ہے؟

فلسفۃ: پچھلی بار، میں نے باہمی تعلقات کے مسائل کو حل کرنے کے نسخے کے طور پر کاموں کی علیحدگی کی بات کی تھی۔ لیکن باہمی تعلقات ایسی چیز نہیں ہیں جو صرف اس وجہ سے ختم ہو جائیں کہ کسی نے کاموں کو الگ کر دیا ہے۔ کاموں کو الگ کرنا دراصل باہمی تعلقات کے لیے روانگی کا نقطہ ہے۔ آج، آئیے اس بحث کو مزید گہرائی میں لے جائیں، تاکہ اس بات پر توجہ دیں کہ ایڈلیرین نفسیات میں مجموعی طور پر باہمی تعلقات کو کس طرح دیکھا جاتا ہے، اور اس بات پر غور کریں کہ ہمیں دوسروں کے ساتھ کس قسم کے تعلقات قائم کرنے چاہئیں۔

انٹرپرسنل کا مقصد تعلقات کا احساس ہے۔ برادری

نوجوان: ٹھیک ہے، میرا ایک سوال ہے۔ براہ کرم مجھے ایک سادہ سا جواب دیں جو سیدھا معاملہ کے دل تک پہنچ جائے۔ آپ نے فرمایا کہ کاموں کی علیحدگی باہمی تعلقات کی رخصتی ہے۔ ٹھیک ہے، باہمی تعلقات کا مقصد کیا ہے؟

فلسفی: معاملے کے دل تک پہنچنے کے لیے، یہ 'کمیونٹی احساس' ہے۔

نوجوان: ...کمیونٹی کا احساس؟

فلاسفر: ہاں۔ ایڈلیرین نفسیات میں یہ ایک کلیدی تصور ہے، اور اس کے اطلاق کے بارے میں خیالات کافی بحث کا موضوع رہے ہیں۔ درحقیقت، کمیونٹی کے احساس کے تصور کی ایڈلر کی تجویز نے بہت سے لوگوں کو اس سے الگ ہونے پر مجبور کیا۔

نوجوان: ٹھیک ہے، یہ مجھے دلچسپ لگتا ہے۔ یہ تصور کیا ہے؟

فلسفی: یہ آخری وقت تھا، مجھے یقین ہے کہ میں نے اس معاملے کو اٹھایا تھا کہ کوئی دوسروں کو کس طرح دیکھتا ہے۔ یعنی دشمنوں کے طور پر یا ساتھیوں کے طور پر۔ اب، اسے ایک قدم گہرائی میں لے لو۔ اگر دوسرے لوگ ہمارے ساتھی ہیں، اور ہم ان سے گھرے ہوئے رہتے ہیں، تو ہمیں اس زندگی میں اپنی 'پناہ' کی جگہ تلاش کرنے کے قابل ہونا چاہیے۔ مزید برآں، ایسا کرتے ہوئے، ہمیں اپنے ساتھیوں کے ساتھ اشتراک کرنے کی خواہش پیدا کرنا شروع کر دینی چاہیے، تاکہ کمیونٹی میں اپنا حصہ ڈال سکیں۔ کامریڈ کے طور پر دوسروں کا یہ احساس، 'اپنی پناہ' حاصل کرنے کا یہ شعور، 'کمیونٹی احساس' کہلاتا ہے۔

نوجوان: لیکن اس کا کون سا حصہ بحث کے لیے کھلا ہے؟ یہ ایک مکمل طور پر ناقابل تردید نقطہ کی طرح لگتا ہے۔

فلاسفر: مسئلہ کمیونٹی کا ہے۔ یہ کیا پر مشتمل ہے؟ جب آپ 'کمیونٹی' کا لفظ سنتے ہیں تو ذہن میں کیا تصاویر آتی ہیں؟

نوجوان: کسی کے گھر، اسکول یا کام کی جگہ، یا مقامی معاشرہ جیسے فریم ورک ہیں۔

فلسفی: جب ایڈلر کمیونٹی کا حوالہ دیتا ہے، تو وہ گھر، اسکول، کام کی جگہ اور مقامی معاشرے سے آگے بڑھتا ہے، اور اسے ہمہ جہت سمجھتا ہے، جس میں نہ صرف قوموں اور پوری انسانیت کا احاطہ کیا جاتا ہے، بلکہ ماضی سے مستقبل تک وقت کے پورے محور کا احاطہ کرتا ہے۔ اور اس میں پودے اور جانور اور یہاں تک کہ بے جان اشیاء بھی شامل ہیں۔

نوجوان: ہ؟

فلسفی: دوسرے لفظوں میں، وہ اس بات کی حمایت کر رہا ہے کہ کمیونٹی نہ صرف پہلے سے موجود فریم ورک میں سے ایک ہے جسے لفظ ذہن میں لا سکتا ہے، بلکہ اس میں لفظی ہر چیز شامل ہے۔ پوری کائنات، ماضی سے مستقبل تک۔

نوجوان: برگز نہیں۔ اب تم نے مجھے کھو دیا ہے۔ کائنات؟ ماضی اور مستقبل؟ آپ زمین پر کس چیز کی بات کر رہے ہیں؟

فلسفی: یہ سننے والوں کی اکثریت کو اسی طرح کے شکوک و شبہات ہیں۔ یہ ایسی چیز نہیں ہے جسے کوئی فوری طور پر سمجھ سکتا ہے۔ ایڈلر نے خود تسلیم کیا کہ وہ جس کمیونٹی کی حمایت کر رہے تھے وہ 'ایک ناقابل حصول آئیڈیل' تھا۔

نوجوان: ہا ہا۔ ٹھیک ہے یہ پریشان کن ہے، بے نا؟ پھر دوسرے راستے کے بارے میں کیا خیال ہے؟ کیا آپ واقعی اس کمیونٹی کے احساس کو سمجھتے اور قبول کرتے ہیں، یا جو کچھ بھی ہے، جس میں پوری کائنات شامل ہے؟

فلاسفر: میں کوشش کرتا ہوں۔ کیونکہ میں محسوس کرتا ہوں کہ کوئی بھی اس نکتے کو سمجھے بغیر ایڈلیرین نفسیات کو صحیح معنوں میں نہیں سمجھ سکتا۔

نوجوان: ٹھیک ہے پھر!

فلسفی: جیسا کہ میں ہمیشہ سے کہہ رہا ہوں، ایڈلیرین نفسیات کا خیال ہے کہ تمام مسائل باہمی تعلقات کے مسائل ہیں۔

باہمی تعلقات ناخوشی کا باعث ہیں۔ اور اس کے برعکس بھی کہا جا سکتا ہے - باہمی تعلقات خوشی کا ذریعہ ہیں۔

نوجوان: بے شک۔

فلسفی: مزید برآں، اجتماعی احساس باہمی تعلقات کی ایسی حالت پر غور کرنے کے لیے سب سے اہم اشاریہ ہے جو خوش ہے۔

نوجوان: ٹھیک ہے۔ میں اس کے بارے میں سب کچھ سننا چاہوں گا۔

فلسفی: اجتماعی احساس کو 'سماجی دلچسپی' بھی کہا جاتا ہے، یعنی 'معاشرے میں دلچسپی'۔ تو، اب میرا آپ سے ایک سوال ہے: کیا آپ جانتے ہیں کہ سماجیات کے نقطہ نظر سے معاشرے کی سب سے چھوٹی اکائی کیا ہے؟

نوجوان: معاشرے کی سب سے چھوٹی اکائی، ہ؟ میں خاندان کو کہوں گا۔

فلسفی: نہیں، یہ 'تم اور میں' ہیں۔ جب دو افراد ہوتے ہیں تو ان کی موجودگی میں معاشرہ ابھرتا ہے اور وہاں بھی معاشرہ ابھرتا ہے۔ کمیونٹی کے اس احساس کو سمجھنے کے لیے جس کے بارے میں ایڈلر بولتا ہے، 'تم اور میں' کو نقطہ آغاز کے طور پر استعمال کرنے کا مشورہ دیا جاتا ہے۔

نوجوان: اور نقطہ آغاز کے طور پر آپ اس کے ساتھ کیا کرتے ہیں؟

فلسفی: آپ خود سے لگاؤ (خود پسندی) کو دوسروں (سماجی مفاد) کی فکر میں تبدیل کرتے ہیں۔

نوجوان: خود سے لگاؤ؟ دوسروں کی فکر؟ یہ سب کیا ہے؟

میں صرف اپنے آپ میں کیوں دلچسپی رکھتا ہوں؟

فلاسفر: ٹھیک ہے، آئیے اس پر ٹھوس غور کریں۔ وضاحت کے مقاصد کے لیے، 'خود سے منسلک' کی جگہ، میں 'خود مرکز' کا لفظ استعمال کروں گا۔ آپ کے خیال میں، کوئی شخص جو خود پسند ہے وہ کس قسم کا شخص ہے؟

نوجوان: ہمم، میرا اندازہ ہے کہ سب سے پہلی چیز جو ذہن میں آتی ہے وہ ہے وہ شخص جو ظالم کی طرح ہے۔ کوئی ایسا شخص جو دہنگ ہو، اسے دوسروں کے لیے پریشانی کا باعث بننے میں کوئی عار نہیں، اور وہ صرف ان چیزوں کے بارے میں سوچتا ہے جو اس کے اپنے فائدے کے لیے ہوں۔ وہ سوچتا ہے کہ دنیا اس کے گرد گھومتی ہے، اور وہ ایک آمر کی طرح برتاؤ کرتا ہے جو مطلق اختیار اور طاقت سے حکومت کرتا ہے۔ وہ اس قسم کا شخص ہے جو اپنے آس پاس کے ہر فرد کے لیے بہت زیادہ پریشانی پیدا کرتا ہے۔ کوئی ایسا شخص جو شیکسپیئر کے کنگ لیئر جیسا ہو، ایک عام ظالم۔

فلاسفر: میں دیکھتا ہوں۔

نوجوان: دوسری طرف، ضروری نہیں کہ وہ ظالم ہو — کوئی اس قسم کے شخص کے بارے میں بھی بات کر سکتا ہے جو کسی گروپ کی ہم آہنگی کو خود غرضی کے طور پر خراب کرتا ہے۔ وہ ایسا شخص ہے جو گروپ میں کام نہیں کر سکتا، اور اکیلے کام کرنے کو ترجیح دیتا ہے۔ وہ کبھی بھی اپنے اعمال پر غور کرنے سے باز نہیں آتا، یہاں تک کہ جب وہ تقریروں کے لیے دیر کر دیتا ہے یا اپنے وعدوں کو پورا کرنے میں ناکام رہتا ہے۔ ایک لفظ میں، وہ ایک انا پرست ہے۔

فلسفی: یقینی طور پر، یہ اس قسم کی تصویر ہے جو عام طور پر خود غرض لوگوں کے بارے میں سوچتے وقت ذہن میں آتی ہے۔ لیکن ایک اور قسم ہے جس کا خیال رکھنا ضروری ہے۔ وہ لوگ جو کاموں کی علیحدگی کو انجام دینے سے قاصر ہیں، اور جو پہچان کی خواہش میں مبتلا ہیں وہ بھی انتہائی خود پسند ہیں۔

نوجوان: ایسا کیوں؟

فلسفی: پہچان کی خواہش کی حقیقت پر غور کریں۔ دوسرے آپ کی طرف کتنی توجہ دیتے ہیں، اور آپ کے بارے میں ان کا کیا فیصلہ ہے؟ کہنے کا مطلب یہ ہے کہ وہ آپ کی خواہش کو کتنا پورا کرتے ہیں؟ جو لوگ پہچان کی اس طرح کی خواہش کے جنون میں مبتلا ہیں وہ دوسرے لوگوں کی طرف دیکھ رہے ہوں گے، جبکہ وہ دراصل صرف اپنے آپ کو دیکھ رہے ہیں۔ وہ دوسروں کے لیے فکر مند نہیں ہیں، اور صرف 'میں' کے ساتھ فکر مند ہیں۔ سیدھے الفاظ میں، وہ خود پسند ہیں۔

نوجوان: تو، کیا آپ کہیں گے کہ مجھ جیسے لوگ، جو دوسروں کی طرف سے فیصلہ کیے جانے سے ڈرتے ہیں، وہ بھی خود غرض ہیں؟ اگرچہ میں دوسروں کا خیال رکھنے اور خود کو ان کے مطابق ڈھالنے کی بہت کوشش کرتا ہوں؟

فلاسفر: ہاں۔ اس معنی میں کہ آپ کا تعلق صرف 'میں' سے ہے، آپ خود پر مرکوز ہیں۔ آپ چاہتے ہیں کہ دوسروں کے بارے میں اچھا سوچا جائے، اور اسی وجہ سے آپ کو فکر ہے کہ وہ آپ کو کس طرح دیکھتے ہیں۔ یہ دوسروں کی فکر نہیں ہے۔ یہ خود سے لگاؤ کے سوا کچھ نہیں ہے۔

نوجوان: لیکن...

فلاسفر: یہ وہ چیز ہے جس کے بارے میں میں نے پچھلی بار بات کی تھی۔ حقیقت یہ ہے کہ ایسے لوگ ہیں جو آپ کے بارے میں اچھا نہیں سوچتے ہیں اس بات کا ثبوت ہے کہ آپ آزادی میں رہ رہے ہیں۔ آپ کو اس کے بارے میں کسی چیز کا احساس ہو سکتا ہے جو خود پر مبنی لگتا ہے۔ لیکن میرا خیال ہے کہ آج کی بحث سے آپ کو یہ بات سمجھ آگئی ہے: زندگی گزارنے کا ایک ایسا طریقہ جس میں ایک شخص مسلسل پریشان رہتا ہے کہ کسی کو دوسرے کس طرح دیکھتے ہیں وہ ایک خود پسند طرز زندگی ہے جس میں کسی کی واحد فکر 'میں' سے ہوتی ہے۔

نوجوان: اچھا اب، یہ ایک حیران کن بیان ہے!

فلسفی: صرف آپ ہی نہیں، بلکہ تمام لوگ جو 'میں' سے جڑے ہوئے ہیں وہ خود غرض ہیں۔ اور یہی وجہ ہے کہ 'خود سے منسلک' سے 'دوسروں کی فکر' میں تبدیل کرنا ضروری ہے۔

نوجوان: ٹھیک ہے، ہاں، یہ سچ ہے کہ میں ہمیشہ صرف اپنی طرف دیکھتا ہوں۔ کہ، میں تسلیم کرتا ہوں۔ میں مسلسل پریشان رہتا ہوں کہ دوسرے لوگ مجھے کیسے دیکھتے ہیں، لیکن اس بارے میں میں نہیں کہ میں انہیں کیسے دیکھتا ہوں۔ اگر آپ کہہ رہے ہیں کہ میں خود غرض ہوں تو میں اس کی تردید کے لیے کچھ نہیں کہہ سکتا۔ لیکن، اس کے بارے میں اس طرح سوچیں: اگر میری زندگی فیچر کی لمبائی والی فلم ہوتی، تو مرکزی کردار یقیناً یہ 'میں' ہوتا، ہے نا؟ کیا مرکزی کردار کی طرف کیمرے کی طرف اشارہ کرنا واقعی ایسی قابل مذمت چیز ہے؟

آپ دنیا کا مرکز نہیں ہیں۔

فلسفی: آئیے چیزوں کو ترتیب سے دیکھتے ہیں۔ سب سے پہلے، ہم میں سے ہر ایک کمیونٹی کا رکن ہے، اور اسی جگہ سے ہمارا تعلق ہے۔ یہ محسوس کرنا کہ کمیونٹی میں کسی کی اپنی پناہ گاہ ہے۔ یہ محسوس کرنا کہ 'یہاں رہنا ٹھیک ہے'، اور اپنے تعلق کا احساس رکھنا۔ یہ بنیادی انسانی خواہشات ہیں۔

چاہے یہ کسی کی پڑھائی ہو، کام ہو یا دوستی، یا کسی کی محبت یا شادی، یہ سب چیزیں کسی کی جگہوں اور رشتوں کی تلاش سے جڑی ہوتی ہیں جن میں کوئی محسوس کر سکتا ہے کہ 'یہاں رہنا ٹھیک ہے'۔ کیا آپ متفق نہیں ہوں گے؟

نوجوان: آہ، ہاں، میں کرتا ہوں! یہ بالکل ہے!

فلسفی: اور کسی کی زندگی کا مرکزی کردار 'میں' ہے۔ اس وقت تک فکر کی ٹرین میں کوئی حرج نہیں ہے۔ لیکن 'میں' دنیا کے مرکز پر حکومت نہیں کرتا۔ جب کہ 'میں' زندگی کا مرکزی کردار ہے، یہ کبھی بھی کمیونٹی کے ایک رکن اور پورے کا حصہ نہیں ہوتا۔

نوجوان: پورے کا ایک حصہ؟

فلسفی: جن لوگوں کو صرف اپنی فکر ہوتی ہے وہ سمجھتے ہیں کہ وہ دنیا کے مرکز میں ہیں۔ ایسے لوگوں کے لیے، دوسرے محض 'لوگ' ہیں جو میرے لیے کچھ کریں گے۔ 'وہ آدھے حقیقی طور پر یقین رکھتے ہیں کہ باقی سب ان کی خدمت کے لیے موجود ہیں، اور انہیں اپنے جذبات کو ترجیح دینی چاہیے۔

نوجوان: بالکل شہزادہ یا شہزادی کی طرح۔

فلاسفر: جی بالکل۔ وہ 'زندگی کا مرکزی کردار' بننے سے 'دنیا کا مرکزی کردار' بننے تک چھلانگ لگاتے ہیں۔ اس وجہ سے، جب بھی وہ کسی دوسرے شخص سے رابطے میں آتے ہیں، وہ صرف یہ سوچتے ہیں کہ یہ شخص مجھے کیا دے گا؟ تاہم — اور یہ ایسی چیز ہے جس کے لیے درست نہیں ہے۔

شہزادے اور شہزادیاں — یہ توقع ہر موقع پر پوری نہیں ہونے والی ہے۔ کیونکہ دوسرے لوگ آپ کی توقعات کو پورا کرنے کے لیے نہیں جی رہے ہیں۔

نوجوان: بے شک۔

فلسفی: پھر، جب وہ توقعات پوری نہیں ہوتیں، تو وہ شدید مایوسی کا شکار ہو جاتے ہیں اور ایسا محسوس کرتے ہیں کہ جیسے ان کی شدید توہین کی گئی ہے۔ اور وہ ناراض ہو جاتے ہیں، اور سوچتے ہیں، اس شخص نے میرے لیے کچھ نہیں کیا۔ اس شخص نے مجھے مایوس کیا وہ شخص اب میرا ساتھی نہیں رہا۔ وہ میرا دشمن ہے۔ جو لوگ یہ عقیدہ رکھتے ہیں کہ وہ دنیا کا مرکز ہیں وہ ہمیشہ اپنے ساتھیوں کو کھو دیتے ہیں۔

نوجوان: یہ عجیب بات ہے۔ کیا آپ نے یہ نہیں کہا کہ ہم ایک موضوعی دنیا میں رہ رہے ہیں؟ جب تک دنیا ایک موضوعی جگہ ہے، میں واحد ہوں جو اس کے مرکز میں ہو سکتا ہے۔ میں کسی اور کو وہاں نہیں ہونے دوں گا۔

فلسفی: میں سمجھتا ہوں کہ جب آپ 'دنیا' کی بات کرتے ہیں تو آپ کے ذہن میں جو کچھ ہوتا ہے وہ دنیا کے نقشے کی طرح ہوتا ہے۔

نوجوان: دنیا کا نقشہ؟ آپ کیا کہ رہے ہو؟

فلسفی: مثال کے طور پر، فرانس میں استعمال ہونے والے دنیا کے نقشے پر، امریکہ بائیں جانب اور ایشیا دائیں جانب واقع ہے۔ یورپ اور فرانس کو یقیناً نقشے کے مرکز میں دکھایا گیا ہے۔ دوسری طرف چین میں استعمال ہونے والے دنیا کے نقشے میں دائیں طرف امریکہ اور بائیں طرف یورپ دکھایا گیا ہے۔ فرانسیسی لوگ جو دنیا کا چین کا نقشہ دیکھتے ہیں، غالباً ان کو بیان کرنے میں دشواریوں کے احساس کا سامنا کرنا پڑے گا، جیسے کہ انہیں نا انصافی سے کناروں تک لے جایا گیا ہو، یا من مانی طور پر دنیا سے کاٹ دیا گیا ہو۔

نوجوان: ہاں، میں آپ کی بات دیکھ رہا ہوں۔

فلسفی: لیکن کیا ہوتا ہے جب ایک گلوب کو دنیا کی نمائندگی کے لیے استعمال کیا جاتا ہے؟ کیونکہ ایک گلوب کے ساتھ، آپ دنیا کو مرکز میں فرانس، یا چین، یا برازیل کے ساتھ اس معاملے میں دیکھ سکتے ہیں۔ ہر جگہ مرکزی ہے، اور کوئی جگہ ایک ہی وقت میں نہیں ہے۔ دنیا ایک لامحدود تعداد کے ساتھ بند ہوسکتی ہے۔

سینٹرز کا، ناظرین کے مقام اور زاویہ نگاہ کے مطابق۔ یہ ایک گلوب کی فطرت ہے۔

نوجوان: ہم، یہ سچ ہے۔

فلسفی: اس کے بارے میں سوچو جو میں نے پہلے کہا تھا - کہ آپ دنیا کا مرکز نہیں ہیں - ایک ہی چیز کے طور پر۔ آپ ایک کمیونٹی کا حصہ ہیں، اس کا نہیں۔

مرکز

نوجوان: میں دنیا کا مرکز نہیں ہوں۔ ہماری دنیا ایک گلوب ہے، کوئی نقشہ نہیں جسے جہاز میں کاٹا گیا ہو۔ ٹھیک ہے، میں اسے نظریہ میں سمجھ سکتا ہوں، ویسے بھی۔ لیکن مجھے اس حقیقت سے آگاہ ہونے کی ضرورت ہے کہ میں دنیا کا مرکز نہیں ہوں؟

فلسفی: اب ہم وہاں واپس جائیں گے جہاں سے ہم نے شروع کیا تھا۔ ہم سب اس تعلق کے احساس کی تلاش میں ہیں کہ 'یہاں رہنا ٹھیک ہے'۔ ایڈلیرین نفسیات میں، تاہم، تعلق کا احساس ایک ایسی چیز ہے جسے کوئی شخص صرف اپنی مرضی کی کمیونٹی کے ساتھ ایک فعال وابستگی کے ذریعے حاصل کر سکتا ہے، نہ کہ صرف یہاں رہنے سے۔

نوجوان: ایک فعال عزم کر کے؟ کوئی کیا کرتا ہے، بالکل؟

فلسفی: کسی کو اپنی زندگی کے کاموں کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ دوسرے لفظوں میں، کام، دوستی اور محبت کے باہمی رشتوں کے کاموں سے گریز کیے بغیر، کوئی خود ہی قدم اٹھاتا ہے۔ اگر آپ 'دنیا کا مرکز' ہیں، تو کمیونٹی سے وابستگی کے بارے میں آپ کو کوئی خیال نہیں ہوگا۔ کیونکہ باقی سب 'کوئی ایسا ہے جو میرے لیے کچھ کرے گا'، اور آپ کو خود سے کام کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ لیکن آپ دنیا کا مرکز نہیں ہیں اور نہ ہی میں ہوں۔ کسی کو اپنے دونوں پاؤں پر کھڑا ہونا ہے، اور باہمی تعلقات کے کاموں کے ساتھ اپنے قدم آگے بڑھانا ہے۔ سوچنے کی ضرورت نہیں یہ شخص مجھے کیا دے گا؟ لیکن، بلکہ، میں اس شخص کو کیا دے سکتا ہوں؟ یہ کمیونٹی سے وابستگی ہے۔

نوجوان: اس لیے کہ کوئی ایسی چیز دیتا ہے جس سے کسی کو پناہ مل سکتی ہے؟

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ تعلق کا احساس ایک ایسی چیز ہے جو کوئی اپنی کوششوں سے حاصل کرتا ہے — یہ ایسی چیز نہیں ہے جسے کسی نے عطا کیا ہو۔

پیدائش کے ساتھ۔ کمیونٹی کا احساس ایڈلیرین نفسیات کا بہت زیادہ زیر بحث کلیدی تصور ہے۔

یہ یقینی طور پر ایک ایسا تصور تھا جسے نوجوان کے لیے پہلے قبول کرنا مشکل تھا۔ اور فطری طور پر، اس کو یہ بتانے سے پریشان ہوا کہ وہ خود پر مرکوز ہے۔ لیکن جس چیز کو اسے قبول کرنا کسی اور چیز سے زیادہ مشکل لگا وہ اس کمیونٹی کی ناقابل یقین حد تھی، جس میں کائنات اور بے جان اشیاء شامل تھیں۔ ایڈلر اور یہ فلسفی کیا بات کر رہے تھے، ویسے بھی؟

حیرت زدہ لہجے میں نوجوان نے آہستہ سے بولنے کے لیے منہ کھولا۔

ایک بڑے کی آواز سنیں۔ برادری

نوجوان: مجھے تسلیم کرنا چاہیے، آپ مجھے کھونے لگے ہیں۔ میں چیزوں کو تھوڑا سا سیدھا کرنے کی کوشش کرتا ہوں۔ سب سے پہلے، باہمی تعلقات کے گیٹ وے پر، ہمیں کاموں کی علیحدگی ملی ہے، اور مقصد کے طور پر، کمیونٹی کا احساس ہے۔ اور آپ کہہ رہے ہیں کہ کمیونٹی کا احساس 'دوسروں کو کامریڈ ہونے کا احساس'، اور 'اپنی پناہ گاہ رکھنے کا شعور' کمیونٹی کے اندر ہے۔ اس وقت تک، یہ ایسی چیز ہے جسے میں سمجھ سکتا ہوں اور قبول کر سکتا ہوں۔

لیکن تفصیلات اب بھی تھوڑی دور کی بات لگتی ہیں۔ ایک بات تو یہ ہے کہ اس چیز کو پھیلانے سے آپ کا کیا مطلب ہے جسے آپ 'کمیونٹی' کہتے ہیں جس میں پوری کائنات، اور پھر ماضی اور مستقبل، اور جاندار چیزوں سے لے کر جانے والی اشیاء تک سب کچھ شامل ہو جائے؟

فلسفی: یہ یقینی طور پر چیزوں کو سمجھنا مزید مشکل بنا دیتا ہے اگر کوئی ایڈلر کے کمیونٹی کے تصور کو لفظی طور پر لے اور حقیقت میں کائنات اور جانے والی اشیاء سمیت اس کا تصور کرنے کی کوشش کرے۔ فی الحال یہ کہنا کافی ہے کہ برادری کا دائرہ لامحدود ہے۔

نوجوان: لامحدود؟

فلسفی: مثال کے طور پر، ایک آدمی کو لے لیجئے، جو ریٹائرمنٹ کی عمر کو پہنچ کر کام چھوڑ دیتا ہے، جلد ہی اپنی طاقت کھو دیتا ہے اور افسردہ ہو جاتا ہے۔ اچانک اس کمپنی سے کٹ جاتا ہے جو اس کی برادری تھی اور عنوان یا پیشہ سے محروم ہو جاتا ہے، وہ 'عام کوئی نہیں' بن جاتا ہے۔ چونکہ وہ اس حقیقت کو قبول کرنے سے قاصر ہے کہ وہ اب 'نارمل' ہے، وہ راتوں رات عملی طور پر بوڑھا ہو جاتا ہے۔ لیکن اس شخص کے ساتھ واقعی یہ ہوا کہ وہ اس چھوٹی سی برادری سے کٹ گیا جو اس کی کمپنی ہے۔ ہر شخص کا تعلق ایک سے ہے۔

علیحدہ کمیونٹی، اور جب بات اس پر اترتی ہے تو ہم سب کا تعلق زمین کی برادری اور کائنات کی برادری سے ہے۔

نوجوان: یہ خالص نفاست ہے! 'آپ کائنات سے تعلق رکھتے ہیں' کے ساتھ اچانک سامنے آنا، گویا اس سے کسی کو تعلق کا احساس مل سکتا ہے۔

فلسفی: یہ سچ ہے، ایسا کوئی طریقہ نہیں ہے کہ کوئی بھی اچانک پوری کائنات کا تصور کر سکے۔ اس کے باوجود، میں آپ کو یہ آگاہی حاصل کرنا چاہوں گا کہ آپ کا تعلق ایک الگ، بڑی کمیونٹی سے ہے جو آپ اپنے قریبی علاقے میں نظر آنے والے سے باہر ہے — مثال کے طور پر، وہ ملک یا مقامی معاشرہ جس میں آپ رہتے ہیں — اور یہ کہ آپ اپنا حصہ ڈال رہے ہیں۔ کسی نہ کسی طرح اس کمیونٹی کے اندر۔

نوجوان: پھر، ایسی صورت حال میں کیا ہوگا؟ کہتے ہیں کہ ایک لڑکا ہے جو غیر شادی شدہ ہے، اپنی ملازمت اور اپنے دوستوں سے محروم ہو گیا ہے، اور جو دوسرے لوگوں کی صحبت سے گریز کرتا ہے اور صرف اس رقم سے گزارہ کرتا ہے جو اس کے والدین نے اسے چھوڑا تھا۔ لہذا، وہ بنیادی طور پر کام کے تمام کاموں، اور دوستی کے کاموں اور محبت کے کاموں سے بھاگ رہا ہے۔ کیا آپ کہیں گے کہ ایسا لڑکا بھی کسی نہ کسی کمیونٹی سے تعلق رکھتا ہے؟

فلاسفر: بالکل۔ کہتے ہیں کہ وہ روٹی خریدنے نکلا ہے۔ وہ ایک سکے سے اس کی ادائیگی کرتا ہے۔ وہ سکے صرف روٹی بنانے والوں کے پاس واپس نہیں جاتا۔ یہ آٹا اور مکھن بنانے والوں کو جاتا ہے۔ ان لوگوں کو جو یہ اجزاء فراہم کرتے ہیں؛ ڈیلیوری گاڑیوں کے ذریعے استعمال ہونے والے پٹرول کے صاف کرنے والوں کو؛ تیل پیدا کرنے والے ممالک کے لوگوں کو جہاں سے وہ ایندھن آتا ہے، وغیرہ۔ تو، یہ سب منسلک ہے، لوگ کبھی بھی حقیقی معنوں میں اکیلے یا برادری سے الگ نہیں ہوتے، اور نہیں ہو سکتے۔

نوجوان: تو، آپ کہہ رہے ہیں کہ جب میں روٹی خریدتا ہوں تو مجھے مزید تصور کرنا چاہیے؟

فلسفی: یہ خیالی نہیں ہے۔ یہ حقیقت ہے۔ ایڈلر جس کمیونٹی کے بارے میں بات کرتا ہے وہ ان چیزوں سے باہر ہے جو ہم دیکھ سکتے ہیں، جیسے ہمارے گھرانوں اور معاشروں میں، ان رابطوں کو شامل کرنا جو ہم نہیں دیکھ سکتے۔

نوجوان: ایسا کہنے کے لیے معذرت، لیکن آپ تجربیدی نظریہ کی طرف بھاگ رہے ہیں۔ ہمیں یہاں جس مسئلے پر توجہ دینی چاہیے وہ ہے تعلق کا احساس، کہ 'یہاں رہنا ٹھیک ہے'۔ اور پھر، تعلق کے اس احساس کے معنی کے حوالے سے، یہ وہ برادری ہے جسے ہم مضبوط دیکھ سکتے ہیں۔ آپ اتفاق کریں گے۔

اس کے ساتھ، کیا آپ نہیں کریں گے؟ مثال کے طور پر، اگر ہم 'کمپنی' کمیونٹی کا 'ارتھ' کمیونٹی سے موازنہ کریں، تو کسی ایسے شخص کے تعلق کا احساس جو کہتا ہے کہ 'میں اس کمپنی کا ممبر ہوں' زیادہ مضبوط ہوگا۔ اپنی اصطلاحات کو مستعار لینے کے لیے، باہمی تعلقات کی دوری اور گہرائی بالکل مختلف ہے۔ یہ فطری بات ہے کہ جب ہم تعلق کے احساس کی تلاش کرتے ہیں تو ہم چھوٹی برادری کی طرف راغب ہوں گے۔

فلسفی: یہ ایک ادراک مشاہدہ ہے۔ لہذا، آئیے اس بارے میں سوچنا شروع کریں کہ ہمیں متعدد اور بڑی کمیونٹیز کے بارے میں کیوں آگاہ ہونا چاہیے۔ جیسا کہ میں نے پہلے کہا، ہم سب کا تعلق متعدد برادریوں سے ہے۔ ہم اپنے گھرانوں، اپنے اسکولوں، اپنے کام کی جگہوں اور مقامی معاشروں اور ان ممالک سے تعلق رکھتے ہیں جن میں ہم رہتے ہیں۔ اب تک آپ اس سے متفق ہیں، ہاں؟

نوجوان: ہاں، میں کرتا ہوں۔

فلسفی: ٹھیک ہے، فرض کریں کہ آپ، ایک طالب علم کے طور پر، اس کمیونٹی کو جو 'اسکول' ہے مطلق سمجھتے ہیں۔ دوسرے لفظوں میں، اسکول آپ کے لیے سب کچھ ہے، آپ کا 'I' اسکول کی وجہ سے موجود ہے، اور کوئی دوسرا 'I' اس کے بغیر ممکن نہیں ہے۔ لیکن فطری طور پر، اس کمیونٹی کے اندر ایسے مواقع آئیں گے جب آپ مصیبت میں پڑ جائیں گے۔ یہ غنڈہ گردی کا شکار ہو سکتا ہے، یا دوست بنانے یا اپنے اسکول کے کام کو جاری رکھنے کے قابل نہ ہونا، یا سب سے پہلے اسکول کے نظام کے مطابق نہ ہونا۔ کہنے کا مطلب یہ ہے کہ، یہ ممکن ہے کہ کمیونٹی کے حوالے سے جو آپ کا اسکول ہے، آپ کے پاس تعلق کا احساس 'یہاں رہنا ٹھیک ہے' نہیں ہوگا۔

نوجوان: ہاں، بالکل۔ یہ بالکل ممکن ہے۔

فلسفی: جب ایسا ہوتا ہے، اگر آپ اسکول کو اپنے لیے سب کچھ سمجھتے ہیں، تو آپ کو کسی بھی چیز سے تعلق رکھنے کا احساس نہیں ہوگا۔ اور پھر، آپ اپنے گھر جیسی چھوٹی کمیونٹی میں فرار ہو جائیں گے۔ آپ اپنے آپ کو اندر بند کر لیں گے، اور ہو سکتا ہے کہ آپ کے اپنے خاندان کے افراد کے خلاف بھی تشدد کی طرف رجوع کریں۔ اور اس طرح کے کام کرنے سے، آپ کسی نہ کسی طرح اپنے تعلق کا احساس حاصل کرنے کی کوشش کر رہے ہوں گے۔ میں چاہتا ہوں کہ آپ یہاں جس چیز پر توجہ مرکوز کریں، وہ یہ ہے کہ 'ایک زیادہ الگ کمیونٹی' ہے اور اس کے علاوہ، یہ کہ 'ایک بڑی کمیونٹی' ہے۔

نوجوان: اس کا کیا مطلب ہے؟

فلسفی: کہ ایک بڑی دنیا ہے جو اسکول کی حدود سے بہت آگے پھیلی ہوئی ہے۔ اور ہم میں سے ہر ایک اس دنیا کا رکن ہے۔ اگر آپ کے اسکول میں پناہ کی کوئی جگہ نہیں ہے، تو آپ کو اسکول کی دیواروں کے باہر ایک مختلف پناہ گاہ تلاش کرنی چاہیے۔ آپ اسکول بدل سکتے ہیں، اور اسکول سے دستبردار ہونا بھی ٹھیک ہے۔ ایک ایسی کمیونٹی جس سے آپ صرف دستبرداری کا نوٹس جمع کروا کر تعلقات توڑ سکتے ہیں وہ ہے جس سے آپ کسی بھی صورت میں صرف اتنا ہی تعلق رکھ سکتے ہیں۔ ایک بار جب آپ جان لیں گے کہ دنیا کتنی بڑی ہے، تو آپ دیکھیں گے کہ آپ اسکول میں جتنی بھی مشکلات سے گزرے وہ ایک چائے کی پیالی میں ایک طوفان تھا۔ جس لمحے آپ چائے کی پیالی چھوڑیں گے، وہ تیز طوفان ختم ہو جائے گا، اور اس کی جگہ ہلکی ہوا کا جھونکا آپ کا استقبال کرے گا۔

نوجوان: کیا آپ کہہ رہے ہیں کہ جب تک آپ اپنے آپ کو چائے کے کپ کے اندر بند رکھیں گے، آپ کو اس کے باہر کبھی موقع نہیں ملے گا؟

فلسفی: اپنے آپ کو اپنے کمرے میں الگ تھلگ کرنا چائے کی پیالی میں رہنے کے مترادف ہے، گویا آپ کسی چھوٹی سی پناہ گاہ میں شکار کر رہے ہیں۔ آپ تھوڑی دیر کے لیے بارش کا انتظار کر سکتے ہیں، لیکن طوفان بلا روک ٹوک جاری رہے گا۔

نوجوان: ٹھیک ہے، شاید نظریہ میں، ویسے بھی۔ لیکن اسے توڑنا مشکل ہے۔ خود اسکول سے دستبرداری کا فیصلہ ہلکے سے لینے کی چیز نہیں ہے۔

فلسفی: مجھے یقین ہے کہ آپ صحیح ہیں - یہ آسان نہیں ہوگا۔ لہذا، عمل کا ایک اصول ہے کہ میں آپ سے یادداشت کا پابند ہونا چاہوں گا۔ جب ہم اپنے باہمی تعلقات میں مشکلات کا شکار ہوتے ہیں، یا جب ہمیں اب کوئی راستہ نظر نہیں آتا ہے، تو ہمیں سب سے پہلے اور سب سے اہم اصول پر غور کرنا چاہیے جو کہتا ہے کہ 'بڑے کمیونٹی کی آواز سنو'۔

نوجوان: بڑی کمیونٹی کی آواز؟

فلسفی: اگر یہ ایک اسکول ہے، تو کوئی بھی اس کمیونٹی کی عقل کے مطابق چیزوں کا فیصلہ نہیں کرتا جو کہ اسکول ہے، بلکہ اس کے بجائے ایک بڑی کمیونٹی کی کامن سینس کی پیروی کرتا ہے۔ اب، ہم کہتے ہیں کہ یہ آپ کا اسکول ہے، اور آپ کے استاد نے آمرانہ انداز میں برتاؤ کیا ہے۔ لیکن آپ کا استاد جس طاقت یا اختیار کو چلاتا ہے وہ کامن سینس کے ایک پہلو سے زیادہ کچھ نہیں ہے جو صرف اس چھوٹی کمیونٹی کے اندر کام کرتا ہے جو اسکول ہے۔ کمیونٹی کے نقطہ نظر سے جو کہ 'انسانی معاشرہ' ہے، آپ اور آپ کے استاد دونوں برابر کے انسان ہیں۔ اگر آپ پر غیر معقول مطالبات ڈالے جا رہے ہیں تو ان پر براہ راست اعتراض کرنا ٹھیک ہے۔

نوجوان: لیکن جب استاد میرے سامنے ہوں تو اعتراض کرنا بہت مشکل ہو گا۔

فلاسفر: برگز نہیں۔ اگرچہ اس کو 'آپ اور میں' کا رشتہ کہا جا سکتا ہے، اگر یہ ایسا ہے جو صرف اس وجہ سے ٹوٹ سکتا ہے کہ آپ اعتراض کرتے ہیں، تو یہ اس قسم کا رشتہ نہیں ہے جس میں آپ کو پہلی جگہ حاصل کرنے کی ضرورت ہے۔ اسے چھوڑ دینا ہی اچھا ہے۔ اپنے رشتوں کے ٹوٹنے کے خوف میں جینا جینے کا ایک غیر آزاد طریقہ ہے، جس میں کوئی دوسرے لوگوں کے لیے جی رہا ہے۔

نوجوان: آپ اسی وقت آزادی کا انتخاب کرنے کا کہہ رہے ہیں جب میں کمیونٹی کا احساس رکھتا ہوں؟

فلاسفر: ہاں، بالکل۔ اپنے سامنے موجود چھوٹی برادری سے چمٹے نہ رہیں۔ ہمیشہ زیادہ 'آپ اور میں'، اور زیادہ 'ہر کوئی'، اور بڑی کمیونٹیز موجود رہیں گی۔

نہ جھڑکیں اور نہ تعریف کریں۔

نوجوان: ٹھیک ہے، ٹھیک ہے۔ لیکن کیا تم نہیں دیکھتے؟ آپ نے ضروری نکتے کو چھوا نہیں ہے۔ یعنی کاموں کی علیحدگی سے کمیونٹی کے احساس کی طرف ترقی کا راستہ۔ تو، سب سے پہلے، میں کاموں کو الگ کرتا ہوں۔ میں اپنے کاموں کے بارے میں سوچتا ہوں کہ اس مقام تک ہے؛ اور اس سے آگے سب کچھ دوسرے لوگوں کے کام ہیں۔ میں دوسرے لوگوں کے کاموں میں مداخلت نہیں کرتا، اور میں ایک لکیر کھینچتا ہوں تاکہ دوسرے لوگ میرے کام میں مداخلت نہ کریں۔ لیکن کاموں کی اس علیحدگی کے ساتھ کوئی شخص کس طرح باہمی تعلقات استوار کر سکتا ہے، اور آخر میں اس کمیونٹی تک پہنچ سکتا ہے کہ 'یہاں رہنا ٹھیک ہے'؟ ایڈلیرین نفسیات ہمیں کام، دوستی اور محبت کے زندگی کے کاموں پر قابو پانے کا مشورہ کیسے دیتی ہے؟ ایسا لگتا ہے کہ آپ مجھے کسی بھی ٹھوس وضاحت میں جانے کے بغیر صرف تجریدی الفاظ سے الجھانے کی کوشش کر رہے ہیں۔

فلسفی: جی ہاں، آپ نے اہم نکتے پر بات کی ہے۔ کاموں کو الگ کرنا اچھے تعلقات سے کیسے جڑتا ہے؟ کہنے کا مطلب یہ ہے کہ جس قسم کے تعلقات میں ہم ایک دوسرے کے ساتھ تعاون کرتے ہیں اور ہم آہنگی کے ساتھ کام کرتے ہیں اس سے اس کا تعلق کیسے ہے؟ جو ہمیں 'افقی تعلق' کے تصور تک لاتا ہے۔

نوجوان: افقی رشتہ؟

فلسفی: آئیے ایک آسانی سے سمجھی جانے والی مثال کے ساتھ شروعات کرتے ہیں، والدین اور بچے کے تعلقات کی۔ چاہے وہ حالات بچوں کی پرورش کے ہوں، یا کام کی جگہ پر جونیئر عملے کی تربیت کے، مثال کے طور پر، عام طور پر دو طریقے ہیں جن پر غور کیا جاتا ہے: ایک ڈانٹ ڈپٹ کے ذریعے اٹھانے کا طریقہ، اور دوسرا تعریف کے ذریعے بلند کرنے کا طریقہ۔

نوجوان: آہ۔ یہ ایک گرما گرم بحث کا مسئلہ ہے۔

فلاسفر: آپ کے خیال میں کون سا بہتر انتخاب ہے؟ سرزنش کرنا یا تعریف کرنا؟

نوجوان: یقیناً تعریف کر کے بلند کرنا بہتر ہے۔

فلاسفر: کیوں؟

نوجوان: مثال کے طور پر جانوروں کی تربیت لیں۔ جانوروں کو چالیں سکھاتے وقت، آپ کوڑے سے ان کی اطاعت کر سکتے ہیں۔ یہ عام 'ڈانٹ ڈپٹ' کے ذریعے اٹھانے کا طریقہ ہے۔ دوسری طرف، یہ بھی ممکن ہے کہ جانوروں کو کھانے کے انعامات رکھ کر یا مہربان الفاظ کہہ کر چالیں سیکھیں۔ یہ 'تعریف سے اضافہ' ہے۔ دونوں طریقے ایک جیسے نتائج کا باعث بن سکتے ہیں - وہ نئی چالیں سیکھتے ہیں۔

لیکن مقصد کی طرف بڑھنے کی ترغیب بالکل مختلف ہے اگر جانور ایسا کر رہا ہے کیونکہ اسے ملامت کی جائے گی یا یہ اس لئے کر رہا ہے کہ وہ تعریف کرنا چاہتا ہے۔ بعد کی مثال میں، یہ خوشی کے احساس کے ساتھ آئے گا۔

ڈانٹ سے ہی جانور مرجھا جاتا ہے۔ لیکن تعریف کے ساتھ اٹھانا قدرتی طور پر اسے مضبوط اور صحت مند بڑھنے دیتا ہے۔ یہ ایک واضح نتیجہ کی طرح لگتا ہے۔

فلاسفر: جانوروں کی تربیت ایک دلچسپ مثال ہے۔ اب اس کو ایڈلیرین نفسیات کے نقطہ نظر سے دیکھتے ہیں۔ ایڈلیرین نفسیات میں، ہم یہ موقف اختیار کرتے ہیں کہ بچوں کی پرورش میں، اور دوسرے لوگوں کے ساتھ رابطے کی دیگر تمام اقسام میں، کسی کی تعریف نہیں کرنی چاہیے۔

نوجوان: تعریف نہیں کرنی چاہیے؟

فلسفی: یقیناً جسمانی سزا کا سوال ہی نہیں ہے، اور سرزنش بھی قبول نہیں ہے۔ کسی کو تعریف نہیں کرنی چاہئے اور کسی کو سرزنش نہیں کرنی چاہئے۔ یہ ایڈلیرین نفسیات کا نقطہ نظر ہے۔

نوجوان: لیکن یہ کیسے ممکن ہے؟

فلسفی: تعریف کے عمل کی حقیقت پر غور کریں۔ مثال کے طور پر، فرض کریں کہ میں نے آپ کے بیان کی تعریف یہ کہہ کر کی ہے کہ 'اچھا کام!' کیا یہ الفاظ سن کر کسی طرح عجیب نہیں لگے گا؟

نوجوان: ہاں، مجھے لگتا ہے کہ یہ مجھے ناخوشگوار موڈ میں ڈال دے گا۔

فلسفی: کیا آپ بتا سکتے ہیں کہ یہ ناگوار کیوں محسوس ہوگا؟

نوجوان: ناخوشگوار بات یہ ہے کہ 'اچھا کام!' ایک سے بات کی جا رہی ہے۔

فلاسفر: بالکل۔ تعریف کے عمل میں، اس کا ایک پہلو ہے 'قابلیت کے حامل شخص کی طرف سے قابلیت سے محروم شخص پر فیصلہ دینا'۔ ایک ماں اپنے بچے کی تعریف کرتی ہے جس نے رات کا کھانا تیار کرنے میں اس کی مدد کی، یہ کہتے ہوئے، 'تم اتنے اچھے مددگار ہو!' لیکن جب اس کا شوہر وہی کام کرتا ہے، تو آپ یقین کر سکتے ہیں کہ وہ اسے نہیں کہے گی، 'تم اتنے اچھے مددگار ہو!'

نوجوان: بابا، تم ٹھیک کہتے ہو۔

فلسفی: دوسرے لفظوں میں، وہ ماں جو بچے کی تعریف کرتی ہے جیسے کہ 'تم اتنے اچھے مددگار ہو!' یا 'اچھا کام!' یا 'اچھا، کیا تم کچھ نہیں ہو!' لاشعوری طور پر ایک درجہ بندی کا رشتہ بنا رہا ہے اور بچے کو اپنے نیچے دیکھ رہا ہے۔ جانوروں کی تربیت کی جو مثال آپ نے ابھی دی ہے وہ درجہ بندی کے تعلق کی علامت بھی ہے — عمودی تعلق — جو تعریف کے پیچھے ہے۔ جب ایک شخص دوسرے کی تعریف کرتا ہے تو مقصد یہ ہوتا ہے کہ 'کسی ایسے شخص سے جوڑ توڑ کرنا جو آپ سے کم صلاحیت رکھتا ہے'۔ یہ شکرگزاری یا احترام سے نہیں کیا جاتا ہے۔

نوجوان: تو، آپ کہہ رہے ہیں کہ کوئی جوڑ توڑ کے لیے تعریف کرتا ہے؟

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ ہم دوسروں کی تعریف کریں یا سرزنش کریں، فرق صرف گاجر یا چھڑی میں سے ایک ہے، اور پس منظر کا مقصد بھرا پھیری ہے۔ وجہ یہ ہے کہ ایڈلیرین نفسیات انعام اور سزا کی تعلیم پر انتہائی تنقیدی ہے کہ اس کا مقصد بچوں کو جوڑ توڑ کرنا ہے۔

نوجوان: نہیں، آپ وہاں غلط ہیں۔ کیونکہ بچے کے نقطہ نظر سے اس کے بارے میں سوچیں۔ بچوں کے لیے، کیا ان کے والدین کی طرف سے تعریف کرنا سب سے بڑی خوشی نہیں ہے؟ اس کی وجہ یہ ہے کہ وہ تعریف چاہتے ہیں کہ وہ اپنی پڑھائی کریں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ وہ تعریف چاہتے ہیں کہ وہ صحیح طریقے سے برتاؤ کرنا سیکھیں۔ جب میں بچپن میں تھا تو میرے لیے ایسا ہی تھا۔ میں نے اپنے والدین سے کتنی تعریف کی خواہش کی! اور بالغ ہونے کے بعد بھی ایسا ہی ہوتا رہا ہے۔ جب آپ کا باس آپ کی تعریف کرتا ہے تو یہ اچھا لگتا ہے۔ سب کے لیے ایسا ہی ہوتا ہے۔ اس کا وجہ سے کوئی لینا دینا نہیں ہے - یہ صرف فطری جذبات ہے!

فلسفی: کوئی چاہتا ہے کہ کسی کی تعریف ہو۔ یا اس کے برعکس، کوئی کسی کی تعریف کرنے کا فیصلہ کرتا ہے۔ یہ اس بات کا ثبوت ہے کہ کوئی شخص تمام باہمی تعلقات کو 'عمودی تعلقات' کے طور پر دیکھ رہا ہے۔ یہ آپ کے لیے بھی درست ہے: یہ اس لیے ہے کہ آپ عمودی تعلقات میں رہ رہے ہیں جس کی آپ تعریف کرنا چاہتے ہیں۔ ایڈلیرین نفسیات عمودی تعلقات کے تمام طریقوں کی تردید کرتی ہے، اور تجویز کرتی ہے کہ تمام باہمی تعلقات افقی تعلقات ہوں۔ ایک لحاظ سے اس نکتے کو ایڈلیرین نفسیات کا بنیادی اصول قرار دیا جا سکتا ہے۔

نوجوان: کیا یہ وہ چیز ہے جسے الفاظ 'برابر لیکن یکساں نہیں' کے ذریعے بیان کیا گیا ہے؟

فلاسفر: ہاں۔ مساوی، یعنی افقی۔ مثال کے طور پر، ایسے مرد ہیں جو زبانی طور پر اپنی بیویوں کو گالی دیتے ہیں، جو گھر کے تمام کام کرتے ہیں، اس طرح کے ریمارکس کے ساتھ، 'آپ کوئی پیسہ نہیں لا رہے، اس لیے میں اسے سننا نہیں چاہتا' یا 'یہ میری بدولت ہے۔ میز پر کھانا ہے۔' اور مجھے یقین ہے کہ آپ نے پہلے بھی یہ سنا ہوگا: 'آپ کے پاس وہ سب کچھ ہے جس کی آپ کو ضرورت ہے، تو آپ کو کس چیز کی شکایت ہے؟' یہ بالکل شرمناک ہے۔ معاشی برتری یا اس طرح کے بیانات کا انسانی قدر سے کوئی تعلق نہیں ہے۔ ایک کمپنی ملازم اور ایک کل وقتی گھریلو خاتون کے کام کی جگہیں اور کردار مختلف ہوتے ہیں، اور وہ واقعی 'برابر لیکن ایک جیسے نہیں' ہوتے ہیں۔

نوجوان: میں پوری طرح متفق ہوں۔

فلسفی: وہ شاید ڈرتے ہیں کہ عورتیں اپنے حالات کے مطابق سمجھدار ہو جائیں گی اور مردوں کے مقابلے زیادہ کمانا شروع کر دیں گی، اور یہ کہ عورتیں خود پر زور دینا شروع کر دیں گی۔ وہ تمام باہمی تعلقات کو عمودی رشتوں کے طور پر دیکھتے ہیں، اور وہ ڈرتے ہیں کہ خواتین ان کے نیچے نظر نہ آئیں۔

کہنے کا مطلب یہ ہے کہ ان میں احساس کمتری کے شدید، چھپے ہوئے ہیں۔

نوجوان: تو، ایک لحاظ سے، وہ ایک برتری کمپلیکس میں داخل ہو رہے ہیں جس میں وہ اپنی صلاحیتوں کا مظاہرہ کرنے کی کوشش کر رہے ہیں؟

فلسفی: تو ایسا لگتا ہے۔ پہلی جگہ، احساس کمتری ایک بیداری ہے جو عمودی رشتوں کے اندر پیدا ہوتی ہے۔ اگر کوئی افقی تعلقات استوار کر سکتا ہے جو تمام لوگوں کے لیے 'برابر لیکن یکساں نہیں' ہیں، تو اب کمتری کے احاطے کے ابھرنے کی کوئی گنجائش نہیں رہے گی۔

نوجوان: ہم۔ جب میں دوسرے لوگوں کی تعریف کرنے کے بارے میں جاتا ہوں تو شاید مجھے اپنی نفسیات میں کہیں بھرا پھیری کے بارے میں آگاہی ہو۔ اپنے پاس کے ساتھ اچھا سلوک کرنے کے لیے چالوسی کرنا - یہ یقینی طور پر بھرا پھیری ہے، ہے نا؟ اور یہ بھی اس کے برعکس ہے۔ مجھے دوسروں کی طرف سے تعریف کی جا رہی ہے جوڑ توڑ کیا گیا ہے۔ مضحکہ خیز، مجھے لگتا ہے کہ میں صرف اس قسم کا شخص ہوں!

فلاسفر: ہاں! اس معنی میں کہ آپ عمودی رشتوں کو توڑنے کے قابل نہیں رہے، ایسا لگتا ہے۔

نوجوان: یہ دلچسپ ہوتا جا رہا ہے! براہ کرم آگے بڑھیں!

حوصلہ افزائی کا نقطہ نظر

فلسفی: جیسا کہ آپ کو کاموں کی علیحدگی پر ہماری بحث سے یاد ہوگا، میں نے مداخلت کا موضوع اٹھایا۔ یہ دوسرے لوگوں کے کاموں میں دخل اندازی کا عمل ہے۔ تو، ایک شخص کیوں مداخلت کرتا ہے؟ یہاں، بھی، پس منظر میں، عمودی تعلقات کھیل میں ہیں۔ یہ خاص طور پر اس وجہ سے ہے کہ ایک شخص باہمی تعلقات کو عمودی سمجھتا ہے، اور دوسرے فریق کو ایک کے نیچے کے طور پر دیکھتا ہے، جو ایک مداخلت کرتا ہے۔ مداخلت کے ذریعے، ایک دوسرے فریق کو مطلوبہ سمت میں لے جانے کی کوشش کرتا ہے۔ ایک نے اپنے آپ کو یہ باور کرایا ہے کہ ایک صحیح ہے، اور یہ کہ دوسرا فریق غلط ہے۔ بلاشبہ، یہاں مداخلت بھری، خالص اور سادہ ہے۔ والدین کا بچے کو تعلیم حاصل کرنے کا حکم دینا اس کی ایک عام مثال ہے۔ ہو سکتا ہے کہ وہ اپنے نقطہ نظر سے بہترین ارادے سے کام کر رہے ہوں، لیکن، جب بات اس پر آتی ہے، تو والدین مداخلت کر رہے ہوتے ہیں، اور بچے کو اپنی مطلوبہ سمت میں جانے کے لیے جوڑ توڑ کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔

نوجوان: اگر کوئی افقی تعلقات استوار کر سکتا ہے، تو کیا یہ مداخلت ختم ہو جائے گی؟

فلاسفر: ہاں، ایسا ہو گا۔

نوجوان: اگر آپ صرف بچے کی پڑھائی کی بات کر رہے ہیں تو یہ ایک بات ہے۔ لیکن جب کوئی آپ کے سامنے دکھ اٹھاتا ہے، تو آپ اسے ایسا نہیں چھوڑ سکتے، کیا آپ؟ کیا آپ اب بھی کہیں گے کہ مدد کا ہاتھ دینا مداخلت ہے، اور پھر کچھ نہ کریں؟

فلسفی: کسی کو اسے کسی کا دھیان نہیں جانے دینا چاہیے۔ یہ ضروری ہے کہ مدد کی پیشکش کی جائے جو مداخلت میں تبدیل نہ ہو۔

نوجوان: مداخلت اور مدد میں کیا فرق ہے؟

فلسفی: کاموں کی علیحدگی کے بارے میں ہماری بحث پر دوبارہ غور کریں۔ بچے کے اسکول کے کام کے موضوع پر۔ جیسا کہ میں نے کہا، یہ ایک ایسا کام ہے جسے بچے کو خود حل کرنا ہوتا ہے، نہ کہ ایسا کچھ جو والدین یا اساتذہ اس کے لیے کر سکتے ہیں۔ لہذا، مداخلت اس قسم کے دوسرے لوگوں کے کاموں میں دخل اندازی ہے، اور 'تمہیں پڑھنا ہے،' یا 'اس یونیورسٹی میں داخل ہو جاؤ' جیسی باتیں کہہ کر انہیں ہدایت دینا ہے۔ جبکہ، دوسری طرف، مدد، کاموں کی علیحدگی، اور افقی تعلقات کو بھی پیش کرتی ہے۔ یہ سمجھنے کے بعد کہ مطالعہ کرنا بچے کا کام ہے، انسان اس بات پر غور کرتا ہے کہ کوئی اس کے لیے کیا کر سکتا ہے۔

ٹھوس الفاظ میں، اوپر سے یہ حکم دینے کے بجائے کہ بچے کو پڑھنا چاہیے، کوئی اس پر اس طرح عمل کرتا ہے کہ وہ اپنی پڑھائی خود سنبھالنے اور اپنے کاموں کو خود ہی نبھانے کا اعتماد حاصل کر سکے۔

نوجوان: اور یہ عمل زبردستی نہیں کیا جاتا؟

فلاسفر: نہیں، ایسا نہیں ہے۔ زبردستی کے بغیر، اور کاموں کو ہمیشہ الگ رکھنے کے ساتھ، ایک بچے کو اپنی کوششوں سے انہیں حل کرنے میں مدد کرتا ہے۔ یہ آپ گھوڑے کو پانی کی طرف لے جا سکتے ہیں، لیکن آپ اسے پانی نہیں پلا سکتے 'کا نقطہ نظر ہے۔ وہی ہے جس نے اپنے کاموں کا سامنا کرنا ہے، اور وہی ہے جو قرارداد کرتا ہے۔

نوجوان: تو تم نہ تعریف کرتے ہو نہ ڈانٹ؟

فلسفی: یہ ٹھیک ہے، نہ کوئی تعریف کرتا ہے اور نہ ہی ملامت کرتا ہے۔ اس قسم کی امداد، جو افقی تعلقات پر مبنی ہے، ایڈلیرین نفسیات میں 'حوصلہ افزائی' کے طور پر کہا جاتا ہے۔

نوجوان: حوصلہ افزائی، ہ؟ ٹھیک ہے، یہ وہی اصطلاح ہے جس کا آپ نے کچھ عرصہ پہلے ذکر کیا تھا۔ آپ نے کہا تھا کہ آپ بعد میں وضاحت کریں گے۔

فلسفی: جب کوئی اپنے کاموں کو پورا نہیں کر رہا ہے، تو اس کی وجہ یہ نہیں ہے کہ کوئی صلاحیت سے محروم ہے۔ ایڈلیرین نفسیات ہمیں بتاتی ہے کہ یہاں مسئلہ قابلیت کا نہیں ہے، بلکہ صرف یہ ہے کہ 'کسی نے اپنے کاموں کا سامنا کرنے کی ہمت کھو دی ہے'۔ اور، اگر ایسا ہے تو، کچھ اور کرنے سے پہلے اس کھوئی ہوئی ہمت کو بحال کرنا ہے۔

نوجوان: لیکن، لیکن ہم صرف حلقوں میں گھوم رہے ہیں! یہ بنیادی طور پر تعریف دینے کے مترادف ہے۔ جب دوسرے شخص کی تعریف کی جائے تو وہ بن جاتا ہے۔

کسی کی قابلیت سے صحیح معنوں میں آگاہ اور دوبارہ ہمت حاصل کرنا۔ براہ کرم اس نکتے کے بارے میں ضد نہ کریں — صرف تعریف کرنے کی ضرورت کو تسلیم کریں۔

فلسفی: نہیں، میں اسے تسلیم نہیں کروں گا۔

نوجوان: کیوں نہیں؟

فلاسفر: وجہ واضح ہے۔ تعریف وہی ہے جو لوگوں کو اس یقین کی طرف لے جاتی ہے کہ ان میں کوئی صلاحیت نہیں ہے۔

نوجوان: کیا کہا؟

فلسفی: کیا میں اپنے آپ کو دہراؤں؟ کسی دوسرے شخص کی طرف سے جتنی زیادہ تعریف کی جاتی ہے، اتنا ہی زیادہ یہ یقین پیدا ہوتا ہے کہ کسی میں کوئی صلاحیت نہیں ہے۔ براہ کرم اسے یاد رکھنے کی پوری کوشش کریں۔

نوجوان: کیا ایسے احمق لوگ بھی ہیں؟ یہ دوسری طرف ہونا ہے! یہ تعریف کرنے کے نتیجے میں ہے کہ کسی کو اپنی قابلیت کا صحیح معنوں میں علم ہوتا ہے۔ کیا یہ واضح نہیں ہے؟

فلاسفر: آپ غلط ہیں۔ یہاں تک کہ اگر آپ تعریف کرنے سے خوشی حاصل کرتے ہیں، تو یہ عمودی تعلقات پر منحصر ہونے کے مترادف ہے، اور یہ تسلیم کرنا کہ آپ میں کوئی صلاحیت نہیں ہے۔ کیونکہ تعریف کرنا ایک ایسا فیصلہ ہے جو قابلیت والے شخص کے ذریعہ بغیر کسی قابلیت کے شخص پر دیا جاتا ہے۔

نوجوان: میں اس سے اتفاق نہیں کر سکتا۔

فلسفی: جب تعریف حاصل کرنا کسی کا مقصد بن جاتا ہے، تو وہ زندگی گزارنے کا ایک ایسا طریقہ منتخب کر رہا ہوتا ہے جو کسی دوسرے شخص کے نظام اقدار کے مطابق ہو۔ اب تک کی اپنی زندگی کو دیکھتے ہوئے، کیا آپ اپنے والدین کی توقعات پر پورا اترنے کی کوشش کرتے کرتے تھک نہیں گئے؟

نوجوان: ام، ٹھیک ہے، میرا اندازہ ہے۔

فلسفی: سب سے پہلے، کاموں کی علیحدگی کرو۔ پھر، ایک دوسرے کے اختلافات کو قبول کرتے ہوئے، برابر افقی تعلقات استوار کریں۔ حوصلہ افزائی وہ نقطہ نظر ہے جو آگے آتا ہے۔

کیسے محسوس کریں کہ آپ کی قدر ہے۔

نوجوان: تو، ٹھوس طور پر، کوئی اس کے بارے میں کیسے جاتا ہے؟ کوئی تعریف نہیں کرسکتا، اور کوئی سرزنش نہیں کرسکتا۔ اور کون سے الفاظ اور انتخاب ہیں؟

فلاسفر: اس وقت کے بارے میں سوچیں جب آپ کو اپنے کام میں مدد ملی ہو — کسی بچے سے نہیں، بلکہ ایک ایسے ساتھی سے جو آپ کے برابر ہے — اور شاید آپ کو فوراً جواب مل جائے گا۔ جب کوئی دوست آپ کے گھر کو صاف کرنے میں مدد کرتا ہے تو آپ اسے کیا کہتے ہیں؟

نوجوان: میں کہتا ہوں، 'شکریہ'۔

فلاسفر: ٹھیک ہے۔ آپ شکر گزاری کے الفاظ بیان کرتے ہیں، اس ساتھی کا شکریہ ادا کرتے ہیں جس نے آپ کے کام میں آپ کی مدد کی ہے۔ آپ سیدھے سادے خوشی کا اظہار کر سکتے ہیں: 'میں خوش ہوں۔' یا آپ یہ کہہ کر اپنا شکریہ ادا کر سکتے ہیں، 'یہ ایک بڑی مدد تھی۔' یہ حوصلہ افزائی کا ایک نقطہ نظر ہے جو افقی تعلقات پر مبنی ہے۔

نوجوان: بس؟

فلاسفر: ہاں۔ سب سے اہم بات یہ ہے کہ دوسرے لوگوں کا فیصلہ نہ کریں۔ فیصلہ ایک ایسا لفظ ہے جو عمودی تعلقات سے نکلتا ہے۔ اگر کوئی افقی تعلقات استوار کر رہا ہے تو، زیادہ سیدھے شکر گزار اور احترام اور خوشی کے الفاظ ہوں گے۔

نوجوان: ہم، آپ کی بات کہ فیصلہ عمودی رشتوں سے پیدا ہوتا ہے یقیناً درست معلوم ہوتا ہے۔ لیکن، اس کا کیا ہوگا؟ کیا واقعی 'شکریہ' کے الفاظ میں اتنی بڑی طاقت ہے کہ وہ ہمت واپس لا سکے؟

بہر حال، مجھے لگتا ہے کہ میں تعریف کرنے کو ترجیح دوں گا، یہاں تک کہ اگر میں نے جو الفاظ سنے ہیں وہ عمودی تعلقات سے آئے ہیں۔

فلسفی: تعریف کرنے کا بنیادی مطلب یہ ہے کہ ایک دوسرے شخص سے 'اچھے' کے طور پر فیصلہ حاصل کر رہا ہے۔ اور اس عمل کے بارے میں کیا اچھا یا برا ہے اس کا پیمانہ اس شخص کا پیمانہ ہے۔ اگر تعریف حاصل کرنا وہی ہے جو کسی کے بعد ہے، تو اس شخص کے یارڈ اسٹک کو اپنانے اور اپنی آزادی پر بریک لگانے کے علاوہ اس کے پاس کوئی چارہ نہیں ہوگا۔ 'شکریہ'، دوسری طرف، فیصلہ ہونے کے بجائے، تشکر کا واضح اظہار ہے۔ جب کوئی شکر گزاری کے الفاظ سنتا ہے، تو وہ جانتا ہے کہ کسی نے دوسرے شخص کے لیے اپنا حصہ ڈالا ہے۔

نوجوان: تو، یہاں تک کہ اگر آپ کو کسی دوسرے شخص کی طرف سے 'اچھا' سمجھا جاتا ہے، تو آپ محسوس نہیں کرتے کہ آپ نے کوئی حصہ ڈالا ہے؟

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ یہ ایک ایسا نکتہ ہے جو ہماری بعد کی بحث سے بھی جڑے گا — ایڈلیبرین نفسیات میں، 'شراکت' پر بہت زیادہ زور دیا گیا ہے۔

نوجوان: ایسا کیوں؟

فلسفی: اچھا، ہمت حاصل کرنے کے لیے انسان کو کیا کرنا پڑتا ہے؟ ایڈلر کے خیال میں، 'یہ صرف اس وقت ہوتا ہے جب کوئی شخص یہ محسوس کرنے کے قابل ہوتا ہے کہ اس کے پاس اس قابل ہے کہ وہ ہمت رکھ سکتا ہے۔'

نوجوان: جب کوئی شخص یہ محسوس کر سکتا ہے کہ اس کی کوئی قیمت ہے؟

فلسفی: کیا آپ کو یاد ہے جب ہم احساس کمتری پر بات کر رہے تھے، میں نے اسے کس طرح موضوعی قدر کا مسئلہ قرار دیا تھا؟ کیا کوئی یہ محسوس کرنے کے قابل ہے کہ کسی کی قدر ہے، یا کوئی محسوس کرتا ہے کہ وہ ایک بیکار وجود ہے؟ اگر کوئی محسوس کر سکتا ہے کہ کسی کی قدر ہے، تو کوئی شخص اپنے آپ کو بالکل اسی طرح قبول کر سکتا ہے جیسا کہ کوئی ہے اور اپنی زندگی کے کاموں کا سامنا کرنے کی ہمت رکھتا ہے۔ تو، اس مقام پر جو مسئلہ پیدا ہوتا ہے، وہ یہ ہے کہ زمین پر کوئی اس قابل کیسے ہو سکتا ہے کہ کسی کی قدر ہو؟

نوجوان: ہاں، بالکل ایسا ہی ہے! مجھے آپ سے اس کی وضاحت کرنے کی ضرورت ہے، براہ کرم۔

فلاسفر: یہ بہت آسان ہے۔ یہ تب ہوتا ہے جب کوئی محسوس کرنے کے قابل ہوتا ہے کہ میں کمیونٹی کے لیے فائدہ مند ہوں کہ کسی کو اپنی قدر کا صحیح احساس ہو سکتا ہے۔ یہ وہ جواب ہے جو ایڈلیبرین نفسیات میں پیش کیا جائے گا۔

نوجوان: کہ میں کمیونٹی کے لیے فائدہ مند ہوں؟

فلسفی: یہ کہ کوئی کمیونٹی پر عمل کر سکتا ہے۔ کہنے کا مطلب ہے، دوسرے لوگوں پر، اور یہ کہ کوئی محسوس کر سکتا ہے کہ میں کسی کے لیے مفید ہوں۔ کسی دوسرے شخص کی طرف سے 'اچھا' سمجھنے کے بجائے، یہ محسوس کرنے کے قابل ہونا، اپنے ذاتی نقطہ نظر کے ذریعے، کہ میں دوسرے لوگوں کے لیے اپنا حصہ ڈال سکتا ہوں۔ یہ اس وقت ہے کہ، آخر کار، ہمیں اپنی قدر کا صحیح احساس ہو سکتا ہے۔

ہر وہ چیز جس پر ہم کمیونٹی کے احساس اور حوصلہ افزائی کے بارے میں بات کر رہے ہیں یہاں سے جڑتا ہے۔

نوجوان: ہم۔ مجھے نہیں معلوم، یہ تھوڑا سا الجھا ہوا ہونا شروع ہو رہا ہے۔

فلسفی: اب ہم بحث کے مرکز تک پہنچ رہے ہیں۔ برائے مہربانی کچھ دیر میرے ساتھ رہیں۔ یہ دوسروں کی فکر کرنے، افقی تعلقات استوار کرنے اور حوصلہ افزائی کا نقطہ نظر اختیار کرنے کے بارے میں ہے۔ یہ تمام چیزیں 'میں کسی کے کام میں ہوں' کی گہری زندگی کے شعور سے جڑتی ہیں، اور اس کے نتیجے میں، آپ کے جینے کی ہمت سے۔

نوجوان: کسی کے کام آنے کے لیے۔ اسی لیے میری زندگی جینے کے قابل ہے...؟

فلاسفر: چلو تھوڑا سا وقفہ کرتے ہیں۔ کیا آپ کافی پینا چاہیں گے؟

نوجوان: ہاں پلیز۔

برادری کے احساس کی بحث پہلے سے کہیں زیادہ مبہم ہو گئی تھی۔ تعریف نہیں کرنی چاہیے۔ اور کسی کو سرزنش بھی نہیں کرنی چاہیے۔ وہ تمام الفاظ جو دوسرے لوگوں کا فیصلہ کرنے کے لیے استعمال کیے جاتے ہیں وہ الفاظ ہیں جو عمودی تعلقات سے نکلتے ہیں، اور ہمیں افقی تعلقات بنانے کی ضرورت ہے۔ اور یہ تب ہی ہوتا ہے جب کوئی یہ محسوس کرنے کے قابل ہوتا ہے کہ کوئی کسی کے کام آتا ہے کہ کسی کو اپنی قدر کا صحیح اندازہ ہو سکتا ہے۔ اس منطق میں کہیں نہ کہیں کوئی بڑی خامی تھی۔ نوجوان نے اسے فطری طور پر محسوس کیا۔ جب اس نے گرم کافی کا گھونٹ بھرا تو اس کے ذہن میں دادا کے خیالات آنے لگے۔

موجودہ میں موجود ہے۔

فلاسفر: اچھا، کیا تم نے کام کیا ہے؟

نوجوان: آہستہ آہستہ، لیکن ہاں، یہ واضح ہو رہا ہے۔ ایسا لگتا ہے کہ آپ اس سے واقف نہیں ہیں، لیکن ابھی آپ نے واقعی اوپر سے کچھ کہا ہے۔ یہ ایک خطرناک بلکہ انتہائی رائے ہے جو دنیا کی ہر چیز کی نفی کرتی ہے۔

فلاسفر: اوہ، واقعی؟ یہ کیا ہے؟

نوجوان: یہ خیال ہے کہ کسی کے کام آنا وہی ہے جو کسی کو اپنی قدر کے بارے میں حقیقی آگاہی فراہم کرتا ہے۔ اگر آپ اسے دوسرے طریقے سے ڈالتے ہیں تو، ایک شخص جو دوسروں کے کسی کام کا نہیں ہے اس کی کوئی قیمت نہیں ہے۔ آپ یہی کہہ رہے ہیں، ہے نا؟ اگر اسے منطقی انجام تک پہنچایا جائے تو نوزائیدہ بچوں کی زندگیاں، اور بستر پر پڑے ہوئے ضعیف اور بوڑھے لوگوں کی زندگی بھی جینے کے لائق نہیں ہے۔ یہ کیسے ہو سکتا ہے؟ آئیے میرے دادا کی بات کرتے ہیں۔ وہ اپنے دن ایک بوڑھے لوگوں کے گھر میں بستر پر گزارتا ہے۔ چونکہ اسے ڈیمنشیا ہے، اس لیے وہ اپنے بچوں یا پوتے پوتیوں میں سے کسی کو نہیں پہچانتا، اور اس کی حالت ایسی ہے کہ وہ مسلسل دیکھ بھال کے بغیر زندگی گزارنے کے قابل نہیں ہوگا۔ کوئی صرف اس کے بارے میں سوچ بھی نہیں سکتا تھا کہ وہ کسی کے کام آئے۔ کیا تم نہیں دیکھتے؟

آپ کی رائے بنیادی طور پر وہی ہے جو میرے دادا سے کہتی تھی، 'آپ جیسے لوگ زندہ رہنے کے اہل نہیں ہیں!'

فلسفی: میں اسے قطعی طور پر مسترد کرتا ہوں۔

نوجوان: آپ اسے کیسے رد کرتے ہیں؟

فلسفی: ایسے والدین ہیں جو حوصلہ افزائی کے تصور کی میری وضاحت کو یہ کہہ کر مسترد کرتے ہیں، 'ہمارا بچہ صبح سے رات تک برے کام کرتا ہے، اور کبھی بھی اسے یہ کہنے کا موقع نہیں ملتا کہ "شکریہ" یا "آپ"

بہت مدد ملی۔" سیاق و سباق شاید وہی ہے جس کے بارے میں آپ بات کر رہے ہیں، ہے نا؟

نوجوان: ہاں، یہ ہے۔ تو، براہ کرم مجھے بتائیں کہ آپ اس کا جواز کیسے بناتے ہیں؟

فلسفی: اس وقت، آپ کسی دوسرے شخص کو اس کے اعمال کی سطح پر دیکھ رہے ہیں۔ دوسرے لفظوں میں، کہ اس شخص نے 'کچھ کیا'۔ لہذا، اس نقطہ نظر سے، ایسا لگتا ہے کہ بستر پر پڑے ہوڑھے صرف ایک پریشانی ہیں، اور کسی کے کام کے نہیں ہیں۔ تو آئیے دوسرے لوگوں کو 'اعمال کی سطح' پر نہیں بلکہ 'وجود کی سطح' پر دیکھیں۔ یہ فیصلہ کیے بغیر کہ دوسرے لوگوں نے کچھ کیا ہے یا نہیں، کوئی ان کے وہاں ہونے پر، ان کے وجود میں خوش ہوتا ہے، اور کوئی انہیں شکریہ کے الفاظ کے ساتھ پکارتا ہے۔

نوجوان: تم ان کے وجود کو پکارتے ہو؟ آپ زمین پر کس چیز کی بات کر رہے ہیں؟

فلسفی: اگر آپ چیزوں کو وجود کی سطح پر دیکھتے ہیں، تو ہم دوسروں کے کام آتے ہیں اور صرف یہاں رہنے سے ہی ہماری قدر ہوتی ہے۔ یہ ایک ناقابل تردید حقیقت ہے۔

نوجوان: برگز نہیں! کافی مذاق کر رہا ہے۔ صرف یہاں رہنے سے کسی کے کام آنا - یہ کسی نئے مذہب سے بالکل ہٹ کر ہونا ہے۔

فلاسفر: ٹھیک ہے، مثال کے طور پر، فرض کریں کہ آپ کی والدہ کو کار حادثہ پیش آیا ہے۔ اس کی حالت سنگین ہے، اور اس کی جان کو خطرہ ہو سکتا ہے۔ ایسے وقت میں، آپ حیران نہیں ہوں گے کہ آیا آپ کی والدہ نے 'کچھ' کیا ہے، یا اس طرح کی کوئی چیز۔ امکان سے زیادہ، آپ صرف یہ سوچ رہے ہوں گے کہ اگر وہ اسے بناتی ہے تو آپ کو خوشی ہو گی، اور آپ کو خوشی ہے کہ وہ ابھی برقرار ہے۔

نوجوان: یقیناً میں کروں گا!

فلسفی: وجود کی سطح پر شکر گزار ہونے کا یہی مطلب ہے۔ ہو سکتا ہے آپ کی والدہ اپنی نازک حالت میں ایسا کچھ نہ کر سکیں جو ایک فعل تصور کیا جائے، لیکن صرف زندہ رہنے سے وہ آپ کی اور آپ کے خاندان کی نفسیاتی حالت کو سہارا دے رہی ہوں گی، اور اس لیے مفید ہو گی۔

آپ کے لیے بھی یہی کہا جا سکتا ہے۔ اگر آپ کی جان خطرے میں تھی، اور آپ ایک دھاگے سے لٹکے ہوئے تھے، تو آپ کے آس پاس کے لوگ شاید آپ کی موجودگی کی حقیقت سے بہت خوش ہوں گے۔ وہ صرف اس بات پر شکر گزار ہوں گے کہ آپ یہاں اور اب محفوظ ہیں، اور وہ نہیں چاہیں گے کہ آپ کوئی براہ راست عمل کریں۔ کم از کم، کوئی وجہ نہیں ہے

انہیں اس طرح سوچنا پڑے گا۔ لہذا، عمل کی سطح پر خود کو سوچنے کے بجائے، سب سے پہلے انسان اپنے آپ کو وجود کی سطح پر قبول کرتا ہے۔

نوجوان: یہ ایک انتہائی مثال ہے — روزمرہ کی زندگی مختلف ہے۔

فلاسفر: نہیں، یہ وہی ہے۔

نوجوان: اس میں کیا بات ہے؟ براہ کرم مجھے روزانہ کی ایک اور مثال دینے کی کوشش کریں۔ اگر آپ نہیں کر سکتے تو میں اس سے اتفاق نہیں کر سکوں گا۔

فلاسفر: ٹھیک ہے۔ جب ہم دوسرے لوگوں کو دیکھتے ہیں، تو ہم اپنے بارے میں اپنی مثالی تصویر بنانے کا شکار ہوتے ہیں، جس سے ہم پھر انکار کرتے ہیں اور فیصلہ کرتے ہیں۔ تصور کریں، مثال کے طور پر، ایک بچہ جو کبھی بھی اپنے والدین سے بات نہیں کرتا، اسکول کے کام اور کھیل دونوں میں مہارت رکھتا ہے، ایک اچھی یونیورسٹی میں پڑھتا ہے، اور ایک بڑی کمپنی میں شامل ہوتا ہے۔ ایسے والدین ہیں جو اپنے بچے کا موازنہ ایک مثالی بچے کی ایسی تصویر سے کریں گے - جو کہ ایک ناممکن افسانہ ہے - اور پھر شکایات اور عدم اطمینان سے بھر جائیں گے۔ وہ مثالی تصویر کو سو پوائنٹس کے طور پر دیکھتے ہیں، اور وہ آہستہ آہستہ اس سے منہا کرتے ہیں۔ یہ واقعی ایک 'جمنٹ' سوچنے کا طریقہ ہے۔ اس کے بجائے، والدین اپنے بچے کا کسی اور سے موازنہ کرنے سے گریز کر سکتے ہیں، اسے دیکھ سکتے ہیں کہ وہ اصل میں کون ہے، اور اس کے وہاں ہونے پر خوش اور شکر گزار ہو سکتے ہیں۔ کچھ مثالی تصویر سے پوائنٹس لینے کے بجائے، وہ صفر سے شروع کر سکتے ہیں۔ اور اگر وہ ایسا کرتے ہیں تو انہیں خود اس کے وجود کو پکارنے کے قابل ہونا چاہئے۔

نوجوان: ٹھیک ہے، لیکن میں کہوں گا کہ یہ صرف ایک مثالی طریقہ ہے۔ تو، کیا آپ کہہ رہے ہیں کہ اس قسم کے بچے کے ساتھ بھی جو کبھی اسکول نہیں جاتا یا نوکری نہیں لیتا، لیکن صرف اپنے آپ کو اندر ہی اندر رکھتا ہے اور گھر میں رہتا ہے، پھر بھی کسی کو اپنا شکریہ ادا کرنا چاہیے اور 'شکریہ' کہنا چاہیے؟

فلاسفر: بالکل۔ فرض کریں کہ آپ کے بند بچے نے کھانے کے بعد برتن دھونے میں آپ کی مدد کی۔ اگر آپ کہتے ہیں، 'بس بہت ہو گیا ہے، بس اسکول جاؤ،' تو آپ ایسے والدین کے الفاظ استعمال کر رہے ہوں گے جو ایک مثالی بچے کی شبیہ سے ہٹ جاتے ہیں۔ اگر آپ ایسا رویہ اختیار کریں گے تو بچہ شاید اور بھی حوصلہ شکنی کا شکار ہو جائے گا۔ تاہم، اگر آپ سیدھے سادے 'شکریہ' کہہ سکتے ہیں، تو بچہ صرف اپنی قدر محسوس کر سکتا ہے، اور ایک نیا قدم آگے بڑھا سکتا ہے۔

نوجوان: یہ سراسر منافقت ہے! یہ ایک منافق کی لغو باتوں سے زیادہ کچھ نہیں۔ یہ 'پڑوسی محبت' کی طرح لگتا ہے جس کے بارے میں عیسائی بات کرتے ہیں۔ برادری کا احساس، افقی رشتے، وجود کے لیے شکر گزاری وغیرہ۔ زمین پر کون ایسا کام کر سکتا ہے؟

فلسفی: کمیونٹی کے احساس کے اس مسئلے کے حوالے سے، ایک شخص تھا جس نے ایڈلر سے ایسا ہی سوال کیا۔ ایڈلر کا جواب یہ تھا: 'کسی کو شروع کرنا ہے۔ ہو سکتا ہے دوسرے لوگ تعاون نہ کریں، لیکن یہ آپ سے منسلک نہیں ہے۔ میرا مشورہ یہ ہے: آپ کو شروع کرنا چاہئے۔ اس بات سے کوئی تعلق نہیں کہ آیا دوسرے تعاون کرنے والے ہیں یا نہیں۔' میرا مشورہ بالکل ایسا ہی ہے۔

لوگ اس کا صحیح استعمال نہیں کر سکتے خود

نوجوان: میں شروع کروں؟

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ اس بات کی پرواہ کیے بغیر کہ دوسرے لوگ تعاون کرتے ہیں یا نہیں۔

نوجوان: ٹھیک ہے، میں آپ سے دوبارہ پوچھوں گا۔ 'لوگ محض زندہ رہ کر کسی اور کے کام آسکتے ہیں، اور صرف زندہ رہ کر ہی اپنی قدر کا صحیح اندازہ لگا سکتے ہیں۔' کیا آپ یہی کہہ رہے ہیں؟

فلاسفر: ہاں۔

نوجوان: ٹھیک ہے، مجھے نہیں معلوم۔ میں زندہ ہوں، یہیں اور ابھی۔ 'میں' جو میرے سوا کوئی اور نہیں، یہیں زندہ ہوں۔ لیکن اس کے باوجود، میں واقعی میں محسوس نہیں کرتا کہ میری قیمت ہے۔

فلسفی: کیا آپ الفاظ میں بیان کر سکتے ہیں کہ آپ کیوں محسوس نہیں کرتے کہ آپ کی قدر ہے؟

نوجوان: مجھے لگتا ہے کہ یہ وہی ہے جسے آپ باہمی تعلقات کے طور پر ذکر کر رہے ہیں۔ بچپن سے لے کر آج تک، مجھے ہمیشہ اپنے اردگرد کے لوگ، خاص طور پر میرے والدین، چھوٹے بھائی کے لیے ایک ناقص عذر کے طور پر حقیر سمجھتے رہے ہیں۔ انہوں نے کبھی بھی مجھے پہچاننے کی کوشش نہیں کی کہ میں کون ہوں۔ آپ کہتے ہیں کہ قیمت وہ ہے جو کوئی اپنے آپ کو دیتا ہے۔ لیکن یہ صرف ایک ناقابل عمل نظریہ ہے۔ مثال کے طور پر، لائبریری میں جہاں میں کام کرتا ہوں، زیادہ تر حصہ میں میرا کام صرف واپس کی گئی کتابوں کو چھانٹنا اور انہیں واپس شیلف پر رکھنا ہے۔ یہ معمول کا کام ہے جسے کوئی بھی سکھانے کے بعد کر سکتا ہے۔ اگر

میں نے کام پر جانا چھوڑ دیا، میرے باس کو میری جگہ لینے کے لیے کسی کو تلاش کرنے میں کوئی پریشانی نہیں ہوگی۔ مجھے صرف غیر ہنر مند لیبر کی ضرورت ہے جو میں فراہم کرتا ہوں، اور اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا کہ یہ 'میں' ہے جو وہاں کام کر رہا ہے یا کوئی اور، یا اس معاملے کے لیے کوئی مشین۔ کسی کو خاص طور پر 'یہ میں' کی ضرورت نہیں ہے۔
ایسے حالات میں کیا آپ کو خود پر اعتماد ہوگا؟ کیا آپ قدر کا صحیح احساس حاصل کر سکیں گے؟

فلسفی: ایڈلیرین نفسیات کے نقطہ نظر سے، جواب آسان ہے۔ سب سے پہلے، اپنے اور دوسرے شخص کے درمیان افقی تعلق قائم کریں۔ ایک ہی کافی ہے۔ چلو وہاں سے شروع کرتے ہیں۔

نوجوان: براہ کرم میرے ساتھ احمقوں جیسا سلوک نہ کریں! دیکھو میرے دوست ہیں۔ اور میں ان کے ساتھ ٹھوس افقی تعلقات استوار کر رہا ہوں۔

فلسفی: اس کے باوجود، مجھے شک ہے کہ آپ کے والدین اور آپ کے باس، اور آپ کے جونیئر ساتھیوں اور دوسرے لوگوں کے ساتھ بھی، آپ جو تعلقات بنا رہے ہیں وہ عمودی ہیں۔

نوجوان: یقیناً، میرے مختلف قسم کے تعلقات ہیں۔ سب کے لیے ایسا ہی ہوتا ہے۔

فلاسفر: یہ بہت اہم نکتہ ہے۔ کیا کوئی عمودی تعلقات بناتا ہے، یا کوئی افقی تعلقات بناتا ہے؟ یہ طرز زندگی کا مسئلہ ہے، اور انسان اتنے ہوشیار نہیں ہیں کہ جب بھی ضرورت پیش آئے مختلف طرز زندگی دستیاب کر سکیں۔ دوسرے لفظوں میں، یہ فیصلہ کرنا کہ کوئی شخص 'اس شخص کے برابر ہے' یا 'اس شخص کے ساتھ درجہ بندی میں' کام نہیں کرتا۔

نوجوان: کیا آپ کا مطلب ہے کہ کسی کو ایک یا دوسرے کا انتخاب کرنا ہوگا - عمودی تعلقات یا افقی تعلقات؟

فلاسفر: بالکل، ہاں۔ اگر آپ کسی کے ساتھ ایک بھی عمودی رشتہ استوار کر رہے ہیں، اس سے پہلے کہ آپ یہ محسوس کریں کہ کیا ہو رہا ہے، آپ اپنے تمام باہمی تعلقات کو عمودی سمجھیں گے۔

نوجوان: تو کیا میں اپنے دوستوں کے ساتھ اپنے تعلقات کو بھی عمودی سمجھ رہا ہوں؟

فلاسفر: یہ درست ہے۔ یہاں تک کہ اگر آپ ان کے ساتھ باس یا ماتحت قسم کا سلوک نہیں کر رہے ہیں، تو یہ ایسا ہی ہے جیسے آپ کہہ رہے ہیں، 'A' مجھ سے اوپر ہے، اور 'B' مجھ سے نیچے ہے، 'مثال کے طور پر، یا 'میں A کے مشورے پر عمل کروں گا۔' لیکن B جو کہتا ہے اسے نظر انداز کریں، یا 'مجھے C سے اپنے وعدے کو توڑنے میں کوئی اعتراض نہیں ہے۔'

نوجوان: ہمم!

فلسفی: دوسری طرف، اگر کوئی کم از کم ایک شخص کے ساتھ افقی رشتہ استوار کرنے میں کامیاب ہو گیا ہو — اگر کوئی اصطلاح کے حقیقی معنوں میں برابری کا رشتہ استوار کرنے میں کامیاب ہو گیا ہو — تو یہ طرز زندگی کی ایک بڑی تبدیلی ہے۔ اس پیش رفت کے ساتھ، سبھی کے باہمی تعلقات آہستہ آہستہ افقی ہو جائیں گے۔

نوجوان: کیا ہکو اس ہے! بہت سارے طریقے ہیں جن سے میں اس کی تردید کر سکتا ہوں۔ مثال کے طور پر کمپنی کی ترتیب کے بارے میں سوچئے۔ ڈائریکٹر اور اس کے نئے بھرتی ہونے والوں کے لیے برابری کے رشتے قائم کرنا واقعی ممکن نہیں ہوگا، کیا ایسا ہوگا؟

درجہ بندی کے تعلقات ہمارے معاشرے کے نظام کا حصہ ہیں، اور اس کو نظر انداز کرنا معاشرتی نظام کو نظر انداز کرنا ہے۔ دیکھو، اگر آپ نے سنا ہے کہ آپ کی کمپنی میں ایک نیا بھرتی، جو صرف بیس یا اس سے زیادہ ہے، نے اچانک ساٹھ سال کے ڈائریکٹر تک دوست بنانا شروع کر دیا ہے، تو کیا آپ کو نہیں لگتا کہ یہ بہت دور کی بات ہو گی؟

فلسفی: اپنے بڑوں کا احترام کرنا یقیناً ضروری ہے۔ کمپنی کے ڈھانچے میں، ذمہ داری کے مختلف درجوں کا ہونا فطری بات ہے۔ میں آپ کو یہ نہیں کہہ رہا ہوں کہ آپ سب کے ساتھ دوستی کریں، یا ایسا برتاؤ کریں جیسے آپ قریبی دوست ہوں۔ بلکہ جو چیز ضروری ہے وہ یہ ہے کہ شعور میں برابری ہو، اور جس چیز پر زور دینے کی ضرورت ہے اس پر زور دیا جائے۔

نوجوان: میں کوئی ایسا شخص نہیں ہوں جو اپنے بزرگوں سے بات کر سکوں، اور میں کوشش کرنے کے بارے میں کبھی نہیں سوچوں گا۔ اگر میں نے ایسا کیا تو میری سماجی کامن سینس پر سوالیہ نشان لگ جائے گا۔

فلاسفر: 'سینئر' کیا ہے؟ یہ 'منہ بند' کیا ہے؟ اگر کوئی کسی صورت حال کے ماحول کا اندازہ لگا رہا ہے اور عمودی تعلقات پر منحصر ہے، تو کوئی غیر ذمہ دارانہ کاموں میں ملوث ہے۔ کوئی اپنی ذمہ داریوں سے بچنے کی کوشش کر رہا ہے۔

نوجوان: اس میں غیر ذمہ داری کی کیا بات ہے؟

فلسفی: فرض کریں کہ آپ کے پاس کی ہدایات پر عمل کرنے کے نتیجے میں آپ کا کام ناکامی پر ختم ہو جاتا ہے۔ پھر ذمہ داری کس کی ہے؟

نوجوان: ٹھیک ہے، یہ میرے پاس کی ذمہ داری ہوگی۔ کیونکہ میں صرف احکامات کی پیروی کر رہا تھا، اور وہ وہی تھا جس نے ان پر فیصلہ کیا۔

فلاسفر: کوئی ذمہ داری تمہاری نہیں؟

نوجوان: نہیں، ایسا نہیں ہے۔ یہ حکم دینے والے پاس کی ذمہ داری ہے۔
یہ وہی ہے جسے تنظیمی احتساب کہا جاتا ہے۔

فلاسفر: آپ غلط ہیں۔ یہ زندگی کا جھوٹ ہے۔ آپ کے لیے انکار کرنے کی جگہ ہے، اور کام کرنے کا ایک بہتر طریقہ تجویز کرنے کے لیے بھی جگہ ہونی چاہیے۔ آپ صرف یہ سوچ رہے ہیں کہ انکار کرنے کی کوئی گنجائش نہیں ہے تاکہ آپ متعلقہ باہمی تعلقات کے تنازعہ سے بچ سکیں اور ذمہ داری سے بچ سکیں — اور آپ عمودی تعلقات پر منحصر ہو رہے ہیں۔

نوجوان: کیا آپ کہہ رہے ہیں کہ مجھے اپنے مالک کی نافرمانی کرنی چاہیے؟ یقیناً، نظریہ میں، مجھے چاہیے۔
نظریاتی طور پر، یہ بالکل ویسا ہی ہے جیسا آپ کہتے ہیں۔ لیکن میں ایسا نہیں کر سکتا! میں ایسا کوئی رشتہ نہیں بنا سکتا۔

فلاسفر: واقعی؟ آپ اس وقت میرے ساتھ افقی رشتہ بنا رہے ہیں۔ آپ اپنے آپ کو بہت اچھی طرح سے بیان کر رہے ہیں۔ اس یا اس مشکل کے بارے میں سوچنے کے بجائے، آپ یہاں سے شروعات کر سکتے ہیں۔

نوجوان: میں یہاں سے شروع کر سکتا ہوں؟

فلاسفر: ہاں، اس چھوٹے سے مطالعہ میں۔ جیسا کہ میں نے آپ کو پہلے بتایا تھا، میرے نزدیک آپ ایک ناقابل تلافی دوست ہیں۔

... نوجوان:

فلاسفر: کیا میں غلط ہوں؟

نوجوان: میں اس کی تعریف کرتا ہوں، میں واقعی کرتا ہوں۔ لیکن مجھے ڈر لگتا ہے۔ میں آپ کی تجویز کو قبول کرنے سے ڈرتا ہوں۔

فلاسفر: آپ بالکل کس چیز سے ڈرتے ہیں؟

نوجوان: دوستی کے کام، قدرتی طور پر۔ میں نے آپ جیسے بڑے آدمی سے کبھی دوستی نہیں کی۔ مجھے نہیں معلوم کہ کیا عمر کے اتنے فرق کے ساتھ دوستی کا رشتہ بھی ممکن ہے، یا اگر میں اسے طالب علم-استاد کے تعلقات کے طور پر بہتر سمجھتا۔

فلسفی: محبت اور دوستی میں عمر کی کوئی اہمیت نہیں۔ یہ یقیناً سچ ہے کہ دوستی کے کاموں کے لیے ثابت قدمی کی ضرورت ہوتی ہے۔ میرے ساتھ آپ کے رشتے کے حوالے سے، تھوڑا تھوڑا کر کے فاصلے کم کریں گے۔ فاصلے کی ایک حد تک جس میں ہم بہت قریب سے رابطے میں نہیں ہیں، لیکن پھر بھی اپنے پھیلے ہوئے بازوؤں سے ایک دوسرے کے چہروں تک پہنچ سکتے ہیں اور چھو سکتے ہیں، تاکہ بات کی جائے۔

نوجوان: پلیز مجھے تھوڑا وقت دیں۔ بس ایک بار پھر، میں اپنے طور پر چیزوں کا پتہ لگانے کی کوشش کرنے کے لیے کچھ وقت چاہوں گا۔ آج کی ہماری بحث نے مجھے سوچنے کے لیے بہت کچھ دیا ہے۔ میں یہ سب گھر لے جانا چاہتا ہوں اور اپنے طور پر سکون سے اس پر بات کرنا چاہتا ہوں۔

فلسفی: کمیونٹی کے احساس کی صحیح سمجھ حاصل کرنے میں وقت لگتا ہے۔ یہاں اور ابھی اس کے بارے میں سب کچھ سمجھنا بالکل ناممکن ہوگا۔ براہ کرم اپنے گھر پر واپس جائیں اور اس پر کچھ احتیاط سے غور کریں، جبکہ ہم نے جس چیز پر بات کی ہے اس کے خلاف اسے چیک کریں۔

نوجوان: میں کروں گا۔ کسی بھی صورت میں، یہ بتانا کافی دھچکا تھا کہ میں واقعی میں دوسروں کی طرف نہیں دیکھتا، اور مجھے صرف اپنی فکر ہوتی ہے۔ تم واقعی ایک خوفناک ساتھی ہو!

فلاسفر: ہا ہا۔ اتنے خوش گوار انداز میں کہہ رہے ہو۔

نوجوان: ہاں، میں اس سے بے حد لطف اندوز ہوں۔ یہ یقیناً تکلیف دیتا ہے۔ یہ ایک تیز درد کی طرح ہے جو میرے اندر سے ٹہل رہا ہے، جیسے میں سوئیاں نگل رہا ہوں۔ لیکن پھر بھی، میں اس سے بے حد لطف اندوز ہوں۔ آپ کے ساتھ یہ بات چیت کرنا عادت بنا رہا ہے۔ مجھے تھوڑی دیر پہلے احساس ہوا کہ شاید میں صرف آپ کی دلیل کو الگ نہیں کرنا چاہتا۔ میں چاہتا ہوں کہ آپ بھی میری بات کو الگ کریں۔

فلاسفر: میں دیکھتا ہوں۔ یہ ایک دلچسپ تجزیہ ہے۔

نوجوان: لیکن مت بھولنا۔ میں نے تم سے کہا تھا کہ میں تمہاری دلیل کو الگ کر کے تمہیں گھٹنے ٹیکنے والا ہوں، اور میں نے ہمت نہیں باری۔

فلاسفر: شکریہ۔ میں نے بھی اچھا وقت گزارا ہے۔ جب بھی آپ اسے بیک اپ لینے کے لیے تیار ہوں تو آئیں۔

勇氣

THE
FIFTH
NIGHT

*To live in earnest in
the here and now*

نوجوان نے اپنے آپ سے سوچا: ایڈلیرین نفسیات باہمی تعلقات کی مکمل تحقیقات میں مصروف ہے۔ اور ان باہمی تعلقات کا آخری مقصد کمیونٹی کا احساس ہے۔ لیکن کیا یہ واقعی کافی ہے؟ کیا کوئی اور چیز نہیں ہے جس کے حصول کے لیے میں اس دنیا میں لایا گیا ہوں؟ زندگی کا مطلب کیا ہے؟ میں کہاں جا رہا ہوں، اور میں کس قسم کی زندگی گزارنے کی کوشش کر رہا ہوں؟ نوجوان جتنا زیادہ سوچتا تھا، اتنا ہی اسے لگتا تھا کہ اس کا اپنا وجود چھوٹا اور معمولی سا ہو گیا ہے۔

ضرورت سے زیادہ خود شعوری کی رکاوٹیں خود

فلاسفر: کافی عرصہ ہو گیا ہے نا؟

نوجوان: ہاں، میں آخری بار تقریباً ایک ماہ پہلے آیا تھا۔ تب سے میں کمیونٹی احساس کے معنی کے بارے میں سوچ رہا ہوں۔

فلسفی: تو، اب آپ اس کے بارے میں کیسا محسوس کرتے ہیں؟

نوجوان: ٹھیک ہے، کمیونٹی کا احساس یقینی طور پر ایک پرکشش خیال ہے۔ تعلق کا احساس، کہ 'یہاں رہنا ٹھیک ہے'، مثال کے طور پر، جو ہم ایک بنیادی خواہش کے طور پر رکھتے ہیں۔ میرے خیال میں یہ سماجی مخلوق کے طور پر ہمارے وجود میں ایک شاندار بصیرت ہے۔

فلسفی: یہ ایک شاندار بصیرت ہے، سوائے...؟

نوجوان: مضحکہ خیز، آپ نے فوراً پکڑ لیا۔ یہ ٹھیک ہے، مجھے ابھی بھی اس کے ساتھ کچھ مسائل ہیں۔ میں اسے سیدھا کہوں گا — مجھے کوئی اندازہ نہیں ہے کہ آپ کائنات اور ان تمام چیزوں کے حوالے سے آپ کے بارے میں کیا کر رہے ہیں، اور یہ شروع سے آخر تک مذہب کی تلاش میں ختم ہوتا ہے۔ اس میں اس قسم کی ثقافتی خوبی ہے جسے میں بلا نہیں سکتا۔

فلسفی: جب ایڈلر نے پہلی بار کمیونٹی کے احساس کا تصور پیش کیا تو اسی طرح کی رگوں میں بہت زیادہ مخالفت ہوئی۔ لوگوں نے کہا کہ نفسیات کو ایک سائنس سمجھا جاتا ہے، اور یہاں ایڈلر قابلیت کے مسئلے پر بات کر رہا تھا۔ انہوں نے کہا کہ اس طرح کی چیز سائنس نہیں ہے۔

نوجوان: تو، اپنے طریقے سے، میں نے یہ جاننے کی کوشش کی کہ میں کیوں نہیں سمجھ سکا کہ آپ کیا بات کر رہے ہیں، اور میں سوچ رہا ہوں کہ چیزوں کی ترتیب میں مسئلہ ہو سکتا ہے۔ آپ کائنات اور بے جان اشیاء، اور ماضی اور مستقبل وغیرہ سے شروعات کر رہے ہیں، اس لیے میں چیزوں کا کھوج لگا رہا ہوں۔

اس کے بجائے، کسی کو 'میں' کی مضبوط گرفت حاصل کرنی چاہیے۔ اگلا، ایک دوسرے کے ساتھ تعلقات پر غور کرنا چاہیے۔ یعنی 'تم اور میں' کے باہمی تعلقات۔ اور ایک بار ایسا کر لینے کے بعد، بڑی کمیونٹی کو نظر میں آنا چاہیے۔

فلاسفر: میں دیکھتا ہوں۔ یہ ایک اچھا حکم ہے۔

نوجوان: اب، پہلی چیز جس کے بارے میں میں پوچھنا چاہتا ہوں وہ خود سے لگاؤ ہے۔ آپ کہہ رہے ہیں کہ کسی کو 'I' سے منسلک ہونا بند کرنا ہوگا اور اسے 'دوسروں کے لیے تشویش' میں تبدیل کرنا ہوگا۔ مجھے یقین ہے کہ یہ بالکل ویسا ہی ہے جیسا آپ کہتے ہیں — دوسروں کے لیے تشویش اہم ہے، میں اتفاق کرتا ہوں۔ لیکن کوئی بات نہیں، ہم اپنے بارے میں فکر مند ہیں؛ ہم ہر وقت اپنے آپ کو دیکھتے ہیں۔

فلسفی: کیا آپ نے سوچا ہے کہ ہم اپنی فکر کیوں کرتے ہیں؟

نوجوان: میرے پاس ہے۔ اگر میں نرگس پرست ہوتا، مثال کے طور پر — اگر میں اپنے آپ سے پیار کرتا ہوں اور مسلسل اپنے آپ سے متوجہ رہتا ہوں — تو شاید اس سے چیزیں آسان ہو جائیں۔ کیونکہ آپ کی ہدایت، 'دوسروں کے لیے زیادہ فکر مند ہے'، بالکل درست ہے۔ لیکن میں خود سے محبت کرنے والا نرگسسٹ نہیں ہوں۔ میں خود سے نفرت کرنے والا حقیقت پسند ہوں۔ مجھے نفرت ہے کہ میں کون ہوں، اور یہی وجہ ہے کہ میں ہر وقت اپنے آپ کو دیکھتا ہوں۔ مجھے اپنے آپ پر اعتماد نہیں ہے، اور اسی وجہ سے میں حد سے زیادہ خود غرض ہوں۔

فلسفی: آپ کو کن اوقات میں یہ محسوس ہوتا ہے کہ آپ حد سے زیادہ خود غرض ہیں؟

نوجوان: ٹھیک ہے، مثال کے طور پر میٹنگز میں، مجھے اپنا ہاتھ اٹھانے اور اپنی بات سننے میں مشکل پیش آتی ہے۔ مجھے لگتا ہے کہ غیر ضروری چیزیں، جیسے کہ اگر میں یہ سوال پوچھتا ہوں، تو وہ شاید مجھ پر بنسیں گے یا اگر میں جو نکتہ بنانا چاہتا ہوں وہ غیر متعلق ہے، تو میرا مذاق اڑایا جائے گا، وغیرہ وغیرہ، اور میں چپ چاپ کھڑا ہو جاؤں گا۔ سچ تو یہ ہے کہ جب لوگوں کے سامنے احمقانہ لطیفے سننے کی بات آتی ہے تو بھی میں جھک جاتا ہوں۔ ہر بار، میرا خود شعور لات مارتا ہے اور بریک لگاتا ہے، اور ایسا لگتا ہے جیسے مجھے سیدھا جیکٹ کیا گیا ہو۔ میرا خود شعور مجھے معصومانہ انداز میں برتاؤ کرنے کی اجازت نہیں دے گا۔ لیکن مجھے آپ سے جواب مانگنے کی ضرورت بھی نہیں ہے۔ مجھے یقین ہے کہ ایسا ہو گا۔

ہمیشہ کی طرح: ہمت رکھو۔ لیکن تم جانتی ہو کہ ایسے الفاظ میرے کام نہیں آتے۔ کیونکہ یہ صرف ہمت کی بات نہیں ہے۔

فلاسفر: میں دیکھتا ہوں۔ پچھلی بار، میں نے کمیونٹی کے احساس کا ایک جائزہ پیش کیا۔ آج، ہم گہری کھدائی کریں گے۔

نوجوان: اور یہ ہمیں کہاں لے جائے گا؟

فلسفی: ہم شاید اس سوال پر پہنچیں گے کہ خوشی کیا ہے؟

نوجوان: اوہ! تو، خوشی کمیونٹی کے احساس سے باہر ہے؟

فلسفی: جوابات میں جلدی کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ ہمیں بات چیت کی ضرورت ہے۔

نوجوان: ٹھیک ہے، پھر۔ تو، چلو شروع کرتے ہیں!

خود کی تصدیق نہیں - خود - قبولیت

فلسفی: سب سے پہلے، آئیے دیکھتے ہیں کہ آپ ابھی کیا کہہ رہے تھے، آپ کے خود شعور کے بارے میں کہ آپ بریک لگاتے ہیں اور آپ کو معصومانہ انداز میں برتاؤ نہیں کرنے دیتے ہیں۔ شاید بہت سے لوگ ہیں جو اس مصیبت کا تجربہ کرتے ہیں۔

تو، آئیے دوبارہ مآخذ پر جائیں، اور اپنے مقصد کے بارے میں سوچیں۔ آپ اپنے معصومانہ رویے پر بریک لگا کر کیا حاصل کرنے کی کوشش کر سکتے ہیں؟

نوجوان: یہ حقیقی خواہش ہے کہ اس پر ہنسا نہ جائے؛ ایک بیوقوف کے طور پر نہیں سوچا جائے۔

فلسفی: تو، دوسرے لفظوں میں، آپ کو اپنے معصوم نفس پر بھروسہ نہیں ہے۔ اپنے آپ میں جیسے آپ ہیں، ٹھیک ہے؟ اور آپ اس قسم کے باہمی تعلقات سے دور رہتے ہیں جس میں آپ صرف خود ہوں گے۔ لیکن میں شرط لگاتا ہوں کہ جب آپ گھر میں اکیلے ہوتے ہیں، تو آپ اونچی آواز میں گاتے ہیں اور موسیقی پر رقص کرتے ہیں، اور تیز آواز میں بولتے ہیں۔

نوجوان: بابا! یہ تقریباً ایسا ہی ہے جیسے آپ نے میرے کمرے میں ایک نگرانی والا کیمرہ لگایا ہوا! لیکن ہاں، یہ سچ ہے۔ جب میں تنہا ہوں تو میں آزادانہ برتاؤ کر سکتا ہوں۔

فلسفی: کوئی بھی بادشاہ کی طرح برتاؤ کر سکتا ہے جب وہ تنہا ہو۔ لہذا، یہ ایک ایسا مسئلہ ہے جس پر باہمی تعلقات کے تناظر میں غور کیا جانا چاہیے۔

کیونکہ ایسا نہیں ہے کہ آپ کے پاس معصومیت نہیں ہے — یہ صرف یہ ہے کہ آپ دوسروں کے سامنے ایسی چیزیں نہیں کر سکتے۔

نوجوان: اچھا تو پھر کیا کروں؟

فلسفی: آخر یہ کمیونٹی کے احساس کے بارے میں ہے۔ ٹھوس الفاظ میں، یہ خود سے تعلق (خود پسندی) سے دوسروں (سماجی مفاد) کی فکر میں تبدیل کر رہا ہے، اور کمیونٹی کے احساس کا احساس حاصل کر رہا ہے۔ اس وقت تین چیزوں کی ضرورت ہے: 'خود قبولیت'، 'دوسروں پر اعتماد' اور 'دوسروں کے لیے تعاون'۔

نوجوان: دلچسپ۔ نئے مطلوبہ الفاظ، میں دیکھ رہا ہوں۔ وہ کیا حوالہ دیتے ہیں؟

فلسفی: آئیے خود قبولیت کے ساتھ شروع کریں۔ ہماری پہلی رات، میں نے ایڈلر کے اس بیان کو سامنے لایا: 'اہم بات یہ نہیں ہے کہ انسان کس چیز کے ساتھ پیدا ہوتا ہے، بلکہ یہ ہے کہ کوئی اس سامان سے کیا استعمال کرتا ہے۔' کیا آپ کو یہ یاد ہے؟

نوجوان: ہاں، بالکل۔

فلسفی: ہم 'میں' کو رد نہیں کر سکتے اور نہ ہی اس کی جگہ لے سکتے ہیں۔ تاہم، اہم بات یہ ہے کہ 'اس' آلات کا استعمال کیا جاتا ہے۔ 'کوئی شخص' 'I' کو دیکھنے کا اپنا انداز بدلتا ہے۔ یعنی کہنے کا مطلب ہے کہ کوئی شخص اسے استعمال کرنے کا طریقہ بدلتا ہے۔

نوجوان: کیا اس کا مطلب یہ ہے کہ زیادہ مثبت اور خود اعتمادی کا مضبوط احساس ہے؟ ہر چیز کے بارے میں زیادہ مثبت سوچیں؟

فلسفی: مثبت ہونے اور اپنے آپ کو ثابت کرنے کے لیے کسی کے راستے سے ہٹنے کی ضرورت نہیں ہے۔ یہ خود اثبات نہیں ہے جس سے ہمارا تعلق ہے، بلکہ خود قبولیت ہے۔

نوجوان: خود اثبات نہیں بلکہ خود قبولیت؟

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ واضح فرق ہے۔ خود اثبات اپنے آپ کو تجاویز دینا ہے، جیسے کہ 'میں یہ کر سکتا ہوں' یا 'میں مضبوط ہوں'، یہاں تک کہ جب کوئی چیز کسی کی صلاحیت سے باہر ہو۔ یہ ایک ایسا تصور ہے جو برتری کے احاطے کو جنم دے سکتا ہے، اور اسے زندگی گزارنے کا ایک طریقہ بھی کہا جا سکتا ہے جس میں کوئی اپنے آپ سے جھوٹ بولتا ہے۔ خود قبولیت کے ساتھ، دوسری طرف، اگر کوئی کچھ نہیں کر سکتا، تو وہ صرف 'اپنی نااہلی' کو قبول کر رہا ہے، اور آگے بڑھ رہا ہے تاکہ جو کچھ ہو سکے وہ کر سکے۔ یہ خود سے جھوٹ بولنے کا طریقہ نہیں ہے۔ اسے مزید آسان الفاظ میں کہوں تو کہئے کہ آپ کو ساٹھ فیصد کا سکور ملا ہے، لیکن آپ خود بتاتے ہیں کہ میں اس بار بدقسمت ہوا، اور اصل میں سو فیصد ہوں۔ وہ خود اثبات ہے۔ کی طرف سے

اس کے برعکس، اگر کوئی اپنے آپ کو ساٹھ فیصد کے طور پر قبول کرتا ہے، اور اپنے آپ کو سوچتا ہے کہ میں سو فیصد کے قریب کیسے جاؤں؟- یہ خود قبولیت ہے۔

نوجوان: تو، یہاں تک کہ اگر آپ صرف ساٹھ فیصد ہیں، مایوس ہونے کی ضرورت نہیں ہے؟

فلاسفر: بالکل نہیں۔ کوئی بھی مکمل نہیں۔ کیا آپ کو یاد ہے کہ میں نے کیا کہا تھا جب میں برتری کے حصول کی وضاحت کر رہا تھا؟ کہ سب لوگ اس حالت میں ہیں کہ سدھرنا چاہتے ہیں؟ دوسری طرف رکھو، سو فیصد شخص جیسی کوئی چیز نہیں ہے۔ یہ وہ چیز ہے جسے ہمیں فعال طور پر تسلیم کرنا چاہیے۔

نوجوان: ہم۔ آپ جو کچھ کہہ رہے ہیں وہ مختلف حوالوں سے مثبت لگتا ہے، لیکن اس کا منفی رنگ بھی ہے۔

فلسفی: یہاں، میں 'مثبت استعفیٰ' کی اصطلاح استعمال کرتا ہوں۔

نوجوان: مثبت استعفیٰ؟

فلسفی: یہ کاموں کی علیحدگی کا معاملہ بھی ہے - کوئی ان چیزوں کا پتہ لگاتا ہے جن کو کوئی بدل سکتا ہے اور جو چیزیں نہیں بدل سکتیں۔ جس کے ساتھ پیدا ہوا ہے اسے کوئی نہیں بدل سکتا۔ لیکن کوئی، اپنی طاقت کے تحت، اس سامان کے استعمال میں آنے والی چیزوں کو تبدیل کر سکتا ہے۔ لہذا، اس صورت میں، کسی کو صرف اس بات پر توجہ مرکوز کرنی ہوگی کہ وہ کیا تبدیل کر سکتا ہے، بجائے اس کے کہ وہ کیا کر سکتا ہے۔ اسی کو میں خود قبولیت کہتا ہوں۔

نوجوان: کوئی کیا بدل سکتا ہے، اور کیا نہیں کر سکتا۔

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ جو ناقابل تلافی ہو اسے قبول کریں۔ 'یہ مجھے' جیسے یہ ہے قبول کریں۔ اور جو کچھ بدل سکتا ہے اسے بدلنے کا حوصلہ رکھیں۔ وہ خود قبولیت ہے۔

نوجوان: ہم۔ یہ مجھے ایک سطر کی یاد دلاتا ہے جو مصنف کرٹ وونینگٹ نے اپنی ایک کتاب میں نقل کی ہے: 'خدا مجھے ان چیزوں کو قبول کرنے کے لئے سکون عطا کرے جو میں تبدیل نہیں کر سکتا، ان چیزوں کو تبدیل کرنے کی ہمت جو میں کر سکتا ہوں، اور حکمت ہمیشہ فرق بتانے کی توفیق دے۔' یہ ناول سلاٹر ہاؤس فائیو میں ہے۔

فلاسفر: ہاں، میں جانتا ہوں۔ یہ سکون کی دعا ہے۔ یہ الفاظ مشہور ہیں، اور عیسائی معاشروں میں کئی سالوں سے منتقل ہو رہے ہیں۔

نوجوان: اس نے جرات کا لفظ بھی استعمال کیا۔ میں نے کتاب کو اتنی توجہ سے پڑھا کہ مجھے اسے دل سے جاننا چاہئے۔ لیکن میں نے آج تک اس نکتے پر کبھی توجہ نہیں دی۔

فلاسفر: یہ سچ ہے۔ ہم میں صلاحیت کی کمی نہیں ہے۔ ہم میں بس ہمت کی کمی ہے۔ یہ سب ہمت پر اتر آتا ہے۔

ٹرسٹ اور کے درمیان فرق اعتماد

نوجوان: اس 'مثبت استعفی' کے بارے میں کچھ ہے جو مایوسی کا شکار ہے۔ یہ بہت تاریک ہے اگر اس تمام طویل بحث کا نتیجہ استعفی ہے۔

فلاسفر: کیا ایسا ہے؟ استعفی کا مطلب واضح طور پر صبر اور قبولیت کے ساتھ دیکھنا ہے۔ چیزوں کی سچائی پر پختہ گرفت رکھنا - یہ استعفی ہے۔ اس میں مایوسی کی کوئی بات نہیں ہے۔

نوجوان: سچائی پر مضبوط گرفت...

فلسفی: بلاشبہ، صرف اس وجہ سے کہ کوئی شخص خود قبولیت کے طور پر مثبت استعفی پر پہنچا ہے، یہ خود بخود اس بات کی پیروی نہیں کرتا ہے کہ کسی کو کمیونٹی کا احساس ملتا ہے۔ یہی حقیقت ہے۔ جب کوئی خود سے لگاؤ سے دوسروں کی فکر میں تبدیل ہوتا ہے، تو دوسرا کلیدی تصور — دوسروں پر اعتماد — بالکل ضروری ہو جاتا ہے۔

نوجوان: دوسروں پر اعتماد۔ دوسرے الفاظ میں، دوسروں پر یقین؟

فلسفی: یہاں، میں اعتماد کو اعتماد سے الگ کرنے کے تناظر میں 'دوسروں پر یقین' کے الفاظ پر غور کروں گا۔ سب سے پہلے، جب ہم اعتماد کی بات کرتے ہیں، تو ہم کسی ایسی چیز کا حوالہ دے رہے ہیں جو مقررہ شرائط کے ساتھ آتی ہے۔ انگریزی میں اسے کریڈٹ کہا جاتا ہے۔ مثال کے طور پر، جب کوئی بینک سے رقم لینا چاہتا ہے، تو اسے کسی نہ کسی طرح کی حفاظت کرنی ہوگی۔ بینک اس ضمانت کی قیمت کی بنیاد پر قرض کی رقم کا حساب لگاتا ہے، اور کہتا ہے، 'ہم آپ کو اتنا قرض دیں گے۔' 'ہم آپ کو اس شرط پر قرض دیں گے کہ آپ اسے واپس کریں گے' یا 'ہم آپ کو اتنا ہی قرض دیں گے جتنا

آپ واپس ادا کرنے کے قابل ہیں، 'کسی پر اعتماد کرنے میں سے ایک نہیں ہے۔ یہ ہے
اعتماد

نوجوان: ٹھیک ہے، میرا اندازہ ہے کہ بینک فنانشنگ اسی طرح کام کرتی ہے۔

فلسفی: اس کے برعکس، ایڈلیرین نفسیات کے نقطہ نظر سے، باہمی تعلقات کی بنیاد اعتماد پر نہیں بلکہ اعتماد
پر رکھی گئی ہے۔

نوجوان: اور اس معاملے میں 'اعتماد' کیا ہے...؟

فلسفی: دوسروں پر یقین کرتے وقت یہ بغیر کسی مقررہ شرائط کے کر رہا ہے۔ یہاں تک کہ اگر کسی کے پاس کسی
پر بھروسہ کرنے کے لیے خاطر خواہ بنیادیں نہیں ہیں تو بھی کوئی یقین رکھتا ہے۔ کوئی شخص غیر مشروط طور
پر اپنے بارے میں حفاظت جیسی چیزوں کے بارے میں یقین رکھتا ہے۔ وہ ہے اعتماد۔

نوجوان: غیر مشروط طور پر یقین کرنا؟ تو، یہ ہمسایہ محبت کے آپ کے پالتو تصور پر واپس آ گیا ہے؟

فلسفی: بلاشبہ، اگر کوئی بغیر کسی شرط کے دوسروں پر یقین رکھتا ہے، تو ایسے وقت بھی آئیں گے جب اس
سے فائدہ اٹھایا جائے گا۔ قرض کے ضامن کی طرح، ایسے اوقات ہوتے ہیں جب کسی کو نقصان اٹھانا پڑ سکتا ہے۔
ایسی صورتوں میں بھی کسی پر یقین کرتے رہنے کے رویے کو ہم اعتماد کہتے ہیں۔

نوجوان: ایسا کام صرف ایک سادہ لوح ہی کرے گا! میرا اندازہ ہے کہ آپ فطری انسانی بھلائی کے نظریے کے ساتھ
ہیں، جب کہ میں فطری انسانی برائی کے نظریے سے وابستہ ہوں۔ مکمل اجنبیوں پر غیر مشروط طور پر یقین
کریں، اور آپ صرف استعمال اور زیادتی کا شکار ہو جائیں گے۔

فلسفی: اور ایسے وقت بھی آتے ہیں جب کوئی آپ کو دھوکہ دیتا ہے، اور آپ اس کے عادی ہو جاتے ہیں۔ لیکن اسے
کسی ایسے شخص کے نقطہ نظر سے دیکھیں جس سے فائدہ اٹھایا گیا ہو۔ ایسے لوگ ہیں جو غیر مشروط طور پر
آپ پر یقین کرتے رہیں گے چاہے آپ ہی ان کا فائدہ اٹھا چکے ہوں۔ وہ لوگ جو آپ پر اعتماد کریں گے چاہے ان کے
ساتھ کیسا سلوک کیا جائے۔ کیا آپ ایسے شخص کو بار بار دھوکہ دے سکیں گے؟

نوجوان: ام، نہیں۔ ٹھیک ہے، یہ ہوگا...

فلسفی: مجھے یقین ہے کہ آپ کے لیے ایسا کرنا کافی مشکل ہوگا۔

نوجوان: اس سب کے بعد، کیا آپ کہہ رہے ہیں کہ جذبات کو اپنی طرف متوجہ کرنا ہوگا؟ ایک ولی کی طرح ایمان کو تھامے رکھنا اور دوسرے شخص کے ضمیر پر عمل کرنا؟ آپ مجھے بتا رہے ہیں کہ ایڈلر کے لیے اخلاقیات سے کوئی فرق نہیں پڑتا، لیکن کیا یہ بالکل وہی نہیں ہے جس کے بارے میں ہم یہاں بات کر رہے ہیں؟

فلسفی: نہیں، ایسا نہیں ہے۔ آپ کیا کہیں گے کہ اعتماد کے برعکس ہے؟

نوجوان: اعتماد کا متضاد؟ اہ...

فلاسفر: یہ شک ہے۔ فرض کریں کہ آپ نے اپنے باہمی تعلقات کی بنیاد 'شک' کو رکھا ہے۔ کہ آپ اپنی زندگی دوسرے لوگوں پر شک کرتے ہوئے گزارتے ہیں — اپنے دوستوں، اور یہاں تک کہ آپ کے اہل خانہ اور جن سے آپ محبت کرتے ہیں، پر شک کرتے ہیں۔ اس سے کس قسم کا رشتہ پیدا ہو سکتا ہے؟ دوسرا شخص ایک لمحے میں آپ کی آنکھوں میں موجود شک کا پتہ لگا لے گا۔ اسے ایک فطری سمجھ ہو گی کہ 'اس شخص کو مجھ پر اعتماد نہیں ہے'۔

کیا آپ کو لگتا ہے کہ کوئی اس مقام سے کسی قسم کا مثبت رشتہ استوار کر سکے گا؟ یہ خاص طور پر اس لیے ہے کہ ہم غیر مشروط اعتماد کی بنیاد رکھتے ہیں کہ ہمارے لیے گہرا تعلق استوار کرنا ممکن ہے۔

نوجوان: ٹھیک ہے، میرا اندازہ ہے۔

فلاسفر: ایڈلیرین نفسیات کو سمجھنے کا طریقہ آسان ہے۔ ابھی، آپ سوچ رہے ہیں، اگر مجھے غیر مشروط طور پر کسی پر اعتماد ہوتا، تو میں صرف اس کا فائدہ اٹھاؤں گا۔ تاہم، آپ وہ نہیں ہیں جو فیصلہ کرتے ہیں کہ فائدہ اٹھانا ہے یا نہیں۔ یہ دوسرے شخص کا کام ہے۔ آپ کو صرف سوچنے کی ضرورت ہے، مجھے کیا کرنا چاہیے؟ اگر آپ اپنے آپ سے کہہ رہے ہیں تو میں اسے دے دوں گا اگر وہ میرا فائدہ نہیں اٹھا رہا ہے، یہ صرف اعتماد کا رشتہ ہے جو سلامتی یا شرائط پر مبنی ہے۔

نوجوان: تو، وہاں بھی کوئی کام الگ کرتا ہے؟

فلاسفر: ہاں۔ جیسا کہ میں نے بار بار کہا ہے، کاموں کی علیحدگی کو انجام دینے سے زندگی ایک حیران کن حد تک سادہ شکل میں واپس آتی ہے۔ لیکن اگرچہ کاموں کی علیحدگی کے اصول کو سمجھنا آسان ہے، لیکن اسے عملی جامہ پہنانا مشکل ہے۔ میں اسے پہچانتا ہوں۔

نوجوان: پھر، آپ مجھ سے کہہ رہے ہیں کہ سب پر بھروسہ رکھو۔ دوسرے تمام لوگوں پر بھروسہ رکھنا چاہے وہ مجھے دھوکہ دیں، اور صرف ایک بے وقوف بن کر رہیں؟ یہ فلسفہ یا نفسیات یا اس قسم کی کوئی چیز نہیں ہے۔ یہ صرف ایک غیرت مند کی تبلیغ ہے!

فلسفی: میں اسے قطعی طور پر مسترد کرتا ہوں۔ ایڈلیرین نفسیات یہ نہیں کہہ رہی ہے کہ 'غیر مشروط طور پر دوسروں پر اعتماد رکھیں' اقدار کے اخلاقی نظام کی بنیاد پر۔ غیر مشروط اعتماد کسی شخص کے ساتھ آپ کے باہمی تعلقات کو بہتر بنانے اور افقی تعلقات بنانے کا ایک ذریعہ ہے۔ اگر آپ اس شخص کے ساتھ اپنے تعلقات کو بہتر بنانے کی خواہش نہیں رکھتے تو آگے بڑھیں اور اسے توڑ دیں۔ کیونکہ منقطع کرنا آپ کا کام ہے۔

نوجوان: پھر، اگر میں نے اپنے تعلقات کو بہتر بنانے کے لیے کسی دوست پر غیر مشروط اعتماد کیا ہے تو کیا ہوگا؟ میں نے اس دوست کے لیے ہر طرح کی چھلانگیں لگائی ہیں، پیسے کی کسی بھی درخواست کو خوش دلی سے پورا کیا ہے، اور اس کے سلسلے میں اپنے وقت اور کوششوں سے بے دریغ ہوں۔ لیکن ایسے معاملات میں بھی ایسے مواقع آتے ہیں جب کسی کا فائدہ اٹھایا جاتا ہے۔ مثال کے طور پر، اگر کسی ایسے شخص سے بری طرح فائدہ اٹھایا گیا جس پر مکمل یقین ہے، تو کیا یہ تجربہ کسی کو 'دوسرے لوگ میرے دشمن ہیں' کے نقطہ نظر کے ساتھ طرز زندگی کی طرف نہیں لے جائے گا؟

فلسفی: ایسا لگتا ہے کہ آپ نے ابھی تک اعتماد کے مقصد کی سمجھ حاصل نہیں کی ہے۔ مثال کے طور پر، فرض کریں کہ آپ محبت کے رشتے میں ہیں، لیکن آپ کو اپنے ساتھی کے بارے میں شک ہے اور آپ اپنے آپ سے سوچتے ہیں، میں شرط لگاؤں گا کہ وہ مجھے دھوکہ دے رہی ہے۔ اور آپ اسے ثابت کرنے کے لیے ثبوت کی تلاش میں بے چین کوششیں کرنے لگتے ہیں۔ آپ کے خیال میں اس کے نتیجے میں کیا ہوگا؟

نوجوان: ٹھیک ہے، میرا اندازہ ہے کہ اس کا انحصار صورتحال پر ہوگا۔

فلسفی: نہیں، ہر موقع پر، آپ کو اس بات کے ثبوت کی کثرت ملے گی کہ اس نے آپ کو دھوکہ دیا ہے۔

نوجوان: ٹھہرو؟ ایسا کیوں ہے؟

فلاسفر: آپ کے ساتھی کے معمولی تبصرے، فون پر کسی سے بات کرتے وقت اس کا لہجہ، وہ اوقات جب آپ اس تک نہیں پہنچ پاتے ... جب تک

آپ اپنی آنکھوں میں شک کی نگاہ سے دیکھ رہے ہیں، آپ کے آس پاس کی ہر چیز اس بات کا ثبوت ہوگی کہ وہ آپ کو دھوکہ دے رہی ہے۔ چاہے وہ نہ ہو۔

نوجوان: ہم۔

فلسفی: ابھی، آپ کو صرف ان اوقات کی فکر ہے جن سے آپ سے فائدہ اٹھایا گیا، اور کچھ نہیں۔ آپ صرف ان زخموں کے درد پر توجہ مرکوز کرتے ہیں جو آپ نے ایسے مواقع پر برداشت کیے ہیں۔ لیکن اگر آپ دوسروں پر اعتماد کرنے سے ڈرتے ہیں، تو طویل عرصے میں، آپ کسی کے ساتھ گہرے تعلقات استوار نہیں کر پائیں گے۔

نوجوان: ٹھیک ہے، میں دیکھ رہا ہوں کہ آپ کیا حاصل کر رہے ہیں - بنیادی مقصد، جو کہ گہرے تعلقات استوار کرنا ہے۔ لیکن پھر بھی، فائدہ اٹھانا خوفناک ہے، اور یہی حقیقت ہے، ہے نا؟

فلسفی: اگر یہ ایک اتلی رشتہ ہے، جب یہ ٹوٹ جائے گا تو درد ہلکا ہوگا۔ اور رشتہ جو خوشی ہر دن لاتا ہے وہ بھی معمولی ہوگا۔ یہ خاص طور پر اس لیے ہے کہ کوئی دوسروں پر اعتماد کر کے گہرے رشتوں میں داخل ہونے کی ہمت حاصل کر سکتا ہے کہ کسی کے باہمی تعلقات کی خوشی بڑھ سکتی ہے، اور زندگی کی خوشی بھی بڑھ سکتی ہے۔

نوجوان: نہیں! میں یہ بات نہیں کر رہا تھا، آپ پھر موضوع بدل رہے ہیں۔ فائدہ اٹھانے جانے کے خوف پر قابو پانے کی ہمت - یہ کہاں سے آتی ہے؟

فلسفی: یہ خود قبولیت سے آتا ہے۔ اگر کوئی صرف اپنے آپ کو جیسا کہ ہے قبول کر سکتا ہے، اور اس بات کا پتہ لگا سکتا ہے کہ کوئی کیا کر سکتا ہے اور کیا نہیں، تو کوئی یہ سمجھنے کے قابل ہو جاتا ہے کہ 'فائدہ اٹھانا' دوسرے شخص کا کام ہے، اور 'دوسروں پر اعتماد' کے مرکز تک پہنچنا کم ہو جاتا ہے۔ مشکل

نوجوان: آپ کہہ رہے ہیں کہ کسی کا فائدہ اٹھانا دوسرے کا کام ہے، اور کوئی اس میں کچھ نہیں کر سکتا؟ کہ مجھے استعفیٰ دے دیا جائے، اثبات میں؟ آپ کے دلائل ہمیشہ ہمارے جذبات کو نظر انداز کرتے ہیں۔ جب کسی سے فائدہ اٹھایا جاتا ہے تو وہ تمام غصے اور اداسی کے بارے میں کیا کرتا ہے؟

فلسفی: جب کوئی غمگین ہوتا ہے تو اسے اپنے دل کے اطمینان سے غمگین ہونا چاہیے۔ یہ عین اس وقت ہوتا ہے جب کوئی اس تکلیف اور اداسی سے بچنے کی کوشش کرتا ہے۔

پھنس جاتا ہے اور کسی کے ساتھ گہرے تعلقات استوار کرنے کے قابل نہیں رہتا ہے۔ اس کے بارے میں اس طرح سوچیں۔ ہم یقین کر سکتے ہیں۔ اور ہم شک کر سکتے ہیں۔ لیکن ہم دوسروں کو اپنے ساتھیوں کے طور پر دیکھنے کے خواہشمند ہیں۔ یقین کرنا یا شک کرنا -انتخاب واضح ہونا چاہئے۔

کام کا جوہر ایک شراکت ہے۔ عام اچھے کے لیے

نوجوان: ٹھیک ہے۔ ٹھیک ہے، فرض کریں کہ میں خود قبولیت حاصل کرنے میں کامیاب ہو گیا ہوں۔
اور یہ کہ میں نے دوسروں میں بھی اعتماد حاصل کر لیا ہے۔ پھر مجھ میں کس قسم کی تبدیلیاں آئیں گی؟

فلسفی: سب سے پہلے، کوئی شخص کسی کی ناقابل تبدیلی 'یہ میں' کو قبول کرتا ہے جیسا کہ یہ ہے۔
وہ خود قبولیت ہے۔ پھر، ایک دوسرے لوگوں پر غیر مشروط اعتماد رکھتا ہے۔ یہ ہے دوسروں پر اعتماد۔
آپ خود کو قبول کر سکتے ہیں، اور آپ دوسروں پر اعتماد کر سکتے ہیں۔ تو، اب آپ کے لیے دوسرے
لوگ کیا ہیں؟

نوجوان: ...میرے ساتھیو؟

فلاسفر: بالکل۔ درحقیقت، دوسروں پر اعتماد کرنا دوسروں کو کامریڈ کے طور پر دیکھنے سے جڑا ہوا ہے۔ یہ اس لیے
ہے کہ وہ کسی کے ساتھی ہیں کہ کوئی ان پر اعتماد کر سکتا ہے۔ اگر وہ کسی کے ساتھی نہ ہوتے تو اعتماد کی سطح
تک نہ پہنچ پاتے۔ اور پھر، دوسرے لوگوں کو اپنے ساتھی کے طور پر رکھنا اس کمیونٹی میں پناہ تلاش کرنے سے جڑتا
ہے جس سے وہ تعلق رکھتا ہے۔ لہذا، کوئی تعلق رکھنے کا احساس حاصل کر سکتا ہے کہ 'یہاں رہنا ٹھیک ہے'۔

نوجوان: دوسرے لفظوں میں، آپ کہہ رہے ہیں کہ 'یہاں رہنا ٹھیک ہے' محسوس کرنے کے لیے دوسروں کو کامریڈ کے
طور پر دیکھنا ہوگا۔ اور یہ کہ دوسروں کو کامریڈ کے طور پر دیکھنے کے لیے، کسی کو خود قبولیت اور دوسروں پر
اعتماد دونوں کی ضرورت ہوتی ہے۔

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ اب آپ اسے زیادہ تیزی سے سمجھ رہے ہیں۔ اسے ایک قدم آگے بڑھانے کے لیے، کوئی یہ کہہ
سکتا ہے کہ جو لوگ دوسروں کو دشمن سمجھتے ہیں، وہ خود قبولیت حاصل نہیں کر پاتے، اور دوسروں پر اتنا
اعتماد نہیں رکھتے۔

نوجوان: ٹھیک ہے۔ یہ سچ ہے کہ لوگ تعلق کے احساس کو تلاش کرتے ہیں کہ 'یہاں رہنا ٹھیک ہے'۔ اور، اسے حاصل کرنے کے لیے، انہیں خود قبولیت اور دوسروں میں اعتماد کی ضرورت ہے۔ مجھے اس پر کوئی اعتراض نہیں ہے۔ لیکن، مجھے نہیں معلوم۔ کیا کوئی واقعی دوسروں کو کامریڈ کے طور پر دیکھ کر، اور ان پر اعتماد کر کے اپنے تعلق کا احساس حاصل کر سکتا ہے؟

فلسفی: بلاشبہ، کمیونٹی کا احساس ایسی چیز نہیں ہے جو صرف خود قبولیت اور دوسروں پر اعتماد کے ساتھ حاصل کیا جاسکتا ہے۔ یہ اس وقت ہے کہ تیسرا کلیدی تصور — دوسروں کے لیے شراکت — ضروری ہو جاتا ہے۔

نوجوان: دوسروں کے لیے شراکت؟

فلسفی: کسی نہ کسی طرح اپنے ساتھیوں پر عمل کرنا ہے۔ حصہ ڈالنے کی کوشش کرنا۔ یہ ہے 'دوسروں کے لیے شراکت'۔

نوجوان: تو، جب آپ کہتے ہیں 'شریک کریں'، تو آپ کا مطلب یہ ہے کہ آپ قربانی کا جذبہ ظاہر کریں اور اپنے اردگرد موجود لوگوں کی خدمت کریں؟

فلسفی: دوسروں کے لیے تعاون خود قربانی کا مطلب نہیں ہے۔ ایڈلر نے اس حد تک خبردار کیا ہے کہ جو لوگ دوسروں کے لیے اپنی جانیں قربان کرتے ہیں وہ لوگ ہیں جو معاشرے کے ساتھ بہت زیادہ مطابقت رکھتے ہیں۔ اور براہ کرم مت بھولیں: ہم واقعی اپنی اہمیت سے صرف اسی وقت واقف ہوتے ہیں جب ہم محسوس کرتے ہیں کہ ہمارا وجود اور طرز عمل کمیونٹی کے لیے فائدہ مند ہے، یعنی جب کوئی محسوس کرے کہ 'میں کسی کے لیے مفید ہوں۔' کیا آپ کو یہ یاد ہے؟ دوسرے لفظوں میں، 'I' سے چھٹکارا پانے اور کسی کی خدمت کرنے کے بجائے دوسروں کے لیے تعاون، دراصل وہ کام ہے جو کوئی شخص 'I' کی قدر سے آگاہ ہونے کے لیے کرتا ہے۔

نوجوان: دوسروں کے لیے حصہ ڈالنا اپنے لیے ہے؟

فلاسفر: ہاں۔ نفس کو قربان کرنے کی ضرورت نہیں۔

نوجوان: اوہ، آپ کی دلیل یہاں بکھرنے لگی ہے، ہے نا؟ آپ نے اپنی قبر خود کھودنے کا شاندار کام کیا ہے۔ 'میں' کی تسکین کے لیے، انسان اپنے آپ کو دوسروں کی خدمت کرتا ہے۔ کیا یہی منافقت کی تعریف نہیں؟ میں نے پہلے کہا تھا: آپ کی ساری دلیل منافقانہ ہے۔ یہ ایک

پہسل دلیل۔ دیکھو، میں اس ولن پر یقین کروں گا جو اپنی خواہشات کے بارے میں ایماندار ہے، اس اچھے آدمی کے مقابلے میں جو جھوٹ کا ایک پیکٹ بولتا ہے۔

فلسفی: یہ بہت جلد بازی میں نکالے گئے نتائج ہیں۔ آپ ابھی تک کمیونٹی کے جذبات کو نہیں سمجھتے۔

نوجوان: پھر میری خواہش ہے کہ آپ اس کی ٹھوس مثالیں پیش کریں جسے آپ دوسروں کے لیے شراکت سمجھتے ہیں۔

فلسفی: دوسروں کے لیے سب سے زیادہ آسانی سے سمجھا جانے والا تعاون شاید کام ہے۔ معاشرے میں رہنا اور افرادی قوت میں شامل ہونا۔ یا کسی کے گھر کی دیکھ بھال کا کام کرنا۔ محنت پیسہ کمانے کا ذریعہ نہیں ہے۔ یہ محنت کے ذریعے ہی ہے کہ کوئی دوسروں کے لیے حصہ ڈالتا ہے اور اپنی برادری کے لیے وابستگی کرتا ہے، اور یہ کہ کوئی واقعی محسوس کرتا ہے کہ 'میں کسی کے کام کا ہوں' اور یہاں تک کہ کسی کی وجودی قدر کو قبول کرنا آتا ہے۔

نوجوان: آپ کہہ رہے ہیں کہ کام کا نچوڑ دوسروں کے لیے تعاون ہے؟

فلاسفر: یقیناً پیسہ کمانا بھی ایک بڑا عنصر ہے۔ یہ دوستوفسکی کے اس اقتباس سے مشابہت رکھتا ہے جس پر آپ نے کیا تھا — 'پیسہ سکھ کی آزادی ہے۔' لیکن ایسے لوگ بھی ہیں جن کے پاس اتنا پیسہ ہے کہ وہ اسے کبھی استعمال نہیں کر سکتے۔ اور ان میں سے بہت سے لوگ مسلسل اپنے کام میں مصروف رہتے ہیں۔ وہ کیوں کام کرتے ہیں؟ کیا وہ لامحدود لالچ سے کارفرما ہیں؟ نہیں۔

وہ اس لیے کام کرتے ہیں کہ وہ دوسروں کے لیے اپنا حصہ ڈالنے کے قابل ہوں، اور اپنے احساس سے متعلق، ان کے احساس کی تصدیق کرنے کے لیے کہ 'یہاں رہنا ٹھیک ہے'۔ دولت مند لوگ جنہوں نے بہت زیادہ دولت کمانے کے بعد، اپنی توانائیاں خیراتی سرگرمیوں پر مرکوز کر دی ہیں، وہ ایسا کر رہے ہیں تاکہ اپنی قدر کا احساس حاصل کر سکیں اور اپنے لیے یہ تصدیق کر سکیں کہ 'یہاں رہنا ٹھیک ہے'۔

نوجوان: ہمم، مجھے لگتا ہے کہ یہ ایک سچ ہے۔ لیکن...

فلاسفر: لیکن کیا؟

خود قبولیت: کسی کی ناقابل تبدیلی 'یہ میں' کو قبول کرنا جیسے یہ ہے۔ دوسروں پر اعتماد: کسی کے باہمی تعلقات کی بنیاد پر شک پیدا کرنے کے بجائے غیر مشروط اعتماد رکھنا۔ نوجوان نے ان دونوں تصورات کو کافی حد تک قائل پایا۔ تاہم، دوسروں کے لیے تعاون ایک ایسی چیز تھی جسے وہ پوری طرح سمجھ نہیں سکتا تھا۔ کہ اگر

شراکت کو 'دوسرے لوگوں کے لیے' سمجھا جاتا ہے، پھر اسے کڑوی خود قربانی میں سے ایک ہونا پڑے گا۔ دوسری طرف، اگر وہ شراکت دراصل 'اپنے لیے' ہے، تو یہ منافقت کی انتہا ہے۔ اس نکتے کو بالکل واضح کرنا ہوگا۔ پر عزم لہجے میں نوجوان نے بات جاری رکھی۔

نوجوان لوگ بڑوں سے آگے چلتے ہیں۔

نوجوان: میں تسلیم کروں گا کہ کام میں دوسروں کے لیے شراکت کے پہلو ہوتے ہیں۔ لیکن وہ منطق جو کہتی ہے کہ سرکاری طور پر کوئی دوسروں کے لیے حصہ ڈال رہا ہے، جب کہ حقیقت میں، کوئی اپنے لیے کر رہا ہے، منافقت کے سوا کچھ نہیں۔ آپ اس کی وضاحت کیسے کرتے ہیں؟

فلسفی: مندرجہ ذیل قسم کے منظر کا تصور کریں۔ یہ گھر میں رات کے کھانے کے بعد ہے، اور ابھی بھی میز پر برتن باقی ہیں۔ بچے اپنے کمروں میں چلے گئے ہیں، اور شوہر صوفے پر بیٹھا ٹیلی ویژن دیکھ رہا ہے۔ برتن بنانا اور سب کچھ صاف کرنا بیوی (میرے) پر چھوڑ دیا گیا ہے۔ معاملات کو مزید خراب کرنے کے لیے، کنبہ اسے قدر کی نگاہ سے دیکھتا ہے، اور وہ مدد کرنے کی ذرا سی بھی کوشش نہیں کرتے۔ ایسی صورت حال میں، عام طور پر کوئی سوچے گا، وہ مجھے ہاتھ کیوں نہیں دیں گے؟ یا مجھے سارے کام کیوں کرنے پڑتے ہیں؟ یہاں تک کہ اگر میں صفائی کے دوران اپنے گھر والوں سے 'شکریہ' کے الفاظ نہیں سنتا ہوں، میں چاہتا ہوں کہ وہ سوچیں کہ میں خاندان کے لیے مفید ہوں۔ یہ سوچنے کے بجائے کہ دوسرے میرے لیے کیا کر سکتے ہیں، میں اس کے بارے میں سوچنا چاہتا ہوں، اور اس پر عمل کرنا چاہتا ہوں کہ میں دوسرے لوگوں کے لیے کیا کر سکتا ہوں۔ صرف شراکت کے اس احساس کے ساتھ، میرے سامنے حقیقت بالکل مختلف رنگ اختیار کرے گی۔ درحقیقت، اگر میں برتن دھوتے ہوئے اپنے آپ سے بڑبڑا رہا ہوں، تو شاید مجھے آس پاس رہنے میں زیادہ مزہ نہیں آتا، اس لیے ہر کوئی صرف اپنا فاصلہ برقرار رکھنا چاہتا ہے۔ دوسری طرف، اگر میں خود سے گنگنا رہا ہوں اور اچھے جذبے سے برتن دھو رہا ہوں، تو بچے آکر مجھے ہاتھ دے سکتے ہیں۔ کم از کم، میں ایک ایسا ماحول بناؤں گا جس میں ان کے لیے اپنی مدد پیش کرنا آسان ہو۔

نوجوان: ویسے بھی، اس ترتیب میں ایسا ہی ہو سکتا ہے۔

فلسفی: اب، میں اس ترتیب میں شراکت کا احساس کیسے رکھتا ہوں؟ میرے پاس یہ ہے کیونکہ میں اپنے خاندان کے افراد کے بارے میں سوچنے کے قابل ہوں۔

ساتھیوں اگر میں ایسا نہیں کر سکتا، تو لامحالہ میرے دماغ میں ایسے خیالات چل رہے ہوں گے جیسے، میں اکیلا ہی ایسا کیوں کر رہا ہوں؟ اور کوئی مجھے ہاتھ کیوں نہیں دے گا؟ شراکت جو اس وقت کی جاتی ہے جب کوئی دوسرے لوگوں کو دشمن کے طور پر دیکھ رہا ہو درحقیقت منافقت کا باعث بن سکتا ہے۔ لیکن اگر دوسرے لوگ کسی کے ساتھی ہیں تو ایسا کبھی نہیں ہونا چاہیے، قطع نظر اس کے کہ کوئی جو بھی حصہ ڈالتا ہے۔ آپ لفظ منافقت کو اس لیے ٹھیک کر رہے ہیں کہ آپ ابھی تک کمیونٹی کے جذبات کو نہیں سمجھتے۔

نوجوان: ٹھیک ہے...

فلسفی: سہولت کی خاطر، میں نے اس وقت تک خود قبولیت، دوسروں پر اعتماد اور دوسروں کے لیے شراکت پر اس ترتیب سے بحث کی ہے۔ تاہم، یہ تینوں ایک ناگزیر پورے کے طور پر جڑے ہوئے ہیں، ایک طرح کے سرکلر ڈھانچے میں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ کوئی اپنے آپ کو بالکل ویسے ہی قبول کرتا ہے جیسا کہ کوئی ہے — ایک خود کو قبول کرتا ہے — جس سے فائدہ اٹھائے جانے کے خوف کے بغیر 'دوسروں پر اعتماد' ہو سکتا ہے۔ اور اس کی وجہ یہ ہے کہ کوئی دوسروں پر غیر مشروط اعتماد کر سکتا ہے، اور یہ محسوس کر سکتا ہے کہ لوگ ایک کے ساتھی ہیں، جس سے کوئی 'دوسروں کے لیے شراکت' میں مشغول ہو سکتا ہے۔ اس کے علاوہ، یہ اس لیے ہے کہ کوئی دوسروں کے لیے تعاون کرتا ہے کہ کسی کو یہ گہرا شعور حاصل ہو سکتا ہے کہ 'میں کسی کے لیے مفید ہوں'، اور خود کو ویسا ہی قبول کر سکتا ہے جیسا کہ کوئی ہے۔ کوئی خود قبول کر سکتا ہے۔ دوسرے دن آپ نے جو نوٹ اتارے تھے، کیا وہ آپ کے پاس ہیں؟

نوجوان: اوہ، آپ کا مطلب یہ ہے کہ ایڈلیرین سائیکالوجی کے سامنے رکھے گئے مقاصد پر نوٹ؟ میں نے اس دن سے لے کر اب تک اسے اپنے اوپر رکھا ہے۔ یہاں یہ ہے: 'روپے کے دو مقاصد: خود انحصار ہونا اور معاشرے کے ساتھ ہم آہنگی کے ساتھ رہنا۔ نفسیات کے دو مقاصد جو ان رویوں کی حمایت کرتے ہیں: یہ شعور کہ میرے پاس قابلیت ہے اور یہ شعور کہ لوگ میرے ساتھی ہیں۔'

فلاسفر: اگر آپ اس نوٹ کے مواد کو اس بات سے اوورلیپ کرتے ہیں جس پر ہم ابھی بحث کر رہے ہیں، تو آپ کو گہرائی سے سمجھ حاصل کرنے کے قابل ہونا چاہیے۔ دوسرے لفظوں میں، 'خود انحصار ہونا' اور 'وہ شعور جس کی مجھ میں صلاحیت ہے' خود کو قبول کرنے کی ہماری بحث سے مطابقت رکھتا ہے۔ اور پھر 'معاشرے کے ساتھ ہم آہنگی کے ساتھ رہنا' اور 'یہ شعور کہ لوگ میرے ساتھی ہیں' دوسروں میں اعتماد، اور پھر دوسروں کے لیے تعاون سے جڑتا ہے۔

نوجوان: میں دیکھتا ہوں۔ لہذا، زندگی کا مقصد اجتماعی احساس ہے۔ مجھے لگتا ہے کہ اس سے پہلے کہ میں اپنے دماغ میں یہ واضح کر سکوں اس میں کچھ وقت لگے گا۔

فلاسفر: ہاں، یہ شاید ہو گا۔ جیسا کہ ایڈلر نے خود کہا، 'انسان کو سمجھنا کوئی آسان معاملہ نہیں ہے۔ نفسیات کی تمام شکلوں میں سے، انفرادی نفسیات کو سیکھنا اور اس پر عمل کرنا شاید سب سے مشکل ہے۔'

نوجوان: یہ بالکل ٹھیک ہے! یہاں تک کہ اگر نظریات قائل ہیں، ان کو عملی جامہ پہنانا مشکل ہے۔

فلسفی: یہاں تک کہا جاتا ہے کہ ایڈلیرین نفسیات کو صحیح معنوں میں سمجھنے اور اسے اپنے طرزِ زندگی کو تبدیل کرنے کے لیے لاگو کرنے کے لیے 'ایک شخص کے جینے کے نصف سال' کی ضرورت ہوتی ہے۔ دوسرے لفظوں میں، اگر آپ چالیس سال کی عمر میں اس کا مطالعہ شروع کر دیں تو اس میں مزید بیس سال لگیں گے، یہاں تک کہ آپ ساٹھ سال کے ہو جائیں۔ اگر آپ بیس سال کی عمر میں پڑھنا شروع کریں تو دس سال لگیں گے، تیس سال کے ہونے تک۔ آپ ابھی تک جوان ہیں۔ زندگی میں اس طرح کے ابتدائی مرحلے سے شروع ہونے کا مطلب یہ ہے کہ آپ زیادہ تیزی سے بدل سکتے ہیں۔ اس معنی میں کہ آپ تیزی سے بدل سکتے ہیں، آپ دنیا کے بڑوں سے آگے چل رہے ہیں۔ اپنے آپ کو بدلنے اور ایک نئی دنیا بنانے کے لیے، ایک طرح سے، آپ مجھ سے بھی آگے ہیں۔ اپنا راستہ کھو دینا یا توجہ کھو دینا ٹھیک ہے۔ عمودی رشتوں پر انحصار نہ کریں اور نہ ہی ناپسندیدگی سے ڈریں، اور صرف آزادانہ طور پر آگے بڑھیں۔ اگر تمام بالغ یہ دیکھ سکیں کہ نوجوان ان سے آگے چل رہے ہیں تو مجھے یقین ہے کہ دنیا ڈرامائی طور پر بدل جائے گی۔

نوجوان: میں آپ سے آگے چل رہا ہوں؟

فلاسفر: آپ یقیناً ہیں۔ ہم ایک ہی زمین پر چلتے ہیں اور تم مجھ سے آگے بڑھ رہے ہو۔

نوجوان: ہاں۔ آپ وہ پہلے شخص ہیں جن سے میں کبھی ملا ہوں جو کسی ایسے شخص سے کہے گا جو اس کا بیٹا ہونے کے قابل ہو۔

فلسفی: میں چاہتا ہوں کہ زیادہ سے زیادہ نوجوان ایڈلر کی سوچ کے بارے میں جانیں۔ اور میں چاہوں گا کہ مزید بالغ بھی اس کے بارے میں جانیں۔ کیونکہ لوگ بدل سکتے ہیں، چاہے ان کی عمر کچھ بھی ہو۔

ورکا بولزم ایک زندگی جھوٹ ہے۔

نوجوان: ٹھیک ہے۔ میں آسانی سے تسلیم کرتا ہوں کہ مجھ میں خود کو قبول کرنے یا دوسروں میں اعتماد کی طرف قدم اٹھانے کی ہمت نہیں ہے۔ لیکن کیا واقعی یہ صرف 'میں' کا قصور ہے؟ کیا یہ درحقیقت دوسرے لوگوں کا بھی مسئلہ نہیں ہے، جو مجھ پر غیر معقول الزام لگاتے ہیں اور مجھ پر حملہ کرتے ہیں؟

فلسفی: یقینی طور پر، دنیا میں ہر کوئی اچھا اور نیک انسان نہیں ہے۔ کسی کو اپنے باہمی تعلقات میں کئی طرح کے ناخوشگوار تجربات سے گزرنا پڑتا ہے۔ لیکن اس موقع پر کچھ غلط نہیں ہونا چاہیے: حقیقت یہ ہے کہ، ہر موقع پر، یہ 'وہ شخص' ہے جو آپ پر حملہ کرتا ہے جسے مسئلہ ہے، اور یہ یقینی طور پر ایسا نہیں ہے کہ ہر کوئی برا ہے۔ اعصابی طرز زندگی والے لوگ اپنی تقریر کو 'ہر کوئی' اور 'ہمیشہ' اور 'ہر چیز' جیسے الفاظ کے ساتھ چھڑکتے ہیں۔ 'ہر کوئی مجھ سے نفرت کرتا ہے،' وہ کہیں گے، یا 'یہ ہمیشہ میں ہی ہوں جو نقصان اٹھاتا ہوں،' یا 'سب کچھ غلط ہے۔' اگر آپ کو لگتا ہے کہ آپ کو ایسے عام بیانات استعمال کرنے کی عادت ہو سکتی ہے، تو آپ کو محتاط رہنا چاہیے۔

نوجوان: ٹھیک ہے، یہ بہت مانوس لگتا ہے۔

فلسفی: ایڈلیرین نفسیات میں، ہم اسے زندگی گزارنے کا ایک طریقہ سمجھتے ہیں جس میں 'زندگی کی ہم آہنگی' کا فقدان ہے۔ یہ زندگی گزارنے کا ایک طریقہ ہے جس میں کوئی چیز کا صرف ایک حصہ دیکھتا ہے، لیکن پوری چیز کا فیصلہ کرتا ہے۔

نوجوان: زندگی کی ہم آہنگی؟

فلسفی: یہودیت کی تعلیمات میں، کسی کو مندرجہ ذیل قصہ ملتا ہے: 'اگر دس لوگ ہوں گے، تو ایک ایسا ہو گا جو آپ پر تنقید کرے چاہے آپ کچھ بھی کریں۔ یہ شخص آپ کو ناپسند کرے گا، اور آپ اسے پسند کرنا بھی نہیں سیکھیں گے۔ پھر، دو اور ہوں گے جو سب کچھ قبول کرتے ہیں۔

آپ اور جن کو آپ بھی قبول کرتے ہیں، اور آپ ان کے قریبی دوست بن جائیں گے۔ باقی سات افراد اس قسم کے نہیں ہوں گے۔ اب، کیا آپ اس شخص پر توجہ مرکوز کرتے ہیں جو آپ کو ناپسند کرتا ہے؟ کیا آپ ان دونوں پر زیادہ توجہ دیتے ہیں جو آپ سے محبت کرتے ہیں؟ یا آپ بھیڑ پر توجہ مرکوز کریں گے، باقی سات؟ جس شخص میں زندگی کی ہم آہنگی نہیں ہے وہ صرف ایک ہی شخص کو دیکھے گا جسے وہ ناپسند کرتا ہے، اور اس سے دنیا کا فیصلہ کرے گا۔

نوجوان: دلچسپ۔

فلاسفر: کچھ عرصہ پہلے، میں نے اسٹمر کے شکار افراد اور ان کے اہل خانہ کے لیے ایک ورکشاپ میں شرکت کی۔ کیا آپ کسی ایسے شخص کو جانتے ہیں جس کے پاس سٹمر ہے؟

نوجوان: ہاں، میں جس اسکول میں گیا تھا وہاں ایک طالب علم تھا جو بکلا رہا تھا۔ اس سے نمٹنا مشکل ہونا چاہیے، جس کے پاس یہ ہے، اور اس کے خاندان کے لیے،

بھی

فلسفی: لڑکھڑانا مشکل کیوں ہے؟ ایڈلیرین نفسیات میں نظریہ یہ ہے کہ جو لوگ لڑکھڑانے کا شکار ہوتے ہیں وہ صرف اپنے بولنے کے طریقے کے بارے میں فکر مند ہوتے ہیں، اور ان میں احساس کمتری ہوتا ہے اور وہ اپنی زندگی کو ناقابل برداشت حد تک مشکل سمجھتے ہیں۔ اور اس کے نتیجے میں وہ بہت زیادہ خوددار ہو جاتے ہیں، اور اپنے الفاظ کو زیادہ سے زیادہ ٹرپ کرنے لگتے ہیں۔

نوجوان: انہیں صرف اپنے بولنے کے انداز کی فکر ہے؟

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ بہت سے لوگ ایسے نہیں ہیں جو کسی پر ہنسیں گے یا اس کا مذاق اڑائیں گے جب وہ اس کی باتوں پر وقتاً فوقتاً ٹرپ کرتا ہے۔ اس مثال کو استعمال کرنے کے لیے جس کا میں نے ابھی ذکر کیا ہے، یہ شاید زیادہ سے زیادہ دس میں سے ایک سے زیادہ نہیں ہوگا۔ کسی بھی صورت میں، جس قسم کے احمق شخص کے ساتھ ایسا رویہ اختیار کیا جائے، بہتر ہے کہ محض رشتہ توڑ دیا جائے۔ لیکن اگر زندگی میں ہم آہنگی کی کمی ہے تو صرف اسی شخص پر توجہ مرکوز کرے گا اور یہ سوچ کر ختم کرے گا کہ سب مجھ پر ہنس رہے ہیں۔

نوجوان: لیکن یہ صرف انسانی فطرت ہے!

فلسفی: میرے پاس پڑھنے کا ایک گروپ ہے جو مستقل بنیادوں پر ملتا ہے، اور شرکاء میں سے ایک لڑکھڑاتا ہے۔ یہ کبھی کبھی باہر آتا ہے جب اس کی پڑھنے کی باری ہوتی ہے۔ لیکن وہاں ایک بھی شخص ایسا نہیں ہے جو اس پر ہنسی۔ ہر کوئی خاموشی سے بیٹھتا ہے، اور اگلے کے لیے بالکل فطری انداز میں انتظار کرتا ہے۔

باہر آنے کے لئے الفاظ۔ مجھے یقین ہے کہ یہ کوئی ایسا رجحان نہیں ہے جو میرے پڑھنے والے گروپ سے الگ تھلگ ہو۔ جب کسی کے باہمی تعلقات ٹھیک نہیں ہوتے ہیں، تو اس کا الزام کسی ہچکچاہٹ یا شرمانے کے خوف، یا اس طرح کی کسی بھی چیز پر نہیں لگایا جا سکتا۔ اگرچہ واقعی مسئلہ یہ ہے کہ کسی نے خود قبولیت یا دوسروں میں اعتماد حاصل نہیں کیا ہے، یا اس معاملے میں دوسروں کے لئے تعاون نہیں کیا ہے، لیکن کوئی ایسی چیزوں کے صرف ایک چھوٹے سے حصے پر توجہ مرکوز کر رہا ہے جس سے کوئی فرق نہیں پڑتا ہے، اور اس سے فیصلے کرنے کی کوشش کرنا ہے۔ پوری دنیا کے حوالے سے۔ یہ ایک گمراہ طرز زندگی ہے جس میں زندگی کی ہم آہنگی کا فقدان ہے۔

نوجوان: کیا آپ نے واقعی ایسا سخت خیال ان لوگوں تک پہنچایا جو ہنگامہ آرائی کا شکار ہیں؟

فلاسفر: بالکل۔ شروع میں، کچھ منفی ردعمل تھے، لیکن تین روزہ ورکشاپ کے اختتام تک، سبھی اس کے ساتھ گہری متفق تھے۔

نوجوان: یہ یقینی طور پر ایک دلچسپ دلیل ہے۔ لیکن ان لوگوں پر توجہ مرکوز کرنا جو لڑکھڑانے سے دوچار ہیں ایک خاص مثال کی طرح لگتا ہے۔ کیا آپ مجھے کوئی اور دے سکتے ہیں؟

فلاسفر: ٹھیک ہے، دوسرا ورکابولک ہوگا۔ یہ بھی ایک ایسے شخص کی مثال ہے جو واضح طور پر زندگی کی ہم آہنگی سے محروم ہے۔

نوجوان: ایک ورکابولک ہے؟ ایسا کیوں ہے؟

فلاسفر: وہ لوگ جو لڑکھڑانے کا شکار ہوتے ہیں وہ چیزوں کے صرف ایک حصے کو دیکھتے ہیں، لیکن پوری چیز کو جانچتے ہیں۔ ورکابولکس کے ساتھ، توجہ صرف زندگی کے ایک مخصوص پہلو پر ہوتی ہے۔

وہ شاید یہ کہہ کر اس کا جواز پیش کرنے کی کوشش کرتے ہیں، 'یہ کام میں مصروف ہے، اس لیے میرے پاس اپنے خاندان کے بارے میں سوچنے کا وقت نہیں ہے۔' لیکن یہ زندگی کا جھوٹ ہے۔ وہ محض کام کو بہانہ بنا کر اپنی دوسری ذمہ داریوں سے بچنے کی کوشش کر رہے ہیں۔ گھر کے کاموں اور بچوں کی پرورش سے لے کر اپنی دوستی اور مشاغل وغیرہ کے بارے میں ہر چیز پر غور کرنا چاہیے۔ ایڈلر زندگی گزارنے کے طریقوں کو نہیں پہچانتا جس میں بعض پہلو غیر معمولی طور پر غالب ہوتے ہیں۔

نوجوان: کام میں دلچسپی نہیں ہے اور شخصیتیں ہیں جو میرے والد تھے۔ یہ صرف تھا: ایک ورکابولک بنیں، اپنے آپ

خاندان پر اس بنیاد پر حکومت کریں کہ آپ کمانے والے ہیں۔ وہ بہت جاگیردار شخص تھا۔

فلسفی: ایک لحاظ سے، یہ زندگی کے کاموں کو تسلیم کرنے سے انکار کرنے کا ایک طریقہ ہے۔ 'کام' کا مطلب یہ نہیں ہے کہ کسی کمپنی میں نوکری ہو۔ گھر میں کام کرنا، بچوں کی پرورش، مقامی معاشرے میں حصہ ڈالنا، مشاغل اور دیگر تمام چیزیں کام ہیں۔ کمپنیاں اور اس طرح کا صرف ایک چھوٹا سا حصہ ہیں۔ زندگی گزارنے کا ایک طریقہ جو صرف کمپنی کے کام کو تسلیم کرتا ہے وہ ہے جس میں زندگی کی ہم آہنگی کا فقدان ہے۔

نوجوان: بالکل ویسا ہی ہے جیسا آپ کہتے ہیں! اور ایسا نہیں ہے کہ جس خاندان کی وہ حمایت کر رہا ہے اس کا بھی اس معاملے میں کوئی کہنا ہے۔ آپ اپنے والد سے بحث نہیں کر سکتے جب وہ پُر تشدد لہجے میں گرجتے ہیں، 'یہ میرا شکریہ ہے کہ میز پر کھانا ہے۔'

فلسفی: ایسا باپ شاید صرف اعمال کی سطح پر ہی اپنی قدر پہچان سکتا ہے۔ وہ ان تمام گھنٹوں میں کام کرتا ہے، ایک خاندان کی کفالت کے لیے کافی رقم لاتا ہے، اور معاشرے کی طرف سے پہچانا جاتا ہے — اور، اس بنیاد پر، وہ اپنے آپ کو اپنے خاندان کے دیگر اراکین سے زیادہ قابل قدر سمجھتا ہے۔ ہم میں سے ہر ایک کے لیے، تاہم، ایک وقت آتا ہے جب کوئی فراہم کنندہ کے طور پر مزید کام نہیں کر سکتا۔ جب کوئی بڑا ہو جاتا ہے اور ریٹائرمنٹ کی عمر کو پہنچ جاتا ہے، مثال کے طور پر، کسی کے پاس اپنی پنشن یا اپنے بچوں کی کفالت کے علاوہ کوئی چارہ نہیں رہ سکتا۔ یہاں تک کہ جب کوئی جوان ہے، چوٹ یا خراب صحت مزید کام کرنے کے قابل نہیں رہ سکتی ہے۔ ایسے موقعوں پر جو لوگ اپنے آپ کو صرف اعمال کی سطح پر قبول کر سکتے ہیں انہیں شدید نقصان پہنچتا ہے۔

نوجوان: آپ کا مطلب وہ لوگ ہیں جن کا طرز زندگی کام سے متعلق ہے؟

فلاسفر: ہاں۔ جن لوگوں کی زندگیوں میں ہم آہنگی نہیں ہے۔

نوجوان: اس صورت میں، میں سمجھتا ہوں کہ میں آپ کے وجود کی سطح سے وہی سمجھنا شروع کر رہا ہوں، جسے آپ نے پچھلی بار اٹھایا تھا۔ اور میں نے یقینی طور پر اس حقیقت پر زیادہ غور نہیں کیا کہ کسی دن میں مزید کام نہیں کر پاؤں گا، یا اعمال کی سطح پر کچھ بھی نہیں کر سکوں گا۔

فلسفی: کیا کوئی اپنے آپ کو اعمال کی سطح پر قبول کرتا ہے یا وجود کی سطح پر؟ یہ واقعی ایک سوال ہے جس کا تعلق خوش رہنے کی ہمت سے ہے۔

آپ ابھی خوش ہو سکتے ہیں۔

نوجوان: خوش رہنے کی ہمت۔ اچھا چلو سنتے ہیں کہ کس قسم کی ہمت ہونی چاہیے۔

فلاسفر: ہاں، یہ ایک اہم نکتہ ہے۔

نوجوان: آپ کہتے ہیں کہ تمام مسائل باہمی تعلقات کے مسائل ہیں۔
اور پھر آپ اس کا رخ موڑ دیتے ہیں، اور کہتے ہیں کہ ہماری خوشی ہمارے باہمی تعلقات میں بھی پائی جاتی ہے۔ لیکن مجھے اب بھی ان پہلوؤں کو قبول کرنا مشکل لگتا ہے۔
کیا انسان جس کو خوشی کہتے ہیں وہ ہمارے اچھے باہمی تعلقات کے اندر ہی ہے؟ کہنے کا مطلب یہ ہے کہ کیا ہماری زندگی اس قدر معمولی سکون اور خوشی کے لیے موجود ہے؟

فلاسفر: مجھے ان مسائل کا بخوبی اندازہ ہے جن سے آپ نمٹ رہے ہیں۔ جب میں نے پہلی بار ایڈلرین سائیکالوجی پر ایک لیکچر میں شرکت کی، لیکچرر، آسکر کرسٹینسن، جو ایڈلر کے شاگردوں میں سے ایک کے شاگرد تھے، نے مندرجہ ذیل بیان دیا: 'جو لوگ آج میری بات سنتے ہیں وہ اس وقت خوش ہو سکتے ہیں۔ لیکن جو نہیں کرتے وہ کبھی خوش نہیں رہ سکتے۔'

نوجوان: واہ! یہ براہ راست ایک کن آدمی کے منہ سے ہے، آپ مجھے یہ نہیں بتا رہے ہیں کہ آپ اس کے لئے گر گئے ہیں، کیا آپ؟

فلسفی: انسان کے لیے خوشی کیا ہے؟ یہ ایک ایسا موضوع ہے جو زمانہ قدیم سے فلسفے کے مستقل دھاگوں میں سے ایک رہا ہے۔ میں نے ہمیشہ نفسیات کو فلسفے کے شعبے سے زیادہ کچھ نہیں سمجھا تھا، اور اس طرح مجموعی طور پر نفسیات میں بہت کم دلچسپی تھی۔ لہذا، یہ فلسفے کے طالب علم کے طور پر تھا کہ میں نے اپنے آپ کو، اپنے طریقے سے، اس سوال کے ساتھ فکر مند کیا: خوشی کیا ہے؟ اگر میں کرسٹینسن کے الفاظ سن کر کچھ ہچکچاہٹ محسوس کرنے کا اعتراف نہیں کرتا تو میں بری ہو جاؤں گا۔ تاہم، اسی طرح

جب میں نے اس ہچکچاہٹ کا تجربہ کیا، مجھے کچھ احساس ہوا۔ میں نے خوشی کے حقیقی کردار پر بہت گہرا غور کیا تھا۔ میں جوابات ڈھونڈ رہا تھا۔ لیکن میں نے ہمیشہ اس سوال پر گہرا غور نہیں کیا تھا: کوئی خوش کیسے رہ سکتا ہے؟ تب مجھے یہ خیال آیا کہ میں فلسفے کا طالب علم ہونے کے باوجود شاید خوش نہیں تھا۔

نوجوان: میں دیکھتا ہوں۔ تو، ایڈلیرین نفسیات کے ساتھ آپ کا پہلا سامنا عدم اتفاق کے احساس کے ساتھ شروع ہوا؟

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔

نوجوان: پھر، براہ کرم مجھے بتائیں: کیا آپ آخر کار خوش ہو گئے؟

فلاسفر: بالکل۔

نوجوان: آپ اتنا یقین کیسے کر سکتے ہیں؟

فلسفی: انسان کے لیے سب سے بڑی دکھ خود کو پسند نہ کرنا ہے۔ ایڈلر اس حقیقت کو حل کرنے کے لیے ایک انتہائی آسان جواب کے ساتھ آیا۔ یعنی، 'میں کمیونٹی کے لیے فائدہ مند ہوں' یا 'میں کسی کے لیے مفید ہوں' کا احساس ہی واحد چیز ہے جو کسی کو حقیقی آگاہی دے سکتی ہے جس کی قدر ہے۔

نوجوان: کیا آپ کا مطلب 'دوسروں کے لیے شراکت' ہے جس کا آپ نے پہلے ذکر کیا ہے؟

فلاسفر: ہاں۔ اور یہ ایک اہم نکتہ ہے: جب ہم دوسروں کے لیے شراکت کی بات کرتے ہیں، تو اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا کہ یہ شراکت نظر نہیں آتی۔

ایک

نوجوان: اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا کہ اگر حصہ نظر نہیں آتا ہے؟

فلسفی: آپ وہ نہیں ہیں جو فیصلہ کرتے ہیں کہ آیا آپ کی شراکتیں کارآمد ہیں۔ یہ دوسرے لوگوں کا کام ہے، اور یہ کوئی مسئلہ نہیں ہے جس میں آپ مداخلت کر سکتے ہیں۔ اصولی طور پر، ایسا کوئی طریقہ بھی نہیں ہے کہ آپ یہ جان سکیں کہ آیا آپ نے واقعی کوئی تعاون کیا ہے۔ کہنے کا مطلب یہ ہے کہ جب ہم دوسروں کے لیے اس شراکت میں مشغول ہوتے ہیں، تو یہ ضروری نہیں ہوتا ہے کہ یہ شراکت نظر آنے والی ہو — ہمیں صرف اس موضوعی احساس کی ضرورت ہے کہ 'میں کسی کے لیے مفید ہوں'، یا دوسرے لفظوں میں، ایک احساس شراکت کی۔

نوجوان: ایک منٹ ٹھہرو! اگر ایسا ہے تو پھر جسے آپ خوشی کہہ رہے ہیں...

فلاسفر: کیا آپ اسے اب دیکھتے ہیں؟ ایک لفظ میں، خوشی شراکت کا احساس ہے۔ یہی خوشی کی تعریف ہے۔

نوجوان: لیکن، لیکن یہ...

فلاسفر: کیا کچھ غلط ہے؟

نوجوان: اس طرح کی سادہ تعریف کو قبول کرنے کا کوئی طریقہ نہیں ہے۔ دیکھو، میں وہ نہیں بھول رہا جو تم نے مجھے پہلے کہا تھا۔ آپ نے فرمایا، 'اگرچہ اعمال کی سطح پر کوئی کسی کے کام کا نہ ہو، لیکن وجود کے درجے پر ہر شخص کام آتا ہے۔' لیکن اگر ایسا ہے تو، آپ کی منطق کے مطابق، تمام انسان خوش ہوں گے!

فلسفی: تمام انسان خوش رہ سکتے ہیں۔ لیکن یہ سمجھنا ضروری ہے۔ اس کا مطلب یہ نہیں ہے کہ تمام انسان خوش ہیں۔ چاہے وہ اعمال کی سطح پر ہو یا وجود کی سطح پر، کسی کو یہ محسوس کرنے کی ضرورت ہے کہ وہ کسی کے کام آتا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ کسی کو شراکت کے احساس کی ضرورت ہے۔

نوجوان: تو، آپ کہہ رہے ہیں کہ میں خوش نہ ہونے کی وجہ یہ ہے کہ مجھے شراکت کا احساس نہیں ہے؟

فلاسفر: یہ درست ہے۔

نوجوان: پھر میں شراکت کا احساس کیسے حاصل کر سکتا ہوں؟ کام کر کے؟ رضاکارانہ سرگرمیوں کے ذریعے؟

فلسفی: اس سے پہلے ہم پہچان کی خواہش کے بارے میں بات کر رہے تھے۔ میرے اس بیان کے جواب میں کہ پہچان نہیں مانگنی چاہیے، آپ نے فرمایا کہ پہچان کی خواہش ایک عالمگیر خواہش ہے۔

نوجوان: ہاں، میں نے کیا۔ لیکن ایمانداری سے، میں ابھی تک اس نکتے کے بارے میں مکمل طور پر یقین نہیں رکھتا ہوں۔

فلسفی: لیکن مجھے یقین ہے کہ لوگ جس وجہ سے پہچان چاہتے ہیں وہ اب آپ پر واضح ہے۔ لوگ خود کو پسند کرنا چاہتے ہیں۔ وہ محسوس کرنا چاہتے ہیں کہ ان کی قدر ہے۔ اس کو محسوس کرنے کے لیے، وہ شراکت کا احساس چاہتے ہیں۔

ان سے کہتا ہے 'میں کسی کے کام کا ہوں'۔ اور وہ شراکت کے اس احساس کو حاصل کرنے کے لیے ایک آسان ذریعہ کے طور پر دوسروں سے پہچان چاہتے ہیں۔

نوجوان: آپ کہہ رہے ہیں کہ پہچان کی خواہش شراکت کا احساس حاصل کرنے کا ایک ذریعہ ہے؟

فلاسفر: کیا ایسا نہیں ہے؟

نوجوان: ہرگز نہیں۔ یہ ان سب باتوں سے متصادم ہے جو آپ اب تک کہہ رہے ہیں۔ کیوں کہ کیا دوسروں سے پہچان حاصل کرنا شراکت کا احساس حاصل کرنے کا ذریعہ نہیں ہے؟ اور پھر آپ کہتے ہیں، 'خوشی شراکت کا احساس ہے۔' اگر ایسا ہے تو پھر پہچان کی خواہش کو پورا کرنے کا براہ راست تعلق خوشی سے ہے، ہے نا؟ بابا! آخر کار، آپ نے پہچان کی خواہش کی ضرورت کو تسلیم کر لیا ہے۔

فلاسفر: آپ ایک اہم مسئلہ بھول رہے ہیں۔ اگر شراکت کا احساس حاصل کرنے کا ذریعہ 'دوسروں کی طرف سے پہچانا جانا' نکلا، تو طویل مدت میں، کسی کے پاس دوسرے لوگوں کی خواہشات کے مطابق زندگی گزارنے کے علاوہ کوئی چارہ نہیں ہوگا۔ شراکت کے احساس میں کوئی آزادی نہیں ہے جو پہچان کی خواہش سے حاصل کی جاتی ہے۔ ہم وہ مخلوق ہیں جو خوشی کی خواہش رکھتے ہوئے آزادی کا انتخاب کرتے ہیں۔

نوجوان: تو کیا خوشی اسی صورت میں ہو سکتی ہے جب کسی کو آزادی ہو؟

فلاسفر: ہاں۔ ایک ادارے کے طور پر آزادی ملک، اوقات یا ثقافت کے لحاظ سے مختلف ہو سکتی ہے۔ لیکن ہمارے باہمی تعلقات میں آزادی عالمگیر ہے۔

نوجوان: ایسا کوئی طریقہ نہیں ہے کہ آپ پہچان کی خواہش کو تسلیم کریں گے؟

فلسفی: اگر کوئی واقعی شراکت کا احساس رکھتا ہے، تو اسے دوسروں سے پہچان کی ضرورت نہیں رہے گی۔ کیونکہ کسی کو پہلے سے ہی حقیقی آگاہی حاصل ہو گی کہ 'میں کسی کے کام آ رہا ہوں'، بغیر کسی دوسرے کو تسلیم کرنے کے لیے اپنے راستے سے ہٹنے کی ضرورت نہیں۔ دوسرے لفظوں میں، ایک شخص جو پہچان کی خواہش میں مبتلا ہے اس میں ابھی تک کمیونٹی کا کوئی احساس نہیں ہے، اور وہ خود کو قبول کرنے، دوسروں پر اعتماد کرنے یا دوسروں کے لیے تعاون کرنے میں کامیاب نہیں ہوا ہے۔

نوجوان: تو، اگر کسی کو صرف کمیونٹی کا احساس ہے، تو پہچان کی خواہش ختم ہو جائے گی؟

فلاسفر: ہاں، یہ غائب ہو جائے گا۔ دوسروں کی پہچان کی ضرورت نہیں۔

فلسفی کے نکات کا خلاصہ اس طرح کیا جا سکتا ہے: لوگ اپنی اہمیت سے صرف اسی وقت واقف ہو سکتے ہیں جب وہ یہ محسوس کر سکیں کہ 'میں کسی کے لیے مفید ہوں'۔ تاہم، اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا کہ آیا ایسے وقت میں کوئی جو تعاون کرتا ہے وہ بغیر کسی مرئی شکل کے ہے۔ کسی کے کام آنے کا سائیکش احساس ہونا کافی ہے، یعنی شراکت کا احساس۔ اور پھر، فلسفی اس نتیجے پر پہنچتا ہے: خوشی شراکت کا احساس ہے۔ وہاں یقیناً سچائی کے پہلو نظر آتے تھے۔ لیکن کیا واقعی یہ سب خوشی ہے؟ نہیں اگر یہ وہ خوشی ہے جس کی میں تلاش کر رہا ہوں!

دو راستے جو چاہنے والوں نے طے کیے ہیں۔ 'خاص مخلوق' بننا

نوجوان: آپ نے ابھی تک میرے سوال کا جواب نہیں دیا۔ ہو سکتا ہے کہ میں دوسروں کی مدد کے ذریعے اپنے آپ کو پسند کرنا سیکھ سکتا ہوں۔ ہو سکتا ہے کہ میں یہ محسوس کر سکوں کہ میری قدر ہے، کہ میں کوئی بیکار وجود نہیں ہوں۔ لیکن کیا یہ سب انسان کو خوش رہنے کی ضرورت ہے؟ اس دنیا میں آنے کے بعد، میں سوچتا ہوں کہ جب تک میں اس عظیم کام کو انجام دینے کے قابل نہیں ہوں جس کے لیے آنے والی نسلیں مجھے یاد رکھیں گی، جب تک کہ میں اپنے آپ کو 'میں، جو میرے سوا کوئی اور نہیں ہوں' کے طور پر ثابت نہ کر سکوں، مجھے کبھی نہیں ملے گا۔ حقیقی خوشی، آپ خود کو محسوس کرنے والی خوشی کے بارے میں کچھ کہے بغیر ہر چیز کو باہمی تعلقات میں ڈھالنے کی کوشش کر رہے ہیں۔ اگر آپ مجھ سے پوچھیں تو یہ چوری کے سوا کچھ نہیں!

فلسفی: مجھے واقعی یقین نہیں ہے کہ 'خود کو محسوس کرنے والی خوشی' سے آپ کا کیا مطلب ہے۔ آپ بالکل کس چیز کا حوالہ دے رہے ہیں؟

نوجوان: یہ ایسی چیز ہے جو ہر شخص کے لیے مختلف ہے۔ میرا خیال ہے کہ ایسے لوگ ہیں جو معاشرے میں کامیاب ہونا چاہتے ہیں، اور جن کے ذاتی مقاصد زیادہ ہیں - ایک محقق، مثال کے طور پر، ایک حیرت انگیز دوا تیار کرنے کی کوشش کرنے والا، یا ایک فنکار جو کام کا ایک اطمینان بخش جسم بنانے کی کوشش کرتا ہے۔

فلاسفر: یہ آپ کے لیے کیا ہے؟

نوجوان: میں ابھی تک نہیں جانتا کہ میں کیا ڈھونڈ رہا ہوں یا مستقبل میں کیا کرنا چاہوں گا۔ لیکن میں جانتا ہوں کہ مجھے کچھ کرنا ہے۔ ایسا کوئی طریقہ نہیں ہے کہ میں اپنے باقی دنوں کو یونیورسٹی کی لائبریری میں کام کرتے ہوئے گزاروں۔ جب میں ایک خواب پاتا ہوں جس کے لیے میں اپنی زندگی وقف کر سکتا ہوں، اور میں خود شناسی حاصل کر لیتا ہوں، تب ہی میں حقیقی خوشی کا تجربہ کروں گا۔ میرے والد وہ تھے جنہوں نے دن رات اپنے کام میں خود کو دفن کیا، اور میرے پاس نہیں ہے۔

خیال آیا کہ یہ اس کے لیے خوشی ہے یا نہیں۔ میری نظروں میں، کم از کم، وہ ہمیشہ کے لیے مصروف اور کبھی خوش نہیں لگتا تھا۔ یہ ایسی زندگی نہیں ہے جس کی میں قیادت کرنا چاہتا ہوں۔

فلاسفر: ٹھیک ہے۔ اگر آپ اس نکتے کے بارے میں ان بچوں کو استعمال کرتے ہوئے سوچتے ہیں جو ایک مثال کے طور پر مسئلہ کے رویے میں مشغول ہوتے ہیں، تو اسے سمجھنا آسان ہو سکتا ہے۔

نوجوان: مسئلہ رویہ؟

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ سب سے پہلے، ہم انسانوں میں ایک عالمگیر خواہش ہے جسے 'برتری کا حصول' کہا جاتا ہے۔ کیا آپ کو ہماری اس بحث کو یاد ہے؟

نوجوان: ہاں۔ سیدھے الفاظ میں، یہ ایک اصطلاح ہے جو 'بہتری کی امید' اور 'ایک مثالی ریاست کی پیروی' کی طرف اشارہ کرتی ہے۔

فلاسفر: بہت سے بچے ہیں جو اپنے ابتدائی مراحل میں خاص طور پر اچھے بننے کی کوشش کرتے ہیں۔ خاص طور پر، وہ اپنے والدین کی اطاعت کرتے ہیں، اپنے آپ کو سماجی طور پر قابل قبول انداز میں ڈھالتے ہیں، اور خود کو اپنی پڑھائی اور کھیلوں میں پوری لگن سے لگاتے ہیں، اور غیر نصابی سرگرمیوں میں بھی سبقت لے جاتے ہیں۔ اس طرح وہ اپنے والدین کو تسلیم کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ تاہم، جب خاص طور پر اچھا ہونا کام نہیں کرتا — ان کی پڑھائی یا کھیل اچھی نہیں چلتے، مثال کے طور پر — وہ چہرے کے بارے میں بات کرتے ہیں اور خاص طور پر برا ہونے کی کوشش کرتے ہیں۔

نوجوان: وہ ایسا کیوں کرتے ہیں؟

فلاسفر: خواہ وہ خاص طور پر اچھا بننے کی کوشش کر رہے ہوں، یا خاص طور پر برے بننے کی کوشش کر رہے ہوں، مقصد ایک ہی ہے: دوسرے لوگوں کی توجہ اپنی طرف مبذول کرنا، 'تارمل' حالت سے نکل کر 'خصوصی وجود' بننا۔ یہی ان کا واحد مقصد ہے۔

نوجوان: ہمم۔ ٹھیک ہے، براہ کرم آگے بڑھیں۔

فلاسفر: کسی بھی صورت میں، خواہ کسی کی پڑھائی ہو یا کھیلوں میں شرکت، کسی بھی صورت میں اگر کسی کو کسی بھی قسم کے اہم نتائج حاصل کرنے کے لیے مسلسل کوشش کرنے کی ضرورت ہے۔ لیکن وہ بچے جو خاص طور پر برے بننے کی کوشش کرتے ہیں — یعنی وہ لوگ جو مسائل کے رویے میں ملوث ہوتے ہیں — دوسرے لوگوں کی توجہ مبذول کرنے کی کوشش کر رہے ہیں حالانکہ وہ ایسی کسی بھی صحت مند کوشش سے گریز کرتے ہیں۔ ایڈلیرین نفسیات میں، اس کا حوالہ دیا جاتا ہے۔

'آسان برتری کے حصول' کے طور پر۔ مثال کے طور پر، مسئلہ بچے کو لیں جو صافی پھینک کر یا اونچی آواز میں بول کر اسباق میں خلل ڈالتا ہے۔ وہ اپنے دوستوں اور اساتذہ کی توجہ حاصل کرنے کا یقین رکھتا ہے۔ یہاں تک کہ اگر یہ کوئی ایسی چیز ہے جو اس جگہ تک محدود ہے، وہ شاید ایک خاص وجود بننے میں کامیاب ہو جائے گا۔ لیکن یہ آسان برتری کا حصول ہے، اور ایک غیر صحت بخش رویہ ہے۔

نوجوان: تو، جو بچے بدکاری کا ارتکاب کرتے ہیں، وہ بھی آسان برتری کے حصول میں مصروف ہیں؟

فلاسفر: ہاں، وہ ہیں۔ اسکول جانے سے انکار کرنے سے لے کر کلائی کاٹنے تک، کم عمری میں شراب نوشی اور سگریٹ نوشی اور اسی طرح کے تمام مسائل آسان برتری کے حصول کی شکلیں ہیں۔ اور آپ کا شٹ ان دوست، جس کے بارے میں آپ نے مجھے شروع میں بتایا تھا، وہ بھی اس میں مشغول ہے۔ جب کوئی بچہ مسئلہ کے رویے میں مشغول ہوتا ہے، تو اس کے والدین اور دوسرے بالغ اسے ڈانٹتے ہیں۔

ڈانٹ پڑنا، کسی بھی چیز سے زیادہ، بچے پر دباؤ ڈالتا ہے۔ لیکن اگر یہ ڈانٹ ڈپٹ کی صورت میں بھی ہو تو بچہ اپنے والدین کی توجہ چاہتا ہے۔ وہ ایک خاص بستی بننا چاہتا ہے، اور جو شکل اختیار کرتی ہے اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا۔ لہذا، ایک لحاظ سے، یہ فطری بات ہے کہ وہ مسئلہ کے رویے سے باز نہیں آتا، چاہے اسے کتنی ہی سختی سے ڈانٹ دیا جائے۔

نوجوان: یہ ان کی ڈانٹ ڈپٹ کی وجہ سے ہے کہ وہ مسئلہ کے رویے سے باز نہیں آتا؟

فلاسفر: بالکل۔ کیونکہ والدین اور دوسرے بڑوں نے اسے ڈانٹ ڈپٹ کے ذریعے توجہ دلائی ہے۔

نوجوان: لیکن پہلے، آپ نے مسئلہ کے رویے کے مقصد کے بارے میں بات کی تھی کہ والدین سے بدلہ لیا جائے، ٹھیک ہے؟ کیا یہ کسی طرح سے اس سے جڑتا ہے؟

فلاسفر: ہاں۔ 'انتقام' اور 'آسان برتری کا حصول' آسانی سے جڑے ہوئے ہیں۔ ایک دوسرے شخص کے لیے مصیبت پیدا کرتا ہے، جبکہ ایک ہی وقت میں 'خاص' بننے کی کوشش کرتا ہے۔

نارمل ہونے کی ہمت

نوجوان انسانوں کے لیے خاص طور پر اچھا ہونا ناممکن ہو گا، یا اس جیسی کوئی چیز، ہے نا؟ اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا ہے کہ لوگوں کی اپنی طاقتیں اور کمزوریاں ہیں، اور ہمیشہ اختلافات رہیں گے۔

دنیا میں صرف مٹھی بھر باصلاحیت افراد ہیں، اور ہر ایک کو آنرز کا طالب علم نہیں بنایا جاتا۔ لہذا، تمام بارنے والوں کے لیے، خاص طور پر برا ہونے کے علاوہ اس کے لیے کچھ نہیں ہے۔

فلسفی: ہاں، یہ وہ سقراطی تضاد ہے، کہ کوئی بھی برائی نہیں چاہتا۔ کیونکہ ایسے بچوں کے لیے جو مسائل کے رویے میں ملوث ہوتے ہیں، یہاں تک کہ پرتشدد کارروائیاں اور چوری بھی 'اچھے' کے کارنامے ہیں۔

نوجوان: لیکن یہ خوفناک ہے! یہ استدلال کی ایک لائن ہے جس سے باہر نکلنے کا کوئی راستہ نہیں ہے۔

فلسفی: اس موڑ پر ایڈلیرین سائیکالوجی جس چیز پر زور دیتی ہے وہ الفاظ ہیں 'عام ہونے کی ہمت'۔

نوجوان: نارمل ہونے کی ہمت؟

فلسفی: خاص ہونا کیوں ضروری ہے؟ شاید اس لیے کہ کوئی شخص اپنے عام نفس کو قبول نہیں کر سکتا۔ اور یہ خاص طور پر اسی وجہ سے ہے کہ جب خاص طور پر اچھا ہونا ایک گمشدہ وجہ بن جاتا ہے، تو کوئی خاص طور پر برے ہونے کی طرف بہت بڑی چھلانگ لگاتا ہے — اس کے برعکس انتہائی۔ لیکن کیا عام ہونا، عام ہونا، واقعی اتنی بری چیز ہے؟ کیا یہ کچھ کمتر ہے؟ یا، سچ میں، کیا ہر کوئی نارمل نہیں ہے؟ اس کے منطقی انجام تک سوچنے کی ضرورت ہے۔

نوجوان: تو کیا آپ کہہ رہے ہیں کہ مجھے نارمل ہونا چاہیے؟

فلسفی: خود قبولیت اہم پہلا قدم ہے۔ اگر آپ نارمل ہونے کی ہمت رکھتے ہیں تو آپ کا دنیا کو دیکھنے کا انداز ڈرامائی طور پر بدل جائے گا۔

نوجوان: لیکن...

فلسفی: آپ شاید معمول کو مسترد کر رہے ہیں کیونکہ آپ نارمل ہونے کو نااہل ہونے کے برابر سمجھتے ہیں۔ نارمل ہونا نااہل ہونا نہیں ہے۔ کسی کو اپنی برتری دکھانے کی ضرورت نہیں۔

نوجوان: ٹھیک ہے، میں اسپیشل بننے کے خطرے کو تسلیم کرتا ہوں۔ لیکن کیا واقعی کسی کو جان بوجھ کر انتخاب کو عام کرنے کی ضرورت ہے؟ اگر میں اس دنیا میں اپنا وقت بالکل بے ہنگم طریقے سے گزارتا ہوں، اگر میں اپنے وجود کا کوئی ریکارڈ یا یادداشت چھوڑے بغیر ایک بے مقصد زندگی گزارتا ہوں، تو کیا میں صرف اپنے کام سے مطمئن رہوں گا، کیونکہ میں ایسا ہی انسان ہوں؟

آپ کو مذاق کرنا پڑے گا۔ میں ایک سیکنڈ میں ایسی زندگی چھوڑ دوں گا!

فلسفی: آپ خاص بننا چاہتے ہیں، چاہے کچھ بھی ہو؟

نوجوان: نہیں! دیکھو، جسے آپ 'نارمل' کہتے ہیں اسے قبول کرنے سے مجھے اپنے بیکار نفس کی تصدیق کرنی پڑے گی! یہ صرف یہ کہہ رہا ہو گا، 'میں صرف اتنا ہی کرسکتا ہوں اور یہ ٹھیک ہے۔' میں ایسے بیکار طرز زندگی کو قبول کرنے سے انکاری ہوں۔ کیا آپ کو لگتا ہے کہ نپولین یا سکندر اعظم، یا آئن سٹائن یا مارٹن لوتھر کنگ نے 'معمول' کو قبول کیا؟ اور سقراط اور افلاطون کے بارے میں کیا خیال ہے؟ موقع نہیں! زیادہ امکان یہ ہے کہ ان سب نے اپنی زندگی ایک عظیم آدرش یا مقصد کی مشعل اٹھاتے ہوئے گزاری۔ آپ کے استدلال کے ساتھ ایک اور نپولین کبھی نہیں ابھر سکتا۔ آپ ذہانت کی دنیا سے چھٹکارا پانے کی کوشش کر رہے ہیں!

فلسفی: تو آپ جو کہہ رہے ہیں وہ یہ ہے کہ زندگی میں بلند مقاصد کی ضرورت ہے۔

نوجوان: لیکن یہ تو ظاہر ہے!

'نارمل ہونے کی ہمت' - کیا واقعی خوفناک الفاظ ہیں۔ کیا ایڈلر اور یہ فلسفی واقعی مجھے ایسا راستہ چننے کو کہہ رہے ہیں؟ بالکل عام، بے چہرہ عوام کے درمیان صرف ایک اور روح کی طرح اپنی زندگی کے بارے میں جانا؟ میں کوئی باصلاحیت نہیں ہوں، بالکل۔ شاید 'عام' واحد انتخاب ہے جو میرے پاس ہے۔ شاید میں

بس اپنے معمولی نفس کو قبول کرنا پڑے گا اور ایک معمولی، روزمرہ کے وجود کی رہنمائی کے لیے ہتھیار ڈالنا ہوں گے۔ لیکن میں اس کا مقابلہ کروں گا۔ کچھ بھی ہو، میں اس شخص کی تلخ انجام تک مخالفت کروں گا۔ ایسا لگتا ہے کہ ہم اپنی بحث کے مرکز تک پہنچ رہے ہیں۔ نوجوان کی نبض دوڑ رہی تھی، اور ہوا میں سردی کے باوجود، اس کی بند مٹھی پسینے سے چمک رہی تھی۔

زندگی لمحوں کا ایک سلسلہ ہے۔

فلاسفر: ٹھیک ہے۔ جب آپ بلند اہداف کی بات کرتے ہیں، تو میں اندازہ لگا رہا ہوں کہ آپ کے پاس کسی ایسی چیز کی تصویر ہے جیسے ایک پہاڑی کوہ پیما چوٹی کو سر کرنے کا ارادہ رکھتا ہے۔

نوجوان: ہاں، یہ ٹھیک ہے۔ لوگ، جن میں میں خود بھی شامل ہوں، پہاڑ کی چوٹی کا ہدف رکھتے ہیں۔

فلسفی: لیکن، اگر زندگی چوٹی تک پہنچنے کے لیے پہاڑ پر چڑھتی ہے، تو زندگی کا بڑا حصہ 'راستے' میں ختم ہو جائے گا۔ کہنے کا مطلب یہ ہے کہ، کسی کی 'حقیقی زندگی' کا آغاز پہاڑ کے کنارے ایک سفر سے ہوگا، اور اس مقام تک جو فاصلہ طے کیا ہے وہ ایک 'عارضی زندگی' ہوگی جس کی قیادت 'عارضی می' ہوگی۔

نوجوان: میرا اندازہ ہے کہ اسے ڈالنے کا ایک طریقہ ہے۔ جس طرح میں اب ہوں، میں یقینی طور پر ایک 'روٹ' شخص ہوں۔

فلسفی: اب فرض کریں کہ آپ پہاڑی کی چوٹی پر نہیں پہنچے تو اس کا آپ کی زندگی کے لیے کیا مطلب ہوگا؟ حادثات اور بیماریوں اور اسی طرح کے ساتھ، لوگ ہمیشہ اسے پورا نہیں کرتے، اور پہاڑ پر چڑھنا خود ہی نقصانات سے بھرا ہوتا ہے اور اکثر ناکامی پر ختم ہوتا ہے۔ لہذا، کسی کی زندگی 'راستے' میں رکاوٹ بن جائے گی، صرف اس 'عارضی میں' کے ساتھ 'عارضی زندگی' گزاری جائے گی۔

وہ زندگی کیسی ہوگی؟

نوجوان: یہ ... ٹھیک ہے، یہ صرف میٹھے کھانے کا معاملہ ہوگا۔ تو، میرے پاس قابلیت نہیں تھی، یا میرے پاس پہاڑ پر چڑھنے کی جسمانی طاقت نہیں تھی، یا میں خوش قسمت نہیں تھا، یا میرے پاس مہارت کی کمی تھی۔ بس! ہاں، یہ ایک حقیقت ہے جسے میں قبول کرنے کے لیے تیار ہوں۔

فلسفی: ایڈلیرین نفسیات کا نقطہ نظر مختلف ہے۔ جو لوگ زندگی کو پہاڑ پر چڑھنے کی طرح سمجھتے ہیں وہ اپنے وجود کو لکیروں کی طرح سمجھتے ہیں۔ گویا ایک ایسی لکیر ہے جس نے فوراً ہی اس دنیا میں آنے کا آغاز کیا تھا، اور یہ ہر طرح کے مختلف سائز کے منحنی خطوط پر اس وقت تک جاری رہتی ہے جب تک کہ وہ چوٹی پر نہیں پہنچتی، اور پھر آخر کار اپنے اختتام تک پہنچ جاتی ہے، جو کہ موت ہے۔ یہ تصور، جو زندگی کو ایک قسم کی کہانی کے طور پر پیش کرتا ہے، ایک ایسا خیال ہے جو فرائیڈین ایٹولوجی (اسباب کی انتساب) سے جڑتا ہے، اور یہ سوچنے کا ایک طریقہ ہے جو زندگی کے بڑے حصے کو کسی ایسی چیز میں بنا دیتا ہے جو 'راستہ' ہے۔

نوجوان: اچھا، آپ کی زندگی کی کیا تصویر ہے؟

فلاسفر: اسے ایک لکیر کی طرح مت سمجھو۔ زندگی کو نقطوں کا ایک سلسلہ سمجھیں۔ اگر آپ میگنٹائنگ گلاس کے ذریعے چاک کے ساتھ کھینچی گئی ایک ٹھوس لکیر پر نظر ڈالیں گے تو آپ کو پتہ چل جائے گا کہ آپ جس کو ایک لکیر سمجھتے تھے وہ دراصل چھوٹے نقطوں کی ایک سیریز ہے۔
بظاہر لکیری وجود دراصل نقطوں کا ایک سلسلہ ہے۔ دوسرے لفظوں میں، زندگی لمحوں کا ایک سلسلہ ہے۔

نوجوان: لمحات کا ایک سلسلہ؟

فلاسفر: ہاں۔ یہ لمحات کا ایک سلسلہ ہے جسے 'اب' کہا جاتا ہے۔ ہم صرف یہاں اور اب میں رہ سکتے ہیں۔ ہماری زندگی صرف لمحوں میں موجود ہے۔ وہ بالغ جو نہیں جانتے کہ نوجوانوں پر 'لکیری' زندگی مسلط کرنے کی اس کوشش کو۔ ان کی سوچ یہ ہے کہ روایتی پٹریوں پر رہنا — اچھی یونیورسٹی، بڑی کمپنی، مستحکم گھرانہ — ایک خوشگوار زندگی ہے۔ لیکن زندگی لکیروں یا اس جیسی کسی چیز سے نہیں بنتی۔

نوجوان: تو، زندگی کی منصوبہ بندی یا کیریئر کی منصوبہ بندی کی کوئی ضرورت نہیں ہے؟

فلسفی: اگر زندگی ایک لکیر ہوتی تو زندگی کی منصوبہ بندی ممکن ہوتی۔ لیکن ہماری زندگی صرف نقطوں کا ایک سلسلہ ہے۔ ایک اچھی طرح سے منصوبہ بند زندگی ایسی چیز نہیں ہے جسے ضروری یا غیر ضروری سمجھا جائے، جیسا کہ یہ ناممکن ہے۔

نوجوان: اوہ، بکواس! کیا بیہودہ خیال ہے!

جیو جیسے تم ناچ رہے ہو۔

فلاسفر: اس میں کیا حرج ہے؟

نوجوان: آپ کی دلیل نہ صرف زندگی میں منصوبے بنانے کی تردید کرتی ہے، بلکہ کوششیں کرنے سے بھی انکار کرتی ہے۔ مثال کے طور پر، کسی ایسے شخص کی زندگی کو لے لیجئے جس نے بچپن سے ہی وائلن بجانے کا خواب دیکھا تھا، اور جو برسوں کی سخت تربیت کے بعد آخر کار ایک مشہور آرکسٹرا کا ایک فعال رکن بن گیا۔ یا کوئی اور زندگی، ایک گہرا مطالعہ جو کامیابی سے بار بار کا امتحان پاس کرنے اور وکیل بننے کا باعث بنتا ہے۔ ان میں سے کوئی بھی زندگی مقاصد اور منصوبوں کے بغیر ممکن نہیں ہے۔

فلسفی: تو، دوسرے لفظوں میں، پہاڑ کی چوٹی تک پہنچنے کے لیے کوہ پیماؤں کی طرح، وہ اپنے راستوں پر ثابت قدم رہے؟

نوجوان: بالکل!

فلاسفر: لیکن کیا واقعی ایسا ہے؟ کیا ایسا نہیں ہے کہ یہ لوگ اپنی زندگی کا ہر لمحہ یہاں اور اب گزار چکے ہیں؟ کہنے کا مطلب یہ ہے کہ 'روٹ' میں زندگی گزارنے کے بجائے، وہ ہمیشہ یہاں اور اب رہ رہے ہیں۔

مثال کے طور پر، وہ شخص جس کا وائلن بجانے کا خواب تھا وہ ہمیشہ موسیقی کے ٹکڑوں کو دیکھتا تھا، اور ہر ایک ٹکڑے پر، اور ہر ایک پیمائش اور نوٹ پر توجہ مرکوز کرتا تھا۔

نوجوان: کیا وہ اس طرح اپنے مقاصد حاصل کریں گے؟

فلسفی: اس کے بارے میں اس طرح سوچئے: زندگی لمحوں کا ایک سلسلہ ہے، جسے کوئی اس طرح جیتا ہے جیسے کوئی ناچ رہا ہو، اس وقت، ہر گزرتے لمحے کے ارد گرد اور آس پاس۔ اور جب کوئی اپنے ارد گرد کا سروے کرتا ہے، تو اسے احساس ہوتا ہے، میں

لگتا ہے کہ میں نے اسے یہاں تک پہنچایا ہے۔ وائلن کا رقص کرنے والوں میں ایسے لوگ بھی ہیں جو کورس میں رہتے ہیں اور پیشہ ور موسیقار بن جاتے ہیں۔ بار کے امتحان کا رقص کرنے والوں میں ایسے لوگ بھی ہیں جو وکیل بنتے ہیں۔ ایسے لوگ ہیں جنہوں نے تحریر کا رقص کیا، اور مصنف بن گئے۔ یقیناً، یہ بھی ہوتا ہے کہ لوگ بالکل مختلف جگہوں پر ختم ہوتے ہیں۔ لیکن ان میں سے کوئی بھی زندگی 'راستے' میں ختم نہیں ہوئی۔ یہاں میں تکمیل پا جائے اور اب کوئی ناچ رہا ہو تو کافی ہے۔

نوجوان: کیا اب کوئی ڈانس کر سکتا ہے؟

فلاسفر: ہاں۔ رقص کے ساتھ، یہ رقص ہی ہے جو مقصد ہے، اور کسی کو اسے کرنے سے کہیں پہنچنے سے کوئی سروکار نہیں ہے۔ قدرتی طور پر ایسا ہو سکتا ہے کہ کوئی رقص کرنے کے نتیجے میں کہیں پہنچ جائے۔ چونکہ ایک ناچ رہا ہے، ایک ہی جگہ نہیں رہتا۔ لیکن کوئی منزل نہیں۔

نوجوان: منزل کے بغیر زندگی، ایسی بات کس نے سنی ہے؟ ایسی غیر مستحکم زندگی کو کون تسلیم کرے گا، جو ہوا کسی بھی طرف جھک جائے؟

فلسفی: آپ جس قسم کی زندگی کی بات کرتے ہیں، جو کسی منزل تک پہنچنے کی کوشش کرتی ہے، اسے 'متحرک زندگی' کہا جا سکتا ہے۔ اس کے برعکس، میں جس قسم کی رقص کی زندگی کے بارے میں بات کر رہا ہوں اسے 'توانائی سے بھرپور (حقیقی-فعال حالت) زندگی' کہا جا سکتا ہے۔

نوجوان: کائے ٹک؟ توانائی بخش۔

فلسفی: آئیے ارسطو کی وضاحت کا حوالہ دیتے ہیں۔ عام حرکت — جسے کائناتس کہا جاتا ہے — کا ایک نقطہ آغاز اور ایک اختتامی نقطہ ہوتا ہے۔ نقطہ آغاز سے اختتامی نقطہ تک کی نقل و حرکت بہترین ہے اگر اسے مؤثر طریقے سے اور جلد از جلد انجام دیا جائے۔ اگر کوئی ایکسپریس ٹرین لے سکتا ہے، تو ہر سٹاپ پر چلنے والی لوکل پر سوار ہونے کی ضرورت نہیں ہے۔

نوجوان: دوسرے لفظوں میں، اگر کسی کی منزل وکیل بننا ہے، تو بہتر ہے کہ وہ جتنی جلدی اور مؤثر طریقے سے ہو سکے وہاں پہنچ جائے۔

فلاسفر: ہاں۔ اور اس منزل تک پہنچنے کے لیے جو راستہ اختیار کیا جاتا ہے، اس لحاظ سے کہ کسی کا مقصد ابھی تک نہیں پہنچا، نامکمل ہے۔ یہ کائے ٹک ہے۔

زندگی

نوجوان: کیونکہ یہ آدھا راستہ ہے؟

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ دوسری طرف، Energeia ایک قسم کی تحریک ہے جس میں جو 'اب بن رہا ہے' وہی ہے جو 'بنایا گیا ہے'۔

نوجوان: 'اب جو بن رہا ہے' وہی ہے جو 'بن چکا ہے'؟

فلسفی: کوئی اسے حرکت کے طور پر بھی سوچ سکتا ہے جس میں عمل کو ہی نتیجہ سمجھا جاتا ہے۔ رقص ایسا ہی ہے، اور اسی طرح ایک سفر ہے۔

نوجوان: آہ، میں الجھن میں پڑ رہا ہوں... یہ سفر کے بارے میں کیا ہے؟

فلسفی: سفر پر جانے کا عمل کس قسم کا مقصد ہے؟ فرض کریں کہ آپ مصر کے سفر پر جا رہے ہیں۔ کیا آپ گیزا کے عظیم ابرام تک پہنچنے کی کوشش کریں گے جتنا موثر اور جلد ممکن ہو، اور پھر مختصر ترین راستے سے سیدھے گھر واپس جائیں؟ کوئی اسے 'سفر' نہیں کہے گا۔ جب آپ اپنے گھر سے باہر قدم رکھتے ہیں تو آپ کو سفر پر ہونا چاہیے، اور آپ کی منزل کے راستے کے تمام لمحات ایک سفر ہونے چاہئیں۔ بلاشبہ، ایسے حالات ہوسکتے ہیں جو آپ کو ابرام تک پہنچنے سے روکتے ہیں، لیکن اس کا مطلب یہ نہیں ہے کہ آپ سفر پر نہیں گئے۔

یہ 'توانائی سے بھرپور زندگی' ہے۔

نوجوان: مجھے لگتا ہے کہ مجھے یہ نہیں مل رہا ہے۔ کیا آپ پہاڑ کی چوٹی کو نشانہ بنانے کے قدر کے نظام کی تردید نہیں کر رہے تھے؟ اگر آپ توانائی بخش زندگی کو پہاڑ پر چڑھنے سے تشبیہ دیں تو کیا ہوگا؟

فلسفی: اگر پہاڑ پر چڑھنے کا مقصد چوٹی تک پہنچنا ہے، تو یہ ایک حرکی عمل ہوگا۔ اسے انتہا تک لے جانے کے لیے، اس سے کوئی فرق نہیں پڑے گا کہ آپ ہیلی کاپٹر میں پہاڑی کی چوٹی پر گئے، وہاں پانچ منٹ یا اس سے زیادہ ٹھہرے، اور پھر دوبارہ ہیلی کاپٹر میں واپس چلے گئے۔ بلاشبہ، اگر آپ پہاڑ کی چوٹی تک نہیں پہنچے، تو اس کا مطلب یہ ہوگا کہ پہاڑ پر چڑھنے کی مہم ایک ناکامی تھی۔ تاہم، اگر ہدف خود پہاڑ پر چڑھنا ہے، اور صرف چوٹی تک پہنچنا نہیں، تو کوئی کہہ سکتا ہے کہ یہ توانائی بخش ہے۔ اس صورت میں، آخر میں اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا کہ آیا کوئی اسے پہاڑ کی چوٹی تک پہنچاتا ہے یا نہیں۔

نوجوان: اس قسم کی دلیل صرف مضحکہ خیز ہے! آپ مکمل طور پر خود کو شکست دینے والے تضاد میں پڑ گئے ہیں۔ اس سے پہلے کہ آپ پوری دنیا کے سامنے چہرہ کھو دیں، میں آپ کی بے شرمی کی بکواس کو ایک بار اور ہمیشہ کے لیے کاٹ دوں گا۔

فلسفی: اوہ، میں بہت زیادہ پابند ہوں گا۔

یہاں اور ابھی پر روشنی چمکائیں۔

نوجوان: دیکھو، آپ کی ایٹولوجی کی تردید میں، آپ نے ماضی پر توجہ مرکوز کرنے کو مسترد کر دیا۔ آپ نے فرمایا کہ ماضی کا کوئی وجود نہیں ہے اور اس کا کوئی مطلب نہیں ہے۔ میں ان نکات کو تسلیم کرتا ہوں۔ یہ سچ ہے کہ کوئی بھی ماضی کو نہیں بدل سکتا۔ اگر کوئی ایسی چیز ہے جسے بدلا جا سکتا ہے تو وہ مستقبل ہے۔ لیکن اب، زندگی گزارنے کے اس توانائی کے طریقے کی وکالت کرتے ہوئے، آپ منصوبہ بندی کی تردید کر رہے ہیں۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ آپ اپنی مرضی سے کسی کا مستقبل بدلنے کو بھی مسترد کر رہے ہیں۔ لہذا، جب آپ پیچھے مڑنے کو مسترد کرتے ہیں، تو آپ آگے دیکھنے کو بھی مسترد کر رہے ہیں۔ ایسا لگتا ہے جیسے تم مجھے کہہ رہے ہو کہ آنکھوں پر پٹی باندھ کر بے راہ روی پر چلو۔

فلاسفر: تم نہ اپنے پیچھے دیکھ سکتے ہو نہ آگے؟

نوجوان: یہ ٹھیک ہے، میں نہیں دیکھ سکتا!

فلسفی: کیا یہ صرف فطری نہیں ہے؟ یہاں مسئلہ کہاں ہے؟

نوجوان: کیا؟ آپ کیا کہ رہے ہو؟

فلاسفر: تصور کریں کہ آپ تھیٹر کے اسٹیج پر کھڑے ہیں۔ اگر گھر کی لائٹس آن ہیں، تو شاید آپ بال کے پچھلے حصے تک تمام راستے دیکھ سکیں گے۔ لیکن اگر آپ ایک روشن اسپاٹ لائٹ کے نیچے ہیں، تو آپ سامنے والی قطار کو بھی نہیں بنا پائیں گے۔ ہماری زندگی کے ساتھ بالکل ایسا ہی ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ ہم اپنی پوری زندگی پر ایک مدہم روشنی ڈالتے ہیں کہ ہم ماضی اور مستقبل کو دیکھنے کے قابل ہوتے ہیں۔ یا، کم از کم ہم تصور کرتے ہیں کہ ہم کر سکتے ہیں۔ لیکن اگر کوئی یہاں اور اس وقت روشن روشنی ڈال رہا ہے، تو کوئی ماضی یا مستقبل کو مزید نہیں دیکھ سکتا۔

نوجوان: ایک روشن اسپاٹ لائٹ؟

فلاسفر: ہاں۔ ہمیں صرف یہیں اور ابھی زیادہ سنجیدگی سے رہنا چاہیے۔ حقیقت یہ ہے کہ آپ سوچتے ہیں کہ آپ ماضی کو دیکھ سکتے ہیں، یا مستقبل کی پیشین گوئی کر سکتے ہیں، اس بات کا ثبوت ہے کہ یہاں اور اب پوری شدت سے زندگی گزارنے کے بجائے، آپ ایک مدہم گودھولی میں جی رہے ہیں۔

زندگی لمحوں کا ایک سلسلہ ہے، اور نہ ماضی ہے نہ مستقبل۔ آپ ماضی اور مستقبل پر توجہ مرکوز کر کے اپنے آپ کو راستہ دینے کی کوشش کر رہے ہیں۔

ماضی میں جو کچھ ہوا اس کا آپ کے یہاں اور ابھی سے کوئی تعلق نہیں ہے اور مستقبل میں کیا ہو سکتا ہے اس کے بارے میں یہاں اور ابھی سوچنے کی بات نہیں ہے۔ اگر آپ یہاں اور ابھی پوری جانفشانی سے زندگی گزار رہے ہیں تو آپ کو ایسی چیزوں سے کوئی سروکار نہیں ہوگا۔

نوجوان: لیکن...

فلسفی: جب کوئی فرائیڈین ایٹولوجی کے نقطہ نظر کو اپناتا ہے، تو کوئی زندگی کو وجہ اور اثر پر مبنی ایک بڑی بڑی کہانی کے طور پر دیکھتا ہے۔ تو، پھر، یہ سب کچھ اس بارے میں ہے کہ میں کہاں اور کب پیدا ہوا، میرا بچپن کیسا تھا، میں نے جس اسکول میں شرکت کی اور وہ کمپنی جہاں مجھے ملازمت ملی۔ اور یہ فیصلہ کرتا ہے کہ میں اب کون ہوں، اور کون بنوں گا۔ یقینی طور پر، کسی کی زندگی کو کہانی سے تشبیہ دینا شاید ایک دل لگی کام ہے۔ مسئلہ یہ ہے کہ کہانی کے آخر میں سامنے آنے والی مدہم پن کو کوئی دیکھ سکتا ہے۔ مزید یہ کہ، کوئی ایسی زندگی گزارنے کی کوشش کرے گا جو اس کہانی کے مطابق ہو۔ اور پھر ایک کہتا ہے، میری زندگی ایسی اور ایسی ہے، اس لیے میرے پاس اس طرح جینے کے سوا کوئی چارہ نہیں، اور یہ میری وجہ سے نہیں ہے، یہ میرا ماضی ہے، یہ ماحول ہے، وغیرہ۔ لیکن یہاں ماضی کو سامنے لانا ایک راستہ، زندگی کے جھوٹ کے سوا کچھ نہیں ہے۔ تاہم، زندگی نقطوں کا ایک سلسلہ ہے، لمحات کا ایک سلسلہ ہے۔ اگر آپ سمجھ سکتے ہیں کہ آپ کو مزید کہانی کی ضرورت نہیں ہوگی۔

نوجوان: اگر آپ اسے اس طرح رکھتے ہیں تو، ایڈلر جس طرز زندگی کی وکالت کر رہا ہے، وہ بھی ایک قسم کی کہانی ہے۔

فلسفی: طرز زندگی یہاں اور اب کے بارے میں ہے، اور ایسی چیز ہے جسے کوئی اپنی مرضی سے بدل سکتا ہے۔ ماضی کی زندگی جو ایک سیدھی لکیر کی طرح نظر آتی ہے آپ کے سامنے صرف اس طرح ظاہر ہوتی ہے کیونکہ آپ نے تبدیل نہ ہونے کی مستقل قراردادیں کی ہیں۔ زندگی جو آپ کے سامنے ہے وہ مکمل طور پر خالی صفحہ ہے، اور آپ کے لیے کوئی ٹریک نہیں رکھا گیا ہے جس کی پیروی کی جائے۔

وہاں کوئی کہانی نہیں ہے۔

نوجوان: لیکن یہ صرف اس لمحے کے لیے جینا ہے۔ یا بدتر، ایک شیطانی سرکشی!

فلسفۃ: نہیں، یہاں اور اب اس پر روشنی ڈالنے کے لیے وہ کام کرنا ہے جو اب کوئی کر سکتا ہے، خلوص اور ایمانداری سے۔

زندگی کا سب سے بڑا جھوٹ

نوجوان: جانفشانی اور ایمانداری سے جینا ہے؟

فلسفی: مثال کے طور پر، کوئی یونیورسٹی میں داخلہ لینا چاہتا ہے، لیکن کوئی پڑھنے کی کوشش نہیں کرتا۔ یہ ایک رویہ ہے کہ یہاں اور اب پوری شدت سے نہ جینے کا۔ یقیناً، شاید داخلہ امتحان ابھی دور ہے۔ ہو سکتا ہے کہ کسی کو یقین نہ ہو کہ کس چیز کا مطالعہ کرنے کی ضرورت ہے یا کتنی اچھی طرح سے، اور کسی کو یہ تکلیف دہ معلوم ہوتی ہے۔ تاہم، اسے آہستہ آہستہ کرنا کافی ہے۔ ہر روز کوئی ریاضیاتی فارمولے بنا سکتا ہے۔ کوئی کچھ الفاظ یاد کر سکتا ہے۔

مختصر یہ کہ کوئی ڈانس ڈانس کر سکتا ہے۔ ایسا کرنے سے، یقینی طور پر یہ احساس ہوگا کہ 'میں نے آج یہی کیا'! یہ وہی ہے جو آج، یہ ایک دن، کے لئے تھا۔ واضح طور پر، آج کا دن مستقبل بعید میں داخلہ کے امتحان کے لیے نہیں ہے۔ اور یہی بات آپ کے والد کے لیے بھی درست ہو گی - وہ غالباً اپنے روزمرہ کے کام کا رقص پوری دلجمعی سے کر رہے تھے۔ وہ یہاں اور اب پوری جانفشانی کے ساتھ زندگی بسر کرتا رہا، بغیر کسی عظیم مقصد کے اور اس مقصد کو حاصل کرنے کی ضرورت کے بغیر۔ اور، اگر ایسا تھا، تو ایسا لگتا ہے کہ آپ کے والد کی زندگی خوش گوار تھی۔

نوجوان: کیا آپ مجھے اس طرز زندگی کی تصدیق کرنے کو کہہ رہے ہیں؟ کہ میں اپنے والد کے مسلسل کام کے بوجھ والے وجود کو قبول کروں؟

فلسفی: خود کو اس کی تصدیق کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ صرف اپنی زندگی کو ایک لکیر کے طور پر دیکھنے کے بجائے جس تک وہ پہنچ گیا، یہ دیکھنا شروع کریں کہ اس نے اسے کیسے گزارا، اس کی زندگی کے لمحات دیکھیں۔

نوجوان: لمحات۔

فلسفی: اور آپ کی اپنی زندگی کے حوالے سے بھی یہی کہا جا سکتا ہے۔ آپ نے مستقبل بعید کے لیے اہداف مقرر کیے ہیں، اور ابھی کو اپنی تیاری کی مدت کے طور پر سوچتے ہیں۔ آپ سوچتے ہیں، میں واقعی میں یہ کرنا چاہتا ہوں، اور وقت آنے پر میں یہ کروں گا۔

آتا ہے یہ زندگی گزارنے کا ایک طریقہ ہے جو زندگی کو ملتوی کر دیتا ہے۔ جب تک ہم زندگی کو ملتوی کرتے ہیں، ہم کبھی بھی کہیں نہیں جا سکتے، اور صرف ایک کے بعد ایک دھندلے پن میں ہی گزریں گے، کیونکہ ہم یہاں اور اب کو محض ایک تیاری کا وقت سمجھتے ہیں، صبر کا وقت سمجھتے ہیں۔ لیکن ایک 'یہاں اور ابھی' جس میں کوئی مستقبل بعید میں داخلہ کے امتحان کے لیے پڑھ رہا ہے، مثال کے طور پر، اصل چیز ہے۔

نوجوان: ٹھیک ہے، میں اسے قبول کروں گا۔ میں یقینی طور پر یہاں اور ابھی پوری سنجیدگی سے زندگی گزار سکتا ہوں، اور کوئی من گھڑت لائن قائم نہیں کر سکتا۔ لیکن، میری زندگی میں کوئی خواب یا مقاصد نہیں ہیں۔ مجھے نہیں معلوم کہ کیا ڈانس کرنا ہے۔ میرا یہاں اور اب بالکل بیکار لمحات کے سوا کچھ نہیں ہے۔

فلسفی: مقاصد یا اس طرح کا نہ ہونا ٹھیک ہے۔ یہاں اور اب دل لگا کر رہنا خود ایک رقص ہے۔ کسی کو زیادہ سنجیدہ نہیں ہونا چاہیے۔ براہ کرم بہت سنجیدہ ہونے کے ساتھ مخلص ہونے کو الجھن میں نہ ڈالیں۔

نوجوان: مخلص بنیں، لیکن زیادہ سنجیدہ نہ ہوں۔

فلاسفر: یہ ٹھیک ہے۔ زندگی ہمیشہ سادہ ہوتی ہے، ایسی چیز نہیں جس کے بارے میں کسی کو زیادہ سنجیدہ ہونے کی ضرورت ہو۔ اگر کوئی ہر لمحہ دلجمعی سے جی رہا ہے تو زیادہ سنجیدہ ہونے کی ضرورت نہیں ہے۔

اور ایک اور بات ہے جو میں آپ کو ذہن میں رکھنا چاہوں گا۔ جب کوئی توانائی بخش نقطہ نظر اختیار کرتا ہے تو زندگی ہمیشہ مکمل ہوتی ہے۔

نوجوان: کیا یہ مکمل ہو گیا؟

فلسفی: اگر آپ کی زندگی، یا اس معاملے کے لیے میری، یہیں اور اب ختم ہو جائے، تو ان دونوں میں سے کسی کو ناخوش کہنے سے کوئی فائدہ نہیں ہوگا۔ بیس سال کی عمر میں ختم ہونے والی زندگی اور نوے سال کی عمر میں ختم ہونے والی زندگی دونوں مکمل زندگی ہیں اور خوشی کی زندگی۔

نوجوان: تو، اگر میں یہاں اور اب پوری دلجمعی سے جیتا ہوں، تو وہ لمحات ہمیشہ مکمل ہوں گے؟

فلاسفر: بالکل۔ اب، میں نے اپنی بحث میں بار بار 'زندگی جھوٹ' کا لفظ استعمال کیا ہے۔ میں زندگی کے سب سے بڑے جھوٹ کے بارے میں بات کر کے اپنی بات ختم کرنا چاہوں گا۔

نوجوان: براہ کرم کریں۔

فلسفی: زندگی کا سب سے بڑا جھوٹ یہ ہے کہ یہاں اور ابھی نہ رہنا۔ یہ ماضی اور مستقبل کو دیکھنا ہے، کسی کی پوری زندگی پر ایک مدہم روشنی ڈالنا ہے، اور یہ یقین کرنا ہے کہ کوئی کچھ دیکھ سکتا ہے۔ اب تک، آپ نے یہاں اور ابھی سے منہ موڑ لیا ہے، اور صرف ایجاد شدہ ماضی اور مستقبل پر روشنی ڈالی ہے۔ آپ نے اپنی زندگی سے، ان ناقابل تلافی لمحات سے بہت بڑا جھوٹ بولا ہے۔

نوجوان: اوہ، ٹھیک ہے!

فلسفی: تو، زندگی کے جھوٹ کو دور کر دیں، اور بے خوف ہو کر یہاں اور اس وقت روشن روشنی ڈالیں۔ یہ وہ چیز ہے جو آپ کر سکتے ہیں۔

نوجوان: یہ میں کچھ کر سکتا ہوں؟ کیا آپ کو لگتا ہے کہ مجھ میں زندگی کے جھوٹ کا سہارا لیے بغیر ان لمحات کو دلجمعی سے گزارنے کی ہمت ہے؟

فلسفی: چونکہ نہ تو ماضی ہے اور نہ ہی مستقبل، اس لیے اب بات کرتے ہیں۔ یہ کل یا کل نہیں ہے جو اس کا فیصلہ کرتا ہے۔ یہ یہاں اور اب ہے۔

بظاہر کے معنی دیں۔ بے معنی زندگی

نوجوان: کیا کہہ رہے ہو؟

فلسفی: میرے خیال میں یہ بحث اب پانی کے کنارے تک پہنچ گئی ہے۔
آپ پانی پیتے ہیں یا نہیں یہ آپ پر منحصر ہے۔

نوجوان: آہ، شاید ایڈلیرین نفسیات، اور آپ کا فلسفہ، حقیقت میں مجھے بدل رہے ہیں۔ ہو سکتا ہے کہ میں تبدیل نہ کرنے کے اپنے عزم کو چھوڑنے کی کوشش کر رہا ہوں، اور زندگی گزارنے کا ایک نیا طریقہ، ایک نیا طرزِ زندگی کا انتخاب کر رہا ہوں ... لیکن انتظار کریں، ایک آخری چیز ہے جو میں پوچھنا چاہوں گا۔

فلاسفر: اور وہ کیا ہوگا؟

نوجوان: جب زندگی کو لمحات کے ایک سلسلے کے طور پر لیا جائے، جیسا کہ صرف یہاں اور ابھی موجود ہے، تو اس کے کیا معنی ہو سکتے ہیں؟ میں کس لیے پیدا ہوا تھا، اور کس لیے میں اپنی آخری سانس تک پہنچنے تک یہ مشقت کی زندگی برداشت کر رہا ہوں؟ اس سب کا نقطہ مجھ سے باہر ہے۔

فلسفی: زندگی کا مطلب کیا ہے؟ لوگ کس لیے جی رہے ہیں؟
جب کسی نے ایڈلر سے یہ سوالات کیے تو اس کا جواب یہ تھا: 'عام طور پر زندگی کا کوئی مطلب نہیں ہے۔'

نوجوان: زندگی بے معنی ہے؟

فلسفی: وہ دنیا جس میں ہم رہتے ہیں ہر طرح کے خوفناک واقعات سے مسلسل گھیرے ہوئے ہیں، اور ہم اپنے چاروں طرف جنگ اور قدرتی آفات کی تباہ کاریوں کے ساتھ موجود ہیں۔ جب میں بچوں کے مرنے کی حقیقت کا سامنا کرنا پڑا

جنگ کے ہنگامے، زندگی کے معنی کے بارے میں کوئی راستہ نہیں چل سکتا۔ دوسرے لفظوں میں، زندگی کے بارے میں بات کرنے کے لیے عموماً استعمال کرنے کا کوئی مطلب نہیں ہے۔ لیکن بغیر کسی اقدام کے ایسے ناقابل فہم سانحات کا سامنا کرنا ان کی تصدیق کے مترادف ہے۔ حالات کچھ بھی ہوں، ہمیں کوئی نہ کوئی اقدام ضرور اٹھانا چاہیے۔ ہمیں کانٹ کے 'جھکاؤ' کے سامنے کھڑا ہونا چاہیے۔

نوجوان: ہاں!

فلسفی: اب فرض کریں کہ کسی کو کسی بڑی قدرتی آفت کا سامنا کرنا پڑتا ہے، اور کسی کا ردعمل یہ ہے کہ وہ ماضی کو ایک ایٹولوجیکل انداز میں دیکھے اور کہے، 'ایسا ہونے کی وجہ کیا ہوسکتی ہے؟' یہ کتنا معنی خیز ہوگا؟ مشکل کا تجربہ آگے دیکھنے اور سوچنے کا موقع ہونا چاہیے، اب میں کیا کر سکتا ہوں؟

نوجوان: میں پوری طرح سے متفق ہوں!

فلسفی: اور ایڈلر، یہ بتانے کے بعد کہ 'عمومی زندگی کا کوئی مطلب نہیں ہے'، پھر جاری ہے، 'زندگی جو بھی معنی رکھتی ہے اسے فرد کی طرف سے تفویض کیا جانا چاہیے۔'

نوجوان: فرد کی طرف سے اسے تفویض کیا گیا ہے؟ اس کا کیا مطلب ہے؟

فلسفی: جنگ کے دوران، میرے دادا کو آگ لگائی گئی، اور ان کا چہرہ بری طرح جھلس گیا۔ ہر لحاظ سے یہ ایک ہولناک اور غیر انسانی واقعہ تھا۔ یہ یقینی طور پر اس کے لیے 'دنیا ایک خوفناک جگہ ہے'، یا 'لوگ میرے دشمن ہیں' کے تناظر میں طرز زندگی کا انتخاب کرنے کے امکانات کے دائرے میں رہتے۔ تاہم، جب میرے دادا ہسپتال کے دورے پر ٹرین میں سوار ہوتے تھے، تو ہمیشہ دوسرے مسافر ہوتے تھے جو ان کے لیے اپنی نشستیں چھوڑ دیتے تھے۔ یہ وہ چیز ہے جس کے بارے میں میں نے اپنی ماں کے ذریعے سنا ہے، اس لیے مجھے نہیں معلوم کہ اس نے اصل میں کیسا محسوس کیا۔ لیکن یہ وہی ہے جو میں یقین کرتا ہوں: میرے دادا نے 'لوگ میرے ساتھی ہیں، اور دنیا ایک شاندار جگہ ہے' کے نقطہ نظر کے ساتھ ایک طرز زندگی کا انتخاب کیا۔ ایڈلر بالکل اسی کی طرف اشارہ کر رہا ہے جب وہ کہتا ہے کہ زندگی کا جو بھی معنی ہے اسے فرد کے ذریعے تفویض کیا جانا چاہئے۔ لہذا، عام طور پر زندگی کا کوئی مطلب نہیں ہے۔ لیکن آپ اس زندگی کو معنی دے سکتے ہیں۔ اور آپ واحد ہیں جو آپ کی زندگی کو معنی دے سکتے ہیں۔

نوجوان: پھر، براہ کرم مجھے بتائیں! میں ایک بے معنی زندگی کو صحیح معنی کیسے دے سکتا ہوں؟ مجھے ابھی تک اعتماد نہیں ہے!

فلاسفہ: آپ اپنی زندگی میں کھو گئے ہیں۔ کیوں کھوئے ہو؟ آپ کھو گئے ہیں کیونکہ آپ آزادی کا انتخاب کرنے کی کوشش کر رہے ہیں۔ کہنے کا مطلب یہ ہے کہ، ایک ایسا راستہ جس پر آپ کو دوسروں کے ناپسندیدہ ہونے کا خوف نہیں ہے اور آپ دوسروں کی زندگی نہیں گزار رہے ہیں - ایک ایسا راستہ جو آپ کا ہے۔

نوجوان: یہ ٹھیک ہے! میں خوشی کا انتخاب کرنا چاہتا ہوں، اور آزادی کا انتخاب کرنا چاہتا ہوں!

فلسفہ: جب کوئی آزادی کا انتخاب کرنے کی کوشش کرتا ہے، تو یہ فطری بات ہے کہ کوئی اپنا راستہ کھو سکتا ہے۔ اس موڑ پر، ایڈلیرین نفسیات ایک عظیم الشان کمپاس کے طور پر ایک 'رہنمائی ستارہ' رکھتی ہے جو آزادی کی زندگی کی طرف اشارہ کرتی ہے۔

نوجوان: ایک رہنما ستارہ؟

فلسفہ: بالکل ایسے مسافر کی طرح جو شمالی ستارے پر انحصار کرتا ہے، ہماری زندگی میں ہمیں ایک رہنما ستارے کی ضرورت ہے۔ یہ ایڈلیرین نفسیات کا سوچنے کا طریقہ ہے۔ یہ ایک وسیع آئیڈیل ہے جو کہتا ہے، جب تک ہم اس کمپاس کو نہیں کھوتے اور اس سمت میں آگے بڑھتے رہتے ہیں، خوشی ہے۔

نوجوان: وہ ستارہ کہاں ہے؟

فلاسفہ: یہ دوسروں کے لیے شراکت ہے۔

نوجوان: ہاں؟ دوسروں کے لئے شراکت!

فلسفہ: اس بات سے کوئی فرق نہیں پڑتا ہے کہ آپ جس لمحات میں رہ رہے ہیں، یا اگر ایسے لوگ ہیں جو آپ کو ناپسند کرتے ہیں، جب تک کہ آپ 'میں دوسروں کے لیے تعاون کرتا ہوں' کے رہنما ستارے کو نہیں بھولیں گے، آپ اپنا راستہ نہیں کھویں گے، اور آپ کر سکتے ہیں۔ آپ جیسا کہیں۔ چاہے آپ کو ناپسند ہو یا نہ ہو، آپ اس کی کوئی پرواہ نہیں کرتے اور آزاد رہتے ہیں۔

نوجوان: اگر میرے اوپر آسمان پر دوسروں کے لیے تعاون کا ستارہ ہے، تو مجھے ہمیشہ خوشی اور ساتھی میرے ساتھ ہوں گے۔

فلسفہ: پھر، آئیے یہاں اور اب کے لمحات کو سنجیدگی سے رقص کریں، اور دلجمعی سے جییں۔ ماضی کی طرف مت دیکھو اور مستقبل کو مت دیکھو۔ ہر ایک مکمل لمحے کو رقص کی طرح جیتا ہے۔ مقابلہ کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔

کسی کے ساتھ، اور منزلوں کے لیے کسی کا کوئی فائدہ نہیں۔ جب تک آپ ناچ رہے ہیں، آپ کو کہیں مل جائے گا۔

نوجوان: ایسی 'کہیں' جسے کوئی نہیں جانتا!

فلسفی: یہ توانائی بخش زندگی کی فطرت ہے۔ اگر میں اب تک کی اپنی زندگی پر نظر ڈالتا ہوں، چاہے میں کتنی ہی کوشش کروں، میں کبھی بھی اس بات کی تسلی بخش وضاحت پر نہیں پہنچوں گا کہ میں یہاں اور کیوں ہوں۔ اگرچہ، ایک زمانے میں، یونانی فلسفہ کا مطالعہ میری توجہ کا مرکز تھا، لیکن بہت پہلے میں نے اس کے ساتھ مل کر ایڈلیرین سائیکالوجی کا مطالعہ شروع کیا، اور آج میں یہاں ہوں، آپ کے ساتھ گہرے گفت و شنید میں، میرے ناقابل بدل دوست۔ یہ لمحوں کو رقص کرنے کا نتیجہ ہے - اس کی وضاحت کرنے کا یہی واحد طریقہ ہے۔ جب آپ یہاں اور اب پوری جانفشانی سے رقص کریں گے، تب ہی آپ کی زندگی کا مطلب آپ پر واضح ہو جائے گا۔

مجھے تم پر یقین ہے! ... نوجوان: یہ کرے گا؟ میں

فلاسفر: ہاں، براہ کرم یقین کریں۔ ایڈلر کی سوچ کے ساتھ رہنے والے اپنے کئی سالوں کے دوران، میں نے کچھ محسوس کیا ہے۔

نوجوان: اور وہ ہے؟

فلسفی: یہ ہے کہ ایک شخص کی طاقت عظیم ہے، یا، بلکہ، 'میری طاقت ہے حد عظیم ہے'۔

نوجوان: تمہارا کیا مطلب ہے؟

فلسفی: ٹھیک ہے، دوسرے لفظوں میں، اگر 'میں' بدل گیا تو دنیا بدل جائے گی۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ دنیا صرف میں ہی بدل سکتی ہے اور میرے لیے کوئی اور نہیں بدل سکتا۔ ایڈلیرین سائیکالوجی سیکھنے کے بعد سے جو دنیا میرے سامنے آئی ہے وہ دنیا نہیں ہے جسے میں پہلے جانتا تھا۔

نوجوان: اگر میں بدلوں گا تو دنیا بدل جائے گی۔ میرے لیے دنیا کو کوئی نہیں بدل سکتا...

فلسفی: یہ اس جھٹکے سے ملتا جلتا ہے جس کا تجربہ کسی ایسے شخص کو ہوا ہے جو کئی سالوں کے قریب رہنے کے بعد پہلی بار عینک لگاتا ہے۔

دنیا کے پہلے غیر واضح خاکہ اچھی طرح سے بیان کیا گیا ہے، اور یہاں تک کہ

رنگ زیادہ روشن ہیں۔ مزید برآں، یہ نہ صرف کسی کے بصری میدان کا ایک حصہ ہے جو واضح ہو جاتا ہے، بلکہ پوری نظر آنے والی دنیا۔ میں صرف تصور کر سکتا ہوں کہ اگر آپ کو بھی ایسا ہی تجربہ ہو تو آپ کتنے خوش ہوں گے۔

نوجوان: آہ، کاش مجھے معلوم ہوتا! کاش مجھے یہ دس سال پہلے یا پانچ سال پہلے معلوم ہوتا۔ کاش مجھے پانچ سال پہلے معلوم ہوتا، نوکری ملنے سے پہلے...

فلاسفر: نہیں، ایسا نہیں ہے۔ آپ کہتے ہیں کہ کاش آپ کو یہ دس سال پہلے معلوم ہوتا۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ ایڈلر کی سوچ اب آپ کے ساتھ گونجتی ہے کہ آپ یہ سوچ رہے ہیں۔ کوئی نہیں جانتا کہ دس سال پہلے آپ نے اس کے بارے میں کیسا محسوس کیا ہوگا۔ یہ بحث کچھ ایسی تھی جسے اب آپ کو سننے کی ضرورت تھی۔

نوجوان: ہاں، میں نے ضرور کیا!

فلسفی: ایک بار پھر، میں آپ کو ایڈلر کے الفاظ دیتا ہوں: 'کسی کو شروع کرنا ہوگا۔ ہو سکتا ہے دوسرے لوگ تعاون نہ کریں، لیکن یہ آپ سے منسلک نہیں ہے۔ میرا مشورہ یہ ہے: آپ کو شروع کرنا چاہئے۔ اس بات سے کوئی تعلق نہیں کہ آیا دوسرے تعاون کرنے والے ہیں یا نہیں۔'

نوجوان: میں ابھی یہ نہیں بتا سکتا کہ آیا یہ میں ہی ہوں جو بدلا ہے، یا یہ وہ دنیا ہے جسے میں اس مقام سے دیکھ سکتا ہوں جو بدل گیا ہے۔ لیکن ایک بات ہے جو میں یقین کے ساتھ کہہ سکتا ہوں: یہاں اور اب چمک رہا ہے! ہاں، یہ اتنا روشن ہے کہ میں کل کا تقریباً کچھ نہیں دیکھ سکتا۔

فلسفی: مجھے یقین ہے کہ تم نے پانی پی لیا ہے۔ تو، نوجوان دوست جو آگے چل رہا ہے، کیا ہم ساتھ چلیں گے؟

نوجوان: میں بھی آپ پر یقین کرتا ہوں۔ ہاں چلو ساتھ چلتے ہیں۔ اور آپ کے تمام وقت کے لئے آپ کا شکریہ۔

فلاسفر: آپ کا بھی شکریہ۔

نوجوان: مجھے امید ہے کہ آپ کو کوئی اعتراض نہیں ہو گا اگر، کسی موقع پر، میں آپ سے دوبارہ یہاں ملوں۔ جی ہاں، ایک ناقابل تلافی دوست کے طور پر۔ اور میں آپ کے دلائل کو الگ کرنے کے بارے میں مزید کچھ نہیں کہوں گا۔

فلاسفر: بابا! آخر کار، آپ نے مجھے ایک نوجوان کی مسکراہٹ دکھائی۔
ٹھیک ہے، پہلے ہی کافی دیر ہو چکی ہے۔ آئیے اپنی راتیں گزاریں، اور نئی صبح کو سلام کریں۔

نوجوان نے آہستہ آہستہ اپنے جوتے کے تسمے باندھے اور فلسفی کے گھر سے نکل گیا۔ دروازہ کھولتے ہی اس کے سامنے برف باری کا منظر پھیل گیا۔ پورا چاند، اس کی تیرتی ہوئی شکل نے اس کے قدموں میں چمکتی ہوئی سفیدی کو روشن کیا۔ کتنی صاف ہوا۔ کیا شاندار روشنی۔ میں اس تازہ برف پر چلنے جا رہا ہوں، اور اپنا پہلا قدم اٹھاؤں گا۔ نوجوان نے ایک گہرا سانس لیا، اس کے چہرے پر ہلکا سا بھونڈا لگایا اور زور سے بڑبڑایا، 'دنیا سادہ ہے اور زندگی بھی۔'

AFTERWORD

زندگی میں، ایسے واقعات ہوتے ہیں جن میں ایک کتاب ایک دن اٹھاتی ہے جو اگلی صبح کسی کے منظر نامے کو مکمل طور پر بدل دیتی ہے۔

یہ 1999 کی سردیوں کا موسم تھا، اور میں بیس سال کا نوجوان تھا، جب مجھے Ikebukuro کی ایک بک شاپ پر ایسی کتاب کا سامنا کرنا نصیب ہوا۔
یہ تھا Ichiro Kishimi کا Adorā Shinrigaku Nyūmon (Adlerian Psychology) کا تعارف۔

یہاں سوچ کی ایک شکل تھی، جو ہر طرح سے گہری تھی، پھر بھی سادہ زبان میں بیان کی گئی تھی، جو ہماری قبول شدہ حکمتوں کو ان کی جڑوں میں الٹ دیتی تھی۔ ایک کوپرنیکن انقلاب جس نے صدمے سے انکار کیا اور ایٹولوجی کو ٹیلیولوجی میں تبدیل کیا۔ فرائیڈیوں اور جنگیوں کی گفتگو میں ہمیشہ کچھ نا قابل یقین محسوس کرنے کے بعد، میں بہت گہرا متاثر ہوا۔ یہ فریڈ ایڈلر کون تھا؟ میں اس کے وجود سے پہلے کیسے نہیں جانتا تھا؟ میں نے ایڈلر کی طرف سے یا اس کے بارے میں ہر ایک کتاب خریدی جس پر میں ہاتھ اٹھا سکتا ہوں، اور پوری طرح مگن ہو گیا اور انہیں بار بار پڑھا۔

لیکن میں اس وقت ایک خاص حقیقت سے متاثر ہوا۔ مجھے جس چیز میں دلچسپی تھی وہ صرف ایڈلیرین سائیکولوجی نہیں تھی، بلکہ ایک ایسی چیز تھی جو فلسفی، اچیرو کشمی کے فلٹر سے ابھری تھی: یہ کشمی - ایڈلر اسٹڈیز تھی جس کی میں تلاش کر رہا تھا۔

سقراط اور افلاطون اور دیگر قدیم یونانی فلسفیوں کی سوچ پر مبنی ایڈلیرین نفسیات جو کشمی ہمیں بتاتی ہے ایڈلر کو ایک مفکر، ایک فلسفی کے طور پر ظاہر کرتی ہے، جس کا کام طبی نفسیات کی حدود سے بہت آگے نکل گیا تھا۔ مثال کے طور پر، یہ بیان 'سماجی سیاق و سباق میں ہی ایک فرد بنتا ہے' مثبت طور پر بیگیلانی ہے۔ معروضی سچائی پر موضوعی تشریح پر زور دیتے ہوئے، وہ نطشے کے عالمی نظریہ کی باز گشت کرتا ہے۔ اور Husserl اور Heidegger کے رجحانات کو یاد کرنے والے خیالات وافر مقدار میں موجود ہیں۔

ایڈلیرین سائیکالوجی، جو ان فلسفیانہ بصیرت سے متاثر ہوتی ہے کہ 'تمام مسائل باہمی تعلقات کے مسائل ہیں،' 'لوگ بدل سکتے ہیں اور اس لمحے سے خوش رہ سکتے ہیں' اور 'مسئلہ قابلیت کا نہیں بلکہ ہمت کا ہے۔' اس الجھے ہوئے نوجوانوں کا عالمی نظریہ تبدیل کریں۔

اس کے باوجود، میرے ارد گرد تقریباً کوئی ایسا نہیں تھا جس نے ایڈلیرین نفسیات کے بارے میں سنا ہو۔ آخر کار، مجھے یہ خیال آیا کہ میں کسی دن کشمی کے ساتھ ایک کتاب بنانا چاہوں گا جو ایڈلیرین سائیکالوجی (کیشمی - ایڈلر اسٹڈیز) کا حتمی ایڈیشن ہو، اور میں نے ایک کے بعد ایک ایڈیٹر سے رابطہ کیا اور موقع ملنے کا بے صبری سے انتظار کیا۔

یہ مارچ 2010 میں تھا جب میں آخر کار کیوٹو میں رہنے والے کشمی سے مل سکا۔ ایڈلیرین سائیکالوجی کا تعارف کے میری پہلی پڑھنے کو دس سال سے زیادہ کا عرصہ گزر چکا ہے۔

جب کشمی نے مجھ سے کہا تو سقراط کا خیال افلاطون نے پہنچایا تھا۔ میں ایڈلر کے لیے افلاطون بننا چاہوں گا، 'بغیر کچھ سوچے، میں نے جواب دیا، 'پھر، مسٹر کشمی، میں آپ کے لیے افلاطون بنوں گا۔' اور اس طرح اس کتاب کا تصور ہوا۔

ایڈلر کے سادہ اور ہمہ گیر نظریات کا ایک پہلو یہ ہے کہ بعض اوقات ایسا لگتا ہے کہ وہ واضح بیان کر رہا ہے، جبکہ دوسروں میں اسے بالکل ناقابل حقیقت، آئیڈیلسٹ نظریات کی حمایت کرنے والا سمجھا جاتا ہے۔

اسی مناسبت سے، اس کتاب میں، قاری کے ذہن میں آنے والے کسی بھی شبہات پر توجہ مرکوز کرنے کی امید میں، میں نے ایک فلسفی اور نوجوان کے درمیان مکالمے کی شکل اختیار کی ہے۔

جیسا کہ اس حکایت میں مضمحل ہے، ایڈلر کے خیالات کو اپنا بنانا اور ان کو عملی جامہ پہنانا کوئی معمولی بات نہیں ہے۔ ایسے نکات ہیں جو کسی کو بغاوت کرنے کی خواہش پیدا کرتے ہیں، ایسے بیانات جنہیں قبول کرنا مشکل ہے، اور ایسی تجاویز ہیں جن کو سمجھنے کے لیے کوئی جدوجہد کر سکتا ہے۔

لیکن ایڈلر کے خیالات ایک شخص کی زندگی کو مکمل طور پر تبدیل کرنے کی طاقت رکھتے ہیں، جیسا کہ انہوں نے ایک دبائی قبل میرے لیے کیا تھا۔ پھر، یہ صرف ایک قدم آگے بڑھانے کی ہمت کا سوال ہے۔

اختتام میں، میں اچیرو کشمی کا تہہ دل سے شکریہ ادا کرنا چاہوں گا، جنہوں نے کبھی بھی میرے ساتھ شاگرد کے طور پر سلوک نہیں کیا، اگرچہ میں ان سے بہت چھوٹا تھا، لیکن ایک دوست کے طور پر مجھ سے واضح طور پر ملے۔ ایڈیٹر یوشیفومی کاکیوچی کو، راستے کے ہر قدم پر ان کی ثابت قدمی اور غیر متزلزل حمایت کے لیے؛ اور آخری لیکن کم از کم، اس کتاب کے تمام قارئین کے لیے۔

بہت بہت شکریہ۔

Fumitake Koga

ایڈلر کی موت کو نصف صدی سے زیادہ کا عرصہ گزر چکا ہے، اور وقت اب بھی اس کے خیالات کی تازگی کو نہیں پکڑ سکتا۔ اگرچہ فرائیڈ یا جنگ کے مقابلے میں، ایڈلر کا نام آج جاپان میں بہت کم جانا جاتا ہے۔ ایڈلر کی تعلیمات کو ایک 'فرقہ وارانہ کان' کہا جاتا ہے جس سے کوئی بھی چیز کھود سکتا ہے۔ اور اگرچہ اس کا نام اکثر بے تذکرہ جاتا ہے، لیکن اس کی تعلیمات کا اثر دور دور تک پھیل چکا ہے۔

میں اپنی نوعمری کے اواخر سے ہی فلسفہ کا مطالعہ کر رہا تھا، اور یہ اس وقت تھا جب میرے بچے کی پیدائش ہوئی، جب میں تیس کی دہائی کے اوائل میں تھا، مجھے پہلی بار ایڈلیرین نفسیات کا سامنا ہوا۔ Eudaimonic نظریہ، جو اس سوال کی تحقیق کرتا ہے کہ 'خوشی کیا ہے؟'، مغربی فلسفے کے مرکزی موضوعات میں سے ایک ہے۔ میں نے اس سوال پر غور کرنے میں کئی سال گزارے تھے، جب میں نے اس لیکچر میں شرکت کی جہاں میں نے ایڈلیرین نفسیات کے بارے میں پہلی بار سیکھا۔ لیکچر کے اپنے پوڈیم سے یہ اعلان سن کر، 'جن لوگوں نے آج میری بات سنی ہے وہ اس لمحے کے بعد سے بدلنے اور خوش رہنے کے قابل ہو جائیں گے'، میں نے پسپا محسوس کیا۔ لیکن اس کے ساتھ ہی، یہ بات مجھ پر طاری ہو گئی کہ میں نے کبھی اس بارے میں گہرائی سے نہیں سوچا تھا کہ میں خود خوشی کیسے پا سکتا ہوں، اور اس خیال کے ساتھ کہ 'خوشی تلاش کرنا' بذات خود میرے تصور سے کہیں زیادہ آسان تھا، میں نے ایڈلیرین نفسیات میں دلچسپی لی۔

اس طرح، میں فلسفہ کے ساتھ ساتھ ایڈلیرین نفسیات کا مطالعہ کرنے آیا۔ تاہم، مجھے جلد ہی احساس ہو گیا کہ میں ان کا الگ الگ مطالعہ نہیں کر سکتا، دو الگ الگ شعبوں کے طور پر۔

مثال کے طور پر، ٹیلیولوجی کا خیال، ایڈلر کے زمانے میں اچانک ظاہر ہونے والی چیز سے بہت دور، افلاطون اور ارسطو کے فلسفے میں موجود ہے۔ یہ مجھ پر واضح ہو گیا کہ ایڈلیرین نفسیات سوچنے کا ایک طریقہ تھا جو یونانی فلسفہ کی طرح ہے۔ مزید برآں، میں نے دیکھا کہ سقراط نے جو مکالمے نوجوانوں کے ساتھ کیے، جنہیں افلاطون نے اپنی نسل کے لیے تحریری طور پر ریکارڈ کیا، کہا جا سکتا ہے کہ وہ آج کی مشورت سے بہت قریب ہیں۔

اگرچہ بہت سے لوگ فلسفے کو سمجھنا مشکل سمجھتے ہیں، افلاطون کے مکالموں میں کوئی خاص زبان نہیں ہے۔

یہ عجیب بات ہے کہ فلسفہ ایسا ہونا چاہیے جس کو استعمال کرتے ہوئے بحث کی جائے۔ الفاظ صرف ماہرین کے ذریعہ سمجھے جاتے ہیں۔ کیونکہ فلسفہ اپنے اصل معنی میں 'حکمت' سے نہیں بلکہ 'حکمت سے محبت' سے مراد ہے، اور یہ ہے

سیکھنے کا عمل جو کوئی نہیں جانتا اور حکمت پر پہنچنا جو اہم ہے۔

آخر میں کسی کو عقل آتی ہے یا نہیں یہ کوئی مسئلہ نہیں ہے۔

آج افلاطون کے مکالمے پڑھنے والا شخص یہ جان کر حیران ہو سکتا ہے کہ مثال کے طور پر جرات سے متعلق مکالمہ بغیر کسی نتیجے پر پہنچے ختم ہو جاتا ہے۔

سقراط کے ساتھ مکالمے میں مصروف نوجوان اس کی باتوں سے کبھی اتفاق نہیں کرتے شروع میں کہتے ہیں۔ وہ ان کے بیانات کی مکمل تردید کرتے ہیں۔ یہ کتاب فلسفے کی روایت میں سقراط کے بعد سے جاری ہے اور یہی وجہ ہے کہ یہ ایک فلسفی اور نوجوان کے درمیان مکالمے کی شکل اختیار کرتی ہے۔

ایڈلیرین سائیکالوجی سیکھنے کے بعد، جو کہ ایک اور فلسفہ ہے، میں اس محقق کے رہن سہن سے غیر مطمئن ہو گیا جو صرف اپنے پیشروؤں کی تحریروں کو پڑھتا اور ان کی تشریح کرتا ہے۔ میں اس طرح مکالموں میں مشغول ہونا چاہتا تھا جس طرح سقراط نے کیا تھا، اور آخر کار میں نے نفسیاتی کلینک اور دیگر مقامات پر مشاورت کی مشق شروع کی۔

ایسا کرتے ہوئے میں بہت سے نوجوانوں سے ملا۔

یہ تمام نوجوان خلوص کے ساتھ زندگی گزارنا چاہتے تھے، لیکن ان میں سے بہت سے ایسے لوگ تھے جنہیں دنیاوی، بیزار بزرگوں نے 'زیادہ حقیقت پسند' ہونے کے لیے کہا تھا، اور وہ اپنے خوابوں کو ترک کرنے کے راستے پر تھے۔ وہ لوگ جو باہمی تعلقات میں الجھنے کے مشکل تجربات سے گزرے تھے جو بالکل پیچیدہ تھے کیونکہ وہ خالص تھے۔

خلوص کے ساتھ جینے کی خواہش ایک اہم چیز ہے، لیکن یہ اس پر کافی نہیں ہے۔ اپنے ایڈلر ہمیں بتاتا ہے کہ تمام مسائل باہمی تعلقات کے مسائل ہیں۔ لیکن اگر کوئی نہیں جانتا ہے کہ اچھے باہمی تعلقات کیسے بنائے جائیں، تو وہ دوسرے لوگوں کی توقعات کو پورا کرنے کی کوشش کر سکتا ہے۔

اور، دوسرے لوگوں کو تکلیف پہنچانے کے خوف سے بات چیت کرنے سے قاصر ہے یہاں تک کہ جب کسی کے پاس دعویٰ کرنے کے لیے کچھ ہو، تو ہو سکتا ہے کہ کوئی شخص جو کرنا چاہتا ہے اسے ترک کر دے۔

اگرچہ لوگ یقینی طور پر ان لوگوں میں مقبول ہوسکتے ہیں جن کو وہ جانتے ہیں، اور شاید بہت سے لوگ انہیں ناپسند کریں گے، لیکن وہ اپنی زندگی گزارنے کے قابل نہیں ہوں گے۔

اس کتاب میں نوجوان جیسے نوجوان کے لیے، جسے بہت سے مسائل درپیش ہیں اور وہ پہلے ہی حقیقت کے بارے میں سخت بیداری کا شکار ہو چکا ہے، اس فلسفی نے جو خیالات پیش کیے ہیں، کہ یہ دنیا ایک سادہ جگہ ہے اور اس دن سے کوئی بھی خوش رہ سکتا ہے۔ ، ایک حیرت کے طور پر آ سکتا ہے۔

ایڈلر کا کہنا ہے کہ 'میری نفسیات تمام لوگوں کے لیے ہے، اور افلاطون کی طرح خصوصی زبان کے ساتھ وہ ہمیں مخصوص اقدامات دکھاتا ہے۔

ہمارے باہمی تعلقات کو بہتر بنانا۔

اگر ایڈلر کے سوچنے کے انداز کو قبول کرنا مشکل ہے، تو اس کی وجہ یہ ہے کہ یہ عام سماجی سوچ کے مخالف نظریات کا مجموعہ ہے، اور اس لیے کہ اسے سمجھنے کے لیے اسے روزمرہ کی زندگی میں عملی جامہ پہنانا چاہیے۔ اگرچہ اس کے الفاظ مشکل نہیں ہیں، لیکن اس میں مشکل کا احساس ہو سکتا ہے جیسا کہ سردیوں میں گرمی کی بھڑکتی ہوئی گرمی کا تصور کرنا۔ لیکن مجھے امید ہے کہ قاری اپنے باہمی تعلقات کے مسائل کو حل کرنے کے لیے یہاں کلیدوں کو سمجھنے کے قابل ہو جائے گا۔

جس دن ، Fumitake Koga میرے ساتھی اور اس کتاب کے مصنف، پہلے میرے مطالعہ کا دورہ کیا، اس نے کہا، 'مسٹر کشمی، میں آپ کے لیے افلاطون بنوں گا۔' آج ہم سقراط کے فلسفے کے بارے میں جان سکتے ہیں، جس نے چھوڑ دیا۔ کوئی معلوم تحریر نہیں ہے کہ افلاطون نے اپنے مکالموں کو تحریری شکل میں اتارا۔ لیکن افلاطون نے صرف سقراط کی باتوں کو ریکارڈ نہیں کیا۔ یہ افلاطون کے اپنے الفاظ کو درست سمجھنے کی بدولت ہے کہ سقراط کی تعلیمات آج بھی پہنچائی جاتی ہیں۔

یہ کوگا کی تفہیم کی غیر معمولی طاقتوں کا شکریہ ہے، جو کئی سالوں کے دوران مجھ سے بارہا مکالمے کرتے رہے کہ اس کتاب نے دن کی روشنی دیکھی ہے۔ کوگا اور میں دونوں یونیورسٹی کے دنوں میں اکثر اپنے اساتذہ سے ملنے جاتے تھے، اور اس کتاب میں نوجوان ہم میں سے کوئی بھی ہو سکتا ہے، لیکن کسی سے بڑھ کر وہ تم ہو، جس نے اس کتاب کو اٹھایا۔ مجھے پوری امید ہے کہ جب تک آپ کے شکوک و شبہات باقی رہیں، میں ایک فلسفی کے ساتھ اس مکالمے کے ذریعے زندگی کے تمام حالات میں آپ کے حل کی حمایت کر سکوں گا۔

اچیرو کشمی