

بڑھاپے کو بھی شاندار طریقے سے گزارا جاسکتا ہے!

شیخ صاحب نے قہقہہ لگایا۔ ہاتھ پر ہاتھ مار کر پوچھا کہ ڈاکٹر! نئی فلم کونسی دیکھی ہے۔ ہم دونوں پارک میں ہفتے میں تین بار سیر کرتے ہیں۔ ایک گھنٹہ باتیں کرتے کرتے گزر جاتا ہے۔ وقت کا پتہ ہی نہیں چلتا۔ جواب تھا کہ سینما گئے ہوئے مدت ہو گئی ہے۔ مگر نیٹ فلکس پر ہیلن آف ٹرائے، کی چار پانچ قسطیں دیکھ چکا ہوں۔ شیخ صاحب کہنے لگے۔ وقت ہی ضائع کیا۔ گھر بیٹھ کر فلم دیکھی تو کیا فائدہ۔ تیار ہو کر سینما میں فلم دیکھنے کیوں نہیں گئے۔ اب تو لاہور میں ایک سے ایک بہتر تھیٹر موجود ہے۔ گھر پر بیٹھ کر ٹی وی پر فلم دیکھنے سے صرف اپنا نقصان کیا ہے۔ صوفے پر لیٹ کر یا بیٹھ کر کیا فائدہ۔ جو مزہ فلم دیکھنے کا کشادہ ہال میں آتا ہے، وہی اصل لطف ہے۔ شیخ صاحب کی عمر اس وقت بیاسی برس ہے۔ آنکھوں میں ہر دم تجسس کی حرارت ہے۔ ایسے لگتا ہے کہ دیوار کے پیچھے بھی دیکھ سکتیں ہیں۔ ڈاکٹر، چلو یہ بتاؤ کہ فلم دیکھتے ہوئے کہیں مسکرائے، قہقہہ لگایا زور سے یا خاموش ہی رہے۔ جواب، انکے لیے بالکل بیکار تھا۔ خاموشی سے کافی وقت لگا کر توجہ سے فلم دیکھی ہے۔ شیخ صاحب نے سنجیدگی سے کہا۔ جو فلم، ہمارے جیسے غم زدہ معاشرے میں ہونٹوں پر مسکراہٹ نہ لاسکے، اسکو دیکھنا یا نہ دیکھنا برابر ہے۔ ڈاکٹر، تم بھی ساٹھ سال کے ہو رہے ہو۔ ریٹائرمنٹ قریب ہے۔ اگر اسی طرح زندگی گزارنے کی کوشش کرتے رہے، تو بہت تھوڑے عرصے بعد سخت تنہائی اور اذیت میں آ جاؤ گے۔ بڑھاپے میں آرہے ہو بلکہ آچکے ہو، تو اس کپی عمر کو شاندار طریقے سے جینا سیکھو۔ ہمارے ہاں، نوے فیصد بزرگ لوگ، بڑھاپہ گزارنے کا فن نہیں جانتے۔ لہذا اپنے اور دوسروں کیلئے بھی باعث تکلیف بنے رہتے ہیں۔ میں ہر دو ہفتے بعد، ایک شام کو عمدہ کپڑے پہنتا ہوں۔ لاہور کے بہترین سینما میں وہ فلم تلاش کرتا ہوں، جس میں بہت زیادہ سنجیدگی نہ ہو۔ پوپ کارن خریدتا ہوں اور ہاں، منت کر کے اپنے ایک پرانے دوست کو ساتھ لیتا ہوں۔ جو امرتسر کے ہائی سکول میں میرے ساتھ تھا۔ باقی تو سارے فوت ہو چکے ہیں۔ شیخ صاحب، تقسیم برصغیر سے پہلے امرتسر رہتے تھے۔ 1947 سے لاہور میں ہیں۔ مزاج کے حساب سے مکمل لاہوری ہیں۔ بولتے رہے اور میں سنتا رہا۔ میں اور میرا دوست فلم میں ہلکے سے مزاحیہ پن پر کھل کر ہنستے ہیں۔ پوپ کورن کھاتے ہیں۔ ہاتھ پر ہاتھ مارتے ہیں۔ باہر آ کر مکالموں پر بحث کرتے ہیں۔ آپس میں ہر وہ بات کرتے ہیں جو گھر میں نہیں کر سکتے۔ یعنی بے معنی سے گفتگو۔ تین گھنٹے بعد میں اپنے دوست کو واپس چھوڑتا ہوں اور مزے سے اپنے گھر چلا جاتا ہوں۔ میرا سوال تھا، کہ اس سے آپ کو کیا فائدہ۔ جواب تھا۔ بڑھاپے میں فائدہ اور نقصان دیکھنا بیوقوفی ہے۔ دیکھنا صرف یہ چاہیے کہ دلی خوشی کس چیز میں ملتی ہے۔ جو چیز بھی آپ کو دکھ دے، اسے فوراً ترک کر دینا چاہیے۔ دراصل ہمارے ملک میں بوڑھے لوگوں کو جوانوں کی طرح زندگی گزارنے کا فن نہیں آتا۔ باتیں کرتے کرتے ہم دونوں دوبارہ اٹھے اور وانگ ٹریک پر چلنا شروع کر دیا۔

شیخ صاحب سے میری بحث اکثر جاری رہتی ہے۔ بیاسی سال کی عمر میں وہ ہر دم تروتازہ دکھائی دیتے ہیں۔ تو انائی انکے چہرے سے عیاں رہتی ہے۔ ژولیدگی سے ہزاروں میل دور رہتے ہیں۔ دونوں پارک میں ایک ہفتہ میں تین بار ضرور ملتے ہیں۔ اکٹھی واک کرتے ہیں۔ انکی باتیں غور سے سنتا ہوں اور واقعی پھر سنجیدگی سے سوچنے پر مجبور ہو جاتا ہوں۔ شیخ صاحب پیشے کے لحاظ سے

تاجر ہیں۔ تقریباً ستر برس سے کاروبار سے منسلک ہیں۔ امرتسر سے لاہور آ کر کافی دیر مالی مشکلات کا شکار رہے۔ سائیکل پر کپڑا بیچنا شروع کیا۔ کچھ عرصے بعد، یعنی دس پندرہ برس بعد، کپڑا بنانے کا چھوٹا سا کارخانہ لگایا۔ خدانے انکا بازو پکڑ لیا۔ ایک سے دو، دو سے تین اور پھر درجن بھر کے قریب فیکٹریاں ہو گئیں۔ آج سے ٹھیک پانچ برس پہلے، اپنے بچوں کو کاروبار حوالے کیا اور صرف یہ کہا کہ وہ ہیڈ آفس میں روزانہ دو گھنٹے بیٹھ کر کاروبار پر نظر رکھیں گے۔ مگر دو سال سے یہ بھی چھوڑ دیا۔ اب وہ روزانہ شادمان میں اپنے دفتر جاتے ہیں۔ دو گھنٹے بیٹھتے ہیں۔ انکے ملازمین، کارخانے کے اندر کام کرنے والوں کا ہجوم لگا رہتا ہے۔ انکی زندگیوں میں آسانیاں پیدا کرنے کی مکمل کوشش کرتے ہیں۔ اگر کوئی بیٹا کاروباری مشورہ مانگے تو کہتے ہیں کہ خود فیصلے کرنے سیکھو۔ اگر نقصان ہوگا، تو وہی تمہارا بہترین استاد بنے گا۔ شیخ صاحب کے خیالات عام لوگوں سے حد درجہ مختلف ہیں۔ منفرد ہیں۔ میری انکی ملاقات کو صرف چند مہینے ہوئے ہیں۔ مگر بے تکلفی سے دیکھا جائے تو پرانے دوست لگتے ہیں۔ انہیں دوست بنانے کا ہنر خوب آتا ہے۔ بلکہ بہت خوب آتا ہے۔

پچھلے ہفتے، سیر کرتے کرتے کہنے لگے کہ ڈاکٹر! تم نے کبھی نہیں پوچھا کہ اپنا بڑھا پاتا اچھا کیسے گزار رہا ہوں۔ بغیر سوچے سمجھے جواب دیا۔ شیخ صاحب، آپکے ماشاء اللہ بہت وسائل ہیں۔ دولت کی فراوانی ہے۔ کوئی مسئلہ نہیں۔ لڑکے اور لڑکیوں کی شادیاں کر چکے ہیں۔ فرائض مکمل ہو چکے ہیں۔ لہذا اب آپ اچھی زندگی گزار رہے ہیں۔ شیخ صاحب نے میرا ہاتھ پکڑا اور پارک کی گھاس پر بیٹھ گئے۔ بہت سنجیدگی سے کہنے لگے۔ ڈاکٹر! تم نے ساری باتیں مکمل طور پر غلط کی ہیں۔ عمر کے پختہ حصہ میں دولت بے معنی ہو جاتی ہے۔ اسکی وہ اہمیت ہرگز ہرگز نہیں رہتی جو ایک مخصوص عمر میں ہوتی ہے۔ بڑھاپے کی اصل دولت سکون اور خوشی ہے۔ اسکا تعلق انسان کے اپنے اندر ہوتا ہے۔ مگر اکثریت ان بے مثال جذبات کو اپنے سے باہر تلاش کرتے کرتے حد درجہ تلخ ہو جاتی ہے۔ یہ نہیں سمجھتے، کہ دراصل انکا اپنا ذہن ہی انہیں وہ ہر خوشی دے سکتا ہے، جسکی انہیں عرصے سے تلاش ہے۔ غور سے سن رہا تھا۔ شیخ صاحب کہنے لگے کہ میرا خیال تھا کہ بیس برس پہلے مر جاؤنگا۔ اس وقت میں ساٹھ سال سے اوپر تھا۔ ہر وقت پریشان رہتا تھا۔ بیوی کے فوت ہونے کا از حد صدمہ تو تھا ہی مگر جوان بیٹے نے تو کمال دکھ دیا۔ چالیس برس کی جوان عمری میں کینسر سے فوت ہو گیا۔ میری پوری زندگی برباد سی ہو گئی۔ بیٹے کی جوان بیوہ اور چار بچوں کو دیکھتا تھا تو کلیجہ مونہہ کو آتا تھا۔ اس قدر ڈپر س ہو گیا کہ ڈاکٹر کے پاس جانا پڑا۔ مگر ایک رات کو صرف یہ سوچا کہ زندگی موت تو خدا کے ہاتھ میں ہے۔ مگر زندگی کو اچھے طریقے سے گزارنا تو میرے ہاتھ میں ہے۔ صرف میرے ہاتھ میں۔ اس دن سے آج تک اپنی زندگی کو ایک سو اسی کے زاویے سے تبدیل کر ڈالا ہے۔ بیٹے کی بیوہ کو کہا کہ بیٹا تم ابھی جوان ہو۔ شادی کرنا چاہتی ہو، تو میں بزرگ کی حیثیت سے تمہاری اپنی بیٹیوں سے بڑھ کر شادی کرونگا۔ تمہارے چار بچے، یعنی میرے پوتے پوتیاں، آج سے مکمل طور پر میری ذمہ داری ہیں۔ خاندان والوں نے مجھے بہت برا بھلا کہا۔ یہ بھی کہا، کہ سٹھیا گیا ہوں۔ اپنے پوتے پوتیوں کو اپنے ساتھ دادا نہیں بلکہ باپ کی طرح رکھنا شروع کر دیا۔ فوت ہوئے بیٹے کی بیوہ نے کہا، کہ دوبارہ شادی نہیں کرنا چاہتی۔ کاروبار میں مصروف کر دیجئے۔ اسے فیشن ڈیزائننگ کا شوق ہے۔ اس کا رابطہ ایک مشہور دکان سے کروا دیا۔ اب وہاں کپڑے بنا کر بیچ دیتی ہے۔ اپنا خرچہ بہترین طریقے سے خود اٹھاتی ہے۔ اس میں حد درجہ خود اعتمادی آچکی ہے۔ اگر اس نے کوئی مشورہ لینا ہو، تو اپنے حقیقی والد سے نہیں کرتی، بلکہ مجھ سے کرتی ہے۔

میرے قطعاً علم میں نہیں تھا کہ شیخ صاحب نے اپنی اہلیہ اور اپنے بیٹے کے دنیا سے رخصت ہونے کا غم دیکھ رکھا ہے۔ انکی طبیعت سے معلوم ہی نہیں ہوتا کہ انہیں کبھی کوئی پریشانی رہی ہوگی۔ شیخ صاحب نے کہا کہ ڈاکٹر، میں نے آج سے بیس برس پہلے چند فیصلے کیے تھے۔ انکے بعد، میری زندگی گُل و گلزار بن چکی ہے۔ سوال کیا کہ آپ بتانا پسند کریں گے۔ شیخ صاحب گھاس پر لیٹ کر آسمان کو دیکھنے لگے۔ کہا پہلا فیصلہ تو یہ کہ میں اب کبھی کسی معاملے کی شکایت نہیں کرونگا۔ اگر حل کر سکا تو ٹھیک اور اگر مسئلہ بدستور قائم رہا، تو کوئی بات نہیں۔ اسے مشیت الہی سمجھ کر مان لوں گا۔ مگر شکایت زبان پر نہیں لاؤں گا۔ اکثر بوڑھے، ہر وقت، ہر معاملے کی شکایت کرتے نظر آتے ہیں۔ انہیں کوئی بات اچھی لگتی ہی نہیں ہے۔ اس عادت کو مکمل طور پر ختم کر ڈالا۔ میری زندگی بیس فیصد تبدیل ہو گئی۔ بلکہ بہتر ہو گئی۔ دوسرا فیصلہ یہ کہ کھانا کم کھاؤں گا۔ یقین کرو۔ اپنی غذا ایک چوتھائی پر لے آیا۔ وزن کم ہونا شروع ہو گیا۔ لوگ سمجھے کہ بیمار ہو گیا ہوں۔ حالانکہ صحت مند ہو رہا تھا۔ اسکے ساتھ ساتھ روزانہ ایک گھنٹہ پیڈل چلنا شروع کر دیا۔ پہلے اندرون لاہور میں رہتا تھا۔ لارنس گارڈن قدرے نزدیک پڑتا تھا۔ پورا سال، ہر موسم میں، کسی تاخیر کے بغیر صبح صبح وہاں جا کر تیز تیز چلتا تھا۔ سخت سردی میں موٹی جیکٹ، اور مفکر پہن لیتا تھا۔ بارش میں پلاسٹک کا لمبا کوٹ اور چھتری لے لیتا تھا۔ مگر ہرگز ہرگز ناغہ نہیں کیا۔ دوسرے فیصلے نے میری صحت کی کاپیٹ دی۔ میرا بلڈ پریشر مکمل طور پر ٹھیک ہو گیا۔ بلڈ پریشر کی دوائی چھوڑ دی۔ تیسرا نئے دوست بنانے شروع کر دیے۔ اسلیے کہ پرانے دوست اکثر اوقات ورزش سے کتراتے تھے۔ فیس بک استعمال کرنا سیکھا۔ بوڑھے لوگوں کا ایک گروپ بنا لیا۔ تقریباً میرے ہم عمر۔ ہم نے ہر اتوار کو ملنا شروع کر دیا۔ ہم تقریباً بیس با بے تھے۔ مل کر فیصلہ کیا کہ عمر کے اس حصے میں کوئی نئی بابتی تلاش کرنی چاہیے۔ سب نے اپنے لیے نئے شوق تلاش کر لیے۔ میں نے پودے لگانے شروع کر دیے۔ محنت کر کے پودوں کی لائف سائیکل کو پڑھا اور پھر متعدد جگہوں پر نئے پودے لگانے شروع کر دیے۔ ان فیصلوں سے میری زندگی اسی فیصد بدل گئی۔ میرے بیٹوں اور بیٹیوں نے کہنا شروع کر دیا، کہ آپ نوجوان ہو رہے ہیں۔ میری آٹھ سال کی پوتی نے سکول میں بہترین دوست پر مضمون لکھا۔ اسے اس پر سکول کی طرف سے پرائز ملا۔ پتہ ہے، اسکا مضمون کس پر تھا۔ میرے پر۔

ہاں، آخری بات جس نے اسی فیصد کو سو فیصد کر دیا۔ میں نے چھوٹی چھوٹی خوشیاں محنت سے تلاش کرنی شروع کر دیں۔ پرانے دوستوں کو گھروں سے اٹھایا اور انکے ساتھ مکمل بکواس قسم کی گفتگو شروع کر دی۔ وہی لایعنی باتیں جو ہم جوانی میں کرتے تھے۔ میں بور لوگوں نے دور بھاگنے لگا۔ جس شخص سے مل کر ڈپریشن ہو جاؤں، اس سے ملنا مکمل طور پر چھوڑ دیا۔ ڈاکٹر، تم یقین کرو۔ پانچ فیصلوں نے میری زندگی یکسر طور پر تبدیل کر دی۔ مجھے زندگی سے کوئی شکایت نہیں۔ یہ تو خدا کا انعام ہے۔ ہمارے بوڑھے لوگ، زندگی کو شکایت، دکھ، تکلیف اور عذاب میں بدل دیتے ہیں۔ اولاد انکے گلے جہان جانے کی دعائیں مانگنا شروع کر دیتی ہے۔ مگر وہ بوڑھے مرد اور خواتین اپنی زندگی کو تبدیل نہیں کرتے۔ اسلیے کہ انہیں علم ہی نہیں ہوتا کہ بڑھاپے کو بھی شاندار طریقے سے گزارا جاسکتا ہے!