

کراچی

# انجمن

قومی گزٹ



طبِ نبوی ﷺ  
صلی اللہ علیہ وسلم



تربوز کے طبی فوائد  
بجوه کجھور کے طبی فوائد

شوگر اور اس کا علاج



نماز مومن کی معراج ہے



ماہنامہ  
انجمن  
کراچی  
قومی گزٹ

سرپرست اعلیٰ

محمود الہی فاروقی

مدیر و ناظم

عبید الرحمن

نائب مدیر

محمد عارف

ناشر

محمد شعیب شمسی

معاون خاص: جناب اسلم صدیق سولیحہ

انچارج شعبہ اشتہارات: صبور احمد

نائب انچارج شعبہ اشتہارات: محمد نسیم شاہد

رابطہ دفتر:

انجمن پنجابی سودگران تیسری منزل ابراہیم اسٹیٹ نزد ڈیوی فری شاپ مین شاہراہ فیصل، کراچی

Land line: 021-34537374 Cell no. : 0321-2189113

Email: apsquamigazette@gmail.com



## اس شمارے میں کیا کیا ہے؟

صفحہ نمبر	حوالہ	عنوان	نمبر شمار
۸	فہم القرآن	القرآن (ہدایت کا سرچشمہ)	۱
۱۰	صبحِ رحمانی	نعت رسول ﷺ	۲
۱۱	بچوں کا رسالہ	روشن خیالات	۳
۱۲	ذرائع ابلاغ عامہ	یقین کا سفر	۴
۱۴	شمالکہ بانو	نظم "بتاؤ تم کس کس ساتھ دو گے"	۵
۱۶	اعظمی نقوی	معاشرتی ہم آہنگی، معاشرتی ترقی	۶
۱۸	وحید خان	آئمہ اربعہ	۷
۲۰	ذرائع ابلاغ عامہ	ایک سبق ایک درس	۸
۲۱	جنگ نیوز	دلچسپ اور عجیب	۹
۲۲	ذرائع ابلاغ عامہ	کیا کیا قیامت ڈھائے یہ غصہ	۱۰
۲۵	نوائے وقت	علامہ سید سلیمان ندوی	۱۱
۲۷	مصباح شاہ	کہانی "مفید سزا"	۱۲
۲۹	پروفیسر ڈاکٹر ایف ایچ فاروقی	کہانی "امانت"	۱۳
۳۱	احمد حاطب صدیقی	نظم "تھوڑا تھوڑا خرچ کریں ہم"	۱۴
۳۲	فاروق احمد انصاری	اہل قلم	۱۵
۳۴	سدرہ رباب	ہائے یہ ناک	۱۶
۴۰	جنگ	طب نبوی ﷺ	۱۷
۴۱	جنگ	شوگر اور اس کا علاج	۱۸
۴۳	بچوں کا دبستان	انمول موتی	۱۹
۴۴	صوفیہ شیخ	صبح کا ناشتہ	۲۰
۴۶	ذرائع ابلاغ عامہ	احتیاط لازم ہے	۲۱
۴۷	محمد نجیب سنہجلی قاسمی	زوجین کے حقوق	۲۲



صفحہ نمبر	حوالہ	عنوان	نمبر شمار
۵۳	عمیرہ احمد	الف "ناول"	۲۳
۵۷	رہبر سلطانی	غزل	۲۴
۵۸	تقدیس نقوی	کیا خوب قیامت کا ہے گویا کوئی دن اور	۲۵
۶۱	انوار آس محمد	کہانی "سختوت"	۲۶
۶۲	بادل بلوچ	مطالعے کی اہمیت اور ہم	۲۷
۶۴	عاصی کرنالی	نظم "دعا"	۲۸
۶۹	رانا اعجاز حسین چوہان	نماز مومن کی معراج	۲۹
۷۲	تنزیلہ احمد	سوشل میڈیا کے نقصانات	۳۰
۷۴	ذرائع ابلاغ عامہ	احساس	۳۱
۷۶	مستنصر حسین تارڑ	خس و خاشاک زمانے	۳۲
۷۷	جامع الاصول	اجماع	۳۳
۷۹	اشفاق احمد	کھوٹے سکے	۳۴
۸۰	کنز الاعمال (مسند احمد)	دنیا اور آخرت میں کامیابی کیلئے رہنما اصول	۳۵
۸۳	بچوں کا دبستان	علم درپتے	۳۶
۸۵	مدیحہ اقبال	کہانی ایک کرسی کی	۳۷
۸۷	بچوں کی دنیا	ہنسی گھر	۳۸
۸۸	ذرائع ابلاغ عامہ	معلومات افزاء	۳۹
۸۹	بچوں کی دنیا	بوجھو تو جانیں	۴۰
۹۰	ذرائع ابلاغ عامہ	گھریلو نوٹس	۴۱
۹۲	ذرائع ابلاغ عامہ	بیوٹی ٹیس	۴۲
۹۳	ذرائع ابلاغ عامہ	یوگا آسن	۴۳
۹۵	ذرائع ابلاغ عامہ	کھانا خزانہ	۴۳
۹۷	بچوں کی دنیا	بیت بازی	۴۶
۹۹	ذرائع ابلاغ عامہ	مسنون اذکار	۴۷



## عہدیدان و اراکین مجلس منظمہ

۲۰۲۰

### انجمن پنجابی سودگران

### اسمائے گرامی

صدر	جناب محمود الہی فاروقی صاحب	۱
نائب صدر	جناب منصور الہی شمسی صاحب	۲
جنرل سیکریٹری	جناب محمد شعیب شمسی صاحب	۳
جوائنٹ سیکریٹری	جناب محمد اسماعیل بزاز صاحب	۴
خازن	جناب محمد اسلم صدیق سولیبہ صاحب	۵
نائب خازن	جناب عبدالملک شیخ صاحب	۶
ناظم جائیداد سب کمیٹی	جناب محمد سعود الہی صاحب	۷
ناظم وصولی زکوٰۃ سب کمیٹی	جناب رنیکس احمد صاحب	۸
ناظم پوتھ ونگ سب کمیٹی	جناب صبور احمد صاحب	۹
ناظم تقسیم زکوٰۃ سب کمیٹی	جناب فرقان احمد شمسی صاحب	۱۰
ناظم قومی گزٹ سب کمیٹی	جناب عبید الرحمن صاحب	۱۱
ناظم تقریبات سب کمیٹی	جناب محمد جمیل راجہ صاحب	۱۲
ناظم ممبر سازی سب کمیٹی	جناب سلمان جمیل چاؤلہ صاحب	۱۳
ممبر	جناب فرحان اقبال صاحب	۱۴
ممبر	جناب محمد عارف صاحب	۱۵
ممبر	جناب کامران متین بٹلہ صاحب	۱۶
ممبر	جناب فیصل زاہد صاحب	۱۷
ممبر	جناب ذیشان منظور صاحب	۱۸
ممبر	جناب ارشد عالم صاحب	۱۹
ممبر	جناب خالد متین صاحب	۲۰
ممبر	جناب شاہد انور شمسی صاحب	۲۱

## ماہنامہ قومی گزٹ کے خصوصی معاونین

- |                                   |                                      |
|-----------------------------------|--------------------------------------|
| ☆ جناب محمود الہی فاروقی صاحب     | ☆ جناب محمد صدیق سولیجہ صاحب (مرحوم) |
| ☆ جناب بدر الدین الوجیہہ صاحب     | ☆ جناب ارشد عالم شمسی صاحب           |
| ☆ جناب حارث اقبال صاحب            | ☆ جناب ضیاء الرحمن شمسی صاحب         |
| ☆ جناب آفتاب احمد کلکتہ والے      | ☆ جناب شمیم صدیقی صاحب               |
| ☆ جناب محمد ہارون صاحب ڈیفنس والے | ☆ محترمہ آرزو ذلیل صاحبہ             |
| ☆ جناب جمیل راجہ صاحب             | ☆ جناب عمران شمیم صاحب               |
| ☆ جناب فخر احمد شمسی صاحب         | ☆ جناب عادل نعمان صاحب               |
| ☆ جناب فرقان احمد ڈھاکہ والے      | ☆ جناب ریاض احمد شمسی صاحب           |
| ☆ جناب پرویز منظور صاحب           | ☆ جناب محمد وثیق شمسی صاحب           |
| ☆ جناب جمیل اقبال صاحب            | ☆ جناب انصار فرید الدین صاحب         |
| ☆ جناب شاہد اقبال صاحب            | ☆ جناب حاجی احمد ذیشان صاحب          |
| ☆ جناب امداد احمد سولیجہ صاحب     | ☆ جناب عبید الرحمن صاحب لاہور والے   |
| ☆ جناب اسلم کتھوریہ صاحب          | ☆ جناب خالد متین صاحب                |
| ☆ جناب عقیل احمد شمسی صاحب        | ☆ ڈاکٹر نظام الحق صاحب               |
| ☆ جناب شعیب شمسی صاحب             | ☆ جناب محمد نسیم شاہد صاحب           |
| ☆ جناب محمد اسماعیل صاحب          | ☆ جناب محمد ظفر سولیجہ صاحب          |
| ☆ جناب فرحان اقبال صاحب           | ☆ جناب صبور احمد صاحب                |

ادبی اور سماجی خدمات کے اس جذبے پر ہم معطی خواتین و حضرات کو خراج تحسین پیش کرتے ہیں۔



## زکوٰۃ کی ادائیگی کے وقت اپنی برادری اور عزیز واقارب کا خاص خیال کریں

آگے بڑھیں اقسام لیں۔ انہوں کو اپنا ہم اپنائیت کے ساتھ۔ یہ اپنے ہی ہیں جو محروم رہ گئے

”کہہ دو کہ میرا پروردگار! اپنے بندوں میں سے جس کیلئے چاہتا ہے رزق کی فراوانی کرو دیتا ہے اور جس کے لیے چاہتا ہے تنگی کر دیتا ہے اور تم جو چیز بھی خرچ کرتے ہو وہ اسکی جگہ اور چیز دے دیتا ہے۔ اور وہ سب سے بہتر رزق دینے والا ہے“

پ 22، رکوع 11، آیت 39 سورۃ سہا

انجمن پنجابی سوداگران کا ادارہ 1957ء سے برادری اور دیگر مستحقین کی حاجات پوری کرنے میں حسب استطاعت و حسب توفیق سرگرم عمل ہے بے کس گھرانوں کی ماہانہ کفالت ہو یا مجبور گھروں کی بیچوں کی شادی، نادار مریضوں کا علاج معالجہ ہو یا

### لاچار مریضوں کی غم خواری، بنیادی تعلیم ہو یا ہونہار طلبہ طالبات کی اعلیٰ تعلیم

فرض ہر شعبے میں ادارے کے اعزازی منتظمین اعلیٰ نیت اور خوف خدا کے ساتھ آپ کی امانتوں کی پاسداری کرتے ہوئے شگفتہ طریقے سے بذریعہ کرائس چیک محروم خواتین و حضرات کو آرام کے ساتھ اور ان کی عزت نفس کو محفوظ رکھتے ہوئے امداد کا سلسلہ جاری رکھے ہوئے ہیں۔ ان مستحقین کی امداد ہمارا فرض ہے۔ زکوٰۃ ہمارے اور آپ کے اوپر فرض و قرض ہونے کے باعث آپ ادارے کا دست و بازو بن کر شگفتہ طریقے سے انہوں کی ضروریات پوری کرنے کی ہم میں ہمارا ساتھ دیجئے۔

ادارے نے اب اپنے مشن کا ہدف عملیات کے ذریعے سفید پوش ضرورتمندوں کی حاجات خصوصاً تعلیمی ضروریات کو پورا کرنے کی جانب مرکوز کیا ہے تاکہ آج کے لینے والے ہاتھ کل دینے والے بن جائیں۔

زکوٰۃ و عطیات کی ترسیل کے لئے۔

### کل پاکستان انجمن پنجابی سوداگران

Kul Pakistan Anjuman Punjabi Suadagran

برائے زکوٰۃ	127-2004054-001	اکاؤنٹ نمبر:
برائے عطیات	127-2000458-001	اکاؤنٹ نمبر:
برائے زکوٰۃ و عطیات	0130-0100026365	اکاؤنٹ نمبر:

### کل پاکستان انجمن پنجابی سوداگران (رجسٹرڈ)

حضرہ خورشید ابراہیم رحمت بلڈنگ، مین شاہرہ فیصل، لاہور، پی ٹی قری شاہ کراچی۔

فون نمبر: 021-34537374, 0331-2830729

اکاؤنٹ بنام

Acc. Title

فیصل بینک

میزان بینک

رابطہ:



## (صبر سے کام لو)

سورۃ ال عمران (آیت نمبر ۱۸۶)

لَنْبَلُونَ فِيْ اَمْوَالِكُمْ وَاَنْفُسِكُمْ وَاَنْفُسِكُمْ وَاَنْفُسِكُمْ وَاَنْفُسِكُمْ  
الَّذِينَ اَسْرَكُوا اَدْيٰى كَثِيْرًا وَاِنْ تَصْبِرُوْا وَاَنْفُسِكُمْ وَاَنْفُسِكُمْ  
(۱۸۶)

ترجمہ:

(مسلمانو!) تمہیں اپنے مال و دولت اور جانوں کے معاملے میں (اور) آزما جائے گا، اور تم اہل کتاب اور مشرکین دونوں سے بہت سی تکلیف دہ باتیں سنو گے۔ اور اگر تم نے صبر اور تقویٰ سے کام لیا تو یقیناً یہی کام بڑی ہمت کے ہیں (جو تمہیں اختیار کرنے ہیں)

## (والدین کا احترام)

سورۃ بنی اسرائیل (آیت نمبر ۲۳)

وَقَضٰى رَبُّكَ اَلَّا تَعْبُدُوْا اِلَّا اِيَّاهُ وَاَلْوَالِدِيْنَ اِحْسَانًا اِمَّا يَبْلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ  
اَحَدُهُمْ اَوْ كِلَهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا اَفٍّ وَّلَا تَنْهَرْهُمَا وَاَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيْمًا (۲۳)

ترجمہ:

اور تمہارے پروردگار نے یہ حکم دیا ہے کہ اس کے سوا کسی کی عبادت نہ کرو، اور والدین کے ساتھ اچھا سلوک کرو۔ اگر والدین میں سے کوئی ایک یا دونوں تمہارے پاس بڑھاپے کو پہنچ جائیں تو انہیں اف تک نہ کہو، اور نہ انہیں جھڑکو، بلکہ ان سے عزت کے ساتھ بات کیا کرو،



## (انصاف قائم کرو)

سورة المائدہ (آیت نمبر ۸)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُونُوا قَوْمِينَ لِلَّهِ شُهَدَاءَ بِالْقِسْطِ ۚ وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَاٰنُ قَوْمٍ عَلَىٰ أَلَّا تَعْدِلُوا ۗ إِعْدِلُوا ۗ هُوَ أَقْرَبُ لِلتَّقْوَىٰ ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ﴿۸﴾

ترجمہ:

اے ایمان والو! ایسے بن جاؤ کہ اللہ (کے احکام کی پابندی) کے لیے ہر وقت تیار ہو، (اور) انصاف کی گواہی دینے والے ہو۔ اور کسی قوم کی دشمنی تمہیں اس بات پر آمادہ نہ کرے کہ تم نا انصافی کرو۔ انصاف سے کام لو، یہی طریقہ تقویٰ سے قریب تر ہے۔ اور اللہ سے ڈرتے رہو۔ اللہ یقیناً تمہارے تمام کاموں سے پوری طرح باخبر ہے۔

## (اللہ کی نعمتیں)

سورة لقمان (آیت نمبر ۲۰)

أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ سَخَّرَ لَكُمْ مَّا فِي السَّمٰوٰتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ وَ أَسْبَغَ عَلَيْكُمْ نِعْمَةً ظَاهِرَةً ۚ وَ بَاطِنَةً ۚ وَ مِنَ النَّاسِ مَنْ يُجَادِلُ فِي اللَّهِ بِغَيْرِ عِلْمٍ وَ لَا هُدًى وَ لَا كِتَابٍ مُّنِيرٍ ﴿۲۰﴾

ترجمہ:

کیا تم لوگوں نے یہ نہیں دیکھا کہ آسمانوں اور زمین میں جو کچھ ہے، اسے اللہ نے تمہارے کام میں لگا رکھا ہے، (۱۳) اور تم پر اپنی ظاہری اور باطنی نعمتیں پوری پوری نچھاور کی ہیں؟ پھر بھی انسانوں میں سے کچھ لوگ ہیں جو اللہ کے بارے میں بحثیں کرتے ہیں، جبکہ ان کے پاس نہ کوئی علم ہے، نہ ہدایت ہے، اور نہ کوئی ایسی کتاب ہے جو روشنی دکھائے۔

## نعت رسول ﷺ (صبحِ رحمانی)

لب پر نعتِ پاک کا نغمہ کل بھی تھا اور آج بھی ہے  
میرے نبی ﷺ سے میرا رشتہ کل بھی تھا اور آج بھی ہے  
اور کسی جانب کیوں جائیں اور کسی کو کیوں دیکھیں  
اپنا سب کچھ گنبدِ خضرا کل بھی تھا اور آج بھی ہے  
پست وہ کیسے ہو سکتا ہے جس کو حق نے بلند کیا  
دونوں جہاں میں ان کا چرچا کل بھی تھا اور آج بھی ہے  
جس کے فیض سے بخر سینوں نے شادابی پائی ہے  
موج میں وہ رحمت کا دریا کل بھی تھا اور آج بھی ہے  
بتلا دو یہ ہر دشمن دیں کو غیرت مسلم زندہ ہے  
دین پر مر مٹنے کا جذبہ کل بھی تھا اور آج بھی ہے  
ان کے در سے سب ہو آئے جا نہ سکا تو ایک صبح  
یہ کہ اک تصویرِ تمنا کل بھی تھا اور آج بھی ہے  
جن آنکھوں سے طیبہ دیکھا وہ آنکھیں بے تاب ہیں پھر  
ان آنکھوں میں ایک تقاضہ کل بھی تھا اور آج بھی ہے

## روشن خیالات

محمد علی

کسی شخص سے کوئی توقع مت رکھو تم کبھی بھی مایوس نہ ہو گے۔

ارسطو

مشکلات میں گھبرانا نہیں چاہیے ستارے ہمیشہ اندھیرے میں ہی چمکتے ہیں۔

سلطان صلاح الدین ابوہنی

شیر کو کوئی فرق نہیں پڑتا کہ ایک گیدڑ کیا سوچتا ہے۔

شیکسپیر

ہم یہ جانتے ہیں ہم کیا ہیں لیکن ہم یہ نہیں جانتے ہم کیا بن سکتے ہیں۔

سلطان العارفین باہو

نفس چار چیزوں سے ہلاک ہوتا ہے۔

خاموشی کا خنجر، بھوک کی تلوار، لوگوں کے مجمع سے الگ تھلگ رہنا، کم سونا

حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم

اللہ تعالیٰ جس کی بھلائی چاہتا ہے اسے دین کی سمجھ عطا کر دیتا ہے۔

حضرت علی

جو انسان اپنی ضرورتیں بڑھا لیتا ہے اسے اکثر محرومی کا غم رہتا ہے۔

حضرت عمر فاروق

یہ نادیکھو کہ تمہاری وجہ سے کتنے لوگ ہدایت پر آئے یہ دیکھو کہ تمہاری وجہ سے کوئی گمراہ تو نہ ہوا۔

فیض احمد فیض

بات کے اندر کی بات سمجھنے کے لیے ذات کے اندر کی ذات سے رابطہ ہونا ضروری ہے۔

سٹیو جابز

انہیں اپنی کامیابی سے مارو اور اپنی مسکراہٹ سے



## یقین کا سفر

ہم اللہ کو ایک مانتے ہیں۔ اور دل کے اندر نفسانی خواہشوں کا بت کدہ بھی رکھتے ہیں؟؟

مطلب خدا کو سجدہ بھی اور ابلیس سے یارانہ بھی

بتاروز محشر کس سے عقیدت کا صلہ مانگے گا؟ ہے کوئی جو اس بات کا۔۔۔۔۔

"اور منافق جہنم کے سب سے نچلے درجے میں ہونگے" (القرآن)

ہمارا تو آخرت پہ ایمان ہے نا؟؟

تو پھر دنیا مقدم کیوں؟؟ ہمارا ایمان تو کہتا ہے کہ ہم ہمہ وقت اللہ تعالیٰ کی نگاہ میں ہیں۔ اگر ایسا ہے تو پھر ہم اس سے اتنے غافل

کیوں؟؟

آج کے مسلمان کا مسئلہ بہت گھمبیر ہے!!

یقین سے محروم ایمان۔۔۔۔۔

یقین کیا ہے؟؟

### سمعنا و اطعنا (ہم نے سنا اور اطاعت کی)

ہم یہ عبادات اس لیے فرض نہیں کی گئی کہ اللہ کو ہمارے سجدوں کی ضرورت تھی۔ وہ بے نیاز ہے!!

تو پھر کس لیے عبادات کا بوجھ ہم پہ لا دیا گیا؟؟

ایمان کو یقین بخشنے کے لیے۔۔۔۔۔

روزے کے ذریعے سے نفس کو لگام ڈالنے کی پریکٹس کروائی جاتی ہے، اور نماز ادا کرنے کی تو شرط ہی یہ رکھ دی گئی کہ گویا تم خدا

کو دیکھ رہے ہو یا خدا تمہیں دیکھ رہا ہے مطلب دن میں پانچ بار پریکٹس کروائی جاتی ہے خدا کی نظریں ہمہ وقت تمہیں دیکھتی ہیں

تم بھی اس کے دیکھنے کو دیکھو۔ اسی طرح باقی عبادات بھی ہیں۔

اگر قرآن پہ غور کیا جائے تو سارے قرآن میں ایک ہی چیز کا بار بار اعادہ ہے اللہ پہ یقین کا سفر۔۔۔ اللہ سے ہمارا تعارف کروایا

جاتا ہے، بتایا جاتا ہے کہ کل کائنات اسکی قدرت کا اظہار ہے کوئی دوسرا نہیں جو اسکا مقابلہ کر سکے، عبرت پکڑنے کے لیے

ابلیس اور اسکے ہمنواؤں کو بطور مثال پیش کیا گیا ہے۔۔۔

اللہ کی اطاعت سے ہمیں کیا چیز روکتی ہے؟؟

دنیا اور دنیا داری؟؟



## بتاؤ تم کس کا ساتھ دو گے؟؟؟

ادھر ہے نفرت ادھر محبت      ادھر گھٹن ہے ادھر ہوا ہے  
بتاؤ تم کس کا ساتھ دو گے      ادھر شیطان ہی ادھر خدا ہے  
پسند ہے صرف دنیا داری      یا آخرت بھی ہے تم کو پیاری  
ادھر قبیلہ ابو جہل کا      ادھر محمد کا قافلہ ہے  
بتاؤ تم کس کا ساتھ دو گے؟

ادھر شیطان ہے ادھر خدا ہے  
ادھر ادھر میں ہے فرق کتنا      ادھر اماں ہے ادھر ہے فتنہ  
ادھر خیانت ادھر دیانت      ادھر ہے دھوکہ ادھر وفا ہے  
بتاؤ تم کس کا ساتھ دو گے؟

ادھر ہے شیطان ادھر خدا ہے

ادھر دلوں کو دلوں سے جوڑے      ادھر رگوں سے لہو نچوڑے  
ادھر ہے عادل ادھر ہیں قاتل      ادھر جزا ہے ادھر سزا ہے  
بتاؤ تم کس کا ساتھ دو گے؟

ادھر ہے شیطان ادھر خدا ہے  
وہ بے اصولی، یہ نصب العین      ادھر یزیدی ادھر حسینی  
ادھر ہے ذلت کی زندگانی      ادھر شہادت کر بلا ہے  
بتاؤ تم کس کا ساتھ دو گے؟

ادھر ہے شیطان ادھر خدا ہے  
ادھر لگے غازیوں کے میلے      ادھر ہوس مال و زر سے کھیلے  
ادھر ہتھیلی پر سر رکھے ہیں      ادھر ہر انسان بک رہا ہے  
بتاؤ تم کس کا ساتھ دو گے؟

ادھر ہے شیطان ادھر خدا ہے  
صداقت کو قبول کرنا      خراج اس کا وصول کرنا  
ادھر ہے وعدے ادھر عمل ہے      ادھر ہیں دعوے ادھر دعا ہے  
بتاؤ تم کس کا ساتھ دو گے؟

## معاشرتی ہم آہنگی، معاشرتی ترقی

من کی فاختاؤ! پر کھولو  
آندھیوں میں ستم کا لشکر ہے  
رات اندھیری ہے اور تو اس پار  
درمیان آگ کا سمندر ہے!

خالق کائنات نے انسان کو اشرف المخلوقات قرار دیا ہے۔ کیونکہ وہ اسکی ذہین اور خوبصورت ترین تخلیق ہے اور پسندیدہ بھی تاکہ وہ اس کی کائنات کے سربستہ رازوں کو دریافت کرے، تحقیق کرے، اک جہد مسلسل سے خود کو اور اپنے ارد گرد کے ماحولیات کو ترقی و کامیابی کی منزل تک پہنچائے۔ انسان ترقی تو کر رہا ہے مگر اس لامحدود بالیدگی کے عمل نے اس اجتماعی ترقی کو بہت نقصان پہنچایا ہے جو کہ معاشرتی ہم آہنگی کے لیے نہایت ضروری ہے۔

پاکستان ایک متنوع معاشرہ ہے جہاں معاشی، ثقافتی، سیاسی، مذہبی اور معاشرتی تفرقات موجود ہیں جو بلاشبہ رنگ، نسل، ذات، پات اور فرقوں میں منقسم ہے۔ یہی تنوع، تفرقات اور اختلاف رائے پاکستان کے امن، ہم آہنگی اور معاشرتی تناسب کو نقصان پہنچا رہے ہیں۔ نا صرف اندرونی بلکہ بیرونی طور پر بھی ان تفرقات اور منفی رویوں کا مقابلہ صرف تحمل برداشت اور امن کے ذریعے ہی کیا جاسکتا ہے۔ کسی بھی قوم یا معاشرے کے تہذیب یافتہ ہونے کا بنیادی ستون یہی روایات اور ہم آہنگی ہیں جو کہ مرکزی کردار ادا کرتے ہیں۔

ضرورت اس امر کی ہے کہ تنقید برائے تنقید کی بجائے ایسی تجاویز اور اقدامات پر غور کیا جائے جو نا صرف قابل قبول اور قابل عمل ہوں بلکہ ایک طویل مدت تک معاشرتی یگانگت کو فروغ دیں۔ کوئی ذی شعور اس بات کی اہمیت سے انکار نہیں کر سکتا کہ ہمیں اپنے معاشرے میں ایسے فعال اداروں کے مربوط سلسلے کا علم ہونا چاہیے۔ تاکہ ایک عام انسان ایک عام شہری بھی ان کی کارکردگی کا جائزہ لے سکتے ہیں۔

اس سلسلہ میں اولاً ادارہ خاندان ہے۔ جہاں ایک بچہ پرورش پاتا ہے اور اسکی پرورش اسی خاندان کی روایات و اقدار کے مطابق تشکیل پاتی ہیں۔

دوئم، قوم اور حکومت ایسا ادارہ ہے جو بلاشبہ کسی بھی قوم اور معاشرے کی ترقی، امن، اتحاد و یگانگت کو انفرادی و اجتماعی طور پر اثر کرتا ہے۔ حکومت کا فرض ہے کہ وہ انصاف پسندی، مساوات اور لوگوں کی آزادی رائے کی حفاظت کرے، لوگوں کا حق خود ارادیت بغیر کسی نسلی و مذہبی فرق کے محفوظ ہو۔



سوئم: بحیثیت معاشرت، انسان بہت سے اداروں سے وابستہ ہے، جس ادارے میں وہ کام کرتا ہے جس علاقے میں وہ رہائش پذیر ہے۔ جن اداروں سے تعلیم حاصل کرتا ہے۔ وغیرہ وغیرہ۔۔۔۔۔ یہ سب ادارے بلاشبہ انسان کے انفرادی و اجتماعی رویوں، روایات، رہن سہن اور معاشرتی عقائد کو متاثر کرتے ہیں۔

John Galting (جان گالٹنگ) جو ناروے کا انسان پرست (Humanist) ہے کا خیال ہے کہ معاشرے میں امن کے قیام کے لیے میڈیا کا بہت اہم کردار ہے۔ میڈیا کے ذریعے ناصر لوگوں کی عمومی رائے تبدیل کی جاسکتی ہے بلکہ مثبت انداز میں اس کا استعمال معاشرے میں سکون اور چین کا مرکزی اور بہترین ذریعہ بھی ہے۔ میڈیا کئی جہتوں سے اہم کردار ادا کر سکتا ہے۔ جس سے ناصر عملاً نظریات کی اصلاح کی جاسکتی ہے بلکہ از سر نو تشکیل بھی دی جاسکتی ہے۔ میڈیا کا کردار گو مرکزی ہے مگر متاثر کن انداز میں پیش کرنے کے لیے حق، حقیقت اور ذمہ داری اصولوں پر عمل پیرا ہونے کی اشد ضرورت ہے۔

کسی بھی قوم اور ملک میں امن، سکون اور معاشرتی ہم آہنگی کا حصول بذات خود سچا معاشرتی ہونے میں پنہاں ہے۔ جس کا پہلا اصول دوسرے فرد کے جذبات کو سمجھنا، اہمیت دینا، تاکہ جو اہم بھی وہ سب حاصل کر سکیں۔ حقوق و فرائض میں توازن ہی اس کے حصول کی ضمانت ہے۔

**"من لایرحم لایرحم" (جو رحم نہیں کرتا اس پر رحم نہیں کیا جاتا)**

ہمدردی کو فروغ دینا، انفرادی طور پر تفرقات کو کم کرنا ہی باہمی دوستی اور رواداری کی فضا پیدا کرتا ہے۔ جو بتدریج طاقت بنتی ہے اور اتحاد و تنظیم کے دروازے کھولتی ہے۔ اور ایک ایسے معاشرے کی بنیاد رکھتی ہے جہاں انصاف، مساوات اور آزادیء رائے جیسی نعمتیں ہوں۔ جو بلاشبہ ہر قوم کی ترقی اور ہر تہذیب کے وقار کی ضامن ہے۔

بحث سمیٹنے ہوئے اس بات کو نظر انداز نہیں کیا جاسکتا کہ ہمیں معاشرتی ہم آہنگی کی از سر نو تعریف کرنے کی بھی ضرورت ہے۔ بغیر کسی رنگ و نسل، مذہبی و معاشرتی تفرقے کے انسان کو انسانیت کی بنیاد پر عزت دینا، محبت سے اس کی رائے کا احترام کرنا، مساوات کا ماحول پیدا کرنا ہی معاشرتی ہم آہنگی ہے۔ اور کسی بھی معاشرے میں امن کا ضامن بھی۔

## آئمہ اربعہ

دوسری صدی کے اوائل سے چوتھی صدی کے نصف تک کا دور اجتہاد کا سنہرا دور ہے۔ اُفق اجتہاد پر ۱۳ مجتہدین چھائے ہوئے تھے۔ سفیان بن عیینہؒ مکہ میں، مالک بن انسؒ مدینہ میں، حسن بصریؒ بصرہ میں، امام ابو حنیفہؒ اور سفیان ثوریؒ کوفہ میں، امام اوزاعیؒ شام میں، امام شافعیؒ اور لیث بن سعدؒ مصر میں، اسحاق بن راہویہؒ نیشاپور میں، امام ابو ثورؒ، امام محمدؒ، امام داؤد ظاہریؒ اور ابن جریر طبریؒ بغداد میں منصب اجتہاد پہ فائز تھے۔ لیکن جوں جوں زمانہ گزرتا گیا تو ان میں سے اکثر حضرات کے مذاہب بھی تبعین کے چل بسے سے عملی سانچوں سے نکل کر کتابوں کے پیٹ میں اُترتے چلے گئے۔ چنانچہ آج عالم اسلام پہ نمایاں حکمرانی کرنے والے مذاہب چارہ گئے۔ ذیل کی تحریر میں ان ہی مذاہب اربعہ کے مؤسسين وائمہ اور ان کے ممتاز تلامذہ، فقہی مناہج اور اہمات الکتب کا تعارف پیش کیا جا رہا ہے:

### امام ابو حنیفہؒ

آپ کا نام نعمان ہے ابو حنیفہ کنیت ہے، والد کا نام ثابت ہے، اور دادا کا نام زوطاس ہے، آپ کے دادا فارس کے رہنے والے تھے، اسلام لا کر مکہ معظمہ ہجرت کر کے آئے ۸۰ ہجری میں امام ابو حنیفہؒ کی پیدائش ہوئی، تقریباً بیس سال کی عریک علم کی طرف کچھ خاص توجہ نہ دیکر کاروبار میں مصروف رہے، بیس سال کی عمر میں پہلے کوفہ جا کر فقہ کی تعلیم حاصل کی، پھر حدیث کی تعلیم حاصل کی، اسکے بعد بصرہ کے تمام محدثین کے سامنے زانوئے تلمذتہ کر کے علم حدیث میں مہارت کاملہ حاصل کی، پھر مکہ اور مدینہ کے شیوخ سے تعلیم حاصل کی، آپ نہایت بلند پایا فقیہ مجتہد اور محدث تھے، آپ کی طرف حدیث سے کم واقفیت کا الزام بہتان تراشی یا حقیقت سے بے خبری کے سوا کچھ نہیں ہے۔ کیونکہ آپ کہ مجتہد مطلق ہونے پر امت کا اجماع ہے اور مجتہد بغیر حدیث کے کامل علم کے ہو جائے ممکن نہیں، آپ کی وفات ”۱۰ رجب ۱۵۰ھ میں ہوئی، چاروں آئمہ میں تنہا امام ابو حنیفہ کو یہ شرف حاصل ہے کہ آپ کی صحابی رسول حضرت انسؓ اور حضرت ابو طفیلؒ عامر بن وائلہ سے ملاقات ہے، ”ذالک فضل اللہ یؤتیه من یشاء“ آپ کے اساتذہ میں حضرت حماد، امام شعبی، عدی بن ثابت، موسیٰ بن عائشہ، عاصم بن سلیمان، عطاء بن ابی رباح، حضرت باقر، اور حضرت جعفر، بہت مشہور ہیں۔

### امام مالکؒ

آپ کا نام مالک بن انس ہے آپ کے پردادا صحابی رسول تھے امام مالکؒ ۹۳ھ میں مدینہ میں پیدا ہوئے اور علمائے مدینہ سے علم حاصل کیا آپ نے ۷۱ برس کی عمر سے درس حدیث دینا شروع فرما دیا تھا ۱۴ھ میں امام مالکؒ سخت آزمائش سے گزرے آپ کو کوڑوں سے پیٹ گیا، آپ کے ایک فتوے کی وجہ سے منصور کے عامل نے جو مدینہ میں متعین تھا، آپ کو ستر (۷۰) کوڑے



لگوائے، جب خلیفہ منصور کو معلوم ہوا تو اسنے عامل کو بروخواست کر دیا اور امام مالک سے معذرت کیا امام مالک مدینہ میں کمال ادب کی وجہ سے نہ تو استنجا کرتے تھے اور نہ ہی سواری پر سوار ہوتے تھے، آپ کی مایہ ناز کتاب مؤطا کو آپ کے زمانے میں ہی حد درجہ شہرت مل چکی تھی اور آپ کے وصال کے بعد بھی یہ کتاب کافی اہمیت کی حامل رہی ہے، آپ کی وفات ۱۷۹ھ مدینہ میں ہوئی اور بقیع کے قبرستان میں آپ کو دفن کیا گیا۔

### امام شافعیؒ:

آپ کا اسم گرامی محمد اور کنیت ابو عبد اللہ ہے آپ شافعی کے نام سے مشہور ہیں، آپ مقام غزہ میں ۱۵۰ھ میں پیدا ہوئے، والد بچپن ہی میں فوت ہو گئے، دو سال کی عمر میں والدہ آپ کو مکہ لے آئیں آپ وہیں پلے بڑھے، تیرہ سال کی عمر میں آپ امام مالکؒ کے پاس آکر مقیم ہو گئے، امام مالکؒ سے خوب استفادہ کیا ۱۹۹ھ میں مصر تشریف لے گئے اور اخیر عمر تک وہیں رہے، آپ نے بذات خود اپنے مسلک کو پروان چڑھایا، اپنی کتابیں آپ نے خود لکھیں یا اپنے تلامذہ سے لکھوائیں، ۲۰۴ھ مصر میں آپ کی وفات ہوئی۔

### امام احمد بن حنبلؒ:

آپ کا نام احمد اور کنیت ابو عبد اللہ ہے، آپ امام الائمہ اور حافظ الملتہ کے لقب سے ملقب تھے، ۱۶۴ھ میں بغداد میں پیدا ہوئے بچپن سے قاضی ابو یوسف کی مجلس میں حاضر ہوتے تھے، جب امام شافعیؒ بغداد تشریف لائے تو آپ ان سے وابستہ ہو گئے، آپ بلند پایا محدث اور فقہ کے بے مثال استاد تھے، آپ کے اساتذہ میں یحییٰ بن قطان، سفیان بن عیینہ، امام شافعیؒ وغیرہ بہت مشہور ہیں، جبکہ آپ کے تلامذہ میں امام بخاری، امام مسلم، عبد الرزاق اور وکیع قابل ذکر ہیں، ۲۴۱ھ بغداد میں جمعہ کے روز آپ کی وفات ہوئی، آپ کی مشہور تصنیف "مسند احمد" محدثین کے نزدیک آپ کا عظیم الشان کارنامہ شمار ہوتا ہے۔





## ایک سبق، ایک درس

دو مریض اسپتال کے بستروں پر لیٹے ہوئے تھے۔  
ایک شخص بیٹھنے کے قابل تھا، اس کا بستر کمرے میں موجود کھڑکی کے پاس تھا۔  
جب کہ دوسرا شخص پورا دن اپنے بستر پر لیٹ کر گزارتا تھا۔  
کھڑکی والا شخص بیٹھ کر اپنے پڑوسی کو سب بتاتا جو اسے کھڑکی سے نظر آتا تھا۔  
دوسرا شخص وہ سب سننے کا انتظار کیا کرتا تھا  
کھڑکی سے ایک باغ نظر آتا تھا، جس میں خوبصورت نہر بھی تھی  
اس نہر میں بچے کھلونا کشتیاں چلاتے تھے، منظر بہت دل فریب تھا  
کھڑکی کے نزدیک والا برابر لیٹے ہوئے شخص کو تمام تفصیلات بتاتا اور لیٹا ہوا شخص تصور کی دنیا میں کھوجاتا تھا  
ایک دن نرس کمرے میں داخل ہوئی اور کھڑکی والے شخص کو مردہ پایا  
دوسرے شخص نے اپنا بستر کھڑکی کے پاس لگانے کی فرمائش کی، نرس نے ایسا ہی کیا اور کمرے سے چلی گئی  
اس شخص نے کہنیوں کے بل بمشکل اٹھنے کی کوشش کی تاکہ کھڑکی سے جھانک سکے  
لیکن اسے صرف دیوار نظر آئی  
اس شخص نے نرس کو بلایا اور پوچھا کہ یہاں موجود مریض وہ سب کیسے دیکھ لیتا تھا جو وہ مجھے بتایا کرتا تھا؟  
نرس نے بتایا وہ شخص نابینا تھا اور یہ دیوار تک دیکھنے کے قابل نہیں تھا  
وہ شاید دوسرے مریض میں زندگی کی لہر دوڑانا چاہتا تھا، اسے خوشی دینا چاہتا تھا  
اپنی تکلیف بھول کر دوسروں کو خوشی دینے سے بڑھ کر دوسری کوئی خوشی نہیں  
خوشی بانٹنے سے بڑھتی ہے  
آپ بھی دنیا میں تھوڑی سی خوشی کی وجہ بن کر اس دنیا کو مزید بہتر بنائیں

Yes We Can

We'll can

## دلچسپ اور عجیب



اگر آپ کو تاریکی میں ڈر لگتا ہے تو امریکا کے شمال میں واقع قصبہ بالکل پسند نہیں آئے گا۔

امریکی ریاست الاسکا کا قصبہ یٹلیا جیوک، جس کو پہلے بیرو کے نام سے جانا جاتا تھا، وہاں 18 نومبر کو جب سورج غروب ہوا تو طویل ترین رات کا آغاز ہوا۔ درحقیقت یہ اس قصبے میں 2020 میں آخری بار سورج غروب ہوا تھا اور اب وہاں کے رہائشی سورج کی روشنی کو دوبارہ 2 ماہ سے زیادہ عرصے بعد دیکھ سکیں

گے۔ اس کی وجہ پولر نائٹ یا قطبی رات ہے جو آرکٹک اور انٹارکٹیکا میں ہر سال موسم سرما میں نظر آتا ہے کیونکہ زمین اپنے محور پر کچھ جھک جاتی ہے۔ ایسا ہونے سے آرکٹک سرکل سرما اور بہار کے دوران سورج سے کئی دنوں، ہفتوں بلکہ مہینوں تک دور رہ سکتا ہے۔ اس کے مقابلے میں گرمیوں میں اس خطے میں سورج کی روشنی 24 گھنٹے تک برقرار رہتی ہے اور اس کو ڈائٹ سن کہا جاتا ہے۔ زمین کے شمالی نصف کرے میں جون کے آخر سے دن کا دورانیہ گھٹنے لگتا ہے اور ہر ملک میں سورج کے غروب ہونے کا دورانیہ کم ہونے لگتا ہے، مگر اس کا اثر شمالی خطوں پر سب سے زیادہ ہوتا ہے۔

وہاں دن کا دورانیہ ستمبر کے آخر میں بہت تیزی سے کم ہونے لگتا ہے، ایسا ہی الاسکا کے اس قصبے میں بھی ہوا۔

یکم نومبر کو یٹلیا جیوک میں 5 گھنٹے 42 منٹ تک سورج کی روشنی دیکھی گئی تھی، یعنی صبح 10 بج کر 18 منٹ پر سورج طلوع ہوا اور 4 بجے غروب ہوا۔

18 نومبر کو سورج صرف 34 منٹ کے لیے طلوع ہوا اور دوپہر ایک بج کر 29 منٹ پر غروب ہو گیا اور اب 66 دن بعد دوبارہ طلوع

ہو گا۔ ویسے اس دوران سورج کی روشنی کسی حد تک تو نظر آئے گی مگر یہ معمول کے سورج غروب یا طلوع ہونا جیسا نہیں ہو گا۔

اب وہاں سورج 23 جنوری کو دوبارہ طلوع ہو گا۔ ویسے 2 ماہ سے زیادہ عرصے تک تاریکی کے بارے میں سننا عجیب تو لگتا ہے مگر اس قصبے کو 11 مئی سے 18 اگست تک کبھی ختم نہ ہونے والی دن کی روشنی کا بھی سامنا ہوتا ہے۔

شمالی اور جنوبی قطب میں سال میں ایک بار سورج غروب اور طلوع ہوتا ہے، یعنی بہار میں سورج طلوع ہوتا ہے اور سرما میں غروب ہوتا ہے۔ شمالی قطب میں اس کے نتیجے میں مارچ سے ستمبر تک سورج کی روشنی رہتی ہے جبکہ باقی 6 ماہ تاریکی کا راج ہوتا ہے اور صرف ستاروں، چاند کی روشنی ہی نظر آتی ہے۔

اس سے زیادہ حیران کن بات یہ ہے کہ الاسکا کے اس قصبے میں سورج کی روشنی کے گھٹنے اتنے ہی ہوتے ہیں جتنے دیگر ممالک کے شہروں میں، اس کی وجہ گرمیوں میں طویل دن ہوتے ہیں۔



## کیا کیا قیامت ڈھائے یہ غصہ

غصہ آنا انسان کی اور اس پر قابو پانا مومن کی نشانی ہے۔ غصہ حماقت سے شروع ہو کر ندامت پر ختم ہوتا ہے۔ غصہ کرنا دوسرے کی غلطی کی سزا خود کو دینا ہے۔ غصے کا منفی انداز میں اظہار بعض اوقات پریشانی کا سبب بن جاتا ہے، خاص طور پر تب جب اس سے کسی کو نقصان پہنچنے یا کسی کے جذبات مجروح ہونے کا خطرہ ہو۔ غصے کے وقت سہی فیصلہ لینا یا سوچنا سمجھنا اس لیے بھی مشکل ہو جاتا ہے چونکہ غصہ بن بلائے آتا ہے اور ذہن کو کچھ دیر کے لیے سن کر دیتا ہے۔

انسان کتنا ہی بڑا کیوں نہ ہو جائے اندر سے بچہ ہی رہتا ہے، اس وجہ سے لوگ بچوں کی طرح چاہتے ہیں کہ ہر چیز ان کی مرضی کے مطابق ہو اور جب ایسا نہیں ہوتا تو وہ غصے میں آجاتے ہیں۔ آج کے دور میں لوگوں میں قوت برداشت بہت کم ہو گئی ہے۔ جس کی وجہ سے انہیں چھوٹی چھوٹی باتوں پہ غصہ آ جاتا ہے۔

اگر کوئی آپ کو دھوکہ دے، آپ کو نقصان پہنچانے کی کوشش کرے، یا آپ کو بنا کسی وجہ کے تنقید کا نشانہ بنائے تو آپ کو غصہ آنے لگتا ہے۔ غصے کا تعمیری انداز میں اظہار اکثر مشکل ہو جاتا ہے کیونکہ غصہ کے وقت انسان جذبات میں بہہ کر صحیح اور غلط کی تمیز بھول جاتا ہے اور اس کا غصہ معاملات کو بہتر بنانے کے بجائے ان کے بگاڑ کا سبب بن جاتا ہے۔

تم انسان کے دل میں چاقو گھونپ کر باہر نکال سکتے ہو لیکن چاقو کے باہر نکلنے کے بعد تم ہزار بار بھی معذرت کرو معافی مانگو اس کا کوئی فائدہ نہیں ہو گا وہ زخم اپنی جگہ باقی رہے گا۔ یاد رکھو زبان کا زخم چاقو سے کہیں بدتر اور دردناک ہوتا ہے۔ اس لیے غصے نہ کرو، کیونکہ قابل سے قابل آدمی کو بھی بے وقوف بنا دیتا ہے۔ کہتے ہیں کہ انسان کی عقل کا اندازہ غصے کی حالت میں لگانا چاہیے۔

غصہ وہ چیز ہے جس سے انسان کے اندر سخت ہیجان پیدا ہوتا ہے، چہرہ سرخ ہو جاتا ہے، دل کی دھڑکن بڑھ جاتی ہے، نبض کی رفتار تیز ہو جاتی ہے، سانس چڑھنے لگتی ہے حتیٰ کہ ایک سنجیدہ و خوبصورت انسان خوفناک اور وحشت ناک شکل اختیار کر لیتا ہے۔ صرف یہی نہیں غصے کے وجہ سے انسان ایسی حرکات کر بیٹھتا ہے جو اس کے لئے ہلاکت و بربادی کا سبب بن جاتی ہیں۔

لوگ کہتے ہیں کہ انھیں تب غصہ آتا ہے جب کوئی غلط بات یا کام ہو۔ لیکن، بات تو تب ہے کہ کوئی گاڑی اونچے نیچے راستوں پر بھی اچھی چلے کیونکہ ہموار سڑک پر تو ہر گاڑی اچھی چلتی ہی ہے۔

غصے میں بولے ہوئے الفاظ کسی کا بھی دل دکھاتے ہیں، لوگوں کی دل آزاری کرتے ہیں۔ وقت کے ساتھ ساتھ غصہ تو ختم ہو جاتا ہے مگر اس سے ہم دوسروں کو جو چوٹ لگاتے ہیں وہ ان سوراخوں کی طرح ان کے دل پر ہمیشہ اپنے نشان چھوڑ دیتی ہے۔ اس لیے یاد رکھو کہ غصہ بہترین دوستی اور مضبوط ترین ناتوں کو نیست و نابو کر دیتا ہے۔ اس سے حد درجہ پرہیز کرو۔



جب کوئی آپ کو غصہ دلاتا ہے تو آپ کی جذباتی کیفیت آپ کو یا تو بھاگنے یا پھر مقابلہ کرنے کے لیے تیار کرتی ہے۔ اس سے آپ کو طاقت بھی ملتی ہے اور اپنا دفاع کرنے کی ہمت بھی۔ اس قوت اور جذباتی بہاؤ کا جسم سے غصے کی شکل میں باہر نکلنا ضروری ہے۔ اگر ایسا نہ ہو تو یہ جمع ہوتے ہوتے جسم و ذہن پر منفی اثرات مرتب کرنا شروع کر دیتا ہے۔

قرآن مجید میں اللہ تعالیٰ نے غصے پر قابو پانے والوں کی تعریف فرمائی ہے:

وَالَّذِينَ يَجْتَنِبُونَ كَبَائِرَ الْإِثْمِ وَالْفَوَاحِشَ وَإِذَا مَا غَضِبُوا هُمْ يَغْفِرُونَ

وہ لوگ جو بڑے گناہوں اور بے حیائی کے کاموں سے بچتے ہیں اور جب غصے میں آتے ہیں تو معاف کر دیتے ہیں۔“

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ”بہت زیادہ طاقتور وہ نہیں جو (مقابلہ کو) بہت زیادہ بچھاڑنے والا ہے، بہت زیادہ طاقتور صرف وہ ہے جو غصے کے وقت اپنے آپ پر قابو رکھے۔“

سلیمان بن صد رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ میں نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے پاس بیٹھا تھا، وہ آدمی آپس میں گالی گلوچ کر رہے تھے ان میں سے ایک کا چہرہ سرخ ہو گیا اور گلے کی رگیں پھول گئیں تو نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

”مجھے ایک ایسا کلمہ معلوم ہے کہ کہ اگر یہ وہ کلمہ کہہ لے تو اس کی یہ حالت ختم ہو جائے اگر یہ کہہ لے: (اعوذ باللہ من الشیطان الرجیم) تو جو کچھ اس پر گزر رہی ہے ختم ہو جائے۔ الحدیث۔ (بخاری: 3282)

غصے پر قابو کیسے پایا جائے؟

کامیاب زندگی گزارنے کا راز یہ ہے کہ آپ اپنے جذبات کے تابع نہیں بلکہ جذبات آپ کے تابع ہوں۔ غصے کو اپنا تابع بنانے سے پہلے اس کے پیچھے چھپی وجہ کو سمجھنا ضروری ہے۔ غصہ اکثر کسی گہری چوٹ کی وجہ سے آتا ہے۔ ماضی میں ہم نے جو جو تکالیف برداشت کی ہوتی ہیں وہ آگے چل کر ہمارے غصے کی وجہ بن جاتی ہیں۔

کسی بھی ایسی صورتحال میں جہاں ہمیں دکھ یا چوٹ پہنچنے کا خطرہ ہو غصہ ہمارا پہلا رد عمل ہوتا ہے۔ یہ اس تکلیف سے بچنے یا اسے چھپانے کا ایک طریقہ ہوتا ہے۔ تکلیف دور کرنے کے لیے اس کو تسلیم کرنا ضروری ہے۔ ہمیں سمجھنے کی ضرورت ہے کہ اگر ہمیں غصہ آرہا ہے تو اس کا مطلب ہے کہ ہمیں کوئی تکلیف یا کوئی پریشانی ضرور ہے۔

اگر ہم اپنی تکلیف کو پہچاننے اور اس کو تسلیم کرنے لگیں گے تو ایسی صورتحال میں ہمارے لیے اپنے جذبات پر قابو پانا اور ان کا سہی انداز میں اظہار کرنا آسان ہو جائے گا۔ غصے کے وقت محسوس ہونے والی علامات کو پہچاننے کی کوشش کریں۔ دل کی دھڑکن تیز ہو جانا یا جسم کا اکڑنا چند عام علامات ہیں جو اس وقت ظاہر ہوتی ہیں جب آپ کو غصہ آرہا ہوتا ہے۔

غصے کے وقت خود سے پوچھیں، ”کیا میں اتنے غصے میں ہوں کہ خود پہ قابو نہیں رکھ سکتا؟“ اگر جواب ہاں ہو تو خود کو اس جگہ سے ہٹا لیں۔ کھلی فضا میں جائیں، لمبی لمبی سانس لیں۔ غرض یہ کہ خود کو نارمل کرنے کی کوشش کریں۔ غصے کا مثبت انداز میں اظہار ضروری ہے۔



اگر آپ کا خود پر قابو نہیں ہو گا تو آپ اپنی بات سہی طرح دوسرے تک پہنچا نہیں پائیں گے اور آپ کا غصہ مزید بڑھ جائے گا۔ جس بات پر آپ کو غصہ ہے کھل کر اس بارے میں بات کریں۔ دوسروں کی آرا کا احترام کرتے ہوئے اپنے خیالات اور اعتراضات کا اظہار کریں۔ اگر آپ دوسروں کی سوچ کا احترام کریں گے تو لوگ آپ کے موقف کو بھی سننے اور سمجھنے کی کوشش کریں گے۔ زیادہ غصہ آنے کی ایک وجہ یہ بھی ہے کہ ہم خوف زدہ ہو جاتے ہیں۔ ہمیں لگنے لگتا ہے کہ اگر ہم نے غصے کا اظہار نہ کیا تو لوگ ہمیں دبا دیں گے یا ہماری بات کو اہمیت نہیں دیں گے۔ سب سے پہلے اپنے دل سے یہ خوف نکال دیں۔ اپنا بچاؤ کرنے میں ہم اپنی رائے کا اظہار نہیں کر پاتے۔

### دُعا کی اہمیت:

دعا کی اہمیت کیلئے صرف یہی کافی ہے کہ اللہ تعالیٰ نے سورہ فاتحہ میں اپنے بندوں کو نہ صرف دُعا مانگنے کی تعلیم دی ہے بلکہ دعا مانگنے کا طریقہ بھی بتایا ہے۔ نیز ارشاد باری ہے: (اے پیغمبر) جب آپ سے میرے بندے میرے متعلق دریافت کریں تو (فرمادیتے ہیں) میں قریب ہی ہوں، جب کوئی مجھے پکارتا ہے تو میں پکارنے والے کی پکار سنتا ہوں۔" (البقرہ 186)۔

غرضیکہ دعا قبول کرنے والا خود ضمانت دے رہا ہے کہ دعا قبول کی جاتی ہے۔ اس سے بڑھ کر دعا کی اہمیت کیا ہو سکتی ہے۔ نیز اللہ تعالیٰ نے بندوں کو حکم دیتے ہوئے فرمایا:

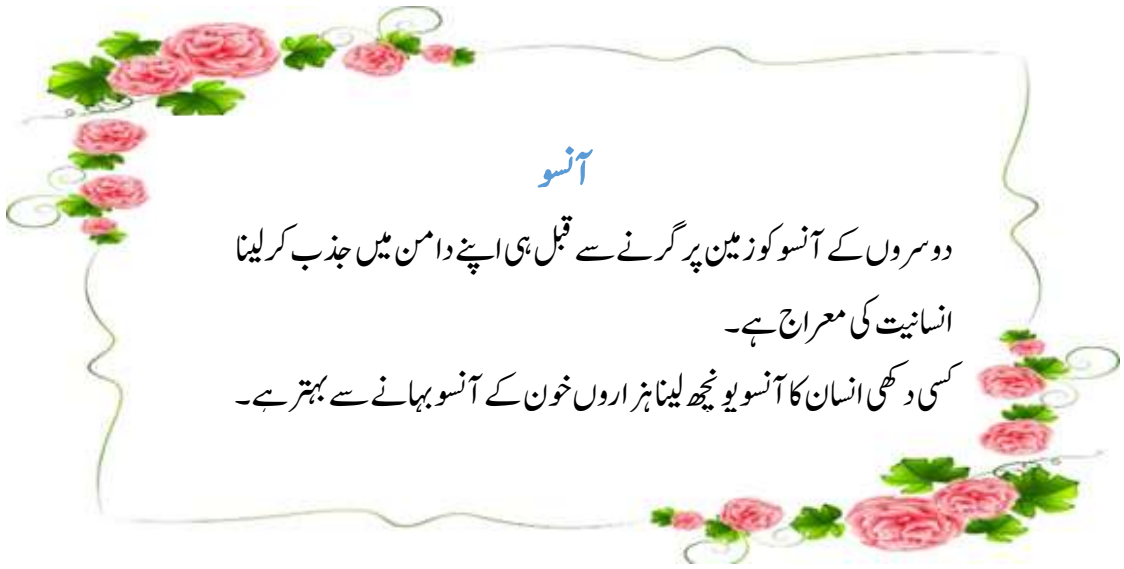
"تمہارے پروردگار نے کہا کہ تم مجھ سے دعا کرو، میں تمہاری دعا قبول کروں گا۔" (المؤمن 60)۔

## علامہ سید سلیمان ندوی

علامہ سید سلیمان ندوی نومبر 1884ء میں موضع دیسنہ ضلع عظیم آباد میں پیدا ہوئے۔ یہ بڑا مردم خیز خطہ ہے۔ اس چھوٹے سے گاؤں نے جتنے گریجویٹ پیدا کیے اتنے پاک و ہند کے کسی اور گاؤں نے پیدا نہ کیے ہوں گے۔ اسی طرح اس نے عربی کے بھی متعدد منتهی پیدا کیے۔ انہی میں سید سلیمان ندوی کا شمار ہوتا ہے۔ ان کے والد ماجد کا نام ابوالحسن تھا۔ مولانا سید سلیمان ندوی نے ابتدائی تعلیم قصبہ پھلواری بھنگہ میں حاصل کی۔ اس کے بعد دارالعلوم ندوۃ العلماء لکھنؤ میں تعلیم حاصل کی۔ اسی زمانے میں علامہ شبلی نعمانی نے مولانا ندوی صاحب کو اپنے حلقہ تلمذ میں شامل کر لیا۔ سید صاحب جب فارغ التحصیل ہوئے تو اسی ادارے سے وابستہ ہو گئے لیکن وہ بہتر ملازمت کے سلسلے میں حیدرآباد جانا چاہتے تھے۔ علامہ شبلی نعمانی نے کوششیں بھی کیں لیکن انہیں کامیابی نہیں ہوئی۔ اس سلسلے میں سید صاحب 1908ء میں حیدرآباد بھی گئے تھے لیکن قدرت کو ان سے کچھ اور ہی کام لینا تھا۔ سید سلیمان ندوی صاحب عربی زبان پر بھی بڑی قدرت رکھتے تھے۔ دارالعلوم ندوہ کے سالانہ اجلاس میں سید صاحب نے پہلی دفعہ عربی میں ہر جتہ تقریر کی جسے سن کر علامہ شبلی اس قدر خوش ہوئے کہ انہوں نے جلسہ میں اپنا عمامہ اتار کر ان کے سر پر رکھ دیا۔ سید صاحب نے کچھ عرصہ دارالعلوم میں تدریسی خدمات انجام دیں جبکہ کچھ عرصہ تک ”الہلال“ میں مولانا ابوالکلام آزاد کے ساتھ کام کیا۔ اس کے بعد وہ دکن کالج پونا میں دو سال تک فارسی کے اسٹنٹ پروفیسر رہے۔ مارچ 1911ء میں سید صاحب کو پھر حیدرآباد جانے کا موقع ملا۔ علامہ شبلی کے دوران قیام عماد الملک نے ان کے ندوۃ العلماء کے کام سے متاثر ہو کر اپنا پیش قیمت کتب خانہ ندوہ کو دے دیا تھا۔ چنانچہ اس کتب خانے کو حیدرآباد سے لانے کیلئے مولانا شبلی نعمانی نے سید صاحب کا انتخاب کیا۔ 1941ء میں جب علامہ شبلی نعمانی کا انتقال ہوا تو سید صاحب دکن کالج پونا میں لیکچرار تھے۔ علامہ صاحب نے ان کو وصیت کی تھی کہ سب کام چھوڑ کر سیرۃ النبی ﷺ کی تکمیل اور اشاعت کا فرض ادا کریں۔ چنانچہ سید صاحب نے ملازمت ترک کر دی۔ ان کے پیش نظر دو اہم منصوبوں کی تکمیل تھی۔ ایک سیرۃ النبی ﷺ کی تصنیف و تالیف اور دوسرا ادارہ لمصنفین کے نوخیز پودے کو بار آور کرنا۔ انہوں نے ہر جانب سے منہ موڑ کر اپنے آپ کو ان مقاصد کے لئے وقف کر دیا۔ بالآخر بڑی خوش اسلوبی سے انہوں نے اپنے استاد کی نامکمل کتاب کو پائیہ تکمیل تک پہنچایا اس کی وجہ سے علمی دنیا میں ان کا نام دور دور تک مشہور ہو گیا سیرت کی چھ جلدوں میں ماہر ابتدائی پونے دو جلدیں ان کے استاد شبلی نعمانی کی ہیں جبکہ بقیہ سواچار کتابیں انہوں نے خود مرتب کیں سید صاحب کی علمی فضیلت کے حوالے سے جناب ضیاء الدین برنی اپنی کتاب ”عظمت رفتہ



“میں لکھتے ہیں کہ 1920ء میں جب وفد خلافت انگلستان بھیجنے کی تجویز سامنے آئی تو سلیمان ندوی کو ان کی غیر معمولی علمی فضیلت کی وجہ سے علمائے ہند کی جانب سے وفد سے میں شامل کیا گیا۔ وہاں انہوں نے ممتاز مستشرقین سے ملاقاتیں کیں اور انہیں اپنا ہم خیال بنایا انہوں نے جنگ آزادی میں بھی بھرپور حصہ لیا 1917ء میں اجلاس علمائے بنگال منعقدہ کلکتہ کی صدارت فرمائی اور حکومت کے جبر و تشدد کے باوجود جرات آموز خطبہ عطا کیا کہ لوگوں کے ذہن سے انگریز کی مرعوبیت اٹھ گئی علامہ شبلی نعمانی کی طرح علامہ سید سلیمان ندوی کو بھی تاریخ اور ادب سے خاص لگاؤ تھا۔ انہوں نے سیرت، سوانح، مذہب زبان و ادب کے مسائل پر تحقیقی کام کیا اور ماہنامہ معارف جاری کیا اور اس کے ذریعے دین و ادب کی ٹھوس خدمت کی 1950ء میں ندوی صاحب پاکستان آگئے اور کراچی میں آباد ہوئے یہاں انہوں نے پاکستان اور ملت اسلامیہ کی جو خدمات انجام دیں وہ کبھی فراموش نہیں کی جاسکتیں ندوی صاحب ایک بلند پایہ عالم مورخ، مصنف اور مدبر تھے۔ ان کی تصانیف میں سیرت النبی حصہ سوم تا ششم، خطبات مدارس، عرب و ہند کے تعلقات، عربوں کی جہاز رانی، سیرت عائشہ، حیات شبلی، خیام اور نقوش سلیمانی شامل ہیں۔ علامہ سلیمان ندوی کو شعر و سخن کا بھی شوق تھا۔ ان کا شعری مجموعہ ”ارمغان سلیمان“ کے عنوان سے شائع ہو ا۔ ان کی خدمات کے اعتراف میں حکومت پاکستان نے ان کو ”نشان سپاس“ سے نوازا۔ نومبر کے آخری مہینے 1953ء کو مولانا ندوی مجاہد اسلام، عالم، ادیب شاعر علامہ شبلی نعمانی کے رفیق کار اور شاگرد مولف ”سیرت النبی“ نے دار فانی سے کوچ کیا اور مالک حقیقی سے جا ملے مولانا کی آخری آرام گاہ اسلامیہ کالج کراچی کے عقب میں ایک احاطہ میں واقع ہے۔ ان کی تدفین کے وقت سفیر شام نے کہا کہ ہم سلیمان ندوی کو دفن نہیں کر رہے بلکہ انسائیکلو پیڈیا آف اسلام دفن کر رہے ہیں۔



### آنسو

دوسروں کے آنسو کو زمین پر گرنے سے قبل ہی اپنے دامن میں جذب کر لینا  
انسانیت کی معراج ہے۔

کسی دکھی انسان کا آنسو یونچھ لینا ہزاروں خون کے آنسو بہانے سے بہتر ہے۔

## مفید سزا

اسکول میں گرمیوں کی چھٹیاں شروع ہو گئی تھیں۔ اس وقت ہم چاروں بہن بھائی ”چھٹیاں کیسے گزاریں“ کے موضوع پر مذاکرات کر رہے تھے۔ سونیا کی نظر امی پر پڑی جو باورچی خانے میں کھانا بنا رہی تھیں۔ اچانک اس کے ذہن میں ایک آئیڈیا آیا۔ وہ جو شیلے انداز سے بولی: ”ہم اپنا باورچی خانہ کھولتے ہیں۔“

”ارے وہ تو پہلے سے ہی کھلا ہوا ہے اور وہاں امی کھانا بھی بنا رہی ہیں۔“ ارمغان عجیب سی نظروں سے سونیا کو دیکھتے ہوئے بولا۔

”ارے بھئی موٹی عقل والے میرے کہنے کا مطلب ہے کہ ہم اپنا ہوٹل کھولتے ہیں جہاں ہم کھانا بنائیں گے، لوگوں کو کھلائیں گے، پیسے کمائیں گے۔ چھٹیوں سے فائدہ اٹھائیں گے اور پیسے بھی ہاتھ آجائیں گے۔“

سونیا بالکل بڑے لوگوں کی طرح سمجھاتے ہوئے بولی۔

”پہلے پہل تو ارمغان سنتا رہا پھر بولا: ”اچھا مجھے یہ تو بتاؤ کہ یہ موٹی عقل کا مطلب کیا ہوتا ہے میری سمجھ میں یہ نہیں آتا کہ یہ عقل ہوتی کیسی ہے۔ لمبی، چھوٹی، تیلی یا موٹی، چوکور یا گول، یہ چلتی ہے یا اڑتی ہے اور تمہیں کیا پتا میری عقل موٹی ہے یا تیلی تم دیکھ کر آئی ہو!“

بھیانے مداخلت کی: ”اچھا، یہ بتاؤ کہ ہم اپنا ہوٹل کھولیں گے کہاں؟ کھانا بنائے گا کون؟ اور کھانا کھانے آئے گا کون؟“

صبا نے کہا: ”مجھے یہ ٹھیک لگ رہا ہے، ہمارا وہ کمرہ جو مین روڈ پر کھلتا ہے اُسے ہم ہوٹل بنائیں گے، کھانا باورچی خانے میں بنا کر کمرے میں رکھ دیں گے۔“

ایک بڑا سا بنیر بنو الیں گے، جس پر لکھا ہو گا کہ ہم نے ایک شان دار ہوٹل بنایا ہے جہاں نہایت ہی لذیذ کھانا دستیاب ہے۔

بھیارا ضی ہوئے تو سارا کام آسان ہو گیا۔ تیسرے دن ہم نے اپنا اپنا کام سنبھال لیا۔ سونیا اور صبا نے پچھلا کمر پہلے ہی صاف ستھرا کر لیا تھا۔

بھیانے کھانا پکانے کا سامان اکٹھا کیا اگرچہ کچن میں سب کچھ بکھیرنے پر انہیں امی سے ڈانٹ بھی پڑی، جو انہوں نے چپ چاپ سن بھی لی۔ ارمغان سب کو ہوٹل کے بارے میں بتانے کے لئے چل پڑا، جہاں اسے عجیب باتیں سننی پڑیں، لیکن اس نے بہترین صبر کا مظاہرہ کیا۔

جب کھانا بنانے کی باری آئی تو ناچ نہ جانے آنگن ٹیڑھا کے مصداق سب نے کھانا خراب کرنے میں پورا پورا حصہ لیا۔ سونیا نے دادا ابا کے ہاضمے کے چورن کو بطور گرم مصالحہ ڈالا۔ ارمغان نے نمک چیک کیا تو کم ہونے پر نمک ڈھونڈنے کے لئے نظریں دوڑائیں، بیسن کے پاس پڑے نمک کو چاولوں میں ڈالا جو حقیقت میں برتن دھونے والا سفید سفوف تھا۔





## امانت

آج سے تقریباً دو سال قبل میں ایک شادی میں شرکت کے بعد اپنے بیٹے کے ساتھ ٹرین میں کراچی سے لاہور آ رہا تھا۔ گاڑی روٹھی اسٹیشن سے گزری تو ہم دونوں نے کھانا کھایا اور اپنی اپنی برتھ پر لیٹ گئے۔ اچانک گاڑی میں موجود لوگوں نے شور مچانا شروع کر دیا کہ ٹرین میں آگ لگ گئی ہے۔ آگ انجن کے نزدیک دو بوگیوں میں لگی تھی، مگر گاڑی ہو کی رفتار سے جا رہی تھی، لہذا آگ کے شعلے بڑی تیزی سے دوسری بوگیوں کو اپنی لپیٹ میں لے رہے تھے۔ لوگوں نے زنجیر کھینچ کر گاڑی روکنے کی کوشش کی اور آخر گاڑی ایک زبردست جھٹکے کے ساتھ رک گئی۔

جان بچانے کے لئے لوگوں نے ٹرین سے چھلانگیں لگا دیں۔ بہت سے لوگ انسان دوستی کے جذبے سے کمزور اور پھنسے ہوئے مسافروں کی مدد کر رہے تھے۔

میں بھی اس نیکی کے کام میں اپنے بیٹے کے ساتھ مل کر لوگوں کی مدد کرنے لگا۔ ہماری بوگی انجن سے ذرا دور تھی، اس لئے تپش کم تھی۔ قریبی گاؤں کے لوگ بھی مسافروں کی مدد کے لئے آگئے تھے۔ ہر طرف چیخ پکار کی آوازیں گونج رہی تھیں۔ اچانک میری نظر ایک بوڑھی عورت کی طرف پڑی جو ایک بھاری صندوق کے نیچے دبی ہوئی تھی اور بڑی طرح زخمی تھی۔

اس کے سر اور منہ سے خون نکل رہا تھا۔ میں اس بوڑھی عورت کے قریب پہنچا اور اس کے اوپر سے بکس ہٹایا تو اس نے اشارے سے اور بڑی دھیمی آواز میں کہا: ”بیٹا! یہ ایک کالے رنگ کا بیگ ہے جو میری بیٹی کی امانت ہے۔ تم اس بیگ کو میری بیٹی تک پہنچا دینا۔“

میں نے بیٹی کا نام اور پتا معلوم کرنے کی کوشش کی تو اس کے منہ سے صرف اتنا نکلا کہ وہ ملتان میں رہتی ہے اور اس کا نام رضیہ ہے اور وہ اسکول اسکول.....“ یہ کہتے کہتے بڑھیا کی جان نکل گئی۔ میں نے اپنے بیٹے سے کہا کہ وہ اس کالے بیگ کو اپنے سامان کے ساتھ محفوظ کر لے، کیونکہ اگر پولیس آگئی تو ہمیں کوئی چیز اٹھانے نہیں دے گی۔ لہذا ہم نے وہ بیگ اپنے سامان کے ساتھ محفوظ کر لیا۔

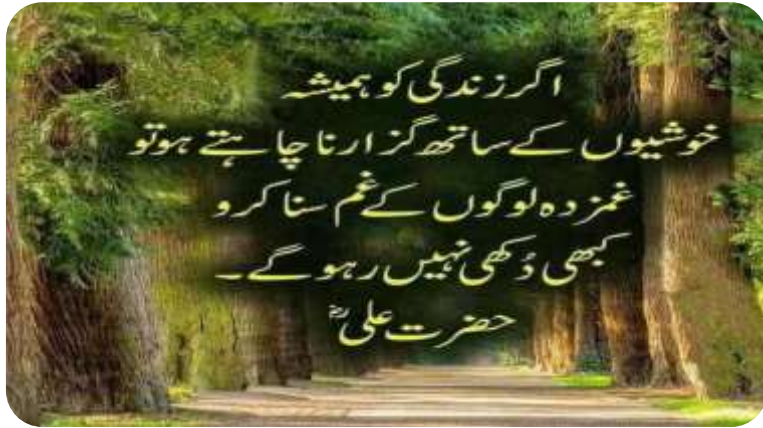
گھر پہنچنے کے بعد بوڑھی عورت کی امانت کو اس کی لڑکی تک پہنچانا چاہا، مگر پتانا مکمل تھا۔ پھر بھی میں نے ہمت نہ ہاری اور اپنے بیٹے کے ساتھ ملتان آیا اور مختلف اسکولوں میں رضیہ نام کی استانی یا اس نام کے کسی دوسرے اسٹاف کے بارے میں معلوم کیا، تاکہ یہ بیگ ہم سے دے دیں۔



ہماری تمام تر کوشش کے باوجود وہ لڑکی نہ مل سکی اور ہم واپس لاہور آگئے۔ کچھ عرصہ گزرنے کے بعد ایک بار پھر ہمارا ملتان جانا ہوا۔ اس بار ایک عزم کے ساتھ رضیہ کی تلاش شروع کر دی۔ اب ہم جس جگہ بھی جاتے لوگوں سے رضیہ نامی لڑکی کے متعلق معلومات حاصل کرنے کی کوشش کی تو اس نے بتایا کہ وہ نام تو نہیں جانتا البتہ ہمارے محلے میں ایک عورت رہتی ہے جس کی والدہ کا انتقال ٹرین کے حادثے میں ہوا تھا۔

ہم اس شخص کے ہمراہ وہاں گئے تو معلوم ہوا کہ اس کا نام رضیہ ہے اور وہ سکول کے قریب ایک چھوٹے سے گھر میں رہتی ہے۔ مزید معلوم کرنے پر رضیہ نے بتایا کہ ماں کے پاس میرا کچھ روپیہ اور زیور تھا۔ وہ زیورات میری والدہ مجھے واپس کرنے کے لئے ٹرین سے آرہی تھیں کہ یہ حادثہ پیش آگیا۔

میں ابھی کچھ سوچ ہی رہا تھا کہ میرے بیٹے نے رضیہ سے کہا کہ وہ اپنی والدہ کی کوئی فوٹو ہمیں دکھائے، تاکہ ہمیں تسلی ہو۔ مجھے اس بات کا علم نہیں تھا کہ میرے بیٹے نے اپنے موبائل سے حادثے کے وقت اس بوڑھی عورت کا فوٹو لے لیا تھا۔ فوٹو دیکھ کر ہمیں تسلی ہوگئی کہ وہ بوڑھی عورت واقعہ رضیہ کی ماں ہی تھی۔ ہم نے کالے بیگ کو کھول کر نہیں دیکھا تھا، مگر جب رضیہ کی موجودگی میں ہم نے بیگ کھولا تو واقعی اس میں سونے کے زیورات کے علاوہ معقول نقدی بھی تھی۔ ہم نے وہ بیگ رضیہ کے حوالے کیا تو رضیہ کی آنکھوں میں خوشی اور غم سے آنسو تھے۔ غم اپنی ماں کے بچھڑنے کا تھا اور خوشی اس بات کی تھی کہ اس کی عمر بھر کی کمائی محفوظ تھی۔



تھوڑا تھوڑا خرچ کریں ہم

ننھی سے یہ بولیں نانی  
آجا میری گود میں آجا  
یہ جو اپنی گول زمیں ہے  
سب دنیا تھی ایک سمندر  
رفتہ رفتہ ابھری خشکی  
پیڑ، پہاڑ، چٹانیں، صحرا  
ساری چیزیں ہو گئیں پیدا  
جب اللہ نے حکم سے اپنے  
دنیا میں انسان کو بھیجا  
تم کو سن کر حیرت ہوگی  
حصے چار، زمیں کے ہوں تو  
لیکن، استعمال کے قابل  
تھوڑا تھوڑا خرچ کریں ہم

میری پیاری گڑیاری  
سن لے مجھ سے ایک کہانی  
پہلے پہل تھی پانی پانی  
جس کی لہریں تھیں طوفانی  
ہولے ہولے اتر پانی  
جنگل کا جنگل حیوانی  
تب آئی وہ صبح سہانی  
دکھلانے کو اپنی نشانی  
خوب بڑھی نسل انسانی  
میری پیاری گڑیاری  
ایک ہے خشکی، تین ہے پانی  
زیادہ ہر گز نہیں ہے جانی  
شروع نہ کر دیں نہر بہانی

## اہل قلم

بچپن کی یادوں کے دھند لکوں میں ایک چھپا کا سا ہوتا ہے اور پاکستان ٹیلی ویژن کی تاریخی صبح کی نشریات کا آغاز کرنے والے ”چاچا جی“ کا مسکراتا چہرہ سامنے آتا ہے۔ تمکنت، انکساری اور وضع داری کے پیکر، مستنصر حسین تارڑ عرف چاچا جی کی باتیں بھی پُر خیال اور کمال کی ہوتی تھیں۔ تارڑ صاحب اردو ادب کو کئی شاہکار ناول بھی مرحمت فرما چکے ہیں۔ وہ اخبارات میں کالم نگاری بھی کرتے ہیں لیکن

سفر ناموں کے بغیر ان کا تعارف مکمل نہیں ہوتا۔ اس بات میں کوئی دورائے نہیں کہ بلاشبہ وہ اردو ادب میں سب سے زیادہ پڑھے جانے والے مقبول ترین سفر نامہ نگار ہیں۔

### ابتدائی سفر



مستنصر حسین تارڑ یکم مارچ 1939ء کو لاہور میں پیدا ہوئے۔ ان کے والد رحمت خان تارڑ گجرات کے ایک کسان گھرانے سے تعلق رکھتے تھے، جن کی شخصیت کا اثر تارڑ صاحب نے بہت لیا۔ ان کا بچپن لاہور میں بیٹن روڈ پر واقع لکشمی مینشن میں گزرا جہاں ایک جہان دیدہ ادیب سعادت حسن منٹوان کے پڑوس میں قیام پذیر تھے۔

لاہور میں انہوں نے مشن ہائی اسکول، رنگ محل اور مسلم ماڈل ہائی اسکول میں ابتدائی تعلیم حاصل کی۔ میٹرک کے بعد گورنمنٹ کالج میں داخلہ لیا اور ایف اے کرنے کے بعد ٹیکسٹائل انجینئرنگ کی تعلیم حاصل کرنے برطانیہ چلے گئے، ساتھ ہی یورپ کے دیگر ممالک کی سیاحت بھی شروع کر دی۔ پانچ سال تک یورپ میں ڈگری حاصل کرنے کے دوران فنون لطیفہ کو نئے زاویے سے سمجھا اور پھر وطن لوٹ آئے۔

### ٹیلی ویژن کا سفر

فنون لطیفہ میں دلچسپی کے باعث وطن واپسی پر پی ٹی وی کا رخ کیا اور بطور اداکار ”پرانی باتوں“ میں جلوہ گر ہوئے۔ اس کے بعد کئی ڈراموں اور بطور میزبان کئی پروگراموں کو اپنی شخصیت سے سحر انگیز کیا۔ 1974ء میں ”آدھی رات کا سورج“ نامی ڈرامے سے بطور مصنف ڈامہ نگاری کا آغاز کیا اور کئی شاہکار ڈرامے ہموطنوں کو پیش کیے، جن میں شہیر، ہزاروں راستے، پرندے، سورج کے ساتھ ساتھ، ایک حقیقت ایک افسانہ، کیلاش اور فریب پاکستان ٹیلی ویژن کی تاریخ کو معتبر بناتے ہیں۔

### ادب کا سفر

آجکل وہ معروف ہفتہ وار میگزین ”اخبار جہاں“ میں کالم نگاری کر رہے ہیں۔ ان کا پہلا ناول ”پیارا پہلا شہر“ ہی بیسٹ سیلر ثابت ہوا، اس کے ایڈیشنز کی نصف سینچری ہو چکی ہے۔ ان کے کریڈٹ پر بہاؤ، راکھ، خس و خاشاک زمانے اور اے غزال شب جیسے شہرہ آفاق



ناول بھی ہیں۔ ان میں سے ”راکھ“ سقوطِ ڈھاکہ اور اس کے بعد کراچی میں رونما ہونے والے حالات کے موضوع پر تھا، 1999ء میں اسے بہترین ناول کا ’وزیر اعظم ادبی ایوارڈ‘ دیا گیا۔ ”بہاؤ“ میں تارڑ صاحب کا سندھی، سنسکرت، براہوی اور سرانیکلی زبان پر مشتمل اسلوب کا ایک الگ ہی رنگ نظر آتا ہے۔

### سفر ناموں کا سفر

زمانہ طالب علمی میں یورپ کی خاک چھاننے کے بعد ۱۹۵۷ء میں مستنصر حسین تارڑ کا شوقِ آوارگی انہیں روس میں ہونے والے یوتھ فیسٹیول میں لے گیا، جہاں کے سفر کی روداد ۱۹۵۹ء میں شائع ہوئی۔ اس سفر کی روداد پر تارڑ صاحب نے ایک ناولٹ ”فاختہ“ بھی لکھا، یہیں سے تارڑ صاحب کے قلمی سفر کا آغاز ہوا۔ ۱۹۷۱ء میں ان کا سفر نامہ ”نکلے تیری تلاش میں“ شائع ہوا۔ بقول تارڑ صاحب سفر نامہ ایک محدود کینوس ہے، جس کے لیے ایک خاص سفر کی پیروی کرنا پڑتی ہے، اکثر و بیشتر مقامات ایک جیسے ہوتے ہیں، لہذا سفر نامے کو دلچسپ بنانے کیلئے اس میں فکشن شامل کرنا ضروری ہو جاتا ہے۔ فکشن کے حوالے سے وہ کہتے ہیں کہ عام زندگی میں جب بھی کوئی شخص ایک جگہ دیکھتا ہے اور پھر اسے کسی دوسرے کے سامنے بیان کرتا ہے تو اس میں فکشن آ ہی جاتا ہے اور ویسے بھی وہ کوئی رپورٹ یا منشی تو ہیں نہیں کہ جگہوں کے بارے میں سیدھی سادی معلومات لکھ دیں۔

”نکلے تیری تلاش میں“ کے بعد مستنصر حسین تارڑ نے جو سفر نامے تحریر کیے ان میں ”اندلس میں اجنبی، خانہ بدوش، ناٹکا پر بت، نیپال نگری، سفر شمال کے، سنولیک، کالا ش، پٹلی پیننگ کی، شمشال بے مثال، سنہری آلو کا شہر، کیلاش داستان، ہنزہ داستان، خانہ بدوش، کے ٹوکھانی، ماسکو کی سفید راتیں، یاک سرائے، نیویارک کے سورنگ، ہیلو ہالینڈ، الاسکا ہائی وے، لاہور سے یارقند، امریکا کے سورنگ، آسٹریلیا آوارگی، راکا پوشی نگر اور سندھ بہتارہا“ شامل ہیں۔

ان سفر ناموں میں انہوں نے اپنی آوارہ گردی کو بے مثال جملوں، ادب نواز پیرائے اور فکشن کی چاشنی سے لبریز کیا۔ آپ کو یہ سفر نامے پڑھتے ہوئے احساس ہو گا کہ آپ تارڑ صاحب کے ساتھ محو سفر ہیں۔ اسی طرح ”غارِ حرا میں ایک رات“ پڑھتے ہوئے آپ محسوس کریں گے کہ آپ بذات خود وہاں موجود ہیں۔ اس کے علاوہ بھی آپ ان کی تحریر کی شگفتگی، مزاح اور سلیس زبان سے لطف اندوز ہوں گے اور ان کے بیان کردہ مقامات و مناظر سے بھرپور واقفیت حاصل کریں گے۔





زیادہ اونچی ہوتی ہے اور مرد اپنی ناک کو اونچا رکھنے کے لیے اپنے تن، من اور دھن کی بازی لگا دیتے ہیں اور یہ سب کچھ ناک کو اونچا رکھنے کی مختلف تدابیر ہیں۔ ڈاکٹر بشیر الدین کے مطابق ناک کو سر اور راگ کی باریکیوں پر بہت اچھی طرح عبور حاصل ہے اور اس بات کا ان لوگوں کو بہت احساس ہوتا ہے جو اس فن سے محروم ہیں بعض ناکوں کو اس پر بہت عبور حاصل ہوتا ہے کیونکہ ان کے خراٹے اعلیٰ موسیقی کے دائرے میں ہوتے ہیں۔ ہماری دادی اللہ بخشہ کہا کرتی تھیں کہ پہلے زمانے کے خراٹے کلاسیکل ہوتے تھے اور ہماری اماں کہتی ہیں کہ ان کے زمانے میں نیم کلاسیکل خراٹوں کا راج تھا یعنی ناک نے ہر دور کا ساتھ بہت خوش اسلوبی سے دیا ہے اگر سوچا جائے تو یہ دنیا بھی ایک خراٹے کی مانند ہے جو انسان کے اٹھتے ہی ختم ہو جاتا ہے۔ غور طلب بات یہ ہے کہ ایک دن ایسا بھی آئے گا کہ اس دنیا کا خراٹا بھی خاموش ہو جائے گا۔





## 10 IDIOMS ABOUT BOOKS

### A closed book

A topic or person about which/whom very little is known



### An open book

Someone that is easy to know about because nothing is kept secret.



### Read someone like a book

To understand easily what someone or thinking or feeling



### The oldest trick in the book

A dishonest action that has been used many times before



### In someone's good books

Used for saying that someone is pleased with you



### By the book

Following all the rules for doing something in a strict way



### Bring someone to book

To punish someone when they have done wrong



### Take a leaf out of someone's book

To copy what someone else does because they are successful at doing it



### Don't judge a book by its cover

Not to form an opinion about someone only from their appearance



### Cook the books

To change accounts and figures dishonestly, usually to get money





## Idioms About NATURE



**A shrinking violet**

A shy person



**On cloud nine**

Very happy



**Many moons ago**

A very long time ago



**Once in a blue moon**

Very rarely



**Cuts no ice**

Doesn't have any effect or influence



**Calm before the storm**

Unusual or false quiet period before a period of upheaval



**Stealing my thunder**

Making people pay attention to you



**In the air**

Happening or about to happen



**Out of the woods**

Out of danger



**A ray of sunshine**

Something that brings happiness to someone

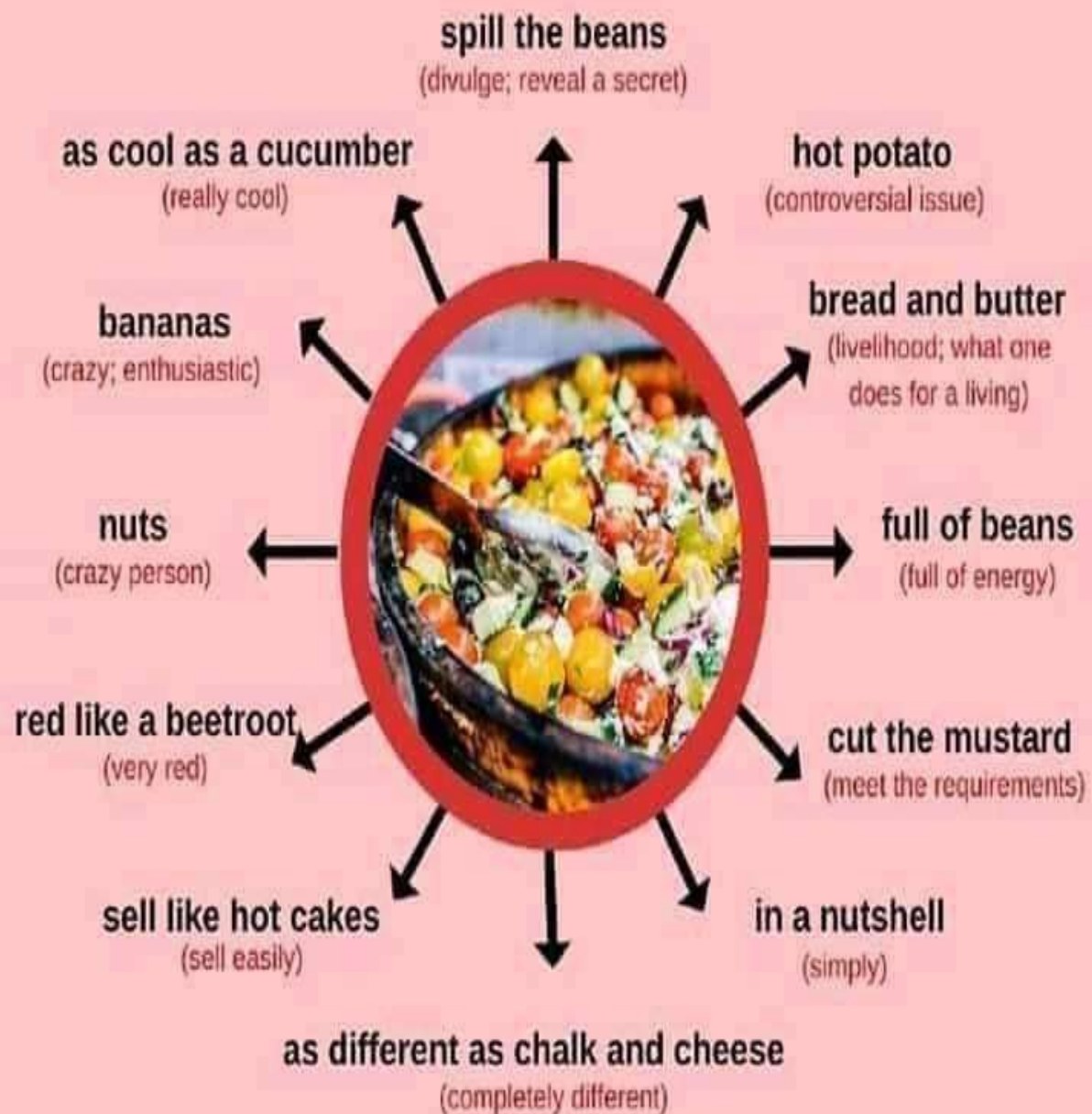




# Food idioms

@efl\_ana

[https://t.me/EFL\\_ana](https://t.me/EFL_ana)





# HAPPINESS IDIOMS



## ON A CLOUD NINE

**Very happy and excited**

*He was on cloud nine when his sister came to visit him.*



## HAVE A WHALE OF A TIME

**To enjoy yourself very much**

*We were having a whale of time, dancing and drinking.*



## MAKE SOMEONE'S DAY

**To make someone feel very happy**

*Her smile made my day.*



## WALK ON AIR

**To feel extremely happy**

*After he won the race, he was walking on air.*



## TICKLED PINK

**Very amused**

*I was tickled pink to see her picture.*



## IN SEVENTH HEAVEN

**Extremely happy**

*She was in seventh heaven when they praised her cooking.*



## OVER THE MOON

**Very happy**

*She was in seventh heaven when they praised her cooking.*



## ON TOP OF THE WORLD

**Proud of something**

*When I heard the news I was on top of the world.*



## طبِ نبوی ﷺ

### ☆ عجوہ کھجور کے طبی

#### فوائد!

رسول اکرم ﷺ کا ارشاد گرامی ہے کہ جو شخص ہر صبح سات عجوہ کھجوریں کھالے تو اُس دن نہ تو کوئی زہر اور نہ ہی کوئی جادو اُس کو نقصان پہنچا سکتا ہے۔ (صحیح بخاری) ام المومنین سیدہ عائشہ صدیقہؓ فرماتی ہیں کہ نبی اکرم ﷺ کا ارشاد پاک ہے کہ عجوہ کھجور میں شفا ہے اور اس کا نہار منہ کھانا ہر کا تریاق ہے۔ (صحیح مسلم) جدید تحقیق کے مطابق کھجور میں فابیر، پوٹاشیم، کاپر، میگنیز، میگنیشیم اور وٹامن بی جیسے اجزاء شامل ہوتے ہیں جو کہ متعدد طبی فوائد کا باعث بنتے ہیں۔ فابیر

آنٹوں کی صحت کے لیے انتہائی ضروری جزو ہے اور قبض کی روک تھام کرتا ہے، نیز آنتوں کے نظام کی صفائی میں مدد دیتا ہے۔ کھجور میگنیشیم سے بھرپور ہوتی ہے، اس کے استعمال سے خون کی شریانوں کے امراض، جوڑوں کے امراض، الزائمر اور دیگر بیماریوں کا خطرہ کم ہوتا ہے۔ جبکہ اس میں موجود پوٹاشیم بھی جسم کے لیے فائدہ مند ہے جو دل کو مناسب طریقے سے کام کرنے اور بلڈ پریشر میں کمی لانے میں مددگار ثابت ہوتا ہے۔ کھجور کے ان فوائد کو پیش نظر رکھتے ہوئے عجوہ کھجور کے فوائد و ثمرات اور اس کی فضیلت و اہمیت پر نظر ڈالیے کہ یہ کھجوروں میں سب سے افضل ہے۔

### ☆ تربوز کے طبی فوائد!

رسول کریم ﷺ کی بیماری و پندیدہ غذاؤں میں تربوز کا شمار بھی ہوتا ہے۔ آپ ﷺ نے تربوز تناول فرمایا۔ حضرت عبداللہ بن عباسؓ سے روایت ہے، وہ فرماتے ہیں: ”تربوز ایک کھانا بھی ہے اور مشروب بھی، اسے ریحان (خوشبودار پودا، تلسی) کے ساتھ استعمال کرو تو یہ مثانہ دھو کر صاف کر دیتا ہے، پیٹ کی صفائی کرتا ہے، چہرے کو نکھارتا ہے۔ حضرت سہل بن سعد الساعدیؓ سے روایت ہے، وہ فرماتے ہیں: ”نبی کریم ﷺ تازہ پکی ہوئی کھجوروں کے

ساتھ تربوز کھایا کرتے تھے۔“ ہم اس کھجور کی گرمی کو تربوز کی ٹھنڈک کے ذریعے اور تربوز کی ٹھنڈک کو کھجور کی گرمی کے ذریعے ختم کرتے ہیں۔ ایک حدیث میں آتا ہے کہ حضور اکرم ﷺ نے فرمایا: ”کھانے سے پہلے تربوز کا استعمال پیٹ کو دھو کر صاف کر دیتا ہے اور اس کی بیماریوں کو بھی دور کر دیتا ہے۔“ (ابن عساکر)

## شوگر اور اسکے علاج



شوگر ایک ایسی بیماری کا نام ہے جو

اگر لاحق ہو جائے تو ساری زندگی آپ کا پیچھا نہیں چھوڑتی، ہر سال لاکھوں افراد اس سے ہلاک ہوتے ہیں جبکہ یہ کسی کو بھی لاحق ہو جانے والی بیماری ہے۔

شوگر نامی بیماری اُس وقت پیدا ہوتی ہے جب جسم اپنے اندر موجود شکر (گلوکوز) کو حل کر کے خون میں شامل نہیں کر پاتا اس کی پیچیدگی کی وجہ سے دل کے دورے، فالج، نایناپن، گردے ناکارہ ہونے اور پاؤں اور ٹانگیں کٹنے کا خطرہ پیدا ہو سکتا ہے۔

عالمی ادارہ صحت کی ایک رپورٹ کے مطابق صرف پاکستان میں ہر سال شوگر کے مرض میں مبتلا تقریباً ڈیڑھ سے دو لاکھ افراد معذور ہو جاتے ہیں۔ ایک حالیہ تحقیق کے مطابق پاکستان میں ہر چار میں سے ایک فرد شوگر کے مرض میں مبتلا ہے اور یہ تعداد تیزی سے بڑھ رہی ہے۔

### شوگر کیوں ہوتی ہے؟

جب ہم کھانا کھاتے ہیں تو ہمارا جسم نشاستے (کاربوہائیڈریٹس) کو شکر (گلوکوز) میں تبدیل کر دیتا ہے، جس کے بعد لیلے (پینکریاز) میں پیدا ہونے والا ہارمون انسولین ہمارے جسم کے خلیوں کو ہدایت دیتا ہے کہ وہ توانائی کے حصول کے لیے اس شکر کو جذب کرے۔

شوگر کا مرض تب لاحق ہوتا ہے جب انسولین مناسب مقدار میں پیدا نہیں ہوتی یا کام نہیں کرتی، اس کی وجہ سے شکر ہمارے خون میں جمع ہونا شروع ہو جاتی ہے۔

### شوگر کی علامات کیا ہیں؟

اگر کسی شخص کو شوگر ہو تو اس کی علامات یہ ہیں کہ اُسے بہت زیادہ پیاس لگتی ہے، معمول سے زیادہ پیشاب آتا ہے خصوصاً رات کے وقت، تھکاوٹ محسوس ہوتی ہے، وزن میں نمایاں کمی دیکھنے میں آتی ہے، دھندلی نظر اور زخموں کا نہ بھرنا وغیرہ ہے۔

### شوگر میں پیچیدگیاں کیا ہیں؟

خون میں شوگر کی زیادہ مقدار خون کی شریانوں کو نقصان پہنچا سکتی ہے۔



اگر خون کا جسم میں بہاؤ ٹھیک نہ ہو تو یہ ان اعضاء تک نہیں پہنچ پاتا جہاں اس کی ضرورت ہوتی ہے اس کی وجہ سے اعصاب کو نقصان پہنچنے کا خطرہ ہوتا ہے جس کی وجہ سے درد اور احساس ختم ہو جاتا ہے، بینائی جاسکتی ہے اور پیروں میں انفیکشن ہو سکتا ہے۔ عالمی ادارہ صحت کا کہنا ہے کہ ناپینا پن، گردوں کے ناکارہ ہونے، دل کے دورے، فالج اور پاؤں کٹنے کی بڑی وجہ شوگر ہی ہے، سنہ 2016 میں ایک اندازے کے مطابق 16 لاکھ افراد شوگر کی وجہ سے ہلاک ہوئے تھے۔

### شوگر کا علاج کیسے کریں؟



شوگر کا علاج ایسے کیا جاسکتا ہے کہ ڈاکٹر کی دی گئیں ادویہ کا باقاعدگی سے استعمال کیا جائے، اس کے ساتھ ہی متوازن غذا کا استعمال بھی بے حد ضروری ہے۔ عموماً ایسا ہوتا ہے کہ مریض ادویہ باقاعدگی سے استعمال کرتے ہیں لیکن نہ تو متوازن غذا کا استعمال کیا جاتا ہے اور نہ ہی طرز زندگی میں تبدیلی لائی جاتی ہے۔

جو افراد شوگر میں مبتلا ہیں، وہ یہ بات ذہن نشین کر لیں کہ صرف ادویہ کے استعمال سے مطلوبہ نتائج حاصل نہیں ہو سکتے ہیں۔ اس ضمن میں طرز زندگی میں تبدیلی لانے کے ساتھ ماہر غذا ایت کی ہدایات کے مطابق متوازن غذا کا استعمال بھی ضروری ہے۔



اس کے علاوہ ایسے مشروبات کا استعمال بھی ترک کر دیا جائے، جن میں زیادہ مٹھاس اور کاربن ڈائی آکسائیڈ پائی جاتی ہے۔ ان میں کولا مشروبات سرفہرست ہیں۔ ان کی بجائے سادہ پانی، بغیر چینی کی چائے یا کافی کا استعمال زیادہ بہتر ہے۔

شوگر کو ختم تو نہیں کیا جاسکتا لیکن اس کو کنٹرول میں رکھنے کے لیے کھانا معمول سے کم کھائیں، دو وقت کھانے کی بجائے اگر چار سے چھ وقت کھائیں تو مرض پر خاصا کنٹرول رہتا ہے۔

سفید آٹے اور چاول کی نسبت بغیر چھنا آٹا یا جو اور بیسن کا آٹا زیادہ فائدہ مند ہے۔ چربی والا گوشت ہرگز استعمال نہ کریں، مرغی، مچھلی، دالیں، میوہ جات، سبزیوں اور پھلوں کو اپنی خوراک کا حصہ بنائیں۔



## انمول موتی

☆ جس پر نصیحت اثر نہ کرے وہ جان لے کہ اس کا دل ایمان سے خالی ہے۔

☆ اگر آنکھیں روشن ہو تو ہر روز روزِ محشر ہے۔

☆ انسان کا سب سے بڑا بوجھ غصہ ہے۔

☆ اس دنیا میں سب سے مشکل کام اپنے آپ کو پہچاننا اور سب سے زیادہ آسان کام دوسروں کو نصیحت کرنا ہے۔

☆ تم جو بات دشمن سے پوشیدہ رکھتے ہو دوست سے بھی پنہاں رکھو کیونکہ ہو سکتا ہے کہ کسی دور میں وہ بھی تمہارا دشمن ہو جائے۔

☆ علم دلوں کو اسی طرح زندہ کرتا ہے جیسا کہ بارش سخت زمین کو۔

☆ مال کے بغیر زندگی ایسی ہے جس طرح علم کے بغیر دین۔

☆ بیوقوف دوست سے بہتر عقلمند دشمن ہے۔

☆ عقلمند سوچ کر بولتا ہے بے وقوف بول کر سوچتا ہے۔

☆ مایوسی ایک دھوپ ہے جو سب سے سخت وجود کو بھی جلا کر راکھ کر دیتی ہے۔

☆ غم کا بہترین علاج مصروفیات ہیں۔

## صبح کا ناشتہ



کہتے ہیں ایک صحت مند جسم میں ایک صحت مند دماغ ہوتا ہے۔

اور صحت مند جسم اور صحت مند دماغ کے لیے متوازن غذا وقت پر کھانا بے حد اہم ہے ہے دن بھر کے کھانوں میں صبح کا ناشتہ بے حد ضروری ہے اور ایک طالب علم کی زندگی میں تو ناشتہ کی اہمیت اور بڑھ جاتی ہے۔

جو بچے اپنے دن کا آغاز بھر پور ناشتے سے کرتے ہیں وہ اچھی طرح سیکھ سکتے ہیں، پڑھائی کے عمل میں دلچسپی کا اظہار کرتے ہیں، زیادہ بہتر سوچ سکتے

ہیں اور تعلیمی عمل کے دوران بہترین کارکردگی کا مظاہرہ کر سکتے ہیں۔ ان میں ذہنی صلاحیت، ذہنی ارتکاز اور مسائل حل کرنے کی اہلیت بہتر ہوتی ہے۔ مزاج میں توازن، طبیعت میں استحکام اور برتاؤ میں وقار آجاتا ہے۔ ناشتہ کرنے والے بچے تعلیمی نشست کے دوران خوش اخلاق و خوش باش ہوتے ہیں۔

جرنل آف امریکن ڈائیٹٹک ایسوسی ایشن کی رپورٹ کے مطابق ماہرین اس نتیجے پر پہنچے ہیں کہ جسم کی ضرورتوں کی تکمیل کا بہترین وقت صبح کا ہوتا ہے اور وہ اس وقت جو اہم غذائی اجزاء حاصل کرتا ہے وہ چوبیس گھنٹوں کے لیے کافی ہوتے ہیں جب کہ ناشتہ نہ کرنے والوں کو بعد میں کھائے جانے والے کھانے سے غذائی اجزاء ضروری مقدار میں حاصل نہیں ہوتے۔ (بحوالہ ہمدرد صحت)

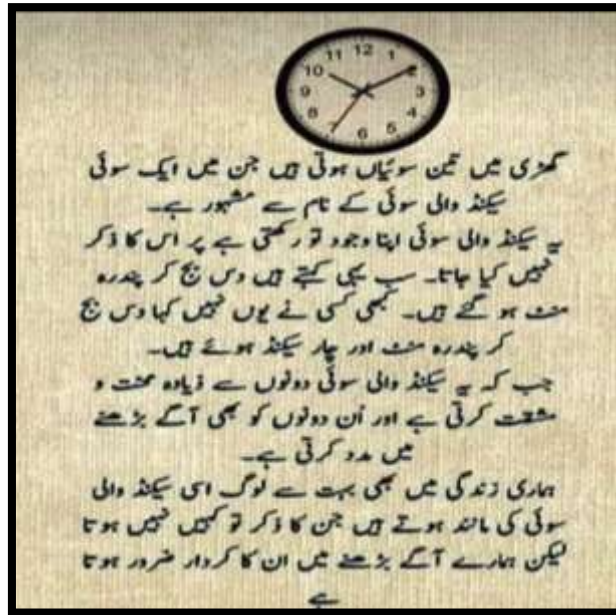
ایک دلچسپ مثال ہے کہ ناشتہ بادشاہ کی طرح دوپہر کا کھانا خوشحال افراد کی طرح اور رات کا کھانا فقیروں کی طرح کھانا چاہیے طبعی نقطہ نظر سے رات کو جلد اور ہلکا کھانا کھانا چاہیے تاکہ صبح اچھی طرح ناشتہ کیا جاسکے لیکن رات کو دیر تک ٹی وی دیکھنے کی وجہ سے نیند پوری نہ ہونے کی کسمندی، مدرسے پہنچنے میں دیر ہو جانے کی فکر میں بچے ناشتہ نہیں کرتے اور اگر رات گئے تک کھا کر زیادہ پیٹ بھر لیا گیا ہو جیسا کہ آج کے زمانے میں معمول بن گیا ہے ناشتہ کرنا اور مشکل ہو جاتا ہے۔



چنانچہ زیادہ تر بچے جو بغیر کچھ کھائے پیے مدرسے کی راہ لیتے ہیں ان میں سے بعض صرف دودھ کی ایک پیالی پر گزارا کرتے ہیں ان بچوں میں چڑچڑاپن، بے چینی، کن ذہنی، پڑھنے میں بددلی اور تھکن عام ہے وہ خوابیدہ اور سوائے سوائے لگتے ہیں اور کوئی بڑا کام سرانجام نہیں دے سکتے ایسے بچے صبح سے دوپہر تک جو کہ کام کرنے کا اصل وقت ہے، صبح کے ایک دوپیر ڈگزارنے کے بعد جسمانی و ذہنی تھکان کا شکار ہوتے ہیں۔ معلم کیا سمجھا رہا ہے۔۔۔۔۔۔۔۔؟ کیا بتا رہا ہے۔۔۔۔۔۔۔۔؟ ان کی سمجھ میں کچھ نہیں آتا۔ بچے مدرسے میں جیب خرچ سے چاکلیٹ اور چاٹ وغیرہ خرید کر کھاتے ہیں اس طرح اچھے ناشتے کی تلافی نہیں ہوتی اور مستقل غرائی قلت کا شکار رہتے ہیں اور یہ عمل آئندہ کے لئے خرابی صحت کی ابتدا ہوتی ہے۔

طب اسلامی میں بھی ناشتے کو بہت اہمیت دی گئی ہے اسی سے روزے کے لئے سحری کی تاکید کی اہمیت بھی ثابت ہوتی ہے اور سحری کو موجب برکت بھی قرار دیا گیا ہے دراصل ہمیں کام سے قبل اور بیداری کی حالت میں طاقت کی ضرورت ہوتی ہے اس لیے ضروری ہے کہ بچے ناشتہ کریں ناشتہ کا زیادہ ہونا ضروری نہیں ہوتا مگر متوازن و متنوع غذا ضروری ہے۔ ایک اچھا ناشتہ آغاز دن سے جسم کو طاقت و قوت فراہم کرتا ہے۔

بچوں کو مشورہ ہے کہ وہ سحر خیزی کی عادت اپنائیں اس سے ان کی صحت بھی بہتر رہے گی اور ناشتہ کرنے کا بھی وقت مل جائے گا اور تعلیمی عمل بھی بہتری کی طرف گامزن ہوگا۔



## احتیاط لازم ہے

☆ بارشوں کے موسم میں حفاظتی اقدامات و احتیاطی تدابیر:

ملک میں مون سون بارشوں کا نیا سلسلہ چلتا رہتا ہے اور جبکہ حالیہ بارشوں نے کراچی سمیت ملک کے بالائی علاقوں میں تباہی مچائی تھی تو ہمیں چاہیے کہ ہم ان بارشوں کی تباہی سے بچنے کے لیے جو اقدامات کر سکتے ہیں وہ لازمی کریں تاکہ آنے والے وقتوں میں ہمیں بے پناہ مشکلات کا سامنا نہ کرنا پڑے۔

آسمان سے برسنے والی برسات میں درخت اکھڑنے، بجلی کی تاریں اور بل بورڈ گرنے کے واقعات میں کئی افراد ہلاک اور زخمی ہوئے۔ صرف کراچی میں 14 سے زیادہ افراد بجلی کے کرنٹ سے ہلاک ہوئے۔



بالائی علاقوں خصوصاً گلگت بلتستان، کشمیر، گلگت اور مری میں مٹی کے تودے گرنے اور سیلاب سے کئی سیاح اور مسافر مختلف جگہوں میں پھنسے ہوئے ہیں۔

مون سون بارشوں کا یہ سلسلہ کئی دنوں تک جاری رہے گا اور اس حوالے سے مندرجہ ذیل احتیاطی تدابیر اختیار کرنے سے نقصان سے بچا جاسکتا ہے۔

1- گرے ہوئے بجلی کے تاروں کے پاس گزرنے سے اجتناب کریں۔  
2- بچوں کو گھر میں بجلی کے ساکٹ سے دور رکھیں۔

3- گیلے ہاتھ اور ننگے پاؤں بجلی کے آلات کو چھونے سے گریز کریں۔

4- گیلے ہاتھوں سے دروازے کی گھنٹی بجانے سے اجتناب کریں۔

5- بارش اور تیز ہوا کے موسم میں بجلی اور ٹرانسفارمرز کے قریب گزرنے سے گریز کریں۔

6- چھوٹے جزیئر سروس کنکشن سے الگ تھلگ نصب کریں اور جزیئر کھولنے سے پہلے اس کو سروس تاروں سے الگ کریں۔

7- بارش میں گاڑی آہستہ اور احتیاط سے چلائیں کیونکہ گیلی سڑک پر بریک دیر سے لگتی ہے۔

8- بارش میں درمیانی لین میں گاڑی چلائیں کیونکہ بارش کے پانی کا بہاؤ سڑک کے کونوں کی طرف ہوتا ہے۔

9- بڑی گاڑیوں خصوصاً ٹرک اور بسوں کے پیچھے گاڑی چلانے سے اجتناب کریں کیونکہ یہ گزرتے وقت پانی پھیلاتی ہیں اور وہ گاڑی کی اسکرین پر گرنے کا احتمال ہوتا ہے جس سے ڈرائیونگ میں دشواری پیش آسکتی ہے۔

10- بارش میں گاڑی کی ہیڈلائٹس آن رکھیں اور سامنے والی گاڑی کے اشاروں کو دیکھ کر ڈرائیو کریں۔

11- غیر ضروری طور پر بارش میں سفر کرنے سے گریز کریں اور سڑک کے بیچ کھڑے پانی میں سے گاڑی گزارنے سے اجتناب کریں۔

12- پہاڑی علاقوں میں خطرناک جگہوں میں جانے سے گریز کریں اور سرکنے والی جگہوں سے گزرتے ہوئے انتہائی احتیاط کریں اور گاڑی انتہائی احتیاط سے چلائیں۔

## زوجین کے حقوق

شریعت اسلامیہ نے ہر شخص کو مکلف بنایا ہے کہ وہ حقوق اللہ کے ساتھ حقوق العباد یعنی بندوں کے حقوق کی مکمل طور پر ادائیگی کرے حتیٰ کہ بعض وجوہ سے حقوق العباد کو زیادہ اہتمام سے ادا کرنے کی تعلیمات دی گئیں۔

آج ہم دوسروں کے حقوق تو ادا نہیں کرتے ہیں البتہ اپنے حقوق کا جھنڈا اٹھائے رہتے ہیں۔ دوسروں کے حقوق کی ادائیگی کی کوئی فکر نہیں کرتے ہیں، اپنے حقوق کو حاصل کرنے کے لئے مطالبات کئے جا رہے ہیں، تحریکیں چلائی جا رہی ہیں، مظاہرے کئے جا رہے ہیں، ہڑتالیں کی جا رہی ہیں، حقوق کے نام سے انجمنیں اور تنظیمیں بنائی جا رہی ہیں۔ لیکن دنیا میں ایسی انجمنیں یا تحریکیں یا کوششیں موجود نہیں ہیں کہ جن میں یہ تعلیم دی جائے کہ اپنے فرائض، اپنی ذمہ داریاں اور دوسروں کے حقوق جو ہمارے ذمہ ہیں وہ ہم کیسے ادا کریں؟ شریعت اسلامیہ کا اصل مطالبہ بھی یہی ہے کہ ہم میں سے ہر ایک اپنی ذمہ داریوں یعنی دوسروں کے حقوق ادا کرنے کی زیادہ کوشش کرے۔

میاں بیوی کے باہمی تعلقات میں بھی اللہ اور اسکے رسول ﷺ نے یہی طریقہ اختیار کیا ہے کہ دونوں کو ان کے فرائض یعنی ذمہ داریاں بتادیں۔ شوہر کو بتادیا کہ تمہارے فرائض اور ذمہ داریاں کیا ہیں اور بیوی کو بتادیا کہ تمہاری ذمہ داریاں کیا ہیں، ہر ایک اپنے فرائض اور ذمہ داریوں کو ادا کرنے کی کوشش کرے۔ زندگی کی گاڑی اسی طرح چلتی ہے کہ دونوں اپنے فرائض اور اپنی ذمہ داریاں ادا کرتے رہیں۔ دوسروں کے حقوق ادا کرنے کی فکر اپنے حقوق حاصل کرنے کی فکر سے زیادہ ہو۔ اگر یہ جذبہ پیدا ہو جائے تو پھر زندگی بہت عمدہ خوشگوار ہو جاتی ہے۔

### شوہر کی ذمہ داریاں یعنی بیوی کے حقوق شوہر پر:

اللہ تعالیٰ نے قرآن کریم میں ارشاد فرمایا:

"اور (مردوں پر) عورتوں کا حق ہے جیسا کہ (مردوں کا) عورتوں پر حق ہے، معروف طریقہ پر۔" (سورۃ البقرہ ۲۲۸)

اس آیت میں میاں بیوی کے تعلقات کا ایسا جامع دستور پیش کیا گیا ہے جس سے بہتر کوئی دستور نہیں ہو سکتا اور اگر اس جامع ہدایت کی روشنی میں ازدواجی زندگی گزاری جائے تو اس رشتہ میں کبھی بھی تلخی اور کڑواہٹ پیدا نہ ہوگی، ان شاء اللہ۔ واقعی یہ قرآن کریم کا اعجاز ہے کہ الفاظ کے اختصار کے باوجود معانی کا سمندر گویا کہ ایک کوزے میں سمودیا گیا ہے۔ یہ آیت بتا رہی ہے کہ بیوی کو محض نوکرانی اور خادمہ مت سمجھنا بلکہ یہ یاد رکھنا کہ اس کے بھی کچھ حقوق ہیں جن کی پاس داری شریعت میں



ضروری ہے۔ ان حقوق میں جہاں نان و نفقہ اور رہائش کا انتظام شامل ہے وہیں اسکی دل داری اور راحت رسانی کا خیال رکھنا بھی ضروری ہے۔ اسی لئے رسول ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ

"تم میں سب سے اچھا آدمی وہ ہے جو اپنے گھر والوں (یعنی بیوی بچوں) کی نظر میں اچھا ہو۔"

اور ظاہر ہے کہ ان کی نظر میں اچھا وہی ہو گا جو ان کے حقوق کی ادائیگی کرنے والا ہو۔ دوسری طرف اس آیت میں بیوی کو بھی آگاہ کیا کہ اُس پر بھی حقوق کی ادائیگی لازم ہے۔ کوئی بیوی اُس وقت تک پسندیدہ نہیں ہو سکتی جب تک کہ وہ اپنے شوہر کے حقوق کو ادا کر کے اُس کو خوش نہ کرے، چنانچہ احادیث میں ایسی عورتوں کی تعریف فرمائی گئی ہے جو اپنے شوہر کی تابع دار اور خدمت گزار ہوں اور ان سے بہت زیادہ محبت کرنے والی ہوں اور ایسی عورتوں کی مذمت کی گئی ہے جو شوہروں کی نافرمانی کرنے والی ہوں۔

**شوہر کی چند اہم ذمہ داریاں حسب ذیل ہیں:**

مکمل مہر کی ادائیگی: اللہ تبارک و تعالیٰ کا ارشاد ہے: "عورتوں کو ان کا مہر راضی و خوشی سے ادا کر دو۔" (سورۃ النساء ۴)

بیوی کے تمام اخراجات: اللہ تبارک و تعالیٰ کا ارشاد ہے: "بچوں کے باپ (یعنی شوہر) پر عورتوں (یعنی بیوی) کا کھانا اور کپڑا لازم ہے دستور کے مطابق۔" (سورۃ البقرہ ۲۳۳)

بیوی کے لئے رہائش کا انتظام: اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے: "تم اپنی طاقت کے مطابق جہاں تم رہتے ہو وہاں اُن عورتوں کو رکھو۔" (سورۃ الطلاق ۶)

بیوی کے ساتھ حسن معاشرت:

شوہر کو چاہئے کہ وہ بیوی کے ساتھ اچھا سلوک کرے۔ اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے: "ان کے ساتھ اچھے طریقے سے بود و باش رکھو گو تم انہیں ناپسند کرو لیکن بہت ممکن ہے کہ تم کسی چیز کو برا جانو اور اللہ تعالیٰ اس میں بہت ہی بھلائی کر دے۔" (سورۃ النساء ۱۹)

بیوی سے مشورہ: اس میں کوئی شک نہیں ہے کہ گھر کے نظام کو چلانے کی ذمہ داری مرد کے ذمہ رکھی گئی ہے جیسا کہ قرآن کریم میں مرد کے لئے توام کا لفظ استعمال کیا گیا ہے یعنی مرد عورتوں پر نگہبان اور منتظم ہیں۔ لیکن حسن معاشرت کے طور پر عورت سے بھی گھر کے نظام کو چلانے کے لئے مشورہ لینا چاہئے، جیسا کہ نبی اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا: "یعنی بیٹیوں کے رشتے کے لئے اپنی بیوی سے مشورہ کیا کرو۔" (ابوداؤد، مسند احمد)



گھر کے کام و کاج میں عورت کی مدد کی جائے، خاص کر جب وہ بیمار ہو۔ حضرت عائشہؓ فرماتی ہیں کہ نبی اکرم ﷺ گھر کے تمام کام کر لیا کرتے تھے، جھاڑو بھی خود لگا لیا کرتے تھے، کپڑوں میں پیوند بھی خود لگا لیا کرتے تھے اور اپنے جو تلوں کی مرمت بھی خود کر لیا کرتے تھے۔ (بخاری)

### بیوی کی ذمہ داریاں یعنی شوہر کے حقوق بیوی پر:

شوہر کی اطاعت: اللہ تعالیٰ نے قرآن کریم میں ارشاد فرمایا: مرد عورتوں پر حاکم ہیں اس وجہ سے کہ اللہ تعالیٰ نے ایک کو دوسرے پر فضیلت دی ہے اور اس وجہ سے کہ مردوں نے اپنے مال خرچ کئے ہیں۔ جو عورتیں نیک ہیں وہ اپنے شوہروں کا کہنا مانتی ہیں اور اللہ کے حکم کے موافق نیک عورتیں شوہر کی عدم موجودگی میں اپنے نفس اور شوہر کے مال کی حفاظت کرتی ہیں، یعنی اپنے نفس اور شوہر کے مال میں کسی قسم کی خیانت نہیں کرتی ہیں۔ (سورۃ النساء ۳۴)

اس آیت میں اللہ تعالیٰ نے مرد کو عورت پر فوقیت و فضیلت دینے کی دو جہیں ذکر فرمائی ہیں۔

مرد و عورت کو ساری کائنات کو پیدا کرنے والے اللہ تبارک و تعالیٰ نے مرد کو عورت پر فضیلت دی ہے۔

مرد اپنے اور بیوی و بچوں کے تمام اخراجات برداشت کرتا ہے۔

اسی طرح دوسری آیت میں اللہ تبارک و تعالیٰ نے فرمایا: "مردوں کو عورتوں پر فضیلت حاصل ہے۔" (سورۃ البقرۃ ۲۲۸)

رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: اگر عورت نے (خاص طور پر) پانچ نمازوں کی پابندی کی، ماہ رمضان کے روزے اہتمام سے رکھے، اپنی شرمگاہ کی حفاظت کی اور اپنے شوہر کی اطاعت کی تو گو یا وہ جنت میں داخل ہو گئی۔ (مسند احمد)

ایک عورت نے نبی اکرم ﷺ سے کہا کہ مجھے عورتوں کی ایک جماعت نے آپ صلی اللہ علیہ وسلم سے ایک سوال کرنے کے لئے بھیجا ہے اور وہ یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ نے جہاد کا حکم مردوں کو دیا ہے، چنانچہ اگر ان کو جہاد میں تکلیف پہنچتی ہے تو اس پر ان کو اجر دیا جاتا ہے اور اگر وہ شہید ہو جاتے ہیں تو اللہ تعالیٰ کے خصوصی بندوں میں شمار ہو جاتے ہیں کہ مرنے کے باوجود وہ زندہ رہتے ہیں اور اللہ تبارک و تعالیٰ کی طرف سے خصوصی رزق ان کو دیا جاتا ہے۔ (جیسا کہ سورۃ آل عمران آیت ۱۶۹ میں مذکور ہے) ہم عورتیں ان کی خدمت کرتی ہیں، ہمارے لئے کیا اجر ہے؟ تو نبی اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا: "جن عورتوں کی طرف سے تم بھیجی گئی ہو، ان کو اطلاع کر دو کہ شوہر کی اطاعت اور اس کے حق کا اعتراف تمہارے لئے اللہ کے راستے میں جہاد کے برابر ہے، لیکن تم میں سے کم ہی عورتیں اس ذمہ داری کو بخوبی انجام دیتی ہیں۔" (بزاز، طبرانی)





اب آپ اندازہ لگائیں کہ کون ناراض ہو رہا ہے؟ حضرت عائشہؓ اور کس سے ناراض ہو رہی ہیں؟ حضور اکرم ﷺ سے۔ معلوم ہوا کہ اگر بیوی ناراضگی کا اظہار کر رہی ہے تو یہ مرد کی قوامیت یعنی امارت کے خلاف نہیں ہے کیونکہ نبی اکرم ﷺ نے بڑی خوشی طبعی کے ساتھ اس کا ذکر فرمایا کہ مجھے تمہاری ناراضگی کا پتہ چل جاتا ہے۔

بہر حال! چونکہ اللہ تعالیٰ نے مرد کو قوام بنایا ہے اس لئے فیصلہ اس کا ماننا ہو گا۔ ہاں بیوی اپنی رائے اور مشورہ دے سکتی ہے اور شریعت نے مرد کو یہ ہدایت بھی دی ہے کہ وہ حتی الامکان بیوی کی دلداری کا خیال بھی کرے لیکن فیصلہ اسی کا ہو گا۔ لہذا اگر بیوی چاہے کہ ہر معاملے میں فیصلہ ان کا چلے اور مرد قوام نہ بنے، تو یہ صورت فطرت کے خلاف ہے، شریعت کے خلاف ہے، عقل کے خلاف ہے اور انصاف کے خلاف ہے اور اس کا نتیجہ گھر کی بربادی کے سوا اور کچھ نہیں ہے۔

شوہر کے مال و آبرو کی حفاظت:

اللہ تبارک و تعالیٰ نے ارشاد فرمایا: جو عورتیں نیک ہیں وہ اپنے شوہروں کی تابعداری کرتی ہیں اور اللہ کے حکم کے موافق نیک عورتیں شوہر کی عدم موجودگی میں اپنے نفس اور شوہر کے مال کی حفاظت کرتی ہیں، (سورۃ النساء ۳۴) یعنی اپنے نفس اور شوہر کے مال میں کسی قسم کی خیانت نہیں کرتی ہیں۔

رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: میں تمہیں مرد کا سب سے بہترین خزانہ نہ بتاؤں؟ وہ نیک عورت ہے، جب شوہر اس کی طرف دیکھے تو وہ شوہر کو خوش کر دے، جب شوہر اس کو کوئی حکم کرے تو شوہر کا کہنا مانے۔ اگر شوہر کہیں باہر سفر میں چلا جائے تو اس کے مال اور اپنے نفس کی حفاظت کرے۔ (ابوداؤد، نسائی)

شوہر کے مال کی حفاظت میں یہ ہے کہ عورت شوہر کی اجازت کے بغیر شوہر کے مال میں سے کچھ نہ لے، اور اس کی اجازت کے بغیر کسی کو نہ دے۔ ہاں اگر شوہر واقعی بیوی کے اخراجات میں کمی کرتا ہے تو بیوی اپنے اور اولاد کے خرچے کو پورا کرنے کے لئے شوہر کی اجازت کے بغیر مال لے سکتی ہے۔ جیسا کہ نبی اکرم ﷺ نے ہند بنت عتبہ سے کہا تھا جب انہوں نے اپنے شوہر ابو سفیانؓ کے زیادہ بخیل ہونے کی شکایت کی تھی۔

"اتنا مال لے لیا کرو جو تمہارے اور تمہاری اولاد کے متوسط خرچہ کے لئے کافی ہو۔ (بخاری و مسلم)

شوہر کی آبرو کی حفاظت میں یہ ہے کہ عورت شوہر کی اجازت کے بغیر کسی کو گھر میں داخل نہ ہونے دے، کسی نامحرم سے بلا ضرورت بات نہ کرے۔ شوہر کی اجازت کے بغیر گھر سے باہر نہ نکلے۔



گھر کے اندرونی نظام کو چلانا اور بچوں کی تربیت کرنا: یہ عورتوں کی وہ ذمہ داری ہے جو ان کی خلقت کے مقاصد میں سے ایک اہم مقصد ہے، بلکہ یہ وہ بنیادی ذمہ داری ہے جسکی ادائیگی عورتوں پر لازم ہے۔ عورتوں کو اس ذمہ داری کے انجام دینے میں کوئی کمی نہیں چھوڑنی چاہئے کیونکہ اسی ذمہ داری کو صحیح طریقہ پر انجام دینے سے فیملی میں آرام و سکون پیدا ہو گا نیز اولاد دونوں جہاں کی کامیابی و کامرانی سے سرفراز ہوگی۔ حضرت انسؓ فرماتے ہیں کہ جب صحابہ کرام اپنی بیٹی یا بہن کو رخصت کرتے تھے تو اس کو شوہر کی خدمت اور بچوں کی بہترین تربیت کی خصوصی تاکید کرتے تھے۔ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: "عورت اپنے شوہر کے گھر میں نگہبان اور ذمہ دار ہے اور اس سے اس کے بچوں کی تربیت وغیرہ کے متعلق سوال کیا جائے گا۔" (بخاری و مسلم)

### چند مشترکہ حقوق اور ذمہ داریاں:

حتی الامکان خوشی و راحت و سکون کو حاصل کرنے اور رنج و غم کو دور کرنے کے لیے ایک دوسرے سے تعاون کرنا چاہیے۔ ایک دوسرے کے راز لوگوں کے سامنے ذکر نہ کیے جائیں۔ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: "قیامت کے دن اللہ کی نظروں میں سب سے بد بخت انسان وہ ہو گا جو میامی بیوی کے آپسی راز کو دوسرے کے سامنے بیان کرے۔" (مسلم)

اپنے اہل و عیال کو جہنم کی آگ سے بچانے کے لیے مشترکہ فکر و کوششیں کریں۔ اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا: "اے ایمان والو! تم اپنے آپ کو اور اپنے گھر والوں کو اس آگ سے بچاؤ جس کا ایندھن انسان ہیں اور پتھر، جس پر سخت دل مضبوط فرشتے مقرر ہیں، جنہیں جو حکم اللہ تعالیٰ دیتا ہے اس کی نافرمانی نہیں کرتے، بلکہ جو حکم دیا جائے بجالاتے ہیں۔" (سورہ التحریم: 6)

جب مذکورہ آیت نازل ہوئی تو حضرت عمر فاروق نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں تشریف لائے اور فرمایا کہ ہم اپنے آپ کو جہنم کی آگ سے بچا سکتے ہیں، مگر گھر والوں کا کیا کریں؟ تو آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: تم ان کو برائیوں سے روکتے رہو اور اچھائیوں کا حکم کرتے رہو، ان شاء اللہ یہ عمل ان کو جہنم کی آگ سے بچانے والا بنے گا۔



## الف

آپ کی فلمز میں گلیمر کی بھرمار ہوتی ہے عورت کو ایک اوجھیل کے طور پر پیش کیا جاتا ہے زیادہ تر کرکٹس کا کہنا ہے کہ اگرچہ آپ کی فلم ویژول ایک ماسٹر پیس کی طرح ہوتی ہے اور جتنی خوبصورتی سے آپ اپنی ہیروئن کو فلم اسکرین پر ایک "ڈیوا" کے طور پر ابھارتے ہیں انڈسٹری کا کوئی اور ڈائریکٹر نہیں کر سکتا آپ اپنی ہیروئن کو آججیکٹو فینٹسی بنا دیتے ہیں۔ اس نے رشنا کو دوبارہ ٹوکا اور کہا:

آپ کا سوال کیا ہے۔۔۔۔۔ وہ پوچھیں کرکٹس کیا کہتے ہیں وہ میں جانتا ہوں۔ رشنا بلس ہوئی اسے اندازہ نہیں تھا وہ اسے اس طرح ٹوکے گا۔

میرا سوال یہ ہے کہ آپ کی فلمز کرکٹس کی نظر میں چیپ انٹرمینٹ کے سوا کچھ نہیں وہ آپ کی نظر میں کیا ہیں؟ رشنا نہ چاہتے ہوئے بھی اس بات پر روڈ ہوئی تھی۔

اور یہ کرکٹس وہ لوگ ہیں جو دوسروں کی ہٹ فلمز پر اپنے فلوپ رویوز لکھ کر پانچ منٹ کے لیے فینس ہونا چاہتے ہیں۔ اس کا ویسے ہی لوہا توڑ جواب آیا تھا

میری نظر میں میری فلمز میرے لیے آججیکٹ آف فینٹسی ہیں، میں وہ بنانا ہوں جو مجھے انٹریٹن کرتا ہے اور وہ اچھی ہے یا بری اس کا فیصلہ باکس آفس کرتا ہے۔ کرکٹس کے ٹوٹھری اسٹار رویوز نہیں۔ اس نے بات جاری رکھتے ہوئے کہا

آپ جو بھی کہیں یہ بات تو ایک فیکٹ ہے آپ اپنی فلم میں عورت کو ایک اوجھیل کے طور پر پیش کرتے ہیں۔ وہ ایک باربی ڈول سے زیادہ کچھ نہیں ہوتی۔ گلیمر۔۔۔۔۔ گلیمر۔۔۔۔۔ گلیمر۔ رشنا نے اپنی بات پر اصرار کرتے ہوئے کہا۔ قلب مومن کی صاف گوئی نے ایک دم جیسے اسے بھی بے حد صاف گو بنا دیا تھا۔

یہ قلب مومن نہیں کرتا۔ یہ پوری دنیا کی فلم انڈسٹری کرتی ہے۔ اسی فیصد فلمز عورت ہی کے گرد گھومتی ہیں۔ اس کے جسم کی خوبصورتی، اس کے گلیمر کے گرد۔ میں وہ آرٹ فلم بنانا نہیں چاہتا جس کو دیکھنے کے لیے کرکٹس بھی سینما نہیں جائے اور صرف ٹریلر دیکھ دیکھ کر ورلڈ کلاس قرار دیتے ہیں

"آپ بہت بلسٹ ہیں۔" رشنا کہے بغیر نہیں رہ سکی۔



"یہ خامی ہے کیا؟" اس نے فوراً پوچھا۔

نہیں۔۔۔۔ میں جانتی ہوں یہ آپکی کامیابی کی عنایت ہے۔ کامیابی میں ہر شخص بلنٹ ہوتا ہے۔ رشنا نے کہا۔ وہ اس بار مسکرایا اور اس نے کہا

"میں ناکامی میں اس سے زیادہ بلنٹ ہونگا۔ ڈونٹ وری۔" رشنا بھی مسکرا دی تھی۔

اب اگر کامیابی کے بارے میں بات شروع ہی ہوگئی ہے تو آپ بتائیں آپ کے نزدیک کامیابی کیا ہے؟

کامیابی وہ ہے جو سرچڑھ کر بولے، جس کے بارے میں میں نہیں دنیا بات کرے، لوگ آپ جیسا بننے کے لئے آپ سے جلیس ہوں میں انوے (envy) کی بات نہیں کر رہا۔ جلیسی کی بات کر رہا ہوں۔ اسٹیج پر آپ کھڑے ہوں اور دنیا کا ہر شخص آپ کا دشمن۔"

رشنا کو لگا وہ مذاق کر رہا ہے مگر اس کے چہرے کا اطمینان رشنا کے اس اندازے کی نفی کر رہا تھا۔

کامیابی کی مدت ہوتی ہے اور مدت گزر جاتی ہے۔ رشنا نے جیسے اسے یاد دہانی کروائی

"پھر دشمنوں اور حاسدین کے اس گروہ کا آپ کیا کریں گے۔"

پھر یہ میرے ساتھ نہیں ہوں گے۔ اگلے کامیاب آدمی کے پیچھے ہوں گے۔ وہ اسی طرح اطمینان سے مسکرایا۔ رشنا اس کی حاضر جوابی سے محفوظ ہوئی۔

آج ایوارڈز ہو رہے ہیں اور آپ اور آپ کی فلم نو مینیٹ ہے کیا توقعات ہیں؟ رشنا نے آخری سوال کیا۔

"I will win all"

قلب مومن نے اسی پر اعتماد لہجے اور گہری مسکراہٹ کے ساتھ کہا جو رشنا کو اس کا شناختی نشان لگی تھی۔

"اور اگر نہ جیت سکے تو؟" وہ پوچھے بغیر نہیں رہ سکی۔

I will boycott the awards

اسی روانی اور اطمینان سے جواب آیا



"fair play تو نہیں ہے۔" رشانے بے ساختہ کہا۔

میں fair play پر یقین نہیں رکھتا۔

قلب مومن نے مسکراتے ہوئے اپنے کالر سے مائیک اتارتے ہوئے کہا۔

"And the best director award goes to Qalb e Momin for Mari jaan"

ہال ایک thunderous applause سے گونج اٹھا تھا۔

چھت میں لگی سپاٹ لائٹس نے فرنٹ سیٹ میں بیٹھے بے حد تیکھے نین نقش اور سفید رنگت والے چھ فٹ سے نکلتے قد کے مالک قلب مومن کو فوکس کیا جو اب نشست سے کھڑے ہوتے ہوئے اپنی بلیک جیکٹ کے بٹن بند کرتے اپنے دائیں بائیں بیٹھی اپنی فلم کی کاسٹ سے ہاتھ ملاتے گلے لگاتے high five بناتے اسٹیج کی سیڑھیوں کی طرف جا رہا تھا اور اس کے عقب میں اس حال میں بیٹھی ہر عمر کی اداکارہ کی نظروں کو مقناطیس کی طرح اپنے وجود کے ساتھ کھینچتے ہوئے لے جا رہا تھا۔

یہ ناممکن تھا کہ قلب مومن ان سب کی توجہ کا مرکز نہ بنتا۔ وہاں اس حال میں بیٹھی ہر وہ ایکٹریس جو اس کے ساتھ کام کر چکی تھی اس کے لیے تالیاں بجاتے اسے چیئر کرتی انڈسٹری کے سب سے کامیاب نوجوان فلم ڈائریکٹر کو اپنی سپورٹ کا یقین دلارہی تھیں اور اس کے ساتھ کام کرنے کی خواہشمند ہر نوجوان اداکارہ اس کے لیے تالیاں پٹیتے جیسے اس کی مرکز نگاہ بنا چاہتی تھی۔ وہ اب اسٹیج پر پہنچ کر ایوارڈ وصول کرنے کے بعد روسٹرم کے پیچھے کھڑا تالیوں کے تھمنے کے انتظار میں تھا جو بجتی ہی چلی جا رہی تھی اور وہ کچھ mischievous مسکراہٹ کے ساتھ ہاتھ میں پکڑا ایوارڈ روسٹرم پر دھرے اپنے منہ کے سامنے درست کرنے میں مصروف تھا۔

وہ رات قلب مومن کی رات تھی اور پچھلے تین سال سے پاکستان کے اس سب سے بڑے فلم ایوارڈ شو کی ہر رات قلب مومن ہی کے نام ٹھہری تھی اور کسی کے لئے وہاں بیٹھے یہ کوئی اچھنبے کی بات نہیں تھی۔

تالیوں کی گونج بالا ختم تھی تو قلب مومن نے بات شروع کی امریکن لب ولہجے میں بولی جانے والے انگلش میں اس نے وہاں بیٹھے لوگوں کا شکریہ ادا کیا، اپنے اور آپ نے فلم کے لیے ووٹ دینے والے لوگوں کا شکریہ ادا کیا۔ اپنی کاسٹ کا شکریہ ادا کیا اور اس کے بعد اس نے ایوارڈ شو کی انتظامیہ پر بجلی گراتے ہوئے ایوارڈ کی جیوری کو بری طرح رگیدا کیونکہ اس سال پہلی بار اس کی فلم تمام nominations نہیں جیت سکی تھی۔





## کیا خوب قیامت کا ہے گویا کوئی دن اور

ہمارے پڑوسی شرماجی علی الصبح ہمارے پاس اپنا منہ لٹکائے ہوئے اس طرح آئے کہ ایک لمحے کے لئے ہمیں محسوس ہوا کہ یقیناً ”ان کے گھر میں کوئی بڑا سانحہ ہو گیا ہے۔“ یوں بھی آج کل کے روابط بین الاقوامی کے لحاظ سے کسی اپنے پڑوسی کے یہاں وقوع پذیر ہوئے کسی سانحے کی اطلاع یا تو اخبارات سے ملتی ہے یا سوشل میڈیا سے، ویسے بھی آج کل لوگ اپنے پڑوسی کی خبر گیری رکھنے سے زیادہ پڑوسی ملک کی خبروں پر زیادہ نگاہ رکھنے لگے ہیں، پڑوسی کے یہاں کچھ ایسا ویسا ہو جانے سے ہمارے ملک کی سیاست پر بھلا کیا اثر پڑنے والا ہے؟ ہم نے ڈرتے ڈرتے شرماجی سے معلوم کیا کہ آخر ایسا کیا ہوا کہ جو وہ اتنے مضحک نظر آ رہے ہیں تو وہ بہت مایوس کن لہجے میں کہنے لگے

”بس جناب قیامت جلد ہی آنے والی ہے۔“

قیامت؟ مگر اتنی جلدی کیسے؟ ”ہم نے بھی ان کی اس دل دہلا دینے والی خبر پر اپنی حیرت کا اظہار کرنے کی غرض سے اپنی دونوں آنکھیں پوری طرح پھاڑ کے ان سے سوال کیا، مگر ساتھ ہی دل ہی دل میں سوچنے لگے کہ واقعی اگر شرماجی کی خبر کہیں سچ

نکلی تو پھر ہمارے ملک میں اس وقت چل رہے ’اچھے دنوں کا کیا ہو گا، جنھیں ملک میں آئے ہوئے ابھی صرف پانچ برس ہی ہوئے ہیں۔ کسی نے صحیح کہا ہے کہ کامیابی اور خوشحالی کو بری نظر لگتے دیر نہیں لگتی۔“



بھائی صاحب کل شام ہم حکمران جماعت کے ایک لیڈر کے الیکشن جلسے میں ہو رہی تقریر سن رہے تھے، ان کا کہنا ہے کہ اگر ان کی

پارٹی کو اس الیکشن میں جتنا منتخب نہیں کیا تو ملک میں قیامت آجائے گی، جو کچھ انھوں نے پچھلے پانچ برسوں کی کڑی محنت اور مشقت سے اس ملک کو جنت نما بنایا ہے وہ سب حزب مخالف کے منتخب ہونے کی صورت میں تحس نخس ہو جائیگا۔ لوگ پھر سے بے روزگار ہو جائیں گے، ملک میں دوبارہ غریب ہر طرف نظر آنے لگیں گے، کسان خود کشیاں کرنے لگیں گے، ملک میں مہنگائی دوبارہ لوٹ آئے گی، دہشت گردوں کے حملے پھر سے ہونے لگیں گے، ملک کی سالمیت خطرے میں پڑ جائے گی، پٹرول کے دام آسمان سے چھونے لگیں گے، کالا دھن ملک میں واپس استعمال ہونے لگے گا، لوگ بنکوں سے بڑے بڑے قرض لے کر ملک سے باہر بھاگنے لگیں گے، امن عامہ خطرے میں پڑ جائیگا، صاف شفاف بہتی گنگاندی پھر سے میلی ہو جائے گی، عام جنتا کے



اکاونٹ میں جمع کیے گئے لاکھوں روپے نکال کر بینک اکاونٹ واپس خالی کر دیئے جائیں گے اور جتنا کہ ہاتھ کچھ بھی نہیں لگے گا سوائے خالی ہاتھ کے۔ اب آپ ہی بتائیے کہ اگر واقعی یہ سب باتیں کہیں سچ ثابت ہو گئیں تو ملک میں قیامت آنے سے کون روک سکتا ہے، بس یہی فکر ہمیں کھائے جا رہی ہے۔“ شرماجی ایک گہری سانس لیتے ہوئے بولے۔

”شرماجی ذرا دھیر ج رکھیں قیامت لانے کی اب اتنی بھی کیا جلدی ہے، ابھی ملک نے دیکھا ہی کیا ہے۔“ ہم نے سب سے پہلے شرماجی کی اکھڑی ہوئی سانسوں کو بیٹھانے کی غرض سے انھیں دلاسا دینے کی کوشش کی۔

”شرماجی میری مانیے آپ سب سے پہلے متوقع قیامت کے آنے سے قبل جو لاکھوں روپے آپ کے اکاونٹ میں حکومت کے ڈالے ہوئے پڑے ہوئے ہیں انھیں جلد کیش کر کے گھر میں کسی محفوظ جگہ منتقل کر دیجیے۔ باقی قیامت آنے پر دیکھا جائے گا۔“ ہم نے شرماجی کو ان کے مطلب کا مشورہ دیتے ہوئے ان کے اندیشوں کو کم کرنے کی کوشش کی۔

”کون سے لاکھوں روپے؟“ شرماجی نے بڑی حیرت سے ہم سے ہی التماس سوال کر ڈالا۔

”ارے بھئی وہی لاکھوں روپے جن کا ذکر آپ ابھی آنے والی قیامت کے آثاروں میں کر رہے تھے“ ہم نے بھی شرماجی کو آسانی سے کتر کر جانے نہ دیا۔

”ارے جناب ہمارے اکاونٹ میں کہاں کوئی روپے آئے تھے، وہ تو عام جتنا کی بات کر رہے تھے جو ان کی تقریر بہت دلچسپی اور لگن سے سنتی ہے“ شرماجی نے جلدی اپنا پلا جھاڑنے کی کوشش کی۔

ابھی شرماجی کے ساتھ لان میں بیٹھے ہوئے ہماری یہ بات چیت جاری ہی تھی کہ ہمارے قریب ہی پھلواری میں کام کرتا ہوا ہمارا مالی چندن جو خاموشی سے بیٹھا ہماری باتیں سن رہا تھا ہمارے اور قریب آیا اور کہنے لگا:

”لگتا ہے شرماجی کسی جیوتش بابا سے مل کر آ رہے ہیں ویسے ہی جیسا کچھ دن پہلے ہمارے ساتھ ہوا تھا

کیوں بھئی تمہارے ساتھ کون سی قیامت آگئی تھی؟“ ہم نے چندن کی بات میں دلچسپی دکھاتے ہوئے پوچھا۔

”بس جی کچھ مت پوچھو، کچھ مہینوں پہلے ہمارے باغ میں جب پھلوں کی بہار آئی ہوئی تھی تو روزانہ پیڑوں پر سے بہت سے پھل

غائب ہونا شروع ہو گئے، بہت چوکیداری کرنے پر بھی یہ معمہ حل نہ ہوا کہ پھل توڑ کے کون لیجا رہا ہے۔ بس ایک بات خاص

ضرور تھی کہ پھل صرف انھیں پیڑوں سے غائب ہوتے تھے جو درمیان سے گزرنے والے راستے کے کنارے لگے تھے۔ وہاں

سے گزرنے والے سب ہی لوگ جان پہچان کے تھے۔ ان میں زیادہ تر یا تو بانگوں میں کام کرنے والے مزدور تھے یا پھر ایک

جیوتشی بابا تھے جن سے کسی ایسی حرکت کی امید ہرگز نہ تھی۔ آخر کار گاؤں کے ایک سیانے کے مشورے سے ہم نے کچھ

پیڑوں کے آگے پیچھے کچھ گڑھے کھود کر ان پر گھاس بچھادی تاکہ پیڑ سے پھل توڑنے والا گڑھے میں گر جائے اور پکڑا جائے۔



ایک دن صبح کو جا کر دیکھا تو گڑھے میں جیوتشی بابا پڑے ملے۔“ چندن کی کہانی کا اینٹی کلائمیکس سن کر شرماجی بھی سیدھے ہو کر بیٹھ گئے۔

”بابا کو گڑھے میں دیکھ کر ہمیں حیرت تو بہت ہوئی اور غصہ بھی بہت آیا، ہم نے بھی بابا سے کہہ دیا کہ اب تم یہیں پڑے سڑتے رہو، ابھی ہم یہ کہہ کر جا ہی رہے تھے کہ بابا پکار کر ہم سے کہنے لگا کہ تم مجھے گڑھے میں مرنے کے لئے چھوڑے تو جا رہے ہو مگر تمہیں خبر دار کیے دیتا ہوں کہ اگر میں مر گیا تو قیامت آجائے گی۔“ چندن مالی بڑے انہماک سے جیوتشی بابا اور ان کی قیامت کے بارے میں بتا رہا تھا۔

”تو کیا تم نے بابا کی بات پر یقین کر لیا“ شرماجی نے بڑے تجسس کے ساتھ چندن سے دریافت کیا۔

”اجی صاحب ہم کیسے یقین نہ کرتے، وہ بابا جو تیش جانتا تھا، ویسے بھی ہم کوئی آپ کی طرح پڑھے لکھے تھوڑے ہیں جو اس سے کوئی ثبوت مانگتے۔“ چندن نے اپنی پوری صفائی دینے کی کوشش کی۔

”لیکن ثبوت تو شرماجی نے بھی اپنی پارٹی کے لیڈر سے نہیں مانگا۔“ ہم نے شرماجی کی طرف رخ کرتے ہوئے اشارہ کیا تو شرماجی نے آنکھیں چرانے کی کوشش کی۔

”خیر ہمیں بابا کی بات سن کر ڈر تو بہت لگا اور پھر ہم نے یہ بھی سوچا کہ اگر بابا کی بات سچ ثابت ہوئی اور قیامت آگئی تو ہم سب بے قصور ہی مارے جائیں گے۔ اس لئے ہم نے بابا کو اس گڑھے سے باہر نکال لیا۔ جب بابا وہاں سے جانے لگا تو ہم نے اس سے اپنے دل کے اطمینان کے لئے پوچھا کہ بابا اب تو قیامت نہیں آئے گی؟، تو جانتے ہیں بابا نے کیا کہا؟“ چندن ہم سے پہیلیاں کھجوا رہا تھا۔

”بھئی جلدی بتاؤ کہ بابا نے کیا جواب دیا۔“ شرماجی کی بے چینی دیکھنے لائق تھی۔

”اس نے جاتے جاتے کہا، مور کھ اگر میں گڑھے میں مر جاتا تو میرے لئے تو وہی قیامت کا دن ہوتا، بھلا میرے مرنے کے بعد مجھے اس سے کیا سروکار ہوتا کہ پوری دنیا میں قیامت آئی کہ نہیں آئی، بابا یہ کہہ کے چلا گیا مگر میں سوچتا رہا کہ بات تو بابا صحیح کہہ رہا تھا، مگر بابو جی ہم تو ان پڑھ ہیں آپ ہی بتاؤ کہ جو آپ نے آنے والی قیامت کے اثار بتائے ہیں کیا وہ سب آج کل موجود نہیں ہیں؟“ چندن نے معصومانہ انداز سے شرماجی سے پوچھا تو وہ یہ سوچنے میں غرق ہو گئے کہ جیوتشی بابا اور ان کی پارٹی کے لیڈر کے بیان میں آخر فرق کیا ہے؟ بقول غالب:

جاتے ہوئے کہتے ہو قیامت کو ملیں گے

کیا خوب قیامت کا ہے گویا کوئی دن اور

## سختی

میری گاڑی بہت پرانی ہو چکی ہے۔ اس وجہ سے آئے دن خراب ہوتی رہتی ہے۔ اس دن بھی ایسا ہی ہوا۔ گاڑی خراب تھی، اس لئے مجھے جیسے ہی تنخواہ ملی، میں گاڑی کو اپنے مکینک کے پاس لے گیا۔ مہنگائی اتنی ہے کہ بہت دیکھ بھال کر خرچ کرنا پڑتا ہے۔

مکینک تو بہت مصروف تھا، اس لئے اس نے گاڑی اپنے ایک شاگرد کے حوالے کر دی اور میرے پاس آکر آہستہ سے کہا: ”نجم صاحب! لڑکانیا ہے، لیکن اپنے کام میں ماہر ہے۔ بہت غریب ہے اس لئے میں نے کام پر رکھ لیا ہے۔“ مجھے تو کام سے دلچسپی تھی، چاہے کوئی بھی کرے۔

لڑکا گاڑی کی مرمت کرنے میں مصروف ہو گیا اور میں کھڑا اس کو دیکھ رہا تھا۔ وہ واقعی بہت مہارت سے کام کر رہا تھا۔ تھوڑی دیر بعد بات چیت شروع ہو گئی۔ وہ بہت غریب تھا۔

ماں گھروں میں کام کرتی تھی۔ باپ بے چارہ فالج کا شکار تھا اور کوئی کام نہیں کر سکتا تھا۔ ایک بہن تھی جس کی شادی کرنا تھی۔ اس کی شادی کے لئے پیسے بھی جمع کرنا تھے۔ میں اس کی باتیں سنتا رہا اور اس پر ترس کھاتا رہا۔ اچانک آواز آئی: ”اللہ کے نام پر کچھ دے دے بیٹا!“ دیکھا تو ایک فقیرنی تھی جس کا ایک ہاتھ بھی کٹا ہوا تھا۔ میں نے اپنا پرس نکالا۔ دس روپے کانوٹ تلاش کیا، لیکن نہیں ملا، نہ میرے پاس سکے تھے۔ ”معاف کرو اماں!“ میں نے کہا اور سوچنے لگا کہ میں تو خود مہنگائی کا مارا ہوں، میں زیادہ پیسے بھیک میں نہیں دے سکتا۔ فقیرنی اُداس ہو کر آگے بڑھ گئی۔

مکینک لڑکے نے جب اسے جاتے دیکھا تو آواز دے کر روکا: ”اماں رو۔“ فقیرنی ٹھہر گئی اور لڑکے نے جلدی سے اپنی جیب سے پچاس روپے کانوٹ نکال کر فقیرنی کے حوالے کر دیا۔ فقیرنی خوش ہو گئی اور اس کو عادیتی ہوئی وہاں سے چلی گئی۔ میں اس غریب مکینک لڑکے کو حیرت سے دیکھنے لگا۔ پچاس روپے کانوٹ اُف، پچاس کانوٹ تو میرے پرس میں بھی تھا، لیکن میں نے فقیرنی کو نہیں دیا۔

وہ غریب مکینک لڑکا بہت سخی نکلا۔ غریب ہونے کے باوجود اس نے بوڑھی فقیرنی کی مدد کی۔ ”صاحب! بے چاری بوڑھی ہے ایک ہاتھ بھی نہیں ہے اس عمر میں کوئی کام بھی نہیں کر سکتی۔“ لڑکے نے مجھے دیکھ کر کہا۔ میں لڑکے کی بات سن کر حیران ہو رہا تھا۔ مجھ جیسے لوگ اپنے اوپر ہزاروں روپے خرچ کر دیتے ہیں، لیکن اگر کوئی مانگ لے تو پانچ دس روپے سے زیادہ پیسے نہیں دیتے۔ مجھے لڑکے کی سختی پر فخر ہونے لگا اور اپنے آپ سے شرمندہ ہونے لگا۔

## مطالعے کی اہمیت اور ہم

مطالعہ کیا ہے؟ ہماری زندگی میں اس کی کتنی اہمیت ہے اور ہم اسے کتنی اہمیت دے رہے ہیں۔ مطالعے کی اہمیت جاننے کے لیے ہمیں ان شخصیتوں کے اقوال ضرور پڑھنے چاہئیں جنہوں نے اپنے وسیع مطالعاتی زندگی میں انقلاب بھرپا کر کے دنیا کو تبدیل کر دیا۔

شاعر مشرق علامہ اقبال مطالعے کے متعلق کہتے ہیں "مطالعہ انسان کے لیے اخلاق کا معیار ہے" جبکہ امام غزالی فرماتے ہیں "بڑی صحبت سے تنہائی اچھی ہے، لیکن تنہائی سے پریشان ہو جانے کا اندیشہ ہے، اس لیے اچھی کتابوں کے مطالعے کی ضرورت ہے۔"



حکیم ابو نصر فارابی بتاتے ہیں "تیل کے لیے پیسہ نہ ہونے کی وجہ سے میں رات کو چوکیداروں کی قندیلوں کے پاس کھڑے ہو کر کتاب کا مطالعہ کرتا تھا۔" جبکہ کامیاب سائنسدان ایڈلسن رقم طراز ہیں "ورزش سے جسم مضبوط ہوتا ہے اور مطالعے کی دماغ کے لیے وہی اہمیت ہے جو ورزش کی جسم کے لیے۔"

بیکن کا خیال ہے "مطالعہ سے انسان کی تکمیل ہوتی ہے۔" سمرسٹ ماہم کے مطابق "مطالعے کی عادت اختیار کر لینے کا مطلب یہ ہے کہ آپ نے گویا دنیا جہاں کے دکھوں سے بچنے کے لیے ایک محفوظ پناہ گاہ تیار کر لی ہے۔"

جبکہ ایک مشہور چینی ضرب المثل ہے "تین دن بغیر مطالعہ گزار لینے کے بعد چوتھے روز گفتگو میں پھیکا پن آجاتا ہے۔" تلسی داس کے مطابق "دماغ کے لیے مطالعے کی وہی اہمیت ہے جو کنول کے لیے پانی کی۔" بیکن ایک اور جگہ فرماتے ہیں "مطالعہ کسی سے اختلاف کرنے یا فصیح زبان میں گفتگو کرنے کی غرض سے نہ کرو بلکہ "تولنے" اور "سوچنے" کی خاطر کرو۔"

ولیم جیمز مطالعے کی اہمیت کو اجاگر کرتے ہوئے رقم طراز ہیں کہ "جو نوجوان ایمانداری سے کچھ وقت مطالعے میں صرف کرتا ہے تو اسے اپنے نتائج کے بارے میں بالکل متفکر نہ ہونا چاہیے۔"



میکالے مانتے ہیں کہ "وہ شخص نہایت ہی خوش نصیب ہے جس کو مطالعہ کا شوق ہے، لیکن جو فحش کتابوں کا مطالعہ کرتا ہے اس سے وہ شخص اچھا ہے جس کو مطالعہ کا شوق نہیں۔"

جبکہ مہاتما گاندھی فرماتے ہیں "دنیا میں ایک باعزت اور ذی علم قوم بننے کے لیے مطالعہ ضروری ہے۔ مطالعہ میں جوہر انسانی کو اجاگر کرنے کا راز مضمر ہے۔"

اب ان درج بالا شخصیات کے اقوال پڑھنے کے بعد کیا ہم مطمئن ہو سکتے ہیں کہ ہم اور ہمارے بچے واقعی مطالعے سے اتنی نزدیکی رکھتے ہیں؟ جہاں تک میرا تجربہ رہا ہے تو میں کہتا ہوں بالکل نہیں۔ ہمارے تعلیمی اداروں میں ایسے اساتذہ آٹے میں نمک کے برابر ہیں جو طلبا کو مطالعے کی اہمیت پر کہانیاں سنائیں یا پرزور نصیحتیں کریں۔ اکثر اساتذہ و والدین طلبا کو امتحانات میں نمبرنگ کے حوالے سے ذہنی طور پر ایسے ٹارچر کرتے ہیں کہ وہ نصاب سے ہٹ کر کوئی معلوماتی کتاب پڑھنے کا سوچ ہی نہیں سکتا، جس کی سب سے بڑی وجہ یہ ہے کہ اس استاد کے استاد نے بھی مطالعے کی اہمیت پر کبھی لیکچر نہیں دیا ہوتا۔ ظاہر سی بات ہے جو خود مطالعہ نہ کرتا ہو وہ دوسروں کو اس کی تلقین کیسے کرے گا؟

ایسا بھی نہیں ہے کہ سارے اساتذہ مطالعے کو ترجیح نہیں دیتے، بلکہ کچھ اساتذہ میں آج بھی دیکھتا ہوں جو ہزاروں مصروفیات کے باوجود نہ صرف خود مختلف موضوع پر کتابیں پڑھتے ہیں بلکہ دوسروں کو بھی اچھی اچھی کتابیں پڑھنے کی نصیحت کرتے ہیں۔ مگر اکثریت اس طرح نہیں کرتی جس کے باعث ہمارے طلبا مطالعے سے دور ہیں۔ لائبریریاں جانا تو دور بلکہ بیشتر تعلیمی اداروں میں لائبریری کا وجود ہی نہیں ہے اور جہاں لائبریری موجود ہیں تو ناوہاں پر نئی کتابوں کی آمد و رفت ہوتی ہے اور نہ ہی طلبا کتابیں لے جاتے دیکھے جاسکتے ہیں۔

اکثر اساتذہ بچوں کو صرف اور صرف امتحانات میں نمبر حاصل کرنے کے لیے اور امتحانات کے لیے ہی پڑھنے پر زور دیکر کنوس کرتے ہیں جس سے یہ ہوتا ہے کہ طلبا سال کے آٹھ مہینے چھوڑ کر صرف امتحان کے چار مہینوں میں کتاب سے چپک جاتے ہیں۔ چار مہینوں میں کورس کی تمام کتابوں کو رٹے طلبا کو اتنا وقت کہاں ملتا ہے کہ وہ سکندر اعظم و سقراط کی زندگی پر کچھ پڑھے؟ بے شک امتحانات میں اچھے نمبر لیکر پاس ہونا طلبا کی کامیابی تصور کی جاتی ہے مگر ڈگریوں کے حصول میں کامیابی کے ساتھ ساتھ قابلیت بھی ہونی چاہیے۔

ایم ایس سی اور ایم فل کے طالب علم کو اگر اپنے ہی شہر، قبیلے یا تارخ کا ذرا برابر علم نہ ہو تو۔۔۔۔۔  
تعلیم یافتہ والدین اور اساتذہ کی ذمہ داری بنتی ہے کہ وہ طلبا کو ہر مثبت موضوع پر کتابیں پڑھنے کی تلقین کریں تاکہ ان میں پختگی آجائے اور دوسری اقوام کے بچوں سے آنکھ سے آنکھ ملا کر کسی بھی موضوع پر بحث کر سکیں۔

## دعا

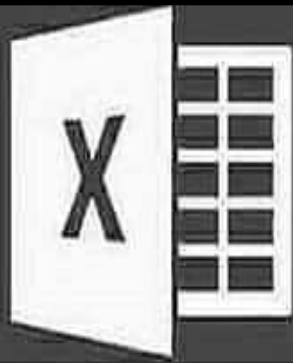
چمن ہوں چاند جیسے، کھیتیاں ہوں کہکشاں جیسی  
زمیں اپنے وطن کی ہو الہی! آسماں جیسی

وطن کا ذرہ ذرہ رنگ و شادابی کی دنیا ہو  
اُجالا ہو سحر جیسا، فضا ہو گلستاں جیسی

وطن کی روشنی سے ساری دنیا جگمگا اٹھے  
چمک ہو اس کی پیشانی پہ مہرِ ضوفشاں جیسی

مسافر یوں چھوئیں منزل کو، جیسے موج ساحل کو  
ہمارے پاؤں کی رفتار ہو آبِ رواں جیسی

وہ ہمت دے، کریں اس کی حفاظت ہم دل و جاں سے  
یہ خطہ ہم کو دل جیسا، یہ دھرتی ہم کو جاں جیسی



# ADVANCED EXCEL

KEYBOARD SHORTCUTS



**CTRL+A:** Select All

**CTRL+C:** Copy

**CTRL+X:** Cut

**CTRL+V:** Paste

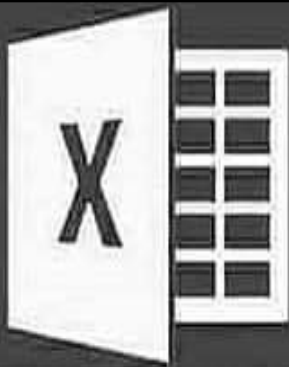
**CTRL+F:** Find

**CTRL+H:** Replace

**CTRL+B:** Bold

**CTRL+I:** Italics

**CTRL+U:** Underline



# ADVANCED EXCEL

KEYBOARD SHORTCUTS



**CTRL+P:** Displays the Print dialog box

**CTRL+R:** Uses the Fill Right command to copy the contents and format of the leftmost cell of a selected range into the cells to the right

**CTRL+S:** Saves the active file with its current file name, location and file format

**CTRL+T:** Displays the Create Table dialog box

**CTRL+W:** Closes the selected workbook window

**CTRL+Y:** Repeats the last command or action, if possible:

**CTRL+Z:** Uses the Undo command to reverse the last command or to delete the last entry that you typed



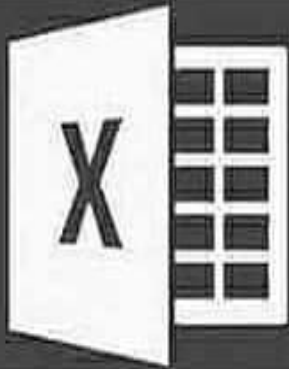
**CTRL+SHIFT:** Removes the outline border from the selected cells.

**CTRL+SHIFT+\*:** Selects the current region around the active cell (the data area enclosed by blank rows and blank columns)

In a PivotTable, it selects the entire PivotTable report

**CTRL+SHIFT+::** Enters the current time

**CTRL+SHIFT+”:** Copies the value from the cell above the active cell into the cell or the Formula bar



# ADVANCED EXCEL

KEYBOARD SHORTCUTS



**CTRL+F5:** XL, Restore window size

**CTRL+F6:** Next workbook window

**CTRL+SHIFT+F6:** Previous workbook window

**CTRL+F9:** To minimize workbook

**CTRL+F11:** To open VBE

**CTRL+SHIFT+F6:** For previous window

**CTRL+SHIFT+F1:** To open new worksheet

**CTRL+O:** To open workbook

**CTRL+SHIFT+TAB:** To active previous  
workbook

**CTRL+N:** To create new workbook

## نماز مومن کی معراج

قمری سال کے ساتویں مہینے رجب کی فضیلت یہ ہے کہ اس ماہ مبارک میں نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کو معراج کے وقت فرضیت نماز کا حکم دیا گیا۔ اور صرف نماز ہی دین اسلام کا ایک ایسا عظیم رکن ہے جسکی فرضیت کا اعلان زمین پر نہیں بلکہ ساتوں آسمانوں کے اوپر بلند و اعلیٰ مقام پر معراج کی رات ہوا۔

نیز اس کا حکم حضرت جبرائیل علیہ السلام کے ذریعہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم تک نہیں پہنچا، بلکہ اللہ تعالیٰ نے فرضیت نماز کا تحفہ بذات خود اپنے حبیب محمد صلی اللہ علیہ وسلم کو عطا فرمایا۔ نماز، ایمان کے بعد اسلام کا اہم ترین رکن ہے۔ قرآن مجید فرقان حمید اور احادیث مبارکہ صلی اللہ علیہ وسلم میں نماز کی مسلمہ اہمیت و فضیلت کو کثرت سے ذکر کیا گیا ہے، صرف



قرآن پاک میں تقریباً سات سو مرتبہ، کہیں اشارہ اور کہیں صراحۃً مختلف عنوانات سے نماز کا ذکر ملتا ہے۔ جن میں نماز کو قائم کرنے پر بڑے بڑے وعدے اور ضائع کرنے پر سخت وعیدیں وارد ہوئی ہیں۔

نماز کی ادائیگی کے بارے میں قرآن کریم کی سورۃ العنکبوت میں اللہ رب العزت فرماتے ہیں:

”جو کتاب آپ پر وحی کی گئی ہے اسے پڑھئے اور نماز قائم کیجئے، یقیناً نماز بے حیائی اور برائی سے روکتی ہے۔“ (آیت نمبر ۴۵)

نماز میں اللہ تعالیٰ نے یہ خاصیت و تاثیر رکھی ہے کہ وہ نمازی کو گناہوں اور برائیوں سے روک دیتی ہے مگر ضروری ہے کہ اس پر پابندی سے عمل کیا جائے اور نماز کو ان شرائط و آداب کے ساتھ پڑھا جائے جو نماز کی قبولیت کے لئے ضروری ہیں۔

جیسا کہ حدیث میں ہے کہ:

”ایک شخص نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں آیا اور کہا کہ فلاں شخص راتوں کو نماز پڑھتا ہے مگر دن میں چوری کرتا ہے تو نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ اُس کی نماز عنقریب اُس کو اس برے کام سے روک دے گی۔ (مسند احمد)“

سورۃ البقرۃ میں ارشاد باری تعالیٰ ہے کہ:



”اے ایمان والو! صبر اور نماز کے ذریعے مدد چاہو، بیشک اللہ تعالیٰ صبر کرنے والوں کے ساتھ ہے۔“ (آیت نمبر ۱۵۳)

جب بھی کوئی پریشانی یا مصیبت سامنے آئے تو مسلمان کو چاہیے کہ وہ اُس پر صبر کرے اور نماز کا خاص اہتمام کر کے اللہ تعالیٰ سے تعلق قائم کرے۔ حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم بھی ہر پریشانی کے وقت نماز کی طرف متوجہ ہوتے تھے جیسا کہ حدیث میں ہے کہ: ”حضرت حذیفہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کو جب بھی کوئی اہم معاملہ پیش آتا، آپ فوراً نماز کا اہتمام فرماتے۔“ (ابوداؤد و مسند احمد)

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم پانچ فرض نمازوں کے علاوہ نماز تہجد، نماز اشراق، نماز چاشت، تحیۃ الوضوء اور تحیۃ المسجد کا بھی اہتمام فرماتے، اور پھر خاص خاص مواقع پر اپنے رب کے حضور توبہ و استغفار کے لئے نماز ہی کو ذریعہ بناتے، سورج گرہن یا چاند گرہن ہوتا تو مسجد تشریف لے جاتے۔ زلزلہ، آندھی یا طوفان حتیٰ کہ تیز ہوا بھی چلتی تو مسجد تشریف لے جا کر نماز میں مشغول ہو جاتے۔ فاقہ کی نوبت آتی یا کوئی دوسری پریشانی یا تکلیف پہنچتی تو مسجد تشریف لے جاتے۔ سفر سے واپسی ہوتی تو پہلے مسجد تشریف لے جا کر نماز ادا کرتے۔ اس لئے ہمیں بھی چاہیے کہ نماز کا خاص اہتمام کریں۔ اور اگر کوئی پریشانی یا مصیبت آئے تو نماز کی ادائیگی اور صبر کے ذریعے اللہ تعالیٰ سے مدد مانگیں۔

سورۃ المائدہ میں اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں کہ:

”میں تمہارے ساتھ ہوں اگر تم نماز قائم رکھو گے اور زکوٰۃ دیتے رہو گے۔“ (آیت ۱۲)

یعنی نماز کی پابندی کرنے سے بندہ اللہ تعالیٰ کے بہت زیادہ قریب ہو جاتا ہے جیسا کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ:

”بندے کو اللہ تعالیٰ کا سب سے زیادہ قرب سجدے کی حالت میں حاصل ہوتا ہے۔“

قرآن کریم میں ہی ارشاد ربانی ہے:

”یقیناً ان ایمان والوں نے فلاح (کامیابی) پائی جو اپنی نماز میں خشوع کرتے ہیں اور جو اپنی نماز کی خبر رکھتے ہیں، یہی وہ وارث ہیں

جو (جنت) الفردوس کے وارث ہوں گے جہاں وہ ہمیشہ رہیں گے۔ (سورۃ المؤمنون)“

ان آیات میں کامیابی پانے والے مومنین کی چھ صفات بیان کی گئی ہیں پہلی صفت، خشوع و خضوع کے ساتھ نماز ادا کرنا، اور آخری صفت پھر نماز کی پوری طرح حفاظت کرنا۔



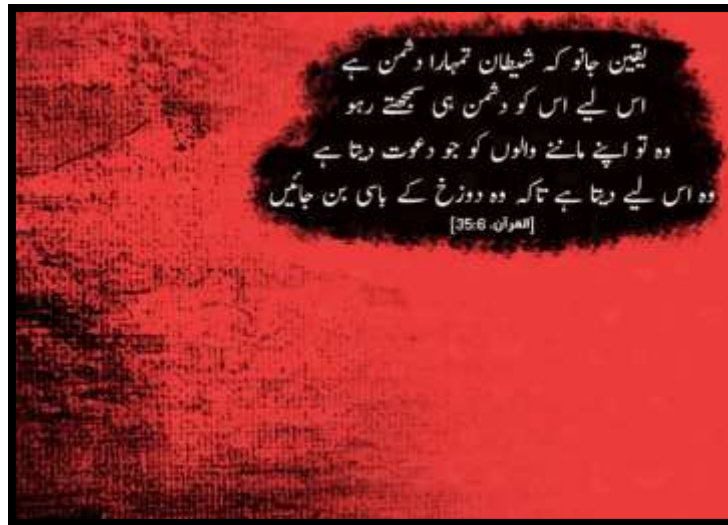
اس سے ظاہر ہوتا ہے کہ نماز کا اللہ تعالیٰ کے پاس کیا درجہ ہے اور کس قدر مہتمم بالشان چیز ہے کہ مومنین کی صفات کو نماز سے شروع کر کے نماز ہی پر ختم فرمایا گیا ہے۔ اس کے بعد اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا کہ یہی وہ لوگ ہیں جو جنت کے وارث یعنی حق دار ہوں گے، جنت بھی جنت الفردوس جو جنت کا اعلیٰ حصہ ہے جہاں سے جنت کی نہریں جاری ہوتی ہیں۔ غرض جنت الفردوس کو حاصل کرنے کے لئے نماز کا اہتمام بے حد ضروری ہے۔ ایک دوسری جگہ ارشاد ہے کہ

”بیشک انسان بڑے کچے دل والا بنایا گیا ہے جب اسے مصیبت پہنچتی ہے تو ہڑبڑا اٹھتا ہے اور جب راحت ملتی ہے تو بخل کرنے لگتا ہے، مگر وہ نمازی جو اپنی نماز کی پابندی کرتے ہیں۔ اور جو اپنی نماز کی حفاظت کرتے ہیں، یہی لوگ جنتوں میں عزت والے ہوں گے۔ (سورۃ المعارج)“

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا

”قیامت کے دن آدمی کے اعمال میں سب سے پہلے فرض نماز کا حساب لیا جائیگا۔ اگر نماز درست ہوئی تو وہ کامیاب و کامران ہوگا، اور اگر نماز درست نہ ہوئی تو وہ ناکام اور خسارہ میں ہوگا۔“ حضرت عبد اللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ میں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے دریافت کیا کہ اللہ کو کونسا عمل زیادہ محبوب ہے؟ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا ”نماز کو اس کے وقت پر ادا کرنا۔“ (بخاری، مسلم)

جو لوگ اپنے آپ کو مسلمان کہنے کے باوجود بالکل نماز ہی نہیں پڑھتے یا کبھی کبھی پڑھ لیتے ہیں، وہ غور کریں کہ ان کا انجام کیا ہوگا۔ اللہ پاک اس برے انجام سے ہماری حفاظت فرمائے، اور ہمیں خشوع و خضوع کے ساتھ باجماعت نماز ادا کرنے کی توفیق عطا فرمائے، آمین۔



## سوشل میڈیا کے نقصانات

ہمارے معاشرے میں بہت کچھ ایسا ہے جس کی نشاندہی کرتے ہوئے سمجھ نہی آتی کہ بات کہاں سے شروع کریں اور اگر جیسے تیسے شروع کر ہی لی جائے تو ختم کیسے اور کہاں کریں۔ گو کہ ہر چیز اور معاملہ روز روشن کی طرح عیاں نظر آ رہا ہوتا ہے مگر پھر بھی اس کے بارے میں بیان کرنا گلے پڑ سکتا ہے۔



آج کل ہر کوئی برملا اظہار کرتا دکھتا ہے کہ زمانہ بہت خراب ہے، فحاشی اور بے راہ روی بہت بڑھ گئی ہے، نوجوان نسل اپنی اقدار، روایات اور حدود بھولتی جا رہی ہے۔ زمانہ خراب ہونے کی جو چیدہ چیدہ وجوہات پیش کی جاتی ہیں ان میں تعلیم و تربیت، گھریلو ماحول، دوستوں کی بیٹھک، سوشل میڈیا، انٹرنیٹ کا بے دریغ اور غلط استعمال سمیت ایکٹرانک میڈیا سرفہرست ہے۔

ٹی وی یہ چلنے والے اشتہارات کا مرکز تیز طرار، الٹرا ماڈرن دیدہ زیب لڑکیاں ہوتی ہیں۔ ہر چیز خواہ وہ چائے کی پتی، ٹی وائٹرز، پان سپاری، کینڈی، جو سز، کولڈ ڈرنک، ہیر کمر، کریمز، لوشن، فیس واش، بیوٹی سوپ، ٹوٹھ پیسٹ، کوگنگ آئلز، برتن دھونے والا صابن، کپڑے دھونے والا ڈرنک، یا چند ہزار کا موبائل فون ہو سب کو بیچنے کے لیے ناچتی گاتی، جلوے بکھیرتی لڑکیوں کا سہارا لیا جائے گا تو ہماری قوم کا کردار و اخلاق بھلا کیوں کر بلند ہو گا؟

چست فینسی لہنگا یا شرارہ گا گھر اپہن کے اٹھلاتی، ادائیں دکھلاتی گلیمرس خواتین جب ضروریات زندگی کی چیزوں کے ساتھ دھڑلے سے اپنی نمائش بھی کریں گی تو کوئی شک نہیں کہ عورت کی عزت و قدر کی باتیں صرف باتوں اور کتابوں تک ہی محدود ہو کے رہ جائیں گی۔ یہ کتنی چھوٹی سوچ اور قابل اعتراض حرکت ہے کہ اشتہارات میں مرد حضرات اگر کچھ اچھا کرتے دکھائے بھی جاتے ہیں تو ان کا مقصد کسی ناکسی حسینہ کو پٹانا اور اس کا منظور نظر بنانا ہوتا ہے۔ بجائے کہ ”وجود زن سے ہے تصویر کائنات میں رنگ“ مگر یہ بالکل بھی ضروری نہیں کہ ابن آدم حوا کی بیٹی کو ضرورت کی چیز کے رتبے تک محدود کر دے۔ مردوں کے اس معاشرے میں قصور وار مرد ہی گردانے جاتے ہیں کیوں کہ انھوں نے عورت کو صرف دل بہلانے اور زندگی رنگین کرنے کا سامان سمجھ رکھا ہے مگر ان خواتین کو ہم کیا کہیں جو راضی و بخوشی خود کو پیش کرنے اور اپنی نمائش لگوانے سے ذرا بھی دریغ نہیں کرتیں۔؟



مزید بر آں یہ کہ ٹی وی ڈرامے بلا روک ٹوک ہر طرح کے تعلقات اور ٹیبوز کو واضح دکھانے لگے ہیں جن میں اصلاح کا پہلو کم اور انٹرٹینمنٹ کا مواد زیادہ نکلتا ہے۔ مانا کہ جو بھی دکھایا جاتا ہے وہ ہمارے معاشرے کا حصہ ہے مگر ٹی وی پہ چلنے والے اشتہارات اور ڈرامے ایسے ہر گز نہیں ہونے چاہیے جسے اپنی فیملی ممبرز کے ساتھ بیٹھ کر دیکھنے میں ہم شرمندگی محسوس کریں اور بے ساختہ نظریں چرانے اور چینل بدلنے پہ مجبور ہو جائیں۔

ٹی وی ڈراموں اور اشتہارات سے نکل کر موویز پہ آجائیں تو حالات اور تشویش ناک نظر آنے لگتے ہیں۔ انتہائی بولڈ ڈائلاگز اور آئیٹیم سونگز کی تعداد میں خطرناک حد تک اضافہ اور لڑکیوں کے زیب تن کیے ہوئے لباس کی لمبائی و چوڑائی میں خطرناک حد تک کمی لمحہ فکریہ ہے۔ ماڈرن نزم کے نام پہ زندگیوں میں نظروں کی گستاخی، ظاہری وجود کی نمائش، انسانیت سے عاری رویے، پتھر اور بے حس دل رہ جائیں گے تو پھر تنزلی کا شکار ہوتی سماجی اور معاشرتی اقدار کا گلا کرنا جائز نہیں لگتا۔

مجھے فسوس سے کہنا پڑ رہا ہے کہ بڑی حد تک آج کل کا الیکٹرانک اور سوشل میڈیا فحش اور بولڈ آئیڈیاز کی جیتی جاگتی مثال بن چکا ہے۔ ہر قسم کے غیر معیاری مواد تک جب نوجوان نسل کی باآسانی رسائی ہوگی اور وہ اس سب سے بخوبی مستفید بھی ہوتی رہے گی تو تمیز و تہذیب کو اپنی کم مانگی پہ لازمی رونما ہی پڑے گا۔

اس میں کوئی دو رائے نہیں کہ میڈیا کی بدولت نوجوان نسل میں ایسے منفی رجحانات تیزی سے فروغ پارہے ہیں جو بہت حد تک معاشرے میں بگاڑ کی وجہ بن رہے ہیں۔ تعصب کی عینک اتار کے کھلے دل و دماغ سے دیکھا اور سمجھا جائے تو اندازہ ہوتا ہے کہ درحقیقت زمانہ خراب نہیں بلکہ انسان خود پر اگندہ خیالات و عادات کی دلدل میں دھنستا چلا جا رہا ہے۔ بلاشبہ زمانے سے انسان کی پہچان نہیں بلکہ حضرت انسان سے ہی ہر زمانے کی پہچان بنی ہے۔

نام نہاد شخصی آزادی حاصل کرنے کی جستجو میں مغربی روایات کی تقلید میں اندھا دھن بھاگنا ہمیں منزل سے بھٹکا تو سکتا ہے مگر کبھی بھی نشان منزل نہیں بن سکتا۔ وقت کے دھارے میں بہہ کر کافی کچھ ہماری زندگیوں سے نکل جاتا ہے اور بہت کچھ نیا شامل بھی ہو جاتا ہے۔ یہ دھیان رکھنا کہ جو بھی نیا ہماری زندگیوں میں شامل ہو رہا ہے وہ مثبت ہے یا منفی اور کس حد تک ہماری اخلاقی اقدار سے میل کھاتا ہے یہ سراسر ہماری ذمہ داری بنتی ہے زمانے کی نہیں۔

اپنے گریبانوں میں جھانک کے دیکھنا اور پھر خود اپنی اور اپنے سے جڑے افراد کی اصلاح کی طرف توجہ مرکوز کرنا ہر لحاظ سے معاشرے اور زمانے پہ تنقید کرنے سے کہیں افضل ہے۔



## احساس

ایک پراڈو کے دروازے پہ ڈینٹ تھا اسکے مالک نے ڈینٹ والا دروازہ کبھی مرمت نہیں کروایا کوئی پوچھتا تو وہ بس یہی کہتا کہ:

"زندگی کی دوڑ میں اتنا تیز نہیں چلنا چاہیے کہ کسی کو اینٹ مار کر گاڑی روکنی پڑے"

سننے والا اسکی آنکھوں میں نمی دیکھ کر قدرے حیران ہوتا اور پھر سمجھتے یا نہ سمجھتے ہوئے سر ہلا دیتا۔  
سرگوشی سنو گے یا اینٹ سے بات سنو گے؟

ایک نوجوان بزنس ایگزیکٹو اپنی نئی پراڈو میں دفتر سے DHA میں واقع گھر جاتے ہوئے ایک پسماندہ علاقے سے گزرا جو مضافات میں ہی واقع تھا اچانک اسنے ایک چھوٹے بچے کو بھاگ کر سڑک کی طرف آتے دیکھا تو گاڑی آہستہ کر دی مگر پھر بھی اُسے بچے کو

کوئی چیز اچھالتے دیکھا،

ٹھک کی آواز کیساتھ ایک اینٹ اس کی نئی گاڑی کے دروازے پر لگی اس نے فوراً بیک لگائی اور گاڑی سے باہر نکل کر دروازہ دیکھا جس پر کافی بڑا ڈینٹ پڑ چکا تھا، اس نے غصے سے ابلتے ہوئے بھاگ کر پتھر مارنے والے بچے کو پکڑا اور زور سے جھنجھوڑا

"اندھے ہو؟ پاگل کی اولاد، تمہارا باپ اسکے پیسے بھرے گا؟" وہ زور سے دھاڑا

میلی کچیلی شرٹ پہنے بچے کے چہرے پر ندامت اور بے چارگی کے ملے جلے تاثرات تھے

"سائیں، مجھے کچھ نہیں پتہ میں اور کیا کروں؟

میں ہاتھ اٹھا کر بھاگتا رہا مگر کسی نے گل نہیں سنی۔"

اسنے ٹوٹی پھوٹی اردو میں کچھ کہا اچانک بچے کی آنکھوں سے آنسو ابل پڑے اور سڑک کے ایک نشیبی علاقے کی جانب اشارہ کیا اور کہا کہ:

"ادھر میرا بااگر پڑا ہے بہت وزنی ہے مجھ سے اٹھ نہیں رہا

میں کیا کرتا سائیں؟

بزنس ایگزیکٹو کے چہرے پر ایک حیرانی آئی اور وہ بچے کے ساتھ ساتھ نشیبی علاقے کی طرف بڑھا تو دیکھا ایک معذور شخص اوندھے منہ مٹی میں پڑا ہوا تھا، اور ساتھ ہی ایک ویل چیئر گری پڑی تھی، ایسا دکھائی دے رہا تھا کہ شاید وزن کے باعث بچے



سے ویل چیئر سنبھالی نہیں گئی اور نیچے آگری اور ساتھ ہی پکے ہوئے چاول بھی گرے ہوئے تھے جو شاید باپ بیٹا کہیں سے مانگ کے لائے تھے

"سائیں، مہربانی کرو۔ میرے ابا کو اٹھوا کر کرسی پر بیٹھا دو"

اب بچہ باقاعدہ ہچکیاں لے رہا تھا،

نوجوان ایگزیکٹو کے گلے میں جیسے پھندا سا لگ گیا

اسے معاملہ سمجھ آ گیا اور اپنے غصے پر بہت ندامت محسوس ہو رہی تھی

اس نے اپنے سوٹ کی پرواہ کیے بغیر آگے بڑھ کر پوری طاقت لگا کر کہتے ہوئے معذور شخص کو اٹھایا اور کسی طرح ویل چیئر پر بٹھا دیا، بچے کے باپ کی حالت غیر تھی اور چہرہ خراشوں سے بھرا پڑا تھا۔

وہ بھاگ کر اپنی گاڑی کی طرف گیا اور بٹوے میں موجود تمام ہزار کے نوٹ نکالے اور کپکپاتے ہاتھوں سے معذور کی جیب میں ڈال دیئے پھر ٹشو پیپر سے اس کی خراشوں کو صاف کیا اور ویل چیئر کو دھکیل کر اوپر لے آیا۔

بچہ ممنونیت کے آنسوؤں سے اسے دیکھتا رہا اور پھر باپ کو لیکر اپنی جھگی کی طرف چل پڑا۔

اس کا باپ مسلسل آسمان کی طرف ہاتھ اٹھاتے ہوئے نوجوان کو دعائیں دے رہا تھا۔

نوجوان نے بعد میں ایک خیراتی ادارے کے تعاون سے جھگی میں رہنے والوں کیلئے ایک جھگی سکول کھول دیا اور آنے والے

سالوں میں وہ بچہ بہت سے دوسرے بچوں کے ساتھ پڑھ لکھ کر زندگی کی دوڑ میں شامل ہو گیا۔

وہ پڑاؤ اس کے پاس مزید پانچ سال رہی، تاہم اس نے ڈینٹ والا دروازہ مرمت نہیں کروایا۔

کبھی کوئی اس سے پوچھتا تو وہ بس یہی کہتا کہ:

"زندگی کی دوڑ میں اتنا تیز نہیں چلنا چاہیے کہ کسی کو اینٹ مار کر گاڑی روکنی پڑے"

اوپر والا کبھی ہمارے کانوں میں سرگوشیاں کرتا ہے اور کبھی ہمارے دل سے باتیں کرتا ہے، جب ہم اس کی بات سننے سے انکار

کر دیتے ہیں تو وہ کبھی کبھار ہمارے طرف اینٹ بھی اچھال دیتا ہے اور پھر وہ بات ہمیں سننا ہی پڑتی ہے۔

ہم جہاں ملازمت، بزنس، خاندان، بیوی بچوں کی خوشیوں کیلئے بھاگے جا رہے ہیں وہیں ہمارے آس پاس بہت سی گونگی چیخیں

اور سرگوشیاں بکھری پڑی ہیں،

اچھا ہو کہ ہم اپنے ارد گرد کی سرگوشیاں سن لیں تاکہ ہم پرائینٹ اچھالنے کی نوبت نہ آئے۔



## اجماع

اجماع کے لغوی معنی ہیں "اتفاق کرنا"

اصطلاح میں اس سے مراد ہے آپ ﷺ کے زمانے کے بعد تمام مسلمان مجتہدین کا کسی حکم شرعی پر متفق ہونا۔

## اجماع کی شرائط

مجتہد ہونا۔

تمام مجتہدین کا متفق ہونا۔

تمام مجتہدین کا مسلمان ہونا۔

آپس میں مکمل اتفاق ہونا۔

حکم شرعی پر متفق ہونا۔

آپ ﷺ کے زمانے کے بعد ہوئے اجماع پر اتفاق ہونا۔ (کیونکہ آپ ﷺ کے موجود ہوتے ہوئے اجماع کی ضرورت نہیں)

## اجماع کی حجیت

قرآن کی روشنی میں:

"اور جو شخص بعد اس کے کہ اس پر امر حق واضح ہو چکا ہو، پھر پیغمبر کی مخالفت کریگا اور مسلمانوں کی راہ چھوڑ کر دوسری راہ اختیار کرے گا تو ہم اس کو اس کی اختیار کردہ راہ کے سپرد کر دیں گے اور اس کو جہنم میں داخل کریں گے۔"

حدیث کی روشنی میں:

لا تجتمع علی خطا

"یعنی میری امت غلطی پر متفق نہیں ہوگی۔"

## اجماع کی قسمیں

**اجماع صریح (عزیمت):** اس کا مطلب یہ ہے کہ مجتہدین اپنی رائے کا صراحت سے اظہار کریں، پھر کسی ایک رائے پر متفق ہو جائیں۔

**اجماع سکوتی (رخصت):** اس کا مطلب یہ ہے کہ کسی مسئلہ میں کوئی مجتہد اپنی رائے کا اظہار کرے، اور اس رائے کا سب کو علم ہو جائے، یہ مشہور ہو جائے اور دوسروں تک پہنچ جائے۔ وہ سب اس پہ سکوت اختیار کریں۔ صراحت سے نہ اس کا انکار کریں اور صراحت سے نہ ہی اس کا اقرار کریں۔



## ”کھوٹے سکے“ از اشفاق احمد

بغداد میں ایک نانبائی تھا، وہ بہت اچھے نان کلچے لگاتا تھا اور دور دور سے دنیا اس کے گرم گرم نان خریدنے کے لیے آتی تھی۔ کچھ لوگ بعض اوقات اسے کھوٹا سکے دے کر چلے جاتے جیسے یہاں ہمارے ہاں بھی ہوتے ہیں۔ وہ نانبائی کھوٹا سکے لینے کے بعد اسے جانچنے اور پرکھنے کے بعد اپنے ’گلے‘ ( پیسوں والی صندوقچی ) میں ڈال لیتا تھا۔ کبھی واپس نہیں کرتا تھا اور کسی کو آواز دے کر نہیں کہتا تھا کہ تم نے مجھے کھوٹا سکے دیا ہے یا بے ایمانی کا طعنہ نہیں دیتا، بلکہ محبت سے وہ سکے بھی رکھ لیتا تھا۔ جب اس نانبائی کا آخری وقت آیا تو اس نے پکار کر اللہ سے کہا،

”اے اللہ تو اچھی طرح سے جانتا ہے کہ میں تیرے بندوں سے کھوٹے سکے لے کر انہیں اعلیٰ درجے کے خوشبودار گرم گرم صحت مند نان دیتا رہا اور وہ لے کر جاتے رہے۔ آج میں تیرے پاس جھوٹی اور کھوٹی عبادت لے کر آ رہا ہوں، وہ اس طرح سے نہیں جیسی تو چاہتا ہے۔ میری تجھ سے یہ درخواست ہے کہ جس طرح سے میں نے تیری مخلوق کو معاف کیا تو بھی مجھے معاف کر دے، میرے پاس اصل عبادت نہیں ہے“

بزرگ بیان کرتے ہیں کہ کسی نے اس کو خواب میں دیکھا تو وہ اونچے مقام پر فائز تھا اور اللہ نے اس کے ساتھ وہ سلوک کیا جس کا وہ متمنی تھا

## دنیا اور آخرت میں کامیابی کیلئے رہنما اصول

رسول ﷺ کی بارگاہ میں ایک بدو حاضر ہوا اور عرض کی کہ میں کچھ پوچھنا چاہتا ہوں حضرت خالد بن ولید رضی اللہ عنہ بھی اس وقت موجود تھے۔

رسول ﷺ نے ارشاد فرمایا:

بدو نے عرض کی:

- میں امیر (غنی) بننا چاہتا ہوں۔
- "قناعت اختیار کرو امیر ہو جاؤ گے۔"
- میں سب سے بڑا عالم بننا چاہتا ہوں۔
- "تقویٰ اختیار کرو عالم بن جاؤ گے۔"
- میں عزت والا بننا چاہتا ہوں۔
- "مخلوق کے سامنے ہاتھ پھیلا نا بند کر دو عزت والے ہو جاؤ گے۔"
- اچھا آدمی بننا چاہتا ہوں۔
- "مخلوق کو نفع پہنچاؤ اچھے آدمی بن جاؤ گے۔"
- میں عادل بننا چاہتا ہوں۔
- "جسے اپنے لیے اچھا سمجھتے ہو وہی دوسروں کے لئے پسند کرو۔"
- میں طاقتور بننا چاہتا ہوں۔
- "اللہ پر توکل کرو۔"
- اللہ تعالیٰ کے دربار میں خاص درجہ چاہتا ہوں۔
- "کثرت سے ذکر کرو۔"
- میں رزق کی کشادگی چاہتا ہوں۔
- "ہمیشہ با وضو رہو۔"
- میں دعاؤں کی قبولیت چاہتا ہوں۔
- "حرام نہ کھاؤ۔"
- میں ایمان کی تکمیل چاہتا ہوں۔
- "اخلاق اچھا کر لو۔"



میں گناہوں میں کمی چاہتا ہوں۔  
"کثرت سے استغفار کیا کرو۔"  
میں قیامت کے دن نور میں اٹھنا چاہتا ہوں۔  
"ظلم کرنا چھوڑ دو میں چاہتا ہوں کہ اللہ تعالیٰ مجھ پر رحم فرمائے۔ اللہ تعالیٰ کے بندوں پر رحم کرو۔"  
میں چاہتا ہوں کہ اللہ تعالیٰ میری پردہ پوشی فرمائے۔  
"لوگوں کی پردہ پوشی کیا کرو۔"  
میں رسوائی سے بچنا چاہتا ہوں۔  
"زنا سے بچو۔"  
اللہ تعالیٰ اور اس کے رسول ﷺ کا محبوب بننا چاہتا ہوں۔  
"جو اللہ تعالیٰ اور اس کے رسول ﷺ کا محبوب ہو اس کو اپنا بنا لو۔"  
میں اللہ کا فرمانبردار بننا چاہتا ہوں۔  
"فرائض کی ادائیگی کا اہتمام کرو۔"  
احسان کرنے والا بننا چاہتا ہوں۔  
"اللہ تعالیٰ کی بندگی یوں کرو جیسے تم اس کو دیکھ رہے ہو یا جیسے وہ تمہیں دیکھ رہا ہے۔"  
میرا کون سا عمل گناہوں سے معافی دلائے گا۔  
"آنسو۔ عاجزی۔ بیماری۔"  
میرا کون سا عمل دوزخ کی آگ ٹھنڈی کرے گا۔  
"دنیا کی مصیبتوں پر صبر کرو۔"  
میرا کون سا عمل اللہ تعالیٰ کے غصے کو ٹھنڈا کرے گا۔  
"چپکے چپکے صدقہ دو اور صلح رحمی کرو۔"  
سب سے بڑی برائی کیا ہے۔  
"بد اخلاقی اور بغل۔"  
سب سے بڑی اچھائی کیا ہے؟  
"اچھے اخلاق، تواضع اور صبر۔"  
میں اللہ تعالیٰ کے غصے سے بچنا چاہتا ہوں۔  
"لوگوں پر غصہ کرنا چھوڑ دو۔"

## امتحانات کے دوران بچوں کی یادداشت تیز بنانے والی پانچ غذائیں

### کیوی

ایک کیوی میں کینوسے زیادہ مقدار میں وٹامن سی پایا جاتا ہے۔ ایک تحقیق کے مطابق ایک کیوی انسانی جسم کی ایک دن کی وٹامن سی کی ضرورت کو پورا کر دیتا ہے۔



### انڈے

انڈے کے اندر پروٹین، زنک اور وٹامن اے جو کے آنکھوں کی بینائی، وٹامن ڈی جو کے ہڈیوں کی افزائش، وٹامن ای اور بی کی وافر مقدار موجود ہوتی ہے۔ انڈے کی زردی دماغ کے لئے بہترین غذا سمانی جاتی ہے۔ آرن کی وافر مقدار ہونے کی وجہ سے انڈے کی زردی دماغ کو تیز بنانے کے لئے بے حد کارآمد ہے۔



### خشک میوہ جات

خشک میوہ جات آرن سے مالا مال ہوتے ہیں۔ یہ توانائی فراہم کرنے کا بہترین ذریعہ مانے جاتے ہیں۔ خشک میوہ جات بچوں کو طاقتور اور صحت مند بناتے ہیں اور بچوں کی ذہنی کارکردگی کو تیز کرتے ہیں۔



### مچھلی

مچھلی میں فیٹی ایسڈ کی وافر مقدار ہونے کی وجہ سے یہ بچوں کی دماغی نشوونما میں مدد کرتا ہے۔ مچھلی صرف بچوں ہی نہیں بلکہ ہر عمر کے افراد کے لئے نہایت فائدے مند ہے۔ یہ مختلف دماغی امراض کو دور رکھتی ہے اور دماغی صلاحیتوں میں اضافہ کرتی ہے۔



### کیلا

کیلے میں کاربوہائڈریٹ کی ایک وافر مقدار موجود ہوتی ہے جو تھکن کو دور بھگا کر جسم کو توانائی فراہم کرتی ہے۔ کیلے کاروزائینج ناشتے میں استعمال دماغ کو تیز بناتا ہے اور یادداشت کو تیز کرتا ہے۔





## علم درتچے

مصری لڑکی اسے اپنے بالوں میں سجائے دیتی ہے۔

افریق لڑکی خوشی سے جھومنے لگتی ہے۔

یورپی لڑکی خوش ہو کر قہقہہ لگاتی ہے۔

امریکی لڑکی مسکرا کر ایک طرف رکھ دیتی ہے۔

بھارتی لڑکی محبت کی نگاہ سے دیکھتی ہے۔

اور آخر میں پاکستانی لڑکی کہتی ہے کہ "کاش یہ پھول گو بھی کا ہوتا تو میں آج آلو گو بھی پکالیتی۔"

### روم میٹ

ایک روم میٹ کی ضرورت ہے جو موسیقی کا شیدائی، کتابوں کا ازلی دشمن اور دھاکہ خیز طبیعت کا مالک ہو۔ دوسرے کا مال استعمال کرنے یا ادھار لے کر بھول جانے کے فن سے آشنا ہو۔ فنون لطیفہ اور دھمال چوکڑی کے ماہر حضرات کو ترجیح دی جائے گی۔

پان، سگریٹ، نسوار اور دیگر نشے کے عادی حضرات کے لیے نادر موقع ہے۔ وقت کی پابندی کی کوئی قید نہیں۔ اپنی جعلی اسناد کی فوٹو سٹیٹ اور تھانے سے اپنی دس نمبری رپورٹ ضرور ہمراہ لائے۔

### گھر کا بھیدی

ایک لمبی سی کار آکر رکی۔ اس میں سے ایک نہایت معزز شخصیت

### دائمی نشان

ایک پھل دار درخت کی ٹوٹی ہوئی شاخ سے رس آنسوؤں کی طرح ٹپک رہا تھا۔ کسی نے لاپرواہی سے گزرتے ہوئے بے خیالی میں شاخ توڑ دی تھی اور اب وہ بے قصور ٹہنی اس دکھ کو سینے سے لگائی ہوئی تھی۔ یہ حال انسان کے دل کا ہے۔ بعض اوقات کوئی دکھ اسے توڑ دیتا ہے، بعد میں زخم مندمل تو ہو جاتا ہے لیکن نئی جلد زخم کے اس نشان کو کبھی نہیں چھپا سکتی۔ یہ نشان دائمی ہوتا ہے۔

### مجبوری

"ایک دن می نے میرے ڈیڈی کو گھر کے باغ سے سبزی توڑ کر لانے کو کہا۔" ایک شخص اپنے دوست کو بتا رہا تھا۔ "ڈیڈی کے ہاتھ میں لمبے پھل کا چاقو تھا بد قسمتی سے ڈیڈی کا پاؤں پھسلا اور وہ اس طرح گرے کے تیز دھار والے چاقو نے ان کی شہ رگ کاٹ دی۔" دوست نے افسردہ ہو کر کہا "ہاں بڑا افسوسناک واقعہ تھا۔" پھر تمہاری می نے کیا کیا؟ "انہوں نے اس روز دال پکالی تھی" اس شخص نے جواب دیا۔

### پھول

اگر پھول پیش کرو:

تو جاپانی لڑکی اسے گلہ ان میں سجا دیتی ہے۔

برطانوی لڑکی جواب میں ضرور شکر یہ کہتی ہے۔



جس بچے پر اعتماد نہ کیا جائے وہ دھوکا دینا سیکھ جاتا ہے۔

جس بچے پر شفقت کی جائے وہ محبت کرنا سیکھ جاتا ہے۔

جس بچے کو اچھی تعلیم دی جائے وہ بڑوں کا ادب کرنا سیکھ جاتا ہے۔

جس بچے پر ہر وقت غصہ کیا جائے وہ چڑچڑاہن جاتا ہے۔

جس بچے کی حوصلہ افزائی کی جائے اس کا حوصلہ بڑھ جاتا ہے۔

### کامیابی کے اصول

تین چیزوں کو ہمیشہ یاد رکھیں:

"نصیحت، احسان، موت"

تینوں پر ایمان رکھیں:

"اللہ، رسول، قیامت"

تینوں چیزوں کا ہمیشہ احترام کریں:

"والدین، استاد، قانون"

تینوں کو عزیز رکھیں:

"ایمان، سچائی، وعدہ"

تینوں پر قابو رکھیں:

"غصہ، زبان، دل"

تینوں کی کوشش کریں:

"نماز، جہاد، رزقِ حلال"

تینوں سے ہمیشہ بچیں:

"جھوٹ، آہ، بددعا"

کسی نے پوچھا آپ کی تعریف؟؟؟ جواب ملا

"ادیب" پھر پوچھا "کیا لکھتے ہیں؟؟؟" جواب ملا

"طبیعت جس کام پر مچل جائے کر لیتا ہوں۔ ویسے میں شاعر

ہوں، ناول نگار ہوں اور افسانہ نگار۔ ابھی کہہ ہی رہے تھے

کہ ڈرائیور نے آکر کاغذوں کا پلندہ ان کے ہاتھوں میں تھماتے

ہوئے کہا: "صاحب یہ افسانہ ہے، میں نے رات کو لکھا تھا، اب

بہت سخت بھوک لگی ہے ایک سو روپے دے دیں پلیز۔۔۔"

### ہمارے جسم کے وزیرِ اعظم اور اس کی کابینہ

دماغ وزیرِ اعظم

دل وزیرِ داخلہ

پھیپھڑے وزیرِ ماحولیات

آنکھ وزیرِ انصاف

معدہ وزیرِ بلدیات

کان وزیرِ اطلاعات

ہاتھ وزیرِ محنت

### دستِ شفقت

جس بچے کا ہر وقت مذاق اڑایا جاتا ہے وہ بزدل بن جاتا ہے۔

جس بچے پر ہر بار تنقید کی جائے وہ چیزوں کو رد کرنا سیکھ جاتا ہے



## کہانی ایک کرسی کی

میں ایک تناور درخت تھا جس کے سائے تلے بیٹھ کر بھٹکے ہوئے لوگ آرام کیا کرتے تھے اور جس کے بیٹھے پھل سے اپنے پیٹ کی آگ بجھاتے تھے اور میری شاخوں پر خوبصورت پرندے بیٹھ کر چہچہاتے تھے اور ٹھنڈی ہوا کے جھونکے میری شاخوں اور پتوں کو آکر چھیڑا کرتے تھے یہ خوبصورت منظر دیکھ کر میں بہت خوش ہوتا تھا پھر ایک دن ایک ظالم لکڑہارے نے آکر میرے جسم پر کلہاڑی سے وار کرنا شروع کیے اور اتنے وار کیے کہ میرا دل اور جسم ٹکڑے ٹکڑے ہو گیا اور پھر اس نے میرے ٹکڑے لکڑی کی شکل میں گھڑ بنا کر بازار میں لے جا کر بیچ دیئے۔

اس کے بعد جن لوگوں کے ہاتھوں بیچا آ گیا انہوں نے مجھے اپنے کارندوں کے حوالے کر دیا اور انہوں نے میرے مزید چھوٹے بڑے ٹکڑے کر دیے اور مشینوں میں ڈال کر میری لکڑی کو مختلف طریقوں سے کاٹ چھانٹ کر ایک خوبصورت کرسی کی شکل دیدی میرے زخمی دل کو کچھ سکون ملا کہ چلو میرے ٹکڑوں کو پھر سے جوڑ دیا گیا۔ بس میں ایک درخت سے کرسی بن گئی پھر مجھے اٹھا کر دکان میں سجا دیا گیا۔

ابھی میرا سفر ختم نہیں ہوا تھا پھر میرا سودا ہوا اور مجھے ایک نو عمر طالب علم خرید کر لے گیا میں خوش ہو گئی کہ اب مجھے صحیح جگہ مل گئی وہ طالب علم جب میرے اوپر بیٹھ کر ساری ساری رات پڑھتا تو میں بہت خوش ہوتی تھی کہ یہی بچہ بڑا ہو کر اپنے ملک و قوم کی خدمت کرے گا اور اپنی اس کرسی کی قدر کرے گا اس بچے نے بہت خواب دیکھے کبھی وہ کرسی پر بیٹھے بیٹھے ڈاکٹر بن جاتا، کبھی انجینئر، کبھی ایک ہمدرد ٹیچر اور کبھی ایک ایماندار تاجر۔۔۔۔۔ اور میں اس کے اتنے اچھے خواب دیکھنے پر بہت خوش ہوتی۔ پھر جب اس کی تعلیم مکمل ہوئی تو نہ جانے کیا ہوا کہ وہ ایک سیاست دان بن گیا اور اس نے اپنے ملک اور قوم کا سودا کرنا شروع کر دیا اور مجھے بدنام کرنا شروع کر دیا میں شرم سے پانی پانی ہو جاتی تھی جب لوگ کہتے تھے کہ یہ اپنی کرسی کی خاطر لوگوں کو دھوکا دیتا ہے۔ جب میری حالت خراب ہو گئی تو پھر مجھے اٹھا کر ایک رشوت خور چہرہ اسی کے حوالے کر دیا وہ مجھ پر بیٹھ کر لوگوں سے صاحب کے ملنے کی رشوت لیتا تھا میرے دکھ کی داستان یہیں ختم نہیں ہوتی کچھ عرصے بعد مجھے بیکار سمجھ کر ایک کمرے میں ڈال دیا گیا جہاں اور بھی بیکار سامان پڑا ہوا تھا میں بھی اب بہت تھک چکی ہوں اور اپنی زندگی کی آخری سانسیں لے رہی ہوں نہ جانے کب کوئی کباڑی والا آئے گا اور مجھے لے جا کر آگ میں جھونک دے گا اور میں جل کر راکھ ہو جاؤ گی۔



کاش میں بھی اپنی صفائی میں کچھ کہہ سکتی ہوں پر اتنا ظلم ہوئے اور بدنام کیا میں نے کسی کو جمع کرنے پر مجبور نہیں کیا پھر کیوں لوگ میری خاطر اتنے گناہ کرتے ہیں اور ظلم و ستم کی انتہا کر دیتے ہیں کاش مجھے حاصل کرنے کے لیے غلط راستہ اختیار نہ کریں کہ مجھے اپنے آپ سے شرمانے لگے۔



## ہنسی گھر

☆ دو پہلو انوں کے لڑکے جن کے والد کی کشتی دوسرے روز ہونے والی تھی، آپس میں گفتگو کر رہے تھے۔ پہلا: میرے والد سب سے پہلے اپنے مقابل کشتی لڑنے والے کے بال پکڑتے ہیں پھر اس کی ٹانگ میں ٹانگ اڑا کر اسے چت کر دیتے ہیں۔

دوسرا: اوہ تو یقین رکھو تمہارے والد میرے والد کو عمر بھر نہیں پچھاڑ سکتے۔

پہلا بولا: وہ کیسے؟

دوسرا بولا: میرے والد کے سر پر بال ہی نہیں ہیں۔

☆ کراہیہ دار (مالک مکان سے) دیکھئے محترم! مکان کی ساری چھتیں ٹپک رہی ہیں۔ کمروں میں برآمدے میں، آنگن میں سب جگہ پانی رکا ہے۔ میری مرغیاں ڈوبی جا رہی ہیں۔“ مگر جناب! آپ بطخیں کیوں نہیں پال لیتے۔“ مالک مکان نے مشورہ دیا۔

☆ فٹ بال اور ہاکی کی ٹیمیں ایک صاحب کی نگرانی میں کسی غیر ملکی دورے پر گئیں اور بد قسمتی سے دونوں ٹیمیں یکے بعد دیگر میچ ہار گئیں۔ وہ صاحب جب واپس تشریف لائے تو ایک دوست نے پوچھا۔ ”کہتے پوزیشن کیسی رہی؟“ بہت اچھی ہاکی وہ جیت گئے اور فٹ بال ہم ہار گئے۔“ انہوں نے جواب دیا۔

☆ ایک سکول میں تفریح کی گھنٹی کے دوران ایک لڑکا ہیڈ ماسٹر کے کمرے میں آیا اور آتے ہی کہنے لگا۔ سر وہ حمید پون گھنٹے سے میرے بھائی کی پٹائی کر رہا ہے۔ ہیڈ ماسٹر نے پوچھا تم پون گھنٹہ پہلے کیوں نہیں آئے۔ اس لیے کہ پہلے میرا بھائی اس کی پٹائی کر رہا تھا۔

☆ پاگل خانے کا نیا داروغہ پاگلوں کے ساتھ باغ میں ٹہل رہا تھا ایک پاگل نے بڑی محبت سے اس کی طرف دیکھ کر کہا ”ہم آپ کی بے حد قدر کرتے ہیں۔“ داروغہ نے خوش ہو کر پوچھا: ”وہ کیوں۔“ پاگل نے جواب دیا: ”اس لیے کہ آپ بالکل ہمارے جیسے ہی معلوم ہوتے ہیں۔“

☆ ”میں ایک مصور کو جانتا ہوں جس نے مکڑی کا جالا اس خوبصورتی سے بنایا کہ نوکر اسے کئی گھنٹے تک چھت سے صاف کرنے کی کوشش کرتا رہا۔“ ”بھئی مجھے یقین نہیں آتا۔“ ”کیوں نہیں... دنیا میں ایسے مصور گزرے ہیں۔“ ”یقیناً ایسے مصور گزرے ہوں گے لیکن ایسے نوکر کہاں ہوتے ہیں۔“

☆ اپنے شاگردوں کو بجلی کے بارے میں بتاتے ہوئے پرائمری اسکول کے ٹیچر نے مناسب سمجھا کہ روزمرہ زندگی میں سے مثالیں دی جائیں چنانچہ انہوں نے ایک شاگرد کو کھڑے ہونے کا اشارہ کرتے ہوئے کہا ”فرض کرو میں پنکھے کا بٹن دباتا ہوں لیکن پنکھا نہیں چلتا تو اس کا کیا مطلب ہے۔“ شاگرد نے جواب دیا: ”یہی کہ آپ نے بجلی کا بل ادا نہیں کیا ہے۔“

## معلومات ہی معلومات

- ☆ کلمہ طیبہ میں کوئی نقطہ استعمال نہیں ہوا۔
- ☆ حروف مقطعات کے معانی صرف اللہ اور اسکے رسول ﷺ کو ہی معلوم ہیں۔
- ☆ جنگ یمامہ حضرت ابو بکر صدیق رضی اللہ عنہ کے عہد میں ہوئی اس میں حافظ قرآن بڑی تعداد میں شہید ہوئے تھے۔
- ☆ ڈھا کہ کو مسجدوں کا شہر کہا جاتا ہے۔
- ☆ زرافہ سب سے گونگا جانور ہے جو خاموش رہتا ہے کوئی آواز نہیں نکالتا۔
- ☆ گاگر مچھلی اپنے انڈے اپنے منہ میں رکھتی ہے۔
- ☆ بچھو کی آنکھوں کی تعداد دو سے آٹھ تک ہوتی ہے۔
- ☆ نار تھ کوریا اور کیوبا صرف دو ممالک ایسے ہیں جہاں (کو کا کولا) فروخت نہیں ہوتی۔
- ☆ انڈونیشیا ایسا ملک ہے جہاں سب سے زیادہ چھوٹے قد کے لوگ رہتے ہیں۔
- ☆ دنیا کا سب سے خاموش کمرہ، مائیکروسوفٹ کے واشنگٹن ہیڈ کوارٹر میں ہے جہاں شور کی سطح منفی 20db ہے
- ☆ دنیا میں ہر سیکنڈ میں چار بچے پیدا ہوتے ہیں۔
- ☆ دنیا میں سب سے زیادہ زلزلے جاپان میں آتے ہیں۔
- ☆ سویڈن ایسا ملک ہے جہاں سب سے زیادہ جزیرے ہیں تقریباً "221،800"
- ☆ دنیا میں سب سے زیادہ بولی جانے والی زبان چینی ہے۔
- ☆ سیارہ سیٹرن اور جیو پیٹیر پر ہیروں کی بارش ہوتی ہے۔
- ☆ سلگز اور اسنیلز (سیپوں کا کیڑا) کے جسم پر اتنا لیس دار مادہ ہوتا ہے کہ وہ بلیڈ کی نوک پر بھی با آسانی چل سکتے ہیں۔
- ☆ ہاتھی کی سونڈ میں 40000 مسلسل ہوتے ہیں جبکہ انسانی جسم میں 850۔
- ☆ لال بیگ کا سر کاٹ دیا جائے تو وہ کئی دن زندہ رہ سکتا ہے۔ اسکی موت بھوک سے ہوگی۔
- ☆ اگر آپ سارا سال فون چارج کریں اس کا بجلی کا خرچ ایک ڈالر سے بھی کم ہوگا۔
- ☆ ہٹلر بچپن میں بڑا ہو کر پادری بنا چاہتا تھا۔
- ☆ ایک عام سے بڑے بادل کا وزن تقریباً سو ہاتھیوں کے برابر ہوتا ہے۔



## بوجھو تو جانیں

- ☆ روشنی یا وہ اندھیرا لاتا ہے  
جیسا چاہو وہ کر دکھاتا ہے
- ☆ منہ ہے چھوٹا بڑی ہے بات  
سن لو دنیا کے حالات
- ☆ گورا چٹا چاندی جیسا  
پڑا رہے ویسے کاویسا  
پانی اس کو راس نہ آئے  
غوطہ کھائے گم ہو جائے

### جوابات

- ۱: چونچ ۲: خیال ۳: نقشہ ۴: کیلا
- ۵: تاریخ ۶: موم بتی ۷: آنا گوندھنا روٹی پکانا
- ۸: خاموشی ۹: روشن دان ۱۰: لاؤڈ سپیکر
- ۱۱: بتاشہ

- ☆ یہ نہ ہو تو کوئی پرندہ  
کبھی نہیں رہ سکتا زندہ
- ☆ سب سے تیز اس کی رفتار  
ذہن میں آئے سو سوار
- ☆ فٹ بھر ہے اس کی لمبائی  
کل دنیا ہے اس میں سمائی
- ☆ ہر اہر ایا پیلا پیلا کچھ کچھ سوکھا، کچھ کچھ گیلا  
نرم نرم اور ڈھیلا ڈھیلا بنا چاقو کے اس کو چھیلا
- ☆ آج ہے اس کا گھر گھر نام  
کل ہے اس کا کام تمام
- ☆ دن کو سوئے رات کو روئے  
جتنا روئے اتنا کھوئے
- ☆ پہلے پانی اس پلاؤ، پھر مکوں سے شامت لاؤ  
تن پر جب سو جن آجائے، پھر وہ اور طماچے کھائے
- ☆ کوئی رنگ نہ بیل نہ بوٹے، چیز نہیں جو ہاتھ سے چھوٹے  
روک زبان کو دور نہ ٹوٹے



## گھریلو ٹوٹکے

### دہی

دہی میں موجود پروبائیوٹک بیٹ کے مسائل کو حل کرنے میں مدد دیتی ہے۔ خصوصاً بہت زیادہ کھانا کھانے کے بعد۔ دہی میں موجود ٹائمین صحت کو بہتر بناتا ہے۔ دو بیکنگ کو کم کرتا ہے جبکہ گیس اور بے گندہ کو کنٹرول کرتا ہے۔



### شاخ گوبھی

بروکولی یا شاخ گوبھی کیلشیم سے بھری ہے، جسم کے کیمیائی مادوں کو جذب کرتی ہے، ماہرین کے مطابق ہفتے میں چار دفعہ بروکولی کا استعمال چربی گھلانے میں مددگار ثابت ہوتا ہے۔



### کیلے

زیادہ نمکین غذا کھانے سے بلڈ پریشر بڑھ گیا ہے؟ توکیلے کا ایک لٹری کالیں، اس میں موجود پوٹاشیم زیادہ نمک والی غذا کے اثرات ختم کرتا ہے اور بلڈ پریشر نیورل مستحکم ہوتا ہے۔



### سبز چائے

ایک کپ سبز چائے لیونوٹائز سے بھرنا ہوتا ہے جو کہ نقصان دہ گندہ کو کم کرتا ہے۔





## پلھی کھائیں

- خون کو صاف کرتی ہے
- ہڈیوں کو مضبوط کرتی ہے
- اس میں وٹامن اے، بی، سی پائے جاتے ہیں
- دل کی کمزوری کو ختم کرتی ہے
- جگر کی بیماریوں سے بچاتی ہے۔



## انگور کے فائدے

- ▶ انگور خون کی کمی کو پورا کرتا ہے۔
- ▶ انگور سخت زکام میں آرام پہنچاتا ہے۔
- ▶ انگور امراض گردہ میں فائدہ پہنچاتا ہے۔
- ▶ انگور پھیپھڑوں سے بلغم کا اخراج کرتا ہے۔
- ▶ انگور مٹانے کی بیماری میں فائدہ پہنچاتا ہے۔



اینٹی آکسائیڈینٹ سے مالا مال چکوترا  
چہرے سے جھریاں ہٹائے، مینا بولزم بڑھائے  
بیکٹیریا کو ختم کر کے کیل مہاسوں کا خاتمہ کرے



فریکچر ہو جانے کی صورت میں اجوائن کے تیل کی مالش کریں  
کیونکہ یہ ہڈیوں اور جوڑوں کی تہہ تک پہنچتا ہے

## بیوٹی ٹیس

خواتین اپنی جلد کے معاملے میں بہت حساس ہوتی ہیں، اسکول، کالج کی طالبات یا پھر دفتر میں کام کرنے والی خواتین کے جلدی مسائل تقریباً ایک جیسے ہی ہوتے ہیں جو ایک دوسرے کے ساتھ شیئر کرتی نظر آتی ہیں۔ خوبصورتی بڑھانے اور جلد کے مسائل حل کرنے والے 3 طریقے درج ذیل ہیں جو نسل در نسل آپ تک پہنچتے ہیں۔

### ہلدی کا فیس ماسک

ہر گھر کے کچن میں استعمال ہونے والی ہلدی کے بے شمار طبی فوائد ہیں، یہ کھانے میں ذائقہ بڑھانے کے ساتھ خوبصورتی بڑھانے میں بھی کام آتی ہے، ایک کھانے کا چمچ پسی ہوئی ہلدی لیں، اس میں دودھ کے ساتھ بیسن یا چکی کا آٹا شامل کریں، اب اس مرکب کو اپنے چہرے، ہاتھ، پاؤں، گردن اور بازوؤں پر لگائیں اور 10 سے 15 منٹ کے لیے چھوڑ دیں، سوکھنے پر اسے ہلکے ہاتھ سے مساج کرتے ہوئے ٹھنڈے پانی سے دھولیں، اس کے روزانہ استعمال سے جلد پر سورج کی شعاعوں کے مضر اثرات، مردہ خلیے، داغ دھبے صاف ہونے کے ساتھ ساتھ رنگت بھی نکھر جائے گی۔



### ملتانی مٹی کا فیس ماسک

صدیوں پرانا خوبصورتی کا ایک سستا ترین طریقہ جسے اکثر خواتین نظر انداز کر کے مہنگی کا سیمیٹکس اشیاء کا استعمال کر کے جلد خراب کر بیٹھتی ہیں، ملتانیا مٹی یا چکنی مٹی جلد کو جھریوں سے نجات دلانے اور سورج کی شعاعوں سے جل جانے والی جلد کے لیے ایک بہترین نسخہ ہے۔ ملتانیا مٹی میں پانی یا دودھ ملا کر ماسک بنائیں، اسے مزید فائدہ مند بنانے کے لیے اس پیسٹ میں شہد کے چند قطرے، پسا ہوا پودینہ، ایلو ویرا جیل یا ہلدی بھی ملائی جاسکتی ہے، اس پیسٹ کو چہرے اور گردن پر 15 سے 17 منٹ تک لگائیں اور سوکھنے پر ٹھنڈے پانی سے دھولیں اور چہرہ خشک کر لیں۔ یہ مرکب کیل، مہاسوں اور اضافی چکنائی کے لیے بھی بے حد مفید ہے۔



### نمک یا چینی کا اسکرپ

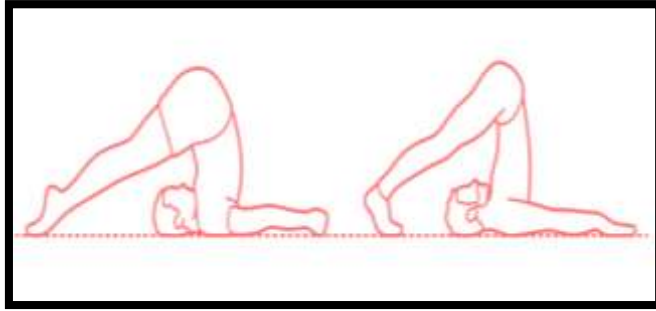
کھانے کے دواہم جز نمک اور چینی جو کھانے کو نمکین یا میٹھا بنانے کے لیے استعمال کیے جاتے ہیں انہیں چہرے کی خوبصورتی میں اضافے کے لیے بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔

چینی میں گلو کوز اور نمک میں ایکسفولینڈنگ خصوصیات ہونے کے سبب جب ان دونوں کو ملا کر استعمال کیا جاتا ہے تو اس کے نتائج حیرت انگیز ہوتے ہیں۔ اس ماسک کے لیے ایک کھانے کے چمچ چینی میں آدھا کھانے کا چمچ نمک اور آدھا کھانے کا چمچ شہد ملا کر چہرے پر ہلکے ہاتھوں سے 5 منٹ مساج کریں، اس کے بعد ٹھنڈے پانی سے چہرے کو دھولیں، اس کے بعد چہرہ صاف کر لیں اور کوئی اچھی سی موسچر انژنگ کریم لگائیں، بہترین نتائج کے لیے ہفتے میں کم از کم 3 بار ضرور اس عمل کو دہرائیں۔

## یوگا آسن

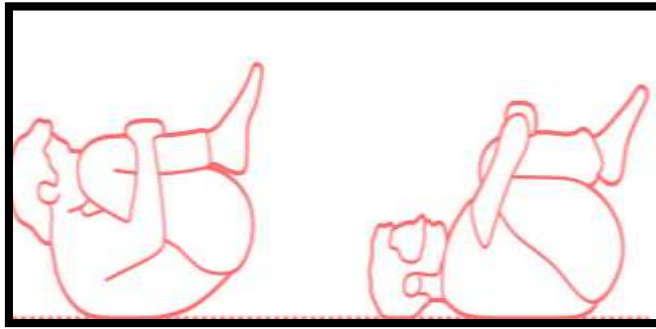
### ☆ ہل آسن ورزش:

یہ مشق شو لڈر سٹینڈ کے بعد کرنا بے حد آسان ہے شو لڈر سٹینڈ کے بعد اپنی ٹانگوں کو نیچے فرش کی طرف لائے یہاں تک کہ آپ کے سر کے پیچھے نیچے فرش پر لگ جائیں دونوں بازو کمر کے پیچھے فرش پر رکھ دیں ہتھیلیوں کا رخ فرش کی طرف ہو اس مشق کو پہلی بار کرنے کی کوشش کریں گے تو اس سے گردن کے مسلز میں کھچاؤ پڑے گا اس مشق میں آپ کے نیچے جہاں تک جاسکیں وہاں سات سینڈ ٹکر کھیں اور ہر ہفتے اس میں پانچ سینڈ کا اضافہ کریں۔ مشق کے دوران معمول کے مطابق سانس لیں۔ شروع میں اگر آپ چاہیں تو اپنے ہاتھوں سے کمر کو سہارا دے سکتے ہیں یا اس کو پیچھے کی طرف صرف پیش کر سکتے ہیں۔



### ☆ سپائنل راک یوگا:

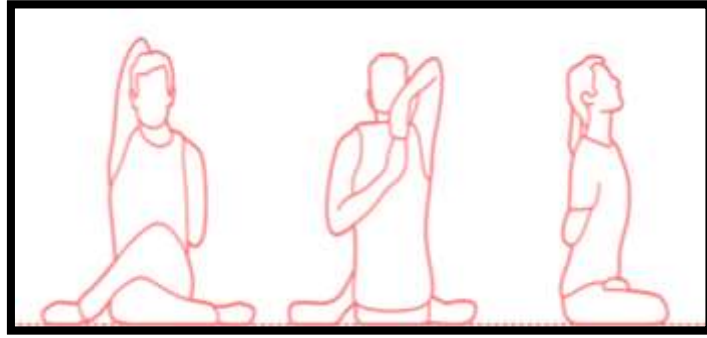
یہ جسمانی اعضاء کو وارم اپ کرنے کی مشق ہے۔ یہ ہمارے جسم کو کلاسیکی یوگا کی مشقوں کے دوران اسٹریچنگ کے لئے تیار کرتی ہے یہ نہایت ہی عمدہ مشق ہے۔ فرش پر کمر یا چٹائی بچھا کر بالکل سیدھا لیٹ جائیں اپنے گھٹنوں کو خم دے کر اوپر اٹھا کر سینے کے اوپر لے آئیں اپنے دونوں ہاتھ گھٹنوں کے گرد باندھ لیں کمر کو فرش پر لگائے ہوئے دونوں کندھوں اور سر کو اس طرح اوپر اٹھائیں کہ اپنی پیشانی کو گھٹنوں سے لگانے کی کوشش کریں اب اس پوزیشن میں پورے جسم کو آگے اور پیچھے کی طرف جھولا جھلائیں یہاں تک کہ آپ کے پیر تقریباً فرش کو چھونے لگیں۔ جب آپ آگے کو جائیں تو سانس لیں اور پیچھے کو آئیں تو سانس باہر نکالیں۔





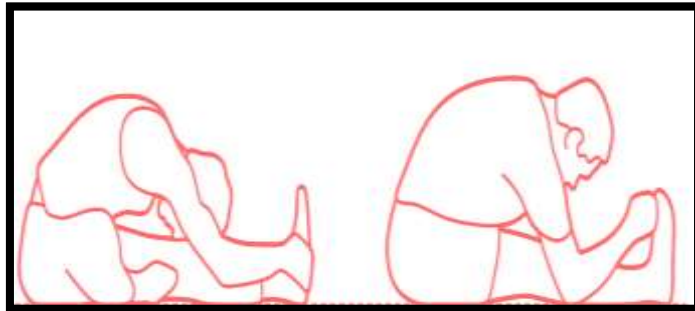
## ☆ گوکھ آسن:

یہ مشق عام طور پر تھنڈا بورڈ والی مشق کی طرح کی جاتی ہے اس کے علاوہ بھی یہ کئی طریقوں میں مثلاً بیٹھے ہوئے کھڑے، ہو کر بھی کر سکتے ہیں۔ اس میں کمر کو بالکل سیدھا رکھا جاتا ہے۔ نماز میں قعد والی پوزیشن میں بیٹھ کر دونوں ہتھیلیاں گھٹنوں پر رکھ دیں۔ اس کے بعد اپنے دائیں ہاتھ میں خم دے کر کہنی کو اوپر اٹھائیں۔ آپ جہاں تک ہاتھ کو آسانی سے لے جائیں تو پھر ریڑھ کی ہڈی کو سیدھا رکھتے ہوئے مزید آگے لے جائیں۔ اب بائیں بازو کو خم دے کر کمر کے پیچھے سے اوپر کی طرف لے کر جائیں اور دائیں ہاتھوں کو آپس میں ملانے کی کوشش کریں اس پوزیشن میں آزادانہ سانس لیتے ہوئے کم از کم سات سیکنڈ تک رہیں اس کے بعد اس مشق کو ہاتھوں کو الٹ کر دہرائیں۔



## ☆ جانوسر آسن:

فرش پر اپنی ٹانگیں پھیلا کر بیٹھ جائیں۔ بائیں ٹانگ کو خم دے کر پاؤں کو دائیں ران کے اندرونی حصے کے ساتھ لگائیں۔ اب دائیں ٹانگ کو مکمل اسٹریچ کریں۔ سانس باہر نکالتے ہوئے کمر اور سر کو آگے کی طرف جھکائیں اور دونوں ہاتھوں سے اپنے دائیں پاؤں کو پکڑ کر سانس باہر نکالتے ہوئے اپنے سر کو دونوں بازوؤں کے درمیان نیچے جھکا کر اپنے دائیں گھٹنے کو لگانے کی کوشش کریں یہ ذرا مشکل کام ہے لیکن گھبرانے کی ضرورت نہیں ہے دو چار ہفتوں کی باقاعدگی سے کی جانے والی مشق کے بعد آپ ایسا کر سکیں گے۔ اس پوزیشن میں کم از کم سات سیکنڈ تک رہیں۔ پھر آہستہ آہستہ اوپر اٹھیں اس دوران سانس بھی لیتے رہے ہیں اگر آپ جھکی ہوئی پوزیشن میں سات سیکنڈ سے زیادہ رہیں تو پھر سات سیکنڈ کے بعد آزادانہ طریقے سے سانس لیں اس کے بعد یہی مشق بائیں ٹانگ کے ساتھ دہرائیں۔





## کھانا خزانہ

### فش بریانی

ازاد:

مچھلی 1 کلو

اُبلے چاول 1/2 کلو

پیاز 1 پاؤ

نماز 1-1/2 پاؤ

اورک لہسن کا پیسٹ 1 کھانے کا چمچ

ہر ادھنیا 1/2 مٹھی

پودینہ 1/2 مٹھی

ہری مرچ 6 عدد

آلو بخارے 50 گرام

بادیان کے پھول 4 عدد

چھوٹی الائچی 4 عدد

بڑی الائچی 2 عدد

لونگ 4 عدد

جانقل جاوتری 1/2 چائے کا چمچ

زردے کارنگ 1/4 چائے کا چمچ

بریانی اینسٹس چند قطرے

پسادھنیا 1 چائے کا چمچ

کالازیہ 1 چائے کا چمچ

لہسی کالی مرچ 1 چائے کا چمچ

پس لال مرچ 1 کھانے کا چمچ

نمک 1-1/2 چائے کا چمچ

تیل 1 کپ

ترکیب:

☆ 1 کپ تیل گرم کر کے 1 پاؤ پیاز فرنی کر کے گولڈن براؤن

کریں اور نکال لیں۔

☆ اب 1 کلو مچھلی کے ٹکڑے فرنی کر کے نکال لیں۔

☆ پھر اسی تیل میں 1-1/2 پاؤ نماز، 1 کھانے کا چمچ اورک لہسن

پیسٹ، 50 گرام آلو بخارے، 4 عدد بادیان کے پھول، 4 عدد

چھوٹی الائچی، 2 عدد بڑی الائچی، 4 عدد لونگ، 1/2 چائے کا چمچ

جانقل جاوتری، 1/4 چائے کا چمچ زردے کارنگ، 1 چائے کا چمچ

پسادھنیا، 1 چائے کا چمچ کالازیہ، 1 چائے کا چمچ لہسی کالی مرچ، 1

کھانے کا چمچ پس لال مرچ اور 1-1/2 چائے کا چمچ نمک ڈال کر

ڈھکیں اور کچھ دیر پکھنے دیں۔

☆ جب نماز نرم ہو جائیں تو اس میں 6 عدد ہری مرچ، 1/2 مٹھی

ہر ادھنیا اور 1/2 مٹھی پودینہ ڈال کر مچھلی کے ٹکڑے رکھ دیں۔

☆ پھر اوپر سے 1/2 کلو چاول کی تہ لگا کر ہری مرچ، ادھنیا،

پودینہ اور چند قطرے بریانی اینسٹس چمچ کر 10 منٹ تک دم پر

رکھ دیں۔





## کولڈ کافی



### اجزاء

دودھ دوکپ  
کافی آدھا چائے کا چمچ  
فریش کریم دوکھانے کے چمچ  
چینی دوکھانے کے چمچ  
کافی آئس کریم دو سکوپ  
برف حسب ضرورت

### ترکیب

بلینڈر میں دودھ، کافی، فریش کریم اور چینی ڈال کر بلینڈ کریں۔  
پھر گلاس میں گٹی برف ڈال کے دودھ کا مکسچر شامل کریں۔ آخر میں کافی آئس کریم اور کافی سے گارنش کر کے اسٹرا اور  
چمچ کے ساتھ پیش کریں۔



## بیت بازی

ۛ ہر اک چیز سے پیدا خدا کی قدرت ہے

کوئی بڑا، کوئی چھوٹا یہ اس کی حکمت ہے

(شاعر: علامہ اقبال)

ۛ مدتیں گزریں اسی بستی میں، لیکن اب تک

لوگ ناواقف، فضا بیگانہ، ہم نا آشنا

(شاعر: فیض احمد)

ۛ میں اپنے ساتھ بہت دور جا نکلتا ہوں

اگر کبھی مجھے فرصت ذرا بھی ملتی ہے

(شاعر: مسعود عثمانی)

ۛ سر دیوار قصیدے تو بہت دیکھے

پر کسی دن پس دیوار بھی دیکھا ہوتا

(شاعرہ: حجاب تبسم)



؎ درد جس دل میں ہو اس درد کی دوا بن جاؤں

کوئی بیمار اگر ہو تو شفا بن جاؤں

(شاعر: حامد اللہ افسر)

؎ ایک ہی فن ہم نے سیکھا ہے

جس سے ملیے، اسے خفا کیجیے

(شاعر: جون ایلیا)

؎ اکیلے بیٹھو گے تو مسئلے جکڑ لیں گے

ذرا سا وقت سہی دو سنتوں کے نام کرو

(شاعرہ: دلشاد نجمی)

؎ نفرتیں سب درو دیوار کے باہر رکھ کر

اک دیا پھر سے محبت کا جلا یا جائے

(شاعر: توقیر احمد شریفی)



## فرض نمازوں کے بعد مسنون اذکار اور دعائیں

حدیث میں آتا ہے کہ فرض نمازوں کے بعد دُعا جلد قبول ہوتی ہے۔ (ترمذی: ۳۴۹۹)

① **اَسْتَغْفِرُ اللّٰهَ - اَسْتَغْفِرُ اللّٰهَ - اَسْتَغْفِرُ اللّٰهَ - اَللّٰهُمَّ اَنْتَ السَّلَامُ وَمِنْكَ السَّلَامُ تَبَارَكْتَ يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْاِكْرَامِ -**

میں اللہ سے بخشش چاہتا ہوں۔ میں اللہ سے بخشش چاہتا ہوں۔ میں اللہ سے بخشش چاہتا ہوں۔ اے اللہ! آپ ہی سلامتی (دینے) والے ہیں، اور آپ ہی کی جانب سے سلامتی (نصیب ہوتی) ہے، آپ بڑے برکت والے ہیں، اے عظمت و جلال کے مالک اور اکرام و احسان (کرنے) والے۔ (مسلم: ۵۹۱، نسائی: ۱۳۳)

② **لَا اِلهَ اِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ - اَللّٰهُمَّ لَا مَانِعَ لِمَا اَعْطَيْتَ وَلَا مُعْطَى لِمَا مَنَعْتَ وَلَا يَنْفَعُ ذَا الْجَدِّ مِنْكَ الْجَدُّ -**

اللہ کے سوا کوئی معبود نہیں، وہ اکیلے ہیں ان کا کوئی شریک نہیں، ان ہی کے لیے ساری بادشاہت ہے اور ان ہی کے لیے تمام تعزیریں ہیں، اور وہ ہر چیز پر قادر ہیں۔ اے اللہ! جو آپ عطا فرمائیں اس کو کوئی منع کرنے والا نہیں، اور جو آپ نہ دیں اس کو کوئی دینے والا نہیں، اور کسی دولت مند کو اس کی دولت (آپ کی بکڑ سے) بچا نہیں سکتی۔ (بخاری: ۸۳۳، مسلم: ۵۹۳)

③ **اَللّٰهُمَّ اَعِنِّيْ عَلَى ذِكْرِكَ وَشُكْرِكَ وَحُسْنِ عِبَادَتِكَ .**

اے اللہ! میری مدد فرمائیے کہ میں یاد کروں اور آپ کا شکر کروں اور آپ کی اچھی عبادت کروں۔

فائدہ: آپ ﷺ نے حضرت معاذ بن جبلؓ کا ہاتھ پکڑ کر فرمایا: اے معاذ! اللہ کی قسم! میں تم سے محبت کرتا ہوں، اللہ کی قسم! میں تم سے محبت کرتا ہوں۔ پھر فرمایا: اے معاذ! میں تمہیں تاکید کرتا ہوں کہ ہر فرض نماز کے بعد اس دعا کو تلاوت چھوڑنا۔ (بخاری: ۱۵۴۴)

④ **سُبْحَانَ اللّٰهِ (۳۳ مرتبہ) اللّٰهُ يَكْبَرُ - اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ (۳۳ مرتبہ) تمام تعزیریں اللہ کے لیے ہیں۔ اَللّٰهُ اَكْبَرُ (۳۳ مرتبہ) اللّٰہ سب سے بڑے ہیں۔**

فائدہ: ان تعبیحات کا پڑھنا ہر روز ہر نماز میں ہوگا۔ (مسلم: ۵۹۲)

⑤ **آیة الكرسي: اَللّٰهُ لَا اِلهَ اِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّوْمُ ۚ لَا تَاْخُذُهٗ سِنَةٌ وَّلَا نَوْمٌ ۗ لَهٗ مَا فِي السَّمٰوٰتِ وَمَا فِي الْاَرْضِ ۗ مَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهٗ اِلَّا بِاِذْنِهٖ ۗ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ اَيْدِيْهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ ۗ وَلَا يُحِيطُوْنَ بِشَيْءٍ مِّنْ عِلْمِهٖ اِلَّا بِمَا شَاءَ ۗ وَسِعَ كُرْسِيُّهٗ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضَ ۗ وَلَا يَئُوْدُهٗ حِفْظُهُمَا ۗ وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيْمُ ۝**

اللہ وہ ہے جس کے سوا کوئی معبود نہیں، جو زندہ اور بے نیام ہے، جو پوری کائنات سنبھالے ہوئے ہے، جس کو نہ سوجھی اور نہ گھٹتی ہے نہ نیند۔ آسمانوں میں جو کچھ ہے (وہ بھی) اور زمین میں جو کچھ ہے (وہ بھی)، سب اسی کا ہے۔ کون ہے جو اس کے حضور اس کی اہمیت کے بغیر کسی کی سفارش کر سکے؟ وہ سارے بندوں کے تمام اعمال کی سچے کے حالات کو خوب جانتا ہے، اور وہ لوگ اس کے علم کی کوئی بات اپنے علم کے دائرے میں نہیں لائے، سوائے اس بات کے جسے وہ خود چاہے۔ اس کی کرسی نے سارے آسمانوں اور زمینوں کو گھیرا ہوا ہے، اور ان دونوں کی گھبائی سے اسے ذرا بھی بوجھ نہیں ہوتا، اور وہ بڑا عالی مقام، صاحب عظمت ہے۔

فائدہ: پڑھنے والے کے اور جنت کے درمیان صرف موت حاصل ہوگی۔ (المعجم الکبیر لظہری: ۵۳۲، محل البیوم واللیلین لابن السنی: ۱۲۳)

⑥ **سورۃ اخلاص: قُلْ هُوَ اللّٰهُ اَحَدٌ ۝۱ اَللّٰهُ الصَّمَدُ ۝۲ لَمْ يَلِدْ ۙ لَمْ يُولَدْ ۙ لَمْ يَكُنْ لَهٗ كُفُوًا اَحَدٌ ۝۳**

کہہ دو: بات یہ ہے کہ اللہ ہر لحاظ سے ایک ہے۔ اللہ ایسا ہے کہ سب اس کے محتاج ہیں، وہ کسی کا محتاج نہیں۔ نہ اس کی کوئی اولاد ہے، اور نہ وہ کسی کی اولاد ہے۔ اور اس کے جوڑ کا کوئی بھی نہیں۔

سورۃ فلق: **قُلْ اَعُوْذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ ۝۱ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ ۝۲ وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ اِذَا وَقَبَ ۝۳ وَمِنْ شَرِّ النَّفَّٰثَاتِ فِي الْعُقَدِ ۝۴ وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ اِذَا حَسَدَ ۝۵**

کہو: میں اللہ کے مالک کی پناہ مانگتا ہوں۔ ہر اس چیز کے شر سے جو اس نے پیدا کی ہے۔ اور ان چیزوں کے شر سے جو وہ پھیل جانے اور ان جانوں کے شر سے جو (انہی کی) گروہوں میں پھونک دیتی ہیں اور سو کرنے والے کے شر سے جب وہ حسد کرے۔

سورۃ ناس: **قُلْ اَعُوْذُ بِرَبِّ النَّاسِ ۝۱ مَلِكِ النَّاسِ ۝۲ اِلٰهِ النَّاسِ ۝۳ مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَفِيّ ۝۴ اَلْحَنٰثِ ۝۵ الَّذِيْ يُّوسُوْسُ فِيْ صُدُوْرِ النَّاسِ ۝۶ مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ ۝۷**

کہو: میں پناہ مانگتا ہوں سب لوگوں کے پروردگار کی۔ سب لوگوں کے بادشاہ کی۔ سب لوگوں کے معبود کی۔ اُس سے۔ اُس کے شر سے جو چھپ چھپ جاتا ہے۔ جو لوگوں کے درمیان وسوسہ دیتا ہے۔ چاہے وہ جنات میں سے ہو، یا انسانوں میں سے۔ (بخاری: ۱۵۴۳، نسائی: ۱۳۳۶)

## فجر اور مغرب کے فرضوں کے بعد بات کرنے سے پہلے اپنی جگہ بیٹھے بیٹھے

⑦ **لَا اِلهَ اِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ يُحْيِي وَيُمِيْتُ بِيَدِهٖ الْخَيْرُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ - (۱۰ مرتبہ)**

اللہ کے سوا کوئی معبود نہیں، وہ اکیلے ہیں ان کا کوئی شریک نہیں، ان ہی کے لیے ساری بادشاہت ہے اور ان ہی کے لیے تمام تعزیریں ہیں، زندہ بھی دیتے ہیں اور موت بھی دیتے ہیں، ان ہی کے ہاتھ میں ساری بھلائیوں ہیں، اور وہ ہر چیز پر قادر ہیں۔

فائدہ: پڑھنے والے کے لیے ان میں سے ہر کلمہ کے بدلے دس نیکیاں لکھی جائیں گی، دس گناہ معاف ہوں گے، ہر کلمہ کے بدلے حضرت اسماعیل علیہ السلام کی اولاد میں سے ایک غلام آزاد کرنے کا ثواب ملے گا، ہر کلمہ کے علاوہ جو کلمہ بھی اس دن کیا جائے وہ پڑھنے والے کو نہیں پہنچے گا۔ (مسند امام: ۲۶۵۵۱)

⑧ **اَللّٰهُمَّ اَجِرْنِيْ مِنَ النَّارِ - (۴ مرتبہ) اے اللہ! مجھے دوزخ سے پناہ عطا فرمائیے۔**

فائدہ: اللہ تعالیٰ پڑھنے والے کے لیے جہنم سے آزادی کا پورا پورا وعدہ دیتے ہیں۔ (مسند امام: ۱۸۰۵۳)

نوٹ: وقت کم ہو تو بعض اذکار اور دُعا میں بھی پڑھ سکتے ہیں۔



## Wuzu se pehle ki Dua

Bismillah

[Nasai]

Tarjamah: Shuru karta hoon main Allah ke naam se.

## Wuzu ke Darmiyan ki Dua

Allahummagh firlee zambee wa wassi' lee fee daaree wa baarik lee fee rizqee.

[Musnad-e-Ahmad]

Tarjamah : Aye Allah ! Mere gunaah bakhsh dijiye aur mera ghar kushaada kardijiye aur meri rozi mein barakat ataa farmadijiye.

## Wuzu ke Baad ki Dua

Ash-hadu allaa ilaaha illallaahu wahdahoo laa shareeka lahoo wa ash hadu anna Muhammadan 'abduhoo wa rasooluh, Allahummaj'alnee minat tawwaabeena waj'alnee minal mutaahhireen. [Muslim]

## وضو سے پہلے کی دعا

بِسْمِ اللّٰهِ [نسائی]

ترجمہ: شروع کرتا ہوں میں اللہ کے نام سے۔

## وضو کے درمیان کی دعا

اَللّٰهُمَّ اغْفِرْ لِيْ ذَنْبِيْ وَوَسِّعْ لِيْ فِيْ دَارِيْ وَبَارِكْ لِيْ فِيْ رِزْقِيْ

[مسند احمد]

ترجمہ: اے اللہ! میرے گناہ بخش دیجیے اور میرا گھر کشادہ کر دیجیے اور میری روزی میں برکت عطا فرمائیے۔

## وضو کے بعد کی دعا

اَشْهَدُ اَنْ لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيْكَ لَهُ وَ اَشْهَدُ اَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُوْلُهُ، اَللّٰهُمَّ اجْعَلْنِيْ مِنَ السَّارِيْنِ وَاجْعَلْنِيْ مِنَ الْمُنْتَظَرِيْنَ

[مسلم]

اَلْمُنْتَظَرِيْنَ