

باب 13

مدد کا لین دین

جب آپ کے نشئی بچے جرم کرتے ہیں، پھر گرفتار ہوتے اور مدد کے لیے پکارتے ہیں تو وہ چاہتے ہیں کہ ان کے والدین کسی نہ کسی طرح ان کو بچالیں۔ ٹف لوک تقاضا یہ نہیں ہے کہ جرم کرنے والوں کی مدد کی جائے چاہے وہ ہمارے اپنے خون کے رشتے ہی کیوں نہ ہو۔ اگر آج آپ ان کے ایسے جرائم کو اہمیت نہیں دیں گے جو وہ معاشرہ کے دوسرے افراد کے خلاف کرتے ہیں تو کل جب وہ آپ کی جان کو آئیں گے تب آپ کیا کریں، آپ ان کی زور زبردستی کے خلاف بند نہیں باندھ سکیں گے۔

ٹف لو کے زیر اثر والدین مریضوں کی صرف نشے سے نجات میں مدد کرتے ہیں۔ چونکہ نشے نے مریض کی آنکھوں پر پٹی باندھ رکھی ہوتی ہے اس لیے وہ واضح طور پر دیکھ نہیں پاتا کہ وہ اپنے اور دوسروں کے لیے کس قدر باعث تکلیف ہے۔ اسے اپنی بیماری کی شدت کا ابھی اندازہ نہیں ہوتا۔ اس کے اپنے غلط طرز عمل کے نتیجے میں جب وہ کسی مصیبت میں پھنستا ہے تو آپ اسے بچانے کے لیے دوڑتے ہیں، یوں اگر قدرت کی طرف سے اس کو ہوش دلانے کے لیے کوئی سبب پیدا ہوتا ہے تو آپ اپنی ”ہمدردی“ کے ذریعے اسے تھپک تھپک کر دو بارہ گہری نیند سلا دیتے ہیں۔ یہ کیسی ہمدردی ہے جو آپ کے نشے کے مریض کو کھل کھلا پیغام دیتی ہے کہ تم جو چاہو کرتے رہو، آپ سزا سے بچاتے رہیں گے۔ جبکہ آپ کے اس رویہ میں ایک چھپا ہوا پیغام یہ بھی ہے کہ تم جو نشہ کرتے ہو ہمیں اس پر بھی کوئی اعتراض نہیں۔

ٹف لو کے ذریعے کسی نشئی نوجوان کو زندگی کی شاہراہ پر واپس لانا ایک مشکل بات ہے لیکن اسی مشکل بات پر آپ کے بچے کی واپسی کا دار و مدار ہے۔ اگر آپ اس کی زندگی میں آنے والے بحرانوں سے ایسے نمٹتے رہیں کہ اسے کبھی تپتی ہو ابھی نہ لگے تو اسے کبھی پتا ہی نہیں چلے گا کہ وہ اپنے ہی پاؤں پر کھانسی مار رہا ہے لہذا وہ سنجیدگی سے نشے سے نجات کے بارے میں کبھی نہیں سوچے

گا۔ پھر آپ اسے نشے سے دور رکھنے کی کتنی ہی کوشش کیوں نہ کریں آپ کامیاب نہ ہوں گے۔ جب تک کہ خود اس کو نشے سے نجات کی فکر نہ ہوگی تب آپ اس کے اور نشے کے درمیان کوئی معقول رکاوٹ کھڑی نہ کر سکیں گے۔
دو ٹانگوں والی چیز کی نگرانی ناممکن ہے!

ایسے موقعوں پر جب والدین اپنے نشئی بچوں کے جرائم میں پشت پناہی سے انکار کر دیتے ہیں تو یہ ان کے لیے ایک ڈراؤنا خواب ہوتا ہے۔ غم و غصہ حواس باختگی میں انہیں یقین نہیں آتا کہ جو کچھ ان کے ساتھ ہو رہا ہے، وہ حقیقت ہے یا خواب۔ ٹھن لو میں والدین خاص طور پر ان بچوں کی بالواسطہ مدد کرتے ہیں جو اپنے طرز عمل کو بدلنے پر دلی طور پر آمادہ نہیں ہوتے۔

جب قانون آپ کے دروازہ پر دستک دیا ہے، ایسے میں آپ چین کی نیند نہیں سو سکتے۔ آپ کی خاموش سسکیاں، درد بھری ٹھنڈی آہیں اور آپ کا تڑپنا کوئی دیکھ نہیں پاتا کیونکہ آپ یہ سب کچھ اپنے آپ سے بھی چھپا کر کرتے ہیں۔ ٹھن لو میں آپ کے دوست ایسے مواقع پر سہارا دیتے ہیں اور آپ کے بگڑے ہوئے معاملات کو غیر جذباتی انداز میں سلجھانے کی کوشش کرتے ہیں۔ آپ کا غم و فکر اگر سنبھالا نہ جائے تو آپ کو گھن کی طرح کھا جاتا ہے۔ کتنے عجیب و غریب حالات پیدا ہو جاتے ہیں کہ آپ کی سمجھ میں نہیں آتا کہ آپ اپنی فکر کریں یا بچوں کی، نتیجتاً آپ کچھ بھی کر نہیں پاتے۔ جائے ماندن نہ پائے رفتن کے مصداق آپ تذبذب کا شکار رہتے ہیں، ایسے حالات میں آپ کیا کر سکتے ہیں؟

بہت کچھ! کیونکہ کچھ دن باقی دنوں سے اچھے ہوتے ہیں!

اجتماعی زندگی میں مدد کا لین دین آپ کی مشکلیں آسان بنا دیتا ہے۔ جب آپ اپنی تکلیف کو بھول کر اپنے بچوں کے لیے وہ کچھ کرتے ہیں جو آپ کے خیال میں درست ہوتا ہے تو آپ کا دل یہ بھی چاہتا ہے کہ آپ کے بچے اپنے عمل سے ثابت کریں کہ وہ حقیقی طور پر آپ کی ضرورت محسوس کرتے ہیں۔ اگر وہ آپ کو صرف مصیبت میں یاد کریں تو ضروری نہیں کہ آپ ان کی مدد کریں۔

ہم خدا تو نہیں ہیں!

ٹھن لو میں آپ ہر سرد گرم میں اپنے دوستوں اور عزیزوں کو اپنے ساتھ رکھتے ہیں، ان کی مدد کے بغیر ان مشکلات کو آپ آسانی سے نہیں جھیل سکتے۔

ٹھن لو کا نواں عقیدہ یہ کہتا ہے کہ

اجتماعی طور پر
والدین کو مدد کے
لین دین کی ضرورت ہے!

صرف اسی مدد کی وجہ سے آپ بچوں کے ساتھ اپنے بدلے ہوئے رویوں کو برقرار رکھنے میں کامیاب ہوتے ہیں۔ ٹھ لو میں آپ کے دوست اور عزیز بجرانوں میں آپ کے نشئی بچوں کو غیر جذباتی انداز میں منظم کرتے ہیں اور یہ مدد کا باہمی لین دین ہی ٹھ لو کی روح ہے۔ جب والدین جذباتی انداز میں اپنے مسائل کو خود حل کرنے کی کوشش کرتے ہیں تو نتیجہ میں وہ جلد ہی تھک ہار کر بیٹھ جاتے ہیں اور اپنے نشئی بچوں کے جن رویوں کو پہلے وہ رد کرتے تھے بعد میں خود ہی ان کو قبول کر لیتے ہیں۔ ایسے حالات میں آپ بعض اوقات اپنے بجران دوسروں ”ٹھیکے“ پر دینے کی کوشش بھی کرتے ہیں۔ سچ تو یہ ہے کہ جب تک آپ آگے بڑھ کر معاملات کو نہیں سنبھالتے آپ کو دوسروں کی حوصلہ افزائی اور مدد حاصل نہیں ہوتی۔

جب والدین اپنی خاطر نہیں بلکہ کسی دورے کی خاطر جیل یا ہسپتال جاتے ہیں، ہمدردی سے ایک دوسرے کی پتتا سنتے ہیں، ان کا غم بانٹتے اور عملی قدم اٹھانے کی منصوبہ بندی کرتے ہیں تو اسے ہم ٹھ لو میں باہمی لین دین کا اصول کہتے ہیں۔

والدین کے لیے باہمی مدد کا لین دین کبھی سہل نہیں ہوتا۔ بعض اوقات اس قسم کی مدد کے تقاضے بہت زیادہ ہوتے ہیں۔ آپ کو اپنا وقت اور اپنے وسائل دوسروں کے لیے استعمال کرنا پڑتے ہیں۔ ہم ایسی مدد کی بات کر رہے ہیں جو نئی ٹکلی، معلومات سے بھرپور اور مداخلت برائے اصلاح کے لیے ہوتی ہے۔ ”مداخلت برائے اصلاح“ ایک ایسی مداخلت ہے جسے عام طور پر ذرا مشکل سمجھا جاتا ہے لیکن کسی کو بھی اس کی اہمیت سے انکار نہیں ہو سکتا کیونکہ اسی سے ٹھ لو کے زیر اثر افراد آگے بڑھتے ہیں۔ آپ کسی دوسرے کی بہترین خدمت یہ کر سکتے ہیں کہ اپنی ذات کو اس کے لیے آئینہ بنا کر پیش کریں۔

جب آپ کے نشئی بچے بجران پیدا کر رہے ہوں تو میاں بیوی کی حیثیت سے آپ کو کبھی ایک دوسرے سے نہیں الجھنا چاہیے بلکہ باہم ایک دوسرے کو مضبوط سہارا فراہم کرنا چاہیے۔ جب ایک دفعہ آپ کے بچے صحیح راستوں پر چل نکلیں پھر آپ چاہیں تو آپس میں لڑنے جھگڑنے کا یہ شغل ساری عمر جاری رکھ سکتے ہیں۔

یہ کچھ مشکل سی باتیں ہی لیکن ٹھ لو کا مطلب اصل میں مشکل محبت ہے لیکن یہ محض باتیں

نہیں حقیقت پسندی ہے، یہ مسائل کے اندر اترنے والی بات ہے۔ جو لوگ ایسے رویے اختیار کرتے ہیں، دوسروں کی نظر میں ان کا تاثر بھی بہتر ہوتا ہے۔ جب آپ کے عزیز ورشتہ دار ہماری مصیبت کی گھڑی میں خاموش کھڑے تماشہ دیکھتے ہیں تو وہ اپنی طرف سے دخل نہ دینے کی پالیسی کو اخلاقی تقاضوں کے مطابق ہی سمجھتے ہیں، ایسی اخلاقیات آپ کے کس کام کی جس میں آپ کے پاؤں جلتے رہیں اور آپ کو پل بھر سکون حاصل کرنے کیلئے کوئی ٹھنڈی زمین نہ ملے۔

کبھی کبھی خاموشی اور انتظار بہت ظالمانہ ہوتا ہے!

”مداخلت برائے اصلاح“ ٹف لو کا ایک ایسا کارنامہ ہے جو والدین کو پرانے ناکارہ رویے ترک کرنے اور نئے کارآمد رویوں کو اپنانے میں کامیاب بناتا ہے۔ یہ تبدیلی کے لیے ایک محبت بھری مہم ہے لیکن ”مداخلت برائے اصلاح“ کوئی اندھا دھند کرنے والا کام بھی نہیں۔ محبت اندھی ہوتی ہے لیکن ٹف لو اندھا نہیں ہوتا!

محض اس خوف سے کہ آپ کو پسند نہیں کیا جائے گا بعض اوقات آپ صحیح رویے اختیار نہیں کرتے، اس سے نہ صرف دوسروں کی بلکہ آپ کی اپنی بقا خطرے میں پڑ جاتی ہے ٹف لو میں آپ نفرت، الزام، بے جا مداخلت، خوف اور نفسیاتی بہانے بازی کے لیے کوئی گنجائش نہیں چھوڑتے بلکہ اس کی بجائے حدود کا تعین، فیصلہ کن رویے، شیڈ پر ڈٹ جانا اور کم از کم قابل قبول رویہ کے تعین کو اپنی مصروفیات میں ترجیح دیتے ہیں۔ آپ قانون کے ساتھ تعاون کی پالیسی پر گامزن رہتے ہیں اور اپنے بچوں کو اپنے کیے کا لگان بھگتنے کے لیے آمادہ کرتے ہیں۔ ٹف لو میں نہ صرف والدین کو نشہ بازی سے متعلق رویوں سے نمٹنے کی تربیت دی جاتی ہے بلکہ بچوں کے ناجائز مطالبات کے خلاف ڈٹ جانے کا حوصلہ بھی ملتا ہے۔ آپ مریضوں کی مدد صرف ان معاملات میں کرتے ہیں جو نشے سے نجات سے متعلق ہوں۔

نہ جانے کیوں ہمارا معاشرہ ہمسائیگی کے تصور کو بھولتا جا رہا ہے۔ شاید دہلی دروازہ، موٹی روڈ اور مکھن پورہ میں ہمسائیگی کے تصور کی کچھ رقی باقی ہو، لیکن گلبرگ، کینٹ اور گارڈن ٹاؤن کے علاقوں میں اب کسی کو کچھ معلوم نہیں کہ ہمارے ہمسائے کے شب و روز کیسے گزر رہے ہیں؟ زندگی کی تیز رفتاری اور نفسا نفسی کے اس دور میں ہر کوئی آگے بڑھنے کی کوشش میں ہے لیکن اسے یہ تک معلوم نہیں کہ اس دوڑ میں اس کے ساتھ شریک لوگ کون ہیں؟

آپ اپنی انا کے پنجرے میں بند تنہا اور حواس باختہ اپنے اندر اتنی ہمت محسوس نہیں کرتے کہ کھل کر اپنے کسی ہمسایہ سے مدد طلب کر سکیں۔ جبکہ دوسری طرف ستم ظریفی دیکھئے کہ وہ نوجوان

جو بے راہ رو ہیں اور غیر اخلاقی طرز عمل کو اپنائے ہوئے ہیں ان کی آپس میں بہت گاڑھی چھنتی ہے۔ وہ ہر وقت ایک دوسرے کی ”مدد“ کے لیے آمادہ رہتے ہیں۔ اور ایک دوسرے کے بارے میں بہت زیادہ جانتے ہیں۔ یہ نوجوان روز نہ میل ملاقات کرتے ہیں اور ایک دوسرے کو ایسے گرسکھاتے ہیں جن سے والدین کو نیچا دکھانا ممکن ہوتا ہے۔ یہ نوجوان ایک دوسرے کے سیاہ کارناموں کو چھپانے اور گھڑی ہوئی کہانیوں کو قابل یقین بنانے کے لیے جھوٹ بولنے اور قسم کھانے سے بھی دریغ نہیں کرتے۔ والدین ان کی ہر بات تسلیم کر لیتے ہیں، پھر جب وہ آپس میں مل بیٹھتے ہیں تو والدین کی سادگی پر قہقہے لگاتے ہیں۔ کتنی عجیب بات ہے کہ یہ نوجوان آسانی سے ایک دوسرے کے لیے جھوٹ بولنے کے لئے آمادہ ہو جاتے ہیں لیکن والدین ایک جائز بات پر بھی سچ بولنے پر بڑی مشکل سے راضی ہوتے ہیں۔

والدین کا ایک دوسرے سے رابطہ نہ ہونا ان نوجوانوں کا سب سے بڑا استحصالی ہتھیار ہے چونکہ والدین ایک دوسرے سے تعاون نہیں کرتے اس لیے وہ بے بس ہی رہتے ہیں۔ ٹف لو میں جب وہ ایک دوسرے سے میل جول کرتے ہیں تو پہلے پہل نوجوان خوف اور گھبراہٹ کا اظہار کرتے ہیں لیکن آخر کار وہ اپنے آپ کو سنبھال لیتے ہیں اور جھوٹ اور بہانے بازی سے پرہیز کرنا شروع کر دیتے ہیں۔

جب والدین باہمی طور پر ایک دوسرے کو سہارا دیتے ہیں تو ان کے کھوئے ہوئے اختیارات ان کو واپس ملنا شروع ہو جاتے ہیں اور ساتھ ہی ساتھ گھر میں کچھ ڈرامائی لیکن مثبت تبدیلیاں نظر آنے لگتی ہیں۔ جب نوجوانوں کو یہ پتا چلتا ہے کہ انہیں اپنا کیا خود بھگتنا پڑے گا تو فطری بات ہے کہ وہ اپنے آپ کو سدھارنے کے لیے تمام تر چارہ جوئی بھی خود کرنے کی کوشش کریں گے۔

والدین جب اپنے بچوں کے رویوں میں تبدیلی لانے کی کوشش کرتے ہیں تو بچے شدید قسم کا رد عمل دیتے ہیں کیونکہ تبدیلی کا عمل ان کے لیے بھی آسان نہیں بلکہ تکلیف دہ ہوتا ہے۔ والدین کے سامنے دو ہی راستے ہوتے ہیں کہ ہتھیار ڈال دیں یا اپنے سٹینڈ پر ڈٹے رہیں، لازم ہے کہ والدین اچھے ساتھیوں کی مدد سے ایسی حکمت عمل بنا لیں کہ جس کے ذریعے بحران سمیٹا جاسکے، آخر نشے کے مریض کی راہنمائی کے لیے والدین کو اپنی حکمرانی قائم کرنے کی بھی ضرورت ہوتی ہے۔

اُصول نتائج حاصل کرنے کیلئے بنائے جاتے ہیں اور نتائج سے ہی چیزوں کے اچھے یا

برے ہونے کا فیصلہ کیا جاسکتا ہے۔ اگر نتائج اچھے نہ ہوں تو طرز عمل کو تبدیل کر دیا چاہیے۔ کوئی سٹینڈ اپنا کر پھر ہتھیار ڈالنا نامی کا نسخہ ہے۔ ضرورت اس امر کی ہے کہ بحران میں یہ بندوبست کر لیا جائے کہ خود مریض کو کوئی نقصان پہنچے اور نہ ہی ارد گرد کے ماحول یا لوگوں کو۔

یاد رکھیں! جب ہم کسی بحران سے تہا نہٹ رہے ہوتے ہیں تو وہ ایک روگ بنا جاتا ہے اور چونکہ یہ مسئلہ ہمارے لیے جذباتی اہمیت کا حامل ہوتا ہے اس لیے یہ ہماری توانائیوں کو کھا جاتا ہے۔ جب سہمی بحران سے نپٹنے کیلئے ہم دوسروں کی مدد حاصل کر لیتے ہیں ان کے لیے وہ محض ایک مسئلہ ہوتا ہے جو جذباتی طور پر ان کو متاثر نہیں کرتا۔ ہر مسئلے کا حل موجود ہوتا ہے، نشے کے مریض منفی مقاصد کیلئے ایک دوسرے کا ساتھ دیتے ہیں جبکہ والدین مثبت مقاصد کیلئے بھی یکجا ہونے میں ہچکچاتے ہیں۔ بحران سے نپٹنے کے لیے دوسرے والدین کا تعاون ضروری ہے۔

باہمی مدد کے بغیر تو والدین کچھ بھی نہیں کر پاتے۔ ہمارا تجربہ یہ بتاتا ہے کہ والدین کے لیے ایک دوسرے سے تعاون نہ تو آسان ہے اور نہ ہی کوئی انتخاب بلکہ ایک اہم ضرورت ہے۔ ٹف لو کا یہ پروگرام اسی چیز کا احساس دلانے کے لیے کوشاں ہے۔

آپ نے محض اپنے بچوں کی محبت میں بہت دکھ درد سہے ہیں۔ دوسروں کے ساتھ اپنے یہ دکھ درد بانٹنے کا عمل آپ کو بتاتا ہے کہ ایک طرف اپنے بچوں کے جھوٹ چھپانا اور دوسری طرف ان کے ناقابل قبول رویوں کو اپنے لیے ناقابل قبول بنا دینا دراصل محبت نہیں بلکہ سقوط محبت ہے۔

ہم جانتے ہیں کہ اپنے پیٹ پر سے کپڑا اٹھانا آسان ہیں!

اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا کہ آپ کتنی دفعہ اپنے بچے سے گرفتار ہونے یا جیل جانے کا تذکرہ کریں، یہ سب ہے کہ ہر دفعہ آپ کے لبوں پر جب یہ ذکر آتا ہے تو آپ کے دل میں ایک ہوک سی اٹھتی ہے لیکن دوسروں کو یہ باتیں سنانے سے آپ ہر بار اپنے اس عہد کی تجدید کرتے ہیں کہ آپ دوبارہ اس تجربہ میں سے گزرنے کے لیے تیار نہیں۔ جب آپ کا بچہ آپ کو فون کرتا ہے اور بتاتا ہے کہ وہ کسی جرم میں گرفتار ہو چکا ہے تو ایک لمحہ کے لئے آپ کا دل بیٹھ جاتا ہے۔ یہ ایک فطری بات ہے۔

آپ کو لگتا ہے کہ جیسے آپ کے ساتھ دھوکہ ہو گیا ہو!

آپ ڈرے ہوئے اور اندر سے خالی محسوس ہوتے ہیں، اس وقت یہ کہنا ”ہم تمہاری مدد نہیں کر سکتے“ آسان نہیں ہے۔ ایسے میں اپنی بے بسی اور صورتحال کی سنگینی کو پہچان لینا ضروری ہے۔ آپ اندر ہی اندر گھٹلے رہتے ہیں اور دل کی گہرائی میں جانتے ہیں کہ کسی قسم کی تبدیلی بدلے

ہوئے رویوں سے ہی ممکن ہے۔ حالات کے بدلنے کے لئے ضروری ہے کہ آپ وہی غلطیاں بار بار نہ کرتے رہیں۔ اگر آپ وہی غلطیاں بار بار دہرائیں اور ہر دفعہ مختلف نتائج کی توقع رکھیں تو یہ خام خیالی ہوگی۔

نشے کی بیماری کے گھیرے میں آنے کے بعد اس کا ایک حل یہ بھی ہوتا ہے کہ آپ عزیز و اقارب کو بلائیں، انہیں حقیقت حال جاننے کا موقع دیں اور یہ درخواست کریں کہ وہ غیر جذباتی انداز میں صورتحال کو سنبھالنے میں آپ کی مدد کریں۔ ایسے میں جب دوسرے آپ کے لیے پُر خلوص کوششیں کرتے ہیں تو آپ حقیقت سے انکار کرنا چھوڑ دیتے ہیں۔ وہ مل جل کر نشے کی بیماری سے پیدا ہونے والے بحران پر تبادلہ خیالات کرتے ہیں اور جب تک جذباتی گرد بیٹھ نہ جائے تبادلہ خیالات جاری رکھتے ہیں۔ پھر اپنی بے بسی کو تسلیم کرتے ہوئے کچھ عرصہ کے لیے معاملات دوسروں کے ہاتھ میں دے دیتے ہیں۔

کبھی کبھی تنہائی سے دوسروں کے ساتھ کچھ دور تک کا سفر بہت ہی خوش آئند ہوتا ہے۔ ایسے جذبات جو آپ اپنے دلوں میں چھپا کر رکھتے ہیں آپ کے لیے بہت تکلیف دہ ہوتے ہیں۔ کئی دفعہ ایسا بھی ہوتا ہے کہ بعض والدین ٹھٹھ لو میں ایک دفعہ آتے ہیں لیکن پھر کبھی پلٹ کر نہیں آتے یا پھر اگر دوبارہ آئیں تو دوسروں کو بات پر قائل کرنے کی کوشش کرتے ہیں کہ وہ ان کے مخصوص حالات کو سمجھ نہیں پائے۔

مریض با آواز بلند مدد نہیں مانگتا لیکن اسکی تلخی دراصل مدد کی پکار ہوتی ہے۔ اس پکار میں چھپی ہوئی بے آواز چیخیں آپ نہیں سن پاتے۔ اگر اہل خانہ بیماری کے نتائج اور حالات قابل قبول انداز میں مریض کے سامنے پیش کریں تو اس کی آمدگی حاصل کی جاسکتی ہے۔ ایسے حالات میں جب مریض نشے میں مدہوش ہونے کے باعث اپنے لیے کوئی بہتر فیصلہ نہیں کر سکتا، اہل خانہ اجتماعی طور پر مداخلت کر کے اسے علاج پر مائل کر سکتے ہیں۔ نشے کے مریض کی زندگی میں مداخلت ایک ایسا کام ہے جس میں لڑائی جھگڑے کا کوئی مقام نہیں۔ یہ ایک ایسا ماحتمی منصوبہ ہے جس کے لیے باقاعدہ تربیت کی ضرورت ہوتی ہے۔

مداخلت وہ طریقہ کار ہے جس میں اہل خانہ اور دوست احباب مل کر ماہر کی راہنمائی میں مریض سے ملاقات کرتے ہیں۔ اس ملاقات میں وہ مریض کے سامنے نشے سے ہونے والی بربادی کی منظر کشی اس خوبصورتی اور ملامت سے کرتے ہیں کہ مریض خود فریبی سے نکل کر حالات کی اصل تصویر دیکھنے کے بعد زیادہ دیر تک علاج کو رد نہیں کر سکتا۔ مداخلت کا بیڑہ عام طور پر گھر کا

کوئی ایسا شخص اٹھاتا ہے جو مریض کی جان بچانے کے لیے ذاتی نفع نقصان کی پروا نہیں کرتا کیونکہ وہ شخص نشے کی بیماری میں پوشیدہ حقیقی خطرات کو پہچان لیتا ہے۔

اہل خانہ انفرادی طور پر مریض سے بات کریں تو مریض اپنے بارے میں بیان کیے گئے حقائق کو جھٹلاتا ہے۔ ریسرچ کی بدولت اہل جل کر حقائق کو ایسے انداز میں مریض کے سامنے پیش کرنا ممکن ہو گیا ہے کہ وہ انہیں جھٹلا نہ سکے۔ مداخلت کے دوران جب فریض یہ جان لیتا ہے کہ والدین اور دیگر افراد خانہ مجھے تکلیف نہیں دینا چاہتے بلکہ میرا دکھ دور کرنا چاہتے ہیں تو وہ تعاون پر آمادہ ہو جاتا ہے۔

مداخلت سے پہلے تمام فکر مند لوگ سر جوڑ کر بیٹھتے ہیں اور مریض کے شب و روز میں سے ایسے واقعات تلاش کرتے ہیں جن کا تعلق نشے کے استعمال سے ہو اور جس کے نتیجے میں مریض یا اہل خانہ کو شرمندگی، نقصان، خطرے یا تباہی کا سامنا ہوا ہو۔ ان واقعات کو ’مداخلت کے نکات‘ کہا جاتا ہے۔ مداخلت میں حصہ لینے والے تمام افراد ان نکات پر مبنی اپنی اپنی فہرست تیار کرتے ہیں۔ ان نکات میں ہم مریض کو آگاہ کرتے ہیں کہ اگر اس نے علاج قبول نہ کیا تو آئندہ اسے نشے کے نتیجے میں ہونے والی تکلیفیں تنہا ہی جھیلنی پڑیں گی۔ اسے یہ بھی بتا دیا جاتا ہے کہ گھر میں اگر کسی نے نشے کے نتیجے میں تکلیفیں اٹھانی ہیں تو ان کا اصل حق دار مریض ہے کیونکہ صرف وہی اس خاص پوزیشن میں ہے کہ ان تکلیفوں سے فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔ یہ تکلیفیں اسے نشے سے نجات کی راہ ضرور دکھا سکتی ہیں۔ ایسے افراد خانہ جو اپنا آنسوؤں پر قابو نہ پاسکیں وہ مداخلت برائے اصلاح میں شریک نہ ہوں۔ آنسو مریض کے لیے دو کوڑی کے بھی نہیں ہوتے۔

تمام افراد طے شدہ پراگرام کے تحت صبح کے وقت مریض سے ملتے ہیں، جب وہ زیادہ نشے میں ہو اور نہ تروڑک میں۔ سربراہ مریض کو سب کی آمد کا مقصد بیان کرتا ہے اور اس سے وعدہ لیتا ہے کہ وہ خاموشی سے تمام افراد کے نکات سن لے تا ہم مریض کو جواب دینے سے بری الذمہ قرار دیا جاتا ہے۔ مریض کا کردار ایک سامع کے طور پر متعین کر دیا جاتا ہے کہ کیونکہ مداخلت میں مریض کے ساتھ تبادلہ خیال کا موقع نہیں ہوتا۔

اس کے بعد سربراہ مداخلت کا آغاز کرتا ہے اور پہلے فرد کو اپنے نکات پیش کرنے کے لیے کہتا ہے۔ ذیل میں نمونے کے طور پر مداخلت کے کچھ نکات دیئے گئے ہیں۔

- دو ہفتے پہلے آپ کی رضائی کو آگ لگ گئی تھی اگر میں نہ آتی تو آپ جل گئے ہوتے۔ میں آپ کے سونے تک آپ کا چوکیدار کرتی تھی آئندہ میں یہ ذمہ داری نہیں اٹھا سکتی۔ (بیوی)

- دو دفعہ علاقہ تھانیدار آپ کے نشے کے لین دین کے بارے میں مجھے تھانے بلوا چکا ہے اگر کوئی قانونی گرفت ہوئی تو میں تمہاری کوئی مدد نہ کر سکوں گا۔ (باپ)
- نشے کی وجہ سے آپ خاندان کی خوشی غمی میں شریک نہیں ہوتے۔ پچھلے ایک ماہ میں آپ گیارہ دن ملازمت پر نہیں گئے۔ میں آپ کیلئے مزید بہانے نہیں بنا سکتی۔ (بیوی)
- ایک ماہ پہلے تم نشے کی مدہوشی میں غسل خانے میں گر گئے تھے اور تمہیں ملازموں نے دروازہ توڑ کر نکالا تھا۔ (والدہ)
- پچھلے دنوں کچھ لوگ میرا رشتہ دیکھنے آئے ہوئے تھے۔ امی آپ کو ان سے چھپانے میں لگی ہوئی تھیں، مجھے بہت ندامت ہو رہی تھی۔ (بہن)

اگر مریض تکرار پر اتر آئے تو اس کی بات کا جواب نہ دیں بلکہ وہی نکتہ آپ دوبارہ پڑھ دیں۔ نکات کو اسی طرح پیش کریں جیسے ریہرسل میں پیش کیا تھا۔ اشتعال انگیزی سے بچیں اور محبت اور فکر مندی کا انداز برقرار رکھیں۔ ہر کوئی اپنے نکتے ختم کرتے ہوئے مریض کو کہے، ”کیا تم اسی انداز میں زندگی گزارنا چاہتے ہو؟“ اور مریض کو مشورہ دے ”بہتر ہے علاج کیلئے رجوع کرو“ بار بار کہنے سے نہ جھجکیں۔ اسے انکار کے نتائج سے بھی آگاہ کرتے رہیں لیکن یاد رہے کہ کہیں وہی جس پر عمل کا ارادہ ہو۔ مداخلت میں آپ مریض سے نشہ چھوڑنے کا وعدہ نہیں مانگتے۔ وعدے اس بیماری کا علاج نہیں۔ آپ اسے علاج قبول کرنے کیلئے کہتے ہیں۔

مداخلت کے دوران مریض کو کھسکنے کا موقع نہ دیں۔ تسلسل کے ساتھ نکات پیش کرتے رہیں۔ پہلے مریض غصہ کرتا ہے۔ پھر چہرے پر ناگوار تاثر لیے چپ بیٹھ جاتا ہے۔ یہاں اس کی خاموشی سے نہ گھبرائیں۔ خاموشی اس کے ذہن پر محبت اور مؤثر کام کرتی ہے۔ وہ بے چینی سے پہلو بدلتا ہے، پھر رونے لگتا ہے اور پھر ہاں کر دیتا ہے۔ کبھی خاموشی اور آنسو ”ہاں“ کا کام دیتے ہیں اور کم و بیش دو گھنٹے میں مداخلت کے مقاصد پورے ہو جاتے ہیں۔ مریض کے ہسپتال داخلے کا بندوبست مداخلت کے مرحلے سے پہلے ہونا چاہیے۔ دیر کرنے سے وہ دوبارہ خود فریبی کے گھیرے میں آسکتا ہے۔

صحیح بنیادوں پر کی جانے والی مداخلت میں کامیابی شرح 90% تک ہوتی ہے۔ جو لوگ سوچتے ہیں کہ کوئی معجزہ ہی ان کے مریض کو علاج پر راضی کر سکتا ہے، مداخلت ان کے لیے معجزے کا ہی کام دیتے ہے۔

ایسے حالات میں جب مریض کی زندگی خطرے میں ہو یا مریض کے رویوں کے اہل خانہ

پر تباہ کن اثرات مرتب ہو رہے ہوں تو ”بحرانی مداخلت“ کے سوا کوئی چارہ نہیں رہتا۔ بحرانی مداخلت میں ”ماہر مداخلت“ اپنی ٹیم کے ہمراہ ایک طے شدہ منصوبے کے تحت مریض تک پہنچتا ہے اور اسے اپنی حفاظت میں لے لیتا ہے۔

یورپ اور امریکہ میں قانون اس صورت میں نشہ کرنے پر معترض نہیں ہوتا کہ نشہ قانونی طور پر مارکیٹ سے خریدنا اور ادائیگی فرض کے دوران اور ڈرائیونگ سے پہلے نہ کیا جائے۔ لہذا ایسے معاشرے میں اگر کوئی شخص ان حدود و قیود کی پابندی کرے تو نشہ کرنے یا نہ کرنے کا معاملہ اس کی مرضی پر چھوڑ دیا جاتا ہے لیکن وہاں نشہ کرنے والے ان قواعد پر عمل نہیں کرتے، بہت سادہ سی بات ہے کہ جب کوئی نشہ باز ہوتا ہے تو وہ قانون کا پابند نہیں ہوتا بلکہ آزاد ہوتا ہے۔

ہمارے مذہب، معاشرے، خاندانی نظام اور حکومت میں کسی فرد کو کسی بھی حالت میں کسی بھی مقدار میں نشہ کرنے کی اجازت نہیں، کجا حالات ایسے ہوں کہ کوئی شخص اندھا دھند نشہ کر کے اپنی زندگی خطرے میں ڈالے ہو اور اہل خانہ کو بھی جسمانی، نفسیاتی، معاشی اور روحانی طور پر نقصان پہنچا رہا ہو۔ ایسے میں کوئی سمجھدار انسان مریض کو گھر بھونک کر تماشا دیکھنے کی اجازت نہیں دے سکتا۔

علاج کے ابتدائی حصے میں مریض کی رضامندی کی ضرورت نہیں ہوتی۔ ابتدائی چند دن میں مریض کی تکلیفوں کا علاج کرتے ہوئے معالج کے پاس کافی موقع ہوتا ہے کہ وہ خدمت اور مہارت کے ذریعے مریض کا دل جیت لے۔ نشے کا مریض ذہین انسان ہوتا، وہ ہمدردیوں کو پہچانتا ہے اور ان کی قدر کرتا ہے۔ نشے کے مضر اثرات ختم ہونے کے ساتھ ساتھ مریض کے خیالات میں تبدیلی آتی ہے۔ جس اسٹیج پر مریض کی رضامندی کی ضرورت ہوتی ہے مریض اس سے بہت پہلے مائل ہو چکا ہوتا ہے۔

مدد کرنا انسان کی جبلت میں ہے۔ جب آپ کو اس بات کا ادراک ہوتا ہے کہ آپ کے خاندان کی بقا اور بچوں کی مستقبل خطرے میں ہے تو آپ اپنے اندر اتنی ہمت پیدا کر لیتے ہیں کہ دوسروں سے کھل کر مدد کے لیے بات کر سکیں۔ جو نہی اپنے کندھوں سے کچھ بوجھ اتار پھینکتے ہیں تو آپ خود ہلکا پھلکا محسوس کرنے لگتے ہیں۔

دوسروں سے مدد کا تقاضا کمزوری نہیں ضبوطی کی علامت ہے!

صرف مضبوط اعصاب کے لوگ ہی ایسا کر پاتے ہیں۔ آپ سب کو ایک دوسرے کی ضرورت ہوتی ہے۔ آپ اس دُنیا میں تنہا نہیں ہیں اس لیے آپ کو ایسے زندگی گزارنے کی قطع کوئی

ضرورت نہیں جیسے کہ آپ تنہا ہوں۔

ٹف لو میں جب والدین ایک دوسرے کی مدد کرتے ہیں تو اکثر ناقابل برداشت مسائل بڑی خوش اسلوبی سے حل ہو جاتے ہیں۔ اگر آپ ایک دوسرے کی مدد کرنا سیکھ لیں تو دُنیا یقینی طور پر رہنے کے قابل جگہ بن جائے گی۔

آپ کے بچے آپ کے لیے سہانے سہنے ہوتے ہیں اور اس میں کیا شک ہے کہ آپ میں سے کوئی بھی بھیا نک سہنے نہیں دیکھنا چاہتا۔ اگر ایسا ہی ہے تو آپ کو اس بات پر یقین کرنا پڑے گا

کہ اجتماعی طور پر

والدین کو مدد کے

لین دین کی ضرورت ہے!

☆☆☆