

زندگی کے روشن و تاریک پہلو انسان کی زندگی راحت و تکلیف سے عبارت ہے ۔ ان میں سے ہر ایک انسان کی کوتاہ و محدود زندگی پر سایہ فگن ہے ہر شخص اپنے مقسوم کے مطابق ان دونوں سے دو چار ہوتا ہے اور اسی تلخ حقیقت کے مطابق انسان راحت و الم کے درمیان اپنی پوری زندگی گزار دیتا ہے ۔ یہ تو ہمارے امکان سے باہر کی بات ہے کہ اس ناموس ابدی میں کوئی تغیر کر دیں اور اپنی مرضی کے سانچہ میں اس کو ڈھال لیں ۔ لیکن یہ بہر حال ممکن ہے کہ زندگی کی حقیقت کو جان لینے کے بعد اس زندگی کے خوبصورت موجودات کی طرف اپنی نظروں کو موڑ دیں اور اس کے بد شکل موجودات کی طرف سے اپنی نظروں کو ہٹا لیں ۔ یا اس کے برعکس اشیاء کے روشن و درخشندہ پہلوؤں کو بھول کر ان کے سیاہ و تیرہ و تار پہلوؤں کی طرف متوجہ ہو جائیں ۔ مختصر لفظوں میں یوں سمجھئے کہ ہر شخص کے پاس اتنی قدرت ہے کہ اپنی فکر کو ان دونوں میں سے کسی ایک طرف مرکوز کر دے ۔ اور اپنی دنیا کو اسی رنگ میں رنگ لے جس کی طرف اس کا میلان ہے ۔

ہمارے لئے یہ بھی ضروری ہے کہ ایسی نا ملائم چیزیں جو زندگی کے لئے سدّ راہ بنتی ہوں ان سے مقابلہ کرنے کے لئے اپنی برد باری کو محفوظ کر لیں ۔ ورنہ پھر ہم ایسی خسارتوں سے دو چار ہوں گے جن کا جبران ممکن نہ ہو گا ۔ اور یہ بھی ہو سکتا ہے کہ حادثات کے مقابلہ میں ہم سرنگوں ہو جائیں ۔

بعض لوگوں کا خیال ہے کہ اگر زندگی کے حادثات اس طرح نہ ہوتے جیسے کہ ہیں تو ہم سب سعید و نیک بخت ہوتے لیکن یہ تصور غلط ہے کیونکہ ہماری بد بختیوں کا ڈنڈا حادثات زندگی سے نہیں ملتا ۔ بلکہ ہماری شقاوت و بد بختی کا دار مدار حادثات سے کس طرح نمٹنے پر موقوف ہے کیونکہ یہ ممکن ہے کہ عوامل خارجی کے اثرات کو انسان اپنے دل و جان اور اپنی روح کی طاقت سے بدل دے اور اس طرح کسب توفیق کر لے ۔ ایک مشہور رائٹر لکھتا ہے : ہمارے افکار کا دار مدار نا راضگی پر ہے ۔ ہم چاہے جس حالت میں ہوں چاہے جس صورت میں ہوں ناراض رہتے ہیں ۔ اور شکوہ بر لب رہتے ہیں ۔ یہ گریہ و رازی شکوہ و شکایت ہمارے خمیر میں ہے ۔ انسانی وجود کی تخلیق کچھ اس طرح ہوئی ہے کہ ہمیشہ روحانی و جسمانی نا مناسب

چیزوں سے رنج و عذاب میں گرفتار رہتا ہے ہر روز ایک نئی آرزو کا اسیر رہتا ہے ۔ بلکہ بسا اوقات تو اس کو یہ بھی نہیں معلوم ہوتا کہ کیا چاہتا ہے ؟ اور کس چیز کی تمنا رکھتا ہے انسان خیال کرتا ہے کہ خوش بختی تو دوسروں کے پاس ہے (میں تو بہت ہی بد بخت ہوں) لہذا ان سے رشک کرتا ہے اور اپنے کو تکلیف میں مبتلا کرتا ہے ۔ انسانی وجود ایک ایسے بچہ کے مانند ہے جو ہمیشہ سوز و غدار میں مبتلا رہتے ہیں ۔ ہماری آزادی و آسائش صرف اسی صورت میں ممکن ہے جب اس بچہ کو حقیقت کے دیکھنے پر آمادہ کریں ۔ اور اس قسم کی بیہودہ خواہشات سے اس کو روک دیں ۔ اس بچہ کی آنکھیں جو بے حساب خواہشات کی وجہ سے برائی کے علاوہ کچھ بھی نہیں دیکھ پاتیں انکو اچھائیوں کے دیکھنے پر مجبور کریں ۔ اس بچہ کو یہ سمجھ لینا چاہئے کہ اس باغ زندگی میں ہر آنکھ والا اپنے دامن کو پھولوں سے بھر لیتا ہے اور اندھا سوائے کانٹوں کے کچھ بھی

نہیں حاصل کر پاتا ۔ اگر ہم اپنی کم حوصلگی و بد گمانی ہی کے راستہ پر نہ چلیں اور نگاہ تحقیق سے دیکھیں تو ہم کو معلوم ہو گا کہ ہر زمانہ اور ہر عہد میں بلکہ اس زمانہ میں بھی جب کہ دنیا ہولناک گرداب میں پھنس چکی ہے اور ہماری زندگی ہر وقت زیر و زبر رہتی ہے اور ہر وقت اچھائی و برائی سے دو چار ہونا پڑتا ہے ہم باغ زندگی میں ہر جگہ گلہائے زیبا کو چشم بینا سے دیکھ سکتے ہیں ۔

انسان کی سعادت و نیک بختی میں اس کے افکار کو کافی دخل ہے بلکہ انسانی سعادت کا اکیلا مؤثر صرف اس کی عقل اور فکر ہے ۔ بد گمان شخص کی نظر میں غیر معمولی حادثہ بہت ہی عظیم ہوتا ہے اس کی کمر کو توڑ دیتا ہے بد گمان شخص اس کو برداشت نہیں کر پاتا ۔ لیکن حسن ظن رکھنے والا شخص جو صرف زندگی کے روشن پہلوؤں کو دیکھنے کا عادی ہے اور بدی کی جگہ ہمیشہ نیکی پر عقیدہ رکھتا ہے وہ ان مصائب و آلام کے مقابلہ میں جن سے زندگی میں اجتناب ممکن نہیں ہے سر تسلیم خم کر دیتا ہے ۔ انتہا یہ ہے کہ دشوار ترین مصائب کے وقت بھی وہ مقاومت کرتا ہے اور متانت و برد باری کے راستہ سے خارج نہیں ہوتا ۔ جو لوگ یہ خیال کرتے ہیں کہ ان ہی کی ذات بد بختی کا محور ہے وہ اپنی زندگی شکنجوں سے بھری ہوئی اور تاریک گزارتے ہیں ۔ اور ضرورت سے زیادہ حساسیت کی بنا پر مصائب و آلام کے مقابلہ میں اپنی طاقت کو بیکار خرچ کر کے تباہ کر دیتے ہیں ۔ اور دنیا کی ان نعمتوں اور برکتوں سے جو لوگوں کا احاطہ کئے ہوئے ہیں بے خبر و غافل رہتے ہیں ۔

ایک دانشمند کہتا ہے : دنیا لوگوں کے داتھ وہی برتاؤ کرتی ہے جو لوگ اس کے داتھ کرتے ہیں وہ بالکل برابر کا معاملہ کرتی ہے اگر آپ اس کے سامنے ہنسیں گے تو وہ بھی ہنسیں گی ۔ اور اگر آپ اس کے سامنے چیں بہ جبین ہونگے تو وہ بھی ترش روئی سے پیش آئے گی ۔ اگر آپ فکر کریں گے تو وہ آپ کو مفکرین کی فہرست میں شامل کر دیگی ۔ اگر آپ سچے و رحم دل ہوں گے تو آپ اپنے ارد گرد ایسے لوگوں کو دیکھیں گے جو آپ سے خلوص رکھتے ہونگے آپ سے محبت کرتے ہونگے ۔ آلام و مصائب بظاہر چاہے جتنے تلخ و ناگوار ہوں لیکن روح کو اپنے مخصوص ثمرات دیتے رہتے ہیں ۔ کیونکہ روحانی طاقتیں آلام کی گھٹا ٹوپ تاریکی میں مزید روشن و متجلی ہوتی ہیں ۔ اور انہیں دار و گیر ، مصائب و آلام فدا کاری و قربانی کے مراحل سے گزرتی ہوئی انسانی کمالات کی چوٹی پر پہنچ جاتی ہیں ۔

بد گمانی کے نقصانات

بد گمانی ایک بہت ہی خطرناک قسم کی روحانی بیماری ہے اور بہت سی ناکامیابیوں اور مایوسیوں کا سر چشمہ ہے ۔ یہ ایک ایسی بیماری ہے جو انسان کی روح کو عذاب و الم میں مبتلا کر دیتی ہے اور اسکے برے اثرات انسانی شخصیت سے ناقابل محو ہوا کرتے ہیں ۔ رنج و غم ہی وہ مرکز احساس ہے جہاں سے ممکن ہے بد گمانی کا آغاز ہوتا ہو اور احساسات و جذبات میں ایک شدید انقلاب و طوفان کا سبب بنتا ہو ، بد گمانی کا بیج جو اس راہ گزر سے مزرعہ قلب میں بویا جاتا ہے وہ انسانی افکار و اندیشوں پر ناگوار و تلخ اثرات مرتب کرتا ہے ۔ جس کا آئینہ روح بد گمانی کے غبار سے کثیف و تاریک ہو چکا ہو اس میں محض یہی نہیں کہ آفرینش کی خوبیاں و زیبائیاں اجاگر نہیں ہو سکتیں بلکہ سعادت و خوش بختی اپنی صورت بدل کر ملال و نکبت بن کر ظاہر ہوتی ہے اور ایسا شخص کسی بھی شخص کے کردار و افکار کو بے غرض تصور نہیں کر

سکتا۔ اس قسم کے اشخاص کی روحانیت چونکہ منفی ہے اس لئے ان میں مثبت قوت مقصود ہوتی ہے۔ اور ایسے لوگ اپنے افکار بد سے اپنے لئے مشکلات پیدا کر لیتے ہیں۔ اور اپنی طاقت کو ایسے حادثات میں غور و فکر کر کے بتاہ و بر باد کر لیتے ہیں جن سے شاید ان کا زندگی میں کبھی سابقہ بھی نہ پڑے۔ جس طرح حسنِ ظن رکھنے والے شخص کی طاقت اس کے اطرافیوں میں اثر انداز ہوتی ہے اور وہ شخص اپنے آس پاس کے لوگوں کی روح امید کو طاقت بخشتا ہے اسی طرح بد گمان شخص اپنے آس پاس کے لوگوں کے دلوں میں رنج و غم کی کاشت کرتا ہے اور لوگوں کے اس چراغِ امید کو خاموش کر دیتا ہے جو زندگی کے پیچ و خم میں ضوِ فشاں رہتا ہے۔

بد گمانی کے برے اثرات صرف روح تک ہی محدود نہیں رہتے بلکہ جسم پر بھی اس کے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ اس کی بیماریوں کا علاج مشکل ہو جاتا ہے۔ ایک عظیم طبیب کہتا ہے: جو شخص ہر ایک سے بد گمانی رکھتا ہو اور ہر چیز کے بارے میں غلط نظر یہ رکھتا ہو اس کا علاج کرنا اس سے کہیں زیادہ مشکل ہے جتنا دریا میں خود کشی کی نیت سے چھلانگ لگانے والے کو بچانا مشکل ہے۔ جو شخص ناراضگیوں اور ہیجان کے درمیان زندگی بسر کرتا ہو اس کو دوا دینا ایسا ہی ہے جیسے کھولتے ہوئے روغنِ زیتون میں پانی ڈالنا اس لئے کہ دوا کا اثر مرتب ہونے کے لئے یہ بھی ضروری ہے کہ روح اعتماد کی مالک ہو اور وہ اپنے سکون فکر کی حفاظت کر سکتا ہو۔

بد گمان شخص کے اندر کنارہ کشی دوسروں کے داتھ مل جل کر رہنے سے اجتناب کے اثرات باقاعدہ مشاہدہ کئے جا سکتے ہیں اور اسی نا پسندیدہ عادت کے تحت وہ شخص اپنے اندر استعدادِ ترقی کو کھو بیٹھتا ہے اور اس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ وہ ناپسندیدہ زندگی بسر کرنے پر مجبور ہو جاتا ہے۔ خود کشی کی ایک علت فکر و روح پر بد گمانی کا مسلط ہو جانا بھی ہے اور اس قسم کے نا قابلِ بخشائش گناہ کا ارتکاب اسی وجہ سے کیا جاتا ہے۔

اگر آپ اپنے معاشرہ پر نظر ڈالیں تو معلوم ہو گا کہ لوگ جو ایک دوسرے کے بارے میں گفتگو کیا کرتے ہیں وہ سب بغیر مطالعہ بغیر غور و فکر اور بد گمانی کی وجہ سے ہوتی ہے۔ اور اسی کے داتھ داتھ ان کی قوتِ فیصلہ بھی کمزور ہوتی ہے لیکن پھر بھی صحیح و اطمینان بخش تشخیص سے پہلے اپنا حتمی فیصلہ دے دیتے ہیں۔ ایسے لوگ بلا تصور کی تصدیق کے قائل ہوتے ہیں۔ کبھی ان کی گفتگو میں شخصی غرض بھی نمایاں ہوتی ہے اور یہی سب سے بڑا وہ عیب ہے جس کی وجہ سے رشتہ الفت و محبت ٹوٹ جاتا ہے۔ اتحادِ قلبی ختم ہو جاتا ایک دوسرے پر اعتماد کا سلسلہ نابود ہو جاتا ہے اور ان کے اخلاقیات تباہ و بر باد ہو جاتے ہیں۔

بہت سی ایسی عداوتیں اور دشمنیاں جن کا نقصان افراد و اجتماع کے لئے نا قابلِ جبران ہوتا ہے وہ ان خلاف واقع بد گمانیوں کی پیداوار ہوتی ہیں۔ معاشرے کے مختلف طبقات میں بد گمانی رخنہ اندازی کرتی ہے۔ انتہا یہ ہے کہ یہ بد گمانی دانشمندوں اور فلسفیوں کو بھی متاثر کر دیتی ہے ہر قوم و ملت کے مختلف ادوار میں ایسے دانشمند پیدا ہوئے ہیں کہ اسی بد گمانی کی وجہ سے ان کے طرزِ تفکر میں گہری تاریکی پائی جاتی ہے اور یہ حضرات علم و دانش کے سہارے ہمیشہ جامعہ بشریت کی خدمت کرنے کے بجائے نظامِ آفرینش میں نقد و تبصرہ کر کے اسی کی عیب جوئی کرتے رہے ہیں اور اس طرح ان لوگوں نے اپنے مسموم افکار غلط منطق کے ذریعہ معاشرے کی روح کو مسموم بنا دیا۔ مبادیِ اخلاق بلکہ مبادیِ عقائد کو بھی موردِ استہزا قرار دیا۔ بعض فلسفیوں میں بد گمانی اتنی شدید ہو گئی تھی کہ انہوں نے انسانی آبادی کی بڑھتی ہوئی تعداد اور فقر و فاقہ کے خوف سے وحشت زدہ ہو کر انسانی نسل کو محدود کرنے کے لئے ہر چیز کو جائز قرار دے دیا

یہاں تک کہ انسانی آبادی کو کم کرنے کے لئے وحشیانہ قتل و غارتگری خونریزی کو بھی جائز قرار دے دیا تھا ۔
ظاہر سی بات ہے کہ اگر دنیا کے لوگ ان کے زہریلے خیالات پر عمل کرتے تو آج اس روئے زمین پر علم و تمدن کا
کوئی وجود بھی نہ ہوتا ۔

انہیں بد گمان فلسفیوں میں ایک شخص بنام ابو العلاء معری تھا کہ جس کے تمام تر افکار اسی بد گمانی کے
محور پر گھوما کرتے تھے اور وہ زندگی کو عذاب سمجھتا تھا ۔ نسل بشر کو ختم کرنے کے لئے اس نے شادی بیاہ
پیدائش اولاد کو حرام قرار دے دیا تھا ۔ کہا جاتا ہے کہ جب اس کے مرنے کا وقت قریب آیا تو اس نے وصیت کی
کہ میرے لوح مزار پر یہ جملہ کندہ کر دیا جائے :
”یہ قبر میرے باپ کے ان جرائم میں سے جو اس نے مجھ پر کئے ہیں ایک نشانی ہے لیکن میں نے کسی پر
کوئی جرم نہیں کیا ہے ۔“

بد گمانی سے اسلام کا مقابلہ

قرآن مجید نے بد گمانی کو بہت بڑا شمار کیا ہے اور مسلمانوں کو اس بات سے روکا ہے کہ ایک دوسرے کے
بارے میں بدگمانی کریں ۔ چنانچہ ارشاد ہے : ” یا ایہا الذین آمنوا اجتنبوا كثيرا من الظن ان بعض الظن اثم “ اے
ایماندارو! بہت سے گمان (بد) سے بچے رہو کیونکہ بعض بد گمانی گناہ ہے (۱)
دین اسلام نے لوگوں کو بغیر کسی قطعی دلیل کے بد گمانی کرنے سے روکا ہے ۔ رسول خدا صلی اللہ علیہ و آلہ
وسلم کا ارشاد ہے : مسلمانوں کی تین چیزیں تم پر حرام ہیں ۱۔ خون ۲۔ مال ۳۔ بد گمانی۔ (۲) جس طرح کسی
مدرک و دلیل کے بغیر کسی کے مال کو دوسرے کی طرف منتقل کرنا غیر شرعی ہے اسی طرح لوگوں کے بارے
میں بد گمانی کرنا بھی حرام اور غیر شرعی فعل ہے اور اصل قضیہ کے ثابت ہونے سے پہلے کسی کو متہم کرنا
جائز نہیں ہے ۔ حضرت علی علیہ السلام کا ارشاد ہے :
صرف بد گمانی کی بنا پر کسی کے خلاف حکم لگا دینا نا انصافی ہے (۳) حضرت علی علیہ السلام نے بد گمانی
کے نقصانات ، نفسیاتی بیماریاں روحانی مفسد کو بہت جامع و بدیع انداز میں بیان فرمایا ہے :
خبر دار کسی سے بد گمانی نہ کرو کیونکہ بد گمانی عبادت کو فاسد اور گناہ کے بوجہ کو زیادہ کرتی ہے (۴) نیک
لوگوں سے بد گمانی ان کے حق میں ظلم و بے انصافی ہے چنانچہ ارشاد مولائے کائنات ہے :
نیک شخص کے بارے میں بد گمانی بد ترین گناہ اور قبیح ترین ظلم ہے (۵) دوستوں سے بد گمانی قطع روابط
اور دوستی و الفت کے ختم ہونے کا سبب ہے چنانچہ ارشاد ہے : جس کے دل پر بد گمانی کا غلبہ ہو جاتا ہے
اس کے اور اس کے دوستوں کے درمیان صفائی کی گنجائش باقی نہیں رہتی ۔ (۶)
بد گمانی جس طرح انسان کے اخلاق و زندگی کو بر باد کرتی ہے اسی طرح دوسروں کے اخلاقیات و روح کو خراب
کر دیتی ہے ۔ اور یہ بھی ممکن ہے کہ جن لوگوں کے بارے میں بد گمانی کی جائے ان کے اخلاقیات صراط
مستقیم سے منحرف ہو جائیں اور وہ لوگ فساد و رذائل میں مبتلا ہو جائیں جیسا کہ حضرت علی علیہ
السلام نے فرمایا : بد گمانی بہت سے امور کو فاسد کر دیتی ہے اور برائیوں پر آمادہ کرتی ہے ۔ (۷)
ڈاکٹر ماردن کہتا ہے : بہت سے ایسے نوکر ہیں جن کے مالک ان سے ہمیشہ بد گمان رہتے ہیں اور خیال
کرتے ہیں کہ یہ ملازمین چور ہیں ایسے نوکر آخر کار چوری کرنے لگتے ہیں اور اس قسم کی بد گمانی کا چاہے

ہاتھ و زبان سے اظہار بھی نہ کیا جائے پھر بھی وہ اپنی بری تاثیر چھوڑتی ہیں اور اس کی روح مسموم ہو جاتی ہے اور اس کو چوری پر ورغلانے لگتی ہے ۔ (۸)

حضرت علی علیہ السلام اسی سلسلہ میں فرماتے ہیں : کہیں تم (اپنی بیوی سے بد گمانی کی بنا پر) اپنی غیرت کا اظہار نہ کر بیٹھو کیونکہ یہ بات صحیح آدمی کو برائی پر اور بے گناہ کو گناہ پر آمادہ کرتی ہے ۔ (۹) بد گمانی کرنے والا شخص کبھی اپنے جسم و روح کی سلامتی سے بھی ہاتھ دھو بیٹھتا ہے ۔ جیسا کہ حضرت علی علیہ السلام نے فرمایا : بد گمان شخص کو تندرستی و آرام نصیب نہیں ہوتا ۔ (۱۰)

ڈاکٹر مارل اس سلسلہ میں کہتا ہے : (انسان کی) بعض عادتیں اس کی عمر کو کم کر دیتی ہیں مثلاً ہر چیز پر تنقید کی عادت ہر شئی سے بد گمانی کی عادت ! (عمر کو کم کر دیتی ہے) کیونکہ یہ منفی نفسیاتی عادت ، اعصاب اور داخلی غدود کو متاثر کر دیتی ہے ۔ اور اس کا نتیجہ کبھی عملی اختلال کی صورت میں اور کبھی جسمانی نقصان کی صورت میں ظاہر ہوتا ہے ۔ (۱۱)

ڈاکٹر ماردن کا کہنا ہے : بد گمانی صحت کو خراب کر دیتی ہے ۔ پیدائشی قوتوں کو کمزور کر دیتی ہے اور ایک متوازن روح کسی برائی کا کبھی انتظار نہیں کرتی ۔ مثلاً ہمیشہ اس کی یہی آرزو رہتی ہے کہ نیکیوں سے روبرو رہے کیونکہ اسے معلوم ہے نیکی ایک حقیقت ابدی ہے اور بد گمانی اچھی طاقتوں کے کمزور کر دینے کے سوا کچھ بھی نہیں ہے ۔ جیسے تاریکی فی نفسہ کوئی مستقل چیز نہیں ہے بلکہ عدم نور کا نام تاریکی ہے ۔ لہذا نور کی تلاش میں دوڑو ! نور دل سے تاریکی کو ختم کر دیتا ہے (۱۲)

بد گمان شخص لوگوں سے وحشت کرتا ہے جیسا کہ حضرت علی علیہ السلام نے فرمایا : جو حسن ظن نہیں رکھتا وہ ہر ایک سے وحشت کرتا ہے ۔ (۱۳)

ڈاکٹر فارمر کہتا ہے : جس مجلس میں ہر شخص اپنی رائے اور اپنے نظر یہ کو بیان کر رہا ہو اس میں اگر کوئی شخص صریحی طور سے اپنی فکر و نظر کے اظہار سے ڈرتا ہو اور جو شخص وسیع و چوڑی سڑکوں کو چھوڑ کر تنگ و تاریک گلیوں میں اس خوف سے راستہ چلتا ہو کہ کہیں چوڑی سڑکوں پر یا عمومی تفریح گاہوں میں اپنے کسی رشتہ دار سے ملاقات نہ ہو جائے ، یہ سب لوگ یا تو واہمہ کے شکار ہیں یا پھر ان کی روح پر بد گمانی مسلط ہے ۔ (۱۴)

بد گمانی کی علتوں میں سے ایک علت ماضی کی تلخ یادیں بھی ہیں جو انسان کے اندر چھپی ہوتی ہیں اور انسان کو بد گمانی پر آمادہ کرتی ہیں ۔ ایک اردو کا شاعر کہتا ہے

یادِ ماضی عذاب ہے یا رب چھین لے مجھ سے حافظہ میرا

انہیں ماضی کی تلخ یادوں نے شاعر کو اس شعر پر آمادہ کر دیا ۔ حضرت علی علیہ السلام کا ارشاد ہے : انسان کے دل کی گہرائیوں میں ایسی تلخ یادیں اور برائیاں پوشیدہ ہیں جن سے عقل فرار کرتی ہے ۔ (۱۵)

ڈاکٹر ہیلن شاختر کہتا ہے : جن لوگوں کو اپنی ذات پر اطمینان و بھروسہ نہیں ہوتا وہ معمولی سے رنج سے متاثر ہو جاتے ہیں اور ان تکلیفوں کی یادیں ان کے دلوں میں غیر شعوری طور سے باقی رہ جاتی ہیں جو ان کے افعال و اقوال ، اعمال و افکار کو متاثر کر دیتی ہیں ۔ جس کی وجہ سے وہ لوگ سخت مزاج ، غمگین اور بد گمان ہو جاتے ہیں اور ان کو پتہ نہیں چل پاتا کہ آخر وہ ان روحانی امراض کے کیونکر شکار ہو گئے ۔ کیونکہ تلخ یادیں ہمارے تحت الشعور میں مخفی رہ جاتی ہیں اور آسانی سے ظاہر نہیں ہوتیں ۔

دوسرے الفاظ میں یہ عرض کروں کہ انسان فطرتاً اپنی تلخ یادوں سے فرار کرتا ہے ۔ اس کو قطعاً یہ بات پسند

نہیں ہوتی کہ ان یادوں کو خزانہ حافظہ سے نکال کر نظروں کے سامنے رکھے لیکن یہ پوشیدہ دشمن اپنی کینہ توزی سے دست کش نہیں ہوتا۔ ہمارے اخلاق ارواح اعمال کو اپنے حسب منشاء ابھارتا رہتا ہے چنانچہ کبھی ایسا بھی ہوتا ہے کہ اپنے سے اور دوسروں سے ایسے اعمال سر زد ہو جاتے ہیں یا ایسی گفتگوئیں سننے میں آتی ہیں جو بظاہر بے سبب اور باعث کمال تعجب ہوتی ہیں لیکن اگر ہم ان کی کھوج میں لگ جائیں تو پتہ چلے گا کہ یہ انہیں تلخ یادوں کی دین ہے جو ہمارے تحت الشعور میں پوشیدہ تھیں۔ (۱۶)

پست فطرت لوگ اپنی ذات کو دوسروں کی طبیعتوں کا پیمانہ سمجھتے ہیں اور اپنی برائیوں کا عکس دوسروں میں دیکھتے ہیں۔ چنانچہ حضرت علی علیہ السلام نے اس سلسلہ میں نہایت عمدہ بات فرمائی ہے۔ آپ ارشاد فرماتے ہیں: بد طینت شخص کسی کے بارے میں حسن ظن نہیں رکھتا کیونکہ وہ دوسروں کا قیاس اپنی ذات پر کرتا ہے۔ (۱۷)

ڈاکٹر مان اپنی کتاب ”اصول علم نفسیات“ میں کہتا ہے: اپنی ذات کے دفاع میں رد عمل کی ایک قسم یہ بھی ہے کہ ساری برائیوں اور برے خیالات کو دوسروں کے سر تھوپ دیا جائے تاکہ اپنا نفس جو قلق و اضطراب میں مبتلا ہے اس سے چھٹکارا حاصل کر لے۔ قیاس بر نفس یہ بدترین قسم ہے اور جب اس قسم کا دفاع اپنے آخری مرحلہ پر پہنچ جاتا ہے تو پھر وہ شخص نفسیاتی مریض ہو جاتا ہے۔ اس قسم کا دفاع کبھی کسی جرم کا نتیجہ ہوتا ہے۔ مثلاً جب ہم کسی جرم کا ارتکاب کرتے ہیں تو ہمارے اندر یہ احساس جاگ اٹھتا ہے اور ہم اپنے نفس سے دفاع کے لئے اسی قسم کا جرم دوسروں کے لئے ثابت کرنے لگتے ہیں۔ (۱۸)

حضور سرور کائنات صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم جب مدینہ منورہ پہنچے تو مدینہ والوں میں سے ایک شخص پیغمبر اسلام صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم کی خدمت میں مشرف ہو کر بولا: اے رسول خدا صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم! یہاں کے لوگ بہت اچھے اور بہت نیک ہیں یہ کتنی اچھی اور مناسب بات ہے کہ سرکار یہاں قیام پذیر ہوئے! پیغمبر اسلام صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم نے اس سے فرمایا: تم نے صحیح بات کہی ہے۔ تھوڑی ہی دیر کے بعد ایک دوسرا شخص (وہ بھی مدینہ ہی کا تھا) آیا اور اس نے کہا: اے خدا کے رسول صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم! یہاں کے لوگ بہت ہی پست و فرومایہ ہیں۔ بڑے افسوس کی بات ہے کہ آپ جیسی عظیم شخصیت ان لوگوں کے درمیان میں سکونت اختیار کرے رسول خدا صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم نے اس سے بھی فرمایا: تم سچ کہتے ہو!

ایک صحابی بھی وہاں پر تشریف فرماتھے آنحضرت صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم کے دو متضاد قولوں پر تصدیق کرنے سے بہت متعجب ہوئے اور ان سے رہا نہ گیا پوچھ ہی لیا: حضور صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم آپ نے دونوں کی تصدیق کر دی حالانکہ دونوں کے قول متضاد تھے؟

رسول خدا صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم نے فرمایا: ان دونوں نے اپنی اپنی ذات پر قیاس کرتے ہوئے کہا تھا۔ جس کے اندر جو صفتیں تھیں اس نے اسی کے مطابق بات کی انہوں نے جیسا تصور کیا ویسا کہا۔ یعنی ہر ایک کی بات اس کے اعتبار سے سچ تھی۔

البتہ یہ بات ضرور ذہن میں رکھنی چاہئے کہ جس بد گمانی سے روکا گیا ہے وہ انحراف فکری اور برائی کی طرف میلان نفس اور اس پر اصرار ہے۔ اور جو چیز حرام ہے وہ بد گمانی پر اثر مرتب کرنا ہے۔ ورنہ ہزاروں خیالات جو دل میں پیدا ہوتے رہتے ہیں اور قلب سے عبور کرتے ہیباور ان پر کوئی اثر مرتب نہیں کیا جاتا کیونکہ وہ سب غیر اختیاری ہیں اور ان کو روکنا انسان کی طاقت سے باہر کی چیز ہے لہذا اس کو مورد تکلیف نہیں قرار دیا جا سکتا یعنی ان سے ممانعت نہیں کی جا سکتی۔

بہر حال چونکہ بد گمانی کرنے والوں کی تلخ زندگی کا سر چشمہ یہی بد گمانی ہے اس لئے اس بات کی تلاش و جستجو کرنی چاہئے کہ آخر یہ بیماری کیسے پیدا ہوتی ہے ؟ اور بیماری کی تشخیص کے بعد اس کے علاج و معالجہ کی طرف توجہ کرنی چاہئے !۔

۱۔ سورہ حجرات ۱۲/

۲۔ ترمذی کتاب البرّ باب ۱۸ ، ابن ماجہ کتاب الفتن باب ۲ ، صحیح مسلم کتاب البرّ باب ۳۲ ، مسند احمد ج ۲ ص

۲۷۷ و ج ۳ ص ۲۹۱

۳۔ نہج البلاغہ مترجم ص ۱۷۲

۴۔ غرر الحکم ص ۱۵۴

۵۔ غرر الحکم ص ۴۳۶

۶۔ غرر الحکم ص ۶۹۸

۷۔ غرر الحکم ص ۴۳۳

۸۔ پیروزی فکر

۹۔ غرر الحکم ص ۱۵۲

۱۰۔ غرر الحکم ص ۸۳۵

۱۱۔ راہ رسم زندگی

۱۲۔ پیروزی فکر

۱۳۔ غرر الحکم ص ۷۱۲

۱۴۔ راز خوش بختی

۱۵۔ غرر الحکم ص ۲۹

۱۶۔ رشد شخصیت

۱۷۔ غرر الحکم ص ۸۰

۱۸۔ اصول روانشناسی