

قوتِ ارادی انسان کی اصل طاقت

امریکہ کے ایک پچپن سالہ آدمی کو ایک کالا جادو کرنے والے نے بددُ عادی کہہ کر جلد مر جاؤ گے اور تمہیں کوئی بچا نہیں سکے گا۔

دن بدن آدمی کی حالت بگڑتی گئی یہاں تک کہ اس کا تیس کلو وزن کم ہو گیا اسے ہسپتال لے کر گئے۔ تمام رپورٹس کلئیر تھیں۔ جس ڈاکٹر کو اُس کا کیس دیا گیا اُس نے اُس مریض کی بیوی سے علیحدگی میں پوچھا: کیا کچھ ایسا ہے جو اس سب کی وجہ ہے؟

اُس نے بتایا کہ ایک کالے علم والے نے اُسے موت کی بددُ عادی تھی۔ ڈاکٹر نے اگلے دن نرس سے ایک انجیکشن لانے کو کہا اور مریض کو بتایا کہ میں اُس کا جادو کرنے والے سے مل کر آیا ہوں۔ اُسے پولیس کی دھمکی دی تو اُس نے بتایا کہ اُس نے تم پر چھپکلی کے انڈے پھینکے تھے اُن میں سے ایک چھپکلی تمہارے جسم میں ہے اور اندر سے تمہیں ختم کر رہی ہے۔

یہ جو انجیکشن تمہیں ابھی لگے گا اس سے تمہیں اُلٹی آئے گی اور وہ چھپکلی تمہارے اندر سے باہر آ جائے گی۔ آدمی کو اُلٹی آئی اور ڈاکٹر نے آنکھ بچا کر اُس میں چھپکلی ڈال دی۔ اس کے بعد حیرت انگیز طور پر وہ آدمی ٹھیک ہوتا چلا گیا اور لمبی زندگی جیا۔

قصہ مختصر یہ ہے کہ ہم بیماریوں سے نہیں مرتے ہم اپنے دماغ کے ہاتھوں مرتے ہیں۔ یہ ہمیں یقین دلا دیتا ہے کہ اب ہم نہیں بچیں گے۔ اسی لیے ایک آدمی جب لیور کینسر سے

مرا تو اس کے پوسٹمارٹم میں پتا چلا وہ ٹیوٹر تو بہت چھوٹا تھا اور پھیل بھی نہیں رہا تھا۔ لیکن وہ آدمی اس لیے مرا کیونکہ اُس نے سمجھ لیا تھا کہ وہ اس کینسر سے جلد مر جائے گا۔
اب عادات کی بات کرتے ہیں۔ فرض کریں ایک شخص کو صبح دیر سے اُٹھنے کی عادت ہے۔ تو وہ کیسے اپنی یہ عادت بدلے؟

کچھ کہیں گے کہ کچھ دن جلدی اُٹھنے کی کوشش کرے عادت بن جائے گی۔
کتنے دن؟ کچھ لوگ کہتے ہیں اکیس دن اور کچھ کے مطابق ساٹھ دن لگتے ہیں عادت بدلنے میں۔ لیکن ایک دانانے بتایا تھا کہ ہم ایک لمحے میں اپنی عادت بدل سکتے ہیں۔
اگر قوتِ ارادی ہو تو ہم آج ہی اپنی عادت بدل سکتے ہیں۔

آئیے خود سے وعدہ کریں کہ ہم اپنی قوتِ ارادی (will Power) کو مضبوط بنائیں، کیونکہ جب ٹھان لیں تو کامیابی ہے اور مان لیں تو ہار!