

شیر محل اختر

احساسِ کمتری

مکتبہ اُردو لاہور

احساسِ کمتری

شیر محمد اختر

مکتبہ اردو لاہور

دوسری مثال لاڈ لے بچے کی وہ حالت ہے۔ جب وہ جوان ہو کر حقائق میں قدم رکھتا ہے زندگی کی کشمکش میں داخل ہوتا ہے۔ اگر وہ خوش قسمت ہے اور اسے اپنے پیٹ کے لئے تنگ و دو کرنی نہیں پڑتی۔ وہ بہت کھانے پیتے گھومیں پیدا ہوا ہے۔ تو پھر اس کے لئے کوئی نفسیاتی مشکل پیدا ہونے کا سوال نہیں رہتا۔ لیکن اگر حالات اس کے مخالفت ہوں۔ تو ایسے نوجوان ایک بہت بڑی روک اپنی راہ میں حائل محسوس کریں گے۔ وہ اس نئی دنیا میں بھی انہیں رعایات کے طالب ہوں گے جو بچپن میں انہیں متیر تھیں۔ لیکن ایسے حالات کا پیدا ہونا قریباً ناممکن سا ہی ہوتا ہے۔ حالات کی ناموافقت انہیں دل برداشتہ کر دیتی ہے۔ اور وہ پھر اپنے ارد گرد کے ماحول سے ایسے متاثر ہوتے ہیں کہ انہیں سارا زمانہ اپنے خلاف جنگ پر آمادہ نظر آتا ہے۔

بدقسمتی سے اگر لاڈ لے بچے کو اپنی زندگی آپ بنانے پر حالات مجبور کر دیں۔ اور اس کے لئے جرات اور سرگرمی عمل کی ضرورت ہو تو اکثر نوجوان ایسے حالات میں شکستہ دل اور مایوس ہو جاتے ہیں۔ وہ محسوس کرتے ہیں کہ انہیں ایسے حالات کے لئے تیار ہی نہیں کیا گیا جس دنیا کے وہ باشندے تھے۔ وہ دنیا اس کشمکش کی دنیا سے بالکل الگ نخلگ تھی۔ چونکہ وہ مشکلات کا مقابلہ نہیں کر سکتے۔ اس لئے وہ یہی خیال کرتے ہیں کہ ہتھیار ڈال دیں۔ زمانہ کے چیلنج کو وہ سمجھ نہیں سکتے۔ چند ناکام کوششوں کے بعد وہ اپنے آپ کو اس گرو کا ایک فرد سمجھنے لگتے ہیں جو ہمارے سماجی نظام میں بہت سی مشکلات کا موجب بن چکا ہے۔ سماجی طفیلی، دغا باز اور راز افشا کرنے والے، ڈاکو، جواری، فحاش میسکرات کی ناجائز فروخت کرنے والے وغیرہ وغیرہ سب کے سب اسی گروہ کے افراد ہوتے ہیں۔ زندگی کا یہ لائحہ عمل ایک آسان راستہ ہے اور زندگی کی حقیقتوں سے بھاگے

ہوئے نوجوان مردانہ عورتیں اسی استہ پر چلنا اپنے لئے بہتر سمجھتے ہیں۔ کیونکہ سماجی زندگی میں تو انہیں اخلاقی قوت سے کام لینا پڑتا ہے۔ بحیثیت ایک رکن ہونے کے سوسائٹی ان سے توقع رکھتی ہے کہ وہ اپنی بقا کے لئے تجربات اور سمیت سے کام لیں۔ اور یہی جوہر ان میں مفقود ہوتے ہیں۔ ذرا قمار خانوں اور بد معاشی کے اڈوں پر جا کر وہاں کے آنے والے والوں کا نفسیاتی تجزیہ کیجئے۔ آپ کو وہاں شریفوں اور نجیبوں کے نورِ نظر اور چشم و چراغ ملیں گے جنہیں لاڈ نے تباہ و برباد کر دیا۔ جو زندگی کے میدان سے اسلئے بھاگ نکلے کہ وہ مصائب اور مشکلات کا مقابلہ نہ کر سکے۔ اب وہ آرام سے بیٹھے زندگی بسر کر رہے ہیں۔

آپ نے بعض تندرست و توانا نوجوانوں کو ایسے ذلیل پیشے سے روٹی کاتے دیکھا ہوگا جس سے حیرانی ہوتی ہے۔ حالانکہ اگر وہ اسی قدر سرگرمی عمل اور قوت کا استعمال کسی شریف پیشے میں کرتے تو ان کی زندگی نہایت کامیاب ہوتی۔ ایسے لوگوں کو شکایت ہوتی ہے۔ کہ اس قدر محنت کے باوجود انہیں دو وقت کی روٹی بھی میسر نہیں آسکتی، اور دنیا میں ان کا کوئی دوست نہیں۔ حالانکہ اس کی تہ میں بھی بچپن کا لاڈ کا فرما نظر آئے گا۔ زندگی ان کے لئے ایک مصیبت اور عذاب کا نام ہے۔ ایسے لوگ چاہتے ہیں کہ ان کے لئے ایسے اسباب پیدا ہو جائیں کہ وہ بچپن کی طرح دوسروں کے دستِ نگر بن کر زندگی بسر کر سکیں۔ ان لوگوں کی حالت بالکل اس پورے کی سی ہے جو حرارت خانہ (Hot House) میں پیدا ہوا۔ باصر کی ذرا سی سرد ہوا اس کو مر جھا دیتی ہے۔ یہی حال ان لوگوں کا ہے وہ زندگی کی سرد ہوا کو برداشت نہیں کر سکتے۔ زندگی کے مقابلے اور بقا کے لئے جہد اس کا تصور ان کے رونگٹے کھڑے کرنے کے کافی ہوتا ہے۔

مکروہ، قابل نفرت اور فالتو بچوں سے جو سلوک کیا جاتا ہے۔ اس سے بھی کمتری کا احساس پیدا ہوتا ہے۔ روزمرہ کی زندگی کے واقعات اور اخبارات کا مطالعہ ہمیں بتاتا ہے کہ کس قسم کے بچے مکروہ ہیں۔ اور کن بچوں کی ضرورت نہیں ہوتی۔ آج بے رحمی حیوانات کو روکنے کے لئے تو قانون موجود ہے اور اس کے لئے سخت سے سخت سزائیں دی جاتی ہیں۔ لیکن افسوس کہ اس متدن زمانے میں اولاد سے یہ حرامہ سلوک کرنے والوں کو کوئی نہیں پوچھتا۔ ہندوستان کی جہالت زبان حال سے پکار پکار کر اس کا ماتم کر رہی ہے۔

یہ حرامہ سلوک جس کا ذکر مذکورہ بالا سطور میں کیا گیا ہے ضروری نہیں کہ بدنی سزا یا جسمانی عذاب کی صورت میں ہو۔ گو یہ بدنی سزا بھی ایک وحشیانہ فعل سے کم نہیں۔ اور جو وہ تحقیقات بتاتی ہے کہ بچوں کو جسمانی سزا دینا بھی ایک ظلم عظیم ہے۔ اس سلوک کا المیہ پہلو تو وہ صدمہ ہے جس کا اثر روح اور دماغ کو پہنچتا ہے۔ ایسے ماحول میں پروردہ بچے اور پھر جن سے اس طرح بر اسلوک کیا جانے جو ان ہو کر بالکل بیکار ہو جاتے ہیں۔ وہ زندگی کو ایسے نقطہ نگاہ سے دیکھتے ہیں کہ بس سوسائٹی کے دشمن بن کر رہ جاتے ہیں۔ نفرت سماج کی ضد ہے۔ اور محبت زندگی کا ایک مضبوط رشتہ اور انسانی برادری کی تخلیقی تحریک۔ ایسا بچہ جسے یہ محسوس کر لیا گیا ہو کہ وہ مکروہ ہے اور اس کی سوسائٹی کو ضرورت نہیں، کیا خیال کرے گا؟ یہی کہ دوسرے سب لوگ اس کے دشمن ہیں۔ اور سماج میں اس کے لئے کوئی جگہ نہیں۔ یہ یقین اور خیال ہی وہ بنیاد ہے جس پر باغی، مجرم اور طفیلی اپنی زندگی کی عمارت تیار کرتے ہیں۔

بار بار کا جبری تجربہ بھی اسی قسم کے نتائج پیدا کرتا ہے۔ ایک ہوشیار بچہ اپنے ہم جماعتوں کے حسد کا نشانہ بن جاتے اور ایک عرصہ تک وہ اس سے قطع تعلق کر لیں۔ تو اس سے بھی اس بچے میں کمتری کا احساس پیدا ہو جائے گا۔ یہ بچہ گو مکروہ نہیں اور نہ

وہ نالتو بچہ ہے۔ مگر اس کے باوجود وہ ایک ذلت محسوس کرتا ہے کہ اسے اکیلا چھوڑ دیا گیا اس کے ساتھ ساتھ اس کے دل میں شرم اور ناراضگی کا جذبہ پیدا ہو جاتا ہے۔ اور وہ کسی سے اس کا ذکر بھی نہیں کر سکتا۔ نتیجہ یہ ہوگا کہ اس کا یہ جذبہ اس کے سینے میں ہی دب کر رہ جائے گا۔ اسی طرح مذہبی تعلیم میں اگر زیادہ سختی کو روا رکھا جائے گا اور بچے کی ذرا ذرا سی لغزش کو مذہبی توہین قرار دے کر اسے سزا دی جانے لگے تو نتیجہ بالکل ایسا ہی نکلے گا۔ جبر یہ تجربات خواہ اس کا باعث گھر، مدرسہ یا سوسائٹی کچھ ہی کیوں نہ ہو شخصیت کو مسخ کرنے یا اسے بگاڑنے کی طرف مائل ہونے ہیں۔ کیونکہ تجربات جو شخصیت کے نشوونما اور اس کے سوسائٹی کے لئے مفید بننے میں مدد دیتے ہیں کوئی تخلیقی شکل اختیار نہیں کر سکتے۔ بلکہ جبر کی تلخی میں دب کر رہ جاتے ہیں۔ دور حاضر کے ایک مشہور و معروف ماہر نفسیات میکڈوگل لکھتے ہیں کہ بچوں کو ان کی خود اعتمادی میں بغیر کسی استثنائے کے حوصلہ افزائی کرنی چاہئے۔ انہیں بات بات پر ٹوکنہ برا ہے۔ بہت سے ہونہار بچوں کی فطری استعدادیں محض حوصلہ افزائی کے فقدان کے باعث دب کر رہ گئیں اور بعض دفعہ ایک ہی جملہ ان کو کچھ کا کچھ بنا دیتا ہے۔ بچوں کو بات بات پر چھڑکی بنانا اور سزا دینا ہی اصل سبب ہے لاکھوں ناخوش انسانوں اور اعصابی بیماریوں کی تکالیف کا۔ بچپن کے یہ تاثرات آئندہ زندگی کو مہلک و مہلک دیتے ہیں۔ زندگی جو زندہ دلی کا نام ہونا چاہئے۔ مایوسی اور ذہنی پریشانی کا ایک گورکھ دھند بن کر رہ جاتی ہے۔

ادنی گھرانوں کے بعض بچے جن کے والدین ان کی پرورش نہایت عمدگی سے کرتے ہیں۔ بچپن میں تو خوب خوش و غرم رہتے ہیں اور اس قسم کا انہیں کوئی تجربہ نہیں ہوتا، جو ان کے دماغ میں احساس کمتری پیدا کر سکے۔ مگر بچوں بچوں وہ بڑھتے ہیں۔ اور ان کا نشوونما

بیدار ہوتا ہے تو وہ محسوس کرتے ہیں کہ وہ ایک ایسے خاندان سے تعلق رکھتے ہیں جو سماجی لحاظ سے بہت کمزور درجہ کا ہے۔ انہیں اس احساس سے تکلیف ہوتی ہے یہی وجہ ہے کہ بعض بڑے آدمی اپنے حسب و نسب بتانے سے ذرا گھبراتے ہیں۔ یا کسی عہدہ پر متمکن ہو کر وہ غریب رشتہ داروں سے دور بھاگتے ہیں۔ انہیں ان سے اپنا تعلق بتاتے عام معلوم ہوتی ہے اس کا باعث یہی احساس کمتری کا جذبہ ہے۔

کون کس وقت اپنے آپ کو فروتر محسوس کرتا ہے؟ یہ ایک دلچسپ سوال ہے مثلاً جس شخص کا منتہائے نظر دولت پیدا کرنا ہو۔ وہ جب اپنے سے زیادہ دولت مند آدمی سے ملے گا تو وہ اپنے تئیں کمزور خیال کرے گا۔ لیکن جو نبی وہ ایسے لوگوں سے ملاتی ہوگا جو اس سے کم درجے کے ہیں تو اپنے آپ کو برتر سمجھے گا۔ اسی طرح ایک عالم جب اپنے سے زیادہ عالم فاضل کو دیکھے گا تو اس کا احساس فروتری بیدار ہوگا۔ ایسا شخص جو سوسائٹی میں ایک نمایاں حیثیت کا طالب ہو جب کسی اعلیٰ رکن سلطنت اور اس کی جاہ و حشمت کو دیکھنا ہے تو وہ اپنے آپ کو ایک حقیر انسان سمجھتا ہے۔ مختلف شعبہ ہائے زندگی میں اسی طرح ہوتا ہے۔ یہ احساسات کمتری دراصل بالکل معمولی حیثیت رکھتے ہیں۔ یہ محض وقتی بات ہوتی ہے لیکن اگر انہیں معمولی باتوں کو نشوونما دی جائے تو اس سے زندگی دو بھر ہو جائے گی۔ ان دماغی کمزوریوں کو دور کرنے کے لئے عقل سلیم اور فطری سہر دی تریاق کا اثر رکھتی ہے۔

تیسری اور آخری قسم میں ایسے لوگ آتے ہیں جن میں ذلت اور رسوائی کا خیال جبرملک چکا ہے اور اس خیال کا باعث شاید کوئی مخفی راز یا کوئی ناقابل عفو قصور ہو۔ محبت میں ناکامی سوسائٹی کی نگاہ میں گر جانا۔ دولت کا ضائع ہو جانا۔ کوئی ایسا شخص گناہ یا غلطی جو ان کے دل و دماغ پر ہر وقت حاوی رہے۔ اس قسم کے خیالات سے انسان میں احساس کمتری پیدا

ہوتا اور جڑ پکڑتا ہے۔ اگر کسی فرد کو ذاتی قدر و قیمت کا بہت زیادہ احساس ہے تو اس کو یا اس کے انا (Ego) کو ذرا سی ٹھیس لگنا اس کے جذبات کو بُری طرح مجروح کر دیتا ہے جس کا اندمال بہت مشکل ہوتا ہے۔ دراصل بات یہ ہوتی ہے کہ ایسا شخص جو کسی قسم کے اعلیٰ مدارج تک پہنچنا چاہتا ہے۔ اگر اس کی راہ میں ذرا سی تنقیر آمیز یا کسی قسم کے معمولی بات حائل ہو جائے تو وہ اس کو اپنی حد سے زیادہ تذلیل سمجھتا ہے، اس کے برخلاف ایسا فرد جو ایک مذہبی ماحول میں پرورش پاتا ہے جب کسی ترغیب سے مرغوب ہو کر کسی کمزوری کا اظہار کر دیتا ہے تو ایسے شخص کا ضمیر گناہ کی طرف زیادہ راغب ہونے لگتا ہے ضمیر جتنا زیادہ گنہگار ہوتا جائے گا۔ اسی قدر اس کا احساس دماغ پر ہوگا اور وہ شخص اپنے آپ کو کمتر سمجھنے لگے گا۔ آج ہم مذہبی آدمیوں کے افعال دیکھ کر حیران ہوتے ہیں۔ اور ہمیں اس سے زیادہ یہ بات حیرت میں ڈالتی ہے کہ یہ لوگ کیوں فقر و مذلت میں کود پڑے ہیں۔ ان کی اس حالت کو دیکھ کر عوام اس سے بہت بُرا اثر لیتے ہیں۔ اور موجودہ سوسائٹی میں بیشتر برائیاں انہیں مذہبی لوگوں کے باعث رونما ہوتی ہیں۔ اسی لئے بعض نفسیات کے ماہرین کا خیال ہے کہ موجودہ تہذیب کے لئے مذہب ایک سم قاتل ہے۔ لیکن ان کا یہ نظریہ درست معلوم نہیں ہوتا۔ کیونکہ اگر ہم مذہب کو چھوڑ دیں تو بھی ضمیر، سچائی اور سہمدردی، انسانی نفع انسان کے جذبات جو دراصل مذہب کے بنیادی اصول ہیں۔ ان کو کیسے چھوڑا جاسکتا ہے۔ مذہب کو نباہ کرنے سے ہم مذہبی لوگوں کی برائیاں دور نہیں کر سکتے۔ مگر ہمیں چاہئے کہ ان اندرونی خرابیوں کو دور کر کے ہم مذہب کو اصلی رنگ میں پیش کریں۔ تاکہ دنیا میں امن و امان کے زیادہ سے زیادہ مواقع ہم آسکیں۔



**THIS EBOOK IS DOWNLOADED FROM
SHAAHISHAYARI.COM**

**LARGEST COLLECTION OF URDU
SHERS, GHAZALS, NAZMS AND EBOOKS.**

(۲)

فرد تری کی خصوصیات کو ہم دو شقوں میں تقسیم کرتے ہیں۔ ایک صغریٰ اور دوسری کبریٰ۔ ذرا زیادہ تفصیل سے اگر دیکھا جائے۔ تو شق صغریٰ میں وہ احساسات آتے ہیں جو بچپن کی غلط تربیت کے باعث پیدا ہوتے ہیں۔ لیکن کبریٰ کے تحت خاص قسم کی برائیاں، جبری، جذباتی تجربات وغیرہ آتے ہیں۔

علامات صغریٰ کو ہم مندرجہ سرخیوں کے تحت تقسیم کریں گے۔

- ۱۔ زیر کا نہ مقصد کے بغیر اضطرابی سرگرمی۔
- ۲۔ سماجی حجاب اور دوسروں سے پہلو ہٹتی۔
- ۳۔ حد سے زیادہ سریع الحس ہونا اور کسر نفسی کرنا۔

۴۔ سطحی پن۔

۵۔ کم گوئی اور بسیار گوئی

۶۔ ایک خشک مزاج خردہ گیرانہ رویہ

اضطرابی سرگرمی ہمیشہ اس بات کو ظاہر کرتی ہے کہ وہ شخص اپنے کو کمتر محسوس کرتا ہے کہ اسے کچھ اور زیادہ کام کرنا چاہئے تھا۔ اگر اس کے دل میں یہ احساس نہ ہوتا تو وہ کبھی بھی بے قرار نہ ہوتا۔ اس قسم کی بے سوچے سمجھے سرگرمیاں، تجربات اور جدوجہد اس صداقت کی تصدیق کرتے ہیں۔ بے خوابی کا بھی یہی مطلب ہوتا ہے۔ اگر بے خواب شخص کے دماغ میں سکون پیدا ہو جائے تو وہ فوراً سو جائے گا۔ مگر سخت الشکور کی بے چینی اسے دن یارات

کو آرام سے بیٹھنے یا سونے نہ دے گی۔

یہ بے چینی ایک مخفی خوف سے پیدا ہوتی ہے کہ کسی شخص کا کاروبار میں ناکام ہونا یا آئندہ زندگی میں نامراد رہنا بے چین بنا دیتا ہے۔ اپنی صحت یا کسی دوست کا فکر اس کے تحت الشعور میں ایک خوف پیدا کر دے گا کہ کسی قصور کے عیاں ہو جانے کا خدشہ بھی یہ حالت پیدا کر دے گا۔ اس کا سبب جو کچھ بھی ہو مگر اس آدمی کی حالت بالکل اسی طرح ہوگی۔ جیسے کوئی بھول بھلیوں میں پھنس کر اپنا راستہ کھو بیٹھے۔ ایسی حالت میں اس پر خوف اور تشویش کے آثار نمایاں ہوں گے جب ہم اپنے گھر میں اپنے ہی ماحول میں ہوں تو اس وقت ہمارے دماغ میں کسی قسم کی بے چینی بے قراری یا بے سوچے سمجھے کام کرنے کا خیال پیدا نہیں ہوتا۔ اور جہاں ایسی حرکات کسی کی سرزد ہونے لگیں تو سمجھ لیجئے کہ وہ فرد نفسیاتی طور پر کسی نقص یا خوف کو محسوس کر رہا ہے۔ ممکن ہے کہ یہ خوف کسی قریب الوقوع واقعہ کا سبب نہ ہو۔ اور اس کا باعث کوئی ایسا جذبہ ہو جسے ہمارا شعور مطلق بھول چکا ہو۔ مگر وہ جذبہ دماغ میں محفوظ رہتا ہے۔ اس کا نتیجہ خوف، اضطراب، بے خوابی، بغیر مقصد سرگردمی ہوتا ہے یہ بات احساس کمتری کی ہر ایک خصوصیت پر صاف آتی ہے۔

سماجی ڈر اور اس کے ساتھ شرمیلہ پن اور جھینپ یہ احساس کمتری کی ایک اور علامت ہے۔ اور یہ نتیجہ ہوتی ہے اس بات کا کہ دوسرے لوگ اس سے نفرت کرتے ہیں اور اسے فضول جان کر خفارت سے دیکھتے ہیں خواہ بچپن میں ایسا کیا جائے، یا جوانی میں کسی کو خفیہ نظر سے دیکھا جائے۔

سماجی ڈر اور دوسروں سے پہلو ہٹ کر نہ اس کا مطلب صرف یہ ہوتا ہے کہ ایسا کڑبڑا شخص کو کسی مجلس میں کئی تلخ تجربہ ہوا ہوگا۔ اور مجلسی تذلیل کا ہی یہ اثر ہے کہ اب وہ مجلس میں

آنے سے گھبراتا ہے۔ اس کی خود اعتمادی کو ایک دفعہ چونکہ ٹھیس لگ چکی ہے۔ اس لئے وہ دوسرے کے سامنے بالخصوص جہاں اجنبی لوگ ہوں جانے سے گھبراتا ہے۔ ایسی مجلس میں اس کا تحت الشعور اسے جانے سے روکتا ہے۔ جب کسی شخص میں ایسی جھجک پائی جائے تو اس کا مطلب نفسیات کی روشنی میں یہ ہوگا کہ اسے اپنے دوستوں یا اجنبیوں سے کوئی ایسا تجربہ ہوا، جس کے نتیجے کے طور پر ایک جذباتی اندر دنی جبر و نامہ ہوا۔ اور یہ جبر اب احساس کمتری کی صورت میں کام کرتا ہوا نظر آتا ہے۔

سماجی ڈر کا تعلق ذکی الحس ہونے اور کسر نفسی سے بھی ہے۔ بھلا کوئی ذکی الحس ہو، اور کسی کو خواہ مخواہ کیا ضرورت پڑی ہے کہ وہ اپنے آپ سمجھتا رہے؟ ان باتوں کو معلوم کرنے کے لئے آپ ذرا ان حالات کے پس منظر کا مطالعہ کیجئے، جن کا نتیجہ یہ خیالات ہیں۔ آپ دیکھیں گے کہ ضرور ان سے کوئی ایسا قصور سرزد ہوا ہوگا جس کا اثر ان کے دماغ پر ہے۔ یا کسی نے ان سے نفرت کا اظہار کیا ہوگا۔ یا اس قسم کا کوئی اور ذلت آمیز صدمہ پہنچا ہوگا جس کے باعث وہ ذکی الحس ہیں۔ یا کسر نفسی کرتے ہیں۔ جب ایک بار کسی کے ذہن میں اپنے متعلق متخارات کے خیالات بیٹھ جائیں تو پھر جو بہی وہ شخص کسی غیر کے سامنے جائے گا تو تحت الشعور فوراً غیر شعوری طور پر گذشتہ یاد کو تازہ کر دے گا۔ اور وہ دہرے کی موجودگی میں اپنے آپ کو کمتر سمجھنے لگے گا۔

مردوں میں تقریباً لباس، ہوتا اور خوراک کے معاملے میں بہت زیادہ احساس ہوتا ہے۔ لیکن عورتیں زیبائش، ہاتھوں، انگلیوں اور ناخنوں کا حد سے زیادہ خیال رکھتی ہیں۔ ان میں ایک دوسری پرتکتہ چینی کرنے کی بُری عادت ہوتی ہے۔ دراصل انہیں خود اپنی فیزی کا احساس ہوتا ہے اور اس احساس کو دور کرنے کے لئے وہ دوسروں پر پرتکتہ چینی کرتی ہیں۔

جمیل اور سلیم کے نام —

چوہدری نذیر احمد پرنٹر پبلشر نے کیکافی الیکٹریک پریس لاہور میں چھپوا مکتبہ اردو سے شائع کی

اور اس طرح دل کو طفل تسلی دے لیتی ہیں۔

سطحی پر بھی احساس کمتری کی ایک علامت ہے۔ یہ علامت ایسے شخص میں پائی جاتی ہے جس کا دل ہر وقت اُچاٹ رہے۔ اس کے نزدیک کوئی چیز بھی اہم نہیں ہوتی۔ بلکہ وہ ہر چیز کو ایک مصیبت خیال کرتا ہے۔ دُنیا اُس کے لئے مصائب کا گھر ہے۔ وہ ہر ایک شے کو سطحی نظر سے دیکھتا ہے۔

آپ نے بعض لوگ دیکھے ہوں گے جو ایک وقت میں تو نہایت اداس مشاہدہ نفس میں محو اور افسردہ خاطر نظر آئیں گے۔ لیکن دوسرے وقت ان کی حالت اس کے عکس ہوگی وہ قہقہہ مار کر ہنس رہے ہوں گے اور ساری مجلس کو وہ سر پر اٹھائے ہوں گے۔ جلد جلد مزاج کا متضاد حالتوں میں بدلنا جذباتی بے قراری کو عیاں کرتا ہے جو احساس فروتری کو ظاہر کرنے کا ایک اور ذریعہ ہے۔ اگر کوئی فرو جذباتی طور پر ایک حالت پر رہے، تو وہ کبھی بھی ان وقتی اثرات کا مظاہرہ نہ کرے گا۔ کیونکہ ایسا کرنا یہ ظاہر کرتا ہے کہ اس کی روح کسی جذباتی تجزیہ کی وجہ سے رُک سی گئی ہے اور جو اس کے خیالات کو احساسات کے ساتھ ساتھ جانے نہیں دیتی۔

ایک خشک مزاج خردہ گیرانہ رویہ بھی احساس کمتری کا ایک اور نشان ہے۔ خشک مزاج آدمی بھی کچھ وہمی سا ہو جاتا ہے اور اسی طرح خردہ گیر بھی، جو شخص اپنے آپ کو سوسائٹی کا ایک فرد سمجھتا ہے یا اپنے آپ کو سوسائٹی کے قابل بناتا ہے۔ ایسا شخص ہرگز ہرگز خشک مزاجی سے کام نہ لے گا۔ اور نہ تنقید کو تنقید کی حد سے بڑھنے دیگا۔

تنقید سخن بات کو ظاہر کرنے کے لئے اور باطل کو مٹانے کے لئے ایک ضروری چیز ہے۔ لیکن صحیح تنقید ہمیشہ تخلیقی پہلو لئے ہوتی ہے اور اسے ہمیشہ ذانیات سے بالاتر ہونا

چاہتے وہ تنقید جو بخیر ہی ہو۔ ہمیشہ منفی ہوتی ہے اور ایسی تنقید احساس کمتری کا نتیجہ ہوتی ہو اگر غور سے دیکھا جائے تو معلوم ہوگا کہ یہ سب افعال بے فائدہ ہوتے ہیں۔ کیونکہ ان کا نتیجہ کوئی نہیں نکلتا اور ان سے دماغ ہمیشہ بُری طرف مائل ہوتا ہے۔

لیکن احساس فرد تری کا ایک دوسرا پہلو بھی ہے۔ جسے مثبت پہلو کہا جاسکتا ہے۔ ایک شخص اپنے آپ کو کمتر محسوس کرتا ہے۔ اس لئے وہ اپنے آپ کو پرتر بنانے کے لئے کام کرتا ہے۔ یہ جو کچھ کام کرتا ہے۔ اسے اگر ”بدل“ کہہ لیا جائے تو موزوں ہوگا۔ لیکن یہ ”بدل“ دراصل محض ایک دکھاوے کی چیز ہوگی۔ کیونکہ سماجی طور پر یہ ایک بے فائدہ چیز ہوتی ہے۔ یہ ”بدل“ محض اندرونی کمتری کو چھپانے کے لئے ہوتا ہے ورنہ درحقیقت یہ بھی احساس کمتری کے اظہار کا دوسرا نام ہے۔ اس قسم کی علامات کو ہم ذیل کی شقوں میں تقسیم کرتے ہیں۔

- ۱۔ چھوٹے قد کا آدمی جو تن کر چلے
- ۲۔ کوئی شخص تکلف سے گفتگو کرے۔
- ۳۔ افراد جو زیادہ شاندار لباس پہنیں۔
- ۴۔ عورت جو مردوں کی طرح پیش آئے یا مرد جس میں زنانہ پن نمایاں ہو
- ۵۔ کوئی آدمی اپنے آپ کو کیلتا خیال کرے۔
- ۶۔ غنڈہ پن اور جبر۔

”ٹھنکنا آدمی فتنہ ہوتا ہے“ یہ ایک ضرب المثل ہے۔ اس کا تن کر چلنا صاف ظاہر کرتا ہے کہ اسے اپنی جسمانی کمزوری کا احساس ہے۔ اس کا سخت الشعور اپنا چھوٹا پن محسوس کرتا ہے۔ اس کمی کو محسوس کرنے کے لئے وہ تن کر چلتا ہے۔ اگر اشخاص نفی

کی طرف راغب ہو جاتے ہیں تو ان کا احساس کمتری انہیں دُنیا سے الگ تھلگ رہنے پر مجبور کرتا۔ اور وہ کسی تاریک کنج میں پڑے دن کاٹتے یعنی وہ زندگی کی کشمکش میں ایک طرف پھینک دیئے جاتے۔ حفاظتِ خود اختیاری کا ملکہ قدرت نے ہر ایک کی فطرت میں رکھ دیا ہے۔ اس لئے چھوٹے قد کا آدمی اپنے ماحول پر چھانے کے لئے تن کر چلتا ہے۔ تاکہ دوسرے اس کی شخصیت کو محسوس کریں۔ لیکن یہ حالت بھی خطرے سے خالی نہیں کیونکہ یہ بڑا بُنا "محض ایک دکھاوے کی چریخ ہے۔ جب تک کہ صحیح معنوں میں اس آدمی میں کوئی جوہر نہ ہو۔ نقالی سے حقیقت پیدا نہیں ہو سکتی۔ اگر ایسا آدمی جو اپنے آپ کو نمایاں کرنے کے لئے تن کر چلتا ہے یا بڑی باتیں بناتا ہے۔ کسی ایسے ماحول میں چلا جائے۔ جہاں لوگ اس کی ان حرکات کا تسخیر اُٹانے لگیں تو اس کا نتیجہ خطرناک ہوگا۔ اس کے ہوائی قلعے یکدم گم جائیں گے۔ وہ فوراً ہمت ہار کر پریشان ہو جائے گا۔ اس کی خود نمائشی کا پردہ چاک ہو جائے گا اور وہ اپنے آپ کو کمتری اور بالوسی کے سمندر میں غوطے کھاتا ہوا پائے گا۔ اصلی بڑائی وہ ہے جو انسان میں اپنی لیاقت ثابت اور شرافت کے ذریعہ پیدا ہو، محض بڑا بننے سے آدمی بڑا نہیں بن سکتا۔ بڑا وہ ہے جسے دوسرے لوگ بڑا سمجھیں اور اس کی موجودگی کو اپنے لئے باعثِ فخر سمجھیں۔ ایسی حالت میں قد کا سوال ہی پیدا نہیں ہوتا۔ اور یہی دراصل بڑائی کی پہچان ہے۔

جو شخص تکلف سے باتیں کرتا ہے۔ وہ گویا ذاتی کمتری کا ازالہ کرنا چاہتا ہے۔ یہ علامت چھوٹے طبقہ کے لوگوں میں یا کم علم رکھنے والوں میں پائی جاتی ہے۔ وہ اپنی ذاتی کمتری کو چھپانے کے لئے اور سامعین پر اپنا رعب ڈالنے کے لئے تکلف سے باتیں کرتے ہیں۔ بڑے بڑے الفاظ اپنی گفتگو میں استعمال کرتے ہیں۔ تاکہ لوگ

انہیں ذی علم خیال کریں۔ عام باتوں میں مشکل الفاظ بولتے ہیں۔ اُردو میں بات کرتے کرتے فارسی، انگریزی یا عربی کے ایسے اشعار سُنا جاتے ہیں جنہیں دوسرے سمجھتے ہوں وہ دوسروں پر یہ ثابت کرنا چاہتے ہیں، کہ وہ عام لوگوں سے بلند اور علمی طبقے سے تعلق رکھنے والے ہیں۔

لباس کے معاملہ میں زیادہ تکلف کرنا بھی اپنی کمزوری اور کمتری کو چھپانے کا ایک ذریعہ ہوتا ہے۔ زیادہ باتیں کرنا اور لباس کے متعلق زیادہ تکلف کرنا ایک ہی نوع کی دو مختلف تصویریں ہیں اور دونوں ہی فروتری کے احساس کا اظہار کرتے ہیں۔ آپ نے دیکھا ہوگا کہ بعض عورتیں قدرت کی ستم ظریفی کا نمونہ ہوتی ہیں۔ لیکن وہ زیبائش اور آرام کے ذریعہ اپنی بد صورتی کو چھپانا چاہتی ہیں۔ یہ بالکل وہی بات ہے جیسے لاڈلا بچہ، دوسروں کو اپنی طرف متوجہ کرنے کے لئے روتا ہے۔

ہماری تہذیب کے نقصانات میں سے ایک نقصان یہ بھی ہے کہ اکثر عورتیں اپنے آپ کو حقیر خیال کرتی ہیں۔ خاص کر ان کے دل میں یہ خیال ہوتا ہے کہ طبقہ نسواں کمتر مخلوق میں سے ہے۔ مردوں کی بڑیں کہ وہ اعلیٰ طبقہ سے تعلق رکھتے ہیں اور پھر عورتوں کے ذلیل بنانے میں ہماری صدیوں کی تہذیب کی کار فرمائی ان دونوں باتوں نے عورتوں کو یہ سمجھنے پر مجبور کر دیا ہے کہ وہ کمتر طبقوں سے تعلق رکھتی ہیں۔ اس لئے عورتوں میں احساس فروتری زیادہ ہوتا ہے۔ اس کا ردِ عمل آج نظر آ رہا ہے۔ طبقہ نسواں نے سماج کے قوانین کے خلاف جو مردوں کے بنائے ہوئے ہیں۔ علم بغاوت بلند کر دیا ہے۔ نورا مہذب ممالک کے اخبارات اٹھا کر دیکھئے تو آپ کو معلوم ہوگا کہ آئے دن نئی نئی تحریکیں عورتوں کی طرف سے جاری ہو رہی ہیں۔ دونوں جنسوں کے ٹکراؤ نے ایک

نفسیاتی کشمکش پیدا کر دی ہے اور اسی کا نتیجہ ہے کہ دُنیا میں بہت سے عمرانی اور جنسیاتی مسائل پیدا ہو رہے ہیں۔

اگر ایک خاتون مردانہ لباس میں نظر آجائے تو کیا یہ اُس کے احساس فروتری کی بین دلیل نہیں ہے جو وہ عورت ہوتے ہوئے مردوں کی نقل اتار رہی ہے اور ویسی ہی عادات اور حرکات کرتی ہے۔ بعض مرد بھی اپنی جسمانی کمزوریوں کے باعث ایسا محسوس کرتے ہیں۔ گویا وہ محض عورتیں ہیں۔ ان کے لباس میں مردانگی کے اظہار کی جگہ نسوانیت ٹپکتی ہے۔ ان کی طرز گفتگو اور حرکات صنف نازک سے ملتی جلتی ہیں۔

اگر مرد اور عورتوں کے دماغ پوری طرح نشوونما پائیں تو پھر دونوں میں احساس فروتری یا برتری کا نام تک نہ رہے۔ یہ جنسی فرق محض قوار کو مکمل کرنے اور اس کے پورا کرنے کے لئے ہے۔ اس فرق سے یہ مطلب نہیں کہ ہم ایک دوسرے کو حقارت کی نگاہ سے دیکھیں بعض لوگ اپنے آپ کو یکتا خیال کرتے ہیں۔ یہ بھی احساس محترمی کے اظہار کا ایک طریقہ ہے۔ لاڈلے بچوں کے معاملہ میں یہ بات خاص کر عیاں ہوتی ہے۔ ایسے بگڑے ہوئے بچے یا بچیاں یہ یقین لے کر بڑھتی ہیں کہ وہ یکتا ہیں۔ جب بچہ جسمانی طور پر بڑھتا ہے۔ تو بعض اوقات وہ جذباتی طور پر کوئی ترقی نہیں کرتا اور دُنیا کے متعلق اس کا نظریہ بالکل ٹھہر جاتا ہے جو وہ اپنی پیاری ماں کے متعلق سوچتا ہے۔ یعنی سب سے وہ ماں کی طرح خراج تحسین وصول کرے گا۔ اسی لئے آپ قوموں میں ایسے افراد دیکھیں گے جو ہمیشہ نمایاں حالت میں رہنا چاہتے ہیں۔ اس کے سوا وہ کوئی اور پوزیشن برداشت نہیں کر سکتے۔ وہ ہر نئے فیشن میں پیش نظر آتے گئے۔ ان کی شخصیت سینکڑوں میں ایک دکھائی دے گی۔ وہ ایک مخصوص کردار کے مالک ہوں گے۔ وہ عام لوگوں سے الگ نفلک رہیں گے۔ اور اپنے

آپ کو سب سے بڑی ثابت کر دیں گے۔ نفسیاتی طور پر ان لوگوں کی حالت بڑی قابل رحم ہوتی ہے۔ اگر سوسائٹی میں ذرا سی بات ان کی خلاف مرضی ہو جائے، تو وہ اسے اپنی ہتک خیال کریں گے۔ ذرا سی ہتک ان کی عزت کو برباد کر دے گی۔ ایسے لوگ معمولی حادثہ پر مشتعل ہو کر خودکشی تک کر لیں گے۔ اگر ان کے خیال کے مطابق ان کی عزت نہ کی جائے تو وہ آپ سے باہر ہو جائیں گے۔ یقین جانئے ہو فعل یا خیال انسان کو انسان سے دُور رکھے۔ وہ فعل احساس کمتری کا نتیجہ ہو گا۔ کیونکہ قدرت نے مرد اور عورت کو پیدا اس لئے کیا ہے کہ انسان ملکر ایک سماج، ایک سوسائٹی بنائیں۔ اسی مہم روی اور رفاقت سے دُنیا جنت بن سکتی ہے۔

اپنے آپ کو یکتا (UNIQUE) جاننا اور غیبی تفریق یہ دونوں موجودہ تہذیب کی لغتیں ہیں۔ اسی سے طبقوں (CLASSES) کی تقسیم شروع ہوئی۔ آج جرمن قوم کی جو حالت بنی ہوئی ہے۔ وہ یہی یکتا ہونے کا خیال ہے۔ یکتائیت کا نظریہ احساس فروتری کا دوسرا نام ہے۔ اسی کا شکار ہو کر جرمن قوم میں مٹلر ایسا ڈکٹیٹر پیدا ہو سکتا ہے کیونکہ جرمن قوم کے دلوں میں دوسری یورپین قوم کی خلاف بھد نفرت اور خفارت کے جذبات مشتعل ہیں۔ اور موجودہ جنگ جس نے امن عالم کو مخدوش کر دیا ہے۔ اسی نفرت کا نتیجہ ہے۔ دوسروں سے نفرت کرنا دراصل احساس کمتری کو دور کرنے کا ایک خیال ہی ہوتا ہے۔ کیونکہ ایک صحیح الدماغ انسان اپنے آپ میں اور اپنے سے کم مرتبہ لوگوں میں فرق نہیں دیکھتا اور یہی بات انسانیت کی معراج ہے۔

سب سے آخری قسم میں وہ لوگ آتے ہیں جن میں غنڈہ پن ظلم اور زیادتی کرنا ہو۔ اگر مالک اپنے نوکروں کو ہر وقت ڈانٹ ڈپٹ بتاتا رہے۔ انہیں بات بات پر

گالی دے تو اس سے ظاہر ہوتا ہے کہ اس کے دل میں ایک خوف ہے کہ خاموش رہنے سے کہیں اس کے رعب میں فرق نہ پڑ جائے۔ وہ جبلی طور پر محسوس کرتا ہے کہ اس کی ذاتی قوتیں منفی ہیں۔ اس احساس کو دور کرنے کے لئے وہ گالی گلوںج سے کام لے کر لوگوں پر رعب ڈالتا ہے۔ یہی حال اس خاوند کا ہے جو اپنی بیوی —

رفیقہ حبیبات — پر تشدد کرتا ہے۔ یا باپ جو اپنے بچوں کو ذرا ذرا سی بات پر سزا دینے لگتا ہے۔ تشدد، لڑنا جھگڑنا، تکبر، قسم کھانا اور مہربان کا ادا کرنا۔ یہ علاماتیں جہاں نظر آئیں، سمجھ لینا چاہئے کہ اس شخص میں خود اعتمادی مفقود ہے۔

احساس فروتری کی جڑ کو معلوم کرنے کے لئے آپ خود بھی اپنا تجربہ کہیں یا کسی ماہر نفسیات سے مشورہ لیں۔ لیکن اگر آپ خود اپنے دماغ پر زور دے کر اپنے بچپن کے حالات کو یاد کریں کہ وہ کون سے تلخ تجربات تھے جن کا نتیجہ آپ کا احساس فروتری ہے مثال کے طور پر! کیا آپ لاڈلے بچے تھے۔ کیا آپ سے نفرت کی جاتی تھی۔ کیا آپ کو ایک "فالتو" بچہ سمجھا جاتا تھا، کیا آپ جسمانی طور پر کمزور تھے۔ وغیرہ وغیرہ۔ . . . تو آپ کو اس احساس کی اصل وجہ معلوم ہو جائے گی۔

(۳)

خصوصیات صغریٰ کے متعلق ہم اوپر تفصیل سے بحث کر چکے ہیں۔ اب ہم خصوصیات کبریٰ پر روشنی ڈالنے کی کوشش کریں گے

سب سے پہلے یہ بات سمجھ لینا ضروری ہے کہ احساس فروزی ایک غلط جذباتی تکلیف کا نام ہے جو ایک شخصیت کے اندر پیدا ہو جاتی ہے۔ وہ ہم آخر کیا ہے؟ چند جذبات کی مخصوص شکل — جو شخصیت سے الگ ایک چیز ہونے کے باوجود شخصیت سے ملحق ہوتی ہے — وہ ہم کو ہم پسند نہیں کرتے۔ کیونکہ یہ جذباتی رنگ میں نقصان کا باعث ہوتا ہے۔ یہی جذباتی خیالات، تفکرات اور محسوسات شاید کئی ایسی حالتوں کا نتیجہ ہوں جن میں سے افراد گزرتے ہیں۔ اکثر ایسا ہوتا ہے کہ جس شخص کو کوئی ایسا تجربہ ہو آ وہ بجائے ان خیالات کو دل سے نکالنے کے انہیں دل و دماغ میں محفوظ کر لیتا ہے۔ اور اس کا احساس اس کی شخصیت کے لئے تکلیف اور دکھ کا باعث بنتا ہے۔ اگر وہ شخص اپنے اس تجربہ کے احساس کا دل سے بوجھ ہلکا کرنے کے لئے کسی دوست یا آشنا سے باتیں کرنے لگے اور یہاں تک باتیں کئے کہ سب کہہ ڈالے۔ یا اُس سے کسی قسم کی ذہنی تکلیف، شرم یا بے عزتی کا احساس نہ ہو۔ تو ان دونوں حالتوں میں اس کا دماغ بالکل محفوظ رہے گا۔ اور وہ ذہنی طور پر کسی قسم کا دکھ محسوس نہ کرے گا۔ یعنی اس کے دل و دماغ میں کوئی ایسا خیال پروش نہ پاسکے گا۔ جو اس کی شخصیت

کا حصہ نہ ہو لیکن ناراضگی، غم و غصہ، شرم اور ذلت کا احساس، گویہ ہماری شخصیت کا حصہ نہیں ہیں۔ مگر جب یہ جذبات دل و دماغ پر قابو پا جائیں تو پھر ان کا قابو میں رکھنا یا انہیں دل میں دبانا ناممکن سی بات ہے۔ ایسا کرنے والا انسان بعض دفعہ عجیب کش مکش میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ جذبات ابھرتے ہیں۔ اور افراد انہیں دبانا چاہتے ہیں۔ اور اس کا نتیجہ ذیل کی خصوصیات ہیں:-

۱۔ خوف، ابتدا میں تو یہ محض احساس کمتری کی ایک معمولی نفی کی حالت ہوتی ہے لیکن بڑھتے بڑھتے ضعیف اعصاب اور اعصاب کو کام کرنے سے قطعی انکار کر دینے کی حالت تک پہنچا دیتا ہے۔

۲۔ زندگی کا تعطل، سکرات کا زیادہ استعمال، بدستنی اور دوسروں پر انحصار۔

۳۔ عشق و محبت میں ناکامی

۴۔ قوت و اہمہ کی پرواز۔

جذباتی تکلیف کی یقینی علامت یہ ہے کہ انسان بہت دُکھ، تکان اور تھکاوٹ محسوس

کرتا ہے۔

اس تکلیف میں آج کل بہت سے لوگ مبتلا نظر آتے ہیں اور اخباروں کے اشتہاری کالم دیکھنے سے معلوم ہوتا ہے۔ کہ دماغ کی تکان اور تھکاوٹ کو دور کرنے والی دواؤں کے اشتہار آ کس بہتات سے شائع ہوتے ہیں۔ ہمارے نیم حکیم دماغی تکان کو جسمانی مرض خیال کرتے ہیں۔ اور عوام چونکہ علم سے بہرہ ور نہیں ہوتے۔ وہ بھی ان کے جھانسنے میں آ جاتے ہیں اور نتیجہ معلوم۔ حالانکہ دماغی تکان کا مرض جسمانی لحاظ سے خوب مضبوط اور توانا ہو سکتا ہے۔ اور جہاں ایسا مرض ہو۔ وہاں یقین کر لینا چاہئے۔ کہ اسے دماغی عارضہ ہی ہے

اور اس کا علاج نفسیات کے ذریعہ ہی ہو سکتا ہے۔ وہ شخص کسی جذباتی کش مکش کا شکار ہے۔ اور اس کا دماغ بغیر کسی مقصد کے سرگرم عمل ہے جس کی وجہ سے دماغ تکان محسوس کرتا ہے ایسے دماغ کی مثال اُس موٹر کار کی سی ہے جس کا انجن سٹارٹ کروایا گیا ہو لیکن پہیوں میں بریک لگا دیے جائیں یہ بریک پہیوں پر ایک مسلسل دباؤ ڈالتی ہیں جس سے صرف موٹر کی رفتار ہی سست نہیں ہوتی بلکہ پٹرول کا بھی زیادہ خرچ ہوتا ہے۔ اور مشین اور نظام مشین بھی جلد خراب ہو جاتا ہے بالکل یہی حال اس دماغ کا ہوتا ہے جس میں دماغی کشمکش جاری ہو۔ یہ کشمکش انسانی شخصیت کے لئے ایک بریک کا کام کرتی ہے۔ اعصابی قوت کا زیادہ استعمال کرنا پڑتا ہے۔ اور اس سے جسمانی طاقت زائل ہوتی ہے۔ بریک کو ہٹا دیجئے، موٹر اور دماغ فوراً اپنا کام نہایت آسانی سے طے کرنے لگیں گے۔

جب یہ دماغی کش مکش اور دباؤ زیادہ طول کھینچ لے تو معمولی تکان اور تھکاوٹ بڑھتے بڑھتے اس حد تک پہنچ جائے گی جیسے ہم ضعف اعصاب کہتے ہیں ضعف اعصاب کا مطلب یہ نہ لیا جائے کہ ہمارے اعصاب کمزور ہو گئے ہیں بلکہ اصل یہ دماغی کش مکش اور دباؤ کے اثر کا نتیجہ ہوتا ہے۔ یہ بیماری جسمانی نہیں بلکہ روحانی تکلیف ہے۔ اس کے علاج کیلئے آپ لاکھ طبیعوں سے مقوی الدماغ دو ایس کھائیے۔ تبدیلی آب و ہوا کے لئے پہاڑوں پر گھومئے۔ لیکن دماغی تھکاوٹ اور تھکن دور نہ ہوگی۔ شاید عارضی طور پر ماحول کی تبدیلی کچھ اثر کرے۔ لیکن جب تک دماغی کش مکش اور جذباتی دباؤ کو دور نہ کیا جائے۔ نقصان دور نہ ہوگی۔

ضعف اعصاب کی آخری حد یہ ہے کہ اعصاب کام کرنے سے جواب دے جاتے ہیں یہ وہ حالت ہوتی ہے جب یہ ذہنی کش مکش اس قدر بڑھ جاتی ہے کہ اعصابی اور جسمانی

کیوں گرفتارِ طلسمِ ہیچ مقداری ہے تو
(اقبال)

جدید نفسیات کی روشنی میں آج یہ امر پائیدار ثابت ہو چکا ہے کہ بچپن کے تجربات افراد کی زندگی پر ایک توصیفی اثر ڈالتے ہیں۔ اور یہ کہنا ایک صداقت ہے کہ بچپن کے ذہنی اثرات ہماری آگے والی زندگی کی تشکیل میں مدد دیتے ہیں۔ صحت، شہابی صحت، عقل سلیم یا بے عقلی انہیں اثرات کا نتیجہ ہیں۔

شیر خورگی کے سالوں میں ہی بچے اپنی زندگی کا لائحہ تیار کر لیتے ہیں اور گہوارہ چھوڑنے سے قبل انسان بن یا بگڑ جانا ہے یہ مثل کہ ننھے درخت کی شاخ کو جس طرح چاہیں موڑا جاسکتا ہے۔ بچہ انسان کی دماغ پر صاف آتی ہے۔ طفولیت کے ابتدائی ایام ہی ہیں بچے کی جذباتی زندگی کی تکمیل ہو جاتی ہے۔ وہ یا تو بچنگی اور غفلت مند کی کے ساتھ محبت کرنا سیکھ جاتا ہے اور یا اپنے اندر خام اور بگاڑنے والی محبت کا عنصر پیدا کر لیتا ہے۔ وہ سمجھتا ہے کہ اس کا ماحول موافق ہے یا مخالف، اور

نظام بالکل بیکار ہو جاتا ہے۔ مریض جب اس حالت کو پہنچنے لگتا ہے تو اس سے قبل عجیب و غریب قسم کا خوف اور توہم اس میں پیدا ہو جاتا ہے۔ مریض بلندی سے خوف کھاتا ہے۔ موٹروں سے وہ لرزدہ بلندام ہو جاتا ہے۔ انسانوں کا ہجوم دیکھ کر وہ گھبرا جاتا، ایک موبہم سا خطرہ ہر وقت اس کے سر پر منڈلاتا رہتا ہے۔ موت کا نام سن کر ایسا آدمی اکثر بیہوش ہو جاتا ہے۔ غرض اسی نوع کے ہزار ہا خدشے اس کے دل و دماغ پر تسلط پاتے ہیں۔ اور دماغ ہر وقت انہیں خدشات کے سوچنے میں مصروف کار رہتا ہے۔ اس کا اثر جسم پر بھی ہونے لگتا ہے۔ اس کی علامت تشنجی حرکات، جھوک کا کم لگنا۔ بے خوابی، موت کا ڈر اور کمزوری ہے۔ اگر ان سب علامتوں کا تجزیہ کیا جائے۔ تو ہم کو ان کی تہ میں ایک گہرا خوف نظر آئے گا۔ جس کی ابتدا شاید بچپن سے ہو۔ یا وہ کسی حال کے واقعہ کا اثر ہو۔ یہ کہنا مشکل ہے کہ وہ خوف کیسا ہوتا ہے۔ کیونکہ خوف کی نوعیت فرد پر منحصر ہوتی ہے۔ بعض اوقات آپ کسی بات کو اپنی بے عزتی خیال کرتے ہیں۔ اور اس سے آپ کے دل میں ناراضگی اور رنج ہوتا ہے۔ اس طرح دوبارہ بے عزتی ہو جانا بھی ایک خوف ہے۔ کئی دفعہ کسی ناکامی یا ذاتی وجاہت کا زائل ہو جانا بھی ایک گہرا خوف دل میں پیدا کر دیتا ہے۔ یا کسی کو یہ احساس ہو جائے کہ وہ سوسائٹی میں غیر ضروری اور فالتو عنصر ہے۔ یا کسی ناکامی کے راز کا افشا ہو جانا جسے وہ فرد مخفی رکھنا چاہتا ہے۔ ان باتوں کا اثر بھی خوف کی صورت میں رونما ہو جاتا ہے۔ ان تمام حالتوں یا اسی نوع کی اور بہت سی حالتوں میں جو خوف پیدا ہوتا ہے۔ وہ اپنا تسلط دماغ پر چاہتا ہے۔ یہاں تک کہ وہ شخص مسخ شدہ تخیل کے بے ترتیب جذبات کے سامنے ٹھکے لگتا ہے۔ جب یہ حالت پہنچ جائے۔ تو ایسی حالت میں اس شخص پر کسی اعصابی مرض کا دورہ کوئی بعید بات نہیں :

چند سالوں کا ذکر ہے کہ انگلستان کے ایک بڑے جج نے خود کشی کر لی۔ اخبارات میں اس کا بہت چرچا رہا۔ کیونکہ خود کشی کا ارتکاب کسی سماجی، اخلاقی یا اقتصادی وجہ سے نہ ہوا تھا۔ اُن کے ایک دست نے جو انہیں اچھی طرح جانتا تھا اور اچھی طرح اُن کے ذاتی حالات سے واقف تھا ایک ماہر نفسیات کو بتایا کہ جج کی بعض تقاریر پر جو انہوں نے دورانِ مقدمات میں کی تھیں بڑی زبردست تنقید کی گئی۔ جسے وہ اپنی توہین سمجھے۔ چونکہ ان کی طبیعت ذرا بہت زیادہ حساس تھی اسلئے انہوں نے خود کشی کر لی۔ اس بات کو سنکر وہ ماہر نفسیات لکھتا ہے کہ ”جج کو محسوس ہوا کہ وہ غلط جگہ پر ہے۔ کیونکہ اُس کی اعلیٰ قابلیت، دماغی بلندی اور ضمیر کی صاف گوئی کی راہ میں اس کی موجودہ پوزیشن حائل ہو رہی تھی۔ جو بات وہ کہتا تھا۔ وہ اس کی اسامی کی روایات کے خلاف تھی۔ اُسے جج کی روایات کو بہر حال برقرار رکھنا چاہیے تھا۔ اُس کے دل و دماغ کے اندر ایک خوفناک کش مکش ہونے لگی۔ اس پر دوبار شدید بیماریوں کے حملے ہو چکے تھے۔ ان کے اثر اور کشمکش نے مل کر ایک نہایت ہی دردناک المیہ کی صورت اختیار کر لی۔“

ایک شخص خواہ وہ جج ہو یا ڈاکٹر، وزیر ہو یا معمولی انسان ہی، ہر ایک اپنے لئے اپنے ذہن میں ایک خاص معیار اپنی زندگی اور حلقہ اثر کے متعلق قائم کر لیتا ہے۔ اور اس کا برقرار رکھنا ہی اس کی زندگی کا مقصد ہوتا ہے۔ لیکن جب وہ محسوس کرتا ہے کہ اُس کی خواب کی دنیا تباہ ہو رہی ہے یا وہ اپنا اثر کم ہوتا دیکھتا ہے تو اس تذبذب اور اپنی شکست کا احساس اس کے اندر ایک جذباتی کش مکش پیدا کر دیتا ہے۔ اس کا نتیجہ اعصاب کی کمزوری اور جسمانی طاقت کا زائل ہونا ہے۔ بعض حالات میں کیش مکش اس قدر خطرناک صورت اختیار کر لیتی ہے کہ وہ شخص زندگی کی حقیقت سے خوفزدہ ہو کر دیوانہ ہو جاتا ہے یا خود کشی کر کے ہی مخلصی پاسکتا ہے۔

زندگی کا تعطل دوسری خصوصیت ہے۔ جس سے ہم بحث کریں گے۔ یہ بات تو ہر ایک آدمی جانتا ہے کہ ہماری موجودہ سوسائٹی میں بہت سی ایسی جماعتیں ہیں جن کا وجود بہت سی سماجی دشواریوں کا باعث بنتا ہے لیکن ہم میں سے بہت تھوڑے لوگ یہ جانتے ہوں گے کہ یہ جماعتیں کیوں پیدا ہوتی ہیں اور پھر اس کثرتِ سرکشی کوئی فرد بشر خواہ وہ مرد ہو یا عورت جان بوجھ کر شراب خوری، نشہ آور چیزوں کا استعمال، نکمار ہننا، دوسروں پر بوجھ بٹنا اور پھر افشائے راز ایسے کمینہ حرکات کا مرتکب ہونا ان عادات میں پڑ کر زندگی تباہ نہیں کرنا چاہتا ایسے افراد کے بے پناہ لشکر میں آپ کو وہ لوگ ہی نظر آئیں گے جن کے دل تڑپ رہے ہوں گے ہیں۔ اس قسم کے لوگ اپنی طرزِ زندگی سے ظاہر کرتے ہیں کہ انہیں اپنے آپ پر بالکل یقین نہیں رہا۔ گویا فی وہ شاید اس نظریہ کے خلاف ایک طویل تقریر کر دیں۔ وہ شخص جسے اپنے آپ پر یقین نہ ہے اور جو اپنی قابلیت کی قدر و قیمت کو خوب جانتا ہے۔ کبھی زندگی سے مایوس نہیں ہوگا اور جو ایسا کرتے ہیں۔ انہیں یقیناً کسی ناکامی کا منہ دیکھنا پڑے گا۔ جس کی وہ تاب نہ لاسکیں گے اس شکل سے بچنے کے لئے انہیں یہی ایک آسان راستہ نظر آیا اور اسی لئے ایک گونہ بیخودی کے لئے مے سے غرض و البستہ کر لی۔

مالوسی کیسے پیدا ہوتی؟ ممکن ہے کہ وہ ایک ایسا بچہ رہا ہو جسے والدین کے حد سے زیادہ پیار نے خراب کر دیا۔ اب وہ اپنی قیمت بہت زیادہ سمجھتا ہے۔ وہ چاہتا ہے کہ نہ تو بھی اس سے وہی سلوک کرے جو گھر میں اس سے ہوتا رہا ہے۔ مگر جب "بازار" میں اسے اپنی قیمت کا اندازہ ہوتا ہے تو وہ فوراً مایوس ہو جاتا ہے۔ یا پھر ایک بچہ جو ایسے ماحول میں پرورش پاتا ہے جہاں سختی اور سزا کا دور دورہ ہے یا بچے کو نہایت حقارت سے دیکھا جاتا ہے۔ وہ ذلیل سمجھا جاتا ہے۔ اس کا نتیجہ بھی زندگی سے مایوسی کے رنگ میں

ہی ہوگا۔ محبت اور کاروبار میں ناکامی بھی آپ کو مایوس کر دے گی۔ بہر حال حالات کچھ ہی کیوں نہ ہوں۔ وہ لوگ جو سماج کے لئے ایک "مسئلہ" بن چکے ہیں مدر اصل ان کے دل میں مخفی احساس ہوتا ہے کہ وہ دنیا میں بالکل بے فائدہ ہیں۔ اور اس احساس سے وہ مایوس ہو جاتے ہیں۔ عشت و محبت میں ناکامی پر ہمارے شعراء نے دیوانوں کے دیوان لکھ ڈالے ہیں۔ یہ وہی احساس فروتری کا نتیجہ ہے اور ہماری موجودہ پیچیدہ، مصنوعی اور بناوٹی تہذیب میں ایسے ناکامی کے واقعات تو اور بھی زیادہ ہوتے رہتے ہیں۔ اکثر لوگ جو اپنے آپ کو ذرا روشن خیال سمجھتے ہیں۔ ان کے نزدیک شادی اور محبت، قدامت پرستی ہے۔ ہم اس قسم کے لوگوں کو ذلیل کی شقوں میں تقسیم کرتے ہیں۔

۱۔ ایسی عورتیں جو اپنی صنف کو مردوں سے کمتر سمجھتی ہیں۔

۲۔ ایسی عورتیں جنہیں بچپن سے ایسی تربیت دی گئی ہے کہ وہ مردوں سے نفرت کریں۔

۳۔ ایسے مرد جن میں زنانہ پن ہو۔

۴۔ ایسے مرد جنہیں عورتوں کو حقیر سمجھنے کی تعلیم دی گئی ہو۔

۵۔ ایسے مرد جو اپنی خباثت یا بچپن کے کسی تجربے کے باعث جس کا اثر اس کے

دماغ پر ہو عورتوں سے ڈرتے ہیں۔

مندرجہ بالا قسم کے لوگ حسب معمول محبت سے بے اعتنائی دکھاتے ہیں۔ اس بے اعتنائی کی تہ میں احساس فروتری کا مخفی جذبہ کارفرما ہوتا ہے گو یہ لوگ ظاہر داری کے طور پر اپنی لفاظی کے زور سے یہ ثابت کرنے کی لاکھ کوشش کریں، کہ وہ عام لوگوں سے بہت زیادہ علم رکھتے ہیں اور وہ بڑے آزاد خیال واقع ہوئے ہیں۔ لیکن حقیقت یہ ہے کہ اپنی فروتری کے باعث وہ محبت کر ہی نہیں سکتے۔ کیونکہ اگر ان میں جرأت ہوتی۔

تو وہ انسانی زندگی کا مقصد پورا کرنے کے لئے رفیق زندگی کی تلاش کرتے اور پھر نو مل کر سماج کی ضرورت کو پورا کرتے اور یوں نسل کے محافظ بنتے۔ زندگی فطری طور پر اپنی بقا چاہتی ہے۔ جن لوگوں میں بقاء نسل کے خیال سے نفرت پیدا ہوتی ہو ان میں ضرور کسی نہ کسی فروتری کے جذبات کا احساس ہوتا ہے۔

آخری قسم میں وہ لوگ آتے ہیں جنکی قوت واہمہ ان کی زندگی پر زیادہ اثر انداز ہوتی ہے تو ہم پرستی دراصل زندگی کی حقیقتوں، مشکلات اور رنجوں سے نجات حاصل کرنے کا ایک آسان طریقہ ہے۔ ہندوستان میں اس توہم پرستی کے وہ دردناک نظارے دیکھنے میں آتے ہیں کہ ان سے بڑا دکھ ہوتا ہے۔ تعویذ، گنڈا، جھاڑ، دم یہ سب اسی توہم پرستی کا نتیجہ ہیں۔ زندگی کی مشکلات کے حل کے لئے ہم عمل کی جگہ قبروں پر دعا مانگنے کو حل مسئلہ سمجھتے ہیں۔ زندگی کی کش مکش میں جو کام ایک آدمی کو اپنی بقاء کے لئے کرنا پڑتا ہے وہ کام ایک تعویذ کر دے گا۔ ہر قسم کی خیال پرستیاں دراصل توہم پرستی کی اقسام ہیں۔ جن کے ذریعہ ہم زندگی کی حقیقتوں سے راہ مفرت تلاش کرتے ہیں۔

موجودہ ہندو مذہب اور اقتصادی مشکلات نے حوا کی بیٹیوں کو گھر سے نکال کر بیگماری اور دفتروں میں کام کرنے پر مجبور کر دیا ہے۔ ہندوستان میں تو اس حالت کا ابھی آغاز ہی ہے۔ مگر مغربی ممالک میں تو یہ چیز عام ہے۔ دن بھر کی تھکی ماندی لڑکی اس زندگی سے بھاگنا چاہتی ہے۔ اور اُسے اگر کہیں امان ملتی ہے تو وہ واہمہ کی پرواز میں ہی میسر آ سکتی ہے۔ اس لئے اکثر ایسی لڑکیاں مسلم کے میرو کی پرستش کرنے لگتی ہیں۔ وہ سمجھتی ہیں کہ گویا وہ بھی میرو بنیں۔ مشکلات اور مصائب میں گھری ہوئیں اور ان کا میرو ان کی مدد کے لئے پہنچتا ہے۔ ان کی توہم پرستی انہیں حقیقت سے

افسانوی دنیا میں لے جاتی ہے۔ اسی لحاظ سے آج کل سینما، تھیٹر اور ادب لطیف ایک نفسیاتی حیثیت رکھتے ہیں۔ لیکن اس کا نقصان یہ ہے کہ جب کوئی مرد یا عورت اس توہم پرستی کا شکار ہو جائے تو وہ بھول جاتا ہے کہ حقیقت کی دنیا میں سرگرمی عمل اور جرأت و ضروری عناصر ہیں۔ وہ تو دن رات عالم خواب میں رہتا ہے حقیقت سے بھاگنے کی عادت دماغ میں بچتے ہو جاتی ہے تو اس کا نتیجہ بعض اوقات نہایت خوفناک ہوتا ہے۔ بڑی بڑی صاحبِ قوت و جبروت ہستیاں بھی اس واہمہ میں پڑ کر تباہ و برباد ہو گئی ہیں۔

احساس کمتری کا تجربہ اور اس کا علاج

اس سلسلے میں سب سے پہلی بات یاد رکھنے کے قابل یہ ہے کہ شاید ہی کوئی ایسا فرد بشر ہو جس میں احساس کمتری نہ ہو۔ اور شاید ہی کوئی ایسا انسان ہو۔ جسے کبھی نہ کبھی یہ احساس نہ ہوا ہو۔ عصمت انوکھان سے فوراً بہرے ہیں۔ لیکن اس جہانی کمزوری کی انہوں نے پرواہ نہ کرتے ہوئے ترکی کو بچا لیا اور آج وہ ترکی قوم کے نجات دہندوں میں سے ایک ہیں۔ مہاتما گاندھی کتنے کمزور بدن کے انسان ہیں۔ لیکن انہوں نے اس احساس کمزوری کے باوجود ایسا کام کیا کہ ہندوستان کی تاریخ کو بدل دیا ہے۔ صدر جمہوریت امریکہ روز ویلیٹ پچپن میں منحنی جسم کے انسان تھے جس کا اثر ان کی ابتدائی زندگی اور شخصیت پر نمایاں رہا۔ لیکن انہوں نے طاقت حاصل کرنے کے لئے میدانِ عمل میں وہ سرگرمی دکھائی ہے جس کا نتیجہ آج اُن کی شخصیت اور خود اعتمادی کے رنگ میں ظاہر ہوا ہے۔

صرف احساس کمتری کوئی بات نہیں۔ اگر کوئی چہیتے تو وہ ہمارا اس احساس کے متعلق رویہ ہے کہ اس سے ہم کس طرح اثر انداز ہوتے ہیں۔ اگر ان احساسات کا متقابلہ فدا جرائے کیا جائے تو اس سے انسان اعلیٰ بلندی پر پہنچ سکتا ہے۔ لیکن جب یہ احساس کمتری شخصیت پر تسلط جمائے تو پھر اس کا اثر ہمارے کردار پر بہت بُرا ہوگا۔ اور صحت بھی خراب ہوتی جاتے گی۔

فردِ تری کے بہت سے اسباب ہیں سے ایک سبب عضویاتی معذوری ہے جس



**THIS EBOOK IS DOWNLOADED FROM
SHAAHISHAYARI.COM**

**LARGEST COLLECTION OF URDU
SHERS, GHAZALS, NAZMS AND EBOOKS.**

بچے ہیں جسمانی نقص یا کمزوری، ممکن ہے اس قدر نشوونما پا جائے کہ وہ خوفناک حالت اختیار کر لے۔ اور بعض اوقات ایسے حالات میں کم عمر بچے کیا بالغ اور نوجوان تک بھی زندگی سے بیزار ہو جاتے ہیں۔ اس پر تفصیل سے ہم سطور بالا میں عرض کر چکے ہیں۔

ایسا بچہ یا جوان جس میں کوئی جسمانی نقص ہو، اُسے بنانا چاہئے کہ وہ اس نقص کا ازالہ کرنا سیکھے۔ مثلاً ایک شخص میں کوئی جسمانی نقص یا کمزوری ہے تو اُسے سکھایا جائے کہ وہ اپنے اندر ایسا جوہر یا قابلیت پیدا کر لے جو اس کی کمزوری کو چھپالے اور کسی کی نگاہ اس نقص کی طرف اٹھ بھی نہ سکے۔ اور وہ اپنے حلقہ اثر میں مقبول ہو جائے۔

لیکن اگر یہ ممکن نہیں کہ کسی صورت میں اس نقص کا ازالہ ہو جائے۔ تو پھر اس کا مقابلہ کر دیجئے۔ کوئی آپ سمجھتا ہے تو اُسے ہنسنے دیجئے۔ آخر اس میں آپ کا کیا قصور؟ قدرت کا مقابلہ کون کر سکتا ہے۔ جسمانی نقص کو پیدا کرنے والی قدرت ہے۔ اور اکثر لوگ تو آپ کے نقص کی طرف تو جھجھکیں نہ کہیں گے۔ ان کی نگاہ میں آپ کی عزت کم کرنے کا باعث نہ ہوگی۔ ایک خدمت خلق کرنے والا اگر لنگڑا ہے یا اُس کی ایک آنکھ خراب ہے تو لوگ اس کی قدر کرنی اس لئے نہ چھوڑ دیں گے کہ وہ کاٹا ہے یا لنگڑا ہے۔ ایک آدمی کی اصل خوبی اُس کا ذاتی کمال اور کیریئر ہے۔ ایک شخص اس لئے عزت کا مستحق نہیں سمجھا جاتا کہ وہ (مرد یا عورت) جسمانی لحاظ سے خوب مضبوط ہے بلکہ باعزت بنانے والی چیز اُس کا سوسائٹی کے لئے مفید ہونا ہے۔ کوئی شخص جتنا زیادہ فائدہ مند ہوگا۔ اسی قدر زیادہ سماج میں اس کی عزت ہوگی۔ انسان سب ایک جیسے ہوتے ہیں جو چیز انہیں ایک دوسرے سے ممتاز کرتی ہے

وہ ان کی انفرادیت، ذاتی جوہر، صلاحیت اور استعداد ہے اور یہی چیزیں انہیں ایک دوسرے سے مختلف کرتی ہیں۔ لیکن انسانی لغزش، معذوری، عام کمزوریاں اور پستی

یہ ایسی باتیں ہیں جن میں سب انسان ایک دوسرے کے شریک ہوتے ہیں۔ اور یہ قدر مشترک کا حکم رکھتی ہیں۔ اس لئے آپ دوسروں کی کمزوریوں پر ہنسے کی بجائے انہیں انسانی برادری کا ایک رشتہ سمجھئے جو ہم سب کو ملتا ہے۔

دوسری قسم میں لاڈ لا بچہ آتا ہے۔ اس کی دنیا تو اُس کا گھر ہی ہوتا ہے۔ اور وہاں سب کی توجہ اس پر مرکوز رہتی ہے۔ لیکن جب وہ یہ نظریے کر دنیا میں قدم رکھتا ہے۔ تو اُسے محسوس ہوتا ہے کہ یہ محض اس کی غلط فہمی تھی۔ اور اس کا نتیجہ آپ جاننے ہی ہیں۔ علم گشت لوگ ایسے جوان بچے کی طرف کم توجہ دیتے ہیں۔ بلکہ وہ اپنی ذاتی راستے اور ذاتی وفار کو مقدم سمجھتے ہوئے اُس کی ذات کو نظر انداز کر دیتے ہیں۔ اس کا جو کچھ شہر ہوتا ہے اُس کا ذکر اوپر آچکا ہے۔

اب ذرا ہم ایک دو مثالیں دے کر اس کا علاج پیش کرتے ہیں۔ ایک انگریز پرنسپل مکنٹری لکھتا ہے کہ ایک انڈیگر گریجویٹ اچانک تعلیم سے دل چرانے لگا۔ اور اُسے اعضا ضعف کا دورہ ہونے لگا۔ تجزیہ نفس سے معلوم ہوا کہ اسکول میں یہ سچ بڑا ہوشیار تھا اور اساتذہ کا منظورِ نظر۔ لیکن جب ذرا اسکول کی زندگی کے متعلق کرید گیا تو معلوم ہوا کہ اسکول میں وہ اپنے آپ کو نمایاں کرنے کے لئے محنت کرتا تھا۔ دراصل اُسے تعلیم سے اتنی رغبت نہ تھی جتنی اپنی نمائش سے، اور وہ جن مضامین میں وہ اچھا تھا۔ محض اسی لئے تھا کہ وہ کوشش کرتا تھا کہ دوسرے لڑکوں پر وہ اپنے آپ کو ممتاز ثابت کر سکے۔ اس سے ذرا آگے بڑھ کر پرنسپل مکنٹری نے اس کے گھر کا ماحول کا تجزیہ کرنا شروع کیا۔ وہ دوسری شادی سے پیدا ہوا تھا۔ اس کے والد نے یہ شادی آخری عمر میں کی تھی۔ اس لئے وہ گھر میں بوڑھے باپ اور جوان ماں کی تمام تر توجہ کا مرکز بن گیا۔ سوتیلے

کیا وہ اپنے ماحول پر شعور چا کر یا رو کر چھا سکتا ہے یا کوئی ایسا شخص ہے جو حالات پر قابو رکھتا ہے اور اُس کی منشا کو سمجھتا ہے۔ یہ تمام واقعات اور اسی قسم کی اور کئی حقیقتیں نوخیز دماغ پر اثر انداز ہوتی رہتی ہیں۔ یہ تمام اثرات سرچشمہ سے دماغ قبول کرتا ہے۔ ان مرط ہوتے ہیں اور اُن کے اثرات لڑکپن اور جوانی میں نمایاں ہوتے ہیں۔

فروتری کے احساسات کم سنی میں ہی پیدا ہونے لگتے ہیں۔ حالات کی ناموافقیت یا تربیت کی ذرا سی فروگزاشت احساسات کو پیدا کرنے میں مدد دیتی ہے۔ اس مقالے میں ہم ان اسباب پر ذرا تفصیل سے بحث کریں گے جو بلوغت کے بعد ہم میں شعور کمتری پیدا کرنے کے اصل موجب ہیں۔ بے چارگی طفولیت کا بنیادی خیال ہے۔ بچہ فطرتاً اپنی خوراک، عافیت، حفاظت، رفاقت کے لئے دوسروں کا محتاج ہے۔ اور اپنی اس محتاجی کی حالت میں اسے اپنی بے چارگی کا علم بھی ہو جاتا ہے وہ اپنے لئے کچھ بھی نہیں کر سکتا۔ دوسرے ہی اس کی ہر ایک ضرورت کو پورا کرتے ہیں۔ اس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ بچے کے اثر پذیر دماغ میں اپنی کوتاہی اور دوسروں پر انحصار کا احساس پیدا ہو جاتا ہے۔

بچہ بڑھنے میں جتنا عرصہ زیادہ لے گا۔ اسی قدر بے چارگی کا احساس زیادہ راسخ ہوتا جائیگا۔ انسانی بچہ دوسروں کی محتاجی سے نکلنے میں دوسری جنموں سے زیادہ وقت لیتا ہے۔ دوسری انواع کے نوزائیدہ بچے چند ہی ماہ میں چنگی حاصل کر لیتے ہیں۔ مثلاً بلی کا بچہ اور کتے کا بچہ چند ہی ماہ میں خود اعتمادی حاصل کر لیتا ہے اور اپنی خوراک اور حفاظت کا سامان خود کرنے لگتا ہے۔ لیکن اس کے برخلاف انسانی بچہ کئی سالوں کے بعد اس قابل ہوتا ہے کہ اپنی ضروریات زندگی کی گئیے کسی کا محتاج نہ ہو۔ اور اپنی احتیاط کو خود پورا کرے۔ اکثر حالات میں تو یہی خواہش ہوتی ہے کہ یہ زمانہ اور بھی دراز ہوتا جائے۔ یا یوں کہہ لیجئے کہ بہت بچے حربہ تک سن بلوغت آگے نہیں بڑھتے۔ دوسروں کی محتاجی سے باہر نہیں نکلتے۔ دراصل دست نگرمی کا یہ احساس ہی ایک قسم کی اقتصادی اور سماجی فروتری

ہن بھائیوں کے مقابلے میں قدرتی طور پر ہاں باپ اس کی زیادہ ناز برداری کرتے۔ اس لئے جماعت میں بھی وہ سب سے اول جگہ حاصل کرنا چاہتا تھا۔ اساتذہ نے اسے نہ سمجھا بلکہ اس کو لڑکے کی طبیعت کا افتاد خیال کیا اور اس کی مدد کی۔ لیکن کالج کا ماحول بالکل اور ہوتا ہے۔ وہاں ذاتی محنت اور قابلیت پر ترقی کا انحصار ہے۔ جب اسے یہ محسوس ہوا کہ اس کی قابلیت بالکل سطحی تھی تو اُس کا اثر اُس کے دماغ پر ہونے لگا۔ پروفیسر مکنترزی لکھتے ہیں کہ میں نے اس لڑکے سے بار بار ملاقاتیں کیں اور آہستہ آہستہ اس کے دماغ سے فروزنی کے اُن احساسات کو نکال دیا جو اُس کی زندگی پر تسلط چائے ہوئے تھے اور آخر کار وہ لڑکا تعلیم میں دلچسپی لینے لگا۔ اور اُس کی صحت بھی بڑھ کر رہ گئی۔ اب وہ لڑکا کالج میں خوب اچھے نمبروں پر پاس ہوتا ہے۔

اسی طرح ایک اور لڑکا اپنے والدین کا اکلوتا بیٹا اور اُن کی آنکھوں کا تارا تھا۔ اس کی دودھ پیتے بچوں کی طرح حدودِ رجبہ ناز برداری کی جاتی تھی۔ چاہتے تھا کہ اس کی تربیت ایسے رنگ میں کی جاتی کہ وہ اپنی مصنوعی عزت اور توقیر بھول جاتا۔ برخلاف اس کے اُس کے والدین نے علانیہ اُس کی تعریف و توصیف کے بل باندھنے شروع کر دیئے، اور اُس کو ہر جگہ خوبصورت، قوی اور بہادر بیان کیا جاتا۔ یہی تعریفیں اُس کے دل کو بھاتی رہیں اور اُسے خود پرست بناتی رہیں۔ اُس کے والدین اُس کی ہر ایک ضرورت اور چھوٹے سے چھوٹے وہم کو ناواجب طور پر پورا کرتے رہے۔ جب وہ کالج میں گیا تو وہ کچھ اچھی طرح وہاں نہ چل سکا۔ اس کے ہم جماعت طلبہ نے اس کی طرف چنداں توجہ نہ کی۔ وہ اپنے دل میں دنیا بھر کی تمام محاسن کا مجموعہ اور خوبصورت اور پیاری چیزوں کا مجسمہ بنا ہوا تھا۔ اُسے طلبہ کی یہ بے رخی ایک آنکھ نہ بھائی۔ اس کا نتیجہ یہ ہوا کہ اُسے

کئی کالج تبدیل کرنے پڑے اور بڑی مدت کے بعد وہ گریجویٹ ہو سکا۔ اس قدر تلخ تجربات کے باوجود اس کے دل سے اپنے متعلق غلط فہمی دور نہ ہوئی۔ وہ ایک صنعتی کارخانے میں بطور کیمسٹ ملازم ہوا۔ اس سے توقع کی گئی کہ وہ کم تنخواہ پر زیادہ سے زیادہ کام کرے۔ وہ اب ایسے ماحول میں تھا جہاں ملازم اپنے فرائض کی بجائے درمی پرانا سراپا نہیں جاتا جتنے اُسے اُس کی لغزشوں پر ڈانٹا جاتا ہے۔ اُس کے دماغ میں تو یہ تھا کہ وہ تمام کارخانے میں ایک نمایاں اور کینا شخصیت ہوگا۔ اُس کا علیحدہ دفتر ہوگا لیکن جب اُسے یہ معلوم ہوا کہ اُس جیسے کئی اور کیمسٹ سالہا سال سے اس کارخانے میں ملازم ہیں۔ ان کی حالت نہایت خستہ ہے تو وہ گھبرایا۔ اس کا نتیجہ یہ ہوا کہ اس نے ملازمت سے استعفیٰ دے دیا۔ اب وہ نوجوان بیکار گھر میں پڑا رہتا ہے کہ دنیا میں قدر دانی کرنے والا کوئی نہیں رہا۔

ایک بگڑا ہوا بچہ جب وہ جوان ہو جائے تو اُسے سمجھ لینا چاہئے کہ وہ کوئی بے نظیر ہستی نہیں اور اسے یہ اُمید نہ رکھنی چاہئے کہ دوسرے لوگ بھی اس کی طرف ویسی ہی توجہ اور انہماک کا اظہار کریں گے جو اس کے والدین کرتے تھے۔ اُسے چاہئے کہ ہمت، دلیری اور عزم صمیم کے ساتھ زندگی کے پیش آنے والے واقعات کا مقابلہ کرے اور اپنی قابلیت اور اشتراک عمل سے اپنے آپ کو نسل انسانی کی عظیم نشان برداری کا ایک تندرست فرد بنائے۔ صرف یہی ایک رستہ ہے جس میں وہ اپنے آپ کو دماغی کش مکش اور ذاتی تکالیف سے بچا سکتا ہے۔

یہی حالت ان بچوں کی ہے جنہیں بچپن سے فالتو سمجھا گیا۔ باجن سے دوسرے لوگ نفرت کرتے تھے۔ ذمی عقل لوگ اس بات کی چنداں پرواہ نہیں کرتے کہ

کوئی کہاں پیدا ہوا اور اس کے والدین کون تھے؟ وہ تو صرف اس قدر جانتے ہیں کہ وہ کس کام کے قابل ہے؟ وہ اپنے آپ کو کیا سمجھتا ہے؟ جو شخص امداد باہمی کی روح لے کر دنیا میں قدم رکھتا ہے؟ اور خدمتِ خلق اپنا نصب العین بناتا ہے تو وہ دیکھے گا کہ ہر کوئی اس کی طرف دوستی کا ہاتھ بڑھائے گا اور اس کی مدد کرنا اپنا فرض خیال کرے گا۔

گو مندرجہ بالا مشورہ کتنا ہی صحیح اور اچھا کیوں نہ ہو۔ لیکن بہت سے ایسے لوگ بھی ہیں۔ جن میں مرد اور عورتیں دونوں شامل ہیں جن کے لئے بچپن کے کسی بڑے تجربہ کے زیر اثر ایسا کرنا مشکل ہوتا ہے اور وہ احساسِ فروتری کے گہرے اثر کو زائل نہیں کر سکتے۔

ایک آدمی کا ذکر ہے کہ وہ بیچارہ چالیس برس کی عمر تک کہیں مستقل طور پر کام نہ کر سکا۔ کئی جگہ ملازم ہوا اور پھر نکال دیا گیا۔ آخر وہ ایک بہت بڑے شہر میں پہنچا۔ جہاں ایک اچھی اور محفوظ اسامی خالی تھی لیکن جب وہ مینجر سے اسٹوڈیو کرنے کے لئے کمرے میں داخل ہوا تو وہ کانپ رہا تھا۔ حالانکہ اس اسامی کے لئے جس قدر صفات کی ضرورت تھی وہ اس میں بدرجہ اتم موجود تھیں جب اُس سے سوال کیا گیا تو اُس کی زبان رُک گئی۔ وہ ”ہاں“ کی جگہ ”نہ“ اور ”نہ“ کی جگہ ”ہاں“ میں جواب دینے لگا۔ اس کا نتیجہ یہ ہوا کہ وہ بیچارہ وہاں سے مایوس ہو کر لوٹا۔ ایک اور جگہ خالی تھی۔ وہاں وہ پہنچا۔ مینجر کے سامنے آتے ہی اُس نے دونوں ہاتھوں سے مُنہ چھپا کر سسکیاں لینی شروع کر دیں۔ ایسا کیوں ہوا؟ اس کا سبب اُسے خود بھی معلوم نہ تھا۔ لیکن اس کا تجزیہ نفس کرنے سے معلوم ہوا کہ اس کی پیدائش محض ایک ”حادثہ“ تھی۔ والدین کو اُس کی پیدائش سے کوئی خوشی نہ تھی۔ اُس کی تعلیم میں کوئی دلچسپی نہ لی گئی اور اس کی موجودگی میں اُس کے دوسرے بھائی بہنوں کی تو تعریف کی جاتی لیکن اُسے اُس کا باپ ہمیشہ یہی کہا کرتا کہ ”خدا جانے تم زندگی میں کیا کرو گے تم تو

محض نکتے ہو۔ تمہیں تو کوئی ایک پیسہ کی ملازمت بھی نہ دے گا۔ چنانچہ لڑکپن میں ہی ایک بات گھر کے لوگوں نے اُسے اپنے کمرے میں کینے بیٹھے سسکیاں بھرتے دیکھا۔ کسی نے پوچھا۔ لڑکے کو کیوں ہو؟ تو اُس نے جواب دیا۔ اس لئے کہ مجھے کوئی نہیں چاہتا۔ مجھ سے کوئی پیار سے بات نہیں کرتا۔ گھر والوں نے اسے مکاری پر محمول کیا۔ لیکن یہ حقیقت تھی۔ اور اس کا نتیجہ یہ ہوا کہ اُسے ہنسنا، ہنسنے اُسے خود اپنے آپ پر بھی اعتماد نہ رہا۔

فالتوا اور مکروہ بچے کی ٹریجڈی کا یہ صرف ایک واقعہ ہے۔ ایسے بچوں کے دماغ میں احساس کمتری پیدا ہو کر بڑھتا رہتا ہے۔ عمر کے بڑھنے کے ساتھ ساتھ یہ احساس بھی نشوونما پاتا ہے اور آخر کار وہ ایسے شخص کو دنیا میں رہنے کے ناقابل بنا دیتا ہے۔ کیونکہ جرات، امید اور تعاون کے بغیر زندگی بسر کرنا مشکل ہے اور یہی جوہر ایسے شخص میں مفقود ہوتے ہیں۔ فالتوا اور مکروہ بچے کو یہ یقین لے کر جوان ہوتے ہیں کہ سوسائٹی کو اُن کی ضرورت نہیں۔ اس لئے دنیا میں انہیں رہنے کا حق بھی نہیں۔

ایسے بد قسمت لوگوں کا علاج یہ ہے کہ وہ اپنے آپ میں خود ایسی صفات پیدا کریں کہ دوسرے اُن کی طرف دوستی کا ہاتھ بڑھائیں۔ اُن کی عزت ہو۔ اُس کا نتیجہ یہ ہوگا کہ اُن میں عزت نفس کا جذبہ نرئی پائے گا۔ اگر بچپن میں انہیں ایک بیکار چیز سمجھا گیا تو جوانی میں وہ ”باکار“ بن کر دکھائیں۔ اور یہ اسی صورت میں ہو سکے گا کہ وہ زندگی کا مقصد جرات، استقلال اور سعی بلیغ سے کہیں۔ گویا کہ نے ہیں انہیں مشکلات کا سامنا کرنا پڑے گا۔ لیکن آخر کار اُن کی محنت اور خدمت رنگ لائے گی۔ وہ پھر سماج میں ایک مفید اور قابل عزت فرد کی حیثیت سے دیکھے جائیں گے۔ پرانے بزرگوں کا مشہور مرقولہ ہے کہ ”اپنے آپ کو کھوکھو کر ہم اپنے آپ کو پاتے ہیں“

احساس کمتری کو دور کرنے کے لئے ہمیں یہ معلوم کرنا چاہئے کہ ہماری طبیعت کا رجحان کس طرف ہے اور ہم نے اپنے ذہن میں آئندہ کے لئے کیا سوچ رکھا ہے۔ کیا ہمارا خیال قابل عمل ہے۔ کیا وہ ممکن ہے؟ کیا یہ محض خود خود غرضانہ ناموری کے لئے ہے؟ کیا ہماری کامیاب زندگی سے سماج اور سوسائٹی کو فائدہ پہنچ سکتا ہے؟ کیا ہماری فطری دلیقوں اور صلاحیتوں کے پیش نظر ہمارا نقطہ نظر درست بھی ہے اور یہ سب کچھ ہماری زندگی کے لئے مفید ہوگا یا غیر مفید؟

ہم نے اوپر ذکر کیا ہے کہ بعض افراد ناممکن الحصول نظریات زندگی مقرر کر لیتے ہیں۔ اور بعض خود غرضانہ باتوں کے لئے سعی لا حاصل کرتے رہتے ہیں جس کا نتیجہ سوسائٹیاں بایوسی کے انہیں اور کچھ نہیں ملتا۔ اور یہ بایوسی انہیں زندگی سے بیزار کر دیتی ہے لیکن جب کسی اعلیٰ اور صحیح مقصد کے لئے کوشش کی جائے تو اس کوشش میں ایک راحت محسوس ہوتی ہے اور یہ کوشش ہی آپ اپنا صلہ ہوتی ہے خواہ اصل مقصد حاصل نہ بھی ہو سکے۔ لیکن اس کے برخلاف جو سعی محض ذاتی منائش اور بے فائدہ باتوں کے لئے کی جائے۔ اس کا نتیجہ آخر کار ناامیدی ہوتا ہے۔ جس کی وجہ سے وہ شخص چپڑھاؤ اور بایوس اور صحت میں کمزور ہو جاتا ہے

اکثر دیکھا گیا ہے کہ کوئی شخص جب یہ دیکھتا ہے کہ وہ زندگی کو غلط زاویہ نگاہ سے دیکھ رہا تھا۔ لیکن اب کسی اچھے اور صحت مند ماحول کو محسوس کرتے ہوئے اپنا نقطہ نگاہ تبدیل کرنے کی کوشش کرتا ہے تو آہستہ آہستہ اس کا احساس کمتری بھی کم ہوتا جاتا ہے۔ دماغی صحت کے دو دشمنوں یعنی خود غرضی اور جہالت — کو ضرور مغلوب کرنا چاہئے اور یہ اسی طرح ہو سکتے ہیں کہ ہم دوسروں کے متعلق زیادہ سوچیں اور اپنے آپ کو بھی انہیں

تجزیہ نفس کے لئے ہم ذیل میں چند موٹی موٹی باتیں لکھ رہے ہیں۔ آپ انہیں کاغذ پر لکھ سکتے ہیں اور ان کے آگے ان کے جوابات بھی لکھتے۔

اعصابی نقص۔

کیا میں اپنے جسمانی نقص کو بہت زیادہ محسوس کرتا ہوں؟
کیا میں دوسرے لوگوں کی رائے پر بہت زیادہ انحصار کرتا ہوں؟
کیا میں نے اپنے نقص کے بدل کے طور پر کوئی اچھا جوہر اپنے اندر پیدا کر لیا ہے؟
بگڑا ہوا بچہ۔

کیا میں ابھی تک بچپن کے جذبات اور محسوسات میں ہی زندگی بسر کر رہا ہوں؟
کیا دوسرے لوگوں سے بھی ویسے ہی سلوک کی توقع رکھتا ہوں۔ جو والدین مجھ سے
روا رکھتے تھے؟

کیا میں اپنے تئیں بیکتا، اسخ سمجھتا ہوں اور دوسروں سے خود غرضانہ مطالبات
تو نہیں کرتا؟

کیا جب لوگ میری طرف متوجہ نہیں ہوتے یا میری عزت نہیں کرتے تو مجھے مایوسی
تو نہیں ہوتی؟

کیا میری برتری کا منتہائے نظر صحیح اور سماجی طور پر مفید ہے؟
میں کس شخص پر فوقیت حاصل کرنا چاہتا ہوں اور کیوں؟
کیا میں زندگی کا مقابلہ جرأت اور اُمید سے کر رہا ہوں؟
مکروہ اور فالتو نہ چکے۔

کیا میں اس بات سے ڈرتا ہوں کہ مجھے لوگ غریب سمجھتے ہیں؟

میں اپنے تئیں کس سے کمتر محسوس کرتا ہوں اور کیوں ؟
 کیا بچپن کے تجربات نے مجھے دوسروں سے نفرت کرنا سکھایا ہے ؟
 کیا میں سماجی طور پر بزدل ہوں ؟
 کیا میں زندگی سے بھاگتا ہوں ؟
 کیا میں ڈر کی وجہ سے اپنی جذباتی زندگی کو دوبارہ ہوں ؟
 عام :-

کیا میں کسی کی موت کا متمنی ہوں ؟
 کیا میں اپنی بیوی یا اپنے خاوند سے — نفرت کرتا ہوں — یا نفرت کرتی

ہوں ؟

کیا زندگی کے متعلق میرا نظریہ صحت مندانہ ہے ؟

میں کس شخص کو گرا کر اپنے برابر لانا چاہتا ہوں ؟

جب آپ مندرجہ بالا سوالات کے جوابات لکھ لیں گے تو آپ کو معلوم ہو جائیگا
 کہ آپ کیا ہیں۔ اپنی زندگی کا تاریک پہلو آپ کے سامنے آجائے گا۔ پھر آپ روشن
 پہلوؤں پر بھی نظر ڈال سکیں گے۔ ہر ایک انسان میں بعض ایسی خوبیاں ہوتی ہیں جو
 دوسروں میں نہیں ہوتیں اور وہ بعض ایسے کام کر سکتا ہے جو دوسرے نہیں کر سکتے
 جس شخص میں احساس کمتری ہو، اُسے چاہئے کہ وہ خاموشی سے زندگی کے روشن پہلو
 پر زیادہ نظر رکھے اور زندگی کی عمارت کی بنیاد اسی پر استوار کرے۔ اور ایسے تمام
 نقائص جن سے اس میں احساس کمتری پیدا ہو ان کو دور کرے اور اپنی استعداد کے
 مطابق — خواہ وہ کتنی ہی کم کیوں نہ ہو، اپنی صلاحیت اور قابلیت کو زیادہ کرے

کی کوشش کرے۔

ایک ڈاکٹر چند نرسوں کو لکچر دے رہا تھا۔ لکچر ختم کرنے بعد اس نے چند سوال کرنے شروع کر دیئے۔ پہلی نرس نے نامکمل سا جواب دیا۔ دوسری نرس کے جواب پر ڈاکٹر فوراً جھنجھلایا اور تیسری نرس کا جواب بھی کچھ لوہنی سا تھا۔ اس پر ڈاکٹر نے اس کا مذاق اڑایا ان بلینوں کے جوابات اور ڈاکٹر کے رویے نے چوتھی نرس پر جسے اپنی فروتری کا زیادہ احساس تھا بہت برا اثر کیا۔ جب اُس کی باری آئی تو وہ اتنی گھرائی کہ وہ ایک لفظ بھی مُنہ سے نہ نکال سکی۔

اس واقعہ نے اُس نرس کو ناخوش بنا دیا اور اسے اپنے آپ پر بڑا غصہ آیا۔ رات بھر وہ بستر پر لیٹے ہوئے بھی مپی سوتی رہی کہ وہ کس طرح اپنی اس کمزوری کو دور کر سکتی ہے۔ اچانک اُسے یاد آیا کہ چند دن پہلے اُس نے ایک مضمون لکھا تھا جس پر اسٹیڈی اُٹر نے لکھا تھا: ”پُر از معلومات اور نہایت اچھا“۔ اُسے خیال آیا کہ اگر وہ اتنا اچھا مضمون لکھ سکتی ہے تو یقیناً اس کا دماغ بہت اچھا ہے اس لئے اس روشن پہلو پر زیادہ توجہ کرنی شروع کر دی۔ اور آہستہ آہستہ احساس کمتری کم ہونا لگیا۔ اسی طرح ہم میں سے ہر ایک میں فروتری کا احساس کسی نہ کسی رنگ میں موجود ہوتا ہے اور اس کے ساتھ ہی مثبت احساسات بھی ہوتے ہیں۔ ان کو اگر ہم اپنی صلاحیتوں اور قابلیتوں کے ساتھ ملا کر کام میں لائیں اور روشن پہلو پر زندگی کے نظریات اور نصورات کی بنیاد رکھیں اور ان صفات کی نشوونما کرتے رہیں تو ہم میں احساس کمتری کی جگہ عید و جہد اور عزت نفس کا مبارک جذبہ پیدا ہوتا جائے گا۔

ان کتب سے استفادہ کیا گیا ہے :-

Dr. Alfred Adler.

Understanding Human Nature.

Education of Children.

Guiding The Child.

Dr. Alexander Adler.

Guiding Human Misfits.

Mc Bride.

Inferiority Complex.

Dr. Woolfe.

How To Be Happy

Though Human.

اسی سلسلہ کی دوسری کتابیں

فریڈرک اینڈنگز	۱	سوشلزم
عبداللہ ملک	۲	سرمایہ داری
باری	۳	کارل مارکس
باری	۴	انقلاب فرانس
لیونارڈ ایم شف	۵	راجہ اور کسان
مارشل وارشلوف	۶	سٹالین
ولڈیورنٹ	۷	عنصر تہذیب
ثریا اندریمان	۸	عصمت انونو
گوپال متل	۹	پہول اور کانٹے
اختر اورینوی	۱۰	شہنشاہ حبشہ
عبداللہ ملک	۱۱	جاگیرداری
باری	۱۲	مشین اور مزدور
باری	۱۳	محمد عربی
یوسف مہر علی	۱۴	ہندوستان کے لیڈر
پروفیسر خاور	۱۵	اقبال اور اُسکا پیغام
حسن عباس	۱۶	گورکی کی ڈائری
گوپال متل	۱۷	سبہاش بوس
محمد اشرف عطا	۱۸	رضا شاہ پہلوی
فریندر ناتھ سیٹھ	۱۹	ٹرائسکی
ہیرلڈ لاسکی	۲۰	فاسزم
گوپال متل	۲۱	گاندھی
گوپال متل	۲۲	جواہر لعل نہرو
اکرام قمر	۲۳	آمریت
باری	۲۴	تاریخ کیا ہے ؟
ماٹل ملیخ آبادی	۲۵	ہمارا لینن
عبداللہ بیٹ	۲۶	ابوالکلام آزاد
ڈاکٹر مولوی عبدالحق	۲۷	ہماری زبان
اختر انصاری	۲۸	افادی ادب
شیر محمد اختر	۲۹	احساس کمتری
لیونارڈ ایم شف	۳۰	صاحب اور مذہب
کلارا زٹکن	۳۱	لینن (بحیثیت ایک انسان)
نذیر مرزا برلاس	۳۲	طرح ذو

ہے۔ جو ان کے فکری اور جذباتی پس منظر پر چھا جاتی ہے۔

بہت ترقی پسند ویسوں کا خیال ہے کہ ہمارے موجودہ زمانے کی نصف سہ زیادہ برائیاں اس بات کا نتیجہ ہیں کہ مرد اور عورتیں دیر سے جو ان ہوتے ہیں اور انہیں خود مختارانہ کام کی طاقت حاصل نہیں ہوتی۔ اور چونکہ انہیں بھیڑوں کا ایک گلدنہا دیا جاتا ہے۔ اسی لئے ہر ملک میں آمر سپرڈیا ہو رہے ہیں۔ اگر بچوں کے سن بلوغت تک پہنچنے میں رکاوٹیں ہوں۔ اور ان کے پرورش پانے اور اپنے فرائض کے احساس میں کمی رہے تو اس کا مطلب یہ ہوگا کہ وہ بچے زندگی اور اس کے مختلف مسائل کو زیادہ اہمیت نہ دیں گے۔ اور وہ سماجی اور اجتماعی ذمہ داریوں سے بچنے کی کوشش کریں گے۔ زندگی کے متعلق ان کے اس رویے کا نتیجہ ہی اخباروں میں سنسنی خیز واقعات ہیں۔ فلمی اور ناٹکی ناموروں اور کھلاڑیوں کی پرتش طلاؤں کی کثرت یہ سب حالات جذباتی اور اخلاقی تلون ظاہر کرتے ہیں۔ ہمارے اس دور تمدن میں سماجی اور اجتماعی ذمہ داری کی ناکامی کا نتیجہ ہی آمروں کی پیداوار ہے۔ کہا جاتا ہے کہ جمہوریت کی ذمہ داریوں سے پہلو ہتی آمریت کا باعث ہوتی ہے۔

آج جنگ کے شعلے آف یورپ پر نہایت خوفناک طور پر بلند ہو چکے ہیں اگر نفسیاتی طور پر اس کا تجزیہ کیا جائے تو ہمیں اس جنگ کی محبت، توپوں سے پیار اور جنگی جہازوں سے الفت کی تہ میں بچپن کی ساری حرکات نظر آئیں گی۔ بچے کھلونا بندوق سے کھیل کر خوش ہوتے ہیں۔ لیکن یورپین قومیں اپنی بڑی بڑی توپوں اور جنگی قوت پر نازاں ہے۔ اس میں انہیں ایک خیالی اطمینان حاصل ہوتا ہے اور یہ ان کے لئے قومی افتخار ہے ہزار ہا بے گناہ انسانوں کو توپ کے ایک گولے سے نیست و نابود کر کے وہ اپنے گولے کی قوت تخریب پر فخر کرتے ہیں۔ لاشوں اور اجسام کے ٹکڑوں میں انسانی المیہ کا منظر بھول کر انسان

اپنے تباہ کن کھلونوں کی طاقت پر فخر کرنے لگتے ہیں۔ مگر جب ہمارے لوگ صحیح معنوں میں جوان ہوں گے۔ اور ان میں اپنی ذمہ داری کا احساس پیدا ہوگا۔ تو وہ حیرت انگیز مشینوں سے زیادہ انسانی ٹریجڈی کو ملحوظ رکھیں گے۔

بچپن کا طویل زمانہ ہی صرف احساس کمتری کا باعث نہیں ہوتا۔ کہ اس زمانے میں وہ دوسروں کے دستِ نگر ہوتے ہیں۔ بلکہ تربیتِ اولاد کا ایک گہرا اور ضروری اثر بچوں پر ہوتا ہے۔ اور اسی اثر سے بچے آئندہ زندگی بسر کرتے ہیں۔ تین قسم کے بچے آئندہ زندگی میں کمتری کے احساس سے متاثر ہو کر اس کی طرف راغب ہوتے ہیں۔ پہلی قسم میں ہم ایسے بچوں کو رکھیں گے جن میں جسمانی یا عضوی طور پر کوئی نقص ہو۔ اس میں ہر اس قسم کا نقص آجاتا ہے جس سے بچوں کو اپنے نقص کا احساس ہو یا جسے دوسرے بچے دیکھ کر ان کا تمسخر اڑائیں۔ ایسے نقص بچوں میں فروزی کا احساس پیدا کرتے ہیں۔

ڈاکٹر بران وولف مشہور نفسیاتی طبیب نے جسمانی یا عضویاتی نقص میں ذیل کی علامات لکھی ہیں:-

موٹاپا یا بالکل دُلاپن۔ پیدائشی داغ یا نشانات۔ سرخ بال یا جسم پر بھورے پن کی کیفیت۔ جسم پر زیادہ بالوں کا ہونا۔ غیر معمولی لمبی ناک۔ آنکھوں کی مختلف رنگت۔ باہر نکلے ہوئے دانت۔ مڑی ہوئی مٹھوڑی۔ حد سے زیادہ پتلی یا موٹی گردن۔ ٹیڑھے بازو۔ چوڑے یا بھدے کوٹھے۔ لمبی، ٹیڑھی، چھوٹی یا خمیدہ ٹانگیں۔ لمبے یا چھوٹے پاؤں۔ گنجا سر۔ مردوں کا نسوانی چہرہ اور عورتوں کا مردانہ چہرہ۔ اور اس قسم کے اور بہت سے عضویاتی نقص احساس کمتری کے بنیادی باعث بنتے ہیں۔ اور اس سے آپس میں مردم بیزاری

تنہا پسندی اور خوف کے جذبات پیدا ہوتے ہیں۔ ان جذبات کا پیدا ہونا طبعی لحاظ سے زیادہ سماجی حیثیت کی اہمیت رکھتا ہے۔

ذرا آپ چند بچوں کو کھیلتے دیکھئے تو آپ کو معلوم ہو جائے گا کہ کمزور بچہ سب کا گھوڑا بنا سواری کے کام آ رہا ہے۔ توانا بچے کمزور بچوں پر غالب نظر آتے ہیں۔ یہ سب کیوں ہوتا ہے۔ صرف اس لئے کہ کمزور بچہ اپنی حفاظت نہیں کر سکتا۔ وہ بے چارہ اس کے سوا اور کیا کر سکتا ہے کہ اپنی عزت کو بالائے طاق رکھ دے۔ بچپن کی یہ کمزوری اور اس کا احساس اس کی آئندہ زندگی پر اثر انداز ہوتا ہے۔ ذلت کا یہ احساس اس کے لئے زندگی کو بھرا دیتا ہے۔ اور اس سے بہت سی دماغی تکالیف پیدا ہو جاتی ہیں۔ اسلئے یہ ضرر رساں جذبہ جلد از جلد دل سے نکال دینا چاہئے۔ اگر اسے دور نہ کیا گیا۔ تو یہ سخت الشعور میں اپنا تسلط جمائے گا۔ اور قوت عمل پر ایک دباؤ سا پڑ جائے گا۔ جو دماغی قوائے کو معطل کر دے گا۔

ہم نے اوپر ذکر کیا ہے کہ اس جذبے کو دل سے نکال دینا چاہئے۔ اس کا مطلب جدید نفسیات کی روشنی میں یہ ہے کہ ہم بچے کے ذہن نشین کرانیں کہ اس کا یہ جذبہ یا خوف بے معنی ہے۔ اور اس کے لئے سب سے بہتر طریقہ یہ ہے۔ کہ بچوں سے ان کے استاد، دوست یا والدین خوب کھل کر باتیں کریں۔ اور بچہ اپنے دل کا حال ان سے کہتے نہ رُکے۔ توانا بچے تو اپنے جذبے پر قابو پا سکتے ہیں۔ اُن کے لئے کھیلوں کا سخت مقابلہ بائکہ بازی موزوں ترین علاج ہے۔

کالچ کے ایک پروفیسر کا تجزیہ کیا گیا۔ تو معلوم ہوا کہ ان میں احساس کمتری اس وقت سے پیدا ہوا تھا۔ جب وہ ابھی بالکل بچے ہی تھے۔ وہ اپنے ہجو لیوں میں ذرا لمبے

تھے۔ اور یہی اصل وجہ تھی ان کے اس جذبے کی۔ سب لڑکوں میں وہ نظر آ جاتے تھے۔ جماعت میں اگر کوئی شہرت کرتا تو وہ فوراً پکڑے جاتے۔ اور انہیں خصوصیت سے سزا دی جاتی۔ گویا سزا استاد کے نقطہ خیال سے جماعت کے انتظام کو قائم رکھنے کے لئے ضروری ہوتی تھی۔ مگر بچے کو محسوس ہونے لگا کہ اس سے یہ سلوک جان بوجھ کر کیا جاتا تھا۔ وہ اپنے آپ کو کس پر سی کے عالم میں پانے لگا۔ اسے یقین ہو گیا کہ یہ سب کچھ اس کے لمبے قد کی وجہ سے ہو رہا ہے۔ اسی طرح اسی کالج کے ایک لڑکے کے تجزیہ نفس سے معلوم ہوا کہ اس کا چھوٹا قد احساس فروتری کا باعث بنا۔ اور بچپن سے ہی اس کی وجہ سے وہ ٹکوتا رہا۔ اس احساس کی وجہ سے وہ دوسرے لڑکوں سے دور رہتا کھیلوں میں حصہ نہ لے سکتا تھا۔ اور پیشہ کے اختیار کرنے میں بھی جذبہ اثر انداز ہوا۔

دوسری قسم میں لاڈلے بچے آتے ہیں جنہیں زیادہ پیار نے خراب کر دیا ہو۔ شاید یہ جملہ آپ کو حیران کر دے گا۔ مگر موجودہ سوسائٹی میں ایسے بچے ایک نہایت المناک حقیقت ہیں۔ بیسویں صدی خود اعتمادی اور جرأت کی روح چاہتی ہے۔ ان صفات کے بغیر آپ موجودہ زمانہ کے چیلنج کا مقابلہ نہیں کر سکتے۔ یہ زمانہ کشمکش اور تنگ و دو کا زمانہ ہے۔ اس میں بقا کے لئے یہی دو صفات ضروری ہیں۔ مگر لاڈلے بچے میں یہ صفات کہاں۔ وہ تو بچپن سے ہی اپنی ناز برداری کرانا چاہتا ہے۔ وہ تو یہی چاہتا ہے کہ اس کی ہر ایک بات کو پورا کیا جائے۔ اپنے گھر میں وہ ایک راجا اور نواب ہوتا ہے۔ یہی نہیں بلکہ وہ ایک حکومت کا صدر اور ایک ملک کا امیر یا ایک ہی وقت میں تینوں مشکلات، مخالفت اُس کی خلاف مرضی کام، تکلیف یا سختی، وہ ان باتوں سے نا آشنا ہوتا ہے۔ اس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ عملی زندگی میں جب ناموافق حالات پیدا ہوتے ہیں۔ تو وہ جذباتی طور پر بالکل اٹکا

متقابل نہیں کر سکتا۔ اور اُس کی زندگی ہمیشہ ناکام رہتی ہے۔

لاڈلے بچے کے متعلق ہم دو مثالیں دینا چاہتے ہیں جس سے آپ پر مہندرجہ بالا بیان کی تصدیق ہو سکے گی۔ پہلی مثال ایسے بچے کی پیدائش ہے جس گھرانے میں ایک ہی بچہ ہو۔ وہاں وہی سب کالاڈالا اور پیارا ہوگا۔ ایسے گھر میں دوسرے بچہ کی پیدائش ایک نفسیاتی خطرہ ہوتا ہے۔ اگر بچے کو اس آنے والے خطرے سے عہدہ برآ ہونے کے لئے نہایت احتیاط سے پہلے ہی سے تیار نہ کیا جائے، تو ڈر ہوتا ہے کہ شاید اس صدمے کو برداشت بھی نہ کر سکے۔ اُسے تو یہ یقین دلایا گیا تھا کہ وہ خاندان کی مملکت کا واحد حکمران ہے۔ لیکن دوسرے بچے کی آمد نے اس خیال کو تھوڑا سا لاکر دیا۔ اس کی سلطنت کا صرف دعویدار ہی پیدا نہ ہوا بلکہ اسے تخت سے دست بردار ہو کر اپنی جگہ آنے والے کو دینی پڑی۔ نیا تجربہ اس پر ثابت کر دے گا کہ اب اس کی پوزیشن پہلی سی نہیں رہی، بلکہ گھروالوں کی توجہ کا مرکز دوسرا بچہ بن چکا ہے۔ وہ اب اپنے آپ کو تخت سے اتار رہا ہو محسوس کرنے لگے گا۔

ان حالات میں اسے کیا کرنا چاہیے، بچہ نہیں جانتا۔ اسلئے وہ خود بخود مایوسی کے جذبات کو اپنے دل میں دبائے رکھتا ہے۔ ایسے بچے دوسروں کو اپنی طرف متوجہ کرنے کے لئے بعض دفعہ رات کو بستر پر پیشاب کر دیتے ہیں۔ ہکلا کر باتیں کرنے لگتے ہیں۔ یا اندھیرے میں شور مچاتے ہیں۔ لیکن ان کے یہ افعال عارضی ہوتے ہیں۔ اور ان کا چند فائدہ بھی نہیں ہوتا۔ یہ دبا ہوا جذبہ اور بچپن میں ان کی تذلیل ملکر ان کی آئندہ زندگی پر اثر انداز ہوتی ہے۔ جوانی میں بہت سی دماغی پریشانیوں کا باعث بچپن کے یہی تاثرات ہوتے ہیں۔