

ماہنامہ

کراچی

# روحانی ڈائجسٹ

37  
04

بچہ پندرہ کو قتل کیے جلائے  
اور پندرہ کو قتل سے ولادت پائی

مارچ ۲۰۲۰ء

مؤمن لوگوں نے اللہ کے سوا اور کارساز مقرر کر رکھے ہیں ان کی مثال مکوی  
کی سی ہے کہ وہ بھی ایک گھر بنا لیتی ہے، حالانکہ تمام گھروں سے زیادہ گھر  
گھر بنی کا گھر ہی ہے، کاش وہ جان لیتے۔ (القرآن)

روحانی ڈائجسٹ

مارچ ۲۰۲۰ء

قیمت 75 روپے

WWW.PAKSOCIETY.COM



بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

پڑھ تیز ازب بڑا کریم ہے جس نے علم سکھایا قلم سے  
پیغمبرانہ تعلیمات، روحانی و سائنسی علوم اور نظریہ رنگ و نور کا نقیب

جدد: 37 شمارو: 4

مارچ 2015ء / جمادی الاول 1436ھ

فی شمارو: 75 روپے

کراچی

ماہنامہ

ممبر ذیل پاکستان نیوز پیپر سوسائٹی

سالانہ خریداری کی شرح

پاکستان (بذریعہ رجسٹرڈ ڈاک)..... سالانہ 800 روپے  
بیرون پاکستان کے لیے..... سالانہ 170 امریکی ڈالر

خط کتابت کا پتہ

7-D, 1-1، ناظم آباد کراچی 74600

پوسٹ بکس 2213

فون نمبر: 021-36685469

فیکس: 021-36606329

ای میل فیکس بک ویب سائٹ

roohanidigest@yahoo.com

digest.roohani@gmail.com

facebook.com-roohanidigest

www.roohanidigest.net

سرپرست اعلیٰ

اَبْدَالِحِیْرُ قَلْبِدْرُ بَابَا اَوَّلِیِّیْنِ

چیف ایڈیٹر

خواجہ شمس الدین عظیمی

ٹیچنگ ایڈیٹر

ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی

ذاتی-ذاتی-ذاتی-ذاتی

اعزازی معاون

سہیل احمد

پبلشر، ایڈیٹر، ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی، طابع: روحانی ڈائجسٹ پرنٹر

سٹیمپ ایڈریس: 7-D, 1-1، ناظم آباد کراچی 74600

Copied From Web



- 06.... لوہا لہجی لوہہ نیتوت.... اللہ اور اس کے رسول کا فرمان....  
 07... صدائے جس.... اسلام اللہ کا قانون ہے، جس میں عورت کو مسلمہ حقوق دیے ہیں۔ خواجہ شمس الدین عظیمی  
 11... حق الیقین.... کامیابی کی پہلی شرط ایمان اور دوسری شرط اچھے کاموں کی انجام دہی ہے۔ ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی  
 25 .. افسانہ میں مدرسہ و حنا نقشاہ سے قسم ناک.... کاشف رضا....  
 28.. سول سوسائٹی کی جنت و جہنم.. مہمانِ کامل اور یا مقبول جان....  
 91... جتنی حبا جتنی زندگی.... زندگی کا ایک رخ یہ بھی ہے۔ آپ جتنی کہانیوں پر مشتمل سلسلہ....

بھی کسی کا کرا تو کبھی پورا پورا گھر، کبھی سڑک پر چلتی ہوئی گاڑی تو کبھی چلنے پھرنے  
 انسانوں کو پر اسرار گڑھے منوں سینکڑوں میں گھر رہے ہیں....

- 103.. منصوبہ بندی سے زندگی کو کامیاب بنائیں... محمد زید بیگ  
 107... مہنگائی کو دانش مندی سے قابو کریں!... گمریلہ خواتین کے لیے ندیم مرزا

99

میں جب ارد گرد دیکھتا ہوں تو حیران رہ جاتا ہوں، میرے چاروں طرف بے شمار درخت ہیں۔ ہر درخت میں کسی  
 نہ کسی شخص نے پناہ لے رکھی ہے اور اس کا بھیڑیا کھڑا ختم ہوا ہے۔  
 فاروق سرور.... 99

- 109.... بڑے ہوتے بچوں کے جذبات کو سمجھیے!... والدین کے لیے مشورے... کشور کنول  
 121.... کیسٹرن.... اب ہلکے مرض نہیں رہا، بروقت تشخیص سے علاج ممکن ہے....

111

تو ذہنی تناؤ میں مبتلا ہونا فطری عمل ہے۔  
 ڈپریشن.... جڑی بوٹیوں سے دور کریں....

- 131.... محمد زین حنیف

ایک سو بیس روپائی روک ٹاپ  
 عرس مہدک  
 گلہریا پاپا دلہا  
 195  
 روحانی روک ٹاپ اور عرس مہدک کی روپوش

یہ ایسے پاکستان  
 درائے سوات  
 179  
 جس کے کنارے ایک جیل خوش رنگ آپ ہے

83  
 پارس  
 ایک لڑکی کی کہانی جسے روحانی راہوں پر چلنا تھا۔



147

لے گئے اور دلچسپی میں لگے۔  
خواتین کی یہ خواہش ہوتی ہے کہ ان کے بال گنے، لمبے اور چمکدار ہوں۔ بالوں کی خوبصورتی میں انہی صحت کا بہت بڑا حصہ ہے۔  
نیہا جبار... 147

مچھلی کا استعمال اور لمبی عمر... جاپانیوں کی لمبی عمر کاراز... 134...  
پیتا... غذائی اور طبی خواہش کا حامل چل...  
محمد احسن عباسی... 137



127

گھر میں پیش آنے والے زیادہ تر حادثات خطرناک نہیں ہوتے تاہم لاپرواہی برتنے کی صورت میں یہ حادثے شدید بھی ثابت ہو سکتے ہیں۔

طبعی مشورے... گیس کے اسباب، احتیاط اور علاج... حکیم عادل اسمعیل... 151  
گھر کا معالج... ایسے مسائل جن کا حل ہمارے گھن میں موجود ہے... 155...  
اشرف ہاشمی کے نوگے... بدمرہ زندگی میں کام آنے والے گھریلو نسخے... اشرف سلطانہ... 157  
کیفیات مراقبہ... مراقبہ کے دوران مختلف کیفیات کا احوال... 163...  
قرآنی انسائیکلو پیڈیا... قرآنی الفاظ کی تشریحات... 169...

141

عام طور پر لوگ پودینے کا معرّف صرف یہی سمجھتے ہیں کہ اسے سالن میں خوشبو کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔ جبکہ پودینے کو قدرت نے حیرت انگیز خصوصیات سے مالا مال کر رکھا ہے۔  
طوبی دانش... 141

روحانی سوال و جواب... مراقبہ کیسے ہے... خواجہ شمس الدین عظیمی... 171  
خطبات عظیمی... خیالات دماغ میں سے نہیں آتے... خواجہ شمس الدین عظیمی... 173  
بچوں کا روحانی ڈائجسٹ... بچوں کے لیے کہانیاں، لطیفے اور پہیلیاں... نبیل عباسی... 183  
روحانی ڈاک... آپ کے مسائل کا حل ڈاکٹر و قور یوسف عظیمی کے قلم سے... 203...

175

رضدلی  
تنوع

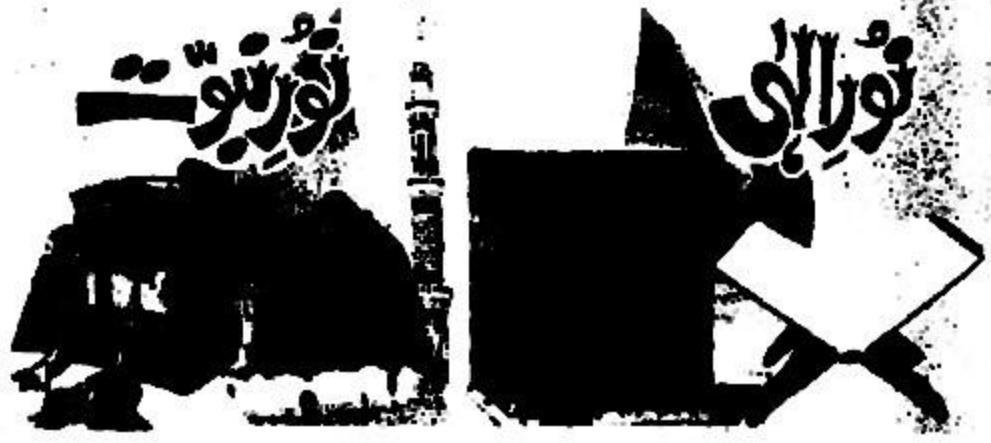
115

صحت مند زندگی

159

انسانی جسم کی کہانی

بچوں پر نقل و نقل ڈائجسٹ سے منتخب حور  
زندگی میں بہتری لاتے کام  
انسانی جسم کی کہانی اس کی رہنمائی



ہر آدمی یہ جانتا اور سمجھتا ہے کہ خاندان کے افراد جب تک مل جل کر یکجائی جذبات کے ساتھ رہتے ہیں ان کی ایک حیثیت ہوتی ہے، ان کی اپنی ایک آواز ہوتی ہے، ان کی ایک اجتماعی قوت ہوتی ہے۔ ملت اسلامیہ کی شیراز بندگی کی طرف قرآن ہمیں ان الفاظ میں متوجہ کرتا ہے۔

ترجمہ: ”اور تم سب مل کر اللہ کی رسی کو مضبوطی سے تھام لو اور تفرقہ مت ڈالو۔“ (آل عمران: 103)

اسلام انسانیت کی بقاء، معاشرے میں امن و سلامتی، اتحاد، اخوت اور بھائی چارے کا ضامن ہے۔ اس میں فرقہ پرستی کی کوئی گنجائش نہیں۔ قرآن ایک خاندان، ایک کنبہ کی طرح مسلمانوں کو ہدایت کرتا ہے کہ سب متحد ہو کر مضبوطی کے ساتھ اللہ کی رسی کو پکڑیں اور بھڑک کر اپنی طاقت کو ختم نہ کریں۔ حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم فرماتے ہیں:

اجتماعی وحدت کو اللہ کی تائید حاصل ہوتی ہے، جو کوئی جماعت سے جدا ہو گا وہ دوزخ میں جا کرے گا۔ (ترمذی)

اللہ تعالیٰ نے قرآن حکیم میں ایک مقام پر فرمایا:

”پیشک جن لوگوں نے (جداجد اراہیں نکال کر) اپنے دین کو پارہ پارہ کر دیا اور وہ (مختلف) فرقوں میں بٹ گئے، آپ کسی چیز میں ان کے (تعلق دار اور ذمہ دار) نہیں ہیں۔“ (سورہ انعام: 159)

اس آیت کریمہ میں حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو آگاہ کیا جا رہا ہے کہ ایسے لوگوں سے کوئی تعلق نہ رکھا جائے، جنہوں نے اپنے دین کو ٹکڑے ٹکڑے کر کے اپنی جمعیت کا شیرازہ منتشر کر دیا۔



کوئی نظام اس ہی وقت نظام کا درجہ پاتا ہے جب اس کی بنیادیں مستحکم ہوں اور اس نظام کو چلانے والے اس کی حفاظت میں کمر بستہ رہیں۔

زمین پر آدم و حوا کے وجود کے ابتدائی مرحلہ سے لاکھوں سال بعد تک معاشرتی نظام قائم ہے۔ جیسے جیسے شعوری ارتقاء ہوتا رہا.... معاشرے کی بنیادیں تو وہی تھیں لیکن ضرورت کے مطابق اصلاح و تجدید ہوتی رہی۔ آدم و حوا جنت سے جب زمین پر آئے تھے اسی وقت ستر پوشی کا نظام قائم ہو گیا تھا۔ زمین پر آدم و حوا کی نسل بڑھی تو زندہ رہنے کے وسائل کی پیداوار اور تقسیم کا عمل شروع ہوا۔ پھر یہ معاشرہ ایک عورت اور مرد کی حسن تدبیر سے خاندان، قبائل، قوم اور ملک کی صورت اختیار کرنا چلا گیا۔

زندہ رہنے اور حیوانات سے ممتاز ہونے کے لئے آدم نے (اپنے علم سے جو اسے یوم ازل میں منتقل ہو چکا تھا) قوانین بنائے۔ ہاتل، قاتل دونوں بھائیوں میں سے ایک بھائی نے جب اپنے باپ آدم کے بنائے ہوئے قانون کو ضد، ہٹ دھرمی اور اپنی انا سے توڑ ڈالا تو زمین پر پہلا قتل ہو یعنی قانون توڑنے کا پہلا رد عمل اولاد آدم کے سامنے قتل کی صورت میں ظاہر ہوا۔

آدم نے اپنے پیغمبرانہ علم کی روشنی میں انسانی نسل کے لئے جو معاشرتی قوانین ترتیب دیئے۔ اسی بنیاد پر اصلاحی کام شروع ہوا.... مرد اور عورت دونوں کے حقوق کا تعین ہوا۔

وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ چالاک اور خود غرض لوگوں نے معاشرے میں قدغن لگائی اور اصلاحی معاشرہ تخریبی معاشرہ بن گیا.... مرد چونکہ اعصابی طور پر مضبوط تھا اس نے چالاک حکمت عملی کے تحت زور بازو سے ہر چیز کو اپنی ملکیت بنا لیا۔ فطرت کا یہ قانون کہ ”مرد و عورت دونوں ایک دوسرے کے ساتھ اور لباس ہیں اور دونوں اس طرح مساوات کے عمل میں شریک ہیں کہ ہر کوئی اپنا فرض پورا کرے اپنا حق حاصل

کرسے کسی کے حق پر غاصبانہ قبضہ نہ کرے اور اپنا حق نہ چھوڑے۔“

پر عمل نہیں ہو سکا۔ چونکہ معاشرہ مرد اور عورت (دو یونٹ) کے بغیر مکمل ہی ہی نہیں سکتا۔ اس لئے مرد نے پہلی ضرب عورت پر لگائی اور وہ یہ بھی بھول گیا کہ.... ”مرد کی پیدائش اور تحقیق کے عمل میں مرد کے کردار کے مقابلے میں عورت کا کردار تین حصے زیادہ ہے۔“

جنسی غلبے نے آدم زاد کو حیوانات سے زیادہ مغلوب کر دیا۔ اور اس طرح.... عورت کو گھریلو استعمال کی ایک چیز سمجھا جانے لگا۔ بھیڑ بکریوں کی طرح اس کی خرید و فروخت ہونے لگی۔ مرنے والے مرد کے مال کے ساتھ عورت وراثت میں تقسیم ہو جاتی تھی۔ یورپ میں عورت کی وقعت اس حد تک کم تھی کہ وہ عورت کو انسان تسلیم کرنے پر تیار نہیں تھے۔ ہندوستان میں بیوی کو خاوند کے ساتھ سٹی کر دیا جاتا تھا۔ یعنی خاوند کے ساتھ زندہ جلا دینا عورت کا مقدر بنا دیا گیا تھا.... وہی یورپ جو عورت کو انسان کا درجہ دینے پر تیار نہیں تھا.... انقلاب فرانس کے بعد وہاں اتنا ضرور ہوا کہ عورت کو مرد کی خادمہ تسلیم کر لیا گیا۔

زمانے کے نشیب و فراز کے ساتھ زمین پر فساد برپا ہوتا رہا اور آدم کا پیرا زمین کو اجاڑنے کے منصوبے بناتا رہا.... پھر حرص و حوس اور اقتدار کی بجلی میں ایسے ایسے مہلک ہتھیار بتائے کہ زمین پر شلو فے کھلنے کی بجائے آگ و خون کا بازار گرم ہو گیا.... اقتدار کی خواہش نے لاکھوں مردوں کو لقمے اجل بنا دیا۔ مرد کم ہو گئے تو عورتوں کی کثرت سے نئے نئے مسائل سامنے آئے۔ عورتیں پاگل ہو کر سر بازار آگئیں۔ زمین پر آدم کی نسل کم ہونے لگی تو مرد سر جوڑ کر بیٹھے اور عورت کو ایسی آزادی دی کہ معاشرہ مزید درہم برہم ہو گیا۔ غیر جانبدار سوچ بتاتی ہے کہ اس میں بھی مرد کی خود غرضی سے صرف نظر نہیں کیا جاسکتا۔

سوال یہ ہے کہ سب کچھ مرد ہی کیوں کرتے ہیں۔ کیا عورت میں عقل و شعور نہیں ہے۔ کیا عورت مرد کی ماں نہیں ہے۔ کیا وہ عضو معطل ہے؟

کسی بھی زمانے میں مرد نے اپنی طاقت، مضبوط اعصاب، شیطنت اور مکر و فریب سے عورت کو اقتدار میں اپنے برابر نہیں بٹھایا۔ اب جب کہ عورت کو حقوق دینے کی باتیں ہو رہی ہیں اور مساوات کے نام پر عدم مساوات کی تحریکیں چلائی جا رہی ہیں مادی چکا چونڈ میں معاشرے کو تباہی کی طرف دھکیلا جا رہا ہے یہ بھی زمین پر آبا پر امن لوگوں کے خلاف ایک سازش ہے۔

عورت اور مرد معاشرے کے دو اہم رکن ہیں جس طرح مرد کے بغیر کوئی معاشرہ قائم نہیں ہو سکتا اسی طرح معاشرے کے اہم ترین رکن عورت و اگر الگ کر دیا جائے تو سارا کائناتی نظام درہم برہم ہو جائے گا۔ خالق کائنات نے جو تحقیق کرنے والوں میں بہترین خالق ہے۔ کائناتی معاشرے کو دو رخنوں سے بنایا ہے اور بارہ پیغمبروں کے ذریعہ اس کی وضاحت کرائی ہے۔ عورت اور مرد دونوں کی تحقیق ہے۔ عورت اور مرد دونوں کے اپنے اپنے فرائض ہیں جب بھی ان فرائض منصبی کو کم وقعت سمجھا جائے گا معاشرے میں ٹوٹ

مرد کا دل





جب کسی مسئلہ کو حل کرنے کے لئے ڈانڈے ملائے تو بہت سی ایسی باتیں سطح پر ابھر آتی ہیں کہ جن کا تجزیہ اگر کیا جائے تو بہت تلخ حقائق منہ شہود پر جلوہ گر ہوتے ہیں۔  
قرآن کہتا ہے کہ اللہ نے ہر چیز جوڑے جوڑے بنائی ہے۔ مذہبی حلقہ کہتا ہے کہ عورت کو مرد کی اداسی کم کرنے اور اس کا دل خوش کرنے کے لئے پیدا کیا گیا ہے۔  
عفت و عصمت کا تذکرہ آتا ہے تو وہاں صرف اور صرف عورت زیر بحث آتی ہے۔ کیا مرد کو عفت و عصمت کی ضرورت نہیں...؟

یہ عورت اور عورت ہے جس کے خون کا ایک ایک قطرہ مرد کا ایک ایک عضو بن جاتا ہے یہ وہ عورت ہے جو اپنے اندر موجود تخلیقی ناز مولوں سے بارہ کھرب خلیوں کو جنم دیتی ہے۔ یہ وہ عورت ہے جو نومینے اپنے پیٹ میں بچہ کی نشوونما کے لیے دن رات ایک کر دیتی ہے۔ یہ وہ عورت ہے جو مرد کے لئے زندگی میں کام آنے والی تانے بانے سے جسمانی خدو خال کے لباس تیار کرتی ہے یہ وہ عورت ہے جو جو دو سال تک اپنا خون جگر بچہ کے اندر انڈیٹق رہتی ہے یہ کیسی بد نصیبی اور ناشکری ہے کہ وہی مرد جس کی رگ رگ میں عورت کی زندگی منتقل ہوتی رہتی ہے۔ مرد کی تفریح کا ذریعہ سمجھی جاتی ہے۔ بے روت معاشرے نے عورت کو مرد کے مقابلے میں ایسا کردار بتایا کہ جس کو دیکھ کر ندامت سے گردن جھک جاتی ہے۔ مرد نے عورت کو ایک اشتہاری چیز بنا دیا ہے۔ سڑکوں پر آویزاں بوڑھوں پر، اخباروں میں، ضرورت زندگی کی اشیاء کے پیکٹوں پر انتہاء یہ کہ گندگی اور غلامت صاف کرنے والے ٹین کے سر بند ڈبوں پر بھی ہمیں عورت کی تصویر نظر آتی ہے۔

نف! کتنی بے حرمتی ہے اس ہستی کی جس نے اپنا سب کچھ کر مرد کو پروان چڑھایا ہے۔

بلاشبہ یہ کھلی نا انصافی اور فراموشی ہے۔ ناشکری اور نا انصافی کا رد عمل اس قدر بھانک اور ظلم ناک ہوتا ہے کہ تاریخ اس سے لرزہ بر اندام ہے دنیاوی علوم سے آراستہ دانشوروں کا یہ وطیرہ کم عقلی پر غبی قرار دیا جاسکتا ہے مگر جب ہم یہ دیکھتے ہیں کہ روحانی علوم کے لامتناہی میدان میں بھی عورتوں کو نظر انداز کیا گیا تو اعصاب پر موت سے کی سی کیفیت طاری ہو جاتی ہے۔ سینکڑوں سال کی تاریخ میں مشہور، معروف اولیاء اللہ کی فہرست پر نظر ڈالئے تو صرف ایک عورت کی نشاندہی ہوتی ہے اور اسے بھی آدھا قلندر کہہ کر اس کی بے وقعتی کی گئی ہے۔ کیا عورت اور مرد کے اندر الگ الگ روحیں کام کرتی ہیں۔ کیا روٹ میں تخصیص کی جاسکتی ہے؟ کیا روٹ بھی کمزور اور ضعیف ہوتی ہے؟ اگر ایسا نہیں ہے تو عورت کی روحانی اقدار کو کیوں محجوب رکھا گیا ہے؟ مردوں کی طرح ان خواتین کا تذکرہ کیوں نہیں کیا گیا جو اللہ کی دوست ہیں؟ وہ کون سی ایسی صفت ہے جو سورہ احزاب کی ۳۵ ویں آیت میں مردوں کے لیے گنوائی گئی ہے اور عورتوں کو اس محروم رکھا گیا ہے؟ اللہ تعالیٰ مرد اور عورتوں کی

یکساں صفات بیان کرتے ہیں ارشاد فرماتے ہیں:

تحقیق مسلمان مرد اور مسلمان عورتیں اور ایمان والے مرد اور ایمان والی عورتیں اور قرآن پڑھنے والے مرد اور قرآن پڑھنے والیاں اور سچ بولنے والیاں اور صبر کرنے والے مرد اور صبر کرنے والیاں اور عاجزی کرنے والے اور عاجزی کرنے والیاں اور خیرات دینے والے مرد اور خیرات دینے والیاں اور روزہ رکھنے والے اور روزہ رکھنے والیاں اور تمکین کرنے والے شرم اپنی کی اور نگرانی کرنے والیاں اور یاد کرنے والے اللہ کو بہت یاد کرنے والیاں تیار کیا ہے اللہ نے واسطے ان کے بخشش اور ثواب بڑا۔ (قرآن)

اسلام شرف کا علم بردار ہے۔ اس نے سارے انسانوں کو واجب عزت قرار دیا ہے۔



اسلام اللہ کا قانون ہے۔ اس قانون نے عورت کو مساوی حقوق دیئے ہیں۔ معاشرے کی تعمیر میں عورت کا بھرپور کردار ہے.... وراثت میں اسے حصے دار بنایا ہے۔ بالغ عورت کو کسی کے ساتھ نکاح پر مجبور نہیں کیا جاسکتا۔ شوہر کے لئے عورت کے حقوق پورے کرنا اسے خوش رکھنا اور اس پر خرچ کرنا اللہ نے عبادت قرار دیا ہے۔ عورت کے اوپر بھی مرد کے حقوق قائم کئے ہیں۔ عورت کو معاشرے کی تعمیر میں ایک اہم کردار ادا کرنے یعنی اولاد اور نسل انسانی کی صحیح تربیت اور تعلیم کی ذمہ داری سونپی گئی ہے۔

موجودہ سائنسی اور مادیت گزیدہ معاشرہ میں عورت کے اوپر یہ فرض عائد ہوتا ہے کہ وہ اللہ کے دیئے ہوئے حقوق کی حفاظت کرے.... اپنی انا کو مٹولے اور دیکھے کہ اس کے کاندھوں کو قدرت نے کتنا طاقتور اور مضبوط بنایا ہے۔ عورت پر لازم ہے کہ وہ اپنی نسل اور اپنی اولاد.... بیٹے اور بیٹیوں کو بتائے کہ مادی اقتدار عارضی ہے۔ مادی زندگی قریب کے لباس میں قید ہے.... محض مادی اقتدار قوموں کے زوال کی علامت ہے۔ مادی اقتدار کے پجاری اخلاقی قدروں کو پامال کر دیتے ہیں اور زمین آگ کا دریا بن جاتی ہے۔ اور اس آگ میں مرد اور عورت دونوں جل کر بھسم ہو جاتے ہیں۔

اے عورت! تو میری مال ہے۔

تو نے مجھے جنم دیا ہے۔ عدم سے وجود میں لانے کیلئے تو میرے لئے وسیلہ اور ذریعہ بنی ہے۔

تیرے اندر کی آتما، تیری روح نے میری تخلیق کی ہے۔

اے عورت! تو میری شناخت ہے تو نہ ہوتی تو میں بھی نہ ہوتا۔

میری رگوں میں جو خون دوڑ رہا ہے وہ تیرا ہی خون ہے۔

اے میری ماں، میری بہن، میری لخت جگر بنی! تم اور مرد ایک اللہ کی تخلیق ہو تمہارے اور مرد کے اندر ایک اللہ کی روح ہے۔ تمہارے اندر بھی وہ تمام صلہ صحتیں اور صفات موجود ہیں جو قدرت نے مرد کو ودیعت کی ہیں۔



# پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

## یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

### ہم خاص کیوں ہیں :-

- ✦ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✦ ہر ای بک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✦ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✦ سپریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✦ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریچ
- ✦ ایڈ فری لنکس، لنکس کو میسجے کمانے کے لئے شرٹک نہیں کیا جاتا
- ✦ ہر ای بک کا ڈائریکٹ اور ریڈیو ایبل لنک
- ✦ ڈاؤنلوڈنگ سے پہلے ای بک کا پرنٹ پر یو ہر پوسٹ کے ساتھ
- ✦ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✦ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریچ
- ✦ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✦ ویب سائٹ کی آسان براؤزنگ
- ✦ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں

We Are Anti Waiting WebSite

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

↳ ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

↳ ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب

ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

# WWW.PAKSOCIETY.COM

Online Library for Pakistan



Like us on  
Facebook

fb.com/paksociety



twitter.com/paksociety1



ایک پر امن، خوشحال و مستحکم معاشرہ کے قیام کے لئے سب سے جامع، ہمہ گیر اور دنیا کے تمام خطوں اور وقت کے تمام ادوار کے لئے قابل عمل رہنمائی اللہ کی آخری کتاب قرآن مجید اور اللہ کے آخری نبی حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کی تعلیمات میں ملتی ہے۔

الحمد للہ ہم مسلمان ہیں، رحمتہ اللعالمین ﷺ کے پیروکار ہونے کا ذمہ بھرتے ہیں۔ تو پھر آج ہمارا معاشرہ ابتری اور افراتفری کا شکار کیوں ہے؟ .... ہمارے ملک میں رشوت، ملاوٹ، میرٹ کا قتل، ظلم و زیادتی کیوں عام ہے۔ قرآن اور تعلیمات نبوی ﷺ سے آگہی کے باوجود ہم ان خراب حالات سے کیوں دوچار ہیں؟ .... ہمارے ساتھ مسئلہ کیا ہے؟ ....

سنجیدگی اور غیر جانبداری سے غور کریں تو اندازہ ہو گا کہ ہمارا مسئلہ ہماری ذہنی کجی ہے۔ ہم اپنی سوچ و فکر کا جائزہ لیں تو اندازہ ہو گا کہ اپنی ذات، اپنے معاشرہ، اپنے ملک میں ہم ذہنی معیارات پر عمل پیرا ہیں۔ ہم قرآن کی تلاوت کرتے ہیں لیکن اپنی زندگی اس کی ہدایت کے مطابق بسر نہیں کرتے۔ حضرت محمد ﷺ سے تعلق بلکہ عشق کا ذمہ بھرتے ہیں لیکن اس کا اظہار آپ ﷺ کے اسوۂ حسنہ پر عمل کے ذریعہ نہیں کرتے۔ ہم میں سے اکثر کا حال یہ ہے کہ ان کے لئے دین الگ ہے اور دنیا الگ .... اس طرز فکر اور طرز عمل نے ہمارا حال بگاڑ دیا ہے۔ سوال یہ ہے کہ ہمارا حال درست کس طرح ہو سکتا ہے۔ آئیے اس سوال کا جواب قرآن سے حاصل کرتے ہیں۔

اور جو لوگ ایمان لائے اور اچھے کام کئے اور اس چیز کو منان لیا جو محمد (ﷺ) پر نازل ہوئی اور وہ سراسر حق ہے ان کی رتبہ کس جانب سے۔ اللہ نے ان کی برائیاں ان سے دور کر دیں اور ان کا حال درست کر دیا۔

سورہ محمد کی اس آیت میں دنیا میں کامیابیوں کے حصول کے فارمولہ کا بیان ہوا ہے۔ دنیا کی ایسی کامیابی جس کے ساتھ اللہ کی رضا، اللہ کی مدد اور اللہ کا فضل شامل ہے۔ یہ فارمولہ نہایت واضح اجزاء پر مشتمل ہے۔

- [1] یہ ان لوگوں کے لئے ہے جو اللہ پر ایمان لائے ....
- [2] یہ ان ایمان لانے والوں کے لئے ہے جنہوں نے اس دنیا میں اچھے کام کئے۔ (اچھے کام کیا ہیں؟ .... اس کا مختصر جائزہ ہم آئندہ سطور میں لیں گے)

[3] ان ایمان لانے والوں اور اچھے کام کرنے والوں نے محمد ﷺ پر نازل ہونے والے قرآن کو ”جو باری تعالیٰ کی طرف سے حق کے ساتھ نازل ہوا ہے“ کہل

ضابطہ حیات کی حیثیت سے تسلیم کر لیا ہے۔

جو لوگ اس راستہ کو اختیار کر لیتے ہیں قرآن کے مطابق اللہ ان کی برائیاں ان سے دور کر دیتا ہے اور ان کے حال کی اصلاح کر دی جاتی ہے۔

برائیاں دور کرنے اور حال کی درستگی کی مثال ایک بیمار جسم سے بھی دی جاسکتی ہے۔ یعنی کوئی جسم جو بیماریوں کا مہربن چکا ہو اس کی تمام بیماریاں ختم ہو جائیں اور وہ مہتمم و مہتمم درست ہو جائے....

اپنے ارد گرد نظر دوڑائیں ہمارا اپنا حال بھی کچھ ایسی ہی نظر آئے گا۔ ہمارے معاشرے میں کئی طرح کی خرابیاں اور کئی اقسام کی بیماریاں محسوس ہوں گی۔ کبھی کبھی تو ان خرابیوں یا ان بیماریوں کی شدت اتنی زیادہ محسوس ہوتی ہے کہ بہت سے لوگ یہ سمجھنے لگتے ہیں کہ شاید یہ کبھی صحت یاب ہو سکیں۔۔۔۔۔ یہ ایسا ہی ہے جیسے بیماری کی شدت کسی مریض کو شفاء سے زندگی سے مایوس کر دیتی ہے۔ اپنے معاشرہ کی خرابیوں کو دیکھ کر دکھ اور اضطراب میں مبتلا بعض ہم وطنوں پر بھی مایوسی طاری ہونے لگتی ہے۔ لوگوں کی مایوسی اس وقت اور بڑھ جاتی ہے جب وہ دیکھتے ہیں کہ امت کے افراد دین کے بنیادی احکامات نماز، روزہ، زکوٰۃ، حج کی ادائیگی کا اہتمام تو بہت کرتے ہیں۔ نمازیوں کی بڑی تعداد مسجدوں میں جا کر اور ایک بہت بڑی تعداد اپنے گھروں میں رو کر نماز کی ادائیگی کا اہتمام کرتی ہے۔ ہمارے معاشرہ میں قرآنی تعلیم کے ادارے بھی روز بروز بڑھتے جا رہے ہیں، والدین اپنے بچوں کو ناظرہ قرآن کے ساتھ ساتھ حفظ قرآن کے لئے ان اداروں میں بھیج رہے ہیں۔ ضرور تمندوں کی مدد کے لئے فلاحی اور خیراتی ادارے بھی ہمارے معاشرہ میں نہایت وسیع پیمانے پر کام کر رہے ہیں۔ پاکستانی عوام اللہ کی خوشنودی کے لئے ان اداروں کو فراخ دلی سے عطیات بھی دیتے ہیں۔ ان سب باتوں کے باوجود معاشرہ میں پائے جانے والے بگاڑ میں اضافہ ہونے سے بہت سے ہم وطن مایوسی کی گہری دلدل میں پھنستے جا رہے ہیں۔

ایک طرف نہایت اچھی اچھی باتیں!.... دوسری طرف رشوت، ملاوٹ، دھوکہ دہی، علم و زیادتی، انتشار، نسلی لسانی تقسیم، فرقہ بندی اور مذہبی انتہا پسندی کی شدت!....

ہمارے معاشرہ میں Polarisation پر مبنی یہ صورتحال کیوں ہے؟.... اس کی سب سے بڑی وجہ ہمارے اختیار کردہ ذہریے معیارات ہیں۔ اچھائی اور بُرائی کے اپنے وضع کردہ پیمانے ہیں۔ آئیے قرآن کی سورہ محمد کی مذکورہ بالا آیت کی روشنی میں اپنے حالات کو سمجھنے اور سدھارنے کی کوشش کرتے ہیں۔

ترجمہ: جو لوگ ایمان لائے اور اچھے کام کئے اور محمد ﷺ پر نازل ہونے والے قرآن کو تسلیم کر لیا،

ان کی برائیاں دور کر دی جاتی ہیں اور ان کے حال کی اصلاح کر دی جاتی ہے۔

آئیے یہ سمجھنے کی کوشش کرتے ہیں کہ یہ نتیجہ کس میکانزم سے حاصل ہوتا ہے۔

اس کا پہلا حصہ ایمان ہے، یعنی اللہ قادر مطلق وحد ذلالتہ پر ایمان!.... اس ایمان میں روز قیامت پر پختہ

یقین بھی شامل ہے۔

آئیے! ہم اپنے آپ کو ٹولیں۔ کیا ایمان ہمارے قلوب میں پوری طرح جاگزیں ہو چکا ہے؟ کیا روز قیامت اپنے اعمال کی جو ابدی کا یقین ہمارے اندر راسخ ہے؟.... کیا ہمارے سرکاری اہلکار کو، تاجر کو پورا یقین ہے کہ جو مال ہم رشوت اور دیگر حرام ذرائع سے کمائیں گے قیامت کے دن اس کا پورا پورا جواب دینا ہوگا۔ اگر واقعی قیامت کا یقین

ہمارے دل میں بسا ہوا ہوتا تو کیا ہم رشوت، ملاوٹ، دھوکہ دہی، فریب سے دولت کمانے کا تصور بھی کر سکتے تھے؟ .... ہم امریکہ اور مغربی ممالک میں دیکھتے ہیں کہ لوگ سرکاری دستاویز اور تجارتی لین دین میں جھوٹ نہیں بولتے۔ ایسا کیوں ہے؟ .... کیا وہ لوگ صرف سچ بولنا جانتے ہیں اور جھوٹ سے ناواقف ہیں؟۔۔۔ اصل بات یہ ہے کہ انہیں معلوم ہے کہ وہ جھوٹ بولیں گے تو وہاں کارفرما نظام انہیں کبھی نہ کبھی پکڑ لے گا اور پھر ان کی جاں بخشی مشکل ہوگی۔ لہذا جو اب بھی کافین انہیں اپنے ملک میں جھوٹ بولنے سے باز رکھتا ہے۔ جن لوگوں کو قیامت کے دن بیکہ اس دنیا میں بھی مکافات عمل کے تحت جو اب بھی کافین ہے وہ راستہ پر چلتے ہوئے تمام قوانین و ضوابط کی پابندی کرتے ہیں۔ جو محض زبان سے قیامت کا ذکر کرتے ہیں مگر انہوں نے اپنے دلوں میں یقین کو نہیں بسایا ہوتا وہ جھوٹ بھی بولتے ہیں، رشوت بھی لیتے ہیں، ملاوٹ بھی کرتے ہیں اور جھوٹی گواہی بھی دیتے ہیں۔ ایسے کچھ لوگ کرسی عدل پر بیٹھ کر نا انصافی کرتے ہیں۔ ظلم و زیادتی کے کاموں میں شریک و معاون ہوتے ہیں۔ اس گروہ سے تعلق رکھنے والے رہنما اور دانشور قوم کو سیاسی، لسانی و مذہبی گروہوں اور فرقوں میں تقسیم کر کے غارت کے الانور روشن کرتے ہیں۔

قرآن بتاتا ہے کہ بعض لوگ ایسے ہوتے ہیں کہ ایمان ان کے دلوں میں داخل نہیں ہوا ہوتا....

ترجمہ: اور یہ کہتے ہیں کہ ہم ایمان لے آئے۔ کہہ دو کہ تم ایمان نہیں لائے بلکہ یوں کہو کہ ہم

اسلام لائے ہیں اور ایمان تو جوڑ تمہارے دلوں میں داخل ہی نہیں ہوا ہے۔ (سورۃ الحجرات)

قرآن کی اس آیت کی روشنی میں اپنے معاشرتی رویوں کا جائزہ لیں.... کیا ایسا محسوس نہیں ہوتا کہ آج ہمارا

معاشرہ ایسی ہی کیفیت میں ہے کہ ایمان ہمارے دلوں میں داخل نہیں ہوا؟....

کامیابی کی پہلی شرط ایمان ہے۔ لہذا سب سے پہلے یہ شرط پوری کرنے کی طرف توجہ کی جانی چاہئے۔ کامیابی کی

دوسری شرط اچھے کاموں کی انجام دہی ہے۔

ترجمہ: اور موسم مرد اور موسم عورتیں ایک دوسرے کے دوست ہیں کہ اچھے کاموں کے لئے کہتے

ہیں اور نبرے کاموں سے منع کرتے ہیں۔ (سورۃ توبہ)

ترجمہ: اور تم میں ایک جماعت ایسی ہوتی چاہئے جو خیر کی طرف بلائے اور اچھے کاموں کے لئے کہے

اور نبرے کاموں سے منع کرے۔ (سورۃ آل عمران)

اپنے معاشرتی حالات سدھارنے کے لئے ہمیں دیکھنا ہو گا کہ کن نبرے کاموں سے بچنا، کن اچھائیوں کو اپنانا اور

پھیلانا ہو گا۔ بہت سے لوگ بتاتے ہیں کہ نماز پڑھنا، روزہ رکھنا، نیک کے کام ہیں۔ یقیناً یہ نیک کے کام ہیں۔ نماز، روزہ،

ارکان اسلام میں شامل ہیں۔ یہ عبادات کا سب سے اہم حصہ ہیں تاہم نیک کا دائرہ عبادات سے آگے بڑھ کر انفرادی و

معاشرتی معاملات تک پھیلا ہوا ہے۔ اس دائرہ میں سیاست و حکومت، نظام عدل، معیشت و کاروبار، عمرانیات

وغیرہ.... معاشرہ کے سب سے شے شامل ہیں۔ اپنے حالات کے سدھار کے لئے زندگی کے ہر شعبہ میں ہمیں اچھائی

اور برائی کی حقیقی تعریف متعین کرنا ہوگی۔

کیا آپ نے اس بات پر کبھی غور کیا ہے کہ ہمارے معاشرہ کے کئی لوگ مذہبی فریضہ سمجھ کر اپنے ذمہ

واجب الادا پوری زکوٰۃ ادا کرتے ہیں۔ لیکن انہیں نیک کی ادائیگی یا تو کرتے ہی نہیں یا پھر اصل آمدنی کو کم ظاہر کرتے

ہوئے کم سے کم انہیں نیک ادا کرنا چاہئے ہیں۔ زکوٰۃ کی عدم ادائیگی گناہ ہے۔ انہیں نیک کی عدم ادائیگی یا کم ادائیگی ملکی

قانون کے تحت جرم ہے۔ چور ہے پر سرخ اشارے پر گاڑی نکال کر لے جاتا.... کاروں، بسوں، ٹرکوں کے ناقص سائیکس کے باعث کثیف دھوئیں کا اخراج.... گھر، دفتر، ٹیکسٹری کے باہر گزرنے والے تاروں میں کٹھا ڈال کر ناجائز طور پر بجلی کا حصول، ذاتی مفاد کے ناحق حصول کے لئے عدالتوں میں جھوٹی گواہی، طاقتور طبقات کی طرف سے مجرموں کی سرپرستی، کمزوروں کو انصاف کی عدم فراہمی یہ سب ملکی قوانین کے تحت جرم کے زمرہ میں آتے ہیں۔ روزہ کے دوران جان بوجھ کر کچھ کھالینا حتیٰ کہ انظار سے چند سیکنڈ پہلے ہی کچھ کھالینا ملکی قانون کے تحت جرم کے زمرہ میں تو نہیں آتا لیکن یہ اعمال گناہ میں شمار ہوتے ہیں۔ کوئی شخص خواہ پابندی سے نماز ادا کرے تاہو لیکن وہ جب بھی نماز ادا کرے گا پاک صاف اور با وضو ہو کر نماز ادا کرے گا۔ بے وضو نماز ہوتی ہی نہیں ہے۔ بے وضو نماز ادا کرنا گناہ کے زمرہ میں آتا ہے۔ اہم نکتہ یہ ہے کہ جن کاموں کو ہم گناہ سمجھتے ہیں ان کے ارتکاب سے حتیٰ الامکان بچنا چاہتے ہیں لیکن جن کاموں کے بارے میں ہمیں علم ہے کہ یہ جرم ہیں ان کے ارتکاب پر کئی مذہبی لوگوں کو بھی بعض اوقات کوئی افسوس یا پشیمانی نہیں ہوتی بلکہ بہت سے لوگ تو قانون کی خلاف ورزی کے ذریعہ اپنے بہادر ہونے کا اظہار کرتے ہیں۔ کتنے ہی ہارٹس چہروں والے پابند صوم و صلوة اصحاب ایسے ہیں جن کی ماہانہ لاکھوں کی آمدنی ہے لیکن وہ ٹیکس ادا نہیں کرتے۔ ایسے کتنے ہی لوگ ٹیکس کی ادائیگی سے بچنے کے لئے برسوں جمونے بیانات پر دستخط کرتے ہیں۔

کسی بھی معاشرہ کے استحکام یا کمزوری میں دو عوامل نہایت اہم کردار ادا کرتے ہیں ایک تو یہ کہ اس معاشرہ میں عدل و انصاف کی فراہمی کی صورت حال کیسی ہے دوسرے یہ کہ ملک کے افراد کی آمدنی کس قدر جائز اور قانونی ہے۔ جن معاشرہ میں نا انصافی رشوت، ٹیکس چوری اور لوٹ مار کا چلن عام ہو جاتا ہے وہ معاشرے کبھی استحکام اور ترقی حاصل نہیں کر سکتے۔

ہماری حالت اس وقت سدھرے گی جب ہم ملکی قوانین کے خلاف ورزی کو بھی گناہ کے ارتکاب کی طرح بڑا سمجھنے لگیں گے۔ جب ہم زکوٰۃ کی طرح اپنے ذمہ واجب الادا ٹیکس بھی پوری دیانتداری سے ادا کرنا شروع کر دیں گے۔ جب ہمارے ملک کی سڑکوں پر ٹریفک قوانین کی خلاف ورزی کو بھی گناہ کی طرح بڑا سمجھا جائے گا۔ جب ہمارے ملک میں عدل و انصاف کا بول بالا ہوگا۔ جب لوگ رزق حلال کو نیک سمجھیں گے اور رزق حرام کو گناہ کبیرہ سمجھ کر اس سے اجتناب کرنے لگیں گے۔ آج ان سب کاموں کی تلقین و ترغیب کے ساتھ ساتھ ملک میں انصاف کی فراہمی اور لوگوں کے معاشی استحکام کے لئے اقدامات امر بالمعروف اور نہی عن المنکر کے دائرہ میں آتے ہیں۔ ایک اسلامی مملکت میں یہ سب کام بھی دین کی تبلیغ سے تعلق رکھتے ہیں۔ یہ وہ اچھے کام ہیں جن کی انجام دہی سے ہمارے معاشرے کی خرابیاں دور ہو سکتی ہیں اور ہمارے حالات سدھر سکتے ہیں۔ ان اعمال صالحہ کی انجام دہی سے ہم اللہ کے انعام و اکرام کے حق دار بن سکتے ہیں۔ اللہ کا وعدہ ہے

ترجمہ: جو بھی اچھے کام کرے وہ مرد ہو یا عورت بشرط کہ وہ مومن ہو تو ہم انہیں اس دنیا میں ایک پاکیزہ زندگی بسر کرائیں گے اور انہیں ان کے اچھے کاموں کا بہترین اجر عطا کریں گے۔ (سورۃ النحل)

بِذِكْرِ وَقَارِ يُوسُفَ عَظِيمِ

# مائندہ فالنپس



ہر حال میں خوش رہنا سیکھیں

قسط نمبر 1

اس کا نچلا دھڑ مفلوج ہو گیا ہے۔ اس صدمے نے اسے توڑ کر رکھ دیا۔ سالار کی معذوری نے اسے اندر ہی اندر گھلانا شروع کر دیا۔

ماں باپ نے اپنی سی کوشش کر کے دیکھ لی مگر وہ اسے صدمہ سے باہر نہ نکال پائے۔ والدین کے لئے ایک فکر یہ بھی تھی کہ ایانہ اب بڈر اور بہادر لڑکی نہ رہی تھی۔ کہیں کسی بارات میں ہونے والی آتش بازی کے شور سے بھی وہ دبک جاتی۔ باہر نکلتے ہوئے اسے خوف محسوس ہوتا۔ نتیجے میں وہ گھر میں قید ہو کر رہ گئی تھی۔ آہستہ آہستہ اب وہ خود کو سب سے بد قسمت انسان تصور کرنے لگی تھی۔ اس کی بھوک کم ہوتی جا رہی تھی۔ لوگوں سے ملنا جلتا ترک کرتی جا رہی تھی

ایانہ کراچی کے ایک بہت معروف صنعتکار کی اکلوتی بیٹی ہے۔ وہ ان خوش نصیبوں میں سے ہے جو منہ میں سونے کا چھچھے لے کر پیدا ہوتے ہیں اور پھر جب مقدر ساتھ ہو تو کیا کہنے۔ صورت میرت اور ذہانت ایانہ میں مدغم تھیں۔

بیس سال کی عمر تک وہ جانتی بھی نہ تھی کہ ناکامی کسے کہتے ہیں۔ محرومی کیا ہوتی ہے اور پھر جب ٹریک سفر چھننے کی باری آئی تو یہاں بھی خوش نصیبی نے رنگ دکھایا۔ اس کے خوابوں میں بسنے والا شہزادہ سالار کے روپ میں اس کا ہم سفر بن گیا۔ مگر پھر وقت کو آزمائش لینے کی سوچیں۔

چھ مہینوں بعد جب وہ انگلینڈ سے پاکستان واپس

آئی۔ رات کے دو بج رہے تھے کہ اور انجان لوگوں سے ملاقات کا تو سن کر ہی کمرے میں بند ہو جاتی۔

## شاپینہ جمیل

ڈاکٹرز کے مطابق اسے کوئی جسمانی عارضہ نہ تھا۔ مگر ذہن خود ساختہ بیماریوں کی آماجگاہ ضرور بنا جا رہا تھا۔ اسے ہر وقت لگتا جیسے کوئی بندوق لئے اس کا پیچھا کر رہا ہے۔ وہ ایک خاص قسم کے فوبیا میں مبتلا ہو چکی تھی۔

انٹیرپورٹ سے واپسی پر ایک گاڑی ایک موٹر کانتے ہوئے چند نامعلوم افراد نے ان کی گاڑی کو روک لیا۔ سالار کی مزاحمت پر ایک سنگدل نے گولی اس کے جسم میں اتار دی۔ ایانہ تو یہ منظر دیکھ کر ہی بے ہوش ہو چکی تھی اور جب ہوش آیا تو معلوم ہوا کہ گولی سے سالار کی ریڑھ کی ہڈی پر داغ آیا ہے اور

آج کے اس افراتفری



یہ مزاحمت مختلف ذہنی الجھنوں اسٹریس، ڈپریشن اور دیگر نفسیاتی عارضوں کی صورت میں ظاہر ہوتی ہے۔ اگر بروقت اسے کنٹرول نہ کیا جائے تو یہ دماغی یا نفسیاتی بیماریاں جسمانی امراض کی صورت میں بھی ظاہر ہونے لگتی ہیں۔ جیسا کہ سر میں بے وقت درد کا رہنا، گیس اور بد ہضمی کے امراض، قبض کی شکایت کا رہنا، حتیٰ کہ جوڑوں میں درد، کی بھی عمومی بنیاد کسی نہ کسی طرح کی ذہنی الجھنیں، ڈپریشن، اسٹریس بنتے ہیں جو انتہائی درجے میں بلڈ پریشر، ذیابیطس اور دمہ کی صورت میں ظاہر ہوتے ہیں۔

شواہد بتاتے ہیں کہ مایوسی، ناامیدی اور ڈپریشن دل کی بیماریوں حتیٰ کہ کینسر جیسے موذی مرض سے بھی زیادہ خطرناک ثابت ہوتی ہیں۔ ایک سروے کے مطابق یہ بیماری کسی بھی عمر میں کسی کو بھی ہو سکتی ہے۔ اس وقت دنیا میں ہر چار میں سے ایک فرد کسی نہ کسی ذہنی یا نفسیاتی عارضہ میں مبتلا ہے۔ جس کی وجہ ایک جانب تو دنیا بھر میں روز بروز بڑھتی ہوئی مہنگائی، غیر یقینی صورتحال، بنیادی سہولیات کا فقدان، لوٹ مار، قتل و غارتگری اور عدم تحفظ جیسے مسائل ہیں۔ دوسری جانب اخلاقی ہستی، باہمی تعلقات میں ناچاقیاں، رشتے داروں سے دوری حسد لالچ بغض بھی نفسیاتی اور ذہنی بیماریوں کا باعث بن رہیں ہیں۔

ہر شخص ان مسائل سے چھٹکارا حاصل کر کے ایک خوش خرم، مطمئن اور صحت مند زندگی چاہتا ہے۔

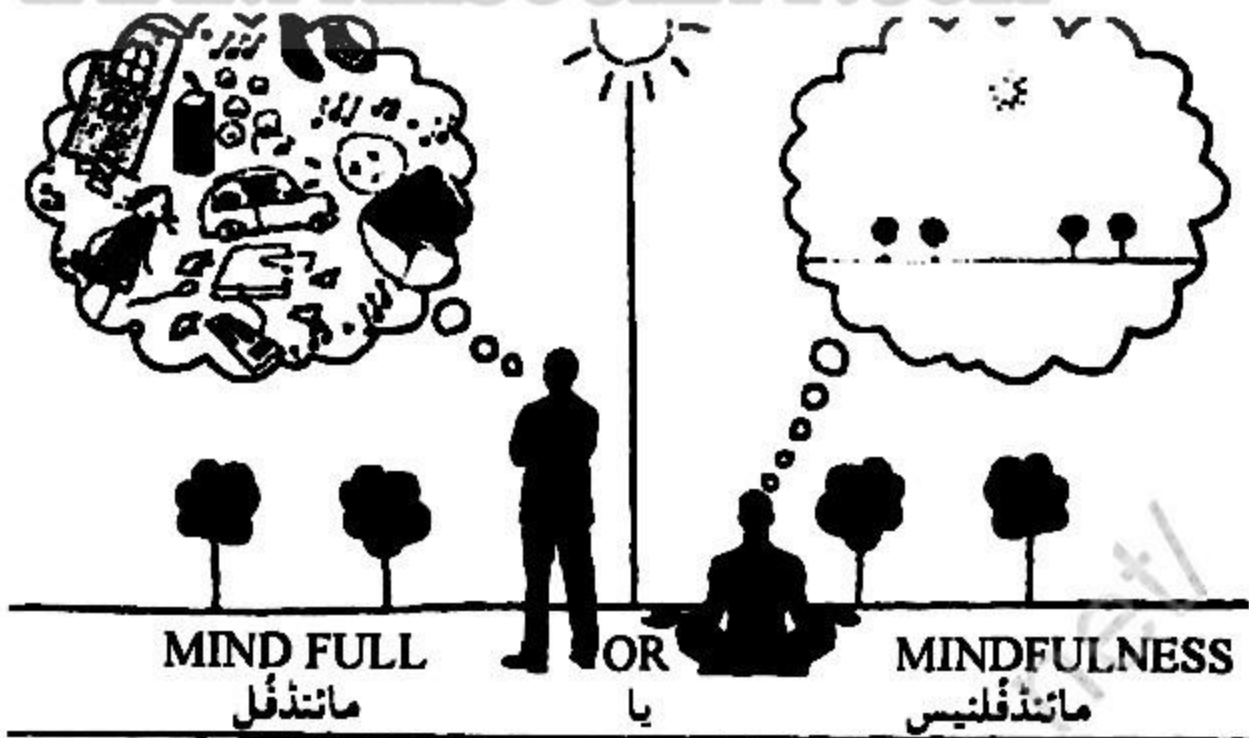
ہر شخص چاہتا ہے کہ اس میں جینے کی اسٹج پر امید کی اور خوشی ہو۔ وہ بھی بلڈ پریشر، السر، تیزابیت، شوگر، سردرد یا دیگر عوارض سے محفوظ رہ

کے دور میں ایسا نہ کو درپیش حالات جیسی کئی مثالیں مل جاتی ہیں۔ یہ تو خیر ایک بہت بڑا حادثہ تھا جو ایسا نہ کی زندگی میں رونما ہوا مگر ہمیں اپنے آس پاس ایسے کئی لوگ ملیں گے جو نارمل اور سکھ دکھ سے ملی جمل زندگی گزارنے کے باوجود ڈر خوف اور اندیشوں میں مبتلا رہتے ہیں۔ کئی لوگ اپنی قسمت سے شاک کی ہیں، کئی لوگ مایوسی اور ناامیدی میں گھرے نظر آتے ہیں اور کسی نہ کسی مجھڑے یا کرشمے کے منتظر ہیں۔

کئی افراد اپنے اور اپنے خاندان کے بہتر مستقبل کے لئے وقت سے پہلے منصوبہ بندی تو کرتے ہیں یہ اچھی بات ہے مگر ساتھ ساتھ فکر مند اور اندیشوں میں بھی مبتلا رہتے ہیں۔ جیسا کہ ملک صاحب جنہیں اللہ نے چار معصوم بیٹیوں سے نوازا ہے اور جن کی عمریں ابھی پانچ سے دس سال ہیں مگر وہ فکر مند رہتے ہیں۔ ان کا اکثر سوال ہوتا ہے کہ اگلے دس پندرہ سالوں میں کیا ہوگا۔ یہ ایک مرض ہے جو جنرل انزیکٹی ڈس آرڈر General anxiety Disorder کہلاتا ہے۔ ترقی پذیر ممالک میں ایسے مریضوں کی تعداد میں دن بدن اضافہ ہوتا جا رہا ہے۔ آئیے تھوڑی سی روشنی ان حالات پر بھی ڈالتے ہیں جو ان تکالیف کا موجب بن رہیں ہیں۔

کسی مفکر کا کہنا ہے کہ معمولات زندگی میں پیش آنے والے مسائل زندگی کو با مقصد، دلچسپ اور سرگرم عمل رکھتے ہیں۔ مگر جب انسان خود کو کمزور جان کر ان مسائل کا سامنا نہیں کر پاتا تو اس کا ذہن اس شکست کے خلاف مزاحمت کرتا ہے۔ اس مزاحمت کے نتیجے میں ہونے والے شکست و ریخت کے عمل میں ذہن بیمار ہونے لگتا ہے۔

ذہنی طاقت



کو بہتر سے بہتر بنانے کے کئی فنون جن کی بنیاد تو مشرق میں پڑی مگر عملی طور پر کامیابی مغرب میں حاصل ہوئی۔ انہیں میں سے ایک فن سے آج ہم آپ کو متعارف کروانے جا رہے ہیں۔ اس کی بنیاد انسانی زندگی اور اس کا ماخذ انسانی دماغ ہے۔

تو آئیے جانتے ہیں اور سیکھتے ہیں اپنے حال میں جینے کا فن جسے مغرب نے مائنڈ فلنیس کا نام دیا ہے۔

### مائنڈ فلنیس کیسے بنایا گیا ہے؟

اگر ہم ابتداء میں انسانی جسم میں دماغ کے کردار اور نیند کی مختلف کیفیات کو سمجھ لیں تو آپ کے لئے مائنڈ فلنیس کی مشقوں اور اس سے حاصل ہونے والی افادیت کو سمجھنا آسان ہو جائے گا۔

روحانی ڈائجسٹ کے قارئین نے کئی بار پڑھا اور سمجھا ہے کہ انسانی جسم میں دماغ کو جسم کے حکمران کی حیثیت حاصل ہے اور دماغی صحت کے بغیر عمل صحت مند جسم کا تصور ہی ممکن نہیں۔ ایسا کیوں ہے...؟ آئیے تھوڑا تفصیل سے مگر آسان زبان

سکے۔ مگر کیسے...؟ کیا یہ ممکن ہے بھی یا نہیں...؟ خواہش تو سب کی ہے مگر ایسی زندگی حاصل کرنے کی کوشش بہت کم لوگ کرتے ہیں۔ اکثریت کے خیال میں ایسی آئیڈیل زندگی کے لئے دولت اور طاقت کا ہونا بہت ضروری ہے اور ہاتی نے یہ ذمہ داری قسمت پر ڈال دی ہے۔

اس میں کوئی شک نہیں کہ قسمت کا ہماری زندگی میں بڑا عمل دخل ہے۔ ذرا دعا کی اہمیت پر غور کیجئے کہ رب کو پسند ہے اس سے مانگا جائے اور وہ کسی کی دعا رد نہیں کرتا...! زندگی میں ناممکن کچھ بھی نہیں۔ اگر قسمت کا ذکر زندگی میں شامل ہے تو دعا اور کوشش کا بھی اس سے کہیں زیادہ بڑا اور مضبوط کردار ہے۔ ضرورت اس امر کی ہے اللہ تعالیٰ کی سب سے خوبصورت تخلیق انسان اپنی ذات میں تخیلی رازوں، صلاحیتوں اور اختیارات کو سمجھنے اور ان سے واقف ہونے کی کوشش کرے۔

ہم سب جانتے ہیں کہ کئی صدیوں سے مغربی دنیا تحقیق کے میدان مارتی آرہی ہے۔ انسانی زندگی

میں سمجھتے ہیں۔  
 ریسرچ کہتی ہے کہ انسانی دماغ میں کام کرنے والے مخصوص خلیوں کی تعداد تقریباً اتنی ہی ہے جتنے کائنات میں ستارے اور سیارے ہیں یا شاید ان سے بھی زیادہ۔ یعنی ہمارا دماغ ایک کھرب سے زیادہ خلیوں کا مسکن ہے۔ یہ مخصوص خلیے نیورونز کہلاتے ہیں جو دماغ اور جسم کے تعلق کو جوڑتے ہیں اور پیغام رسانی کا کام انجام دیتے ہیں یعنی سارا دن ہونے والی ہر ایک ٹھنی اور عمل دماغ کی زیر نگرانی اور اس کے حکم پر انجام پاتا ہے۔

تحقیقات کے اوائل دور میں یہ سمجھا جاتا تھا کہ سارا دن مسلسل کام کرتے رہنے کی وجہ سے دماغ کا مقصد دماغ کو آرام دینا ہے اور رات میں ہمارا دماغ سو جاتا ہے۔ مگر جیسے جیسے تحقیقات سامنے آتی رہیں یہ بات واضح ہوتی چلی گئی کہ ہمارا دماغ نہ تو ٹھکتا ہے اور نہ ہی اسے آرام کی ضرورت ہوتی ہے۔ تو سوال یہ ہے کہ ہمیں نیند کیوں آتی ہیں اور ہم سوتے کیوں ہیں؟ اس کا جواب یہ ہے کہ ہمارا دماغ کبھی نہیں سوتا بلکہ تحقیق سے یہ بات اب واضح ہو چکی ہے کہ نیند کے دوران ہمارا دماغ زیادہ چاق و چوبند اور فعال ہو جاتا ہے۔

یہاں دماغ اور نیند کی فعالیت بتانے کا مقصد یہ تھا، تاکہ آپ نیند سے حاصل ہونے والے عملی فوائد کو اچھی طرح سمجھ سکیں۔ کئی مغربی ریسرچ سینٹرز میں الیکٹروانسٹیلوگرافی اور دیگر آلات کے ذریعے نیند کی مختلف درجات اور ان درجات میں پیدا ہونے والی دماغی لہروں اور ان کی فریکوئنسی کا مشاہدہ کیا جا چکا ہے۔ نیند کے تیسرے اور چوتھے درجے پر بننے والی الفا اور آخر میں ڈیلٹا ویوز کی فریکوئنسی (3 ہرٹز سے 6 ہرٹز اور 0.5 سے 3 ہرٹز) یعنی سست ترین ہوتی ہے۔ اس درجے پر دی جانے والی ہدایات کے ذریعے کئی بیماریوں کے کامیاب علاج کئے گئے اور کئی افراد

دراصل نیند ایک ایسی کیفیت ہے جس میں آپ

برٹش جرنل آف سائکھٹری **The British Journal of Psychiatry** میں  
 شایع ہونے والی جدید طبی تحقیق کے مطابق طبیعت کو خوشگوار بنانے اور پرسکون رہنے کے لیے استعمال کی جانے والی ادویات سے زیادہ مراقبہ کا عمل بہتر ہے۔ بدھ مت کی تعلیمات کے تحت کئے جانے والے مراقبہ کے مثبت اثرات سامنے آئے ہیں۔ دوا کھانے والے گروپ کی نسبت مراقبہ کرنے والوں کو 47 فیصد زیادہ آفاقہ حاصل ہوا۔  
 ”مینڈ فلینس بیسڈ کانیٹیو تھراپی“ Mindfulness-based cognitive

ہائینڈ فلنسیس کا نام دیا گیا۔

اس وقت پوری دنیا میں ہائینڈ فلنسیس تھراپی اور مشقوں کو کئی ذہنی، نفسیاتی بیماریوں کے علاج میں محفوظ اور موثر ترین تسلیم کیا گیا ہے۔  
اب ہم بات کرتے ہیں کہ ہائینڈ فلنسیس اور اس کی مشقیں ہیں کیا؟

### ہائینڈ فلنسیس کیا ہے؟

ہائینڈ فلنسیس دراصل مشکلات میں جینے کا فن ہے۔ ہم تو کہتے ہیں کہ یہ اپنے حال میں جینے کا فن ہے ایک مفکر کا قول ہے کہ ”آپ اپنے آنے والے کل کے لئے پریشان نہ ہوں وہ اپنا بندوبست خود کر لے گا۔ آپ محض اپنے آج کی فکر کیجئے اور اسی پر توجہ مبذول رکھیں۔“

ہائینڈ فلنسیس ایک قدیم سائنس ہے۔ اس کے آثار قدیم بدھ مت میں ملتے ہیں۔ یہ صدیوں سے چینی اور بدھ مت تہذیب کا حصہ ہے۔ ہائینڈ فلنسیس ایک طرز فکر اور عملی مشق ہے جو ہمیں حال میں جینے کا سلیقہ سکھاتا ہے۔ ہمیں بتاتا ہے کہ جو ہے وہ آج ہے۔ یہ لمحہ ہے۔ آنے والے کا پتہ نہیں اور جو بیت گیا وہ ہاتھ میں نہیں۔ اس کا کسی مذہبی، ثقافتی، یا سائنسی عقیدے سے نہ تو کوئی تعلق ہے اور نہ ہی

نے اپنی دائمی بیماریوں، ذہنی دباؤ، ڈپریشن اور بری عادتوں سے چھٹکارا حاصل کیا۔ اس کے علاوہ جن صحت مند لوگوں پر نیند کے اس درجے میں جا کر مشقوں کو کروایا گیا وہ پہلے سے زیادہ چاق و چوبند اور مطمئن نظر آئے اور عملی زندگی میں نمایاں کارکردگی کا مظاہرہ کرنے لگے۔

اب سوچنے کی بات یہ ہے کہ اگر نیند کی اس حالت کو جاگتے میں خود پر طاری کر لیا جائے تو جو مرمت کا عمل دماغ نیند کی کیفیت میں کرتا ہے وہ جاگتے میں نیند کی کیفیت طاری کرنے کے دوران بھی کرے گا۔ اور ایسا سو فیصد ممکن ہے جیسا کہ مندرجہ بالا تحقیق سے ثابت ہے۔ دراصل جاگتے میں ان کیفیت کا طاری ہو جانا مراقبے کی ہی ایک شکل ہے جسے مختلف طریقوں سے پریکٹس کیا اور کروایا جاتا ہے۔ ان مشقوں کے انتہائی کامیاب اور حیرت انگیز نتائج حاصل ہوئے ہیں۔ (مختلف مراقبوں کی تفصیل ہم آگے بیان کریں گے)۔

یہ ریسرچ جزا ب مختلف ناموں اور نئی مشقوں اور ٹیکنیکس کے ساتھ متعارف ہو رہی ہیں۔ جن کا بنیادی ماخذ ایک ہی ہے۔ یعنی خیالات کی رو کو بہتر طور پر سمجھنا اور اپنی دماغی صلاحیتوں کو مثبت طرز فکر کے مطابق ڈھالنا اور استعمال کرنا۔ ان میں سے ایک کو

(MBCT) therapy کے تحت اس مراقبے کے تحت دیکھا گیا کہ ماضی کے تلخ تجربات اور یادوں کو کم کیا جاسکتا ہے اور مستقبل کی بہتر منصوبہ بندی بھی، جبکہ دوسری جانب ادویات کے مضر اثرات سے مزید بچھڑ گیاں پیدا ہو جاتی ہیں۔ اس تحقیق کو پروفیسر دلیم کیو کین Willem Kuyken نے مرتب کیا ہے جو انگلینڈ میں انگریز یونیورسٹی University of Exeter کے موڈ ڈس آرڈر سنٹر Mood Disorders Centre میں عمل کی گئی۔ تحقیق کے مطابق اس متبادل طریقہ علاج سے جہاں صحت کو کم خطرات لاحق ہوتے ہیں وہاں دواؤں پر اٹھنے والے اخراجات بھی ختم ہو سکتے ہیں۔

کھا رہے ہیں.... اس کا مزہ، اس کا ٹیکسچر، اس کی کھٹاس یا چاکلیٹ کا کرکچ، اس کی مٹھاس۔ ارے آپ میری بات پڑھ کر مسکرانے لگے۔

دوستو! اگر آپ کو یہ بچکانہ بات لگ رہی ہے تو یقین کیجئے یہ بظاہر چھوٹی سی مشق کئی لوگ اپنی زندگی کا حصہ بنا چکے ہیں اور اس چھوٹی سی مشق کے بہت مثبت اور بہترین نتائج حاصل ہوئے ہیں۔ بہر حال اس کی مشقوں پر تفصیل سے بات ہم بعد میں کریں گے۔ پہلے اس سے حاصل ہونے والے فوائد کا کچھ ذکر کئے لیتے ہیں۔

### ہائینڈ فلنسیس کے فوائد

اس وقت دنیا میں ہزاروں کی تعداد میں سرٹیفائیڈ انسٹرکٹرز لوگوں کو ہائینڈ فلنسیس کی مشقیں کروا رہے ہیں۔ اس تعداد میں دن بدن اضافہ بھی ہوتا چلا جا رہا ہے۔ اس کے علاوہ متاثر کن ششائی اثرات طے کی وجہ سے مغربی دنیا کے بیشتر ہسپتالوں میں معالجین اپنے مریضوں کو ہائینڈ فلنسیس کی مختلف مشقیں کروانے لگے ہیں۔ ہائینڈ فلنسیس سے حاصل ہونے والے فوائد میں ڈپریشن، اعصابی دباؤ سے نجات حاصل ہوتی ہے۔ خینڈ اچھی ہو جاتی ہے۔ غصہ میں نمایاں کمی واقع ہو جاتی ہے اور مثبت انداز فکر بڑھ جاتا ہے جس کی وجہ سے بلند پریشر کنٹرول میں رہتا ہے۔ تیس کے امراض سے نجات مل جاتی ہے۔

نفرت دکھ پریشانی جلنا کڑھنا حسد

ذہن کا جوش

کوئی لکڑاؤ۔ بلکہ یہ زندگی میں پیش آنے والے موجودہ حالات، موجودہ مقصد اور موجودہ لمحہ کو مثبت اور غیر جانبدارانہ سوچ کے ساتھ قبول کرنے کی ایک عملی مشق ہے۔ اس کی مشقوں کا ہمارے افکار و نظریات سے گہرا تعلق ہے ان میں سے بعض کو بدلنے اور ایک نئے انداز میں مثبت رویہ اختیار کرنے کی ضرورت ہے۔

اس کا مطلب ہرگز یہ نہیں کہ آپ ان عملی مشقوں کے ذریعے محض اپنے حالات کو قبول کرنا سیکھیں گے۔ نہیں بالکل بھی ایسا نہیں۔ کیونکہ اگر آپ محض انھیں قبول کر لیں تو پھر صحیح اور اہمرومنٹ کا کام رک جائے گا۔

دراصل جب آپ یہ عملی مشقیں کرتے ہیں تو آپ کی طرز فکر اس سطح پر آ جاتی ہے جہاں آپ اپنی توانائیوں کا صحیح طور پر اور مثبت اور تعمیراتی رخ پر استعمال کرنے کے قابل ہو جاتے ہیں۔ آپ موجودہ حالات کو من و عن قبول کر کے ہاتھ پر ہاتھ دھر کر نہیں بیٹھ جاتے۔ بلکہ اس سچویشن کو بہتر طور پر سمجھنے لگتے ہیں اور بالآخر انہیں حالات میں سے بہتری اور مثبت حل نکلنے شروع ہو جاتے ہیں۔

یہی ہائینڈ فلنسیس کا بنیادی مقصد اور آہیکسٹو

ہے۔ جو آپ کو اپنے حال میں بیٹھنے کا فن سکھاتا ہے۔

مثلاً اگر آپ اس وقت

اپنی من پسند کوئی چیز کھا رہے ہیں جیسے کہ اسٹرابری یا

چاکلیٹ تو پھر کھاتے وقت اس کو محسوس بھی کیجئے کہ آپ اسٹرابری



سرگرمیوں میں بھی کامیاب اور نمایاں نظر آئے۔  
اس سے بھی بڑھ کر یہ کہ ان مشقوں سے نہ  
صرف یہ کہ دنیاوی فوائد حاصل ہوتے ہیں بلکہ جیسے  
جیسے آپ کی ذہنی قوتوں میں اضافہ ہوتا جاتا ہے آپ  
روحانی لذتوں سے بھی روشناس ہوتے ہیں اور بندہ  
خود کو اپنے رب کے بہت قریب محسوس کرتا ہے۔

### ہائینڈ فلنسیس کن لوگوں کے لئے ہے؟

جیسا کہ ہم ابتدا میں تذکرہ کر چکے ہیں کہ دماغ  
کو اللہ تعالیٰ نے بے شمار صلاحیتوں اور عقلی توانائیوں  
سے نوازا ہے۔ اس میں کوئی دو رائے نہیں کہ ہر  
انسان کا دماغ بے شمار پوشیدہ صلاحیتوں کا مسکن ہے  
ہائینڈ فلنسیس کی مشقوں سے آپ اپنی ان پوشیدہ  
صلاحیتوں کو نہ صرف پہچان سکتے ہیں بلکہ ان سے  
خوب استفادہ بھی کر سکتے ہیں۔ ہائینڈ فلنسیس کی مشقوں  
سے دماغی قوتیں موثر انداز میں کام کرنا شروع کر  
دیتا ہے۔ یہ مشقیں سب کے لئے ہیں۔ ہر عمر کے  
مرد عورت بچے، جوان بوڑھے، مہتمد یا بیمار  
سب اپنی خواہش اور دلچسپی کے مطابق  
ان مشقوں سے فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔ جیسے  
جیسے آپ کو ان مشقوں کی عادت  
ہوتی جائے گی یہ آپ کے  
مزان کا حصہ بن جائیں گی جو  
یقیناً آپ کی سوچ پر اثر  
انداز ہو کر آپ  
کی ایک خوش و خرم  
اور صحت مند شخصیت کی تعمیر  
میں مدد دینا گی۔



منفی سوچ رکھنے والے افراد میں ہائینڈ فلنسیس کی  
مشقوں کے اچھے نتائج ملے ہیں۔

دیگر دائمی یا موروٹی بیماریوں میں ڈاکٹری علاج  
کے ساتھ ہائینڈ فلنسیس کی مشقوں سے شفا یابی کی رفتار  
تیز ہو جاتی ہے۔ بہت سے لوگوں میں ذیابیطس کو بھی  
کنٹرول ہوتے دیکھا گیا ہے۔

اگر آپ ہائینڈ فلنسیس کی مشقوں کے عادی ہیں تو  
ماحول کی پیدا کردہ یا کسی بھی طرح کی موسمی بیماریوں  
کو نہ صرف خود سے دور رکھ سکیں گے بلکہ موروٹی  
بیماریوں کے ہونے کے امکانات بھی کم سے کم تر  
ہوتے چلے جاتے ہیں۔ سکون اور اطمینان قلب  
حاصل ہوتا ہے۔

ہائینڈ فلنسیس کے مراقبوں سے ذہنی قوت میں  
اضافہ ہوتا ہے جس سے کاروبار، لین دین اور  
ملازمت میں بہتر کارکردگی اور ترقی کی راہیں  
کھل سکتی ہیں۔

ذہنی سکون بڑھ جانے سے گھریلو زندگی پر بھی  
مثبت اثرات مرتب ہوتے ہیں جو باہمی محبت میں  
اضافے کا باعث بنتے ہیں اور گھریلو ماحول خوشگوار و  
پُر سرت ہو جاتا ہے۔

ہر کام میں ناکامی کا بے جا خوف، اندیشے ڈرا اور  
منتشر خیالی جیسی خود ساختہ بیماریوں اور کیفیات  
سے چھٹکارا مل جاتا ہے۔

جب طالب علموں نے ان  
مشقوں کو اپنایا تو ان کی  
تعلیمی صلاحیتوں میں اضافہ دیکھا گیا  
ہے۔ ایسے طالب علم نہ صرف پڑھائی میں  
بلکہ کھیل کود اور دیگر غیر نصابی

خوشیوں کے ساتھ گزارے اور اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کرتے رہیں۔

زندگی کی راہیں کبھی سیدھی نہیں ہوتیں ان میں اونچ نیچ نشیب فراز آتے جاتے رہتے ہیں اب ان رکاوٹوں یا نیزے میڑھے راستوں کی وجہ سے اگر آپ آنسو بہانا چاہتے ہیں اور مقدر کا لکھا سمجھ کر آنسوؤں بھری عام سی زندگی گزارنا چاہیں تو اس فیصلے سے آپ کو نہ تو کوئی روکے گا اور نہ ہی روک سکتا ہے۔ کیونکہ اپنی زندگی کا فیصلہ بہر حال آپ نے خود کرنا ہے۔ لیکن اگر آپ اپنی زندگی سے اصل لطف اور مسرت کشید کرنا چاہتے ہیں تو مائنڈ فٹنیس سے بھرپور فائدہ اٹھائیے۔ کیونکہ ایک خوش و خرم اور ہنسی بھری زندگی جیٹنا آپ کا حق ہے۔ مزے کی بات یہ ہے کہ اس حق کو سوائے آپ کے کوئی بھی آپ سے نہ تو چھین سکتا ہے اور نہ ہی دے سکتا ہے۔ ہاں آپ کو راستہ ضرور دکھا سکتا ہے۔ جیسے کہ ہم آپ کو سکھانے جا رہے ہیں۔

مائنڈ فٹنیس حال (Present) میں جینے کا فن۔

(حباری ہے)



## مشق کے لئے ضروری اشیا

ارے ارے دوستو! لفظ مشق سے قطعی طور پر گھبرانے کی ضرورت نہیں ہے۔ یہ کوئی بہت زیادہ ہاتھ پیر ہلانے والی یا پہلوانی کی مشقیں قطعی طور پر نہیں۔ بلکہ یہ تو مختلف مراقبوں اور سانس کی مختلف طریقوں کی مشقیں ہیں۔ اس کے لیے کسی آلات یا مشینری کی نہیں بلکہ خود آپ کی ضرورت ہے۔ آپ باقاعدگی سے ان مشقوں کا مطالعہ کیجئے جو ہم آپ کو بتاتے جائیں گے اور آپ بتائی جانے والی ہدایات پر عمل کرتے جائیے۔ آپ کی روزانہ کی موجودگی وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ آپ میں صحیح ہونے کی خواہش، جستجو اور ثابت قدمی بھی پیدا کرتی چلی جائے گی۔ انشاء اللہ

تو یہ ہے مائنڈ فٹنیس کا مختصر تعارف.... انشاء اللہ آنے والے ابواب میں ہم مائنڈ فٹنیس کی مشقیں ان کی افادیت اور بیاریوں سے علاق سے آپ کو آگاہ کریں گے۔ اس زندگی کو خوب سے خوب تر، صحت مند، کامیاب اور پر مسرت طور گزارنا سیکھیے، اس دنیا میں زندگی کو بہتر طور پر اور

## چین کے ڈیم نے بجلی پیدا کرنے کا عالمی ریکارڈ قائم کر دیا

دنیا کے سب سے بڑے چینی "تھری گارجز" ڈیم نے سالانہ بجلی پیدا کرنے کا نیا عالمی ریکارڈ قائم کر دیا۔ دریائے یانگ ٹی پر دس سال پہلے قائم ہونے والے ڈیم کے بجلی گھر سے 2014ء میں مجموعی طور پر 98.8 ارب کلو واٹ اور بجلی پیدا ہوئی۔ اس سے پہلے یہ ریکارڈ 2013ء میں برازیل میں "ایٹاپو" کے نام تھا۔ تھری گارجز ڈیم کارپوریشن کی جانب سے جاری بیان میں بتایا گیا کہ ڈیم سے پیدا ہونے والی توانائی چار کروڑ توے لاکھ ٹن کوئلہ جلانے جتنی ہے۔ بیان کے مطابق اس طرح ڈیم کے ذریعے دس کروڑ ٹن کاربن ڈائی آکسائیڈ خارج ہونے سے بچی۔



## جسٹس رانا بھگوان داس انتقال کر گئے

گیا۔ اس عہدے پر وہ 2012ء تک قیامت رہے۔ پاکستان سے محبت، اپنے پیٹے سے اخلاص اور دیانتداری کے باعث انہیں ہر طبقے اور طبقے میں احترام کی نظر سے دیکھا جاتا ہے۔ ان کا انسانیت کی خدمت پر مکمل یقین تھا۔ ایک تقریب کے دوران انہوں نے کہا تھا کہ لوگ مجھے ہندو سمجھتے ہیں، میں ہندو ہوں نہ مسلمان میرا مذہب انسانیت ہے۔ وہ اپنے کردار کے حوالے سے بہت سے مسلمان بچوں سے بہتر تھے۔ ان کے دامن پر کرپشن کا کوئی داغ نہیں ہے۔ ان کو جاننے اور سننے والے ان کی سادہ زندگی کی تعریف کرتے ہیں۔ ان کی وفات سے پیدا ہونے والا انخلا طویل عرصے تک پر نہیں ہو سکے گا۔ وہ ایماندار و کلمہ بچوں اور نوجوانوں کیلئے ایک رول ماڈل تھے۔

رانا بھگوان داس ایک شاعر بھی تھے۔ رانا بھگوان داس نے پیغمبر اسلام حضرت محمد ﷺ کی شان میں نعتیں بھی لکھیں ان کی ایک نعت مندرجہ ذیل ہے۔

نما مکرم شہنشاہ عالی  
 ہے اوصاف ذاتی و شان کمالی  
 جمال دو عالم تری ذات عالی  
 دو عالم کی رونق تری خوش جمالی  
 خدا کا جو نائب ہوا ہے یہ انسان  
 یہ سب کچھ ہے تیری ستودہ خصالی  
 تو فیاض عالم ہے داتائے اعظم  
 مبارک ترے در کا ہر اک سوالی  
 نگاہ کرم ہو نواسوں کا صدقہ  
 ترے در پہ آیا ہوں بن کے سوالی  
 تجھے واسطہ حضرت قاطمہ کا  
 میری لاج رکھ لے دو عالم کے ولی



پاکستان کی سپریم کورٹ کے سابق جسٹس رانا بھگوان داس 23 فروری 2015ء کو 73 سال کی عمر میں کراچی میں انتقال کر گئے۔

مرحوم طویل عرصے سے دل کے عارضے میں مبتلا تھے۔ رانا بھگوان داس پاکستان کے پہلے ہندو اور دوسرے غیر مسلم جج تھے جو سپریم کورٹ کے جسٹس بنے۔ رانا بھگوان داس صوبہ سندھ کے ضلع لاڑکانہ کے شہر نصیر آباد میں دسمبر 1942ء کو پیدا ہوئے۔ انہوں نے اسلامک سٹڈیز میں پوسٹ گریجویٹ ڈگری حاصل کی۔ رانا بھگوان داس آئی جی ماہر مانے جاتے تھے۔ رانا بھگوان داس پہلے سندھ ہائی کورٹ کے جج مقرر ہوئے بعد ازاں آپ سپریم کورٹ کے جج بنے۔ آپ نے پاکستان کے قائم مقام چیف جسٹس کے فرائض بھی انجام دیے۔ ریٹائرمنٹ کے بعد رانا بھگوان داس کو نومبر 2009ء میں فیڈرل پبلک سروس کمیشن کا چیئرمین مقرر کیا





# انٹیمپرز مدرسہ و خانقاہ سے نعم ناک

تین مختلف فرقوں سے تعلق رکھتی تھیں۔ عمر خیام سنی تھا، نظام الملک طوسی شیعہ اور حسن بن صباح اسماعیل۔ نیشاپور کے جس مدرسے میں یہ تینوں اکٹھے تعلیم حاصل کرتے تھے وہ امام موفق چلاتے تھے جن کا تعلق شافعی مسلک سے تھا۔

کیا آج مختلف مسالک کے طالب علم ایک ہی مدرسے میں تعلیم حاصل کرنے کا سوچ

ماضی میں ہمارے معاشرے کے تمام سرکاری عمل، مختلف محکموں میں جلی سے اعلیٰ ترین سطح تک پہنچنے والے افسران، سفارت کار، تمام سب جن مدارس سے پڑھ کر آتے تھے، وہ اب صرف پیش امام اور موذن ہی کیوں پیدا کر رہے ہیں۔

بھی سکتے ہیں؟

انڈس اور مراکش سے آسام تک جس خطے میں اسلام کو فروغ حاصل ہوا اس نے ایک خاص تہذیب پیدا کی، جسے اسلامی تہذیب کہا جاتا ہے۔ دائیں بازو کے مفکر اس تہذیب پر ناز کرتے ہیں اور عام مسلمان جب نشاۃ الثانیہ کی بات کرتا ہے تو اس کا خواب یہی ہوتا ہے کہ اسلامی تہذیب کا وہ سنہر اور پھر سے لوٹ آئے۔

فقہاء، علماء اور صوفیاء نے تولدوں کی بڑی تعداد کو مسلمان کیا تھا، مگر اس تہذیب کی خوب صورتی اس کے فن کاروں، شاعروں، معماروں، مفکروں، سائنس دانوں، قالین بافوں، ظروف سازوں اور ہنرمندوں کی مرہون منت تھی۔ ان سب نے مدرسوں

عہد حاضر کے معروف گلشن نگار امین معطوف نے اپنے ناول "سمرقند" میں تین عظیم مسلم شخصیات اور ان کی بچپن کی، حقیقی یا فرضی، دوستی کا ذکر کیا ہے۔ عمر خیام ایک مشہور ہنر مند اور ریاضی دان تھا، لیکن بعد کے زمانے میں وہ اپنی ان فارسی رباعیات کے سبب زیادہ مشہور ہوا جو وہ

شاید تفریح طبع کے طور پر لکھتا تھا۔

نظام الملک طوسی مشہور بادشاہ الپ ارسلان کا وزیر بنا اور اس نے نظام الملک پر "سیاست نامہ" جیسی اہم کتاب لکھی۔

حسن صباح نے قلعہ الموت میں ایک خطرناک گروہ شیشیہ کی بنیاد ڈالی جو سیاسی اور مذہبی بنیادوں پر اپنے مخالفین کو قتل کرتے پھرتے تھے۔

تینوں ایک ہی عہد میں زندہ تھے۔ وہ ایک ہی جماعت یا درجے میں پڑھتے تھے یا نہیں، اس بارے میں کہانی تو موجود ہے لیکن یقین سے کچھ نہیں کہا جاسکتا۔ البتہ یہ طے ہے کہ تینوں نے نیشاپور کے ایک ہی مدرسے سے تعلیم حاصل کی۔ میں جس بات کی جانب توجہ دلانا چاہتا ہوں وہ یہ ہے کہ یہ تینوں شخصیات اسلام کے

کاشف رضا

میں ہی تعلیم پائی تھی۔

پرکھنے کے لیے علم الکلام سامنے آیا۔ مسیحی علماء نے اسی سے ملنے ملتے جلتے علم کا نام تھیولوجی اور سکو لیسٹی سزمر رکھا تھا۔

مستثنیات تو شاید موجود ہوں، لیکن ہمارے آج کل کے مدارس نے کتنے فن کار، شاعر، معمار، مفکر، سائنس دان اور ہنرمند پیدا کیے ہیں۔ کیا یہ درست نہیں کہ ایک مدرسے میں پڑھنے والا طالب علم یا تو پیش امام بننا ہے یا عربی اور دینیات کے حاصل کردہ علم کی بنیاد پر کسی یونیورسٹی سے ڈگری حاصل کرتا ہے یا کوئی چھوٹا موٹا کام کرتا ہے۔ وہ مدارس جو اپنے معاشرے کو علماء، فقہاء اور صوفیاء کے ساتھ ساتھ فن کار، شاعر، معمار، مفکر، سائنس دان اور ہنرمند بھی فراہم کرتے تھے آج ایسے ہی دست کیوں رہ گئے....؟

اس دور کے مسلمان ایک فاتح قوم تھے۔ لیکن یونانی اور رومی دماغوں کی تخلیقات دیکھ کر وہ متاثر ہوئے بغیر نہ رہ سکے تھے۔ اس غیر مذہبی فکر کا اثر مسلمانوں کی مذہبی فکر پر بھی پڑا اور وہ مدارس جہاں سادہ سی تعلیم دی جاتی تھی، اب وہاں منطق اور فلسفے نے بھی بار پالیا۔

مدارس کے نصاب میں وقتا فوقتا ہونے والی تبدیلیوں کا ایک جائزہ خود برصغیر کے مدارس کے نصاب میں ہونے والی تبدیلیوں سے بھی لگایا جاسکتا ہے۔ مولانا ابوالحسنات ندوی نے اپنی کتاب ”ہندوستان کی قدیم اسلامی درس گاہیں“ میں اسلامی مدارس کے نصاب کے پانچ ادوار بتوائے ہیں۔ نصاب میں درجہ بہ درجہ تبدیلیاں کرنے والوں میں اکبری دور کے ملا فتح اللہ شیرازی اور خانم گیری دور کے ملا نظام الدین کے نام خاص طور سے قابل ذکر ہیں۔ نصاب میں تبدیلیوں کی بدولت انیس سو بائیس تک آتے آتے ”مستقلی علوم“ پر مبنی کتابوں کی تعداد اکیاون ہو گئی جب کہ شرعی علوم کی کتابوں کی تعداد اٹھارہ رہ گئی۔ مگر ہم جانتے ہیں کہ اس سے پچاس برس پہلے ہی سر سید احمد خان مسلمانوں کے لیے مغرب کے ماڈل پر اسکول، کالج اور یونیورسٹیاں بنانے کی تحریک شروع کر چکے تھے اور مسلمانوں کے بہترین دماغ اب انھی اداروں سے نکل رہے تھے۔

ماضی میں ہمارے معاشرے کے تمام سرکاری عمال، مختلف محکموں میں مچلی سے اعلیٰ ترین سطح تک پہنچنے والے افسران، سفارت کار، تجار سب جن مدارس سے پڑھ کر آتے تھے، وہ اب صرف پیش امام اور موذن ہی کیوں پیدا کر رہے ہیں۔ ان مدارس کے کارپردازوں سے کہیں کوئی فطری تو نہیں ہو گئی؟ کیا ماضی میں کسی موقع پر وہ اپنی سمت تبدیل کر سکتے تھے....؟

اسلام کے ابتدائی دور کے مدارس بالکل سادہ تھے۔ وہاں صرف قرآن و حدیث کی تعلیم دی جاتی تھی جب کہ زندگی گزارنے کے ذہب عرب قبائل اپنے طور سے سیکھتے تھے۔ اموی اور اس کے بعد عباسی دور میں مسلمانوں کا دیگر اقوام سے رابطہ بڑھا تو ان کے علوم سے بھی رغبت پیدا ہوئی۔ یونانی زبان سے تراجم نے مسلمانوں کو فلسفے کی بھی چاٹ لگا دی۔ مذہبی عقائد اور فکر کو عقل و منطق کی کسوٹی پر

تبدیلیوں کا وقت

امریکا اور یورپ اگر ہم پر علم کریں گے تو ہمارے نصاب میں بھی شب لگائے ہیں۔  
 اور ہم سے خود کش بمباروں کو اگر ہمارے ہی ہم وطنوں کا خون کرنے سے فراغت ملی تو ان میں سے ایک آدمی حلقہ آور کبھی کبھار کسی یورپ یا امریکی شہرین کو مار کر ثواب دارین حاصل کر سکے گا۔ لیکن اگر ہم اپنا زوال، اپنی تدریس برداشت نہیں کر سکتے تو پھر ہمیں جدید علوم سے استفادہ کرنا ہی ہو گا۔  
 علوم کو وہی درجہ دے سکتے ہیں جو یونانی تراجم کے بعد آیا مداری اپنے نصاب میں سائنس اور جدید علوم کو وہی درجہ دے سکتے ہیں جو یونانی تراجم کے بعد آیا مداری اپنے دور عروج میں انھوں نے معقول علوم کو دیا تھا...؟

یوں کا دھواں سگریٹ نوشی  
 سے بھی زیادہ خطرناک

Copied From Web

# سول سوسائٹی کی جنت و جہنم

مغفرت کرنے سے ہمارے اپنے گناہ کم ہوں گے اور ہماری بھی بخشش کا سامان مہیا ہو گا۔ یہ وہ زاد۔ راہ تھی جو ہم اپنے پیاروں کو دیا کرتے تھے۔ کسی کی یاد میں قرآن پڑھ کر اور کسی کی برسی پر دعائوں کے نذرانے دے کر۔ لیکن جس طرح "سول سوسائٹی" کے نام پر اس ملک سے اور بہت سی اقدار تھنی جا رہی ہیں،

اب یہ قدر بھی موم بتیاں روشن کرنے میں بدل گئی۔ موم بتیاں کب سے روشن ہونا شروع ہو گئیں، انہیں کیوں روشن کیا جاتا تھا اور اب اسے ایک معاشرتی رواج کیوں دیا جا رہا ہے۔ دنیا میں یہودیوں نے سب سے پہلے مٹ زاوہ (MITZAWAH) کے نام پر موم بتیاں روشن کرنا شروع کیں، لہذا خواتین روشن کرتیں اور اس کا مقصد عورت کے اس

ازلی ابدی گناہ کی تلافی کرنا تھا جس کا ماخذ یہودی اپنی کتاب تاعود کے

قر 311-ب سے لیتے ہیں،

"اے عورت تم سے ایک جرم سرزد ہوا تھا جس کی پاداش میں ہمیں جنت سے لگانا پڑا۔ تم سائپ کی دلکشی پر فریفتہ ہو گئیں اور اس کے بہکاوے میں آ گئیں اور پھر تو نے ہمارے باپ آدم کو بھی اس میں

تو یہاں تاہم

ایک زمانہ تھا جب لوگ اپنے کسی پیارے کے اس دنیا سے چلے جانے کے بعد فوراً دستِ دعا بند کرتے تھے، اللہ سے اس کی مغفرت کے لیے دعا کرتے، اس کے درجات کی بلندی کی استدعا کرتے اور اسے جنت الفردوس میں مقام عطا کرنے کے لیے اللہ کے سامنے درخواست گزار ہوتے۔

یہ کیفیت صرف مسلمانوں کی ہی نہیں تھی بلکہ تمام مذاہب کے ماننے والے اپنے پیارے کو آئندہ دنیا کے سفر پر روانہ کرتے تو اس کی یاد میں جو بھی تقریب منعقد ہوتی وہ دعائوں اور رب کے حضور التجائوں سے آغاز اور انجام پاتی۔

ہم میں سے ہر کسی کا یہ ایمان تھا کہ مرحوم جس دنیا میں چلا گیا ہے وہاں اسے ہماری نعرہ بازی، جلسوں

اور پوسٹر بازی سے زیادہ ہماری دعائوں کی ضرورت ہے۔ کوئی

مظلوم کسی ظالم کے ہاتھوں قتل ہوتا، کوئی وطن کی حفاظت میں جان دیتا، یا چوروں ڈاکوؤں سے لڑتا زندگی کی بازی ہارتا، ہم ایسے شہیدوں کے لیے دعائیہ تقریبات منعقد کرتے کہ ہمارا ایمان تھا کہ یہ لوگ تو اللہ کے ہاں بخشے جا چکے ہیں لیکن ان کے لیے دعائے

ٹیکنالوجی کے میدان میں دنیا کی دیگر اقوام سے مر  
ترک کرنا ہوگا۔ اپنے پڑوسی ملک بھارت کی تر  
بھی ٹھنڈے پٹوں برداشت کرنا ہوگا اور اسے کبڑ  
گا کہ بھائی ہم تو اپنا دین محفوظ بنا رہے ہیں، دنیاؤ  
ترقی تھی کہ ہمارا ہو۔

امریکا اور یورپ اگر ہم پر ظلم کریں گے تو آ  
جیسے کے جیسے ان کے خلاف مظاہرہ کر لیا کریں گے  
اور ہمارے خود کش بمباروں کو اگر ہمارے ہی ہم  
وطنوں کا خون کرنے سے فراغت ملی تو ان میں سے  
ایک آدھ حملہ آور کبھی کبھار کسی یورپی یا امریکی  
شہری کو مار کر ٹوٹا داریں حاصل کر سکے گا۔ لیکن  
اگر ہم اپنا زوال، اپنی تدریل برداشت نہیں کر سکتے تو  
پھر ہمیں جدید علوم سے استفادہ کرنا ہی ہوگا۔

کیا مدارس اپنے نصاب میں سائنس اور جدید  
علوم کو وہی درجہ دے سکتے ہیں جو یونانی تراجم کے بعد  
اپنے دور عروج میں انھوں نے معقولی علوم  
دیا تھا....؟



الکلام ایجاد کر لیا تھا اپنے زوال کے زمانے میں  
یورپی مغربی کرتے ہوئے سائنس اور دیگر جدید علوم  
کی جانب راغب نہ ہو سکے اور نصاب میں تبدیلی کی  
کوششوں کے باوجود مغربی ماڈل کے اسکولوں سے  
بہت پیچھے رہ گئے۔ وہ مستقبل جو سرسید کو صاف نظر آ  
رہا تھا برصغیر کے غناء کی نظروں سے پوشیدہ رہا۔  
انھوں نے اپنی تمام تر توانائیاں سرسید تحریک کی  
مخالفت میں صرف کیں۔ یہ اور بات ہے کہ بعد میں  
وہ ان اسکولوں کے نصاب میں بھی نقب لگانے میں  
کامیاب ہو گئے۔ لیکن یہ موضوع پھر کبھی سنی۔

اب اگر ملک میں قرون وسطی کا نظام رائج کر دیا  
جائے سرکاری نوکریاں اور دیگر مناصب معاش کے  
لیے عربی دانی کو شرط اول قرار دے دیا جائے، تو ان  
مدارس کا بول بالا ہو سکتا ہے۔ غناء کے نقطہ نظر سے  
دیکھیں تو ایسی صورت میں ہمارا دین بھی بچ جائے گا۔  
اسلامی تصورات اس کے دل و دماغ میں راسخ ہوں  
گے اور ہم سب اپنے لیے ثواب کثیر کا بندوبست کر  
سکیں گے۔ لیکن ساتھ ہی ہمیں جدید علوم اور

## گاڑیوں کا دھواں سگریٹ نوشی

### سے بھی زیادہ خطرناک



برطانوی ماہرین نے خبردار کیا ہے کہ گاڑیوں کے  
دھواں سے پیدا ہونے والی آلودگی سگریٹ نوشی سے بھی  
زیادہ خطرناک ہے۔ ماہرین نے سفارش ہے کہ ٹریفک سے  
بھری شاہراہوں کے پاس نئے اسکول، کینٹر سنٹرز اور اسپتال  
تعمیر نہ کیے جائیں جبکہ پہلے سے آلودہ ماحول میں موجود  
اداروں میں ایئر فلٹریشن سسٹم نافذ کیا جائے۔

# وال سوسائٹی کی جنت و جہنم

مغفرت کرنے سے ہمارے اپنے گناہ کم ہوں گے اور ہماری بھی بخشش کا سامان مہیا ہوگا۔ یہ وہ زادہ راہ تھی جو ہم اپنے پیاروں کو دیا کرتے تھے۔ کسی کی یلا میں قرآن پڑھ کر اور کسی کی برسی پر دعائوں کے نذرانے دے کر۔ لیکن جس طرح "سول سوسائٹی" کے نام پر اس ملک سے اور بہت سی اقدار چھینی جا رہی ہیں، اب یہ قدر بھی موم بتیاں روشن کرنے میں بدل گئی۔

موم بتیاں کب سے روشن ہونا شروع ہو گئیں، انہیں کیوں روشن کیا جاتا تھا اور اب اسے ایک معاشرتی رواج کیوں دیا جا رہا ہے۔ دنیا میں یہودیوں نے سب سے پہلے مت زادہ (MITZAWAH) کے نام پر موم بتیاں روشن کرنا شروع کیں، اسے خواتین روشن کرتیں اور اس کا مقصد عورت کے اس

ازلی ابدی گناہ کی تلافی کرنا تھا جس کا ماخذ یہودی اپنی کتاب تاعود کے

عبر 311-ب سے لیتے ہیں،

"اسے عورت تم سے ایک جرم سرزد ہوا تھا جس کی پاداش میں ہمیں جنت سے لٹکانا پڑا۔ تم سائپ کی دکھش پر فریفتہ ہو گئیں اور اس کے بہکاوے میں آ گئیں اور پھر تو نے ہمارے باپ آدم کو بھی اس میں

ایک زمانہ تھا جب لوگ اپنے کسی پیارے کے اس دنیا سے چلے جانے کے بعد فوراً دست دعا بند کرتے تھے، اللہ سے اس کی مغفرت کے لیے دعا کرتے، اس کے درجات کی بندگی کی استدعا کرتے اور اسے جنت الفردوس میں مقام عطا کرنے کے لیے اللہ کے سامنے درخواست گزار ہوتے۔

یہ کیفیت صرف مسلمانوں کی ہی نہیں تھی بلکہ تمام مذاہب کے ماننے والے اپنے پیارے کو آئندہ دنیا کے سفر پر روانہ کرتے تو اس کی یلا میں جو بھی تقریب منعقد ہوتی وہ دعائوں اور رب کے حضور التجائوں سے آغاز اور انجام پاتی۔

ہم میں سے ہر کسی کا یہ ایمان تھا کہ مرحوم جس دنیا میں چلا گیا ہے وہاں اسے ہماری نعرہ بازی، جلسوں

اور پوسٹر بازی سے زیادہ ہماری دعائوں کی ضرورت ہے۔ کوئی

مظلوم کسی ظالم کے ہاتھوں قتل ہوتا، کوئی وطن کی حفاظت میں جان دیتا، یا چھروں ڈاکوؤں سے لڑتا زندگی کی بازی ہارتا، ہم ایسے شہیدوں کے لیے دعائیں تقریبات منعقد کرتے کہ ہمارا ایمان تھا کہ یہ لوگ تو اللہ کے ہاں بخشے جا چکے ہیں لیکن ان کے لیے دعائے

رہنمائی

اس خاص موم عقی کا نام YAHRTZEIT

رکھا گیا ہے۔

کسی سانچے، تشدد یا بربریت میں مرنے والوں کی یاد میں موم بتیاں جلانے کا رواج بھی یہودیوں نے شروع کیا۔

جنگ عظیم دوم کے بارے میں یہودی دعویٰ کرتے ہیں کہ ان کے ساتھ لاکھ افراد قتل کیے گئے تھے۔ ان ساتھ لاکھ یہودیوں کے قتل کی یاد میں

ہر سال "یوم نشوہا" YOM-E-NASHOAH منایا جاتا ہے اور ہر گھر، عبادت گاہ اور یہودی عمارت پر موم بتیاں روشن کی جاتی ہیں۔ موم عقی جلا کر مرنے والوں کی یاد منانے کی یہ رسم یہودیوں نے خود ایجاد کی اور اس کا ان کے دین سے کوئی تعلق نہ تھا اور نہ اس کے بارے میں کوئی احکامات موجود تھے۔

ان کی دیکھا دیکھی اس رسم کو عیسائیت نے بھی اپنایا حالانکہ اس کا کوئی حکم نہ انجیل میں موجود تھا اور نہ ہی قدیم روایات میں اس کا تذکرہ ہے۔

اس کا آغاز مشرقی آرتھوڈوکس چرچ نے اپنی عبادت سے کیا جس میں پورے کا پورا مجمع ہاتھ میں موم عقی پکڑے کھڑا ہوتا ہے۔ قربان گاہوں پر موم بتیاں روشن کی جانے لگیں، مشرقی کیتھولک اور نیٹل کیتھولک بلکہ رومن کیتھولک سب کے سب موم عقی کو مسیح کی روشنی سے تعبیر کرنے لگے۔ اس رواج کو مقدس بنانے کے لیے کہا گیا کہ چرچ میں جلانے جانے والی موم بتیوں میں کم از کم 51 فیصد موم شہد کی مکھوں کے چھتے سے حاصل کیا جائے۔

ایسٹر کے موقع پر ایک خاص موم عقی روشن کی جاتی ہے جسے پاشل PASCHAL کہا جاتا ہے۔

شریک کر لیا۔

یوں تمہاری وجہ سے اس زمین بلکہ ہماری زندگیاں میں بھی اندھیرا چھا گیا۔ اس لیے اب تمہیں موم بتیاں روشن کر کے دنیا میں روشنی کو واپس لانا ہو گا۔"

موم عقی کو روشن کرنے اور عورت کی غلطی کی تلافی وہ یوم سبت یعنی ہفتے کے دن کے تہوار کے طور پر کرتے ہیں۔ یہ موم بتیاں جمعہ کی شام یعنی ہفتے کی رات کو روشن کی جاتی ہیں۔

عورتیں دو موم بتیاں جلاتی ہیں۔

ایک تورات کے باب Exodus 8:20 کے مطابق جب یہودیوں کو اپنے وطن سے در بدر کیا گیا تھا اور دوسری تورات کی پانچویں کتاب Deuteronomy کے فقرہ 5:12 کے مطابق جن میں یوم سبت منانے کے لیے کہا گیا ہے۔

عورتیں موم بتیاں جلا کر اپنی آنکھوں کو ہاتھ سے ڈھانک لیتی ہیں۔ پھر شکر ادا کرتی ہیں کہ خدا نے ہمیں مقدس بنایا اور ہمیں سبت کی شمعیں جلانے کا حکم دیا۔ یہودیوں کا ایک اور تہوار "ہنوکا" HANUKAH ہے جو یہودی مہینے کزلیو KISLEV کی 25 تاریخ کو آٹھ دن کے لیے منایا جاتا ہے۔ یہ تہوار 165 قبل مسیح میں یہودیوں کی یونانی اور شامی فوجوں پر فتح کے جشن کے طور پر منایا جاتا ہے۔ اسے "چنوہا" CHANUH یعنی روشنیوں کا تہوار بھی کہا جاتا ہے۔ ان آٹھ دنوں میں یہودی مسلسل موم بتیاں روشن کرتے ہیں۔

موم بتیاں جلانا ان کے لیے ان تہواروں تک ہی محدود نہیں، بلکہ مرنے والے کی موت کی سالگرہ کے دن بھی موم بتیاں جلائی جاتی ہیں۔

مارچ 2015ء

گھومنے والے انھی این جی اوز کے ملازم تھے یا پھر ان کے کرتادھر تھے۔ ان تمام مفت خوروں نے ملکر ایک گروہ تشکیل دیا جس کا نام سول سوسائٹی ہے۔ یہ دنیا کے ہر غریب ملک میں پایا جاتا ہے۔ افریقہ میں اس کی بہتات ہے۔

یورپ میں عوام سڑکوں پر نکلتی ہے لیکن افریقہ اور ایشیا میں سول سوسائٹی۔

یہ ان کا حق ہے جس کو چاہیں روکیں یا جس پر چاہیں نہ روکیں لیکن دکھ یہ ہے کہ ان کی وجہ سے قوم پہلے اپنے شہیدوں کو، بے گناہ مر جانے والوں کو، یا پھر اپنی کسی محبوب شخصیت کی یاد منانے کے لیے اکٹھا ہوتی تو اپنے پروردگار سے دست بردعا ہوا کرتی تھی لیکن شاید ہم اب ان لوگوں کے لیے دعا کرنا بھی بھول جائیں گے۔ بس موسم بقی جلائی، تصویر بنوائی اور آرام سے سو گئے۔

صوفیاء اور اہل نظر کا عقیدہ ہے کہ ہر جمعہ کی رات ارواح اکٹھا ہوتی ہیں تو اگر کسی کی اولاد یا چاہنے والے نے اس کے لیے مغفرت کی دعا کی ہوگی، کوئی تلذوت اس کے نام سے کی ہوگی، کوئی نیکی کا کام یا رقاہ عامہ کا کام اس کے نام منسوب کیا ہوگا تو یہ اسے تحفے یا اجر کے طور پر ملتا ہے۔

ان ارواح کے نجوم میں سب سے شرمندہ اور پشیم وہ روح ہوتی ہے جس کی اولاد یا پیار کرنے والے اسے ایسا تحفہ نہیں بھیجتے۔

ہم نے زندوں کو تو مایوس کیا تھا اب ہم نے مردوں کو بھی مایوس کرنا شروع کر دیا ہے۔ اب ہمارے مردوں کے نصیب میں سول سوسائٹی کی جنت یا جہنم ہے۔



دیگر کتابیں

اسے مسیح کے ایشر کے دن دوبارہ زندہ ہونے کی علامت کے طور پر جلا یا جاتا ہے۔

ورلڈ ٹریڈ سینٹر کے حادثے کے بعد موسم بقیوں جلائے کو ایک عالمی رسم بنانے کی کوشش کی گئی۔ یہ رسم عام آدمی نے قبول نہیں کی بلکہ ہمارے معاشرے کی ایک نئی ایجاد سول سوسائٹی نے کی۔ یہ سول سوسائٹی کیا ہے....؟

اس کا اثر پوری دنیا کے غریب معاشروں میں ایسا ہے جیسے ساری قوم جاہل، ان پڑھ گنوار، ظالم، تشدد اور بیہودہ ہے اور یہ چند فیشن زدہ مغرب سے مرعوب اور اپنی زبان و تہذیب سے نا آشنا لوگ ہی مہذب اور انسان دوست ہیں۔

یہ سول سوسائٹی روسی کیمونسٹ حکومت کے خاتمے کے بعد کارپوریٹ سرمائے سے بننے والی جمہوری حکومتوں نے دنیا کے غریب ملکوں میں ایک عالمی کلچر کے فروغ کے لیے بنائی تاکہ ان کمال تک پہنچے۔

پہلے کسی ملک میں حکومت ہوتی تھی اور دوسرے عوام۔ دنیا کی تمام حکومتیں اور عالمی انجمنیں حکومتوں کو قرض دیتی تھیں تاکہ وہ عوام پر خرچ کریں۔ لیکن اتنی کی دہائی میں ان حکومتوں کو تک بیک اور عالمی رشوت خوری کے ذریعے کرپٹ کیا گیا اور پھر ایک وسیع پیمانے پر اپیٹنڈ سے بدنام کیا گیا تاکہ مغربی حکومتیں اور عالمی انجمنیں غریب ملکوں میں براہ راست لوگوں کو امداد دیں۔ اس کے لیے این جی اوز بنائی گئیں۔ ہر ملک کے سفارت خانے نے مدد دینے کی کھڑکی کھول لی، عالمی ادارے بھی انھی این جی اوز کو گرانٹ دینے لگے۔ یہ لاکھوں روپے تنخواہ پر تعین و فاقہ اور بڑی بڑی انٹرکنٹینٹل گاڑیوں میں





اس کے لیے وقف کر دی تھی۔ انہوں نے سلسلہ عظیمیہ کی خواتین کے ساتھ رہ کر ان کی تربیت کی۔ وہ تمام خواتین کے ساتھ اپنی بیٹیوں کی طرح محبت کرتی تھیں اور قدم قدم پر ان کی راہنمائی کرتی تھیں۔

ای جان ایک رحم دل اور سخی خاتون تھیں۔ وہ ضرورت مندوں اور غریبوں کے کام آتی تھیں۔ ای جان ان ہستیوں میں سے تھیں جو اپنے حصے کا کھانا بھی دوسروں کو کھلا دیتے ہیں۔

حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کی خدمت اقدس میں ہدیہ نعت پیش کرنے کا ای جان مسلسل اہتمام فرماتیں۔ جہاں دو چار خواتین ان کے پاس جمع ہوتیں وہ فرماتیں چلو نعتیں پڑھ لیتے ہیں۔ پھر دیکھتے ہی دیکھتے ای جان کے کمرے سے نعتوں کی اور صلوٰۃ و سلام کی پر نور صدائیں آنے لگتیں۔

ای جان ہر سال ہر مہینہ نہیں بلکہ تقریباً ہر روز ہی نعت خوانی اور ہوسکے تو میلاد کا اہتمام کر لیا کرتی تھیں۔ زیر لب بھی نعت پڑھتیں۔ ذکر مصطفیٰ کے دوران ان کے آنسو بہتے رہتے جنہیں وہ خاموشی سے اپنے دوپٹے کے پنوں میں جذب کرتی رہتیں....

آج وہ ہمارے درمیان نہیں ہیں تو ان کی کمی شدت سے محسوس ہو رہی ہے۔ ایسے لگ رہا ہے جیسے

### سیدہ راشدہ عفت

محترمہ سیدہ راشدہ عفت جنہیں سلسلہ عظیمیہ کے اراکین اور دیگر بے شمار افراد امی جان کہتے تھے، سلسلہ عظیمیہ کی اہم ستون تھیں۔ آپ پاکستان بننے سے تقریباً پانچ سال قبل پیدا ہوئیں۔

بچپن ہی سے انہیں عمل دینی ماحول ملا۔ مذہبی اور تعلیم یافتہ گھرانہ تھا، صوم و صلوٰۃ کے ساتھ پردے کی بھی پابندی تھی۔

### احمد بن شہزاد

حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کی شریک حیات بننے کا موقع نصیب ہوا، محترمہ راشدہ عفت اور خواجہ شمس الدین کے مابین شادی 1955ء میں ڈھاکہ میں ہوئی اور رخصتی کے بعد آپ کراچی آئیں۔ عظیمی صاحب کے ساتھ ہر قسم کے حالات میں زندگی بسر کی۔ آپ نے عظیمی صاحب کے ساتھ چھپن برس کی مشترکہ زندگی میں گھر کے لئے بہت زیادہ خدمات انجام دیں۔ اللہ تعالیٰ نے انہیں پانچ بیٹے اور چار بیٹیوں سے نوازا ہے۔

ایک فداکار و مہربان زوجہ اور تمام مشکلات میں اپنے شوہر کے لئے بہترین یاد دہنگ تھیں، روحانی مشن کی ترویج کے لئے خدمت خلق کا یہ سلسلہ جب ایک فرد، ایک مکان سے شروع ہوا تھا تب سے آپ نے اپنی زندگی

تاج الدین ٹاپوری کا آخری دور پایا۔ نظام علی اپنے پاکیزہ کردار اور شرافت کی وجہ سے نہایت قدر و منزلت کی نگاہ سے دیکھے جاتے تھے۔ ایک روز ان کے والد اپنے دوستوں کی ہمراہ تانگے پر سوار ٹاپور کے بازار سے گزر رہے تھے کہ اچانک لوگوں میں شور مچ گیا۔ بابا تاج الدین آ رہے ہیں.... اس وقت ٹاپور کیا پورے ہندوستان میں بابا تاج الدین کی کرامات کا چرچا تھا.... جب بابا تاج الدین شہر میں نکلے تو آپ کے پیچھے لوگوں کا ایک جھوم ساتھ چلا کرتا تھا.... اس وقت بھی بازار کے لوگ کام چھوڑ کر بابا صاحب کی طرف متوجہ ہو گئے.... تانگے والے نے بھی تانگہ روک لیا.... بابا تاج الدین غیر متوقع طور پر تانگے کے قریب آئے.... آپ کے ہاتھوں میں کیلوں کا ایک گچھا تھا.... کیلے کا یہ گچھا بابا تاج الدین نے سعیدہ خاتون کے والد کی طرف بڑھایا اور اپنے مخصوص انداز میں فرمایا "لے کھالے!.... حیری اولاد نیک ہوگی".... اللہ تعالیٰ نے

نظام علی کو دو صاحبزادوں اور سات صاحبزادیوں سے نوازا۔ دونوں صاحبزادے اولادوں میں سب سے بڑے تھے۔ سعیدہ بانجی کا نمبر بیٹوں میں چوتھا تھا۔

نظام علی دوسری جنگ عظیم کے دوران یورپ میں پانچ سال مقیم رہے۔ سعیدہ بانجی تقسیم ہندوستان سے 15 روز پہلے ہی بڑے بھائی اور بڑی بیٹوں کے ہمراہ پاکستان آئی تھیں کیونکہ بڑے بھائی کا تھادلہ کراچی میں ہو گیا تھا۔ نظام علی، چھوٹی بانجی اور سعیدہ بانجی کی چھوٹی بیٹیاں آزادی کے ایک ماہ بعد آئے۔ سعیدہ خاتون اٹا میں زیر تعلیم تھیں کہ ان کے لیے عبدالمحیط بڑا صاحب کا رشتہ آیا اور سعیدہ بانجی حفیظ بھائی کے ساتھ رشتہ ازدواج میں منسلک ہو گئیں۔ سن 1960ء۔

ہماری ماں ہم سے چھڑ گئی ہے۔ امی جان کو اپنے بچوں سے رخصت ہوئے دو سال ہونے والے ہیں۔ 15 مارچ 2013ء بمطابق 2 جمادی الاولیٰ آپ کا یوم وقات ہے۔

آئیے....! ہم سب مل کر دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ امی جان کی مغفرت فرمائے اور انہیں جنت الفردوس میں بہت اعلیٰ مقام عطا فرمائے اور امی جان کی اولاد کو اور عقیدت مندوں کو ان کے اعلیٰ اوصاف اختیار کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین



### سعیدہ سعیدہ خاتون عظمیٰ

موجودہ دور میں خواتین کی روحانی صلاحیتوں کا اور روحانی مشن کی خدمت کرنے والی خواتین کا جہاں بھی ذکر ہو گا وہاں خداداد صلاحیتوں کی حامل پاکستان سے انگلستان میں جائے والی ایک محترم خاتون، محترمہ سعیدہ بانجی کا نام یقیناً لیا جائے گا۔

سعیدہ بانجی سلسلہ عظیمیہ کا درخشندہ ستارہ تھیں.... حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب جب بھی سعیدہ بانجی کا تذکرہ فرماتے.... آپ کی آواز شفقت کے جذبات سے پر ہوتی.... کئی مواقع پر حضرت عظیمی صاحب نے فرمایا.... "اللہ تعالیٰ نے مجھے سعیدہ کی صورت میں ایک ذریعہ عطا کیا ہے.... میں اس کے لئے ذمہ داری تعالیٰ کا بہت ہی شکر گزار ہوں...."

سعیدہ خاتون کی پیدائش نومبر 1938ء میں ٹاپور شہر کے علاقے "بڑا فضل صاحب" کے ایک سادات گھرانے میں ہوئی۔ والد محترم کا نام سید نظام علی جبکہ والدہ چھوٹی بانجی کے نام سے مشہور تھیں۔ سید نظام علی نے ہندوستان کے معروف روحانی بزرگ حضرت بابا

فوقاً تحریریں شائع ہوتی رہیں۔ سعیدہ باجی نثر و نظم میں منفرد انداز کی حامل تھیں۔ سعیدہ خاتون نے نثر کے ساتھ ساتھ نظم و غزل میں بھی اپنے خیالات اور کیفیات و مشاہدات کو رقم کیا۔ مختلف پروگراموں کی رپورٹس بھی تحریر کیں۔

سعیدہ خاتون عظیمی کے مضامین، واردات و کیفیات، سفرنامے، قسط وار کہانیاں بعد میں کتابی صورت میں بھی شائع ہوئیں، جن میں روحانی ڈائری، روح کہانی، اندر کا مسافر، خوشبو، جوگن، روحیں بولتی ہیں، قدیں، گیارہ ہزار فریکوئنسی، قرآن اور تصوف، مراقبہ کی اقسام اور معرفت عشق شامل ہیں۔

روحانی ڈائجسٹ کے مطالعے نے آپ کے دل پر بے حد اثر کیا اور آپ نے حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کو خط تحریر کیا.... الشیخ عظیمی صاحب نے جواب میں اجتماعی مراقبہ کرانے کی اجازت دی.... سعیدہ باجی نے مانچسٹر انگلینڈ میں اپنے گھر پر محفل مراقبہ کا آغاز کیا تو ابتداء میں چند ملنے جتنے والے ہی اس محفل میں شریک ہوا کرتے.... 1983ء میں حضرت عظیمی صاحب انگلینڈ تشریف لے گئے اور مراقبہ ہال کا باقاعدہ افتتاح فرمایا.... اس روز سے سعیدہ خاتون کی مصروفیات میں اضافہ ہو گیا اور دیکھتے ہی دیکھتے ان کی عمرانی میں انگلینڈ کے دیگر شہروں میں بھی مراقبہ ہال قائم ہونے لگے.... 1991ء تک لندن، برمنگھم، بریڈ فورڈ، ہڈرز فیلڈ اور گلاسگو میں سلسلہ عظیمیہ کے تربیت یافتہ اراکین مراقبہ ہال کے تحت روحانی مشن کی خدمات انجام دے رہے تھے.... آپ اکثر اپنے شوہر عبدالحفیظ بت کے ہمراہ کراچی میں حضور قلندر بابا اولیائی کے عرس مبارک کی مرکزی تقریب میں

اولیائی میں سعیدہ خاتون حفیظ بھائی کے ساتھ مانچسٹر چلی گئیں اور تادم آخروں میں مقیم رہیں۔

سعیدہ باجی اپنے نام کی طرف ایک سعید روح تھیں والدین کے لئے صالح بیٹی، بڑے بہن بھائیوں کے لئے فرما تہ دار بہن اور پھوٹوں کے لئے سراپا محبت ہستی.... اپنے بچوں کی تعلیم و تربیت میں بھی شفقت و محبت نمایاں تھی۔ تربیت کے معاملے میں موقع کی مناسبت سے سختی سے بھی پیش آتی تھیں۔ بچوں کی تربیت میں وہ سونے کے جھجے سے کھلانے اور عقاب کی نظروں سے دیکھنے پر یقین رکھتی تھیں۔

سعیدہ خاتون کو بچپن ہی سے اللہ سے قربت اور غیب کی دنیا کے حقائق جان لینے کی جستجو رہی.... یہ جستجو انہیں قدرت کی توفیق سے ملی تھی، چنانچہ اس کی تکمیل کے لئے راستے بھی کھلتے چلے گئے.... روحانی حواس بیدار ہوئے تو ان پر نئے نئے راز کھلنے لگے۔ سعیدہ خاتون جو محسوس کرتیں اسے قلمبند کر لیا کرتیں.... اور وقتاً فوقتاً اپنی بڑی بہن کو ارسال کر دیا کرتیں.... دسمبر 79ء میں روحانی ڈائجسٹ کا اجراء ہوا۔ سعیدہ باجی کی بہن جو کراچی میں مقیم تھیں، روحانی ڈائجسٹ کے شمارے ان کی نظر سے گزرے تو انہوں نے سعیدہ باجی کی واردات و کیفیات چیف ایڈیٹر روحانی ڈائجسٹ خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کو ارسال کر دیں۔

روحانی ڈائجسٹ مئی 1979ء کے شمارے میں پہلی مرتبہ سعیدہ باجی کی روحانی کیفیات "واردات" کے زیر عنوان شائع ہونا شروع ہوئیں.... یوں روحانی ڈائجسٹ کے قارئین کے ساتھ آپ کا قلبی رشتہ بن گیا.... پھر روحانی ڈائجسٹ کے صفحات پر آپ کی وقتاً

سایہ عاطفت سے محروم ہوئے۔ سعیدہ باقی جیسی مشن سے کنٹ منٹ رکھنے والی بے لوث اور خدا و املاحتیوں کی حامل بستیاں بہت کم ہوتی ہیں۔

سعیدہ خاتون!.... خصوصاً خواتین کے لئے ایک مثالی کردار ہے۔ ایک کردار جو خواتین کو رہنمائی فراہم کرتا ہے کہ ایک عورت اپنی گھریلو اور معاشرتی ذمہ داریوں کے ساتھ کس طرح راہ سلوک میں بھی کامیابیوں کے دروازے کھول سکتی ہے۔

سعیدہ باقی نے ثابت کر دکھایا ہے کہ روحانی اور دنیاوی تقاضوں کو کس طرح متوازن اور معتدل انداز میں پورا کیا جاسکتا ہے۔

اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ ان کی خدمات قبول ہوں۔ ان کی مغفرت ہو اور انہیں جنت الفردوس میں اعلیٰ مقام عطا ہو۔ آمین۔



شرکت کرتیں.... پاکستان کے دیگر شہروں میں بھی آپ کو خطاب کے لئے مدعو کیا جاتا.... وہ گزشتہ اڑتیس سال سے انگلینڈ میں مقیم تھیں.... سعیدہ خاتون کی کوششوں سے اور اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے سافٹوئرز یونیورسٹی میں ڈپارٹمنٹ آف Rehabilitation میں حضور قلندر بابا اولیاء کی تصنیف ”روح و قلم“ کا انگریزی ترجمہ اور حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کی کتابوں کے انگریزی ترجمے کو بی ایس سی آرز کے کورس میں شامل کر لیا گیا.... سعیدہ خاتون 1999ء میں سافٹوئرز یونیورسٹی کی ڈائریکٹنگ پروفیسر مقرر ہوئیں....

محترم سعیدہ باقی 23 مارچ 2003 برطانیہ کے شہر مانچسٹر میں انتقال کر گئی تھیں۔ سعیدہ باقی کے انتقال سے خاص طور پر برطانیہ میں مقیم عظیمی بہن بھائی بہت محبت کرنے والی بہن ماں جیسی شفیق ہستی کے

### نیکی کبھی ضائع نہیں جاتی....

برصغیر شہر پریشن کی سڑکوں پر رات گزارنے والے ایک بے گھر شخص کی دریاوی نے ایک طالبہ کو اس قدر متاثر کیا کہ اس کے احسان کا بدلہ اتارنے کے لیے طالبہ نے لاکھوں روپے کا فنڈ جمع کر لیا ہے۔ یونیورسٹی آف لکشاٹار کی طالبہ پائیس سالہ ڈویٹنگ بیرین کہتی ہیں کہ ایک رات تاخیر سے گھر واپس آتے ہوئے انہیں احساس ہوا کہ وہ اپنی رقم کھو چکی ہیں۔ جب وہ پریشان حالت میں سڑک کنارے کھڑی تھیں تو رابلی نامی مظلومہ الحال شخص ان کے پاس آیا اور جب اسے معلوم ہوا کہ وہ رقم کھو جانے کی وجہ سے پریشان ہیں تو اس شخص نے اپنے پاس موجود کل رقم تین پاؤنڈ کے لیے پیش کر دیے۔ بیرین کہتی ہیں کہ رابلی نے اپنی کل رقم پیش کرتے ہوئے بحفاظت گھر پہنچنے کی تاکید کی تو ان کا دل بھر آیا کہ یہ شخص خود سڑک پر خالی ہاتھ رات گزارے گا لیکن اس کا دل کتنا مہربان ہے۔ انہوں نے گھر واپس آتے ہی فیس بک پر یہ واقعہ اپنے سب دوستوں کو بتایا اور سب سے اپیل کی کہ وہ صرف تین پاؤنڈ کا عطیہ فراہم کریں تاکہ وہ نیا گھر خریدنے میں رابلی کی مدد کر سکیں۔ بیرین نے محض دو ہفتے میں 13,000 پاؤنڈ جمع کر لیے ہیں اور اب وہ رابلی کے گھر کے لیے پہلی قسط جمع کروانے کے لیے تیار ہیں۔ اس دل گداز واقعے سے لوگ اس قدر متاثر ہوئے ہیں کہ بیرین کے دوستوں کے علاوہ بے شمار دیگر لوگ بھی عطیات بھیج رہے ہیں۔

قرآن کا اہم سٹ



## یہاں خوش قسمتی دستیاب ہے!

جاپان میں ہاتھوں کی لکیریں بدلنے کا کام تسلی بخش کیا جاتا ہے۔

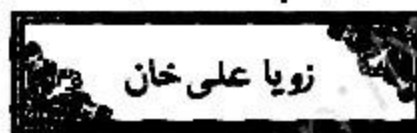


دست شناسی یوں تو ساری دنیا میں مقبول ہے، لیکن جاپانی اس فن پر بہت زیادہ یقین رکھتے ہیں۔ جاپان میں لوگ مشینی زندگی گزارتے ہیں اور بڑی مشکل سے دوسروں کے لیے وقت نکال پاتے ہیں۔ اس مشینی زندگی نے انسان کو انسان سے دور کر دیا ہے۔ کل کی فکر نے لوگوں کو ڈپریشن کا مریض بنا دیا ہے، جاپان میں خودکشی کی شرح دنیا کے دیگر ممالک سے زیادہ ہے۔ پھلتا پھولتا کاروبار، پُر تعیش زندگی اور خوبصورت جیون ساتھی ہر کسی کی خواہش ہوتی ہے۔ ان چیزوں کے حصول کے لیے انسان محنت کرتا ہے، لیکن محنت کے باوجود اگر اس کی آرزوئیں پوری نہ

کوئی دست شناس آپ کے ہاتھ کی لکیریں دیکھ کر کہے کہ آپ بڑے بد قسمت ہیں تو پریشان ہونے کی ضرورت نہیں، اب پام سرجری (Palm Surgery) کی مدد سے سرجن آپ کی قسمت کی لکیریں آپ کی پسند کے مطابق چھوٹی بڑی یا کم زیادہ کر سکتا ہے۔

دست شناسی (پاسٹری) ایک قدیم فن ہے۔

ہوں تو وہ شارٹ کٹ تلاش کرتا ہے۔ یہ شارٹ کٹ یا تو اسے جرم کی دنیا میں لے جاتا ہے یا خواہوں کی دنیا کی سیر کرواتا ہے۔



زویا علی خان

جاپانی، پاسٹری (دست شناسی) پر بہت زیادہ یقین رکھنے والی قوم ہے۔ اپنی قسمت کا حال جاننے کے لیے وہ کثیر سرمایہ خرچ کرتے ہیں۔ جاپان میں سستے دست شناس بھی 70 امریکی ڈالر سے کم فیس نہیں لیتے۔ بہت سے جاپانی اپنے ہاتھ کی لکیروں سے

اس فن کا ماہر (دست شناس) ہاتھوں کی لکیریں دیکھ کر لوگوں کے مستقبل کی پیش گوئی کرتا ہے، شادی ہوگی یا ساری زندگی کنوارا ہی رہنا پڑے گا، کاروبار کیسا چلے گا، اولاد کتنی ہوگی زندگی آرام و سکون سے کئے گی یا حادثات و مصائب گھیرے رہیں گے۔

دست شناسی کی حقیقت سائنس تسلیم نہیں کرتی، لیکن عوام کی اکثریت ان لکیروں کا فقیر بنے رہنے میں خوشی محسوس کرتی ہے۔

سے جھونے لگتا ہے۔ جب کسی جاپانی کے ہاتھ کی لکیروں خراب قسمت کی گواہی دیتی ہیں تو وہ سخت مایوسی میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ اسی مایوسی نے جاپانیوں کو پام سرجری کی راہ بھائی۔ ہوا یوں کہ فوکیو کے ایک پلاسٹک سرجن ڈاکٹر تاکاکی ماتسودا (Takaaki Matsuoka) کے کلینک پر جنوری 2011ء کو ایک خاتون آئی اور ان سے ایک اچھوتی فرمائش کرتے



ہوئے کہا کہ وہ اپنی قسمت بدلنے کے لیے ہاتھ کی لکیروں بدلوانا چاہتی ہیں۔ ڈاکٹر تاکاکی کو پہلے تو یقین نہیں آیا کہ وہ یہ کام کر پائیں گے۔ انہوں نے طبی جریدے کھنگالے تو ان پر انکشاف ہوا کہ ایسی ہی چند سرجریز کو ریاض میں ہو چکی ہیں۔ انہوں نے اس کے طریقہ کار کو غور سے پڑھا اور پھر خاتون کی پسند کے مطابق اس کے ہاتھ کی لکیروں بدل دیں۔ ڈاکٹر تاکاکی کا کہنا ہے کہ یہ لکیروں صرف برقی بلیڈ کی مدد سے ہی بنائی جاسکتی ہیں۔ اگرچہ لیزر اور عام بلیڈ بھی اس کام میں استعمال کیے جاسکتے ہیں، لیکن ان سے بنائی گئی لکیروں واضح نہیں ہوتیں اور نہ ہی قدرتی دکھائی دیتی ہیں۔

پام سرجری تکلیف دہ عمل نہیں ہے۔ پندرہ منٹ میں اپنی پسند کی پانچ سے دس لکیروں بہ آسانی بنوائی جاسکتی ہیں۔ پام سرجری کرنے والے سرجنوں کو دست شناسی کے علم سے بھی واقفیت ہونی چاہیے، انہیں یہ پتا ہونا چاہیے کہ قسمت کی لکیروں میں شامی، کاروبار، یا خوش بختی کی لکیروں کون کون سی ہیں۔

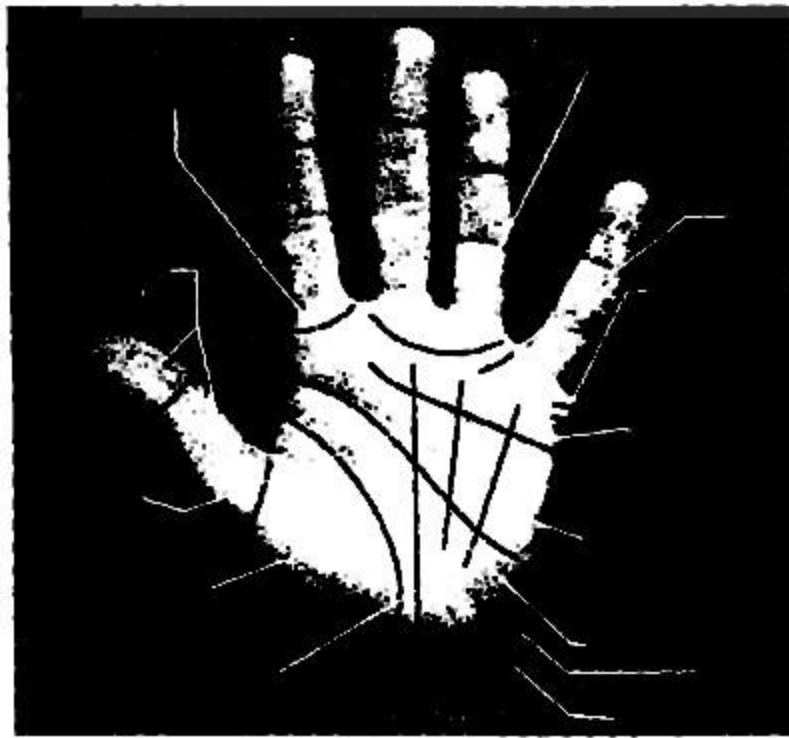
ڈاکٹر تاکاکی ماتسودا کا ایک ماہر پلاسٹک سرجن ہیں جو نہ صرف لوگوں کے ہاتھ کی لکیروں بدلنے کا ہنر جانتے ہیں بلکہ دست شناسی سے بھی تھوڑا بہت شغف

خوش نہیں۔ وہ سمجھتے ہیں کہ ان لکیروں کی وجہ سے ان کی قسمت ان کا ساتھ نہیں دے رہی اور کامیابی انہیں چھو کر گزر جاتی ہے۔

جاپانی پام سرجری کی مدد سے اپنی قسمت ”اپنے ہاتھ“ سے بدلنا چاہتے ہیں۔ وہ آپریشن کے ذریعے اپنے ہاتھ کی لکیروں کو چھوٹا بڑا کرنے، انہیں مٹانے یا نئی لکیروں بنوانے کے جذبہ میں مبتلا ہو رہے ہیں۔ بے شمار جاپانی سمجھتے ہیں کہ اس طرح ان کا مستقبل روشن ہو جائے گا۔ پام سرجری دراصل 15 منٹ کا ایک چھوٹا سا آپریشن ہوتا ہے، جس میں سرجن ہاتھ کی لکیروں کو چھوٹا بڑا کرنے یا نئی لکیروں بنانے کے لیے ایک برقی بلیڈ (Electric Scalpel) استعمال کرتا ہے۔ اس بلیڈ سے جلد کی مطلوبہ جگہ جلائی جاتی ہے۔ جلنے کے نشانات ایک ماہ تک رہتے پھر ان کی جگہ لکیروں بن جاتی ہیں، جو مٹائی نہیں جاسکتیں۔ اس آپریشن کی فیس عموماً ایک ہزار امریکی ڈالر ہے۔

زیادہ تر جاپانیوں کا خیال ہے کہ ان کی زندگی میں خوش قسمتی اور بد بختی کا انحصار ہاتھ کی لکیروں پر ہے۔ جب کوئی جاپانی اپنی قسمت کا حال جاننے کے لیے کسی دست شناس کے پاس جاتا ہے اور وہ ہاتھ دیکھ کر اسے اچھی قسمت کی خوش خبری دیتا ہے تو وہ خوشی

دست شناسی کا ہنر



رکھتے ہیں، اسی لیے وہ اپنے کلا تئس میں بہت مقبول ہیں۔ پام سرجری کے شائقین اپنے ہاتھوں پر زیادہ تر خوش قسمتی، دولت اور شادی کی لکیریں بنوانا پسند کرتے ہیں۔ بہت سے لوگوں کا یہ بھی خیال ہے کہ اس سرجری سے بنائی جانے والی لکیریں چونکہ قدرتی نہیں ہوتیں اس لیے اس سے انسان کی قسمت نہیں بدلتی اور نہ ہی مستقبل پر کوئی فرق نہیں پڑتا۔ زیادہ تر جاپانی خواتین اپنے ہاتھ پر شادی کی لکیر بنوانا

پسند کرتی ہیں۔ جب کسی لڑکی کو دست شاس یہ بتاتا ہے کہ اس کے ہاتھ پر شادی کی لکیر نہیں ہے تو وہ بہت پریشان ہو جاتی ہے۔ اسے اپنے مسئلے کا حل پام سرجری میں نظر آتا ہے۔ یہ خواتین اس وہم میں مبتلا رہتی ہیں کہ ہاتھ پر شادی کی لکیر نہ ہونے کی وجہ سے وہ عمر بھر کنواری بیٹھی رہیں گی۔ پام سرجری کروانے والی زیادہ تر خواتین اپنے ہاتھ میں شادی کی لکیر بنوانا پسند کرتی ہیں، جبکہ مرد حضرات دولت میں اضافہ اور کورواہار میں ترقی کی لکیر بنوانے میں زیادہ دلچسپی رکھتے ہیں۔

ڈاکٹر تاکا کی نے پچھلے برس تیس لاکھ خواتین کے آپریشن کیے، جو اپنے ہاتھ پر شادی کی لکیر بنوانے ان کے پاس آئی تھیں۔ وہ کہتے ہیں کہ بعض خواتین کے ہاتھ میں شادی کی ایک لکیر ہوتی ہے اور ان کی پہلی شادی ناکام ہو چکی ہوتی ہے، اس لیے وہ شادی کی دوسری لکیر بنواتی ہیں۔

ڈاکٹر تاکا کی خود بھی اس پر یقین نہیں رکھتے کہ ان کے لکیر بنانے سے لوگوں کی قسمتیں بدل جاتی

ہیں، لیکن چونکہ سرجری ان کا پیشہ ہے، اس لیے وہ ان باتوں سے قطع نظر صرف اپنے ”مریض“ کی پسند کے مطابق ان کی سرجری کر دیتے ہیں۔ ڈاکٹر تاکا کی کہتے ہیں کہ انسان کو ہمیشہ مثبت انداز میں سوچنا چاہیے۔ پام پلاسٹک سرجری کے بارے میں ان کا کہنا ہے کہ یہ ایک طرح کا ”پلاسیبو ایفیکٹ“ ہے یعنی دوا کے طور پر دیا جانے والا ایک بے ضرر مواد، جسے کھانے سے مریض کو اطمینان ہوتا ہے کہ وہ ٹھیک ہو جائے گا۔ ان کا کہنا ہے کہ جب انسان سوچتا ہے کہ وہ خوش قسمت ہے تو بعض اوقات واقعی اس کی قسمت چمک جاتی ہے۔ وہ یہ بھی کہتے ہیں کہ بالفرض اگر لکیریں بدلنے سے آپ کی قسمت نہیں بدلتی تو اگر آپ قسمت بدلنے کا ارادہ کر لیں اور اس کے لیے تھوڑی تکلیف اٹھائیں تو یقیناً آپ اپنی زندگی بدل سکتے ہیں۔ دست شناسوں (Palm Readers) کا ماننا ہے کہ پام سرجری متعارف ہونے سے پہلے خرابی قسمت کے بارے اپنے ہاتھ پر قلم سے خود ہی خوش قسمتی کی لکیریں بنا کر اس خوش فہمی میں مبتلا ہوتے تھے کہ

ہاتھوں کی لکیریں بدلنے کا "تسلی بجش" کام کیا جاتا ہے۔ نوکیو کے ایک کلینک کی انتظامیہ کا کہنا ہے کہ انہوں نے پام سرجری کے لیے اشتہارات دینا بند کر دیے ہیں، کیونکہ اس کی مانگ میں بہت زیادہ اضافہ ہو گیا ہے اور اب اشتہارات دینے کی ضرورت نہیں رہی۔

پام سرجری کو متعارف ہوئے زیادہ عرصہ نہیں گزرا، اس کی ابتدا اگرچہ کوریاسے ہوئی لیکن مقبولیت اسے جاپان میں ملی۔ 2011ء میں نوکیو کے صرف ایک کلینک میں پچاس کے قریب پام پلاسٹک سرجریاں ہوئیں۔

بعض مریض پہلے سے اپنے ہاتھ پر قلم سے لکیریں بنا کر کلینک آتے ہیں اور سرجن سے فرمائش کرتے ہیں کہ انہیں ان کی لکیروں کی پام سرجری کروائی ہے۔

جب تک خلوص، ایمانداری اور سادہ طرز زندگی کے بجائے طاقت اور دولت اعلیٰ معیار بنے رہیں گے، انسان سچی خوشی کی تلاش میں یوں ہی سراپوں کے پیچھے بھاگتا رہے گا اور اپنے لیے ہر وہ کمزور سہارے تلاش کرے گا، جو اسے پہلے سے زیادہ کمزور، وہمی بناتا رہے گا۔

قسمت کا لکھا اگر اٹل ہے تو وہ نوح محفوظ میں لکھا ہے، جہاں انسان کی رسائی نہیں ہے۔ باقی رہے نجومی اور دست شناس تو یہ محض اپنی انکل کے گھوڑے دوڑاتے ہیں، جن کی بعض باتیں کبھی کبھار صحیح بھی ہو جایا کرتی ہیں۔

پام سرجری کے بارے میں بھی اتنا کہنا کافی ہو گا کہ "دل کے بہلانے کو غالب یہ خیال اچھا ہے۔"



اب ان کی قسمت سنور جائے گی، لیکن ایسا ہوتا نہیں تھا۔

زیادہ تر جاپانیوں کا پام سرجری پر راسخ عقیدہ بن چکا ہے۔ جن لوگوں نے پام سرجری کروائی ہے ان کا کہنا ہے کہ اس سے ان کی زندگی میں بڑا بدلاؤ آیا ہے۔ ڈاکٹر تاکا کی کہتے ہیں، "میں نے ایک خاتون کے ہاتھ پر شادی کی لکیر بنائی تو کچھ عرصے بعد اس کی شادی ہو گئی۔ دو افراد نے اپنے ہاتھوں پر قسمت کی لکیروں کو لمبا کروایا تو ان کی انعامی لائبریاں نکل آئیں اور وہ امیر ہو گئے۔" یہ دعوے اگر کوئی سو سالہ سنیاسی باوا کرتا تو شاید ہم اسے ٹھگ سمجھ کر مسترد کر دیتے، لیکن یہ واقعات نوکیو کا ایک ماہر سرجن بیان کر رہا ہے، جسے خود بھی اس علم پر یقین نہیں ہے۔ اس لیے ان واقعات کو محض اتفاق کا نام دیا جاسکتا ہے، جیسا کہ لندن کے ایکسکلوسیو کا سیمینٹ سرجری سینٹر کے سربراہ ڈاکٹر یانیس الیگزینڈر ڈیس (Yannis Alexandrides) کہتے ہیں، "ہو سکتا ہے کہ پام سرجری کروانے والے چند افراد کی قسمت اتفاق سے بدل گئی ہو لیکن یہ چیزیں اس غیر سرجیکل مداخلت کو حق بہ جانب قرار دینے کے لیے ناکافی ہے۔"

پام سرجری سے چند پیچیدہ بیماریوں میں مبتلا ہونے کا بھی قوی امکان ہے، جن میں انفیکشن اور تکلیف دہ نیرومانس بیماریاں شامل ہیں۔

سائنس، پام سرجری کو نہیں مانتی، لیکن یہ بھی حقیقت ہے کہ جاپان میں اس کی مقبولیت میں رفتہ رفتہ اضافہ ہو رہا ہے اور بہت سے کلینک اور اسپتال "یہاں خوش قسمتی دستیاب ہے" کا اشتہار بنے ہوئے ہیں۔ ان مراکز پر پام سرجری کی مدد سے



بیسویں صدی میں امت اسلام کے اسی اہل حق کو جس نے تاریخ کا ایک نیا باب لکھا، اس کا نام محمد اسد (Leopold Weiss) کو ایک منفرد مقام حاصل ہے۔ محمد اسد کا تعلق یهودی خاندان سے تھا اور وہ جرمنی اور یورپ کے موقر ترین روزنامے میں صحافت کی خدمت انجام دینے کے لیے آئے۔ ایک صحافی کی حیثیت سے عرب دنیا سفر کیا، سفر کے دوران ایک عرب ہم سفر کی دعوت پر عرب دنیا میں سفر کیا۔ یہ تین سالہ قیام خود پسند اور لہنی ذات کے خول میں تم مغربی دنیا کے اس نوجوان کے لئے بڑا عجیب تجربہ تھا۔ اس نے عرب معاشرے میں باہمی تعلقات، بھائی چارے، محبت اور دکھ درد میں شرکت کو دیکھا تو حیران رہ گیا اور وہیں سے اس کا دل اسلام کی جانب راغب ہو گیا۔

واپسی پر قرآن مجید کا مطالعہ کیا اور سورہ نکات کے قبول اسلام کا باعث بنی۔ انہوں نے برلن میں اسلام قبول کر لیا اور اپنا نام تبدیل کر کے محمد اسد رکھا۔ اسلامی فکر کی تقسیم اور دعوت میں آپ نے 66 سال صرف کیے۔ یوں تو محمد اسد نے کئی کتب تحریر کیں مگر نیویارک میں قیام کے دوران انہوں نے لہنی وہ کتاب تصنیف کی جس نے انہیں شہرت کے آسمان پر پہنچایا۔ ان کی مشہور کتاب دی روڈ ٹو مکہ Road to Makkah علمی، ادبی، تہذیبی ہر اعتبار سے ایک منفرد کارنامہ اور صدیوں زندہ رہنے والی سوغات ہے۔

روڈ ٹو مکہ بنیادی طور پر محمد اسد کی روحانی سرگذشت ہے جو گذشتہ نصف صدی سے ذوق و شوق سے پڑھی جا رہی ہے۔ اس کتاب میں انہوں نے اپنا جسمانی اور روحانی سفر تفصیل سے بیان کیا۔ یہ کتاب دنیا کی کئی بڑی زبانوں میں ترجمہ ہوئی ہے، بار بار شائع ہوئی اور اب بھی ہو رہی ہے کتنے ہی لوگ اسے پڑھ کر مسلمان ہوئے۔ قارئین کرام کے ذوق مطالعہ کے لیے اس اثر آفرین کتاب کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

(گذشتہ سہ پیوستہ)

”اسے معلوم نہیں تھا کہ وہ کسے مار رہا ہے، اور کچھ دیر یہ سلسلہ جاری رہا، الزام لگتا اور اس کا اس نے خدا کا نام لیا تھا، اسے واپس لے جاؤ!...“

”جو دو افراد مجھے یہاں لائے“

محمد اسد

گروہ زور پکڑ گیا اور پیچھے بیٹھے قاضی نے فیصلہ دیا

اور اسی میب اندھیرے کے راستے سے واپس لے گئے

اور مجھے زمین پر لٹا دیا۔ میں نے اپنی آنکھیں کھولیں۔  
میں نے خود کو اتانج کی کچھ یورپوں کے درمیان  
میں پایا، ان کے اوپر خیمے کا ایک حصہ پھیلا ہوا تھا تاکہ  
مجھے سورج کی روشنی سے بچایا جاسکے۔ یہ دن کے آغاز کا  
وقت لگ رہا تھا، اور میرے ساتھیوں نے یقیناً پڑاؤ ڈالا  
ہوا تھا۔ کچھ قصبے پر میں اپنے اونٹوں کو چرتا دیکھ سکتا  
تھا۔ میں اپنے ہاتھ اٹھانا چاہتا تھا، لیکن میری ٹانگیں  
بہت بے جان تھیں۔ جب میرا ایک ساتھی مجھ پر جھکا  
تو، میں نے کہا ”کافی“.... کچھ دور میں نے کافی کو ہادون  
میں پیسے جانے کی آواز سنی۔ میرا دوست چھلانگ  
لگا کر کھڑا ہو گیا

”یہ بول رہا ہے، یہ بول رہا ہے! اسے ہوش  
آ گیا ہے....!“

اور انہوں نے مجھے تازہ، گرم کافی دی۔  
میں نے پوچھا:

”کیا میں ساری رات بے ہوش رہا ہوں؟“  
انہوں نے جواب دیا ”ساری رات؟ پورے چار دن تم  
بلے تک نہیں! ہم نے تمہیں ایک پوری کی طرت  
اونٹوں پر لا دیا، اور رات کو اتار دیا، ہم نے سوچا کہ  
تمہیں یہاں دفن کرنا پڑے گا لیکن تعریف اس ذات

کی جو زندگی دیتا اور لیتا ہے، جو لا قانی ہے....“  
”سو آپ نے دیکھا، میرے پیارے بچا، غروب  
آفتاب کے وقت سانپ کو نہیں مارنا چاہیے۔“  
میرا آدھا دلخ زید کی کہانی پر ہنس رہا ہے، تو باقی  
آدھا دلخ اندھیرے میں غیر مرئی قوتوں کو محسوس  
کر رہا ہے، ان کی آواز اتنی مدہم ہے کہ کان سے بمشکل  
سنائی دیتی ہے، ہوا میں مٹھامت کی بو ہے، مجھے کچھ  
بچھتا ہوا ہے کہ میں نے غروب آفتاب کے وقت  
سانپ کو مار ڈالا تھا۔

## دجال

حائل سے روانہ ہونے کے بعد پانچویں رات کو ہم  
مدینہ کے میدان میں پہنچے ہیں۔ تاریکی میں کوہ احد  
نظر آ رہا ہے۔ ساڈھیاں تھک چکی ہیں، ہم دن بھر چلتے  
رہے ہیں، ہم تینوں خاموش ہیں۔ اب چاند نکل آیا ہے،  
چاندنی میں مسجد نبویؐ کے مینار، گنبد حضرتؐ اور شہر  
صاف نظر آ رہا ہے۔ ہم باب الشام سے شہر میں داخل  
ہوتے ہیں۔ اب میں مدینہ النبی میں ہوں۔ یہی شہر کئی  
سال سے میرا گھر چلا آتا ہے، ماؤس گھیاں سنسان ہیں  
اور پھر میرا مکان آ جاتا ہے۔ منصور رخصت ہو جاتا ہے  
اور ہم ساڈھیوں سے اتر کر ان کو بٹھا رہے ہیں۔

مدینہ میں میرے ایک  
پرانے دوست اور بزرگ شیخ  
عبد اللہ ابن بلیسید سے ملاقات  
ہوئی اور ہم دونوں نے اکٹھے  
نماز مغرب ادا کی۔ مغرب  
کے بعد بدو لوگ عقیدت سے  
شیخ ابن بلیسید کو گھیر کر دورہ  
عراق کے بارے میں سوال  
کرنے لگتے ہیں کیونکہ عراق



محمد اسد، ریڈیو پاکستان پر تقریر کرتے ہوئے، دوسری جانب بلوچ خیر مین  
ڈیپارٹمنٹ آف اسلامک ری کنسٹرکشن اپنے فرائض انجام دے رہے ہیں۔

دورانی نیا ہفت

میرا آدھا دماغ زید کی کہانی پر ہنس رہا ہے، تو باقی آدھا دماغ اندھیرے میں کوئی غیر مرئی قوتوں کو محسوس کر رہا ہے، ان کی آواز اتنی مدہم ہے کہ کان سے بمشکل سنائی دیتی ہے، ہوا میں خاصیت کی بو ہے، مجھے کچھ پچھتاوا ہوتا ہے کہ میں نے غروب آفتاب کے وقت سانپ کو مار ڈالا تھا۔

میں شیخ ابن بلیہد کی پہلی مرتبہ فرنگی (یورپی انگریز) لوگوں کو دیکھ چکے ہوتے ہیں۔  
 ”یا شیخ ہمیں بتائیں کہ فرنگی لوگ سر پہ ہمیشہ بیٹ اس طرح کیوں پہنتے ہیں کہ اس سے آنکھیں چھپ جاتی ہیں؟ وہ آسمان کو کیسے دیکھتے ہوں گے؟“

دجال (دھوکے اور جھوٹی نمود و نمائش) کی دنیا بن چکی ہے۔ کیا آپ نے کبھی یہ پیشگوئی سنی کہ آخری زمانے میں دنیا کے زیادہ تر لوگ دجال کی پیروی کریں گے اور اسے خدا سمجھیں گے۔“

”اس لیے کہ وہ آسمان دیکھنا ہی نہیں چاہتے۔ شاید اس طرح انہیں ڈر رہتا ہے کہ آسمان پر نظر پڑنے سے انہیں خدا یاد آسکتا ہے اور وہ جنت کے عام دنوں میں خدا کو یاد ہی نہیں کرنا چاہتے، شیخ نے جواب دیا۔  
 بدو نے مزید پوچھا پھر خدا انہیں کیوں نوازتا ہے اگر وہ خدا کے انکاری ہیں؟“

بدو نے میری طرف سوالیہ انداز میں دیکھا۔ میں نے شیخ بلیہد سے اجازت لینے کے انداز سے دیکھا اور دجال کے حلیے کے بارے میں پیشگوئی سنانا شروع کر دی کہ وہ ایک آنکھ سے اندھا ہو گا مگر خدا سے منسوب شدہ پر اسرار طاقتوں کا مالک ہو گا۔ وہ اپنے کانوں سے زمین کے دور دراز حصوں میں ہونے والی گفتگو سنے گا اور لامحدود فاصلے پر ہونے والے واقعات اپنی ایک آنکھ سے دیکھے گا۔ وہ دنوں میں زمین کے گرد اڑے گا۔ وہ زمین کے نیچے سے سونے اور چاندی کے خزانے اچانک نکال دے گا۔ وہ اپنے حکم سے بارش برسائے گا۔ فصلوں کو آگادے گا۔ لوگوں کو مارے گا اور زندہ کر دے گا۔ وہ تمام لوگ جو ایمان میں کمزور ہوں گے اسے خدا مانیں گے اور ادب سے اسے سجدہ کریں گے۔ مگر وہ تمام لوگ جو ایمان میں مضبوط ہوں گے وہ اس کے ماتھے پر یہ الفاظ لکھے ہونے دیکھیں گے ”خدا کا مکر“ اور وہ جانتے ہوں گے یہ دجال ایک دھوکے ہے جو انسان کے ایمان کے لیے بہت بڑا امتحان ہے۔

”یہ بہت آسان بات ہے بیٹا وہ لوگ سونے (gold) کی پوجا کرتے ہیں اور ان کا خدا ان کی جیب میں ہے.... یہ میرے دوست فرنگیوں کے بارے میں مجھ سے بہتر جانتے ہیں کیونکہ یہ انہی میں سے آئے ہیں، شیخ نے میری طرف اشارہ کیا۔ اللہ تعالیٰ انہیں اندھیرے سے نکال کر اسلام کی روشنی میں لے آیا ہے....“  
 ”تو یہ یہ سچ ہے کہ آپ بھی فرنگی تھے....؟“ بدو نے مجھ سے پوچھا۔

میں نے ہاں میں سر ہلایا۔  
 ”سب تفریقیں اللہ کے لیے ہیں۔ وہ جس کو چاہتا ہے ہدایت دیتا ہے۔ میرے بھائی، مجھے بتائیں کہ یہ فرنگی لوگ خدا کے بارے میں غفلت میں کیوں پڑے ہیں...؟“ بدو نے مجھ سے پوچھا۔

”یہ بہت لمبی کہانی ہے جسے چند الفاظ میں بیان نہیں کیا جاسکتا۔“ میں نے جواب دیا۔ ”فی الحال میں آپ کو صرف اتنا بتا سکتا ہوں کہ فرنگیوں کی دنیا اب

لیکن آپ ٹھیک کہہ رہے ہیں۔ بجائے کہ لوگ اس طرح سوچیں کہ سائنسی پیش قدمی اور ترقی خدا کی عطا کردہ ہے، زیادہ سے زیادہ لوگوں نے اپنی بیوقوفی (ناکجی یا بے حسی) سے اسے ہی آخری کارساز یعنی خدا



1957ء میں جوہر آباد پنجاب میں اپنی بیوی پولا حمیدہ کے ہمراہ.... جبکہ دوسری تصویر میں شام کے سفیر ”عمر بہاء الدین الامیری“ کے ہمراہ ساحل کراچی کی سیر کر رہے ہیں۔

بنایا ہے اور بیرونی کے لائق سمجھ لیا ہے۔“

”ہاں“ میں نے دل میں سوچا۔ مغربی انسان نے مکمل طور پر اپنے آپ کو دجال کی بیرونی میں دے دیا ہے۔ اس نے بہت عرصہ پہلے اپنی تمام سادگی اور قدرت کے ساتھ اپنے باطنی تعلق کو فراموش کر دیا ہے۔ زندگی اس کے لیے معرہ بن گئی ہے....“



کافی دیر خاموشی رہی۔ تب شیخ دوبارہ بولتے ہیں۔  
”میرے بیٹے! کیا دجال کے مطلب کی تقسیم ہو جانے پر ہی آپ نے اسلام قبول کیا....؟“  
”میرے خیال سے یہ بات درست بھی ہے یہ محض آخری مرحلہ تھا“

”آخری مرحلہ.... لیکن پہلی بار کب اور کیسے آپ کو خیال آیا کہ اسلام ہی آپ کی منزل ہے؟....“  
”کب....؟ ذرا سوچنے دیں.... میرا خیال ہے کہ

افغانستان میں جب اس میزبان نے مجھے بتایا کہ ”آپ مسلمان ہیں، لیکن آپ کو اس کی خبر نہیں ہے۔ آپ دل کی گہرائیوں میں مسلمان ہو چکے ہیں“ یہ میرے اسلام قبول کرنے سے آٹھ مہینے قبل کا واقعہ ہے۔ اس افغان دوست کے الفاظ آنے والے مہینوں

میں شیخ کی طرف مڑا اور بولا ”او شیخ، یہ روایت جدید فکری تہذیب کا مکمل بیان ہے۔ دجال کی ایک آنکھ ہوگی۔ اس کا مطلب ہے کہ زندگی کا صرف ایک رخ دیکھے گا یعنی مادی ترقی۔ دہرو حافی رخ کو نہیں دیکھے گا۔ مشینی ترقی کی وجہ سے یہ انسان کو اپنی قدرتی صلاحیت سے بہت باہر نکل کر دیکھنے اور سننے کے قابل بنادے گا اور طویل ترین فاصلے غیر معمولی تیز رفتاری سے طے ہوں گے۔ اس کا سائنسی علم بارشوں کو برسا دے گا۔ فصلوں کو اگادے گا اور زمین میں چھپے ہوئے خزانے باہر نکال دے گا۔ اس کی دوائیاں موت کے قریب لوگوں کو زندگی دے دیں گی جبکہ اس کی جنگیں اور خوفناک سائنسی فریب زندگی تباہ کر دیں گے۔ اس کی مادی و دنیاوی پیش قدمی اتنی طاقتور اور چمک دکھ رکھتی ہوگی کہ کمزور ایمان والے انسان یہ یقین کر لیں گے کہ یہ اپنے آپ میں خدائی قوت کا مالک ہے۔ لیکن وہ لوگ جن کا خدا سے تعلق قائم ہو گا وہ جان لیں گے، دجال کی بیرونی کا مطلب خدا سے انکار ہے۔“ میری بات سن کر شیخ بلبھد بولے:

”میرے ساتھ ایسا کبھی نہیں ہوا کہ میں دجال کے بارے میں پیشگوئی کو اس روشنی میں دیکھوں۔“

تذکرہ عالمگیری

یہ روایت جدید ٹیکنیکی تہذیب کا مکمل بیان ہے۔ وہاں تک ایک آنکھ ہوگی۔ اس کا مطلب ہے کہ زندگی کا صرف ایک رخ دیکھے گا یعنی مادی ترقی۔ وہ روحانی رخ کو نہیں دیکھے گا۔ مشینی ترقی کی وجہ سے یہ انسان کو اپنی قدرتی صلاحیت سے بہت باہر نکل کر دیکھنے اور سمجھنے کے قابل بنادے گا اور طویل ترین فاصلے غیر معمولی تیز رفتاری سے طے ہوں گے۔ اس کا سائنسی علم بارشوں کو برسا دے گا۔ فصلوں کو لگا دے گا اور زمین میں مچھے ہوئے خزانے باہر نکال دے گا۔ اس کی دو دنیاں موت کے قریب لوگوں کو زندگی دے دین کی جبکہ اس کی جنگیں اور خوفناک سائنسی فریب زندگی تباہ کر دیں گے۔ اس کی مادی دنیاوی پیش قدمی اتنی طاقتور اور چمک دمک رہتی ہوگی کہ کمزور ایمان والے انسان یہ یقین کر لیں گے کہ یہ اپنے آپ میں خدائی قوت کا مالک ہے۔ لیکن وہ لوگ جن کا خدا سے تعلق قائم ہو گا وہ جان لیں گے، وہاں تک محدودی کا مطلب خدا سے انکار ہے

میں ہمیشہ میرے ساتھ رہے۔ اس کے بعد میں کابل سے میں غزنی اور قندھار گیا۔ پھر وطن جانے کے لیے سفر کا پہلا مرحلہ شروع کر دیا اور افغانستان کی سرحد سے سویت روس میں داخل ہو گیا۔

سویت روس کے بارے میں میرا پہلا اور دیرپا تاثر وہ ہے جو مرو کے ریلوے اسٹیشن پر میرے ذہن پر نقش ہوا۔ یہ ایک بہت بڑا پوسٹر تھا جس میں مزدوروں کے یونیفارم میں لمبوس ایک نوجوان ایک سفید ریش اور عبا قبا میں لمبوس شخص کو (جسے ابر آلود آسمان سے نکلے دکھایا گیا تھا) ٹھوکریں مار رہا تھا۔ اس کے نیچے لکھا ہوا تھا۔

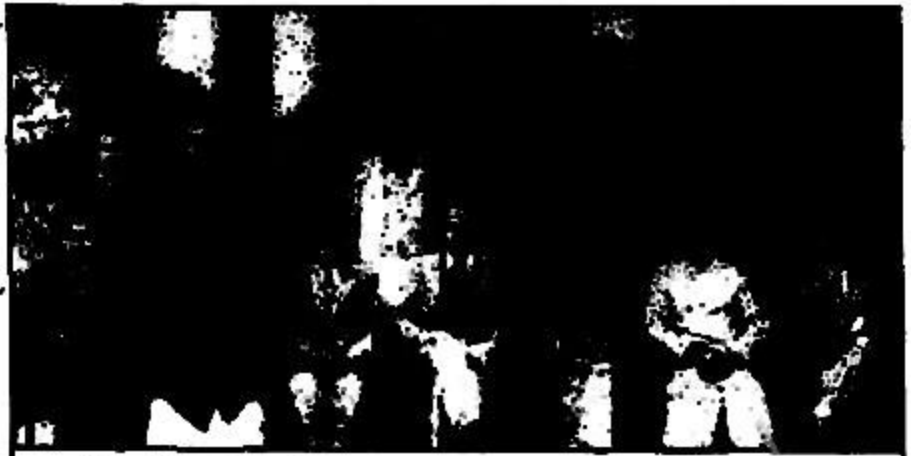
یہ اشتہار سویت یونین سوشلسٹ جمہوریتوں کی بے دین اور ٹھکانچن کی طرف سے لگایا گیا تھا۔

دونوں وسط یورپ میں ہر شخص میں دیکھی جاسکتی تھی۔ اس خوشحالی سے پہلے افراط زر کے چند سال گزرے تھے، جنہوں نے اقتصادی زندگی کو بالکل ورہم برہم کر دیا تھا اور بد حالی اور بری ہیئت میں رہنا ہی اصول بن گیا تھا، لیکن اب لوگوں کی اکثریت اچھا کھاتی اور اچھا پہنتی ہے، اس لحاظ سے یہ شخص جو میرے سامنے بیٹھا ہوا تھا لوگوں سے کچھ مختلف اور نیا تھا، لیکن جب میں نے اس کے چہرہ پر نظر ڈالی تو مجھے ایسا محسوس ہوا کہ میں کسی مطمئن اور پر مسرت چہرہ کو نہیں دیکھ رہا ہوں، وہ مجھے بے چین اور غیر مطمئن نظر آیا، صرف بے چین ہی نہیں، بلکہ بہت زیادہ غمزہ اور حرماں نصیب بھی، اس کی کھوئی ہوئی نظریں خلا کو گھور رہی تھیں اور اس کے ہونٹ کے دونوں کنارے کسی تکلیف سے سینچے

کئی بیٹے ایشیائی اور یورپی روس کا دورہ کرنے کے بعد میں نے پولینڈ کی سرحد کو پار کر لیا اور سیدھا فرانکفرٹ پہنچا جہاں مجھے اخبار کے اپنے سیکشن کا چارج لینا تھا۔ میں 23 سال کا ہو چکا تھا وہیں میری شادی ایسا سے ہوئی پھر ہم برلن منتقل ہو گئے۔

یہ واقعہ ستمبر 1926 کا ہے، ایک مرتبہ اپنی بیوی کے ساتھ میں زمین دوز ٹرین پر سوار تھا کہ اچانک میری نظر ایک آدمی پر پڑی جو میرے سامنے والی سیٹ پر بیٹھا ہوا تھا، وہ کوئی دو لٹمنڈ اور خوشحال تاجر معلوم ہوا تھا، ایک چھوٹا سا خوبصورت بیگ اس کی گود میں رکھا تھا اور ہیرے کی ایک بڑی سی انگوٹھی اس کی انگلی میں نظر آ رہی تھی، دفعۃً مجھے یہ خیال آیا کہ یہ دراصل اس خوشحالی اور قدرغ البالی کا عکس ہے جو ان

کر کے کہنے لگی۔  
آپ بالکل صحیح کہتے ہیں،  
ایسا معلوم ہوتا ہے جیسے وہ  
سب جہنم کی تکلیفیں برداشت  
کر رہے ہوں۔ میں یہ سوچتی  
ہوں کہ ان پر جو گزر رہی ہے  
ان کو اس کی خبر بھی  
ہے یا نہیں....!



1948ء لاہور میں پاکستان کے ”اسلامی نشاۃ ثانیہ“ ڈپارٹمنٹ کے اولین اراکین،  
جس کے ڈائریکٹر ”محمد اسد“ درمیان میں بیٹھے ہیں۔

میں جانتا تھا کہ ان کو اس  
کی خبر نہیں ہے۔ اگر خبر ہوتی تو وہ اس طرح اپنی زندگی  
اور طاقت و صلاحیت کو ضائع نہ کرتے۔ ان حقائق پر  
ایمان کے بغیر جو زندگی کے منتشر اجزاء میں ربط پیدا  
کرتے ہیں، معیار زندگی بلند کرنے اور زیادہ سے زیادہ  
مادی اسباب و وسائل فراہم کرنے اور زیادہ سے زیادہ  
طاقت حاصل کرنے کے علاوہ کسی اور  
مقصد کے بغیر....!

جب میں گھر واپس آیا تو اتفاقاً میری نظر میز پر  
پڑی، اس پر قرآن کا ایک نسخہ رکھا ہوا تھا، جو میرے  
مطالعہ میں رہتا تھا، میں اسے بند کر کے کسی دوسری جگہ  
رکھنا ہی چاہتا تھا کہ غیر شعوری طور پر اچانک میری نگاہ  
کھلے ہوئے صفحہ پر پڑ گئی، اس میں یہ آیت لکھی تھی:  
اَلْهٰکُمْ التَّکَاثُرُ ۝ حَتّٰی زُرْتُمُ الْمَقَابِرَ ۝ کَلَّا سَوْفَ  
تَعْلَمُوْنَ ۝ ثُمَّ کَلَّا سَوْفَ تَعْلَمُوْنَ ۝ کَلَّا لَوْ  
تَعْلَمُوْنَ عِلْمَ الْبَیِّنِیْنَ ۝ لَتَرَوُنَّ الْجَحِیْمَ ۝ ثُمَّ لَتَرَوُنَّهَا  
عِیْنَ الْبَیِّنِیْنَ ۝ ثُمَّ لَتَسْأَلُنَّ یَوْمَئِذٍ عَنِ النَّعِیْمِ ۝  
ترجمہ: (لوگو!) تم کو (مال کی) بہت سی طلب  
نے غافل کر دیا، یہاں تک کہ تم قبرستان جا پہنچو۔ دیکھو  
تمہیں عنقریب معلوم ہو جائے گا، پھر دیکھو تمہیں  
عنقریب معلوم ہو جائے گا۔ دیکھو! اگر تم جانتے

ہوئے تھے، ایک غیر جسمانی تکلیف!.... میں نے اپنا  
منہ اس کی طرف سے پھیر لیا، اس کے پہلو میں ایک  
مہذب خاتون بھی بیٹھی ہوئی تھیں، ان کے چہرہ پر بھی  
بے چینی اور بے اطمینانی کے آثار تھے جیسے وہ کسی ایسی  
چیز کے متعلق سوچ رہی ہوں جس کے سوچنے سے  
انہیں تکلیف ہو رہی ہو، ایک پھکی مسکراہٹ ان کے  
ہونٹوں پر پھیلی ہوئی تھی جس کے متعلق میرا خیال یہ  
ہے کہ اس کا تعلق عادت سے تھا، پھر میں نے  
کپارٹمنٹ میں اور لوگوں کی طرف نظر دوڑائی اور ان  
سب کے چہروں کو نگاہوں سے ٹٹولنے لگا جو بلا استثنا  
خوش حال نظر آ رہے تھے اور خوش پوشاک تھے، ہر  
چہرہ پر میں نے ایک پوشیدہ الم کی جھلک دیکھی، اتنی  
پوشیدہ کہ خود ان سب کو بھی اس کا احساس نہ ہو گا۔

یہ ایک عجیب بات تھی، ایک جگہ پر اتنے بہت  
سے غمزہ چہروں کو دیکھنے کا اتفاق مجھے اس سے پہلے  
کبھی نہیں ہوا تھا، یا یوں کہیے کہ اس سے پہلے میں نے  
اس کی کوشش نہیں کی تھی، اس بات نے مجھ پر اتنا اثر  
کیا کہ میں نے اس کا ذکر اپنی بیوی سے کیا۔ وہ بھی ایک  
ماہر فنکار اور آرٹسٹ کی طرح تمام لوگوں کے چہروں کو  
دیکھنے لگی، پھر حیرت کے ساتھ میری طرف رٹ

تذکرہ انجمن

جب میں گمراہوں آیا تو اتنا گامیری نظر میز پر  
پڑی، اس پر قرآن کا ایک نسخہ رکھا ہوا تھا، جو میرے  
مطالعہ میں رہتا تھا، میں اچھوند کر کے کسی دوسری جگہ  
رکھنا ہی چاہتا تھا کہ غیر شعوری طور پر اچانک میری نگاہ  
کھلے ہوئے صفحہ پر پڑ گئی، اس میں یہ آیت لکھی تھی:

(لوگو!) تم کو (مال کی) بہت سی طلب نے  
عافل کر دیا، یہاں تک کہ تم قبرستان چاہتے۔ دیکھو  
عنقریب عنقریب معلوم ہو جائے گا، پھر دیکھو تمہیں  
عنقریب معلوم ہو جائے گا۔ دیکھو اگر تم جانتے (یعنی)  
یقین (رکھتے تو غفلت نہ کرتے)۔ تم ضرور دوزخ کو  
دیکھو گے۔ پھر اس کو (ایسا) دیکھو گے (کہ) عین  
الیقین (آجائے گا)۔ پھر اس روز تم سے (شکر) نعمت  
کے بارے میں پرسش ہوگی۔ (سورہ کلثم)

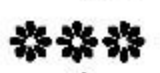
میں ایک لمحہ کے لیے گم سم سا ہو گیا، میرا خیال ہے  
کہ کتاب میرے ہاتھ میں جنبش میں تھی، پھر میں نے  
اٹتی ہوئی سے کہا، دیکھو، سنو کیا یہ اس کا جواب نہیں  
ہے جو رات کو ہم نے ریل پر دیکھا تھا؟

(یعنی) یقین (رکھتے تو غفلت نہ کرتے)۔ تم  
ضرور دوزخ کو دیکھو گے۔ پھر اس کو (ایسا) دیکھو  
گے (کہ) عین الیقین (آجائے گا)۔ پھر اس روز  
تم سے (شکر) نعمت کے بارے میں پرسش  
ہوگی۔ (سورہ کلثم)

میں ایک لمحہ کے لیے گم سم سا ہو گیا، میرا  
خیال ہے کہ کتاب میرے ہاتھ میں جنبش میں  
تھی، پھر میں نے لہٹی ہوئی سے کہا، دیکھو، سنو کیا  
یہ اس کا جواب نہیں ہے جو رات کو ہم نے ریل  
پر دیکھا تھا....؟

ہاں وہ ایسا قطعی جواب تھا کہ سارے شکوک  
و شبہات ایک دم سے ختم ہو گئے۔ اب میں نے  
یقینی طور پر سمجھ لیا کہ یہ کتاب جو اس وقت  
میرے ہاتھ میں ہے، خدا ہی کی نازل کی ہوئی ہے۔  
وہ اگرچہ آج سے تیرہ سو برس پہلے ایک انسان کو  
عطا کی گئی تھی لیکن اس میں بہت وضاحت کے  
ساتھ ایک ایسی چیز کی پیشین گوئی تھی جو ہمارے

آنے کے بعد حساب کی مانند غائب ہو جاتے ہیں، یہاں  
تک کہ وہ وقت آجاتا ہے جس کے متعلق قرآن کریم  
کہتا ہے: کلا لو تعلمون علم الیقین لترون اللجم  
اب مجھے یقین ہو گیا کہ قرآن کسی انسان کی  
حکمت و دانائی کا نتیجہ نہیں ہے جو ایک دور دراز جزیرہ  
العرب میں تاریخ کے کسی دور میں تھا۔ اس لیے کہ وہ  
انسان لاکھ سمجھدار، حکیم اور داناسی، مگر پھر بھی اس  
عذاب کی پیشین گوئی نہیں کر سکتے تھے جو بیسویں  
صدی کی خصوصیت ہے، مجھے قرآن کے اندر ادنیٰ اور  
گہری آواز سنائی دے رہی تھی۔



بازار میں جاتے ہوئے ایک پرانے شناسا الزمبی

اس چھیدہ اور مشینی دور سے زیادہ واضح طور پر کسی اور  
دور میں سامنے نہ آئی تھی۔

تکثر یعنی مال و دولت کی حرص و ہوس اور  
مسابقت تاریخ کے ہر دور میں پائی جاتی رہی، لیکن اتنی  
بھی نہیں کہ وہ محض اشیاء کو جمع کرنے کا شوق بن جائے  
یا ایک ایسا کھلونا اور بہلاوا بن جائے جو کسی اور حقیقت  
کی طرف دیکھنے ہی نہ دیتا ہو۔ دولت اور اقتدار کا  
حصول، عمل ایجاد و اختراع کا سلسلہ جس کا کوئی علاج  
نہیں۔ کل سے آج اور آج سے زیادہ کل۔ یہ ایک  
بعوت ہے جو لوگوں کے سروں پر سوار ان کو چکیلے  
مقاصد کی طرف کوزے مار مار کر بھگا رہا ہے۔ یہ مقاصد  
دور سے بہت شاندار معلوم ہوتے ہیں لیکن ہاتھ میں

ہاتھ پر رکھ دیا اور دو گواہوں کی موجودگی میں  
میں نے کہا۔

اشھد ان لا الہ الا اللہ

واشھد ان محمد الرسول اللہ

میرے دوست نے کہا ”آپ کا نام لیو پولڈ ہے۔ لیو  
کے معنی یونانی زبان میں شیر کے ہوتے ہیں، اس لیے  
ہم آج سے آپ کو محمد اسد کہیں گے۔“

چند ہفتے بعد میری بیوی نے بھی اسلام قبول کر لیا۔ اب  
ہمارے لیے یورپ میں رہنا بہت مشکل تھا چنانچہ میں نے  
اور میری بیوی نے ہمیشہ کے لیے یورپ کو خیر باد کہہ دیا۔



یہ تھی لیو پولڈ کی عمر اسد بننے کی داستان، ٹرین کے  
سفر کے دوران پیش آنے والے ایک معمولی سے واقعے  
نے انہیں اسلام کے متعلق سوچنے پر مجبور کر دیا۔ یہ  
واقعہ 1922ء میں پیش آیا تھا جب ان کی عمر محض  
22 سال تھی۔ 1926ء میں 26 سال کی عمر میں انھوں  
نے اسلام قبول کر لیا۔ ٹرین کے اس سفر میں شریک  
عرب مسافر کو، جو محمد اسد کے قبول اسلام میں ایک اہم  
ذریعہ بنا، شاید کبھی علم بھی نہ ہوا ہو کہ اس کے اخلاق  
اور اخلاص کے نتیجے میں اسلام و  
مسلمانوں کی خدمت کا کتنا  
بڑا کام ہوا ہے۔

لیو پولڈ نے جب اسلام کا مطالعہ  
شروع کیا تو محض 4 سال بعد اس  
غیر مسلم نوجوان نے اسلام قبول  
کر لیا۔ آج کی دنیا اس نوجوان مسافر کو  
نامور مصنف اور ممتاز عالم ”علامہ محمد  
اسد“ کے نام سے جانتی ہے۔

ان کے ساتھ اہلیہ ایلسا نے بھی

ترجمانی ڈاٹ کام

سے ملاقات ہوتی ہے۔ بڑی گرجوٹی سے پٹ جاتا  
ہے۔ ”تم کب آئے ہو، اور کہاں سے آرہے ہو....؟“

”میں حائل اور نفود سے آرہا ہوں۔“

”کیا اب گھر پر کچھ عرصہ نہیں رہو گے....؟“

”نہیں، میں پرسوں مکہ جا رہا ہوں۔“

”مکہ....؟ حج کا زمانہ تو گزر چکا ہے۔“

”حج تو میں پانچ مرتبہ کر چکا ہوں، میں آخری  
مرتبہ مکہ کو دیکھنا چاہتا ہوں۔ میرا دل کہتا ہے، میں اب  
عرب میں نہیں رہوں گا۔“ پھر میں ہنس پڑتا  
ہوں۔ ”سچ پوچھو، تو میں خود بھی نہیں جانتا کہ میں مکہ  
کیوں جا رہا ہوں۔“

## منزل آگئی

ہم رات کو مدرستہ النبی سے نکلے تھے اور مکہ کی  
طرف روانہ ہو جاتے ہیں.... دن پر دن گزرتے چلے  
جاتے ہیں۔ سائڈنیوں کا ایک ایک قدم ہمیں اپنی منزل  
سے قریب لارہا ہے۔ آخر مکہ کے پہاڑ نظر آنے لگتے  
ہیں۔ میں اپنے ماضی میں کھو جاتا ہوں۔ اسلام کی  
حقانیت کی تلاش میں جو روحانی سفر میں نے شروع کیا  
تھا، کامیابی کے ساتھ ختم ہو رہا تھا۔ مجھے یقین ہو گیا تھا کہ

قرآن کریم اللہ کی کتاب ہے اور اسلام  
ہی وہ دین ہے جس کے سایے میں دکھی  
انسانیت کو اپنے زخموں کا مداوا مل سکتا  
ہے، چنانچہ میں برلن میں اپنے ایک  
مسلمان دوست کے پاس گیا جو اس  
زمانے میں برلن کے مسلمانوں کی  
اجمن کے صدر تھے میں نے ان کے  
سامنے اسلام قبول کرنے کی خواہش  
ظاہر کی۔ انہوں نے اپنا داہنا ہاتھ طرف  
بڑھایا۔ میں نے اپنا داہنا ہاتھ ان کے



محمد اسد کی یاد میں پاکستان  
پوسٹ آفس سے جاری کردہ  
یادگاری ڈاک ٹکٹ



سارے ٹھوکن و شبہات ایک دم سے ختم ہو گئے۔ اب میں نے یقینی طور پر سمجھ لیا کہ یہ کتاب جو اس وقت میرے ہاتھ میں ہے، خدا تعالیٰ کی نازل کی ہوئی ہے، وہ اگرچہ آج سے تیرہ سو برس پہلے ایک انسان کو عطا کی گئی تھی لیکن اس میں بہت وضاحت کے ساتھ ایک ایسی چیز کی پیشین گوئی تھی جو ہمارے اس چھپو اور مشینی دور سے زیادہ واضح طور پر کسی اور دور میں سامنے نہ آئی تھی۔ اب مجھے یقین ہو گیا کہ قرآن کسی انسان کی حکمت و دانائی کا نتیجہ نہیں ہے جو ایک دور دراز جزیرۃ العرب میں تاریخ کے کسی دور میں تھا، اس لیے کہ یہ انسان لاکھ سمجھدار، حکیم اور داناسی، مگر پھر بھی اس عذاب کی پیشین گوئی نہیں کر سکتا تھا جو بیسیویں صدی کی خصوصیت ہے، مجھے قرآن کے اندر محمد ﷺ سے زیادہ اونچی اور گہری آواز سنانے دے رہی تھی۔

اسلام قبول کر لیا۔ محمد اسد نے اخبار کی نوکری چھوڑ کر حج بیت اللہ کا قصد کیا۔ مدینہ مدینہ میں محمد اسد نے عربی، قرآن، حدیث اور اسلامی تاریخ کی تعلیم حاصل کی۔

تقریباً 6 برس تک مدینہ منورہ اور سعودی عرب کے دیگر شہروں میں قیام کیا جہاں انہیں سلطان سعود کا تقرب حاصل ہوا۔ پھر وہ برصغیر آ گئے جہاں ان کا قیام امرتسر، لاہور، سری نگر، دہلی اور حیدر آباد وکن میں رہا۔ انہیں علامہ اقبال کی صحبتوں سے استفادے کا موقع ملا۔ علامہ اقبال سے انہوں نے مجوزہ مملکت پاکستان کے قوانین

کس جو پاکستان کے آئین اور اسلام کے معاشی اور سیاسی نظام سے متعلق تھیں۔

جنوری 1948ء میں لیاقت علی خان نے انہیں وزارت خارجہ میں مشرق وسطیٰ کے امور کا انچارج مقرر کر دیا۔

سب سے پہلا پاکستانی اسپورٹ جس پر "پاکستانی شہری" لکھا گیا، علامہ اسد کو جاری کیا گیا تھا۔

1950ء میں پطرس بخاری اقوام متحدہ میں سفیر مقرر ہوئے تو محمد اسد ان کے نائب کے طور پر تعینات کئے گئے۔ نیویارک میں قیام کے دوران انہوں نے اپنی دو کتاب تصنیف کی جس نے انہیں شہرت کے آسمان پر پہنچایا۔ "دی روڈ ٹو سنہ" (شاہراہ مکہ) میں انہوں نے اپنا جسمانی اور روحانی سفر تفصیل سے بیان کیا۔ یہ کتاب دنیا کے کئی بڑی زبانوں میں ترجمہ ہوئی ہے، بار بار شائع ہوئی اور اب بھی ہورہی ہے کتنے ہی لوگ اسے پڑھ کر مسلمان ہوئے اور ہورہے ہیں۔

محمد اسد کوئی سرگرم کارکن نہ تھے لیکن لکری

کے متعلق طویل نشستیں کیں۔ اقبال کے زیر اثری انہوں نے اپنی مشہور کتاب "اسلام دور ہے پر" لکھی پھر عرفات کے نام سے انگریزی رسالہ نکالا جس کے دس پرچے شائع ہوئے۔

انہوں نے صحیح بخاری کا انگریزی ترجمہ شروع کیا۔ پانچ حصے شائع ہو چکے تھے کہ جرمن شہری ہونے کی وجہ سے دوسری جنگ عظیم کے آغاز میں انہیں گرفتار کر لیا گیا۔ جنگ ختم ہوئی تو رہائی ملی۔ بعد ازاں انہوں نے کچھ وقت سید ابوالاعلیٰ مودودی کے دارالاسلام میں گزارا۔ پاکستان بنا تو 1947ء میں انہیں پاکستانی شہریت دی گئی۔ انہوں نے پاکستان کے سپین آئین کی تشکیل میں خاص معاونت کی تھی۔

حکومت پاکستان نے انہیں آئین اور قانون کی تدوین کے لیے قائم ہونے والے ڈپارٹمنٹ آف اسلامک ری کنسٹرکشن میں ڈائریکٹر کا عہدہ دیا۔

ستمبر 1947ء میں انہوں نے ریڈیو پاکستان سے Calling All Muslim کے نام سے تقاریر

دعوت کا خلاصہ قرآن و سنت سے رجوع اور ان کی بنیاد پر مستقبل کی تعمیر و تشکیل تھی۔

محمد اسد کے کام کی اہمیت کا چوتھا پہلو دور جدید میں اسلام کے اطلاق اور نفاذ کے سلسلے میں ان کی حکمت عملی اور اس سلسلے میں تحریک پاکستان سے ان کی وابستگی اور پاکستان کے بارے میں ان کا وژن اور عمل کو ششیں ہیں یہ امور قومی تعمیر نو کے ادارے کے سربراہ کی حیثیت سے ان کی نگارشات، ان کی تقاریر اور ان کی کتابوں کی صورت میں موجود ہیں۔

روڈ ٹو مکہ Road to Makkah، ادبی، تہذیبی ہر اعتبار سے ایک منفرد کارنامہ اور صدیوں زندہ رہنے والی سوچات ہے۔ اس کتاب کا اردو ترجمہ طوقان سے ساحل تک اور شاہراہ مکہ کے نام سے ہو چکا ہے۔

محمد اسد کی معروف کتب میں Islam at the Crossroads (اسلام دور ہے پر) اور The Principles of State and Government in Islam (اسلامی مملکت و حکومت کے بنیادی اصول) اردو زبان میں ترجمہ ہو چکی ہیں۔ اس کے علاوہ انہوں نے ایک کتاب This Law of Ours بھی تحریر کی۔

اپنی ادبی اور مذہبی زندگی کی مسروریات کی وجہ سے انہوں نے سفیر کا عہدہ چھوڑ دیا اور مراکش چلے گئے جہاں انہوں نے خود کو تصنیف و تالیف کے لئے وقف کر دیا۔

قرآن محمد اسد کی فکر کا محور رہا۔ حدیث و سنت کو وہ اسلامی نشاۃ ثانیہ کی اساس سمجھتے تھے۔

17 سال کی کاوشوں کے بعد 80 برس کی عمر میں انہوں نے اپنی زندگی کے سب سے بڑے خواب اپنے

تذکرہ عالمگیری

اعتبار سے ان کا کارنامہ بڑا واضح ہے اور اس میں چار چیزیں نمایاں ہیں۔

پہلی چیز مغربی تہذیب اور یہودی عیسائی روایت کے بارے میں ان کا واضح اور جہنی برحق تبصرہ و تجزیہ ہے۔ انہوں نے مغرب کی قابل قدر چیزوں کے کھلے دل سے اعتراف کے ساتھ مغربی اور عیسائی تہذیبی روایت کی جو بنیادی خامی اور کمزوری ہے اس کا نہایت واضح ادراک اور دو ٹوک اظہار کیا۔

وہ کسی تہذیبی تصادم کے قائل نہ تھے مگر تہذیبوں کے اساسی فرق کے بارے میں انہوں نے کبھی سمجھوتہ نہیں کیا۔ وہ اسلام کے ایک مکمل دین ہونے اور اس دین کی بنیاد پر اس کی تہذیب کے منفرد اظہار کو یقینی بنانے اور دور حاضر میں اسلام کی بنیاد پر صرف انفرادی کردار ہی نہیں بلکہ وہ اجتماعی نظام کی تشکیل نو کے دائمی تھے۔ علامہ اسد اپنے اس موقف کو دلیل اور یقین کے ساتھ پیش کرتے تھے۔

اسلام کا جامع تصور ان کے فکر اور کارنامے کا دوسرا نمایاں پہلو تھا۔

ان کا تیسرا کارنامہ یہ ہے کہ انہوں نے امت مسلمہ کے زوال کے اسباب کا گہری نظر سے مطالعہ کیا۔ اس سلسلے میں بنیادی کمزوریوں کی نشاندہی کی۔ ان میں تصور دین کے غبار آلود ہو جانے کے ساتھ سیرت و کردار کے فقدان، دین و دنیا کی عملی تقسیم، اجتہاد سے غفلت اور رسوم رواج کی محکومی اور سب سے بڑھ کر قرآن و سنت سے بلا واسطہ تعلق اور استفادے کی جگہ ثانوی تاخلف پر ضرورت سے زیادہ انحصار بلکہ ان کے اندھی تقلید بھی شامل ہے۔

فقہی مسالک سے وابستگی کے بارے میں ان کی پوزیشن ظاہری کتب فکر سے قریب تھی۔ ان کی

وہ مسلسل اسلام اور مسلمانوں کی خدمت میں مصروف رہے۔  
علامہ محمد اسد غرناطہ (اسپین) کے مسلم قبرستان میں آسودہ خاک ہیں۔

اصل علمی کارنامہ ”قرآن پاک کی انگریزی ترجمہ و تفسیر“ کو تکمیل تک پہنچایا۔ آپ صحیح بخاری کے مختلف حصوں کو انگریزی زبان میں بھی منتقل کر رہے تھے کہ مگر عمر نے وقت نہ کی۔

قبول اسلام کے بعد محمد اسد نے تاحیات اسلامی دنیا کو ہی اپنا مسکن بنایا، انہوں نے مغرب سے دین کا نانا ہی نہیں توڑا بلکہ جغرافیائی سفر کر کے وہ پھر اس دنیا کا حصہ ہی بن گیا جس نے اسے مقناطیس کی طرح اپنی طرف کھینچا تھا۔ محمد اسد نے اپنی اسلامی زندگی کے 66 سال عرب دنیا، ہندوستان، پاکستان اور تونس میں گزارے اور آخری ایام میں ان کا قیام اسپین کے اس علاقے میں رہا جو اندلس اور عرب دنیا کا روحانی و ثقافتی حصہ تھا۔

اس دوران 1982ء میں صدر رضیاء الحق نے انہیں اسلامی قوانین کے متعلق مشاورت کے ضمن میں پاکستان بھی بلایا۔

علامہ محمد اسد کے حالات زندگی پر تصانیف میں اہم ترین ممتاز محقق جناب اکرام چغتائی کی کتاب محمد اسد بندۂ صحرائی (اردو) محمد اسد ایک یورپین بدوی (اردو) محمد اسد... اسلام کی خدمت میں یورپ کا تحفہ (دو جلدوں میں بزبان انگریزی) - HOME - COMING OF THE HEART محمد اسد کی خودنوشت کا دوسرا حصہ ہے۔ (پہلا حصہ ”دی روز ٹو مکہ“ ہے) اس دوسرے حصے کو اکرام چغتائی نے مرتب کیا ہے اور اس پر حواشی بھی لکھے ہیں۔ اس کتاب کا آخری حصہ محمد اسد کی وقت کے بعد ان کی بیگم پولا حمیدہ اسد نے تحریر کیا ہے۔

20 فروری 1992ء کو یہ ممتاز نو مسلم مفکر، معتمد، مبلغ، مترجم اور صحافی علامہ محمد اسد اسپین کے شہر مارییا میں خالق حقیقی سے جا ملے۔ آخری وقت تک

### علمی تعاون کیجیے.....

روحانی ڈائجسٹ سیدنا حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام



کے روحانی مشن کی ترویج و اشاعت میں سرگرم عمل ہے، اس مشن میں ہمارے معزز

قارئین کرام بھی شامل ہو سکتے ہیں۔ آپ کے پسندیدہ رسالہ کو مزید بہتر بنانے کے لیے کثیر تعداد میں کتب اور علمی مواد کی شدید ضرورت ہے۔ کسی بھی موضوع، عنوان پر اردو یا انگریزی زبان میں نئی اور پرانی کتابیں ارسال کی جا سکتی ہیں۔ آپ کے اس تعاون کو ہم شکر یہ اور محبت کے ساتھ قبول کریں گے۔ آپ کی یا آپ کے متعلقین کی منتخب کردہ ان کتابوں کا عطیہ ایک علمی اور قلبی جہاد کی حیثیت رکھتا ہے جس کا اجر عظیم آپ کو اس وقت تک ملتا رہے گا جب تک ان کتب سے اخذ کیا ہوا علم لوگوں کو فائدہ پہنچاتا رہے گا۔

ایڈیٹر روحانی ڈائجسٹ

D.1/7-1 ناظم آباد۔ کراچی 74600

# چڑیا سڑا سڑا کر رہے

# حجب

دنیا کے مختلف ممالک کے متعدد شہروں میں عجیب و غریب اور سنسنی خیز واقعات رونما ہو رہے ہیں۔ کبھی کسی کا کرا تو کبھی پورا پورا گھر، کبھی سڑک پر چلتی ہوئی گاڑی تو کبھی چلتے بھرتے انسانوں کو پر اسرار مڑھے منٹوں بیکڑوں میں نکل رہے ہیں....

دنیا بھر میں رونما ہونے والے دلچسپ اور عجیب واقعات

زلزلہ آگیا ہو۔ اسے ایک خوفناک احساس نے آن گھیرا۔ زمین لرز نہیں رہی تھی.... وہ دھنس رہی تھی.... بے حد تیزی سے۔ اسے سالم نکل رہی تھی۔  
”جیری....“ وہ چلایا۔ ”میری مدد کرو!“  
جیری آواز سنتے ہی فوراً ساتھ والے کمرے کی جانب دوڑا جہاں داخل ہوتے ہی وہ بھونچکا رہ گیا۔ اس کا بھائی جیف، اپنے بستر سمیت تیزی سے زمین میں دھنس رہا تھا۔ یوں معلوم ہوتا جیسے زمین نے اچانک دلدل کی شکل اختیار کر لی ہو۔

وہ رات انتہائی تاریک تھی۔ فلوریڈا کے مغربی نیپا پر سانا طاری تھا۔ فلج میکسیکو سے آنے والے پانیوں پر گہرا اندھیرا تیرتا تھا اور ماحول غنودگی کی گرفت میں تھا۔ شہر کے دیگر مکانات کے مانند جیفری کا مکان بھی اندھیرے میں ڈوبا ہوا تھا۔ جیفری نیند کی وادی میں اتر چکا تھا۔ کمرے میں یسپ کی زرد روشنی لرز رہی تھی۔ سامنے ٹی وی رکھا تھا، جس کے پہلو میں نصب شیف میں کتابیں بے ترتیبی سے ٹھنسی ہوئی تھیں۔ اس کے اہل خانہ اپنے اپنے کمروں میں سوئے ہوئے تھے۔ ایسے میں مکان میں چھائی خاموشی میں کچھ ہلچل ہوئی۔ اس سے قبل کہ جیفری بستر سے باہر آتا، اچانک زمین لرزنے لگی۔ یوں معلوم ہوتا تھا، جیسے

دنیا کے سب سے بڑے پر اسرار مڑھے

Jeff Bush کو رات گیارہ بجے اچانک پورے کمرے سمیت زمین نے نگل لیا۔ یہ گڑھا 20 فٹ چوڑا تھا۔ تیس فٹ گہرائی میں جانے کے باوجود ریکو ایٹار کو زندگی کے کوئی آثار نہیں ملے۔



یوں تو دنیا میں کئی طرح کے گڑھے اور گھاٹیاں پائی جاتی ہیں جو قدرتی طور پر وجود میں آتی ہیں لیکن کسی سطح زمین پر جہاں برسوں سے کوئی شہر، سڑک یا مکان آباد ہو اور وہاں کوئی زلزلہ یا قدرتی آفت آئے بغیر اچانک ایک پر اسرار گڑھا نمودار ہو جائے، یہ ایک انوکھی بات ہے۔ اس طرح گڑھے کا وجود میں آنا اور اپنی سطح پر موجود چیزوں کو نگل لینا، لوگوں کے لیے واقعی حیرت اور تعجب کا باعث ہو گا۔ پر اسرار گڑھوں کا یوں اچانک نمودار ہونا، زمین کا یکدم دھنس جانا یہ کون پہلا انوکھا اور مستحق خیر واقعہ نہیں تھا، امریکہ کی اس ساحلی ریاست فلوریڈا میں یہ واقعات معمول کا حصہ بن چکے ہیں۔

دنیا بھر میں اس قسم کے گڑھے نمودار ہوتے رہتے ہیں، صرف فلوریڈا میں نہیں، امریکی ریاست نیوجرسی، نیو میکسیکو، کولوراڈو، ٹیکساس کے ساتھ ساتھ



فلوریڈا کے ایک گڑھا

”مجھے بچاؤ۔“ جیفری کا چہرہ خوف سے سفید ہو چکا تھا۔ جبری آگے بڑھا ہی تھا کہ زمین کے دھسنے کی رفتار میں یکدم اضافہ ہو گیا اور پلک جھپکتے ہی پورا ہسٹرز زمین میں غائب ہو گیا۔ اب وہاں ایک خوفناک گڑھا تھا۔

”مدد کرو....“ گہرائیوں سے جبری کو صرف پکار سانی وہی۔ اس نے تاریخ سے اندر روشنی سمجھ لی، جو کچھ دور جا کر تاریکی میں گم ہو گئی۔

”جیف!....“ وہ پوری قوت سے چلایا، مگر کوئی جواب نہیں آیا۔ اسی اثنا میں سائزن کی تیز آواز ماحول میں گونجی۔ پڑوسی نے شور مچا کر بنگالی امداد کے مرکز پر فون کر دیا تھا۔ مکان کے باہر گاڑیاں آگے رکتیں۔ دوزخ سے ہونے والے قدموں کی آواز سانی وہی، مگر جبری پر وحشت نہ ہو سکی۔ اچانک کئی نے اسے بازو سے پکڑ کر کھینچا۔

”رک جائیے۔“ اور جب اس کی نذر ریسپو اہل کاروں پر پڑی جو اسے کھینچ رہے تھے۔ ”فلورا باہر آجائیں، زمین کھسک رہی ہے۔“ یہ جملہ اسے لمحہ حال میں لے آیا۔ اس وحشت ناک احساس نے اسے آلیا ک وہ کسی بھی لمحے زمین میں دھنس سکتا ہے۔ جبری باہر آ گیا۔ اب ریسپو اہل کار اس پر اسرار گڑھے کی سمت بڑھ رہے تھے جو ایک انسان کو نگل چکا تھا۔ پوری رات کوششیں جاری رہیں لیکن جیفری کا کچھ پتہ نہ چل سکا۔

یہ یکم مارچ 2013ء کی رات تھی، جب فلوریڈا کے ساحلی شہر ٹامپا کا 37 سالہ شخص جیفری ہسٹرز

آباد گھرانوں کو محفوظ مقام پر منتقل کر دیا ہے۔ چار سال قبل 2010ء میں قوریڈا میں ایک گڑھا نمودار ہوا تھا جس نے ایک گاڑی کو نگل لیا تھا۔ قوریڈا کی ساحلی پٹی میں اس طرح کے واقعات عام ہیں۔ اس کا اندازہ آپ اس بات سے لگا سکتے ہیں کہ



قوریڈا، برازیل، چین اور سہارا (روس) میں سیکڑوں گاڑیاں زندہ در گور ہوئی ہیں۔

سال 2006ء سے 2010ء تک صرف قوریڈا میں ان گڑھوں کی وجہ سے 24671 انفورنس کلیم کیے گئے۔ قوریڈا کے بعد جس شہر میں ان پر اسرار گڑھوں سے سب سے زیادہ واقعات رونما ہو رہے ہیں وہ روس کا

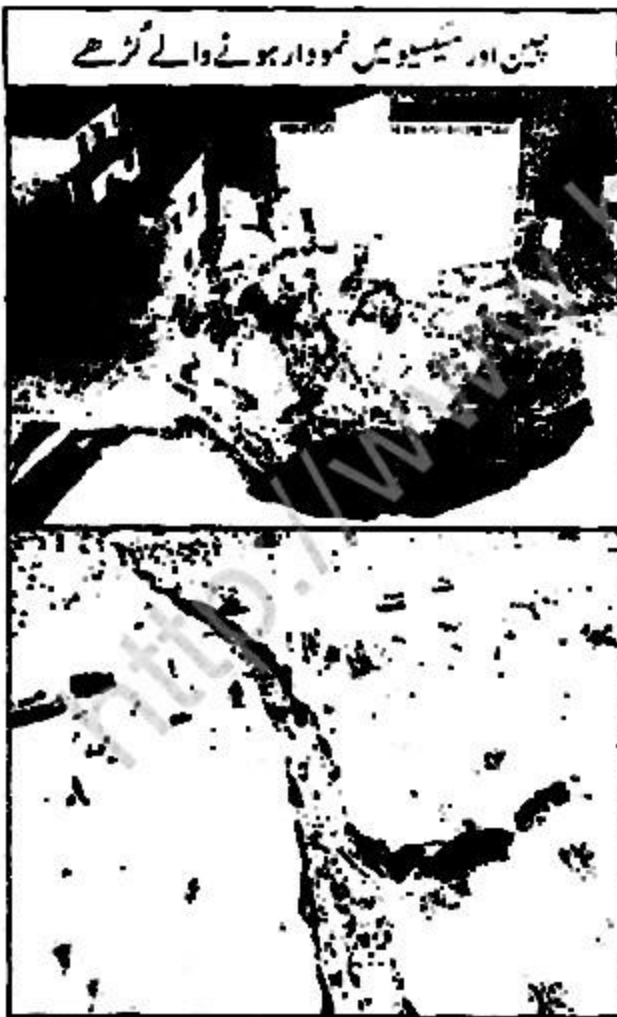
برازیل، روس، چین، گوئنے مالا، وینزویلا، روم، یونان، ساؤتھ افریقہ، زمبیا، مصر، عمان اور ترکی میں بھی اس طرح کے آبی گڑھے اچانک نمودار ہو چکے ہیں۔

دنیا کے بعض ممالک میں تو ہر سال اسی طرح کا کوئی نہ کوئی گڑھا نمودار ہوتا ہے اور اچانک کبھی کسی کا گھر، تو کبھی کسی کا پورا پورا گھر، کبھی سڑک پر چلتی ہوئی گاڑی، یا ٹرک ہو رہی ہے تو کبھی چلتے بھرتے انسانوں کو منہ سے سیندروں میں زمین نگل لیتا ہے۔ مگر گڑھیں چند برسوں میں ان واقعات میں تیزی سے اضافہ ہو رہا ہے۔



ایسا کیوں ہو رہا ہے.... یہ جاننے سے پہلے ہم دنیا بھر میں رونما ہونے والے ان عجیب و غریب اور سنسنی خیز واقعات میں سے چند واقعات کی جھلک دیکھتے ہیں۔

11 نومبر 2014ء امریکی ریاست قوریڈا کے ہائی ڈے حالات میں سڑک میں پیدا ہونے والا گڑھا، ایک کار کو نگل گیا، قوریڈا کے فائر ڈپارٹمنٹ کے مطابق بننے والا گڑھا، 10 فٹ چوڑا اور 10 فٹ گہرا ہے، جس میں ایک کار گر گئی جس کے بعد ریسیکوی اہلکاروں نے قریبی



گہرائی میں پھینچ چکے ہوتے ہیں۔

تیسرے نمبر پر سب سے زیادہ واقعات چین میں ظاہر ہو رہے ہیں۔ چین میں ایک گاؤں کی زمین اس کے باسیوں کے سامنے ہی غائب ہو رہی ہے لیکن یہ کوئی قدرتی آفت کا نتیجہ نہیں ہے۔ بتایا گیا کہ بنوان صوبے کے ایک گاؤں میں پچھلے 5 ماہ کے دوران بڑے بڑے 20 گڑھے اچانک نمودار ہو گئے جنہوں نے گاؤں کی اچھی خاصی زمین نگھلی ہے، یہ گڑھے تیزی سے پھیل رہے ہیں اور وقت کے ساتھ مختلف مقامات پر نمودار ہو رہے ہیں۔ ان گڑھوں کی وجہ سے کئی گھر زمین بوس ہو چکے ہیں اور دریا خشک ہو گئے ہیں جسکی وجہ سے گاؤں کے باسی علاقے سے نقل مکانی پر مجبور ہو گئے ہیں۔ دو برس قبل ہی کی یہ بھی خبر ہے کہ چین میں ایک گڑھے نے پورا ٹرک نگھل لیا تھا۔ چین ہی کے ایک شہر میں ان گڑھوں کی وجہ سے پانچ دکانیں زمین میں دھنس گئی تھیں۔

گذشتہ سال اگست 2014ء میں میکسیکو کے ایک گاؤں میں ایک شاہر لہو پر زمین پھٹنے سے بہت بڑا گڑھا پڑ گیا ہے، گڑھا 26 فٹ گہرا اور 16 فٹ چوڑا ہے، گڑھے کی لمبائی تقریباً ایک کلومیٹر ہے۔

10 جنوری 2013ء کی خبر ہے کہ برازیل کے شہر کیپو گرانتے میں ایک الیکٹریشن کام سے واپس گھر کی طرف جا رہا تھا۔



شہر سارا ہے۔ روسی دارالحکومت ماسکو سے جنوب مشرق میں واقع سارا شہر کے باشندے اور ڈرائیور ایک عجیب قسم کے خوف میں مبتلا ہیں کہ کہیں وہ گاڑی چلاتے ہوئے اچانک گاڑی سمیت زندہ درگور نہ ہو جائیں۔ کیوں اس شہر کی سڑکیں گاڑیوں کو نگھنے لگی ہیں۔ اس خوف کا اندازہ اس بات سے لگایا جاسکتا ہے کہ متاثرہ علاقوں میں انتظامیہ نے گاڑی چلانے پر پابندی عائد کر دی ہے۔ کیونکہ کسی بھی وقت کوئی بھی گاڑی چلتے چلتے اچانک سڑک پر بننے والے بڑے گڑھے میں گر کر غائب ہو جاتی ہے۔ اس شہر میں صرف ایک ماہ کے دوران سڑکوں کے اچانک دھنسنے کے دو سو سے زائد واقعات رونما ہوئے ہیں۔ بعض

گڑھے اس قدر بڑے اور گہرے ہیں کہ ان میں بڑے سائز کے ٹرک گر چکے ہیں اور انہیں نکالا نہیں جاسکتا ہے کیونکہ وہ پچاس فٹ سے سو فٹ



ہوئی روڈ میں بنے گڑھے میں پھنس گئی۔ پانی سے بھرے گڑھے میں گاڑی پھنسنے کی دیر تھی کہ ذرا سی دیر میں پوری گاڑی آہستہ آہستہ اندر ڈوبتی چلی گئی اور یکدم غائب ہو گئی۔

یہ واقعات آج بھی جاری ہیں۔ 17 فروری 2013ء کو نیو جرسی شہر میں ایک ٹرک سڑک پر اچانک زمین میں دھنس گیا۔ ریکارڈ نمبر نے بروقت اسے نکال لیا۔

یہ تو وہ گڑھے ہیں جن کا احاطہ اتنا بڑا ہے کہ کسی انسان، کار، ٹرک یا گھر کو نکل سکتے ہیں لیکن دنیا میں ایسے بھی پر اسرار گڑھے نمودار ہوئے ہیں جن کا احاطہ میلوں میں ہے۔ دنیا کا سب سے خوفناک گڑھا بیلز (برازیل) کے نزدیک سمندر کے اندر میں موجود "گریٹ بلو ہول" ہے۔ اس گڑھے کا احاطہ 984 فٹ اور گہرائی 407 فٹ ہے۔ دوسرے نمبر پر قورویڈا ونٹر پارک کا گڑھا ہے جو مئی 1981ء میں اچانک نمودار ہوا تھا اور 350 فٹ چوڑی زمین کو نکل گیا، اس کی گہرائی 75 فٹ ہے۔

مصر میں منتفض القطارۃ Qattara Depression گڑھا سطح سمندر سے 440 فٹ نیچے ہے، یہ 186 میل لمبے اور 95 میل چوڑے رقبے پر پھیلا ہوا ہے۔ انگلینڈ کی کاؤنٹی نارٹھ یاک شانز کے علاقے رپون میں مسلسل ایسے ہی گڑھے بن رہے ہیں۔

پانچویں نمبر پر دنیا کے سب سے خوفناک

گڑھے گوسے والا شہر کے بچوں سے 2007 اور 2010ء

بے دھیانی میں اسی گاڑی بارشوں کے پانی سے ٹوٹی

مارچ 2015ء



ونٹر پارک، قورویڈا



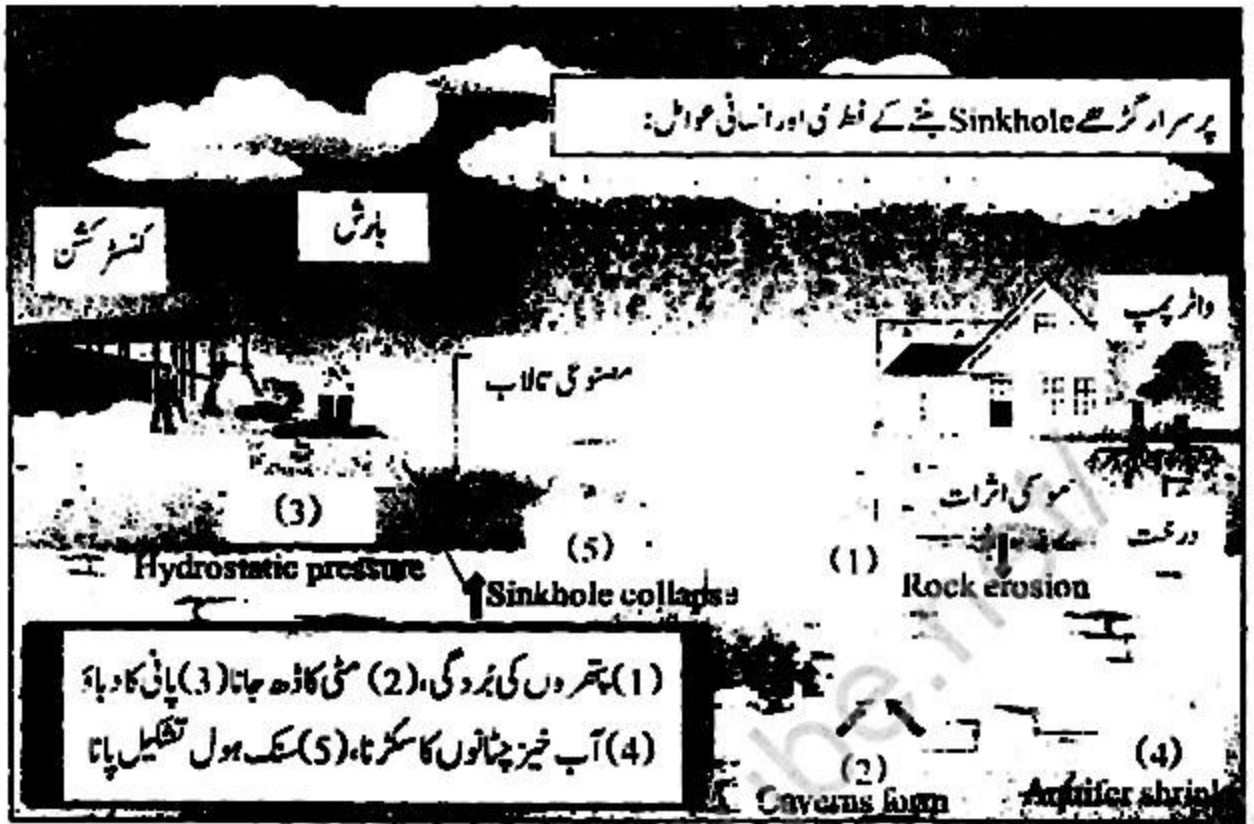
بہرہ، شمالی عمان

شیطان گڑھا، نیکیاس



ٹریاؤز ہائی ٹیکنک، چین





عمان کے علاقے بئمہ Bimmah میں بھی ایسا قدرتی گڑھا موجود ہے۔ اچانک نمودار ہونے والا 98 لیٹر گہرا یہ گڑھا اب جمیل کی مانند دکھائی دیتا ہے اور اب ”ہویہ نجم“ نامی پارک کا حصہ ہے۔



اب آتے ہیں اس سوال کی طرف کہ یہ پر اسرار گڑھے کیا ہیں....؟ کیوں پیدا ہوتے ہیں....؟ ان کے متعلق سائنس کیا کہتی ہے....؟

یہ گڑھے سائنسی اصطلاح میں Sinkhole (گرتہ یا آبیگرہ) کہلاتے ہیں، کچھ لوگ انہیں Swallow Hole بھی کہتے ہیں۔ کیونکہ جب یہ گڑھا نمودار ہوتا ہے تو زمین کی اوپری سطح اس طرح ڈھے جاتی ہے، جیسے کسی نے اسے نکل لیا ہو۔

سائنسدانوں کے مطابق یہ گڑھے فطری اور کبھی کبھار انسانی عوامل کے نتیجے میں جنم لیتے ہیں۔ یہ دنیا بھر میں پائے جاتے ہیں اور عام طور سے ساحلی اور نشیبی

میں نمودار ہوئے تھے، 23 فروری 2007 میں نمودار ہونے والا گڑھا 330 فٹ گہرا تھا، جو کئی گھروں کو نکل گیا، جس کی وجہ سے پانچ افراد ہلاک اور بڑے زخمی ہوئے۔ 2010 میں نمودار ہونے والا گڑھا 65 فٹ چوڑا اور 100 فٹ گہرا تھا، یہ گڑھا ایک تین منزلہ ٹیکسٹری کو نکل گیا۔ بعد میں حکومت نے ان گڑھوں کو چھونے کے پتھر، سمینٹ وغیرہ ڈال کر بند کر دیا۔

چین کے علاقے ژیاؤ زہائی تیانکنگ کے پہاڑوں میں موجود قدرتی گڑھا 2171 فٹ گہرا ہے۔ اسے 1994ء میں دریافت کیا گیا تھا۔

ویتنام کے انتہائی دور افتادہ پہاڑی علاقے میں بھی ہزار فٹ گہرے ایسے گڑھے ہیں، جو انتہائی حد تک قدرتی معلوم ہوتے ہیں۔

امریکی ریاست ٹیکساس میں موجود گڑھا ڈیول سنک ہول (شیطان گڑھا) کے نام سے مشہور ہے، 240 فٹ 360 فٹ بیضوی یہ گڑھا 310 فٹ گہرا ہے۔

قدرتی گڑھے

سڑکوں پر چلنے والے ٹرکوں اور گاڑیوں کے وزن کے باعث سڑک کے نیچے موجود چوڑے کے پتھر اور چکنی مٹی جو بھر بھری ہو چکی تھی بالکل ہی بیٹھ گئی اور زمین پر بڑے بڑے بول بن گئے۔

بعض ماہرین ارضیات کا استدلال ہے کہ ان عجیب و غریب گڑھوں کا اصل سبب شہر کے اطراف میں پانی جانے والی سرنگیں ہیں۔ شہر کے اطراف کی جانے والی مائننگ کی وجہ سے زیر زمین پانی کا نظام بری طرف متاثر ہوا ہے، جس کے باعث زمین کے اندر پانی کی کمی ہو جاتی ہے اور ارضیاتی تبدیلیوں وقوع پذیر ہوتی ہیں اور یہ زمین پر پڑنے والے گڑھوں کا سبب بن رہا ہے۔

سائنسی توجیہات کے برعکس عام افراد ان واقعات کو عقائد اور توہمات کی کسوٹی پر پرکھ رہے ہیں۔ اکثریت کی رائے ہے کہ زمین کا یوں دھنس جانا قیامت کی نشانیوں میں سے ایک نشانی ہے۔ بیشتر مذہب میں دنیا کے خاتمے کے قریب زمین کے دھنس جانے کا تذکرہ ملتا ہے۔ روس کے قدامت پسند حلقے ان واقعات کو خدا کا عذاب قرار دیتے ہیں اور عوام کو مذہب کی جانب لوٹنے اور اپنے گناہوں کی معافی مانگنے کی تلقین کر رہے ہیں۔

وجہ انسانی ہو یا فطری، یہ بات لمحہ فکریہ ہے، دنیا بھر میں معدنی ذخائر کے حصول کے لیے کھدائی کا عمل جاری ہے۔ کہیں بیہوش اور دیگر پیش قیمت پتھر تلاش کیے جا رہے ہیں، کہیں نمک، کہیں کوئلہ، کہیں پیزول نکالنے کے لیے زمین کھودی جا رہی ہے، کہیں گیس کے حصول کے لیے یہ عمل انجام دیا جا رہا ہے۔ تو اتر سے انجام دیے جانے والے اس عمل کی وجہ سے مستقبل میں ان گڑھوں کے نمودار ہونے کے خدشات بڑھ سکتے ہیں۔



علاقے میں ظاہر ہوتے ہیں، جہاں کی مٹی میں کیمیشم کاربونیٹ وافر مقدار میں پایا جاتا ہے۔ دراصل سخت ترین زمین کے درمیان بھی خلا ہوتا ہے، درازیں ہوتی ہیں۔ مسلسل بارش یا نکاسی کے ناقص نظام کی وجہ سے زمین پانی جذب کرتی رہتی ہے اور ہوتے ہوتے یہ پانی زیر زمین پانی تک پہنچ جاتا ہے۔ ایسی زمین بظاہر ٹھوس لگتی ہے، مگر اس کا اندرونی حصہ اپنی سختی کھو چکا ہوتا ہے اور پھر ایک ایسا وقت آتا ہے جب زمین اندر کود دھنس جاتی ہے۔ کبھی کبھار یہ عمل ست رومی سے انجام پاتا ہے، پر کبھی کبھار یہ اچانک بھی ہو سکتا ہے۔

ماضی میں جب سائنس نے ترقی نہیں کی تھی، اس قسم کے گڑھوں سے مافوق الفطرت قصے جوڑ دیے جاتے تھے، اسے پر اسرار قوتوں کی کارستانی تصور کیا جاتا تھا، مگر آج ان کی سائنسی توجیہ کی جا سکتی ہے۔ ساحلی علاقوں کی زمین میں نمکیات ہوتے ہیں۔ اگر وہ دھیرے دھیرے ٹھل جائیں تو ایک وقت ایسا آتا ہے، جب زمین ڈھے جاتی ہے۔ کچھ برس قبل بحر مردار کے کنارے ایک ایسا گڑھا ظاہر ہوا تھا۔ ماہر ارضیات کے مطابق اس قسم کے گڑھے عام طور سے ساحلی اور ریتیلی زمین پر نمودار ہوتے ہیں، مگر روس کا شہر سارا تو چٹانی زمین پر ہے اور ساحل سمندر پر بھی نہیں۔

روسی ماہرین ارضیات گرگوری مارکوف کا کہنا ہے کہ روس میں ان واقعات کا سبب زیر زمین پانی کی بڑھتی ہوئی سطح ہے۔ موسم سرما میں یہاں شدید برف باری ہوتی ہے۔ جوں جوں موسم گرم ہوتا ہے، برف ٹھل کر زمین میں جذب ہو جاتی ہے۔ سارا میں زیر زمین پتھر برسوں تک پانی میں رہنے کی وجہ سے ٹھل گئے ہیں اور پانی نے مٹی کو بھر بھر کر دیا ہے۔ زمین کے اوپر

# AZEEMI

بالوں کی حفاظت کا قدرتی طریقہ

AZEEMI'S

## SUNRAYS



HERBAL SHAMPOO

اب نئی ویدوزیب پیکنگ میں

RS: 85/=

سن ریزبربل شیمپو یا عظیمی لیبارٹریز کی دیگر پروڈکٹ کے لیے  
کراچی میں ہوم ڈیلیوری کی سہولت بھی موجود ہے۔  
کراچی اور حیدرآباد کے مختلف علاقوں میں اسٹاکسٹ کے نام جاننے کے لیے  
یا ہوم ڈیلیوری کا آرڈر دینے کے لیے اس نمبر پر رابطہ کیجیے۔

021-36604127

زرگانہ کیمسٹری

58

Copied From Web

# عقل حیران ہے...! حیرت انگیز حقائق

## سائنس خاموش ہے...!

دلچسپ، عجیب و غریب اور حیرت انگیز واقعات و آثار  
سائنس جن کی حقیقت سے آج تک پردہ نہ اٹھا سکی

زندگی منطقی کے بغیر تو گزر سکتی ہے۔ جذبات، احساسات اور وجدان کے بغیر نہیں...  
پر اسراریت میں انسان کی دلچسپی ازیں ہے اور ابد تک رہے گی۔ گو کہ ہر اسرار فوق الفطرت باتوں کی کوئی منطقی نہیں  
ہوتی اور نہ سائنس کے مروجہ اصولوں سے انہیں ثابت کیا جاسکتا ہے لیکن عشق، محبت اور سچے خواہوں کی بھی تو کوئی عقلی  
توجیہ یا تشریح نہیں کی جاسکتی۔ ان کا ہونا ہی ان کی سائنس ہے۔ عقل کی محدودات میں انہیں سمیٹا نہیں جاسکتا۔ یہ سب  
غیر عقلی باتیں بھی لوازمات حیات ہیں۔  
یوں تو سائنس نے انسان کے سامنے کائنات کے حقائق کھول کر رکھ دیے ہیں لیکن ہمارے ارد گرد اب بھی بہت  
سے ایسے راز پوشیدہ ہیں جن سے آج تک پردہ نہیں اٹھایا جاسکا ہے۔ آج بھی اس کراہی میں ہم بے شمار حقائق رونا  
ہوتے ہیں اور نئی آنکار ایسے موجود ہیں جو صدیوں سے انسانی عقل کے لیے حیرت کا باعث بنے۔ سائنس جن کے  
حقائق سائنس دانوں کی نظر سے گزر گئی ہوئی ہے۔

سولہویں صدی عیسوی کے فرانسیسی نجومی نوسٹروڈیس  
کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ پیش گوئیوں پر اس کی کتاب لیس  
پروفیتیز: Les Propheties چار سو سال میں سب سے زیادہ  
بکنے والی کتاب ہے۔ اس کتاب میں نوسٹروڈیس نے دنیا کے  
بڑے بڑے واقعات کی حیران کن پیش گوئی کی تھی، اس نے  
انقلاب فرانس، شاد ہنری کی موت، پولین، ہٹلر، جنگ عظیم  
اول و دوم، صدر کینیڈی کا قتل، نائین الیون، ویس صدی کی  
سائنسی انقلابات کی درست پیش گوئیاں کیں۔ کہا جاتا ہے کہ  
اس کی 942 پیش گوئیوں میں سے 850 درست ثابت ہوئیں۔

THE MAN  
WHO SAW TOMORROW



نوسٹروڈیس نے جسے جو اگلے دنوں کے سنا سنا...

سترہ مئی 1791ء درج تھی۔ تختی کی پشت پر ایک رباعی یوں درج تھی:

انقلاب کے دو سال بعد پانچویں مہینے میں  
تین شرابی پرانی قبر کھودیں گے  
دو اسی رات مر جائیں گے  
اور تیسرا آخر تک پاگل رہے گا  
یہ رباعی پڑھ کر تینوں کا نشہ ایسا کافور ہوا کہ وہ  
خوف زدہ ہو کر پیچھے ہٹے اور سرپٹ دوز پڑے مگر انقلابی  
پولیس نے انہیں بھاگتے ہوئے دیکھ لیا۔ انہیں انقلاب  
دشمن عنصر سمجھ کر ان پر گولی چلا دی گئی۔ جس کے  
نتیجے میں ان میں سے دو موقع پر ہلاک ہو گئے اور تیسرا  
شدت خوف سے مرتے دم تک پاگل رہا۔

یہ مقبرہ تو کسی شاہی حکمران کا تھا نہ کسی امراء  
طبقے کے فرد کا اور نہ ہی کسی کلیسیائی راہب کا... یہ  
مقبرہ سو سو بیویں صدی عیسوی کے شاہی طبیب کا تھا، جو  
ایک ماہر فلکیات بھی تھا اور ظلم نجوم سے شغف رکھتا  
تھا۔ اس کا نام میٹیل دی نومزے ذوم Michel de  
Nostredame تھا۔ جو اپنی پیشگوئیوں کے حوالے  
سے تاریخ میں نوسٹریڈیس کے نام سے جانا گیا۔

سولہویں صدی عیسوی کے اس فرانسیسی نجومی  
نوسٹریڈیس کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ وہ ایک  
صاحب بصیرت اور دانش مند عالم تھا اور اپنی داخلی  
سلاحتیوں کی بدولت پیش بینی کرتا تھا۔ اس نے دنیا کے  
بڑے بڑے واقعات کی خیران کن پیش گوئی کی تھی۔  
ان پیشین گوئیوں میں ایک خاص نقطہ نظر ہوتا تھا، پیش  
گوئیوں پر اس کی کتاب لیس پرو فیٹیز Les  
Propheties چار سو سال میں سب سے زیادہ بکنے  
والی کتاب ہے۔ اس کتاب میں نوسٹریڈیس نے انقلاب  
فرانس، شاد بہری کی موت، نیپولین، ہٹلر، جنگ عظیم

اٹھارہویں صدی میں جب فرانس کے حکمرانوں،  
امراء طبقوں اور کلیسا کا گٹھ جوڑ عوام کا استحصال کر رہا  
تھا۔ بڑی بڑی اور زرخیز زمینیں امراء و اہل کلیسا کے قبضے  
میں تھیں، وہ کوئی ٹیکس ادا نہیں کرتے تھے، جب کہ  
عام کاشت کاروں پر محاصل کا شدید بار تھا، غریب کے  
لیے انصاف کے دروازے بھی بند تھے۔ جب مظالم اور  
استحصال سے تنگ آئے ہوئے دیہی طبقے کے ضبط کا  
بندھن ٹوٹ گیا تو انہوں نے 4 اگست 1789ء کو  
بغاوت کر دی۔ اس بغاوت میں ہزاروں افراد کو موت  
کے گھاٹ اتار دیا گیا، امراء اور حکمران طبقوں میں کسی  
کی گردن محفوظ نہ تھی۔

یہ مئی 1791ء کا واقعہ ہے، جب دو سال سے چلنے  
والا فرانسیسی انقلاب اپنے عروج کے دور میں تھا، جب  
بڑے بڑے سرکاش کر ظالم حکمران عبرت ناک انجام تو  
پہنچائے جا رہے تھے۔ دوسری جانب ماضی کے  
بادشاہوں کی قبروں کو کھود کر ہڈیاں تک جلائی جا رہی  
تھیں۔ ایسے میں تین چرواہوں کے دماغ پر شراب کا  
نشہ ان کی عقل پر حاوی ہو گیا تھا مگر وہ اس بات سے بے  
خبر تھے کہ کوئی بد قسمتی انہیں دعوت قضا دے رہی  
تھی۔ انہوں نے نشے میں بہ مست ہو کر ایک شاہی قبر  
کھودنے کا فیصلہ کر لیا تھا۔ وہ قبر ایک پرانے چرچ کے  
احاطے میں تھی جس میں رکھا لکڑی کا تابوت دو سو سال  
سے زیادہ عرصہ گزرنے کی وجہ سے گل سڑ چکا تھا۔ نشے  
میں دھت ان تینوں اشخاص نے قبر کھودی تو گھاس بڑا  
تابوت ان کے سامنے تھا۔ تابوت کھلا تو جیت کی خوشی  
میں قہقہے لگانے والوں کی آواز ان کے حلق میں اٹک کر  
رہ گئی اور آنکھیں حیرت سے پھیل گئیں۔ ان کی حیرت  
کی وجہ ہڈیوں کا ڈھانچہ نہیں بلکہ ڈھانچے کے گلے میں  
لگی پتیل کی وہ تختی تھی جس پر اس دن کی تاریخ یعنی

تاریخ کا گٹھ

پیشگوئیوں سے ملائی جاتی ہیں۔



لوسٹر ڈیس کا تعلق ایک قدیم یورپی یہودی تاجر خاندان سے تھا، تیرہویں صدی عیسوی میں یہ تاجر خاندان وسطی فرانس کے علاقے پروانس کے شہر سینٹ ریے میں آکر آباد ہو گیا۔ یہ خاندان اٹلی سے ہجرت کر کے یہاں



یشیل ہی لوسٹر ڈیس

آیا تھا کیونکہ مسلم حکومت کے زوال کے ساتھ ہی جن علاقوں پر عیسائی قابض ہوئے تھے وہاں انہوں نے مسلمانوں اور یہودیوں کو بھی لپٹا لٹا نہ بنانا شروع کر دیا تھا۔ اس وقت اٹلی، اسپین، جنوبی یورپ کی ساحلی ریاستیں اور وسطی یورپ یہودیوں کے قید خانوں میں بے گئے تھے جہاں وہ چھپ چھپ کر زندگی گزارتے تھے۔ بہتر اور آسان زندگی کی تلاش میں وہ مغربی یورپ کا رخ کرنے لگے جہاں کے باشندے حال ہی میں دائرو عیسائیت میں داخل ہوئے تھے اور ان میں نہ بیک تھصب پرانے عیسائیوں کے مقابلے میں کم تھا۔ یہ ممانک جرمنی، فرانس اور انگلینڈ تھے۔

اس یہودی خاندان کا کوئی مخصوص نام نہیں تھا لیکن اس خاندان کے بارے میں یہ بھی کہا جاتا ہے کہ یہ یہودیوں کے قبیلے بنی اشکار یا یساکر (Issachar) سے تعلق رکھتا تھا۔ اس قبیلے کے بارے میں مشہور ہے کہ اس کے لوگ پر اسماء علوم کے ماہر ہوتے تھے۔ قدیم پر اسماء اور مادرائی علوم، جیسے علم نجوم، قتل، زانچہ، جادو، نوت، جہاز چھوٹک، کہانت ان میں عام تھی۔ عیسائی کیسا

اول و دوم، صدر تینیزی کا قتل، نائین ایون، اکیسویں صدی کی سائنسی انقلابات کی درست پیش گوئیاں کیں۔ کہا جاتا ہے کہ اس کی 942 پیش گوئیوں میں سے 850 درست ثابت ہوئیں۔

یہی نہیں اس نے اپنے مرنے کی پیش گوئی بھی اپنی زندگی میں ہی کر دی تھی اور یہ بھی بتا دیا تھا کہ اس کی موت کے 225 سال بعد اس کی قبر کو کوئی کھودے گا چنانچہ لوسٹر ڈیس نے تاکید کی تھی کہ اس کے تابوت میں سینے پر پتھر کی تختی پر 17 مئی 1791ء لکھ کر رکھ دینا، اور ایسا ہی ہوا لوسٹر ڈیس کی یہ کی پیش گوئی حروف بہ حروف پوری ہوئی، اس کی قبر کشانی سے متعلق یہ دلچسپ واقعہ آج بھی مشہور ہے۔ لوسٹر ڈیس کی قبر آج بھی Church of the Cordeliers of Salon میں موجود ہے لیکن پیشگوئی کی تختی نہیں مل سکی ہو چکی ہے۔ لوسٹر ڈیس کی کتاب میں مذکورہ بالا پیشگوئی موجود نہیں البتہ اس سے ملتی جلتی ایک پیشگوئی (صدی 9: رباعی 7) ملتی ہے کہ

*Qui ouvre le monument troué,  
ne viendra le serier proprement,  
Mal lui viendra,  
ne pourra prouvé*  
man who opens tomb when it found  
And does not close it immediately,  
Evil will come to him  
That no one will be able to prove.

جو شخص اس مقبرے کو پا کر کھودے گا اور اس کو دوبارہ جلدی بند نہیں کرے گا اس پر مصیبت (آفت) نازل ہوگی کوئی بھی یہ ثابت کرنے سے قاصر ہوگا

لوسٹر ڈیس کے مداحوں کے نزدیک وہ سچی پیش گوئیاں کرتا تھا، آج بھی دنیا میں کہیں بھی کوئی اہم واقعہ ظہور پذیر ہوتا ہے تو اس کی کڑیاں لوسٹر ڈیس

بہر صورت اس بچے کو بچانا چاہتا تھا اور اس کے لیے وہ اپنا مذہب تک بدلنے کو تیار تھے۔ آخر اس بچے میں ایسی کیا بات تھی کہ اسے بچانے کے لیے یہودیوں کا ایک بہت بڑا خاندان اپنا مذہب تبدیل کرنے کو تیار ہو گیا تھا....؟ بچے کا نام - میشل ڈی نوسٹریس ڈیم رکھا گیا۔ بعد میں بچہ ناسٹریس ڈیمس کے نام سے مشہور ہوا۔

بچے کے والد کا نام جیک ڈی نوسٹریس Jacques de Nostredame اور والدہ کا نام رینی ڈی سینٹ ریے Renée de Saint-Remy تھا۔ یہ خاندان آریس Arles شہر سے 10 میل کے فاصلے پر واقع چھوٹے سے قصبے سین ریے میں آباد تھا۔

بچے کا دادا پیر ڈی نوسٹریس ڈیمس، جو علم و تحقیق سے شغف رکھتا تھا، یہودیوں کے مذہبی علم تالمود، عبرانی، ریاضی اور فلکیات کا ماہر تھا۔ اس نے میشل کے لیے فیصلہ کیا کہ اسے کسی اسکول میں داخل نہیں کرایا جائے گا اور نہ ہی اسے گھر سے باہر جانے اور لوگوں سے ملنے کی اجازت ہوگی۔ اس کے لیے طے ہوا کہ وہ ابتدائی تعلیم اپنے تانا جین ڈی سینٹ رییس Jean de St. Remy سے حاصل کرے گا، جو ایک شامی طبیب تھے۔ اصل میں اس تعلیم کا مقصد میشل کی بنیاد کو مضبوط کرنا اور اسے آنے والے دنوں میں عیسائی معاشرے کا سامنا کرنے کے قابل بنانا تھا۔ میشل تین یا چار سال کی عمر سے اپنے تانا کے پاس پڑھنے چلا گیا۔

جین، میشل کو عہد نامہ قدیم (بائبل)، عبرانی، یونانی، لاطینی زبان، فلسفہ، ریاضی، فلکیات اور قدیم مذہبی علوم اور خاص طور پر قبالہ Qabbala مکتبہ فکر کی تعلیم دیتا۔ (قبالہ ایک یہودی مکتبہ فکر ہے جو تورات کی باطنی تشریح اور روحانی فلسفہ پر عمل پیرا ہے، ان کے علوم زبانی سینہ بہ سینہ منتقل ہوتے ہیں)

تعلیمی کا مکتبہ

نے ایسے علوم کو جادو ٹوٹ کے ضمن میں شیطانی افعال قرار دیا تھا اور وہ کسی صورت انہیں برداشت نہیں کرتے تھے۔ جادو یا کسی قسم کے پراسرار علوم میں ٹوٹ ٹھنکس کو زندہ جلا دیتا جاتا تھا۔ یہ اتنا سنگین جرم مانا جاتا کہ جو ٹھنکس ایک مرتبہ اس الزام میں کلسیائی عدالت تک پہنچ جاتا اسے موت کی سزا سنائی جاتی چاہے اس کے خلاف کوئی ثبوت یا گواہ ہو یا نہ ہو۔ ظاہر ہے ایسے ماحول اس قبیلے نے اپنی شناخت چھپا کر رکھی تھی، ایسا بھی ہوتا کہ یہ جہاں رہتے تھے بظاہر وہاں کے مقامی لوگوں کا مذہب اختیار کر لیتے تھے۔ مسلمانوں میں مسلمان بن جاتے تھے اور عیسائیوں میں عیسائی۔ نوسٹریس کے آباؤ اجداد تاجر تھے مگر فرانس میں آباد ہونے کے بعد اس قبیلے کے افراد نے تجارتی سرگرمیوں کو کر دیا اور ملازمت کے پیشے کو اختیار کیا۔

چودہ دسمبر 1503ء کو اسی خاندان میں ایک بچے نے جنم لیا۔ جب اس بچے کا زائچہ بتایا گیا تو خاندان کے بزرگ مزید فکر مند ہو گئے۔ بچہ خوبصورت اور مخصوص یورپی ضد و خال لیے ہوئے تھا۔ وہ سنہری بالوں اور کھڑے نقوش کا حامل تھا اور بچپن سے اس کی وجاہت نمایاں تھی۔ لیکن خاندان کے ان بزرگوں نے جو قدیم علوم کے حامل تھے اس کی شادہ پیشانی میں کچھ اور ہی دیکھا اور انہوں نے فیصلہ کیا کہ اب وقت آ گیا ہے کہ وہ مقامی عقیدہ یعنی عیسائیت اپنالیں۔ ورنہ یہ بچہ جب بڑا ہوگا اور اس کی باتیں عام ہوں گی تو اس کے ساتھ اس خاندان کی شامت بھی آجائے گی۔ میشل کے بزرگ جان گئے تھے کہ اس میں مستقبل کو جاننے کی صلاحیت ہے اور یہ صلاحیت پیدا کئی تھی۔ اگر وہ اس کا سرعام اظہار کرتا تو عین ممکن ہے اس پر جادو کا الزام لگا کر اسے زندہ آگ میں جلا دیا جاتا۔ پورا خاندان

بارے میں ایسی بات نکل جاتی جو بعد میں پوری ہوتی تھی لیکن بچے ہونے کی وجہ سے کوئی اس چیز کو اہمیت نہیں دیتا تھا۔ وہ اپنے چار بھائیوں میں سب سے بڑا تھا اور سب سے زیادہ ذہین تھا۔

لیکن جب وہ بارہ سال کا تھا تو اس کی ایک پیش گوئی کی وجہ سے اس کا خاندان مشکل میں پڑتے پڑتے رہ گیا۔ میشیل کا گھر جس گلی میں تھا اس میں ناچین فلار نامی ایک خاتون رہتی تھی۔ اس خاتون کا ایک لڑکا جو لین تھا جو عمر میں میشیل سے ذرا چھوٹا تھا۔ ایک دن جو لین میشیل اور اس کے دوستوں کے ساتھ کھیل کھیل میں جھگڑا ہوا گیا۔ اس نے انہیں مارا اور ایک لڑکے کا سر پھاڑ دیا۔ میشیل کو اس پر غصہ آگیا اور اس نے جو لین سے غصہ میں کہا ”تم جلد گھوڑے کی ٹاپوں سے کچلے جاؤ گے اور تمہاری ماں تمہارے تابوت پر بین کرے گی۔“

میشیل کے الفاظ نے جو لین کو خوف زدہ کر دیا تھا۔ وہ خوف کے عالم میں گھر بھاگ گیا اور اس نے میشیل کی بات اپنی ماں کو بتادی۔ ناچین فلار چراغ پا ہو گئی اور بڑے کے لیے میشیل کے گھر پہنچ گئی۔ وہ چیخنے چلانے لگی تو محلے والے جمع ہو گئے اور ناچین نے ان کے سامنے بتایا کہ میشیل نے اس کے بیٹے کے بارے میں کیا کہا ہے۔ لوگوں نے ناچین کو سمجھایا کہ کھیل میں لڑائی ہو جائے تو بچے اس قسم کی باتیں کر جاتے ہیں اس کو سنجیدہ لینے کی ضرورت نہیں ہے۔

اس کے ایک مہینے بعد ہی جو لین سڑک سے گزرتے ہوئے ایک بے قابو گھمسی کی زد میں آگیا اور گھوڑے کے ٹاپوں سے کچل کر شدید زخمی ہو گیا اور دو دن بعد اس کا انتقال ہو گیا۔ غم و غصے سے پاگل ناچین نے اس کی شکایت ایک مقامی مذہبی عدالت میں کی اور میشیل کو جادو گری کا مرتکب قرار دینے کی درخواست

میشیل اپنے نانا کے سامنے دست بستہ کھڑا ہوا اور پوری توجہ سے اس کا کہا ایک ایک لفظ سنا تھا۔ جین اپنے نواسے کی ذہانت اور یادداشت پر حیران تھا۔ وہ اسے ایک مرتبہ جو بتا دیا وہ اس کی یادداشت میں ہمیشہ کے لیے محفوظ ہو جاتا تھا۔ یہی نہیں جب جین اس سے کسی مضمون کے بارے میں بحث کرتا تو میشیل پورے اعتماد اور دلائل کے ساتھ اسے جواب دیتا تھا۔ اس کے ساتھ ساتھ جین اسے ظاہر خاص طور سے آسٹریولوجی (فلکیات) کا سبق بھی پڑھاتا تھا۔ وہ میشیل پر زور دیتا تھا کہ دنیا کی تعلیم اپنی جگہ لیکن اسے اپنے اندر کی خفیہ صلاحیتوں کو بیدار کرنا ہو گا تب ہی وہ کامیابی حاصل کر سکے گا۔ وہ اسے کچھ مشقیں کراتا تھا ساتھ ہی وہ اسے ان قدیم نقوش کو سمجھنے کی تعلیم دیتا تھا جو اصل میں تمام پر اسرار علوم کا ماخذ تھے اور مختلف کتابوں اور مخطوطوں میں ان کے خاندان میں ہزاروں سال سے محفوظ چلے آ رہے تھے۔ بعد میں میشیل نے ان نقوش کو اپنی پیش گوئیوں کی کتاب میں بھی استعمال کیا لیکن اس نے ان کی وضاحت کرنے سے گریز کیا تھا۔ وہ ان کے اسرار عام نہیں کرنا چاہتا تھا۔

دس سال کی عمر میں میشیل اس قابل ہو گیا تھا کہ اپنے طور پر مطالعہ کر سکتا تھا اور اس کی دلچسپی کا محور آسٹریولوجی اور فلکیات کی کتابیں تھیں۔ دس سال کی عمر کے بعد وہ گھر لوٹ آیا۔ اسے گھر سے باہر جانے اور دوست بنانے کی اجازت دے دی گئی تھی۔ اس کے بزرگوں کو اعتماد تھا کہ وہ منہ سے ایسی کوئی بات نہیں نکالے گا جس سے وہ خود یا اس کا خاندان مشکل میں پڑ جائے۔ میشیل نے دوست بنائے اور نوجوانوں والی سرگرمیاں شروع کیں۔ دوستوں کے اس حلقے میں کبھی کبھی اس کے منہ سے نہ چاہتے ہوئے بھی کسی کے



عبور نے میٹھیل کے اساتذہ کو بھی حیران کر دیا تھا۔  
 یونیورسٹی ہی میں رہ کر اس نے قدیم عبرانی سری  
 علوم کا مطالعہ شروع کیا، ساتھ ہی دو زبانیں بھی پڑھ رہا  
 تھا۔ عبرانی پر اسے دس سال کی عمر میں عبور حاصل  
 ہو گیا تھا اور پھر اس نے لاطینی اور یونانی زبانیں سیکھیں  
 کیونکہ یورپ میں پائی جانے والی تمام کتابیں ان دو  
 زبانوں میں تھیں۔ فرانسیسی زبان اگرچہ دلکشی میں ان  
 زبانوں پر فوقیت رکھتی تھی لیکن ابھی اس میں ذخیرہ  
 علوم منتقل نہیں ہوا تھا۔ اس لیے کسی علوم کو مکمل سیکھنے  
 سے پہلے ان زبانوں پر عبور حاصل کرنا لازمی تھا۔  
 یونیورسٹی کی لائبریری میں میٹھیل نے چن چن کر طب  
 اور فلکیات کے موضوع پر نئے نئے کتاب پڑھ ڈالی  
 تھی اور سولہ سال کی عمر میں وہ اس قابل ہو گیا تھا کہ  
 کسی بھی فرد کے مستقبل کے بارے میں پیش گوئی  
 کر سکتا تھا۔ 1520ء میں میٹھیل سترہ سال کا ہوا تو اسے  
 یونیورسٹی کی طرف سے Maitre des Arts (ہائی  
 اسکول ڈپلومہ کی شرح) کی سند ملی، جس میں اسے حق  
 دیا گیا کہ وہ ان کے اسکولوں میں حروف اور فلسفے کی  
 تعلیم دے سکتا ہے۔ لیکن ایوگ نون میں میٹھیل کا دل  
 نہیں لگا اور اس نے بعد میں ماہنامہ سبیلیہ کے اسکول آف  
 میڈیسن میں داخلہ لے لیا۔



جیسے جیسے میٹھیل نوجوانی کی طرف بڑھ رہا تھا اس  
 کی پیش گوئی کی صلاحیت بھی بڑھ رہی تھی۔ پہلے وہ یہ  
 کام بے سہارے کرتا تھا لیکن اب وہ ذرا سی کوشش کے  
 بعد کسی شخص کے بارے میں پیش گوئی کرنے کا اہل  
 ہو گیا تھا۔ اس نے اپنی پہلی اہم پیش گوئی اسی دور میں کی  
 تھی۔ سترہ سال کی عمر تک میٹھیل کا رجحان مذہب کی  
 طرف بہت زیادہ ہو گیا تھا اب اس کا اکثر قدرتی وقت

تاریخ کا پتہ

کی۔ لیکن عدالت نے تین وجوہات پر درخواست مسترد  
 کر دی۔ ایک تو میٹھیل بچہ تھا، دوسرے جو لین حادثے کا  
 شکار ہوا تھا۔ اس کی اپنی فطرت سے ہوا تھا۔ تیسرے  
 جو لین جس گھمبھی کے نیچے آیا تھا اسے ایک مقامی امیر  
 زادہ چلا رہا تھا۔ اصل وجہ یہی تھی، اگر میٹھیل کو عدالت  
 بلا یا جاتا تو لازمی بات ہے امیر زادے کو بھی عدالت کا  
 سامنا کرنا پڑتا۔ یوں میٹھیل کی بچت ہو گئی اور اس کے  
 بعد وہ پیش گوئیوں کے معاملے میں بہت محتاط ہو گیا تھا۔



اس وقت تعلیم یافتہ نوجوانوں کے لیے دو ہی شعبے  
 تھے۔ ایک تو وہ فوج میں بھرتی ہو جائیں اور اپنی  
 صلاحیت کی بنیاد پر اونچے مقام تک پہنچ جائیں یا پھر  
 میڈیکل کی تعلیم حاصل کریں۔ اس وقت یورپ میں  
 صرف میڈیکل کی تعلیم باقاعدہ طور پر دی جا رہی تھی۔  
 یہودی عام طور سے جنگ کو پیشہ بنانے سے گریز کرتے  
 تھے اور عیسائی ہونے کے بعد اس خاندان نے جنھوں  
 سے گریز کی پالیسی برقرار رکھی تھی۔ اس لیے میٹھیل کو  
 طبی تعلیم کے لیے جنوب مشرقی فرانس کی مشہور طبی  
 درگاہ ایوگ نون Avignon بھیجنے کا فیصلہ ہوا۔

اس وقت میٹھیل پندرہ برس کا تھا، وہ اپنی خانہ  
 مارگریٹ کے گھر چلا گیا، جن کی مدد سے وہ فرانس کی  
 یونیورسٹی میں داخل ہو گیا، یونیورسٹی میں تعلیم حاصل  
 کرنے کے لیے اسے زیادہ محنت نہیں کرنی پڑی کیونکہ  
 وہ پہلے ہی عبرانی جانتا تھا ساتھ ہی حساب الجبر اور  
 فلکیات سے بھی واقف تھا۔ یونیورسٹی میں اسے ایک  
 شاندار ذہن کا اسٹوڈنٹ کہا جاتا۔ ابھی میٹھیل سولہ  
 برس کا نہیں ہوا تھا لیکن جہاں تک اس کی علمی قابلیت کا  
 تعلق تھا تو وہ اس وقت اس ادارے میں پڑھانے والے  
 اساتذہ سے بھی زیادہ تھی۔ خاص طور سے زبانوں پر

تھوڑی دیر مائیکسپلیر یونیورسٹی سے دور رہا۔ وہ تین سال کے بعد یونیورسٹی میں واپس آیا۔ ساتھ یورپ میں طاعون کی وبا پھیلنے لگی، وہ قدیم طب کے اصولوں کو جانتا تھا، اس لیے طاعون کے علاج کے لیے کچھ آسان ادویات تیار کرنے کا طریقہ سیکھتا رہا۔ ماؤنٹ بیلیئر سے تین سال بعد اسے میڈیکل کی ابتدائی ڈگری Red Toga ملی۔ یہ ڈگری حاصل کرنے والا کسی ڈاکٹر کی زیر نگرانی طبی پریکٹس کر سکتا تھا۔ یعنی ڈاکٹر بننے سے پہلے جو عملی تجربہ درکار ہوتا ہے وہ حاصل کر سکتا تھا۔

عام طور سے ابتدائی ڈگری لینے والے طلبا کسی شہر کارن کرتے تھے اور آگے تعلیم حاصل کرنے سے پہلے امراء کا علاج کر کے دولت کماتے تھے۔ لیکن اپنے ساتھیوں کے برعکس میشل ڈی ناسٹر ڈیس نے فرانس کے ان غریب ترین دیہات کارن کیا جہاں ان دنوں طاعون کی وبا عام تھی اور خاص طور سے سیاہ طاعون لوگوں کو موت کے منہ میں دھکیل رہا تھا۔

میشیل نے ان غریب اور بیمار دیہاتوں کا اتنی دلی تہمت سے جان کیا کہ وہ ان علاقوں میں ولی مشہور ہو گیا۔ اس موذی مرض کے علاج کے لیے میشل نے اپنی طبی ذہانت استعمال کی اور خاص طور سے سیاہ طاعون کے علاج میں کچھ ایسے طریقے استعمال کیے جس سے بہت سارے مریض بچ گئے جبکہ سیاہ طاعون کو چھٹی موت کہا جاتا تھا۔ آنے والے تین سال تک میشل وہیں رہا اور اس دوران میں اس نے اپنے علاقے میں اس وبا پر خاصی حد تک قابو پا لیا تھا۔ وہ واپس آیا تو ڈاکٹر کی ڈگری اس کا انتظار کر رہی تھی۔ سیاہ طاعون کے علاج میں اس کی وضع کی ہوئی ترکیبیں بہت کارآمد ثابت ہوئی تھیں اور اس کی واپس سے پہلے یہ خبر ماؤنٹ بیلیئر کے اسکول آف میڈیسن تک پہنچ گئی تھی۔ اس کا

چرچ میں گزرتا تھا۔ وہ ایک موقع پر مقامی چرچ میں موجود تھا اور اپنے ایک دوست سے بات کر رہا تھا کہ اس کی نظر چرچ کے کنوئیں سے پانی نکالتے ایک راہب پر گئی اور وہ کچھ دیر اسے دیکھتا رہا۔ اس نے اپنے دوست سے اس کے بارے میں پوچھا تو اس نے بتایا کہ یہ مقامی نوجوان راہب چرچ کے خدمت کاروں میں شامل ہے۔ میشل ڈی ناسٹر ڈیس اس کی طرف بڑھا اور اس نے پانی پیتے ہوئے راہب کا جھک کر دامن چوم لیا۔ وہ ناسٹر ڈیس کی اس حرکت سے حیران ہوا تھا اور اس نے پوچھا۔ ”نوجوان تم نے ایسا کیوں کیا ہے.....؟“

اس نے جواب دیا۔ ”میں نے پوپ نے دامن کو بوسہ دیا ہے۔“

فلپی پرتی نامی یہ راہب ناسٹر ڈیس کے اس جواب پر مزید حیران ہوا تھا کیونکہ وہ اس وقت ساڑھے بائیس سال کا تھا اور مقامی چرچ کا ایک ”عمدہ“ نہایت گار تھا۔ پوپ بننا تو بہت دور کی بات ہے، اس نے کبھی مقامی چرچ کا پادری بننے کا بھی نہیں سوچا تھا۔ نیاں برسوں بعد جب ناسٹر ڈیس دنیا سے رخصت ہو چکا تھا تو فلپی پرتی نامی اس راہب نے وہ شیکین میں چین دیں پوپ کی حیثیت سے قدم رکھا تھا۔ ناسٹر ڈیس کی یہ حیرت انگیز پیش گوئی نصف صدی سے زیادہ عرصہ گزر جانے کے بعد پوری ہوئی تھی اس لیے اس وقت اس نے کوئی اہمیت حاصل نہیں کی تھی مواخذہ نصف پوپ اور ناسٹر ڈیس یا اس کے چند جاننے والوں تک محدود رہا تھا۔



1526 میں، شیر میں سڑکوں پر فسادات کی وجہ سے، پروفیسر زکواسباق کو روکنے کے لئے مجبور کیا گیا، یونیورسٹیاں بند کر دی گئیں۔ اس دوران ناسٹر ڈیس

مارچ 2015ء

پڑھا سکے۔ جان گریفتی کو نااہل قرار دے کر اسکول سے نکال دیا گیا۔ یوں ماسٹر ڈیس کی یہ پیش گوئی درست ثابت ہوئی۔

جس سے چھبیس سال کی عمر تک ماسٹر ڈیس کا دھیان مکمل طور پر اپنی تعلیم اور مریضوں کے علاج پر رہا تھا اس دوران میں اس نے اپنی پیش گوئی کی صلاحیت کی طرف خاص توجہ نہیں دی تھی۔ مائٹھ پیلیئر سے بوڈیوکس Bordeaux اور ٹولوسی Toulouse واپس آنے کے بعد ماسٹر ڈیس نے بطور ڈاکٹر پریکٹس شروع کی، 1531ء میں ماسٹر ڈیس کو محقق ڈیویوس اسکالپر Julius Scaliger نے اپنے شہر اجین Agen میں طبی پریکٹس کے لیے مدعو کیا اور یہیں اس کی ملاقات ایک نوجوان خاتون، ہیزرنی ڈی انکوس Henriette d'Encausse سے ہوئی۔ ان میں تعلق اتنی تیزی سے بڑھا کہ انہوں نے جلد 1534ء میں شادی کر لی۔ اس نے ماسٹر ڈیس کے دو بیٹوں کو جنم دیا۔ بد قسمتی سے مختصر سے عرصے کے بعد 1537ء میں ماسٹر ڈیس کی بیوی اور دونوں بیٹے سیاہ طاعون میں مبتلا ہو گئے۔ ماسٹر ڈیس کے بیوی بچے کس طرح اس بیماری میں مبتلا ہوئے تھے اس کی کوئی وضاحت موجود نہیں ہے۔ کیونکہ ماسٹر ڈیس اس مرض کے علاج کا ماہر تھا اور ہزاروں مریضوں کو بچا چکا تھا مگر وہ اپنے بیوی بچوں کو نہیں بچا سکا۔

بہر حال ماسٹر ڈیس کے لیے یہ بہت بڑا صدمہ تھا۔ اس کا کل اثاثہ اس کے یہی بیوی بچے تھے۔ کہا جاتا ہے اس کے بعد ہی وہ دنیا سے دل برداشتہ ہو گیا تھا اور اس نے اپنی توجہ باطنی دنیا کی طرف کر لی تھی اور اس وقت اس کی پیش گوئی کی صلاحیت ابھر کر سامنے آئی۔ (حسابی ہے)



ڈیوڈن کا ماسٹر

پر جوش استقبال کیا گیا اور اسے پورے اعزاز کے ساتھ ڈاکٹر کی ڈگری سے نوازا گیا۔ ڈاکٹر کی ڈگری حاصل کرنے کے بعد اس نے اپنا نام میٹیل کے بجائے، خاندانی نام نوسترے ڈیم سے اخذ کر کے خود کو نوستر ڈیس کہلانا شروع کر دیا۔

مائٹھ پیلیئر میڈیکل اسکول کی انتظامیہ نے اس سے درخواست کی کہ ایک سال کے لیے اسکول میں لیکچرر کے طور پر کام کرے اور اپنا طریقہ علاج نئے ڈاکٹروں کو سکھائے۔ ماسٹر ڈیس نے یہ درخواست قبول کر لی اور اسکول آف میڈیسن میں ایک سال تک نئے طلباء کو پڑھاتا رہا۔ یہ اس کے لیے کامیابیوں اور خوشیوں کا دور تھا۔ اس نے نہ صرف ہزاروں افراد کی جان بچائی تھی بلکہ دوسروں کو بھی اس موذی مرض سے محفوظ رکھنے کے طریقے بتائے۔ یہاں اسے عزت اور مقام ملا جبکہ ابھی اس کی عمر صرف چھبیس سال تھی۔ ایک سال بعد وہ واپس جا رہا تھا تو اسکول کی جانب سے اعزازی فیلو کا سرٹیفکیٹ پیش کیا گیا تھا۔



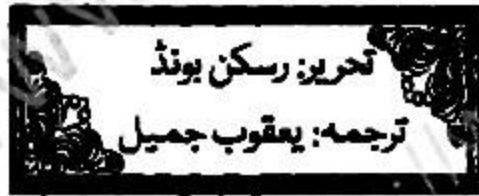
یہ کہنا مشکل ہے کہ ماسٹر ڈیس کب باقاعدہ پیش گو بنا کیونکہ وہ اب تک غیر سنجیدہ تھا۔ اس نے جو اکاڈمی پیش گوئیاں کی تھیں وہ ابھی بنا سوچے سمجھے اور بے اختیار کی تھیں۔ جیسے فلیٹی پریتی کے پوپ بننے کی پیش گوئی۔ اسی طرح اس نے مائٹھ پیلیئر میں ایک استاد جان گریفتی کے بارے میں پیش گوئی کی کہ وہ جلد نااہل ہونے کی وجہ سے اسکول سے نکال دیا جائے گا۔ ماسٹر ڈیس کی پیش گوئی پر چراغ پا جان گریفتی نے انتظامیہ سے اس کی شکایت کر دی اور جب انکو از می ہوئی تو پتا چلا کہ اس نے اپنی تعلیمی قابلیت کے بارے میں جھوٹ بولا تھا اور وہ اتنی استعداد نہیں رکھتا کہ اسکول میں طلباء کو

# سفر



ٹرین کے اس کپارٹمنٹ میں میرے سوا کوئی مسافر نہیں تھا۔ پچھلے ڈیڑھ گھنٹے سے میں نے اتنے بڑے کپارٹمنٹ میں اکیلے ہی سفر کیا تھا۔ مجھے امید تھی کہ چند منٹ بعد جب یہ ٹرین ایک اور چھوٹے

مجھے شالو سے چلے ہوئے تقریباً ڈیڑھ گھنٹا ہو گیا تھا اور اب ٹرین روہنا Rohana اسٹیشن کی



حدود میں داخل ہو رہی تھی۔ اس اسٹیشن کے پلیٹ فارم پر بھی مسافروں کا رش نہیں تھا۔ لیکن میری امیدیں خاک میں ملنے سے بچانے کے لیے، ایک مسافر میرے کپارٹمنٹ میں سوار ہوئی گیا۔ یہ ایک نو عمر لڑکی تھی۔ اس لڑکی کو رخصت کرنے اس کے والدین اسٹیشن تک آئے تھے، ایک ادھیڑ عمر عورت اور ایک ادھیڑ عمر مرد۔

سے اسٹیشن پر ٹھہرے گی تو وہاں سے کچھ مسافر اس کپارٹمنٹ میں ضرور سوار ہوں گے اور یہ، جان لیوا سکوت ٹوٹ جائے گا۔

اس روٹ پر چلنے والی گاڑیاں زیادہ تر خالی ہی آتی جاتی ہیں۔ اس کی وجہ شاید یہ ہے کہ شالو نامی یہ اسٹیشن بہت چھوٹا سا ہے۔ اس کے آس پاس مختصر آبادیوں والے چھوٹے دیہات آباد ہیں۔

شالو اسٹیشن کے ارد گرد کے دیہات غریب اور محنت کش آبادیوں پر مشتمل ہیں۔ ڈھور مویشی پالنا

کمپارٹمنٹ میں داخل ہونے کے بعد کسی سیٹ پر بیٹھنے کے لیے آگے بڑھی تو اس کے سینڈل کی کھٹ کھٹ سے ہی میں سمجھ گیا کہ ایسی آواز اونچی ایڑی والے سینڈل کی ہی ہو سکتی ہے۔

میں اس کا چہرہ تو نہیں دیکھ سکتا تھا لیکن اس کی کھٹکتی ہوئی سرلی آواز سن کر یہ اندازہ قائم کر لیا تھا کہ اپنی آواز کی طرح لڑکی بھی بہت خوبصورت ہوگی۔

چند منٹوں تک ریختے رہنے کے بعد جب ٹرین کی رفتار میں تیزی آگئی تو میں نے اپنی جگہ پر بیٹھے بیٹھے ہی کہا۔ ”کیا آپ میسوری Mussoorie جا رہی ہیں یا دہرہ دون Dehradun تک کا ہی سفر ہے....؟“

میں شاید کمپارٹمنٹ کے کسی اندھیرے گوشے میں بیٹھا تھا کیونکہ میں نے محسوس کیا کہ میری آواز سن کر وہ بری طرح چونک پڑی تھی۔ وہ کمپارٹمنٹ میں آنے کے بعد سے اب تک مجھے دیکھ نہیں پائی تھی۔ وہ بولی تو حیرت اس کی آواز سے مترشح تھی۔ ”ارے.... مجھے تو معلوم ہی نہیں تھا کہ یہاں کوئی اور بھی ہے! میں تو سمجھی تھی کہ میں اکیلی ہی ہوں۔“

”ہاں، اکثر ایسا ہو جاتا ہے۔“ میں نے ہنستے ہوئے کہا۔ ”مثال کے طور پر جب آنکھوں کے آگے اندھیرا چھا جاتا ہے تو آدمی سامنے کی چیز بھی دیکھ نہیں پاتا۔“

”نہیں، یہ بات نہیں ہے۔“ اس کی آواز کی جھنکار میری سماعت سے نکل آئی۔ ”اصل میں جس جگہ آپ بیٹھے ہیں، اس طرف میں نے نظر ہی نہیں ڈالی تھی.... سوری۔“

”نہیں.... نہیں.... اس میں سوری کرنے کی

وہ عورت بار بار لڑکی کو تاکید کرتے ہوئے کہہ رہی تھی۔ ”دیکھو بیٹی، اپنا بہت خیال رکھنا، اپنا بیگ اپنے پاس ہی رکھنا اور ہاں کسی کی وی ہوئی کوئی چیز مت کھانا، صرف دو ڈھائی گھنٹے کا سفر ہے اور....“

”بس بس ماں، مجھے معلوم ہے۔“ لڑکی نے مترنم آواز میں اپنی ماں کی بات کاٹی اور بولی۔ ”میں پہلے بھی تو ایک مرتبہ آچکی ہوں۔“

”وہ تو ٹھیک ہے بیٹی، مگر میں تیری ماں ہوں۔ مجھے فکر تو ہوگی۔“ ادھیڑ عمر عورت نے کہا۔

”اچھا دیکھ، تیرے چاچا چاہتی تھے لینے کے لیے آئیں گے۔ تیرے بابا نے تیرے ڈبے کا نمبر انہیں بتا دیا ہے۔“

”ٹھیک ہے ماں، اب تم لوگ جاؤ۔“ لڑکی نے کہا۔ ”ٹرین چلنے والی ہے۔“

مجھے نہیں معلوم کہ وہ لڑکی گوری تھی یا کالی، اس کے بال سنہرے تھے یا سیاہ.... چھوٹے تھے یا لمبے۔ اس نے کون سے کپڑے پہنے تھے اور ان کپڑوں کا رنگ کیسا تھا....؟ میں کچھ بھی تو دیکھ نہیں سکتا تھا۔

تین سال پہلے کی بات ہے کہ میں اور میرا چھوٹا بھائی سڑک کے ایک خوفناک حادثے کی لپیٹ میں آ گئے تھے۔ اس حادثے میں میرے چھوٹے بھائی کے ایک پاؤں اور کندھے میں فریکچر ہو گیا جس کی وجہ سے اسے تقریباً چار ماہ تک بستر پر ہی پڑا رہنا پڑا تھا۔ جبکہ میرے سر کے پچھلے حصے پر لگنے والی زبردست چوٹ نے میری بیٹائی چھین لی تھی اس لیے میں نہیں بتا سکتا کہ وہ لڑکی دیکھنے میں کیسی تھی....؟

لیکن میں نے یہ اندازہ تو لگا ہی لیا تھا کہ لڑکی نے اونچی ایڑی کے سینڈل پہن رکھے ہیں کیونکہ جب وہ

”ہاں، یہ بہت اچھا موسم ہوتا ہے۔“ میں نے کہا اور اچانک ہی میری بے نور آنکھوں کے پیچھے میسوری کے وہ خوب صورت مناظر ناپننے لگے جو میں نے ماضی کے اچھے دنوں میں دیکھے تھے۔

ہری بھری وادیاں، رنگ بہ رنگے پھولوں کی بہار.... اونچے اونچے پہاڑ اور ان کی سنگلاخ کوکھ سے نکلنے گنتائے جھرنے۔

یہ سارے دلکش مناظر میری یادوں میں تازہ ہوتے رہے پھر میں نے دھیمی آواز میں کہہ ”اس موسم میں وہاں کا ایک ایک منظر آنکھوں کے راسخے دل میں اتر جاتا ہے۔ پہاڑوں کی چوٹیاں بھی رنگ بہ رنگے جنگلی پھولوں سے ڈھک جاتی ہیں، صبح کی ہلکی ہلکی نرم دھوپ بہت بھلی لگتی ہے اور رات کے وقت سلگتی ہوئی آگے ٹھنسی کے سامنے بیٹھ کر گرم گرم کھانے کھانے کا لطف ہی کچھ اور ہوتا ہے۔ اس وقت تک، وہاں آئے ہوئے زیادہ تر سیاح واپس چلے جاتے ہیں۔ ان کے جانے کے بعد وہاں کے ہوٹل اور سڑکیں خالی سی ہو جاتی ہیں۔ جس کی وجہ سے وہاں کا ماحول اور بھی زیادہ حسین اور پرسکون ہو جاتا ہے۔“

میں اتنی ساری باتیں کہہ گیا تھا لیکن وہ بالکل خاموشی تھی۔ اس نے نہ تو درمیان میں کچھ کہا اور نہ ہی کچھ پوچھا۔ اس پر مجھے حیرت ہو رہی تھی اور میں یہ سوچنے پر مجبور ہو گیا تھا کہ یا تو میری باتوں نے اس کے جذبات کو کچھ زیادہ ہی متاثر کیا ہے، یا پھر شاید وہ مجھے کوئی پریم دیوانہ، سمجھ بیٹھی ہوگی۔ جب وہ ذرا دیر بعد بھی کچھ نہیں بولی تو ٹھیک اسی وقت میں ایک مرتبہ پھر غلطی کر بیٹھا یعنی اس سے پوچھ لیا۔

”آپ چپ کیوں ہو گئیں....؟ لگتا ہے، باہر کے

کیا بات ہے....؟“

میں جلدی سے بولا۔ ”پہلے پہل تو میں نے بھی آپ کو نہیں دیکھا تھا لیکن میں نے آپ کو اندر داخل ہوتے ہوئے سنا ضرور تھا۔“

یہ بات میں بے دھیانی میں کہہ گیا تھا لیکن بات منہ سے نکل چکی تھی۔ اس لیے مجھے ڈر لگ رہا تھا کہ میری اس بات سے وہ سمجھ گئی ہوگی کہ میں ایک ناپننا شخص ہوں۔ یہی میں نہیں چاہتا تھا کہ وہ لڑکی مجھے ناپننا سمجھ کر تمام راستے مجھ سے بند کر دیتی رہے۔ ر اسی لیے میں سوچ رہا تھا کہ جلد بازی میں جو کئی بات میرے منہ سے نکل چکی ہے اسے ہنسی مذاق اڑایا جاسکتا ہے۔ لیکن اگر میں اسی ایک جگہ پر دبکا بیٹھا رہا تو اسے ضرور یہ یقین ہو جائے گا کہ میں کوئی معذور آدمی ہوں۔ اس بات کا خیال آتے ہی میں نے تیزی سے اپنی سیٹ پر پہلو بدلا اور اٹھنے کی کوشش کر ہی رہا تھا کہ لڑکی نے کہہ ”میں سہارن پور Saharanpur اتر جاؤں گی.... اسٹیشن پر میرے چاچا چاچی مجھے لینے آئیں گے۔ ویسے آپ کہاں جائیں گے....؟“

میں پھر اپنی سیٹ پر چپک گیا اور بولا۔ ”پہلے دہرہ دون۔ وہاں ایک دو روز ٹھہر کر میسوری چلا جاؤں گا۔“

”اوو.... آپ تو واقعی بڑے خوش نصیب ہیں۔“ وہ پڑ مسرت لہجے میں بولی۔ ”میری بڑی خواہش ہے میسوری جانے کی۔ مجھے پہاڑی علاقے بہت پسند ہیں۔ اونچی اونچی پہاڑیوں کے درمیان گھومتا مجھے بہت اچھا لگتا ہے۔ سنا ہے کہ اکتوبر کے مہینے میں میسوری کے پہاڑوں پر بہار آ جاتی ہے۔“

جانب موڑ کر بولا۔

”آپ نے دیکھا کہ بجلی کے کھبے اور درخت وغیرہ کتنی تیزی سے پیچھے بھاگ رہے ہیں....؟“

”ہاں، لیکن ہم اپنی جگہ پر اسی طرح موجود ہیں۔“ لڑکی نے ہنستے ہوئے کہا۔ ”ترین کے سفر میں ہمیشہ ہی ایسا ہوتا ہے.... ہے نا....؟“

”ہاں۔“ میں نے کہا پھر کھڑکی کے سامنے سے چہرہ ہٹا کر لڑکی کی طرف کر لیا اور تھوڑی دیر اسی طرح بیٹھا رہا تاکہ لڑکی سمجھے، میں اس کی طرف دیکھ رہا ہوں۔

”آپ کے چہرے کے خدو خال بہت دلکش ہیں، آپ سچ سچ بہت ہی خوبصورت ہیں۔“ میں نے اچانک ہی کہہ دیا کیونکہ اب میں کافی نڈر ہو گیا تھا۔ مجھے دل ہی دل میں خوشی ہو رہی تھی کہ میں ابھی تک اپنی اداکاری میں کامیاب رہا ہوں اور لڑکی کو ابھی تک یہ معلوم ہی نہیں ہوا ہے کہ میں ناپید ہوں۔

اس کے حسن کی تعریف میں جو الفاظ میرے منہ سے نکل گئے تھے انہوں نے لڑکی پر ایک گہرا اور خوش گوار اثر ڈالا تھا۔ بہت کم لڑکیاں ایسی ہوتی ہیں جو خوشامد کو اور اپنے حسن کی تعریف کو پسند نہیں کرتیں.... اور ان سے بھی کم ایسی لڑکیاں ہوں گی جو خود کو حسین نہ سمجھتی ہوں! ورنہ زیادہ تر تو یہ چاہتی ہیں کہ کوئی ان کی طرف دیکھے تو پھر دیکھتا ہی رہے۔ میری ہم سفر لڑکی بھی اپنی تعریف سن کر خوش ہوئی تھی تبھی دھیرے سے ہنس کر بولی۔

”آپ کی بات مجھے بری نہیں لگی۔ بڑے مزے کی بات کہی ہے آپ نے۔ ویسے جو کوئی بھی مجھ سے تھوڑی دیر باتیں کر لیتا ہے، وہ یہی کہتا ہے آپ بہت

ترکاتی کامیاب

مناظر نے آپ کی توجہ ہٹا دی ہے۔ ذرا بتائیے، کیا منظر ہے باہر کا....؟“

یہ میں نے پوچھ تو لیا مگر پھر فوراً ہی مجھے اپنی حماقت پر غصہ آیا اور مجھے لگنے لگا کہ اس مرتبہ میرا راز فاش ہو کر ہی رہے گا اور یہ لڑکی جان جائے گی کہ میں ناپید ہوں۔

لیکن ایسا کچھ نہیں ہوا۔ قسمت نے ایک مرتبہ پھر میرا راز فاش ہونے سے بچا لیا۔ لڑکی کو نہ تو میرے اس سوال پر کوئی حیرت ہوئی اور نہ ہی اس نے اس کا کوئی نوٹس لیا۔ میں نے سکون کا سانس لیا۔

چند لمحوں کے سکوت کے بعد لڑکی نے اپنی خاموشی توڑتے ہوئے کہا۔ ”کتنی اچھی ہوا چل رہی ہے۔ آپ کھڑکی کے قریب کیوں نہیں بیٹھتے....؟“

”بات دراصل یہ ہے کہ ہوا کے ساتھ دھول مٹی بھی بہت آتی ہے۔“ میں نے اپنا عیب چھپانے رکھنے کی کوشش کرتے ہوئے کہا اور اس کے ساتھ ہی دھیرے دھیرے سر کتا ہوا کھڑکی کے پاس آ گیا اور ایک ہاتھ سے ٹول کر دیکھ لیا کہ کھڑکی کھلی ہوئی ہے یا نہیں....؟ کھڑکی کا شیشہ اوپر اٹھا ہوا تھا، میں نے جلدی سے اپنا چہرہ کھڑکی کے فریم کی جانب کر لیا۔ اب کوئی بھی دیکھنے والا مجھے دیکھ کر یہی سمجھے گا کہ میں باہر کے نظاروں سے لطف اندوز ہو رہا ہوں۔ حالانکہ ایسی کوئی بات نہیں کیونکہ میرے لیے جس طرح کمپارٹمنٹ کے اندر اندھیرا تھا ویسا ہی اندھیرا باہر بھی تھا۔

میں اپنے تصور کی آنکھ سے باہر کی ہر چیز کو پیچھے کی طرف بھاگتے دیکھ رہا تھا۔ ذرا دیر تک تو میں باہر دیکھتے رہنے کا ڈھونگ کرتا رہا پھر اپنی گردن اندر کی

انگریزی زبان کے معروف ادیب، رسکن بونڈ Ruskin Bond کو ہندوستان ادیبوں اور بچوں کے مصنفین اور ایک اعلیٰ ناول نگار میں ممتاز مقام حاصل ہے۔ 81 سالہ رسکن بونڈ گزشتہ 6 دہائیوں سے کہانیاں لکھ رہے ہیں اور اب تک ان کی 500 سے زائد کہانیاں شائع ہو چکی ہیں اور 150 ناول اور دوسری کتابیں بھی منظر عام پر آچکی ہیں۔ آپ کے تین ناولوں کو فلم کے قالب میں ڈھالا گیا، جو ”جنون (1978)“، ”دی بیو امبریل (2005)“ اور ”7 خون معاف (2011)“ کے نام سے ہیں۔



آپ 19 مئی 1934ء میں بھارتی ریاست ہماچل پردیش کے شہر کسول میں ایک اینگلو انڈین گھرانے پیدا ہوئے۔ آپ کی والدہ ایڈ تھ کلا رکن کا تعلق کراچی سے اور والد الیکٹریٹر بونڈ بنگال سے تھے، آپ کا بچپن وجے نگر، گجرات اور شملہ میں گزرا، لیکن والد کی وفات کے بعد دہرہ ڈون (بنگال) منتقل ہو گئے۔ کالج کے دنوں میں کہانیاں لکھی اور کئی لٹریچر پرائز حاصل کیے، اعلیٰ تعلیم کے لیے لندن چلے گئے جہاں ان کا پہلا ناول The Room on the Roof شائع ہوا، جو انہوں نے 17 برس کی عمر میں لکھا تھا، اس ناول پر انہیں Llewellyn Rhys پرائز سے نوازا گیا۔ واپس پر انہوں نے چند سال دہلی اور دہرہ ڈون میں



صحافت کا شعبہ اپنا پاپر میسوری میں بطور ادیب باقاعدہ کہانیاں لکھنا شروع کیں۔ رسکن بونڈ کو اعلیٰ معیار کی مخصوص خدمات کے لیے سال 2014ء میں بھارتی حکومت کی طرف سے اعلیٰ ترین شہری ایوارڈ پدم بھوشن سے نوازا گیا، اس سے قبل انہیں 1999ء میں پدم شری اور 1992ء میں سامتہ اکیڈمی ایوارڈ بھی مل چکا ہے۔

یہ کہانی رسکن بونڈ کی ایک مختصر انگریزی کہانی The Eyes Have It (آنکھیں یہ جیت) کا ترجمہ ہے، جو کہانیوں کے مجموعہ A Night Train at Deoli اور Contemporary Indian English Stories میں شائع ہوئی

تھی۔ یہ کہانی The Girl on the Train اور The Eyes Are Not Here کے نام سے بھی مشہور ہے۔

نے مسکراتے ہوئے کہا۔ ”اس میں تنگ آجانے والی بات کون سی ہے...؟ جب چاند لگتا ہے تو دنیا دیکھتی ہے۔ لوگ بالکل ٹھیک کہتے ہیں، آپ صرف حسین نہیں ہیں... آپ کے چہرے کے خدو خال بہت دلکش ہیں۔ اس پر سونے پر سہاگا آپ کی مترنم آواز! جب آپ بولتی ہیں تو لگتا ہے، کسی مندر میں گئی

خوبصورت ہیں اور سچ بات یہ ہے کہ اپنی تعریفیں سن کر میں تنگ آگئی ہوں۔“ اس کی بات سن کر میں سمجھ گیا کہ یہ لڑکی واقعی خوبصورت ہے ورنہ جن لوگوں نے اسے دیکھ کر خوبصورت کہا ہے وہ سب تو میری طرح اندھے تو نہیں ہوں گے۔ اس بات کا یقین کر لینے کے بعد میں



”آدمی کو اپنی خامیوں اور خوبیوں کے بارے میں دوسروں سے زیادہ معلوم ہوتا ہے۔“ میں نے گھمبیر لہجے میں کہا۔ ”اور جہاں تک میرا تعلق ہے، میں یہ بات پورے وثوق سے کہہ سکتا ہوں کہ آج کے زمانے کی کوئی بھی لڑکی میرے ساتھ خوش نہیں رہ سکتی۔“

”کیونکہ یہ جدید اور تیز رفتار زمانہ ہے۔“ میں نے اسی گھمبیر تا سے کہا۔ ”ہر کوئی اپنی توقعات اور خواہش کے مطابق زندگی گزارنا چاہتا ہے اور زندگی گزارنے کے لیے ہر کسی کو اپنی پسند کے ہمسفر کی تلاش رہتی ہے.... جبکہ مجھ جیسا بے کار اور ست آدمی اچھا ہمسفر ثابت نہیں ہو سکتا۔“

”میں نہیں مانتی۔“ وہ جلدی سے بولی۔ ”میں کہتی ہوں، وہ لڑکی بد نصیب ہی ہوگی جو اپنے جیسے آدمی کو پسند نہ کرے۔“

”نہیں، نہیں اس میں آپ کسی کے نصیب کو الزام نہ دیں۔“ میں بولا۔ ”کیونکہ میں خود سمجھتا ہوں کہ میں جب اپنے شریک سفر کی خواہشات اور توقعات پر پورا ہی نہیں اتر سکتا تو پھر جانتے بوجھتے مجھے کسی کی زندگی برباد نہیں کرنی چاہیے۔ خیر، میری بات چھوڑیے.... آپ بتائیے، کیا آپ شادی شدہ ہیں....؟“

”کیوں....؟“ میں نے چونک کر پوچھا۔ ”میرے خیال سے تو اب تک آپ کی شادی ہو جانی چاہیے تھی۔“

”جی ہاں.... ماں اور باپ بھی یہی چاہتے ہیں۔“ لڑکی نے افسردہ لہجے میں کہا۔ ”لیکن یہ زندگی بھر کے

بے شمار فزکی گھٹٹیوں کی جھنکار سنائی دے رہی ہے....“

”بس بس، رہنے دیں۔“ اس نے پھر ہنستے ہوئے کہا۔ ”مجھے تو آپ شاعر لگ رہے ہیں۔ لیکن جو کچھ بھی ہیں، آدمی آپ بہت دلچسپ ہیں۔ آپ کے ساتھ باتیں کر کے کوئی شخص بور نہیں ہو سکتا۔ میں سچ کہتی ہوں، آپ کی باتیں مجھے بہت اچھی لگتیں۔“

”اور مجھے آپ کی آواز بہت اچھی لگی ہے۔“ میں نے ہنستے ہوئے کہا۔ کیونکہ اس کی کوئی اور خوبی یا خامی تو میں نے دیکھی نہیں تھی۔ ایک آواز ہی تھی جسے میں نے اپنے دل کے اندر تک محسوس کیا تھا۔

”آپ کی شادی ہو چکی ہے....؟“ بکا ایک اس نے سنجیدہ سے لہجے میں پوچھا اور پھر فوراً ہی کہا۔

”سوری، میں نے ایک نئی سوال پوچھ لیا ہے۔“ ”نہیں.... نہیں سوری کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔“ اس نے پھر اپنا سوال دہرایا۔

میں نے ہنستے ہوئے کہا۔ ”اگر میں نہیں کہہ سکتی ہوں تو....؟“

”تو میں پوچھوں گی کہ کیوں نہیں ہوئی....؟“ وہ بھی ہنس کر بولی۔

”اصل میں ابھی تک کسی لڑکی نے مجھے پسند ہی نہیں کیا۔“ میں بولا۔ ”یا یوں کہہ لیجئے کسی نے میرے چوکھٹے پر توجہ ہی نہیں دی ہے۔“

”ایسا کیسے ہو سکتا ہے....؟“ وہ فوراً ہی بولی۔ ”کیا کمی ہے آپ میں....؟ خوبصورت ہیں، جوان

ہیں، شریف اور پڑھے لکھے آدمی ہیں۔ مجھے تو آپ میں ایسی کوئی خامی نظر نہیں آتی کہ لڑکیاں آپ کی طرف متوجہ نہ ہوں۔“

زمکالی ڈاٹ کام

جواب میں مجھے کہنے کا موقع ہی نہیں ملا۔ رفتار دھیمی کرتی ٹرین نے ایک طویل و سل بجائی اور میرے الفاظ منہ میں ہی رہ گئے۔

ٹرین پلیٹ فارم سے اگلتے ہی اسٹیشن پر پہل سی چلی گئی۔ اترنے اور چڑھنے والے مسافروں کے ساتھ ساتھ قلیوں اور خواہنے والوں کی ٹلی جلی آوازوں کا شور سنائی دینے لگا۔

”اچھا، اب میں چلتی ہوں۔“ ٹرین کے رکتے ہی اس نے شاید اٹھتے ہوئے کہا تھا۔ ”آج کا یہ سفر مجھے ہمیشہ یاد رہے گا....“

بولتے بولتے ہی شاید وہ دروازے کی طرف بڑھ گئی تھی۔ کیونکہ میں اس کے سینڈل کی کھٹ کھٹ کی آواز کو دور جاتے سن رہا تھا۔ اچانک مجھے یاد آیا کہ اسے رخصت کرنے کے لیے مجھے دروازے تک تو جانا ہی چاہیے ورنہ وہ سوچے گی کہ میں نے اسے خدا حافظ بھی نہیں کہا۔ اس خیال کے آتے ہی میں تیزی سے اٹھ کھڑا ہوا اور اندازے سے چلتا ہوا دروازے کے پاس آکر کھڑا ہو گیا۔

بچے سے کسی عورت کی آواز آرہی تھی جو شاید لڑکی سے ہی کہہ رہی تھی۔ ”آ جاؤ بیٹی.... آج تو ٹرین وقت پر آئی۔ میں تو کبھی تھی کہ ہمیشہ کی طرح لیٹ ہوگی۔“

لڑکی نے جواب میں کچھ نہیں کہا۔ وہ عورت پھر بولی۔ ”ذرا سنبھل کر اترنا۔ لو، میرا ہاتھ پکڑ لو۔ اور یہ بیگ مجھے دے دو۔ ایک تو تم نے اتنی اونچی ایڑی کے سینڈل پہن رکھے ہیں کہ....“

”ارے چاچی، کچھ نہیں ہوتا اس سے۔“ لڑکی درمیان میں بول پڑی۔ ”لو یہ بیگ۔“

سفر کا سوال ہے جس کے لیے ایک ایسے مسافر کا ہونا ضروری ہے جو صحیح معنوں میں دکھ سکھ کا ساتھی بن سکے۔ جو زندگی کے طویل راستوں کے اتار چڑھاؤ پر پوری طرح ثابت قدم رہ سکے اور جو مجھ جیسی شریک حیات کو کبھی اپنے اوپر بوجھ نہ سمجھے۔

”بوجھ!“ میں نے چونک کر کہا۔ ”میرے خیال سے تو وہ شخص انتہائی بد نصیب ہو گا جو آپ جیسی شریک حیات کو بوجھ سمجھے گا۔“

”اسی لیے تو میں چاہتی ہوں کہ جو شخص بھی میرا ہاتھ تھام کر میرے ساتھ چلنا چاہیے.... وہ پہلے اچھی طرح مجھے دیکھ لے، سمجھ لے۔ پھر کسی لالچ، کسی دباؤ اور کسی شرط کے بغیر مجھے، میری خوبیوں اور خامیوں سمیت قبول کرے تاکہ دونوں مل کر زندگی کا یہ طویل سفر سکھ و چین سے طے کر سکیں۔“

لڑکی یہ کہ کر چپ ہو گئی۔ ذرا دیر تک وہ مزید کچھ نہیں بولی تو میں نے کہا۔ ”بڑے اچھے خیالات ہیں آپ کے۔ میری دعا ہے کہ آپ کو ایسا ہی جیون ساتھی ملے۔“

”تھینک یو۔“ لڑکی نے کہا اور پھر دوسرے ہی لمحے چونک کر بولی۔ ”اوہ.... آپ کے ساتھ باتوں میں وقت گزرنے کا احساس ہی نہیں ہوا۔ میرا اسٹیشن آنے ہی والا ہے۔ میں تو کبھی تھی کہ ٹرین کے ڈبے میں اکیلے بیٹھے بیٹھے ڈھائی گھنٹے گزارنے مشکل ہو جائیں گے لیکن آپ کی خوبصورت باتوں میں میرا سفر بہت آسان کر دیا۔ مجھے آپ سے مل کر سچ سچ بہت خوشی ہوئی۔ اب میں خدا سے یہی دعا مانگا کروں گی کہ وہ لڑکی کو زندگی کے سفر میں آپ جیسا ہی ہمسفر عطا کرے۔“

”ٹھیک ہے، چلو۔“ عورت نے کہا۔

میں دروازے کے قریب ہی باہر کی جانب منہ کیے کھڑا تھا اور اس وقت مجھے لگ رہا تھا کہ وہ لڑکی جاتے جاتے پلٹ کر میری طرف دیکھ کر ہاتھ بلا رہی ہے۔ اس کا جواب دینے کے لیے میں نے اپنا ہاتھ اٹھایا ہی تھا کہ یکایک کسی نے اپنا کوئی سامان میرے پیروں کے پاس رکھ دیا۔ ٹرین آہستہ آہستہ ریٹھنے لگی اور ٹھیک اسی وقت ایک مسافر ہانپتا ہوا اندر داخل ہو گیا۔ میں سمجھ گیا کہ اس اسٹیشن سے بھی صرف ایک ہی مسافر اس کمپارٹمنٹ میں سوار ہوا ہے اور یہ کوئی مرد ہے۔

میں اپنی سیٹ پر آکر بیٹھ گیا تو اچانک میرا ہاتھ سیٹ پر رکھی ہوئی اپنی سفید فونڈنگ چھڑی سے ٹکرا گیا اور میں بری طرح سے چونک پڑا۔ مجھے یاد آ گیا کہ جب میں شمال سے ٹرین میں سوا ہوا تو اس سیٹ پر آکر بیٹھا تھا تو میں نے اپنی سفید چھڑی کو فولڈ کر کے اپنے برابر میں ہی رکھ دیا تھا اور یہ اسی وقت سے اس جگہ پڑی ہے۔ مجھے بھی اب تک اس کا خیال نہیں آیا تھا۔ جبکہ وہ لڑکی بھی اتنی دیر تک میرے سامنے بیٹھی مجھ سے باتیں کرتی رہی تھی۔ ایسی حالت میں یقیناً اس کی نظر میری سفید چھڑی پر پڑی ہوگی اور اسے یہ سمجھنے میں ذرا بھی دیر نہیں لگی ہوگی کہ میں ناپیتا ہوں۔

اب میرے ذہن میں یہ سوال اٹھ رہا تھا کہ میری حقیقت جان لینے کے باوجود نہ تو اس نے میری پیناکی کے بارے میں کچھ پوچھا اور نہ ہی مجھ سے مدد دی کا اظہار کیا بلکہ وہ تو اس طرح مجھ سے باتیں کر رہی تھی جیسے میں یک نامل شخص ہوں۔

آخر کیوں....؟

کیوں اس نے میری سفید چھڑی کو دیکھنے کے بعد بھی یہ ظاہر نہیں ہونے دیا کہ اسے میرے ناپیتا ہونے کا علم ہو چکا ہے....

کیوں....؟ اس نے ایسا کیوں کیا....؟

میں اس کیوں کا جواب ڈھونڈنے کی کوشش میں کھڑکی کی طرف منہ کر کے بیٹھ گیا۔ اس وقت میں خود کو ایک لٹا ہوا آدمی سمجھ رہا تھا۔ مجھے یوں لگ رہا تھا کہ اس لڑکی کے جاتے ہی میری دنیا لٹ گئی ہو۔ ٹرین کی رفتار تیز ہو گئی تھی۔ سارے مناظر حسب معمول بڑی تیزی سے پیچھے جا رہے ہوں گے۔ میں اس طرح باہر کی طرف منہ کیے بیٹھا تھا جیسے یہ سارے مناظر مجھے نظر آرہے ہوں۔ حالانکہ میرے لیے تو باہر بھی اتنا ہی اندھیرا تھا جتنا کمپارٹمنٹ کے اندر تھا۔ اچانک میں نے اپنے پیچھے قدموں کی آہٹ سنی تو میں نے گردن گھمائی۔ میرا نیا ہمسفر بیٹھے ہوئے کہہ رہا تھا۔

”ارے جناب.... ہم اتنے بھی بد صورت نہیں ہیں کہ آپ نظر اٹھا کر بھی ہماری طرف نہ دیکھیں۔ مانا آپ کا پہلا ہمسفر بلا کا حسین تھا.... لیکن ایسا بھی کیا کہ دوسرے ہمسفر سے نہ دعانہ سلام....“

”نہیں، ایسی بات نہیں ہے۔“ میں نے ہنس کر کہا۔ ”وہ لڑکی واقعی بہت اچھی تھی۔“ اتنا کہہ کر میں چپ ہو گیا مگر پھر فوراً ہی پوچھ بیٹھا۔ ”آپ بتا سکتے ہیں اس لڑکی کے بال کیسے تھے....؟ لے تھے یا کٹے ہوئے....؟“

”میں نے اس کے بالوں پر توجہ نہیں دی۔“ اس شخص نے تمہیر سے لہجے میں کہا۔ ”میں تو صرف اس کی آنکھیں دیکھ رہا تھا۔“

ترکان کا ٹھنڈ

نہ ہی اس کی آنکھیں! کیا اتنی دیر آپ سوتے رہے تھے....؟“ بات ختم کر کے وہ بلاوجہ ہنسنے لگا۔  
”نہیں، میں سو نہیں رہا تھا۔“ میں مسکرا کر بولا۔ ”بلکہ ہم دونوں تو ایک دوسرے کے سامنے بیٹھے باتیں کرتے رہے تھے۔“

”پھر تو یہ اور بھی حیرت کی بات ہے“ اس نے کہا۔ ”آمنے سامنے بیٹھے رہنے کے باوجود آپ نے کچھ نہیں دیکھا....؟“

”اس میں حیرت کی کوئی بات نہیں ہے جناب۔“ میں نے اسی طرح مسکراتے ہوئے کہا۔  
”میں تو ابھی تک آپ کو بھی نہیں دیکھ پایا ہوں۔“  
”کیا....؟“ اس نے چونک کر کہا۔

”جی ہاں۔“ میں نے افسردہ لہجے میں، ٹھنڈی سانس بھرتے ہوئے کہا۔ ”مجھے نہیں معلوم آپ کا رنگ روپ.... آپ کے بال اور آپ کی آنکھیں کیسی ہیں....؟“ یہ کہہ کر میں نے اپنے قریب رکھے ہوئے بیگ کے نیچے ہاتھ ڈال کر اپنی سفید فولڈنگ چھتری نکال کر اس کے سامنے کر دی۔

”اوہ!“ وہ چونک کر بولا۔ ”تو آپ بھی....“

یہاں تک کہہ کر وہ چپ ہو گیا۔

مجھے لگ رہا تھا کہ وہ اپنی پھٹی پھٹی حیرت زدہ آنکھوں سے مجھے دیکھ رہا ہے۔ ترین اپنی رفتار سے بھاگ رہی تھی۔ میں ایک مرتبہ پھر کھڑکی کی طرف منہ کر کے بیٹھ گیا۔ باہر کے سارے ہی مناظر تیزی سے پیچھے کی طرف بھاگ رہے ہوں گے.... لیکن میرے لیے تو باہر بھی، ایسا ہی اندھیرا تھا جیسے کپارٹمنٹ کے اندر!



”آنکھیں....؟“ میں نے حیرت سے پوچھا۔

”ہاں.... نیلی گہری جمیل سی آنکھیں.... جو

اس کے گلاب جیسے چہرے سے زیادہ خوبصورت تھیں.... میں نے اتنی حسین آنکھیں پہلے کبھی نہیں دیکھیں۔“ اس مسافر نے کہا۔ ”مگر وہ آنکھیں اس کے لیے بالکل بے کار تھیں۔“

”کیا....؟“ میں چونک کر اچھل پڑا۔

”ہاں جناب.... وہ اندھی تھی۔“ مسافر نے

ایک گہرا سانس چھوڑتے ہوئے کہا۔ ”ایک عورت اس کا ہاتھ پکڑ کر نیچے اہل رہی تھی۔ تب میں نے دیکھا، وہ اندھی تھی۔ بغیر کسی کی مدد کے اس کا کپارٹمنٹ سے نیچے اترتا بھی حال تھا۔“

”اوہ!“ میرے ہونٹ سکڑ کر رہ گئے۔ پھر اس

سے پہلے کہ میں کچھ پوچھتا، وہ بولا۔ ”سوری، میں بیگ سے سگریٹ نکالنا بھول گیا۔ ابھی حاضر ہوتا ہوں۔“  
کہہ کر وہ اپنی سیٹ کی جانب بڑھ گیا اور پھر ذرا دیر بعد واپس آ کر، شاید سگریٹ کا پیکٹ میری طرف بڑھا کر بولا۔ ”لیجئے سگریٹ۔“

”جی شکریہ۔ میں سگریٹ نہیں چتا۔“ میں نے

اس کی طرف چہرہ کر کے جواب دیا۔ اس کے بعد لائٹ کی کلک کی آواز میں نے سنی۔ سگریٹ سلگانے کے بعد وہ اچانک اس طرح بولا جیسے کوئی بات اسے یاد آگئی ہو۔ ”ارے ہاں، ایک بات تو میں آپ سے پوچھنا ہی بھول گیا۔“

”کیا....؟“ میں نے پوچھا۔

”اس لڑکی کے ساتھ آپ نے شاید دو تین گھنٹے

کا سفر کیا ہو گا لیکن حیرت کی بات ہے، اس عرصے میں نہ تو آپ نے اس کا رنگ و روپ دیکھا، نہ بال اور

## دو گز زمین

انسان ارد گرد منڈلاتی اپنی  
تمناؤں کی تیلیاں مٹھی میں  
بڑی تنگ دود کرتا ہے مگر.....

ہاں، یہ تھوڑی سی زمین ہمیں اس سے زیادہ کچھ نہیں  
دے سکتی۔ پھر اس کا دل خود ہی جواب دیتا، ہمیں  
خوشحال ہونے کے لیے اور زمین خریدنی ہوگی۔

یہی وجہ تھی کہ وہ ہر وقت اپنے کھیت کے

ارد گرد زمین کے کسی چھوٹے

سوٹے ٹکڑے کو خریدنے کی

فکر میں رہتا۔ ایک دن اس کی

بوڑھی ہمسائی باباشیر و کے گھر آئی اور کہنے لگی ”میری

زمین تمہاری زمین کے ساتھ ملتی ہے۔ میں اب

بوڑھی ہو گئی ہوں اور بیٹے کے پاس شہر جا رہی ہوں۔

تم میری زمین خرید لو۔“

باباشیر و مدت سے یہ زمین خریدنے کے خواب

دیکھ رہا تھا۔ اس نے دوسرے ہی دن منڈی جا کر اپنا

گھوڑا، گائے اور بھیڑ بکریاں بیچ ڈالیں اور بوڑھی

ہمسائی کو قیمت ادا کر کے اس کی زمین خرید لی۔

اب باباشیر و کا کھیت دوسرے کئی کسانوں سے

پہاڑ کے دامن میں ایک چھوٹا سا گاؤں آباد تھا  
جس کے کھیتوں میں پتھر زیادہ تھے اور مٹی کم، یہی  
وجہ تھی کہ کسانوں کو دن بھر سخت محنت کرنے کے  
باوجود زیادہ پیداوار حاصل نہیں ہوتی تھی اور اکثر

کسان غریب ہی تھے۔ ان ہی

میں باباشیر و بھی شامل تھا جس

کے پاس تھوڑی زمین تھی۔ ایک

گھوڑا، ایک دو بکریاں، اور چند بھیڑیں، یہ تھی اس کی

کل کاشتات۔ باباشیر و، اس کا بیٹا اور بیوی سارا دن

کھیت میں محنت کرتے تب کہیں جا کر وہ اپنے اور اپنے

موبٹیوں کے لیے تھوڑا بہت اناج اور چارہ پیدا کرنے

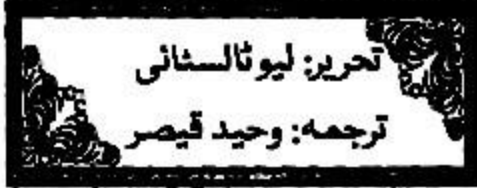
میں کامیاب ہوتے۔

باباشیر و کبھی کبھی سوچتا، کیا ہم ہمیشہ اسی طرح

غریب رہیں گے....؟ کیا ہمارے پاس کبھی اتنا اناج

پیدا نہ ہو گا کہ ہم اسے منڈی لے جا کر بیچ دیں اور

اپنی ضرورت کے گرم کپڑے وغیرہ خرید سکیں۔



Много ли человеку земли нужно? یہ روسی کہانی عالمی شہرت یافتہ ادیب لیو ٹالسٹائی نے 1886 میں لکھی تھی، اس کہانی کا دنیا کی بیشتر زبانوں میں ترجمہ ہو چکا ہے، اس کہانی کا انگریزی نام How Much Land Does a Man Need? (ایک انسان کو آخر کتنی زمین درکار ہے؟) ہے۔ بیسویں صدی کے نصف اول میں یہ کہانی اردو میں کئی مرتبہ منتقل ہوئی۔ کسی نے اس کا نام ”دو بیگھا زمین“ اور کسی نے ”دو گز زمین“ رکھا۔

اس کہانی کا مرکزی خیال زمین کے لیے انسان کی قسم نہ ہونے والی ہوس ہے۔ پاکھم Pahom (ترجمہ میں نام بابا شیر و کیا گیا ہے) نامی ایک جذباتی کسان کو زمین خریدنے کا جنون کی حد تک شوق تھا، اسے اطلاع ملتی کہ بہت دور بنگلہ گاؤں میں بہت اچھی



زمین برائے فروخت ہیں اور وہ بھی نہایت واجبی دھموں پر، گاؤں

والے اسے کہتے ہیں کہ وہ سورج غروب ہونے تک جتنی زمین طے کر لے گا، وہ زمین اس کے نام کر دی جائے گی۔ یہ سن کر وہ چلنے کے بجائے دوڑنا شروع کر دیتا ہے۔ سورج ڈوبنے تک وہ بہت بڑا رقبہ طے کر لیتا ہے لیکن اس دوران وہ نڈھال ہو چکا ہے، اتنا نڈھال کہ گر پڑتا ہے اور ختم ہو جاتا ہے تب یہ سوال اٹھایا جاتا ہے کہ ”ایک انسان کو آخر کتنی زمین درکار ہے؟“ اس سوال کا جواب بھی اسی کہانی میں موجود ہے کہ ہر انسان کو زندگی کے اختتام پر صرف دو گز زمین درکار ہوتی ہے جس میں وہ دفن کر دیا جاتا ہے۔

اس کے کھیت میں گھس آئے اور ساری فصل اجاڑ کر رکھ دی۔ دوسرے دن اسی زمیندار کے بیلوں نے بابا شیر و کے ہاڑے کا جنگلا توڑ دیا۔ شیر و کو سخت غصہ آیا، اس نے زمیندار سے گلہ کیا، تو وہ لڑنے مرنے پر تیار ہو گیا۔ بابا شیر و نے گاؤں کی پہنچایت کے سامنے معاملہ پیش کیا۔ بیچوں نے اس کے حق میں فیصلہ دیا اور زمیندار کو بابا شیر و کے نقصان کا معاوضہ ادا کرنا پڑا۔ اس سے آپس کی دشمنی اور بڑھ گئی۔

اس دوران کچھ اور کسان بھی بابا شیر و کو تنگ کرنے لگ گئے تھے۔ ایک کسان نے اپنے کھیتوں تک جانے کے لیے بابا شیر و کے کھیت سے مستقل راستہ بنا

دستع ہو گیا اور پیداوار بھی خوب ہونے لگی۔ اس نے اپنے لکڑی کے چھوٹے سے گھر کے سامنے خوبصورت پھولوں والا ایک باغیچہ بھی لگا لیا۔ بابا شیر و صبح اپنے گھر کے دروازے پر کھڑے ہو کر دور تک لہلبھاتی ہوئی فصلوں کو دیکھتا، تو اس کی خوشی کا کوئی ٹھکانہ نہ رہتا۔ رفتہ رفتہ اس نے گھوڑے، گائے اور بکریاں بھی خرید لیں اور مویشیوں کا ایک باڑہ بھی بنالیا۔

خوب محنت کرنے کی وجہ سے بابا شیر و جلد دوسرے کسانوں سے مالدار ہو گیا۔ اس کا نتیجہ یہ نکلا کہ کئی لوگ اس سے بچنے اور لڑائی کے بہانے ڈھونڈنے لگے۔ ایک دن ایک زمیندار کے مویشی

نسل کے کئی شاندار گھوڑے تھے جن پر بیٹھ کر اس کے دونوں لڑکے صبح و شام دور دور تک پھیلے ہوئے کھیتوں کے کنارے کنارے گشت کرتے۔ انہوں نے ایک خوبصورت مکان بنایا اور جانوروں کے چرنے کے لیے ایک عمدہ چراگاہ بھی خرید لی۔

بے اندازہ زمین ہونے کے باوجود بابا شیر و کے دل میں یہ خواہش مچلتی رہتی کہ اور زیادہ زمین خریدی جائے۔ وہ اکثر اپنی بیوی سے کہتا "میں اس دن مطمئن ہوں گا جب میری نظروں کے سامنے پھیلی ہوئی تمام کی تمام زمین میری ملکیت ہوگی۔ ابھی وہ وقت نہیں آیا کہ جب دریاد کی منڈیوں میں اناج سے بھر ہوئی میری کشتیاں اتریں گی اور میری چراگاہوں کے جانوروں کے بڑے اچھے دام لگیں گے۔ تب میری دولت کی کوئی حد نہ ہوگی۔" وقت کے ساتھ ساتھ بابا شیر و نے ہر وہ زمین خرید لی جو کوئی فروخت کرنا چاہتا۔ آخر وہ وقت آ گیا کہ اب اس کے ہاتھ کوئی کسان اپنی زمین فروخت کرنے کے لیے تیار نہ تھا۔

پھر ایک دن ایسا ہوا کہ بابا شیر و کے گھر ایک اور مہمان آیا۔ وہ گھوڑے پر سوار تھا۔ اس نے بتایا کہ میں باشکر قبیلے سے تعلق رکھتا ہوں اور اپنے سردار کے حکم پر یہ علاقہ دیکھنے کے لیے آیا ہوں۔

"باشکر کون ہیں...؟" بابا شیر و نے پوچھا۔  
 "یہ ایک بہت مالدار قبیلہ ہے۔ ان کے خاص رسم و رواج ہیں۔ ان کے پاس وسیع و عریض چراگاہیں اور کھیت ہیں۔ چونکہ وہ خود کھیتی باڑی سے دلچسپی نہیں رکھتے اس لیے وہ ہر اس شخص کو اپنی زمین دے دیتے ہیں جو اناج اگانا چاہتا ہو۔"

لیا۔ شیر و نے یہ راستہ بند کرنا چاہا تو وہ اور اس کے حمایتی لڑنے کے لیے آگئے۔ پھر ایک دن کچھ شرارتی لوگ رات کے وقت کھاڑے لے کر آئے اور انہوں نے شیر و کی زمین سے پانچ قیمتی پھلدار درخت کاٹ کر گرا دیے۔ شیر و نے یہ معاملہ بھی پنچایت میں پیش کیا مگر یہ ثابت نہ ہو سکا کہ درخت کن لوگوں نے کاٹے ہیں چنانچہ کوئی فیصلہ نہیں ہوا۔

ان سب واقعات سے بابا شیر و کا دل اس گاؤں کے لوگوں سے بڑا اچھا ہو گیا۔ پہلے وہ اکثر سوچتا تھا کہ مزید زمین خرید کر اس گاؤں میں بہت بڑا فارم بنائے گا اور کھیتوں میں مل چلانے کے لیے شیر سے ٹریکٹر خرید لائے گا مگر اب وہ اس گاؤں کو خیر باد کہنا چاہتا تھا۔ اس کی بیوی کا بھی یہی خیال تھا کہ کسی دوسری جگہ چل کر اچھے لوگوں میں رہنا چاہیے۔

ایک دن بابا شیر و کے گھر بہت دور سے ایک مہمان آیا۔ شیر و نے اس کی خوب خاطر مدارت کی۔ رات کو کھانا کھلایا اور گھر میں ٹھہرایا۔ اس شخص نے کہا "اگرچہ میرا گاؤں یہاں سے بہت دور ہے مگر اس کی زمین پتھر لی نہیں بلکہ بہت زرخیز ہے۔ دریا کے کنارے ہونے کی وجہ سے پانی بھی خوب ملتا ہے اور پیداوار بھی بہت ہوتی ہے۔ پھر وہاں کے لوگ بھی بہت اچھے ہیں۔ زمین زیادہ ہے اور آبادی کم، جتنی زمین چاہو خرید لو۔"

یوں بابا شیر و نے اپنی ساری زمین اور مال مویشی فروخت کیے اور نئے گاؤں میں آکر پہلے سے بھی زیادہ گھوڑے، بکریاں، بھیڑیں اور گائیں خرید لیں۔ اب اس کا ہاڑہ مویشیوں سے بھرا رہتا۔ جانوروں کی گنتی کرنا مشکل تھا۔ اس کے پاس اعلیٰ

لیونا سٹائی (9 ستمبر 1828ء - 20 نومبر 1910ء) روس کی ریاست Tula میں  
 یسایا Yasnaya کے جاگیر دار کے گھر پیدا ہوئے۔ آپ کے والدین بچپن میں  
 ہی انتقال کر گئے لہذا وہ اور اُن کے بہن بھائی مختلف رشتہ داروں کے ہاں پرورش  
 پاتے رہے۔ بچپن میں فرانسیسی اور جرمن استادوں سے تعلیم حاصل کی، سولہ  
 سال کی عمر میں اس نے کازاں یونیورسٹی میں قانون کی تعلیم حاصل کرنے کے  
 لیے داخلہ لیا لیکن اُن کے اساتذہ انہیں نالائق طالب علم خیال کرتے تھے، ساتھی  
 طلباء اور اساتذہ کے منفی رویے کے باعث انہوں نے اپنی تعلیم ادھوری چھوڑ کر آبائی قصبہ یسایا لوٹ آئے۔ کئی سال  
 تک ماسکو اور پیٹرس برگ میں لوگوں کی سماجی زندگی کا مطالعہ اور کسانوں کی حالت بہتر بنانے کے منصوبے بناتے  
 رہے۔ 1851ء میں فوج میں شامل ہو کر ترکوں کے خلاف جنگ میں حصہ لیا لیکن جلد ہی وہ فوجی زندگی سے اکتا گئے  
 اور پیٹرس برگ آ گئے۔ آپ نے پہلا ناول 1856ء میں بچپن کے نام سے لکھا لیکن آپ کی شہرت اس وقت پھیلی  
 جب اس نے جنگ کی ہولناکیوں کے بارے میں سیوا توپول کی کہانیاں لکھیں۔ پھر مغربی یورپ کی طویل سیاحت کی،  
 بعد میں اپنی جاگیر پر واپس آئے کسانوں کے بچوں کی تعلیم و تربیت میں مصروف ہو گئے۔ اس دوران اس نے اپنا زندہ  
 جاوید امن اور جنگ War & Peace اور ایٹا کرینینا Anna Karenina لکھ کر سب سے بڑا شہرت حاصل کی۔



1876ء کے بعد سے روسی کلیسا کے جمود زدہ نظریات کے خلاف خیالات آپ کے ذہن میں چھائے رہے اور  
 آپ نے عیسائیت کی نشاۃ ثانیہ کا اپنا نظریہ وضع کیا اور انسانی محبت، سکون اور اطمینان قلب اور عدم تشدد کو اپنا  
 مسلک قرار دیا، ساتھ ہی ایک اعتراف کے نام سے ایک کتاب لکھی جس میں اپنے نظریات کو پیش کیا اور ذاتی ملکیت  
 کے تصور کو رد کیا، انسان سے انسان کے جبر و استحصال کی شدت سے مذمت کی۔ وہ زبان اور قلم سے جمہوریت،  
 مساوات اور اخوت کی تلقین کرنے لگے۔ آپ کے انقلابی خیالات روس سے باہر بھی مقبول ہونے لگے لوگوں پر آپ  
 کا اثر و رسوخ اتنا زیادہ تھا کہ روس کی حکومت کو آپ کی سرگرمیوں کی مخالفت کرنے کی جرات نہ ہوئی۔ آپ اپنے  
 نظریات کے مطابق زندگی بسر کرنا چاہتے تھے لیکن خاندان کے افراد اس کے مخالف تھے، لہذا دل گرفتہ ہو کر گھر  
 چھوڑ دیا اور اپنے حصے کی ساری جاگیر اور دولت کسانوں اور مزدوروں میں تقسیم کر دی، زندگی کے آخری لمحوں تک  
 تن کے دو کپڑوں کے علاوہ آپ کے پاس کچھ بھی نہیں تھا۔ آخر کار 20 نومبر 1910ء کو ایک اسٹیشن کے پلیٹ فارم پر  
 کسمپرسی کی حالت میں وفات پانگئے۔ شاعر مشرق علامہ اقبال کہتے تھے کہ عیسائی دنیا میں پاکیزہ زندگی، روحانیت،  
 ترک و تجرید، درویشی و ایثار کے اعتبار سے آپ جیسی مثال مشکل سے ملے گی۔

وہ تمہیں اس سے بھی بڑا کھیت مٹی کے مول دے

گا۔ راستہ میں تمہیں بتا دیتا ہوں۔“

دوسرے دن بابا شیر و نے اپنی تمام دولت سمیٹی

اور بیوی بچوں سے جلد ملنے کا وعدہ کر کے باشکر

علاقے کی طرف چل پڑا۔ روانگی سے پہلے اس نے

”کیا وہاں بہت زمین ہے۔“

”ہاں، صرف بہت ہی نہیں بلکہ بہت سستی بھی

اور تمہاری ان زمینوں سے بہتر بھی۔“

”سب میں وہاں ضرور جاؤں گا۔“

”آج ہی ہمارے باشکر سردار سے ملنے چل پڑو۔“

تعلیمی ادارے



میری وسیع و عریض زمینیں ہیں اور منڈیاں میرے  
نعلے سے ہر وقت بھری رہتی ہیں۔ میرے سویٹھیوں  
کا بھی کوئی حساب نہیں۔“

”خوب! ہمیں اعلیٰ نسل کے گھوڑے اور اناج  
کی ضرورت ہے۔“ سردار نے کہا۔ ”اگر تم یہ چیزیں  
میا کر سکو تو ہم تمہیں یہاں سے وہاں تک یہ ساری  
واوی، یہ تمام علاقہ دینے کے لیے تیار ہیں۔“

”یہ تمام علاقہ! اوہ دور تک یہ ساری زمین....!  
آپ مجھے دے دیں گے....؟“ بابا شیر و نے دونوں  
ہاتھوں سے اپنے سامنے پھیلی ہوئی زمین کی طرف  
اشارہ کرتے ہوئے حیرت سے پوچھا۔

”ہاں۔ یہ ساری زمین حد نظر تک تمہاری  
ہوگی۔“

”حد نظر تک میری ہوگی۔“ بابا شیر و کی ہاتھیں  
کھل گئیں ”مگر.... مگر.... اس کی قیمت....؟ میں  
اپنے ساتھ کافی رقم لایا ہوں سردار!“

”قیمت! غیر دلچسپ نہیں، تمہیں ایک شرط پوری  
کرنا ہوگی“ سردار نے کہا۔  
”وہ کیا....؟“

”وہ یہ کہ کل صبح سورج نکلنے ہی تم یہاں سے  
بائیں سمت چل پڑو اور سامنے پھیلے ہوئے پہاڑی سلسلے  
کے ساتھ چلتے ہوئے سورج ڈوبتے ہی یہ سارا نصف  
دائرہ کھمل کر کے دائیں جانب سے واپس پہنچ جاؤ۔ اگر  
تم ایسا کرنے میں کامیاب ہو گئے تو یہ تمام زمین جس کا  
تم احاطہ کرو گے، تمہیں مفت دے دی جائے گی اور  
اگر ایسا نہ کر سکتے تو تم شرط ہار جاؤ گے اور یہ دولت جو  
تم ساتھ لائے ہو، ہماری ہو جائے گی۔“ سردار نے  
بابا شیر و کی سکوں سے بھری ہوئی تھیلی کو دیکھتے

اپنے بیوی بچوں سے کہا۔  
”اب ہم وہاں چل کر رہیں گے اور ہمارے پاس  
اس سے بھی زیادہ زمین ہوگی.... اتنی جتنی کسی کے  
پاس نہیں۔ حد نظر تک میرے ہی کھیت پھیلے ہوں  
گے۔ تم لوگ میری واپسی کا انتظار کرنا اور ساتھ چلنے  
کے لیے تیار رہنا۔“

بابا شیر و نے سفر کے لیے ایک شاندار گھوڑا  
اصطبل سے نکالا، دوسرے گھوڑے پر راستے کے  
لیے ضروری سامان اور باشکر سردار کے لیے کچھ تحفے  
تھانف باندھ لیے اور پھر سفر پر روانہ ہو گیا۔ وہ باشکر  
مہمان کے بتائے ہوئے راستے پر تین ہفتے چلتا رہا تمام  
راستہ بہت کٹھن اور دشوار گزار تھا آخر کار ایک دن  
بابا شیر و اپنی منزل پر پہنچ گیا۔

جس وقت وہ پہاڑ سے اتر کر باشکروں کی واوی  
میں داخل ہوا اسے چر اگاہ میں دور تک پھیلے ہوئے  
باشکروں کے بانس پھونس سے بنے گنبد نما  
جھونپڑے نظر آئے۔ اس اجنبی کو دیکھتے ہی باشکر  
قبیلے کے مرد، عورتیں اور بچے اس کی طرف لپکے۔  
انہوں نے اس کا گرم جوشی سے استقبال کیا اور اپنے  
سردار کے خیمے میں لے گئے جو ایک بند چوٹی پر  
نصب تھا۔

”میں نے آپ کے علاقے کی بڑی تعریف سنی  
تھی اور یہ بھی سنا تھا کہ یہاں زمین بہت زیادہ اور  
بہت سستی ہے“ بابا شیر و نے سردار کے سامنے تعظیم  
بجالاتے ہوئے کہا۔

”بے شک“ سردار نے جواب دیا ”کیا تم اناج  
پیدا کرنا جانتے ہو....؟“  
”جی ہاں۔ یہاں سے دور، دریا کے کنارے

ہوئے کہا۔

”ٹھیک! ٹھیک! مجھے منظور ہے یہ شرط!“

”تو پھر کئی ہو گئی یہ بات!“ سردار نے شیر و کے

ہاتھ پر ہاتھ مارتے ہوئے کہا۔ اگلی صبح منہ اندھیرے ہی قبائلی سردار، اس کے ساتھی اور بابا شیر و مقررہ جگہ پر پہنچ گئے۔ بابا شیر و کو لکڑی کی چھوٹی چھوٹی سرخ تیلیوں کا ایک گٹھا دیا گیا اور ہدایت کی گئی کہ وہ جس رستے سے گزرے، تھوڑے تھوڑے فاصلے پر ایک ایک تیلی زمین پر گرایا جائے۔ سردار نے بابا شیر و کو اس کی ٹوپی اور سکوں سے بھری ہوئی تھیلی زمین پر رکھ دینے کا حکم دیا اور بولا۔

”پو پھٹتے ہی تم نے اس ٹوپی کو ہاتھ لگا کے روانہ ہونا اور سورج کی آخری کرن بجھنے سے پہلے یہاں واپس پہنچنا ہے۔“

بابا شیر و نے جوانوں کی طرح سینہ تان کر اور دونوں ہاتھ پھیلا کر وادی کی وسعت کا اندازہ لگایا پھر سوچا، پہاڑی سلسلے کے ساتھ ساتھ چلا جائے تو چالیس پچاس میل بن جائیں گے۔ ”خیر کوئی بات نہیں۔“ اس نے دل ہی دل میں کہا ”میں یہ شرط جیت کر دکھاؤں گا۔ اور پھر یہ حد نظر تک پھیلی ہوئی زمین میری ہو جائے گی۔ تب اس پورے علاقے میں مجھ سے بڑا کوئی زمیندار نہ ہو گا۔“

وہ آنے والے دنوں کے سہانے تصور میں کھویا ہوا تھا کہ دھلے دھلائے سورج کی پہلی کرن نے مشرق سے جھانکا اور اس نے اپنی ٹوپی چھو کر اپنے سفر کا آغاز کر دیا۔ بابا شیر و پہلے تو تھوڑے دیر تک بہت تیزی کے ساتھ دوڑتا رہا پھر جلد ہی ہانپنے لگا۔ اس نے سوچا کہ یوں تیز دوڑنے سے کوئی فائدہ نہیں۔ سارا

دن پڑا ہے، ابھی سے اپنی ٹانگوں کو تھکا لینا حماقت ہے چنانچہ اس نے دوڑنے کے بجائے لمبے لمبے قدم اٹھانے، شروع کر دیے۔ ہر آدھ گھنٹے کے بعد وہ زمین میں ایک تیلی گاڑ دیتا۔

اب وہ پہاڑ سے نیچے اتر آیا اور نصف دائرے کی صورت میں پھیلے ہوئے سلسلہ کوہ کے ساتھ ساتھ چل رہا تھا۔ اسے چلتے ہوئے ایک گھنٹہ گزر چکا تھا۔ اس نے پیچھے مڑ کر دیکھا، پہاڑ پر کھڑے ہوئے ہاشکر بونوں کی طرح نظر آرہے تھے۔ لیکن ابھی تک وہ پہاڑ کے بائیں سرے ہی پر تھا اور میلوں کا سفر باقی تھا۔ اس نے سوچا، یوں کام نہیں چلے گا چنانچہ پھر دوڑنے لگا۔ اسی تک وہ دو میں اس کا سانس پھول گیا اور اسے ایک جگہ ٹھہر جانا پڑا۔ کچھ دیر سستانے کے بعد بابا شیر و پھر دوڑنے لگا۔ اب سورج بہت اوپر آچکا تھا اور دھوپ تیز ہو چکی تھی۔ اسے گرمی لگنے لگی چنانچہ اس نے اپنا کوٹ اتار کر پھینک دیا۔

اب وہ تھکے تھکے قدموں سے دوڑ رہا تھا۔ اس کی کوشش یہ تھی کہ لمبے لمبے قدم اٹھائے تاکہ سورج ڈوبنے سے پہلے پہاڑی پر واپس پہنچ جائے۔ کبھی کبھی اس کے قدم بے ڈھنگے پتھروں پر پڑتے۔ پیر درد کی شدت سے چیخ اٹھتے مگر اس کا حوصلہ پھر بھی کم نہ ہوتا.... تب وہ ایک نظر اپنے دائیں جانب میلوں تک پھیلی ہوئی زمین کو دیکھ لیتا جس کا وہ مالک بننے والا تھا۔ یوں اس کی تکلیف کا تمام احساس ختم ہو جاتا۔

دوپہر کے وقت اس نے ایک درخت کے نیچے کپڑے میں باندھی ہوئی روٹی نکال کر کھائی اور بوتل سے پانی پیا۔ پھر یہ اندازہ لگایا کہ کتنا فاصلہ باقی ہے۔ آدھا دن گزر چکا تھا مگر راستہ صرف ایک تہائی طے

قرآن کا بہت

بچنے کے لیے پہاڑ پر چڑھنے لگا جس پر باشکر کھڑے اس کا انتظار کر رہے تھے۔

سورج تیزی سے مغربی پہاڑوں میں ڈوب رہا تھا۔ آخری چند کرنیں چوٹیوں کو جگمگا رہی تھیں کہ باشکر سردار اور اس کے ساتھیوں نے بوڑھے شیر و کو اپنی طرف بڑھتے ہوئے دیکھ لیا۔ شیر و کو بھی غالباً یہ لوگ نظر آگئے۔ اس کی حالت یہ تھی کہ آنکھیں قریب قریب بند ہو رہی تھیں۔ منہ پورا کھلا ہوا تھا، زبان باہر نکل ہوئی تھی، سانس دھوکئی کی طرح چل رہی تھی اور گردن کسی مردہ شے کی طرح کندھوں پر لٹک رہی تھی مگر قدم تھے کہ کسی مشین کی طرح اٹھ رہے تھے۔

”آفرین ہے اس بڑھے کی ہمت پر!“ سردار نے کہا جو نئی سورج کی آخری کرن ڈوبی بڑھے شیر و نے نڈھال اور تھکان سے چور بے جان جسم سردار کے قدموں پر گرا دیا۔ اس کے لپکتے ہوئے ہاتھ نے مقررہ نشانے یعنی ٹوپی کو چھو لیا تھا۔ بڈھا زمین کی بازی جیت چکا تھا مگر اس نے جان کی بازی ہار دی۔ باشکر سردار نے جھک کر بڑھے کے مردہ جسم کو سیدھا کرنے کی کوشش کی مگر اس کی ٹانگیں اور سارا جسم اکڑ چکا تھا۔

سردار کے جسم پر وہیں بڑھے کی قبر کھودی گئی اور اسے دفن کر دیا گیا۔

”اس کی اصل ضرورت یہی دو گز زمین تھی!“

باشکر سردار نے افسوس کے لہجے میں کہا اور اپنے ساتھیوں کے ہمراہ سر جھکائے اپنے خیمے کی طرف چلا گیا۔



ہوا تھا۔ یہ سوچ کر بابا شیر و نے اپنی رفتار تیز کر دینے کا فیصلہ کیا۔

اب دو پہر ڈھل رہی تھی اور جوں جوں پہاڑوں کے سائے بڑھ رہے تھے، شیر و کے دل کی دھڑکن بھی تیز ہوتی جا رہی تھی۔ مسلسل دوڑنے کی وجہ سے وہ بالکل بے حال ہو چکا تھا۔ قدم کہیں رکھتا تو پڑتا کہیں تھا۔ اس نے تھوڑی تھوڑی دیر بعد بیٹھ کر سستا بھی چھوڑ دیا کیونکہ ابھی اس نے بمشکل آدھا فاصلہ طے کیا تھا۔ ایک مرتبہ اسے خیال آیا، باقی راستہ وہ پہاڑ کے ساتھ ساتھ چلنے کے بجائے زمین کے سچ سے گزرتے ہوئے طے کرے لیکن پھر خود کو ملامت کرتے ہوئے بڑ بڑایا ”نہیں اس طرح تو میں اس ساری زمین کا مالک نہیں بن سکوں گا۔ یہ ساری زمین میری ہو سکتی ہے بس ذرا ہمت سے کام لیتا ہو گا۔ مجھے اس کا کوئی ٹکڑا نہیں چھوڑنا“ چنانچہ اس نے اپنا سفر جاری رکھا۔

اب شام ہو رہی تھی اور وہ کئی گھنٹے سے دم لینے کے لیے کہیں نہیں ٹھہرا تھا۔ اس بوڑھے کی ہمت واقعی ناقابلِ داد تھی کہ اس نے اچھا خاصا فاصلہ طے کر لیا تھا۔ اس دوران بابا شیر و کی ٹانگوں کے پٹھے اکڑ گئے تھے اور پھیپھڑے پھٹ رہے تھے مگر وہ برابر دوڑے جا رہا تھا۔ اب اسے یقین ہو چلا تھا کہ وہ سورج کی آخری کرن کے چھپنے سے قبل مقررہ جگہ واپس پہنچ جائے گا۔

اس نے اپنے جوتے جو بری طرح پھٹ چکے تھے، اتار پھینکے پانی کی خالی بوتل اور روٹی والا تھیلا ایک طرف پھینکا اور دوسرے تمام فالتو کپڑے بھی پھینک دیے اور آخری چند تیلیاں پکڑے مقررہ جگہ



کچھ نہیں بلکہ بہت سارے لوگ یہ سوچ رکھتے ہیں کہ مرد ہونا طاقت اور اکرام کا سبب ہے۔ عورت کا وجود کمزوری اور شرمندگی کی علامت ہے۔

ایسا سوچنے والے صرف مرد ہی نہیں ہیں کئی عورتیں بھی اس بات پر یقین رکھتی ہیں۔ بیٹے کی ماں بن کر بعض عورتیں خود کو محفوظ اور معزز خیال کرتی ہیں، بیٹی کی ماں بن کر خود کو کمزور محسوس کرتی ہیں۔ مردانہ تسلط والے معاشرے میں کئی مصیبتوں، دکھوں اور ظلمتوں کے درمیان ابھرنے والی ایک کہانی.... مرد کی انا اور عورت، عورت کی محرومیاں اور دکھ، پست سوچ کی وجہ سے پھیلنے والے اندھیرے، کمزوروں کا عزم، علم کی روشنی، روحانیت کی کرنیں، معرفت کے اجالے، اس کہانی کے چند اجزائے ترکیبی ہیں۔

نئی قلم کار آفرین ارجمند نے اپنے معاشرے کا مشاہدہ کرتے ہوئے کئی اہم نکات کو نوٹ کیا ہے۔ آفرین ارجمند کے قلم سے ان کے مشاہدات کس انداز سے بیان ہوئے ہیں اس کا فیصلہ قارئین خود کریں گے۔

**گیارہویں قسط:**  
 بالوں میں انگلیاں پھیرتی اس کے زخموں کو بھرنے کی  
 کوشش کر رہی تھی۔  
 کلثوم کی سسکیوں نے ماحول میں اداسی بھری  
 تھی۔ اس کی آہوں میں بے تماشا تڑپ تھی۔  
 سکینہ کا خمیر تو رب نے جیسے محبت کی مٹی سے  
 گوندھا تھا۔ وہ کسی بچے کو جنم دے کر ماں تو نہ بن پائی  
 اس کے

مارچ 2015ء

ناگواری سے کہا۔ ”بزول کہیں تک ہو نہ۔“  
 ”نہیں خالہ وہ ایسا نہیں ہے“ وہ سر اٹھا کر بولی۔  
 ”اسے مامے نے ڈرایا ہو گا۔ ماما نے دوپٹہ ڈالا ہو گا وہ  
 مجبور ہو گیا ہو گا۔“ کلثوم اس کی طرف داری میں  
 ایک سانس میں بولتی چلی گئی۔ ایک لمحے کو اس کی  
 آنکھوں میں ایک چمک سی لہرائی۔

”خالہ! کہو نہ چاہے سے وہ تو شہر جاتا ہے اس  
 سے کہو وہ میرے ساجد کو ڈھونڈ لائے۔ مجھے یقین ہے  
 وہ میرا حال سنے گا تو دوڑا چلا آئے گا۔“ وہ سکینہ کی  
 آنکھوں میں دیکھنے لگی۔

”جو قونی ہے تیری۔ اب تک تو وہ تجھے بھول بھی  
 چکا ہو گا۔“ سکینہ بولی

”نہ خالہ ایسا مت بول“ وہ دہائی دینے لگی ”تجھے  
 رب کا واسطہ مجھے ایک بار اس سے طواہے“ اس نے  
 ہاتھ جوڑ لئے۔

”ارے ارے کیا کر رہی ہے تو۔“ اس نے اس کا  
 چہرہ پیار سے ہاتھوں میں لے لیا  
 ”کیا کرے گی اس سے مل کر وہ کونسا تجھے اپنالے  
 گا۔“ سکینہ نے تجنی سے کہا

”نہیں خالہ۔ بس ایک بار میں اس سے پوچھتا  
 چاہتی ہوں مجھ میں ایسی کیا کی تھی۔ کیا بگازا تھا میں  
 نے اس کا۔“ کہتے کہتے اس کی آواز بندھنے لگی  
 ”میں اس کو اپنے زخم دیکھاؤں گی جو اس سے وفا

نہانے کی سزا میں نے کھائے ہیں۔“ اس نے  
 گردن پر پڑے تہرے نعل پر ہاتھ رکھتے ہوئے کہا۔  
 ”اچھا اچھا، میں بات کروں گی۔“ اسے بے قابو  
 ہوتا دیکھ کر سکینہ نے جلدی سے ہائی بھری۔  
 ”بس تو خود کو سنبھال....“ اس کے وعدے پر

توکلنا کا ہیٹ

تھی مگر ممتا کے جذبے سے لبریز سر تاپا بس پیاد ہی  
 پیدا تھی۔ کلثوم کے دل کو بھی سکون ملنے لگا۔ وہ  
 ٹھنک جو وہ اب تک ماں کی گود میں تلاش کرتی رہی  
 تھی آج اس کو سکینہ کی گود میں مل رہی تھی۔ ان  
 لمحات میں کلثوم نے بھی خود کو نہ روکا۔ دل کے کونے  
 کونے سے آنسو کا ایک ایک قطرہ جمع کر کے آنکھوں  
 سے نکالتی رہی۔ خود کو اس بوجھ سے آزاد کرتی رہی۔  
 ”اتنا کچھ ہو گیا اور ہمیں خبر بھی نہ ہوئی۔“

سکینہ دکھ سے بولی  
 ”خالہ، تجھ سے ملنے کی اجازت کس کو ہے  
 بھلا اور ویسے بھی ابے نے تو میری مگنی ٹونے کی  
 بھنگ بھی نہیں پڑنے دی۔ تو تو شادی میں بھی نہیں  
 بلائی گئی تھی۔“ وہ سکینہ سے لپٹنے لپٹنے آہستہ سے بولی  
 ”ہاں پتہ ہے مگر پھر بھی....“ سکینہ کے لہجے  
 میں دکھ کے ساتھ چڑ بھی تھی۔

بات کرتے اس کی نظر پارس پر پڑی جو بالکل  
 خاموش کھڑی کلثوم کو غور سے دیکھے جا رہی تھی۔  
 اس کے چہرے پر گہری سنجیدگی طاری تھی۔  
 کلثوم کی سسکیوں میں کی آ رہی تھی مگر ابھی بھی  
 وہ سکینہ سے لپٹی ہوئی تھی۔

سکینہ نے نوٹ کیا پارس کی نگاہ کلثوم کے گلے  
 میں پڑے تعویذ پر تھی جیسے اس نے مٹی  
 میں بھینچا ہوا تھا۔

”ساجد.... ساجد“ وقفے وقفے سے اس کی دہلی  
 سسکیوں میں ساجد کی پکار بھی شامل ہو رہی تھی۔  
 ”کاش میں اس سے مل سکتی۔ کاش وہ میرے  
 پاس آجائے۔“ وہ بے اختیار آنکھیں میچ کر بولی  
 ”اسے آنا ہوتا تو وہ جاتا ہی کیوں؟“ سکینہ نے

”ہاں ہاں پڑھ لے۔ یہی تو آخری نشانی ہے میری محبت کی۔“ اس کی آنکھوں میں پھر آنسو بھرنے لگے وہ جھٹیلی سے آنکھیں منسنے لگی۔

پارس نے وہ رقعہ کھول کر پڑھنا شروع کر دیا۔

ایک بار..... دوسری بار..... تیسری بار..... اس نے ہر بار ایک نظر کلثوم پر ڈالی اور پھر رقعہ پر ”کیا ہو گیا۔ ایسے کیا کر رہی ہے۔“

”ایسا کیا ہے اس کاغذ میں۔“ سکینہ کو بھی تجسس ہوا وہ کھسک کر پارس کے قریب ہو گئی

پارس نے ماں کی طرف دیکھا ”اماں وہ.....“

”اب کچھ بول بھی“ دونوں بے چین ہو گئیں۔

”ہم، ہم.....“ پارس گلا کھٹکھٹانے لگی۔

”باتی آپ سے ایک بات پوچھنا چاہتی ہوں۔“ اس نے اکتتے ہوئے کہا۔

”ہاں پوچھ.....“

”باتی کیا سچ میں یہ تعویذ آپ نے ساجد بھائی کو کبھی دکھایا تھا.....؟“

پارس کے سوال پر کلثوم نے اسے گھورا۔

”ہاں!..... ایک واری نہیں دس واری۔“

”اچھا.....“ اس کی آنکھوں میں الجھن تیر گئی۔

”ہاں تو اس میں ایسی کیا بات ہوئی۔“ کلثوم بولی

”اب کچھ بول بھی زبان سے، مجھے تیری خاموشی سے گھبراہٹ ہو رہی ہے۔“ سکینہ بے چینی سے بولی۔

”اچھا..... تو کیا ساجد بھائی نے آپ سے اس تعویذ کی تحریر کے بارے میں کبھی کچھ کہا۔“ اس نے پھر سوال کیا۔

”نہیں وہ کچھ نہیں کہتا تھا بس مسکرا دیتا تھا۔“

کلثوم کی سسکیاں پھر معدوم ہونے لگیں۔

وہ کچھ پر سکون ہو گئی تھی شاید ساجد سے ملنے کی آس نے اسے خود کو سنبھالنے کا حوصلہ دے دیا تھا۔

وہ تعویذ کو مٹھی میں دبائے نہ جانے کیا سوچنے لگی۔

”باتی.....“ پارس نے جس کی نظر اب بھی تعویذ پر تھی، ہمت کر کے کلثوم کو دھیرے سے پکارا جیسے کچھ کہنا چاہ رہی ہو۔

”ہاں“ کلثوم نے سر اٹھایا۔

”وہ..... باتی.....“ پارس زرا اور ٹھہری

”ہاں بولناں“

”وہ..... اگر آپ برائے نامیں تو کیا میں یہ تعویذ دیکھ سکتی ہوں۔ اس نے سمجھتے ہوئے کہا۔

کلثوم کی تعویذ پر گرفت اور مضبوط ہو گئی۔ جس کا شاید مطلب نہ تھا۔

”اگر آپ کو پسند نہیں تو کوئی بات نہیں۔ میں تو بس ایسے ہی.....“ پارس کے چہرے پر مایوسی بکھر گئی

”پارس کسی کی چیزیں ایسے نہیں پڑھتے۔“ کلثوم کا مزاج بدلتے دیکھ کر سکینہ نے اسے ٹوکا

مگر سکینہ خود بھی سوچ میں پڑ گئی تھی وہ جانتی تھی کہ پارس بغیر مطلب ایسی بات کہہ نہیں سکتی۔

”معاف کرنا باتی میں تو بس.....“ پارس شرمندہ ہو گئی۔

”ارے نہیں ایسی کوئی بات نہیں، لے دیکھ لے۔“ سکینہ کی سرزنش کا اثر کلثوم پر بھی ہوا۔ اس نے جلدی سے تعویذ ڈوری سے نکال کر کھول دیا اور آگے بڑھ کر رقعہ پارس کے ہاتھ میں تھما دیا۔

”آپ کی اجازت ہے ناں۔“ پارس نے رقعہ کھولنے سے پہلے پھر پوچھا

مارچ 2015ء

سکتے ہیں۔" پارس نے سکینہ کی طرف دیکھتے ہوئے کہا  
"ہمیں پتہ ہے اس میں کیا لکھا ہے۔"

"ارے تو بولو ناں کیا لکھا ہے اس میں یہی نہ کہ  
وہ مجھے سے محبت کرتا ہے۔"

پارس نے مدد کے لئے ماں کی طرف دیکھا۔  
سکینہ نے کلثوم کا ہاتھ تھام کر کہا "دیکھ کلثوم پہلے  
پارس کی بات تسلی سے سن۔"

"تو سن تو رہی ہوں یہ کچھ آگے بولے تو۔" وہ  
تنگ مہنی

"ہاں تو سن...." سکینہ بولی

"دراصل اس کاغذ کے ٹکڑے پر وہ نہیں لکھا جو  
ثواب تک سمجھتی رہی ہے۔ تیری نادان سہیلی سے  
غلطی ہو گئی ہے پتر۔" سکینہ بھی لفظ جمع کرنے لگی

"یہ کیا بکو اس ہے۔" کلثوم نے سکینہ کا ہاتھ  
جھک دیا۔ سکینہ اس کی ذہنی حالت سمجھتے ہوئے اس  
کی بد تمیزی ضبط کر گئی۔

"دیکھ پتر.... پہلے پوری بات آرام سے سن لے،  
دراصل یہ جو تعویذ ہے کسی کی کاپی کا پھٹا ہوا ٹکڑا ہے  
اور اس تعویذ میں جو لکھا ہے دلدار تسم اور رفیق  
انجھے دوست.... یعنی یہ کسی کی تحریر کا بچا ہوا حصہ  
ہے۔" سکینہ نے ایک ہی سانس میں بات پوری کی۔

"آپ کی سہیلی غلط سمجھیں وہ لفظ جوڑنے میں  
غلطی کر گئیں۔" پارس نے بات مکمل کی۔

کلثوم تنگ سی دونوں کو گھورنے لگی پتہ نہیں وہ  
صدے میں تھی یا تنگ کر رہی تھی۔ اس کے چہرے  
پر ایک رنگ آ رہا تھا ایک جا رہا تھا۔

"یہ سچ کہہ رہی ہے کلثوم" سکینہ بولی۔

"مجھے تو لگتا ہے شاید ساجد نے شرارت میں تجھے

تو کالی کاغذ

تو کالی کاغذ

تو کالی کاغذ

تو کالی کاغذ

تو کالی کاغذ

تو کالی کاغذ

تو کالی کاغذ

تو کالی کاغذ

"ہاں.... کبھی کبھی مجھے چرانے کے لئے خوب  
زور زور سے ہنستا بھی تھا۔"

"میں چرتی.... تو کہتا اس کا تعویذ بنا کر گلے میں  
ڈال لے۔" وہ سامنے دیوار کو گھورتے ہوئے بولے

جاری تھی جیسے کہ فلم چل رہی ہو۔ وہ مسکرانے لگی  
سنہری یادوں میں کھونے لگی

"شاید وہ یہ سب مذاق میں کہتا تھا مگر میرے  
لئے اس کا یہ مذاق میری زندگی بن گیا۔" اس کے

لیوں پر ہل بھر پھیل جانے والی مسکراہٹ اگلے ہی پل  
میں پھسکی پڑ گئی۔

"زندگی نہیں باجی زندگی بھر کا روگ۔" پارس  
بے ساختہ بولی

"اف.... یہ کیا بکو اس کتے جاری تو.... لادے  
مجھے" سکینہ نے پارس کے مسلسل سوالوں سے تنگ  
آ کر رقتہ اس کے ہاتھ سے چھین لیا۔

مگر جیسے جیسے پڑھتی گئی۔ اس کی نگاہیں تحریر پر  
جتنے لگیں۔

کلثوم سے بھی اب برداشت نہ ہو۔ "خالد دے  
دے مجھے۔" اس نے سکینہ کے ہاتھ سے رقتہ چھین  
لیا۔ سکینہ کا ہاتھ کھٹکا کھٹکا رہ گیا اس نے پارس کی  
طرف دیکھا۔

"پہلے میری بات سن لو باجی۔" پارس نے ہمت  
کی۔ "آپ نے بتایا تھا کہ جس سہیلی سے یہ رقتہ  
پڑھوایا تھا وہ پڑھی لکھی نہ تھی صرف سمجھ بوجھ سے  
کام چلا لیتی تھی۔ ہیں ناں؟" اس نے سوال کیا

"ہاں تو....؟"

"مگر باجی میں پڑھی لکھی ہوں۔ میرا مطلب یہ  
کہ ہم دونوں یہ تحریر پڑھ بھی سکتے ہیں اور سمجھ بھی

تو کالی کاغذ

تو کالی کاغذ

تو کالی کاغذ

تو کالی کاغذ

تو کالی کاغذ

تو کالی کاغذ

تو کالی کاغذ

تو کالی کاغذ

تو کالی کاغذ

تو کالی کاغذ

تو کالی کاغذ

تو کالی کاغذ

تو کالی کاغذ

سکینہ نے پارس کا کندھا زور سے دبایا  
”چپ کر پارس۔“

کٹھوم کی حالت غیر ہونے لگی تھی۔ وہ شدید  
صدے میں تھی۔ وہ اچانک سے خاموش ہو گئی اس کا  
چہرہ بے تاثر ہو گیا تھا۔ اس کی آنکھیں یکایک جیسے  
خشک ریگستان بن گئی ہوں، پارس کے الفاظ اس کے  
اندر کہیں بہت کاری ضرب لگا رہے تھے۔ مگر شاید وہ  
اپنی عزت نفس کو پہچان نہ سکی۔ سخت سردی میں بھی  
اس کا ہاتھ بھینکنے لگا۔

”کٹھوم پتر ہوش کر“ اس کی اچانک خاموشی اور  
حالت سے گھبرا کر سکینہ نے اسے تجھجوڑا۔

”ہم ہاں ہاں خالہ۔ میں ٹھیک ہوں“ وہ چہرے  
پر آئے پسینے کو دھونے سے صاف کرنے لگی۔

”کٹھوم....“ سکینہ نے اسے غور سے دیکھا  
”خالہ میں ٹھیک ہوں۔“ وہ بے تاثر لہجے میں

بولی، مگر پھر اچانک دھاڑیں مار کر رونے لگی۔ سکینہ  
نے اسے گلے سے لگایا مگر اس نے سکینہ کو پیچھے  
دھکیل دیا۔

”کاش میں تجھ سے نہ ملتی خالہ۔“ وہ چیخی۔  
”کم سے کم کچھ بھرم تو رہ جاتا میرا۔“ وہ دونوں

ہاتھوں میں منہ چھپا کر رونے لگی۔ سکینہ اس اچانک  
الزام تراشی پر چونکی

”ہائے میری بد نصیبی، تو نے میری جینے کی  
آخری آس کو بھی ختم کر دیا۔“ وہ ہتھیلیوں سے  
آنکھیں رگڑتی کھڑی ہو گئی۔

”پاگل ہو گئی ہے تو۔“ سکینہ نے اسے ڈانٹا  
”اے شکر کر دیر سے صبح پر سچائی تیرے  
سامنے تو آگئی۔“

چڑانے کے لئے یہ ٹھیکرے میں لپیٹ کر مارا ہو گا۔“  
”ویسے بھی وہ اس پڑیا میں چنے کھا رہا تھا۔ ہیں  
ہاں۔“ سکینہ نے اس کی بتائی ہوئی دہرائی۔ کٹھوم نے  
اٹھات میں سر ہلایا۔

”پر.... وہ ایسا کیوں کرے گا؟“ اس کی آواز  
میں لرزہ تھا

”اگر ایسا تھا تو ساجد تو شہر سے تین جماعتیں پاس  
تھا اس نے تو کبھی بھی.... اس کی آواز حلق میں اٹک  
گئی۔“ اس کا مطلب اس کا مطلب کہ....“ وہ جملہ  
پورانہ کر سکی لفظ جیسے آنسو بن کر ٹپکنے لگے۔

”نہ نہیں.... وہ ایسا نہیں کر سکتا“ اس نے  
بچوں کی طرح سر نہ میں ہلانا شروع کر دیا۔

”میرا دل نہیں مانتا۔“ اس نے دایاں ہاتھ دل پر  
رکھ لیا۔ ”وہ ایسا نہیں ہے۔“ اس کی گردن نہ میں اور  
زور سے ہلنے لگی۔

”ہم جن سے پیار کرتے ہیں ان کی تضحیک نہیں  
کرتے باہی۔“ اسے نکمکش میں دیکھ کر پارس بولی  
”تغص.... ک“ وہ انکی

”یہ کیا ہوتی ہے؟“ کٹھوم نے سوال کیا۔  
پارس کو بے اختیار اس پر پیار بھی آیا اور ترس

بھی۔ ”باہی تضحیک.... میرا مطلب ہے ہم جن سے  
محبت کرتے ہیں ان کی عزت کرنا ہم پر فرض ہو جاتی  
ہے، اور وہ تو آپ کے ساتھ پتہ نہیں  
کیسے کیسے مذاق....“

”بس چپ کر پارس....“ کٹھوم نے پارس کی  
بات کاٹی۔

”میرا مطلب کہ ایسے حساس لہجوں پر مرغیاں  
اچھالنا، اپنی غلطی پر اکڑو کھانا کوئی اچھی بات تو....“

مارچ 2015ء



”اف۔۔۔ تیری یہ عجیب عجیب باتیں....  
مجھے تو لگتا ہے کسی چڑیل کا سایہ ہے اس پر۔“ کلثوم  
نے کانوں پر ہاتھ رکھ لئے

”چپ کر پارس اسے نہیں سمجھ آئے گا“ سکینہ  
نے پارس کو پیچھے کیا اسے کلثوم کا بولنا بہت برا  
لگ رہا تھا۔

”کلثوم او کلثوم۔“ دروازے پر ہونے والا شور  
سب کی توجہ اس طرف لے گیا۔

”یہ تو رشید ہے۔“ اس کا غصہ چند لمحوں میں ذر  
میں بدل گیا

”ہائے.... اب کیا ہو گا“ کلثوم سہم کر سکینہ کے  
پیچھے ہو گئی۔ اسے یوں خوف زدہ دیکھ کر سکینہ اپنا  
غصہ پی گئی۔

”ذر مت۔ کچھ نہیں ہو گا“ وہ دیر سے سے  
بولی۔ دروازہ ایک بار پھر زور سے بجا۔

”دروازہ کھول خالہ۔“ کلثوم کے چھوٹے بھائی  
رشید کی آواز ابھری۔

”تورک بیس، میں دیکھتی ہوں۔“ سکینہ اسے  
حوصلہ دے کر دروازے کی جانب بڑھ گئی۔

اس نے دروازے کا ایک پت کھولا ”کیا ہے؟“  
سامنے کلثوم کا چھوٹا بھائی رشید کھڑا تھا۔

”باجی کو بھیج خالہ، ابے بہت غصے میں ہے۔“ وہ  
وہیں کھڑے کھڑے بد تمیزی سے بولا۔ اس کے اس  
انداز پر سکینہ کے ماتھے پر بل پڑ گئے۔

”او تجھے کچھ تمیز بھی ہے۔ نہ سلام نہ دعا باجی کو  
بھیج ابے غصے میں ہے“ سکینہ نے رشید کی  
نقل اتاری۔

”سلام۔“ رشید نے بے اہتنائی سے کہا۔ ”اب

”سکینہ نے بے اہتنائی سے کہا۔ ”اب

”سکینہ نے بے اہتنائی سے کہا۔ ”اب

”سچ تو یہ ہے کہ ساجد بھائی نے آپ سے کبھی  
بیار کیا ہی نہیں۔ آپ اب تک سراب کے پیچھے  
بھاگ رہیں تھیں باجی۔“ پارس ہمت کر کے بولی

”میں نہیں مانتی۔ میرا دل نہیں مانتا خالہ وہ  
جھوٹا نہیں تھا۔ اس کی آنکھیں جھوٹ نہیں بولتی  
تھیں۔ مجھے پتہ ہے۔“ وہ جیسے اس کی وکیل بن گئی

”یہ جھوٹ بولتی ہے لہذا پڑھائی کا رعب جما  
رہی ہے مجھ پر۔“ کلثوم کی نگاہوں میں پارس کے لئے  
نفرت تھی۔

”گاؤں والے صحیح کہتے ہیں تم لوگوں سے دور  
رہنا ہی اچھا۔“ وہ دونوں ہاتھوں سے خود کو پینے لگی۔

”کیسی لڑکی ہے رے تو....“ سکینہ نے کلثوم کو  
بہنوڑا ”اس بے وفائی تیرا مذاق بتایا ہے۔ اور تو

اس دھوکہ باز کی خاطر ہمیں کوس رہی ہے۔“  
”ماں چپ ہو جائیں۔“ پارس نے سکینہ کو غصہ  
کرنے کی کوشش کی۔ ”باجی ابھی ٹھیک نہیں۔ یہ

صدے میں....“  
”ہاں میں ٹھیک نہیں ہوں۔ مذاق میرا اس نے  
نہیں بنایا بلکہ تُو بہتر ہی ہے۔“ وہ چینی مگر دوسرے ہی

لمحے سسکیاں لینے لگیں۔  
”ارے خالہ.... تو نے میرے چہرے کی وجہ مجھ  
سے چھین لی۔ جھوٹی ہی سہی پر آس تو تھی ایک ماں تو

تھا کہ کسی نے مجھے چاہا تھا۔“ وہ ہڈیاں بکنے لگی۔ ”پر تم  
لوگوں سے یہ بھی برداشت نہ ہوا۔“ پارس نے سکینہ

کو قہلا ہوا تھا جواب غصے سے کلثوم کو کھور رہی تھی۔  
اسے اب کلثوم پر ترس نہیں غصہ آ رہا

تھا۔ ”باجی.... نا مکمل علم، لاعلمی سے زیادہ خطرناک  
ہوتا ہے۔“

”باجی.... نا مکمل علم، لاعلمی سے زیادہ خطرناک  
ہوتا ہے۔“

”باجی.... نا مکمل علم، لاعلمی سے زیادہ خطرناک  
ہوتا ہے۔“

”باجی.... نا مکمل علم، لاعلمی سے زیادہ خطرناک  
ہوتا ہے۔“

”باجی.... نا مکمل علم، لاعلمی سے زیادہ خطرناک  
ہوتا ہے۔“

”یہ کیا ہو رہا ہے؟“ بھاری آواز پر رشید اچھل کر پیچھے ہو گیا اس نے پیچھے مڑ کر دیکھا۔ شفیق کو سامنے دیکھ کر اس کی لقمی بند گئی ”کچھ نہیں چاہتا“

”کچھ نہیں، تو یہ سب کیا ہے....؟“ اس نے سکینہ کی اٹھی ہوئی چہل کی طرف انگلی اٹھا کر کہا۔

رشید کی آواز حلق میں دب گئی وہ بغیر کچھ کہنے وہاں سے رفو چکر ہو گیا۔

شفیق کندھے سے سنری تھیلا لٹکائے دروازے پر کھڑا سکینہ کو حیرانگی سے دیکھ رہا تھا جو ابھی تک چہل ہاتھ میں لئے رشید کو بے نکت ساری تھی۔

اس شور شرابے میں محلہ اکٹھا ہو چکا تھا اور اب انہیں اس گھرانے کے خلاف ایک اور موضوع مل گیا تھا۔

”ماں بس کر“ پارس نے زبردستی ماں کا ہاتھ پکڑ کر اندر کھینچا۔

”چل اندر چل“ شفیق نے اندر داخل ہوتے ہوئے اسے بھی زبردستی اندر کیا۔

”سلام بابا۔“ پارس نے شفیق کو سلام کیا

”جستی رہے پتر“ اس نے پارس کے سر پر شفقت سے ہاتھ رکھ دیا۔

”اف!.... کس قدر بے لگام زبان ہے اس لڑکے کی۔“ سکینہ نے چہل زمین پر پھیلتے ہوئے کہا

”اگر آپ کو دیکھ کر نہ بھانسا تو آج تو اس کو تیز سکھا کر بھیجتی۔ اس کا پارہ نیچے ہی نہیں آ رہا تھا“

”ہاں ہاں ٹھیک ہے۔“

”معاملہ کیا ہے؟ یہ بتا کہیں اس نے پارس کو تو کچھ نہیں کہا؟“ شفیق کا لہجہ سخت تھا

”حال اس کی کہ کوئی ہماری بیٹی کی طرف آنکھ

بھیجوا سے۔ اتنا لٹو کا وقت نہیں ہے میرے پاس۔“

”کٹھوم ہو کٹھوم باہر آ“ وہ سکینہ کی پرواہ کئے بغیر وہیں سے چٹا۔ کٹھوم اور پارس دونوں کمرے کے دروازے سے لگی یہ منکر دیکھ رہی تھیں۔

”ارے ارے۔ یہ تو اپنی بڑی بہن کا نام کیسے لے رہا ہے۔ تیرے یہ تیور اور بد تمیزی“ سکینہ کو طیش آنے لگا

”بڑی ہے تو کیا میں اس کا بھائی ہوں۔ چاہوں تو دو تھپڑ بھی لگاؤں۔“ مرد ہونے پر خاندانی غرور اس کے لہجے میں جھلک رہا تھا۔ اس کی یہ بات سن کر پارس نے محسوس کیا کہ کٹھوم کے جسم میں جھر جھری کی لہر دوڑ گئی تھی۔

”ارے بے شرم آٹھ سال بڑی ہے تجھ سے، اس نے پوڑے دھوئے ہیں تیرے اور تو اس پر ہاتھ اٹھائے گا۔ آگے دو لفظ تو بول تھپڑ تو میں لگاتی ہوں تجھے۔“ سکینہ نے غصے میں ہاتھ بلند کیا۔ پارس دوڑ کر ماں کے قریب پہنچ گئی۔ اس نے جلدی سے ہاتھ پکڑ لیا۔

”نہیں ماں، وہ نہیں سمجھے گا۔ آپ جانے دیجئے باجی کو۔“ وہ بولی

”ارے دو جوتے پڑیں گے تو عقل ٹھکانے آجائے گی اس بد تمیزی کی۔ چل جا یہاں سے۔ میں خود اسے لے کر آتی ہوں۔“ اس نے رشید کو جھڑکا جو بد تمیزی سے سکینہ کو گھور رہا تھا۔

”اونہ خالہ تیرے آنے کی کوئی ضرورت نہیں۔ ماں نے کہا ہے کٹھوم کو چوٹی سے پکڑ کر لا۔“

”نظمہ جا بد تمیزی“ اب تو سکینہ کی برداشت سے باہر تھا۔ اس نے چہل ہاتھ میں اٹھالی۔

# پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

## یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

### ہم خاص کیوں ہیں :-

- ✦ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✦ ہر ای بک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✦ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✦ سپریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✦ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریج
- ✦ ایڈ فری لنکس، لنکس کو میسجے کمانے کے لئے شرٹک نہیں کیا جاتا
- ✦ ہر ای بک کا ڈائریکٹ اور ریڈیو ایبل لنک
- ✦ ڈاؤنلوڈنگ سے پہلے ای بک کا پرنٹ پر یو ہر پوسٹ کے ساتھ
- ✦ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✦ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریج
- ✦ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✦ ویب سائٹ کی آسان براؤزنگ
- ✦ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں

We Are Anti Waiting WebSite

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

↳ ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

↳ ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب

ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

# WWW.PAKSOCIETY.COM

Online Library for Pakistan



Like us on  
Facebook

[fb.com/paksociety](https://fb.com/paksociety)



[twitter.com/paksociety1](https://twitter.com/paksociety1)

سکینہ اور پارس اس وقت اسے کچھ بھی نہ کہہ پائے خاموشی سے کلثوم کو جانا دیکھتے رہے۔  
سکینہ دروازہ بند کر کے اندر آگئی مگر پارس کا دل بے چین تھا۔ وہ بھی بھی سی شفیق کے پاس جا کر بیٹھ گئی جو ابھی تک حیرانگی سے یہ سب دیکھ رہا تھا۔  
"کوئی بتائے گا بات کیا ہے؟" اس نے سوالیہ نظروں سے سکینہ کی طرف دیکھا  
"تسی صبر کر جاؤ۔ سانس لینے دو مجھے۔ پارس پانی پلا مجھے۔" وہ وہیں چار پانی پر ڈھیر ہو گئی۔

"اللہ ہی عقل دے ان کو۔" سکینہ گھونٹ گھونٹ پانی پیتی ہوئی شفیق کو سارا قصہ سنانے لگی۔  
مگر پارس کا دل گھبرانے لگا۔ اسے روہ کے کلثوم کی سسکیاں سنائی دے رہی تھیں۔ اس غصے میں بھی کتنی بے بسی تھی باقی کی آنکھوں میں۔ اس کا دل بچھ گیا۔ وہ گھبرا کر اندر چلی گئی۔ آج پہلی بار اس کا کوئی اپنا رشتے دار اس کے گھر آیا اور وہ بھی ادا اس اور مایوس لونا۔

شبنم کے قطرے آنکھوں سے نکل کر پارس کے گال بگھونے لگے، اور پھر بے اختیار اس کے ہاتھ دعا کے لئے اٹھ گئے۔

(حساری ہے)



آپ **دستانِ نامت** کے قاری ہیں..... آپ کا بہت بہت شکریہ..... اپنے عزیزوں اور دوستوں کو اپنے اس پسندیدہ رسالے کا تحفہ دیجیے۔

**دستانِ نامت**

بھی اٹھائے۔ "سکینہ اور بھڑکی  
"سلام چاچا۔" کلثوم جو رشید کو دیکھ کر کونے میں دبک گئی تھی ہمت کر کے باہر آئی۔  
"ارے کلثوم آئی وی ہے۔" شفیق نے شفقت سے کہا۔ "کیسی ہے پتر۔"  
اس نے آگے بڑھ کر سر پر ہاتھ رکھا۔ کلثوم نے کوئی جواب نہ دیا۔

"مگر یہ سب کیا ہو رہا ہے۔" اس نے پارس کی طرف دیکھا۔  
"کچھ نہیں آپ یہاں بیٹھے آرام سے" پارس نے جلدی سے شفیق کو خاموش رہنے کا اشارہ کرتے ہوئے پکڑ کر واپس چار پانی پر بٹھا دیا  
"نہ پتر، تو گھبرا مت۔ ہم تیرے ساتھ ہیں۔"  
سکینہ اٹھ کر کلثوم کے پاس کھڑی ہو گئی۔  
"نہیں مجھے بس اب گھر جانا ہے۔" وہ رکھائی سے بولی۔

"پتہ نہیں میں یہاں آئی ہی کیوں۔" وہ خود کو کونے لگی۔  
"میں چلتی ہوں تیرے ساتھ۔ تیری ماں سے بات کروں گی۔" سکینہ اس کا رویہ نظر انداز کر کے بولی۔

"نہیں خالہ.... اس کی ضرورت نہیں پڑے گی اب.... ویسے بھی جو چوٹ آج مجھے لگی ہے اس کے آگے ہر زخم بے معنی ہے۔" وہ ہلکت خور وہ لہجے میں بولی۔

"ارے تو پھر ڈر کر کیوں چھپی تھی اسی وقت چلی جاتی رشید کے ساتھ۔" سکینہ بھی چڑ گئی۔ مگر وہ کچھ کہے سے بغیر باہر نکل گئی۔

## حقیقی جاگتی زندگی

زندگی بے شمار رنگوں سے مزین ہے جو کہیں خوبصورت رنگ اڑھے ہوئے ہے، تو کہیں تلخ حقائق کی اڑھنی اڑھے ہوئے ہے۔ کہیں شیریں ہے تو کہیں جھکین، کہیں ہنسی ہے تو کہیں آنسو۔ کہیں دھوپ ہے تو کہیں چھاؤں.. کہیں سمندر کے

شفاف پانی کے جیسی ہے تو کہیں کچھڑ میں کھلے پھول کی مانند۔ کہیں تو بے توجہ کے رنگ ہیں۔ کبھی ماوس کی رات جیسی گنتی ہے۔ کبھی خواب گنتی ہے، کبھی سراب گنتی ہے، کبھی خاردار جھاڑیاں تو کبھی شبنم کے قطرے کی مانند گنتی ہے۔ زندگی عذاب مسلسل بھی ہے۔ تو راحت جان بھی ہے، زندگی ہر رنگ میں ہے، ہر طرف ٹھانسیں ماریں ہیں، کہانی کے صفحات کی طرح بکھری پڑی ہے....

کسی منکر نے کیا خوب کہلے کہ "امتداد تو سخت ہوتے ہیں لیکن زندگی امتداد سے زیادہ سخت ہوتی ہے، امتداد سستی دے کے امتحان لیتا ہے اور زندگی امتحان لے کر سستی دیتی ہے۔" انسان زندگی کے نشیب و فراز سے بڑے بڑے سستی دیکھتا ہے۔

زندگی انسان کی تربیت کا عملی میدان ہے۔ اس میں انسان ہرگز رتے لمبے کے ساتھ دیکھتا ہے، کچھ لوگ ٹھوکر کھا کر نکتے ہیں اور حادثے ان کے نامح ہوتے ہیں۔ کوئی دوسرے کی کہانی ہوئی ٹھوکر سے ہی سیکھ لیتا ہے۔ زندگی کے کسی موڑ پر اسے ماضی میں رونما ہونے والے واقعات بہت عجیب دکھائی دیتے ہیں۔ وہ ان پر دل کھول کہ بنتا ہے یا شرمندہ دکھائی دیتا ہے۔ یوں زندگی انسان کو مختلف انداز میں اپنے رنگ دکھاتی ہے۔

اب تک زندگی ان گنت کہانیاں تخلیق کر چکی ہیں، ان میں سے کچھ ہم صفحہ قرطاس پر منتقل کر رہے ہیں۔

لیے تیار ہوا تو ماموں خالد نے بھی اپنے گھر والوں کو

اپنی اس خواہش سے آگاہ کر دیا۔

ماموں کے والدین بھی یہی چاہتے تھے کہ اچھا

ہے خالد باہر جا کر سیٹ ہو جائے تو زندگی سنور جائے

گی۔ ان کے والد نے ایجنٹوں سے رابطہ کیا، مطلوبہ

رقم کا بندوبست کیا۔ اس طرح ان کی باہر جانے کی

تاریاں مکمل ہو گئیں اور دو ماہ بعد وہ جرمنی پہنچ گئے۔

چونکہ ماموں کے دیگر رشتہ دار موٹیریاں (جرمنی)

میں رہتے تھے، اس لیے انہوں نے وہاں قیام کیا۔

جس طرح دیگر ہر کہین وطن کو کسی ترقی یافتہ ملک

## وطن سے دوری

یہ حقیقی روداد میرے ماموں کی ہے۔ ہم لوگ

کراچی میں رہتے تھے۔ اس وقت میرے ماموں

جو ان تھے۔ گریجویشن کرنے کے بعد ان پر بیرون

ملک جانے کی دھن سوار ہو گئی۔ جیسے عموماً ہر نوجوان

کو جوانی میں شکایت رہا کرتی ہے کہ ملک میں کیا رکھا

ہوا ہے۔ یہاں پر کچھ نہیں ہے وغیرہ۔ ایسی ہی

سوچیں اور شکایتیں ہر وقت ماموں خالد کے دماغ میں

سائی رہتی تھیں۔ ان کے کچھ رشتہ دار بھی یورپ میں

مقیم تھے۔ جب ان کا ایک کزن جرمنی جانے کے

میں فیکٹریوں میں کام کرتا رہا ہوں اگر کوشش کرتا تو پاکستان میں بھی اچھی ملازمت مل جاتی۔ دوسرے ملک میں کتر درجے کا شہری ہونے سے بہتر ہے کہ آدمی اپنے وطن میں رہے، جہاں سب عزت کرتے ہیں۔ کوئی ڈر نہیں ہوتا کہ غیر ملکی ہونے کے باعث کوئی پکڑے گا۔

ماموں خالد وطن واپس آئے تو بہت خوش تھے۔ باہر رہ کر انہیں وطن کی مٹی، موسم اور ہواؤں کی قدر آگئی تھی.... مگر قسمت کو شاید کچھ اور ہی منظور تھا۔ اپنے بعض قریبی رشتہ داروں کے رویے نے انہیں پریشان کر دیا، سب سے پہلے تو والد نے طعن دیا کہ دوسروں کے بیٹے کتنی دولت کما کر گھر لاتے ہیں، یہ ٹائل خالی ہاتھ واپس آیا ہے۔ کچھ رشتہ داروں نے ان کے بارے میں یہ باتیں مشہور کر دیں کہ وہاں غلط صحبت میں پڑ گیا تھا۔ ماموں خالد کے دوستوں نے بار بار ان سے یہ سوال کیا کہ کتنی دولت وہاں سے لائے ہو۔ اس کے علاوہ ہر شخص ان سے جب بھی ملتا وہ یہ سوال کرتا کہ خالد واپس کب جا رہے ہو، ہمیں مل کر جانا۔

لوگوں کی ایسی باتوں اور سوالات کے باعث انہوں نے کسی کو یہ نہیں بتایا کہ وہ ہمیشہ کے لیے واپس آ گئے ہیں۔ صرف ان کی والدہ نے صدق دل سے، انہیں ہمیشہ کے لیے واپس آنے پر خوش آمدید کہا تھا۔ وہ چاہتی تھیں کہ بیٹا ایک پل کے لیے بھی ان کی آنکھوں سے دور نہ ہو کیونکہ بیٹے کی جدائی کے غم میں وہ بیمار ہو گئی تھیں۔

ایسے حالات میں جب ہر شخص خود غرض بن کر

میں اکثر پہلا کام فیکٹریوں میں ملتا ہے۔ اسی طرح انہیں بھی ایک فیکٹری میں کام مل گیا۔ تھوڑے جرمز کر نسی ملک کی صورت میں ملتی تھی اور پاکستان کے مقابلے میں بدرجہا بہتر تھی۔ اتنے پیسے مل جاتے تھے کہ لپٹا گزارہ بھی بخوبی ہو جائے اور کچھ بچت کرنا بھی ممکن تھا۔

ماموں غلطی سے رہنے والے آدمی تھے۔ گھر میں ماں اور بہنوں نے کبھی کسی کام کو ہاتھ تک نہیں لگانے دیا تھا۔ ماموں خالد کو جرمنی میں مزہ نہیں آیا، جلد ہی وہ آگیا کہ جیسے چلے گئے۔ اس کے بعد انہیں کہیں آرام نہیں آیا، وہ مسلسل سیر کرتے رہے۔ برسلو، روم، لٹین اور استنبول، نہ جانے کہاں کہاں گھومے، لیکن انہیں کوئی جگہ پسند نہیں آئی۔

یورپ میں کہیں ان کا دل نہ لگا تو پاکستان کی یاد انہیں ستانے لگی۔ اس طرح انہوں نے دو سال تک وہاں رہنے کے بعد وطن واپسی کی کوششیں شروع کر دیں۔ ان دنوں وہ لٹین میں تھے، واپسی کے متعلق انہوں نے خود کو ذہنی طور پر تیار کر لیا تھا۔ ان کا بس نہیں چلتا تھا کہ کسی طرح از کر پاکستان پہنچ جائیں۔ جب انہوں نے اپنے گھر والوں سے رابطہ کیا اور انہیں اپنے فیصلے سے آگاہ کیا تو انہوں نے اس کی مخالفت کی۔ ماموں نے گھر والوں کو سمجھایا کہ انہوں نے اچھی طرح سوچ سمجھ کر فیصلہ کیا ہے۔ انہوں نے کہا کہ میں پاکستان آ کر بہت کچھ کر سکتا ہوں۔ میں نے آئندہ زندگی کی منصوبہ بندی بھی کر لی ہے۔ واپسی کے وقت وہ یہ سوچتے رہے کہ میں نے بیرون ملک جا کر غلطی کی۔ تعلیم یافتہ ہونے کے باوجود بیرون ملک

میں پہننے کے لیے صرف ایک کھدر کا کرتہ ہوتا، پہننے کو کبھی نیا جو تانہ بلا۔

تھوڑا سا بڑا ہوا، تو بڑے بھائی کے ساتھ بکریاں چرانے کی ذمہ داری سونپی گئی۔ جب میں آٹھ برس کا تھا، تو بھائی بکریاں فروخت کر کے شہر کے قریب ایک گاؤں میں بہنوئی کی نئی خریدی ہوئی زمین آباد کرنے چلے گئے۔ والدین نے مجھے قریبی گاؤں میں واقع پرائمری میں اسکول داخل کروادیا۔ میں دل لگا کر پڑھنے لگا۔ استاد کا دیا ہوا سبق مجھے جلد ازبر ہو جاتا۔ دوسری جماعت میں تھا کہ میری نانی کا انتقال ہو گیا۔

مجھے ہونہار طالب علم دیکھ کر میرے ٹیچر زبیری حوصلہ افزائی کرنے لگے۔ آخر کار میں نے پانچویں جماعت کا امتحان پاس کر لیا۔ لیکن والدین کے مالی حالات اس قدر پریشان کن تھے کہ چھٹی جماعت میں داخلہ خواب بن گیا۔ اسی اثنا میں میری بڑی بہن ہمارے گھر رہنے آئیں۔ ان کے خاوند ہمارے برابر کے ایک گاؤں میں پنواری تھے۔ وہ مجھے اپنے ساتھ لے گئیں تاکہ مزید تعلیم دلا سکیں۔ مجھے ایک نڈل اسکول میں چھٹی جماعت میں داخل کروادیا گیا۔ پڑھائی کے ساتھ ساتھ ان کی بھینسوں کو چارہ وغیرہ ڈالنے کا کام بھی مجھے سونپا گیا۔

چھٹی جماعت پاس کر کے میں ساتویں جماعت میں پہنچا، تو بہنوئی اور بہن نے نئی آباد شدہ اپنی اراضی پر سکونت اختیار کرنے کا فیصلہ کر لیا۔ وہ مجھے بھی ساتھ لے گئے۔ میں جولائی اگست کے مہینوں میں ان کا مکان بنانے کے لیے معماروں کے ساتھ تہتی ریت

ماموں کا دل دکھا رہا تھا، ان کے سارے خواب چھن چور ہو گئے۔ کچھ دوست کہنے لگے کہ ہمیں بھی اپنے ساتھ لے کر جاتا۔ یہ سب باتیں ماموں کی برداشت سے باہر تھیں۔ اب انہیں اس کے سوا اور کوئی راستہ دکھائی نہ دیتا تھا کہ باہر چلے جائیں اور کبھی واپس نہ آئیں کیونکہ اگر کوئی شخص ایک مرتبہ بیرون ملک رہ کر آجائے تو لوگ اس کے باطن میں جھانکنے کی کوشش نہیں کرتے، اسے سمجھنے سے انکار کرتے ہیں۔ اس لیے ماموں نے خاموشی سے واپس جانے کا فیصلہ کر لیا۔ والد سمیت سب لوگ بہت خوش ہوئے کہ بیٹا باہر جا رہا ہے مگر کسی کو معلوم نہیں تھا کہ وہ کتنے دکھی دل کے ساتھ جا رہے ہیں۔

آج ماموں کو بیرون ملک گئے، برسوں بیت چکے ہیں۔ وہ کینیڈا میں مقیم ہیں مگر وہ ایک مرتبہ بھی وطن واپس نہیں آئے۔ بس کبھی کبھار فون کر لیتے ہیں۔ البتہ پیسے باقاعدگی سے بھجواتے ہیں۔ اب سارے خاندان میں ان کی بہت قدر ہے۔

### محنت کا صلہ

بچپن میں لوگ مجھے لالو کہہ کر پکارتے تھے۔ میں نے ایک چھوٹے سے گاؤں کے نہایت غریب گھرانے میں آنکھ کھولی۔ ہوش سنبھالا، تو گھر میں فاقہ کشی کو ذیرے جمائے پایا۔ کئی کئی روز تک بھنے ہوئے پتے کھا کر اور پانی پی کر زندگی سے رشتہ برقرار رکھا جاتا تھا۔ غریبی دیکھ کر رشتے دار منہ موز گئے تھے۔ کسی کو ہمارے گھر آنا پسند نہ تھا۔ گندم کی روٹی کئی کئی ماہ کھانے کو نہ ملتی۔ فاقہ کشی کی وجہ سے گھر کے تمام افراد اندھیرا کی بیماری میں مبتلا ہو گئے۔ بچپن

مزدوری کی شرط یہ تھی کہ غروب آفتاب سے لے کر طلوع آفتاب تک پوری رات کام کرنا ہوتا تھا۔ یوں میں نے موسم سرما کی چھٹیوں میں دس دن مزدوری کی اور تقریباً ایک سال کی فیس جمع کر لی۔

جب میں دسویں جماعت میں پہنچا تو میٹرک کی داخلہ فیس نہ بن پائی، میں سخت پریشان ہوا۔ آخر اللہ تعالیٰ نے اس نازک موقع پر بھی راہ بھائی۔ میں نے اپنے دوسرے بہنوئی کو خط لکھا کہ مجھے میٹرک کی داخلہ فیس دینے کے لیے پیسے درکار ہیں۔ اگر فوری بندوبست نہ ہو، تو میں امتحان نہیں دے سکوں گا۔ خط ملتے ہی وہ داخلہ فیس لے کر ہمارے گھر آئے اور یوں میرا داخلہ ہو گیا۔

میں امتحانات کی تیاری کے سلسلے میں دن رات پڑھنے لگا اور پھر وہ دن بھی آئے جب میں نے مارچ میں میٹرک کا امتحان دیا۔ امتحانوں سے فارغ ہو کر میں محنت مزدوری کرنے لگا۔ جون میں نتیجہ آیا، تو میری خوشی کی انتہا نہ رہی۔ اللہ کے فضل و کرم، والدین کی دعاؤں اور استادوں کی محنت سے میں نے میٹرک کا امتحان نہ صرف اول درجے میں پاس کیا بلکہ اپنے اسکول میں بھی اول آیا۔ سب لوگوں نے مجھے شاباش دی۔

مالی استطاعت نہ ہونے کی وجہ سے میں کالج میں داخل ہونے کا تصور بھی نہیں کر سکتا تھا۔ لوگوں نے شاباش تو دی مگر کسی نے مالی اعانت نہیں کی۔ لہذا اب میری پڑھائی کا سلسلہ منقطع ہو گیا۔ اس دوران میں نے ایک پرائیوٹ ادارے میں ملازمت کی درخواست دے ڈالی۔ چند ماہ بعد میرا تقرر ہو گیا۔

پر مزدوری کرتا رہا۔ اسی اثنا میں موسم گرما کی تعطیلات ختم ہونے پر اسکول دوبارہ کھل گئے مگر مجھے کسی اسکول میں داخل نہیں کروایا گیا۔ بہن اور بہنوئی نے کہا ”چونکہ گاؤں کے نزدیک کوئی اسکول نہیں، اس لیے تمہیں پڑھانا ناممکن ہے۔ ہم تمہیں گاؤں میں پرچون کی دکان ڈال دیں گے۔“

دوسرے لفظوں میں ان کا مقصد یہ تھا کہ میں ان کی بھینسوں کو چارہ ڈالنا اور گھریلو کام کرتا رہوں۔ یہ مجھے گوارا نہ تھا کیونکہ میں تو ان کے ہاں صرف تعلیم حاصل کرنے گیا تھا۔ مجھے پڑھائی کا سلسلہ منقطع ہونے کا دلی رنج تھا، اس لیے وہاں سے بھاگ نکلا اور اپنے والدین کے گھر آ گیا۔ گرمالی وسائل نہ ہونے کی وجہ سے ساتویں جماعت میں داخلہ لینا مجھے انتہائی دشوار دکھائی دیتا تھا۔

اللہ تعالیٰ نے میری مدد یوں فرمائی کہ شہر کے ایک محترم استاد پبلک ہائی اسکول میں پڑھاتے تھے۔ انہوں نے مجھے نہ صرف اپنے تعلیمی ادارے میں داخل کروایا بلکہ میری فیس بھی معاف کروادی۔

اب میری عمر تقریباً پندرہ برس ہو چکی تھی۔ جب چھٹیاں ہوئیں تو میں مزدوری کرنے لگا تا کہ تعلیم کا خرچ خود برداشت کر سکوں۔ گاؤں سے تقریباً چھ میل دور نہر کاپل بن رہا تھا۔ شدید سردی کا موسم تھا۔ گاؤں کے کچھ لوگ وہاں مزدوری کرنے جایا کرتے۔ میں بھی ان کے ساتھ ہو لیا۔ مزدوروں کے نگران نے مجھے دیکھ کر کہا کہ تم چھوٹے ہو، اس لیے تمہیں بڑے مزدوروں کے مقابلے میں کم مزدوری ملے گی۔ میں نے ان کی پیشکش قبول کر لی۔



دس کی دو۔“

اس آواز کی حقیقت، اس سوز کا راز اور اس راز کا مہیوم جاننے کے لیے میرا دل بے چین تھا۔ ایک روز صبح ہی صبح آواز آئی۔

”تاجی ڈبل روٹی۔“

مجھے یقین تھا کہ اس کے خوابچے میں کئی روز کی باسی ڈبل روٹی بھی ہوگی مگر ”تاجی“ کہہ کر نہ معلوم وہ خود کو دھوکا دینا چاہتا تھا یا لوگوں کو...؟ اتنے سویرے بھلا کون لیتا ہوگا...؟

میں نے سوچا... اور پھر ایک دن میں اس کے آنے سے پہلے ہی جبکہ مرغ نے ہانگ بھی نہ دی تھی، نیچے جا کر گلی میں کھڑا ہو گیا۔ جوں ہی اس آواز نے اندھیرے کا جگر کاٹا میں گرم چادر کو جسم سے چپکاتا تیزی سے آگے بھاگا اور چند ہی لمحوں میں اس کے مقابل کھڑا تھا۔

میلی کچیلی، پھٹی ہوئی، ہلکی سی دری میں سر اور گردن کو لپیٹنے، پیروں میں ریز کے گھسے ہوئے جوتے پہنے ہوئے اور جوتوں کے ڈبیر میں چھپا وہ میرے سامنے کھڑا حیرت سے میری طرف دیکھ رہا تھا۔ میں نے جب اسے اس طرح حیران دیکھا تو کہا۔

”ارے سنو تو! مجھے ڈبل روٹی چاہیے۔ رات اچانک مہمان آگئے ہیں۔ بہت دیر سے تمہارا انتظار کر رہا ہوں۔ یہ ساری ڈبل روٹیاں کتنے کی ہوں گی...؟“

”ساری...؟“ حیرت سے اس کی آنکھیں پھٹنے لگیں۔

”ہاں ہاں! ساری۔ اس میں حیران ہونے کی کیا

ابتدائی تربیت کے بعد مجھے ادارے میں ملازمت دے دی گئی۔ وہاں میں نے اپنے فرائض کی بجا آوری کے ساتھ پڑھائی کا سلسلہ دوبارہ شروع کر دیا۔

محنت اور اللہ تعالیٰ کے فضل سے میں نے بطور نئی امیدوار ایف اے کا امتحان پاس کر لیا۔ بعد ازاں گریجویشن کے امتحان کی تیاری کرنے لگا۔ مگر ادارے کی مصروفیت کی وجہ سے امتحان دینے کا موقع نہ مل سکا۔ تاہم اللہ تعالیٰ پہ بھروسہ رکھا اور اگلے سال امتحان دیا اور اچھے نمبروں سے پاس ہو گیا۔ اس ادارے میں مجھے ایک اچھی پوسٹ بھی مل گئی۔ میں نے اپنے فرائض محنت، لگن اور دیانت داری سے سرانجام دیے اور ترقی کرتے کرتے افسر بن گیا۔

ادارے میں میرا تیسواں سال جاری تھا کہ ذیابیطس اور عارضہ قلب میں مبتلا ہو گیا۔ مسلسل بیماری کی وجہ سے نوکری ختم ہو گئی۔

پھر بھی میں نے بیکار بیٹھنا گوارا نہیں کیا۔ انہی دنوں ایک نئی ادارے میں اکاؤنٹنٹ کی اسامی نکلے۔ اس کے لیے منصفہ تحریری امتحان میں شامل ہوا اور پہلا مقام حاصل کیا۔ یوں مجھے اس ادارے میں بطور اکاؤنٹنٹ ملازمت مل گئی۔ اب میں محنت، لگن اور دیانت داری سے اپنے فرائض منصبی سرانجام دیتے ہوئے رزق حلال کما رہا ہوں۔ میں نے کبھی اپنی بیماری کو فرائض کی راہ میں رکاوٹ نہیں بننے دیا۔ یہاں تک کہ میرے بعض ساتھیوں کو میری بیماری کا علم بھی نہیں۔

**تاجی ڈبل روٹی**

”تاجی (ساری) ڈبل روٹی پانچ کی ایک ،

وہ تیر کی طرح میری طرف مڑا اور بولا۔

”نیوں لوٹ لیتے ہوں گے، میں کوئی بے وقوف ہوں جو لٹ جاؤں، میں بھی تو دکاندار ہوں۔ بس اتنا فرق ہے کہ میں اپنی دکان کندھے پر لیے پھرتا ہوں اور وہ چل کر دکان تک جاتے ہیں۔“

اس کی بات سن کر مجھے اچھنچا ہوا۔ کاش! اس نے کوئی بھولی سی بات کہہ دی ہوتی۔ وہ تو ایک دم ہلکی عمر کے مردوں کی طرح بولنے لگا تھا۔ میں نے پوچھا۔

”ایسی باتیں تمہیں کون سکھاتا ہے...؟“

کہنے لگا ”سکھاتا کون، چار سال سے ڈبل روٹی بیچ رہا ہوں، اتنی چھوٹی سی بات بھی نہیں سیکھ سکتا۔“

میں چپ ہو گیا کیونکہ اس سے بحث بے کار تھی۔ اس کی گفتگو اس کی آواز کی طرح بے ساختہ نہ تھی، اس میں تجربے کا نچوڑ تھا جو مجھے اچھا نہیں لگا۔ ڈبل روٹی پہنچا کر وہ وہاں چلا گیا اور میں خواہش کے باوجود اسے چائے کی ایک پیالی بھی نہ پلا سکا۔ میرا خیال تھا اس سے مل کر مجھے بہت خوشی ہوگی۔ میں کمرے میں لا کر اس کی پیاری پیاری باتیں سنوں گا مگر تمام خوشیوں پر اوس پڑ گئی۔ خوشی کی امید کتنی پُرکشش ہوتی ہے مگر حاصل ہو کر وہ کتنی تلخ ہو جاتی ہے.... بالکل سراب کی طرح۔ میں نے ڈبل روٹیاں اٹھا کر بے دلی سے اخباروں پر ڈال دی اور لحاف میں گھسنے ہی والا تھا کہ اس کی آواز نے مجھے پھر چونکا دیا۔

وہ شرمایا شرمایا سا جھینپی سی ہنسی ہنس رہا تھا۔ میں نے اسے اندر بلا لیا تو اس نے جھجکتے ہوئے کچھ روپے میرے تئیں پر رکھ دیے اور بولا۔

”معافی دیجی میں واپس کرنے بھول گیا۔“ اس

”میرا نام کتنا ہے؟“

بات ہے۔ مہمان بھی تو بہت سے ہیں نا! میں نے محبت سے کہا۔ ”کتنے پیسے لوگے سب کے۔“

”سو روپے ڈبل روٹی کے اور بیس روپے میرے۔“ اس نے جلدی سے سارا حساب مجھے سمجھا دیا۔

میں نے ایک سو بیس روپے اس کی ہتھیلی پر رکھ دیے اور خواہی پکڑ لیا۔ پھر کچھ سوچتے ہوئے میں نے کہا

”بھئی بہت بھاری ہے، ہم سے نہیں اٹھ رہا۔ تم بڑے بہادر بنچے ہو، ذرا سے اوپر تک لے چلونا۔“ وہ فوراً تیار ہو گیا اور میرے ساتھ ساتھ چلنے لگا۔

”جب تم سامان بیچ لیتے ہو تو گھر جا کر بھلا کیا کرتے ہو....؟ میں بتاؤں تم سوتے ہو گے، پھر اٹھ کر گلی میں گلی ڈنڈا کھیلتے ہو گے، کرکٹ، گولیاں اور کبڈی، ہاکی ہوتی ہوگی اور....“ اس نے میری بات درمیان ہی سے کاٹ دی۔

”جی نہیں! میں سودا بیچ کر اسکول چلا جاتا ہوں۔ میں پانچویں جماعت میں پڑھتا ہوں۔ جانے سے پہلے ماں کو دوپہر کے لیے آٹا دال لا کر دیتا ہوں۔ میری ماں کہتی ہے کہ جتنا جلدی سے پڑھ لے پھر ہم غریب نہیں رہیں گے۔“

اب میں اسے کیسے سمجھاتا کہ یہاں تو پڑھے لکھے لوگ بھی غریب رہ جاتے ہیں۔ بات کو جاری رکھنے کے خیال سے میں نے کہا۔

”تم جب بازار سے سودا خریدتے ہو تو دکاندار تو تمہیں خوب لوٹتے ہوں گے....؟ اتنے چھوٹے سے تو ہو تم!“

”ذہل روئی واپس کر دیں۔ یہ لیس اپنے پیسے۔  
میں ابھی اتنے پیسے دوبارہ بتاؤں گا جی۔“ اس نے  
اواسی سے میری طرف دیکھا۔

”مجھے خاموش دیکھ کر پھر یوں ”صاحب جی اٹھا  
لوں ناہتال....؟“

اس کی آواز نے مجھے چونکا دیا اور میں جبر جبری  
لے کر اٹھ کھڑا ہوا۔ میرے خیالات منتشر ہو گئے۔  
نا معلوم کیوں مجھے احساس ہوا کہ میرے دل میں ایک  
چور سا چھپا بیٹھا تھا جسے اس گتوار لڑکے نے  
پکڑ لیا ہے۔

یہ ٹھیک کہتا ہے، یہ سوکھی باسی روئی میں اپنے  
منہ تک لے جانے کی ہمت بھی نہیں رکھتا کجا کھاتا۔  
اور یہ بیٹا! بھی میں تو کم از کم لہالے بغیر اسے  
استعمال نہیں کروں گا۔

میں خود کو بڑا ترقی پسند سمجھتا ہوں مساوات کا  
قائل بنا پھرتا اور غریبوں سے مدد دیاں جاتا پھرتا  
ہوں۔ لیکن حقیقت میں خود پرستی میں مبتلا ہوں اور  
صرف اپنی ستائش کرانا چاہتا ہوں۔ میں نے اپنے  
خیالوں کے عریاں جسم پر مدد دیوں کے جو دیہ خول  
چڑھا رکھے ہیں ان کے اندر میری شخصیت ہر وقت تنگا  
رہتی ہے اور آج اس عریانی کو اس حقیر سے لڑکے  
نے بے غلبہ کر دیا تھا۔

میں اپنے خیالوں میں کھویا ہوا تھا کہ دروازے  
کی آہٹ سے خیالات کا سلسلہ ٹوٹ گیا وہ لڑکا میرے  
پیسے رکھتے ہوئے اپنی ذہل روئیاں لے کر باہر کی  
جانب جا چکا تھا۔



نے پھر ایک اچھتی ہوئی نظر اپنے بیچے ہوئے سرمائے  
پر ڈالی اور پوچھا ”مہمان اب تک سو رہے ہیں  
جی....؟ ایک بار ہمارے ہاں کھلی مرتبہ مہمان آئے  
تھے۔ سویرے سویرے اٹھ کر میری ساری ذہل  
روئی کھا گئے۔ میں چار پائی کے نیچے گھس کر رونے لگا۔  
خوب رویہ۔ میری ماں بولی ارے! مہمان تو اللہ کی  
رحمت ہوتے ہیں....! یہ رونادھونا کیسا۔ چل نکل  
باہر۔ اللہ کا شکر ادا کر۔ تیرے گھر رحمت کی  
سواری اتری ہے۔“

کہہ کر وہ زور زور سے یوں ہنسنے لگا۔ گویا اسے دنیا  
کا کوئی غم لاحق نہ ہو۔ جیسے وہ روزگار کا مارا معمولی  
خونچہ فروش نہ ہو بلکہ باغ میں چھپھانے والی کوئی بلبل  
ہو، ناز و نعم میں پالا ہوا کوئی شہزادہ ہو۔ میرے دل میں  
اس کے لیے پھر ڈھیر سا لیا امانت آیا۔ میں اسے کتنا  
نقط سمجھا تھا، وہ تو بالکل بچہ ہی تھا، یوں قوف سا! میں  
نے اسے کھینچ کر بستر پر بٹھا لیا اور بوا سے چائے  
متوائی تو بڑی بد تمیزی سے بالکل بچوں کی طرح  
چائے پینے لگا۔ مجھے اس میں اور اپنے بھائی میں صرف  
اتفاق نظر آیا کہ میرا بھائی اگر اس بد تمیزی سے  
چائے پیتا تو امی اسے ہار بار نوکتیں، بد تمیز اور بار بار  
جھنجھلاتیں لیکن اس پر یہ باتیں لاوی نہیں  
جادی تھیں۔

چائے پی کر اس نے اپنی کلائی سے منہ پوچھا،  
زبان سے چٹکارے کی آواز نکالی اور کھڑا ہو گیا۔  
یک لخت اس نے پلٹ کر اپنی بیٹی ہوئی کائنات  
کی طرف دیکھا پھر کچھ دیر خاموش رہنے  
کے بعد بولا۔

بہت دیر سے میں نے ایک درخت میں پناہ لے رکھی ہے۔ میں اب تھک چکا ہوں اور میری یہ خواہش ہے کہ نیچے اتروں لیکن کبھی بھی اترنے نہیں دیتا دیکھو نیچے اترنے سے کھڑے ہو جاؤں گا۔

## پہلے

اس انتظار میں ہے کہ میں کب اتروں گا اور وہ مجھے چیر پھاڑ کر کھا جائے گا۔ جس درخت پر اب میرا مسکن ہے۔ یہ ایک عجیب سا درخت ہے بلکہ اگر میں اسے جاؤں گا درخت کہوں تو بے جا نہ ہوگا۔ میں یہاں جو بھی خواہش کرتا ہوں وہ فوراً پوری ہو جاتی ہے اگر نرم اور گرم بستر کے بارے میں سوچوں تو وہ میرے قریب بچھ جاتا ہے۔ آگیاؤں تو میرے سامنے ایک شاندار ٹی وی سیٹ آ جاتا ہے۔ جس کے اسٹیریو اسپیکرز ہوتے ہیں اور جو دنیا کا

ہر اسٹیشن پکڑ سکتا ہے۔ اگر کسی بھی کھانے کے لیے میرا جی چاہے تو وہ فوراً حاضر ہوتا ہے۔ یہاں سب کچھ ہے ہر طرح کی آسائشیں ہیں لیکن یہاں جس چیز کی کمی ہے اور جس چیز کے لیے میں تڑپ

رہا ہوں وہ ہے آزادی، لیکن یہ آزادی مجھ سے قربانی کا تقاضہ کرتی ہے اور قربانی، یہ کہ مجھے نیچے اترنا پڑے گا اور بھیڑیے کو بلا کر کرنا ہوگا لیکن مجھ میں اتنی جرأت نہیں، میں بھیڑیے سے خوف زدہ ہوں اور وہ مجھ سے زیادہ طاقتور ہے۔ کبھی کبھی جب میں اس وقت کو یاد کرتا ہوں



فاروق سرور

## بشری ادب سے انتخاب

میں جب ارد گرد دیکھتا ہوں تو حیران رہ جاتا ہوں۔ میرے چاروں طرف لے شمار درخت ہیں۔ ہر درخت میں کسی نہ کسی شخص نے پناہ لے رکھی ہے اور اس کا بھیڑیا کڑا غرارہ ہے۔

خوف سے پناہ لے رکھی ہے۔ اس کا بھیڑیا بھی نیچے کھڑا غرارہا ہے۔ درخت پر چنچے گاڑ رہا ہے لیکن تمام کوششوں کے باوجود اونچے درخت پر چڑھ نہیں پاتا۔ ہم دونوں لوگ ہیں جو اپنے اپنے بھیڑیوں سے خوفزدہ ہیں باوجود یہ کہ درخت میں ہمارے لیے ہر طرح کی آسائشیں موجود ہیں لیکن ہم ان آسائشوں سے خوش نہیں جبر اور آنتہٹ کا احساس دن بدن ہمیں کھائے جا رہا ہے، اب تو ہمیں رات کو نیند بھی نہیں آتی جو نبی آنکھ لگتی ہے بھیڑیے کا خوف ناک چہرہ ہمیں دوبارہ جگا دیتا ہے۔ کبخت اب ہمارے خوابوں میں بھی گھس گیا ہے وہ ہمیں یہاں سکون سے رہنے نہیں دیتا۔

ہم دونوں کے بھیڑیے اکثر اپنی جلد خاموش بیٹھے رہتے ہیں لیکن کبھی کبھی ان دونوں پر ایسا جنون سوار ہو جاتا ہے کہ وہ درخت پر حملہ کر دیتے ہیں اس کے موٹے تنے پر دانت اور چنچے گاڑ دیتے ہیں اور اس وقت خوف ناک سی غرابٹ ہوتی ہے۔

دونوں کی بھیڑیوں کا یہ اچانک کا باؤا پن ہمیں مزید ڈرا دیتا ہے۔ لیکن ایک بات یہ ہے ہم دونوں کے بھیڑیوں کا تعلق اپنے اپنے آدمی سے ہے۔ میرے ساتھی کا بھیڑیا مجھ سے کوئی تعلق نہیں رکھتا اور میرا بھیڑیا اس سے، خاص بات یہ ہے کہ دونوں بھیڑیے بھی ایک دوسرے سے لا تعلق رہتے ہیں اور ہم اس بات سے حیران ہوتے ہیں۔

ایک دن کافی سوچ بچار کے بعد ہم دونوں یہ فیصلہ کرتے ہیں کہ ہم دونوں نیچے اتریں گے اور اپنے اپنے بھیڑیے سے مقابلہ کریں گے، جو بھی ہوتا دیکھا جائے گا وہ نہ یہ نڈاب کی زندگی کب تک ہم نڈاریں

تعلقی

جب بھیڑیا میرا چنچا کر رہا تھا تو میرا پسینہ چھوٹ جاتا ہے۔ ایک سنسنی سی جسم میں پھیل جاتی ہے دل ڈوبنے لگتا ہے تب میں خدا کا شکر ادا کرتا ہوں کہ اگر یہ درخت میرے سامنے نہ آتا اور مجھے پناہ نہ دیتا تو بھیڑیا کب کا مجھے ہلاک کر چکا ہوتا۔

ماپوسی کے اس گھپ اندھیرے میں کبھی کبھار اس بات پر بھی خوش ہو جاتا ہوں کہ درخت کافی اونچا ہے میں یہاں ہر طرح سے محفوظ ہوں اور بھیڑیا میرا کچھ نہیں بگاڑ سکتا۔

دن کے وقت تو میری حالت ٹھیک رہتی ہے کوئی نہ کوئی مصروفیت نکل آتی ہے لیکن جو نبی رات ہوتی ہے ایک عجیب سی اذیت کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ سو جاتا ہوں تو خوف ناک خواب مجھے ڈراتے ہیں۔ ایک قیامت سی مجھ پر نزلتی ہے، تمام جسم تھکا ہوتا ہے اور ایک ایک انگ یوں دکھ رہا ہوتا ہے جیسے کسی نے چابک سے مجھے سخت مارا ہو۔

اکثر میں یہ سوچتا ہوں کہ میں کب تک اس عذاب میں مبتلا رہوں گا۔ کب تک انتظار کروں گا کہ بھیڑیا بھوک سے مر جائے لیکن وہ بجائے مرنے کے پہلے سے زیادہ طاقتور ہو جاتا ہے۔

ایک صبح جب میری آنکھ کھلتی ہے تو اچانک درخت کے گھنے پتوں سے مجھے کسی اور کی موجودگی کا احساس ہوتا ہے۔ خوف سے ایک تیز سی قہقہ میرے منہ سے نکلتی ہے اور مجھے یقین ہو جاتا ہے کہ بھیڑیا بالآخر اپنی کوششوں میں کامیاب ہو ہی گیا پھر میری حیرت کی انتہا نہیں رہتی۔ جب مجھے پتہ چلتا ہے کہ وہ میرے ہی جیسا ایک شخص ہے پریشان اور ٹھہرا ہوا۔ اس اجنبی نے درخت پر آئی اور بھیڑیے کے



فاروق سرور کا تعلق بلوچستان یونیورسٹی کونسل سے ہے۔ آپ پیشہ سے وکیل ہیں اور کئی کتابوں کے مصنف اور اخبارات میں کالم نگار بھی ہیں۔ آپ کا شمار پشتو زبان کے معروف کلشن لکھاریوں میں ہوتا ہے۔ اب تک آپ کے تین مجموعے پشتو زبان میں چھپ چکے ہیں، جن میں ایک مجموعہ پشتو افسانوں کے اردو تراجم کی شکل میں "ندی کی پیاس" کے عنوان سے شائع ہوا ہے۔ اسی مجموعہ میں شامل افسانہ "بھیریا" قارئین کے لیے پیش خدمت ہے۔

فاروق سرور کے افسانوں علامتی رنگ غالب ہوتا ہے۔ عہد کی نارسائی، ماحول کا جبر اور اندر کا خوف ان کے افسانوں میں کئی علامتوں کو ساخت کرتا ہے۔ اپنے مخصوص علامتی ٹرینٹ کی وجہ سے فاروق سرور کا ناول اور افسانے وہ تخلیقی رچاؤ بھی حاصل کرنے میں کامیاب ٹھہرتے ہیں جو اس نوع کے کلشن میں عموماً دست یاب نہیں۔ فاروق سرور نے اپنے اس افسانے میں مکمل فن چابک دستی سے خوف کے اثرات کو سمیٹا ہے۔

مے تب ہم دونوں آنکھیں بند کر کے نیچے کودنے کا ارادہ کرتے ہیں میرا ساتھی تو کود جاتا ہے مگر میں اپنی بزدلی کے باعث ایسا نہیں کر پاتا اور اپنی جگہ بیٹھا رہ جاتا ہوں۔

اس کا بھیریا جو نمی اسے نیچے دیکھتا ہے تو فوراً اس کی طرف لپکتا ہے اور اس پر حملہ آور ہوتا ہے۔ میرا بھیریا بھی خبردار ہو جاتا ہے اور اس کے کان کھڑے ہو جاتے ہیں لیکن جب میں نیچے نہیں اترتا تو وہ غصے سے آگ بگول ہو جاتا ہے اور پانچوں کی طرح درخت سے موٹے تنے کے ساتھ لڑتا ٹھہر رہتا ہے اس سے پیشتر کہ میرے ساتھی کا بھیریا اسے زمین پر گرائے وہ اس چھوٹی سی شاخ سے بھیرے کو مارتا ہے جو اس نے

نے ہر وقت درخت کی شاخوں کو مضبوطی سے پکڑا ہوتا ہے اور مارے خوف کے میرا جسم پسینے میں ڈوبا ہوتا ہے دن ہو یا رات میں مسلسل بھیرے کو بددعا میں بھی دیتا ہوں لیکن وہ کبھی نہیں آتا۔

میرا ساتھی مسلسل مجھے آوازیں دیتا ہے۔ وہ قسمیں کھاتا ہے۔

"اگر تم نیچے اترو تو بھیریا تمہارا ہاتھ نہیں بگاڑے گا وہ بہت سزاور ہے تم اسے آسانی سے مار سکتے ہو۔"

درخت سے توڑی ہوتی ہے۔ اس کا بھیریا اسی وقت زمین پر گرتا ہے اور چند ہی لمحوں میں مر جاتا ہے۔

میرا ساتھی اب آزاد ہے۔ اس نے اپنی بہادری سے آزادی حاصل کر لی۔ لیکن میں اب تک اس پرانے غذاب میں جتلا ہوں اور خود کو کوس رہا ہوں۔

میرا بھیریا اب پہلے سے زیادہ خوفناک ہو جاتا ہے۔ وہ جھٹی بن چکا ہے اور ہر وقت درخت سے نکرانا رہتا ہے شاید اس کا یہ خیال ہے کہ اس طرح میں درخت سے نیچے گر پڑوں گا یا درخت ٹوٹ جائے گا۔ مگر میں

تیں۔ جو نیچے سے دسے رہا ہے کہ خدا را نیچے اترے۔ تم  
بھیڑیے سے زیادہ طاقتور ہو۔ بھیڑیا یونہی ایک خوف  
ہے۔ روٹی کا ایک پہاڑ ہے جسے تم ایک ہی ٹھوکر سے  
اپنے راستے سے بنا سکتے ہو۔

بالآخر میں ہمت کرتا ہوں اور درخت سے نیچے  
کو دتا ہوں۔ میرا بھیڑیا یونہی اپنے سامنے پاتا ہے۔  
مجھ پر حملہ کر دیتا ہے لیکن بیشتر اس کے کہ وہ مجھے  
بلاک کر دے میں اسے ایک اس پتلی اور نازک سی  
شاخ سے مارتا ہوں جو میں نے درخت سے توڑی ہوتی  
ہے ہاتھی جیسا بڑا بھیڑیا مدھڑام سے نیچے گرتا ہے اور  
دیکھتے ہی دیکھتے مر جاتا ہے۔  
اب میں آزاد ہوں۔

کتنی حسین ہے آزادی کتنا خوبصورت ہے اس کا  
احساس۔ میں خوشی سے چیخ اٹھتا ہوں رقص کرتا  
ہوں۔ دیوانوں کی طرح اچھلتا ہوں۔

کچھ دیر کے بعد جب میرا جوش کچھ کم ہو جاتا  
ہے تو اپنے ساتھی کی طرف دیکھتا ہوں تاکہ اس کا  
شکر یہ ادا کروں لیکن میرا ساتھی اپنی جگہ موجود نہیں  
ہوتا۔ میں جب ارد گرد دیکھتا ہوں تو حیران رہ جاتا  
ہوں۔ میرے چاروں طرف بے شمار درخت ہیں۔ ہر  
درخت میں کسی نہ کسی شخص نے پناہ لے رکھی ہے اور  
اس کا بھیڑیا کھڑا غرا رہا ہے۔

اب میں زور زور سے ہنستا ہوں۔ قہقہے لگاتا ہوں  
اور ان سادہ اور معصوم لوگوں کی طرف بڑھتا ہوں جو  
ناحق اپنے بھیڑیوں سے خوف زدہ ہیں۔



(بھیڑیا۔ از: فاروق سرور، کتاب: "ندی کی پیاس"  
تھرڈ ورژن، پبلی کیشنز، لاہور، ص 24)

توکلنا ہنستا

لیکن مجھے اس کی بات پر یقین نہیں اور اوپر کھڑا  
خوف سے کانپ رہا ہوتا ہوں۔ اب چند ایسے واقعات  
شروع ہو جاتے ہیں کہ مجھے یہ یقین ہو جاتا ہے کہ میں  
بالآخر مر جاؤں گا۔

اچانک درخت میں حرکت پیدا ہوتی ہے۔ میں  
فوراً نیچے دیکھتا ہوں کہ بھیڑیے نے اسے بلایا تو نہیں  
لیکن بھیڑیا اپنی جگہ لیٹا ہوتا ہے۔  
یہ کیا...؟

میں چیخ اٹھتا ہوں درخت لہو لہو چھوٹا ہو رہا  
ہے میں مارے گھبراہٹ کے درخت کی موٹی شاخوں  
پر زور زور سے اچھلتا ہوں کہ ہو سکتا ہے اس طرح  
سے درخت رک جائے لیکن درخت نہیں رکتا اور  
چھوٹا ہوتا جاتا ہے۔

اب ایک دوسری چیز مجھے مزید خوف زدہ کرتی  
ہے۔ بھیڑیا بھی بڑا ہو رہا ہے اور تھوڑی دیر میں ایک  
نیل جتنا بڑا ہو جاتا ہے۔

میں چیخا ہوں چلاتا ہوں۔ درخت کے اندر  
ادھر ادھر بھاگتا ہوں لیکن بے سود اب میں خود کو  
ذہنی طور پر موت کے لیے تیار کر لیتا ہوں اور ارد گرد  
کی تمام چیزوں کو الوداعی نظروں سے دیکھتا ہوں۔  
بھیڑیا اور میں۔ لہو لہو ایک دوسرے کے قریب  
آ رہے ہیں۔

میرا ذہن اب بالکل ماؤف ہے۔ میری آنکھیں  
بند ہیں اور میں پھانسی چڑھنے والے اس مجرم کی طرح  
موت کو خوش آمدید کہہ رہا ہوں جس کی گردن میں  
رسی کا پھند اڑالا جا چکا ہے اور جو اب اس انتظار میں  
ہے کہ جلاد کب لیور کھینچے گا۔ میں اس وقت اگر کوئی  
آوازیں سن رہا ہوں تو وہ صرف میرے ساتھی کی



محمد زید بیگ

ایک مفکر کا کہنا ہے کہ کامیاب اور ناکامیاب اشخاص کا بڑا فرق ان کے کام کی مقدار میں نہیں ہوتا بلکہ اس کام پر صرف شدہ فہم و فراست میں ہوتا ہے۔ بہت سے لوگ جو کامیاب نہیں ہو پاتے اسی محنت سے کام کرتے ہیں جو اعلیٰ کامیابی حاصل کرنے کے لیے بھی کافی کہی جاسکے۔ لیکن ان کا طریقہ کار درست نہیں

## منصوبہ بندی سے زندگی کو کامیاب بنائیں!

ہو گا۔ کئی عرصہ اوٹ ایسے ہیں جنہوں نے بچپن میں اپنے وقت کو ضائع کیا ہے۔ لہذا کامیابی کے نئے وقت کی ہر ایک منزل کو ہمت و ہوشیاری سے طے کرنا ضروری ہے۔

یہ تاہم ایک ہاتھ سے بناتے اور دوسرے ہاتھ سے بگاڑ دیتے ہیں۔ وہ موقعوں کو قابو میں لا کر ان سے فائدہ نہیں اٹھاتے۔ انہیں شکستوں کو شاندار فتح میں تبدیل کرنے کا ہنر نہیں آتا۔ ان کے پاس کامیابی کا تانا بانا یعنی کافی قابلیت اور وقت کی کثرت دونوں موجود ہوتے ہیں لیکن وہ ہمیشہ خالی نئی پھینکتے رہتے ہیں۔ جس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ ان کی زندگی کا کپڑا کبھی تیار نہیں ہوتا۔

زندگی خدا کی بہت بڑی نعمت ہے۔ اسے ذہنک سے گزارنا ہمارا حق ہی نہیں قدرت کی جانب سے فرض بھی ہے۔

اچھی منصوبہ بندی کے ذریعے ہم اپنی زندگی کو کامیابی کے راستوں پر ڈال سکتے ہیں۔

اس سلسلے میں کچھ باتوں کو ذہن نشین کر لیں۔

وقت کی قدر کریں

وقت زندگی کا تانا بانا ہے۔ اگر بچپن کی بھانگ

اور میں اسے توڑ ڈالا جائے تو پھر عمر بھر جوڑنا مشکل





یہ ہے کہ ہم تہیہ کر لیں کہ آئندہ ہم دوسروں کو خوش کرنے کے لیے بلاوجہ ہر بات نہیں مان لیں گے۔ اس لیے حسبِ ضرورت ”ناں“ کہنا بھی سیکھیں۔

### کام ادھورا مت چھوڑیں

غیر حل شدہ مسائل ذہن پر طاری رہ کر ہمیں پریشان کرتے رہتے ہیں۔ ان کی وجہ سے ہماری کارکردگی بھی متاثر ہوتی ہے۔ کسی کام کو ادھورا مت چھوڑیں۔ اگر کسی معاملے میں آپ گوگو میں مبتلا ہیں تو اس کا واضح حل نکالیں۔ مسائل کو خواہ مخواہ لٹکانے کے بجائے انہیں مناسب مدت میں حل کرنے کی عادت اپنائیں۔

کمپیوٹر کا استعمال محدود کریں  
کمپیوٹر (لیپ ٹاپ اور اسمارٹ فونز بھی) بظاہر ایک چھوٹا سا آلہ ہے جو ساری دنیا سے ہمارا رشتہ جوڑتا ہے۔ ان دنوں فیس بک اور اس طرح کی دوسری سائٹس بہت سا وقت ضائع کر رہی ہیں۔ کمپیوٹر ہمیں قابو میں کر لیتا ہے اور ہم اس کے غلام بن کر رہ جاتے ہیں۔

بلا تکان ویب سائٹس یا سماجی رابطے کی سائٹس پر گھنٹوں ضائع کر دینے سے ہم کئی اہم کاموں کا وقت کھو دیتے ہیں چنانچہ اس کو محدود کرنے کی ضرورت ہے۔

### پلاننگ ضرور کریں

کامیاب زندگی صرف درست پلاننگ سے ہی ممکن ہے۔ وقت اور توانائی بچانے اور محنت سے اچھے نتائج حاصل کرنے کے لیے زندگی میں سب سے زیادہ اہمیت پلاننگ کی ہے۔ اس سے کاموں میں

”تعمیراتی کام“

اکثر لوگ وقت کی قدر و قیمت کا احساس کیے بغیر ماہ و سال گزارتے چلے جاتے ہیں۔ وہ نہیں جانتے کہ وقت فطرت کا سب سے قیمتی تحفہ ہے۔

دولت کی اندھی دوڑ اور بے جا مصروفیات نے ہم سے وقت چھین لیا ہے۔ یوں ہمیں وہ وقت نصیب ہی نہیں ہوتا جس کو حقیقی معنوں میں ہم اپنا کہہ سکیں۔

احتیاط، شعور اور اچھی عادتوں کے ذریعے ہم اپنا وقت بڑھا سکتے ہیں۔ اس کے لیے ضائع کرنے والی پرانی عادتیں ترک کرنی ہوں گی۔ آپ کے دو چار ایسے دوست ضرور ہوں گے جو یوں لانا شروع کرتے ہیں تو بولتے چلے جاتے ہیں۔ آپ نوک کر ان کو جتلانے کی کوشش کرتے ہیں کہ آپ کو کوئی ضروری کام کرنے میں مگر آپ کو ہمت نہیں پڑتی۔ خوش اخلاقی آپ کے آڑے آتی ہے۔ لیکن بد تمیزی یا غیر شائستگی کا مظاہرہ کیے بغیر بھی ایسے مہربانوں کو نوک سکتے ہیں۔ بس ان سے یہ کہہ دیجیے، معاف کیجیے، میں جانا چاہتا ہوں۔ یہ طرز عمل آپ کے وقت کو بچالے گا۔

### انکار کرنا سیکھیں

ہم کئی کئی دن ایسے کاموں میں ضائع کر دیتے ہیں جن کو دراصل شروع ہی نہیں کرنا چاہیے تھا۔ بعض اوقات ہمیں اچھی طرح معلوم ہوتا ہے کہ پہلے ہی کئی اہم کام رکے ہوئے ہیں اور ہمارے پاس قاتل وقت بالکل نہیں، پھر بھی کوئی دوست یا رشتہ دار ہم پر نئی ذمہ داری سونپتا ہے یا کوئی دعوت دے ڈالتا ہے تو ہم قبول کر لیتے ہیں۔ بعد میں ہمیں پریشان ہونا پڑتا ہے۔ اس نقصان دہ عادت کو ختم کرنے کا مفید طریقہ

میں تقسیم کر لیں۔ اس طرح آپ کا کام کا بوجھ تقسیم ہو جائے گا۔

### گھر سے باہر

گھر سے باہر جانے سے پہلے کافی وقت تیاری میں لگ جاتا ہے۔ اس وقت کو بچانے کا بہتر طریقہ یہ ہے کہ ایک دن پہلے اپنے کپڑے منتخب کر کے استری وغیرہ کر کے پیٹرن پر لٹکا کر رکھ لیں۔ اس طرح عین وقت پر جو پریشانی ہوتی ہے اور وقت برباد ہوتا ہے وہ بچ جائے گا۔

### لکھنے پڑھنے

#### کے لیے شارٹ کٹ

اپنے کمپیوٹر پر ایسی دستاویزات کے ٹیمپلیٹس بنا کر محفوظ کر لیں جن کی بار بار ضرورت پڑتی ہے۔ مثال کے طور پر آپ کو کسی کام کے معاوضے کے لیے بل دینا ہوتا ہے۔ اس کا ایک نمونہ بطور ٹیمپلیٹ محفوظ کر لیں۔ اس طرح آپ بار بار ٹائپ کرنے سے بچ جائیں گے۔

آپ ایسی ہی دیگر دستاویزات اور خطوط وغیرہ کے ٹیمپلیٹ بھی محفوظ کر سکتے ہیں جن میں ساگر، شادی، منگنی، بچے کی پیدائش وغیرہ کے تہنیتی کارڈز بھی شامل ہیں۔ ان کے نمونے انٹرنیٹ پر بھی دستیاب ہیں۔ ایک مرتبہ سرچ کر کے انہیں محفوظ کریں اور بار بار استعمال کریں۔

کامیابی کے لیے زندگی میں نظم و ضبط قائم کریں اور گھر سے لے کر باہر تک ہر جگہ اپنی زندگی ان اصولوں کے تحت گزاریں۔ بد نظمی سے بچیں، کامیابی آپ کے قدم ضرور چومے گی۔



نظم و ضبط پیدا ہوتا ہے اور زندگی کا انتشار ختم ہو جاتا ہے۔ کامیاب لوگوں کی زندگیوں میں ڈسپلن اور پلاننگ کا شاہکار ہوتی ہیں۔

آپ بھی منصوبہ بندی کی عادت اپنائیں۔ یہ عادت صرف بڑے بڑے کاموں کے لیے مفید نہیں ہوتی، بلکہ زندگی کے چھوٹے بڑے تمام امور میں مددگار ہوتی ہیں۔

### سلیقہ اپنائیں

چیزوں کو سلیقے سے نہ رکھا جائے تو گھر میں افراتفری پھیل جاتی ہے۔ ضرورت کی مختلف اشیاء تلاش کے باوجود بروقت ہاتھ نہیں لگتیں۔ یہ تو آپ جانتے ہی ہیں کہ تلاش کرنے کا عمل کس قدر تکلیف دہ ہوتا ہے۔ اس میں وقت بھی صرف ہوتا ہے، بلکہ یوں کہنا چاہیے کہ وقت ضائع ہوتا ہے۔ اس کے لیے سنہری اصول یہ ہے کہ ہر چیز کی جگہ مقرر کر لیں اور اس کو وہیں رکھیے۔ یوں آپ بہت سی غیر ضروری پریشانیوں سے محفوظ رہیں گے اور وقت بھی ضائع نہیں ہوگا۔

### فیصلے

جب آپ مختلف کاموں کے لیے وقت کا تعین کرنا شروع کرتے ہیں تو آپ کو پتہ چلتا ہے کہ دستیاب وقت میں آپ کو زیادہ کام کرنے ہیں۔ چنانچہ اب آپ کو فیصلہ کرنا ہوگا کہ کون سا کام کرنے کا ارادہ آپ ترک کر سکتے ہیں، کیا کام آپ ملتوی کر سکتے ہیں اور کون سا کام آپ کسی اور کے حوالے کر سکتے ہیں یا آخر میں کسی اہم ترین کام کے لیے آپ کے پاس کتنا وقت بچتا ہے....؟

اگر اب بھی وقت کم ہو تو اپنے کام کو کئی حصوں

مارچ 2015ء

امریکن مارکیٹ میں

اپنے کاروبار کے فروغ کیلئے

ایک بہترین ذریعہ

ہفت روزہ

نیوز پاکستان

امریکہ کا سب سے زیادہ پڑھا جانے والا اردو اخبار

Weekly

NEWS PAKISTAN

Contact:

Ph: 718-558-6080 Fax: 718-558-6079

Email: newspakistan@aol.com

248-04 Hookcreek Blvd. Rosedale, New York-11422 USA

نیوز پاکستان

106

Copied From Web

# مہنگائی کو دانش مندی سے قابو کریں!

مشکل تھی ہے لیکن یہ بڑی مشکل کا حل بھی ثابت ہوتی ہے۔ آپ نے خود سے طے کر لیتا ہے کہ ہر مہینے کچھ بھی ہو جائے، آپ نے کسی نہ کسی طرح ایک مقررہ رقم بچانی ہے۔ آپ کی تنخواہ جتنی بھی ہو، اس میں آپ نے یہ طے کر لیتا ہے کہ جو آپ نے بچت کرنی ہے وہ آپ کی تنخواہ کا حصہ ہی نہیں۔ یہ بس ایسا ہی ہے جیسے کسی نے آپ کے پاس لمانت رکھوا دی ہے، جس کو ہاتھ نہیں لگانا۔ آپ دیکھیں گے کہ کچھ عرصے بعد آپ کسی بھی اچانک آنے والے اخراجات سے اچھی طرح اور آسانی سے نمٹ لیں گے۔

بفقتے میں ایک مہینہ خریداری سبزیوں کی قیمتیں تیزی سے اوپر نیچے ہوتی رہتی

ہیں۔ خاص طور پر پیاز، ٹماٹر

اور آلو وغیرہ۔ کوشش

کریں کہ ہفتے میں ایک

مرتبہ جمعہ بازار یا اتوار

بازار سے خریداری

کریں۔ اگر آپ کو

لگے کہ بھاؤ نیچے آیا ہوا

ہے تو ایک ساتھ

خریداری

کریں۔ خاص

طور پر لہر



عام آدمی پر ہر آنے والا دن پہلے دن کے مقابلے میں بھاری گزر رہا ہے۔ ہر نئے دن کا سورج پہلے سے زیادہ مہنگائی کی تہمت لے کر طلوع ہوتا ہے، لیکن تنخواہ دار طبقے کی تنخواہیں یا تو سال ہا سال نہیں بڑھتی ہیں یا پھر بڑھتی ہیں تو مہنگائی کے تناسب سے نہیں بڑھتی۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ لوگوں کے اخراجات ان کی آمدنی کی چادر

سے بڑھنے لگتے ہیں مہینے کی آخری تاریخوں میں تو فوبت دوسروں کے آگے ہاتھ پھیلانے کی بھی آجاتی ہے۔ ایڈوانس تنخواہ کے مطالبے ہونے لگتے ہیں۔ اس دوران اگر کسی عزیز کی شادی آجائے، کہیں آنا جانا پڑ جائے تو صورتحال اور پریشان کن ہوتی ہے۔ آدمی کی سمجھ میں نہیں آتا کہ وہ کرے تو کیا کرے...؟ مگر یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ ہم میں سے اکثریت اپنی زندگی میں منصوبہ بندی کی ضرورت ہی محسوس نہیں کرتی۔ جب تک سرپرست پانی نہیں گزرتا ہم کسی چیز کی حساسیت اور اس مسئلے کی گہرائی کا اندازہ نہیں لگاتے۔ ہم آنے والے حالات کا مقابلہ کرنے کے لیے پہلے سے تیار نہیں ہوتے۔ آئیے... ہم آپ کو آج کچھ موٹی موٹی باتیں بتاتے ہیں۔ ہو سکتا ہے کہ یہ آپ کے سامنے مسائل کا حل نہ ہوں لیکن اگر تدبیر کی جائے تو زندگی میں آسانیاں مانی جاسکتی ہیں۔

بچت کی عادات ڈالیں

ہو سکتا ہے کہ یہ آپ کے لیے بھسا پنا ہملہ ہو۔ لیکن یقین جانیں یہ انتہائی کارآمد نسخہ ہے۔ بچت واقعی

اور پھر مینے کے آخر میں ایک ایک روپے کے لیے پریشان ہوتے ہیں۔ ایسا نہ کریں، اعتدال کا دامن کبھی ہاتھ سے جانے نہ دیں۔

### موسمی سبزیوں اور پھلوں کا استعمال

کوشش کریں کہ صرف موسمی پھل اور سبزیاں ہی استعمال کریں، کیونکہ بے موسم کے پھل اور سبزیاں مٹھے داسوں فروخت کیے جاتے ہیں۔ آپ چاہیں تو مٹر وغیرہ جب سستے ہوں تو انہیں محفوظ کیا جاسکتا ہے۔ انہیں پلاسٹک کی تھیلیوں میں فریج میں رکھا جاسکتا ہے، لیکن میزن کے بعد یہ بہت مٹھے ہوتے ہیں۔ اس لیے کوشش کریں کہ ہمیشہ سبزیاں موسمی ہی استعمال کریں۔ اس سے بھی اچھی خاصی بچت ہو سکتی ہے۔

### مہمان داری اور گھہر پر تیاری

اگر ہاتھ میں پیسے ہوں تو مہمانوں کی آمد ناگوار نہیں گزرتی۔ اس کے باوجود کچھ باتوں پر عمل کرنا زیادہ بہتر ہے۔ مثال کے طور پر بازار سے مٹھے اسٹیکس خریدنے کے بجائے انہیں گھر میں بنائیں۔ مہمانوں کی آمد پر مٹھے سافٹ ڈرنکس کے بجائے لیموں کا شربت یا کوئی اور شربت پیش کیا جاسکتا ہے۔ روٹ، سموسے، پیزا اور کباب وغیرہ گھر میں بنا کر رکھیں۔ اگر آپ کے مہمان کھانے پر آرہے ہیں تو متوازن بچٹ بناتے ہوئے سبزی اور گوشت کی ایک سے دو ڈشیں تیار کریں۔ چٹنی، سلاد اور راستے سے کھانے کو پرکشش بنائیں۔ اس طرح چھوٹی چھوٹی باتوں پر عمل کر کے مہنگائی کو گھر پر ہی کسی حد تک اپنی سمجھداری سے قابو کیا جاسکتا ہے۔



تعمیراتی کام

وغیرہ کیونکہ یہ کبھی دس تو کبھی اسی روپے کھلتے ہیں۔ دو وقت کا کھانا ایک ساتھ۔

دو وقت کا کھانا اکٹھا بنانے سے خاطر خواہ بچت ہو سکتی ہے۔ دن کے وقت جو بھی گوشت یا وال بنائیں، رات کو اسے چاولوں یا روٹی کے ساتھ استعمال کریں۔ کہتے ہیں کھایا پیا کس نے دیکھا، لیکن پہنا سب دیکھتے ہیں۔ اس کا مطلب یہ نہیں کہ آپ کبھی اچھا کھائیں ہی نا لیکن ضروری نہیں کہ ہر کھانے میں گوشت کی ایک ڈش موجود ہو۔ آپ سبزی کھانے کی بھی عادت ڈالیں۔ یہ نہ صرف صحت کے لیے بہتر ہیں بلکہ نسبتاً سستی ہوتی ہیں اور اس سے اچھی خاصی بچت ہو سکتی ہے۔

### سبزیاں گھہر پر

### آگائی جاسکتی ہیں

پودینہ، ہرا دھنیا، ہری مرچیں، لیموں اور توری سمیت کئی سبزیاں گھلوں میں آسانی آگائی جاسکتی ہیں۔ اس طرح ذرا سی محنت سے ماہانہ بڑی رقم بچائی جاسکتی ہے اور خاص طور پر اگر آپ کے گھر میں کوئی کیاری ہے، یا اتنی جگہ ہے تو اس سے بہتر کوئی اور چیز ہو ہی نہیں سکتی۔ یہ نہ صرف آپ کے پیسے بچائیں گی بلکہ آپ کو نئی لذت سے بھی روشناس کرائیں گی۔ تازہ سبزی کا مزہ کیا ہوتا ہے یہ تو کوئی ان سے پوچھے جو یہ سبزیاں کھاتے ہیں۔

### گھہر کے کھانے کی عادت ڈالیں

اپنے شوہر، بھائی، بیٹے اور بیٹی وغیرہ کو گھر سے کھانا تیار کر کے دیں۔ باہر سے کھانا مہنگا پڑتا ہے۔ کبھی کبھار تو خاندان کے ساتھ باہر جا کر کھانا کھانا ٹھیک ہے لیکن اسے اپنی عادت نہ بنائیں۔ اس طرح کے معمولات آپ کے بچٹ کو شدید متاثر کرتے ہیں۔ آپ تین چار ہزار ایک وقت میں اڑا دیتے ہیں

# بڑے ہوتے ہیں بچے کے جذبات کو سمجھنے میں

فکر کرنا چاہتا ہے۔ وہ اپنے خیالات کی قدر افزائی چاہتا ہے۔ اس مرحلے پر جب اسے والدین کی جانب سے کچھ پابندیوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے تو وہ ان سے جھگڑنے لگتا ہے۔ والدین جو کہ اس پورے دور میں اس کے ہمراہ ہوتے ہیں اس عمر کے پیچیدہ انداز و اطوار سے اچھی طرح واقف ہوتے ہیں۔ والدین بچے کی حفاظت اور تحفظ کے لیے اسے کچھ حدود کا پابند بنا دیتے ہیں۔ یہ نو عمر سخت غصہ کا اظہار کرتے ہوئے والدین کی ہدایات پر کان نہیں دھرتا اور ان کی ہدایتوں اور نصیحتوں کو ایک ناخوش گوار مزاحمت اور رکاوٹ کے طور پر لیتا ہے۔ بچہ سوچتا ہے کہ اس کے والدین شاید اسے سمجھ ہی نہیں سکے ہیں اور والدین سمجھتے ہیں کہ ان کا بچہ بے وقوف ہے۔ یہاں

پھر وہ والدین ہی ہیں جنہیں نو عمروں کی تمام حماقتوں کو گوارا کرنا پڑتا ہے اور وہ اپنے غصیلے اور خٹاپے کی دلجمعی اور غصہ ٹھنڈا کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔

ایک اور اہم چیز جسے والدین عموماً یا تو فراموش کر دیتے ہیں یا نظر انداز وہ ہے تفریح اور کھیل کی صورت میں مثبت سرگرمیوں کی اہمیت۔ عنوان شباب میں بچہ گرم لال دھات کی مانند ہوتا ہے۔ تھوڑی سی کوشش اور سعی سے اس کی توانائیاں تعمیری کاموں میں لگائی جاسکتی ہیں۔ جیسے پینٹنگ،

بچے اس کائنات کی سب سے حسین اور انمول ہستی ہے، بچہ انسانی رویہ کے نشاۃ پہلوؤں سے بے خبر، تشدد اور نفرت سے پاک، اپنے والدین کی بنائی ہوئی دنیا میں خوش اور مگن ہوتا ہے، مگر جوں جوں وہ بڑھنے لگتا ہے اس کے اندر تبدیلیاں رونما ہونے لگتی ہیں، یہ تبدیلیاں تیرہ سے انیس سال کے درمیان زیادہ نمایاں ہو جاتی ہیں۔ یہی دور عنوان شباب کہلاتا ہے۔ انسانی عمر کا یہ عرصہ تمہایت نازک اور اہم ہوتا ہے جب کردار کی تبدیلیاں بچے کے مختلف تعلقات پر اثر انداز ہوتی ہیں۔ اب بچہ اپنی شناخت اور تاثرات کا اظہار چاہے گا۔ وہ دوسروں پر انحصار کی بجائے خود کو بائع ثابت کرنے اور اپنی انفرادی شناخت کے لیے برسرِ پیکار ہو گا۔



انسانی کردار اور رویوں پر کئی چیزیں اثر انداز ہوتی ہیں۔ مثلاً

ماحول، تربیت، مشاورت، والدین اور بچے کے درمیان گفتگو اور ہم آہنگی و مطابقت وغیرہ۔ بالغ عمری میں ہارمونز کے بھی نو عمر کے رویے پر گہرے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ عنوان شباب میں انسانی جسم میں مٹابولزم کی شرح انتہائی بلند ہوتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ عمر کے اس دور میں بچہ توانائی سے بھرپور جو شیلہ اور سرگرم ہوتا ہے۔ جارحیت پسندی کا اس پر غلبہ ہوتا ہے اور وہ نیا پر نئے زاویے سے غور و



کے اندر جذبات اور احساسات کا جو سمندر موجزن ہوتا ہے وہ اپنے اظہار کے لیے کوئی غلط راہ تلاش کرنے اور جذبات کی تسکین کی خاطر جرائم کی طرف راغب ہو کر تشدد کی راہ اپنا سکتا ہے۔

ایک بہت اہم عنصر والدین اور بچے کے درمیان رابطہ ہے۔ بیشتر والدین اگرچہ بچے کے سیکھنے کے عمل میں پوری طرح شریک رہتے ہیں، مگر اپنے اور بچے کے مابین باہمی عمل کی اہمیت کو نہیں سمجھتے۔ والدین کو یہ حقیقت معلوم ہونی چاہیے کہ ان کے بچے ان کی اپنی ذمہ داری ہوتے ہیں۔ انہیں دنیا کے نشیب و فراز سے آگاہ کرنا ان کے فرائض میں شامل ہے۔ ایسے والدین جو دیگر معاملات میں خود کو بہت زیادہ وقف کر لیتے ہیں، مگر بچوں کو نظر انداز کر دیتے ہیں۔ ان کے بچے عموماً خوفزدہ، اداس اور سونے اور کھانے کی بیماریوں میں مبتلا رہتے ہیں۔ ایسے والدین کو اپنی ترجیحات کا درست تعین کرنا چاہیے۔ بچوں کو مناسب وقت دینے اور توجہ و نگہداشت کے ذریعے انہیں دور بوجھ کی تکلیف و تجربات سے محفوظ رکھ سکتے ہیں۔ مختصر یہ کہ نوجوانی کا دور آزاد رہنے، آزادی سے کام کرنے اور نمایاں ہونے کی خواہش کہلاتا ہے۔ غیر مہذبانہ اور سخت سلوک سے ان کے جذبات کو دبانا نہیں چاہیے بلکہ مہربانی اور مدد دہی کے ساتھ ان کے جذبات کا احترام کرنا چاہیے۔ اس طرح وہ ہمارے معاشرے کا ذوق شعور، فہم اور کارآمد فرد بن سکتے گا۔ بصورت دیگر وہ منجی کارروائیوں میں ملوث ہو کر خاندان کے ساتھ ملک و قوم پر بھی ایک بوجھ بن سکتا ہے۔



تربیتی نا اہلیت

رائٹنگ، کھیل اور موسیقی کے ساز وغیرہ۔ اس طرح وہ ایک ممتاز اسپورٹس مین کے سانچے میں ڈھل سکتا ہے یا کسی اور تخلیقی کام کا ماہر بن سکتا ہے۔

بچے کی مدد اور اسے دور بلوغت کی پیچیدگیوں سے باہر نکالنے کے کئی طریقے ہیں۔ نو عمروں کی تربیت کے لیے ماحول کی بڑی اہمیت ہے۔ ماحول پر سکون اور اطمینان بخش بنا کر نو عمر کو بھی پر سکون اور مطمئن رکھا جاسکتا ہے۔ یہ بچے کی پرورش کا دوسرا اہم عنصر ہے۔ مطمئن رہنے اور صبر و تحمل کی تربیت عمر کے اس دور میں بہت زیادہ بیجاں اور اضربانی کیفیات میں مبتلا ہونے سے بچاتی ہے۔

آزادی ہر انسان کا بنیادی حق ہے اور ذاتی شناخت ایک جبلی خواہش ہے۔ امیر ہو یا غریب، جوان ہو یا بوڑھا اسے ہمیشہ منصوبہ بندی کی ضرورت رہتی ہے۔ وہ اپنے کام کی حوصلہ افزائی چاہتا ہے۔ اسے اپنے کام میں آزادی کی تمنا رہتی ہے۔ آزادی سے کام کرنے کی یہ خواہش لڑکپن میں وقتاً فوقتاً ابھرتی رہتی ہے۔ یہ ایک ایسی عمر ہوتی ہے جہاں جذبات اپنے عروج پر ہوتے ہیں اور کام کو اپنی مرضی سے پایہ تکمیل تک پہنچانے کی خواہش شدید ہوتی ہے۔ بچہ محسوس کرتا ہے کہ وہ نہایت اہم ترین فرد ہے مگر اس کے والدین اسے اپنی توانائیاں استعمال کرنے کے لیے آزاد نہیں ہونے دیتے۔ وہ جن پابندیوں کا سامنا کر رہا ہوتا ہے اس پر اپنے والدین سے احتجاج کرتا ہے اور جب والدین اس کے احتجاج کو اہمیت نہیں دیتے ہیں تو بچے کی شخصیت اندرونی خلفشار میں مبتلا ہونے لگتی ہے، جو بعد میں نفسیاتی امراض کی شکل بھی اختیار کر سکتی ہے۔ نو عمر



مقام.... کمرہ امتحان....  
منظر.... ڈیسک پر بیٹھے ہوئے  
امتحان دینے والے طلباء و  
طالبات، ہاتھوں میں کوری شیٹ  
اور ذہن اس شیٹ سے بھی زیادہ  
سادہ اور کورا۔

رات بھر جاگ کر جو کچھ  
پڑھا تھا۔ وہ سب ذہن سے یوں  
غائب ہو گیا جیسے گولی کی آواز سن  
کر بیڑوں پر بیٹھی ہوئی چیزیاں  
ٹھہر سے اڑ جاتی ہیں، پھر جو ٹی  
گھڑی امتحان کے وقت کے  
خاتے کی منادی کرتی ہے، ممتحن

# امتحان کا خوف

مایوسی اور ایک بے نام سا خوف لاحق ہو جاتا ہے۔ ان  
کے اسباب ملے جلتے ہیں۔ فیملی کا ماحول، والدین کا  
رویہ اور ان کی توقعات، بہت زیادہ  
دباؤ اور خود طالب علم کی یہ  
خواہش اور آرزو کہ اس کا رزلٹ خوب سے خوب تر  
ہو۔ کچھ لوگوں پر تو یہ وقت اتنا بھاری ہوتا ہے کہ وہ  
سچ بچا ہوا پڑ جاتے ہیں۔ سخت مایوسی، افسردگی اور بد  
دلی میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ پڑھنے اور گوشہ نشین  
ہو جاتے ہیں۔



ہال میں داخل ہوتے ہیں اور سب کے ہاتھوں سے  
کایاں چھیننے لگتے ہیں۔ طلباء و طالبات کے ماتھے پر  
پسینہ کی ننھی منی بوندیں پھوٹ  
پڑتی ہیں، ہتھیلیاں پہنچ جاتی ہیں۔

امتحان سے متعلق ذہنی تناؤ ایک حقیقت  
ہے.... اگر ذہن سے سارے سوالات نکل گئے....  
اگر ذہن بالکل کورا ہو گیا.... اگر میں ٹیل ہو گیا....  
اس قسم کے خیالات نسل در نسل غالب علموں کو  
پریشان کرتے رہے ہیں اور اب جیسے جیسے دنیا میں  
مقابلہ بڑھتا جا رہا ہے یہ فرق اور تضاد اور بھی شدت  
اختیار کرتا جا رہا ہے۔ آپ کی کامیابی کا واروہ دار ان  
نمبروں پر ہے جو آپ حاصل کرتے ہیں۔ جیسے جیسے  
امتحان کے دن قریب آتے جاتے ہیں ویسے ویسے  
طالب علموں میں بے اطمینانی، کم خوابی اور بھوک نہ  
لگنے کی شکایتیں پیدا ہونے لگتی ہیں۔ ذہنی انتشار،

بچے کا پورا مستقبل داؤ پر لگا ہوا ہوتا ہے۔ اب  
ظاہر ہے جب سب کچھ داؤ پر لگا ہوا ہو تو ذہنی تناؤ میں  
بتلا ہونا ایک فطری امر ہے۔ بچوں کے مستقبل کا  
انحصار اس بات پر نہیں ہوتا کہ وہ کتنے اہل ہیں یا  
پورے سال کتنی محنت کرتے رہے ہیں یا پھر یہ کہ وہ  
اپنے تعلیمی کیریئر کے آغاز ہی سے خود کو کتنا لائق



بننے کے لیے کسی کو ہمیشہ ٹاپ کرنے کی ضرورت نہیں۔ اس کے بجائے انگریزی میں 75 سے 80 فیصد نمبروں اور بقیہ مضامین میں اس سے تھوڑا زیادہ اور اپنی صلاحیت کی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ صرف ایک مثال ہے۔

اسکولوں کو بھی اس سلسلے میں اہم رول ضرور ادا کرنا چاہیے۔ وہ بچوں کی صلاحیتوں کو چھوٹی جماعتوں سے نکھاریں۔ اگر ابتداء میں بچوں کی صلاحیتوں اور ان کی اہلیت کا اندازہ ہو جائے تو اس کی صلاحیت اور اہلیت کے پیش نظر ہی اس سے کام لیا جانا چاہیے اور اس پر محنت کرنی چاہیے۔

ماہرین یہ محسوس کرتے ہیں کہ اگرچہ مقابلے کے امتحان کو ختم تو نہیں کیا جاسکتا لیکن اسے سب کچھ بھی نہیں ہونا چاہیے۔ اسکولوں کو چاہیے کہ وہ اپنے طلباء و طالبات کو امتحانات سے پہلے کی زندگی کے لیے بھی تیار کریں جو کہ ان امتحانات سے زیادہ اہم ہے۔

ایک ماہر تعلیم کا کہنا ہے کہ ہمیں اپنے اسکولوں میں تعلیمی نیوں کے وہ سسٹم کو متعارف کرانا چاہیے۔ ایویول اور اے نیول، جیسا کہ بیرون ممالک میں رائج ہے۔ ان کے ہاں ذہیر سارے لازمی مضامین نہیں ہوتے بلکہ وہ بہت سے اختیاری مضامین کی سہولت فراہم کرتے ہیں اور طالب علموں کو اختیار ہوتا ہے کہ وہ اپنی اہلیت اور صلاحیت کے مطابق مضامین اختیار کریں انہیں ہر چھ ماہ بعد امتحانات میں ایک مرتبہ نہیں بار بار بیٹھنے کی اجازت ہوتی ہے۔

ہر بچے کی صلاحیت جدا ہوتی ہے لہذا انہیں ایک مخصوص اور غیر چنڈا ر طرز عمل کے تحت جانچا نہیں جاسکتا۔ ہمیں چاہیے کہ ہر بچوں کو ایک ایسا راہنما

ثابت کرتے آرہے ہیں بلکہ اس کا انحصار امتحان کے ان تین فیصلہ کن گھنٹوں پر ہوتا ہے اور وہی تین گھنٹے ان کی قسمت کا فیصلہ کر دیتے ہیں۔

پچھلی کارکردگی کی کوئی اہمیت نہیں ہوتی، لہذا طالب علم بننا کچھ چاہتے ہیں اور بن کچھ اور جاتے ہیں۔ جو ڈاکٹر بننا چاہتے ہیں وہ کمپیوٹر گریجویٹ اور جو انجینئرنگ کے شعبے میں کمال دکھا سکتے ہیں وہ مواصلات کے شعبے میں چلے جاتے ہیں۔ والدین کی غیر فطری توقعات اور طالب علم کے ذہنی تناؤ کو بھی اس میں شامل کیا جاسکتا ہے جن میں کئی گنا اضافہ ہو جاتا ہے۔

اس مسئلہ کا حل خود گھر میں موجود ہے چنانچہ گھر ہی سے اس کے حل کا آغاز ہونا چاہیے۔

والدین بچے پر اپنی توقعات اور خواہشات کا بوجھ نہ ڈالیں۔ بچے کی آدمی فکر اور پریشانی اس وقت دور ہو جاتی ہے جب وہ اپنے والدین کو اپنی کارکردگی کی طرف سے بالکل مطمئن پاتا ہے۔ لہذا والدین کو چاہیے کہ وہ بچے کو یقین دلا کر اس کے اعتماد میں اضافہ کریں۔

والدین کو اس امر سے آگاہ ہونا چاہیے کہ اگر بچے کی کارکردگی مساوی سے بھی کم ہے تو متبادل آپشن کی ایک وسیع رینج موجود ہے۔ کیریئر کے بارے میں صلاح و مشورہ اور غور و خوض میں مددگار ثابت ہو سکتا ہے۔ اب محض میڈیسن یا انجینئرنگ ہی کیریئر کا واحد انتخاب نہیں رہ گیا۔ یہ سمجھنا بہت اہم ہے کہ صرف اعلیٰ درجے کے کالج میں داخلہ بھی کامیابی کی ضمانت نہیں ہے جہاں کم سے کم نوے پچانوے فیصد مارکس کی ضرورت ہوتی ہے۔ سخانی

ماحول عطا کریں کہ جس سے ان کی صلاحیتیں ابھر کر

سامنے آئیں اور وہ اپنی صلاحیتوں کو اس شعبے میں بروئے کار لائیں جس سے انہیں دلچسپی ہو، لیکن بیشتر مدارس تسلیم کرتے ہیں کہ ہر چند یہ کہ وہ تبدیلی لانا چاہتے ہیں لیکن سسٹم سے ان کے ہاتھ بندھے ہوئے ہیں۔ امتحانی بورڈ کے قواعد و ضوابط، یونیورسٹی میں داخلہ کے لیے رہنما مخلوط وغیرہ وغیرہ۔ چنانچہ ان کے پاس سوائے اس کے کوئی چارہ نہیں کہ وہ بورڈ کے طے کیے ہوئے قواعد و ضوابط کی تقلید کریں۔

چند مفید مشورے

♦.... اسباق کو دوہرانے کا ایک منصوبہ بنائیں اور اس پر سختی سے عمل کریں۔ خود کو اتنا وقت دیں کہ پورا کورس دوہرا سکیں۔ ترجیحاً دو مرتبہ۔

♦.... دماغ کو سکون پہنچانے کے لیے لہنا ذہن کسی بھی شے پر مرکوز کریں۔ مراقبہ، یوگا وغیرہ یا کوئی بھی ایسی مشق جس سے آپ کی توجہ دوسری طرف مبذول ہو۔ یہاں آپ کے ذہن کے تناؤ اور کشیدگی کو کم کرنے اور ذہن کو مرکوز کرنے میں مددگار ثابت ہوگی۔

♦.... اپنے ٹیچر یا ٹیوٹر سے مدد لیں۔ ان سے پوچھیں کہ کورس کس طرح دوہرائیں اور کس طرح امتحان کی تیاری کریں۔

♦.... پوری نیند لیں، پیٹ بھر کر کھائیں اور تھوڑی بہت ورزش کریں۔

♦.... حتی المقدور محنت کریں۔ انسان کوشش ہی کر سکتا ہے۔ اس سے زیادہ تو کوئی کچھ نہیں کر سکتا۔



♦.... جس طرح دکھ ہانٹنے سے اس کی شدت میں کمی آجاتی ہے اسی طرح اگر مسئلے کو بانٹا جائے تو وہ آدھا رہ جاتا ہے۔ اگر آپ ذہنی کشیدگی میں مبتلا ہیں تو اپنا مسئلہ کسی ایسے شخص سے بیان کریں جس پر آپ بھروسہ کرتے ہوں، آپ یقیناً بہتر محسوس کریں گے۔

♦.... نوٹس بناتے وقت لال روشنائی بھی استعمال کریں۔ لال روشنائی سے لکھے ہوئے الفاظ نسبتاً تا دیر

### تاج محل کا حسن ماند پڑنے لگا



امریکی یونیورسٹی جارجیا انسٹی ٹیوٹ آف ٹیکنالوجی کے سائنسدان پروفسر مائیک برجن نے ایک تحقیق کی ہے جس میں انکشاف ہوا کہ تاج محل کے ارد گرد کے علاقے میں ایلے اور لکڑیاں جلانے سے بننے والی گیس اور دیگر آلودگی سے پیدا ہونے والی گیسوں کے ذرات سفید سنگ مرمر کے اوپر چپک رہے ہیں۔ اس کی سطح پر براؤن کاربن، سیاہ کاربن اور مٹی کے ذرات جمع ہو رہے ہیں جس کی وجہ سے عمارت کا رنگ تیزی سے دھندلا رہا ہے، خصوصاً براؤن کاربن الٹرا وائٹ روشنی کو جذب کرتی ہے جس کی وجہ سے عمارت کا رنگ سفید کی بجائے بھورا اور خیالاً نظر آتا ہے۔

# صحت و علاج میں زندگی



آج دنیا بھر میں ہزاروں متبادل طریقہ ہائے علاج موجود ہیں۔ ان میں رنگ، روشنی، موسیقی، سانس، مقناطیس، پتھر و جواہرات، پانی، خوشبو اور جڑی بوٹیوں سے علاج وغیرہ شامل ہیں۔ اس کے علاوہ یوگا، ریکی، مراقبہ، ایکو پیچر، ایکوپریشر، ریفلکسولوجی، پیسوتھراپی، شیاٹسو، ایکزیٹنڈر تکنیک، آپورویڈ، فینگ شوئی، ٹائی جی، آئیڈیولوجی، کاسٹیسولوجی، مساج، کی کوئنگ وغیرہ بھی متبادل طریقہ علاج میں شامل ہیں۔



## فینگ شوئی 風水

Feng Shui 風水



فینگ شوئی ایک قدیم سائنس ہے۔ اس کا تعلق چین سے ہے۔ فینگ شوئی کے ذریعے تزئین و آرائش میں معمولی تبدیلی سے فطرت کے اصول آپ کے گھر یا کام کی جگہ میں رو بہ عمل ہو سکتے ہیں۔ اس سے ذہنی یکسوئی کے ساتھ ساتھ آمدنی میں بھی نمایاں اضافہ ہو سکتا ہے۔ روحانی ڈائجسٹ کے قارئین کے لیے ان صفحات پر چین کے معروف متبادل طریقہ علاج فینگ شوئی پر تحریر۔



گزشتہ سے پیوستہ

فرہاد اپناٹک عشبہ کے گھر پہنچ گیا۔ وہ اس کا فون ریسیو نہیں کر رہی تھی اور فرہاد کے لئے اس سے بات کرنا شد ضروری تھا۔

دروازے پر فرہاد کو دیکھ کر فضا کا چہرہ کل اٹھنا۔  
 ”فرہاد بھائی آپ.... تھیک گا آپ آئے تو سہی۔“ اس نے جلدی سے پورا دروازہ کھول دیا۔  
 ”اٹکل ہیں گھر پر۔“ اس نے رکھی طور پر پوچھا۔  
 ”نہیں وہ تو آفس میں تھا۔ ہاں ماما باقی ہیں۔ اے اندر تو آئیے....“ وہ اس کا ہاتھ پکڑ کر اندر لے گئی۔

مسر رحمان کے لئے فرہاد کی موجودگی کسی حیرت سے آم نہ تھی اور عشبہ.... اسے کچھ سمجھ نہیں آ رہا تھا کہ وہ فرہاد سے کیا بات کرے گی۔  
 ”آئی بہت آپ کی اجازت ہو تو میں عشبہ سے ملنا چاہتا ہوں۔“ فضا عشبہ کو ستویں کرنے میں ناکام رہی تھی۔

”بیٹا تم تو جانتے ہو کہ وہ کتنی حساس ہے۔ اس وقت وہ انجمن کا ٹھکانہ ہے کہیں کوئی بات تمہارا دل دکھا دے شاید اسی لئے خٹے سے کتراری ہے۔“ مسر رحمان عشبہ کی حالت بیان کرنے لگتا۔

”آئی جو ہوا ہے اب اس سے زیادہ کیا دل دکھائے گی میرا“ مسر رحمان نے اس کے لہجے میں درد کو واضح طور پر محسوس کیا۔

”تم چاہو تو اس سے کمرے میں جا کر مل لو۔ میری طرف سے اجازت ہے۔“ وہ کھڑی ہو گئیں۔  
 ”جی شکر یہ آئی۔“

دروازے پر ہونے والی دیکھ۔ عشبہ کو فرہاد کے آنے کا پتہ دے رہی تھی۔ وہ جاتی تھی اگر باہر نہ گئی تو وہ اندر چلا آئے گا۔ وہ اپنے دونوں ہاتھوں کی انگلیاں ایک دوسرے میں ٹھسائے کئیگز بیٹھی تھی۔  
 ”تو اب شکل بھی نہیں دیکھنی۔“ فرہاد نے درد سے کہا۔ عشبہ نے نظر اٹھا کر فرہاد کی طرف دیکھا اور پھر اسے خود پر ضبط نہ رہا۔ وہ بے اختیار رو پڑی۔

فرہاد سے اس کا رونا نہیں دیکھا جا رہا تھا۔ ”کیا ہو گیا ہے تمہیں....“ کیا کر رہی ہو اپنے ساتھ۔؟ ام سے ام مجھ سے بات تو کرو۔ آخر ایسا کیا ہوا کہ تم مجھ سے بات کرنے کی بھی روادار نہیں۔“ فرہاد نے شکایتوں کا دفتر کھول دیا۔

شایینہ جمیل

”نہیں فرہاد آپ سے کچھ نہیں بولا کج تو یہ ہے کوئی بھی قصور وار نہیں۔“

”تو پھر کوئی تو وجہ ہے نہ اس سب کی۔“  
 ”بس نہ جانے کیوں میں آپ کے گھر میں خود کو کفر نبیل محسوس نہیں کرتی۔“  
 ”کیا مطلب؟“

”مطلب یہ کہ مجھے وہاں گھبراہت ہوتی ہے۔ وہاں جاتی ہوں تو آپ سے چڑنے لگتی ہوں اور پھر رات بھر ڈراؤنے خواب مجھے اذیت میں مبتلا رکھتے ہیں۔ آئی ایم سوری فرہاد.... مگر مجھے کچھ بھی سمجھ نہیں آ رہا میرے ساتھ کیا ہو رہا ہے۔“

”تو تم نے مجھے یہ سب بتایا کیوں نہیں؟“ فرہاد کا لہجہ نرم پڑ گیا۔  
 ”کب بتاتی.... آپ آج کل پہننے سے زیادہ معروف ہوتے ہیں اور کج تو یہ ہے کہ کیا بتاتی۔“ وہ

نیکوئی اور نیکوئی

زندگی میں بہتری لانے میں مصروف ہیں۔ مسز غیاث نے تعریفوں کے ہلکا باندھ دیئے۔  
 ”میری مائیں بھائی صاحب تو آپ چل کر ان سے مل لیجئے۔ یقین کیجئے آپ کو بہت تسلی ہوگی اور انشا اللہ اس مسئلے کا حل بھی نکل آئے گا۔“

مسز غیاث رحمان صاحب کو اپنے ایک جاننے والے مولوی صاحب سے ملوانے پر ہند نہیں۔  
 ان کی اتنی تعریفیں اور مسز غیاث کے اتنے اصرار کے بعد انکار کی گنجائش نہ تھی۔



ویسے تو خان صاحب کا اپورٹ ایکسپورٹ کا بزنس ہے۔ مگر ان کے دم سے شقایا بی اور دیگر متبادل طریقہ علاج کی وجہ سے مسز غیاث ان کو مولوی صاحب کہا کرتی تھیں۔ مسز غیاث کے فون کرنے پر پتہ چلا کہ وہ کسی ورکشاپ کے سلسلے میں باہر جا رہے ہیں۔ اس لئے ملاقات بند ہے۔ مگر خاندانی مراسم ہونے کی وجہ سے وہ انکار نہ کر سکے اور اور پھر ان کی میٹنگ رحمان صاحب کے گھر پر ہی ملے کروادی گئی۔

رحمان صاحب ان سے مل کر بہت مطمئن ہوئے وہ ان کی شخصیت سے متاثر ہوئے بغیر نہ رہ سکے انہوں نے کچھ دیر مشرب سے بھی ایک تفصیلی ملاقات کی۔ وہ اس سے اس کے مشاغل اور فرہاد سے اس کی دوستی سے متعلق کئی باتیں پوچھتے رہے۔

مشرب نے بھی ہر بات مختصر انہیں سچ سچ بتادی۔ اس دوران وہ گھر کا بھی جائزہ لے رہے تھے۔ انہوں نے فرہاد کے حوالے سے بھی کچھ ضروری معلومات مسز غیاث سے حاصل کیں۔

وہ مشرب سے مل کر بہت خوش ہوئے ”ماشاء اللہ آپ کی بیٹی بہت ذہین ہے۔“ بیگم رحمان تو پھولے نہیں

بچکیاں لے کر رونے لگی ”بس مجھے شادی نہیں کرنی۔“  
 ”لیکن یہ کوئی معقول وجہ تو نہیں۔“ فرہاد کے لہجے میں الجھن تھی، مگر مشرب کے پاس سوائے آنسوؤں کے کوئی اور جواب نہ تھا۔



”کیا ہو گیا ہے یہ سب کچھ؟ کس کی نظر کھا گئی میری بچی کو۔“ مسز رحمان نے رونا شروع کر دیا۔  
 ”مجھے تو لگتا ہے کسی نے جادو کر وادیا ہے ہمارے بچوں پر۔“ مسز غیاث بولیں۔ وہ فرہاد کو یوں مایوس دیکھ کر مشرب سے ملنے آئیں تھیں۔ مشرب انہیں بہت عزیز ہو گئی تھی۔

رحمان صاحب نے ایک نظر ان کی طرف دیکھا۔ وہ ان کی نظر کا مطلب سمجھ کر جلدی سے بولیں ”ارے بھائی صاحب جادو نو نہ کوئی وہم نہیں حقیقت ہی ہے اور پھر سوچئے ہماری مشرب کوئی تم عقل یا بیوقوف لڑکی تو نہیں جو کسی کہنے میں آسانی سے آجائے۔ دونوں کی تین سال پرانی دوستی ہے۔ ایک دوسرے کی ہر بات سمجھتے ہیں۔ جان چھڑکتے ہیں اور سب سے بڑھ یہ کہ ایک دوسرے سے پیار کرتے ہیں۔ اب ایسے رشتوں میں چھنے والے کوئی تم تو نہیں ہوتے نا۔“ انہوں نے بڑی تفصیل سے اپنے شک کی توجیہ بیان کر دی۔

بات ان کی معقول تھی۔ وہ خاموش سوچتے رہے۔  
 ”اگر آپ لوگ برانہ مانے تو میں ایک صاحب کو جانتی ہوں بہت نیک اور عبادت گزار ہیں۔“ انہیں چپ دیکھ کر مسز غیاث نے حل پیش کیا۔

”میرا مطلب ہے اللہ تعالیٰ نے ان کی دعا میں بڑا اثر رکھا ہے۔ ان کے دم سے تو کئی مریض شقایا ہو ہی جاتے ہیں ساتھ ساتھ وہ لوگوں کے دیگر ذہنی اور گھریلو مسائل کا حل بھی بتاتے ہیں۔ سچ تو یہ ہے کہ لوگوں کی

”کیا کوئی جادو ٹونہ یا اللہ خیر....؟“ مسز غیاث بولیں

”ارے نہیں بالکل نہیں۔ آپ کو شاید یاد ہو تین چار مہینے پہلے ہم نے کچھ باتیں انٹری ڈیکور اور زیبائش سے متعلق کیں تھیں جس میں ہم نے فینٹ شوئی کی ساتیس سے آپ کو متعارف کروایا تھا۔“

”جی ہاں کچھ کچھ یاد ہے۔ بہت دلچسپ موضوع تھا۔“

”اس کا مطلب آپ نے سب کچھ دلچسپی سے سنا مگر گھر کی تزئین و آرائش میں اس کا بالکل خیال نہ رکھا۔“ وہ شاکی لہجے میں بولے۔

”جی بھائی صاحب۔ بس خیال ہی نہیں رہا۔ ویسے کچھ صحیح طرح یاد بھی نہیں۔“ مسز غیاث غجالت سے بولیں۔

”مگر ابھی فینٹ شوئی کا ذکر کہاں سے آگیا۔“ فرہاد بے چینی سے بولا

”ارے بیٹا یہی تو اصل جڑ ہے۔“  
”انکل پلیز کھل کر بات کیجیے۔ مجھے اب بے تابی ہو رہی ہے۔“

”جانتا ہوں بیٹا۔ اس لئے پہلے تمہید باندھ رہا تھا۔ خیر اب تم پہلے میری پوری بات سنا اور پھر کوئی رائے یا

سوال کرنا۔ ٹھیک۔“ وہ سنجیدگی سے بولے

فرہاد اثبات میں سر ہلا کر مزید قریب ہو کر بیٹھ گیا۔ ”دراصل بیٹا اس میں کوئی شک نہیں کہ تمہارے

کمرے سے باہر کا نظارہ بہت خوبصورت ہے۔ شام میں ڈوبتا ہوا سورج بہت دلقریب منظر پیش کرتا ہے مگر

تمہیں اپنا ریلیشن چھاننے کے لئے ڈوبتے سورج کی نہیں بلکہ ابھرتے سورج کے نظارے کی ضرورت ہے۔“

”انکل....“ فرہاد لجاجت سے بولا۔ ”مجھے کچھ

فرہاد لجاجت سے بولا۔ ”مجھے کچھ

سائیں، مسز غیاث چپک کر بولیں ”بھائی صاحب میری ہونے تو اپنا گھر بھی بہت خوبصورت بنوایا ہے۔ آپ دیکھیں گے تو حیران رہ جائیں گے۔“

مسز غیاث کے عیش کو بہو کہنے پر رحمان صاحب کے چہرے پر مسکراہٹ پھیل گئی۔ انہوں نے دل ہی دل میں اللہ کا شکر ادا کیا۔ ”ارے تو پھر دیر اس بات کی میں بھی گھر دیکھنا چاہوں گا۔ اچھا ہے میری ایک ملاقات فرہاد سے بھی ہو جائے گی۔“

”کیوں بھابھی فرہاد تو گھر پر مل جائے گا نا۔“ ان کے اچانک کھڑے ہو جانے پر سب تھوڑے حیران ہوئے۔ مگر پھر مسز غیاث نے فوری ہائی بھری۔ ”ہاں

ہاں ضرور۔ جب تک ہم پہنچیں گے وہ بھی آفس سے گھر پہنچ چکا ہو گا“ وہ گاڑی کی چابی نکال کر کھڑی ہو گئیں۔

گھر پہنچ کر سب سے پہلے انہوں کو دیکھنے کی خواہش ظاہر کی۔ وہ کافی دیر کمرے کا جائزہ لیتے رہے۔

اور پھر ڈرائنگ روم میں بیٹھے ہوئے چائے کے دوران فرہاد سے بہت سی باتیں بھی کیں۔

”خان صاحب....! آپ نے کیا دیکھا مسند کہاں ہے۔“ کافی دیر گزرنے کے بعد جب خان صاحب کسی طرح کی کوئی بات نہ کی تو مسز غیاث سے رہانہ لیا۔

”بھابھی مجھے یقین ہے کہ آپ میری بات مثبت انداز میں سمجھیں گی۔“

”جی بالکل بھائی صاحب آپ بتائیے تو صحیح“

”دراصل بھابھی عیشہ ماشاء اللہ بہت ذہین مگر بہت زیادہ حساس لڑکی ہے۔ شاید یہی وجہ ہے کہ یہ مسند

وقت سے پہلے سامنے آگیا۔“

”کیسا مسند....؟؟“ اب فرہاد کے بھی کان کھڑے ہو گئے۔

سمجھ نہیں آ رہا.... پلیز میک ایٹ ایزی“

”اوکے۔ بھئی فینگ شوئی کے اصولوں کے مطابق تو اتائی کا بہاؤ ہر سمت میں مختلف خواص لئے ہوئے ہوتا ہے جو ہماری صحت، ہمارے رزق، تعلقات اور بالخصوص ازدواجی رشتوں پر بہت زیادہ اثر انداز ہوتے ہیں۔ چونکہ یہ خواص ہم پر انفرادی طور پر اثر انداز ہوتے ہیں اس لئے ایک ہی سمت دو مختلف افراد میں مختلف اثرات پیدا کر سکتی ہے۔ ان اثرات سے زندگی کے دیگر معاملات کے مقابلے میں باہمی تعلقات زیادہ جلدی متاثر ہوتے ہیں۔“

”علشہ چونکہ ایک بہت زیادہ حساس طبیعت کی لڑکی ہے اس لئے اس پر ان کا اثر جلد سامنے آ گیا۔ اور تم دونوں شادی کے بعد کی الجھنوں سے بچ گئے، دراصل تم دونوں کے ذاتی پاکوانٹمبر کے لحاظ سے یہ سمت تم دونوں کے تعلقات سے لئے بالکل بھی موافق نہیں۔“

”وہ یہاں ڈر خوف محسوس کرے گی۔ اسے ڈرانے خواب آئیں گے اور تمہارا ذہن بھی کاروبار یا دیگر مسائل میں زیادہ الجھا رہے گا اور خود کو کام میں زیادہ مصروف پاؤ گے جو علشہ میں عدم تحفظ پیدا کرے گا اور یہ جو اتنا بڑا سا اثر انفسار مر بالکل تمہاری کمرے کے منہ پر لگا ہوا ہے یہ شاتو اتائی پیدا کرتا ہے جس کے بہت برے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔“

”انگل بھی سب تو ہو رہا ہے۔“

”میری رائے اور علم کے مطابق انہیں گراؤنڈ طور پر اس کمرے میں شفٹ کر دیا جائے“ انہوں نے ڈرائنگ روم سے متصل بڑے کمرے کی جانب اشارہ کیا۔

”مگر علشہ نے وہ بہت دل سے ہوا یا ہے۔“ فرہاد نے مزاحمت کی

خان صاحب مسکرا دیئے۔ ”ٹھیک ہے بیٹا اس کے لئے پھر میری ہدایات کے مطابق یہ تبدیلیاں کرواؤ اور ہاں دھیان رہے تمہارے کمرے کا رنگ فیشن کے مطابق تو ہے لیکن موزوں نہیں، بہت ڈل ہے اسے تو بدلوانا ہی پڑے گا۔“

”جی انکل آپ بتائے۔ میں آپ کی ہدایات پر عمل کرنے کی پوری کوشش کروں گا۔“ اسے تسلی ہوئی ”ہم....“ خان صاحب نے کچھ ضروری سامان کی لسٹ اسے دی۔ ”یہ سامان سستا بھی ہے اور با آسانی دستیاب بھی“ انہوں نے کہا اور پھر اسے کمرے میں مختلف سمتوں میں رکھنے کے لئے کہا۔ رنگ بدلنے کی ہدایات تو وہ پہلے ہی دے چکے تھے۔ مگر جس بات وہ نصرت تھے وہ مختلف جھروکوں اور کھڑکیوں کا بنوٹا تھا۔ کمرے کے دروازے کا رخ بدلا جائے جس پر وہ کسی بھی طرح کے سمجھوتے کے لئے تیار نہ تھے۔

”مگر اتنی رقم تو ہم پہلے ہی لگا چکے ہیں بھائی صاحب“ مسز غیاث پریشانی سے بولیں

”بھابھی میں تو آپ سے کہہ رہا ہوں کہ ان دونوں کے پاکوانٹمبر کے مطابق یہ کمرہ سب سے زیادہ موافق ہے۔“

”ارے بیٹا اس کمرے کا اچار ڈالو گے جب علشہ ہی ساتھ نہ ہوگی۔“ مسز غیاث نے فرہاد کو یوں سوچتا ہوا دیکھ کر سرزنش کی۔

”جی آپ صحیح کہہ رہی ہیں۔ ٹھیک ہے انکل آپ جیسا مناسب سمجھیں۔“

اور پھر گراؤنڈ فلور کے اس کمرے کو خان صاحب کی مزید کچھ ہدایات کے مطابق آراستہ کیا گیا۔ ان کی ہدایت پر اب علشہ بھی تقریباً روزی وہاں آتی تاکہ اس کی پسند کو مد نظر رکھا جاسکے۔ تقریباً ہفتہ دس دن میں

(دوستو ہمیں آپ کو یہ بتاتے ہوئے خوشی محسوس ہو رہی ہے کہ جب تک آپ اس قسط کا مطالعہ کر رہے ہوں گے تب تک یعنی فروری 2015 میں دونوں رشتہ از دو ان کے خوبصورت بندھن میں بندھ چکے ہوں گے۔  
 کارنیں! جزیل پا کوا کے ساتھ ساتھ ذاتی پا کوا نمبر کی اہمیت تو آپ سمجھ گئے ہوں گے۔ یہ نہ صرف گھریلو بلکہ کاروباری تعلقات پر بھی اثر انداز ہوتا ہے۔ آپ اپنے ذاتی پا کوا نمبر سے کس طرح اپنی زندگی میں بالخصوص تعلقات میں بہتری لاسکتے ہیں اس کا کلیہ اور آپ کے لئے موافق اور ناموافق سمتوں سے متعلق دیگر معلومات اللہ ہم آئے وہی القسط میں بیان کریں گے۔)

مسلمان کی منتقلی اور دیگر آرائش کا کام مکمل ہو چکا تھا۔ اسے آنے کیلئے کس طرح منایا گیا۔ یہ ایک الگ کہانی ہے۔ خان صاحب اب غلبہ سے ملنا چاہتے تھے۔ ان کی خواہش پر غلبہ اور تمام گھر والوں کو دعوت پر مدعو کیا گیا تھا۔

سب نے محسوس کیا غلبہ کبھی اتنی ہونی تھی عمر اس کی سب چھٹی میں تھی۔ سب سے بڑھ کر یہ کہ غلبہ شادی کے لئے مانگتی تھی۔

مسز رحمان ان تمام باتوں پر یقین نہیں کر پارہی تھیں۔ "خان صاحب کیا واقعی یہ سب اتنی اثر انداز ہوتی ہیں۔" بیگم رحمان یہ سب سے بولیں۔ خان صاحب کوئی جواب دینے بغیر منسرفراہنے۔



### ٹریفک قوانین میں رنگوں کا استعمال کیسے شروع ہوا....؟

آج سے تقریباً 200 سال قبل برطانیہ میں ریلوے انجینئروں نے ریل گاڑیوں کے لیے اشاروں کا نظام وضع کیا جس میں سرشارتی رکھنے کے لیے، سفید چلنے کے لیے اور سبز متقی محتاط رہنے کے لیے استعمال کی جاتی تھی۔ سفید رنگ کے کچھ مسائل کی وجہ سے بالآخر اسے ترک کر دیا گیا اور نئے نظام کے تحت سرشارتی رکھنے کے لیے، سبز چلنے کے لیے اور پیلا رٹھ محتاط اور تیار رہنے کے لیے استعمال کیا جانے لگا۔

انیسویں صدی کے وسط میں انگلینڈ میں گھوڑا گاڑیوں کا رٹھ بہت بڑھ گیا تو ریلوے انجینئر جون ہیک نامت نے انتظامیہ کو ریلوے کی تین روشنیاں سڑکوں پر بھی استعمال کی تجویز دی۔ ابتدا میں تو یہ نظام بہت کامیاب رہا لیکن روشنیوں کو گیس فراہم کرنے والا ایک پائپ لیک ہونے سے آگ لگ گئی اور ایک پولیس والا شدید زخمی ہو گیا۔ اس کے بعد برطانیہ میں ان روشنیوں کا استعمال بند کر دیا گیا لیکن اسی دوران امریکیوں نے انہیں کامیابی سے استعمال کرنا شروع کر دیا۔ ایک امریکی پولیس مین ولیم ایل پائلس نے 1920ء میں چوراہے میں چاروں طرف آنے والی ٹریفک کو کنٹرول کرنے کے لیے اشاروں کا نظام متعارف کروایا جس میں معمولی تبدیلیوں کے بعد یہ پہلے سارے امریکہ اور پھر ساری دنیا میں استعمال ہونے لگا۔

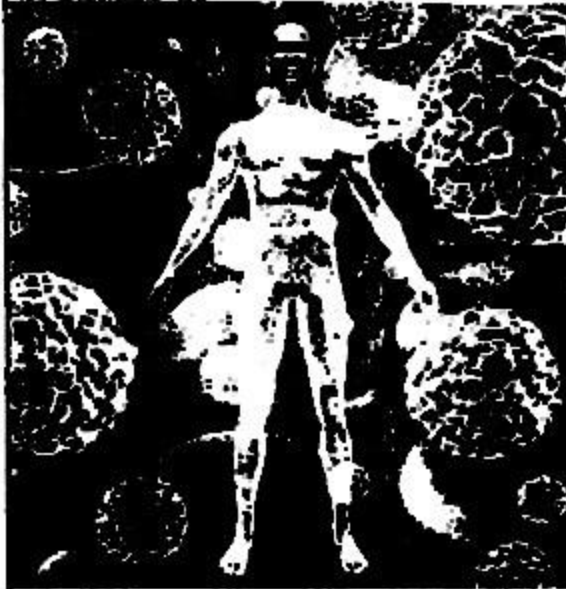






## کینسر CANCER .... اب مہلک مرض نہیں رہا.....

بروقت تشخیص سے کینسر کا علاج ممکن ہے۔



انسانی شعور نے جیسے جیسے ارتقا کے مراحل طے کیے  
ایسی متناسب سے نت نئی ایجادات منظر عام پر آتی گئیں،  
غاروں میں رہائش کے دور سے جدید مشینیں دور تک بربر  
شعبہ میں ترقی کی راہیں دکھائی دینی تھیں۔

اب شعبہ طب کو ہی لے لیجئے، کبھی جو بیماریاں جان لیوا  
تصور کی جاتی تھیں اب ان میں بیشتر کا تو دینا سے قطعاً  
ہو چکا ہے اور بعض پر قابو پایا جا رہا ہے۔

ہمان کو زندگی میں بہت سی خطرناک بیماریوں سے  
واسطہ پڑتا ہے لیکن کینسر یا سرطان کی بیماری کا خوف ہی

آدمی جان لے لیتا ہے۔ چند برس قبل آئرلینڈ میں نومر اور کینسر کی تشخیص کر دی جاتی تو وہ مائیکل جیکسوں  
کے سے زمین نکل جاتی تھی، لیکن اب نئے طریقہ علاج کی آمد سے کینسر کا علاج بھی ممکن ہو گیا ہے۔ ماہرین کے  
مطابق آئر سرطان کی بروقت تشخیص ہو جائے تو اس کا علاج ممکن ہے، مگر ہمارے ملک میں سرطان کی ابتدائی  
تشخیص کی شرح بہت کم ہے اس کی ایک بڑی وجہ عوامی آگہی کا فقدان ہے۔

چلے جاتے ہیں۔ موجودہ صورتحال کو کنٹرول نہ کیا گیا  
تو 2030 میں کینسر میں سالانہ ہلاکتوں والے افراد  
کی تعداد 2 کروڑ 60 لاکھ اور ہلاکت ہونے والوں کی  
تعداد 1.7 کروڑ سے تجاوز کرنے کا خدشہ ہے۔

طی ماہرین کے مطابق دنیا میں کینسر کی 17 فیصد  
اموات مہیچھڑوں، 11 فیصد پیٹ جبکہ 7 فیصد  
اموات چھاتی کے کینسر کی وجہ سے ہوتی ہیں۔ پاکستانی  
خواتین میں ہر سال لگ بھگ 90 ہزار سے زیادہ  
کینسر کے کیس رپورٹ ہوتے ہیں، خواتین میں

زندگی میں بہت سی خطرناک بیماریوں سے واسطہ  
پڑتا ہے لیکن کینسر یا سرطان کی بیماری کا خوف ہی  
آدمی جان لے لیتا ہے۔ پاکستان سمیت دنیا بھر میں  
کینسر تیزی سے پھیل رہا ہے۔ ماہرین کے مطابق دنیا  
بھر میں سالانہ ایک کروڑ 27 لاکھ سے زیادہ افراد  
مختلف اقسام کے کینسر کا شکار ہوتے ہیں اور ہر سال  
81 لاکھ سے زیادہ افراد کینسر کے ہاتھوں زندگی کی  
بازی ہار جاتے ہیں۔ پاکستان میں تقریباً پچاس ہزار  
افراد اس مہلک مرض کے باعث موت کے منہ میں

دوسری وجہ یہ کہ وہ کینسر کی علامات کو نظر انداز کر رہے ہیں۔

پاکستان اور خاص کر کراچی میں "کینسر" سب سے سستی بیماری ہے۔ صرف ایک روپیہ دیں اور بیماری ساتھ لے جائیں۔ زندہ رہنے کے لئے ایک روپے میں یہاں ایک روٹی نہیں ملتی، لیکن، کینسر کے ہاتھوں مرنے کے لئے ایک روپے کا سکہ ہی کافی ہے۔ سرکاری ہو، پرائیویٹ ہو یا ملٹی نیشنل کمپنی کا آفس کہیں بھی چلے جائیے، سب سے زیادہ سپاری، گنگے اور مین پوری کے ریپر آپ کو یہاں وہاں، یا کونے کھدروں میں پڑے مل جائیں گے۔ ایک روپے میں ملنے والی رخمین ٹینٹی سپاری کے رنگ برنگے ریپر، مین پوری کی واٹر پروف تھیلیاں اور گنگے کے کاغذ اور شاپرز اس بڑی تعداد میں اور یوں ہر جگہ اڑتے مل جاتے ہیں جیسے برسات کی پہلی بارش کے قطرے زمین پر بکھرتے نظر آتے ہیں۔

کیا امیر اور کیا غریب گنگے، سپاری اور مین پوری کھانے والوں میں اس طرح کی تفریق نہیں۔ یہ بری عادتیں کچھ اس طرح لوگوں کو اپنا غلام بنا لیتی ہیں کہ نقصان ہونے کے باوجود لوگ انہیں چھوڑنے اور بدلنے کو تیار نہیں ہوتے اور ہر قیمت پر جاری رکھتے ہیں.... بیشتر افراد تو یہ شکایت بھی کرتے ہوئے مل جاتے ہیں کہ اگر وہ یہ چیزیں استعمال نہ کریں تو ان کا ذہن کام ہی نہیں کرتا، ان پر سستی چھائی رہتی ہے اور دماغ سن رہتا ہے۔

گنگا کی چھالیوں میں فٹکس یعنی پھپھوندی آ جاتی ہے۔ جس کی تیزی اور کرواہٹ کو کم کرنے کے لئے اس میں مصنوعی رنگوں کی ملاوٹ کی جاتی ہے۔ توام

توام کا ہنس

بریٹ کینسر جبکہ مردوں میں پھپھندوں اور پراسٹیٹ کے علاوہ منہ کے سرطان میں تشویشناک حد تک اضافہ دیکھا گیا ہے۔

اعداد و شمار کے مطابق ہر سال اسی لاکھ افراد اس مہلک مرض کی بھیبت چڑھ رہے ہیں لیکن ان میں سے بہت سے مریض ایسے بھی ہیں جو اس بیماری کو شکست دینے میں کامیاب رہے ہیں۔ ڈاکٹرز کا کہنا ہے کینسر کی تشخیص اگر بروقت ہو جائے تو علاج میں آسانی ہو جاتی ہے اور مرض کے قابو میں آکر جسم میں پھیلنے کے امکانات کم ہو جاتے ہیں۔

کینسر ایک ایسا مرض ہے جس کی جلد تشخیص نہ ہونے سے انسان کی موت یقینی ہے۔ اگر سرطان کی بروقت تشخیص ہو جائے تو اس کا علاج ممکن ہے مگر ہمارے ملک میں سرطان کی ابتدائی تشخیص کی شرح بہت کم ہے۔ اس کی وجہ عوامی آگہی کا فقدان ہے۔

کینسر کی ابتدائی علامات میں مستقل تھکن، وزن میں اچانک کمی، درد، بخار، ہاضمے کی مسلسل خرابی اور کھانسی وغیرہ شامل ہیں۔ ماہرین طب کے مطابق کینسر کے پھیلنے کی بڑی وجوہات تمباکو نوشی، حفظانِ صحت کے اصولوں پر عملدرآمد نہ کرنا ہے۔ پان چھالیہ گنگا کینسر کی بڑی وجوہات میں شامل ہیں۔ کینسر کے خطرناک مرض سے متعلق عوام میں شعور بیدار کرنے کی اشد ضرورت ہے۔

کینسر میں اضافے کی

پہلی اہم وجہ

کینسر کی وجہ سے اکثر اموات کی وجہ یہ نہیں کہ ان کا علاج کیا جانا ممکن نہیں، بلکہ یہ ہے کہ ایک تو وہ خود جان بوجھ کر اس مرض کو اپنا رہے ہیں اور

کینسر کی یہ علامات ہیں جن پر توجہ دی جائے تو بڑے نقصان سے بچا جاسکتا ہے۔

کینسر ایک موذی اور مہلک مرض ہے، کچھ لوگوں میں اس کی تشخیص اس وقت ہوتی ہے جب اس کا علاج ممکن نہیں رہتا۔ برطانوی ماہرین صحت کا کہنا ہے کہ اگر کینسر کی ابتدائی علامات پر ہی توجہ دی جائے تو آنے والے بڑے نقصان سے بچا جاسکتا ہے۔ برطانیہ میں کیے گئے سروے میں یہ بات سامنے آئی کہ کینسر کے شکار لوگوں میں نصف نے ابتدائی علامات کو خاص اہمیت نہ دی، ڈاکٹروں سے رابطہ نہ کیا اور انہوں نے آنے والے دنوں میں بڑا نقصان کا سامنا کیا۔ آئیے آپ کو کینسر کی ابتدائی علامات بتاتے ہیں۔

- اگر آپ کو مستقل کھانسی لاحق ہو جائے تو فوراً ڈاکٹر سے ملیں کیونکہ یہ پھیپھڑوں کے کینسر کی ابتدائی علامت ہو سکتی ہے۔
- اگر آپ کے گل یا موہکے کے بننے میں تبدیلی ظاہر ہو تو یہ جلد کے سرطان کی طرف اشارہ ہو سکتا ہے۔
- آنت کے رویے میں غیر معمولی تبدیلی آنت کے کینسر کا پیش خیمہ ہو سکتا ہے۔
- اگر آپ کے منہ کے چھالے مستقل رہیں اور ٹھیک نہ ہوں تو یہ منہ کے سرطان کی ممکنہ علامت ہے۔
- اگر آپ کو کوئی چیز کھاتے ہوئے نکلنے میں مشکل ہو اور یہ علامت جاری رہے تو یہ گلے کے کینسر کی وجہ ہو سکتی ہے۔
- اگر آپ کا وزن بغیر کسی وجہ کے کم ہو رہا ہے تو ممکن ہے کہ یہ مختلف طرح کے کینسر کی ابتدائی علامت ہے۔
- اگر آپ کے مٹانے میں کوئی غیر معمولی تبدیلی آرہی ہے اور آپ کو پیشاب کرنے میں دشواری ہے تو یہ مٹانے اور پروسٹیٹ کینسر کی علامت ہو سکتی ہے۔
- جسم کے کسی حصہ میں مستقل درد بھی کینسر کی ممکنہ علامت ہے۔
- بغیر کسی ظاہری وجہ کے خون کا مسلسل رسنا مختلف طرح کے کینسر مثلاً آنت وغیرہ کی ابتدائی علامت ہے۔
- بغیر کسی وجہ کے جلد پر سرخ نشانات بننا بھی سرطان کی علامت ہو سکتی ہے۔
- ضروری نہیں کہ اوپر بیان کی گئی باتوں میں کسی ایک میں مبتلا ہونے کے بعد کینسر چھینی ہو لیکن پھر بھی ایسی صورتوں میں معالج سے مشورہ کرنا بہتر ہے تاکہ بڑے نقصان سے بچا جاسکے۔

پاکستان میڈیکل ایسوسی ایشن کے عہدیدار ڈاکٹر قیصر سجاد کا کہنا ہے "گنکا اور مین پوری کینسر اور منہ کی دیگر بیماریوں کی بنیادی وجہ ہے۔ طویل عرصے تک گنکا اور مین پوری کھانے سے مسوزوں، حلق، پھیپھڑوں، معدے اور پروسٹیٹ کینسر ہونے کے امکانات بہت زیادہ بڑھ جاتے ہیں۔"

کینسر میں اضافے کی دوسری اہم وجہ

شاید یہ کینسر کا خوف ہی ہے کہ اکثر لوگ اس

اور تمباکو کا ذائقہ بھی اس کی کڑواہٹ کو چھپا لیتا ہے اور چونکہ لوگ اسے کھانے اور اس کے نشے کے عادی ہو چکے ہوتے ہیں لہذا وہ آسانی سے اسے چھوڑ نہیں پاتے۔ ناقص چھالیہ، غیر معیاری رنگوں اور دیگر معطر صحت اشیا سے بنائے جانے والے کنگلے اور مین پوری کے شائقین بہت بڑی تعداد میں موجود ہیں جو یہ جاننے کے باوجود کہ گنکا اور مین پوری کینسر جسکی مہلک بیماری کا سبب بن سکتا ہے، اپنی لت سے دستبردار ہونے کو تیار نہیں ہوتے۔

ہے، تاہم ماحولیاتی آلودگی، جن میں سگریٹ نوشی، گینک، کارخانوں، فیکٹریوں، گاڑیوں کے دھوئیں کے علاوہ ماہل کاپچوں کو لہا دودھ نہ پلانا سیرنگی وجوہات میں شامل کیا جاتا ہے۔

ماہر امراض دماغ، نیورو سرجن اور جراح اسپتال نیورو سرجری یونٹ کے سربراہ پرو فیسر سارہ شام کا کہنا ہے کہ سیرنگی تشخیص اور علاج جتنا جلد ہو جائے، مریض کے صحت مند ہونے کے امکانات اتنے ہی زیادہ روشن ہوتے ہیں۔ انہوں نے کہا کہ پاکستان میں سیرنگی تشخیص اور علاج کی تمام سہولتیں میسر ہیں۔

پاکستان میں پہلی بار انسانی جسم میں موجود سیرنگی سمیت کسی بھی مرض کی تشخیص کے لئے نیورو اسپتال اینڈ میڈیکل انسٹی ٹیوٹ میں PCT CT اسکن مشین نصب کی گئی تھی۔ پاکستان میں سیرنگی تشخیص کی یہ جدید ترین مشین صرف لاہور اور کراچی میں ہے۔ اس جدید ترین مشین کے ذریعے کسی بھی قسم کے سیرنگی کے علاوہ دل کے امراض اور دیگر بیماریوں کی درست و بروقت تشخیص کی جاسکتی ہے۔

اس مشین کی خاصیت صرف یہ نہیں کہ یہ جسم میں موجود سیرنگی کا پتہ چلاتی ہے بلکہ یہ مشین اس جگہ کو بھی دریافت کرتی ہے جہاں سے سیرنگی ابتدا ہوئی اور سیرنگی جسم کے کس کس حصہ میں پھیلی یا غیر فعال ہے۔ یہ مشین بتاتی ہے کہ سیرنگی کو علاج کے لئے کس وقت چھیننا ہے یعنی جسم میں موجود سیرنگی کے ظہیرے کتنے عرصے تک غیر فعال رہیں گے اور کب فعال ہوں گے۔ یہ مشین سیرنگی کے علاج کی کوہراپی اور ریڈی ایشن کے بعد یہ بھی بتاتی ہے کہ ٹریٹمنٹ کس حد تک کارآمد ہوا ہے۔ مشین کے ذریعے پاکستان میں سیرنگی

### سیرنگی کی تشخیص

پیدا کی گئی مگر علامات کو نظر انداز کر دیتے ہیں، ایک مطالعہ میں یہ بات سامنے آئی ہے۔

کل 1,700 لوگوں پر یہ مطالعہ کیا گیا، جس میں تقریباً آدھے (53 فیصد) لوگوں نے کہا کہ میں وہ پہلے انہیں سیرنگی سے تم سے تم ایک مشین علامات کا احساس ہوا لیکن ان میں سے صرف دو فیصد لوگوں کو ہی لگا کہ یہ سیرنگی کا مگر علامات ہے۔ سیرنگی علامات کو لوگ بڑھتی عمر، انفیکشن، آرٹھرائٹس Arthritis اور Cysts کا مسئلہ سمجھ کر نظر انداز کر دیتے ہیں۔

یونیورسٹی کانٹراکٹ لندن میں سینئر ریسی کیٹرنے والے کیریئر وانکار Katrina Whitaker کا کہنا ہے کہ سیرنگی علامات سامنے آنے کا مصعب یہ نہیں کہ وہ چھاتی سیرنگی ہے۔ یہ سیرنگی وہ سہولتیں بیماریوں کا علاج ہو سکتا ہے۔ لیکن شروع میں ہی اس پر توجہ دینا صحت کے لئے فائدہ مند ہوتا ہے۔

سیرنگی سے نجات کے لئے بہت سے طریقے اور ادویات مارکیٹ میں دستیاب ہیں۔ اس ضمن میں سب سے پہلے جرمن کے ڈاکٹر اولوہنری نے اس کا کامل عمل علاج ڈھونڈ کر ٹیبلٹ پر لایا تھا۔ آج تو یہ حال ہے کہ سیرنگی کے اسپتال، تشخیص اور علاج کی سہولیات موجود ہیں لیکن بے شمار مریض ایسے ہیں کہ علاج کے لئے آئی نہیں چاہتے۔

### سیرنگی کی تشخیص

پاکستان میں سیرنگی سمیت بہت سے مرض کی تشخیص ممکن ہے۔ پاکستان دماغی اور مختلف اقسام کے سیرنگی تیسرے نمبر پر آتا ہے۔ سیرنگی ٹھوس وجوہات کے بارے میں اب تک معلوم نہیں ہو سکا



ماہ اہم امراض دماغ نیورو سرجن اور جناح اسپتال نیورو سرجری یونٹ کے سربراہ پروفیسر عبدالستار ہاشمی، کینسر کا علاج کرنے والی گاماٹائف مشین کے ہمراہ

کے مریضوں کو علاج کی معیاری اور سستی سہولت میسر ہوئی ہے۔ پاکستان میں اس مشین کے ذریعے کینسر کا علاج اتنا رزاں ہو گیا ہے کہ امریکہ، یورپ، دہلی اور ہمسایہ ملکوں سے کینسر کے مریض علاج کے لئے یہاں آنے لگے ہیں۔

### گاماٹائف مشین

ٹیومر کے مریضوں کے لیے نئی زندگی ملک کی طبی تاریخ میں پہلی بار

پاکستان میں اس نیکینالوجی کو 2008ء میں جناح اسپتال نیورو سرجری کے سربراہ پروفیسر ڈاکٹر عبدالستار محمد ہاشمی نے متعارف کروایا۔

### اینڈواسکوپک نوزل

### کینسر کا بغیر سرجری علاج

جناح اسپتال کراچی کے نیورو سرجری شعبے میں دماغ کی سرجری کیلئے نئی تکنیک متعارف کرا دی گئی ہے۔ نئی تکنیک سے متاثرہ مریض کے دماغ کی جراحی کی جاسکے گی۔ اس جراحی کے دوران مریض کا سر (اسکل، کھوپڑی) کو کالے بغیر اینڈواسکوپک نوزل سے جراحی کی جاسکے گی۔ اینڈواسکوپک نوزل جراحی تکنیک میں متاثرہ مریض کے سر کا (اسکل کھوپڑی) کھولے بغیر ناک کے ذریعے دماغ تک پہنچا جاسکتا ہے۔ اس تکنیک میں مریض کے چہرے یا سر کو کانا نہیں جاتا، اس تکنیک سے ناک کے ذریعے کھوپڑی اور سر کی جملہ بیماریوں کا علاج کیا جاسکے گا۔



دماغی ٹیومر کا علاج شعاعوں کے ذریعے صرف 30 منٹ میں ہو سکتا ہے۔ کراچی میں نیورو اسپتال میڈیکل انسٹیٹیوٹ میں پارلیگل گاماٹائف مشین کے لئے پاکستان بھی ان ترقی یافتہ ملکوں میں شامل ہو گیا ہے جہاں برین ٹیومر کا علاج شعاعوں کے ذریعے بغیر آپریشن کے صرف 30 منٹ میں ہو سکتا ہے۔ اور ملک میں موجود نیورو سرجن، نیورو فزیشن، ریڈیو انکولوجسٹ بہت کم خرچ میں برین ٹیومر، برین ہیمرج، مرگی، دماغی اور دماغی مریضوں کا علاج بہت ہی مناسب خرچ میں ہو سکے گا۔ اور مریضوں کو باہر لے ملک جا کر بہت مہنگے علاج کرنے سے چھٹکارا مل جائے گا۔

اس تکنیک کو سب سے پہلے 1967ء میں سوئڈن میں متعارف کرایا گیا تھا، اور اس وقت دنیا بھر میں چار ہزار گاماٹائف یونٹس مختلف ممالک میں لاکھوں مریضوں کا کامیاب علاج کر رہے ہیں جن میں پاکستان بھی شامل ہے۔

عظیبی

کے اعتماد کے ساتھ

عظیبی لیبارٹریز کا

عرق گلاب



کراچی میں اپنے قریبی اسٹور سے طلب فرمائیں

یا ہوم ڈیلیوری کے لیے رابطہ کریں:

021-36604127

قربان کا اجیت

126

Copied From Web



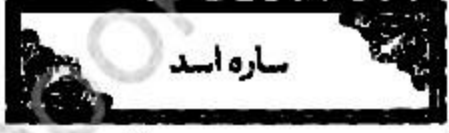
# گھریلو حادثات

گھر میں پیش آنے والے زیادہ تر حادثات خطرناک نہیں ہوتے تاہم لاپرواہی برتنے کی صورت میں یہ حادثے شدید بھی ثابت ہو سکتے ہیں۔

ان حادثات سے بچنے سب سے زیادہ متاثر ہو سکتے ہیں۔

درستگی کا بھی ضرور خیال رکھیں۔ بجلی کے تمام تار اور پنک پانی سے دور رکھیں، گیلے ہاتھوں سے بجلی کی اشیاء کو ہرگز ہاتھ نہ لگائیں، وائرنگ کا نظام معیاری ہو تو گھریلو حادثات کا خطرہ ختم ہو سکتا ہے۔

ایک سروے کے مطابق گھریلو حادثات کی بڑی وجہ بجلی سے آگ لگنا ہے۔ کرنٹ لگنے سے بھی شدید زخمی ہونے حتیٰ کہ موت کا خطرہ رہتا ہے۔



سارہ اسد

گھر میں تمام اقسام کی برقی تاروں کی کارکردگی پر بھی نظر رکھنا ضروری ہے تاکہ بے دھیانی میں کسی کوئی فحشی کسی جان لیوا حادثے کا سبب نہ بن جائے۔

## کیمیایوی محلول کے استعمال میں احتیاط

کیمیایوی اشیاء اور ادویات کے استعمال کے بارے میں ہدایات ذہن نشین کرنا بہت ضروری ہے۔ اکثر گھروں میں غیر ضروری ادویات بھی طویل مدت تک رکھی رہتی ہیں، دواؤں پر ان کے کارآمد ہونے کی تاریخ درج ہوتی ہے۔ کوشش یہی ہونی چاہیے کہ

اگرچہ معمولی نوعیت کے گھریلو حادثات انسانی زندگی کا حصہ سمجھے جاتے ہیں لیکن اگر ان حادثات کے اسباب کا سنجیدگی سے جائزہ نہ لیا جائے تو یہ مستقبل میں کہیں زیادہ خطرناک بھی ثابت ہو سکتے ہیں۔ لاپرواہی اور جلد بازی جیسے عوامل حادثے کو جنم دیتے ہیں، اگر حاضر دماغی سے کام لیتے ہوئے چھوٹی بڑی

غفلتوں پر قابو پالیا جائے تو خطرناک حادثات سے محفوظ رہا جاسکتا ہے۔

آئیے چند وجوہات کا جائزہ لیتے ہیں جو گھریلو حادثات کا سبب بن سکتی ہیں اور یہ بھی دیکھتے ہیں کہ ان کی روک تھام کے لیے کیا تدابیر کارگر ثابت ہو سکتی ہیں۔

## برقی اشیاء کی درستگی

برقی اشیاء کا درست استعمال نہایت ضروری ہے، بصورت دیگر یہ اشیاء کسی بڑے حادثے کا سبب ضرور بن سکتی ہیں۔ برقی تاریں معمولی خرابی ظاہر ہونے پر فوری تبدیل کروا دینی چاہئیں، بلب، پنکھوں کی

بڑے حادثے کا سبب بن سکتی ہے۔ مگن سے نکلنے  
وقت تیس کے، اہل خاص طور پر چیک کریں۔ چولہا  
جلانے سے قبل ہی کھل اطمینان کر لیتا ضروری ہے  
کہ کہیں تیس تو نہیں پھیلی ہوئی۔ کھانے پینے کی اشیاء  
اور ایسی نوعیت کی غیر متعلقہ اشیاء بھی مگن میں رکھنے  
سے پرہیز کریں۔ شیشے کے برتن دھوتے وقت  
خصوصی احتیاط سے کام لیں، اگر شیشے کی کوئی چیز  
نوٹ جائے تو صفائی کو نالنے کی بجائے تمام کرسیاں  
سمیٹیں تاکہ کسی نقصان کا احتمال نہ رہے، مگن میں  
روشنی کا انتظام بہتر ہونا چاہیے اور کھانا پکاتے وقت جلد  
بازی سے کام نہ لیں۔

### گھر کی صفائی سے قبل اہم اقدامات

گھر کی صفائی کے لیے، بپ ٹیوب لائٹ بدلتے  
وقت اور اونچائی پر چیزیں رکھنے کے لیے خاص طور پر  
احتیاط کرنا ضروری ہے جسے عموماً نظر انداز کر دیا جاتا  
ہے۔ ایسی میز مٹی، اسٹول یا کرسی استعمال میں لائیں  
جو مضبوط ہو اور وزن سہار سکے، چھت، دیواروں کی  
صفائی کے لیے عموماً ایسا فرنیچر کام میں لایا جاتا ہے جو  
بوسیدہ ہو چکا ہو اور یہ غیر محفوظ سہارے  
بعض اوقات معذوری کا سبب بھی بن جاتے ہیں۔  
صفائی کی شروعات سے پہلے کمرے میں شیشے کی اشیاء  
نوکیلی چیزیں بھی کہیں اور رکھ دیں۔ گرنے کی  
صورت میں اکثر یہی اشیاء شدید چوٹ کا سبب بن جاتی  
ہیں۔ حفاظت کے تمام پہلوؤں پر غور کرنے کے بعد  
صفائی کی ابتداء کریں بظاہر معمولی دکھائی دینے والی یہ  
احتیاطی تدابیر ہمیں کسی بھی ممکنہ حادثے سے محفوظ  
رکھ سکتی ہیں۔

تعمیراتی کام

غیر ضروری ادویات گھر میں جمع نہ ہونے دیں، ہر قسم  
کی گولیاں، سیال محلول کے لیے ایک مخصوص خفیہ  
جگہ منتخب کریں، جنہیں استعمال سے قبل یقین کر لیں  
کہ یہ قابل استعمال ہیں۔ اکثر دوائیں گھر میں کسی بھی  
جگہ رکھ دی جاتی ہیں، جہاں موکی اثرات سے دو قبل  
از وقت آلود بھی ہو سکتی ہیں۔ صفائی کے لیے استعمال  
کیے جانے والے ڈیٹرجنٹ کے لیے بھی خاص جگہ  
منتخب کریں، انہیں کھانا چھوڑیں۔

### غیر ضروری اشیاء کا انبہار حادثے کا سبب

گھر میں عموماً بچے اور بڑے بھی اپنی اشیاء ادھر  
ادھر پھیلا دیتے ہیں۔ بکھرے ہوئے گھر میں حادثات  
کے امکانات بھی بڑھ جاتے ہیں۔ خالی بوتلیں، برتن  
وغیرہ کے لیے الگ جگہیں مخصوص کریں۔ بعض  
گھروں میں میز میوں پر کاغذ کباڑ پھیلا نظر آتا ہے  
جن سے ٹھوکر کھا کر سخت چوٹ بھی لگ سکتی ہے۔  
گھر میں جس حد تک صفائی ہوگی، حادثے کے  
امکانات بھی اتنے ہی کم ہوں گے۔

فرش، نائل دھوتے وقت بھی یہی و شش ہونی  
چاہیے کہ فرش جلد خشک ہو جائے۔ گیلے فرش پر  
پھسلنے سے معرا فرد اور بچے شدید زخمی ہو سکتے ہیں۔  
ایسے واقعات بھی رونما ہوتے ہیں کہ محض گیلے فرش  
سے ہڈی نوٹ گئی۔ تیل جیسے چکنے سیال مادے گرنے  
کی صورت میں بھی فرش بروقت صاف کر لیں۔

### تیز دھار آلات سے حفاظت

مگن گھر کا وہ حصہ کہا جاسکتا ہے، جہاں سب سے  
زیادہ حادثات رونما ہوتے ہیں، مچس، چاقو، تیز دھار  
کے آلات کے استعمال میں معمولی لاپرواہی بھی



## بچوں کی حفاظت

کے لیے اہم اصول

عموماً معمولی دکھائی دینے والے اسباب بڑے حادثے کا سبب بن جاتے ہیں۔ گھر کے برصے و خصوصاً بچوں کی حفاظت کے لیے محفوظ بنانا بہت ضروری ہے، روزمرہ امور کی انجام دہی میں بھی غفلت برتنے سے حادثات پیش آسکتے ہیں مثلاً۔

☞.... گرم بھری ہوئی پانی کی پائٹی کے پاس بچوں و تہانہ چھو نہیں، اسی طرح بھرے پانی کے ٹب، چلی ہوئی واشنگ مشین اور کپڑے دھونے کی مشین بھی بچوں کے لیے خطرناک ثابت ہو سکتی ہیں۔

☞.... گھر میں چھوٹے بچوں کی موجودگی کی صورت میں آرائشی شیشہ کا استعمال دیکھ بھال کر کریں، انہیں اونچائی پر سجا لیں۔ کھیل کود کے دوران بچے یہ شیشہ خود پر گرا کر زخمی بھی ہو سکتے ہیں۔

☞.... گرم استری، ہیئر، اوون جیسی شیشہ کے استعمال میں احتیاط سے کام لیں۔

☞.... یزموں، چھت اور بالکونی پر حفاظتی اقدامات کرنا نہ بھولیں، چھت پر مضبوط ریگ ہونی چاہیے۔ یزموں آرام دہ ہوں اور بالکونی بھی اس انداز سے ترتیب دیں کہ چھوٹے بچے کھیل کود میں گرنے سے محفوظ رہیں۔

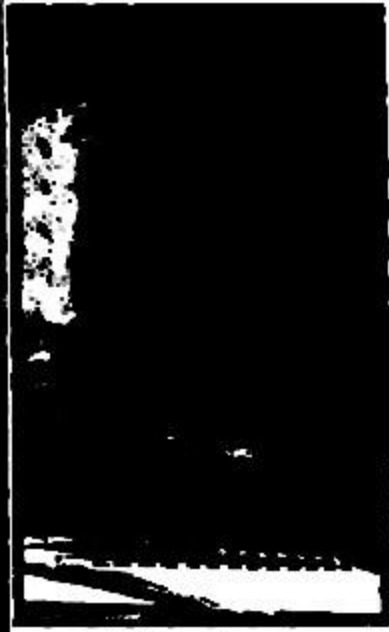
☞.... ہر قسم کی زائیم کش شیشہ بچوں کی پہنچ سے دور رکھیں۔

احتیاط، سمجھداری اور عملی حفاظتی اقدامات کے ذریعے حادثات سے محفوظ رہا جاسکتا ہے جو بعض اوقات جان لیوا بھی ثابت ہو سکتے ہیں۔



## نو آموز لکھنے والے مترجمین

اگر آپ و مضمون نگاری یا پبلیٹیٹیوں کی کا شوق ہے



اور اب تک آپ کو اپنی صلاحیتوں کے اظہار کا موقع نہیں مل سکا ہے تو روحانی ڈائجسٹ کے لیے قلم اٹھائیے.... یہ خیال رہے کہ موضوع اور

تحریر حق حسن ایسا ہو جس میں قارئین دلچسپی محسوس کریں۔ آپ صحیح زاویہ تحریروں کے علاوہ تراجم بھی ارسال کر سکتے ہیں۔ ترجمہ کی صورت میں اصل مواد کی فوٹو اسٹینٹ کاپی منسلک کرنا ضروری ہے۔ مضمون کاغذ کے ایک طرف اور سطر چھوڑ کر خوشخط لکھا جائے۔ مضمون کی نقل اپنے پاس محفوظ رکھیں تاکہ اشاعت یا عدم اشاعت دونوں صورتوں میں سوادہا پس نہیں کیا جاتا۔

قلم اٹھائیے اور اپنے تعمیری خیالات و تحریر کی زبان ویجئے۔

تحریر کی اصلاح اور نوک پنک ستوراج لادرا کی ذمہ داری ہے۔

شعبہ مضامین  
روحانی ڈائجسٹ،

1/7-D-11 اٹالم آباد۔ کراچی

جزئی بوٹیوں  
سے دور کریں

# ڈپریشن

ہم خوش ہوتے ہیں تو ہمیں  
ساری دنیا خوش نظر آتی ہے۔  
لیکن جب دل اداس ہوتا ہے تو زندہ  
اداس نظر آتا ہے۔ بقول شاعر

دل تو میرا اداس ہے ناصر  
شہر کیوں ساکھیں ساکھیں کرتا ہے  
ہماری خوشی اور اداسی کبھی کبھی  
معمولی سی بات کا نتیجہ ہوتی ہے۔ کبھی  
ہم خود نہیں جانتے کہ اس کا سبب کیا  
ہے اور کبھی ہماری کامیابی یا ناکامی کسی  
سرسر انگیز یا نیشمین واقعہ کا رد  
عکس ہوتی ہے۔



لیکن ماہرین تحقیق ہیں کہ

ڈپریشن کسی مخصوص طبقے یا غربت اور افلاس

میں مبتلا افراد کی بیماری نہیں ہے۔ اس مرض میں کوئی

بھی شخص مبتلا ہو سکتا ہے۔ خواہ وہ

دولت مند ہو، فنکار، تاجر،

سیاستدان یا عام فرد ہو۔ کوئی بھی مختلف عوامل کی زد

میں آکر ڈپریشن زد ہو سکتا

ہے۔ ڈپریشن میں اکثر افراد کے ارد

گرد کے لوگوں کو اس کی خبر بھی نہیں

ہوتی۔ ڈپریشن میں مبتلا کچھ افراد اپنی

کیفیات سے پیچھا چھڑانے کے لیے

نشہ آور اشیاء کے استعمال پر مائل

ہو جاتے ہیں۔ ڈپریشن میں مبتلا اکثر

افراد مایوسی، خوف، ناامیدی اور

افسردگی کی وجہ سے گوشہ نشین

ہو جاتے ہیں۔

کوئی موروثی یا ذہنی مرض نہیں۔ کچھ وراثتی  
خامیوں کی موجودگی میں حالات کا دباؤ اس کا  
سبب ضرور بن سکتا ہے۔ تاہم ڈپریشن ایک  
رد عمل اور ایک کیفیت ہے۔

ڈپریشن کے منفی اثرات خود ہم پر

بلکہ پورے خاندان پر مرتب ہوتے

ہیں۔ اس کی وجہ سے گھریلو،

ازدواجی، سماجی اور کاروباری

زندگی سخت متاثر ہو سکتی ہے۔

ڈپریشن نے ہزار ہا گھرانوں کے سٹلھ

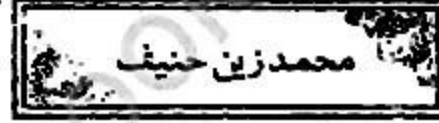
چیمین کویر یاد کیا ہے۔ ہزاروں افراد کی ہستی

کھیتی زندگی کو کھن کی طرح چاٹ لیا ہے۔ اس نے ان

کشت لوگوں کی زندگی میں زہر

گھول دیا ہے۔ لیکن اگر ہم چاہیں تو

زندگی کو اس نذاب سے محفوظ رکھ سکتے ہیں۔ اس



محمد زین حنیف



رک جاتی ہے۔

### ایشیائی جن سنگ (Asian Ginseng)

یہ بوٹی جسم کو سکون پہنچاتی ہے۔ ذہنی دباؤ دور کرنے میں مدد دیتی ہے۔ جب آپ زیادہ کام کر کے ٹکان میں مبتلا ہو جاتے ہیں تو جن سنگ آپ کی ٹکان دور کر دیتی ہے۔ خواتین کے لیے مفید ہے اور سن یاس کے دور میں انہیں جن مصائب کا سامنا ہوتا ہے، جن سنگ ان کا سدباب کرتی ہے۔

### بابونہ (Chamomile)

یہ بوٹی بے خوابی دور کرتی اور گہری نیند لاتی ہے۔ نگر وندے کی پتیاں (Dandelion Leaves) یہ پتیاں وٹامن سے مالا مال ہوتی ہیں۔ ان میں فولاد بھی ہوتا ہے۔ یہ ان خواتین کے لیے بے حد مفید ہیں جن کو دودھ کم آتا ہے۔ سونف اور میتھی میں بھی یہ خصوصیات پائی جاتی ہیں۔

### سدا بہار پودینہ (Lemon Balm)

پودینے کو خوش و خرم رکھنے والی جڑی بوٹی بھی کہا جاتا ہے۔ یہ اعصاب کو سکون بخشتی ہے اور پڑھ لکھنے والی خواتین کو آرام دیتی ہے۔

### وانی ٹیکس (Vitex)

سن یاس میں اس بوٹی کا استعمال مفید ہے۔

اجمود کھانیے تندرستی پانیے

اجمود (Celery) شلجم کے پودے کی طرح کا

پودا ہے، جو ترکاری کے طور پر استعمال ہوتا ہے، اس

کے ہرے رنگ کے آپس میں جڑے ہوئے ڈنٹھل

کچے یا پکا کر کھائے جاتے ہیں اور کبھی کبھی یہ مسالے

کے طور پر بھی استعمال ہوتا ہے۔ اجمود وٹامن سی

ڈیٹا کا گھنٹہ

کے لیے ضروری ہے کہ ڈپریشن کی کیفیات کو چھپایا نہ جائے۔ جب آپ کا دل داس ہو، اندیشے خوفزدہ کرنے لگیں یا معمول کی سرگرمیاں بوجھ محسوس ہوں تو کسی دوست یا عزیز سے شیئر کر لیتا مناسب ہے۔ باتیں کرنا مشورے لے لیتا اور کسی صحت مند سرگرمی میں محو ہو جاتا ہی اس کا محفوظ ترین علاج ہے۔

### ڈپریشن کب ہوتا ہے؟

جب دماغ کے ایسے حصے جو جذبات و احساسات کو کنٹرول کرنے میں معمول سے کم فعال ہو جائیں، یا ان میں کیمیائی مادوں کا عدم توازن کا ہو جانا بھی مسئلے کی اصل جڑ ہے۔

ڈپریشن کا سبب ماضی کے تلخ اور ناگوار واقعات ہیں۔ جس کے باعث کیمیائی رد عمل باقاعدگی اور توازن کو تبدیل کر دیتا ہے۔ لہذا ڈپریشن جنم لیتا ہے جو اپنے ساتھ بہت سی خرابیاں لاتا ہے اس میں سب سے اہم طرز زندگی اور معمولات کی تبدیلیاں ہیں۔

ڈپریشن سے نجات کے لیے کئی جڑی بوٹیوں کا استعمال بھی بہت مفید ثابت ہوتا ہے۔ عموماً ڈپریشن کا علاج دواؤں اور کئی طریقوں سے کیا جاتا ہے مگر ماہرین صحت کا کہنا ہے کہ ڈپریشن کے علاج میں جڑی بوٹیاں مفید ہوتی ہیں۔ یہ بوٹیاں توانائی بخش بھی ہوتی ہیں جو جسمانی کمزوری دور کرتی ہیں۔ انہیں استعمال کرنا پیچیدہ اور وقت طلب بھی نہیں ہے۔

### اددک

اددک سوزش اور ورم دور کرنے والی بوٹی، اسے درد میں بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اسے اہل کرپنے سے غشی دور ہو جاتی ہے اور متلی یا تے بھی

کے حصول کا بہت اچھا ذریعہ ہے جو جسم کے مدافعتی نظام کے لیے اہم ہوتی ہے۔

اجود میں ایسے فعال مرکبات ہوتے ہیں جو ڈپریشن پیدا کرنے والے ہارمونز میں کمی کرتے ہیں۔ اجود کیلشیم، پوٹاشیم اور میگنیزیم کے حصول کا اچھا ذریعہ ہے اور بلڈ پریشر میں کمی کرتا ہے۔ اجود میں ایسے مرکبات بھی پائے جاتے ہیں جو فری ریڈیکلز کو خلیوں کو نقصان پہنچانے سے باز رکھتے ہیں اور اس طرح خلیوں کے سرطان پیدا کرنے کا خطرہ کم ہو جاتا ہے۔ مذکورہ بالا مرکبات خون کے بعض سفید خلیوں کی فعالیت میں اضافہ بھی کرتے ہیں۔ یہ سفید خلیے جسم کے مدافعتی عمل کے محافظ ہوتے ہیں۔

### پانچ مفید اور

### صحت بخش غذائیں

کدو کے بیج: کدو سے نکلنے والے بیج خشک کر لیں۔ ان بیجوں میں غیر سیر شدہ چکنائی کثیر مقدار میں ہوتی ہے، جو خون میں موجود کو لیسترول کو کم کرنے میں مدد دیتی ہے۔ ان بیجوں میں جست، کیلشیم، وٹامن بی، ریشہ اور مائع تکمید اجزاء بھی ہوتے ہیں۔ سلاہ کھاتے وقت ان بیجوں کو سلاہ پر ڈال دیجیے یا فرائی بین میں بھون کر سوپ میں چھڑک لیں۔

گل: تلوں میں لحمیات، ریشہ، کیلشیم، میگنیزیم، وٹامن، پوٹاشیم اور جست ہوتا ہے اور مائع تکمید اجزاء بھی ہوتے ہیں۔ تلوں کو بھین کر اس کا پیسٹ بنا لیں اور توڑی پر لگا کر شہد ملا کر کھائیں۔

آلو بھنکارا: آلو بخارے میں ریشہ بہت ہوتا ہے۔ جست فولاد، پوٹاشیم اور مائع تکمید اجزاء بھی اچھی

خاصی مقدار میں ہوتے ہیں۔ اس میں دوسرے خشک میووں کی نسبت حرارے بہت کم ہوتے ہیں۔ صبح جب آپ دلیا کھائیں تو اس پر آلو بخارے کی چٹنی شہد اور دار چینی چھڑک لیں۔ نہایت صحت بخش ہے۔

عجوة: جو ایشیا ریشہ ہے جو آسانی سے جذب ہو جاتا ہے۔ یہ کو لیسترول کم کرنے میں مدد دیتا ہے۔ اسے سوپ کے ساتھ کھایا جاسکتا ہے۔ ناشتے میں جو کو پھلوں اور میووں کے ساتھ ملا کر کھایا جاتا ہے۔ یہ ایک طاقت بخش ناشتہ ہے۔

ہلدی: ہلدی کو بھین کر کھانوں میں ڈالا جاتا ہے۔ اس میں مائع تکمید اجزاء ہوتے ہیں۔ یہ فوائد میں اسٹریس، رس بیری اور دوسری بیری کے برابر ہے۔ اسے چاولوں میں ملا کر کھایا جاسکتا ہے۔ ایک پیالہ چاولوں میں چائے کا آدھا چمچ ہلدی ڈالی جاسکتی ہے۔ شورباتیار کرتے وقت بھی ہلدی کو اس میں ڈالا جاسکتا ہے۔



رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

”کوئی بھی مسلمان جو ایک درخت کا پودا لگائے یا کھیت میں بیج بوائے، پھر اس میں سے پرند یا انسان یا جانور جو بھی کھاتے ہیں وہ اس کی طرف سے صدقہ ہے“۔ (بخاری؛ مسلم)

# مچھلی کا استعمال اور لمبی عمر

رہتی ہے۔ جاپانیوں کی غذا کا ایک بڑا حصہ سمندر سے آتا ہے، یعنی سی فوڈ۔ جس میں مچھلی کا نمبر سب سے پہلے آتا ہے۔ آئیے....!

عمر بڑھانے میں اومیگا تھری

فیٹی ایسڈ کی اہمیت

چکنائی دہلی اور میگا تھری فیٹی ایسڈ سے بھرپور مچھلی کے استعمال سے عمر طویل ہو سکتی ہے اور امراض قلب کی وجہ سے اموات کے

خدشات ایک تہائی سے

بھی زیادہ کم

ہو سکتے ہیں۔

سائنسدانوں

نے دریافت کیا

ہے کہ جن لوگوں

سے خون میں بڑی

مقدار میں فیٹی ایسڈ موجود

ہوتا ہے، ان کی عمر دیگر عام لوگوں

کے مقابلے میں تقریباً چھائی سال زیادہ ہوتی ہے۔ اگرچہ

مچھلی کو ہمیشہ ہی صحت مند غذا تصور کیا جاتا رہا ہے، لیکن

خون میں اومیگا تھری کی سطح اور ضعیف العمری میں

اموات کے تجربے سے بھی یہ بات ثابت ہوئی ہے۔

ڈپریشن سے نجات اور

یکسوئی کے حصول کے لیے

مچھلی کا استعمال

تحقیق سے یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ اومیگا

تھری

جاپانی دنیا میں وہ قوم ہے، جن میں سو سال یا اس سے زیادہ عمر ہونا عام سی بات سمجھی جاتی ہے۔ آخر اس کی وجہ کیا ہے....؟

ان کے جینز میں لمبی عمر کاراز پٹیاں ہے یا کچھ اور

معاملاً ہے....؟

جب تحقیق ہوئی تو معلوم ہوا کہ جاپانیوں کی لمبی

عمر کا تعلق ہے براہ راست اس خوراک سے جو وہ

استعمال کرتے ہیں۔

جاپان میں لوگوں کی

طویل عمر کی ایک

بڑی وجہ یہ ہے

کہ وہ اپنی

خوراک کے

بارے میں بہت

حساس ہوتے ہیں۔

دنیا کی دیگر قوموں کے

مقابلے میں زیادہ بہتر طور پر جانتے

ہیں کہ کون سی غذا کب اور کتنی اہم ہے....؟

جاپانیوں میں اکثریت ہفتے میں ایک مرتبہ مچھلی

کا استعمال کرتی ہے۔ دالیں بھی ان کی خوراک کا لازمی

حصہ ہوتی ہیں۔ اسی طرح سویا اور سبزیاں جاپانی شوق

سے کھاتے ہیں۔ جاپان میں گویا (Goya) نامی سبزی

بہت زیادہ کھائی جاتی ہے، حالانکہ اس کا ذائقہ نسبتاً تلخ

ہوتا ہے، تحقیق سے یہ ثابت ہوا ہے کہ اس کے

استعمال سے خون میں شوگر کی مقدار کنٹرول میں



مطابق فٹش آئل کے استعمال سے ذیابیطس کے مریضوں میں سوزش والے کیمیکل کم ہو جاتے ہیں اور اچھے کولیسٹرول میں اضافہ ہوتا ہے۔

### مچھلی کا استعمال

#### اور دل کا دورہ

بچے میں دو تین مرتبہ مچھلی کھانے والے افراد میں دل کے دورے کا امکان ان لوگوں کے مقابلے میں کم ہوتا ہے، جو بچے صرف ایک مرتبہ یا بالکل ہی مچھلی نہیں کھاتے۔ یہ نتیجہ طویل تجزیاتی مطالعات کے نتیجے میں سامنے آیا۔ ان طبی مطالعات میں سے ہر ایک میں عام لوگوں سے یہ پوچھا گیا تھا کہ وہ ہر ہفتے یا ہر مہینے میں بالعموم کتنی مرتبہ مچھلی کھاتے ہیں۔

اس تجزیاتی جائزے کے لیے جن تحقیقی منصوبوں کے نتائج کو پرکھا گیا اور ان کا موازنہ کیا گیا، وہ امریکہ کے علاوہ مختلف یورپی ملکوں، جاپان اور چین میں کھل کیے گئے تھے۔ ان میڈیکل ریسرچ منصوبوں کے تحت ماہرین نے تیس برس کی عمر سے لے کر ایک سو تین برس بعد تک کی عمر کے چار لاکھ سے زائد انسانوں کا مسلسل مشاہدہ کیا تھا اور نتائج کے مطابق ایسے افراد میں، جو قدرے زیادہ مچھلی کھاتے تھے مچھلی نہ کھانے والوں یا بہت کم مچھلی کھانے والوں کے مقابلے میں دل کے دورے کا امکان بارہ فیصد کم تھا۔

کیونکہ مچھلی کسی بھی انسان کی خوراک میں غذائیت سے بھرپور عناصر یعنی اومیگا تھری پیدا کرنے کی وجہ بنتی ہے، پس وجہ ہے کہ زیادہ مچھلی کھانے والوں میں دل کے دورے کا امکان کم ہو جاتا ہے۔

تھری سے ذہنی یکسوئی حاصل ہوتی ہے اور کسی چیز کو یاد کرنے اور الفاظ کے ذخیرے میں اضافہ کرنے میں مدد ملتی ہے۔ جن ملکوں میں زیادہ مچھلی کھائی جاتی ہے، وہاں ذہنی نشوونما کی شرح میں بھی کمی پائی گئی ہے۔ مچھلیوں کی مختلف اقسام کو بدل بدل کر استعمال کرنا چاہیے تاکہ ان سے حاصل ہونے والے اجزاء کا بھرپور فائدہ اٹھایا جاسکے۔

#### دوران حمل مچھلی کے فوائد

ایسی خواتین جو دوران حمل مچھلی کھائیں یا فٹش آئل استعمال کریں، ان کے بچوں کی دماغی نشوونما بہتر ہوتی ہے اور بہت سے مسائل اور امراض سے نمٹنے کی صلاحیت پیدا ہوتی ہے۔

#### مچھلی اور ذیابیطس کے مریض

ذیابیطس کے مریضوں میں خون کی چھوٹی اور بڑی نالیوں میں خرابی سے کئی پیچیدگیاں پیدا ہوتی ہیں، جن میں آنکھوں اور گردوں کی بیماری کے ساتھ ساتھ دل کے دورے اور فالج وغیرہ جیسی بیماریاں بھی شامل ہیں۔ ذیابیطس کے مریضوں میں اچھے کولیسٹرول یا ایچ ڈی ایل کا لیول کم ہو جاتا ہے اور ٹرائی گلیسرائیڈ کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔ ذیابیطس کی دوسری قسم کے مریضوں میں ہائی بلڈ پریشر اور جوڑوں کی بیماری بھی عام ہے۔ اس لیے اس بیماری میں تین سے چار گرام فٹش آئل روزانہ استعمال کرنے سے خون میں ٹرائی گلیسرائیڈ کی مقدار تقریباً پچاس فیصد تک کم ہو جاتی ہے۔ فٹش آئل کے استعمال سے دل کی بیماری سے محفوظ رہنے کے علاوہ بلڈ پریشر کم کرنے میں بھی مدد ملتی ہے۔ بچے میں کم از کم دو سے تین مرتبہ مچھلی کھانی چاہیے۔ ایب ریسرچ کے

کا سبب غذائی بے اعتدالی یا غذا کے نقص ہوتے ہیں۔ دل کے امراض کی طرح سرطان کا سب سے اہم سبب معسر چکنائیاں ہی ہوتی ہیں۔

امریکہ میں واقع ایک ادارے نیشنل کینسر انسٹی ٹیوٹ کی تحقیق کے مطابق چربی کا زائد استعمال کرنے والے بیشتر افراد سینے، قولون، مثانے کے غدود، رحم، بیضہ والی اور لیلے کے سرطان میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ اس ادارے کی رپورٹ کے مطابق ہے امریکہ میں ہر سال سینے کے امراض میں مبتلا افراد کی اموات میں پچیس فیصد کی توقع ہو سکتی ہے اگر وہ روزمرہ کی غذا سے حاصل ہونے والے پچیس سے تیس فیصد حرارے روغنی اجزاء سے حاصل کریں۔ اسی طرح بڑی آنت (قولون) کے سرطان سے بچاؤ غذا میں ریشے کا استعمال بڑھا دینے سے ممکن ہے۔

### چنبیل

چنبیل بھی ایک ایسا تکلیف دہ مرض ہے جو بڑی مشکل سے رفع ہوتا ہے لیکن جب دو ماہ تک ایک درجن مریضوں کو مچھلی کا تیل استعمال کرایا گیا تو ان کی تکلیف میں نمایاں کمی واقع ہوئی۔ خاص طور پر دواؤں کے استعمال کے ساتھ مچھلی کا تیل استعمال کرانے کے زیادہ بہتر نتائج برآمد ہوتے ہیں۔

ماہرین کا کہنا ہے کہ مچھلی میں ایسے بہت سے اجزاء موجود ہیں جو صرف مچھلی کے استعمال سے ہی جسم کو مہیا ہوتے ہیں، لیکن اگر کوئی دوسری سمندری غذا استعمال کرنی جائے تو بھی کوئی مضائقہ نہیں۔ البتہ جھیٹے کا استعمال زیادہ نہیں کرنا چاہیے کیونکہ جھیٹوں میں کولیستروول کی مقدار زیادہ ہوتی ہے۔



شیراز ڈاٹ کام

### مچھلی کے جگر کے تیل

### (Cod Liver Oil) کے فوائد

مچھلی کے جگر کا تیل جو کاڈ لیور آئل (Cod Liver Oil) کہلاتا ہے، گھٹیا کے لیے مفید ہے۔ اس سے شریانیں بھی صاف اور کھلی رہتی ہیں، جس کے نتیجے میں دل صحت مند رہتا ہے۔ مچھلی کا تیل جوڑوں کے درد کی بھی دوا ہے۔ ایک چائے کا چمچ صبح یا رات کو استعمال کرنے سے جوڑوں کے درد میں فائدہ مند ہوتا ہے، مگر استعمال سے پہلے ڈاکٹر سے مشورہ ضروری ہے۔ مچھلی کا تیل خون کی شریانوں کی دیواروں کو رکاوٹوں سے بچاتا ہے، کیونکہ ان ہی مقامات پر کولیستروول جمتا ہے اور دوران خون کی راہ روکنے لگتا ہے۔

طبی تحقیق و مطالعوں سے یہ بات ثابت ہو چکی ہے کہ مچھلی میں موجود مختلف قسم کی چکنائیوں کے استعمال سے جسم کا مدافعتی نظام مستحکم تر رہتا ہے۔ مچھلیوں کی چکنائی کو عرف عام میں اومیگا تھری کہا جاتا ہے۔ اس نوعیت کے لیسیٹ ایسڈز ٹھنڈے سمندروں کی مچھلیوں میں بہ کثرت پائے جاتے ہیں لیکن اس کا یہ مطلب قطعی نہیں ہے کہ ہمارے سمندر کی چکنی مچھلیاں مفید نہیں ہیں۔ ان کا استعمال کرنے والے بھی صحت مند رہتے ہیں۔

### کینسر سے بچاؤ

ساری دنیا میں امراض قلب کو سب سے بڑا قاتل قرار دیا جاتا ہے۔ اس کے بعد سب سے زیادہ ہلاکتیں سرطان کی وجہ سے واقع ہو رہی ہیں۔ یہ حقیقت تسلیم شدہ ہے کہ اس مہلک مرض یعنی کینسر سے واقع ہونے والی خواتین سے چالیس فیصد اموات

غذائی اجزاء معدنیات اور وٹامنز بڑی مقدار میں ہوتے ہیں۔ پیستے میں بی کینیسیس وٹامنز جیسے فولک ایسڈ، پانڈوکسن، ریوٹلیون اور تھیامین بھی پائے

قدرت نے انسان کے لیے پھلوں و سبزیوں کی شکل میں منفرد خوش ذائقہ غذائیں عطا کی ہیں۔ ہر پھل و سبزی کا اپنا منفرد ذائقہ ہوتا ہے۔ انہی پھلوں و سبزیوں میں ایک ذائقہ دار پھل پوپٹا بھی ہے۔

## غذائی و طبی خصوصیات کا حامل پھل



جاتے ہیں جو غذائی تحلیل کے عمل کی فعالیت کے لیے ضروری ہیں۔ پیستے کے گودے میں ہی صرف غذائی اجزاء نہیں پائے جاتے ہیں بلکہ اس کے بیج اور چھلکوں میں بھی

غذائیت کا خزانہ ہوتا ہے۔ اس کے بیجوں اور چھلکوں میں قدرتی

فیول سمیت فائٹو کیمیکلز ہوتے ہیں۔ اسی طرح پیستے میں ایک اہم کمپاؤنڈ ڈانیلون (Danielone) بھی ہوتا ہے جو پیستے کو ٹکس سے محفوظ رکھتا ہے۔ پیستے

اپنے اندر بیشمار فوائد سموئے ہوئے ہے۔ اس میں وافر مقدار میں مائع تکسیدی اجزاء، وٹامن بی، فولٹ، پینٹو تھینک ایسڈ، معدنیات، پوپٹاٹیم، لانگوچین، میگنیشیم اور فائبر موجود ہیں۔ اس میں

موجود مائع تکسیدی اجزاء میں تین اہم طاقتور مائع تکسیدی جز وٹامن

سی، ای اور اے پائے جاتے ہیں۔ پیستے میں بہت کم کیلوریز ہوتی ہیں۔ 100 گرام پیستے میں صرف تیس کیلوریز ہوتی ہیں اور چکنائی بھی نہیں ہوتی جبکہ دیگر



محمد احسن عباسی





معدے میں غیر حل شدہ پروٹین بڑھ جاتے ہیں، آنتوں میں جراثیم کی افزائش ہوتی ہے اور امینو ایسڈز کی مقدار کم ہو جاتی ہے۔ امینو ایسڈز کی کمی سے جسم میں ہونے والی اہم کیمیائی تبدیلیاں وقوع پذیر ہونا رک جاتی ہیں۔

اس ضمن میں پیستے کا استعمال بے حد مفید ہے۔ پیستے میں موجود خامرے پھل کے پکنے کے عمل کے دوران اسے کیزا وغیرہ لگنے سے بھی محفوظ رکھتے ہیں۔

### سرطان کے خلاف موثر ڈھال

کولون، جگر اور تمام جسمانی اعضاء و گینڈز کے سرطان کے خلاف پیستے کا استعمال شفا بخش ہوتا ہے پیستے میں موجود فائبر، کینسر کی وجہ بننے والے زہریلے مادوں کو صحت مند خلیوں میں داخل ہونے سے روکتا ہے۔ پیستے میں شامل دیگر اجزاء فولیٹ، وٹامن سی، پیناکیر و تین اور وٹامن ای مل کر کولون کینسر کے خطرے کو معدوم کرتے ہیں۔ پیستے کا جوس کولون کا انکیشن کم کرنے کے ساتھ جگر میں سرطان کے خلیوں کی افزائش بھی کنٹرول کرتا ہے۔ کینسر کی تھراپی کے بعد بھی پیچھا کھانا نہایت فائدہ مند ہوتا ہے۔ اس کا خامرہ چپائن، تھراپی کے منفی اثرات زائل کرنے میں مدد دیتا ہے۔ خصوصاً کیمو تھراپی یا تابکاری کے بعد غذا لگنے میں مشکل ہونا اور حلق میں تکلیف رہنا ڈاکٹر کے مشورے کے مطابق پیچھا کھانے سے یہ شکایت دور ہو جاتی ہیں۔ اس کے ساتھ پیچھا قوت مدافعت میں اضافہ کر کے جسم کو سرطان کے خلاف مزاحمت کرنے کے لیے نئی رسد بھی فراہم کرتا ہے۔

www.paksociety.com

میں دو اہم خامرے چپائن اور کیمو چپائن بھی پائے جاتے ہیں۔ پیستے میں شامل درج بالا تمام اجزاء باہم مل کر جسم کو توانائی فراہم کرنے کے ساتھ پٹھوں کے نشوز کی فٹنس دور کر کے ان کے دوبارہ احیاء میں مدد کرتے ہیں اور جسم کی بہترین نشوونما میں مددگار ثابت ہوتے ہیں۔

قدرت نے کئی بیماریوں سے شفا بھی رکھی ہے یہی وجہ ہے کہ زمانہ قدیم سے پیستے کے غذائی و طبی خواص کو مانا جاتا رہا ہے۔ حالیہ کئی سائنسی تحقیقات نے بھی اس کے فوائد پر مہر تصدیق کر دی ہے۔

### زود ہضم پھل

پہچا زود ہضم پھل ہے۔ اس کا گودا نرم ہونے کی بنا پر آسانی سے ہضم ہو جاتا ہے۔ کھانے کے بعد پیچھا کھانے سے غذا اچھی طرح ہضم ہوتی ہے اور معدے میں تیزابیت اور بد ہضمی بھی نہیں ہوتی اور قبض بھی دور ہوتی ہے۔

### پروٹین ہضم کرنے میں معاون

پہچا دو اہم خامروں چپائن اور کیمو چپائن سے لبریز ہوتا ہے۔ پروٹین معدے میں آسانی سے ہضم نہیں ہوتے۔ یہ خامرے غذا کو ہضم کرنے میں معاونت فراہم کرنے کے ساتھ معدے میں پروٹین کو بھی اچھی طرح ہضم کرتے ہیں۔

حالیہ تحقیق کے مطابق امینو ایسڈز، جسم میں مختلف کیمیائی عمل کے نتیجے میں ہونے والی تبدیلیوں اور ہماری ذہنی و جسمانی صحت میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ عمر بڑھنے کے ساتھ انسانی جسم میں باہم خامرے کم بننے لگتے ہیں جس سے پروٹین کے ہضم ہونے کی رفتار کم ہو جاتی ہے۔ نتیجے کے طور پر

جلد پر استعمال بھی حیرت انگیز نتائج دیتا ہے۔ جلد کے کئی زخموں و نشانات وغیرہ پر پیستے کا میٹھ کیا ہوا گودے کالیپ کرنا فائدہ مند ہے۔ جیسے جلد پر جلنے کا زخم، چاقو یا چھری سے لگ جانے والا کٹ یا گھاؤ، موذی جانور کے ڈنک یا کانٹے کے زخم وغیرہ پر فوری طور پر پیستے کالیپ کرنے سے انلیکشن نہیں پھیلتا اور زخم پر ٹھنڈک کا احساس ہوتا ہے، چہرے پر پڑ جانے والی جھریوں اور داغ دھبوں پر بھی پیستے کا استعمال بہترین ہے۔

### پیٹھ کے کیڑے

پیستے کے بیج پیٹھ کے کیڑوں کو خارج کرنے لیے موثر ہوتے ہیں۔ بیجوں میں موجود کیر-سین نامی مادہ پیٹھ اور انتڑیوں کے کیڑوں کا قلع قمع کرتا ہے یا انہیں خارج کر دیتا ہے۔

دن میں تین وقت کھانے سے پہلے دو بیج پیستے کے بیج شہد کے ساتھ اچھی طرح چبا کر کھائیں۔ پیستے کے بیجوں میں موجود انکلائڈ کاربائن بھی پیٹھ کے کیڑوں کا خاتمہ کرتا ہے۔

### دیگر فوائد

پیستے کے بے شمار فوائد ہیں اور مختلف تحقیقات کے ذریعے نئے فوائد بھی سامنے آرہے ہیں۔ ایک جدید تحقیق کے مطابق گودے ناکارہ ہونے میں پیستے کے بیجوں کا نکالا ہوا رس کارگر ثابت ہو سکتا ہے۔ باقاعدگی سے پیستے کا بطور غذا استعمال جسم پر مفید اثرات دکھاتا ہے۔ یہ جسمانی قوت مدافعت میں اضافہ کرتا ہے اور نزلہ و زکام اور بخار جیسے مسائل سے جسم کی حفاظت کرتا ہے۔ مٹلی و تے کی کیفیت اور اسہال میں بھی بیج کا کھانے سے مثبت نتائج

### نظام قلب کی مضبوطی

پیستے میں شامل غذائی اجزاء مشترکہ طور پر دل کی تمام شریانوں میں خون کی گردش بہتر بنا کر نظام قلب کی مضبوطی کا باعث بنتے ہیں۔ پیستے میں مانع کیمیائی جز کی بڑی مقدار موجود ہوتی ہے جو جسم میں کولیسٹرول کو مناسب سطح پر رکھ کر فالج، ذیابیطس، دل کا دورہ و دیگر امراض قلب میں مبتلا ہونے کا خطرہ کم کرتی ہے۔

### اینٹی بائیوٹک کے

### اثرات کا خاتمہ

اینٹی بائیوٹک ادویہ ہمارے جسم پر اپنے منفی اثرات ضرور چھوڑ جاتی ہیں۔ یہ ادویہ آنتوں میں موجود جسم کے لیے مفید جراثیم بھی ختم کر دیتی ہیں۔ اس لیے اینٹی بائیوٹک دوا کھانے کے دوران یا بعد میں پیستے کو کھا کر یا اس کا جوس بنا کر پینا چاہیے۔ پینا ان ادویہ کے منفی اثرات کو نہ صرف زائل کرتا ہے بلکہ آنتوں میں فائدہ مند جراثیم کی دوبارہ نمو بھی کرتا ہے۔

### معدہ و آنتوں کے لیے مفید

بیج بطور غذا کھانے سے معدے اور آنتوں پر مفید اثرات ہوتے ہیں۔ ایک حالیہ تحقیق کے مطابق ایک ہفتے تک تو اتر کے ساتھ پیستے کا استعمال کرنے سے معدہ اور آنتیں مضبوط ہوتی ہیں۔ پیستے کا خامرہ پچان معدے کے سیال کی کمی، مضر سیال کی زیادتی، بد ہضمی اور آنتوں کی خراش دور کرتا ہے۔ پیستے کے بیجوں کا رس تیزابیت اور خون کی بواہر میں مفید بتایا جاتا ہے۔

### جلد پر استعمال

بیج جہاں بطور غذا صحت بخش ہے وہیں اس کا

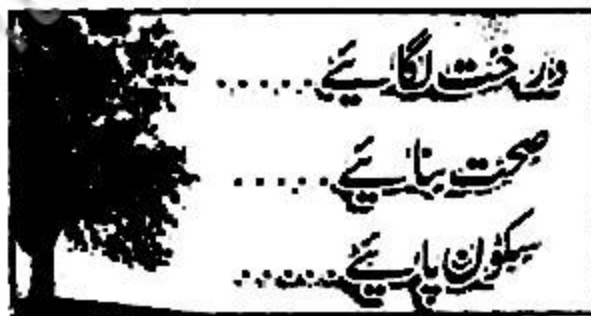
چپائن گوشت اور دیگر پروٹین کو نرم کرتا ہے۔  
مارکیٹ میں اب گوشت گلانے کے لیے خاص طور پر  
کچا چپتا پاؤڈر بھی دستیاب ہوتا ہے۔

پہیتے سے الرجی  
و دیگر نقصانات

کوئی بھی پھل ہو یا سبزی، اگر اس کا استعمال  
اعتدال میں رہ کر نہ کیا جائے تو بعض اوقات وہ کسی  
الرجی یا جسمانی عارضے کا سبب بھی بن جاتا ہے۔ اس  
لیے پہیتے کے استعمال میں بھی احتیاط ضروری ہے۔ کچا  
چپتا اکثر خواتین اپنے بانوں میں بطور بیئر کنڈیشنر  
لگاتی ہیں۔

پہیتے میں سیال مادہ چپائن ہوتا ہے جو اگر زیادہ  
مقدار میں لگایا جائے تو جین اور سوزش پیدا کر کے  
کسی جلدی مسئلے کا باعث بھی بن سکتا ہے۔ اس لیے  
بہتر ہے کہ اس کا استعمال کم مقدار میں ہی کیا جائے۔  
یہ سیال مادہ چپائن رحم کے اعضاء کو بھی سکیزتا ہے اس  
لیے دوران حمل کچے پہیتے کے استعمال سے اسقاط  
حمل کا خطرہ ہو سکتا ہے۔

اسی طرح چپتا زیادہ کھانے سے کیر وٹینیا  
(تکوڑوں اور ہتھیلیوں کا زرد ہو جانا) کا مرض بھی  
لاحق ہو سکتا ہے۔ یونکہ پہیتے میں جینا کیر وٹین پائا جاتا  
ہے جو کیر وٹینیا کی اہم وجہ ہے۔



زیادہ پروٹین

برآمد ہوتے ہیں۔

پہیتے کے استعمالات

چپتا کچا اور پکا ہوا دونوں حالتوں میں بطور خاص  
کھانے کے ساتھ مختلف پکوانوں، ادویہ سازی اور  
صنعتوں میں بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ پکا ہوا چپتا چھلکا  
اتار کر اور بیج نکال کر استعمال ہوتا ہے جبکہ کچا چپتا  
زیادہ تر پیش کر ہی استعمال میں لایا جاتا ہے۔ پہیتے کے  
بیجوں اور پتوں کو بھی کئی ادویہ کی تیاری میں شامل کیا  
جاتا ہے۔ پہیتے کے تنے کی مدد سے رسی بھی بنائی  
جاتی ہے۔

مختلف ممالک میں

پہیتے کا استعمال

دنیا کے مختلف خطوں میں کچا چپتا اور مینھا چپتا  
مختلف طریقوں سے استعمال کیا جاتا ہے۔  
تھائی لینڈ کے باشندے اپنے کھانوں سلاد اور  
کری میں کچا چپتا پکا کر اور کچا استعمال کرتے ہیں۔  
انڈونیشیا میں کچا چپتا اور اس کے پتے ابال کر  
بطور سلاد کھایا جاتا ہے۔

کچھ ملکوں میں پہیتے کے پتے پالک کی طرح پکا کر  
بھی طور غذا پسند کیے جاتے ہیں اور اس کے پتوں سے  
قبوہ بنا کر پیریا کے مریضوں کو پلایا جاتا ہے۔

پہیتے کے کالے بیج خوردنی ہوتے ہیں ان کا ذائقہ  
تیز مسالہ دار ہوتا ہے۔

ان کو پیش کر سیاہ مریحوں کے متبادل کے طور پر  
بھی استعمال کیا جاتا ہے۔

گوشت گلانے کے لیے

زمانہ قدیم سے کچے پہیتے کو گوشت گلانے کے  
لیے استعمال کیا جاتا رہا ہے۔ اس میں شامل خامرو

مرد گھر کے لیے سودا سلف لانے کی غرض سے بازار روانہ ہوتے ہیں، تو گھر کی خواتین یہ بات ضرور یاد دلاتی ہوں گی کہ ”پودینہ“

# پودینہ

ضرور لیتے آئیے گا۔“ آپ نے کبھی یہ غور کیا کہ یہ خوشبودار پودا کتنی بہت سی صفات کا حامل ہے....؟ عام طور پر لوگ پودینہ کا مصرف صرف یہ سمجھتے ہیں کہ یہ کھانوں کو خوش ذائقہ اور خوشبودار بنانے والی شے ہے۔ ہمارے ہاں پودینے کی چٹنی بھی ذوق و شوق سے استعمال کی جاتی ہے پودینہ میں محض یہی ایک خاصیت نہیں پائی جاتی بلکہ قدرت نے پودینہ کو حیرت انگیز خصوصیات سے مالا مال کر رکھا ہے۔

اور شوق سے استعمال کیا جاتا ہے۔ حکماء کی رائے میں پودینہ کا مزاج گرم اور خشک ہے۔ پودینہ خاص طور پر نظام ہاضمہ سے متعلق امراض میں مفید ہے۔ غذا کو آسانی کے ساتھ ہضم کر دیتا ہے اور ریح کے اخراج میں مدد کرتا ہے، چنانچہ بھوک نہ لگنے، پیٹ پھولنے، گھسی ذکاریں آنے اور متلی وقت کے مریضوں کے لیے فائدہ مند ہے۔ اس میں ایک روغن موجود ہوتا ہے جو ہیضہ کے جراثیم پر اثر انداز ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ جن دنوں ہیضہ کی وبا پھیلی ہوئی ہو، پودینہ استعمال کرنے کا مشورہ دیا جاتا ہے۔ پودینہ کی ایک بڑی خوبی، زود حیت (الرجی) کے خلاف اس کا موثر ہونا ہے۔ خصوصاً، الرجی کی ایک شدید قسم شرمی (ہتی اچھلنا یا چھپا کی) میں پودینہ کے پتوں کی چائے بنا کر پلائی جاتی ہے جو جلد کی جلن اور خارش کو رفع کر دیتی ہے۔ اس غرض سے پودینہ کے دس گرام تازہ پتوں کا رس،

**متعدد امراض سے نجات دلا سکتا ہے....**

**طوبی دانش**



یہ بات بھی کم ہی لوگوں کے علم میں ہوگی کہ پودینہ کی بہت سی اقسام ہیں اور ان کی صفات بھی مختلف ہیں۔ اس کی چند اقسام خود رو ہیں اور پتھر ملی نم جگہوں پر خصوصاً آبشاروں کے کناروں پر اُتی ہیں۔ پودینہ کی کئی اقسام کی باقاعدہ کاشت کی جاتی ہے۔ عام طور پر استعمال ہونے والا پودینہ بڑے پیمانے پر کاشت کیا جاتا ہے، اس لیے اس کا نام ”پودینہ ہستانی“، ”کارڈن منٹ“ پڑ گیا ہے۔ یہ پودینہ، برصغیر پاک و ہند، جزائر عرب، یورپ اور امریکا میں کثرت سے پیدا ہوتا ہے

مارچ 2015ء

کر سکتی ہیں۔

پودینہ کی ایک منفرد خاصیت یہ ہے کہ یہ خون میں موجود فاسد مادوں کو پیٹنے کے ذریعے جسم سے خارج کر دیتا ہے، اسی لیے یرقان کی شکایت میں پودینہ کو خاص طور پر استعمال کروایا جاتا ہے۔ بلغم کو پتلا کرنے کی صلاحیت بھی پودینہ میں ہے اس لیے بلغمی خشک کھانسی میں



بھی مریض کو اس کی چائے پلائی جاتی ہے۔

پودینہ کو اچھی طرح پانی سے دھو کر اس کے پتے الگ کر لیے جائیں اور انہیں سائے میں خشک کرنے کے بعد، ہاتھوں سے مسل کر چورا کر لیا جائے۔ جب بھی کھانا کھائیں، اس سٹوف کو سالن پر چھڑک لیں۔ معدے کی جھن (جو بھوک کے وقت یا کھانے کے بعد پیدا ہو جاتی ہے)، پیٹ کے پھولنے، بد ہضمی اور معدے کے ابتدائی زخموں کی صورت میں یہ مفید ہے۔

پودینہ کی آمیزش سے کئی دوائیں بھی بنائی جاتی ہیں۔ ان میں جوارش پودینہ، جوارش انارین، عرق پودینہ اور قرص پودینہ قابل ذکر ہیں جو نظام ہاضمہ سے متعلق بہت سے امراض میں استعمال کروائی جاتی ہیں۔ خاص طور پر متلی، الٹی، اسہال، بد ہضمی، سینے کی جھن، بھوک نہ لگنے، منہ کا ذائقہ کڑوا رہنے، یرقان اور ورم تپلر میں یہ دوائیں بہت فائدہ پہنچاتی ہیں۔

خشک یا تازو پودینہ، بوگروہ اوڈل کے ساتھ ملا کر بطور چائے یا خیساندہ پلایا جاتا ہے۔ ”خیساندہ“ سے مراد ہے کہ جزی بوئیوں کو رات میں پانی میں بھگو دیا

نصف پیالی عرق گلاب میں ملا کر پلایا جاتا ہے۔ پودینہ میں کیڑوں کو ہلاک کرنے والے اجزاء بھی پائے جاتے ہیں۔ خاص طور پر ناک اور کان میں جو کیڑے پیدا ہو جاتے ہیں، ان پر اگر پودینہ کا تازہ رس ڈالا جائے تو وہ ہلاک ہو جاتے ہیں۔

پودینہ آپ کے حسن کا محافظ بھی ہے۔ چہرے کے داغ و صبوں، مہاسوں اور زائد تلوں سے نجات حاصل کرنے کے لیے تازہ پودینہ، خالص سرکہ کے ساتھ چیس کر چہرے کے متاثرہ مقامات پر لپ کیا جاتا ہے۔ چند دن کی پابندی سے، داغ و صبے دور ہو جاتے ہیں اور جلد نکھر آتی ہے۔ جلد کی رنگت صاف کرنے کے لیے پودینہ کو پانی میں جوش دے کر اس پانی سے نہانے کا مشورہ بھی دیا جاتا ہے۔

پودینہ مختلف اقسام کے زہر کا تریاق بھی ہے۔ خاص طور پر بچھو، بھڑ، ملی اور چوہے وغیرہ کے کانسے پر پودینہ کو چیس کر لپ کیا جاتا ہے۔ حیض کو جاری کرنے میں بھی پودینہ مفید ہے، اس لیے وہ خواتین جو ایام کی تنگی یا کمی میں مبتلا ہوں، پودینہ کی چائے یا تازہ رس استعمال کر کے اس مشکل سے بچنے کا حاصل

پودینہ کی خصوصیات

کیسائی طریقوں سے ٹھنڈک پہنچائی جاتی ہے تو یہ نجد ہو کر قلموں کی شکل اختیار کر لیتا ہے۔ قلمی شکل میں یہ ست پودینہ (سینتھول) کہلاتا ہے۔ ست پودینہ کو دوا، ذائقہ اور خوشبو کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔ پان کے مسالوں میں شامل کیا جاتا ہے۔ اسے زبان پر رکھنے سے منہ میں ٹھنڈک کا

احساس ہوتا ہے۔ ست پودینہ کو بد ہضمی، قے، اسہال، خصوصاً غذائی سمیت (فوڈ پوائزنگ) ہیضہ اور درد دور کرنے کے لیے استعمال کروایا جاتا ہے۔ اس کا ایک مشہور مرکب درجنوں ناموں سے بازار میں فروخت ہوتا ہے اور بہت سے امراض کو دور کرنے کی حیرت انگیز

خاصیت رکھتا ہے۔ ست پودینہ اور ست اجوائن کو برابر مقدار میں ملا کر کسی شیشے کی بوتل میں ڈھکن اچھی طرح بند کر کے دھوپ میں رکھ دیا جاتا ہے۔ چند گھنٹے بعد یہ سیان شکل اختیار کر لیتا ہے۔ قے، متلی، ہیضہ، بد ہضمی میں فائدہ پہنچاتا ہے۔

تھیلوں میں سوزش پیدا ہونے سے جو امراض پیدا ہوتے ہیں مثلاً نزلہ زکام، گلے کی خراش اور انفدائتہ وغیرہ، ان میں، اس روغن کے چند قطرے پلاتے اور متاثرہ حصہ پر لگاتے ہیں۔ سردی کی صورت میں پیشانی اور کنپٹیوں پر اس کا لپ کیا جاتا ہے۔ دانت میں درد ہو تو، اسے روئی پر لگا کر متاثرہ

جائے اور صبح انہیں مل کر چھان لیا جائے۔ یہی چھنا ہو پانی "خیساندہ" کہلاتا ہے۔ متلی، الٹی، خصوصاً حاملہ خواتین کی قے و متلی، پرانے قبض پتی اچھلنے، نظام ہضم کے خراب ہونے سے پیدا ہونے والے فشر خون (بلڈ پریشر) کی

صورت میں یہ نسخہ مفید بتایا جاتا ہے۔ سوئف ایک کھانے کا چمچ، اسی قدر پودینہ، متلی (بیج نکال لیں) نو عدد، آلو بخارے پانچ عدد، ان اشیاء کو ڈیڑھ پیالی پانی میں رات کے وقت بھسویں۔ صبح ان دواؤں کو مل کر چھان لیں اور چھنا ہو پانی پی لیں۔ سردی کے موسم میں اس پانی کو نیم گرم کر کے بھی پیا جاسکتا ہے۔ آدھے سر کا ایک درد



ہو جائے جس کے ساتھ متلی اور قے بھی محسوس ہو تو بھی یہی نسخہ مفید ہے۔ مزید تحقیق سے پتا چلا ہے کہ پودینہ میں اعصاب کو سکون پہنچانے اور نیند لانے والے اجزاء بھی موجود ہیں۔

پودینہ کی ایک اہم قسم "پودینہ کوتی" ہے جسے "جاپانی منت" بھی کہتے ہیں۔ اسی پودے سے "ست پودینہ" یا "سینتھول" حاصل کیا جاتا ہے۔ یہ پودا چین اور جاپان میں زیادہ پایا جاتا ہے۔ جاپان ہی ست پودینہ کا سب سے بڑا برآمد کنندہ ہے۔ اس سے ایک روغن کشید کیا جاتا ہے جو روغن پودینہ جاپانی (جاپانی منت آئل) کہلاتا ہے۔ اس روغن کو مخصوص

پودینے کارس، تیس گرام شہد ملا کر پینے سے گیس سے بیماری میں فائدہ ہوتا ہے۔

❖..... چکی بند نہ ہو تو پودینے کے پتوں پر چینی ڈال کر چبائیے۔

❖..... موسم سرما میں اکثر زکام کھانسی کی شکایت رہتی ہے۔ اس کے لیے پودینے کی چائے میں ایک چکی نمک ڈال کر پینے سے فائدہ ہوتا ہے۔

❖..... داغ مہاسوں کے لیے پودینے کے پتوں کو پیس کر اس کالیپ داغ مہاسوں پر لگائیں۔

پودینے کے اتنے سارے فوائد ہمیں دعوت دیتے ہیں کہ مختلف امراض سے نجات حاصل کرنے کے لیے اس قدرتی دوا کو بھرپور طریقے سے کام میں لایا جائے۔



## عظیری کی ہوم ڈیوری اسکیم

عظیری کی مصنوعات مثلاً وزن کم کرنے کے لیے مہز لین ہرمل ٹیبلیٹ، سن ریز ہرمل شیپو، شہد، بالوں کے لیے ہرمل آئل، رنگ گورا کرنے والی ہرمل کریم شین سم اور دیگر مصنوعات کراچی میں ہوم ڈیوری اسکیم کے تحت گھر بیٹھے حاصل کی جاسکتی ہیں۔

مطلوبہ اشیاء منگوانے کے لیے اس نمبر پر رابطہ کیجیے:

021-36604127

رہنمائی کا مرکز

دانت پر رکھتے ہیں اور رال بہاتے ہیں۔ طے ہوئے مقام پر اسے لگانے سے جلن اور سوزش دور ہو جاتی ہے اور آبلہ نہیں پیدا ہوتا۔ زہریلے کیڑوں کے کاٹے پر لگانے سے تکلیف دور ہو جاتی ہے اور زہر اڑ نہیں کرتا۔

پودینے کی ایک اور قسم پودینہ فلی (پھپر منت) کہلاتی ہے۔ اس کی خوشبو سب سے تیز ہوتی ہے۔ اس سے روغن پودینہ لفظی (پھپر منت آئل) تیار کیا جاتا ہے جو بہت سے امراض کے علاج میں مفید بتایا جاتا۔ پودینے کی ایک اور قسم پودینہ نہری، (مارش منت) ہے جو نہروں کے کناروں پر آتی ہے۔

پودینے کی ایک قسم کا نام قدیم کتب میں مشطرا مشیع (فلی منت) بیان کیا گیا ہے۔ پودینے کی یہ قسم پاکستان میں کثرت سے پیدا ہوتی ہے اور ایران، اسپین اور مراکش میں بھی پائی جاتی ہے۔ اس سے ایک روغن حاصل کیا جاتا ہے جو روغن مشطرا مشیع (پنی رائل آئل) کہلاتا ہے۔ یہ روغن دواؤں میں استعمال ہونے کے ساتھ صابونوں کو خوشبودار بنانے میں بھی کام آتا ہے۔ اس سے مصنوعی ست پودینہ (سینتھول) بھی بنایا جاتا ہے۔ پودینے کی یہ قسم خواتین کے امراض خصوصاً ایام کی بندش اور تکلیف میں استعمال ہوتی ہے۔ نظام ہاضمہ درست کرنے کے لیے مفید بتائی جاتی ہے۔

ذیل میں پودینے کے چند نئے دیے جا رہے ہیں جو مختلف امراض میں مفید بتائے گئے ہیں۔

❖..... دستوں میں آدھا کپ پودینے کارس بروہ کھٹے بعد پلائیں۔

❖..... صبح سویرے ایک گلاس پانی میں پچیس گرام

# دستورچوں

فک ہار



لذیذاور غذائیت سے مکرپوریت نئی دستورکی یہ طرح کی ہیں  
آپ کے دسترخوان کی رونق میں اضافہ کردیں گی۔

## بیف کے لذیذ پکوان .... بیف اسپیشل

خوشبو آنے لگے تو ٹماٹر ڈال کر پانچ منٹ کے لیے پکائیں اس میں ایک کھانے کا چمچ دی ڈالیں اور ہلائیں۔ اسی طرح ساری دی ڈال دیں اور اچھی طرح مکس کر لیں۔ اس کے بعد لیموں کا رس ڈال دیں۔ فرائی کیے ہوئے کوفتوں کو ٹماٹر سوس میں ڈال دیں اور ڈھک کر ہلکی آگ پر بیس منٹ کے لیے پکائیں۔ سرونگ ڈش میں

کر اس میں ہرا دھنیا پیاز، اسن اور ک، جری مرچ، گرم مسالہ پاؤڈر، دھنیا پاؤڈر، بادام پاؤڈر اور تھوڑا سا نمک ڈال کر مکس کر میں اور اس کے چھوٹے کوفتے بنائیں۔ ایک تان سنک سوس چین میں تیل گرم کریں اور اس میں کوفتے ڈال کر فرائی کر لیں سنبرے ہو جائیں تو اتار لیں۔



## لیمب کوفتہ کری

اشیاء: قیرہ آدھا کلو، پیاز ایک عدد (باریک چوپ کر لیں)، اسن کا جوا ایک عدد (باریک چوپ کر لیں)، اور ک پیسٹ ایک چائے کا چمچ، جری مرچ ایک عدد (باریک چوپ کر لیں)، گرم مسالہ پاؤڈر ایک چائے کا چمچ، دھنیا پاؤڈر ایک چائے کا چمچ، بادام (چیں نیں) ایک چوتھائی کپ، ہرا دھنیا دو کھانے کے چمچ (چوپ کر لیں)، نمک حسب ذائقہ، تیل حسب ضرورت۔

ٹکال کر سلاڈ اور اپنے ہوئے چاولوں کے ساتھ گرم گرم پیش کریں۔ سجاوٹ کے لیے ہرا دھنیا ڈال دیں۔

## امرتسری گوشت

اشیاء: گوشت بغیر ہڈی کا آدھا کلو، آلو تین عدد (درمیانے سائز کے)، ٹماٹر

ٹسٹو سوس بنانے کے لیے: ایک چین میں ہلکی آگ پر تیل گرم کر لیں۔ اس میں پیاز ڈال کر چھ سے آٹھ منٹ کے لیے پکائیں اور نرم اور سنبر کر لیں۔ اس کے بعد قورمہ کری پیسٹ ڈالیں اور پکائیں۔ جب

ایک عدد (باریک چوپ کر لیں)، قورمہ کری پیسٹ تین کھانے کے چمچ، ٹماٹر (چوپ کر لیں) 400 گرام، دی آدھا کپ، لیموں کا رس ایک چائے کا چمچ۔ ترکیب: ایک پیالے میں قیرہ ڈال



<p>چار عدد، سیاہ مرچ پاؤڈر ایک چائے کا چمچ، دھنیا پاؤڈر ایک چوتھائی چائے کا چمچ، ہری مرچیں چار عدد، ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا) دو چائے کے چمچ، اورک پیسٹ ایک چائے کا چمچ، پیاز (درمیانی سائز کی) دو عدد، گھی حسب ضرورت، نمک حسب ذائقہ۔</p> <p><b>ترکیب:</b> گوشت کے ایک ایک انچ کے چوکور ٹکڑے کر کے دھولیں اور لیکن پیچ سے خشک کر لیں۔ ٹٹاروں کے چار چار ٹکڑے کر لیں اور آلو کو چھیل کر گول تھپے کاٹ لیں۔ ہری مرچوں کے چھ ٹکڑے کاٹ لیں اور پیاز چوپ کر لیں۔ سوس پین میں درمیانی آٹی پر تھی گرم کر کے اس میں آلو ڈال دیں آلو نرم پڑ جائیں باوا دی نہ ہوں تو تھی سے نکال لیں اور اسی گھی میں گوشت ڈال دیں۔ گوشت ہنکا باوا دی ہو جائے تو وہ بھی گھی سے نکال لیں اور سوس پین کو آٹی سے اتار لیں۔ ایک دہائی میں گوشت، دھنیا پاؤڈر، سیاہ مرچ پاؤڈر، اورک پیسٹ، نمک، تین چوتھائی کپ تھی اور تین چوتھائی کپ پانی ڈال کر آٹی پر رکھ دیں۔ پانی خشک ہو جائے تو اچھی طرح ہون کر گوشت تلنے کے لیے اندازے سے پانی ڈال دیں۔ گوشت ادھ گھا ہو جائے تو مٹر ڈال دیں، گوشت گل جائے اور تھوڑا سا پانی باقی ہو تو آلو، پیاز، ٹٹار، ہری</p>	<p>مرچیں اور ہرا دھنیا ڈال کر دس منٹ کے لیے دم پر رکھ دیں۔ امرتسری گوشت تیار ہے۔</p> <p><b>گولڈ بیف اسٹیکس</b></p> <p>اشیاء: بیف اسٹیکس چار عدد، زیتون کا تیل ایک کھانے کا چمچ، سویا سوس دو کھانے کے چمچ، لہسن کے جوے (کوٹ لیں) دو عدد، لیٹوں کا رس تین کھانے کے چمچ۔</p> <p><b>ترکیب:</b> اسٹیکس پر اگر چربی ہے تو اس کو اتار کر صاف کر لیں۔ اب اسٹیکس کو دو پائینٹ شینس کے درمیان رکھیں اور لیٹن پیچ سے ان پر ضرب لگائیں۔ جب اسٹیکس کی موٹائی ۱.۲۵ سے زیادہ رہ جائے تو اسے ایک پیالے میں رکھ کر اس میں زیتون کا تیل، سویا سوس، لیٹوں کا رس اور لہسن ڈال کر چار سے پانچ گھنٹے یا رات بھر کے لیے فریج میں میرینٹ ہونے کے لیے رکھ دیں۔ اب اسٹیکس کو باؤنی کیو کر لیں (گوشت کو پکنے میں چند منٹ لگیں گے)۔ اگر چاہیں تو ان کے اوپر پیاز رکھ کر ٹرل کر لیں۔ سیکلی ہوئی برینڈ کے ساتھ سہ و کریں۔</p> <p><b>مکھنی اُردھ گوشت</b></p> <p>اشیاء: ثابت اُردھ کی ڈال 125 گرام، بیف ایک کلو، نمک حسب ذائقہ، دسی ایک چوتھائی کپ، مکھن چھ کھانے کے چمچ، کریم (سجاوٹ کے</p>
<p>لے) حسب ضرورت، لال مرچ پاؤڈر دو چائے کے چمچ، سوکھا دھنیا پاؤڈر ایک کھانے کا چمچ، گرم مسالہ پاؤڈر آدھا چائے کا چمچ، نمٹو پوری ایک کپ، ہلدی پاؤڈر آدھا کھانے کا چمچ، تیل ایک کھانے کا چمچ، پیاز (باریک کاٹ لیں) دو عدد، لہسن اورک پیسٹ ایک کھانے کا چمچ۔</p> <p><b>ترکیب:</b> ایک دہائی میں گوشت دھو کر ڈال دیں ساتھ ہی اورک، لہسن، پیاز، ہلدی اور نمک ڈال کر اتنا پانی ڈالیں کہ گوشت گل جائے اور پانی خشک ہو جائے۔ جب گوشت گل جائے تو آٹ سے بنا لیں۔ ڈال میں تھوڑا سا نمک ڈال کر بالوں میں جب گل جائے تو حوٹ لیں۔ پھو دانے ثابت رہیں اور چھوٹل جائیں اب ایک دہائی میں تیل اور نمک ڈال کر پھٹا لیں۔ اس میں نمٹو پوری، لال مرچ، دسی اور ذرا سا نمک ڈال کر گوشت ڈال دیں اور پکائیں۔ جب گوشت اچھی طرح پھین جائے اور مسالہ تیل چھوڑ دے تو ڈال ڈال دیں۔ ساتھ ہی دھنیا پاؤڈر اور گرم مسالہ ڈال کر دس منٹ بالکل ہلکی آٹی پر دم پر رکھیں۔ سہ وٹس میں نکال کر اوپر ایک یا دو کھانے کے چمچ کریم ڈال کر پھیلا دیں۔ چاولوں یا نان کے ساتھ سہ و کریں۔</p>	<p>سوس پین اور لیٹن پیچ سے ان پر ضرب لگائیں۔ جب اسٹیکس کی موٹائی ۱.۲۵ سے زیادہ رہ جائے تو اسے ایک پیالے میں رکھ کر اس میں زیتون کا تیل، سویا سوس، لیٹوں کا رس اور لہسن ڈال کر چار سے پانچ گھنٹے یا رات بھر کے لیے فریج میں میرینٹ ہونے کے لیے رکھ دیں۔ اب اسٹیکس کو باؤنی کیو کر لیں (گوشت کو پکنے میں چند منٹ لگیں گے)۔ اگر چاہیں تو ان کے اوپر پیاز رکھ کر ٹرل کر لیں۔ سیکلی ہوئی برینڈ کے ساتھ سہ و کریں۔</p>

# لسبے گھنے اور ویشہ جیسے بال

♦.... کالے ماش ثابت ایک کپ، آملہ آدھا کپ، سکا کافے آدھا کپ، میتھی کے بیج دو بڑے بیج، لیموں کے چھلکے سوکھے ہوئے چار عدد ان تمام اشیاء کو پیس کر سفوف بنالیں۔ گرم پانی میں آدھے گھنٹے کے لیے بھنڈویں اور پھر سر پر لگائیں۔ پانچ منٹ بعد سر دھولیں۔ اس سے بال لسبے گھنے، چمکدار اور گرنا بند ہو جائیں گے۔

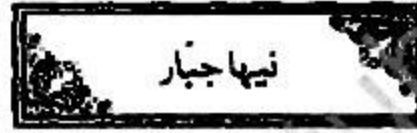
♦.... سرسوں کا تیل، کیندے کے تازہ پھول ایک پاؤرات کو بھنڈو کر رکھ دیں۔ صبح پھولوں کو اچھی طرح غسل کر تیل چھان لیں۔ سر دھونے سے تقریباً ایک گھنٹہ پہلے اس کو اچھی طرح سر پر لگائیں۔ بال لسبے اور گھنے ہو جائیں گے۔

♦.... بالوں کو لمبا کرنے کے لیے ایک مٹھی میتھی پیس کر سفوف بنالیں۔ اس میں انڈا، ناریل کا تیل اور چھٹا ملائیں۔ آدھے گھنٹے تک اسے بالوں میں لگا رہنے دیں اور پھر

بہت سی خواتین کی یہ خواہش ہوتی ہے کہ ان کے بال گھنے، لسبے اور چمکدار ہوں۔ بالوں کی خوبصورتی میں اچھی صحت کا بہت بڑا حصہ ہے۔

آپ اپنی صحت کا خیال رکھیں۔ متوازن غذا استعمال کریں، سب اور دوسرے پھل، سبزیاں زیادہ استعمال کریں، باقاعدگی سے دودھ پیئیں تو آپ کے بالوں پر خوشگوار اثر پڑے گا۔

غذا کا خیال رکھنے کے ساتھ ساتھ بالوں میں ناریل یا سرسوں کے تیل کی مالش کریں۔ تیل لگانے سے پہلے اسے ہلکا سا گرم کر لیں۔



صبح نہانے اور بال دھونے سے پہلے تھوڑا لیموں کا رس لے کر بالوں کی جڑوں میں مالش کریں۔ اس کے بعد صابن یا شیمپو سے بالوں کو دھو کر صاف کر لیں۔ یہ سکری کے لیے بھی مفید ہے۔

♦.... رات کو پانی میں اٹی ڈال کر بھنڈو کر رکھیے اور پھر صبح اس پانی سے بال دھو ڈالیے۔ یہ عمل کم از کم ایک ہفتہ ضرور کیجیے اور پھر بالوں میں ناریل کا تیل

ڈال کر پیسے۔ بال لسبے، گھنے اور چمکدار ہو جائیں گے۔

♦.... ماش کی دال اور بیری کے صاف پتے بھنڈو دیں۔ پھر پیس لیں دونوں کو ملا کر اس آمیزے سے سر دھوئیں بال لسبے اور صاف ہو جائیں گے۔



یٹر، لیسن آئل دس ملی لیٹر، روز آئل پانچ ملی لیٹر۔  
سن فلاور میں کوئی دل پسند خوشبو شامل کر کے  
استعمال کریں۔ یہ تیل بالوں کو لمبا، چمکدار بناتا ہے۔  
سر کے بالوں کا بہترین نسخہ  
برہمی بوئی 250 گرام، آملہ 250 گرام، مکوں  
کا تیل 500 گرام۔

ان دونوں کو چس کر 500 گرام تیل کے تیل  
میں پکائیں۔ یہاں تک کہ تیل کی رنگت بدل جائے  
پھر اس کو چھان کر بوتل میں بھر لیں۔ لیجیے تیل  
تیار ہو گیا۔

نہانے سے آدھے گھنٹے قبل یہ تیل بالوں میں  
اچھی طرح لگائیں پھر نہالیں۔

بالوں کو لمبا کرنے کا تیل  
آملہ خشک، ایک پاؤ، برگ ورسہ آدھا پاؤ،  
تینوں کا تیل آدھا کلو، آب چندر ایک کلو،  
برگ مہندی آدھا پاؤ، پانی ایک لیٹر۔

پہلے آملہ برگ مہندی اور برگ ورسہ کو پانی میں  
ذال کر آگ پر جوش دیں۔ آگ ٹھکی ہوئی چاہیے۔  
جب پانی نصف جل جائے تو آب چندر ذال دیں اور  
جب سارا پانی جل جائے اور صرف تیل ہی باقی رہ  
جائے تو آہستہ سے نھار کر بوتل میں ذال لیں۔ اس  
تیل سے بال خوب لمبے ہوتے ہیں۔

تیل کے ساتھ بالوں کی چمک میں ہیز رنزر  
(Hair Rinses) بھی معاون ثابت ہوتے ہیں۔  
بالوں کو ریشمی اور چمکدار دکھائی دینے کے لیے رنزر  
کی ضرورت پڑتی ہے۔ یہ آلودگی اور سورج کے  
نقصانات سے آپ کے بالوں کو بچانے کے لیے اچھی  
ذہال مہیا کرتے ہیں۔

زیادتی نا اہمیت

ایسے ہرمل شیمپو سے بالوں کو دھو لیں۔  
♦.... بالوں کے لیے خالص سرسوں کے تیل کے  
ساتھ ایک کسٹر آئل کی بوتل ذال کر کس کر کے  
بالوں میں لگائیں۔ اس سے بال لمبے، گھنے، سیاہ اور  
موٹے ہوتے ہیں۔

چمکدار بالوں کے لیے  
♦.... غسل سے ایک گھنٹہ پہلے سر پر تیل کی ماش  
کرنے سے بالوں میں چمک آجاتی ہے۔

♦.... بالوں میں بھاپ دیں۔ بال ریشم جیسے  
ہو جائیں گے۔

♦.... اپنے بالوں کو ہفتے میں کم سے کم دو بار  
شیمپو کریں۔

♦.... دو بڑے چمچ دی اور ایک انڈے کی زردی  
لے کر اچھی طرح ملا لیں۔ اس آمیزے کو کھوپڑی پر  
اچھی طرح پیسے۔

آدھے گھنٹے بعد بال دھو ڈالیں۔ خشک بال نرم  
ہو جائیں گے اور ان میں ریشم جیسی چمک اور  
خوبصورتی پیدا ہو جائے گی۔

♦.... آدھا آپ دودھ لے کر اس میں ایک انڈا  
ملا کر خوب اچھی طرح پھینٹ لیں یہاں تک کہ اس  
میں جھاگ بننے لگے۔ اسے سر کی جلد اور بالوں پر  
لگائیں۔ تھوڑی دیر بعد دھو ڈالیں۔ اگر مہندی  
استعمال کرتی ہیں تو مہندی کے آمیزے میں ایک  
چائے کا چمچ ناریل کا تیل ملا لیں ورنہ بال اور بھی خشک  
نظر آئیں گے۔

بالوں کو خوبصورت، چمکدار اور  
گھنے بنانے کے لیے عمدہ تیل  
سن فلاور آئل ایک لیٹر، یونڈر آئل پندرہ ملی

سیب والا بیٹورنز

### (Apple Hair Rinse)

مالٹ سرکہ (Malt Vinegar) 200 ملی

لیٹر، گرم پانی ایک لیٹر۔

ان دونوں کو ملا کر بالوں پر لگائیں۔

ایک نسبتاً گرم کمرے میں بالوں کو خشک

کریں۔ اس آمیزے سے بالوں کو پُرکشش چمک اور

ستہری رنگ ملے گا۔ یہ پختے بالوں کے لیے

بھی بہتر ہے۔

جو والا بیٹورنز

### (Barley Hair Rinse)

مالٹ سرکہ ایک کپ، گرم پانی ایک کپ۔

مالٹ سرکہ اور جو کو گرم پانی میں ملا کر بالوں پر

لگایا جائے تو یہ بالوں کو ملائم، چمکدار اور بالوں کے

رنگ کو گہرا کر دیتا ہے۔ اس کے بعد ابلے ہوئے جو

کے پانی (چار حصے پانی اور ایک حصہ جو) کے ساتھ سر

دھوئیں اور مطلوبہ بالوں کی سیٹنگ کے بعد اسے

خشک ہونے دیں۔

بابونہ بیٹورنز

### (Chamomile Hair Rinse)

بابونہ کے پھول (پاؤڈر) ایک کپ، چینی مٹی

(Kaolin Powder) ایک کپ۔

بابونہ کے پھولوں کا پاؤڈر اور چینی مٹی لیں۔ ان

دونوں کا پیسٹ بنائیں۔ اس کو بالوں میں اچھی طرح

مالش کرنے کے بعد تیس منٹ تک لگا رہنے دیں۔

اس کے بعد سر کو نیم گرم پانی سے جس میں ایک عدد

لیموں کا رس ملا ہوا ہو دھو لیں۔ آپ کے بال پرکشش

ہو جائیں گے۔ یہ ریز ہر قسم کے بالوں کے لیے

استعمال ہو سکتا ہے۔

لیے، گھنے اور چمکدار بالوں میں برش یا کنگھی

کرنے کا طریقہ بھی جاننا ضروری ہے۔

◆.... بالوں میں ہمیشہ برش اس وقت کریں جب

یہ خشک ہوں۔ گیلے بالوں میں برش کرنا بالوں کے

سروں کے دوڑنے بننے کا سبب بنتا ہے۔

◆.... برش کرنے کے لیے سر کو نیچے جھکائیں اور

سر سے پرے یعنی بالوں کے سروں سے برش کرنا

شروع کریں۔

◆.... برش کرنے کے دوران اپنے سر کو آگے کی

طرف جھکائیں۔ اس طرح دوران خون کا بہاؤ سر کی

جانب بڑھ جائے اور بالوں میں توانائی پیدا ہوگی۔

◆.... باریک بالوں کے لیے نرم برش جو سر کو نہ

کھرو نیچے، کی ضرورت ہوتی ہے۔

◆.... بہت لمبے موٹے بالوں کے لیے ایک بڑے

برش جس کے دندانے سخت ہوں کی

ضرورت پڑتی ہے۔

◆.... چھوٹے یا ہتھکریالے بالوں کے لیے ایک

تنگ برش جس کا سر لیو ترا مستطیل نما ہو اور جس کے

دندانے فاصلے پر گروپ نما شکل میں ہوں ضرورت

پڑتی ہے۔

◆.... کبھی بھی جیسے دندانوں والا برش استعمال نہ

کریں۔ یہ بالوں کو زخمی کر دیتے ہیں۔ ایسی کنگھی

استعمال کریں جس کے دندانے فاصلے پر ہوں۔

◆.... اٹھنے ہوئے بالوں میں کنگھی کرنے کا آسان

حل یہ ہے کہ آپ بالوں کے سرے سے کنگھی کرنا

شروع کریں اور آہستہ آہستہ اوپر کی طرف آئیں۔



# آپ کی صحت سے متعلق طبعی مشورے

## گیس

رطوبت اس پر اثر انداز ہو سکے، یا جلد جلد کھایا جائے۔ معدہ اپنا کام صحیح طور پر انجام نہ دے رہا ہو، خواہ اس کی وجہ معدے کی اپنی کمزوری، مثلاً معدے میں ورم آنا یا اس میں ہاضم رطوبتوں کا کم یا زیادہ بننا ہو یا آپ خود معدے کو مشکل میں ڈال دیں یعنی وقت پر کھانا نہ کھائیں یا ایک غذا کے ہضم ہونے سے پہلے دوسری غذا معدے میں پہنچادیں۔

جو غذا ہم کھاتے ہیں اس کے ہضم ہونے کا عمل ہمارے منہ سے ہی شروع ہو جاتا ہے۔ غذا کے چبائے جانے کے دوران گلے کے مخصوص غدود کی رطوبت غذا میں شامل ہو کر نشاستے کو شکر میں بدل دیتی ہے اور دانت غذا کو اچھی طرح چبا کر باریک کر دیتے ہیں۔ غذا اب معدے میں پہنچتی ہے جہاں ہاضم رطوبت اور تیزاب اس میں شامل ہو جاتے ہیں۔ معدہ حرکت

غذا جب معدے سے چھوٹی

حکیم عادل اسمعیل

آنت میں داخل ہو رہی ہو تو اس پر

کرتا ہے اور ہاضم رطوبت اور تیزاب غذا میں مل کر اسے سادہ اجزاء میں بدلتے ہیں۔ اس عمل کے دوران تیس پیدا ہوتی ہے جو عام طور پر ڈکار کی شکل میں خارج ہو جاتی ہے۔ بعض صورتوں میں یہ گیس زیادہ مقدار میں بننے لگتی ہے یا جتنی تیس بن رہی ہوتی ہے، وہ کسی سبب کی بنا پر جسم سے خارج نہیں ہو سکتی۔ نتیجے میں یہ تیس پیٹ میں جمع ہو جاتی ہے۔

مخصوص رطوبتیں مطلوبہ مقدار میں اثر انداز نہ ہو سکیں یا غذا کے جس حصے کو منہ یا معدے میں ہضم ہونا چاہیے تھا وہ ہضم نہ ہو سکے۔

نفسہ کسی وجہ سے آنتوں میں زیادہ دیر تک رکا رہے، ایسی صورت میں بھی تیس زیادہ بنتی ہے اور گیس کے خارج ہونے میں رکاوٹ ہو کر پیٹ پھولنے لگتا ہے۔ ایسا عام طور پر قبض کے مریضوں میں ہوتا ہے۔

## گیس بننے کے اسباب

فحلی آنت کے امراض، مثلاً بواسیر وغیرہ بھی گیس کے خارج ہونے میں رکاوٹ بنتے ہیں۔

کھائی جانے والی غذا درست طریقے پر پکی ہوئی نہ ہو، ہاضمہ پر بوجھ ڈالنے والی ہو یا باسی ہونے کی وجہ سے اس میں تعفن پیدا ہو گیا ہو۔

محنت، مشقت، کھیل کود اور ورزش یا چہل قدمی سے ”پرہیز“ کرنے والے افراد بھی گیس کے مرض میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔

غذا کو ٹھیک طرح چبایا نہ جائے یا اسے اتنی دیر تک منہ میں ٹھہرنے کا موقع ہی نہ دیا جائے کہ منہ کی

کے طور پر جسم کے کسی دوسرے حصے میں درد ہونے لگتا ہے۔ ان حصوں میں کوئی خرابی نہیں ہوتی۔ اسی طرح پیٹ سے گزرنے والی خون کی بڑی رگوں پر ڈائے فرام (وہ درد جو پیٹ اور سینے کو علیحدہ علیحدہ حصوں میں تقسیم کرتا ہے) جب گیس کا دباؤ پڑتا ہے تو قلب کا فعل متاثر ہوتا ہے اور گھبراہٹ، وحشت یا اختلاج کی سی کیفیت پیدا ہو جاتی ہے جو بلڈ پریشر پر بھی اثر انداز ہوتی ہے۔

### علاج

کھانے کے دوران زیادہ گفتگو نہ کی جائے۔ وقت مقررہ پر کھانا کھایا جائے۔ تیزابیت معدہ کے مریض دو کھانوں کے درمیان کوئی ہلکی چیز مثلاً کیلا، کھیر یا دودھ لے سکتے ہیں۔ کھانے کے فوراً بعد زیادہ پانی نہیں پینا چاہیے۔ بھرپور نیند اور ذہنی سکون پر بھی توجہ دی جائے۔

اگر معدے میں تیزابیت بڑھ جانے کی وجہ سے گیس پیدا ہو رہی ہے تو غذا میں مرچ مسالے اور گوشت کی مقدار کم کر دیں۔ ایک آسان اور خوش ذائقہ نسخہ یہ ہے کہ سونف کو صاف کر کے توتے پر رکھ کر ہلکا بھون لیں اور اسے پیس کر اس میں برابر مقدار میں چینی پیس کر ملا لیں۔ اسے صاف اور خشک بوتل میں محفوظ کر لیجیے۔ دوپہر اور رات کے کھانے کے بعد چائے کا ایک چمچ پانی کے ساتھ کھایا جائے۔ یہ ایسی دوا ہے جو ہر طرح کی گیس اور بد ہضمی میں استعمال کرائی جاسکتی ہے۔ بچوں کے لیے بھی مفید ہے۔ بلڈ پریشر کے مریض بھی اسے بلا کھٹکے استعمال کر سکتے ہیں کیونکہ اس میں نمکیات نہیں ہیں۔

درد کا علاج

نوجوانی کی نسبت اویز عمری میں گیس زیادہ بننے لگتی ہے۔

زیادہ وزن کے حامل افراد میں بھی گیس زیادہ بننے کی شکایت عام ہے۔

ان لوگوں کو بھی معدے میں تیزابیت بڑھ جانے کی شکایت رہتی ہے جو بہت متفکر اور پریشان رہتے ہیں۔ زیادہ تیزابیت کی وجہ بھی گیس بننے لگتی ہے۔

### علامات

اسباب کے لحاظ سے گیس کے مرض کی علامات مختلف ہیں۔ اگر معدے میں تیزابیت بڑھ جائے تو مریض کو بھوک برداشت نہیں ہوتی۔ کھانے سے پہلے مریض کا پیٹ پھول جاتا ہے، سینے میں جنن ہونے لگتی ہے۔ کچھ کھانے سے آرام ملتا ہے۔ اس کے مقابلے میں جن لوگوں کے معدے کمزور ہوں اور ان میں باضم رطوبتیں کم مقدار میں بن رہی ہوں انہیں بھوک کم لگتی ہے، کھانے کے بعد پیٹ میں بھاری پن کا احساس ہوتا ہے اور گیس بننے لگتی ہے۔ اگر گیس، قبض کی وجہ سے بنے تو اجابت کے بعد مریض سکون محسوس کرتا اور اگر بواسیر اس کا سبب ہے تو اجابت کے وقت تکلیف ہو سکتی ہے اور رفع حاجت کے بعد بھی یہ احساس ہوتا رہتا ہے کہ ابھی فضلہ آنتوں میں موجود ہے۔

ہمارے جسم کے مختلف اعضا کا دماغ سے رابطہ قائم رکھنے والے بہت سے اعصاب پیٹ سے گزرتے ہیں۔ جب پیٹ میں گیس پیدا ہوتی ہے تو وہ ان اعصاب پر بھی دباؤ ڈالتی ہے اور اسی دباؤ کے رد عمل

**AZEEMI**



**پہلے پائیم**

**ہاتھ کے لئے**

**ڈاکٹر دلہریا کی شہادت**

تیس اور بیسویں کی تکالیف میں  
قدرتی اجزاء پر مشتمل ہے۔

قریبی ریزروئل ریفائنڈ ٹیکنالوجی سے اسٹوریج سے طلب فرمائیں

عظیمی لہدریج، کراچی پاکستان

اگر معدے کی تیزابیت نے بڑھ کر زخم کی شکل اختیار کر لی ہے اور خالی پیٹ رہنے کی صورت میں جن کے ساتھ درد بھی ہونے لگا تو ملیٹھی کا بہت باریک سفوف اور اس کے برابر اسپنول کو بھوسی ملا کر رکھ لی جائے اور کھانے کا ایک چمچ ایک پیالی پانی میں ملا کر دوپہر اور رات کے کھانوں سے دس منٹ قبل پی لیا جائے۔

معدے کی کمزوری اور ہاضمہ رطوبات کی کمی اگر گیس کا سبب بن رہی ہے تو ہاضمے کی نکلیاں استعمال کرنی چاہئیں۔

اگر جگر کی کمزوری سے تیس کی شکایت ہے تو شربت انار، کھانے کے دو چمچ یا جو ارش انارین آدھا چائے کا چمچ، پانی کے ساتھ طعام کے بعد لے لیں۔

قبض کی وجہ سے گیس کی شکایت ہو تو رات سونے سے قبل ثابت اسپنول کا ایک چمچ پانی میں ملا کر لے لیا جائے یا ہلیلہ سیاہ باریک کر کے کھانے کا ایک چمچ سوتے وقت، نیم گرم پانی کے ساتھ لے لیں۔ مریضوں کو انجیر، منقہ، پھنسا، امرود اور انگور استعمال کرتے رہنا چاہیے۔

گیس، بد ہضمی، بھوک کی کمی میں درج ذیل نسخہ مفید ہے۔

اجوائن 125 گرام، کلونچی 125 گرام لے کر ایک پیالے میں ڈالیں اب لیموں کا رس اتنا ڈالیں کے اویات لیموں کے رس میں ڈوب جائیں۔ تین چار دن تک پیالے میں رہنے کے بعد سائے میں خشک کر لیں تین تین گرام دوپہر اور رات کھانے سے پہلے لیں۔





# گھر کا معالجہ

جب ہم کسی مرض میں مبتلا ہو جاتے ہیں تو اس کے علاج کے لیے کئی ادویات اور کبھی انٹی بائیوٹک کا بھی بے دریغ استعمال کرتے ہیں۔ اگر تھوڑی سی احتیاط سے کام لیا جائے تو بہت سے امراض سے محفوظ رہا جاسکتا ہے، بیمار ہونے کی صورت میں کئی عام امراض کا آسان علاج ہمارے دکان میں بھی موجود ہے۔ لیکن ہمارا مشافخانہ بھی ہے۔ یہاں ہم ایسے چند طبی مسائل کا ذکر کریں گے جن کا حل آپ کے دکان میں بھی موجود ہے۔

قبض کا سب سے بڑا سبب غلط غذاؤں کا استعمال اور غلط طرز زندگی ہے۔ کھانے کی تمام اشیاء میں، جب وہ اپنی قدرتی حالت میں ہوں، فالتو مادوں (Roughage) کا اچھا خاصا تناسب موجود ہوتا ہے، یہ مادے غذاؤں میں فطری توازن کو برقرار رکھنے کے لیے ہوتے ہیں اور انتڑیوں کو حرکت دینے میں بھی مددگار ہوتے ہیں۔ اسی حرکت کی بدولت خوراک معدے کی نالی میں سفر کرتی ہے۔ ہم جو غذائیں استعمال کرتے ہیں ان میں سے بیشتر میں یہ فالتو مادے کم مقدار میں ہوتے ہیں۔ اس مقدار کی

قبض ایک عام عارضہ ہے۔ شاید یہی وجہ ہے کہ لوگ اسے زیادہ اہمیت نہیں دیتے اور کسی معالجے سے مشورہ کیے بغیر چلتے پھرتے اس کا علاج کر لیتے ہیں حالانکہ ماہرین نے قبض کو "ام الامراض" کا نام دیا ہے یعنی "بیماریوں کی ماں" اور حقیقت ہے کہ تباہی کا ایک عارضہ بہت سے امراض کو دعوت دینے کا باعث بن جاتا ہے۔ ان میں جگر کی خرابی، خون کے سرخ ذرات کی ٹوٹ پھوٹ، طبیعت کی سستی، حافظہ کی کمزوری، سر درد اور بعض دماغی امراض شامل ہیں۔



سے اجابت کھل کر آتی ہے۔ بارہ گرام لیموں کا رس، اور بارہ گرام شکر ایک گلاس میں ملا کر رات کو پینے سے کچھ ہی دنوں میں قبض کی پرانی سے پرانی شکایت دور ہو جاتی ہے۔

◆.... صبح ناشتے میں نادرنگی کارس کئی دنوں تک پیتے رہنے سے قبض دور ہو جاتا ہے اس سے قوت انہضام میں بھی اضافہ ہوتا ہے۔

◆.... میتھی کے بیجوں کی سبزی کھانے سے قبض دور ہوتا ہے۔

◆.... سوتے وقت آدھا چمچ ایسی ہوئی سونف گرم پانی کے ساتھ لینے سے قبض میں فائدہ ہوتا ہے۔

◆.... رات کو ایک چمچ پیسا ہوا آنولہ گرم پانی یا گرم دودھ کے ساتھ لینے سے قبض نہیں رہتا۔ آتیں اور پیٹ صاف رہتے ہیں۔

◆.... گرم دودھ کے ساتھ دو چمچ گلاب کا گھنڈ یا اسپنول کا چھلکارات کو لینے سے قبض دور ہوتا ہے۔

◆.... دائمی قبض ہو، تو پختہ انجیر کھائیں، یا پانچ خشک انجیر دودھ میں ابال کر رات کو سوتے وقت لیں۔

◆.... ایک گلاس گرم پانی (جتنا گرم بچا جاسکے) کھانا کھانے کے بعد لگا تار پیتے رہنے سے قبض دور ہوتا ہے۔ جنہیں قبض کی شکایت ہو، انہیں کھانے کے ساتھ گھونٹ گھونٹ پانی پیتے رہنا چاہیے۔ صبح اٹھتے ہی ایک گلاس پانی پیئیں۔

◆.... باسٹھ گرام تل کوٹ کر اور چینی ملا کر کھانے سے قبض دور ہوتا ہے، تل، چاول اور موگ کی دال کی کھجڑی بھی قبض دور کرتا ہے۔



شکایت کا اہم وقت

کئی ہی قبض پیدا کرنے اور اسے برقرار رکھنے میں مدد دیتی ہے۔ اس کی وجہ سے ہم دائمی قبض کے مریض بننے رہتے ہیں۔

وٹامنز اور منرلز کا تناسب کم رکھنے والا ہارک پسا ہوا آنا اور مرغن غذا میں کھانا، کم پانی پینا، گوشت زیادہ مقدار میں کھانا، زیادہ پتی والی چائے اور کافی کا استعمال، نوالوں کو اچھی طرح نہ چباننا، خوب پیٹ بھر کر کھانا، غذاؤں کا غلط استخراج اور کھانے پینے کے اوقات میں بے قاعدگی یہ سب چیزیں آنتوں کی کارکردگی کو خراب کرنے کا باعث بنتی ہیں۔ اس کارکردگی کو نقصان پہنچانے والی دیگر باتیں یہ ہیں۔

اجابت کے اوقات میں بے قاعدگی، جلاب زیادہ لینا، پیٹ کے عضلات کا کمزور ہونا (جو پیشے رہنے یا نقل و حرکت کم ہونے کی وجہ سے ہوتا ہے) اور جذباتی اور ذہنی دباؤ زیادہ ہونا۔ یہ سب باتیں بھی قبض کا باعث بن جاتی ہیں جن میں نیومز (رسولیاں) جگر کے فعل کی سستی، کافی آنت کا ورد، آنتوں کا تشنج، تیزابیت، مقعد کی بیماریاں، دانتوں کی تکالیف، پیشاب کی بیماریاں، شوگر کا مرض، بعض بیماریوں کے لیے استعمال کی جانے والی دواؤں کے زہریلے اثرات، ریڑھ کی ہڈی کے نچلے حصے کی غیر معمولی حالت اور مٹانے کے غدود بڑھ جانا شامل ہے۔

ذیل میں قبض سے نجات کے لیے مفید نسخے دیے جا رہے ہیں۔

◆.... 250 گرام کچی گاجر اچھی طرح چبا چاکر روزانہ بھوکے پیٹ کھائیں، اس سے قبض دور ہو گا اور بھوک اچھی لگے گی۔

◆.... لیموں کا رس گرم پانی کے ساتھ رات کو لینے

# اشرف باجی کے ٹوٹکے



ٹوٹکوں کا استعمال دنیا بھر میں عام ہے۔ ٹوٹکوں سے مرد بھی فائدہ اٹھاتے ہیں اور خواتین بھی.... تاہم امور خانہ داری میں ٹوٹکوں کی ضرورت زیادہ پڑتی ہے۔ خانہ داری چونکہ خواتین کا شعبہ سمجھا جاتا ہے اس لیے ٹوٹکوں کا استعمال بھی خواتین زیادہ کرتی ہیں۔



محترمہ اشرف سلطانہ برہنہ سے مرکزی مراقبہ ہال میں خدمت خلق کے پروگرام سے وابستہ ہیں۔ خاص و عام میں اشرف باجی کے نام سے معروف ہیں۔ آپ ایک کویٹا میڈیٹیبیہ بھی ہیں۔ اگر آپ بھی اپنی آزمودہ کوئی ترکیب قارئین کو بتانا چاہیں تو روحانی ڈائجسٹ کی معرفت اشرف باجی کو لکھ بھیجئے۔

ایک دم تازہ، محنت اور نڈیڈ بننے کی اس طرح رکھنے سے مچھلی بہتوں تازہ رہتی ہے۔

پانے کی بدبو سے نجات

اکثر لوگ پائے کی بدبو کی وجہ سے اسے پکانے سے کتراتے ہیں۔ اگر پائے پکاتے وقت اس میں تھوڑا سا سفید زیرہ، دار چینی اور لوٹھیں ڈال دی جائیں تو گھر میں ناگوار مہک نہیں آئے گی اور پائے بھی مزید اربنیں گے۔

ٹماٹر کا سوپ

ٹماٹر کے سوپ میں ایک چمچ پسا ہوا پودینہ ڈال

ذائقے دار پکوزے

پکوزے بناتے وقت اگر تھوڑا سا لہسن پیس کر مین میں ڈال دیں تو ذائقہ بھی اچھا ہو جائے گا اور بھاری پن بھی نہیں رہے گا۔

مچھلی بہتوں تازہ رکھنا

مچھلی کو بہت دیر تک تازہ رکھنے کے لیے اس کو اچھی طرح دھو کر اس میں حسب ضرورت پسا ہوا نمک، پسا ہوا دھنیا، لہسی ہوئی ہلدی ملا کر برتن میں رکھ کر فریج میں جمادیں۔

جب پکانی ہو تو اچھی طرح سے دھو کر پکائیں

چقندر زیادہ عرصہ

تک محفوظ رکھنا

چقندر کو کسی تھیلی میں روٹی کے ساتھ اس طرح رکھیں کہ آپس میں ملنے نہ پائیں اس طرح چقندر زیادہ عرصے تک تازہ رہیں گے۔

مسالہ اچھا بنانا

گوشت اچھا پکانے کے لیے مسالے میں تھوڑا سا آنا ملا لیں۔

پکے ہوئے کوفتے نہ ٹوٹیں

کوٹے پکاتے وقت گچ سے ہلانے کی بجائے دیکھی کو حرکت دیں اس طرح کوٹے ٹوٹنے سے محفوظ رہیں گے۔

گوشت جلد گلانا

پکتے ہوئے گوشت میں ذرا سی میٹھی چینی یا پھالیہ ڈال دیں۔ ایک کلو گوشت کے لیے ایک چمچالہ کافی ہے۔

لیموں سے پورا رس نکالنا

لیموں سے پورا رس نکالنے کے لیے اسے پہلے گرم پانی میں ڈبو کر پھر کاٹیں۔

کبھی نہ مرجھانے والے

پھولوں کا گلدان

تھوڑے سے سدا بہار کے بیج لیں۔ انہیں کسی گیلے میں بودیں۔ جب پودا چار انچ ہو جائے تو بڑی حفاظت سے خوبصورت گلدان میں منتقل کر دیں۔ یہ پھول مختلف رنگوں میں ہوں گے اور ان کا کسی بھی موسم میں مرجھانے کا امکان نہیں ہے۔ سدا بہار کے بیج زمری یا دکان سے حاصل کریں۔



تعمیراتی کاموں کے لیے

دیا جائے تو ذائقہ بہتر ہوگا اور سوپ بھی خوشبودار بنے گا۔

لوکھی کا حلوا

لوکھی کا حلوا بنانے وقت اس کو گھی میں بھوننے کے بجائے تازہ کریم میں بھونیں گے تو حلوا لذیذ بنے گا۔

لذیذ گلاب جامن بنانا

گلاب جامن بناتے وقت ان کے اندر ایک ایک منقہ رکھ دیا جائے تو گلاب جامن بہت پھولیں گے اور ذائقہ بھی اچھا ہو جائے گا۔

فرنیچر کے سفید داغ دور کرنا

اکثر فرنیچر پر پانی گرنے سے سفید سے نشان پڑ جاتے ہیں ان کو دور کرنے کے لیے ویسلین آہستہ آہستہ لیں۔

بھڑوں کے چھتے ختم کرنا

بسن اور گندھک کی دھونی دینے سے بھڑ مر جاتے ہیں۔

اگر ان کے چھتوں کو ختم کرنا ہو تو مٹی کا تیل یا سرکہ ڈال دیا جائے۔

چیونٹیاں بھگانا

چیونٹیوں کو بھگانے کے لیے وہاں رنگ یا ہلدی رکھ دیں تو چیونٹیاں خود ہی چلی جائیں گی۔

مٹر کے دانے جلد گلانا

مٹر کے دانے جلد گلانے کے لیے دانوں کو پانی میں بھگو کر ساتھ ہی تھوڑی سی چینی یا کھانے کا سووا اور پودینہ کی چند پتیاں ملا کر پکائیں۔ اس طرح مٹر کے دانے جلد گل جائیں گے اور ان کا رنگ بھی برا ہی رہے گا۔

# جسم کے عجائبات



انسانی جسم بظاہر ایک سادہ سی چیز ہے مگر اس کے اندر ایک کائنات چھپی ہوئی ہے۔ یوں تو پورا جسم ایک قدرتی نظام کا پابند ہے مگر ہر عضو کا ایک اپنا باقاعدہ واضح نظام بھی ہے۔ ہر نظام ایک نہایت ہی حیرت انگیز طریقے سے ایک دوسرے کے ساتھ مربوط ہے۔

”جسم کے عجائبات“ کے عنوان سے محمد علی سید صاحب کی تحقیقی کتاب سے انسانی جسم کے اعضاء کی کہانی ان کی اپنی زبانی قارئین کی دلچسپی کے لیے ہر ماہ شائع کی جا رہی ہے۔

محمد علی سید

میسر اکام یہ ہے کہ مسین انسان کو عارضی طور پر کسی سنہرے مسین میں تبدیل کر دوں تاکہ وہ جو کرنا چاہے وہ کر گزرے۔ اپنی بقا کی جنگ لڑتے ہوئے اگر اس کی ضروریات تیزی سے بڑھ رہی ہوں تو مسین ان کا انتظام پہلے ہی کر چکا ہوتا ہوں!

کے لیے اسے کئی ایکلا زمین پر بہت بڑا پلانٹ لگانا پڑے گا۔ اسٹاف، ماہرین اور آلات کی ایک لمبی فہرست تیار کرنا ہوگی۔

میں جو بارہ سو نوزو زانہ تیار کرتا ہوں ان کی مقدار ایکٹ اونس کے ہزار ہیں جسے نیکے ہونا پڑتا ہے لیکن یہ پڑا ہوا ہارمونز آپ کی زندگی کے کم و بیش تمام کاموں میں مرکزی کردار ادا کرتے ہیں۔

میں آپ کا ایڈریٹل گلیڈ (غڈوز) ہوں اور آپ کے دائیں گروہ کے اوپر گھڑ دوڑ کے کسی جوگی کی طرح سوار رہتا ہوں۔ سید ہوسر رہتا تھی اسی طرح



(گزشتہ سے پوسٹ)

جادوئی طاقت  
ایڈریٹل گلیڈوز

ایڈریٹل گلیڈوز کی کہانی خود اس کی زبان سے میری شکل کسی ٹکونے بیٹ سے مشابہ ہے اور سامت انگلی کے سر سے کے برابر۔ وزن کا اندازہ آپ خود کر سکتے ہیں۔ اس مختصر سے وجود میں اتنے نئے نئے بہت سی حیات آفریں صلاحیتیں عطا کی جیتے ہیں۔

پنا کے لیے پچاس ہارمون تیار کرنے کا ذمہ دار ہوں۔ ان ہارمونز کو اگر انسان تیار کرنا چاہے تو اس

2015

سے زیادہ یہ کر سکتے ہیں کہ مریض کو مصنوعی طریقے سے ہارمونز استعمال کرائیں اور موت کے قدموں کی آہٹ کو دہم کر دیں۔

اگر ہماری کارکردگی میں ست رفتاری پیدا ہو جائے تو انسان کی زندگی کا چراغ بجھنے کے قریب ہو جاتا ہے۔ ایسے میں انسان جلد ہی ہڈیوں کے ڈھانچے میں تبدیل ہو جائے گا۔

آپ کے لڑکپن کے دنوں میں اگر میری کارکردگی اعتدال سے تجاوز کر جاتی تو آپ کی زندگی ایسی خوبصورت نہ دہتی جس قدر حسین آج ہے۔ ایک نو دس سال کے بچے کے زندگی میں اگر ایسا المیہ رونما ہو جائی تو نتائج انتہائی اذیت ناک ہوتے ہیں۔ میری بے اعتدالی کے سبب وہ معصوم بچہ اس عمر میں ایک چھوٹے سے کھل آدمی میں تبدیل ہو سکتا تھا۔ اس کی آواز بھاری ہو جاتی، رخسار داڑھی سے بھر جاتے۔ اس کے اعضاء ایک بالغ انسان کے اعضاء میں تبدیل ہو جاتے۔ ہڈیوں کے سرے جو ایک خاص عمر تک بڑھتے رہتے ہیں، ان میں مزید نشوونما کی صلاحیتیں ختم ہو جاتیں اور وہ معصوم، پھول ایسا بچہ ہمیشہ کے لیے ایک بد ہیبت بونے میں تبدیل ہو جاتا۔ اس کی زندگی کی مشکلات کا آپ اندازہ کر سکتے ہیں!

آپ زندگی کے ان دنوں میں اس خطرے سے محفوظ رہے اور آج ایک نارمل، صحت مند اور پرسکون زندگی گزار رہے ہیں تو اس کا سبب میری اور میرے ساتھی کی وہ خدمات ہیں جن سے ایک عام آدمی ہمیشہ لاعلم ہی رہتا ہے اور جسے علم ہوتا ہے وہ بھی شکر کی جانب متوجہ نہیں ہوتا۔ وہ ہماری ان خدمات کو اپنا حق سمجھتا ہے۔

تذکرہ پاکستان

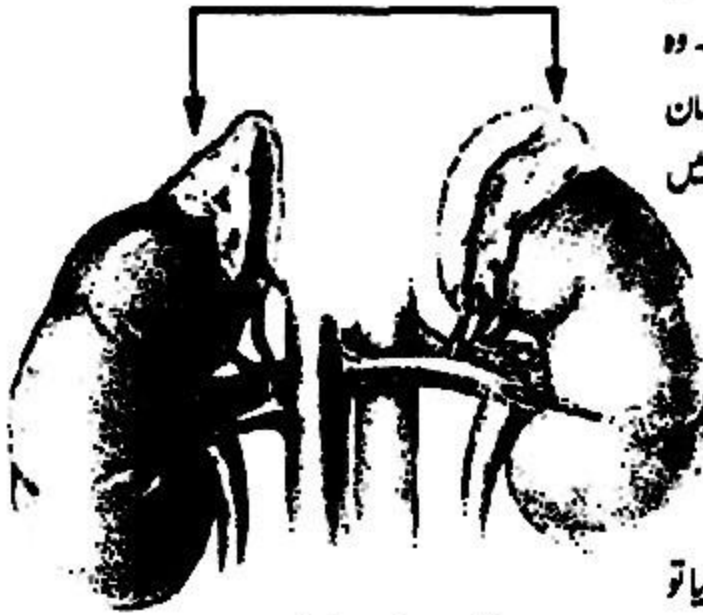
آپ کے ہائیں گردے پر موجود ہے۔ آپ کی زندگی کی دوڑ میں ہم دونوں بے حد اہم کردار ادا کرتے ہیں۔

میرے وجود کا ہر حصہ حیران کن صلاحیتوں سے بھرا ہوا ہے۔ اس معاملے میں جسم کا شاید ہی کوئی دوسرا عضو میرا مقابلہ کر سکے۔ میں انسان کو بڑی بڑی مصیبتوں میں مبتلا کرنے کی صلاحیت بھی رکھتا ہوں۔ میں انسان کو معذور بنا سکتا ہوں، اسے بیمار ڈال سکتا ہوں، اسے پاگل خانے بھیج سکتا ہوں، حتیٰ کہ اسے موت کے گھاٹ اتارنے کی صلاحیت بھی مجھ میں موجود ہے لیکن میں نے آپ کے ساتھ کبھی ایسا سلوک نہیں کیا۔ اس کے برعکس میں نے ہمیشہ آپ کو بہت سی مصیبتوں سے دور رکھا ہے۔ شاید یہی سبب ہے کہ آپ میرے وجود تک سے نا آشنا ہیں۔ انسان کی عادت ہے کہ وہ اپنی جسمانی نعمتوں کی قدر اس وقت تک نہیں کرتا جب تک کہ تکلیف میں مبتلا نہ ہو جائے یا کوئی نعمت اس سے واپس نہ لے لی جائے!

میرا وجود آپ کی زندگی کے لیے ناگزیر اور آپ کے لیے آپ کے پیدا کرنے والے اللہ رب العالمین کی طرف سے ایک عظیم تحفہ ہے۔ جس کی قدر و قیمت کا اندازہ شاید آپ میری کہانی سننے کے بعد کسی قدر لگا سکیں۔

لوگ سمجھتے ہیں کہ اگر دل و حزن کتنا بند کر دے، گردے خراب ہو جائیں تو موت واقع ہو سکتی ہے۔ یہ سچ ہے لیکن یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ مجھے اور میرے ساتھی نعدود کو جسم سے نکال دیا جائے یا ہماری کارکردگی ختم ہو جائے تو انسان کی منزل صرف قبرستان ہی رہ جاتی ہے۔ ایسے میں ڈاکٹر صاحبان زیادہ

Adrenal gland



ہارمونز تیار کرنے کے قابل نہیں رہتا۔

درحقیقت میں ہارمونز کے دو بنیادی سیٹ تیار کرتا ہوں۔ ان میں سے ایک سیٹ میرا اوپری حصہ یعنی میڈولا (Medulla) تیار کرتا ہے اور دوسرا سیٹ میرے اندرونی حصے (Cortex) میں تیار ہوتا ہے۔ میرے اوپری حصے کی ایک انفرادی صلاحیت یہ ہے کہ اس کا تعلق براہ راست دماغ سے ہوتا ہے اسی لیے جب آپ شدید جذباتی دباؤ، اچانک آنے والے غصے یا زبردست خوف میں مبتلا ہوتے ہیں تو اس کی اطلاع میرے اوپری حصے میڈولا کو فوری اور براہ راست موصول ہوتی ہے۔ اس وقت میرے لیے یہ بات واضح نہیں ہوتی کہ ان حالات میں آپ کیا کریں گے....؟ اسی لیے میں لاکر جنسی کا سگنل ملتے ہی آپ کو ہر طرح کے رد عمل اور تمام ممکنہ اقدامات کے لیے تیار کر دیتا ہوں۔ یعنی آپ کو جنگ یا فرار دونوں کے لیے تیار کرنا میری ہی ذمہ داری ہے۔

(حسابی ہے)



ایک طویل عرصے تک ڈاکٹر اور سائنس دان مجھے صرف ایک ”پرسرار غرور“ سمجھتے رہے۔ وہ صرف اتنا جانتے تھے کہ میری عدم موجودگی انسان کو موت کے گھاٹ اتار سکتی ہے۔ انسان کے جسم میں میرا کیا کردار ہے، میں کیا خدمات انجام دیتا ہوں، یہ سب باتیں انہیں معلوم نہیں تھیں۔ پھر ایسا دور آیا کہ کیمیادانوں نے میری گونا گوں صلاحیتوں کو ایک ایک کر کے دریافت کرنا شروع کیا۔ اسی دوران میں جب انہوں نے میرے ”کارٹی زون“ جیسے ہارمونز کو دریافت کیا تو ان کی حیرت کی انتہا رہی۔

عقل کو ششدر کر دینے والا یہ ہارمون جسم سے کم از کم سو سے زیادہ بیماریوں کو دور کرنے کی بھرپور صلاحیت رکھتا ہے۔ بڑی آنت کا السر، آٹھ اور دس جینس اذیت ناک بیماریاں بھی انہی میں شامل ہیں۔ میرے اندر خون کی نالیوں کا جس قدر بڑا جال پھیلا ہوا ہے وہ کسی اور عضو میں موجود نہیں۔ ہر پینٹا لیس سیکنڈ کے بعد مجھے میرے وزن سے چھ گنا زیادہ تازہ خون فراہم کیا جاتا ہے۔ میں خون کو اسٹور کرنے کی صلاحیت بھی رکھتا ہوں۔

اگرچہ میرے وجود کا دس فیصد حصہ بھی آپ کے ہارمونز کی ضروریات پوری کرنے کے لیے کافی ہے لیکن اگر میں سگڑ کر دس فیصد کے برابر ہو جاؤں تو انسان شدید دباؤ میں مبتلا ہو سکتا ہے۔ ایسے میں اگر کسی اور وجہ سے بڑے آپریشن کی ضرورت پیش آجائے تو زندگی کے امکانات تقریباً معدوم ہوتے ہیں کیونکہ میرے کارخانوں کی پیداواری استعداد کم ہونے کی وجہ سے میں زندگی بچانے والے اضافی

# سِرِّ اَللّٰهِ

ترجمہ ”ہمارے لئے اللہ کافی ہے اور وہی بہترین کارساز ہے۔“  
(سورہ آل عمران: آیت 173)

سراقبہ ہال ملتان  
نگران: کنور محمد طارق عظیمی  
947/A، ممتاز آباد پی سی جی چوک، ملتان  
پوسٹ کوڈ: 60600  
فون نمبر: 061-6525331

# کیفیات مراقبہ

ترقی یافتہ ممالک میں مراقبے کے موضوع پر سائنسی بہادوں پر تحقیقی کام شب و روز جاری ہے۔ جدید سائنسی آلات سے اُخذ کیے جانے والے نتائج سے یہ ثابت ہوا ہے کہ مراقبے سے انسان کو ہمہ جہت فوائد حاصل ہو سکتے ہیں۔ ان تحقیقی نتائج کے روشن نظر مغرب میں تو مراقبہ کو ایک ٹیکنالوجی کی حیثیت دے دی گئی ہے۔ ان حقیقات سے یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ مراقبے سے ہماری عام زندگی پر بھی کئی طرح کے خوشگوار اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ مراقبے کے ذریعے کئی جسمانی اور نفسیاتی بیماریوں سے نجات مل سکتی ہے، کارکردگی اور یادداشت میں اضافہ ہوتا ہے اور ذہنی صلاحیتوں کو نکالتی ہے۔

ماضی میں مشرق کے اہل روحانیت نے ماورائی علوم کے حصول میں مراقبے کے ذریعے کامیابیاں حاصل کیں۔

ان صفحات پر ہم مراقبے کے ذریعہ حاصل ہونے والے مفید اثرات مثلاً ذہنی سکون، پرسکون نیند، بیماریوں کے خلاف قوت مدافعت میں اضافہ وغیرہ کے ساتھ روحانی تربیت کے حوالے سے مراقبے کے فوائد بھی قارئین کی خدمت میں پیش کرتے ہیں۔ اگر آپ نے مراقبے کے ذریعے اپنی شخصیت اور ذہنی کیفیت میں مثبت تبدیلی محسوس کی ہے تو صفحات کے ایک طرف تحریر کر کے روحانی ڈائجسٹ کے ایڈیٹرس پر اپنے نام اور مکمل پتے کے ساتھ ارسال کر دیجیے۔ آپ کی ارسال کردہ کیفیات اس کالم میں شائع ہو سکتی ہیں۔

کیفیات مراقبہ

روحانی ڈائجسٹ 177، D-1 ناظم آباد۔ کراچی 74600





نقل تو چہرے پر کچھ اور نقش و نگار بن گئے۔ بچپن میں گر پڑا تو دائیں ٹانگ سے لنگڑا ہو گیا.... ہاں! میں واقعی بد صورتی کا مرتبہ ہوں۔ ایک مرتبہ سڑک کے ساتھ ساتھ چلتے ہوئے میں نے ایک آدمی کو کہتے سنا تھا۔ ”یہ آدمی مجھے کسی کبڑے کی یاد دلاتا ہے۔“ حالانکہ میری پشت پر کوہان نہیں ہے۔ پھر بھی میں نے کبھی اس طنز پر احتجاج نہیں کیا۔

میں راہ چلتی عورتوں کو دیکھ کر چھوٹی موٹی کے پھول کی طرح سکر جاتا تھا۔ وجہ یہ تھی کہ وہ مجھ پر نگاہ پڑتے ہی نفرت سے منہ پھیر لیتی تھیں.... اور جب وہ مجھے انسان تسلیم کرنے اور میرے احساسات کی قدر کرنے سے انکار کر دیتی تو مجھے لہٹی بے بسی اور کم ہمتی کا احساس ہوتا تھا۔

میرے والد میرے ہوش سنبھالنے سے قبل ہی انتقال کر گئے اور اب گھر میں صرف میری بوڑھی ماں ہے۔

میری اس کیفیت میں درراشت کا کتنا عمل دخل ہے....؟ میری اس کریمہ اور بے ذہب تخلیق کا کون ذمہ دار ہے....؟ میرا باپ....؟ میری ماں....؟ نہیں! میں کسی کو الزام نہیں دے سکتا۔ میں انہیں کیوں الزام دوں....؟ میں پیدا ہوا تھا۔ اگر انہیں خبر ہوتی کہ ان کا بچہ ایسا ہو گا، تو وہ شاید میری کبھی تمنا نہ کرتے۔

میں جیسا بھی تھا، میری ماں کی خواہش تھی کہ یہ درخت تناور ہو اور اس کی شاخیں پھلیں پھولیں۔ ایک دن اس نے مجھ سے کہا۔

”بیٹے! کیا تم ایک بھاری سی دلہن گھر

میرے سینے میں جو الاؤسلگ رہا تھا اس کی شدت شاید کوئی محسوس کر ہی نہیں سکتا۔ محبت ہر انسان کرتا ہے میں نے بھی کی مگر میری محبت طنز، حیرت اور مذاق کا نشانہ بن گئی۔

وہ جو آنکھیں رکھتے ہیں، مجھے دیکھ کر ہنستے تھے۔ ان میں کچھ تو طنز یہ انداز میں قہقہے بھی لگاتے تھے۔ وہ میرے متعلق بڑی عجیب و غریب کہانیاں سناتے تھے۔ لیکن میں جانتا ہوں کہ وہ کیا کہتے ہیں اور کون سی بات انہیں یوں بے اختیار قہقہے لگانے پر مجبور کرتی تھی۔

ان کے مجھ پر ہنسنے کی ایک وجہ یہ بھی تھی کہ میں ایک لڑکی سے محبت کرتا تھا۔ اس سے بڑھ کر یہ کہ میں نے اس سے شادی کر لی۔

میں پہلے محبوب اور پھر شوہر کیسے بنا....؟ یہی ایک کہانی ہے جس نے لوگوں کو میرا مذاق اڑانے کا موقع فراہم کیا۔ اگر آپ میری اس خوشگوار زندگی کے بارے میں کچھ جانتے کی ضرورت محسوس کریں گے، تو وہ آپ سے میری طرف دیکھنے کو کہیں گے.... اچھا! ٹھیک ہے میں آپ کے سامنے کھڑا ہوتا ہوں۔ آپ خود دیکھیں مجھ میں ایسی کون سی عجیب بات ہے۔ آخر کار میں ایک انسان ہوں۔ لیجیے میں بتاتا ہوں!

ٹانگیں غیر متناسب۔ میرا بڑا سر میری بد صورتی میں ایک اور اضافہ ہے۔ چہرے پر دو گہرے گڑھے ہیں جن میں دو گول گول آنکھیں بڑی عجیب سی لگ رہی ہیں۔ موٹی بھدی ناک اور لمبے لمبے دو کانوں کے درمیان تنگ سی پیشانی۔ بارہ برس کی عمر میں چھپک

نہیں لاؤ گے۔۔۔؟“

میں نے کچھ جھکتے ہوئے کہا۔ ”ہاں، ماں! یقیناً میرے لیے دلہن تو آپ ہی ڈھونڈ کر لائیں گی۔“  
میں روانی میں ماں سے یہ بات تو کہہ گیا مگر سوچنے لگا کہ ماں کی خواہش کیسے پوری ہوگی۔ مجھ سے کون شادی کرے گا۔

میری رضامندی پر ماں نے بہو گھر میں لانے کی کوششیں تیز کر دیں۔ ہمارے دور کے عزیزوں میں ایک اندھی لڑکی تھی۔ ماں کی بہو لانے کی خواہش پر خاندان کی خواتین نے مشورہ دیا کہ اس اندھی لڑکی سے میری شادی کر دی جائے۔ مگر ماں نہیں مان رہی تھی۔ لوگوں کے اصرار پر میری ملاقات لیلا سے کروائی گئی۔ میں اعتماد میں کمی اور احساس محرومی کا مارا ہوا انسان لیلا سے صرف یہ پوچھ سکا کہ کیا تم نے میری بد صورتی کا تذکرہ سنا ہے۔ وہ بولی ہاں۔ میں نے کہا تم پھر بھی مجھ سے شادی کرنے پر تیار ہوں۔ وہ بولی اصل میں انسان کا تن نہیں من اجالا ہونا چاہیے میں نے جتنا تمہارے بارے میں سنا ہے اس سے اندازہ ہوتا ہے کہ تم اپنی شکل و صورت سے پریشان نہیں ہو بلکہ لوگوں کے طنزیہ تیر تمہیں گھناہل کر رہے ہیں۔ یہ ہی حال میرا بھی ہے۔ مجھے لیلا کی باتیں اچھی لگیں۔ ماں نے نہ چاہتے ہوئے بھی میری شادی لیلا سے کر دی۔ لیلا بہت صابر و شاکر لڑکی ہے مگر زندگی کی گاڑی صبر شکر سے تھوڑی چلتی ہے۔ اب مجھے گھر چلانے کے لیے وسائل کی ضرورت تھی۔ اعتماد اور یکسوئی کی کمی کی وجہ سے ہر جگہ ناکامی کا منہ دیکھنا پڑتا تھا۔ اب مجھے اپنی بد صورتی سے زیادہ اپنے

نفسیاتی مسائل کا اور اک ہوا جو کہ مجھے پریشان کر رہے تھے مگر ان مسائل سے نکلنے کی صورت دکھائی نہیں دے رہی تھی۔ میری بیوی لیلا مایوسی میں میرا حوصلہ بڑھایا کرتی۔ اس نے اپنے والد سے بھی میری پریشانی کے متعلق بات کی تھی۔

ایک روز لیلا کے والد مجھے ایک دوست کے پاس لے گئے جو کہ ایک ہیلتھ کارا اور چلا رہے تھے۔ میں نے انہیں سلام کیا تو یوں محسوس ہوا کہ ہال میں موجود تمام لوگ مجھے دیکھ کر طنزیہ مسکراتے ہیں۔ میں پسینے میں بھیگ گیا۔ نظریں فرش میں گڑی ہوئی تھیں۔

والد کے دوست نے میری خاموشی کو توڑتے ہوئے کہا بیٹا! میں آپ کی تمام روادار سن چکا ہوں۔ آپ مایوس مت ہوں۔ انسان اپنے جسم سے پہچانا جاتا ہے مگر اس کی پہچان اس کا من کر داتا ہے۔ یعنی ذہنی صلاحیتیں اور اعتماد۔ جب آپ میں ذہنی صلاحیتیں بیدار ہوں گی تو لوگ آپ کے قد کاٹھ کے بجائے آپ کی صلاحیتوں کا ذکر کریں گے۔

میں نے ہکھلاتے ہوئے کہا۔ میں کتنی بھی کوشش کروں مگر میرے کام پر میرا یہ بے ڈھب جسم غالب آجاتا ہے۔ کسی چیز پر توجہ مرکوز نہیں رکھ پاتا۔ لوگوں کا سامنا کرتے ہوئے مشکل ہوتی ہے۔ گھر سے نکلتے ہوئے طنزیہ تیر میرے ہمسفر ہوتے ہیں اور واپسی میں گھر تک میرا پیچھا کرتے ہیں۔ والد صاحب (سر) کے دوست انتہائی شفقت سے بولے۔ بیٹا دنیا میں ایسے لاکھوں لوگ ہیں جنہوں نے اپنی صلاحیتوں کے بل بوتے پر نام کمایا۔ آپ بھی لوگوں میں اپنا نام پیدا کر سکتے ہو۔ صرف اپنی

مراقبہ میں پہلے بھی کر چکا ہوں مگر وقت کے زیاں کے سوا کچھ حاصل نہ ہوا۔ انہوں نے کہا دیکھو....! ہر عمل کو کرنے کے کچھ اصول ہوا کرتے ہیں۔ بعض اوقات ہم کوئی کام کرتے ہیں تو اس کا نتیجہ فوراً چاہتے ہیں اور اس کام کے اصولوں کو فراموش کر دیتے ہیں۔

مراقبہ سے بہتر نتیجہ حاصل کرنے کے لیے بھی یکسوئی، صبر اور برداشت کا ہونا بہت ضروری ہے۔ انہوں نے مجھے مراقبہ کے اصول بتائے اور طریقہ ذہن نشین کروایا۔

اس مرتبہ مراقبہ سے بہت سے فوائد کی امید تھی مگر ذہن میں یہ ہی تھا کہ فوراً فوائد حاصل ہو جائیں جو نہیں ہوئے۔ ایک دو تین یہاں تک کہ کئی دن گزر گئے۔ مگر کوئی کیفیت ظاہر نہ ہوئی۔ اس دوران میں نے کئی بار میں ہیلتھ سینٹر کے نیچر سے بھی رابطہ کیا انہوں نے کئی مفید مشوروں سے نوازا اور دعا کے ساتھ حوصلہ افزائی بھی کی۔

ایک روز مراقبہ میں کانوں میں شور کی آواز سنائی دی۔ شور بند ہونے لگا اور اس حد تک بند ہوا کہ سر پھٹتا ہوا محسوس ہوا۔

ایک روز مراقبہ میں بیٹھا تو دور سائے نظر آنے لگے۔ یہ سائے آہستہ آہستہ قریب آنے لگے۔ یہ چھوٹے چھوٹے قدم کے بہت سے لوگ تھے اور کئی انجانی زبان میں گفتگو کر رہے تھے۔ ان کی گفتگو سے اندازہ یہ ہو رہا تھا کہ ان کو تمام باتوں کا محور میں ہوں۔ زندگی میں زیادہ تر خوف، پریشانی اور ڈر سے گزارا ہوں۔ لہذا ہر چیز میں پہلے خوف اور ڈر آتا ہے۔

ذہن نشین کرنا

ملاحتیوں کے بل بوتے پر.... اس کے لیے مجھے کیا کرنا ہو گا....؟ میں نے ڈرتے ڈرتے سوال کیا۔

بیٹا! سب سے پہلے تو اپنی ذہنی کیفیت میں ٹھہراؤ لاؤ پھر ذہن کو یکسو کرو۔

کامیابی کے اسباب میں سے ایک اہم سبب یکسوئی Concentration ہے۔ فکر کو ایک ہی نقطہ کی طرف لگائے رکھنے کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ تمام ذہنی صلاحیتیں ایک ہی طرف متوجہ رہتی ہیں جس کے مقابلے میں سخت سے سخت رکاوٹ بھی اکٹڑ جاتی ہے۔

کامیابی حاصل کرنے میں یکسوئی کا وہی کردار ہے جو کسی بوجھ کو اٹھانے میں "لیور" کا ہوتا ہے۔ لیور کا اصول یہ ہے کہ طاقتیں ایک نقطے پر جمع ہو جاتی ہیں اور "لیور" ایک مناسب زور لگا کر بڑے اور بھاری جسم کو ہلایا جاتا ہے۔ اسی طرح فکر کو ایک ہی محور پر مرکوز کرنے سے بہت سی مشکلات دور ہو جاتی ہیں۔

ہمارے ذہن اور جسم کی کارکردگی بارش کے قطروں کی طرح سے ہے کہ اگر ایک نقطہ پر جمع ہو جائیں تو چھوٹے سمندر کی شکل اختیار کر سکتے ہیں لیکن اگر منتشر اور پراکندہ ہو جائیں تو زمین میں غائب ہو جاتے ہیں۔

مگر ذہن یکسو ہو گا کیسے اور اس سے فائدہ کیا ہو گا....؟ میں نے حیرت اور تعجب سے پوچھا۔

بیٹا! میں نے اپنے تجربے سے یہ چیز اخذ کی ہے کہ یکسوئی اور ذہنی صلاحیتوں کو اجاگر کرنے کے لیے مراقبہ سے بہتر اور کوئی عمل نہیں۔ میں نے فوراً کہا

ہوتی۔ اپنی صلاحیتوں کا ادراک ہونے لگا ہے۔  
 تیم کی حوصلہ افزائی کی وجہ سے آفس کے بعد  
 پڑھائی کا سلسلہ بھی شروع کر رہا ہوں۔  
 مجھے اپنی لائف پارٹنر سے بہت زیادہ حوصلہ ملتا  
 ہے۔ وہ پرنائی سے محروم ہونے کے باوجود اپنی اور  
 میری زندگی میں خوشیوں کی مٹلاشی رہتی ہیں۔



یعنی خواب و خیال میں بھی خوف اور ذر بیٹھا ہوا ہے۔  
 مراقبہ کے دوران بھی خوف محسوس ہوا کرتا تھا۔  
 ایک روز مراقبہ میں دیکھا۔ بہت بڑا میدان  
 ہے۔ میدان پر انتہائی سلیقے سے گہری سبز گھاس اگائی  
 گئی ہے میں ننگے پاؤں گھاس پر چل رہا ہوں صبح کا  
 وقت ہے۔ ننھے شبنم کے قطرے چروں سے لپٹ کر  
 ذہن کو سکون پہنچا رہے ہیں۔

ایسے تمام خواتین و حضرات اور خصوصاً  
 بیرون ممالک کے کارکنین  
 کرام جنہیں ای میل کی  
 سہولت حاصل ہے۔ وہ روحانی یگ رائٹرز کلب، قند سخن،  
 بچوں کا روحانی ڈائجسٹ، سائنس کارنر Q&A،  
 روحانی سوال و جواب، روحانی ڈاک، محفل مراقبہ اور  
 استفسارات کے لیے اپنے خطوط اور تجاویز، افق سے  
 متعلق تحریریں، مضامین، رپورٹس، ڈوکیومنٹس،  
 تصاویر اور دیگر فائلوں کی ایچٹنٹ اپنی ای میل کے  
 ساتھ درج ذیل ایڈریسز پر ایچ کر کے ارسال  
 کر سکتے ہیں۔  
 roohanidigest@yahoo.com  
 اپنی ہر ای میل کے ساتھ اپنا نام، شہر اور ملک کا  
 نام ضرور تحریر کریں۔  
 سر و لیشن سے متعلق استفسارات کے ساتھ اپنا  
 رجسٹریشن نمبر لازماً تحریر کریں۔

ایک روز مراقبہ میں خود کو بڑے بڑے درختوں  
 کے درمیان پایا۔ درختوں پر رنگ برنگی پرندے اپنی  
 سرلی آواز میں گارے ہیں اور اچھل کود کر رہے ہیں۔  
 ایک روز مراقبہ میں دیکھا کہ فضا گہرے بادلوں  
 سے ڈھکی ہوئی ہے۔ کچھ دیر میں بارش شروع ہو جاتی  
 ہے۔ تیز بارش مسلسل کئی گھنٹے تک ہوتی رہی ہے۔  
 جب بارش بند ہوتی ہے تو تمام فضا وحل کر صاف  
 ستھری ہو جاتی ہے۔

ایک دن مراقبہ میں خود کو ایک نیلے پانی کی  
 خوبصورت جمیل کے کنارے پایا۔ جمیل کا پانی انتہائی  
 شفاف ہے۔ رنگ برنگی کی مچھلیاں پانی میں تیرتی ہوئی  
 دکھائی دے رہی ہیں۔ فضا میں ہزاروں کی تعداد میں  
 پرندے محور پرواز ہیں۔ کئی پرندے جمیل پر  
 خوراک کے لیے اتر رہے ہیں۔

چند ہفتوں تک مسلسل مراقبہ کرتے رہنے سے  
 اب ذہنی یکسوئی بہت بہتر ہوئی ہے۔ خود اعتمادی کی  
 وجہ سے نوسوں کی باتوں پر زیادہ دھیان نہیں دیتا۔  
 اللہ کے فضل سے ایک ادارے میں ملازم بھی ہو گیا  
 ہوں۔ اب بھی بہت لوگ کئی مرتبہ مجھے مزمز کر  
 دیکھتے ہیں مگر اب پہلے کی طرح ذہنی کیفیت نہیں



## توحید و رسالت

پوری نوع انسانی میں ایک باہمی ربط اور تعلق ہے اور یہ ربط اور تعلق انسان کو یقین فراہم کرتا ہے کہ انسان مخلوق ہے، مخلوق سے مراد یہ ہے کہ اس کا کوئی سرپرست ہے جس نے اسے پیدا کیا اور زندگی گزارنے کے لئے وسائل مہیا کئے۔

حکمانے دین اور دنیا کے مفکرین کو چاہئے کہ وہ مل کر خالق اور مخلوق کے تعلق کو صحیح طرزوں میں سمجھنے کی کوشش کریں اور اللہ تعالیٰ کے ساتھ قلبی تعلق استوار کرنے کے لئے جدوجہد کریں، یہی وہ یقینی عمل ہے جس سے نوع انسانی کو ایک مرکز پر جمع کیا جاسکتا ہے۔

اس وقت نوع انسانی مستقبل کے خوفناک تصادم کی زد میں ہے۔ دنیا اپنی بقا کی تلاش میں لڑ رہی ہے۔ آندھیاں چل رہی ہیں، سمندری طوفان آرہے ہیں، زمین پر موت رقص کر رہی ہے۔ انسانیت کی بقا کے رائج توحید باری تعالیٰ کے سوا کسی اور نظام میں نہیں مل سکتے۔

ترجمہ: اے نوح! اپنے پروردگار کی عبادت کرو، جس نے تمہیں اور تم سے پہلے لوگوں کو پیدا کیا تاکہ تم پر بیڑ گا رہن جاؤ۔ جس نے تمہارے لئے زمین کو بچھونا اور آسمان کو چھت بنایا اور آسمان سے پانی برسائے تمہارے لئے تاکہ تم لے لے بچھو، اور تمہارے لئے پھل لگا دیا، پس تم اللہ کے ساتھ شریک نہ بناؤ اور تم جانتے تو ہو۔ (سورۃ النوحہ: 21-22)

خاتم النبیین حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کی خدمت میں ایک شخص حاضر ہوا اور عرض کیا "یا رسول اللہ ﷺ! کونسا کتا اللہ کے نزدیک سب سے بڑا ہے؟".....  
آپ ﷺ نے فرمایا "یہ کہ تم اللہ کے ساتھ کسی کو شریک کرو حالانکہ تمہیں پیدا کرنے والا اللہ ہے۔"  
(صحیح بخاری، کتاب الایمان، جلد اول صفحہ نمبر 180)

اللہ تعالیٰ کو یکتا اور وحدۃ الاثریٰ ماننا، اللہ کے آخری پیغمبر حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کی رسالت اور ختم نبوت کو زبان اور دل سے قبول کرنا ایک مسلمان کے لئے لازم ہے۔ عقیدہ توحید و رسالت اور ختم نبوت میں شہر تعلق ہے اور ان عقائد میں سے کسی ایک کو دوسرے سے جدا نہیں کیا جاسکتا۔

از طرف: ایک بندہ خدا



# قرآنی انسان کی زندگی



قرآن پاک، رشد و ہدایت کا ایسا سرچشمہ ہے جو ابد تک، ہر دور اور ہر زمانے میں انسان کی رہنمائی کرتا رہے گا۔ یہ ایک مسلسل دستور حیات اور ضابطہ زندگی ہے۔ قرآنی تعلیمات انسان کی نفسی و ادنیٰ زندگی کو بھی صراطِ مستقیم دکھاتی ہیں اور معاشرے کو اسلامی زندگی کے لیے رہنما اصولوں سے بھی واقف کرتی ہیں۔

## بَیِّنَات

لغوی اعتبار سے کسی چیز کا جدا جدا الگ الگ ہونا، کسی چیز کا الگ سے ظاہر ہونا یا بین کے معنی میں استعمال ہوتا ہے۔

کسی بات کا کھل کر سامنے آجانا، کھلی آنکھوں سے ظاہر ہو جانا، وضع ہو جانا بھی بین کے معنی میں آتا ہے، کسی مسئلہ کا اظہار اور وضاحت بیان کہلاتی ہے اور ایسی دلیل جو عقلی طور پر واضح ہو بینات کہلاتی ہے۔ قرآن مجید میں لفظ بَیِّنَات کُل 52 مرتبہ آیا ہے۔

بینہ اور بینات قرآن میں معجزہ کے مفہوم کی وضاحت کے لئے بھی استعمال ہوا ہے۔ بینہ ایسی کھلی دلیل کو کہتے ہیں جو فریق مخالف و انکار کی صورت میں حجت و ثبوت کے طور پر پیش کی جائے۔ اس لحاظ سے اس کا اطلاق معجزہ پر بھی ہوتا ہے۔ جب اس لفظ کے ساتھ آیت کا لفظ بھی آجائے تو اس معنی کی مزید تائید بھی ہوتی ہے اور اس مفہوم کو تقویت بھی عطا ہوتی ہے۔

قرآن کے اسلوب کا ایک منفر و وصف یہ بھی ہے کہ اس میں محجک سے محجک مسئلہ بھی کھول کھول کر بیان کیا گیا ہے تاکہ ذہن انسانی پر ہر مسئلہ اور مسئلے کا ہر پہلو اچھی طرح واضح ہو جائے۔ چنانچہ قرآن مجید میں ان دلیل کو آشر آیات بینات اور بعض مقامات پر صرف بینات کے الفاظ سے

بیان کیا گیا ہے۔

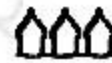
ترجمہ: "کیا انہیں ان لوگوں کی خبر نہیں ملی جو ان سے پہلے گزر چکے ہیں (جیسے) نوح کی قوم، اور عاد و ثمود اور ابراہیم کی قوم! اور مدین والے اور وہ جن کی بستیاں الٹ دی گئی تھیں (قوم لوط) ان کے پاس ان کے پیغمبر کھلی ہوئی نشانیاں (بیّنات) (معجزات) لے کر آئے تھے۔ (مگر وہ اپنی گمراہی سے باز نہ آئے)۔ اللہ تو ایسا نہ تھا کہ ان پر ظلم کرتا مگر وہ خود ہی اپنے اوپر ظلم کرتے تھے"۔ [سورہ توبہ (9) آیت: 70]

ترجمہ: "بیشک تمہارے پاس تمہارے رب کی طرف سے ایک روشن دلیل (بیّنۃ) آگئی ہے۔ یہ اللہ کی آونٹنی تمہارے لئے نشان ہے"۔ [سورہ اعراف (7) : آیت 73]

ترجمہ: "اور ہم نے موسیٰ کو نوروشن (بیّنات) نشانیاں دیں"۔ [سورہ نبی اسرائیل 17: آیت 101] "اور عیسیٰ میں مریم کو کلمے نشانیاں (بیّنات) بخشے اور روح القدس (یعنی جبرئیل) سے ان کو مدد دی"۔ [سورہ بقرہ (2) آیت: 87]

ترجمہ: "اور جب ان کے پیغمبر ان کے پاس کھلی نشانیاں (بیّنات) لے کر آئے تو جو علم (اپنے خیال میں) ان کے پاس تھا اس پر اترانے لگے اور جس چیز سے تمسخر کیا کرتے تھے اس نے ان کو آکھیرا"۔ [سورہ مومن (40) آیت: 83]

ترجمہ: "یہ وہ لوگ ہیں جنہوں نے کہا کہ اللہ تعالیٰ نے ہمیں حکم دیا ہے کہ کسی رسول کو نہ مانیں جب تک وہ ہمارے پاس ایسی قربانی نہ لائے جسے آگٹ کھا جائے آپ کہہ دیجئے کہ اگر تم سچے ہو تو مجھ سے پہلے تمہارے پاس جو رسول دیگر معجزوں (بیّنات) کے ساتھ یہ بھی لائے جسے تم کہہ رہے ہو پھر تم نے انہیں کیوں مار ڈالا۔ پھر اگر یہ لوگ تم کو سچا نہ سمجھیں تو تم سے پہلے بہت سے پیغمبر کھلی ہوئی نشانیاں (بیّنات) اور صحیفے اور روشن کتابیں لے کر آچکے ہیں اور لوگوں نے ان کو بھی سچا نہیں سمجھا"۔ [سورہ آل عمران 3 آیت: 183-184]



قرآن حکیم کی مقدس آیات و احادیث نبوی آپ کی روحانی اور علمی معلومات میں اضافے اور تبلیغ کے لئے شائع کی جاتی ہیں۔ ان کا احترام آپ پر فرض ہے۔

# روحانی سوال و جواب

ان صفحات پر روحانی سائنس سے متعلق آپ کے سوالوں کے جوابات محقق نظریہ رنگ و نور اشیح خواجہ شمس الدین علی صاحبی پیش کرتے ہیں۔ اپنے سوالات ایک سطر چھوڑ کر صفحے کے ایک جانب خوشخط تحریر کر کے درج ذیل پتے پر ارسال فرمائیں۔ برائے مہربانی جوابی لغو ارسال نہ کریں کیونکہ روحانی سوالات کے براہ راست جوابات نہیں دیے جاتے۔ سوال کے ساتھ اپنا نام اور مکمل پتہ ضرور تحریر کریں۔

روحانی سوال و جواب - D. 177-1، ناظم آباد - کراچی 74600

سوال: دنیا میں افراتفری کا ایک عالم برپا ہے، ہر شخص کسی نہ کسی الجھن میں گرفتار ہے، ذہنی سکون ختم ہو گیا ہے۔ عدم تحفظ کے احساس سے حزن و ملال کے سائے گہرے اور دبیز ہو گئے ہیں۔ اخبارات میں آئے درج حادثات اور انسانوں کی قیمتی جانیں ضائع ہونے کی خبریں شائع ہوتی رہتی ہیں کبھی بموں کے دھماکے کبھی فلک بوس عمارتوں کے سر ٹکوں ہونے اور ان کے نیچے بند کال خدائے ہلاک ہونے کی ولدوز اور وحشت اثر خبریں ہمارے سامنے آتی ہیں وغیرہ وغیرہ۔ اس کا سبب کیا ہے اور ایسے عالم میں دنیا میں پیار و محبت، یگانگت اور اجتماع سکون کس طرح ممکن ہے؟

(فہد حسن - کراچی)

جواب: جو کچھ آپ نے تحریر کیا ہے اس سے یہ اندازہ لگانا دشوار نہیں ہے کہ ہم آفات ارضی و سماوی کی پلخار کی زد میں ہیں بظاہر ان المناک واقعات کے وقوع پذیر ہونے کی یہ توجیہ پیش کی جاسکتی ہے کہ تعمیر کنندگان کی ہوس زر کی وجہ سے یہ نوبت آئی ہے یا زمین کے اندر رد و بدل اس کا سبب ہے۔ یہ باتیں بظاہر کتنی ہی مقبول اور وزنی ہوں لیکن اگر ایک راسخ العقیدہ مسلمان کی حیثیت سے دیکھا جائے تو انسانی معاشرہ میں آباد لوگوں کے جرائم اور خطا کاریاں ارضی و سماوی آفات اور ہلاکتوں کو دعوت دیتی ہیں۔ جب کوئی قوم قانون خداوندی سے انحراف و گریز کرتی ہے اور خیر و شر کی تفریق و نظر انداز کر کے قانون فحش کا ارتکاب کرنے لگتی ہے تو افراد کے یقین کی قوتوں میں اضمحلال شروع ہو جاتا ہے تو ایک وقت ایسا آتا ہے کہ یقین کی قوتوں میں اضمحلال شروع



ہو جاتا ہے۔ رفتہ رفتہ یقین کی قوت بالکل معدوم ہو جاتی ہے اور عقائد میں شک اور وسوساں در آتے ہیں۔ اس تھکیک اور بے یقینی کی بناء پر قوم توہمات میں مبتلا ہو جاتی ہے۔ توہماتی قوتوں کے غلبے سے انسان کے اندر طرح طرح کے اندیشے اور وسوسے پیدا ہونے لگتے ہیں جس کا منطقی نتیجہ حرص و ہوس پر منتج ہوتا ہے۔ یہ حرص و ہوس انسان کو اس مقام پر لے جاتی ہے جہاں بے یقینی اور توہماتی قوتیں کھل کر اس کو گھسیٹنے میں جکڑ لیتی ہیں۔ یہی وہ مقام ہے جہاں انسان زندگی کی حقیقی مسرتوں سے محروم ہو جاتا ہے اور اس کی حیات کا محور اللہ تعالیٰ کی بجائے ظاہری اور مادی وسائل بن جاتے ہیں اور جب کسی قوم کا انحصار دروبست مادی وسائل پر ہو جاتا ہے تو آفات ارضی و سماوی کا لامتناہی سلسلہ عمل میں آنے لگتا ہے۔ نتیجتاً افراتفری کا عالم برپا ہوتا ہے۔ قوموں کے افراد کسی نہ کسی شکل میں الجھنوں کا شکار رہتے ہیں۔ عدم تحفظ کا احساس اس قدر بڑھ جاتا ہے کہ بھائی بھائی سے خوف کھانے لگتا ہے۔ حتیٰ کہ اپنا سایہ بھی اسے ایک ذرا اذیت دلا نظر آتا ہے۔ خونوں کی رنگت میں سفیدی آ جاتی ہے اور بھائی بھائی کی قیمتی جان ضائع کرنے میں بہانہ تلاش کرتا ہے اور اس طرح ایک جرم اسے کئی زیادہ جرم کرنے کا مرتکب کرتا ہے۔ علیٰ ہذا النقیس، ذہنی سکون تباہ و برباد ہو جاتا ہے۔

ہمیں یہ نہیں بھولنا چاہئے کہ اللہ تعالیٰ شہد ہے بے یقینی کو دماغ میں جگہ دینے سے منع فرماتے ہیں۔ یہ وہی شک اور وسوسہ ہے جس سے آدم کو باز رہنے کا حکم دیا گیا تھا۔ بالآخر شیطان نے بہکا کر آدم کو شک اور بے یقینی میں گرفتار کر دیا جس کے سبب آدم کو جنت کی نعمتوں سے محروم و ناپاک شکر و وسوساں ہی واصل انفرادی اور اجتماعی زندگیوں کی تباہ کاریوں کا سبب بن گیا۔



سوال: اہرام مصر کب اور کیوں تعمیر ہوئے؟ ... وہ کون کون سے تہذیبوں تھیں جس کے ذریعے نون وزنی لاکھوں پتھروں کو میلوں سے دور کرنا شروع کیا اور انہیں تیس چالیس فٹ کے بلندی پر نصب کیا گیا۔ (سمیرا علی۔ کراچی)

جواب: خیالات کی لہروں کے علم سے واقف سائنسدان "رامپا" (Rampa) نے آثار قدیمہ کے ماہرین کے اصرار پر یہ اکتشاف کیا ہے کہ جیسے جہازیں پہلے کے وہ وک جنہوں نے اہرام مصر بنائے ہیں آج کے سائنسدانوں سے زیادہ ترقی یافتہ تھے۔ اور وہ ایسی ایجادات میں کامیاب ہو گئے تھے جن کے ذریعے پتھروں سے کشش ثقل ختم کر دی جاتی تھی۔ کشش ثقل ختم ہو جانے کے بعد پچاس ٹن وزنی چٹان ایک آدمی اس طرح اٹھا سکتا تھا جیسے پروں سے بھرا ہوا ایک غمبے۔ اس طرح اوکھڈ (Occult) سائنس کی دنیا میں ایک شخصیت ایڈگر کیس کے مطابق ان پتھروں کو ہوا میں تیرا (Float) موجودہ جگہ پر بھیجا گیا ہے۔

اہرام مصر کے سلسلے میں ان دانشوروں نے جو چہ کہا ہے وہ لہروں کی منتقلی کے اس قانون کے مطابق ہے جس کو ٹیلی پتھی کہا جاتا ہے۔



# خطبات عظیمی

کا ذہن آپ کے شعور کو اس

بات سے مطلع نہیں کرے گا کہ آپ کو اب نیند کی ضرورت ہے، آپ سو نہیں سکتے۔ احتیاج یہ ہے کہ اگر آپ کو سونے کی گولیاں Sleeping Pills بھی دی جائیں تو پھر بھی آپ کو نیند نہیں آئے گی۔ نیند کی گولی دینے کا مطلب یہی یہ ہوتا ہے کہ جو انفارمیشن آپ کو ملاتی ہے وہ متحرک ہو جائے۔ زندگی کا کوئی ایک عمل پیدا ہونے سے لے کر موت تک ایسا نہیں ہے جو آپ خیال آئے بغیر کر سکیں۔

خیال ایک اطلاع ہے۔ انسان کے اندر ایک ایسی ایجنسی ہے جو ایجنسی انفارمیشن قبول کرتی ہے اور انفارمیشن جس قسم کی ہوتی ہے اس قسم کے تاثرات قائم ہو جاتے ہیں۔ مثلاً ایک آدمی گھر میں بیٹھا ہے، اس کو ایک بری اطلاع ملی... اللہ تعالیٰ سب کے بچوں کو

زندگی کا کوئی رخ ہو، صحت مند ہی کا رخ ہو، بیماری کا ہو، پریشانی کا ہو، خوشی کا ہو، احساس آفتری یا احساس برتری کا رخ ہو۔ یہ تمام اعمال، تاثرات، جذبات خیالات کے تابع ہیں۔ سات ارب آبادی میں ایک انسان بھی اس بات سے انکار نہیں کر سکتا کہ اس کی زندگی کا دارومدار خیالات کے اوپر ہے۔ جب تک کسی چیز کے بارے میں خیال وارد نہیں ہوتا تو وہ چیز واقع نہیں ہوتی۔ اس کی بہت ساری مثالیں ہیں مثلاً ہم رات کو سوتے ہیں، صبح کو بیدار ہو جاتے ہیں۔ صبح کے معمولات میں ہمارا ایک معمول یہ ہے کہ ہمیں دفتر جانا ہے۔ اگر ہمیں بیدار ہونے کے بعد دفتر جانے کا خیال نہ آئے تو ہم دفتر نہیں جائیں گے۔

یہی حال کھانے پینے کا ہے۔ مریض کو بیوقوف نہیں لگتی... مریض کھانا کیوں نہیں کھاتا؟ علیٰ ہذا القیاس زندگی کے جتنے بھی معمولات ہیں ان میں کوئی عمل ایسا نہیں ہے کہ جو خیال آئے بغیر انجام دیا جاسکے۔ کلیہ یہ بنا کہ زندگی کا دارومدار اس بات پر ہے کہ جب کوئی کام آپ کو کرنا چاہیں تو پہلے آپ کو خیال آئے گا اور اس کے بعد آپ وہ عمل کریں گے۔ ہماری پوری زندگی اطلاعات پر قائم ہے۔ اگر آپ

جذبات کہاں بنتے ہیں؟ خیالات و تصورات جسم پر کس طرح اثر انداز ہوتے ہیں؟

انسان کو اس بات کا ادراک ہونا چاہئے کہ اللہ تعالیٰ نے اس Physical Body کو روح کے تابع کیا ہے۔ روح Physical Body کے تابع نہیں ہے۔

خیالات دماغ میں سے نہیں آتے... اگر آتے تو مردہ جسم بھی خیالات کو قبول کرتا۔

میں بخوبی اندازہ ہو گیا ہے کہ ہزار جسمانی وجود جس کو ہم Physical Body کہتے ہیں اس کی کوئی حیثیت نہیں ہے۔ اس کی حیثیت صرف اتنی ہے کہ رونے نے اس کو اپنا لباس بنایا ہوا ہے۔ جب تک روح لباس کو پہنے رہتی ہے، جسم میں حرکت رہتی ہے۔ یہ کیا بات ہوئی؟

بات یہ ہوئی کہ دنیا کے انسان Physical Body کو اصل سمجھے ہوئے ہیں۔ جب کہ یہ اصل نہیں ہے۔ جب تک ہم اسے اصل سمجھتے رہیں گے ہم فکشن کی زندگی میں قید رہیں گے اور جب ہمارے اوپر یہ عقده کھل جائے گا کہ جس طرح کوٹ جسم کے بغیر حرکت نہیں کرتا، اسی طرح روح کے بغیر جسم حرکت نہیں کرتا تو ہم Fiction سے نکل کر Reality میں داخل ہو جائیں گے۔

جہاں Reality ہوتی ہے وہاں شک نہیں ہوتا۔ جہاں Fiction ہوتا ہے وہاں شک ہوتا ہے۔ جب تک انسان شک کی زندگی میں جکڑا رہے گا، تکلیف میں رہے گا۔ جتنا زیادہ شک بڑھ جائے گا اسی مناسبت سے مزاج میں تبدیلی آتی رہے گی اور ایک وقت ایسا آئے گا کہ شعور غیر متوازن ہو جائے گا۔ جب شعور غیر متوازن ہو جائے گا تو طرح طرح کی بیماریاں پیدا ہو جائیں گی۔ مرگی، آسپ، سینر، ہل، دق، شوگر، بے خوابی، بلڈ پریشر وغیرہ یہ سارے امراض اس بنیاد پر ہیں کہ ہم Physical Body کو اصل سمجھ رہے ہیں۔

روحانیت کہتی ہے کہ انسان کو اس بات کا ادراک ہونا چاہئے کہ اللہ تعالیٰ نے اس Physical Body کو روح کے تابع کیا ہے۔ روح Physical Body کے تابع نہیں ہے۔



پاکستان کا سب سے بڑا سوسائٹی

محفوظ رکھے... کہ بچے کا ایکٹیوٹ ہو گیا۔ جیسے ہی یہ انفارمیشن ملے گی زندگی میں ایک لپچل برپا ہو جائے گی۔ سوائے پریشانی کے اور کوئی بات ذہن میں نہیں آئے گی۔ آپ کو یہ اطلاع ملی کہ بیٹی اچھے نمبروں سے پاس ہو گئی ہے۔ ابھی آپ نے اس کی مارکس شیٹ نہیں دیکھی۔ بیٹی نے آکر بتایا بھی نہیں ہے لیکن اس انفارمیشن کے تاثرات خوشی کی شکل میں مرتب ہوں گے۔ مفہوم یہ نکلا کہ خوشی ہو یا غمی ہو اس کا تعلق انفارمیشن سے ہے۔

انفارمیشن کہاں سے آتی ہے؟

اس انفارمیشن کا تعلق روح سے ہے۔

روح سے جسم کا تعلق کیوں اور کس طرح ہے؟

ہم دیکھتے ہیں کہ روح جسم سے رشتہ توڑ لیتی ہے تو کسی بھی انفارمیشن کا اثر جسم پر مرتب نہیں ہوتا۔

کیوں...؟

کان ہیں، دماغ بھی ہے۔

بات یہ ہے کہ روح نے اس Physical Body

سے اپنا رشتہ توڑ لیا ہے۔

اب ہم اس طرح کہیں گے کہ جب تک روح کا تعلق جسم سے رہتا ہے، اس وقت تک انفارمیشن رہتی ہے اور جیسے ہی روح کا جسم سے رشتہ منقطع ہو جاتا ہے انفارمیشن کا عمل ختم ہو جاتا ہے۔

ہم ٹیکر میں بتا چکے ہیں کہ مادی جسم روح کا لباس ہے۔ جب تک روح لباس کو پہنے رہتی ہے، اس میں حرکت رہتی ہے۔ بلکہ دماغ خیالات آنے کا ذریعہ ہے۔

خیالات کہاں سے آتے ہیں؟

یہ بات تو آپ سمجھ گئے ہیں کہ خیالات دماغ سے نہیں آتے۔ اگر خیالات دماغ میں سے آتے تو مردہ جسم بھی خیالات کو قبول کرتا۔



مارچ 1990ء کے شمارے کا سرورق



اس ماہ کے مضامین میں حضرت یوسف، حضرت مانگ بن دینار، صراط مستقیم، چہرہ اور صبر کا مقابلہ، آگ کا طوفان، مقام قلندری، حیات سے حیات، تولد، خسرو، ایک من وزنی تریوز، نیلی قشقی کیجیے، بحث رسول حضرت رقیہ، تاریخ اور عورت، لڑکا بونے گا، یا قوت، شب برات، ابدال حق قلندریا اولیاء کا عرس شریف، دعا جیکہ سلسلہ وار مضامین میں نور انبی نور نبوت، آواز دوست، تاثرات، بیہ اسائیکوٹی، ایڈ ٹر کون تھا، محفل مراقبہ، اللہ رکھی، پراسرار آدمی اور آپ کے مسائل شامل تھے۔ اس شمارے سے منتخب تحریر "تنوع" قارئین کے ذوق مطالعہ کے لیے دی جا رہی ہے۔

اللہ تعالیٰ کے وجود کی ایک بہت بڑی نشانی اس کائنات کی تمام اشیاء میں تنوع ہے۔ ہر چیز ایک ذاتی حسن لیے ہوئے ہے۔ وہ حسن جو اس سے پہلے کسی چیز کو نصیب نہیں ہوا مختلف

# تنوع

اقسام کے نباتات، نباتات حیوانات موجود ہیں۔ ان نباتات میں ایک قسم دوسری قسم سے نہیں ملتی۔ ایک ہی زمین ہے ایک ہی آب و ہوا ایک ہی موسم لیکن مختلف رنگوں، مختلف ذائقوں اور مختلف شکلوں کی نباتات اُگ رہی ہیں۔ اور زمین میں ایک دوسرے سے ملے ہوئے ٹکڑے (جزیرے) ہیں، اور ان ٹکڑوں کے بائیں ہیں جن میں بعض تو ایسے ہیں کہ ایک ٹکڑے سے اوپر جا رہے ہیں اور

سب کو ایک ہی طرح کا پانی دیا جاتا ہے اور ہم ایک کو دوسرے پر پھلوں میں فوقیت دیتے ہیں۔ ان باتوں میں سمجھداروں کے لیے دلائل موجود ہیں۔

(الرعد-4)

یہی حال حیوانات کا ہے۔

حالات میں مختلف قسم کے حیوانات اور پھر ایک ہی قسم کے حیوانات کی شکل بھی آپس میں نہیں ملتی۔ ہر جاندار اپنی جگہ پر تھکتا و تسویہ کا بہترین نمونہ ہے۔ ایک ہرن اپنی جگہ پر نہایت خوبصورت ہے لیکن خوبصورتی کا یہ ڈیزائن اس کی ذات پر ختم نہیں ہو جاتا بلکہ اس کے ہم جنس جتنے بھی ہرن ہوں گے سب الگ الگ ڈیزائن اور

پیدائش اور زباؤں اور رتھوں کا اختلاف بھی ہے۔  
بے شک اس میں جانتے واؤں کے لیے دلائل (توحید)  
تیس۔ (الروم۔ 22)

یعنی زباؤں اور رتھوں کا اختلاف اس کے وجود کی  
نشانی ہے۔ دنیا میں ہزاروں سال سے کروڑھا انسان پیدا  
ہو رہے ہیں۔ ہر انسان عیجدہ شکل، علیحدہ بناوٹ رنگت  
لیے ہوئے ہے کسی انسان کی آواز دوسرے سے نہیں  
ملتی۔ وہی گلا ہے۔ ایک ہی قسم کی کیمیائی اجزاء سے  
مرتب، بناوٹ میں بھی ایک ہی ترتیب لیکن آواز ہمیشہ  
مختلف، بولیاں ہیں تو مختلف، زباؤں ہیں تو مختلف، گفتگو کا  
انداز ہے تو مختلف، ہر چیز نئے انداز پر، نیا حسن و رعنائی  
لیے ہوئے پیدا ہوئی ہے، نئے سے نیا ڈیزائن۔ کوئی درخت  
اپنی شکل میں دوسرے درخت سے نہیں ملتا۔ کوئی پھول  
دوسرے پھول سے نہیں ملتا حتیٰ کہ ایک ہی پھول کی کوئی  
پتی کسی دوسری پتی کی ہم شکل اور ہم صورت نہیں۔

وہ کائنات جس میں کھربوں پتوں میں سے کوئی پتا  
صحیح طور پر دوسرے سے نہ ملتا ہو اور تخلیق تنوع کا  
غنا نہیں مارتا ہوا سمندر ہر طرف موجزن ہو، کیا خود اس  
بات کی نشانی نہیں ہے کہ اس رنگارنگ کائنات کا ایک ایسا  
خالق ہے جس کی تخلیقی قوت بے حد بے کنار ہے اور جس  
کے بارے میں ہر صحیح العقل انسان یہ کہنے پر مجبور ہو۔

”نہی بڑی شان والا ہے وہ اللہ جو تمام

صناعوں سے زیادہ بڑھ کر صنایع ہے۔“

(المومنون۔ 14)

برگ درخشان سبز در نظر ہوشیار

بروز قے و فتریت معرفت کردگار

تنوع میں نظم

حیوانات اور نباتات کے اس عظیم تنوع میں کمال

نظم و ضبط بھی موجود ہے۔ ایک ماہر حیوانات رسل لوبل

تربیان کا ہیئت

الگ الگ شکل و صورت۔ لے کر پیدا ہوں گے کسی کی شکل  
دوسرے ہر ن سے نہیں ملتی ہوگی اور سبھی حسن و رعنائی کا  
نمونہ ہوں گے۔

عام طریقہ یہ ہے کہ کوئی چھوٹی سے چھوٹی یا بڑی  
فیکٹری کیوں نہ ہو اس میں تخلیقی اعتبار سے بہت بڑا مسد  
نقش آرائی (Designing) کا ہوتا ہے۔

فیکٹری جتنی معمولی سطح کی ہوگی اس کی تیار کردہ اشیاء  
کے ڈیزائن اسی قدر کم ہوں گے اور فیکٹری جس قدر اعلیٰ  
درجہ کی ہوگی اس کی مصنوعات کے ڈیزائن اسی قدر زیادہ  
اور متنوع ہوں گے لیکن ہر فیکٹری محدود تعداد میں  
ڈیزائن رکھنے پر مجبور ہے۔ اس کے آرٹسٹوں کی صلاحیتیں  
اس قدر محدود ہیں کہ چند ڈیزائن بنالینے کے بعد وہ بغیر  
جھانکنے لگتے ہیں۔ بس آخر میں یہی ہوتا ہے کہ ایک  
ڈیزائن چل نکلا اور تمام اشیاء اسی ڈیزائن کے سانچے میں  
ڈھلی ہوئی تیار ہو رہی ہیں۔ تمام اشیاء بالکل ایک جیسی شکل  
کی، وہ اشیاء کو بغیر خاص نشان لگائے رکھ دیجیے ان میں  
پہچان کرنا مشکل ہوگا۔ آخر کار تخلیق کے عمل میں اس  
قدر ہم رنگی (Monotony) پیدا ہو جاتی ہے کہ خود  
فیکٹری کے مالک و منتظم اسی ڈیزائن کو دیکھ دیکھ کر تنگ  
آجاتے ہیں اور نئے ڈیزائن کی تیاری کے لیے بھاری رقیس  
پیش کرتے ہیں۔

اب فطرت کے خلاق اعظم کی تخلیقی فنکاریوں کا  
تماشہ دیکھیے۔ دنیا میں جتنی اشیاء بنائیں سب الگ الگ  
ڈیزائن کی۔ کوئی بڑے پیمانے پر تیاری (Mass-  
Production) کا کاروبار نہیں ہے کہ سب اشیاء مجبوراً  
ایک ہی ڈیزائن کی بنانا پڑیں اور نئے ڈیزائن بنانے سے  
تخلیقی قوت عاجز آگئی ہو۔ اس تنوع کو قرآن مجید وجود خدا  
کی دلیل کے طور پر پیش کرتا ہے۔

”اور اس کی نشانیوں میں آسمانوں اور زمین کی

میں وہ اپنی سابقہ تاریخ و ہر اتا چلا جاتا ہے۔  
یہاں سوال پیدا ہوتا ہے کہ جین کو اتنی بارکی اور  
صحت کے ساتھ تخلیقی عمل پروان چڑھانے کی ہدایات  
کہاں سے ملتی ہیں...؟ وہ کون سی قوت ہے کہ اس کے  
احکام ان جین کے ذریعے خلیوں تک پوری صحت اور  
وقداری سے تخلیقی جامہ پہنتے اور اپنے نتائج کی صحت اور  
تخلیق ثنی کی بارکیوں میں ریاضی کی باریک ترین اشکال  
کو آکھیں دکھاتے ہیں۔

بے چارے ڈاؤن اور اس کے ساتھیوں کو جین  
سے متعلق جدید تحقیقات کا کوئی علم نہ تھا۔ یہی وجہ ہے  
کہ نظریہ ارتقاء سے متعلق وہ اس مقام سے آگے نہ بڑھ  
سکے جہاں سے دراصل ارتقاء کی کہانی شروع ہوتی ہے وہ  
مقام خلیے کی معرفت کا ہے اور خلیے کی ساخت اور پھر  
جین کے عمل پر جب ہم غور کرتے ہیں تو ہمارا ذہن  
مادے کے اندھے بہرے ارتقاء کی طرف نہیں جاتا بلکہ  
ایک خلاقی عظیم کی طرف جاتا ہے جس نے ارب ہا  
جین تک خصوصیات کو ایک مثبت، بلکہ ایک اور انتہائی صحیح  
نظام کا پابند بنایا ہوا ہے۔ خلیوں کی ساخت اور جین کے  
عمل کا مطالعہ کرتے ہوئے یہ سوال بار بار ذہن میں  
ابھرتا ہے کہ اگر ارتقاء ایک اونٹ اول اور اندھی بہری  
قوت ہی کا نام ہے تو اتنے عظیم اجتماع مخلوقات، اتنے  
وسیع تنوع میں اس قدر باریک اور صحیح ترین تقسیم اور  
نظم و ضبط کہاں سے آگیا...؟

گندم از گندم بر وید جو ز جو

(گندم کے بیج سے گندم ہی پیدا ہوگی اور جو کے بیج  
سے جو)  
اور بر گندم کا بیج اپنی خصوصیات کو اپنے جین کے  
ذریعے گندم کی اگلی فصل تک ٹھیک ٹھیک پہنچا دیتا ہے۔



ماکسر کے محتاط اندازے کے مطابق دولا کہ اقسام پر دووں  
کی ہیں اور دس لاکھ اقسام حیوانات کی ہیں۔ ان دس لاکھ  
اقسام میں سے صرف ایک صنف ہی کو لے لیں تو اسے  
بھی بہت سے چھوٹے چھوٹے گروہوں میں تقسیم کیا  
جاسکتا ہے اور ہر صنف کی خصوصیات اس کے ہر فرد میں  
میں گی ایک جلی میں جو اوصاف ہیں وہ تمام دنیا کی جلیوں  
میں پائے جائیں گے۔

### نظریہ جین

دور جدید میں جین سے متعلق تحقیقات نے تو  
انسان کو حیرت میں ہی ڈال دیا ہے۔ جین تمام زندہ اشیاء  
کے خلیوں میں موجود اور ان کے جوہری ذرات کی ان  
ترتیبوں پر مشتمل ہوتے ہیں جنہیں خور و دین تک سے  
بھی نہیں دیکھا جاسکتا۔ یہی جین اشیاء کی ساخت، ان کی  
صفات اور ان کی وارثی خصوصیات کے لیکن ہوتے ہیں۔ یہ  
انتہائی چھوٹے جراثیم جنہیں ہم جین کہتے ہیں اس دنیا کی  
تمام انسانی، حیوانی اور نباتاتی خصوصیات کے سرچشمے ہیں۔  
اس میں شک نہیں کہ دنیا کے اربوں انسانوں کی انفرادی  
خصوصیات کے یہ بنیادی پیکر حجم میں اس قدر ہاریک ہیں  
کہ اگر ان سب کا اجتماع ممکن ہو تو ان کے لیے انگلی بھر جگہ  
کافی ہو سکتی ہے لیکن یہ جین اپنے اگلیت اسلاف کی تمام  
جسمانی وراثت، ان کی ذہنی اور روحانی اور نفسیاتی خصوصیات  
اپنے وجود میں بحفاظت برقرار رکھتے اور انہیں پروان  
چڑھانے کی ناقابل یقین صلاحیت رکھتے ہیں۔

مگر وہ کیا چیز ہے جو محفوظ رکھی جاتی ہے اور وراثت  
کی شکل میں آگے کی نسلوں کو منتقل کر دی جاتی ہے...؟  
وراثت سے متعلق اتنی صحیح ہدایت کس طرح اپنے اندر  
محفوظ رکھ لیتے ہیں...؟ ایک جین بے شمار نسلوں میں  
سفر کرتے ہوئے اپنی خصوصیات اور صفات کو بحفاظت  
برقرار رکھتا ہے اور ہر نسل میں اور ہر پیدائش کے عمل



وادی سوات کی  
خوبصورتی،  
رعنائی اور  
شادابی کا انحصار دریائے  
سوات پر ہے۔  
دریائے سوات  
ہی کی بدولت  
سوات کی تمام  
وادیاں قدرتی حسن و  
جمال کا مظہر و کھائی  
دیتی ہیں اور اس کا ہر

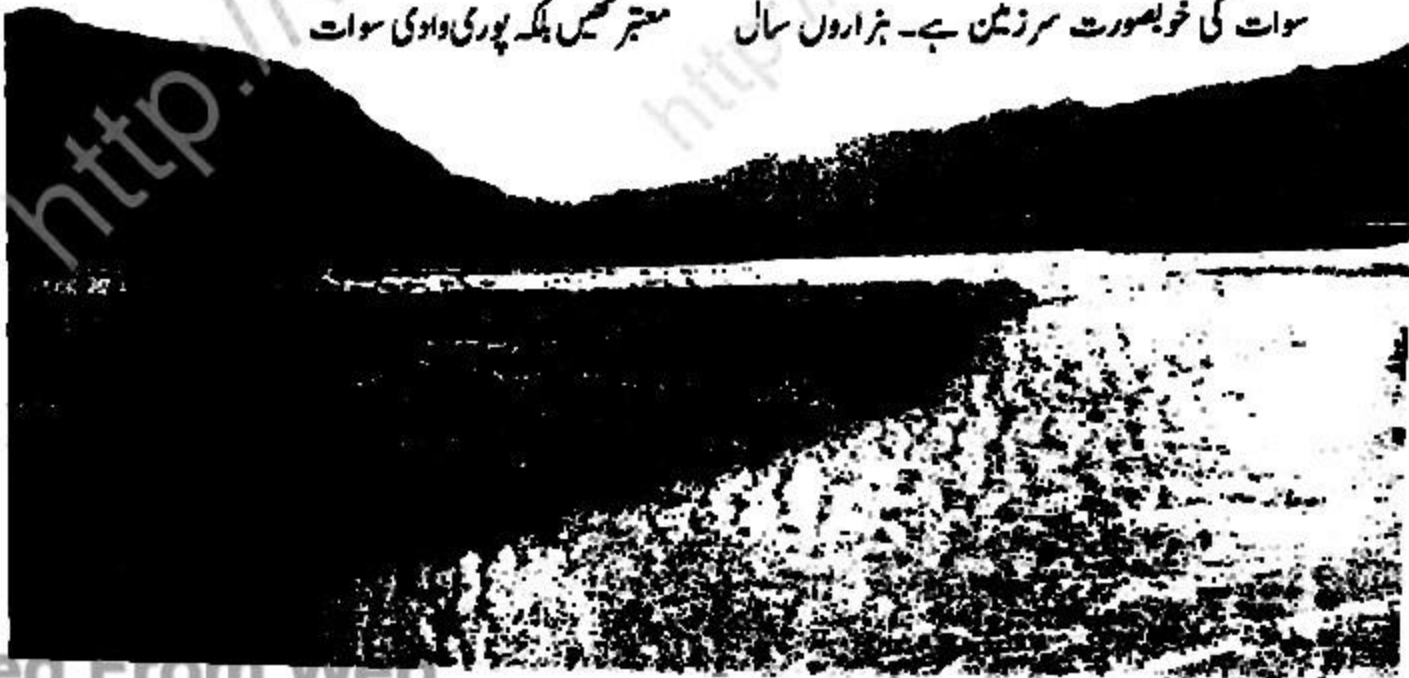


گوشہ سرسبز شاداب نظر آتا ہے۔ سوات کی تقریباً  
تمام قابل ذکر وادیاں، دریائے سوات ہی کے  
کنارے آباد ہیں۔ ان میں اتروز، گہرال، ادشو، مسلہ،  
گیشیر، کالام، بحرین، مدین، بانڈھیری، خوازہ خیلہ،  
شین، چارباغ اور منگورہ شامل ہیں۔

قبل تو سوات اور بھی حسین اور دلکش تھا کہ اس وقت  
سوات جدید دور کی مشینی آلہ کشوں کی دست برد سے  
قطعی محفوظ تھا اور نہ صرف اس کی فضا میں، پرکشش  
اور خوش رنگ پھولوں اور گھنے جنگلات کی وجہ سے  
معتبر تھیں بلکہ پوری وادی سوات

دریائے سوات، وادی کالام سے لے کر ملاکنڈ  
کے بجلی گھر تک کا فاصلہ طے کرتا ہے، اس دوران یہ  
وسیع و عریض علاقے کو سیراب کر کے اس کی شادابی  
اور رعنائی کا باعث بنا ہے۔

دریائے سوات اتنا ہی قدیم ہے، جتنی قدیم  
سوات کی خوبصورت سرزمین ہے۔ ہزاروں سال



ایک اور مشہور چینی  
سیاح سنگ یون، 512ء میں  
کافرستان (جزال) سے  
ہوتا ہوا سوات آیا تھا، اس  
نے اپنے سفر نامے میں  
دریائے سوات کا ذکر  
”دریائے سوتو“ کے نام  
سے کیا ہے۔ بعض تاریخچی  
کتب میں اس کے نام



”دریائے سوتی“ یا سواستوس اور ”سوتاس“ بھی  
مفہم ہیں، جو چار ہزار سال قدیم زمانے سے تعلق رکھتے  
ہیں۔ کہا جاتا ہے کہ اس دریا کے نام کی مناسبت سے اس  
حالات کا نام بھی ”سوتی“ یا ”سواستی“ مشہور تھا جو بعد  
میں ”سوا“ یا ”سوات“ میں تبدیل ہو گیا۔ تاریخچی  
کتب میں سوات کا ایک قدیم نام ”اودیانتہ“ بھی مذکورہ  
ہے جس کے معنی ہیں ”باغ“ یا ”گلستان“۔ دریائے  
سوات و سنسکرت میں ”گوری“ کا نام بھی دیا گیا ہے۔  
دریائے سوات کی مجموعی لمبائی ”کالام“ سے قطع  
چار سده میں ”نستے“ تک تقریباً 210 کلومیٹر بنتی ہے۔ یہ  
سنسین دریا الہنا سترے کرتے ہوئے نہیں تو مجھوب ہو کر  
سکڑ سمٹ جاتا ہے اور کہیں فخر سے سینہ تانے بیٹے لگتا  
ہے۔ واوی بحریں اور کالام کے درمیان اس کی چوڑائی  
150 فٹ رہ جاتی ہے جبکہ سوات کی ایک خوبصورت  
واوی تنگولئی میں اور منگورہ میں فضائٹ پارک کے  
قریب اس دریا کا پاٹ دو کلومیٹر تک چوڑا ہو جاتا ہے۔

دریائے سوات، کو عبور کرنے کے لیے جگہ جگہ  
چھوٹے بڑے پل تعمیر کیے گئے ہیں۔ ان پلوں میں  
مضبوط اور جدید طرز کے پلوں کی تعداد سات ہے جن

میں چونڈیاں، نالے، آبشار، اور دریا تھے وہ سب ہر  
قسم کی آلودگی سے پاک تھے۔ دریائے سوات کے  
غیر معمولی طور پر پاک و شفاف سپید پانی کی وجہ سے  
سکندر اعظم کے ساتھ آئے ہوئے مورخین نے اس  
علاقے کا ذکر اس کے دریائی نسبت سے کیا تھا، جو اب  
دریائے سوات اور اس قدیم عہد میں ”سواستو“ کہلاتا  
تھا۔ خیال کیا جاتا ہے کہ یہ لفظ سوتیا (ایس ڈیو ایوئی ٹی  
اسٹ) سے مشتق ہے جس کے معنی ”سپید“ کے ہیں۔  
مشہور چینی سیاح ہیون سانگ نے بھی یہاں کے  
سپید پانی کا خصوصی ذکر کیا ہے۔ سیدھوس صدی  
عیسوی میں الہیرونی بھی سوات کے شفاف پانی کا ذکر  
کرتا ہے۔ آج بھی سوات کے صاف و شفاف، چاندنی  
طرح چمکتے ہوئے سپید پانی کو دیکھا جائے تو عجیب سی  
سرت محسوس ہوتی ہے۔ اس کے ساتھ دریائے  
سوات کے قریب ”پسینے اوبہ“ (سپید پانی) کے نام سے  
ایک بستی بھی موجود ہے۔ اس لیے وثوق سے کہا جاسکتا  
ہے کہ اس علاقے کے صاف و شفاف سپید پانی کے ندی  
نالوں اور دریا کی وجہ سے اسے ”سواستو“ یا ”سوتیا“ پکارا گیا  
ہوگا جو بعد میں چل کر ”سوا“ اور پھر ”سوات“ بن گیا۔

دریائے سوات کا نام





میں کالام، بحرین، خوازہ خیل، کانجو، شموزی (بریکوٹ) اور چکدرہ کے پل شامل ہیں۔ اب جاپان کے تعاون سے جگہ جگہ جدید "سپینشن پل" تعمیر کیے جا رہے ہیں جن میں سے ایک پل بحرین کے قریب "ورنی" کے مقام پر تعمیر کیا گیا ہے۔ دریا پر بنائے گئے رسیوں اور

کئی منبج ہیں۔ یہ دریا کو بندو کش کی اوٹ میں واقع "سوات کوہستان" کے علاقوں سے نکلتا ہے اور مختلف مقامات پر اس کے ساتھ ندی نالے شامل ہوتے چلے جاتے ہیں۔ اس کا ایک منبج کالام کوہستان میں "جل" کے مقام پر ہے۔ "جل" کوہستانی زبان میں پانی اور "گہ" ندی کو کہتے ہیں۔ اس علاقے میں اسے "دریائے جل" کے نام سے بھی پکارا جاتا ہے۔

کنڈ اور لمان وڑو کے مقام پر دریائے سوات سے دو نہریں نکالی گئی ہیں۔ ان پر درگنی بچلی گھر اور ملاکنڈ بچلی گھر بنائے گئے ہیں، جنہیں ملک عزیز کے سب سے پرانے بچلی گھر ہونے کا اعزاز بھی حاصل ہے۔ یہ بچلی گھر کافی عرصہ سے ملک کو بچلی فراہم کر رہے ہیں۔

دریائے سوات اپنی قدامت کے باعث بھی تاریخ کے اوراق میں غیر معمولی اہمیت کا حامل ہے۔ اس کے کنارے دنیا کی کئی مشہور تہذیبیں پھیلی پھولیں اور عربوں کی مندریں طے کر کے زوال پزیر ہوئیں۔

سوات میں بدھ مت کے دور عروج میں اس کے کنارے سینکڑوں، ہزاروں خانقاہیں اور بدھ مت کے

نٹری کے پٹے بے شمار ہیں۔ تیز بہاؤ والے علاقوں میں دریا کے اوپر مضبوط رشتی تان کر باندھ دی جاتی ہے اور دوسری طرف اسی کے ذریعہ اس کے ساتھ ڈھول نما کھٹولا باندھا جاتا ہے جس کے ساتھ مخالف اور موافق دونوں سمتوں سے رستی منسلک ہوتی ہے۔ ایک کنارے سے دوسرے کنارے کی طرف جاتے ہوئے ایک جانب کی رستی کوئی دوسرا شخص کھینچ لیتا ہے اور کھٹولا اسی سمت چلنے لگتا ہے۔

اس قسم کے کھٹولے کو مقامی زبان میں "ناٹھوٹی" کہا جاتا ہے۔ دریا عبور کرنے کا یہ طریقہ خالصتاً مقامی ہونے کے ساتھ ساتھ دلچسپ اور "پرخوف" بھی ہے۔ دریا پار کرنے کا ایک ذریعہ چیز لٹھ کی طرز پر بنائی گئی "ناٹھوٹیاں" بھی ہیں، جو پک اپ کے انجن کے ذریعہ دو مضبوط رسیوں سے منسلک ہوتی ہیں۔ جہاں پل نہیں ہیں، وہاں لوگ مقامی ساخت کی کشتیوں کے ذریعہ دریا عبور کرتے ہیں۔ اس قسم کی کشتی کو "جالہ" کہا جاتا ہے۔

دریائے سوات کا منبج ایک نہیں ہے بلکہ اس کے

ہوتی ہیں۔ اس کے علاوہ متعدد خوش ذائقہ پھل  
مثلاً خوبانی، آلوچہ، چیری، اسٹراپیری، لوکاٹ،  
سیب، ناشپاتی، مانا، انگور، اخروٹ، شکتا اور چائنا  
الٹوک کے درختوں کے لیے حیات بخش پانی،  
دریائے سوات ہی لے کر آتا ہے۔ دریائے  
سوات کے کنارے گلاب، گل نرگس، فانتول،  
بنفشہ، پھلواڑی، رحمان اور دیگر طرح طرح کے  
خوشبودار اور دھنک رنگ پھول بھی کھلتے ہیں جو



حسین سر زمین سوات کے حسن کو مزید رعنائی عطا  
کرتے ہیں۔

قدرت نے دریائے سوات میں جو پھلیاں پیدا کی  
ہیں، ان میں ٹراؤٹ مچھلی سب سے زیادہ مشہور ہے۔  
اس کے علاوہ مہاشیر مچھلی اور سواتی مچھلی بھی پائی جاتی  
ہے۔ ٹراؤٹ مچھلی نہایت سرد پانی میں ملتی ہے۔ اس کا  
ذائقہ بہت لذیذ اور بے مثال ہے۔

موجودہ دور کے ایک مشہور پشتو شاعر نصر اللہ خان  
نصر (مرحوم) کی ایک پشتو نظم کے چند اشعار کا درج  
ذیل ترجمہ سوات اور دریائے سوات کی تاریخی عظمت،  
قدامت اور دریائے سوات کے کنارے جنم لینے والی  
تہذیبوں اور تمدنوں کے متعلق کتنی خوبصورت منظر  
کشی کرتا ہے۔

سر زمین سوات تیری منفرد اک شان ہے  
تیرا ذذہ ذذہ ہے تاریخ و تہذیبوں کا گھر  
تیرے دامن میں ہے کھولی کتنی تہذیبوں نے آنکھ  
تیرے ہر منظر میں جنت کی بہدیں جلوہ گر  
تیری واوی میں دراوڑ بھی رہے، منگول بھی  
آریاؤں کو ہے لایا حسن تیرا کھینچ کر

علمی مراکز قائم تھے جن میں بدھ مت کے لاکھوں  
طالب علموں کو علم کے زیور سے آراستہ کیا جاتا تھا۔ ان  
بدھ خانقاہوں اور عبادت خانوں کا ذکر مشہور چینی  
سیاحوں نے بھی اپنے سفر ناموں میں کیا ہے۔ چینی سیاح  
سنگ یون نے دریائے سوات کا ذکر کرتے  
ہوئے لکھا ہے۔

”رات کے وقت خانقاہوں میں اتنی کثرت سے  
گھنٹیاں بج اٹھتی ہیں کہ تمام فضا گونج اٹھتی ہے۔  
”دریائے سوات“ (دریائے سوات) کے کنارے بہت  
سی خانقاہیں آباد ہیں۔ سوات سرسبز و شاداب علاقہ ہے  
اور یہاں کے باشندوں کا گزارہ کھیتی باڑی پر ہے۔“

اس ذکر سے واضح ہوتا ہے کہ دریائے سوات کتنا  
قدیم ہے۔ اس کا مختلف مذہبوں اور تہذیبوں سے کتنا  
گہرا تعلق رہا ہے۔ اس دریا کے سبب یہ علاقہ قدیم  
زمانے سے ہی سرسبز و شاداب اور زرخیز چلا آ رہا ہے۔

دریائے سوات انسانوں کے لیے طرح طرح کی  
لہنتیں لے کر آتا ہے۔ اس کے پانی سے متعدد فصلیں  
سیراب ہوتی ہیں جن میں کئی، دھان اور گندم شامل  
ہیں۔ کئی طرح کی سبزیاں مثلاً آلو، مرہ، شلجم، گو بھی،  
ٹماٹر اور سرسوں اس دریا کی بدولت انسان کو نصیب

”دریاؤں کا ہمنام“

# بچوں کا وِجائی ڈائجسٹ



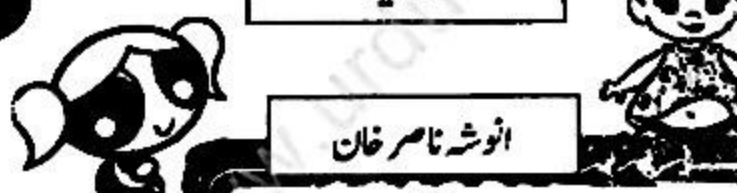
ایسن فیصل



زورید



جورجیہ دانش



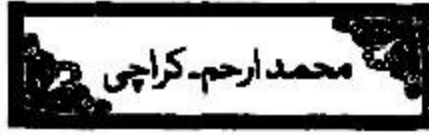
انوشہ ناصر خان



Copied from web

# مکھن چور

تھا۔ وہ اپنی ڈیوٹی بھول  
بھال کر باہر کی طرف  
دوڑا۔ اُدھر خرگوش اندر  
آیا اور مکھن کا مرتبان نکال کر جی بھر کے مکھن کھایا  
اور رچھ کے آنے سے پہلے باہر  
چلا گیا۔ بے چارا رچھ



ناکام واپس لوٹا۔

اگلی صبح جانوروں نے مکھن کم پایا تو انہوں نے  
رچھ کو بہت برا بھلا کہا اور سزا کے طور پر  
سال بھر کے لیے اس کا مکھن  
بند کر دیا۔



لگے دن کتے کی باری  
تھی۔ وہ دن بھر پہرا دیتے دیتے  
تھک گیا۔ رات کو پھر خرگوش آیا۔ اس نے کتے کو زور  
سے سلام کیا، ”ہیلو بیٹا بھوں بھوں! کیسے  
مزاج ہیں...؟“

کتا بولا، ”صبح سے بیٹھے بیٹھے  
تھک آ گیا ہوں۔“  
خرگوش بولا، ”تو آؤ ذرا  
دوڑ لگائیں۔“

کتا دوڑنے کا بہت شوقین تھا۔ جھٹ  
تیار ہو گیا۔ خرگوش نے کہا، ”میں گھاس  
میں دوڑتا ہوں لہذا چکر کاٹ کر  
پل تک جاتا ہوں، تم  
سڑک سڑک جاؤ،  
دیکھیں پہلے کون ہاتھ لگا  
کر واپس لوٹتا ہے۔“

کتا مان گیا۔ دوڑ شروع



بہت دن گزرے جنگل  
کے سب جانور اکٹھے رہا کرتے  
تھے۔ سب ایک ہی تقالی میں  
کھانا کھاتے، ایک ہی چشمے میں پانی پیتے، گرمیوں میں  
جل کر کام کرتے اور سردیوں  
میں ایک ہی غار میں آرام کرتے۔

ان دنوں سب جانوروں کو مکھن کھانے کا بڑا  
شوق تھا۔ وہ سب مل کر رہتے تھے  
چنانچہ ان کے مکھن کا ذخیرہ بھی  
ایک ہی تھا۔ جب کسی کو  
ضرورت ہوتی تو وہ تھوڑا سا مکھن  
نکال کر کھالیتا۔

ایک دن انہوں نے دیکھا کہ کسی نے بہت سا  
مکھن چرا لیا ہے۔ اب تو سب جانوروں کو بڑی تشویش  
ہوئی۔ انہوں نے فیصلہ کیا کہ ہر روز  
جانور ساری رات جاگ کر پہرا  
دے۔ پہلی باری رچھ کی آئی۔ وہ  
مرتبان کے سامنے بیٹھ گیا۔ بیٹھے  
بیٹھے رچھ کی ٹانگیں درد کرنے  
لگیں۔ رات کے پچھلے پہر باہر  
سرگوشی کی آواز سنائی دی۔  
رچھ کے کان کھڑے ہو گئے۔  
کوئی آہستہ آہستہ کہہ رہا  
تھا، ”بیزبی کے درخت والے  
مختے میں سوراخ ہو گیا ہے۔ سارا  
شہد بھا جا رہا ہے، بھیدار بچھ ہوتے تو  
انہیں ہتارتا۔“

رچھ شہد کھانے کا بڑا شوقین

# پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

## یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

### ہم خاص کیوں ہیں :-

- ✦ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✦ ہر ای بک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✦ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✦ سپریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✦ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریج
- ✦ ایڈ فری لنکس، لنکس کو میسجے کمانے کے لئے شرٹک نہیں کیا جاتا
- ✦ ہر ای بک کا ڈائریکٹ اور ریڈیو ایبل لنک
- ✦ ڈاؤنلوڈنگ سے پہلے ای بک کا پرنٹ پر یو ہر پوسٹ کے ساتھ
- ✦ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✦ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریج
- ✦ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✦ ویب سائٹ کی آسان براؤزنگ
- ✦ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں

We Are Anti Waiting WebSite

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

↳ ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

↳ ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب

ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

# WWW.PAKSOCIETY.COM

Online Library for Pakistan



Like us on  
Facebook

fb.com/paksociety



twitter.com/paksociety1

ہوئی۔ خرگوش گھاس میں کچھ دور دوڑا، پھر ڈھک کر بیٹھ گیا۔

جب کٹا کافی دور نکل گیا، تب وہ اطمینان سے باہر نکلا اور اس نے گودام میں جا کر جی بھر کے کھن کھایا اور پھر گھاس میں چھپ گیا۔

اتنے میں کٹا دوڑ لگا کر واپس آ گیا۔ اس نے ہانپتے ہوئے آواز دی، ”اے خرگوش بیٹا! کہاں ہو تم....؟“

خرگوش نے گھاس سے سر نکالا اور جھوٹ موٹ ہانپتا ہوا باہر آیا اور کٹے سے ہاتھ ملا کر گھر کو چل دیا۔ اگلے دن بے چارہ کٹا بھی سال بھر کے لیے کھن سے محروم کر دیا گیا۔

اب بھیڑیے کی باری تھی۔ وہ بھی دن بھر مرتبان سامنے رکھ کر بیٹھا رہا۔ رات کو خرگوش پھر آیا۔

اس نے بھیڑیے کو گدگداتے ہوئے کہا، ”کتنے چور پکڑ لیے ہیں، بھیڑیے بیٹا....؟“

بھیڑیا گدگدی کے مادے بننے لگا۔ خرگوش نے اور زیادہ گدگداتے ہوئے کہا، ”اتنا نہیں ہنسا کرتے بھیڑیے بیٹا!“

بھیڑیا اور زور زور سے ہنسنے لگا۔ اسے گدگدی بہت ہوتی تھی۔ خرگوش نے دو ٹوکوں ہاتھوں سے گدگداتے ہوئے کہا، ”جو زیادہ ہنستا ہے، وہی زیادہ روتا بھی ہے۔“

بھیڑیا ہنستے ہنستے اپنی کرسی بچھ لڑھک گیا اور زمین پر لوٹنے پوٹنے لگا۔ خرگوش نے اسے کرسی پر بٹھایا اور گرد جھانڈنے کے بہانے اس کی آہستہ آہستہ مالش کرنے لگا۔

بھیڑیا سو گیا۔ تب خرگوش اندر گیا۔ اس نے جی بھر کے کھن کھایا اور اپنے گھر کی راہ لی۔

اگلے دن بھیڑیے کا بھی وہی جھوٹا سال بھر کے لیے کھن بند!

اب لومڑ کی باری تھی۔ رات کو پھر خرگوش آیا۔ ”اوہو! آج لومڑ بیٹا کی باری ہے۔“ خرگوش نے کہا، ”کتنے چور پکڑ لیے ہیں، بیٹا جی....؟“

لومڑ نے بیزارگی سے کہا، ”صبح سے بیٹھے بیٹھے تنگ آ گیا ہوں۔“

خرگوش بولا، ”تو آؤ آنگھ پھولی کھلیں۔“

”اور اگر چور آ گیا تب....؟“

خرگوش بولا، ”ہم دونوں اس کا بھرتا بنا دیں گے۔“

لومڑ مان گیا۔ دونوں درختوں کے پیچھے آنگھ پھولی کھلتے رہے۔

کچھ ہی دیر میں لومڑ اتنا تنگ گیا کہ وہ آرام کرنے زمین پر لیٹا اور لیتے ہی سو گیا۔

اگلے دن اس کو بھی سزا ملی۔ سال بھر تک کھن بند۔

لومڑ ذرا ہوشیار جانور تھا۔ اس نے اپنا شبہ خرگوش پر ظاہر کیا۔ اب تو سب جانور باری باری اپنی آپ جی بیان کرنے لگے۔ سب کو یقین ہو گیا کہ

خرگوش چالاک سے کھن پھرا لیتا ہے۔ شب جانوروں نے اس مرتبہ جنگل کے جاسوس پھور کو چور پکڑنے کے لیے معذور کیا۔

بندر کھن کا مرتبان چھوڑ کر اپنے گھر آ گیا اور اپنی پالتی بلی کر بیٹھ گیا۔

رات کو خرگوش آیا، ”بیٹا بھیا بندرا کیسے

## علم کاپیا

ندی کے کنارے پر بیٹھا ہوا  
 اک لڑکا ملا تھا یہ کہتا ہوا  
 جہالت کی مجھ کو سزا ہے ملی  
 کہ کھلتی نہیں میرے دل کی گئی  
 دیکھوں گا الم دل ہے سہتا ہوا  
 اک لڑکا ملا تھا یہ کہتا ہوا  
 یہ سرسبز میداں، حسین وادیاں  
 ہیں پھولوں سے لبریز شاہ زاویاں  
 ہے دریا بھی دو رویہ بہتا ہوا  
 اک لڑکا ملا تھا یہ کہتا ہوا  
 میں پڑھنے سے بھاگا تھا اسکول سے  
 یہ غلطی میری ہوئی بھول سے  
 سندھ بنوں گا میں بہتا ہوا  
 اک لڑکا ملا تھا یہ کہتا ہوا  
 میں اپنے وطن کا سہارا بنوں  
 میں ملت کی آنکھوں کا تارا بنوں  
 چمن میں کھلوں پھول مہکا ہوا  
 اک لڑکا ملا تھا یہ کہتا ہوا

(مرسلہ: عروسہ ناز۔ اسلام آباد)

مزاج ہیں....؟

بندرت برے۔ "بندر نے لاپرواہی سے جواب  
 دیا۔ "اس سے سزا اور زکام ہے۔"

"تو آئیے سب کو چلیں۔" خرگوش بولا۔

"نہیں بھئی! بالکل موڈ نہیں ہے۔" بندر  
 لاپرواہی سے بولا۔

"آنکھ مچولی بھی نہیں کھیلو گے....؟" خرگوش  
 نے اشتیاق سے پوچھا۔

بندر بولا، "نہیں، مجھے بچوں کے کھیل پسند  
 نہیں آتے۔"

خرگوش نے حیرانی سے پوچھا، "تو پھر کونسا کھیل  
 پسند ہے تمہیں....؟"

بندر بولا، "رتاشی۔"

خرگوش مان گیا۔ بندر نے جھت پٹ خرگوش کی  
 ذم سے رتا ہاندھا۔ اس کا دوسرا ہر ادرخت سے

باندھ کر بولا، "کھینچے رتا۔"

اب خرگوش رتا کھینچنے میں مصروف رہا۔ ادھر  
 بندر سب جانوروں کو بلا لایا۔

خرگوش انہیں آتے دیکھ کر چونکا ہوا اور ساری  
 بات بھانپ گیا۔ اس نے ذم چھڑانے کی کوشش کی

لیکن کامیاب نہ ہو سکا۔

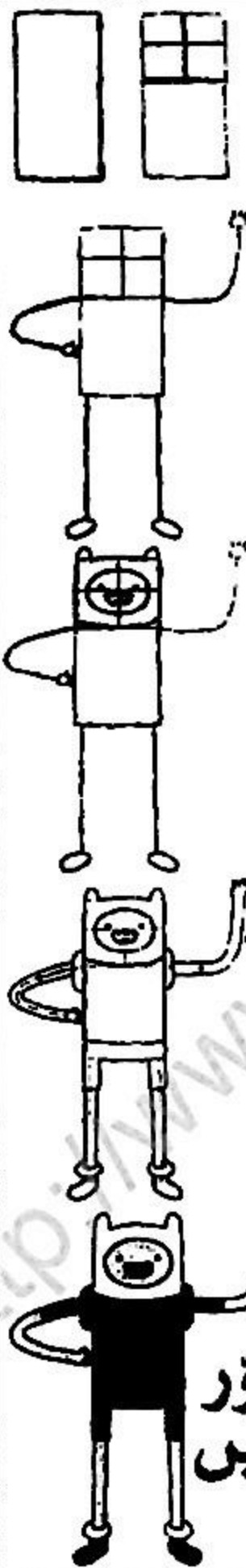
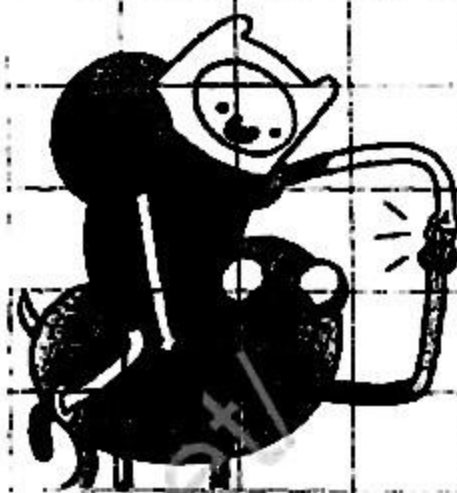
بے چارا خرگوش پکڑا ہی گیا، جانوروں نے سزا  
 کے طور پر اس کی ذم کاٹ ڈالی اور اس کے کانوں کو

زور زور سے کھینچا۔

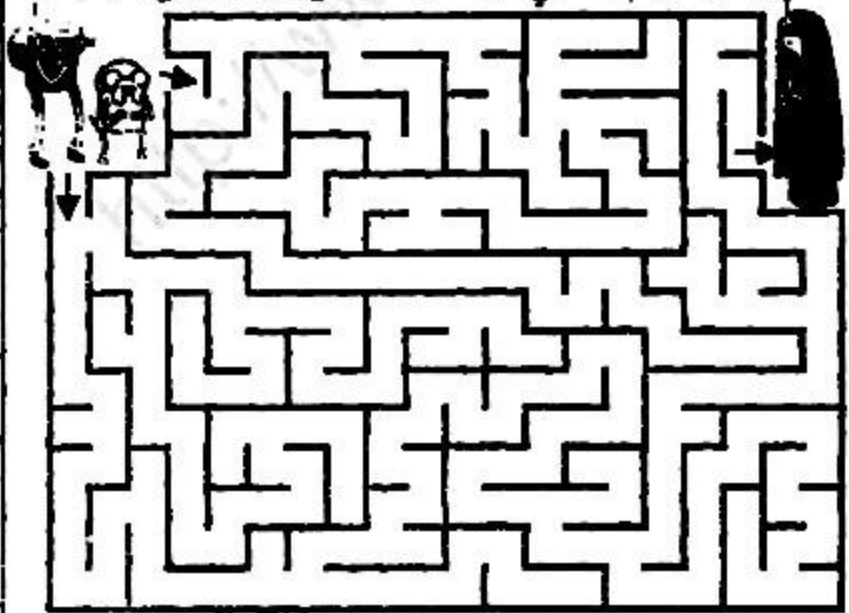
کہتے ہیں میاں خرگوش کے کان اس روز سے ہی  
 لیے ہیں اور اسی دن سے خرگوش جنگل کے جانوروں

سے علیحدہ رہتا ہے۔

تصویر دیکھ کر سامنے دئے گئے خانوں میں کا اس تصویر کا ہو بہو عکس بنائیں....



شہزادی بیل گم تک پہنچنے میں "فن" اور جیک کی مدد کریں ..



مصور  
بنیں





☺.... کسی شہر میں بہت بار شہیں  
 خطیں اور سیلاب آگیا۔ بڑے بھائی  
 نے احتیاطاً اپنے چھوٹے بھائی کو  
 دوسرے شہر خالہ کے گھر بھیج دیا  
 اور ساتھ ہی ایک خط لکھا کہ  
 ”ہمارے شہر میں سیلاب آگیا  
 ہے۔ چھوٹے بھائی کو آپ کے  
 گھر بھیج رہا ہوں۔“

☺... جہاں (بہٹی سے): منی اہم  
 کیوں ہار رہی ہو...؟  
 منی نے کہا: جان پڑواؤں گے میں کیل  
 ٹھونک رہے تھے کہ اتھوڑی ان  
 کے ہاتھ سے چھوٹ کر پاؤں پر  
 گر گئی۔  
 ماں: تو اس میں رونے کی کیا بات  
 ہے...؟ ایسی باتوں پر ہنس دیا  
 کرتے ہیں۔

”گائے اور گھاس“ ہے۔  
 دوست: مگر تصویر تو بالکل  
 خالی ہے۔  
 مصور: گائے گھاس کھا کر آگے  
 جا چکی ہے۔

ایک ہفتے بعد بڑے بھائی کو خالہ کا  
 خط ملا ”سیلاب کو میرے پاس بھیج دو  
 اور اپنے چھوٹے بھائی کو  
 واپس بلا لو۔“

منی: (روتے ہوئے): میں ہنسی  
 ہی تو تھی۔  
 (مرسلہ: جیلد احمد۔ کراچی)

(مرسلہ: محمد اصغر۔ لاہور)  
 ☺... مریض: ڈاکٹر صاحب! مجھے  
 بھوک نہیں لگتی۔  
 ڈاکٹر: تو لہنا کھانا مجھے دے جایا کرو۔

(مرسلہ: نبیہا جبار۔ کراچی)  
 ☺.... چوہا (ہاتھی سے): تمہاری  
 عمر کیا ہے...؟  
 ہاتھی: دو سال۔ اور تمہاری...؟  
 چوہا: عمر تو میری بھی دو سال ہی ہے  
 لیکن ذرا بیمار رہتا ہوں۔

☺... مانی (ام کے درخت پر  
 چڑھتے ہوئے لاکے سے): فوراً نیچے  
 اتر آؤ ورنہ ابھی جا کر تمہارے ابو سے  
 شکایت کرتا ہوں۔  
 لڑکا: کہیں جانے کی ضرورت نہیں۔  
 ابو ساتھ والے درخت پر چڑھے  
 ہوئے ہیں۔

(مرسلہ: عزیز رضا۔ کراچی)  
 ☺.... گڈو رو تاہو آگھر آیا تو ماں نے  
 پوچھا: بیٹے کیوں رو رہے ہو...؟  
 گڈو: ماسٹر صاحب نے مارا ہے۔  
 ماں: کیوں مارا ہے انہوں نے...؟  
 گڈو: ماسٹر صاحب کی کرسی پر  
 روشنائی گری ہوئی تھی وہ بیٹھنے لگے تو  
 میں نے سوچا ان کے کپڑے خراب  
 ہو جائیں گے، بس میں نے پیچھے سے  
 کرسی کھینچ لی۔

(مرسلہ: مہتاب خان۔ کوئٹہ)  
 ☺.... شاکر د (استاد سے): کیا  
 آپ اس بچے کو سزا دیں گے جس  
 نے کچھ نہ کیا ہو...؟  
 استاد: بالکل نہیں۔  
 شاکر د: میں نے آپ کا دیا ہوا  
 بوم ورک نہیں کیا۔

(مرسلہ: مصباح فتح۔ کراچی)  
 ☺.... سپاہی (سائیکل سوار سے):  
 رک جاؤ تمہاری سائیکل کی تکی  
 نہیں ہے۔  
 سائیکل سوار: جناب آگے سے  
 ہٹ جائیں۔ اس کی بریک بھی  
 نہیں ہے۔

(مرسلہ: وحید احمد۔ لاہور)  
 ☺

(مرسلہ: طوبی دانش۔ کراچی)  
 ☺.... ایک مصور (اپنے دوست  
 سے): میری اس تصویر کا عنوان

(مرسلہ: محمد حیدر  
 شاہد۔ راولپنڈی)

(مرسلہ: وحید احمد۔ لاہور)  
 ☺

(مرسلہ: طوبی دانش۔ کراچی)  
 ☺.... ایک مصور (اپنے دوست  
 سے): میری اس تصویر کا عنوان

(مرسلہ: محمد حیدر  
 شاہد۔ راولپنڈی)

# محلہ

## مراقبہ ہال



**مرکزی مراقبہ ہال** سرجانی ٹاؤن کراچی میں جذبہ خدمتِ خلق کے تحت جمعے کے روز خواتین و حضرات کو بلا معاوضہ روحانی علاج کی سہولت مہیا کی جاتی ہے۔ خواتین و حضرات کو جمعے کی صبح 7:45 بجے ملاقات کے لئے نمبر دیئے جاتے ہیں اور ملاقات صبح 8 سے 12 بجے دوپہر تک ہوتی ہے اور ہفتے کی دوپہر 3:45 بجے نمبر دیئے جاتے ہیں اور ملاقات 4 بجے سے شام 7 بجے تک ہوتی ہے۔ ہر ہفتے، بعد نماز جمعہ عظیمہ جامع مسجد سرجانی ٹاؤن میں اجتماعی محلہ مراقبہ منعقد ہوتی ہے جس میں درود شریف، آیت کریمہ کا ختم اور اجتماعی مراقبہ کے بعد دعا کی جاتی ہے۔ جمعے اور ہفتے کے علاوہ خواتین و حضرات ملاقات کے لئے زحمت نہ کریں۔ محلہ مراقبہ میں دعا کے لئے اپنا نام، والدہ کا نام اور مقصد دعا تحریر کر کے ارسال کیجیے۔ جن خوش نصیبوں کے حق میں اللہ رحیم و کریم نے ہماری دعائیں قبول فرمائی ہیں وہ اپنے گھر میں محلہ میلاد کا انعقاد کرائیں اور حسب استطاعت غریبوں میں کھانا تقسیم کریں۔

شکر۔ خاندان چوہدری۔ خاور اسلم۔ محضری شاہد۔ غنیق الزمان۔  
 دانش حسن۔ دانش علی۔ دانش عاصم۔ درخش اشقم۔ درخش مقصود۔ درویش بشت۔ غازی۔ دلاور غفور۔ ذکیہ رحمان۔ ذیشان کمال۔  
 ذیشان احسن۔ رئیس النساء بیگم۔ راجہ عبدالملک۔ راجہ علی۔ راحت اخلاق۔ راجہ نسیم۔ راشد محمود خان۔ رائی۔ رحمت بی بی۔ رخشانی بی بی۔ رخشانی یاسمین۔ رخشانی ظفر۔ رضوان احمد۔ رضوانہ ناز۔ رضوانہ ناز۔ رضیہ اقبال۔ رفعت مقصود۔ رفعت عابد۔ رفعت ہما۔ رقیہ فردوس۔ رمشا احمد۔ رمیز یاسر۔ روینہ اسلم۔ روینہ آرم۔ روینہ ذوالفقار۔ روینہ یاسمین۔ روینہ اسلم۔ روزینہ اشرف۔ رونی شاہ۔  
 ریاض حمیر۔ ریحان علی۔ ریحانہ خانم۔ ریحانہ ملک۔ ریحانہ ناز۔ ریحانہ یاسمین۔ ریحانہ جاوید۔ زاہد حسین۔ زاہد سعید۔ زاہد لطیف۔ زاہد پروین۔ زبیرہ ناز۔ زبیرہ علی۔ زر کاخان۔ زینہ احمد۔ زینہ صدیقی۔  
 زنگا تبسم۔ زنگر خالد۔ زنگر شاہد۔ زنگر عادل۔ سائرہ بی بی۔ ساجد اقبال۔ ساجد وسیم۔ ساجد امین۔ ساجد بیگم۔ ساجد عادل۔ ساجد شاہد۔  
 سحر انور۔ سرشار جہاں۔ سرور کاشف۔ سہ قریشی۔ سہدہ افتخار۔  
 سعیدہ جان۔ سعیدہ ناز۔ سعیدہ احمد۔ سعیدہ بی بی۔ سکینہ بانو۔ سلطانہ دن۔ سلطان علی۔ سلمان خان۔ سلمان سعید۔ سلمان علی۔ سلٹی بیگم۔ سلمہ آفاق۔ سلمہ اعظم۔ سلمہ انصاری۔ سلمہ اسکول۔ سلمہ فاطمہ۔ سمنل ریاض۔ سنیلا اطہر۔ سید احمد علی۔ سید آصف علی۔ سید

**کراچی :-** آنک احمد۔ آمنہ بیگم۔ آمنہ شاکر۔ آمنہ احمد۔ آمنہ طاہرہ۔ آمنہ خان۔ آنک حسن۔ آصف سی۔ آصف محمود۔ احسان اللہ خان۔ احسان ریاض۔ احسن ریاض۔ احمد فیصل۔ اختر حسین۔ ارسلان خمیر۔ ارسلان خان۔ ارم خالد۔ ارم علی۔ اہام ارم۔ انوار شفیق۔ اسٹیل فاروقی۔ اشتیاق شاہد۔ اشتیاق احمد گوندل۔ اشتیاق احمد۔ آصف صدیقی۔ اجازت امون۔ اعظم علی۔ آفتاب احمد۔ آفتاب شاہ۔ امیری بیگم۔ امین اللہ۔ افضل خان۔ امیر علی۔ آرم دلاور۔ امتیاز احمد۔ امتیاز علی۔ امتیاز حسن۔ امیر الدین۔ انجم صدیقی۔ انجم شاکر۔ انجم نور۔ انور جہاں۔ انور بانو۔ انوار فقیر۔ انیدہ حسن۔ انیدہ ریاض۔ اسمن خان۔ ایوب شیخ۔ بلال بانو۔ بشری آفتاب۔ بشری امیر۔ بشری ریاض۔ بلال حادہ بٹ۔ بلال قریشی۔ بھیس بی بی۔ بھیس اشتیاق۔ بی بی خدیجہ۔ پروین انور۔ پروین اختر۔ جانش بشیر۔ تاج الدین۔ فہیمہ سعید۔ فہیمہ فاطمہ۔ تزیہ صہبہ خور اختر۔ تمینہ انور۔ تمینہ مقصود۔ تیمور خان۔ ثاقب میر وردی۔ ثروت سلطانہ۔ ثروت شہزاد۔ شریار شاہ۔ شریانی بی بی۔ شمینہ منظور۔ شمینہ شمشیر۔ ثویبہ پروین۔ جاوید امیر۔ جاوید علی۔ جمشید اقبال۔ جمیلہ بیگم۔ جمیلہ بانو۔ جمیلہ اختر۔ جویریہ سحر۔ جیا محمود۔ حانی مراد۔ حانی بیگم۔ حافظہ اشتیاق گوندل۔ حافظہ جمال۔ حبیب احمد۔ حسن فاروق۔ حسین عمر۔ حفصہ احمد۔ حفصہ بی بی۔ حمیرہ انجمین۔ حمیرہ انیس۔ حمیرہ انوار۔ من

امان علی۔ سید امجد حسین۔ سید توصیف حیدر۔ سید حسن جاوید۔ سید خرم  
 عالم۔ سید راشد علی۔ سید شاہد احمد۔ سید شہاب احمد۔ سید عارف علی۔ سید  
 عرفان بھٹری۔ سید عرفان علی۔ سید عظمت علی۔ سید فی سجاد۔ سید  
 قادر علی۔ سید نواز احمد۔ سید مرشد حسن۔ سید نعمان علی۔ سیدہ قمر  
 الدلعاب سیدہ یاسمین۔ شائستہ ارم۔ شازیہ تیمور۔ شازیہ سعید۔ شازیہ  
 عادل۔ شازیہ ناصر۔ شازیہ مقبول۔ شازیہ نور۔ شان عباس۔ شاہد انور۔  
 شاہد بشیر۔ شاہد یحیٰ۔ شاہد پرویز۔ شاہد عاشق۔ شاہد محمود۔ شاہدہ  
 نسرین۔ شاہدہ شہناز کولی۔ شہناز ناز۔ شہناز سلیم۔ شہنشاہ مجید۔ شرف  
 الدین۔ شعیب خان۔ شعیب جاوید۔ شکیل خان۔ شکیلہ پرویز۔ شکیلہ  
 خاں۔ شمس الدین۔ شمس اللہ۔ شمشاد۔ شمشیر انور۔ شمیم احمد  
 صدیقی۔ شمیم سعید۔ شوکت حسین۔ شہریار۔ شہزاد  
 عبدالرحمن۔ شہزاد مختار۔ شہناز فتنی۔ شیح کامران عزیز۔ شیح کامران  
 عزیز۔ شیر علی خان۔ شیرین۔ صائمہ ارباب۔ صائمہ راشد۔ صائمہ  
 زہرا۔ صائمہ صدف۔ صائمہ ناظم۔ صائمہ نورین۔ صابرہ بیگم۔ صابرہ  
 پرویز۔ صاحبزادہ۔ صدف حسن۔ صدف زہیر۔ صہاب الدین۔ صہاب  
 اقبال۔ صوفیہ بانو۔ طارق سعید۔ طارق مجید۔ طارق سلیم۔ طارق محمود۔  
 طارق اہلب۔ طاہرہ احمد۔ طاہرہ الشمین۔ طاہرہ بیگم۔ طلعت  
 ریاض۔ طلعت حبیب۔ طیبہ طاہرہ۔ ظفر اقبال۔ ظہیر الحسن شاہ۔ عائشہ  
 جاوید۔ عائشہ ناصر۔ عائشہ جاوید۔ عابد عباس۔ عارف علی۔ عارف بیگم۔  
 عارف جمشید۔ عارف سلطانہ۔ عاشق علی۔ عاصم رضا۔ عاصم قریشی۔  
 عاصف سلمان۔ عالیہ شاہد۔ عامر احسن۔ عامر خان۔ عامر مرزا  
 عبدالرحمان۔ عبدالرزاق۔ عبدالعلیم۔ عبدالغفار۔ عبدالواحد۔  
 عبدالولی۔ عتیق الرحمن۔ عثمان طیب۔ عدلیہ ندیم۔ عرفان بھٹری۔  
 عرفان میر۔ عرفان راشد۔ عشرت شاہد۔ عصمت معراج۔ علیہ حامد۔  
 عظمیٰ پرویز۔ عظمیٰ توصیف۔ عظمیٰ عزیز۔ عظمیٰ عمران۔ عظمیٰ  
 کامران۔ علی احمد۔ علی اکبر۔ علیم الدین۔ عم کلثوم۔ عمران خان۔  
 عمران عباس۔ عنایت بیگم۔ عنبرین صدیقی۔ عتیق زاہد۔ فرالہ پرویز۔  
 فرالہ فاروق۔ فخر علی۔ فہام اکبر۔ فہام دکھن۔ فہام سول۔ فہام  
 صفور۔ فہام علی۔ فیور حسین۔ فائزہ نذر۔ فائزہ یوسف۔ فائزہ احمد۔  
 فائزہ علی۔ فاطمہ بیگم۔ فاطمہ عادل۔ فراد حسین۔ فرات راشد۔ فرات  
 سلطانہ۔ فرات ناصر۔ فرات فاطمہ۔ فرات ناز۔ فرحان علی۔ فرحانہ  
 فرحان۔ فرحت حسین۔ فرحت ناز۔ فرحت جمیل۔ فرحت جمیل۔ فرید حسین۔  
 جمال۔ فردوس شاہد۔ فرزانہ انعام۔ فرزانہ فریحہ جمیل۔ فرید حسین۔  
 فریدہ بانو۔ فریدہ جمال۔ فضل مجبور۔ فقیر حسین۔ نواز عالم۔ نوزیہ  
 شہینہ۔ فریدہ طیل۔ فریحہ بلوچ۔ فریحہ نعیم۔ فضل شیخ۔ فضل ناصر۔ فیضان  
 علی خان۔ قاسم محمود۔ قاضی شیر محمد۔ قرآن حسین۔ قیصر سلطانہ۔  
 کاشف۔ کامران انجاز۔ کرن جاوید۔ کریم جمال۔ کلثوم انور۔ کلثوم بانو۔

کتول ریاض۔ کوثر اقبال۔ لانیہ عادل۔ نئی اشفاق۔ نئی نور۔ ماجد  
 عزیز۔ جہ محمد۔ جہانزادہ۔ جہ محمد۔ جہ نور علی۔ مجاہد حسین۔  
 مجیب احمد۔ محبوب عالم۔ محسن سکندر۔ محمد ابراہیم محمد احسن۔ محمد  
 احمد۔ محمد اسلم۔ محمد اسماعیل۔ محمد آصف۔ محمد امیر۔ محمد الہی۔ محمد  
 افضل خان۔ محمد افضل شاہد۔ محمد افضل علی۔ محمد آرم۔ محمد امین۔ محمد  
 انس۔ محمد انور الدین۔ محمد اہلس۔ محمد بدیع اللہ۔ محمد پرویز۔ محمد  
 جنید۔ محمد حسن شاہد۔ محمد حسن شکیب۔ محمد حسین علی۔ محمد حنیف۔ محمد  
 خالد خان۔ محمد رضوان۔ محمد رفیق۔ محمد زبیر خان۔ محمد ساجد لطیف۔ محمد  
 سرائی۔ محمد سرور شاہد۔ محمد سلطان۔ محمد سلیمان۔ محمد سہیل۔ محمد  
 شاہد۔ محمد شفیق۔ محمد شرف۔ محمد عارف۔ محمد عامر۔ محمد عثمان۔ محمد فیروز  
 محمد علی۔ محمد عمر۔ محمد عمران۔ محمد فہیمہ خان۔ محمد ناصر۔ محمد نبیل  
 مصطفیٰ۔ محمد نذیر خان۔ محمد نعیم۔ محمد نعیم۔ محمد نوبہ احمد۔ محمد ہاشمی۔ محمد  
 یاسر۔ محمد یوسف۔ محمد یونس۔ محمد اعظم۔ محمد حنیف۔  
 محمد عبدالغفور۔ محمود نور محمد بانو۔ مدثر شاہد۔ مراد خان۔ مراد ناہ  
 بابر۔ مرزا عمیر حفیظ۔ مرزا یحیٰ۔ مرزا ادریس۔ مرزا کاظمی۔ مسعود  
 احمد۔ مسعود کمال۔ مشتاق احمد۔ مصدق خان۔ مصطفیٰ مظہر۔ مصطفیٰ  
 علی۔ مطلب حسین۔ معزز حیدر۔ مقبول عالم۔ مقصود احمد۔ مقصود  
 عالم۔ میا احمد۔ میا خان۔ میا سعید۔ ممتاز ظہیر۔ منصور۔ منظور عالم۔  
 منور بابر۔ منور سلطانہ۔ منیرہ ہاشمی۔ منیرہ سلیم۔ موسیٰ خان۔ ناصر  
 القاسم۔ مہرین اشہد۔ میر جمیل۔ میر تقی الدین۔ میمون طاہرہ۔ نازش  
 انور۔ نازش جمال۔ ناصر عزیز۔ نبیہہ آرم۔ نبی طاہرہ۔ نبیل خان۔ نیلہ  
 تبسم۔ نجم عرفان۔ نذیر محمود۔ نذیر راشد۔ نذیرت آزاد۔ نسرین اختر۔  
 نسرین خاور۔ نسرین جاوید۔ نسرین حیدر۔ ناصر فہم۔ نسیم احمد۔ نسیم  
 اختر۔ نسیم صابر۔ نسیم مسعود۔ نصرت ارشد۔ نصیر الدین۔ نعمان  
 خان۔ نصیر بلوچ۔ نصیر عظیم۔ نصیر احمد۔ نغمہ ریاض۔ نعیم احمد۔ نجف  
 بیبا۔ نبیہہ آفریدی۔ نرہ کولی۔ نرہ نواز۔ نواز شاہد نور الحق۔ نور  
 بیبا۔ نوشین۔ نوبہ احمد۔ نوبہ سعید۔ نوبہ فیض۔ نوبہ فیصل۔ نہال احمد  
 صدیقی۔ داجہ نئی۔ داجہ حسین۔ داجہ الدین۔ داجہ خان۔ وحید  
 انور۔ ذاکر فہیمہ۔ تاجیس۔ تاجیل خواجہ۔ تاجیل عظیم۔ یاسمین۔  
 یاسمین یوسف۔

**حیدر آباد:** اسماعیل۔ احمد سعید۔ احمد بی۔ احمد نسیم۔ احمد  
 احمد علی۔ اختر محمد۔ ادریس۔ ارسلان۔ ارشاد۔ ارشد علی۔ ارم احمد  
 اسد احمد۔ حسین۔ آصف قریشی۔ آصف۔ اعظم۔ افتخار احمد۔  
 اقصین۔ اقبال علی۔ اقبال۔ اقبال آبی۔ امین۔ امیرین۔ امجد محمود امیر  
 بشیر۔ امیر۔ امین۔ انور سعید۔ انیس۔ بدر علی۔ بشری شاہد۔ بشری  
 سعید۔ بشری ریاض۔ بیبا الدین۔ بیباہ۔ بیبا حسین۔ تصور جمیل۔  
 نون۔ توصیف۔ غائب۔ ثروت۔ ثریا بانو۔ شہینہ نور۔ شہینہ شاہ

www.paksociety.com

فاطمہ۔ شاہ لیس۔ شاہ گل۔ شاہ نور۔ شاہ جان محمد۔ جاوید۔ جعفر۔  
 جنید۔ جہانزیب۔ حارث۔ حافظ نسیم۔ حافظ۔ حسیب عالم۔ حسین  
 بخش۔ حسین۔ حسین۔ حسین۔ حنیف۔ حافظ عارف۔ حفصہ۔ حمید۔ حمیرا۔  
 حیدر علی احمد۔ حیدر۔ خادم علی۔ خالدہ۔ خرم شہزاد۔ خرم طیل۔  
 خواجہ راجہ۔ دانش۔ دانش۔ دلاور حسین۔ دانش۔ راجہ۔ راحت  
 قاطر۔ راجیہ۔ راشدہ رحمان۔ رحمت۔ رحیم۔ رخشانیہ احمد۔ رسول  
 بخش۔ رضاعلی۔ رضوانہ خاں۔ رضیہ مجید۔ رفیق شہزاد۔ روینہ غوری۔  
 روینہ اشرف۔ ریاست علی۔ ریاست خان۔ ریحانہ علی۔ زاہد محمود۔  
 زینبہ عاشر۔ زویہ بچین۔ زہرا حیدر۔ ساجدہ شفیق۔ سجاد احمد۔ سدرہ  
 کاظمی۔ سدرہ شاہد۔ سعیدہ مصور۔ سلمان ربی۔ سلمان قاطر۔ سہلی  
 روین۔ سہجی اللہ۔ سہجی غفور۔ سہیل علی۔ سہیل احمد علی شاہ۔ سید کاشف۔  
 سید محمد منور۔ سیدہ مہربین بانو۔ سیماکر۔ سیماء شائستہ رضا۔ شادہ زیب۔  
 شاہد جمال۔ شاہدہ نسreen۔ شاہدہ بانو۔ شرمین کنول۔ شفیقہ جاوید۔ شہناز  
 فادوق۔ شمس الدین۔ شمع حیدر۔ شمیم جہاں۔ شہزاد خالدہ۔ شہناز خالدہ۔  
 صائمہ مجید۔ صادقہ حبیبہ۔ صبا علی۔ صدف نیس۔ صفیہ حسن۔ صفیہ  
 اختر۔ صفیہ بیگم۔ صنوبر شفیق۔ ضمیرہ بیگم۔ ضیاء خالدہ۔ طارق جمیل۔  
 طاہر محمود۔ طاہرہ احمد۔ طاہرہ طفیل۔ طارق جمیل۔ ناصر بی بی۔ ناصر  
 احمد۔ ناصر سہجی۔ ناصر ضیاء۔ ناصر احمد۔ عبد الغفور۔ عبد اللہ۔  
 عبد العظیم غوری۔ عبد الغفور۔ عبد الحق۔ عبد اکرم۔ عبد الوحید۔  
 عہدین۔ علی اکبر۔ علی محمد۔ علی رضوان۔ علی نواز۔ عیسیٰ زاہد۔ عمران  
 خان۔ غلام علی۔ غلام قاطر۔ فاطمہ علی۔ فرحان احمد۔ فرحان  
 طاہر۔ فرخندہ حامد۔ فرزاتہ جمیل۔ فرکان علی۔ فرکان حنیف۔ فضیہ  
 شہباز۔ گل محمد۔ نعیم اختر۔ نعیم اللہ۔ سوزہ محمود۔ کنول مجید۔ کنول  
 علی۔ کوش پروین۔ کوش ضمیر۔ کوش شاہد۔ کوش شہناز۔ گل رش۔ گلزار  
 مجید۔ لانی قرم۔ لاریب فیاض۔ لیلیٰ رشادہ۔ لیلیٰ انور۔ لیلیٰ کاشف۔ لیلیٰ  
 قاضی۔ نسیم احمد۔ نسیم علی۔ محمد حسن۔ محمد ارشد۔ محمد اسلم۔ محمد  
 اعظم۔ محمد لان اللہ۔ محمد امجد۔ محمد انور۔ محمد جاوید۔ محمد جمیل۔ محمد  
 جنید۔ محمد جواد۔ محمد حیات۔ محمد دانش۔ محمد ذہیر۔ محمد شاہد۔ محمد  
 شعیب۔ محمد طارق۔ محمد علی۔ محمد ظہیر۔ محمد عابد۔ محمد عمران۔ محمد لیس۔  
 محمد گل۔ محمود حسین۔ مشتاق احمد۔ مصطفیٰ حیدر۔ مطلوب الحق۔ مقصود  
 حسن۔ منصور رضیہ۔ منصور مرزا۔ منور سلطانہ۔ منیر خالدہ۔ مہوش خان  
 آفریدی۔ ناصر نعمان۔ نایبہ اختر۔ نجمہ آہر۔ نذیرت حسین۔ نسreen  
 جمال۔ نسیم احمد۔ نسیم احمد۔ نسیمہ بیگم۔ نور احسن۔ نور النساء۔ نور  
 جہاں۔ نور محمد۔ نور نگر۔ نورین اختر۔ نورین۔ نوشہہ قیوم۔ نوشین  
 انیس۔ نوید اقبال۔ نوز احمد۔ دانش علی۔ داحضہ علی۔ وحیدہ علی۔ وحیدہ بی  
 بی۔ ہادیون اشرف۔ ہانیس۔ ہمزہ خاں۔ یاسر عرفان۔ یاسین کوش۔  
 یاقوت شاہزیب۔ یکتوب ابراہیم۔

**تعارف:** ابو بکر۔ احمد اقبال۔ احمد حسن۔ اسلم شاہد۔ ارشد۔ احمد  
 علی۔ ارم۔ اسد۔ اسحاق۔ اسحاق۔ اشرف۔ اصغر۔ آصف۔  
 آصف۔ انجرام۔ اقبال۔ آرام اللہ۔ آمنت بی بی۔ آمنہ۔ انم رضا۔  
 انیسہ بنت۔ بانو اقبال۔ بشری۔ جمال صابر۔ پائیزہ۔ پروین۔ حمیرہ۔  
 حمن۔ حمینہ۔ شہ۔ ثوبیہ۔ جاوید۔ جاوید۔ جانیگہر۔ حنا عمر۔ حیدر علی۔  
 خالدہ۔ فہمیل احمد۔ داؤد۔ دعا فاطمہ۔ دل نواز۔ ذیشان۔ ماحیل احمد۔  
 رضوان۔ رفعت۔ رقیہ۔ دل اشرف۔ روینہ۔ زاہد حسین۔ زاہد محمود۔  
 زاہدہ ناہدہ بیگم۔ زاہدہ زینت۔ سائرہ بانو۔ سائرہ۔ ساجدہ بیگم۔ سہان  
 جاوید۔ سدرہ سعیدہ۔ سلمان۔ سلٹی اشفاق۔ سمر۔ سمیرا۔ سمیل  
 احمد۔ سید داحضہ علی۔ شائستہ بچین۔ شادیہ۔ شاہد رحمان۔ شاہد  
 رسول۔ شاہد محمد۔ شاہدہ شہناز۔ شہیرہ حسین۔ شکیل۔ شگفتہ۔  
 شاکلہ۔ صائمہ۔ صحر۔ ضمیر الحق۔ خانزادہ خدیجہ لطیف۔ طفیل۔ قنبر  
 احمد۔ ظہور۔ عائشہ۔ عابدہ بیگم۔ عائشہ۔ عاشق حسین۔ عاصم۔ عامر  
 محمود۔ عباس۔ عثمان۔ عرفا۔ عرفان عطیس۔ عرفان۔ عرفان۔  
 عرفان۔ عروسہ۔ علی۔ عمر۔ عمران افضل۔ عمران۔ غزالہ۔ غلام  
 عباس۔ غلام محمد۔ فائزہ۔ فاروق احمد۔ فاطمہ۔ فریدہ  
 جاوید۔ فہد۔ قدوسیہ۔ قرآن حسین۔ کانات۔ کامران۔ کامران۔ کنول۔  
 کتہ۔ مہرک علی۔ میشرہ۔ محمد احمد۔ محمد ارشد خان۔ محمد اسلم۔ محمد  
 اصغر۔ محمد ہارم۔ محمد راشد۔ محمد زہیر۔ محمد شہزاد۔ محمد عرفان۔ محمد علی۔  
 محمد عمر۔ محمد عمران۔ محمد عہد۔ محمد نواز۔ محمد نور۔ محمد قاسم۔ محمد شہت۔  
 محمد شمسین۔ مریم۔ مظہر اقبال۔ ملک۔ ماسم سعید۔ ملک وحید۔ منظور  
 احمد۔ منیر احمد۔ مہربین ناصر۔ مہک۔ مہناز۔ مہوش۔ مہاں مشتاق احمد۔  
 نجمہ۔ نسreen۔ نصرت۔ نعمان۔ نعیم احمد۔ نعیم علی۔ نعیم۔ نورین۔ نوید  
 احمد۔ نوید حسین۔ نیلم۔ نسیم اسلمہ۔ وقاص۔ یحییٰ یوسف۔

**راولپنڈی / اسلام آباد :** آصف جاوید۔ آصف  
 خان۔ آصف عباس۔ اویس محمد ملک۔ بانو تہمت پرانہ۔ بشیر بیگم۔  
 بلال حسین۔ بنت حوا۔ بہروز حیدر۔ بیش حسن۔ بیش عامر۔ بلال۔  
 نور اقبال۔ ثریا۔ ثوبیہ۔ تیم۔ حافظہ مہناز۔ حسن اختر۔ سعید۔ حمیرا۔  
 خالدہ محمود احوان۔ خالدہ بی بی۔ خالدہ بیگم۔ خورشید بی بی۔ خورشید بی بی۔  
 یوسف۔ خورشید بیگم۔ دانیال۔ محمد ذوالقادر۔ ذیشان محمد ملک۔ ماجد بی بی  
 بی۔ رابعہ۔ راز محمد اقبال۔ رحمت بی بی۔ رحیم جان۔ رضیہ بیگم۔ اجمل۔  
 رقیہ بی بی۔ اشرف روینہ۔ ربیعہ بی بی۔ ربیعہ۔ زہیدہ بی بی۔ زہیدہ۔  
 زینب بی بی۔ سائرہ۔ سہا الحسن۔ سین۔ عرش شہزاد۔ سرداراں بانو۔  
 سرداراں بی بی۔ سرور جان۔ سعیدہ۔ سکندر احوان۔ سکندر  
 خان۔ سکینہ بی بی۔ سلطانہ بیگم۔ سلمان حیدر۔ منیر حیدر۔ شادیہ۔ شانہ  
 کنول۔ شائستہ۔ شاہد الی بی بی۔ شہناز شہناز۔ شہناز۔ شہیرہ۔ شہیرہ کمال۔  
 شرجیل۔ شفقت۔ شگفتہ۔ شمسہ بی بی۔ شمسہ حسن۔ نسیم اختر۔





ہائین۔ ہزک۔ علی۔ مشرف۔ محمد احمد سلمان۔ محمد ارسلان۔ محمد اسلم  
 ملک۔ محمد آصف صادق۔ محمد اعظم۔ محمد انور جاوید۔ محمد حسین۔ محمد  
 سلیم۔ محمد سلیم حیدر۔ محمد صادق۔ محمد فرمان شاہد۔ محمد قیوم۔ محمد  
 مسکین۔ محمد نعمان صادق۔ محمد عثمان صادق۔ محمود عالم۔ محمود مدثر  
 عالم۔ مدیحہ وقار۔ مریم مشتاق۔ مریم عمیر۔ مصباح وقاص۔ ملک  
 گلاب دین۔ نادر الہاز۔ نادیہ انور۔ نازیہ بی بی۔ ناصر اویس۔ نادیہ  
 اویس۔ نسیم فردوس۔ نصیر الدین۔ نعیم احمد۔ نعمت عباس۔ نور البشیر۔  
 نوبہ اسلم۔ نوبہ خوشنود۔ واجدہ فاروق۔ وسیم صدیقی۔ ہاجرہ شیراز۔

**جہلم:** - آسام۔ گلزار۔ آسامہ احمد۔ اقبال بیگم۔ حبیبہ احمد۔  
 حدیثہ من خان۔ راشد محمود۔ ربیعہ طارق۔ رشیدہ عیوب۔ زبیرہ کوش۔  
 سجاد حسین۔ سلمان احمد۔ سلیمہ بی بی۔ سیدہ قرآن اللہ۔ سید منظور حسین  
 شاہ۔ شہتہ بیگم۔ سانگہ میر۔ طاہرہ۔ ظہیر حسین۔ عابدہ شاہین۔ عالیہ  
 کوثر۔ عثمان احمد۔ عدیل احمد بیٹ۔ عدیل احمد۔ عظمت علی شاہ۔ فرحت  
 یاسین۔ فریدہ خانم۔ فریدہ کوش۔ فہمیدہ بیگم۔ قادری ارشاد حسین دار۔  
 کثوم بی بی۔ محفوظ بیگم۔ محمد اصغر۔ محمد امین۔ محمد سعید۔ محمد عظیم۔ محمد  
 قرہ۔ محمد مسعود۔ محمد ناصر محمود۔ محمد آصف۔ محمد یعقوب۔ مدیحہ طارق۔  
 مس مقصود۔ مقبول بیگم۔ منیر حسین۔ نائلہ حنیفہ۔ نازیہ اختر۔ نعمان  
 احمد۔ نقوی۔ نوبہ احمد۔ دلایہ بیگم۔ ذاکرہ عیوب حسین۔

**شیخوپورہ:** - انبازہ بی بی۔ بشری سلطانہ۔ بلال سعید۔ پروین  
 اختر۔ خیر۔ جمیلہ اختر۔ جنت بی بی۔ جمیلہ۔ حسن بی بی۔ خادہ۔ دیبا۔  
 رخصت۔ رضیہ پروین۔ رضیہ ظفر۔ رفعت رشیدہ۔ رمضان۔ زہیرہ۔  
 فوزیہ۔ سحر انجم۔ سمیرا امیر۔ سمیرا انبازہ۔ شازیہ۔ کلیدہ صدیقی۔ شہناز  
 اختر۔ صائمہ ندیم۔ عابدہ شفیق۔ عارفہ محمود۔ عظمیٰ شہزادی۔ فرحانہ  
 جول۔ فرحانہ یاسین۔ کاشفہ منزل۔ کوشا افسانہ۔ لیلیٰ اشرف۔ محمد  
 احتشام۔ محمد اسحاق۔ محمد شفیق۔ محمد وقار احمد۔ سرت فوارہ سرت  
 ہاشمہ۔ نوبہ اشرف۔ نازیہ جاوید۔ ناصرہ تبسم۔ نوبہ سعید۔

**شاہ کونٹ:** - امت الرشیدہ۔ انوری یعقوب۔ پروین اختر۔  
 پروین۔ نسیم اختر۔ شادہ جمیلہ اختر۔ جنت بی بی۔ چندہ گلشن۔  
 زہیرہ۔ سحر انجم۔ سفینہ بی بی۔ سمیرا انبازہ۔ شازیہ اشرف۔ شازیہ انجم۔  
 شائلہ نورین۔ شہناز اختر۔ عابدہ شفیق۔ عارفہ محمود۔ عظمیٰ اشرف۔  
 عظمیٰ شہزادی۔ کوشا افسانہ۔ لیلیٰ اشرف۔ سرت الزامہ نادیہ پروین۔  
 یاسر حسین۔

**کونٹ ادو:** - اشرف علی۔ اقصیٰ اشرف۔ آئینہ علی۔ امان  
 اللہ۔ امتیاز علی۔ بابر حسین۔ بشری ہار۔ ثناء۔ جاوید اقبال۔  
 چوہدری اصغر علی۔ قباب طاہرہ۔ راشدہ تاج محمود۔ رفعت بی بی۔  
 روینہ شاہین۔ سعیدہ سعید۔ سکینہ بی بی۔ گلگلی احمد۔ شائلہ ہار۔

رانی۔ شیر حیدر۔ شیر خاور علی۔ کلیدہ۔ شوکت نواز۔ شوکت تیمور۔ شیخ  
 نواز۔ صفدر علی۔ صفدر علی۔ صفیہ بیگم۔ صفیہ ہادیہ۔ خاتون سرانہ۔  
 طارق محمود۔ طارق دلایہ بیگم۔ طاہرہ عابدہ۔ نادیہ علی۔ نازفہ۔  
 عاشق علی۔ عبدالغنیفہ۔ عبدالرؤف۔ عبدالسلام۔ حارخان۔ سیدہ علی۔  
 عبیدہ حسن۔ عدیلہ نازفہ۔ عذرا محمد گلزار۔ عرفان پیسہ۔ عزیزہ علی  
 رضا۔ علی رضا۔ عمر۔ غوث اختر۔ فرحت جہاں۔ فرحت بی بی۔ فریدہ  
 جلال۔ فریدہ اوصاف۔ فقیہہ گلزار۔ فوزیہ زاہدہ۔ فہدہ۔ فہیمہ من۔  
 فیصل۔ قاضی توقیر۔ قاضی ظفر۔ قاضی ظفر۔ قاضی نائل عباس۔  
 قاضی مسعود عباس۔ قاضی شرف۔ قاضی نادر۔ قاضی نادر۔ کاشفہ  
 عظیمہ۔ کاشفہ کلیم۔ کرن نیل۔ کرن نذر حسین۔ الہ رش۔ محمد  
 ابراہیم۔ محمد ارشاد۔ محمد ارشد۔ محمد اسحاق۔ محمد اسلم شاہد۔ محمد اسلم  
 بیگم۔ محمد افضل۔ محمد اقبال۔ محمد اقبال۔ محمد انور کمال۔ محمد انور۔ محمد  
 بخش۔ محمد حسین۔ محمد رضا فریدی۔ محمد رضوان۔ محمد زاہد۔ محمد سعید  
 انصاری۔ محمد شاہد سمیر۔ محمد شہزاد۔ محمد صادق۔ محمد طاہر۔ محمد طاہر  
 رضوان۔ محمد طاہر جاوید۔ محمد عارف۔ محمد ناصر۔ محمد عظیم۔ محمد علی  
 رضا۔ محمد علی۔ محمد عمیر۔ محمد عمیر فیاض۔ محمد فیاض شاہد۔ محمد فیصل۔ محمد  
 گلزار۔ محمد ندیم۔ محمد نسیم۔ محمد یعقوب۔ مشتاق خان۔ معاذ صدیقی۔  
 ملک عابد شاہ۔ ملک عابدہ۔ ملک کاشفہ۔ ملک کاشفہ۔ ملک محمد حنیفہ۔  
 ششی نور۔ ششی یونس۔ ششی پورہ۔ منیر احمد۔ میر سکندر۔ میر محمد حسین۔  
 میاں احمد بخش۔ میاں اطہر۔ میاں ساجد حسام۔ میاں محمد نواز۔ نازش  
 جمیل۔ چرش علی۔ ناصر علی۔ ناصر جمال۔ نجمہ وحیدہ۔ ندریم قادری۔  
 زہرت حسین۔ زہرت ریاض۔ نسرین جمیل۔ نسرین حیدر۔ نرہ خان۔  
 نرہ گل۔ نوازش علی۔ نومی احمد۔ وہاب ریاض۔ وہاب شکیل۔ ذاکر  
 نظام علی۔ ذاکر محمد ارشاد۔ یاسین۔ یونس۔

**انک:** - آصف۔ آفتاب احمد۔ آفتاب جمال۔ آفتاب حسین۔  
 آفتاب احسان الدین۔ امر شاہ۔ ارشد عمران۔ ارم خوشنود۔ اریبہ  
 نوبہ۔ انطال۔ انجم بلال۔ انور مقصود۔ اویس مریم۔ ایمن شاہد۔ بشر  
 احمد۔ بیگم عبدالرزاق۔ پروین اختر۔ خیر احمد۔ خیر نذر۔ جویریہ  
 شاہین۔ حاتی خوشنود احمد۔ حاتی عبد ارزاق۔ حاتی  
 عبدالسرت۔ احمد نواز۔ مہد احمد۔ میرا یاسین۔ ربیعہ خوشنود۔ ران  
 بیگم۔ روینہ نصیر۔ زہدہ یاسین۔ زاہدہ سیم۔ سجاد۔ سعید احمد۔ سعید  
 خان۔ سعیدہ بی بی۔ سمیل خوشنود۔ شازیہ۔ شاہد محمود۔ شاہدہ یاسین۔  
 شہیمہ سہبہ گلگلی احمد۔ شمع بی بی۔ شہناز۔ شیراز جمال۔ صائمہ شیراز۔  
 صادق۔ صنور بی بی۔ خدیجہ سعید۔ خدیجہ محمود۔ طیبہ۔ جاوید علی شاہد۔  
 عابدہ صادق۔ عہاد الدین۔ عباس علی فاروقی۔ عبدالرشید۔ عبد الوحید۔  
 عذرہ بی بی۔ عذرہ مقصود۔ عظمت سلطانہ۔ عظیمہ صدیقی۔ عزیزہ اسلم۔  
 فیصل سلطانہ۔ فیصل خوشنود۔ کاشفہ عظیمہ۔ کلزار عظیمہ۔ اللہ بخشہ۔

ذکر الیوم



ایکسویں

# روحانی ورکشاپ

اللہ کے راستے

کس طرح سوچتے ہیں...؟؟

سلسلہ عظیمیہ کے امام حضرت محمد عظیم بریلوی، قنڈر بابا اولیاء کے ہینتیسویں یوم وصال کے موقع پر قنڈر شعور فاؤنڈیشن کے زیر اہتمام روحانی ورکشاپ بعنوان "اللہ کے دوست کس طرح سوچتے ہیں" 26 جنوری 2015ء کو کئی مراقبہ ہال، کراچی میں منعقد ہوئی۔ جس میں شریک وواتین و حضرات نے تہ دل خیال کیا۔ اس موقع پر سلسلہ عظیمیہ کے سربراہ حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب نے ورکشاپ کا وزٹ کیا، مختلف گروہوں میں جا کر نہ صرف کوٹہ اور شکر کا، ورکشاپ کے ذمہ داری اور ذوق و شوق کیساتھ نکات پر غور و فکر اور باسٹیشن کو سنا لیا۔



اس بین الاقوامی روحانی تربیتی ورکشاپ سے مہمان اعزازی وفاقی اردو یونیورسٹی کے وائس چانسلر ڈاکٹر حفصہ اقبال نے خطاب کرتے ہوئے کہا کہ "آکر کسی معاشرہ میں احترام انسانیت نہ رہے تو وہاں بربریت، دہشت گردی اور وحشت پروان چڑھتی ہے۔ انہوں نے کہا کہ تصوف کی تعلیمات احترام انسانیت کا

درس دیتی ہیں۔ اولیاء اللہ انسان کو درپیش بنیادی سوالات کے جوابات پر امن و امان سے ملنے میں مدد دیتے ہیں۔ انہوں نے کہا کہ جہاں تصوف قرآنی تعلیمات کے مطابق ہو وہاں توازن ہمیشہ برقرار رہے گا۔ صوفیانہ تعلیمات کو بھی جامعات کے دائروں میں لایا جانا چاہیے۔ انہوں نے سلسلہ عظیمیہ کے تعلیمی نظام کو اردو یونیورسٹی سے ملحق کرنے کا اعلان کیا۔ صدر قنڈر شعور فاؤنڈیشن، ورکشاپ سے آرگنائزر، ڈاکٹر و قاریوسف عظیمی نے اپنے خطاب میں کہا کہ "تصوف کی تعلیمات انسان کو زندگی کے مقصد اور دینی احکامات کی نعمتوں سے آگاہ کرتی ہیں۔ انہوں نے کہا کہ سلسلہ عظیمیہ کی تعلیمات کا منبع قرآن و سنت اور اولیاء اللہ کی تعلیمات ہیں۔ سلسلہ عظیمیہ کے سربراہ خواجہ شمس الدین عظیمی کا پیغام یہ ہے کہ آدم کی اولاد آپس میں اتحاق اور احترام سے ساتھ رہے۔"





ورکشاپ آئینہ تک سبھی کے ارادتیں کا، امانہ و تقویٰ سب سبھی کے ساتھ کرپ فوٹو، (دائیں سے بائیں) محمد علی شاہ، آپا منظور انیس، ڈاکٹر ریحانہ صادق، ڈاکٹر و قاریج سب سبھی، ڈاکٹر راشد متین، ڈاکٹر شمیمہ عامر، محترمہ آسیہ، حماد ملک، محمد شاہد، ڈاکٹر محمد طارق، پروفیسر شاہد درانی کے علاوہ آن لائن سبھی کے محمد عارف، محمد آصف، شیخ محمد اور محترمہ گل نسرتین



سائیکہ خان، ونی آتی، مہوش حارث اور ایلیا سائیکہ وہ اسے ورکشاپ کی کاروائی کو پتہ تیب اردو، عربی، انگریزی اور روسی زبان میں بیان کیا۔ آئی، نئی اور اشید نے عزت کا کام پایا، جو یہ سلیم نجفی نے نعت رسول مقبول ﷺ پیش کی، ورکشاپ آئینہ تک سبھی کے رکن محمد ذیشان شہنا، کو خوش آمد یہ کیا اور، ورکشاپ کا مقصد، طریقہ کار بیان کیا۔



ورکشاپ کے شرکاء

Copied From Web

اقدس میں ہدیہ صلوات والسلام پیش کیا گیا اور ملک میں امن و امان کی صورتحال میں بہتری کے لیے، ملک کی سلامتی و خوشحالی کے لیے دعائیں مانگی گئیں۔

اس تقریب میں پاکستان کے مختلف شہروں کے علاوہ امریکہ، کینیڈا، برطانیہ، ہالینڈ، روس، آسٹریلیا، انڈونیشیا، متحدہ عرب امارات اور بحرین سے مختلف شعبہ ہائے زندگی سے تعلق رکھنے والے ہزاروں افراد نے شرکت کی۔ تقریب کی نظامت کے فرائض اختتام الحقیقی نے سرانجام دیے۔

سلسلہ عظیمیہ کے کارکنان نے زائرین کو سہولتوں کی فراہمی کے لیے بہت اچھے انتظامات کئے تھے۔ باہر سے آنے والے زائرین نے ان انتظامات کو سراہا اور عظیمیہ کارکنان کی بہت تعریف کی۔

ورکشاپ اور عرس کے انتظامات کے لیے ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی گزشتہ تین سال سے مختلف کمیٹیاں قائم کرتے ہیں۔ یہ کمیٹیاں کوارڈینیٹس کمیٹی اور ورکشاپ کمیٹیاں کہلاتی ہیں۔ ان کمیٹیوں کے ارکان انتہائی عقیدت اور احترام سے قلندر بابا اولیاء کے عرس کے زائرین کی مہمان نوازی اور دیگر خدمات سرانجام دیتے ہیں۔

رپورٹ: آصف کامران تصاویر: رحمن اللہ

عام طور پر چھ سات سال کے بچوں کی عمریں یاد رہتی ہیں، ابھی آپ آنکھیں بن کر کے کوئی بھی آٹھ دس سال کی عمر کی بات سوچے، آپ کو اس عمر کی کوئی بات یاد آتی ہے۔ آپ نے شخص دو منٹ کے لیے غور کیا اور زندگی کا ریکارڈ آپ کے سامنے آگیا، اور زیادہ دیر کرتے تو اور بھی یاد آجاتا۔ اب وہ جو آپ نے اللہ کو کہا تھا کہ قالوا بلیٰ جی ہاں آپ ہمارے رب ہیں۔ وہ کیوں نہیں دیکھ سکتے؟....

اس کا مطلب یہ ہوا کہ ہر انسان اگر چاہے تو وہ چیزیں جو ازل میں دیکھ چکا ہے۔ جو اللہ کی ربوبیت کا اقرار کر کے سجدہ کر چکا ہے، اگر وہ اس پر کنسنٹریشن کر لے، تو وہ اس عالم کو بالکل اسی طرح دیکھ لیتا ہے جس طرح وہ اپنا بچپن دیکھ لیتا ہے....

قبل ازیں قاری صاحبزادہ محمود حسین نے قرآنی آیات کی تلاوت کی۔ نعت رسول مقبول ﷺ معروف نعت خواں سید اسد ایوب نے پیش کی۔ انیس مجازی نے حضرت قلندر بابا اولیاء کی شان میں منقبت پڑھی۔ سلسلہ عظیمیہ کے ان دوستوں کے لیے جو گزشتہ سال اس دنیا سے رخصت ہو گئے، دعائے مغفرت کی گئی۔ محفل کے اختتام پر نبی آخر حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کی خدمت

آج کے کالم میں اہل صفت کے لیے رپورٹس ارسال کرنے والے خواہین و حضرات سے درخواست ہے کہ قریب کے انعقاد کے فوراً بعد رپورٹ ارسال کر دیا کریں، نیز روحانی ڈانچٹ میں شائع شدہ رپورٹس کا مطالعہ کریں اور اسی انداز کو مد نظر رکھ کر غور و فکر میں ایک سطر مہموذ کر مسلمہ کے ایک باب لکھ کر ارسال کریں۔ مقررین کی تصاویر کی پشت پر بال پوائنٹ سے ان کے نام ضرور تحریر کریں۔ رپورٹس کی اشاعت ان کی اہمیت اور نوعیت کی بنیاد پر کی جاتی ہے۔ دیر سے موصول ہونے والی، بے ترتیب اور غیر واضح رپورٹس شائع نہیں کی جاسکتی گی۔ (ادارہ)



روحانی ورکشاپ کے پوزیشن ہولڈرز کا ڈاکٹر و قاریوسف عظیمی کے ساتھ ٹرولر فونو

ورکشاپ آیزرووز کمیٹی کے  
 کے مرتب کردہ نتائج کے مطابق  
 اجتماعی کارکردگی پر راولپنڈی کے  
 ڈاکٹر ساجد غوث اول، حیدر آباد کی  
 کبیر قاسم اور لاہور کے ارشاد علی  
 خان دوم، جبکہ کراچی کی منورہ اظہر  
 اور لندن کے صفدر علی کو سوم قرار  
 دیا گیا۔ پوزیشن حاصل کرنے والے  
 گروپس کو کتابوں کے تحائف پیش  
 کیے گئے۔ ورکشاپ میں شامل غیر  
 ملکی مندوبین کے گروپس میں سے  
 اول پوزیشن صدف جیلانی (کینیڈا)  
 نے حاصل کی۔ ورکشاپ میں  
 16 سال سے کم عمر بچوں کے چار  
 خصوصی گروپ بھی شامل تھے۔ اس  
 گروپ کے لیے خصوصی لٹریچر اور  
 ایکٹیوٹیاز تیار کی گئیں۔ بچوں کے  
 گروپس میں سے اول پوزیشن حاصل  
 کرنے والے گروپ کی ٹو آرڈینیٹر  
 اقراء شیر محمد (کراچی) تھیں۔  
 ورکشاپ کے اختتام پر شرکائے  
 ورکشاپ کو قندر شعور فاؤنڈیشن کی  
 جانب سے فاؤنڈیشن کے سرپرست  
 جناب خواجہ شمس الدین عظیمی،  
 فاؤنڈیشن کے صدر ڈاکٹر و قاریوسف  
 عظیمی اور جنرل سیکریٹری ڈاکٹر جلاویہ  
 سیح کے دستخطوں سے جاری کردہ  
 یادگاری سند دی گئی۔

www.paksociety.com

صوفی بزرگ خواجہ شمس الدین عظیمی کی زیر ادارت

ماہنامہ

قلندر شعور

روحانی علوم، فلسفہ اور اسلامی علوم کے لیے اساتذہ دانشوروں اور خواجہ سائنس کے لیے ہماری ایک اور علمی پیشکش

ایڈیٹر: حکیم سلام عارف عظیمی

ماہنامہ قلندر شعور میں آپ کے خواب، ان کی تعبیر، تجزیہ اور مشورہ، سائنسی، علمی، ادبی، سماجی، آسمانی علوم اور Ph.D کے مقالہ جات شائع ہو رہے ہیں۔

تازہ شمارہ منگوانے کے لیے بذریعہ فون یا خط رابطہ کریں۔

فون نمبر: 021-36912020

پتہ: B-54 سیکٹر C-4 سر جانی ٹاؤن، کراچی

Copied From Web



# رُومانیے ٹاکے

کڑواؤ لیوسٹ سٹیٹی

آتے ہیں اس وجہ سے وہ گھر کے کئی معاملات سے واقف نہیں ہیں۔ دوسرے لوگوں کے کام اور سفارش بھی بہت شوق سے کرتے ہیں۔ کئی لوگوں کے مقدمے مفت لڑتے ہیں لیکن اپنے گھر والوں کے لیے ان کے پاس وقت نہیں ہے۔ شہر میں بڑے بیٹے پر ان کے تعلقات بھی ہیں۔ والدہ صاحبہ کہتی ہیں کہ کسی سے بات کر کے بیٹے کو سیٹ کروادیں تو کہتے ہیں کہ کسی نے میری بات نہ سنی تو میری عزت خراب ہوگی۔

دوسرے بڑے بھائی نے انٹر کیا تو والدہ نے والد سے کہا کہ اسے کمپیوٹر کا اچھا والا کورس کروادیں لیکن والدہ صاحبہ نے یہ کہہ کر انکار کر دیا کہ وہ یہ انورڈ نہیں کر سکتے۔

میں نے انٹر کر لیا اور آگے پڑھنا چاہا تو مجھے گھر بٹھالیا کہ لڑکیوں کو زیادہ پڑھنے کی کیا ضرورت ہے۔ چھوٹے بھائی کا پڑھائی میں دل نہیں لگتا۔ بڑی مشکل سے پاس ہوتا ہے۔ اسے کرکٹ کھیلنے کا بہت شوق

## اولاد کی والد سے شکایتیں

☆ ☆ ☆  
سوال: محترم و قار عظیمی صاحبہ!...! میں آج بہت مجبور ہو کر آپ کو خط لکھ رہی ہوں۔

میں تین بھائیوں کی اکلوتی بہن ہوں۔ دو بھائی مجھ سے بڑے ہیں اور ایک بھائی مجھ سے چھوٹا ہے۔

بڑے بھائی نے پانچ سال پہلے انٹر کے بعد پڑھائی کو خیر آباد کہہ دیا اور کاروبار کرنے کی خواہش ظاہر کی لیکن والد صاحبہ نے کہا کہ تمہیں کام کا کوئی تجربہ نہیں ہے اس لیے تمہیں پیسے نہیں دیئے جاسکتے۔

والد صاحبہ کی بے توجہی کے سبب اب بڑے بھائی زیادہ تر وقت گھر سے باہر رہنے لگے ہیں۔ راتوں کو ٹی وی پر فلمیں دیکھنا معمول بن گیا۔ گھر کا کوئی کام نہیں کرتے۔ سارا دن سوتے رہتے ہیں اور فینڈ پوری کر کے باہر چلے جاتے ہیں۔

ہمارے والد صاحبہ وکیل ہیں۔ ان کی محلے میں بہت عزت ہے۔ وہ صبح نکلتے ہیں اور رات کو گھر

اپنی والدہ کو سمجھائیے کہ وہ آپ کے والد کے سامنے اپنے پوائنٹ اسکورنگ کاروبار ترک کر دیں۔  
آپ اپنے والد کا احترام کیجئے۔ ہفتے میں ایک دو دن ان کے ساتھ بیٹھ کر ان کی دلچسپی کی باتیں کیجئے۔ ان کی پسند کے کھانے بنوائیے اور ان کے لیے کوئی تحفہ بھی بازار سے خرید کر لائیے۔

### لڑکوں میں کشش

☆☆☆

سوال: میں سات بہنوں کا اکلوتا بھائی ہوں اور سب سے چھوٹا ہوں۔ اب میری عمر تیس سال ہو گئی ہے۔ میں بچپن سے ہی اپنی بہنوں کے ساتھ رہا۔ ان کے ساتھ کھیلتا تھا۔ اکثر بہنوں کے کپڑے پہن لیتا تھا اور باتیں بھی ان ہی کی طرح کرتا تھا۔  
جب تھوڑا بڑا ہوا تو مجھے سمجھایا گیا کہ تم لڑکے ہو۔ لڑکوں کی طرح نہ بیو کرنا سیکھو۔ مجھے بچپن سے ہی لڑکیوں کی طرح چلنے، بولنے کی ایسی عادت پڑ گئی ہے کہ باوجود بہت کوشش کے میرے ذہن سے لڑکیوں والی عادت ختم نہیں ہوئی۔

اسکول، کالج میں بھی ان عادتوں کی وجہ سے دوستوں نے میرے مختلف نام رکھے ہوئے تھے۔ جب سے بالغ ہوا ہوں تو خوبصورت لڑکے مجھے بہت اچھے لگتے تھے ہیں۔ لڑکیوں میں مجھے کشش محسوس نہیں ہوتی۔  
سب بہنوں کی شادیاں کرنے کے بعد اب والدہ کو میری شادی کی فکر لگی ہوئی ہے۔ میں انہیں کیسے بتاؤں کہ مجھے لڑکیوں میں کوئی دلچسپی محسوس نہیں ہوتی۔  
میں اپنی کیفیات کسی دوست سے شیئر کروں تو میری بات مذاق کی نظر ہو جاتی ہے۔

جواب: آپ کو نفسیاتی مدد اور تحلیل نفسی کے

ہے۔ والدہ کہتی ہیں کہ اسے کسی اچھے کرکٹ کلب میں شامل کرادیں لیکن ہمارے والد اس بات پر دھیان نہیں دیتے۔

ڈاکٹر وکاس صاحب! میرے والد دل کے برسے نہیں ہیں لیکن ان کی لاپرواہیوں نے ہم لوگوں کو برباد کر دیا ہے۔ دونوں بڑے بھائی بے روزگار ہیں۔ والدہ ہر وقت بیمار رہنے لگی ہیں۔ میں اپنے بھائیوں کو اعلیٰ مقام پر دیکھنا چاہتی ہوں لیکن ان حالات میں تو ان کا کوئی مستقبل نظر نہیں آتا۔

والد صاحب کو دوستوں اور Clients کا بہت خیال ہے لیکن گھروالوں کا کوئی خیال نہیں۔

جواب: آپ کے گھریلو اپتاری کی واحد وجہ آپ کے والد کی دفتری مصروفیات نہیں ہیں بلکہ ان کے ساتھ آپ لوگوں کا شکایتی رویہ بھی ہے۔ دراصل آپ نے یہ طے کر لیا ہے کہ آپ کے والد آپ لوگوں کے حقوق ادا نہیں کر رہے۔ آپ کی والدہ بھی آپ بہن بھائیوں کے اس خیال کو تقویت پہنچاتی ہوں گی۔

آپ کو اس بات کا تو بہت دکھ ہے کہ والد صاحب نے آپ کے بھائی کو کاروبار کے لیے رقم نہیں دی یا دوسرے بھائی کے لیے سفارش نہیں کی۔ آپ خود ہی بتائیے کہ بڑوں نے لڑکوں کو لڑکے کو تربیت اور عمرانی کے بغیر ایک بڑی رقم تمہارا دینا کہاں کی عقلمندی ہوتی۔ اگر آپ کے بھائی میں صلاحیتیں ہوتیں تو وہ کسی جگہ کام کر کے اپنا مقام خود منوانے کی کوشش کرتا لیکن اس نے تو گھر کے عام سے کام کاج میں بھی لہنا حصہ نہ ڈالا۔ یہی حال آپ کے دوسرے اور تیسرے بھائی کا بھی محسوس ہوتا ہے۔

آپ اپنی والدہ کے ساتھ مل کر گھر میں ادب اور احترام کی فضا قائم کرنے کی کوشش کیجئے۔

دیکھنا کہ کتنا اچھا ہے

## عظیمی ریکی سینٹر..... تاثرات

(محمد ناصر.... کراچی)

دوسال قبل فالج کا ایک ہوا جس کی وجہ سے جسم کی رائٹ سائیڈ مکمل طور پر مفلوج ہو گئی۔ اچانک اس مشکل صورتحال نے مجھے شدید ڈپریشن میں مبتلا کر دیا۔ میرے بچے میری تیمارداری کر رہے تھے۔ اچھے سے اچھا علاج ہو رہا تھا اور فالج کا اثر تو بہت حد تک کم ہو گیا مگر میری جسمانی حالت کے ساتھ ذہنی صحت بھی متاثر ہونے لگی تھی۔ حافظہ کمزور ہو گیا تھا۔ اعتماد اور قوت ارادی ختم ہو گئی تھی۔ ڈاکٹر اور فزیو تھراپسٹ اس بات پر زور دے رہے تھے کہ مکمل صحت مند ہونے کے لیے آپ کو قوت ارادی سے کام لینا ہوگا۔ کسی جاننے والے نے عظیمی ریکی سینٹر سے رابطہ کرنے کو کہا۔ یہاں مجھے ریکی کے چند سیشن سے ہی کافی افادہ محسوس ہوا۔ پھر میں نے مستقل مزاجی سے ریکی کے کئی سیشن لیے۔ آج میں اپنے پیروں پر کھڑا ہوں، میرے حافظے میں بہتری آئی ہے اور اعتماد میں اضافہ ہوا ہے۔

مطب میں آکر ہالفاؤ ملاقات کر لیں۔

جوائنٹ فیملی سسٹم

☆ ☆ ☆

سوال: میری شادی کو سترہ سال ہو گئے ہیں۔ میرے چار بچے ہیں۔ ہم جوائنٹ فیملی سسٹم میں رہتے ہیں۔ محترم ڈاکٹر صاحب.. آپ کی تحریروں سے اندازہ ہوتا ہے کہ آپ جوائنٹ فیملی سسٹم کو بہت اچھا سمجھتے ہیں۔ آپ دانش ور ہیں، بہت تجربہ کار ہیں اس لیے آپ کی بات سے اختلاف کرنا مناسب نہیں مگر میں اپنے ذاتی تجربے کی بنیاد پر کہوں گی کہ جوائنٹ فیملی سسٹم میں اچھائیاں کم اور خامیاں زیادہ ہیں۔

اس سسٹم کی سب سے بڑی خامی یہ ہے کہ یہ فیملی میں نئی شائش ہونے والی عورت کو بہت زیادہ دبا کر رکھتا ہے۔ جوائنٹ فیملی سسٹم میں آنے والی بہو کو نہ صرف سانس اور سسر بند کر کے رکھتے ہیں، نند اور کہیں تو دیور کا بھی پابند ہو کر رہنا پڑتا ہے۔

میرے شوہر اپنے چھ بہن بھائیوں میں چوتھے نمبر پر ہیں۔ یہ اپنے والد کا بہت زیادہ ادب کرتے ہیں اور یہ

ذریعے اپنی سوچ میں بنیادی تبدیلیوں کی ضرورت ہے۔ جب تک آپ کی خواہشات فطری انداز اختیار نہیں کر لیتیں اس وقت تک آپ کو شادی نہیں کرنا چاہیے۔ موجود صورتحال میں آپ کا شادی کرنا آپ کے ساتھ اور ایک لڑکی کے ساتھ شدید زیادتی ہوگی۔ بطور روحانی علاج رات سونے سے پہلے اکتالیس

مرتبہ سورہ نساء آیت 34 کا ابتدائی حصہ

الزَّجَّالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے اوپر دم کر دیں اور دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس یا نوے روز تک جاری رکھیں۔

رات اچھے قسم کے پانچ چھوہارے ایک تپ دودھ میں رکھ دیں۔ صبح دودھ چھوہاروں کے ساتھ گرم کر کے اور چھوہارے کھا کر دودھ پی لیں۔ یہ عمل آئیس روز تک جاری رکھیں۔

چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے اسم الہی یا قوی کا ورد کریں۔

آپ کراچی میں مقیم ہیں۔ اگر چاہیں تو کسی روز

205

مارچ 2015ء

میں بھرپور چپکی نہ لینا، بزنس کے حوالے سے عدم فعالیت، والد صاحب پر مالی لحاظ سے بہت زیادہ انحصار جیسی وجوہات بھی اہم ہیں۔

اس مسئلے کی وجوہات میں آپ کے سر صاحب میں حد درجہ بڑھی ہوئی اتانیت، تکبر اور خوشامد پسندی کے جذبات بھی شامل ہیں۔

بڑھاپا اپنے ساتھ کئی عارضے اور کئی نفسیاتی مسائل بھی لے کر آتا ہے۔ بعض بوزھے لوگوں میں خاص طور پر بوزھے مردوں میں دو چیزوں کی چپک بہت زیادہ بڑھ جاتی ہے۔ ایک خرید لمبی عمر کی تمنا، دوسرے دولت کی ہوس....

دولت کی ہوس آدمی کو لوگوں کے ساتھ زیادتی پر بھی ابھارتی ہے۔ لالچی آدمی کی ایک خاصیت یہ ہے کہ وہ تکمیل بھی ہوتا ہے۔ دولت کی ہوس میں آدمی ان لوگوں کو پسند کرتا ہے جو اس کے لیے پیسے کی فراہمی کا ذریعہ بنے رہیں اور ان لوگوں کو ناپسند کرتا ہے جو اس سے پیسوں کے طالب ہوتے ہیں۔ دوسری طرف خوشامد پرستی کے جذبے کی تکمیل کے لیے وہ اپنے خوشامدی لوگوں پر پیسے لٹاتا بھی ہے۔ اس طرح خوشامد پرستی اور دولت کی ہوس آدمی کو ایک عجیب متضاد کیفیات میں مبتلا کر دیتی ہیں۔

آپ کے سر پر اللہ رحم فرمائے۔ عمر کے اس حصے میں انہیں دنیا کی چپک اور دولت کی ہوس کے بجائے آخرت کی فکر نصیب ہو جائے۔ ایک مرتبہ آخرت کی فکر نے ان کی دل میں جڑ پکڑی تو وہ کئی نفسیاتی عارضوں سے محفوظ ہو جائیں گے پھر وہ انصاف کی بات کریں اور خود پر ظلم کرنے سے بھی باز رہیں گے۔

بطور روحانی علاج رات سونے سے پہلے آکٹالیس مرتبہ سورہ بقرہ کی آیت 256

بہت اچھی بات ہے۔ سب اولاد کو اپنے والدین کا ادب کرنا چاہیے۔

میرے شوہر اپنے بڑے بھائیوں اور بڑی بہن کا بھی بہت زیادہ ادب کرتے ہیں۔ بڑے بہن بھائیوں کا احترام کرنا بھی یقیناً اچھی بات ہے لیکن دونوں بڑے بھائی بھی انہیں بہت زیادہ دبا کر رکھتے ہیں۔

جو انٹ فیملی کے ساتھ ساتھ کلوربڈ بھی مشترک ہے۔ کلوربڈ میرے سر کا ہے انہوں نے اپنے سب بیٹوں کو اپنے ساتھ کام پر لگایا ہے۔ میرے دونوں بیٹے اپنے والد کے ساتھ کام کرتے ہوئے اپنے اپنے انفرادی کلوربڈ بھی جمانا چکے ہیں۔ ان کے والد نے انہیں تو کچھ نہیں کہا۔ میرے شوہر اپنے لیے کچھ سوچیں تو ان کے والد سخت ناراض ہو جتے ہیں اور انہیں صحیحہ کسی کام کی بالکل بھی اجازت نہیں دیتے۔ کہتے ہیں کہ تجھ میں صلاحیت نہیں ہے۔

تین سال پہلے میرے ایک دیور کی شادی ہوئی۔ اس کے بعد سے میرے سر کا رویہ ہمارے ساتھ بہت زیادہ غصہ والا ہو گیا۔ وہ بات بات پر میرے شوہر پر احسان جتانے رہتے ہیں، کہتے ہیں کہ میں نے تمہارے اوپر بہت پیسہ خرچ کیا ہے، تم میاں ہوئی بہت فضول خرچ ہو، اب میں تمہیں کچھ نہیں دیا کروں گا، تم اپنے بچوں کے اسکول تبدیل کرواؤ۔

ہم ان سے کچھ عرض کرنے کی کوشش کریں تو غصے میں بے قابو ہو جاتے ہیں اور کہتے ہیں کہ تم میرے ساتھ ٹھیک طرح نہ چلے تو میں تم لوگوں کو مڑا چکھا دوں گا۔ تم کہیں کے نہ رہو گے۔

جواب: آپ کو درپیش مسئلے کے کئی پہلو ہیں۔ یہ مسئلہ صرف جو انٹ فیملی سسٹم کی وجہ سے نہیں ہوا ہے، اس مسئلہ میں آپ کے شوہر کی جانب سے کام

دردِ دل و غم



لَا إِكْرَاهَ فِي الدِّينِ قَدْ تَبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ  
الْغَيِّ فَمَنْ يَكْفُرْ بِالطَّاغُوتِ وَيُؤْمِنْ بِاللَّهِ  
فَقَدْ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقَى لَا انْهْصَامَ  
لَهَا وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ۝

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر والد کا  
تصور کر کے دم کر دیں اور ان کی طرز فکر و عمل میں  
مثبت تبدیلی کی دعا کریں۔ یہ عمل آرم از م چالیس روز  
تک جاری رکھیں۔

پڑوسی تنگ کرتے ہیں

☆☆☆

سوال: دس سال پہلے میرے شوہر نے ایک  
فلٹ خریدی تھی۔ اس وقت اس بلڈنگ میں چند فلٹ آباد  
تھے۔ ہم اپنی تین بیٹیوں کے ساتھ وہاں شفٹ  
ہو گئے۔ پانچ سال میں تمام فلٹ آباد ہو گئے۔  
دو سال پہلے میرے شوہر کا انتقال ہو گیا اور میں  
بیٹیوں کے ساتھ اکیلی رہ گئی۔

اس بلڈنگ کے پڑوسی اچھے تھے۔ ہمارا بہت خیال  
رکھتے تھے۔ پچھلے سال وہ کسی دوسری جگہ شفٹ ہو گئے۔  
اب جو نئے پڑوسی آئے ہیں وہ بہت ہی جھڑلو لوگ ہیں  
اور آئے دن ہمیں بہت زیادہ تنگ کرتے ہیں۔ اکثر اپنے  
گھر کا کچرا ہمارے دروازے کے پاس پھینک دیتے ہیں  
دو تین بار سمجھایا بھی ہے لیکن تنگ کرنے سے باز نہیں  
آتے۔ رات کو تیل بھاگ بھاگ جاتے ہیں، کبھی  
دروازے پر لگا بلب توڑ دیتے ہیں۔ میں نے یونین  
دالوں سے شکایت کی تو ایک دو دن تو خاموشی رہی لیکن  
پھر شرارتیں شروع ہو گئیں۔

ان کے گھر سے اکثر لائی جھڑوں کی آوازیں آتی  
ہیں۔ مرد آپس میں بات بے بات لڑنے مرنے پر تیار

مارچ 2015ء

رہتے ہیں۔ میرا بیٹیوں کا ساتھ ہے۔ میں ڈرتی ہوں۔  
آپ کوئی وظیفہ بتائیں کہ یہ ہمیں تنگ کرنا چھوڑ دیں۔  
جواب: قرآن کریم میں پڑوسیوں سے حسن  
سلوک کی تاکید پر جتنی کئی آیات موجود ہیں۔ اچھے  
انسانوں کے لیے اپنے پڑوسی کا خیال، عزت و احترام  
بہت ضروری ہے۔ پڑوسیوں کا خیال رکھنا اللہ اور اللہ  
سے رسول ﷺ کی خوشنودی کا ذریعہ بھی ہے۔

ایک مرتبہ رسول کریم ﷺ نے فرمایا "وہ  
مفلس مومن نہیں جس کی ایذا رسانی سے اس کا پڑوسی  
محفوظ نہیں۔" (مسلم)

مومن بندہ کسی کے لئے بھی ایذا رسانی کا سبب  
نہیں بننا بلکہ وہ لوگوں کے لئے خیر کا ذریعہ بننا ہے یقیناً یہ  
بندہ مومن کی شان نہیں کہ اس کی ذات سے کسی کو  
تکلیف پہنچے۔

اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ آپ کے پڑوسیوں کو  
ہدایت عطا ہو۔

آپ بطور وظیفہ رات سونے سے پہلے سو مرتبہ  
سورہ الصاف (61) کی آیت نمبر 13

نَضْرُوقِنَ اللّٰهُ وَفَتَحْ قَرِيْبٌ ۝

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر بڑے  
پڑوسیوں کے شر سے محفوظ رہنے اور حالات کی بہتری  
کی دعا کریں۔

یہ عمل آرم از م ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے اللہ تعالیٰ کے  
اسما یا موصوفین یا عَزِيْزِ كَاوَرِد كِيَا كَرِيْن۔

شرارتی بیسنا

☆☆☆

سوال: میرے بیٹے کی عمر آٹھ سال ہے۔ یہ

207

نار چر کیا کہ اب میری زندگی میں خوشی نام کی کوئی چیز نہ رہی۔ شادی سے پہلے محبت کے دعوے چھوٹے نکلے۔ انہیں صرف میری سلری سے محبت تھی۔ شادی کے بعد انہوں نے ملازمت چھوڑ دی کہ یہ ملازمت میرے میعاد کی نہیں ہے لیکن اس کے بعد سے آج تک انہوں نے کوئی ملازمت نہیں کی۔

بر ماہ میری سلری نے لیتے ہیں۔ رات بھر کیبل پر انگلش فلمیں دیکھتے ہیں اور سارا دن سونے میں گزار دیتے ہیں۔ اس عرصے میں ہمارے ہاں کوئی اولاد بھی نہیں ہوئی۔

میں اس آس میں رہی کہ انہیں ایک نہ دن میری قدر ہو جائے گی کہ میں نے ان کے لیے کتنا ایثار کیا ہے لیکن میری امیدوں پر اس وقت پانی پھر گیا جب مجھے یہ معلوم ہوا کہ اب وہ کسی اور عورت کے چکر میں ہیں اور اس سے شادی کرنا چاہتے ہیں۔ یہ عورت بدو ہے اور اپنے شوہر کا کاروبار دیکھ رہی ہے۔ اس کے دو چھوٹے بچے ہیں۔ اس کے پاس جائیداد بھی کافی ہے۔

میں اس عورت کے دفتر گئی اور اپنا دکھرا ستایا تو وہ کہنے لگی کہ میں نے تو شادی کا ارادہ کر لیا ہے۔ دوسری شادی کرنا کوئی جرم تو نہیں ہے۔ ہاں تمہارے شوہر کو تمہارے حقوق ضرور ادا کرنا چاہیے لیکن میں اس سلسلے میں تمہاری کوئی مدد نہیں کر سکتی۔

اس وقت سے میری نیند تیز اڑ چکی ہے۔ ڈپریشن و پریشانی اتنی بڑھ گئی ہے کہ گم سم رہنے لگی ہوں۔ کچھ سمجھ نہیں آتا کہ میں کیا کروں۔

جواب: رات سونے سے پہلے آتالیس مرتبہ

سورہ اجزاب (33) کی آیت 43

هُوَ الَّذِي يُصَلِّيْ عَلَيْكُمْ وَمَلَائِكَتُهُ

مُرْسَلَاتٌ مُّسَلِّمَاتٌ

بچپن سے ہی شرارتی ہے۔ اس کی طبیعت میں بہت زیادہ بے چینی ہے۔ گھر میں تو ایک منٹ بھی آرام سے نہیں بیٹھتا۔ اکثر اسکول سے شکایتیں آتی رہتی ہے کہ آپ کا بیٹا اپنی سیٹ پر تک کر نہیں بیٹھتا اور کلاس فیلو کو بھی ٹھک کرتا ہے۔ کسی کی پٹنل چھین لیتا ہے تو کسی کی کاپی چھپا دیتا ہے۔

رشتہ داروں کے یہاں جاؤ تو ان کے بچوں کو مارتا ہے۔ ان سے چیزیں چھین لیتا ہے۔ جس وجہ سے کئی ایک رشتے داروں نے صاف کہہ دیا کہ تم اپنے بیٹے کو ہمارے گھر نہ لایا کرو۔

اب اسکول والوں نے بھی نوٹس بھیج دیا ہے کہ آپ کا بچہ بہت ٹھک کرنے لگا ہے اگر یہ ان حرکتوں سے باز نہ آیا تو اس کا نام اسکول سے خارج کر دیا جائے گا۔

جواب: رات جب پینا گبری نیند میں ہو تو اس کے سر ہانے اتنی آواز سے کہ آنکھ نہ کھلے اکیس مرتبہ سورہ النساء (4) کی آیت 113 میں سے

وَأَنْزَلَ اللَّهُ عَلَيْكَ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ

وَعَلَّمَكَ مَا لَمْ تَكُن تَعْلَمُ

وَكَانَ فَضْلُ اللَّهِ عَلَيْكَ عَظِيمًا

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر بچے پر دم کر دیں۔ یہ عمل کم از کم ایک ماہ جاری رکھیں۔

لالچی شوہر... بے وفا ساتھی

☆ ☆ ☆ ☆ ☆

سوال: پانچ سال پہلے میری شادی ان کی پسند اور شدید خواہش پر ہوئی تھی۔ شادی کے لیے انہوں نے ہمارے گھر کے بہت چکر لگائے اور بلاخر میرے گھر والوں نے میری شادی ان کے ساتھ کر دی۔

شادی کے چند ماہ بعد انہوں نے ذہنی طور پر مجھے اتنا

کرے تک محدود کر دیا۔ اندھیرے میں رہنا ان کے لیے محال ہے۔ کرے کی لائٹ آن رکھتی ہے لیکن ڈر و خوف کے باعث سوتی نہیں ہیں۔

دوسال میں مختلف ڈاکٹروں کو دکھایا لیکن کوئی خاص افاقہ نہیں ہوا۔

ڈاکٹر وقار عظیمی صاحب! میری اہلیہ کے لیے کوئی وظیفہ بتائیں کہ اس کا خوف ڈر ختم ہو جائے۔

جواب: اپنی بیگم سے کہیں کہ صبح اور شام کے وقت اکیس اکیس مرتبہ

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْحَلِيمُ الْكَرِيمُ. سُبْحَانَ  
اللَّهِ رَبِّ السَّمَوَاتِ السَّبْعِ وَرَبِّ الْعَرْشِ  
الْعَظِيمِ. الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ. اللَّهُمَّ  
إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ عِبَادِكَ

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر ایک ایک پیالی پانی پر دم کر کے پیئیں اور اپنے اوپر بھی دم کر لیں۔ رات سونے سے پہلے اکیس مرتبہ

اَسْتَاغَاثُ لِلَّهِ الْعَظِيمِ رَبِّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ لَنْ يَشْفِيَنَّكَ  
تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اللہ تعالیٰ کے حضور دعا کریں۔

یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔

صبح شام ایک ایک چمچی شہد پلائیں۔

ماں بننے کی امید...!

☆ ☆ ☆

سوال: میری شادی کو چار سال ہو گئے ہیں۔

شادی کے بعد دو مرتبہ اولاد کی امید بندھی تھی لیکن

پہلی مرتبہ حمل دو ماہ بعد اور دوسری مرتبہ تیسرے ماہ

میں ہی ضائع ہو گیا۔ اس کے بعد سے آج تک کوئی

امید نہ بندھی۔

يُنْفِرُ بِكُمْ مِنَ الظُّلُمَاتِ اِلَى النُّورِ

وَكَانَ بِالْمُؤْمِنِينَ رَحِيمًا

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے شوہر کا تصور کر کے دم کر دیں اور دعا کریں کہ انہیں آپ کے حقوق اچھی طرح ادا کرنے کی توفیق ملے۔

عمل کی مدت کم از کم ایک ماہ ہے۔ تاخیر کے دن شمار کر کے بعد میں پورے کر لیں۔

شام کے وقت پانچ مرتبہ سورہ قلق پڑھ کر پانی پر دم کر کے پیئیں اور شوہر کا تصور کر کے دم کر دیں۔ یہ

عمل اکیس روز تک جاری رکھیں۔

چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے اسمائے الہیہ  
يَا وَجُودُ يَا رَوْفُ يَا رَحِيمُ کا ورد کرتی رہا کریں۔

ڈر اور خوف

☆ ☆ ☆

سوال: میری اہلیہ کی عمر پینتیس سال ہے۔ دو سال پہلے ہمارے محلے کی ایک خاتون کا انتقال

ہو گیا۔ دوسری خواتین کے ساتھ میری بیگم بھی ان کے ہاں گئیں۔ اس وقت وہ امید سے تھیں اور پوچھا مہینہ تھا۔

میت کا چہرہ دیکھ کر اچانک ان کی طبیعت خراب ہو گئی۔ محلے کی کچھ خواتین انہیں ہسپتال لے گئیں اور مجھے

اطلاع کر دی۔ ڈاکٹروں نے کچھ دو اینیاں لکھ دیں اور میں انہیں گھر لے آیا۔

کچھ دن تو آرام رہا پھر رات بوتے ہی اہلیہ پر اچانک گھبراہٹ طاری ہونے لگی۔ میری موجودگی

کے باوجود وہ ساری رات ڈر کے مارے جاگ کر گزار دیتی ہیں۔

ان کیفیات میں ایک مہینہ گزر گیا اور ایک دن ان

کا حمل ضائع ہو گیا۔ اس کے بعد سے انہوں نے خود کو

مارچ 2015ء

کچھ لوگوں کو کہنا ہے کہ تمہارا رشتہ بندھا ہوا ہے۔  
جواب: عشاء کی نماز کے بعد ایک سوا یک مرتبہ  
سورہ بقرہ (2) کی آیت نمبر 163

وَاللّٰهُمَّ اِلٰهَ وَاٰحِدًا

لَا اِلٰهَ اِلَّا هُوَ الرَّحْمٰنُ الرَّحِيْمُ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر شادی  
میں درپیش رکاوٹوں سے نجات اور بہتر جہد رشتہ طے  
ہونے کے لیے دعا کریں۔ اس عمل کی مدت کم از کم  
چالیس روز ہے۔ رہ جانے والے دن شمار کر کے بعد میں  
پورے کر لیں۔

عصر و مغرب کے درمیان پانچ مرتبہ سورہ  
فتح، پانچ مرتبہ سورہ الناس اور تین مرتبہ سورہ کوثر پڑھ  
کر پانی پر دم کر کے پیتیں اور اپنے اوپر بھی دم کر لیں۔  
یہ عمل کم از کم چالیس روز یا زیادہ سے زیادہ نوے  
روز تک جاری رکھیں۔

ناپاکی کا وہم

☆☆☆

سوال: میری شادی کو بیس سال ہو گئے  
تیں۔ میرے دو بیٹے تیں۔ بڑا چنا پندرہ سال کا اور چھوٹا  
چنا تیار دو سال کا ہے۔ بیٹی نہیں ہے۔  
مجھے گزشتہ چار سال سے یہ وہم ہو گیا ہے کہ  
میرے ہاتھ ناپاک تیں۔ شروع شروع میں تو یہ خیال  
دن میں چار پانچ بار آتا تھا اور میں خوب اچھی طرح ہاتھ  
دھو لیتی تھی۔ وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ میرا وہم  
بڑھتا گیا اور مجھے مستقل یہ خیال رہنے لگا کہ میرے ہاتھ  
ناپاک تیں۔

وہم کی شدت اتنی ہو گئی کہ میں کسی بھی چیز کو ہاتھ  
نہیں لگا سکتی کہ میرے ہاتھ لگانے سے گھر کی کوئی چیز

شکایتی ڈاکٹمنٹ

ہم نے ڈاکٹر سے رجوع کیا۔ ہم دونوں میاں بیوی  
کے ٹیسٹ ہوئے۔ شوہر کی رپورٹ تو صحیح آئی۔ میری  
رپورٹ دیکھ کر ڈاکٹر نے تین ماہ کا کورس کرنے کا کہا  
لیکن پھر بھی میں امید سے نہ ہو سکی۔

میرے شوہر اولاد نہ ہونے کی وجہ سے بہت  
گھر مند رہتے ہیں۔ کہتے ہیں کہ اولاد نہ ہونے سے گھر  
سونا سونا سا لگتا ہے۔ میری کزن نے آٹھ سال پہلے آپ  
سے اولاد نہ ہونے پر علاج کروایا تھا جس سے اسے اولاد  
ہو گئی تھی۔ اس نے مجھے آپ کو خط لکھنے کا کہا۔ میں بہت  
امید سے آپ کو خط لکھ رہی ہوں۔ برائے کرم اس  
سلسلے میں میری رہنمائی اور مدد فرمائیں۔ میں ساری عمر  
آپ کو دعا میں دوں گی۔

جواب: آپ کراچی میں مقیم تیں۔ اگر آپ  
چاہتیں تو اپنے مسئلے کے لیے مطب تشریف لائیں اور  
لیڈی حکیم صاحبہ سے بالمشافہ ملاقات کر لیں۔  
مزید معلومات کے لیے درج ذیل نمبر پر رابطہ  
کر لیں۔ 021-36688931

رشتہ طے نہیں ہوتا

☆☆☆

سوال: میری عمر تیس سال ہے لیکن ابھی تک  
میری شادی نہیں ہوئی۔ جب میں ڈاکٹری کر رہی تھی  
اس وقت تین چار رشتے آئے تو والدین نے یہ کہہ کر  
منع کر دیا کہ بچی ابھی پڑھ رہی ہے۔  
اب ڈاکٹر بن گئی ہوں اور میرا ذاتی ٹیکٹ بھی ہے  
جو ماشاء اللہ اچھا چل رہا ہے۔

والدہ صاحبہ نے رشتہ کے لیے کس کس سے کہہ  
رکھا ہے لیکن کہیں کوئی بات نہیں بنی۔ لوگ آتے تیں  
اور دیکھ کر چلے جاتے تیں۔

ناپاک نہ ہو جائے۔

کہیں تو ہوتا چلا کہ ان کے پار نثرز جھوٹ بول رہے ہیں۔ شوہر نے دوبارہ اپنے پار نثرز سے بات کی تو وہ لڑنے لگے۔ ایک پار نثر نے یہاں تک کہہ دیا کہ اگر تم اپنا پیسہ واپس لینا چاہتے ہو تو ہم قسطوں میں تمہیں واپس کر دیں گے اور اس دوران تمہیں کوئی منافع نہیں دیا جائے گا۔

میرے شوہر پار نثر کی یہ بات سن کر بہت پریشان ہو گئے۔ انہیں ڈر ہے کہ کہیں پار نثرزان کا پیسہ غصب نہ کر لیں۔ ہماری سمجھ میں کچھ نہیں آرہا۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد یارات سونے سے قبل آئیں مرتبہ سورہ حم السجدہ (41) کی آیت 30

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ

تیارہ تیارہ بار درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دعا کریں کہ معاشی معاملات میں اللہ تعالیٰ کی مدد اور حفاظت ہمیشہ آپ کے ساتھ رہے۔ یہ عمل آرم از م چالیس روز تک جاری رکھیں۔

وضو بے وضو کثرت سے یا وکیل یا عزیز کا ورد کریں۔ حسب استطاعت صدقہ کر دیں۔ ہر جمعرات کے دن آرم از م آئیں روپے خیرات کر دیا کریں۔

### ڈاکٹر بننے کا خواب

☆☆☆ سوال: میں میڈیکل کے تھرڈ ایئر میں ہوں۔ پہلے دو سال تک تو میں نے ہر سمسٹر میں کامیابی حاصل کر لی تھی لیکن تیسرے سال دو ہیپرز میں ٹپل ہو گئی ہوں۔ میں جب بھی کتابیں لے کر بیٹھتی ہوں تو سر بھاری ہو جاتا ہے۔ مختلف قسم کے فضول خیالات آنے سے

شوہر نے تین چار ڈاکٹروں سے میرا علاج بھی کروایا لیکن کوئی خاص فرق نہیں پڑا۔ میں چار سالوں سے سکون کو ترس گئی ہوں۔ لوگوں سے ملنے سے کترنے لگی ہوں۔ میرے وہم سے میرا گھر متاثر ہو رہا ہے۔

برائے کرم کوئی وظیفہ بتائیں کہ میرے ذہن سے ناپاکی کا وہم ہمیشہ کے لیے نکل جائے۔

جواب: صبح اور شام کے وقت آئیں آئیں مرتبہ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْعَظِيمُ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْعَظِيمُ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْعَظِيمُ رَبُّ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر ایک ایک میل اپون شہد پر دم کر کے پھیں اور اپنے اوپر بھی دم کر دیں۔ یہ عمل آرم از م دو ماہ تک جاری رکھیں۔

### پار نثر کی نیت بدل گئی

سوال: میرے شوہر تین سال قبل ڈل ایسٹ میں رہنے کے بعد تین سال پہلے پاکستان آ گئے۔ یہاں اپنا کاروبار کرنے کے لیے رشتے داروں اور دوستوں سے مشورے کے بعد چند دوستوں کے ساتھ گارمینٹس کے کاروبار میں پار نثر شپ کا فیصلہ کیا۔

دو سال تک تو کاروباری معاملات صحیح چلتے رہے اور کاروبار بھی وسیع ہو گیا۔ اس کے بعد سے میرے شوہر کے پار نثر نے شوہر کو مختلف جیسے بہانوں سے تنگ کرنا شروع کر دیا کہ کاروبار میں نقصان ہو رہا ہے لہذا اب تمہیں منافع کم ملے گا۔

شوہر کو اپنے دوست کی نیت پر شک ہو گیا اور انہوں نے کمپنی کے سینئر اکاؤنٹنٹ کو اعتماد میں لے کر معلومات

ذہن الجھ جاتا ہے۔ اگر کوشش کر کے زبردستی کچھ پڑھ بھی لیتی ہوں تو شدید ذہنی صحن ہو جاتی ہے۔  
اب لہذا حالت دیکھ کر ڈرتی ہوں کہ کہیں ڈاکٹر بننے کا خواب ادھوار نہ رہ جائے۔

جواب: صبح کے وقت اکیس مرتبہ سورہ قمر 54

کی آیت 17

وَلَقَدْ يَسَّرْنَا الْقُرْآنَ لِلذِّكْرِ

فَقُلْ مِنْ مَذَكِّرٍ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی پر دم کر کے پیئیں اور اپنے اوپر دم بھی کر لیں۔ اس کے بعد پڑھائی میں دل لگتے اور امتحان میں اچھے نمبروں سے کامیابی کی دعا کریں۔ یہ عمل ایک ماہ تک جاری رکھیں۔  
شام کے وقت ایک چمچی شہد پر اکیس مرتبہ ام  
اللہم یا علیہم یا حفیظ تین تین مرتبہ درود شریف  
کے ساتھ پڑھ کر دم کر کے پیئیں۔

یہ عمل ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

مکان میں اثرات

☆☆☆

سوال: تین ماہ پہلے ہم اپنے نئے مکان میں شفٹ ہوئے تھے۔ ایک ماہ بعد ہمارے گھر میں خون کے تازہ چھینٹے فرش پر اور بیڈروم کی دیواروں پر پڑے ہوئے طے۔ میں نے ملازمہ سے صاف کروا دیئے۔ اس کے بعد سے ہمیں اس مکان میں عجیب سی وحشت اور گھبراہٹ ہونے لگی۔ پہلے ایک بچے کی طبیعت خراب ہوئی۔ اس کے بعد دوسرے بیٹے کی طبیعت اچانک اتنی خراب ہو گئی کہ اسے ہسپتالز کرنا پڑا۔ ان دونوں بیٹوں کا ملائج چل رہا ہے۔

میں جب بھی بیڈروم میں جاتی ہوں مجھے بدبو کے احساس کے ساتھ اپنا سانس بھی رکنا ہوا محسوس ہوتا ہے۔

رات کو سوتی ہوں تو مجھے ایسا لگتا ہے کہ کوئی میرے چہرے کے پاس آکر سانس لے رہا ہے۔ آنکھ کھولتی ہوں تو کچھ نظر نہیں آتا۔ اب ایک ماہ سے بیڈروم میں رات کے وقت کسی کے چلنے کی آوازیں سنائی دیتی ہیں اور اکثر سوتے میں کوئی میرے پیروں کے انگوٹھے کھینچتا ہے۔ گردن اور ہاتھوں پر باریک باریک سرخ نشان بھی پڑنے لگے ہیں۔

میرے شوہر نے دو تین لوگوں کو گھر دکھایا۔ وہ کہتے ہیں کہ یہ مکان بھاری ہے۔ ایک صاحب نے عمل بھی کیا لیکن جب کچھ تہہ ملی نہ آئی تو انہوں نے مشورہ دیا کہ آپ کسی روحانی بزرگ سے رابطہ کریں۔

میری خال آپ کا رسالہ کئی سالوں سے بہت شوق سے پڑھ رہی ہیں۔ انہوں نے میرے حالات سن کر مجھے آپ کو خط لکھنے کا کہا ہے۔

جواب: قرآن پاک کی سورۃ الزلزلا (99) ایک سفید کاغذ پر سیاہ روشنائی سے لکھوا کر یا پرنٹ نکھوا کر فریم کروالیں یا پلاسٹک کوٹنگ کروالیں اور اسے مکان کے دروازے کی دیوار پر کسی بلند جگہ پر آویزاں کر دیں۔ یہ فریم ایسی جگہ آویزاں کیا جائے جہاں آتے جاتے اس پر نظر پڑتی رہے۔

عصر مغرب کے درمیان نسبتاً بلند آواز کے ساتھ مکان کے صحن یا بڑے کمرے میں کھڑے ہو کر اذان دی جائے۔ مکان میں کم از کم گیارہ دن تک ایک وقت مقررہ پر پابندی کے ساتھ لوبان کی دھونی دی جائے۔ رات کے وقت گھر میں اندھیرا نہ کیا جائے۔ ایک یا زیادہ جگہ روشن رکھے جائیں۔

اہل خانہ کے لیے نمک کا استعمال کم کر دیں اور ایک ایک چمچی شہد صبح شام پیئیں۔

تھکانا لگتا ہے

## بڑھتا ہوا وزن

ہو کر گھر سے باہر چلا جاتا ہے۔

جواب: جن لوگوں کے سامنے چھوٹے یا بڑے مقاصد نہ ہوں وہ حصولِ تعلیم کو لا حاصل محنت اور عملی زندگی کی مشقتوں کو بوجھ سمجھنے لگتے ہیں۔ ایسے لوگ ذمہ داریوں سے فرار چاہتے ہیں۔ فرار کی ان کوششوں میں کچھ لوگ اپنے جیسے فارغ لوگوں کی صحبت اختیار کر کے وقت برباد کرتے ہیں۔ کچھ لوگ دفعِ وقتی کے لئے کوئی شوق پال لیتے ہیں یا کسی امت میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔

اس طرح کے لوگوں کی اصلاح کا ایک طریقہ یہ بھی ہے کہ ان میں کسی نہ کسی مقصد سے لگن پیدا کی جائے لیکن یہ خیال رکھنا ضروری ہے کہ خود ان کا اپنا شوق بھی اس مقصد سے ہم آہنگ ہو۔ اس مقصد کے حصول کے لئے ان کی مسلسل حوصلہ افزائی کی جائے۔ بطور روحانی علاج رات سونے سے قبل آگتالیس

مرجہ سورہ العنکبوت (29) کی آیت 7

وَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَنُكَفِّرَنَّ  
عَنْهُمْ وَلَنُنَجِّيَنَّهُمْ  
أَحْسَنَ الَّذِي كَانُوا يَعْمَلُونَ ○

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر بیٹے کا تصور کر کے دم کر دیں۔ اس کے مزاج کی اصلاح اور اس میں ذمہ داریوں کے احساس کے لیے دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک یا پھر تو سے روز تک جاری رکھیں۔

.....مختصر مختصر.....

### کشش و جاذبیت

فکرہ۔ مہربن۔ جور یہ۔ وحید۔ عارف۔ راحت

جواب: رات سونے سے پہلے دو انجیر دودھ میں ڈال کر کھالیں اور دودھ پی لیں۔ کھانوں میں چند ہنٹوں تک ہر دوسرے تیسرے دن میتھی کے ساگ کا استعمال کیجئے۔

☆☆☆

سوال: میری عمر پچیس سال ہے۔ میں غیر شادی شدہ ہوں۔ دو سال سے ایک آفس میں جاب کر رہی ہوں۔ گزشتہ ایک سال سے میرا وزن بڑھ رہا ہے۔ پیٹ بہت زیادہ باہر نکل آیا ہے۔ میں نے موٹاپا کم کرنے کے لیے کئی نوٹے بھی استعمال کئے لیکن وقتی فائدہ ہوتا ہے۔

اس سال میری شادی طے ہے۔ میں اپنے موٹاپے کی وجہ سے بہت پریشان ہوں۔

جواب: وزن کم کرنے کے لیے آپ عظیمی لیبارٹری کی تیار کردہ ہر بل ٹیمینٹ مہزلین کا استعمال کر سکتی ہیں۔ صبح نہار منہ اور شام کے وقت دو دو گولی مہزلین پانی کے ساتھ لیں۔

اس کے ساتھ ساتھ کھانوں میں شکر، مٹھائیاں، سوڈا ڈرنکس، آئس کریم وغیرہ نہ لیں۔ کھانے کھانے کے فوراً بعد پانی نہ پیئیں۔

ہر بل ٹیمینٹ مہزلین کی ہوم ڈیلوری کے لیے درج ذیل فون نمبر پر آڈر بک کروایا جاسکتا ہے۔

021-36604127

### ذمہ داریاں اور لگن

☆☆☆

سوال: میرے بیٹے کی عمر آئیس سال ہے۔ میٹرک کے بعد اس نے پڑھنا چھوڑ دیا۔ کوئی ہنر وغیرہ بھی نہ سیکھا۔ زیادہ تر گھر پر وقت گزارتا رہا۔ بڑی مشکل سے چھ ماہ پہلے اسے ایک جگہ ملازمت دلوائی، وہاں تین ماہ تک کام کیا لیکن پھر کام چھوڑ کر گھر بیٹھ گیا۔

اگر میں کچھ نہیں تو مجھ سے الجھ پڑتا ہے اور ناراض

# پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

## یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

### ہم خاص کیوں ہیں :-

- ✦ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✦ ہر ای بک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✦ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✦ سپریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✦ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریچ
- ✦ ایڈ فری لنکس، لنکس کو میسجے کمانے کے لئے شرٹک نہیں کیا جاتا
- ✦ ہر ای بک کا ڈائریکٹ اور ریڈیو ایبل لنک
- ✦ ڈاؤنلوڈنگ سے پہلے ای بک کا پرنٹ پر یو ہر پوسٹ کے ساتھ
- ✦ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✦ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریچ
- ✦ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✦ ویب سائٹ کی آسان براؤزنگ
- ✦ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں

We Are Anti Waiting WebSite

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

↳ ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

↳ ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب

ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

# WWW.PAKSOCIETY.COM

Online Library for Pakistan



Like us on  
Facebook

[fb.com/paksociety](https://fb.com/paksociety)



[twitter.com/paksociety1](https://twitter.com/paksociety1)



پانی دوپہر اور رات کھانے سے قبل ایک ایک پیالی پیئیں۔  
دو تین ماہ تک زیادہ چکرائی دلی اور دیر ہضم غذا میں نہ لیں۔  
**بھوک نہیں لگتی**

شائستہ۔ نسیم۔ مریم۔

جواب: بی بی یاجینے کو جب بھی دودھ پلائیں یا کچھ  
کھانے کو دیں، گیارہ مرتبہ اسم الہی یا کز جینٹھ پڑھ کر  
کھانے پینے کی چیز پر دم کر دیں۔

نظر سے حفاظت کے لیے رات سونے سے پہلے  
سات مرتبہ سورہ کوثر تین تین مرتبہ درود شریف کے  
ساتھ پڑھ کر دم کر دیا کریں۔

یہ عمل ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

حسب استطاعت کچھ صدقہ بھی کر دیں۔

**زائد بال**

قہر۔ نسیم۔ شاہد۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد 101 مرتبہ

مَا يَقُولُونَ مَا لَا يَفْعَلُونَ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھیں  
اور دونوں ہاتھوں پر دم کر کے چہرے پر پھیر لیں۔ یہ  
عمل نوے روز تک جاری رکھیں۔



**روحانی فون سروس**

گھر بیٹھے فوری مشورہ کے لئے

حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی کی

روحانی فون سروس

کراچی 021-36685469, 021-36688931

اوقات: پیر تا جمعہ شام 5 سے 8 بجے تک

www.paksociety.com

چہرے میں کشش کے لیے بطور روحانی علاج فجر کی نماز  
کے بعد سورہ یوسف کا پہلا رکوع پڑھ کر ہاتھوں پر دم  
کر کے ہاتھ دعا کی طرح چہرے پر پھیر لیں۔

**بہن بھائی لڑتے ہیں**

نسیم۔ ثریا۔ عبدالغفار۔ گلبل۔

جواب: جب آپ کے بچے گہری نیند سو رہے ہوں  
تو آتالیس مرتبہ سورہ شوری (42) کی آیت نمبر 28

وَهُوَ الَّذِي يُنَزِّلُ الْغَيْثَ مِنْ بَعْدِ مَا قَنَطُوا

وَيَنْشُرُ رَحْمَتَهُ وَهُوَ الْوَلِيُّ الْحَمِيدُ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دم  
کر دیا کریں اور انہیں باہم محبت سے رہنے کی تلقین کرنے  
کی دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

**پتے میں پتھری**

ناکلہ۔ قمر النساء۔ شہزاد۔ زمر۔

جواب: ڈاکٹر کی ہدایت پر عمل کریں۔ جب تک  
آپریشن نہ ہو روزانہ صبح نہار منہ ایک بڑا سیب کھائیں  
اور رات کو سوتے وقت زیون کا تیل ایک چمچ پیئیں۔

جب بھی پانی پیئیں سات مرتبہ اسمائے الہیہ

الملك القدوس الرحمن الرحيم

پڑھ کر دم کر کے پیئیں۔

**باضعہ خراب رہتا ہے**

قائزہ۔ نوشاد۔ قمر النساء

جواب: ایک چھٹانک سونف کو گرائینڈ کر کے  
سفوف بنا لیں۔ یہ سفوف 3 گرام لیکر اس میں 12 گرام  
گل قند میں ملا لیں۔ یہ مرکب دوپہر و رات کھانے سے  
پہلے استعمال کریں۔

اس کے علاوہ سبز شعاعوں میں تیار کردہ پانی ایک  
ایک پیالی صبح نہار منہ اور شام، بزد شعاعوں میں تیار کردہ