

زندگی میں جمود کا احساس

کیا ایسا محسوس نہیں ہوتا کہ زندگی بہت زیادہ مصروف ہوتی جا رہی ہے؟ روزانہ کی مشقت سے ہمیشہ تھکا ہارا محسوس ہونا یا کبھی کبھار تو کام کی زیادتی سے اسی میں ہی کھوئے رہنا؟ یا پھر شاید، زندگی میں یکسانیت سی ہو گئی ہے، ہر روز کا وہی معمول، وہی لوگ، وہی کام؟ یا پھر ہمارے باہمی تعلقات بھی ہماری ذہنی حالت پر گہرا اثر ڈال رہے ہیں جو اسی لئے جذباتیت سے خالی ہوتے جا رہے ہیں؟ شاید یہ اس یقین کی وجہ سے ہو کہ ہم نے زندگی میں کچھ خاص حاصل نہیں کیا؟ ہمارے پاس واقعی فخر کرنے کے قابل ہے ہی کیا؟

ہماری زندگی میں بہت سے مرحلوں میں ایسے لمحات آئے جب ہم نے ایسے احساسات محسوس کئے ہوں۔ اور ان کا بہتر جواب تلاش کرنے کے لئے ہم نے خود پر غور کیا ہو اور خود سے ہی جنگ لڑی ہو۔ کیا میں اپنے موجودہ تعلقات چھوڑ دوں، اپنا کیریئر بدل لوں، اپنے آبائی شہر سے چلا جاؤں، یا سادہ الفاظ میں ہر اس چیز کو چھوڑ دوں جو اب میرے کسی کام کی نہیں رہی؟ اور جب ان سوالوں کا کوئی جواب نہ ملے یا یہ یقین ہو جائے کہ ہم ان کا جواب نہیں جانتے تو یہ ایک تکلیف دہ وقت ہو سکتا ہے۔

ایسا عموماً ناامیدی کے احساس کی وجہ سے ہوتا ہے یا یہ احساس کہ اب ہمارے بس میں کچھ نہیں رہا۔ یہ سب گہری مایوسی کی جانب لے جاسکتا ہے جو نتیجتاً مزید خطرات کا باعث ہو سکتا ہے۔ اس خواہش کے ساتھ کہ یا تو مکمل کنارہ کشی اختیار کر لیں یا پھر ہر کسی سے قطع تعلق کر لیں، یہ احساس کسی شخص کو مزید مایوسی کے گڑھوں میں دھکیل دیتا ہے! یہ حالات سے بے اعتنائی برتنے اور کسی اور چیز میں سکون تلاش کرنے کا ایک طریقہ ہے۔ شاید ہم نیٹ فلکس Netflix پر اپنے کئی گھنٹے برباد کر دیتے ہیں یا پھر بے وقت کا زیادہ کھانا کھا کر یا بھوکے پیٹ رہ کر بہانہ تلاش کرتے ہیں۔ یا پھر دوستوں کے ساتھ شاموں کو باہر تفریح کر کے اپنا دھیان بٹاتے ہیں۔ کچھ لوگوں کے لئے یہ ایسا ہے کہ تھوڑا سا وقفہ لے لیں اور چھٹی پر چلے جائیں! زندگی میں جمود ہو جانے کے احساس کا مطلب یہ ہے کہ کچھ ٹھیک نہیں ہو رہا!

اسی لئے یہ اس بات کی علامت ہے کہ ہماری زندگی میں کسی تبدیلی کی ضرورت ہے۔ ایسی حالت میں کسی معاملے کو حل کرنے کے دو طریقے ہوتے ہیں۔

اول: تسلیم کر لیں کہ ہم جمود کا شکار ہو چکے ہیں اور ہمیشہ اسی میں ہی رہیں گے اور یہ ایک ناقابل واپسی حقیقت ہے۔

دوم: یہ جان کر کہ ہم پھنس چکے ہیں، الحمد للہ کہیں اور یہ جان لیں کہ یہ مثبت تبدیلی کی طرف پہلا قدم ہے۔

غور کریں! بات یہ ہے کہ ہم اپنے آخر دم تک بنا کچھ غور و فکر کئے بس صبح و شام بتا کر اپنی پوری زندگی گزار سکتے ہیں۔ لیکن ایک ایمان رکھنے والے مومن کے لئے صرف یہی اطمینان کا باعث نہیں ہے بلکہ کچھ اور ہے جس کی کمی ہے! ہمیشہ ایسا کچھ ضرور ہوتا ہے جو کہ ٹھیک نہیں لگ رہا ہوتا۔

اللہ سبحانہ و تعالیٰ نے ہی ہمیں تخلیق کیا ہے اور وہ ہمارے بارے میں اس سے بہت زیادہ جانتے ہیں جتنا کہ ہم خود کو کبھی جان سکتے ہیں! زندگی میں ”جمود کا احساس“، اُونچ بیچ، اُتار چڑھاؤ، بے قرار و پریشان ہونے کے احساس وغیرہ جن کو ہم محسوس کرتے ہیں اور ان حالات سے گزرتے ہیں۔ یہ سب ایسی باتیں ہیں جو اللہ سبحانہ و تعالیٰ کے علم میں ہیں۔ یہ اللہ سبحانہ و تعالیٰ کا کرم ہی ہے کہ اُس ذاتِ پاک نے ہمیں ایسے حالات کو بہترین انداز میں حل کرنے کا طریقہ بتا دیا ہے۔ جب ہم اس پہلو پر اس انداز میں گہری نظر ڈالتے ہیں تو ہم دیکھتے ہیں کہ ”زندگی میں جمود ہونا“ یا اس جیسے اور احساس، اصل میں ایک اشارہ ہیں جو ہمیں ایک جھٹکا دیتے ہیں اور یہ یاد دہانی کراتے ہیں کہ ہمیں ضرور کچھ کرنا ہے! ہمیں کچھ کرنے کی ضرورت ہے! ہمیں مکمل محسوس کرنا ہے! ہمیں اطمینان اور سکون محسوس کرنا ہے! ہم انسان ہیں!

لیکن سوال تو پھر یہ ہے کہ یہ سب کیسے ہو؟ سب سے اہم اور بنیادی نکتہ یہ ہے کہ ہم ہمیشہ اپنے آپ کو اللہ سبحانہ و تعالیٰ کے یہ الفاظ یاد دلاتے رہیں:

﴿ وَ مَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ﴾

”اور ہم نے جنوں اور انسانوں کو صرف اپنی عبادت کے لئے پیدا کیا“ (الذاریات: 56)

ہماری زندگی کا ہر اک جُز و اسی آیتِ مبارکہ سے جڑا ہے! ہماری خوشیاں! اچھا وقت! اُداسی! مشکل حالات! ہمیں ہر وقت یہ یاد رکھنا ہے کہ اللہ سبحانہ و تعالیٰ نے ہمیں ایک مقصد کے لئے تخلیق کیا ہے اور صرف وہی مقصد ہی

مقصدِ تخلیق ہے! یعنی اللہ سبحانہ و تعالیٰ کی عبادت، اس کی بندگی کرنا، اس کی رضا حاصل کرنا، خالق سے محبت کرنا اور اُسی پر بھروسہ رکھنا! زندگی کے ہر پہلو میں ہمیں کسی نہ کسی مقصد کی ضرورت ہوتی ہے! ہمیں کسی ایسے نصب العین کی ضرورت ہوتی ہے جس کے لئے کام کیا جائے۔ ہمیں کچھ عزم اور مقاصد مقرر کرنے ہوتے ہیں، اور جب کسی کے پاس یہ سب کچھ نہ ہوں تو اس کی زندگی خالی رہ جاتی ہے اور یوں پھر اس کی زندگی کا سفر ”جمود“ کا شکار ہی رہے گا۔ یہ مقصد ہی ہوتا ہے جو کسی کو ایسی تحریک دیتا ہے کہ وہ اُٹھے اور آگے بڑھے! عزم ہی کسی شخص کو کسی بھی قسم کے مایوسانہ احساسات پر قابو پانے کے لئے تقویت اور حرکت دیتا ہے! یہ عزم ہی ہوتا ہے جو کسی کو وہ سب کچھ دیتا ہے کہ جس سے وہ کبھی ہار نہیں سکتا! اور ایک مؤمن کے لئے یہ عزم، اللہ سبحانہ و تعالیٰ کی بندگی کرنا ہی ہوتا ہے! یعنی یہ بات ہمیشہ یاد رکھنا کہ اللہ سبحانہ و تعالیٰ بہترین کارساز ہیں اور ہمیں صرف وہی کام کرنے ہیں جو اللہ تعالیٰ ہم سے چاہتے ہیں!

زندگی کے اس سفر میں ہم بہت سے جذبات کا تجربہ کریں گے۔ تو لازم ہے کہ زندگی کے ان تمام مراحل میں ہم اللہ سبحانہ و تعالیٰ کی بندگی کو اپنے اوپر قائم رکھیں! جب ہمارے احساسات و جذبات عروج پر ہوں۔ اعلیٰ اور مثبت۔ جہاں ہم خوش ہوں تو ہم اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کریں! اور اُس پروردگار کی رحمتوں کے لئے شکر گزار ہوں! اور جب ہمارے جذبات و احساسات زوال پر ہوں۔ منفی اور پرملال۔ جہاں ہم اُداس ہوں تو ہم اللہ تعالیٰ سے ہی آسانی کرنے کی التجا کریں کہ وہ ہماری آزمائشیں کم کریں اور ہمیں دوبارہ خوش رہنا نصیب کریں! لیکن ہمارا عزم ہمیشہ رہنا چاہئے!

اللہ سبحانہ و تعالیٰ ارشاد فرماتے ہیں:

﴿ أَحْسِبَ النَّاسُ أَنْ يُتْرَكُوا أَنْ يَقُولُوا آمَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ ﴾

”کیا یہ لوگ یہ خیال کئے ہوئے ہیں کہ یونہی یہ کہنے سے چھوڑ دئے جائیں گے کہ ہم ایمان لائے اور وہ آزمائے نہ جائیں گے“ (العنکبوت: 2)

اللہ سبحانہ و تعالیٰ ہمیں آزماتے ہیں! اور ہم ہمیشہ آزمائے جائیں گے! اللہ تعالیٰ سے اپنی بندگی کے دوران ہم ان آزمائشوں کا کس طرح سے سامنا کرتے ہیں، یہی ہماری عبادت ہے! کیا ہم اپنے جذبات و احساسات کو اس کی اجازت دیں گے کہ وہ ہمیں بے حس کر دیں اور ہم ہار مان لیں؟ یا ہم ان کا مقابلہ کریں اور آگے بڑھتے رہیں؟ یہی ہمارا امتحان

ہے! یہی وہ امتحان ہے جس میں ہمارے پیارے پروردگار ہمیں کامیاب دیکھنا چاہتے ہیں، کہ کیا مومنین اس پر عمل کریں گے جو ہم انہیں کہیں گے یا نہیں؟ اب اگر ہمیں اسی معیار اور فریم ورک کو اپنی روزمرہ زندگیوں اور اعمال پر لاگو کرنا ہو، تو ذرا سوچیں کہ کتنی بار ہم نے کوئی کام اسی جذبے کے ساتھ شروع کیا اور پھر چھوڑ دیا؟ ورزش شروع کی؟ کوئی نئی زبان سیکھنا شروع کی؟ اچھی خوراک لینا شروع کی؟ لیکن پھر یوں ہوتا ہے، چاکلیٹ چیزیک کا ایک مزیدار سلائس یا نئی زبان کے الفاظ کا ایک زبردست مجموعہ آتا ہے اور پھر اچانک سب کچھ یکایک ختم ہو جاتا ہے!

وہ مقصد ہی کھو جاتا ہے، ہم وہ وجہ ہی بھول جاتے ہیں کہ ہم نے یہ کام شروع کیوں کیا تھا۔ بس پھر کیا ہوتا ہے؟ عمل سے سنجیدگی ختم ہو جاتی ہے یا پھر ہم سب کچھ اچانک ختم کر دیتے ہیں۔ ہمیں ایسے نہیں ہونے دینا۔ جیسے ہمیں اپنے آپ کو زندگی کے اپنے حقیقی مقصد کی یاد دلاتے رہنا ہے، ہمیں باقاعدگی سے اپنے آپ کو چیک کرتے رہنا ہے اور اپنے آپ کو یاد دلانا ہے کہ ہم چھوٹے چھوٹے اعمال بھی کیوں کرتے ہیں! یہ چھوٹے چھوٹے اعمال ہی وہ ہیں جو ہمیں اُس شکل میں ڈھالتے ہیں کہ ہم کیا نہیں گے یا اس شکل میں جس میں ڈھلنے کا ہمیں ڈر ہوتا ہے۔ یہ وہ عادتیں اور روایات ہی ہیں جو ہم روزانہ کی بنیاد پر کرتے ہیں اور جو یا تو ہمیں ہماری اُمیدوں، خوابوں اور عزم کی راہ پر لے جاتی ہیں یا پھر ان سے دور کر دیتی ہیں۔

زندگی ”جمود“ کا شکار ہو جانے کی آزمائش کا سامنا کرتے ہوئے، ایک مسئلہ یہ پیش آسکتا ہے کہ ہم تبدیل ہونے سے ڈرتے ہوں۔ اور یقیناً یہ ایک ایسا مسئلہ ہے جو اتنا آسان نہیں ہے۔ کبھی کبھی ایسا ہو سکتا ہے کہ ہم اپنے آپ کو اسی جمود میں ہی رہنے دینا چاہتے ہوں کیونکہ ہم کسی انجانے سے ڈرتے ہیں یا شاید یہ سوچتے ہیں کہ ”حالات کہیں اس سے بھی زیادہ خراب نہ ہو جائیں“۔

ایسا اس لئے بھی ہو سکتا ہے کہ ہم شاید بہت بے صبر ہو رہے ہوں۔ کبھی کبھار ہم جلد آز جلد نتائج دیکھنا چاہتے ہیں لیکن جب ایسا نہیں ہوتا تو ہم اپنے آپ سے کہنے لگتے ہیں، کہ ”ہم اپنا وقت ضائع کرتے رہے ہیں“۔

البتہ جب ہمارے اعمال ایک خاص مقصد سے پیوستہ ہوں، وہ مقصد جس سے اللہ سبحانہ و تعالیٰ راضی ہوں گے اور ہمیں اجر سے بھی نوازیں گے — تو پھر آخر ہمیں کس بات کا ڈر ہے؟ ہم آخر کس طرح بے صبر ہو سکتے ہیں؟

ہاں یہ ٹھیک ہے کہ چند حالات تشویشناک بھی ہو سکتے ہیں، اور ہاں، کچھ نہایت حاوی بھی ہو سکتے ہیں اور ہاں کچھ چیزوں کو وقت بھی لگ سکتا ہے! لیکن ان سب سے نکلنے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ یہ یاد رکھا جائے کہ زندگی کے ہر لمحے پر اللہ سبحانہ و تعالیٰ کی ذات ہمارے ساتھ موجود ہے۔ اور سبحان اللہ! یہ کتنا خوبصورت احساس ہے!

تلخ حقیقت یہ ہے کہ ہم ایک اپنے آپ میں مصروف اور اپنے معاملات میں غرق رہنے والے معاشرے میں رہتے ہیں۔ ہمارے ارد گرد کا ماحول ہمیں دانستہ طور پر جمود کا احساس دلاتا ہے اور ہمیں یہ احساس دلاتا رہتا ہے کہ ہم کچھ نہیں کر سکتے۔ تاہم، ایک مؤمن ہوتے ہوئے، ہمارے پاس اس خطرناک سوچ سے نمٹنے کا ہتھیار موجود ہے۔ اور وہ ہتھیار، ہمارا ایمان ہے، اللہ سبحانہ و تعالیٰ اور رسول اللہ ﷺ پر ایمان!

الحمد للہ! ہم محمد ﷺ کی اُمت میں سے ہیں جو اس زمین پر اللہ تعالیٰ کی سب سے بہترین مخلوق ہیں اور ہمارے لئے تعریف کے اور اپنی پیروی کرنے کے قابل رہنما اور قائد ہیں۔ آپ ﷺ کی حیاتِ طیبہ ہمارے لئے ایک مثالی نمونہ ہے کہ کبھی ہمت نہیں ہارنی، مضبوط رہنا ہے اور اللہ کی راہ میں آنے والی ہر مشکل کا باہمت انداز سے سامنا کرنا ہے۔ آپ ﷺ نے ہمیں سکھایا کہ ہر عمل قابلِ قدر ہے، قطع نظر اس کے کہ ہم اسے کتنا حقیر کیوں نہ سمجھتے ہوں۔ آپ ﷺ نے ہمیں سکھایا کہ حالات کی تبدیلی میں وقت لگ سکتا ہے لیکن ہمیں ثابت قدم رہنا ہے اور چھوٹی چھوٹی جستجو کرتے رہنا ہے۔