

Medora

Semi Matte

Lipstick

With Matching

Nail Enamel



Colours of Elegance

Give your lips an elegant look with Medora's extensive colour range. Rich, Diverse and intense, there is a colour for all occasions.



703

706

711

715

717

718



Medora

MEDORA OF LONDON

for a more beautiful you



AUSTRALIAN CONCEPT

INFERTILITY MEDICAL CENTER

اولاد کا حصول ممکن ہے

مشورے کی کوئی قسم نہیں مگر ۹ سے ۵ بجے تک اپنے میڈیکل ریکارڈ کے ساتھ شریک لائیں۔
40 سالہ تجربہ کار ماہر ڈاکٹروں کی ٹیم کے علاج سے اب تک سینکڑوں شادی شدہ جوڑے سچی
دینیہ خواہش، اولاد کی دولت سے مالا مال ہو چکے ہیں۔ مفت مشورہ، ہر کیس پر خصوصی توجہ۔
کم سے کم وقت، کم سے کم خرچہ، تفصیلی علاج اور زندگی میں خوشیوں کی بہاریں۔

کیا آپ کو ظم ہے کہ مندرجہ ذیل میں سے کوئی بھی وجہ اولاد کے حصول کو مشکل بنا رہی ہے

مرد	عورتیں
۱۔ اولیگو اسپرمیا	۱۔ اینڈروسیٹل ہائپرینڈس
۲۔ سروریک اولیگو اسپرمیا	۲۔ پولی سسٹک اوویری
۳۔ آسٹینیٹیا	۳۔ ٹیوش ڈیز
۴۔ لیسپر میا	۴۔ مٹیوٹک انکلیشن
۵۔ اینڈو اسپرمیا	۵۔ این اووولیشن
۶۔ لوسٹینیٹیا	۶۔ قاتر رائڈ ہائپرینڈس
۷۔ ڈسٹ ٹاکس	۷۔ کونجینٹل ایب نارمیلیٹ این وی ریسروڈ کالک سسٹم
۸۔ ہارمونل ایمبلیشن	۸۔ پولیس
۹۔ ویریکٹیل	۹۔ ایریکٹول سٹروال سائیکلو
۱۰۔ کونجینٹل ہورمونل	۱۰۔ اسپنولائیٹک فیکٹر



مفت مشورہ اور
معلومات کیلئے رابطہ کریں
ڈاکٹر سید اسحاق حسین
0345-8266469
0315-8266469

بے اولاد جوڑے متوجہ ہوں! PGD فیملی بیلنس ٹیکنالوجی

کیلئے آسٹریلین لائسنسڈ انڈیپنڈنٹ میڈیکل سینٹر کے ماہرین کے ساتھ مفت مشورے اور ملاقات کے لیے آج ہی رابطہ قائم کریں۔

مشاورت کیلئے تشریف لائیں۔ ہفتہ کے 7 دن۔۔۔ آپ کے خواب سچ ہو سکتے ہیں!

اسلام آباد
آفس نمبر 7 سواری سٹریٹ، ایمری سٹریٹ F8 مرکز۔
051-2818058 - 051-2818059
ای میل: concept@cyber.net.pk
www.scimc.org
فیس کیسہ بھرنے کے لیے

لاہور
116-A، پارک سٹریٹ، 116، 117، 118، 119، 120، 121، 122، 123، 124، 125، 126، 127، 128، 129، 130، 131، 132، 133، 134، 135، 136، 137، 138، 139، 140، 141، 142، 143، 144، 145، 146، 147، 148، 149، 150، 151، 152، 153، 154، 155، 156، 157، 158، 159، 160، 161، 162، 163، 164، 165، 166، 167، 168، 169، 170، 171، 172، 173، 174، 175، 176، 177، 178، 179، 180، 181، 182، 183، 184، 185، 186، 187، 188، 189، 190، 191، 192، 193، 194، 195، 196، 197، 198، 199، 200، 201، 202، 203، 204، 205، 206، 207، 208، 209، 210، 211، 212، 213، 214، 215، 216، 217، 218، 219، 220، 221، 222، 223، 224، 225، 226، 227، 228، 229، 230، 231، 232، 233، 234، 235، 236، 237، 238، 239، 240، 241، 242، 243، 244، 245، 246، 247، 248، 249، 250، 251، 252، 253، 254، 255، 256، 257، 258، 259، 260، 261، 262، 263، 264، 265، 266، 267، 268، 269، 270، 271، 272، 273، 274، 275، 276، 277، 278، 279، 280، 281، 282، 283، 284، 285، 286، 287، 288، 289، 290، 291، 292، 293، 294، 295، 296، 297، 298، 299، 300، 301، 302، 303، 304، 305، 306، 307، 308، 309، 310، 311، 312، 313، 314، 315، 316، 317، 318، 319، 320، 321، 322، 323، 324، 325، 326، 327، 328، 329، 330، 331، 332، 333، 334، 335، 336، 337، 338، 339، 340، 341، 342، 343، 344، 345، 346، 347، 348، 349، 350، 351، 352، 353، 354، 355، 356، 357، 358، 359، 360، 361، 362، 363، 364، 365، 366، 367، 368، 369، 370، 371، 372، 373، 374، 375، 376، 377، 378، 379، 380، 381، 382، 383، 384، 385، 386، 387، 388، 389، 390، 391، 392، 393، 394، 395، 396، 397، 398، 399، 400، 401، 402، 403، 404، 405، 406، 407، 408، 409، 410، 411، 412، 413، 414، 415، 416، 417، 418، 419، 420، 421، 422، 423، 424، 425، 426، 427، 428، 429، 430، 431، 432، 433، 434، 435، 436، 437، 438، 439، 440، 441، 442، 443، 444، 445، 446، 447، 448، 449، 450، 451، 452، 453، 454، 455، 456، 457، 458، 459، 460، 461، 462، 463، 464، 465، 466، 467، 468، 469، 470، 471، 472، 473، 474، 475، 476، 477، 478، 479، 480، 481، 482، 483، 484، 485، 486، 487، 488، 489، 490، 491، 492، 493، 494، 495، 496، 497، 498، 499، 500، 501، 502، 503، 504، 505، 506، 507، 508، 509، 510، 511، 512، 513، 514، 515، 516، 517، 518، 519، 520، 521، 522، 523، 524، 525، 526، 527، 528، 529، 530، 531، 532، 533، 534، 535، 536، 537، 538، 539، 540، 541، 542، 543، 544، 545، 546، 547، 548، 549، 550، 551، 552، 553، 554، 555، 556، 557، 558، 559، 560، 561، 562، 563، 564، 565، 566، 567، 568، 569، 570، 571، 572، 573، 574، 575، 576، 577، 578، 579، 580، 581، 582، 583، 584، 585، 586، 587، 588، 589، 590، 591، 592، 593، 594، 595، 596، 597، 598، 599، 600، 601، 602، 603، 604، 605، 606، 607، 608، 609، 610، 611، 612، 613، 614، 615، 616، 617، 618، 619، 620، 621، 622، 623، 624، 625، 626، 627، 628، 629، 630، 631، 632، 633، 634، 635، 636، 637، 638، 639، 640، 641، 642، 643، 644، 645، 646، 647، 648، 649، 650، 651، 652، 653، 654، 655، 656، 657، 658، 659، 660، 661، 662، 663، 664، 665، 666، 667، 668، 669، 670، 671، 672، 673، 674، 675، 676، 677، 678، 679، 680، 681، 682، 683، 684، 685، 686، 687، 688، 689، 690، 691، 692، 693، 694، 695، 696، 697، 698، 699، 700، 701، 702، 703، 704، 705، 706، 707، 708، 709، 710، 711، 712، 713، 714، 715، 716، 717، 718، 719، 720، 721، 722، 723، 724، 725، 726، 727، 728، 729، 730، 731، 732، 733، 734، 735، 736، 737، 738، 739، 740، 741، 742، 743، 744، 745، 746، 747، 748، 749، 750، 751، 752، 753، 754، 755، 756، 757، 758، 759، 760، 761، 762، 763، 764، 765، 766، 767، 768، 769، 770، 771، 772، 773، 774، 775، 776، 777، 778، 779، 780، 781، 782، 783، 784، 785، 786، 787، 788، 789، 790، 791، 792، 793، 794، 795، 796، 797، 798، 799، 800، 801، 802، 803، 804، 805، 806، 807، 808، 809، 810، 811، 812، 813، 814، 815، 816، 817، 818، 819، 820، 821، 822، 823، 824، 825، 826، 827، 828، 829، 830، 831، 832، 833، 834، 835، 836، 837، 838، 839، 840، 841، 842، 843، 844، 845، 846، 847، 848، 849، 850، 851، 852، 853، 854، 855، 856، 857، 858، 859، 860، 861، 862، 863، 864، 865، 866، 867، 868، 869، 870، 871، 872، 873، 874، 875، 876، 877، 878، 879، 880، 881، 882، 883، 884، 885، 886، 887، 888، 889، 890، 891، 892، 893، 894، 895، 896، 897، 898، 899، 900، 901، 902، 903، 904، 905، 906، 907، 908، 909، 910، 911، 912، 913، 914، 915، 916، 917، 918، 919، 920، 921، 922، 923، 924، 925، 926، 927، 928، 929، 930، 931، 932، 933، 934، 935، 936، 937، 938، 939، 940، 941، 942، 943، 944، 945، 946، 947، 948، 949، 950، 951، 952، 953، 954، 955، 956، 957، 958، 959، 960، 961، 962، 963، 964، 965، 966، 967، 968، 969، 970، 971، 972، 973، 974، 975، 976، 977، 978، 979، 980، 981، 982، 983، 984، 985، 986، 987، 988، 989، 990، 991، 992، 993، 994، 995، 996، 997، 998، 999، 1000، 1001، 1002، 1003، 1004، 1005، 1006، 1007، 1008، 1009، 1010، 1011، 1012، 1013، 1014، 1015، 1016، 1017، 1018، 1019، 1020، 1021، 1022، 1023، 1024، 1025، 1026، 1027، 1028، 1029، 1030، 1031، 1032، 1033، 1034، 1035، 1036، 1037، 1038، 1039، 1040، 1041، 1042، 1043، 1044، 1045، 1046، 1047، 1048، 1049، 1050، 1051، 1052، 1053، 1054، 1055، 1056، 1057، 1058، 1059، 1060، 1061، 1062، 1063، 1064، 1065، 1066، 1067، 1068، 1069، 1070، 1071، 1072، 1073، 1074، 1075، 1076، 1077، 1078، 1079، 1080، 1081، 1082، 1083، 1084، 1085، 1086، 1087، 1088، 1089، 1090، 1091، 1092، 1093، 1094، 1095، 1096، 1097، 1098، 1099، 1100، 1101، 1102، 1103، 1104، 1105، 1106، 1107، 1108، 1109، 1110، 1111، 1112، 1113، 1114، 1115، 1116، 1117، 1118، 1119، 1120، 1121، 1122، 1123، 1124، 1125، 1126، 1127، 1128، 1129، 1130، 1131، 1132، 1133، 1134، 1135، 1136، 1137، 1138، 1139، 1140، 1141، 1142، 1143، 1144، 1145، 1146، 1147، 1148، 1149، 1150، 1151، 1152، 1153، 1154، 1155، 1156، 1157، 1158، 1159، 1160، 1161، 1162، 1163، 1164، 1165، 1166، 1167، 1168، 1169، 1170، 1171، 1172، 1173، 1174، 1175، 1176، 1177، 1178، 1179، 1180، 1181، 1182، 1183، 1184، 1185، 1186، 1187، 1188، 1189، 1190، 1191، 1192، 1193، 1194، 1195، 1196، 1197، 1198، 1199، 1200، 1201، 1202، 1203، 1204، 1205، 1206، 1207، 1208، 1209، 1210، 1211، 1212، 1213، 1214، 1215، 1216، 1217، 1218، 1219، 1220، 1221، 1222، 1223، 1224، 1225، 1226، 1227، 1228، 1229، 1230، 1231، 1232، 1233، 1234، 1235، 1236، 1237، 1238، 1239، 1240، 1241، 1242، 1243، 1244، 1245، 1246، 1247، 1248، 1249، 1250، 1251، 1252، 1253، 1254، 1255، 1256، 1257، 1258، 1259، 1260، 1261، 1262، 1263، 1264، 1265، 1266، 1267، 1268، 1269، 1270، 1271، 1272، 1273، 1274، 1275، 1276، 1277، 1278، 1279، 1280، 1281، 1282، 1283، 1284، 1285، 1286، 1287، 1288، 1289، 1290، 1291، 1292، 1293، 1294، 1295، 1296، 1297، 1298، 1299، 1300، 1301، 1302، 1303، 1304، 1305، 1306، 1307، 1308، 1309، 1310، 1311، 1312، 1313، 1314، 1315، 1316، 1317، 1318، 1319، 1320، 1321، 1322، 1323، 1324، 1325، 1326، 1327، 1328، 1329، 1330، 1331، 1332، 1333، 1334، 1335، 1336، 1337، 1338، 1339، 1340، 1341، 1342، 1343، 1344، 1345، 1346، 1347، 1348، 1349، 1350، 1351، 1352، 1353، 1354، 1355، 1356، 1357، 1358، 1359، 1360، 1361، 1362، 1363، 1364، 1365، 1366، 1367، 1368، 1369، 1370، 1371، 1372، 1373، 1374، 1375، 1376، 1377، 1378، 1379، 1380، 1381، 1382، 1383، 1384، 1385، 1386، 1387، 1388، 1389، 1390، 1391، 1392، 1393، 1394، 1395، 1396، 1397، 1398، 1399، 1400، 1401، 1402، 1403، 1404، 1405، 1406، 1407، 1408، 1409، 1410، 1411، 1412، 1413، 1414، 1415، 1416، 1417، 1418، 1419، 1420، 1421، 1422، 1423، 1424، 1425، 1426، 1427، 1428، 1429، 1430، 1431، 1432، 1433، 1434، 1435، 1436، 1437، 1438، 1439، 1440، 1441، 1442، 1443، 1444، 1445، 1446، 1447، 1448، 1449، 1450، 1451، 1452، 1453، 1454، 1455، 1456، 1457، 1458، 1459، 1460، 1461، 1462، 1463، 1464، 1465، 1466، 1467، 1468، 1469، 1470، 1471، 1472، 1473، 1474، 1475، 1476، 1477، 1478، 1479، 1480، 1481، 1482، 1483، 1484، 1485، 1486، 1487، 1488، 1489، 1490، 1491، 1492، 1493، 1494، 1495، 1496، 1497، 1498، 1499، 1500، 1501، 1502، 1503، 1504، 1505، 1506، 1507، 1508، 1509، 1510، 1511، 1512، 1513، 1514، 1515، 1516، 1517، 1518، 1519، 1520، 1521، 1522، 1523، 1524، 1525، 1526، 1527، 1528، 1529، 1530، 1531، 1532، 1533، 1534، 1535، 1536، 1537، 1538، 1539، 1540، 1541، 1542، 1543، 1544، 1545، 1546، 1547، 1548، 1549، 1550، 1551، 1552، 1553، 1554، 1555، 1556، 1557، 1558، 1559، 1560، 1561، 1562، 1563، 1564، 1565، 1566، 1567، 1568، 1569، 1570، 1571، 1572، 1573، 1574، 1575، 1576، 1577، 1578، 1579، 1580، 1581، 1582، 1583، 1584، 1585، 1586، 1587، 1588، 1589، 1590، 1591، 1592، 1593، 1594، 1595، 1596، 1597، 1598، 1599، 1600، 1601، 1602، 1603، 1604، 1605، 1606، 1607، 1608، 1609، 1610، 1611، 1612، 1613، 1614، 1615، 1616، 1617، 1618، 1619، 1620، 1621، 1622، 1623، 1624، 1625، 1626، 1627، 1628، 1629، 1630، 1631، 1632، 1633، 1634، 1635، 1636، 1637، 1638، 1639، 1640، 1641، 1642، 1643، 1644، 1645، 1646، 1647، 1648، 1649، 1650، 1651، 1652، 1653، 1654، 1655، 1656، 1657، 1658، 1659، 1660، 1661، 1662، 1663، 1664، 1665، 1666، 1667، 1668، 1669، 1670، 1671، 1672، 1673، 1674، 1675، 1676، 1677، 1678، 1679، 1680، 1681، 1682، 1683، 1684، 1685، 1686، 1687، 1688، 1689، 1690، 1691، 1692، 1693، 1694، 1695، 1696، 1697، 1698، 1699، 1700، 1701، 1702، 1703، 1704، 1705، 1706، 1707، 1708، 1709، 1710، 1711، 1712، 1713، 1714، 1715، 1716، 1717، 1718، 1719، 1720، 1721، 1722، 1723، 1724، 1725، 1726، 1727، 1728، 1729، 1730، 1731، 1732، 1733، 1734، 1735، 1736، 1737، 1738، 1739، 1740، 1741، 1742، 1743، 1744، 1745، 1746، 1747، 1748، 1749، 1750، 1751، 1752، 1753، 1754، 1755، 1756، 1757، 1758، 1759، 1760، 1761، 1762، 1763، 1764، 1765، 1766، 1767، 1768، 1769، 1770، 1771، 1772، 1773، 1774، 1775، 1776، 1777، 1778، 1779، 1780، 1781، 1782، 1783، 1784، 1785، 1786، 1787، 1788، 1789، 1790، 1791، 1792، 1793، 1794، 1795، 1796، 1797، 1798، 1799، 1800، 1801، 1802، 1803، 1804، 1805، 1806، 1807، 1808، 1809، 1810، 1811، 1812، 1813، 1814، 1815، 1816، 1817، 1818، 1819، 1820، 1821، 1822، 1823، 1824، 1825، 1826، 1827، 1828، 1829، 1830، 1831، 1832، 1833، 1834، 1835، 1836، 1837، 1838، 1839، 1840، 1841، 1842، 1843، 1844، 1845، 1846، 1847، 1848، 1849، 1850، 1851، 1852، 1853، 1854، 1855، 1856، 1857، 1858، 1859، 1860، 1861، 1862، 1863، 1864، 1865، 1866، 1867، 1868، 1869، 1870، 1871، 1872، 1873، 1874، 1875، 1876، 1877، 1878، 1879، 1880، 1881، 1882، 1883، 1884، 1885، 1886، 1887، 1888، 1889، 1890، 1891، 1892، 1893، 1894، 1895، 1896، 1897، 1898، 1899، 1900، 1901، 1902، 1903، 1904، 1905، 1906، 1907، 1908، 1909، 1910، 1911، 1912، 1913، 1914، 1915، 1916، 1917، 1918، 1919، 1920، 1921، 1922، 1923، 1924، 1925، 1926، 1927، 1928، 1929، 1930، 1931، 1932، 1933، 1934، 1935، 1936، 1937، 1938، 1939، 1940، 1941، 1942، 1943، 1944، 1945، 1946، 1947، 1948، 1949، 1950، 1951، 1952، 1953، 1954، 1955، 1956، 1957، 1958، 1959، 1960، 1961، 1962، 1963، 1964، 1965، 1966، 1967، 1968، 1969، 1970، 1971، 1972، 1973، 1974، 1975، 1976، 1977، 1978، 1979، 1980، 1981، 1982، 1983، 1984، 1985، 1986، 1987، 1988، 1989، 1990، 1991، 1992، 1993، 1994، 1995، 1996، 1997، 1998، 1999، 2000، 2001، 2002، 2003، 2004، 2005، 2006، 2007، 2008، 2009، 2010، 2011، 2012، 2013، 2014، 2015، 2016، 2017، 2018، 2019، 2020، 2021، 2022، 2023، 2024، 2025، 2026، 2027، 2028، 2029، 2030، 2031، 2032، 2033، 2034، 2035، 2036، 2037، 2038، 2039، 2040، 2041، 2042، 2043، 2044، 2045، 2046، 2047، 2048، 2049، 2050، 2051، 2052، 2053، 2054، 2055، 2056، 2057، 2058، 2059، 2060، 2061، 2062، 2063، 2064، 2065، 2066، 2067، 2068، 2069، 2070، 2071، 2072، 2073، 2074، 2075، 2076، 2077، 2078، 2079، 2080، 2081، 2082، 2083، 2084، 2085، 2086، 2087، 2088، 2089، 2090، 2091، 2092، 2093



We Deals:

Project site office | Staff Accommodation
Mess Halls | Schools | Hospital
Mosque | Ablution Units
Container Conversion | Oilfield Units



AL WAHA

INTERNATIONAL L.L.C.

OUR CONTACT:

TEL: +9716-5235532, FAX: +9716-5235536
MOBILE: +97150-3670586, +97150-5471318

Email: info@alwaha-int.com

web: www.alwaha-int.com

SHARJAH U.A.E.



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

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

جلد: 36 شماره: 03

فروری 2014ء / ربیع الثانی 1436ھ

فی شماره: 75 روپے

کراچی

ماہنامہ
رُوحانی ڈائجسٹ

ممبر: آل پاکستان نیوز پیپر ز سوسائٹی

سالانہ خریداری کی شرح

پاکستان (بذریعہ رجسٹرڈ ڈاک)..... سالانہ 800 روپے
پاکستان (نقد یا بذریعہ ڈرافٹ)..... سالانہ 750 روپے
بیرون پاکستان کے لیے..... سالانہ 160 امریکی ڈالر

خط کتابت کا پتہ

1-D, 1/7، ناظم آباد کراچی 74600

پوسٹ بکس 2213

فون نمبر: 021-36685469

فیکس: 021-36606329

ای میل / فیس بک / ویب سائٹ

roohanidigest@yahoo.com

digest.roohani@gmail.com

facebook.com/roohanidigest

www.roohanidigest.net

سرپرست اعلیٰ

اَبْدُ الْحَمْدِ قَلْبُدَّرْ بَابَا اَوَّلِیِّہ

چیف ایڈیٹر

خواجہ شمس الدین عظیمی

مینیجنگ ایڈیٹر

ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی

پی ایچ ڈی۔ کراچی یونیورسٹی

اعزازی معاون

سہیل احمد

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

مقام اشاعت: 1-D, 1/7، ناظم آباد کراچی 74600

بقا کا راستہ....

یہ مضمون قندر بابا اولیاء کی کتاب ”لوح و قلم“ کے چند مندرجات کی روشنی میں تحریر کیا گیا ہے....

ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی.....13
فسر امین قلندر....

قندر بابا اولیاء کے ارشادات سے چند موتی....

ابن وصی.....19
بیماریوں کا تعلق ذہن سے ہے....

انسانی جذبات میں بیجان اور شدت پیدا ہو تو انسانی جسم کئی بیماریوں میں مبتلا ہو جاتا ہے....

مشکور الرحمن.....23

ویل و شنگ Well Wishing....

دعا لفظوں کے ساتھ مانگی جاتی ہے، لیکن جب آپ کسی کے لئے well wish نیک خواہشات کے طور پر کریں، آرزو اچھی رکھیں، پھر کوئی وجہ نہیں ہے کہ آپ کی وہ دعا قبول نہ ہو۔

اشفاق احمد.....27

معوذتین..... اسلام میں دم کی اہمیت

دوا اور علاج کے ساتھ اللہ ہی کی طرف رجوع کر کے اس کے کلام اور اسام سے استعانت کی جائے تو یہ مادہ پرستوں کے سوا کسی کی عقل کے بھی خلاف نہیں ہے....

سید ابوالاعلیٰ مودودی.....31

شکایت کا دفتر....

نسخی نگارش نے مستحکم ارادہ کیا کہ وہ اللہ تعالیٰ تک ہر حال میں پہنچنے کی کوشش کرے گی اور اللہ تعالیٰ سے مل کر خوب باتیں کرے گی۔ پوچھے گی کہ اللہ تعالیٰ نے کیوں اسے اپنے سے دور کر دیا تھا۔ اور پھر وہ شکایات کا دفتر کھول کر رکھ دے گی

سید نوشاد کاظمی.....79



سائنس، نفسیات، معاشرت، ادب



46

فیصلہ....

میری ماں کی آنکھیں مجھ سے کہتی
ہیں کہ مجھے تمہارے فیصلے پر فخر ہے

شمشاد اختر.... 46

بڑھا....

اردو ادب سے انتخاب ایک شاہکار افسانہ۔

احمد ندیم قاسمی.... 83

اس ماہ....

اس ماہ آنے والے ثقافتی یا مذہبی تہواروں

اور خوشیوں کا ایک جائزہ.... ❖❖❖ 119

یوم وصال قلندر بابا اولیاء....

پاکستان اور بیرون ممالک قلندر بابا اولیاء کے یوم وصال کی چند

تقریبات کا احوال.... ❖❖❖ 211

83



عجیب.... دنیا بھر کے عجیب و

غریب واقعات ❖❖❖ 97

رومانیہ کے زندہ پتھر

اسلام، تصوف، پیراسائیکولوجی

اولیاء اللہ رحمہ اللہ قرآن و حدیث کی روشنی میں....

نور الہی، نور نبوت۔ خواجہ شمس الدین عظیمی۔ 84

قلندر بابا اولیاء....

صدائے جوس۔ خواجہ شمس الدین عظیمی۔ 85

دولت سے عزت و توقیر کا حصول خود فرمایا ہے....

خطبات عظیمی۔ خواجہ شمس الدین عظیمی۔ 181

کیا پتھر انسانی زندگی پر اثر انداز ہوتے ہیں؟....

روحانی سوال و جواب۔ خواجہ شمس الدین عظیمی۔ 179

35

اللہ کا محبوب....

نظام الدین اولیاء....

برصغیر میں جنم لینے والے ایک ایسے عظیم انسان کی زندگی کے

واقعات جنہیں دنیا محبوب الہی کے نام سے جانتی ہے۔



صحت مند زندگی

فینگ شیاو



119

زندگی میں بہتری لانے کا علم

اگیا بیتل



51

دلچسپ پراسرار اور حیرت انگیز سلسلہ

منیر حسین

صدیقی

فرنک نامہ

59

برطانیہ کا سفر نامہ

مستقل عنوانات

151- گھر کا معالج....

163- طبی مشورے.... حکیم عادل اسماعیل

167- کیفیات مراقبہ....

171- قرآنی انسائیکلو پیڈیا.... ادارہ

09- کارنیں کے تاثرات....

109- عالم امروز.... احسن عظیم محلہ

115- سائنس کا راز Q&A.... ڈاکٹر جمیل احمد صدیقی

147- دوسرے خوان.... فلک ناز

صحت مند زندگی

غیر معیاری غذا۔

مہلک ثابت ہو سکتی ہے۔

اگر احتیاط سے کام نہ لیا جائے تو غذا زہر میں تبدیل

ہو سکتی ہے۔ ❖❖❖ 136....

جسم انسانی کے حیرت انگیز اسرار

انسانی اعضاء کی کہانی، اُن کی اپنی زبانی۔

❖❖❖ 136....

عسام ذہنی دباؤ کو معمولی نہ سمجھیں۔

چھوٹی چھوٹی ذہنی بیماریاں انسان کو وقت سے پہلے موت سے

دوچار کر دیتی ہیں۔ درخشاں مسعود... 139

سہا بنجھتہ... ایک طلسماتی پودا...

❖❖❖ 137....

سگ غدا ایت سے بھر پور...

سعدیہ شفیق... 139

ٹھانڈا پھل کا پھل سبزی کی سبزی

نادیہ مظہر... 143

خواتین، نوجوان، بچے

انشہر للیثی (بانجھ پائن)....

اولاد میں تاخیر، عورتوں کے شکس

حکیم وقار یوسف عطیمی

حکیم محمد عبدالصمیم

حکیم مسز وسیم فاطمہ

111

خواب گاہ... ایک چھوٹی سی جنت

اپنی خواب گاہ کو خوبصورت، صاف ستھرا

اور آرام دہ رکھیں تاکہ آرام کا احساس ہو۔

نابید اشفاق... 89

بچوں کو رویے سے سچ سکھائیں...

بچہ جو بھی تکلیف بتائے اسے توجہ سے سنیں اور پھر

اسے حل کرنے کے اقدامات کریں۔

ڈاکٹر خالد مشتاق... 91

اچھی تربیت کے لیے بچوں کا مزاج جانیں...

والدین کا نوٹہالوں کی شخصیت سے آگاہ ہونا ضروری ہے۔

ڈاکٹر خالد مشتاق... 93

89



رنگ و روشنی سے علاج

.. کلر تھراپی پر ہونے والی ریسرچ کا

159

ایک جائزہ....

یہ ہے پاکستان



مالم جا

185

عقل حیران ہے! سائنس خاموش ہے



انوکھی تصویریں

سائنس جن کی حقیقت سے پردہ نہ اٹھا سکی

مستقل عنوانات

195- بچوں کا روحانی ڈائجسٹ.... محمد نبیل عباسی

❖❖❖ 205- محفل مراقبہ....

217- روحانی ڈاک.... ڈاکٹر وقار یوسف عطیمی

❖❖❖

175- سلسلہ عظیمیہ کی تعلیمات.... ادارہ

183- شرح لوج و قلم....

189- ربیع صدی پہلے.... ادارہ

193- گوشہ کتب.... یو سٹی

تَوْرَتِ

تَوْرِ اِلٰہِی



اللہ کے دوستوں کے متعلق قرآن مجید میں ارشاد ہوتا ہے۔

ترجمہ: ”پیشک اللہ کے دوستوں کو نہ کوئی اندیشہ و خوف ہوتا ہے اور نہ وہ رنجیدہ اور غمگین ہوتے ہیں، یہ وہ لوگ ہیں جو ایمان لائے اور متقی و پرہیز گار ہیں۔ ان کے لئے خوشخبری ہے دنیاوی زندگی میں بھی، اور آخرت میں بھی، کوئی تبدیلی نہیں ہو سکتی، اللہ کی باتوں (اور اس کے وعدوں) میں، یہی ہے بڑی کامیابی“ [سورہ یونس: 62-64]

ترجمہ: ”جو لوگ ایمان لائے ہیں ان کا دوست خدا ہے کہ اندھیرے سے نکال کر روشنی میں لے جاتا ہے۔“ [سورہ بقرہ: 257]

ترجمہ: ”(اے پیغمبر لوگوں سے) کہہ دو کہ اگر تم خدا کو دوست رکھتے ہو تو میری پیروی کرو خدا بھی تمہیں دوست رکھے گا اور تمہارے گناہوں کو معاف کر دے گا اور خدا بخشنے والا مہربان ہے۔“ [سورہ آل عمران: 31]

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: جو شخص اللہ تعالیٰ سے ملاقات کو محبوب رکھتا ہے اللہ تعالیٰ بھی اس کی ملاقات کو محبوب رکھتا ہے، جو شخص اللہ سے ملاقات پسند نہیں کرتا اللہ تعالیٰ بھی اس سے ملاقات پسند نہیں کرتا۔ [صحیح مسلم]

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: اللہ کے بندوں میں سے کچھ ایسے لوگ ہیں جو نبی ہوں گے نہ شہداء لیکن قیامت کے روز اللہ تعالیٰ انہیں ایسے درجات سے نوازیں گے جنہیں انبیاء اور شہداء بھی تحسین کی نگاہوں سے دیکھیں گے۔ صحابہ کرامؓ نے عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ! وہ کون لوگ ہوں گے؟ آپ ﷺ نے فرمایا ”یہ وہ لوگ ہوں گے جو بغیر کسی رشتہ یا مالی لین دین کے محض اللہ کی رحمت (کے حصول کے لیے) ایک دوسرے کے ساتھ محبت کرتے ہیں۔ اللہ کی قسم! ان کے چہرے نورانی ہوں گے اور وہ نور (کے منبروں) پر ہوں گے۔ جب لوگ خوف زدہ ہوں گے تو انہیں کسی قسم کا خوف نہیں ہو گا۔ جب لوگ غم میں مبتلا ہوں گے تو وہ بے غم ہوں گے۔“ [ابوداؤد]

رسول اللہ ﷺ فرماتے ہیں: جس شخص نے اللہ (کی رضا) کے لیے محبت کی، اللہ کے لیے غصہ کیا، اللہ کے لیے دیا اور اللہ کے لیے نہ دیا اس نے اپنا ایمان مکمل کر لیا۔ [ابوداؤد]

صدائے حرمین



کائنات کے خالق نے جمادات، نباتات، معدنیات اور حیوانات کے بعد آدم کو پیدا کیا۔ اماں جو ا کو وجود بخشا پھر نسل آدم پھیلانے کے لئے انہیں زمین پر بھیج دیا۔ دن، مہینے اور سال صدیاں بنتے رہے۔ ذریت آدم قبیلوں، خاندانوں اور برادریوں میں زمین پر پھیلی رہی۔ آدمی کا شعور بھی بڑھتا رہا۔ اللہ تعالیٰ نے نوع انسانی کی اصلاح کے لئے اپنے دوست برگزیدہ بندوں، پیغمبروں کا سلسلہ جاری فرمایا۔ انبیاء کرام علیہم السلام نے صراطِ مستقیم پر قائم رہنے کے لیے اصول مرتب کیے ہیں، انبیاء کی

تعلیمات یہ ہیں....

.... دنیا کی ہر نعمت کو اللہ کے شکر کے ساتھ استعمال کرو۔

.... اللہ کے بنائے ہوئے وسائل کو مقصدِ حیات نہ بناؤ۔

.... زندگی کا مقصد اللہ اور صرف اللہ ہونا چاہیے کہ اس نے تمہیں اور تمہارے لیے وسائل کو تخلیق کیا ہے۔

ان قواعد و ضوابط کو عام تک پہنچانے کے لیے صحیفے اور آسمانی کتابیں نازل ہوئیں۔

جن لوگوں نے اللہ کے فرستادہ بندوں کی بات کو سنا۔ یقین کے ساتھ عمل کیا وہ سعید قرار پائے۔ آدم کی اولاد میں جن لوگوں نے معتب، مغضوب اور نافرمان شیطان کی فرمانبرداری کی وہ لوگ شقی قرار پائے۔

آسمانی صحائف، مقدس کتابوں تورات، انجیل، زبور اور دین کی تکمیل پر اللہ کی آخری کتاب قرآن پاک نازل ہوئی۔ ان کتابوں پر عمل کرنے والا گروہ اللہ کا پسندیدہ اور شیطان کی پیروی کرنے والا گروہ

معتوب قرار پایا۔

روایت ہے کہ دنیا میں اب تک ایک لاکھ چوبیس ہزار پیغمبر آچکے ہیں سب سے آخری پیغمبر دو نور

جہاں کے سردار، ہادی دین مبین حضرت محمد ﷺ پر نبوت کی تکمیل اور اختتام ہو چکا ہے۔ اب نوع انسانی کو توحید کی دعوت دینا اور اللہ کی پسندیدہ راہوں پر چلنے کی ترغیب دینا امت محمدیہ کے علمائے حق کی اور اولیاء اللہ کی ذمہ داری ہے۔

خاتم الانبیاء حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کے پردہ فرمانے کے بعد رشد و ہدایت، تلقین اور تبلیغ کا کام صحابہؓ اور اہل بیت اور ان کے بعد اولیاء اللہ نے سنبھال لیا ان قدسی نفس حضرات نے لوگوں تک قرآن کا پیغام پہنچایا۔ ان ذمہ داریوں کو ادا کرنے والوں میں سیدنا شیخ محی الدین عبدالقادر جیلانیؒ، حضرت علی ہجویری المعروف داتا گنج بخشؒ، حضرت بابا فرید گنج شکرؒ، حضرت نظام الدین اولیاءؒ، محبوب الہیؒ، حضرت خواجہ معین الدین چشتی اجمیریؒ، حضرت علاء الدین صابر کلیریؒ، حضرت بو علی شاہ قلندرؒ، حضرت صاحبزادہ شیخ احمد سرہندی فاروقی مجدد الف ثانیؒ، حضرت حافظ عبدالرحمن جامی ملنگ باباؒ، حضرت شاہ عبداللطیف بھٹائیؒ، حضرت کچل سرمستؒ، حضرت لعل شہباز قلندرؒ کے اسم ہائے گرامی نمایاں رہے ہیں۔

ان قدسی نفس حضرات نے کلام الہی کی روشنی میں بتایا کہ یہ دنیا عارضی قیام گاہ ہے۔ اصل مقام اس دنیا کے بعد دوسری دنیا ہے۔ ان حضرات نے اسرار و رموز و اشکاف الفاظ میں بیان کیے۔ اپنے اپنے دور میں شعوری تقاضوں کو پورا کرتے ہوئے روحانی علوم کی اس طرح تشریح کی کہ روحانی دنیا کے تجربات اور مشاہدات کا بھی لوگوں کو ادراک ہوا۔

سلسلہ عظیمیہ کے امام حضور قلندر بابا اولیاءؒ اس مقدس گروہ کے ایک رکن ہیں۔ جنوبی ایشیاء میں ان اولیاء کرام کی دینی، ملکی، ملی اور روحانی خدمات وقت کے ساتھ ساتھ اور زیادہ روشن ہو رہی ہیں۔ ان بزرگوں کا روحانی مشن مذہب اور ملت اور عقیدے کی حد بندیوں سے بلند ہے۔ ان میں سے کئی بزرگوں کو اس دنیا سے رخصت ہوئے اگرچہ کئی صدیاں گزر گئی ہیں لیکن ان کے فیوض و برکات سے آج بھی نوع انسانی فیضیاب ہو رہی ہے۔ قدرت اپنے پیغام کو پہنچانے کے لئے دیئے سے دیا جلاتی رہتی ہے معرفت کی مشعل ایک ہاتھ سے دوسرے ہاتھ میں منتقل ہوتی رہتی ہے۔ یہ قدرت کے عطا کردہ وہ ہاتھ ہیں جو روحانی روشنی کی مشعل کو لے کر چلتے رہتے ہیں۔ اس روشنی سے اپنی ذات کو بھی روشن رکھتے ہیں اور دوسروں کو بھی روشن رکھنے کی سعادت حاصل کرتے ہیں۔

صرف تاریخ کے اوراق نہیں بلکہ لوگوں کے دلوں پر ان بزرگوں کی ایسی ایسی داستانیں اور چشم دید باتیں اب تک زندہ اور محفوظ ہیں جن کی دعاؤں سے مردوں کو زندگی، بیماروں کو شفا، بھوکوں کو غذا، دکھیوں کو عطا، غریبوں کو زر، بے حال لوگوں کو بال و پر، بے سہارا اور بے کس لوگوں کو اولاد اور مال و متاع کے نعمات ملتے رہتے ہیں۔

اولیاء اللہ میں سے بعض ہستیوں کو رسول اللہ ﷺ کی نسبت سے اللہ کی طرف سے محبوبیت کا وہ مقام حاصل ہو جاتا ہے جس کے بارے میں ارشاد باری تعالیٰ ہے۔
 ”میرا بندہ مسلسل نوافل کے ذریعے میرا قرب حاصل کرتا رہتا ہے یہاں تک کہ میں اس کی آنکھ بن جاتا ہوں جس سے وہ دیکھتا ہے، اس کے کان بن جاتا ہوں جن سے وہ سنتا ہے اس کی زبان بن جاتا ہوں جس سے وہ بولتا ہے اور اس کا ہاتھ بن جاتا ہوں جس سے وہ پکڑتا ہے اور جب وہ مجھ سے کوئی سوال کرتا ہے تو میں اس کا پورا کرنا اپنے اوپر لازم کر لیتا ہوں۔“ (بخاری)



دو سو سال سے سائنس ترقی پذیر ہے.... یہ انسانی عقل کے لیے عروج کا دور ہے.... پوری دنیا ایک کمرے میں سمٹ آئی ہے.... فاصلے ناقابل ذکر بنتے جا رہے ہیں.... زمین کے اندر کیا ہے اور خلا میں کیا کچھ ہے اس کا کھوج لگایا جا رہا ہے!.... ہر ناممکن کو ممکن العمل بنانے کی کوشش کی جا رہی ہے۔
 لیکن اس کے باوجود عروج کی یہ کہانی عجیب ہے کہ ترقی کے اس دور میں ہر شخص پریشان ہے، مصیبت زدہ ہے، سکون ختم ہو گیا ہے، بیماریوں نے جکڑ لیا ہے.... ایک بیماری کا علاج پورا نہیں ہوتا دوسری دو بیماریاں حملہ آور ہو جاتی ہیں.... عدم تحفظ نے زندہ درگور کر دیا ہے.... سرمایہ دارانہ نظام کے چالاک ٹھیکیداروں نے اللہ کی مخلوق کو غلام بنانے کے لیے نئے نئے جال بچھا دیے ہیں۔

اللہ تعالیٰ اپنی مخلوق سے محبت کرتے ہیں۔ مخلوق کی بقاء چاہتے ہیں۔ مخلوق کو خوش دیکھنا چاہتے ہیں۔ اپنی مخلوق کے اوپر رحمت کی بارش برسا کر خوش ہوتے ہیں۔

نوع انسانی کی درماندگی، بے سکونی، پریشانی اور خوف ختم کرنے کے لیے بیسویں صدی عیسوی میں.... ابدال حق حضور قلندر بابا اولیاءؒ نے روشنی کے مینار کا کام سرانجام دیا۔

حضور قلندر بابا اولیاءؒ نے اپنے پیشوا بزرگوں کے نقش قدم پر چل کر اللہ کی مخلوق کو روشن راستہ دکھایا ہے۔

حضور قلندر بابا اولیاءؒ نے بتایا ہے کہ انسان کی زندگی کے دو رخ ہیں۔ ایک رخ مادی وجود ہے اور دوسرا رخ روح ہے۔ مادی وجود کی اپنی کوئی حیثیت نہیں ہے۔ مادی وجود ہمیشہ روح کے تابع ہو کر حرکت کرتا ہے۔ کسی مردہ جسم نے کبھی حرکت نہیں کی جبکہ مردہ مادی وجود میں خدو خال موجود ہوتے ہیں۔

قلندر بابا اولیاءؒ فرماتے ہیں.... دنیا کی چیزیں اللہ تعالیٰ نے انسانوں کے استعمال کے لیے بنائی ہیں.... دنیا عارضی ہے اسی طرح دنیا کی ہر چیز عارضی ہے.... دنیا کی ہر آسائش سے فائدہ اٹھاؤ اور اللہ کی طرف قدم بڑھاؤ.... منزل پر پہنچنے کے لیے راستہ کی خوشنما چیزوں میں دل نہ لگاؤ کیونکہ اس طرح راستہ کھوٹا

ہو جائے گا.... منزل میں وہ سب کچھ موجود ہے جو راستہ میں مسافر کو نظر آتا ہے.... مسافر جیسے جیسے آگے بڑھتا ہے.... دل کو موہ لینے والی تصویریں اور خوشنما مناظر سب پیچھے رہ جاتے ہیں۔



یہ بات ہر انسان اچھی طرح جانتا ہے کہ گوشت پوست کے جسم کی اپنی ذاتی کوئی حیثیت نہیں ہے۔ کسی فنائیت کو حقیقت کا نام دینا ہر گز قرین عقل و قیاس نہیں ہے۔ جو بھی انسان پیدا ہوتا ہے، جسم و جان کے ساتھ پیدا ہوتا ہے۔ جسم و جان کے ساتھ جب تک زندہ رہتا ہے، کچھ نہ کچھ کرتا رہتا ہے۔ جب ہم یہ کہتے ہیں کہ وہ کچھ نہ کچھ کرتا ہے تو لامحالہ ہم یہ کہتے ہیں کہ اس سے کچھ نہ کچھ کرایا جاتا ہے۔ سوچنے کی بات یہ ہے کہ ہر چیز کو کوئی ہستی متحرک رکھتی ہے۔ وہ ہستی جب تک متحرک رکھتی ہے جسم حرکت کرتا رہتا ہے یا اس کے لیے جو کردار متعین ہو گیا ہے وہ کردار پورا کرتا رہتا ہے!....

کسی انسان کا ادب یا کسی انسان سے محبت اس کے کردار کی وجہ سے ہوتی ہے....

برے کردار کے آدمی سے کوئی محبت نہیں کرتا حالانکہ وہ بھی بقا اور فنا.... فنا اور بقا میں فنا ہو رہا ہے۔

قانون یہ بنا.... کہ مادی جسم سے محبت یا نفرت کا کوئی تعلق نہیں ہے۔

اصل.... مادی جسم کا کردار ہے.... یہ کردار محبت اور نفرت کا Symbol ہے۔

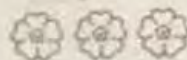
اس دنیا میں دو کردار متعین ہیں....

ایک رحمانی کردار.... دوسرا شیطانی کردار....

شیطانی کردار نفرت ہے، حسد ہے، بغض ہے، غیبت ہے، فساد ہے، تخریب ہے، ایذا رسانی ہے، دولت پرستی ہے اور اللہ سے دوستی کا فقدان ہے۔ اس کے برعکس رحمانی کردار محبت ہے، عقیدت ہے، پیار ہے، خلوص و ایثار ہے، کچھ کرنے کا جذبہ ہے، خدمتِ خلق ہے، ملک و قوم کی فلاح چاہتا ہے، اللہ سے دوستی کرنا ہے!....

اللہ تعالیٰ شیطانی کردار کو ناپسند کرتا ہے اور رحمانی کردار پسند کرتا ہے۔

یہ جتنے بھی روحانی لوگ ہیں یا اللہ کے دوست ہیں، رحمانی کردار کے حامل ہیں۔ وہ خود رحمانی کردار میں زندہ رہتے ہیں اور اپنی نسل کو رحمانی کردار سے قریب کرنے کی تبلیغ کرتے ہیں۔ بلا تخصیص لوگوں کو توحید کے راستے پر چلنے کی دعوت دیتے ہیں اور ان کی تربیت کرتے ہیں۔ ان رحمانی قدروں کو بتانے اور سمجھانے اور عام کرنے کے لیے قدرتِ روشن اور منور لوگوں کو دھرتی پر بھیجتی ہے اور دھرتی کے یہ روشن چراغ زمین پر بسنے والے لوگوں کو روشنی اور نور سے متعارف کراتے ہیں۔ قلندر بابا اولیاء ایسے ہی پاکیزہ اور مقدس گروہ کے ایک فرد ہیں۔



آپ کے تاثرات



اپنے تاثرات روحانی ڈائجسٹ کی ویب سائٹ اور فیس بک پیج پر بھی میسج یا پوسٹ کر سکتے ہیں۔

ای میل: roohanidigest@yahoo.com

فیس بک: facebook.com/roohanidigest

ویب سائٹ: www.roohanidigest.net

بذریعہ ڈاک: D-1/7، ناظم آباد کراچی 74600۔

سب سے پہلے روحانی ڈاک پڑھا۔ جب میں پاکستان میں تھا تو میرے کئی مسائل کا حل روحانی ڈاک کے ذریعے حل ہو جاتے تھے۔ جرمنی میں ڈائجسٹ حاصل کرنے کا کیا طریقہ ہو گا....؟

(محمد باال انصاری۔ میونخ، جرمنی)

روحانی ڈائجسٹ کے ویسے تو تمام مضامین اچھے ہیں۔ مگر اگر ایسا میرا پسندیدہ سلسلہ ہے۔ اس کہانی میں جنوں اور انسانوں کے تعلقات اور جادوگر کے شیطانی عملیات کا تذکرہ خوبصورت انداز سے کیا گیا ہے۔ کہانی جوں جوں آگے بڑھ رہی ہے پڑتجس ہوتی جا رہی ہے۔ اس کے علاوہ مضمون حضرت لعل شہباز قلندرؒ کے آرٹیکل کے ذریعے ان کی شخصیت کے کئی پہلوؤں پر روشنی ڈالی گئی ہے۔

(حامد محمود۔ اسلام آباد)

جنوری 2014ء کا شمارہ ”رسول رحمت صلی اللہ علیہ وسلم“ نمبر ”خوبصورت سرورق کے ساتھ موصول ہوا۔“ اکیسویں صدی میں امن و ترقی کے لیے تعلیمات محمد صلی اللہ علیہ وسلم سے رہنمائی میں ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی کا آرٹیکل ہمیں غور و فکر کی دعوت دیتا ہے۔

(عائشہ علی۔ لاہور)

روحانی ڈائجسٹ کا رسول رحمت نمبر کئی معلوماتی مضامین کا ایک خوبصورت گلدستہ ہے۔ ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی، پروفیسر شکیل اوج، ابن وصی، عزیز احمد سولنگی اور ایم ایچ خان کے تحریر کردہ مضامین نہایت قابل قدر ہیں، زیارت النبی صلی اللہ علیہ وسلم بعد از وصال النبی، رسول اللہ کا دسترخوان اور مولانا ابو الکلام آزاد کی تحریر رحلت نبوی کی سمولیت سے یہ خصوصی شمارہ مزید شاندار ہو گیا۔ مضمون رحلت نبوی کے پڑھتے ہوئے تو آنکھیں اشک بار ہو گئیں۔

(ڈاکٹر اسلم شیخ۔ کراچی)

زمانہ تعلیمی سے روحانی ڈائجسٹ اور حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی کا عقیدت مند رہا ہوں۔ پانچ سال قبل روزگار کے سلسلے میں جرمنی آیا تو یہاں کی تیز رفتار زندگی نے اردو رسالوں و جرائد سے نااطہ توڑ دیا۔ پچھلے دنوں پاکستان آیا ہوں، تو گھر میں روحانی ڈائجسٹ دیکھ کر پرانی یادیں تازہ ہو گئیں۔

فروری ۲۰۱۴ء

روحانی بزرگوں کے اشارے ”فضائل صحابہ و اہل بیت مدحت رسول ﷺ، حضور ﷺ کے معجزات، نبی رحمت کی عطا کردہ دعائیں۔ زیارت النبی ﷺ بعد از وصال النبی ﷺ اچھے مضامین تھے۔

(علی علیہ السلام)

روحانی ڈائجسٹ کی مستقل قاریہ ہوں۔ میرے پسندیدہ سلسلوں میں روحانی ڈاک، گھر کا معالج، اشرف باجی کے ٹوٹکے اور طبی مشورے ہیں۔ دسمبر کا شمارہ ”جوڑا نمبر“ خوبصورت ٹائمیل کے ساتھ جلوہ افروز ہوا مضامین بھی کافی جاندار تھے، خاص طور سے ابن وصی کی تحریر ”شریک حیات کی نفسیات کو سمجھیے“ بہت اچھی تھی۔

(مسز امجد سلیم۔ حیدرآباد)

فرنگ نامہ، عقل حیران ہے! سائنس خاموش ہے، آگیا ہسپتال اور عالم امروز میرے پسندیدہ سلسلے ہیں۔ روحانی ڈائجسٹ کا نیا سلسلہ ”اس ماہ“ ایک بالکل منفرد معلوماتی سلسلہ ہے۔

(ذاکر علی۔ لاہور)

روحانی ڈائجسٹ میں انفر ٹیلیٹی کے موضوع پر مضامین کا سلسلہ بہت پسند آیا۔ اس کے ذریعہ نہ صرف یہ کہ اس بیماری اور اس کے علاج سے آگہی مل رہی ہے بلکہ ہمارے معاشرے میں پھیلے ہوئے کئی غلط تصورات کی اصلاح بھی ہو رہی ہے۔

(سید عاقب علی۔ کراچی)

روحانی ڈائجسٹ ہمیں زندگی کے کئی شعبوں میں رہنمائی فراہم کرتا ہے۔ اس ماہ کے شمارے کا رنگ برنگ ٹائٹل خوشنماؤ دلکش اور دیدہ زیب ہونے کے

روحانی ڈائجسٹ کا بہترین جوڑا نمبر اس لحاظ سے بھی منفرد تھا کہ اس میں ازدواجی مسائل سے نجات کے لیے دعائیں دی گئی تھیں۔ کہتے ہیں کہ جب امید کے تمام در بند ہو جاتے ہیں تو دعا مسائل کے حل کی امید بن جاتی ہے۔ میرے شوہر مجھ پر اور بچوں پر توجہ نہیں دیتے تھے۔ میں نے بھی ڈائجسٹ میں تحریر دعائیں پڑھیں۔ اللہ نے بڑا کرم کیا۔ اب میرے شوہر بچوں اور گھر پر توجہ دینے لگے ہیں۔

(ریحانہ حمید۔ کراچی)

گھر کے بہت سے مسائل کا حل ہمیں اشرف باجی کے ٹوٹکوں سے مل جاتا ہے۔ کافی عرصے سے دو مسائل لال بیگ اور ریفریجریٹر کی پچھوندی سے پریشان تھی۔ اللہ کا شکر ہے کہ اشرف باجی کے بتائے ہوئے ٹوٹکوں سے میرے مسائل حل ہو گئے۔

(شبانہ شہزاد۔ کراچی)

میرے وزن میں اضافہ ہو رہا تھا اور گھٹنوں میں بھی شدید درد رہنے لگا۔ روحانی ڈائجسٹ میں یوگا کی مشقوں سے استفادہ کیا۔ تین ماہ میں جوڑوں کے درد سے نجات مل گئی ہے اور وزن میں بھی کمی آئی ہے۔

(محمد رحیل۔ راولپنڈی)

دسمبر کے شمارے میں فینگ شو کی کا سلسلہ شروع ہونے کا اشتہار شائع ہوا۔ اب انتظار ہے کہ جلد از جلد ڈائجسٹ موصول ہو جائے۔

روحانی ڈائجسٹ میں صحت کے مضامین اہل خانہ شوق سے بڑھتے ہیں اور ان سے صحت کے کئی مسائل آسانی گھر پر ہی حل ہو جاتے ہیں۔

(سمیع اللہ۔ پشاور)

”پاکستان کے حالات کب ٹھیک ہوں گے....؟“

مثلاً ہر بل ادویات پر بہت ریسرچ کی جا رہی ہے۔ اس کے علاوہ مراقبہ، یوگا، ریکی، ریکسولوجی، شیا تسو ایکو پنچر، فینگ شوئی جیسے طریقہ علاج سے بھی استفادہ کیا جا رہا ہے۔

(معز الدین۔ حیدر آباد)

میں گزشتہ کئی سال سے روحانی ڈائجسٹ کا قاری ہوں اس کے ہر شمارے میں دلچسپ اور مفید مضامین پڑھنے کو ملتے ہیں۔ 2013 کے شماروں میں عشق نمبر اور دُعا نمبر کو میں بہترین شمارے قرار دوں گا، امید ہے کہ سال 2014ء میں عشق نمبر جیسے مزید خصوصی شمارے پڑھنے کو ملیں گے۔ محترم خواجہ شمس الدین عظیمی، ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی اور روحانی ڈائجسٹ کی ساری ٹیم کو اتنے اچھے شمارے مرتب کرنے پر دلی مبارکباد....

(امتیاز علی۔ کراچی)

ساتھ ساتھ مقناطیسی کشش کا حامل تھا۔ اس کے مضامین پڑھ کر مجموعی تاثر یہ بنا کہ آج مادہ پرستانہ انداز فکر نے انسان کو پیغمبرانہ طرز فکر سے دور کر دیا ہے۔ ایسے وقت میں روحانی تعلیمات کا فروغ اشد ضروری ہے۔ نور الہی نور نبوت، صدائے جرس اور روحانی ڈاک میرے پسندیدہ مضامین ہیں۔

(عزیز احمد۔ کراچی)

روحانی ڈائجسٹ میں چند برس پہلے متبادل طریقہ علاج پر سلسلہ وار مضامین شائع ہوتے تھے۔ لیکن کچھ سال سے یہ سلسلہ محض یوگا اور ریکی پر مضامین تک ہی محدود ہو گیا۔ جنوری 2014ء کے شمارے میں فینگ شوئی کے متعلق پڑھ کر مجھے بہت خوشی ہوئی۔ موجودہ دور میں مروجہ طریقہ علاج میں بعض ادویات کے سائیڈ ایفیکٹس کی وجہ سے اب بہت سے معالجن متبادل علاج کی جانب متوجہ ہو رہے ہیں۔

روحانی ڈائجسٹ مارچ 2014 کا شمارہ



ٹیلی پیتھی نمبر ہو گا....

..... ٹیلی پیتھی کیا ہے....؟

..... انتقال خیال کی صلاحیت کیا ہر انسان میں ہوتی ہے....؟

..... کیا ہم ٹیلی پیتھی سیکھ کر اپنے خیالات دوسروں کو بھیج سکتے ہیں....؟

..... ٹیلی پیتھی کا تعلق روحانیت سے ہے یا سائنس سے....؟

..... بغیر کسی مادی وسیلہ کے انتقال خیال کے چند تاریخی واقعات....

صوفی بزرگ خواجہ شمس الدین عظیمی کی زیر ادارت

ماہنامہ

قلندر شعور

روحانی علوم سے دلچسپی اور اعلیٰ علمی ذوق رکھنے والے اساتذہ، دانشوروں
اور خواتین و حضرات کے لیے ہماری ایک اور علمی پیش کش

ایڈیٹر: حکیم سلام عارف عظیمی

ماہنامہ قلندر شعور میں آپ کے خواب، ان کی تعبیر، تجزیہ
اور مشورہ، سائنسی، علمی، ادبی، سماجی، آسمانی علوم
اور Ph.D کے مقالہ جات شائع ہو رہے ہیں۔

تازہ شمارہ منگوانے کے لیے بذریعہ فون یا خط رابطہ کریں۔

فون نمبر: 021-36912020

پتہ: B-54 سیکٹر C-4 سر جانی ٹاؤن، کراچی

بقا کا راستہ

دنیا کے کئی
معاشرہ میں اپنی
ثقافت اور اپنی زبان
سے تعلق کمزور
پڑ رہا ہے۔ اعلیٰ سماجی
روایات اور اقدار کو

یہ مضمون قلندر بابا اولیاءؒ کی کتاب ”لوح و قلم“ کے
چند مندرجات کی روشنی میں تحریر کیا گیا ہے....

وسائل کی فراوانی
اور آسائشوں کی بھرمار
کے باوجود موجودہ دور
میں انسانوں کو کئی
قسم کے تفکرات
اور پریشانیوں کے

کئی لوگ پرانے دور کی باتیں قرار دے رہے ہیں۔

تعلیم کے فروغ کے لیے بہت زیادہ کوششیں کی
جاری ہیں لیکن تعلیم کا مقصد صرف مادے کی تنحیج
اور معاش کا حصول بنالیا گیا ہے۔ انسان کے روحانی
تقاضے یکسر نظر انداز کر دیئے گئے ہیں۔

جدید نظام تعلیم ایسا نصاب مرتب نہیں کر رہا جس

میں انسان کی روحانی ضروریات کو
بھی مد نظر رکھا گیا ہو۔ روحانی
ضروریات کا خیال رکھنا تو ایک طرف مروجہ نظام ہائے
تعلیم میں اخلاقیات کے درس کا ہی مناسب طور پر خیال
نہیں رکھا جا رہا۔

مذہب سے انسانوں کی فلاح اور نجات کے لیے
فیض اٹھانے کے بجائے مذہبی جذبات کو سیاسی اقتدار
میں حصہ لینے کے لیے استعمال کیا جا رہا ہے۔

دنیا کے کئی خطوں میں مذاہب کے ماننے

باعث شدید ذہنی دباؤ کا سامنا ہے۔

مواصلاتی شعبے، میں میجر العقول ترقی اور معاشی
عموم میں اضافے کے باوجود دنیا سے غربت ختم نہیں
ہوئی۔ غربت اور بے روزگاری کی وجہ سے کئی
اور مسائل بھی پیدا ہو رہے ہیں۔

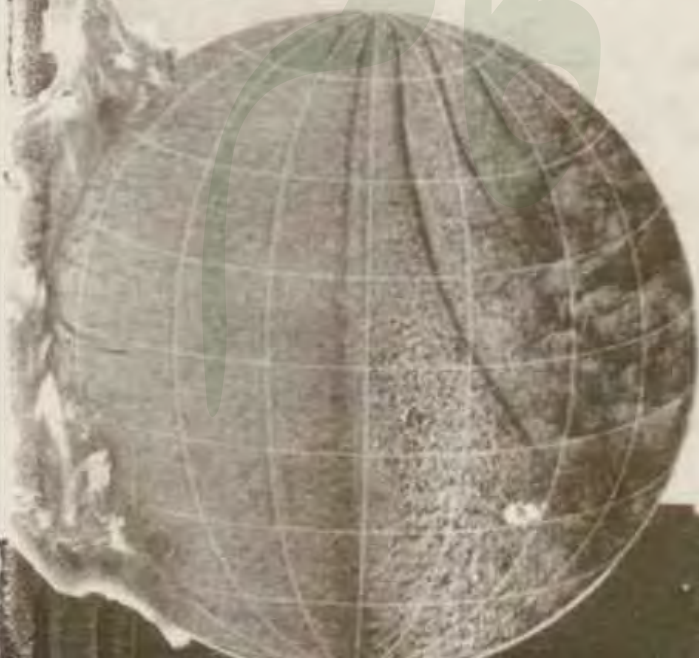
آگہی میں اضافے، ویکی نیشن، حفظان صحت
کے اصولوں پر وسیع پیمانے پر عمل
درآمد، جدید طبی آلات سے بروقت

تشخیص کے باوجود جسمانی اور نفسیاتی امراض روز بروز
پھیلنے جا رہے ہیں۔

معاشی دباؤ سماجی اقدار پر اثر انداز ہو رہا ہے۔
اس دباؤ کے نتیجے میں خاندان کا ادارہ متاثر ہوا ہے۔
جوانحت فیملی کا جگہ سنگل یونٹ طرز زندگی فروغ
پا رہا ہے۔ اس ماحول میں عزت و احترام والے رشتے
کئی لوگوں کی نظروں میں بے وقعت ہوتے جا رہے
ہیں۔ والدین اور اولاد میں دوریاں ہو رہی ہیں۔

بے شمار گھرانوں میں میاں بیوی کے رشتے میں
اعتماد اور ایثار میں کمی آرہی ہے۔

معاشرتی سطح پر استاد اور شاگرد کا تعلق کمٹ
منٹ اور فریضے سے ہٹ کر محض مالی مفاد کے حصول
کا ذریعہ بنتا جا رہا ہے۔ ایسا لگ رہا ہے کہ استاد کو شاگرد
کی تربیت سے کوئی غرض ہے ہی نہیں۔



والوں میں بھی برداشت اور رواداری کم ہو رہی ہے۔
کئی مسلمان ممالک میں شدت پسندی اور انتہا پسندی
میں اضافہ ہو رہا ہے۔

آبادی کے لحاظ سے دنیا کا دوسرا بڑا ملک بھارت
خود کو سیکولر ریاست کہتا ہے۔ سیکولر بھارت میں
شدت پسند ہندو لیڈر مذہبی انتہا پسندی کو تیزی سے
بڑھاوا دے رہے ہیں۔

ترقی یافتہ ممالک میں تہذیبوں میں تصادم کے
نظریے کو فروغ دیا جا رہا ہے۔ ان باتوں کے ذریعے
یورپ اور امریکہ میں اسلام فوبیا پھیلایا جا رہا ہے۔
بعض مغربی دانشوروں کا یہ طرز عمل کیا بجائے خود
شدت پسندی کی ایک مثال نہیں ہے۔

ان حقائق سے واضح ہوتا ہے کہ ترقی یافتہ
مغرب ہو یا روایت پسند مشرق، شدت پسندی کسی نہ
کسی شکل میں ہر جگہ بڑھ رہی ہے۔

یہ ہے موجودہ دور کا ایک عمومی منظر نامہ....

اس ماحول کے اثرات دنیا بھر میں عام آدمیوں
پر شدید ذہنی دباؤ کی شکل میں ظاہر ہو رہے ہیں۔ آج
کے دور میں ایک بات عمومی مشاہدے میں یہ آرہی
ہے کہ امیر ہوں یا غریب، اکثر لوگ بے سکون
اور پریشان ہیں۔

غریبوں کی پریشانی تو سمجھ میں آتی ہے کہ سخت
محنت کے باوجود کروڑوں لوگ بنیادی ضروریات بھی
حاصل نہیں کر پاتے۔ پیٹ بھر کر اچھی خوراک،
مناسب لباس، سرچھپانے کے لیے رہائش، بیمار
پڑ جانے پر علاج معالجے کی سہولیات، اپنے بچوں کے
لیے اچھی تعلیم، اس دنیا میں بننے والے کروڑوں
انسانوں کے لیے آج بھی ایک خواب ہی ہے۔

امیروں کے ساتھ یہ مسائل نہیں ہیں۔ اچھی
خوراک، قیمتی لباس، عالی شان رہائش، صحت اور تعلیم
کی بہترین سہولتیں ان کی دسترس میں ہیں۔

ان سب وسائل اور سہولتوں کے باوجود اکثر امیر
بھی بے سکون اور پریشان نظر آتے ہیں۔ اسٹریس،
ٹینشن، بے خوابی، ڈپریشن جیسے عارضے غریبوں میں
بہت کم اور خوش حال لوگوں میں زیادہ ہیں۔

سوال یہ ہے کہ جس کے پاس بہت دولت ہے وہ
بے سکون، پریشان اور ڈپریشن میں مبتلا کیوں ہے....؟
اس سوال کا جواب جاننے کے لیے ہمیں یہ
سمجھنا ہو گا کہ انسان کا اصل مسئلہ کیا ہے۔

آئیے....! اس سوال کا جواب ایک روحانی
عالم، ابدال حق، حضرت محمد عظیم برحق، قلندر بابا
اولیاء کے افکار اور تعلیمات سے حاصل کرنے کی
کوشش کرتے ہیں۔

کسی بھی مسئلے کا جواب ڈھونڈنا ہو تو سب سے
پہلے مسئلے کی نوعیت کو سمجھنا ضروری ہے۔ مسئلے کی
نوعیت جان لینے کے بعد یہ سمجھنا ضروری ہوتا ہے کہ
یہ مسئلہ پیدا کیوں ہوا....؟

کیا آج کے دور میں انسان کا اصل مسئلہ
بے سکونی یا ڈپریشن ہے یا یہ بے سکونی اور ڈپریشن خود
کسی مسئلے کا نتیجہ ہے....؟

معاملات کو روحانی بزرگوں کے اندازِ نظر سے
دیکھا جائے تو واضح ہوتا ہے کہ آج انسان کو درپیش
کئی مسائل کی ایک وجہ یہ ہے کہ وہ خود اپنی حقیقت
سے ٹھیک طرح واقف نہیں ہے۔

سائنس داں ہوں، دانشور ہوں یا فلسفی، انسانی
وجود کو سمجھنے میں فکر کی محدودیت اور نظر کی کوتاہی



میں مبتلا ہوں تو درست نتیجے تک نہیں پہنچ سکتے۔ بعض حضرات کی فکر کی محدودیت اور نظر کی کوتاہی کی بڑی وجہ صرف اپنی عقل پر انحصار اور اپنے نتائج فکر پر اصرار ہے۔

عقل قدرت کی طرف سے انسان کو عطا کی جانی والی ایک بہت بڑی نعمت ہے۔ یہ عقل ہی تو ہے جس کی وجہ سے انسان نت نئی دریافتیں کر رہا ہے۔ ہزاروں سال پہلے پیپے کے ابتدائی استعمال سے لے کر اکیسویں صدی کی حیران کن ٹیکنالوجی، یہ سب عقل کے استعمال کے نتائج ہی ہیں لیکن یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ عقل ہر مقام پر انسان کا ساتھ نہیں دے پاتی۔ سائنس و ٹیکنالوجی کے کمالات عقل کی وجہ سے ہی ظاہر ہوئے لیکن تمام تر ٹیکنالوجی کے باوجود بھی انسان بے سکون اور پریشان ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ محض عقل کا استعمال انسان کے سکون اور نجات کا ضامن نہیں ہے۔

انسانوں کی فلاح اور نجات کے لیے عقل کو خود بھی رہنمائی کی ضرورت ہے۔ اس مادی دنیا میں قدرت کی نشانیوں میں غور و فکر (ریسرچ) کے دوران عقل کو چند ضابطوں کا پابند رہنا بھی لازم ہے۔ اس کائنات کے خالق اللہ وحدہ لا شریک نے انسان کی تخلیق بہت عمدہ طور پر کی ہے اور خود اللہ نے انسان کو احسن تقویم قرار دیا ہے۔

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ
ترجمہ: ہم نے انسان کو بہترین خلق کیا۔ [سورہ العنکبوت]
احسن تقویم کی ایک تشریح یہ ہے کہ اپنی جسامت کے لحاظ سے انسان اس کائنات کی حسین ترین مخلوق ہے لیکن احسن تقویم کا مطلب صرف

جسامت تک ہی محدود نہیں ہے۔ انسان کو جو جسمانی اور ذہنی صلاحیتیں عطا کی گئی ہیں وہ بھی احسن تقویم کا ہی حصہ ہیں۔

اللہ تعالیٰ نے انسان کو علم الاسماء عطا فرمایا ہے۔ انسان اس علم سے زیادہ سے زیادہ استفادہ کر سکے، اس علم کو اپنی نوع اور دوسری مخلوقات کی بہتری کے لیے خوب استعمال کر سکے، علم الاسماء کے ذریعے اپنے خالق اپنے ایک اللہ وحدہ لا شریک کو پہچان سکے، ان مقاصد کے لیے اللہ تعالیٰ نے انسان کو سوچنے سمجھنے، تجزیہ کرنے، فیصلہ کرنے کی صلاحیتیں عطا کی ہیں۔

انسان کو وہ ضروری صلاحیتیں عطا کی گئی ہیں جن کے ذریعہ انسان عالم اور عارف بن سکے۔ اس سفر میں انسان کی عقل اس کی مددگار رہتی ہے۔ عقل کو درست سمت سے باخبر رکھنے کے لیے قدرت نے رہنمائی کا ایک عالی شان نظام قائم کیا ہے۔

اس نظام کے کئی مدارج ہیں۔ انسان کو اس کے باطن سے بھی مدد فراہم کی جا رہی ہے اور خارج سے بھی رہنمائی عطا کی گئی ہے۔

وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ۖ فَأَلْهَمَهَا
فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ۖ

ترجمہ: قسم ہے نفس کو بنانے اور اس کو سنوانے کی، انسان کو ودیعت کر دیا گیا ہے کہ برائی کیا ہے اور اچھائی کیا ہے۔ [سورہ الشمس: 108-107]

باطن سے ملنے والی رہنمائی کو عام طور پر ”ضمیر“ کہا جاتا ہے۔ انسان کے باطن سے ملنے والی یہ مدد انفرادی رہنمائی کی ایک شکل ہے۔

انسان کی رہنمائی کا وسیع ترین نظام جس چینل

کے ذریعے قائم کیا گیا نہ ہی اصطلاح میں اسے وحی کہا گیا ہے۔ اللہ تعالیٰ اپنا پیغام بعض مخصوص ہستیوں یعنی اپنے انبیاء پر نازل فرماتے تھے۔ انبیاء وہ پیغام انسانوں تک پہنچاتے تھے۔

نوع انسانی کی رہنمائی اور ہدایت کے لیے ابوالبشر نبی اول حضرت آدم علیہ السلام تا خیر البشر نبی آخر حضرت محمد ﷺ پر وحی نازل ہوتی رہی۔ خاتم النبیین حضرت محمد ﷺ پر یہ وحی اختتام کو پہنچی۔

اس کا مطلب یہ ہے کہ اللہ کی طرف سے انسانی عقل کے لیے وحی کے ذریعے حتمی اشارے مقرر کر دیئے گئے ہیں۔ انسانوں کو خالق کائنات کی مرضی، اس کے پسندیدہ راستے سے آگاہ کیا چکا ہے۔ اس راستے پر چلنے کے قوانین بتا دیئے گئے ہیں۔ اب قیامت تک ہر دور میں آنے والے انسانوں کو اس زمین پر اپنے لیے حصول معاش کی جدوجہد میں، علم و فنون کے میدانوں میں، سیاست، معیشت و معاشرت کے تمام شعبوں میں اپنی عقل استعمال کرتے ہوئے ترقی کرنی ہے۔ انسان کی ان کوششوں میں عقل کا استعمال اللہ تعالیٰ کی جانب سے ملنے والی رہنمائی یعنی وحی کے تابع رہنا چاہیے۔

انسانی وجود جسم اور روح سے مرکب ہے۔ مادی تقاضوں کی طرح انسان کے روحانی تقاضے بھی ہیں۔ انسان کو مادی تقاضوں کو سمجھنے کی صلاحیتوں کے ساتھ ساتھ روحانی تقاضوں کو سمجھنے کی صلاحیتیں بھی عطا کی گئی ہیں۔ مادی اور روحانی تقاضوں کی تفہیم اور تکمیل کے لیے انسان کو عقل اور وجدان سے نوازا گیا ہے۔

اس دنیا میں متوازن زندگی گزارنے کے لیے ضروری ہے کہ انسان کی عملی زندگی میں عقل و ضمیر ساتھ ساتھ چلیں۔

ضمیر کو روشنی قدرت کی طرف سے مقرر کردہ باطنی ذرائع سے ملتی ہے جبکہ عقل مادی ذرائع سے روشنی حاصل کرتی ہے۔ ضمیر کا تعلق باطنی حواس سے اور عقل کا تعلق مادی حواس سے ہے۔ باطنی حواس سمٹوں سے ماوراء بہت دور تک رسائی رکھتے ہیں۔ مادی حواس میں محدودیت پائی جاتی ہے۔

اس دنیا میں پر سکون زندگی بسر کرنے کے لیے، اپنی زمین کو نوع انسانی اور اللہ کی دوسری مخلوقات کے لیے ایک بہتر مقام بنانے کے لیے ضروری ہے کہ انسان اللہ تعالیٰ کی مرضی اور منشاء سے واقف ہو اور اپنی فکر اور عقل کو خوشی خوشی اللہ کی مرضی کے تابع رکھے۔

کائنات میں سورج ستارے اور کائنات کے دوسرے ارکان اللہ کے بنائے ہوئے نظام میں بخوشی اپنے اپنے کاموں میں لگے ہوئے ہیں۔

ارشاد باری تعالیٰ ہے

فَقَالَ لَهَا وَلِلْأَرْضِ ائْتِيَا طَوْعًا أَوْ كَرْهًا
قَالَتَا أَتَيْنَا طَائِعِينَ ○

ترجمہ: اور اللہ نے آسمان و زمین سے فرمایا کہ دونوں آؤ (خواہ) خوشی سے خواہ ناخوشی سے۔ انہوں نے کہا کہ ہم خوشی سے آتے ہیں۔ [سورہ حم سجدہ: 11]
انسان نے رضامندی کے ساتھ قدرت کے اصولوں پر عمل پیرا رہنے کے بجائے قدرت سے تصادم کی راہ اپنائی ہے۔ سائنس و ٹیکنالوجی کی بے مثال ترقی کے اس دور میں انسان کے پاس



سہولتوں اور آسائشوں کی کوئی کمی نہیں ہے اس کے باوجود آج کا انسان ہر دور سے زیادہ پریشان ہے۔ آج کے دور میں لوگ ضرر رساں بیماریوں میں پہلے سے زیادہ مبتلا ہو رہے ہیں۔ اسٹریس، ٹینشن، ڈپریشن، ذیابیطس، امراض قلب، جگر اور گردوں کی بیماریوں، کنسیر، ایڈز جیسے امراض نے چاند پر کمند ڈلنے والی ترقی یافتہ نوع انسانی کو بری طرح جکڑ رکھا ہے۔

سائنسی ترقی سے ملنے والی آگہی کو توحید پر ایمان کی چٹنگی اور ٹیکنالوجی کے ذریعے ملنے والی آسائشوں کو خالق کائنات کے شکر کا ذریعہ بننا چاہیے تھا لیکن وحی کی اطاعت کے بغیر محض عقل کے استعمال کی وجہ سے ٹیکنالوجی کی ترقی کے باوجود آج انسان کو خطرناک بیماریوں سمیت کئی مصائب کا سامنا ہے۔

انسانوں کی اس غلط روش اور اس کے غلط نتائج کو سلسلہ عظیمیہ کے امام حضرت محمد عظیم برخیا، قلندر بابا اولیاء نے ان الفاظ میں واضح کیا ہے۔

”انبیاء کو نہ ماننے والے فرقے توحید کو ہمیشہ اپنے قیاس میں تلاش کرتے رہے چنانچہ ان کے قیاس نے غلط رہنمائی کر کے ان کے سامنے غیر توحیدی نظریات رکھے ہیں اور یہ نظریات کہیں کہیں دوسرے فرقوں کے غلط نظریات سے متصادم ہوتے رہتے ہیں۔ قیاس کا پیش کردہ کوئی نظریہ کسی دوسرے نظریہ کا چند قدم ضرور ساتھ دیتا ہے مگر پھر ناکام ہو جاتا ہے۔ توحیدی نقطہ نظر کے علاوہ نوع انسانی کو ایک ہی طرز فکر پر مجتمع کرنے کا کوئی اور طریقہ نہیں ہے۔“ [لوح و قلم]

اس دنیا میں انسان کی حیثیت ایک امین کی ہے۔ انسان کو یہ زمین بطور امانت دی گئی ہے۔ انسان کی

تخلیق اس لیے کی گئی ہے کہ وہ اپنے خالق یعنی اللہ کا فرماں بردار اور عبادت گزار بن کر خلیفۃ فی الارض کا منصب سنبھالے۔

خلیفۃ فی الارض کی ذمہ داریاں نبھانے کے لیے انسان کو تصرف کی صلاحیت و قابلیت اور وسیع اختیارات سے نوازا گیا ہے۔ ان صلاحیتوں اور اختیارات کو استعمال کرنے کے لیے انسان کو عقل، وجدان اور ضمیر عطا کئے گئے۔ عقل انسان کو صحیح راستے پر رکھے اس مقصد کے لیے انسان کو وحی کے ذریعے رہنمائی فراہم کی گئی۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ زمین پر انسان کی ایک ایک ضرورت کا خیال رکھا گیا اور اسے گمراہی سے بچانے کے لیے داخلی اور خارجی سطح پر (ضمیر اور وحی کے ذریعے) ہدایات کا انتظام کیا گیا۔

اس کے ساتھ ساتھ انسان کو یہ بھی بتا دیا گیا کہ یہ دنیا ایک امتحان ہے۔ ہر انسان کو یہاں اپنی گار گزاری کا حساب دینا ہے، پوچھے گئے سوالوں کا جواب دینا ہے۔ اپنے اعمال کے نتائج دیکھنا ہیں۔

اچھے عمل کا نتیجہ خوش گوار ہو گا، برے عمل کا نتیجہ تکلیف دہ ہو گا۔ واضح رہے کہ اعمال کے نتائج قیامت پر ہی موقوف نہیں ہیں۔ یہ نتائج اس دنیا میں بھی ظاہر ہوتے رہتے ہیں۔ اس مادی دنیا میں نتیجہ سامنے آنے کا ایک نام ”مکافات عمل“ بھی ہے۔

مثال کے طور پر ایک آدمی نے کسی پر کوئی ظلم کیا، اسے تکلیف اور اذیت پہنچائی۔ متاثرہ شخص اپنے اوپر اس ظلم کو روک نہ سکا۔ کچھ عرصہ بعد ایسے حالات ہو گئے ظالم شخص خود ایسے حالات میں پھنس گیا جس میں اس نے دوسرے کو پھنسا یا تھا۔

پاکستانی قوم نے تو اپنے کئی لیڈروں اور حکمرانوں



کو مکافات عمل کی عملی تفسیر بنتے دیکھا ہے۔

نتیجہ کا عمومی مطلب یہ ہے کہ ہر عمل اپنا ایک نتیجہ رکھتا ہے۔ عمل صرف کسی کام کا نام نہیں ہے بلکہ عمل کا مطلب ہے حرکت اور نیت۔

کسی کام کو کرتے وقت انسان کی نیت اس عمل کے حتمی نتیجے کا تعین کرتی ہے۔ عمل ایک ظاہری حرکت ہے، نیت کا تعلق انسان کے باطن سے ہے۔

عمل کو عقل سے تحریک اور ضمیر سے رہنمائی ملتی رہے تو اس کام کا نتیجہ خیر پر مبنی اور خوش گوار ہو گا۔

آج کے انسان کو درپیش مصائب اور مشکلات کا سبب یہ ہے کہ انسان نے وحی کے ذریعے ملنے والی رہنمائی کو نظر انداز کر کے محض اپنی عقل پر انحصار کر لیا ہے۔

مادہ پرستی کے زیر اثر انسان خود اپنے ضمیر کی آواز بھی نہیں سن رہا۔ دنیا میں ترقی کی خاطر موجودہ دور کی کئی انسانی کوششیں اللہ کی خوشنودی سے منسلک نہیں ہیں۔

ایسے ہی لوگوں کے بارے میں قرآن بتاتا ہے کہ
قُلْ هَلْ نُنَبِّئُكُمْ بِالْأَخْسَرِينَ أَعْمَالًا
الَّذِينَ ضَلَّ سَعْيُهُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَهُمْ
يَحْسَبُونَ أَنَّهُمْ يُحْسِنُونَ صُنْعًا

ترجمہ: دیکھو تمہیں (ان لوگوں کے بارے میں) بتائیں جو اعمال کے لحاظ سے بڑے نقصان میں ہیں۔ یہ وہ لوگ ہیں جن کی کوششیں دنیا کی زندگی میں برباد ہو گئی لیکن یہ لوگ یہ سمجھے ہوئے ہیں کہ (وہ تو بہت) اچھے کام کر رہے ہیں۔

[سورہ کہف: 104-103]

آج کے دور میں انسانوں کے اقتصادی اور معاشرتی بیشتر معاملات، جھوٹے تصورات میں

جھٹلایے ہی لوگوں کے ہاتھوں میں نہیں ہیں....؟

دنیا کے بڑے بڑے معاملات کے ذمہ دار لوگوں کی بدنیتی اور اعمال اس دنیا کو تباہی کی طرف اور انسانوں کو پریشانی اور بے سکونی کی طرف لے جا رہے ہیں۔

وحی کی رہنمائی سے عاری انسانوں کی عقلی تحریکات اپنے منفی نتائج کی وجہ سے مایوسی پھیلا رہی ہیں۔ یہ مایوسی انسان کے لیے تباہی و بربادی لے آئے گی۔ نوع انسانی کو ان ہولناک نتائج سے بچانا ہے تو دانشوروں اور لیڈروں کو وحی سے رہنمائی لینے ہو گی، ضمیر کی آواز سننا ہو گی۔

قلندر بابا اولیاء فرماتے ہیں

”آج کی نسلیں گزشتہ نسلوں سے کہیں زیادہ مایوس ہیں اور آئندہ نسلیں اور بھی زیادہ مایوس ہونے پر مجبور ہوں گی۔ نتیجہ میں نوع انسانی کو کسی نہ کسی وقت نقطہ توحید کی طرف لوٹنا پڑ گیا تو بجز اس نقطہ کے نوع انسانی کسی ایک مرکز پر کبھی جمع نہیں ہو سکے گی۔“

انسانوں کا تحفظ اور نجات اس کائنات کے خالق و مالک اللہ وحدہ لا شریک کی فرمانبرداری میں اور اللہ کی بنائی ہوئی فطرت سے تعاون کرنے میں ہے۔

انسانوں کو آگاہ کرتے ہوئے قلندر بابا اولیاء فرماتے ہیں

”مستقبل کے خوفناک تصادم، چاہے وہ معاشی ہوں یا نظریاتی، نوع انسانی کو مجبور کر دیں گے کہ وہ بڑی سے بڑی قیمت لگا کر اپنی بقا تلاش کرے اور بقا کے ذرائع قرآنی توحید کے سوا کسی نظام حکمت سے نہیں مل سکتے۔



امام سلسلہ عظیمیہ

حضور قلندر بابا اولیاءؒ فرماتے ہیں:

”اگر انسان اپنی توقعات مخلوق سے
وابستہ کرنے کے بجائے اللہ تعالیٰ
کے ساتھ قائم کر لے تو اس کو سکون
مل جاتا ہے۔“

**MURAQBA HALL
MANCHESTER**
Contact: Shaukat Ali

قلندرِ اولیاءِ قلندر



وہ خود ہی ناؤ خود سمندر
مکان بھی لامکان کے اندر
وہ بابا اولیاء قلندر
قلندر اولیاء قلندر

رہیں اک ساتھ آگ پانی
پس الفاظ ہیں معانی
نشاں کا نام بے نشانی
شریک موت، زندگانی
ہیں یکساں عشق یا قلندر
قلندر اولیاء قلندر

محبت، سائبان جیسی
خوشی، ترجمان جیسی
ہوا بھی بادبان جیسی
زمیں بھی آسمان جیسی
پتہ توحید کا قلندر
قلندر اولیاء قلندر

منظر وارثی

وہ روحانی سفر کا راہی
خدا کی شان کی گواہی
پناہیں اس کی بے پناہی
فقیری اس کی، بادشاہی
متاع بے بہا قلندر
قلندر اولیاء قلندر

جب اپنے دل کے پار اُترا
کثافت کا غبار اُترا
چپڑھا تھا جو خسار، اُترا
لباس اختیار اُترا
تو کہلانے لگا قلندر
قلندر اولیاء قلندر

امام سلسلہ عظیمیہ

حضور قلندر بابا اولیاءؒ فرماتے ہیں:

”اللہ تعالیٰ تک پہنچنے کا قریب

ترین راستہ اللہ کی مخلوق کی

خدمت کرنا ہے“....

MURAQBA HALL
BEHRAIN

قلندر بابا اولیاءؒ کی ذات بابرکات علم و عرفان اور اسرار و رموز کا لامتناہی سمندر ہے۔ آپؒ نے روحانی علوم کو جدید ذہن کے مطابق سادہ انداز میں پیش کیا۔ قلندر بابا اولیاءؒ کی تعلیمات ہمارے اندر اٹھنے والی تحریکات کو مثبت رخ دینے میں معاون ثابت ہو سکتی ہیں ان تعلیمات پر عمل کر کے درست، مثبت، ولولہ انگیز اور پُر خلوص خیالات کے ساتھ کائنات کے لیے اپنے انفرادی و اجتماعی کردار کو ادا کرنے کی کوشش کی جاسکتی ہے۔ قلندر بابا اولیاءؒ کی تعلیمات کا فہم حاصل کرنے میں آپؒ کے اقوال و ارشادات سے بڑی مدد مل سکتی ہے۔



فرامیر قلندر

آئیے! چند موتیوں سے فیضیاب ہوتے ہیں....

- ①.... آدمی آدمی کی دوا ہے۔
- ②.... عرفان الہی حاصل کرنے کی پہلی منزل ایمان ہے۔
- ③.... انسان کیا ہے؟ انسان صرف خیالات کی لہریں ایک ترتیب میں جمع ہو جانے کا نام ہے۔
- ④.... اللہ کی مخلوق کی خدمت اللہ تک پہنچنے کا آسان اور قریبی راستہ ہے۔
- ⑤.... جو اللہ کو جانتا ہے پہچانتا ہے۔ وہ اللہ کی صفات کا عارف ہے۔ ایسا بندہ عوام کی طرح رہتا ہے اور عوام کی خدمت کرتا ہے۔
- ⑥.... محبت سے بڑھ کر کوئی چیز نہیں ہے اسی کی بدولت انسان کو سب کچھ ملتا ہے۔
- ⑦.... با ادب با نصیب۔ بے ادب بے نصیب۔ سالک کی زندگی کے لئے مشعل راہ ہے۔
- ⑧.... سلوک کے راستے پر گامزن رہنے کے لئے ضروری ہے کہ علوم کے حصول اور ترقی کو اللہ کی دی ہوئی توفیق سمجھا جائے۔
- ①.... جو قوم کائناتی قدروں کا مشاہدہ نہیں کرتی اس کی فہم کائناتی علوم تک نہیں پہنچی۔ اس وضع کی قوم ہزاروں سال کی عمر پانے کے باوجود پالنے کا بچہ ہی رہے گی۔
- ②.... ایسے کام کریں کہ آپ خود سے مطمئن ہوں۔ آپ کا ضمیر مردہ نہ ہو جائے اور یہی وہ راز ہے جس کے ذریعے آپ کی ذات دوسروں کے لیے رہنمائی کا ذریعہ بن سکتی ہے۔
- ③.... ہر آدمی اپنی جنت اور دوزخ اپنے ساتھ لیے پھرتا ہے۔ اس کا تعلق طرز فکر سے ہے۔ طرز فکر انبیاء کرام علیہم السلام کے مطابق ہے تو آدمی کی ساری زندگی جنت ہے۔ طرز فکر میں ابلیسیت ہے تو تمام زندگی دوزخ ہے۔
- ④.... سلسلہ عظیمیہ تمام نوع انسانی کو متحد ہو کر اللہ کی رسی کو مضبوط پکڑ لو اور آپس میں تفرقہ نہ ڈالو کے پلیٹ فارم پر جمع ہونے کی دعوت دیتا ہے۔
- ⑤.... شک کو دل میں جگہ نہ دیں۔ جس فرد کے

دل میں شک جاگزیں ہو، وہ عارف کبھی نہیں ہو سکتا۔
اس لیے شک شیطان کا سب سے بڑا ہتھیار ہے جس کے ذریعے وہ آدم زاد کو اپنی روح سے دور کر دیتا ہے۔

④.... من سے دوستی کا رشتہ مستحکم کرنے کے بعد ہمارا انزہمیں راستہ دکھاتا ہے۔ یہاں ہمارا نہ کوئی دشمن ہے اور نہ کوئی دوست ہے۔ ہم خود ہی اپنے دوست ہیں اور خود ہی اپنے دشمن ہیں۔

⑤.... کسی بھی مذہب یا مسلک کے بڑوں، بزرگوں یا رہنماؤں کو کبھی برا مت کہو۔ یہی وہ اخلاقِ حسنہ ہے جس کی تعلیم سیدنا حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام نے ہمیں دی ہے۔

⑥.... جب تک آدمی کے یقین میں یہ بات رہتی ہے کہ چیزوں کا موجود ہونا یا عدم میں چلے جانا اللہ کی طرف سے ہے، اس وقت تک ذہن کی مرکزیت قائم رہتی ہے اور جب یہ یقین غیر مستحکم ہو کر ٹوٹ جاتا ہے تو آدمی ایسے عقیدے اور ایسے وسوسوں میں گرفتار ہو جاتا ہے جس کے نتیجے میں ذہنی انتشار پیدا ہوتا ہے۔

⑦.... جس معاشرے میں خلوص اور محبت کا پہلو نمایاں ہوتا ہے وہ معاشرہ پرسکون رہتا ہے اور جس معاشرے میں بیگانگی اور نفرت کا پہلو نمایاں ہوتا ہے اس معاشرے کے افراد ذہنی خلفشار اور عدم تحفظ کے احساس میں مبتلا رہتے ہیں۔

⑧.... کسی کی ہنسی نہ اڑائیے کہ اس سے آدمی احساس برتری میں مبتلا ہو جاتا ہے اور احساس برتری آدمی کے لیے ایسی ہلاکت ہے جس ہلاکت میں ابلیس مبتلا ہے۔

⑨.... تمہیں کسی کی ذات سے تکلیف پہنچ جائے تو

اسے بلا توقف معاف کر دو، اس لیے کہ انتقام بجائے خود ایک صعوبت ہے۔ انتقام کا جذبہ اعصاب کو مضحک کر دیتا ہے۔

⑩.... معاشرے میں سکون برقرار رکھنے کے لیے دوسروں کی غلطیاں معاف کر دینی چاہئیں۔ دوسروں کے عیوب پر پردہ ڈالنا چاہیے۔

⑪.... انسان کی یہ عادت ہے کہ وہ گفتگو میں بہت زیادہ مبالغہ آرائی اور استعارے سے کام لیتا ہے۔ یہاں تک کہ اگر کسی آدمی کی تعریف کرنا مقصود ہوگی تو اسے عرش تک پہنچا دے گا اور جب اس سے ناراض ہو جائے گا تو اسی آدمی کو فرش نہیں بلکہ تحت الثریٰ میں لے جانے کی کوشش کرے گا

⑫.... غصے کی آگ پہلے غصہ کرنے والے کے خون میں ارتعاش پیدا کرتی ہے اور اس کے اعصاب متاثر ہو کر اپنی انرجی ضائع کر دیتے ہیں۔ اس کے اندر قوتِ حیات ضائع ہو کر دوسروں کو نقصان پہنچاتی ہے۔ اللہ تعالیٰ نوعِ انسانی کے لئے کسی قسم کے نقصان کو پسند نہیں فرماتے

⑬.... ہر شخص کو چاہیے کہ کاروبارِ حیات میں مذہبی قدروں، اخلاقی و معاشرتی قوانین کا احترام کرتے ہوئے پوری پوری جدوجہد اور کوشش کرے، لیکن نتیجے پر نظر نہ رکھے۔ نتیجہ اللہ کے اوپر چھوڑ دے۔

⑭.... اولاد کی محبت بلاشبہ قدرتی عمل ہے لیکن اولاد کی محبت اگر خدا کی محبت پر غالب آجائے تو اولاد فتنہ بن جاتی ہے۔ اولاد سے محبت اس لئے کرو کہ اللہ تعالیٰ نے اولاد دی ہے۔

⑮.... نظر کرنا، کسی ایک نقطے پر ذہن کو مرکوز کرنا اور یکسوئی کے ساتھ اللہ کی نشانیوں میں غور کرنا

مراقبہ ہے۔

④.... انسان کے اندر ساڑھے گیارہ ہزار صلاحیتیں موجود ہیں۔ کسی ایک صلاحیت پر بھی ذہن کو مرکوز کرنا اور اللہ تعالیٰ کی صفت کو ڈھونڈنا اور تلاش کرنا مراقبہ ہے۔

⑤.... اسلام، سائنس اور ریسرچ میں کہیں بھی ٹکراؤ نہیں ہے۔ یہ تینوں باہم مربوط ہیں۔ سینکڑوں مسلم سائنسدانوں نے قرآن میں موجود مخفی علوم اور انوار سے استفادہ کر کے سائنسی ترقی میں اہم کردار ادا کیا ہے۔

⑥.... قرآن پاک کے دو پروگرام ایک دوسرے سے قریب ہیں۔ ایک صلوٰۃ کا پروگرام... جس کا مقصد یہ ہے کہ انسان ہر وقت اللہ کو اپنے قریب محسوس کرے اور دوسرا زکوٰۃ کا پروگرام ہے جس کا منشاء مخلصانہ اور بے لوث خدمتِ خلق ہے۔ تصوف میں اسی کیفیت کو ”جمع“ کہتے ہیں یعنی وہ کیفیت جس میں انسان ہر وقت اللہ اور اللہ کی مخلوق دونوں کے ساتھ رہتا ہے۔ کسی عارف حق کے لئے جمع پہلی منزل ہے۔

⑦.... قرآن پاک کے معنی اور مفہوم پر غور کرنے سے بندے کے اندر روحانی صلاحیتیں بیدار ہو جاتی ہیں۔ دماغ کے اندر کروڑوں CELLS کھل جاتے ہیں اور انسان باطنی دنیا کی طرف متوجہ ہو جاتا ہے۔ جب کوئی بندہ قرآن پاک کی تلاوت کرتا ہے تو دراصل وہ بندہ اللہ سے ہم کلام ہوتا ہے۔

⑧.... کسی شخص کو یہ زیب نہیں دیتا کہ وہ کسی دوسرے کو کمتر سمجھے۔ تخلیقی پروگرام کے تحت خواہ وہ مرد ہو یا عورت، بچہ ہو یا بوڑھا سب اللہ کے نزدیک برابر ہیں۔ نہ کوئی چھوٹا ہے نہ کوئی بڑا....

تخلیقی پروگرام میں ہر شخص کا ایک خاص کردار متعین ہے۔ خدا پر ہیز گاروں کو دوست رکھتا ہے۔ بڑائی صرف اُس کو زیب دیتی ہے جو اللہ سے قریب ہو۔

⑨.... الہامی تعلیمات کو نہ ماننے والے ہمیشہ اپنے قیاس پر چلتے رہے، ان کے قیاس نے ان کی غلط رہنمائی بھی کی ان کے نظریات کہیں کہیں دوسرے نظریات سے متصادم ہوتے رہتے ہیں، قیاس کا پیش کردہ کوئی نظریہ کسی دوسرے نظریہ کا چند قدم ضرور ساتھ دیتا ہے مگر پھر ناکام ہو جاتا ہے۔ توحیدی نقطہ نظر کے علاوہ نوع انسانی کو ایک ہی طرز فکر پر مجتمع کرنے کا کوئی اور طریقہ نہیں ہے۔

⑩.... قرآن کے علوم اُس بندے پر منکشف نہیں ہوتے جس کے دل میں اللہ کی ذات کے بارے میں شک ہو۔ قرآن اُن لوگوں کو ہدایت دیتا ہے جو متقی ہیں اور متقی کے دل میں شک نہیں ہوتا۔

⑪.... ہر انسان کو اللہ تعالیٰ نے ایک صلاحیت دی ہے جو اُس کی رہنمائی کرتی ہے۔ جس کے تحت وہ اچھائی اور بُرائی، خیر اور شر میں تمیز کرتا ہے۔ اس صلاحیت کو نورِ باطن یا ضمیر کہتے ہیں۔ ضمیر کی رہنمائی کو قبول کرنے یا رد کرنے کے لئے اللہ تعالیٰ نے انسان کو باختیار بنایا ہے۔ اس لئے انسان کو ضمیر کی تحریکات کو سمجھ کر رہنمائی قبول کرنی چاہئے۔

⑫.... خوشی اسی وقت حاصل ہوتی ہے جب آدمی ہر حال میں اللہ کا شکر ادا کرے۔ جو حاصل ہے اس پر صبر و شکر کے ساتھ قناعت کرے اور جو چیز میسر نہیں اس کا شکوہ نہ کرے۔ ہر حال میں خوش رہنے سے بندہ راضی بہ رضا ہو جاتا ہے۔



حضورِ پاک ﷺ نے فرمایا:

جب اللہ تعالیٰ کسی بندہ سے محبت کرتا ہے تو جبرائیلؑ کو پکارتا ہے کہ اللہ فلاں شخص سے محبت کرتا ہے تو بھی ان سے محبت رکھ۔ یہ سن کر جبرائیلؑ سارے آسمان والوں اور فرشتوں میں یہ اعلان کر دیتے ہیں کہ فلاں شخص اللہ سے محبت رکھتا ہے تم بھی اس سے محبت رکھو.... اب سارے آسمان والے فرشتے بھی اس سے محبت رکھنے لگتے ہیں۔ اس کے بعد وہ زمین میں بھی (بندگانِ خدا) کا محبوب ہو جاتا ہے۔

(مسلم شریف)

عظیم خواجہ فرٹیلائیزر

ایم۔ اے جناح روڈ، سانگھڑ

رابطہ: شوکت علی

فون نمبر: 0345-3729979

بیماریوں کا تعلق ذہن سے ہے

(Depression) یعنی افسردگی بد دلی، ملال، قلق اور غمزدگی اور (Anxiety) یعنی بے وجہ کے اندیشے، تشویش اور ذہنی پریشانی میں مبتلا رہنا، (Tension) یعنی اعصابی تناؤ کشیدگی (Psychometric) شیزوفرینیا وغیرہ ہیں۔

اس کے علاوہ بہت سے سائیکوینک امراض بھی عام ہو چکے ہیں۔

ذہنی امراض کا ہماری جسمانی و ذہنی صحت پر کیا اثر ہوتا ہے آئیے ایک جائزہ لیتے ہیں۔

ڈپریشن

ڈپریشن اتنی عام بیماری ہے کہ بچے بھی اس کا مفہوم سمجھنے لگے ہیں۔ ہم کسی بھی بات پر افسردہ ہوں تو کہتے ہیں کہ ”بہت ڈپرئس ہو رہے ہیں“ روزمرہ زندگی میں اکثر ایسے واقعات ہوتے ہیں جو ہمیں افسردہ

انسانی جسم ہمیشہ سے دماغ کے تابع ہے۔ دماغ کے معمولات میں اگر فرق آتا ہے یا انسانی جذبات میں ہیجان اور شدت پیدا ہو تو انسانی جسم کئی بیماریوں میں مبتلا ہو جاتا ہے۔

ماہرین صحت کا کہنا ہے کہ جسمانی صحت کی طرح ذہنی صحت ایسی حقیقت ہے جو ہر رنگ، نسل، طبقے اور

مشکور الرحمن

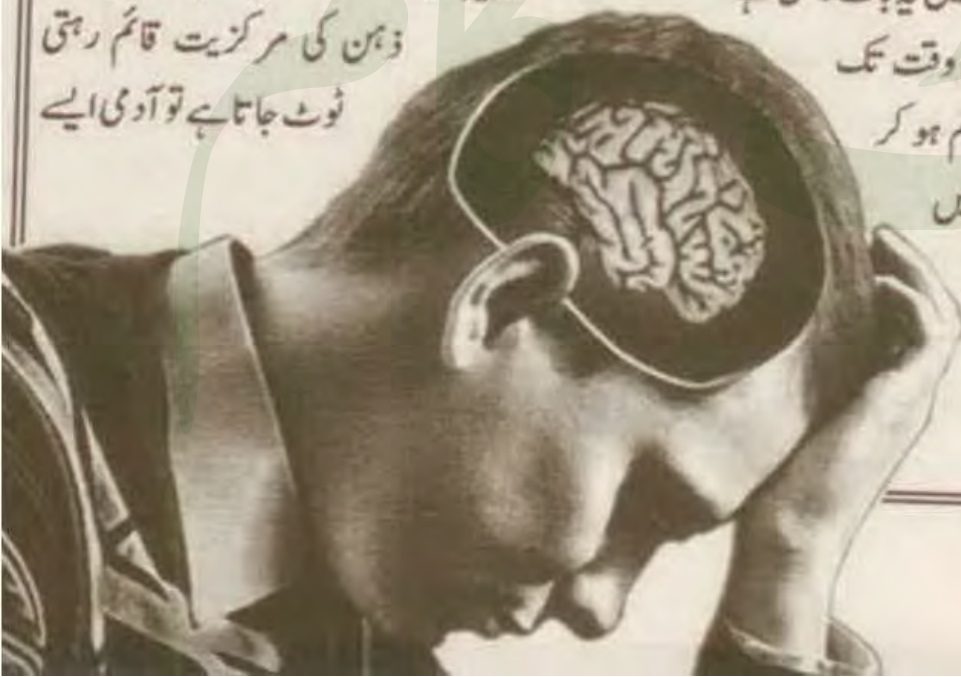
کسی بھی عمر کے افراد کے لیے یکساں اہمیت کی حامل ہے۔ آج کل ہر دوسرا شخص ذہنی دباؤ میں مبتلا دکھائی دیتا ہے۔ ذہنی دباؤ اور بے اطمینانی کی ایک وجہ تو یہ ہے کہ ہم قناعت پسند نہیں رہے، اعتدال ہماری زندگیوں سے نکل چکا ہے اور بہت زیادہ کمانے کی ہوس نے ہمیں اخلاقی اقدار سے بھی دور کر دیا ہے۔

ذہنی امراض میں سب سے زیادہ عام ڈپریشن

آج کا جدید اور سائنسی دور میں انتشار اور پریشانی کا دور بھی ہے۔ ہر شخص اپنے ماضی پر متاسف حال سے غیر مطمئن اور مستقبل سے خائف دکھائی دیتا ہے۔ لوگ اپنی خواہشات کی تکمیل میں سردھڑکی بازی لگانے کو تیار رہتے ہیں اور سلسلہ معظمیہ کے امام قلندر بابا اولیاءؒ ذہنی انتشار کے بارے میں فرماتے ہیں۔

کہ چیزوں کا موجود ہونا یا عدم میں چلے جانا ذہن کی مرکزیت قائم رہتی ٹوٹ جاتا ہے تو آدمی ایسے

جب تک آدمی کے یقین میں یہ بات رہتی ہے اللہ کی طرف سے ہے، اس وقت تک ہے اور جب یہ یقین غیر مستحکم ہو کر عقیدے اور ایسے وسوسوں میں گرفتار ہو جاتا ہے جس کے نتیجے میں ذہنی انتشار پیدا ہوتا ہے۔



فروری ۲۰۱۴ء

کر دیتے ہیں کبھی کبھی بلا کسی سبب ہم پر افسردگی طاری ہو جاتی ہے۔ جذباتی اتار چڑھاؤ سے جسے ہم Mood Swing کہتے ہیں ہر فرد کا واسطہ پڑتا ہے۔ کسی سے ناراضگی ہو جائے، کوئی ہماری دل شکنی کرے، کسی دوست یا عزیز کا انتقال ہو جائے یا کسی ناکامی سے دوچار ہو جائیں تو افسردگی ایک فطری رد عمل ہے۔ ہم اس کو عام طور پر ڈپریشن کا نام دیتے ہیں۔

اس قسم کا ڈپریشن وقتی اور عارضی ہوتا ہے۔ جیسے ہی ناراضگی دور ہوتی ہے موڈ تبدیل ہو جاتا ہے یا صدمہ کم ہو جاتا ہے تو افسردگی دور ہو جاتی ہے اور ہم نارمل ہو جاتے ہیں۔ ڈپریشن ایک مرض کی شکل اس وقت اختیار کرتا ہے جب حالات کی تبدیلی یا کافی عرصہ گزرنے کے باوجود افسردگی دور نہ ہو۔ بیزاری، زندگی اور اس کے مشاغل سے عدم دلچسپی برقرار رہے اور ایک انجانی بے چینی، غصہ، جھنجھلاہٹ اور تنہا پسندی کی حالت مسلسل طاری رہے۔

ڈپریشن کے مریض بعض اوقات متعدد جسمانی امراض کی شکایت بھی کرتے ہیں جو کہ ان کی خود پیدا کردہ بیماریاں کہی جاسکتی ہیں مثلاً عام جسمانی کمزوری، دل کی دھڑکن کا تیز ہو جانا، تھکاوٹ، جسم میں درد کی شکایت، سانس لینے میں تکلیف محسوس کرنا، سینے میں سختی کا احساس، سر کا درد، چکر آنا، معدے کی خرابی اور پسینہ کی زیادتی وغیرہ۔

ذہنی دباؤ

انسان اپنی پیدائش سے موت تک تمام زندگی کئی مصائب، تکالیف کے مراحل سے گزرتا ہوا آگے بڑھتا ہے اور اپنی اسی صلاحیت کو بروئے کار لا کر خود کو جسمانی اور ذہنی سطح پر تحفظ فراہم کرتا ہے.... اگر وہ ایسا کرنے میں ناکام ہو جائے تو اپنے آپ کو آہستہ آہستہ

مختلف مصائب و تکالیف کا حصہ بنا لیتا ہے اور ایک مسلسل تناؤ کی کیفیت میں رہتے ہوئے وہ اپنے اندر مختلف قسم کی شکایات محسوس کرتا ہے جو مندرجہ ذیل ہیں۔ دل کا زور زور سے دھڑکنا، دل کا ڈوبنا، بد ہضمی، متلی ہونا، پٹھوں کا تناؤ، دست یا قبض کی کیفیت، گردن اور کندھوں میں درد، بے چینی، الجھن کا ہونا، تھکن کا ہونا، سر درد، مسلسل نزلہ رہنا، ہاتھ پیروں میں درد ہونا، حد سے زیادہ بھوک کا لگنا یا بالکل نہیں لگنا، نیند کا بہت آنا یا بالکل نا آنا، سگریٹ نوشی کا استعمال، اپنی ذاتی زندگی میں عدم دلچسپی وغیرہ شامل ہیں۔

تناؤ کی اس مسلسل کیفیت کو (اسٹریس) کہا جاتا ہے۔ ایسی کوئی چیز جو فرد کی زندگی میں تبدیلی کا سبب بنے دباؤ (اسٹریس) کہلاتا ہے۔

فرسٹیشن

دراصل زندگی ایک تبدیلی کا نام ہے اور تبدیلیوں کی وجہ سے فرد کو نئے حالات اور نئے مسائل سے دوچار ہونا پڑتا ہے۔ لیکن ہر فرد کامیابی سے ان نئے مسائل کو حل نہیں کر سکتا اور نئے حالات سے مطابقت اختیار نہیں کر سکتا۔ بہت سے نئے حالات اور مسائل تو ایسے بھی اس کے کنٹرول سے باہر ہوتے ہیں۔ جیسے چمک، زلزلہ یا کوئی بڑا حادثہ ان حالات میں فرد قدرتی طور پر ذہنی و نفسیاتی دباؤ محسوس کرتا ہے۔ کیونکہ فرد جن خواہشات کی تسکین چاہتا ہے۔ نئے مسائل اور نئے حالات اس کے راستے میں رکاوٹیں پیدا کر دیتے ہیں اور فرد ایک قسم کی کشمکش میں مبتلا ہو جاتا ہے اس کشمکش کی حالت کو Frustration کہا جاتا ہے۔

چنانچہ فرسٹیشن سے مراد ”کسی ضرورت کی تسکین نہ ہونے کو محرومیت کہا جاتا ہے لیکن اگر کسی مقصد کو حاصل کرتے وقت کردار کے راستے میں مزاحمت پیدا

کر دی جائے تو اس طرح جو ذہنی کیفیت پیدا ہوتی ہے۔
اسے فرسٹیشن کہا جاتا ہے۔“

شیزوفرینیا

شیزوفرینیا فرد کو سب سے جدا اور تنہا کر دیتی ہے
اور اس کے لیے ملازمت، شادی اور زندگی کی ذمہ
داریوں کو پورا کرنے کی اہلیت و صلاحیت سے
محروم کر دیتی ہے۔

مرد اور عورت کو یکساں اور عام طور پر نوجوانی کے
ایام میں لاحق ہوتی ہے۔ شیزوفرینیا سے کئی مسائل پیدا
ہوتے ہیں مثلاً جھوٹے اور بے بنیاد اندیشے جیسے افراد یا
چیزیں آپ کے خلاف سازشیں کر رہے ہیں یا یہ کہ
آپ کوئی اور ہیں کوئی مشہور شخصیت۔

ایسی آوازیں سننا جو کسی اور کو نہ سنائی دیتی ہوں۔
کبھی کبھی ایسی چیزیں دیکھنا، سونگھنا یا چکھنا جن کا
وجود ہی نہ ہو۔

یہ سمجھنا کہ اس کو بیرونی عجیب و غریب قوتیں
افراد یا چیزیں کنٹرول کر رہی ہیں۔

خیالات میں خلل، وہم اور ایسی بات چیت جو سمجھ
میں نہ آسکے۔ کسی بھی قسم کے احساسات یا جذبات کے
اظہار سے معذوری یا ایسے احساسات کا اظہار جو
غیر فطری ہوں۔

لوگوں سے ملنے جلنے سے کتراتا، روزانہ کے معمولات
مثلاً کھانے پینے، نہانے اور لباس تبدیل کرنے سے
بے بہرہ ہو جانا اس قسم کی دیگر علامات یا وہ ہے جو معاشرتی
طور پر اسے تنہا بنا دیتے ہیں، کسی کام کاج کے قابل نہیں
رکھتے، حقیقت سے نا آشنا بنا دیتے ہیں اور بہت سے ایسے
افراد تسلیم نہیں کرتے کہ وہ بیمار ہیں۔

ماہرین نفسیات ذہنی مسائل کے حل کے لیے بہتر
اور سادہ انداز فکر پر بہت زور دیتے ہیں۔ یعنی آپ

تذبذب اور دو ذہنی کی کیفیت سے بچنے کی کوشش کریں
کیونکہ اس سے آپ کی ذہنی صحت متاثر ہو سکتی ہے۔
ذہنی صحت نہ ہونے سے جسمانی صحت پر بھی برے
اثرات پڑ سکتے ہیں۔ آدمی کی سوچ اور فکر میں
سادگی ہونی چاہیے۔

ایک نہایت دلچسپ اسٹڈی یہ ہے کہ سائیکاٹری
اور سائیکالوجی صحت کی بحالی کے لیے جو طریقے بتاتی
ہے ان کی زیادہ بہتر اور جامع صورت صوفیائے کرام
نے بتائی ہے۔ صدیوں پہلے بھی ہمارے صوفیائے کرام
کو انسانی نفسیات کا بہتر ادراک تھا۔ صوفیانہ تعلیمات
بتاتی ہیں کہ آدمی کو حسد، انتقام، غصہ، منافقت، شکوک
و شبہات اور اخلاقی برائیوں سے بچنا چاہیے۔ ان اخلاقی
خرابیوں سے آدمی اندرونی طور پر ٹوٹ پھوٹ جاتا ہے،
اس کا اثر اس کی نفسیات پر منفی پڑتا ہے، وہ روحانی طور
پر بے چین ہو جاتا ہے۔ آدمی اگر اندر سے ٹوٹ پھوٹ
میں مبتلا ہو جائے گا تو وہ ذہنی مسائل سے دوچار ہو سکتا
ہے۔ اصل میں تمام بیماریاں حرص، غصہ، اضطراب اور
تناؤ سے پیدا ہوتی ہیں۔ قلبی اور ذہنی طور پر پرسکون
رہنے کا راز یہ ہے کہ آدمی کا ظاہر و باطن یکساں ہو۔ وہ
اپنے ضمیر کی آواز پر چلتا ہو۔ مذہب، اخلاقی اور معاشرتی
اقدار کا احترام کرنے والا ہو۔

قلندر بابا اولیاء فرماتے ہیں۔

جب تک آدمی کے یقین میں یہ بات رہتی ہے کہ
چیزوں کا موجود ہونا یا عدم میں چلے جانا اللہ کی طرف
سے ہے، اس وقت تک ذہن کی مرکزیت قائم رہتی
ہے اور جب یہ یقین غیر مستحکم ہو کر ٹوٹ جاتا ہے تو
آدمی ایسے عقیدے اور ایسے وسوسوں میں گرفتار
ہو جاتا ہے جس کے نتیجے میں ذہنی انتشار پیدا ہوتا ہے۔





کھانسی نزلہ زکام

صدوری اور سعالین فوری آرام!



ہمدرد

ویل و شنگ

Well Wishing

اکثر عرض کرتا ہوں کہ جب وقت ملے اور گھر میں کوئی دیوار ہو تو اس کے ساتھ فیک لگا کر زمین پر بیٹھ کر اپنا تجزیہ ضرور کیا جانا چاہئے۔ یہ ہے تو فدا سا مشکل کام اور اس پر انسان اس قدر شدت سے عمل پیرا نہیں ہو سکتا، جو

درکار ہے، کیونکہ ایسا کرنے سے بہت سی اپنی باتیں گھل کر سامنے آتی ہیں۔ آپ نے سنا ہو گا کہ یہ جو رفوگر ہیں، کشمیر میں برف باری کے دنوں میں اپنا سوئی دھاگہ لے کر چلے جاتے ہیں اور وہاں کپڑے کے اندر ہو جانے والے بڑے بڑے شکافوں کی رفوگری کا کام کرتے ہیں، جن

میں خاص طور پر گرم کپڑوں کے شکاف اور "لگار" اور چٹاخ جو ہوتے ہیں ان کی رفوگری کرتے ہیں، وہ کہاں سے دھاگہ لیتے ہیں اور کس طرح سے اس کو اس دھاگے کے ساتھ مہارت سے ملاتے ہیں کہ ہم "ٹریس" نہیں کر سکتے کہ یہاں پر اتنا بڑا (Gape) سوراخ ہو گیا تھا، کیونکہ وہ بالکل ایسا کر دیتے ہیں، جیسے کپڑا کارخانے سے بن کر آتا ہے۔

یہ رفوگروں کا کمال ہے۔ وہ غریب لوگ اپنی چادر لے کر اور اپنی کانگڑی (مٹی کی بھٹی) سٹکا کر اس میں کوئلے ڈال کر، دیوار کے ساتھ لگ کر بیٹھے ہوتے ہیں اور بہت بھلے لوگ ہیں

یہ کشمیری لوگ، بڑی ہی بھلی کمیونٹی ہیں، کیونکہ وہ اپنا تجزیہ کرتے ہیں اور ان کو پتہ چلتا رہتا ہے اپنے اس Self کا جو لے کر انسان پیدا ہوا تھا، محفوظ رکھا ہوا ہے یا نہیں۔ گو ہم نے تو اپنی Self کے اوپر بہت بڑے بڑے سائن بورڈ لگائے ہیں، اپنے نام تبدیل کر لئے ہیں، اپنی ذات کے اوپر ہم نے پینٹ کر لیا ہے۔ ہم جب کسی سے ملتے ہیں،

مہمان کا لم

مثلاً میں آپ سے اس اشفاق کی طرح نہیں ملتا، جو میں پیدا ہوا تھا، میں تو ایک رائٹر، ایک دانشور، ایک سیاستدان، ایک منکر، ایک نیچر بن کر ملتا ہوں۔ اس طرح آپ جب مجھ سے ملتے ہیں تو آپ اپنے اپنے سائن بورڈ مجھے دکھاتے ہیں۔ اصل Self کہاں ہے، وہ نہیں ملتی۔ اصل Self جو اللہ نے دے کر پیدا کیا ہے، وہ تب ہی ملتا ہے، جب آدمی اپنے نفس کو پہچانتا ہے، لیکن اس وقت جب وہ اکیلا بیٹھ کر غور کرتا ہے۔ اپنے نفس سے تعارف اس وقت ممکن ہے جب آپ اس کے تعارف کی پوزیشن میں ہوں اور اکیلے ہوں۔ جس طرح خداوند تعالیٰ فرماتا ہے "جس نے اپنے نفس کو پہچان لیا، اس نے اپنے رب کو پہچان لیا۔"

جس انسان نے خود کو پہچان لیا کہ میں کون ہوں؟ وہ کامیاب ہو گیا اور وہ لوگ خوش قسمت ہیں جو باوجود اس کے کہ علم زیادہ نہیں رکھتے، ان کی تعلیم بھی کچھ زیادہ نہیں، لیکن علم ان پر وارد ہوتا رہتا ہے، جو ایک خاموش آدمی کو اپنی ذات کے ساتھ دیر تک بیٹھنے میں عطا ہوتا ہے۔

میں پہلے تو نہیں اب کبھی کبھی یہ محسوس کرتا ہوں کہ، عمر کے اس حصے میں میری طبیعت پر ایک عجیب طرح کا بوجھ ہے، جو کسی طرح سے جاتا نہیں۔ میں آپ سے

اشفاق احمد

بہت سی باتیں کرتا ہوں۔ اب میں چاہوں گا کہ میں اپنی شکل آپ کے سامنے بیان کروں اور آپ بھی میری مدد کریں، کیونکہ یہ آپ کا بھی فرض بنتا ہے کہ آپ مجھ جیسے پریشان اور درد مند آدمی کا سہارا بن جائیں۔

ہمارے بابے جنکا میں اکثر ذکر کرتا ہوں، کہتے ہیں کہ اگر آپ کسی محفل میں کسی یونیورسٹی، سیمینار، اسمبلی میں، کسی اجتماع میں یا کسی بھی انسانی گروہ میں بیٹھے کوئی موضوع شدت سے ڈسکس کر رہے ہوں اور اس پر اپنے جواز اور دلائل پیش کر رہے ہوں اور اگر آپ کے ذہن میں کوئی ایسی دلیل آجائے جو بہت طاقتور ہو اور اس سے اندیشہ ہو کہ اگر میں یہ دلیل دوں گا تو یہ بندہ شرمندہ ہو جائے گا کیونکہ اس آدمی کے پاس اس دلیل کی کات نہیں ہوگی۔ شطرنج کی ایسی چال میرے پاس آگئی ہے کہ یہ اس کا جواب نہیں دے سکے گا۔ اس موقع پر ”بابے“ کہتے ہیں کہ ”اپنی دلیل روک لو، بندہ بچا لو، اسے ذبح نہ ہونے دو، کیونکہ وہ زیادہ قیمتی ہے۔“

ہم نے تو ساری زندگی کبھی ایسا کیا ہی نہیں۔ ہم تو کہتے ہیں کہ ”میں کھڑکار پاویں گا۔“ ہماری بیبیاں جس طرح کہتی ہیں کہ ”میں تے آپاں جی فیر سدھی ہو گئی، اوہنوں ایسا جواب دتا کہ اوہ تھر تھر کنبن لگ پئی، میں اوہنوں اک اک سنائی، اوہدی ماسی دیاں کر تو تاں، اوہدی پھو پھی دیاں وغیرہ وغیرہ۔“

(باقی میں نے تو اس کو کھری کھری سنا دیں، جس سے وہ تھر تھر کانپنے لگی۔ اس کو اس کی خالہ، پھوپھی سب کی باتیں ایک ایک کر کے سنائیں)

خیر انسان کمزور ہے، ہم بھی ایسے ہی کرتے ہیں۔ بڑی دیر کی بات ہے، 1946ء کی، جب پاکستان نہیں بنا تھا۔ میں اس وقت بی اے کر چکا تھا اور تازہ تازہ ہی کیا تھا۔

ہمارے قہبے کے ساتھ ایک گاؤں تھا۔ اس میں ایک ڈسٹرکٹ بورڈنگ اسکول تھا، وہاں کا ہیڈ ماسٹر چھٹی پر گیا۔ اس کی جگہ تین ماہ کے لئے مجھے ہیڈ ماسٹر بنا دیا گیا۔ اب میں ایک پڑاسا (چھوٹے قد کا) نوجوان بڑے فخر کے ساتھ ایک اسکول ہینڈل کر رہا ہوں۔ گو مجھے زیادہ تجربہ نہیں ہے، لیکن میں زور لگا کے یہ بتانا چاہتا ہوں دو سرے ماسٹروں کو کہ بی اے کیا ہوتا ہے، کیونکہ وہ بیچارے مارٹل اسکول پڑھے ہوئے تھے۔ جیسا کہ ہر نئے آدمی کی عادت ہوتی ہے یا جو بھی کسی جگہ نیا آتا ہے، وہ ہمیشہ سسٹم ٹھیک کرنے پر لگ جاتا ہے۔ یہ بندے کے اندر ایک عجیب بدا ہے۔ میں نے بھی سوچا کہ میں اسکول کا سسٹم ٹھیک کروں گا، حالانکہ مجھے چاہئے تو یہ تھا کہ میں پڑھاتا اور بہتر طور پر پڑھاتا اور جیسا نظام چل رہا تھا، اُسے چلنے دیتا، لیکن میں نے کہا نہیں، اس کا سسٹم بدلنا چاہئے۔ چنانچہ میں نے کہا یہ گمراہ نہیں اُدھر ہونا چاہئے۔ وہ جو سن فلاور (سورج کھی) ہوتا ہے، وہ مجھے بہت برا لگتا ہے۔ اس پیلے پھول کو میں نے وہاں سے نکال دینے کا حکم دیا۔ اب اگلا پھل (ڈایک) پیچھے کر کے پھینکا آگے کر کے سسٹم تبدیل ہو رہا ہے۔ گملوں کو گیر، دلا دو، سرخ رنگ کا، سفیدی کر دو، تمام ماسٹر صاحبان پگڑی باندھ کر آئیں۔ اس طرح اسکول میں سسٹم کی تبدیلی جاری تھی۔ ماسٹر بیچارے بھی عذاب میں مبتلا ہو گئے۔ اسکول میں چھٹی کے وقت پہاڑے کھلوئے جاتے تھے۔ چھ کا پہاڑ ماسٹر صاحب کھلوار ہے تھے۔

”چھ اکیم چھ، چھ دوئی بارہ چھ تیا اٹھارا“

میں نے اسکول میں ایک شرط عائد کر دی کہ بچوں میں شرمندگی اور خفت دور کرنے کے لئے ان کو سٹیج پر آنا چاہئے اور بلیک بورڈ (تختہ سیاہ) کے سامنے کھڑے ہو کر یہ

ایسا ہی سخت رویہ ہونا چاہئے۔

وہ زمانہ گزر گیا، پاکستان بن گیا۔ ہم ادھر آ گئے۔ وہ لوگ پتا نہیں کدھر ہوں گے۔ ایسے ہی مجھے پتا چلا کہ وہ گھرانہ سایہ وال چلا گیا تھا۔ باپ کو اُسے پڑھانے کا بہت شوق تھا، خواہش تھی۔ اُس نے بچے کو پھر سکول داخل کرایا، لیکن وہ سکول سے بھاگ جاتا تھا۔ ڈرتا تھا اور کانپتا تھا۔ وقت گزرتا گیا۔ بہت سال بعد مجھے پھر معلوم ہوا کہ اُس لڑکے نے بڑی بھلی تعلیم حاصل کر لی ہے اور لاہور سے انجینئرنگ یونیورسٹی سے بی ایس سی بھی کر لی ہے۔ ایک اندازہ تھا لوگ مجھے آکر یہ بتاتے تھے کہ شاید وہی لڑکا ہے کوئی یقینی بات نہیں تھی۔ پچھلی سے پچھلی عید پر جب ہم نماز پڑھ چکے، تب ہم عید کے بعد ایک دوسرے سے گلے ملتے ہیں۔ معافدہ کرتے ہیں ”جیسی“ ڈالتے ہیں۔ اس میں یہ ضروری نہیں ہوتا کہ آپ اس بندے کو جانتے ہیں یا نہیں۔ آپ کی صف میں جو بھی ہو اُس سے معافدہ کیا جاتا ہے۔ کوئی واقف کار ہو یا نہ ہو۔ میرے ساتھ لوگ ملتے رہے اور ہم بڑی محبت سے ایک دوسرے سے جیسی ڈالتے رہے۔ وہاں ایک نوجوان کھڑا تھا، وہ بھی کسی سے مل رہا تھا۔ میں نے کہا یہ میری طرف تو متوجہ نہیں ہوتا، میں ہی اس کی طرف متوجہ ہوں۔ میں نے اُس کے کندھے پر ہاتھ رکھا۔ اُس نے پلٹ کر دیکھا اور جب میں نے آگے بڑھ کر اُسے جیسی ڈالنے کی کوشش کی تو اُس نے دونوں ہاتھوں سے مجھے پرے دھکیل دیا۔

اب میرا یقین ہے کہ یہ وہی لڑکا تھا۔ میں تو اُس وقت بڑا تھا۔ وہ چھوٹا تھا تب اور وہ مجھے پہچانتا تھا۔ میں اُسے نہیں پہچان سکتا تھا۔

اب میں اُس کو تلاش کر رہا ہوں اور بہت تکلیف میں ہوں اور اس بات کا آرزو مند ہوں کہ کسی طرح سے مجھے

پہاڑہ لکھنا چاہئے۔ چوتھی جماعت کا ایک لڑکا تھا، اب مجھے اُس کا نام یاد نہیں صادق تھا یا صدیق۔ اُس نے تخت سیاہ پر لکھنے سے انکار کر دیا کہ میں نہیں لکھوں گا۔ اُستاد نے کہا کہ یہ ہیڈ ماسٹر صاحب کا حکم ہے، تمہیں وہاں جا کر لکھنا پڑے گا، لیکن اُس نے صاف انکار کر دیا۔ وہ شرماتا ہو گا بیچارہ گاؤں کا لڑکا۔ اُسے میرے سامنے پیش کیا گیا۔ بتایا گیا کہ یہ لڑکا پہاڑہ تو ٹھیک جانتا ہے، لیکن بورڈ پر لکھتا نہیں۔ میں نے پوچھا، تم کیوں نہیں لکھتے، اُس نے کہا میں نہیں لکھوں گا۔ میں نے اُس کا کان پکڑ کر مروڑا اور کہا کیا تجھے معلوم ہے کہ میں تجھے سخت سزا دوں گا، کیونکہ تم میرے اصول کے مطابق کام نہیں کر رہے۔ اُس نے کہا جی میں یہ نہیں کر سکتا، مجھ سے لکھا نہیں جاتا۔ شرمیلا تھا شاید۔ میں نے ماسٹر صاحب سے کہا کہ آپ ایسا کریں کہ اسے ساری کلاسوں میں پھرائیں اور سب کو بتائیں کہ یہ نافرمان بچہ ہے اور اس نے ہیڈ ماسٹر صاحب کی بات نہیں مانی۔ ماسٹر صاحب اُسے میرے حکم کے مطابق لے گئے اور اُسے گھماتے رہے۔ دیگر اُستادوں نے بھی بادل خواہستہ اپنی طبیعت پر بوجھ سمجھ کر میرے اس حکم کو قبول کیا، تاہم انہوں نے میری یہ بات پسند نہیں کی، جسے میں اپنی انتظامی صلاحیت خیال کرتا تھا۔ اس کے بعد وہ لڑکا چلا گیا۔ اس کے بعد کبھی سکول نہیں آیا۔ اس کے والدین نے بھی کہا کہ جی وہ سکول نہیں جاتا۔ گھر پر ہی رہتا ہے۔ میں نے اپنے ایک فیصلے اور حکم سے اُسے اتنا بڑا زخم دے دیا تھا کہ وہ اُس کی تاب نہ لا سکا۔ گو میں نے بدنامی سے ایسا نہیں کیا تھا، لیکن اب میں بیٹھ کر سوچتا ہوں، تو دیکھتا ہوں کہ میں نے اُسے اچھے صحت مند پیارے بچے کے ساتھ کیا حماقت کی ہے۔ اُس وقت میرے ذہن میں Scar یعنی زخم کا لفظ نہیں آیا۔ تب میں سمجھتا تھا کہ پڑھانے کے لئے

اُس سے معافی مل جائے۔

کسی کے لئے well wish نیک خواہشات کے طور پر کریں، آرزو اچھی رکھیں اور آپ کسی کو کہ دیں کہ غلام محمد بڑا اچھا آدمی ہے، اللہ اس کو بھاگ لگائے۔ چاہے آپ کسی کو بے خیالی میں کہ دیں، پھر کوئی وجہ نہیں ہے کہ آپ کی وہ دعا قبول نہ ہو۔

ہمارے قدرت اللہ شہاب صاحب کا بھی سائل تھا، جو بھی ان سے دعا کرنے کی درخواست کرتا آپ اسے well wish کرتے۔ اکثر اس کا کام بن جاتا۔

آپ ان سب لوگوں کے لئے جو بڑے دکھ سے گزر رہے ہیں اور بڑی تکلیف میں ہیں، ان کے لئے اور کچھ نہیں کر سکتے تو well wish ضرور کریں اور اگر آپ کے گھر کے اندر کوئی دیوار ہے اور کبھی آپ کو مغرب کا وقت میسر آئے تو آپ اس کے ساتھ ڈھو (ایک) لگا کر بیٹھیں اور اپنے اللہ سے یہ ضرور کہیں کہ "میں اپنے ان بھائیوں اور بہنوں کے لئے جن پر صریحاً قلم ہو رہا ہے، محض اس لئے کہ وہ مسلمان ہیں، خدا ان پر رحم کریں اور کہیں کہ "اے اللہ! میں ان کے لئے اور کچھ نہیں کر سکتا، صرف Well Wish کر سکتا ہوں۔ اے اللہ! تُو مدد فرما۔" لیکن آپ کو اس کے لئے وقت نکالنا پڑے گا۔ یہ نہیں کہ آپ چلتے ہوئے رسا پڑھ لیں اس طرح سے Well Wish اثر نہیں کرے گی۔ جو ہاتھوں کی زنجیر بنتی ہے وہ تصویر کھینچنے کے لئے ہوتی ہے۔ یہ تصویر جو الگ بیٹھ کر آپ کھینچیں گے یہ اللہ کے دربار میں کھینچے گی اور اللہ اس کی طرف متوجہ ہو گا۔ میرے لئے بھی یہ دعا ضرور کیجیے گا کہ وہ نوجوان، اب ماشاء اللہ اُس کے بچے ہوں گے، مل جائے اور اتنا ناراض نہ رہے، جتنا ناراض ہونے کا اسے حق پہنچتا ہے۔

ﷻ

بظاہر تو یہ اتنی بڑی کوتاہی نہیں تھی، لیکن جو واقعہ گزرا اور جس طرح سے اُس کے دل کے اوپر لگا اور وہ زخم کتنے ہی سال گزرنے کے بعد بھی اُس کے دل پر چلا آ رہا ہے اور اب وہ واقعہ ایک نئے رُوپ میں مجھے پریشان کرتا ہے، دُکھ دیتا ہے۔ میں آپ سب سے درخواست کروں گا کہ بظاہر یہ بات معمولی لگتی ہے، بظاہر ہم یہ بات کہہ دیتے ہیں کہ میں نے اس کو ایسا پوائنٹ مارا کہ اس کی پھٹکری بھل کر دی، لیکن ایک بندہ زندہ رہتے ہوئے بھی اپنے اندر کی لاش ساتھ اٹھائے پھرتا ہے اور آپ اُس کے قائل ہیں۔ اُس کا دین، اُس کی دیت، اُس کا قصاص کس طرح سے ادا کیا جائے، یہ سمجھ سے باہر ہے۔ ایسی کوتاہیاں انفرادی طور پر بھی آدمی سے ہوتی ہیں، اجتماعی طور پر بھی ہوتی ہیں۔ لیکن جب مسلسل اجتماعی رنگ میں ہونے لگیں تو اس کے باوجود بظاہریوں محسوس ہوتا ہے کہ وہ کامیاب ہیں، لیکن یہ کامیابی نہیں ہوتی۔

ہمارے اور اللہ کے نام میں بڑا فرق ہے۔ ہمارا جو ایک دن ہے وہ اللہ کے لئے تو کچھ بھی نہیں۔ پتا نہیں ہمارا کتنا نام لگ جائے تو پھر اللہ کا ایک دن بنے۔ اللہ نے کہیں فرمایا بھی ہے کہ وقت کیا ہیں۔ میرا مطلب ہے ہمارے وقت سے مختلف۔ میں اپنے اس بچے کا، جس کا میں ہیڈ ماسٹر بن گیا تھا، اس طرح سے "پراپت" کر سکتے ہیں ایسی سلامتی کر سکتے ہیں کہ ہم ان کی بہتری چاہیں، دل سے انہیں اچھا wish کریں۔ یہ ایسی بات ہے جو دعا سے بھی طاقتور ہوتی ہے۔ ہم ان کے ساتھ جا کر لڑ تو نہیں سکتے۔ میں اس کے اوپر یعنی well wishing پر کسی اگلے پروگرام میں بات کروں گا۔

دعا لفظوں کے ساتھ مانگی جاتی ہے، لیکن جب آپ

مُعَوِّذَتِیْن

اسلام میں دم اور ورد کی حیثیت

اگرچہ قرآن مجید کی آخری دو سورتیں (سورۃ الفلق اور سورۃ الناس) بجائے خود الگ الگ ہیں، لیکن ان کے درمیان باہم اتنا گہرا تعلق ہے، اور ان کے مضامین ایک دوسرے سے اتنی قریبی مناسبت رکھتے ہیں کہ ان کا ایک مشترک نام ”مُعَوِّذَتِیْن“ (پناہ مانگنے والی دو سورتیں) رکھا گیا ہے۔ ان دونوں سورتوں کے موضوع اور مضمون کے حوالے سے یہ سوال پیدا ہوتا ہے کہ آیا دم اور ورد کی اسلام میں کوئی گنجائش ہے؟ اور یہ کہ دم اور ورد بجائے خود موثر بھی ہے یا نہیں....؟ بیسویں صدی کے مشہور عالم دین، مفکر، مفسر قرآن اور جماعت اسلامی کے بانی سید ابوالاعلیٰ مودودی قرآن مجید کی تفسیر بعنوان ”تفہیم القرآن“ میں سورۃ فلق کی تفسیر بیان کرتے ہوئے ان سوالات کے جوابات بھی دیے ہیں۔

یہ سوال اس لیے پیدا ہوتا ہے کہ بکثرت صحیح احادیث میں یہ ذکر آیا ہے کہ رسول اللہ ﷺ ہر رات کو سوتے وقت، اور خاص طور پر بیماری کی حالت میں معوذتین، یا بعض روایات کے مطابق معوذات (یعنی قل هو اللہ اور معوذتین) تین مرتبہ پڑھ کر اپنے دونوں ہاتھوں میں پھونکتے اور سر سے لے کر پاؤں تک پورے جسم پر، جہاں جہاں تک بھی آپ کے ہاتھ پہنچ سکتے، انہیں پھیرتے تھے۔ آخر بیماری میں جب آپ کے لیے خود ایسا کرنا ممکن نہ رہا تو حضرت عائشہ نے یہ سورتیں (بطور خود یا حضور ﷺ کے حکم سے) پڑھیں اور آپ کے دست مبارک کی برکت کے خیال سے آپ ہی کے ہاتھ

لے کر آپ کے جسم پر پھیرے۔ اس مضمون کی روایات صحیح سندوں کے ساتھ بخاری، مسلم، نسائی، ابن ماجہ، ابوداؤد اور مؤطا امام مالک میں خود حضرت عائشہ سے مروی ہیں جن سے بڑھ کر کوئی بھی حضور ﷺ کی خانگی زندگی سے واقف نہ ہو سکتا تھا۔

سید عبدالاعلیٰ مودودی

اس معاملہ میں پہلے مسئلہ شرعی اچھی طرح سمجھ لینا چاہیے۔ احادیث میں حضرت عبد اللہ بن عباسؓ کی طویل روایت آئی ہے جس کے آخر میں حضور ﷺ فرماتے ہیں کہ میری امت کے وہ لوگ بلا حساب جنت میں داخل ہوں گے جو نہ داغنے کا علاج کراتے ہیں، نہ جھاڑ پھونک کراتے ہیں، نہ فال لیتے ہیں، بلکہ اپنے رب پر توکل کرتے ہیں

جہاں جہاں تک بھی آپ کے ہاتھ پہنچ سکتے، انہیں پھیرتے تھے۔ آخر بیماری میں جب آپ کے لیے خود ایسا کرنا ممکن نہ رہا تو حضرت عائشہ نے یہ سورتیں (بطور خود یا حضور ﷺ کے حکم سے) پڑھیں اور آپ کے دست مبارک کی برکت کے خیال سے آپ ہی کے ہاتھ

[مسلم]۔ حضرت مغیرہ بن شعبہ کی روایت ہے کہ حضور ﷺ نے فرمایا جس نے داغنے سے علاج کر لیا اور جھاڑ پھونک کر انی وہ اللہ پر توکل سے بے تعلق ہو گیا [ترمذی]۔ حضرت عبد اللہ بن مسعود کی روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ دس چیزوں کو ناپسند فرماتے تھے جن میں سے ایک جھاڑ پھونک بھی ہے سوائے معوذتین یا معوذات کے [ابوداؤد، احمد، نسائی، ابن حبان، حاکم]۔

بعض احادیث سے یہ بھی معلوم ہوتا ہے کہ ابتدا میں حضور ﷺ نے جھاڑ پھونک سے بالکل منع فرمادیا تھا، لیکن بعد میں اس شرط کے ساتھ اس کی اجازت دے دی کہ اس میں شرک نہ ہو، اللہ کے پاک ناموں یا اس کے کلام سے جھاڑا جائے، کلام ایسا ہو جو مجھ میں آئے اور یہ معلوم کیا جاسکے کہ اس میں کوئی گناہ کی چیز نہیں ہے، اور بھروسہ جھاڑ پھونک پر نہ کیا جائے کہ وہ بجائے خود شفا دینے والی ہے، بلکہ اللہ پر اعتماد کیا جائے کہ وہ چاہے گا تو اسے نافع بنادے گا۔

یہ مسئلہ شرعی واضح ہو جانے کے بعد اب دیکھیے کہ احادیث اس بارے میں کیا کہتی ہیں:

طبرانی نے صغیر میں حضرت علیؓ کی روایت نقل کی ہے کہ حضور ﷺ کو ایک دفعہ نماز کی حالت میں بچھو نے کاٹ لیا۔

جب آپ نماز سے فارغ ہوئے تو فرمایا بچھو پر خدا کی لعنت، یہ نہ کسی نمازی کو چھوڑتا ہے نہ کسی اور کو۔ پھر پانی اور نمک منگوایا اور جہاں بچھو نے کاٹا تھا وہاں آپ نمکین پانی ملے جاتے اور قل یا ایہا الکافرون، قل ہو اللہ احد، قل اعوذ برب الفلق اور قل اعوذ برب الناس پڑھتے جاتے تھے۔

ان عباس کی یہ روایت بھی احادیث میں آئی ہے

موطاء میں اس پر یہ اضافہ ہے کہ عثمان بن ابی العاص نے کہا کہ اس کے بعد میرا وہ درد جاتا رہا، اور اسی چیز کی تعلیم میں اپنے گھر والوں کو دیتا ہوں۔

مسند احمد اور طحاوی میں طلح بن علیؓ کی روایت ہے کہ مجھے رسول اللہ ﷺ کی موجودگی میں بچھو نے کاٹ لیا۔ حضور ﷺ نے مجھ پر پڑھ کر پھونکا اور اس جگہ پر ہاتھ پھیرا۔

مسلم میں ابو سعید خدریؓ کی روایت ہے کہ ایک مرتبہ نبی ﷺ بیمار ہوئے تو جبریل نے آکر پوچھا "اے محمد ﷺ، کیا آپ بیمار ہو گئے؟" آپ نے فرمایا ہاں۔ انہوں نے کہا یا سید اللہ اَرَقینک مِنْ کُلِّ شَیْءٍ

يُؤْذِيكَ مِنْ شَرِّ كُلِّ نَفْسٍ أَوْ عَيْنٍ حَاسِدٍ، اللَّهُ يَشْفِيكَ بِاسْمِهِ اللَّهُ أَزْقِيكَ،" میں اللہ کے نام پر آپ کو جھاڑتا ہوں ہر اس چیز سے جو آپ کو اذیت دے اور ہر نفس اور حاسد کی نظر کے شر سے، اللہ آپ کو شفا دے، میں اس کے نام پر آپ کو جھاڑتا ہوں۔

"اسی سے ملتی جلتی روایت مُسند احمد میں حضرت عبادہ بن صامت سے منقول ہے کہ حضور ﷺ بیمار تھے۔ میں عیادت کے لیے گیا تو آپ کو سخت تکلیف میں پایا۔ شام کو گیا تو آپ قل تندرست تھے۔ میں نے اس قدر جلدی تندرست ہو جانے کی وجہ پوچھی تو فرمایا کہ جبریل آئے تھے اور انہوں نے مجھے چند کلمات سے جھاڑا۔ پھر آپ نے قریب قریب اسی طرح کے الفاظ ان کو منائے جو اوپر والی حدیث میں نقل کیے گئے ہیں۔ حضرت عائشہؓ سے بھی مسلم اور مُسند احمد میں ایسی ہی روایت نقل کی گئی ہے۔

امام احمد نے اپنی مُسند میں حضرت حفصہؓ ام المومنین کی روایت نقل کی ہے کہ ایک روز نبی ﷺ میرے ہاں آئے اور میرے پاس ایک خاتون شفا (۱) نامی بیٹھی تھیں جو ٹمبلہ (ذباب) کو جھاڑا کرتی تھیں۔ حضور ﷺ نے فرمایا حفصہؓ کو بھی وہ عمل سکھا دو۔ خود شفا بنت عبد اللہ کی یہ روایت امام احمد، ابوداؤد اور نسائی نے نقل کی ہے کہ حضور ﷺ نے مجھ سے فرمایا کہ تم نے حفصہؓ کو جس طرح لکھنا پڑھنا سکھایا ہے ٹمبلہ کا جھاڑنا بھی سکھا دو۔

مسلم میں عوف بن مالک اشجعی کی روایت ہے کہ

جاہلیت کے زمانے میں ہم لوگ جھاڑ پھونک کیا کرتے تھے۔ ہم نے رسول اللہ ﷺ سے پوچھا کہ اس معاملہ میں حضور ﷺ کی رائے کیا ہے۔ حضور ﷺ نے فرمایا جن چیزوں سے تم جھاڑتے تھے وہ میرے سامنے پیش کرو، جھاڑنے میں مضائقہ نہیں ہے جب تک اس میں شرک نہ ہو۔

مسلم، مُسند احمد، اور ابن ماجہ میں حضرت جابر بن عبد اللہؓ کی روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ علیہ وسلم نے جھاڑ پھونک سے روک دیا تھا۔

پھر حضرت عمرو بن حزم کے خاندان کے لوگ آئے اور کہا کہ ہمارے پاس ایک عمل تھا جس سے ہم بچھو (یا سانپ) کانے کو جھاڑتے تھے۔ مگر آپ نے اس کام سے منع فرما دیا ہے پھر انہوں نے وہ چیز آپ کو سنائی جو وہ پڑھتے تھے۔ آپ نے فرمایا "اس میں تو کوئی مضائقہ نہیں پاتا، تم میں سے جو شخص اپنے کسی بھائی کو فائدہ پہنچا سکتا ہے وہ ضرور پہنچائے۔"

جابر بن عبد اللہ کی دوسری حدیث مسلم میں یہ ہے کہ آل حزم کے پاس سانپ کانے کا عمل تھا اور حضور ﷺ نے ان کو اس کی اجازت دیدی۔ اس کی تائید مسلم، مُسند احمد، ابن ماجہ میں حضرت عائشہؓ کی یہ روایت بھی کرتی ہے کہ حضور ﷺ نے انصار کے ایک خاندان کو ہر زہریلے جانور کے کانے کو جھاڑنے کی اجازت مرحمت فرمائی۔ مُسند احمد اور ترمذی اور مسلم اور ابن ماجہ میں حضرت انسؓ سے بھی اس سے ملتی جلتی روایات نقل کی گئی ہیں جن میں حضور ﷺ نے

(حاشیہ ۱: ان خاتون کا اصل نام لیلیٰ تھا۔ مگر شفا بنت عبد اللہ کے نام سے مشہور تھیں۔ ہجرت سے پہلے ایمان لائیں۔ قریش کے خاندان بنی عدی سے ان کا تعلق تھا۔ یہ وہی خاندان ہے جس کے ایک فرد حضرت عمرؓ تھے۔ اس طرح یہ حضرت حفصہؓ کی رشتہ داری ہوتی تھیں۔)

حضور قلندر بابا اولیاءؒ
کی تعلیمات رہنمائی کرتی ہے کہ:
آخری الہامی کتاب فتر آن انسان
کے لیے ایک طرف روحانی ورثہ
ہے اور دوسری طرف ماورائی علوم کی
ایسی دستاویز ہے جس میں چھوٹی سے
چھوٹی اور بڑی سے بڑی بات کو وضاحت
کے ساتھ بیان کر دیا گیا ہے۔

**MURAQBA
HALL LONDON
ILFORD LONDON**

Contact: Muhammad Ali Shah
mashahazeeemi@mhllondon.org

زہریلے جانوروں کے کاٹے، اور ذباب کے مرض اور
نظر بد کے جھاڑنے کی اجازت دی۔

مسند احمد، ترمذی، ابن ماجہ اور حاکم نے حضرت
عمیرہ مولیٰ ابی اللہ سے یہ روایت نقل کی ہے کہ جاہلیت
کے زمانے میں میرے پاس ایک عمل تھا جس سے میں
جھاڑا کرتا تھا۔

میں نے رسول اللہ ﷺ کے سامنے اسے پیش
کیا۔ آپ نے فرمایا فلاں فلاں چیزیں اس میں سے نکال
دو، باقی سے تم جھاڑ سکتے ہو۔

موطاء میں ہے کہ حضرت ابو بکر اپنی صاحبزادی
حضرت عائشہ کے گھر تشریف لے گئے تو دیکھا کہ وہ
بیمار ہیں اور ایک یہودیہ ان کو جھاڑ رہی ہے۔ اس پر
انہوں نے فرمایا کہ کتاب اللہ پڑھ کر جھاڑ۔ اس سے
معلوم ہوا کہ اہل کتاب اگر توراۃ یا انجیل کی آیات پڑھ
کر جھاڑیں تب بھی یہ جائز ہے۔

رہا یہ سوال کہ آیا جھاڑ پھونک مفید بھی ہے یا

نہیں، تو اس کا جواب یہ ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے
دوا اور علاج سے نہ صرف یہ کہ کبھی منع نہیں فرمایا، بلکہ
خود فرمایا کہ ہر مرض کی دوا اللہ نے پیدا کی ہے اور تم
لوگ دوا کیا کرو۔ حضور ﷺ نے خود لوگوں کو بعض
امراض کے علاج بتائے ہیں، جیسا کہ احادیث میں
کتاب الطب کو دیکھنے سے معلوم ہو سکتا ہے۔ لیکن دوا
بھی اللہ ہی کے حکم اور اذن سے نافع ہوتی ہے، ورنہ اگر
دوا اور طبی معالجہ ہر حال میں نافع ہوتا تو ہسپتالوں
میں کوئی نہ مرنے لگتا۔

اب اگر دوا اور علاج کرنے کے ساتھ اللہ کے کلام
اور اس کے اسمائے حسنی سے بھی استفادہ کیا جائے، یا
ایسی جگہ جہاں کوئی طبی امداد میسر نہ ہو اللہ ہی کی طرف
رجوع کر کے اس کے کلام اور اسماء و صفات سے
استعانت کی جائے تو یہ مادہ پرستوں کے سوا کسی کی عقل
کے بھی خلاف نہیں ہے۔ (2)



(حاشیہ 2: مادہ پرست دنیا کے بھی بہت سے ڈاکٹروں نے اعتراف کیا ہے کہ دعا اور رجوع الی اللہ مریضوں کی شفا
یابی میں بہت کارگر چیز ہے۔ اور اس کا خود مجھے ذاتی طور پر اپنی زندگی میں دو مرتبہ تجربہ ہوا ہے۔ ۱۹۴۸ء میں جب
مجھے نظر بند کیا گیا تو چند روز بعد ایک پتھری میرے مٹانے میں آکر اڑ گئی اور ۱۶ گھنٹے تک پیشاب بند رہا۔ میں نے اللہ
تعالیٰ سے دعا کی کہ میں ظالموں سے علاج کی درخواست نہیں کرنا چاہتا، تو ہی میرا علاج فرمادے۔ چنانچہ وہ پتھری
پیشاب کے راستے سے ہٹ گئی اور ۲۰ برس تک ہنسی رہی یہاں تک کہ ۱۹۶۸ء میں اس نے پھر تکلیف دی اور اس کو
آپریشن کر کے نکالا گیا۔ دوسری مرتبہ جب ۱۹۵۳ء میں مجھے گرفتار کیا گیا تو میری دونوں پنڈلیاں کئی مہینے سے داد کی
سخت تکلیف میں مبتلا تھیں اور کسی علاج سے آرام نہیں آ رہا تھا۔ گرفتاری کے بعد میں نے اللہ تعالیٰ سے پھر وہی دعا کی
جو ۱۹۳۸ء میں کی تھی اور کسی علاج کے دوا کے بغیر پنڈلیاں داد سے بالکل صاف ہو گئیں۔ آج تک پھر کبھی وہ بیماری
مجھے نہیں ہوئی۔) البتہ یہ صحیح نہیں ہے کہ دوا اور علاج کو، جہاں وہ میسر ہو، جان بوجھ کر چھوڑ دیا جائے، اور صرف
جھاڑ پھونک سے کام لینے ہی پر اکتفا کیا جائے، اور کچھ لوگ علیات اور تعویذوں کے منطاب کھول کر بیٹھ جائیں اور اسی کو
کمانی کا ذریعہ بنالیں۔

سید محمد احمد کو نظام الدین اولیاؒ بنانے میں بابا منیرؒ سے پہلے ان کی عظیم المرتبت والدہ سیدہ زلیخا بی بی کا شاندار کردار بجائے خود تاریخ کا ایک روشن باب ہے۔
آج کی خواتین کو، ماؤں کو اپنی اولاد کی تربیت کے لیے سیدہ زلیخا بی بی جیسی روشن اور مقدس مثالوں کو اپنے سامنے رکھنا چاہیے۔

اویس وقیع انصاری

سید علی کے بیٹے سے کرنے کی خواہش ظاہر کی۔ سید علی نے کہا آپ کی بیٹی اور میری بھتیجی بہت ناز و نعم میں پلی بڑھی ہے جبکہ میرا بیٹا سید احمد زیادہ مالی وسائل نہیں رکھتا۔

دولت مند سید عرب کی اکلوتی بیٹی زلیخا اپنے والدین کی آنکھ کا تارا تھی۔ گھر میں مال و اسباب کی کوئی کمی نہ تھی۔ زلیخا والدین کے دل کا چین اور بھائیوں کی شفقتوں کا مرکز تھی۔ سید عرب کی اہلیہ اپنے رشتے کے دیور سید علی کے بارے میں جانتی تھیں کہ وہ ایک نہایت اچھے انسان اور سب سے بڑھ کر یہ کہ ان کے شوہر کے عزیز ترین دوست ہیں لیکن ان دونوں دوستوں کے مالی حالات میں بہت فرق ہے۔ سید عرب کی اہلیہ کو یقین تھا کہ ان کی بیٹی ہر طرح حالات میں ایک مثالی بیوی ثابت ہوگی۔

قدرت کے بعض کاموں کی تیاریاں برسوں، نسلوں پہلے شروع ہو جاتی ہیں۔

سید عرب اور سید علی کے خاندان کے درمیان عم زادگی اور گہری دوستی کے بعد سید علی نے تعلق بھی ایسے ہی کسی اہتمام کا حصہ تھا۔

زلیخا بی بی اور سید احمد کی شادی ہو گئی۔ اب زلیخا بی بی کی زندگی کا نیا دور شروع ہوا۔ آرام و آسائش میں پلی بڑھی زلیخا نے اپنے گھر کے کام اپنے ہاتھوں سے کرنے شروع کر دیئے۔ سید احمد کو خیال آتا کہ

ان دونوں کے درمیان ایسی دوستی تھی کہ لوگ مثالیں دیتے تھے۔ ایک دوست بہت مالدار تھا دوسرا مالی لحاظ سے کم تھا لیکن دولت کا یہ فرق ان کی دوستی میں کبھی آڑے نہ آیا۔

سادات سے تعلق رکھنے والے یہ دونوں دوست بخارا میں رہتے تھے۔ ایک کا نام تھا سید عرب اور دوسرے کا نام تھا سید علی۔

سید عرب نے تجارت کو ذریعہ معاش بنایا۔ اللہ نے انہیں برکت عطا فرمائی۔ ان کے تجارتی امور کی دیکھ بھال کے لیے سینکڑوں کارکن مامور تھے۔

سادات گھرانے کے اس دیانت دار تاجر کا روحانی تعلق حضرت خواجہ عثمان ہارونی سے تھا۔

سید عرب نے سوچا کہ کاروبار کو مزید وسعت دی جائے اور ہندوستان کو اپنے کاروبار کا مرکز بنایا جائے۔ انہوں نے اس خیال کا ذکر اپنے گہرے دوست اور چچا زاد بھائی سید علی سے کیا۔ سید علی بھی ساتھ چلنے پر رضامند ہو گئے۔ اب یہ دونوں دوست اپنے اپنے اہل خانہ کے ساتھ بخارا سے لاہور آ گئے۔ کچھ عرصہ لاہور میں رہنے کے بعد یہ دونوں بدایوں منتقل ہو گئے۔

سید عرب کے تجارتی معاملات روز بروز ترقی پذیر تھے جبکہ سید علی کا کام بس واجبی سامی تھا۔

بدایوں میں سید عرب نے اپنی بیٹی زلیخا کا نکاح

بادی اعظم علیہ الصلوٰۃ والسلام فرما گئے ہیں کہ قاضی تین قسم کے ہیں۔ ایک قسم جنت میں جائے گی اور دو قسمیں دوزخ میں۔ جنت کا حق دار وہ شخص ہے جس نے حق کو پہچان کر اس کے مطابق فیصلہ کیا اور جس قاضی نے حق کو پہچان کر فیصلہ کرنے میں ظلم کیا وہ دوزخ میں ہے۔ اسی طرح جس شخص نے جہالت میں لوگوں کے فیصلے کیے وہ بھی دوزخ میں ہو گا۔ (ابی داؤد)

قاضی کا کام حکومت یا حکمرانوں کو خوش کرنا نہیں ہے۔ قاضی کا منصب بے لاگ عدل کا تقاضہ کرتا ہے۔ عدل کی فراہمی میں کبھی طاقتور اور بارسوخ لوگوں کے خلاف بھی فیصلے ہوتے ہیں۔ یہ طاقت ور لوگ حکومت، شہادتوں یا قاضیوں پر اثر انداز ہونا چاہتے ہیں۔ ان کی بات مانی جائے تو عدل کا خون ہوتا ہے۔ ان کی بات نہ مانی جائے تو قاضی کو مخالفتوں اور سازشوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ عدل کی فراہمی میں سید احمد بخاری کو بھی کئی قسم کی مشکلات اور رکاوٹوں کا سامنا کرنا پڑا۔

بادشاہت، آمریت ہی ہوتی ہے۔ بادشاہ سمجھتا ہے کہ اس کی مرضی آئین ہے اور اس کے منہ سے نکلے ہوئے الفاظ قانون کا درجہ رکھتے ہیں۔ بادشاہوں کی مرضی کہ وہ ایک ہی جرم میں ملوث کسی شخص کو معاف کر کے اسے جاگیروں سے نواز دیں اور اسی جرم میں شریک دوسرے شخص کو اس کے جرم سے کہیں زیادہ سزا دے ڈالیں۔ ایک غریب آدمی دو گز زمین زیادہ لے لے تو یہ جرم کہلائے، بادشاہ کا بیٹا کسی کی زمینیں ہتھیالے تو یہ مملکت کی خدمت کے لیے کیا جانے والا کام

شادی سے پہلے تو اس بی بی کی خدمت کے لیے کئی کئی خادماکین حاضر رہا کرتی تھیں، کہاں اب یہ حال کہ گھر کے چھوٹے بڑے کئی کام انہیں اپنے ہاتھوں سے کرنے پڑ رہے تھے۔ سید احمد اس بات کا اظہار اپنی زوجہ سے بھی کرتے۔ وہ کہتیں کہ میری سب سے بڑی خوشی، سب سے بڑی آسائش میرے شوہر کی خوشی میں ہے۔

مالی لحاظ سے تنگی تو زلیخا بیگم کے لیے کوئی مسئلہ نہ بنی تھی مگر ایک کمی ایسی سامنے آرہی تھی جس نے ان دونوں کو ہی ادا اس کر کے رکھ دیا تھا۔ شادی کے کئی سال بعد بھی زلیخا بی بی کی گود خالی تھی۔

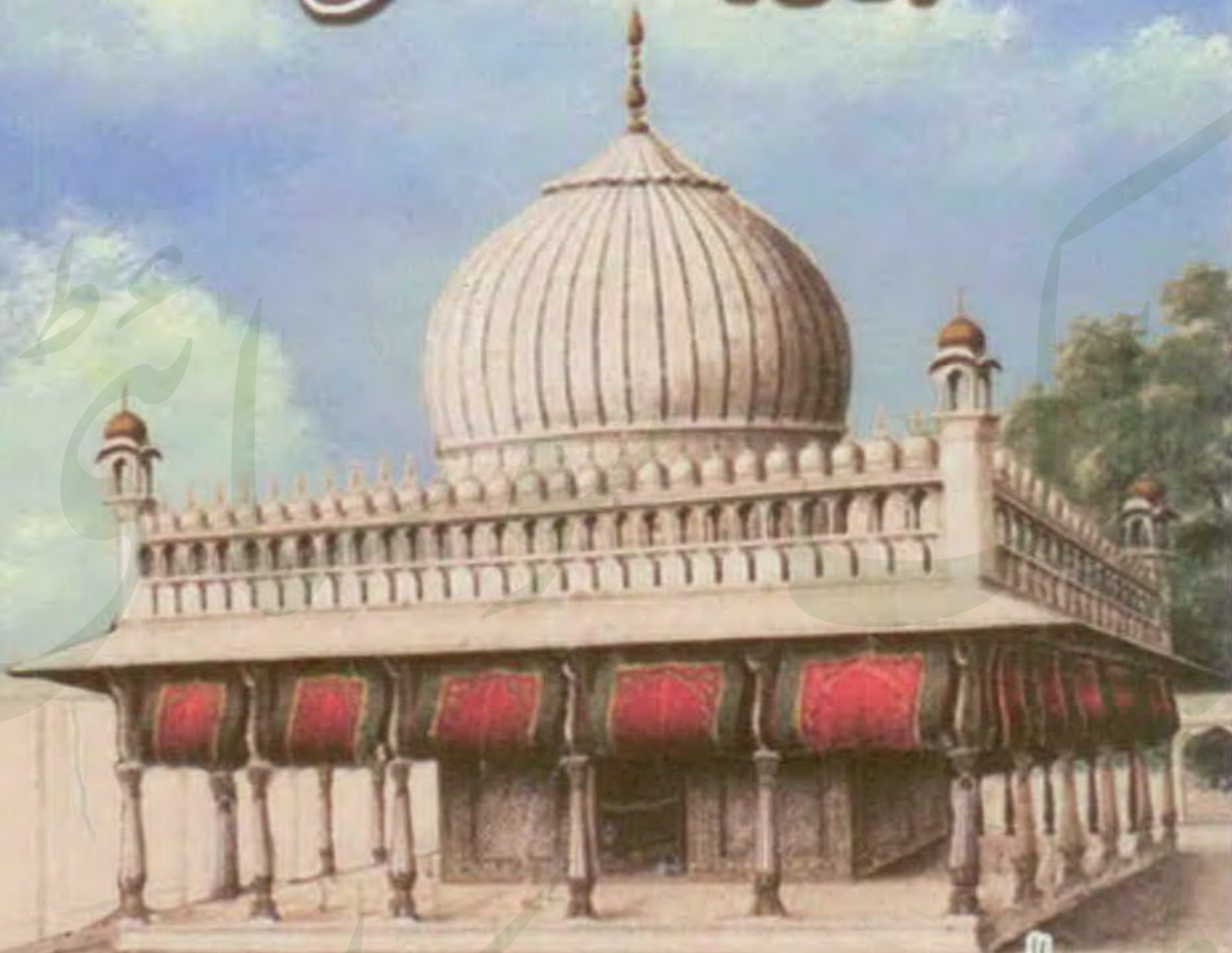
اولاد نہ ہونے سے یہ دونوں فکر مند رہا کرتے تھے اور بار بار آسمان کی طرف ہاتھ اٹھا کر اللہ سے دعا کیا کرتے تھے۔

ہندوستان پر ان دنوں (1211ء تا 1236ء) سلطان شمس الدین التمش حکمرانی کر رہا تھا۔ بدایوں میں سلطان کو قضاہ کے منصب کے لیے ایک قاضی کی تلاش تھی۔ اسے بتایا گیا کہ بدایوں میں سید احمد بخاری موجود ہیں جو اس منصب کے لیے اہل ترین فرد ہیں۔

سلطان کی جانب سے ہونے والی پیش کش کو سید احمد بخاری نے قبول کر لیا اور بدایوں کے قاضی مقرر ہو گئے۔ آپ نے اس منصب کا حق ادا کرتے ہوئے عدل و انصاف کا بول بالا کیا۔

عدل کی فراہمی آسان کام نہیں ہے۔ عدل کے علم برداروں کو قدم قدم پر مشکلات کا، دشواریوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ آخرت میں بھی حکمرانوں اور قاضیوں کی جواب داری بہت سخت ہوگی۔

اللہ کا محبوب



محبوب الہی حضرت خواجہ نظام الدین اولیاء رحمۃ اللہ علیہ

یہ برصغیر کے ایک سادات گھرانے میں جنم لینے والے ایک ایسے عظیم انسان کی زندگی کے واقعات ہیں جسے دنیا محبوب الہی اور نظام الدین اولیاء کے نام سے جانتی ہے۔

سید ماں باپ کے ہاں جسم لینے والی ہستی کا بچپن یتیمی، غربت و تنگ دستی میں گزرا لیکن اس کی ماں نے اسے محرومیوں کا سریشہ خواں بنانے کے بجائے صبر، توکل اور خودداری کی دولت سے مالا مال کیا۔

قدرت ان پر مہربان ہوئی تو انہیں بابا فرید کے در پر لے گئی لیکن ان کی طرز فکر کی تشکیل اور کردار سازی کی ابتداء ان کی والدہ کے زیر سایہ ہوئی۔



قرار پائے۔
منصفی تو آج آئین
و قانون کا نام لینے والے
کئی جمہوری معاشروں
میں بھی کوئی آسان کام
نہیں ہے۔ کئی کمزور
معاشروں میں امیروں
کے ساتھ نظام انصاف
کا طرز عمل الگ
ہوتا ہے، غریبوں کے
ساتھ الگ تو پھر سوچئے
کہ بادشاہت میں عدل
کتنا مشکل کام ہو گا۔

ان کی شادی کا پندرہواں سال تھا جب انہیں
اولاد کی خوش خبری ملی۔ زلیخا بی بی اللہ کے حضور
سجدے میں گر گئیں۔ ایام حمل میں ان کے شب
وروز پہلے سے بھی زیادہ عبادت و ذکر الہی
میں گزر رہے تھے۔

یہ 636 ہجری تھا جب زلیخا بی بی کے بطن سے وہ
مبارک روح جسم خاکی کا لباس پہنے اس دنیا میں آئی
جس کے ذریعے ایک عالم نے روشنی پانی تھی۔
اس بچے کا نام محمد بن احمد رکھا گیا۔ محمد بن
احمد اپنی عبادت گزرا والدہ کی گود میں اور اپنے عادل
واہن والد کے سایہ عاطفت میں پرورش پانے لگے۔
قدرت محمد احمد کو نظام الدین اولیاء بنانے کا
اہتمام کر رہی تھی۔

شادی کے پندرہ برس تک زلیخا بیگم کی گود خالی
رہی تھی۔ اب قدرت مہربان ہوئی تو بیٹے کی ولادت
کے اگلے ہی برس اس پاک باز جوڑے کو بیٹی کے

یقیناً عدل و انصاف بہت مشکل کام ہے لیکن ان
کے لیے نہیں جنہیں اللہ کے دربار میں پیش ہونے کا
یقین ہوتا ہے۔ جو ہر وقت، ہر حال میں اللہ کی
خوشنودی کے طلب گار رہتے ہیں۔

سید احمد بخاری کا شمار بھی تسلیم و رضا کی پیکر
ہستیوں میں ہی ہوتا تھا۔ بدایوں میں قاضی کے
منصب پر رہتے ہوئے کئی مشکلات آئیں لیکن انہوں
نے ہر حال میں انصاف کا علم بلند رکھا۔

سید احمد بخاری اور زلیخا بی بی کو اب مالی لحاظ سے
تو کوئی تنگی نہ تھی لیکن ان کا آنگن ابھی تک سونا
پڑا ہوا تھا۔ کافی علاج معالجہ بھی ہوا لیکن امید بر نہ آئی
تھی۔ ان دونوں کی متمنی نگاہیں آسمان کی طرف اٹھتی
تھیں اور اولاد کی تمنائیں ان کے لبوں پر دعا بن
جاتی۔ خالق ارض و سما کے دربار میں یہ
دونوں سراپا التجارہتے۔

کیفیات گزر رہی تھیں۔

قدرت جن بندوں سے کوئی بڑا کام لینا چاہتی ہے ان میں سے اکثر لوگوں کی تربیت بھی نہایت سخت کرتی ہے۔ کیا اسے محض اتفاق کہا جائے گا کہ دنیا میں کئی بڑے لوگوں کو اپنے بچپن سے ہی انتہائی سخت حالات اور طرح طرح کی محرومیوں کا سامنا کرنا پڑا۔ کم عمری میں یتیمی صحرا میں تپتی دھوپ سے بھی زیادہ شدید ہوتی ہے۔ دھوپ کی شدت میں چلتے ہوئے بدن جلتا ہے اور جسم میں پانی کی کمی بھی ہونے لگتی ہے یعنی تکلیفیں اور محرومیاں ساتھ ساتھ مل رہی ہوتی ہیں۔ یتیمی کے ساتھ غربت بھی ہو تو اذیتیں کئی گنا بڑھ جاتی ہے۔

سید محمد احمد کی یتیمی کے اسباب تو قدرتی تھے لیکن غربت؟ یہ ان کی والدہ کا اپنا فیصلہ تھا۔ بھائیوں نے تو اپنی بہن اور ان کے دونوں بچوں کی خدمت کے لیے بہت اصرار کیا تھا۔ زلیخا بیگم ہی نہ مانی تھیں۔

زندگی کی سختیاں اور مشکلات کئی لوگوں کے لیے بلندیوں اور رفعتوں کا سبب بن جاتی ہیں۔ اس دور سے گزرنے والے کئی لوگ مقاصد فطرت کے نگہبان بن جاتے ہیں۔ اللہ کی مخلوق کے لیے رحمتوں کا ذریعہ بن جاتے ہیں۔ دوسری طرف دولت کی فراوانی اور لاڈ پیار کی زیادتی سے کئی لوگ نازک مزاج بن جاتے ہیں۔ ایسے کئی لوگ دوسرے سے خدمت لینے کو اپنا حق سمجھتے ہیں۔

سید محمد احمد کم عمری میں یتیمی کا دور گزارتے ہوئے اپنی والدہ سے خود داری اور عظمتوں کے سبق لے رہے تھے۔

والدین ہونے کی سعادت بھی عطا فرمادی۔ یکے بعد دیگرے یہ نعمتیں ملنے پر سید محمد احمد اور زلیخا بیگم بہت خوش تھے۔ پہلے یہ دونوں اولاد کے لیے اللہ کے سامنے درخواست گزار رہے۔ اولاد ملنے پر اللہ کے دربار میں سراپا شکر و نیاز رہے۔ زلیخا بیگم ان نعمتوں پر ابھی پوری طرح شکر ادا نہ کر پائی تھیں کہ ان کی زندگی میں ایک نیا امتحان شروع ہو گیا۔

بدایوں کے قاضی سید احمد بخاری اپنی صابر و متوکل اہلیہ اور دو ننھے بچوں کو اللہ کے سپرد کر کے اس عالم فانی سے رخصت ہو گئے۔

زلیخا بیگم ایک نہایت امیر باپ کی بیٹی تھیں۔ ان کے والد سید عرب علی بخاری کے انتقال کو کئی برس گزر چکے تھے۔ غم و آلام کے اس دور میں بھائیوں نے اپنی بہن کی مدد کرنا چاہی مگر اس خوددار بندی نے نہ تو والد کی دولت کی طرف دیکھا نہ بھائیوں کی پیشکش قبول کی۔ وہ سمجھتی تھیں کہ اس طرح کی مدد قبول کرنے سے ان کے بچوں پر اچھا اثر نہیں پڑے گا۔

زلیخا بیگم نے فیصلہ کیا کہ اپنے بچوں کی پرورش کے لیے وہ خود محنت مزدوری کریں گی۔

اب محمد احمد یتیمی میں دن گزار رہے تھے۔

ایک یتیم بچہ کن دکھوں سے گزرتا ہے، محرومی کے کہتے ہیں، بچپن کے دنوں میں باپ کا سایہ سر پر نہ ہو، راستہ چلتے ہوئے والد نے انگلی نہ پکڑی ہوئی ہو اس لیے کہ وہ اس دنیا میں موجود نہیں، یہ احساس ننھے بچے کے دل پر کس طرح اثر انداز ہوتا ہے، ان باتوں کا اندازہ نہیں کیا جاسکتا۔ یہ تو وہی جانتا ہے جس پر گزرتی ہے اور محمد احمد کے دل پر یہ سب



بدایوں دہلی سے
229 کلومیٹر دور روہیل
کھنڈ (اتر پردیش) میں
دریائے گنگا کے بائیں
کنارے پر واقع ہے۔
اس زمانہ میں بہت آباد
اور پر رونق مقام تھا اور
دہلی کے لیے سرحدی
شہر کا کام دیتا تھا چنانچہ
پرانی دہلی کے ایک

دروازہ کا نام دروازہ بدایوں بھی تھا۔ قلعہ بدایوں کے موجودہ کھنڈ اس کی عظمت اور استحکام کا پتہ دے رہے ہیں۔
1196ء میں سلطان محمد غوری کے جرنیل قطب الدین ایبک نے اسے فتح کیا اور اپنے غلام ملک شمس الدین کو امیر
بدایوں مقرر کیا۔ التمش نے یہاں 1222ء میں ایک خوبصورت اور وسیع مسجد تعمیر کرائی جو اب بھی موجود ہے۔
دہلی کے دو بادشاہ التمش اور اس کا بیٹا کن الدین فیروز شاہ دونوں تخت نشینی سے پہلے بدایوں کے گورنر رہ چکے تھے۔
خواجہ نظام الدین اولیاء کی پیدائش بدایوں کے محلہ سیدواڑا میں ہوئی۔

میں گزرتے۔ ایسے حالات میں محمد احمد اور ان کی
معصوم بہن اپنی ماں سے کبھی کوئی شکوہ نہ کرتے۔ یہ
دونوں اپنی ماں کے ساتھ ہر حال میں بہت
خوش رہا کرتے تھے۔

زلیخا بی بی کو بھی اللہ نے کیا ذوق، کیا نظر عطا کی
تھی۔ انہیں اپنے بچوں کی روٹی سے زیادہ ان کی
خودداری عزیز تھی۔ غربت اور تنگ دستی کے دنوں
کو بھی زلیخا بیگم اپنے بچوں کے لیے اللہ سے قربت کا
ذریعہ بنا دینا چاہتی تھیں۔ اپنے بچوں کو احساس محرومی
سے بچانے اور انہیں اللہ سے قریب کر دینے کے لیے
اللہ کی اس بندی نے کیا خوب انداز اپنایا تھا۔

جس روز گھر میں کھانے کو کچھ نہ ہوتا اور فاقے
سے رہنا پڑتا اس روز زلیخا بی بی اپنے دونوں

محمد احمد نے انتہائی سخت حالات میں اپنے بچپن
کے دن گزارے لیکن ان حالات میں بھی ان کی
والدہ انہیں صبر و استقامت، توکل اور تسلیم و رضا کا
درس دے رہی تھیں۔ یہ درس کوئی زبانی یا کتابی درس
نہیں تھا۔ محمد احمد سختیوں اور محرومیوں کو جھیلتے
ہوئے صبر، قناعت، توکل اور شکر کے طریقے
سیکھ رہے تھے۔

والدہ نے سوت کات کر معاش کے حصول کی
کوششیں شروع کیں۔ کبھی یہ سوت بازار میں
فروخت ہو جاتا اور اچھی رقم مل جاتی، کبھی بہت کم
آمدنی ہوتی۔ کسی روز یہ اپنے بچوں کو کھانا اچھی طرح
کھلاتی، کبھی اتنے پیسے بھی نہ ہوتے کہ روکھی سوکھی
کھا کر ہی گزارا کر لیں۔ سو وہ دن یا ایسے کئی دن فاقے

بچوں سے کہتیں:

کے مراحل طے کر رہا تھا۔ تعلیم دی جا رہی تھی عربی فارسی کی، ناظرہ قرآن کی اور تربیت کی جا رہی تھی صبر، تسلیم و رضا کی۔

بچو....! آج ہم اللہ کے مہمان ہیں۔

چھ سات سالہ محمد احمد یہ بات سن کر ایسے خوش ہونے لگتے جیسے انہیں کوئی بڑی چیز مل رہی ہے۔

صوفیاء کے مکتب میں تدریس علمی طور پر بھی ہوتی ہے اور عملی طور پر بھی.... تربیت و تعلیم کے

واو.... آج ہم اللہ کے مہمان ہیں....

اللہ کے مہمان ہونے کی خوشی میں نو نھال محمد احمد کو دن گزرنے کا احساس بھی نہ رہتا، بھوک پیاس ان کے لیے بے معنی ہو جاتے، وہ تو بس اس بات میں خوش رہتے کہ وہ اللہ کے مہمان ہیں۔

اس ماحول میں جب کوئی بچہ (یا بڑا) قرآنی آیات پڑھنا سیکھتا ہے تو اسے جہاں جہاں بھی ہو سکے ان الفاظ کا اطلاق بھی سکھایا جاتا ہے۔

مثال کے طور پر جب وہ پڑھتا ہے....

زیلعابی بی نے اپنے بیٹے کو یہ ہدایت کی تھی کہ کھانا کھاتے وقت امیروں کے بچوں کے ساتھ مت بیٹھنا۔ زیادہ تر اکیلے بیٹھ کر ہی کھانا کھانا۔ محمد احمد کھانا ساتھ لے کر آتے، لیکن جب گھر میں کچھ نہ ہوتا تو کھانے کے بغیر ہی مدرسے آ جاتے تھے۔

وَإِنْ تَصِيبُوا وَتَتَّقُوا

فَإِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ
(سورہ آل عمران: 186)

تو وہ زندگی کی سختیوں اور سرد و گرم میں صابر بننا بھی سیکھتا جاتا ہے۔

زیلعابی بی اپنے بیٹے کو قرآن پڑھا رہی تھیں اور قرآن پر عمل کرنا بھی سکھا رہی تھیں۔

محمد احمد کی عمر سات برس ہوئی تو مزید تعلیم کے لیے ان کی والدہ نے انہیں بدایوں کے ایک صاحب کرامت بزرگ اور عالم دین شادی مقرر بدایونی کے مدرسے میں داخل کروا دیا۔

یہاں کئی نئے امتحانات اس یتیم بچے کے منتظر تھے۔

گھر میں صبر، تسلیم و رضا کے انداز سیکھے.... اب مدرسے میں کتاب پڑھنے کے ساتھ ساتھ تحمل،

شب و روز اسی طرح گزرتے رہے۔ سید محمد احمد کی ابتدائی تعلیم کا آغاز توان کے راست باز و متقی، عالم و فاضل والد سید احمد بخاری سے ہوا۔ ان کے علم و فضل کے چرچے تو بدایوں کے گھر گھر میں تھے۔ ان کا اپنا گھر بھی روشنی سے خوب منور و تاباں تھا۔ شمس العلوم کی کرنوں نے مستقبل کے ایک عظیم عالم اور عارف کی تالیف شروع کر دی تھی۔ سید احمد بخاری کے ذریعے علم کے اجالے سید محمد احمد کی شخصیت و کردار کا حصہ بننے لگے تھے۔ سید احمد کے انتقال کے بعد برصغیر کے کروڑوں عوام کے مصلح، معلم، مسیحا بننے والے کی فکری بنیادوں کی ابتدائی تعمیر والدہ زیلعابی بی کے ہاتھوں ہوئی۔

ایک یتیم اور دیناوی آسائشوں سے محروم بچہ غربت کے ماحول میں تربیت کے ساتھ ساتھ تعلیم

سلطنت مملوک دہلی: سلطان شمس الدین التمش کے عہد میں

سلطان شمس الدین التمش سلطنت دہلی کا تیسرا حکمران تھا۔ التمش بادشاہ قطب الدین ایبک کا غلام تھا۔



بہت سی خصوصیات و صلاحیتیں دیکھ کر بادشاہ نے اسے اپنا داماد بنالیا۔ شمس الدین 1211ء میں تخت نشین ہوا۔ سلطان التمش نے قطب مینار اور قوت اسلام مسجد کو، جو قطب الدین ایبک کی وفات کے بعد نامکمل تھی مکمل کروایا۔ 1226ء سے 1234ء تک راجپوتوں سے جنگ کر کے رنتھمبور، منڈو، گوالیار اور اجین فتح کئے۔ التمش نے رضیہ سلطانہ کو اپنا جانشین مقرر کیا۔ سلطان شمس الدین التمش راتوں کو گدڑی پکھن کر رہایا کے گھروں میں جا کر ان کے حالات معلوم کرتا اور ان کی مدد کرتا۔ سلطان التمش کا اعلان عام تھا کہ اگر کوئی شخص تم سے بے انصافی کرے اور تم پر ظلم و ستم ڈھائے یہاں آکر زنجیر عدل پہاڑ، تمہاری فریاد سنی جائے گی اور تمہیں انصاف دیا جائے گا۔ سلطان التمش اکثر لوگوں سے کہتا کہ اگر تم مجھ سے آکر اپنی شکایت نہ کہو گے تو کل قیامت کے دن تمہاری فریاد کا بوجھ مجھ سے نہ اٹھایا جاسکے گا۔



اپنے الگ گروپ بنالیے تھے۔ کئی بچوں کی نظروں میں اپنے سے کم وسائل والے بچوں کے لیے حقارت اور بیزاری کے جذبات بھی صاف دیکھے جاسکتے تھے۔ سات سالہ محمد احمد جب مدرسے میں داخل ہوئے تو ان کے حلیے سے لگتا تھا کہ ان کی زندگی عسرت و تنگی میں گزر رہی ہے۔ زلیخا بی نے اپنے بیٹے کو صاف ستھرا مناسب لباس پہنا کر مدرسے بھیجا تھا۔ اپنی والدہ کی تربیت کے زیر اثر محمد احمد خود داری کی دولت سے خوب مالا مال تھے لیکن ان کے انداز امیر گھرانوں کے لاڈ پیار میں بگڑے بچوں جیسے نہ تھے۔

مدرسے میں مختلف بچے محمد احمد کے دوست بنے لیکن اتفاق دیکھئے کہ ان کی دوستی کا سب سے زیادہ

ظرف اور اثر کو بھی ان کی شخصیت کے نمایاں اوصاف بننا تھا۔

مدرسے میں امیر و غریب ہر طرح کے بچے پڑھنے آتے تھے۔ کوئی بچہ اپنے والدین کی امارت کا مظہر تھا تو کسی کے حلیے سے مالی وسائل کی قلت کا اندازہ ہوتا تھا۔

امیر گھرانوں کے اکثر بچوں کے رویے سے بھی طبقاتی فرق نمایاں ہوتا تھا۔ شادی مقرر کتابی تعلیم کے ساتھ مدرسے کے بچوں کو اخلاقیات کا درس بھی دیتے تھے مگر اعلیٰ اخلاق کو شخصیت کا حصہ بنانے کے لیے والدین کی تربیت اور ماحول کا کردار بھی ہوتا ہے۔

مدرسے میں امیر والدین کے بعض بچوں نے

مشتاق جو طالب علم ہو اوہ کو تو ال شہر کا بیٹا تھا۔

محمد احمد بھی قاضی شہر کے بیٹے تو تھے لیکن والد کے انتقال کے بعد ان کی زندگی کا سخت دور شروع ہو گیا تھا۔ کو تو ال شہر کا بیٹا اپنے والد کے زیر سایہ آسائشوں میں زندگی بسر کر رہا تھا۔ بہر حال ان دونوں میں دوستی ہو گئی۔

زیلخانی بی اپنے بیٹے کو مدرسے کے لیے بھیجتے وقت کتابوں کے ساتھ ساتھ کھانا بھی رکھ دیا کرتی تھیں۔ زیلخانی بی نے اپنے بیٹے کو یہ ہدایت بھی کی تھی کہ کھانا کھاتے وقت امیروں کے بچوں کے ساتھ مت بیٹھنا۔ زیادہ تر اکیلے بیٹھ کر ہی کھانا کھانا۔ محمد احمد کھانا ساتھ لے کر آتے، لیکن جب گھر میں کچھ نہ ہوتا تو کھانے کے بغیر ہی مدرسے آ جاتے تھے۔ جب وہ کھانے کے بغیر مدرسے آتے اور کھانے کے وقفے میں دوسروں سے الگ ہو کر بیٹھ جاتے تب ان پر اپنی اماں کی ہدایت کا سبب واضح ہوتا۔ دوسروں سے الگ ہو کر بیٹھنے کی وجہ سے بچوں کو پتہ ہی نہ چلتا تھا کہ محمد احمد نے کھانا کھالیا ہے یا نہیں....

حضرت شادی مقری اپنے ہو نہار شاگرد محمد احمد سے خوش تھے۔ وہ اس بچے میں علم کی پیاس اور فہم کی طلب پاتے تھے۔

اس بچے کو قرآن پڑھنے کا شوق تھا۔ وہ قرآن کو سمجھنا بھی چاہتا تھا۔ شادی مقری ہزاروں طالب علموں کو زیور علم سے آراستہ کر چکے تھے۔ وہ تھوڑے دنوں میں ہی شاگردوں کے ذوق، شوق اور ان کی صلاحیتوں کو بھانپ لیا کرتے تھے۔ محمد احمد کا ذوق طلب، تحصیل علم میں ان کی لگن سے شادی مقری متاثر تھے۔ اس کے ساتھ ساتھ انہیں اس بچے

میں متانت اور بردباری بھی نظر آئی تھی۔ یہ بچہ انہیں دوسرے بڑے بچوں سے منفرد اور ممتاز نظر آتا تھا۔

سید محمد احمد تندی اور دل جمعی کے ساتھ تحصیل علم میں مصروف تھے۔ سید محمد احمد کی عمر اس وقت کوئی آٹھ سال کی ہوگی کہ ایک اور اہم واقعہ پیش آیا۔

ایک روز کھانے کے وقفے میں کو تو ال شہر کا بیٹا انہیں ڈھونڈتا ہوا آیا اور بولا
تم نے کھانا کھالیا ہے....؟
ہاں....

تم نے میرے ساتھ کبھی کھانا نہیں کھایا۔ آج میری ماں نے بہت مزیدار حلوہ میرے لیے بھجوا دیا ہے۔ آؤ میرے ساتھ تھوڑا سا حلوہ تو کھا لو۔
نہیں مجھے اب کھانے کی بالکل خواہش نہیں ہے۔

تم میری خاطر ہی چند لقمے کھا لو۔

محمد احمد اپنے دوست کا دل رکھنے کے لیے اس کے ساتھ حلوہ کھانے میں شریک ہو گئے۔

واہ.... واقعی بہت مزیدار حلوہ ہے۔ کبھی میری اماں بھی مزیدار حلوہ بنایا کرتی تھیں۔

محمد احمد نے کل شام سے کچھ نہ کھایا تھا۔ لذیذ حلوہ کا نوالہ اندر لیتے ہی ان کی بھوک خوب چمک اٹھی۔ بھوک کی شدت تو بڑی عمر کے لوگوں سے بھی برداشت نہیں ہوتی۔ محمد احمد کی عمر تو اس وقت سات آٹھ سال ہوگی۔ ان کا ضبط ختم ہونے لگا۔ پھر سوچا کہ خوب پیٹ بھر کر حلوہ کھائیں لیکن محمد احمد تربیت کے جس دور سے گزر رہے تھے اس میں حالات کی کڑی

روحانی نگرانی ہو رہی تھی۔ انہیں بچپن کے دنوں سے یہ تربیت کے تحت مراحل سے گزارا جا رہا تھا۔ اس واقعے کے ذریعے انہیں ضبط اور احساس کرنا سکھایا جا رہا تھا۔

نخشہ محمد احمد نے ابھی دوسرا نوالہ ہی لیا تھا کہ انہیں خیال آیا کہ پتہ نہیں اماں نے اور چھوٹی بہن نے آج کیا کھایا ہو گا....؟

یہ خیال آتے ہی مزید ار حلوے کا نوالہ ان کے ہاتھ سے چھوٹ گیا۔

کیوں کیا ہوا.... کو تو ال کے بیٹے نے حیرت سے پوچھا

نہیں.... بس ایسے ہی.... حلوہ بہت مزیدار ہے۔

شام کو محمد احمد گھر آئے تو ان کی طبیعت بوجھل تھی۔ گھر آتے ہی اپنی ماں کو ساری بات بتائی۔

اماں نے غلطی کی نا....؟ تم نے کوئی غلطی نہیں کی.... تم نے اپنے دوست کا دل رکھا۔ دوسروں کو خوش کرنا بھی اچھی بات ہے۔ اللہ تمہیں خوش رکھے گا۔

پھر انہوں نے اپنے بیٹے کو بتایا کہ آج ہمارا سوت بازار میں اچھے داموں بک گیا ہے۔ کھانے پینے کے لیے مناسب بندوبست ہو گیا ہے۔

کو تو ال کے بیٹے نے بھی اپنے گھر جا کر مرحوم قاضی کے بیٹے کے ساتھ بیٹھ کر حلوہ کھانے کا اور اس

دوران ہونے والی باتوں کا ذکر اپنے والد سے کیا۔

کو تو ال جہاندیدہ آدمی تھا۔ تھوڑے سے الفاظ میں ہی مرحوم قاضی کے گھر کے پورے حالات کو سمجھ گیا۔ مرحوم قاضی سید احمد سے اس کے تعلقات بھی رہے تھے۔ کو تو ال نے سوچا کہ اسے اس گھر آنے کی کچھ مدد کرنی چاہیے۔

ادھر محمد احمد اپنی والدہ اور چھوٹی بہن کے ساتھ باتیں کر رہے تھے کہ دروازے پر دستک ہوئی۔ محمد احمد باہر گئے تو

دیکھا کہ کو تو ال کے بھیجے ہوئے کئی آدمی اناج، گھی اور کپڑوں کے تھان لے کر آئے ہیں۔

دروازے کی اوٹ سے زینخانی بی بھی یہ منظر دیکھ رہی تھیں۔

کو تو ال صاحب نے

امیر کبیر سید عرب کی بیٹی، قاضی شہر سید احمد کی اہلیہ زینخانی بیگم نے غربت قبول کر لی تھی لیکن اپنے شوہر کے گھر میں رہتے ہوئے اپنے والد کی دولت کی طرف آنکھ اٹھا کر نہیں دیکھا تھا۔ بیوہ ہو جانے کے بعد اپنے بھائیوں کی مدد قبول نہیں کی تھی۔ وہ کو تو ال کی بھجوائی ہوئی نذر کیسے قبول کر لیتیں۔

آپ کی خدمت میں یہ بدیہ بھجوا یا ہے....

ان میں سے ایک صاحب نے بہت ادب سے کہا زینخانی بیگم نے اپنے بیٹے کو اندر بلوایا اور کہا کہ کو تو ال صاحب کو سلام کہلو اور ان کا بھیجا ہوا سامان واپس بھجوا دو۔

تقریباً آٹھ سالہ بچے کی زبان سے یہ بات سن کر کو تو ال کے اہلکار سخت پریشان تھے۔ یہ ان کی زندگی کا پہلا واقعہ تھا جب کو تو ال صاحب کے بھجوائے تحائف وصول کرنے سے انکار کیا جا رہا تھا۔ کو تو ال کا خادم سوچ رہا تھا کہ وہ یہ بات کو تو ال صاحب کو کس طرح بتائے گا۔ اسے خود پر کو تو ال کی ناراضگی کا ڈر

تھا۔ کو تو ال کی ناراضگی سے بچنے کے لیے اس نے اور ان کے ساتھیوں نے ننھے محمد احمد کی منت سماجت شروع کر دی۔

بیٹا... کو تو ال صاحب بہت اچھے انسان ہیں۔ انہوں نے بہت خلوص اور نہایت احترام کے ساتھ آپ لوگوں کے لیے تحائف بھجوائے ہیں۔ آپ ہماری طرف سے اپنی والدہ محترمہ سے درخواست کیجئے کہ یہ ہدیہ قبول فرمائیں۔

کئی کئی دن فاقوں میں گزارنے والے، اپنی اماں کے مزاج شناس محمد احمد جانتے تھے کہ کو تو ال کے خدام کی اس درخواست پر ان کی والدہ کا جواب کیا ہو گا۔ وہ دروازے پر چپ چاپ کھڑے رہے۔
بیٹا... آپ اپنی والدہ تک ہماری درخواست تو پہنچائیے۔

اب سید محمد اندر آئے اور اپنی والدہ سے پوچھا کہ ان خدام کو کس طرح منع کیا جائے۔ وہ کہتے ہیں کہ کو تو ال صاحب کا ہدیہ قبول کیا جائے۔
امیر کبیر سید عرب کی بیٹی، قاضی شہر سید احمد کی اہلیہ زلیخا بیگم نے غربت قبول کر لی تھی لیکن اپنے شوہر کے گھر میں رہتے ہوئے اپنے والد کی دولت کی طرف آنکھ اٹھا کر نہیں دیکھا تھا۔ بیوہ ہو جانے کے بعد اپنے بھائیوں کی مدد قبول نہیں کی تھی۔ وہ کو تو ال کی بھجوائی ہوئی نذر کیسے قبول کر لیتیں۔

اللہ پر توکل کی وجہ سے مستحکم ہونے والی خود داری نے انہیں ایک مضبوط حصار میں لیا ہوا تھا۔ فاقوں اور محرومیوں کے تیروں کی بو جھاڑ بھی اس حصار میں کوئی شکاف نہیں ڈال سکتی تھی۔ نہ ہی کسی بلند منصب دار کا رعب یا خوف ان پر اثر انداز

ہو سکتا تھا۔

کو تو ال کے خدام کی منت سماجت جاری تھی۔ دیکھئے! آپ کو تو ال صاحب کی درخواست قبول کر لیجئے ورنہ ہماری نوکریاں چلی جائیں گی اور نوکری سے نکلنے کے علاوہ کو تو ال صاحب ہمیں کوئی سزا بھی دے سکتے ہیں۔ برائے مہربانی ہم پر احسان کیجئے....

اچھا ٹھیک ہے.... کو تو ال صاحب کا بھیجا ہوا ہدیہ ہم نے قبول کیا۔ اب کو تو ال صاحب سے کہو یہ سب سامان ہماری طرف سے شہر کے ناداروں میں تقسیم کروادیں۔

کو تو ال کا ہدیہ قبول نہ کرنا کوئی معمولی انکار نہ تھا۔ چند دنوں میں یہ واقعہ سارے بدایوں میں مشہور ہو گیا۔

شادی مٹری کے مدرسے میں بھی اساتذہ اور بچے محمد احمد سے مل کر اس واقعے کی تفصیلات جاننا چاہتے تھے لیکن محمد احمد نے استفسار کرنے والوں کو کچھ نہ بتایا، صرف اتنا کہا کہ کو تو ال صاحب ایک اچھے انسان ہیں۔ ان کا بیٹا میرا دوست ہے۔

زلیخا بیگم کا تیار کردہ سوت بازار میں اچھے داموں فروخت ہو گیا تھا۔

اس واقعے کے دوسرے تیسرے دن انہوں نے اپنے بیٹے کے مدرسے جانے سے پہلے مزید ار حلوہ بنا کر ان کے ساتھ کر دیا۔ اس روز کھانے کے وقفے میں محمد احمد کو تو ال کے بیٹے کو اپنے ساتھ بٹھا کر حلوہ کھلا رہے تھے۔

(جاری ہے)



اور نہ ہی قہقہہ لگا کر
ہنسی ہوں۔

میرے نانا ایک قبائلی

سردار اور صاحب ثروت و دولت آدمی ہیں۔ میری
ماں دو بھائیوں کی اکلوتی بہن اور اس علاقے کی واحد

فصل

میں مومنہ خاں زندگی
کی تلخیوں، سچائیوں اور
حقیقتوں سے کنارہ کش۔ اپنی

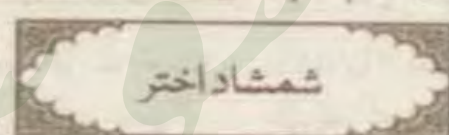
ذات کے خول میں ڈوبتے تاروں کا

سوگ منانے اور آفتاب تازہ سے

ڈرنے والی، بے وجہ رونے اور شام ڈھلے گھر لوٹتے
پرندوں کو انہماک سے دیکھنے والی، پھولوں سے
بے نیاز اور کانٹوں کو چھو کر انگلیاں لہولہاں
کر لینے والی اذیت پسند لڑکی جس کی سب سے بڑی
تفریح فارغ وقت میں چائے میں بھگو کر بسکٹ کھانا
اور والٹن کے تاروں پر پڑ سوز راگ چھیڑ کر گم ہو جانا
بھی شامل ہے۔

شام کو چھت پر بیٹھ کر ڈوبتے سورج کو دیکھتی
جیسے کوئی داستاں گو ان گنت داستاں میں
چھپائے سو جانا چاہتا ہو۔ آنکھیں بند کیے قبرستانوں کو
سوچتی رہتی کہ دنیا کی بے ثباتی یاد آتی۔

ماسٹر کرنے والی لڑکی تھی۔ اس کی



وجہ نانا کی بے تحاشا محبت اور بیٹی کی
ضد تھی۔ میرے دونوں ماموں تعلیم سے زیادہ
سرداری پر مان کرتے تھے۔ ضد، خود سری اور غلط
فیصلوں پر بھی ڈٹ جانا

ہو سکتا ہے آپ کو میری باتیں
کچھ عجیب سی لگ رہی ہوں۔ لیکن ٹھہریے میں آپ
کو شروع سے بتاتی ہوں۔

میری ماں عائشہ خاں کا خیال ہے کہ میں سائیکو
ہوں۔ ایک تنگ ذہن، گھٹی ہوئی اور سوری عورت!
جس کا ذہن اک خاص عمر پر رک
گیا ہو اور اس کی شخصیت
ناکمل ہو اور یہ کہ میں
زندگی میں کبھی کوئی فیصلہ
با اعتماد ہو کر نہیں
کر سکتی، میں کسی عمر
میں میچور نہیں
ہوں گی۔

ان کی یہ باتیں کس

حد تک درست ہیں۔ میں

نے کبھی اونچی آواز میں بات نہیں کی



اور خوشامدی لہجے والی اور میں ان کے اندر چھپی
حقارت کو بے طرح محسوس کرتی۔ تب میرا جی چاہتا
کہ چیخ چیخ کر پوچھوں کہ اگر میرا باپ ایسا تھا تو وہ آپ
کا فیصلہ تھا میرا نہیں۔ میرے ساتھ اس سلوک سے
پتہ نہیں وہ اپنی اپنائیت کے کس جذبے کی تسکین
کرتیں۔ یہ باتیں میرے اندر کالی آندھی کی طرح
اٹھتیں اور رستہ نہ پا کر میرے وجود کی عمارت کو
توڑنے پھوڑنے لگتیں۔ میری شخصیت بودی اور
ریت کی دیوار جیسی ہو گئی جس سے میری صلاحیتیں
اور خوبیاں بھی زمین بوس ہو گئیں۔

راج پوچھیں تو مومنہ خاں کی شخصیت کے ستون تو
اسی دن گر گئے جس دن مجھ سے میرا باپ چھین لیا گیا
تھا جیسے کسی مفلس بچے سے دوکاندار قیمتی کھلونا چھین
لے۔ پانچ سال کی تھی کہ ماں نے ان سے علیحدگی کا
فیصلہ بالکل اسی طرح کیا جیسے ان کے ساتھ شادی کا
فیصلہ کیا تھا۔ مجھے یاد ہے وہ ان سے ہمیشہ طنز اور
حقارت سے بات کرتیں۔ ماں کی مصروفیت کی وجہ
سے میں باپ کے بے حد قریب تھی پتہ نہیں ایک دم
ماں کو یہ احساس شدت سے ہونے لگا کہ میرا باپ
بے حد مفلس آدمی ہے۔ انہیں یہ شک ہونے لگا کہ
وہ ان کے پیسوں اور جائیداد وغیرہ میں ہیر پھیر
کرتے ہیں اور پھر ایک دن قیامت برپا تھی وہ غیض و
غضب کی حالت میں ان پر برس رہی تھیں اور بابا سر
جھکائے دھیمے انداز میں کہہ رہے تھے دیکھو عائشہ!
میری اماں بیمار ہیں۔ ان کے آپریشن کے لیے بھیجے
ہیں پیسے.... میں نے تو بابا کا سر جھکائی دیکھا تھا آج
کچھ زیادہ ہی جھک گیا تھا کیونکہ بیویوں کے خرچے پر
پلنے والے مرد کبھی سر اٹھا ہی نہیں سکتے۔ میرے

اس خاندان کا خاصہ تھا۔ میری اماں میں بھی یہ سب
کوٹ کوٹ کر بھرا تھا۔ اس میں ایک فیصلہ میرے
باپ سے کورٹ میرج بھی شامل ہے۔ تب ماں کا
خیال تھا کہ شادی ہر ایک کا ذاتی مسئلہ ہے۔ نانا اک
جہایدہ اور بیٹی کے مزاج آشنا تھے۔ اس سے پہلے کہ
بیٹی جائیداد کے حصول کے لیے قانون سے مدد لیتی
انہوں نے اس کا حصہ دے کر بیٹی اور بیٹوں کی زندگی
بچالی ورنہ شاید کسی پیشی پر ماں اور بابا میرے کسی
ماموں کی گولی کا نشانہ بن کر اخبار کی خبر ہو جاتے۔
ایسی شادیاں کرنے والے جوڑے یہ کیوں نہیں
سوچتے کہ ان شادیوں کا خمیازہ وہ نہیں تو ان کی اولاد
کسی نہ کسی صورت بھگتنی ضرور ہے۔ میں نے سنا ہے
کہ اسٹامپ پیپر زپر سائن کرنے کے بعد نانا بے ہوش
ہو گئے تھے۔ میں نے اپنی ماں کے چہرے پر کبھی اس
جدائی کا مال نہ دیکھا بلکہ حسب و نسب کا تقاضا ان کے
چہرے اور آنکھوں سے عیاں تھا۔ ہمیشہ ان کا لہجہ
تکبرانہ احساس لیے ہوتا۔ گھر کے ملازموں سے تو ان
کا رویہ غلاموں سے بدتر اور حقیرانہ تھا۔ دولت کی
فراوانی کے باوجود وہ ایک کالج میں جاب کرتی تھیں۔
اس کے علاوہ ان کی ایک سماجی حیثیت بھی تھی، وہ دو
تین رفقاء ادارے چلا رہی تھیں۔

میرے بابا کا تعلق بے حد غریب قریشی خاندان
سے تھا۔ ماں نہیں چاہتی تھیں۔ میں بابا کے نام کو اپنے
نام کا حصہ بناؤں اسی لیے میں مومنہ خاں ہوں۔
حالانکہ وہ کہتی ہیں کہ بیٹی میں باپ کا نسب بیٹوں سے
زیادہ جھلکتا ہے دیکھو میرے باپ کا سارا جاہ و جلال
میرے خدو خال میں سمٹ آیا ہے اور تم.... بالکل
اپنے باپ کی کاپی ہو۔ ادھر سے پن کا شکار، دہلی دہلی

حافظے کی لوح پر سب منظر اسی طرح کندہ ہے جیسے کسی زخم کو روزانہ کھرچ کر تازہ کر دیا جائے۔ میں نے تمہارے فقیر خاندان کا ٹھیکہ نہیں اٹھا رکھا، دفع ہو جاؤ میرے گھر سے۔ میں تم جیسے مفلس اور کنگال انسان کے ساتھ ایک منٹ بھی نہیں رہ سکتی۔ مجھے ابھی طلاق چاہیے وہ نفرت سے بولیں۔ میں وہ پیسے لوٹا دوں گا عائشہ وہ شرمندگی سے بولے۔ کیا کہا لوٹا دو گے مگر کیسے ظفر.... وہ طنز سے بولیں، کیا تم پیسہ کماتا جانتے ہو....؟ ایک کٹھن اور کاہل انسان ہو تم۔ دفع ہو جاؤ تم نے سنا نہیں یہ میرا گھر ہے اور میں تم سے کوئی تعلق نہیں رکھنا چاہتی۔ ماں کا فیصلہ اٹل تھا۔ اچانک بابا کی نظریں میری جانب اٹھ گئیں۔ اک بے بسی، اندیشے، بیقراری اور جانے کیا تھا ان نظروں میں۔ وہ میری طرف بڑھے۔ خبردار! جو میری بچی کو لے جانے کی کوشش کی۔ بابا نے بڑھ کر میری پیشانی پر بوسہ دیا میں ابھی آتا ہوں کہہ کر باہر نکل گئے، اور میں اس بند گیٹ کو آج بھی دیکھ رہی ہوں کہ شاید....

پھر وہ، ”ابھی“ برسوں کا حصہ بن کر میرے وجود میں کھو گئی۔ ہاں کچھ دن بعد ماں کو کچھ پیپرز موصول ہوئے اور انہوں نے دونوں ہاتھوں کو خوشی سے رگڑتے ہوئے کہا خس کم جہاں پاک۔ جان چھوٹی.... اور پھر وہ اپنی زندگی سے بھرپور دنیا میں لوٹ گئیں۔ ہاں البتہ کچھ دن میری دلجوئی بھی کی۔ مفلسی اور مجبوری کے کھونٹے سے بندھا میرا باپ اپنی اولاد کا سہارا کیسے بننا وہ بھلا کیسے کوئی فیصلہ کرتا۔ میں اس محبت بھری چھاؤں سے محروم ہو کر کڑی دھوپ میں آگئی۔ ماں نے بہت کوشش کی مجھے اس حصار سے

نکلنے کی میری ہر ضد ہر خواہش پوری ہوتی۔ ایسے ایسے بیش قیمت کھلونے لائے گئے جو بہت کم بچوں کو نصیب ہوتے ہیں مگر ماں کی دولت مجھے باپ کا مہرباں سایہ نہ دے سکی۔ ایک احساس زہریلے کیڑے کی طرح میرے اندر کہیں چپک کر بیٹھ گیا ہر لمحہ ڈستار ہا۔ سارا دن میں اکیلی اور اتنا بڑا گھر۔ ہاں ملازموں کی اک فوج موجود تھی پھر میں نے اپنی ہی دنیا آباد کر لی جو صرف میری تھی۔ اک حصار اپنے گرد کھینچ لیا۔ دنیا سے کٹ گئی۔ میری شخصیت دب کر رہ گئی۔ باپ کی کمی وہ دکھ تھا جس کا ازالہ ممکن نہ ہوا۔ میری شخصیت کو جو ناقابل تلافی نقصان ہوا اس کا علاج کسی کے پاس نہ تھا۔ کالج میں میری صرف ایک دوست تھی۔ رابعہ کی تین بہنیں ایک بھائی جن کا متوسط طبقے سے تعلق تھا۔ ان کی ضروریات زندگی سخت محنت کے بعد پوری ہو تیں۔ باپ بھائی صبح سے شام تک دوکانداری کرتے۔ ان کی ماں سارا دن کپڑے سیتی۔ بڑی دونوں بہنیں ایک اسکول میں پڑھاتیں۔ رابعہ ان سے چھوٹی تھی مگر ان بہنوں کے چہروں پر جو آسودگی کی چمک اور شادابی تھی وہ میرے جیسی بہترین ماحول میں رہنے والی اعلیٰ غذا لینے والی امیر زادی کے چہرے کو نصیب نہ تھی۔ میں اکثر ان کے گھر چلی جاتی۔ جو پیار خلوص میں نے یہاں دیکھا اور ماں بیٹیوں میں دوستانہ تعلق تھا وہ میرے اجاڑ خانے میں کہیں نہ تھا۔ جو مزہ ان کے چھوٹے سے کچن میں لکڑی کی چوکیوں پر بیٹھ کر تیز مرچوں والا ساگ، مکئی کی روٹی کھانے میں آتا وہ میرے گھر کے کھانوں میں نہ تھا۔ ویران اجاڑ مگر وسیع و عریض کچن اور جہازی سائز ڈائننگ ٹیبل جس کے ایک کونے میں سٹ کر

میں کھانا زہر مار کرتی۔ ماں تو پتہ نہیں کب آتی تھیں۔ جس دن میں رابعہ کے گھر سے ہو کر آتی میرے محل کی ویرانی مزید بڑھ جاتی۔ میں سوچتی کاش کبھی میں بھی اپنی ماں کے ہاتھ کا پکا ساگ اور کڑھی چاول کھا سکتی۔ ماں کے ہاتھ کے لمس میں محبت کو محسوس کرتی مجھے رابعہ کی قسمت پر رشک آتا۔

ایک دن رابعہ میرے گھر آئی تو اتفاقاً امی بھی موجود تھیں۔ انہوں نے اسے سر سے پاؤں تک دیکھا اور عجیب طرح سے بولیں۔ اچھا تو یہ ہے تمہاری دوست۔ وہ ذرا سا مسکرائیں اور دوسرے کمرے میں چلی گئیں۔ یہ سوچے بغیر کہ اس معصوم کی عزت نفس پر کیا گزری اور ان کی بیٹی کیسے ڈھے گئی۔

میرا دل چاہا کہ چیخ چیخ کر پوچھوں کیوں آخر کیوں ماما آپ نے سب کیا۔ لیکن میں ایسا نہیں کر سکتی تھی۔ جن بچوں سے سوال کرنے کی جسارت چھین لی جاتی ہے ان کی زندگی آئندہ کے لیے سوا لیہ نشان بن جاتی ہے۔ جن بچوں کو فیصلہ کرنے کا حوصلہ نہ دیا جائے ان کے حوصلے مفلوج ہو جاتے ہیں مگر ماں کو ان باتوں کی کب پرواہ تھی۔ وہ تو اس بیٹلے میں بیش قیمت سلمان کا حصہ بنا کر مجھے بھول گئی تھیں۔ ان کے حکم پر میں نے فلاسفی میں ماسٹر کے لیے یونیورسٹی میں داخلہ لیا حالانکہ یہ مضمون تو میرے سر سے گزر جاتا میں اسلامک اسٹڈیز میں ماسٹر چاہتی تھی۔ وہیں میری ملاقات سعد سے ہوئی۔ بے حد سلجھا ہوا، خوش جمال و خوش لباس خوب رو اور بے حد سنجیدہ۔ ہم ایک دوسرے کو پسند کرنے لگے تھے۔ ماں کو جیسے ہی معلوم ہوا وہ پھری شیرنی کی طرح دھاڑیں۔ ایک دو نکلے کے خانہ سالکا بیٹا تم اسے میرا داماد بنانا چاہتی ہو۔

کیسے سوچ لیا تم نے مومنہ! آج سے یونیورسٹی جانا بند۔ ختم کرو یہ پڑھائی۔ انہوں نے فیصلہ سنا دیا کہ میری شادی ان کی مرضی سے ہوگی اور مجھ سی ادھوری لڑکی کیا فیصلہ کرتی جسے خود بھی اس کے صحیح یا غلط ہونے کا یقین نہ ہو! میں تو تخیلاتی دنیا کی اسیر حقیقتوں سے بہت دور رہنے والی لڑکی تھی۔ جانے کتنی مرتبہ خود کو سعد کے ساتھ برف زاروں، ویرانوں، صحراؤں اور سبزہ زاروں میں پہلو بہ پہلو دیکھتی۔ انہوں نے ایک لمحے کے لیے نہ سوچا کہ بیٹی بھٹک کر رسوائیوں کے راستے نہ چن لے، درد کی عمیق گہرائیوں میں خود کو نہ کھودے۔ یہ دکھ ناقابل برداشت تھا جبکہ دلاسہ دینے والا بھی کوئی نہ ہو....! شام کو چھت پر بیٹھ کر ڈوبتے سورج کو دیکھتی جیسے کوئی داستاں گو ان گنت داستاںیں سننے میں چھپائے سو جانا چاہتا ہو۔ آنکھیں بند کیے قبرستانوں کو سوچتی رہتی کہ دنیا کی بے ثباتی یاد آتی۔ خیالوں ہی خیالوں میں تپتی ریت پر ننگے پاؤں چلنا اور اس تپش کو نس نس میں سمولینا کہ مستقل سایوں کی ٹھنڈک یکسانیت اور زندگی کی آنج سے عاری من کو سوائے خود فریبی کیا دیتی ہے۔ دکھ کی کڑواہٹ اگر جام حیات میں شامل نہ ہو تو بندہ بیٹھا زہر ہو کر بیمار ہو جاتا ہے۔

ماں نے اپنی دوست کے بیٹے الیاس احمد سے میرا بیاہ کر دیا تو انہیں حساب کتاب کے لیے گھر کا نوکر مل گیا۔ میں نے سر جھکا دیا تھا پر میرے دل میں اب بھی سعد ہی تھا۔ الیاس اک فرمانبردار ملازم نما داماد تھا فرمانبردار شوہر اس لیے نہیں کہوں گی کہ یہ کردار میرے لیے قابل رحم بھی تھا اور گھناؤنا بھی۔ پھر سونیا

میری بیوی اور بچی بھی ہے۔

طلاق دوا سے....

مومنہ وہ میری طرف مڑیں دیکھ نہیں رہی ہو یہ شخص کیسے تمہاری ماں کی انسلٹ کر رہا ہے۔

میں بے حد پر سکون ہو کر چائے کی چسکیاں لے رہی تھی۔

نکل جاؤ ورنہ....

اس کا حق صرف آپ کی بیٹی کو ہے وہ کہے گی تو ابھی اپنی بچی لے کر چلا جاؤں گا۔

کیا کہا تمہاری یہ مجال کہ بچی کو لے جانے کی بات کرے مومنہ اسے کہو کہ ابھی تمہیں طلاق دے کر دفع ہو جائے میں دیکھتی ہوں یہ کیسے لے کر جاتا ہے بچی کو۔

میں اپنی بچی کو کسی صورت چھوڑ کر نہیں جاؤں گا اس کے لیے پہلے آپ کو میری جان لینی ہوگی۔

میری بیٹی کو نے میں حیران آنکھوں سے سب کچھ دیکھتی لالی پاپ چوس رہی تھی۔

تم سن نہیں رہی ہو مومنہ میں کیا کہہ رہی ہوں اس سے کہہ دو کہ تم اس کے ساتھ نہیں رہنا چاہتی....

میں نے چونک کر الیاس کی طرف دیکھا۔ باپ بیٹی ایک دوسرے کو دیکھ رہے تھے۔ میں کیسے بھول سکتی تھی یہ سب۔ منظر بدلنے لگا الیاس کی جگہ میرا باپ کھڑا تھا اور میں سونیا کی جگہ پر۔ میرے اندر چھناک سا ہوا اور میں انجانے خدشوں سے لرز اٹھی۔ الیاس کی آنکھوں میں وہی دکھ اور بے یقینی، میں ٹوٹنے لگی۔ کرب کی لہریں جیسے میرے وجود میں سرایت کرنے لگیں ماں نے دہکتی نظروں سے مجھے

پیدا ہوئی تو مجھے یہ دکھ کھانے لگا کہیں یہ بھی میری طرح کمزور و مجبور نہ ہو جائے۔ یہاں تک کہ اس کی اسکول جانے کی عمر ہو گئی کہ اچانک ماں کا اختلاف الیاس سے بڑھنے لگا۔ انہیں اس میں بے شمار خامیاں نظر آنے لگیں جو میں پہلے ہی سے جان گئی تھی۔ الیاس سے شادی میری زندگی میں اک اور ایسے کا اضافہ تھا بس۔ روز جھگڑے ہونے لگے اور پھر ایک دن وہی منظر سج گیا وہی قرباں گاہ جس پر میں قربان ہوئی۔

ماں الیاس پر برس رہی تھیں جاؤ دفع ہو جاؤ میرے گھر سے نکل جاؤ لالچی انسان۔ کمینگی کی حد کر دی تم نے کس چیز کی کمی تھی جو میرے اکاؤنٹ سے اتنا پیسہ نکلوا کر غائب کر دیا تم نے.... جاؤ اب تم میری برداشت سے باہر ہو گئے ہو! وہ بھی خاموش رہنے والا نہیں تھا اینٹ کا جواب پتھر سے دے رہا تھا۔ میں خاموش تماشائی تھی بلکہ دل ہی دل میں خوش ہو رہی تھی۔ الیاس کی اس جسارت کو دیکھ کر شاعر نے تو پتہ نہیں یہ شعر کس پس منظر میں کہا ہو گا آج مگر ہمارے گھر کے اس منظر میں اس کا عکس دیکھا جاسکتا تھا کہ۔

جن پتھروں کو ہم نے عطا کی تھیں دھڑکنیں ان کو زباں ملی تو ہمیں پر برس پڑے میں زیر لب مسکرا رہی تھی۔ اپنی ظالم ماں کو یوں بے بس دیکھ کر اور میں یہ سب کچھ انتقاماً کر رہی تھی۔

نکل جاؤ میرے گھر سے ابھی اسی وقت اچانک وہ چیخ کر بولیں!

آپ ایسا نہیں کر سکتیں عائشہ خاں اس گھر میں

فروری ۲۰۱۴ء

دیکھا جیسے انہیں اتنی دیر کی توقع نہ تھی۔

میں لہو لہان ہوتی رہی۔ اس گھر سے اگر جائیں گے تو ہم تینوں۔

تب میں نے پہلی مرتبہ ماں کی آنکھوں میں وہ شکست دیکھی جو میں نہیں دیکھنا چاہ رہی تھی۔

دو سال بعد ماں کو فالج کا ایک ہوا اور وہ قوت گویائی کھو بیٹھیں۔

میں ہر ممکن کوشش کرتی ہوں کہ ان کی خدمت میں کوئی کسر اٹھانہ رکھوں اور میں نے اپنے اس فرض سے کوتاہی نہیں کی۔ آج سو نیا جب باپ کی انگلی تھام کر سڑک کے اس پار والے اسٹور سے چاکلیٹی بسکٹ، پیزا اور کیک لاتی ہے جہاں کبھی میں بابا کی انگلی پکڑ کر جاتی تھی تو میرے اندر کی برسوں پہلے والی مومنہ خاں مسکرانے لگتی ہے لگتا ہے مومنہ خاں مکمل ہو گئی۔ مجھے لگتا ہے کہ میری ماں کی آنکھیں کہتی ہیں کہ مجھے تمہارے فیصلے پر فخر ہے۔ جب اپنے چھ ماہ کے بیٹے کو باپ کی گود میں ہمکتا دیکھ کر میرے وجود میں پھیلی تاریکیوں میں جیسے دیپ چل اٹھتے ہیں اور بہار رتوں کی خوشبو من کے آنگن میں مہکنے لگتی ہے۔



اولیاء اللہؑ کی تعلیمات کو عام کرنے اور مثبت طرز فکر کی ترویج کے لیے

رُوحانی ڈائجسٹ

کی توسیع اشاعت میں تعاون فرمائیے۔

رُوحانی ڈائجسٹ

مجھے الیاس کا یہ روپ اچھا لگا کہ وہ اپنی اولاد کے لیے لڑ رہا تھا۔ حیرتوں کے سمندر میں ڈوبی میری بیٹی کی آنکھوں میں اس کی چمک مدہم پڑنے لگی صدیاں لمحوں میں سمٹ آئیں۔ میں نے پھیلی کی پشت سے آنکھوں میں آتی نمی صاف کی۔ شال کی ہل کو کسا اور کھڑی ہو کر کھنکار کر گلا صاف کیا۔

نہیں ماما.... میں الیاس کو نہیں چھوڑ سکتی۔ وہ میری بچی کا باپ اور میرا شوہر ہے.... وہ میرا ستون بھی ہے اور چھت بھی.... میں گر جاؤں گی، میں وہ غلطی کبھی نہیں کروں گی جو آپ کر چکی ہیں۔ میں اپنی بچی سے باپ کی چھاؤں نہیں چھین سکتی۔ کیا آپ چاہتی ہیں اسے بھی میں ساری زندگی کے لیے اندھیروں میں بھگنے کے لیے چھوڑ دوں.... نہیں ماما میں ایسا ہرگز نہیں کروں گی۔

یہ کیا کہہ رہی ہو میرے فیصلے سے انکار کا مطلب جانتی ہو....؟

ہاں! یہی ناکہ مجھے کچھ نہیں ملے گا لیکن مجھے اس کی کوئی پرواہ نہیں۔ میں اپنے شوہر کے ساتھ جاؤں گی سب چھوڑ کر۔

یہ کیسے کر سکتی ہو تم....؟ ان کا غصہ عروج پر تھا۔

میں ایک شادی شدہ خود مختار عورت ہوں اپنے خاندان کا فیصلہ کر سکتی ہوں۔ میں یہ کبھی نہیں چاہوں گی کہ میری بیٹی بھی میری طرح ادھوری رہے۔ میں اسے صحراؤں کی تپش سے بچالوں گی ماما جس سے میں جل کر راکھ ہوئی، اپنی بیٹی کو میں احساس کے ان کانٹوں سے دور رکھوں گی جن سے



گزشتہ قسطوں کا خلاصہ: کچھ عرصہ پہلے ہماری ملاقات شہاب صاحب سے ہوئی، جو ایک پڑھنے لکھے معزز تجارت پیشہ شخص ہیں، ماورائی علوم و ٹیلی پیٹھی اور جنات کے وجود کے موضوع پر ہم دونوں کے خیالات اور ذوق مشترک تھے، جو ہماری دوستی کا باعث بنے۔ شہاب صاحب نے ہمیں بتایا کہ ان کی جنات سے دوستی ہے اور کئی مرتبہ کاروباری مشکلات سے نکلنے اور کاروبار کی ترقی میں ان کے دوست جنات کی مدد شامل رہی اور کئی مرتبہ انہوں نے بھی جنات کی مدد کی۔ میرے استفسار پر انہوں نے بتایا کہ جنات کے ایک معزز خاندان کا نوجوان زاتم، کراچی میں رہنے والی ایک دو شیرو عیشال پر بڑی طرح سحر منہا، دونوں گھرانوں کے والدین اس بات سے پریشان تھے، کراچی کے ایک روحانی بزرگ محترم شاہ صاحب نے اس معاملے کو غماز میں اہم کروا کر ایک چند شیطانی عمل کرنے والے آدمیوں کی وجہ سے ان کو مشکل بھی پیش آئی۔ اس قصے میں ایک کروڑ اس کا ایک چیلہ بھی ہے جس نے گرو کے چرنوں میں کئی برس اس لیے گزار دیے کہ وہ جادو اور جنات پر قابو پانے کا عمل سیکھ سکے۔ انسانوں کی ایک لڑکی عیشال ایک جن لڑکے زاتم کی محبت میں گرفتار ہو جاتی ہے۔ زاتم کی مدد سے سلیم احمد کے کاروبار میں خوب ترقی ہوتی ہے۔ کراچی کے ایک جادو کرنے والے جن قابو کرنے کی خواہش میں زاتم پر حملے شروع کئے اور آخر کار اسے قید کرنے میں کامیاب ہو گیا۔ سامری جادو گر زاتم پر کھل قابو پانے کے لیے چاند میاں کو زاتم کا روپ دے کر عیشال کے گھر بھیجنے کا ارادہ کرتا ہے۔ شاہ صاحب مراقبہ کے ذریعے معلوم کرتے ہیں کہ سلیم احمد اور ان کی فیملی پر جادو کی عملیات کیے گئے ہیں۔ شاہ صاحب سلیم احمد کو رہائش تبدیل کرنے کا مشورہ دیتے ہیں۔ دوسری جانب زاتم کی گمشدگی سے جنات کے قبائل میں تشویش پائی جاتی ہے۔ سامری زاتم سے ایک سودا کرتا ہے۔ سلیم احمد، شاہ صاحب کے کہنے پر ایک اپارٹمنٹ کرائے پر لے لیتے ہیں۔ سامری زاتم کو کچھ شرائط پر اپنی خیریت سے آگاہ کرنے کے لیے جنات کی بستی میں لے جاتا ہے۔ جہاں زاتم جنات کے ایک قبیلے کے سردار سے کہتا ہے کہ میری خیریت سے میرے گھر والوں کو آگاہ کر دیا جائے۔ زاتم اپنی کی خبر اپنے قبیلے والوں تک پہنچاتا ہے۔ دوسری طرف سلیم احمد سخت بیمار ہو جاتے ہیں۔ شاہ صاحب ان پر دم کرتے ہیں تو شاہ صاحب کی حالت بھی خراب ہو جاتی ہے۔ جنات کے ایک سردار سے زاتم کی خبر ان کے قبیلہ والوں تک پہنچتی ہے۔ ساتھ ہی یہ اطلاع بھی ملتی ہے کہ اسے ڈھونڈنا نہ جائے۔ زاتم کے گھر والے اس کی تلاش کے لیے شاہ صاحب کے پاس جانے کا فیصلہ کرتے ہیں۔

قسط نمبر 28

کے ساتھ ساتھ ان کے عقیدت مند کئی جنات بھی ان کے لیے بہت فکر مند تھے۔ جنات کی ایک جماعت نے شاہ صاحب کے منتظم درس شیخ عبدالعزیز سے ملاقات کر کے شاہ صاحب کی خیریت دریافت کی۔

طبیعت خراب ہونے کی وجہ سے شاہ صاحب کا درس اور لوگوں سے ملاقات کا پروگرام چند دنوں کے لیے ملتوی کر دیا گیا تھا۔ شاہ صاحب سے تعلق رکھنے والے انسانوں

شیخ عبد العزیز شاہ صاحب کے تربیت یافتہ مریدوں میں نمایاں مقام رکھتے تھے۔ شاہ صاحب نے ان سے کئی ریاضتیں کروائی تھیں۔ شاہ صاحب نے دوران تربیت انہیں ایک چلہ کاٹنے کے لیے کراچی سے دوسو میل دور جنات کے ایک علاقے میں بھی بھیجا تھا۔ شیخ عبد العزیز نے جنات کی بستی میں تقریباً ڈیڑھ دو ماہ قیام کیا تھا۔

اس چلے کے دوران شیخ عبد العزیز عشاء کی نماز کے بعد سے فجر کی اذان تک مصلے پر بیٹھ کر تسبیحات میں مشغول رہتے تھے۔ فجر سے ظہر تک تلاوت قرآن اور کتابوں کا مطالعہ کرتے اور ظہر کی نماز کے بعد عصر تک آرام کرتے تھے۔

اس علاقے میں رہنے والے کئی جنات شاہ صاحب کے معتقد تھے۔ اس چلے کی وجہ سے شیخ عبد العزیز کی نظر کھلنے لگی تھی اور انہیں جنات کا مشاہدہ بھی ہونے لگا تھا۔ اس چلے کے ابتدائی دن تو شیخ صاحب نے مکمل تنہائی میں گزارے تھے۔ ڈھائی تین ہفتوں بعد ان کی ملاقاتیں وہاں رہنے والے جنات سے بھی ہونے لگی تھیں۔

اس چلے کی کامیابی سے حکیم پر شاہ صاحب نے اپنے اس مرید کو شاباش دی اور اپنے درس میں آنے والے جنات سے میل جول کی ذمہ داریاں بھی انہیں سونپ دی تھیں۔ شاہ صاحب کی مزاج پر سی کے لیے شیخ عبد العزیز سے ملنے والے جنات میں محترم فرزاد کے متعلقین اور زائیم کے چچا بھی شامل تھے۔

ہم کل ہی شاہ صاحب سے ملنے کے لیے کراچی آنے کا پروگرام بنا رہے تھے۔ اس دوران ہمیں شاہ صاحب کی طبیعت کی خرابی کی اطلاع ملی۔ ایک جن سمیان نے شیخ عبد العزیز کو بتایا۔

جی....! شاہ صاحب بالکل ٹھیک تھے۔ ایک صاحب کو دیکھنے کے لیے ہسپتال گئے۔ وہاں ان کی طبیعت

خراب ہو گئی۔ یہ سب اچانک ہوا۔

شاہ صاحب بے شمار انسانوں اور جنات کے لیے ایک بہت بڑا سہارا ہیں۔ اللہ انہیں شفاء عطا فرمائے۔ جنات کے ساتھ آئے ہوئے زائیم کے چچا ناسرون کے لہجے میں بہت فکر ظاہر ہو رہی تھی۔

آمین....! سب یہی دعا کر رہے ہیں....

شاہ صاحب کے معالجین کیا بتا رہے ہیں....؟ ناسرون نے پوچھا

وہ کہتے ہیں کہ.... بظاہر تو کوئی بیماری نہیں ہے۔ شاید تھکن یا اعصابی دباؤ سے طبیعت خراب ہوئی ہو۔

آپ حضرات کا کیا خیال ہے....؟ سمیان نے پوچھا دیکھئے.... آپ جنات بھی بخوبی جانتے ہیں کہ شاہ صاحب کس قدر مضبوط اعصاب کے مالک ہیں۔

جی بالکل.... پھر آپ لوگوں نے کچھ چھان بین کی....؟

جی ہاں.... ہمارے ہاں سے عبد المجید صاحب اور بھائی ریاض اس ہسپتال میں گئے تھے جہاں شاہ صاحب کی طبیعت خراب ہوئی تھی۔

پھر....؟ ناسرون نے کچھ بے تابلی سے پوچھا کچھ اشارے تو ملے ہیں۔ امید ہے کہ جلد ہی مزید معلومات مل جائیں گی۔

میری آپ سے درخواست ہے کہ ہمارے لائق کوئی خدمت ہو تو ضرور بتائیے گا۔ قدموں کے مدہم سے نشانات بھی مل جائیں تو ہم مجرم تک پہنچ جائیں گے۔ آپ فرمائیں گے تو مجرم کو گردن سے پکڑ کر آپ کے سامنے پیش کر دیں گے۔ سمیان نے شیخ عبد العزیز سے درخواست کی۔

شاہ صاحب ابھی گھر پر آرام فرما رہے ہیں۔ ایک دو دن بعد آپ کی یہ درخواست شاہ صاحب کے گوش

گزار کر دی جائے گی۔ اگر ہم خود مجرم تک نہ پہنچ سکے اور شاہ صاحب نے اس معاملے میں جنات سے مدد لینے کی اجازت دی تو ہم آپ سے ضرور مدد لیں گے....

جنات کے کئی قبائل میں شاہ صاحب کے لاتعداد عقیدت مند موجود ہیں۔ شاہ صاحب ہمارے بزرگ ہیں کسی بھی حوالے ان کی خدمت کرنا ہمارے لیے سعادت ہے۔ سمیان نے وہاں موجود سب جنات کی ترجمانی کرتے ہوئے کہا

شیخ عبدالعزیز جنات سے گفتگو کر رہے تھے کہ مدرسے کے ایک طالب علم نے آکر انہیں کہا کہ شاہ صاحب کے صاحبزادے نے آپ کو سلام کہا ہے۔

جنات اس لڑکے کو دیکھ رہے تھے۔ اس کی بات بھی سن رہے تھے لیکن وہ لڑکا جنات کو نہیں دیکھ سکتا تھا۔ وہ لڑکا یہی سمجھا کہ شیخ عبدالعزیز اپنے حجرے میں تنہا بیٹھے ہوئے ہیں۔

آپ لوگ تشریف رکھیں۔ میں شاہ صاحب کے گھر جا رہا ہوں۔ واپسی کا کچھ کہہ نہیں سکتا جب اجازت ملے گی آ جاؤں گا۔

جی بہت بہتر.... جناب، لیکن.... شاہ صاحب نے آپ کو بلایا تو نہیں ہے۔ آپ کو تو ان کے صاحبزادے نے سلام کہلوایا ہے۔

جناب کی جماعت میں ایک نوجوان جن اختیار نے کہا۔ دیکھئے....! شاہ صاحب نے اپنی اولاد اور اپنے مریدوں کی اخلاقی تربیت بہت عمدہ انداز میں کی ہے۔ شاہ صاحب حفظ مراتب کا بہت خیال رکھتے ہیں۔ بڑوں کا ادب، چھوٹوں پر شفقت و اکرام، شاگردوں اور مریدوں کی بہت عزت افزائی، مرکز آنے والے حضرات و خواتین کے ساتھ بہت احترام سے پیش آنا، ان باتوں پر شاہ صاحب نے بہت توجہ دی ہے۔

جی یہ تو ہم بھی دیکھتے ہیں لیکن آپ یہ کیسے سمجھے کہ

شاہ صاحب نے آپ کو بلایا ہے۔

شاگرد نے آکر مجھے بتایا کہ شاہ صاحب کے صاحبزادے نے سلام کہلوایا ہے، اس کا مطلب ہے کہ شاہ صاحب خود یا حضرت کے صاحبزادے کسی کام کے لیے مجھ سے ملنا چاہتے ہیں۔ شاہ صاحب کے ہاں اپنے چھوٹوں سے، اپنے مریدوں سے بھی بہت احترام سے بات کی جاتی ہے۔ اگر کسی کو بلانا ہے تو اسے یہ نہیں کہتے ہیں کہ آپ کو شاہ صاحب بلارہے ہیں۔ اس کے بجائے یہاں یہ کہا جاتا ہے کہ شاہ صاحب نے آپ کو سلام کہا ہے۔

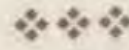
ماشاء اللہ، سبحان اللہ.... ہم ایک عرصے سے شاہ صاحب کے دربار میں آ رہے ہیں، ہر بار یہاں سے کوئی نئی بات سیکھ کر رہی جاتے ہیں۔ اللہ شاہ صاحب کا سایہ آپ پر اور ہم سب پر قائم رکھے۔ آمین....

شیخ عبدالعزیز اس مجلس سے چلے گئے تو زائعم کے چچا ناسرون نے سمیان سے کہا کہ کیا آپ شاہ صاحب کو تکلیف پہنچانے والے آدمی تک پہنچ سکیں گے۔ دیکھئے....! زائعم کی تلاش میں ہم ابھی تک کامیاب نہیں ہو سکے ہیں اور زائعم کی تلاش میں مدد لینے کے لیے ہی ہم شاہ صاحب کے پاس آنے کا پروگرام بنا رہے تھے۔

میں آپ کے جذبات سمجھتا ہوں ناسرون.... لیکن زائعم کی تلاش اور شاہ صاحب کے مجرم کی تلاش دو علیحدہ علیحدہ معاملات ہیں۔ زائعم کی تلاش کے لیے ہمارے پاس کوئی معمولی سا سراغ بھی نہیں ہے۔ ہمیں اندھی راہوں پر چلنا پڑ رہا ہے۔ ہمیں کچھ نہیں پتا کہ زائعم کہاں ہے لیکن شاہ صاحب کے مجرم نے کوئی نہ کوئی نشان ضرور چھوڑا ہوگا۔ وہ نشان ہمیں مل جائے تو کڑی سے کڑی مالتے ہوئے ہم اس آدمی تک پہنچ جائیں گے۔

دیکھتے ہیں کہ کیا ہوتا ہے۔ ناسرون کچھ زیادہ پر امید نہیں تھے۔

اگلے دو تین روز ہم یہیں ٹھہرتے ہیں۔ شاہ صاحب کی طبیعت کچھ ٹھیک ہو جائے پھر ہم اپنے قبیلے میں واپس جائیں گے۔



ڈاکٹر پریشان تھے کہ سلیم احمد کو کیا دوا دیں۔ ان کے سب ٹیسٹ نارمل تھے لیکن کمزوری تھی کہ ٹھیک ہونے میں نہ آ رہی تھی۔ اعصابی، جسمانی طاقت کے ٹانگ بھی کوئی خاص اثر نہ دکھا رہے تھے۔

شاہ صاحب کی طبیعت کی خرابی نے جمیلہ بیگم اور عیشال کی پریشانیوں میں بہت اضافہ کر دیا تھا۔

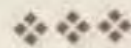
پہلے زائیم لاپتہ ہوا، پھر والدین شدید بیمار پڑے۔ اب شاہ صاحب کی طبیعت بھی خراب ہو گئی۔ بچے درپے ہونے والے ان واقعات نے عیشال کے وجود کو ہلا کر رکھ دیا تھا۔

دکھ اور پریشانی کی گھڑیوں میں آدمی کوئی سہارا ڈھونڈتا ہے۔ عیشال کا ایک سہارا اس کی والدہ تھیں مگر وہ تو خود شدید پریشان تھیں، عیشال کو تو انہیں بھی سنبھالنا پڑ رہا تھا۔

ایک کم عمر لڑکی کو زندگی کے انتہائی مشکل دور سے اس طرح گزرنا پڑ رہا تھا کہ کوئی اس کے ساتھ نہ تھا۔

عیشال کے محبوب کا کچھ پتہ نہ تھا۔ اپنا پیارا دور ہو لیکن ایک دوسرے سے رابطہ ہوتا رہے تو بھی دل کی کچھ تسلی رہتی ہے۔ زائیم کے ساتھ نہ تو کوئی رابطہ تھا نہ اس کی کوئی خبر تھی۔ ان حالات کی تکلیف ہی کچھ کمی نہ تھی کہ عیشال کو نامعلوم اسباب سے اچھے بھلے والد اور پھر شاہ صاحب کی بیماری کی وجہ سے شدید دباؤ کا سامنا کرنا پڑا۔

زائیم کا چہرہ عیشال کی نظروں کے سامنے رہتا۔ ایسا لگتا کہ زائیم اس سے باتیں کر رہا ہے، عیشال کو اپنا محبوب اپنے آس پاس ہی محسوس ہوتا لیکن درحقیقت وہ عیشال سے بہت دور تھا اور رابطہ بھی نہ کر سکتا تھا۔



دو دن ہو گئے مارے مارے پھرتے ہوئے، کالی بلی کہیں نظر نہیں آئی۔ گرو.... میں کیا کروں....؟
تو نے ٹھیک طرح ڈھونڈا نہیں ہو گا۔ مجھے تو کالی بلیاں ہر طرف گھومتی ہوئی نظر آتی ہیں۔

آپ جیسی نظریں تو میری ہو ہی نہیں سکتیں گرو.... بڑی حیرت کی بات ہے کالی بلیاں پہلے تو آس پاس گھومتی نظر آتی تھیں اب ضرورت ہے تو ڈھونڈنے سے بھی نہیں مل رہی۔

مل جائے گی.... مل جائے گی.... چھتا نہ کر.... ہمارا کام تو چل ہی رہا ہے۔

اچھا.... واہ.... گرو.... آپ ہر کام کے ماہر ہو۔ ہاں، شیطان نے سامری کو بہت کچھ سکھایا ہے۔ اس میں جنات کو تابع کر کے انہیں سدھاتا بھی شامل ہے۔.... اب سامری شیطان کا مشن بچھانا چاہتا ہے۔ انسانوں کو شیطان کا بیج و کار بنانا چاہتا ہے۔

اس کام میں آپ کا یہ شاگرد آپ کے ساتھ ہے گرو....

ہاں.... جو آدمی شیطان کے مشن میں شامل ہوتا ہے شیطان اس سے خوش ہو کر اسے کئی شکستیاں دیتا ہے۔ شیطان کی طرف سے تجھے بھی جتنی ضرورت ملے گی۔ واہ.... واہ.... واہ.... پھر تو اپنے وارے نیارے ہو جائیں گے۔

ہاں پھر تو خوب عیاشیاں کرنا، مزے سے زندگی گزارنا۔ گرو....! ایک بات پوچھوں۔

ہاں ہاں.... تو یہی پوچھے گا کہ سامری کی زندگی تو بچے حالوں میں گزر رہی ہے، مڑوں میں تو نہیں گزر رہی....

کمال ہے گرو.... آپ تو منہ کھولنے سے ہی جان لیتے ہو کہ سامنے والا کیا کہنے والا ہے۔

ہاں.... تیرا وہ صاب.... بیمار پڑا رہے گا۔ اب وہ
کبھی ٹھیک نہیں ہوگا۔ اس کا کاروبار بھی تباہ ہو جائے گا۔
گرو لیکن....

لیکن کیا....؟
گرو.... ہو سکتا ہے کہ وہ کسی بڑے عالم سے اپنا
بچاؤ کروالیں۔

اے.... تجھے پہلے بھی بتا چکا ہوں کہ سامری کے وار
کا توڑ کسی کے بس میں نہیں ہے۔ وہ لوگ جو چاہیں کر لیں۔
اب سامری کا جادو ان کو تباہ کر کے ہی چھوڑے گا۔



دو روز بعد شیخ عبدالعزیز نے سمیان، ناسرون کو
اور ان کے ساتھ آئے ہوئے دوسرے جنات کو بتایا کہ
جادوگر کی تلاش کے لیے شاہ صاحب نے آپ لوگوں کی
درخواست قبول کر لی ہے۔

یہ ہمارے لیے عزت کی بات ہے۔ ہم شاہ صاحب
کے شکر گزار ہیں۔

آئیے اب کام کی منصوبہ بندی کرتے ہیں۔
ٹھیک ہے۔

سب سے پہلے ہمیں ان صاحب کے پاس بھجوا دیجئے
جن سے ملتے ہوئے شاہ صاحب کی طبیعت خراب ہوئی تھی۔
بھائی ریاض اور بھائی ساجد آپ کو وہاں لے جائیں گے۔
شاہ صاحب کی تربیت کی وجہ سے بھائی ساجد کی نظر
بھی کھلی ہوئی ہے۔ وہ جنات کا ویدار اور ان سے گفتگو
کر سکتے ہیں۔

ایک گھنٹے بعد ہی جنات کی ایک جماعت بھائی ریاض
اور بھائی ساجد کے ساتھ سلیم احمد کے پاس ہسپتال پہنچ
گئی۔ سلیم احمد اس وقت بھی غنودگی کے عالم میں تھے۔
سمیان اور ان کے ساتھی ایک جن نے سلیم احمد
کا بغور جائزہ لیا۔ انہوں نے بھائی ریاض کی معرفت جمیلہ

دیکھ او بے وقوف آدمی....! سامری کی زندگی میں
دولت کی بہاریں ابھی تک اس لیے نظر نہیں آرہیں
کیونکہ سامری بڑے بڑے کام پہلے کر لینا
چاہتا ہے۔ سامری پہلے اپنی دھاک بٹھانا چاہتا ہے پھر
دولت کمانا شروع کرے گا۔

یہ دھاک کس طرح بیٹھے گی گرو....؟
جن قابو کر کے اور اسے اپنی مرضی پر چلنا سکھا کر
سامری کا شمار طاقت ور جادوگروں میں ہونے لگے گا۔ پھر
طاقت اور دولت میرے غلام ہوں گے.... لیکن ابھی
بھی میرے پاس کوئی کم پیسہ تو نہیں ہے۔

جی گرو....
تو دیکھتا نہیں ہے کہ دو تین ہفتوں میں کوئی نہ کوئی
دولت مند آدمی کسی پر جادو کروانے کے لیے سامری کے
پاس آ ہی جاتا ہے۔

جی گرو.... میں نے دیکھا کہ لوگ آپ کو منہ مانگے
پیسے دے کر کسی کی تباہی کے لیے جادو کرواتے ہیں۔
دیکھ لیا تا تو نے.... سامری کے پاس آج بھی تھوڑی
ہی سہی مگر دولت تو ہے۔ تو نے کبھی سوچا کہ سامری کے
پاس پیسہ کیسے آتا ہے۔

کیسے گرو....؟
سامری کو لوگ پیسے اس لیے دیتے ہیں کیونکہ
سامری انسانوں کو تباہ کرنے کے گر جانتا ہے۔
او.... ہاں....

اب سامری کے پاس جیسے جیسے لوگوں کو برباد کرنے
کی صلاحیت بڑھے گی ویسے ویسے اس کے پاس کام زیادہ
آئے گا اور سامری کی دہشت اور دولت بڑھتی رہے گی۔
گرو.... آپ کی دہشت تو آج بھی کچھ کم نہیں
ہے۔ آپ جس پر بڑی نظر ڈال دیں وہ پانی بھی نہیں مانگ
سکتا۔ جیسے میرے صاب لوگوں کے ساتھ ہوا۔

بیگم سے کچھ سوالات بھی کئے۔

ان کی طبیعت کہاں خراب ہوئی تھی....؟

یہ اس وقت اپنے دفتر میں تھے۔

ان کا دفتر اور رہائش کہاں ہے....؟

جمیلہ بیگم نے دفتر اور اپنی نئی رہائش گاہ کے

بارے میں بتا دیا۔

کیا ہم وہاں جاسکتے ہیں....؟ بھائی ریاض کی معرفت

جمیلہ بیگم سے پوچھا گیا

کیوں نہیں.... ان کی صحت کی بہتری کے لیے ہمارا

ہر طرح کا تعاون آپ کے ساتھ ہے۔

جنات کی ٹیم نے بھائی ریاض کے ساتھ سلیم احمد کے

دفتر اور نئی رہائش گاہ کا معائنہ کیا۔ انہیں وہاں کام کی کوئی

بات پتہ نہ چلی۔

یہ لوگ اس مکان میں کب سے رہ رہے ہیں....؟

شاید چند ہفتوں پہلے ہی یہاں آئے ہیں۔

پہلے کہاں رہتے تھے....؟

میں معلوم کر لیتا ہوں....

بھائی ریاض کے معلوم کرنے پر جمیلہ بیگم نے بتایا کہ

پہلے ہم گلستان جوہر میں رہتے تھے لیکن اب وہ مکان ہم

نے بیچ دیا ہے، ہمیں معلوم نہیں کہ اس مکان میں اب

کون لوگ رہائش پذیر ہیں۔

اب کیا کیا جائے۔ بھائی ریاض نے سمیان سے پوچھا

ہمیں اس مکان کی طرف جانا تو چاہیئے۔ شاید وہاں

کام کی کوئی بات معلوم ہو جائے۔

تھوڑی دیر بعد یہ لوگ سلیم احمد کے پرانے گھر کے

سامنے کھڑے ہوئے تھے۔ شام کا وقت تھا۔ لوگ

ادھر ادھر آ جا رہے تھے۔

سمیان کے ساتھیوں نے اس مکان کے اندر جا کر

ایک ایک کمرے کا جائزہ لیا۔

وہ اس اسٹور میں بھی گئے جہاں زائم ٹہرا کرتا تھا۔

وہ جنات اس مکان میں سلیم احمد پر جادو کرنے والا کا

سراغ لگانے کے لیے گئے تھے لیکن....

لیکن.... بہت حیرت انگیز طور پر انہیں اس اسٹور

میں زائم کی موجودگی کی بعض علامات نظر آ گئیں۔ یہ ایک

بہت بڑی کامیابی تھی۔

اس مکان سے باہر نکلتے ہوئے گیٹ کے سامنے اس

لکیر کے آثار بھی نظر آ گئے جو سامری نے چاند میاں کے

ہاتھوں جادوئی سامان پھینک کر بنوائی تھی۔

یہ ساری باتیں سمیان کے علم میں لائی گئیں۔

ٹھیک ہے.... ہمیں اس علاقے میں مزید چھان بین

کرنی چاہیے۔

ناسرون کو معلوم ہوا کہ کراچی کے ایک مکان میں

زائم کی موجودگی کے اشارے ملے ہیں تو وہ اپنے جذبات پر

قابو نہ رکھ سکے اور پھوٹ پھوٹ کر رونے لگے۔ ان

کے ساتھیوں نے انہیں تسلی دی اور کہا کہ اب ہم زائم کو

بھی جلدی تلاش کر لیں گے۔

جنات کی ٹیم کے ایک رکن نے اس محلے میں وہ

مکان بھی تلاش کر لیا جہاں سلیم احمد کے گھر پر جادو کے

لیے چاند میاں نے کچھ دنوں تک قیام کیا تھا۔

اس مکان سے سامری اور چاند میاں کی چھوڑی ہوئی

بعض چیزیں بھی ملیں۔

ان میں جادو کے لیے استعمال کی جانے والی کچھ

چیزیں بھی تھیں۔

جناب....! یہ تو طے ہو گیا کہ سلیم احمد اور ان کے

گھرانے کو جادو کا نشانہ کہاں اور کیسے بنایا گیا۔ اب ہمیں اس

آدمی کو تلاش کرنا ہے جس نے یہ گند اکام کیا ہے۔

(حساری ہے....)



رسول اکرم ﷺ

کا ارشاد پاک ہے:

"پہلوان وہ نہیں جو کشتی

میں غالب ہو۔

پہلوان وہ ہے جو غصہ میں

اپنے مزاج پر قابو رکھے۔"

(بخاری شریف)

مراقبہ بال

سانگلہ بل

نگراں: علیم دین عظیمی

معراج پورہ نمبر 40

سانگلہ بل ننگانہ صاحب

رسول اللہ ﷺ

فرماتے ہیں:

تہام مخلوق اللہ کی عیال ہے۔

خدا کے نزدیک محبوب وہ ہے

جو عیالِ خدا کو نفع پہنچائے۔

(طبرانی)

مر اقبہ ہاں) نوشہر و فیروز

نگراں: ذوالفقار علی عظیمی

رابطہ: عظیمی میڈیکل اسٹور

نوشہر و فیروز

غریب نامہ



عام مشکل ہے ”سفر وسیلہ ظفر ہوتا ہے“۔ یعنی سفر کے ذریعہ کامیابی اور بہتری کی راہیں کھلتی ہیں.... سفر مختلف تہذیبوں سے آگئی، انسانی رویوں کو سمجھنے اور ذہنی وسعت کا ذریعہ بن سکتا ہے۔ شاید یہی وجہ ہے کہ قرآن میں کئی مقامات پر اللہ تعالیٰ نے حکم دیا ہے کہ انسان اللہ کی زمین پر سفر کرے اور اللہ کی صنایع اور اس کے تنوع کا مطالعہ کرے تاکہ اللہ کی حقیقت اس پر واضح ہو۔

اردو ادب میں سفر نامہ کو ایک منفرد مقام حاصل ہے۔ زیر نظر تحریر بھی اسی تسلسل کی ایک کڑی ہے۔ اس سفر نامے میں جائزہ لیا گیا ہے کہ مشرق و مغرب کے درمیان زبان، تمدن و ثقافت کا نیا فرق ہے۔ پاکستان طالب علموں کے لیے برطانیہ میں کس طرح کے مواقع و مشکلات موجود ہیں۔ مسلمان اور پاکستانی نژاد خاندان کس قسم کے تہذیبی تصادم کا سامنا کر رہے ہیں۔ مزید یہ ہے کہ دونوں تہذیبوں میں ارتباط اور فرق کیا کیا ہیں۔

آٹھواں حصہ

ڈگریاں، ڈگریاں، ڈگریاں

برطانیہ پہنچنے کے بعد ایک حیرت انگیز مشاہدہ یہ رہا کہ مقامی لوگوں میں اعلیٰ تعلیم کا رجحان بہت زیادہ نہیں۔ برطانوی یونیورسٹیز کے ساتھ ستر فیصد طالب علم غیر ملکی ہوتے ہیں۔ پاکستان میں خصوصاً کراچی میں ہم نے یہی دیکھا تھا مڈل کلاس گھرانوں کے نوجوان کم از کم

گریجویٹیشن تو ضرور ہی کرتے ہیں۔ ہمارے معاشرے میں کوئی نوجوان کہے کہ میں ”یونیورسٹی اسٹوڈنٹ“ ہوں تو ہم اتنا محسوس نہیں کرتے کیونکہ بہت سے مڈل کلاس نوجوان یونیورسٹی لیول کی تعلیم میں مشغول نظر آتے ہیں۔

مجھے پہلی حیرت اس وقت ہوئی جب لندن میں ایک عزیز کے صاحبزادے نے چمکتی ہوئی آنکھوں کے ساتھ کہا ”میں یونیورسٹی میں پڑھتا ہوں۔“ میں نے سوچا اس

میں اتنا خوش ہونے کی کیا بات ہے.....؟ یہ تو بعد میں پتہ چلا کہ مقامی لوگوں میں ابتدائی تعلیم کے بعد اعلیٰ تعلیم کا رجحان بہت کم ہے۔ اس کی کئی وجوہات بھی ہیں۔

پہلی وجہ یہ ہے کہ برطانیہ میں ابتدائی تعلیم مفت ہے۔ بارہ درجوں تک تعلیم کو GCSC کہا جاتا ہے۔ اس عرصہ میں طالب علم کو فیس کی مد میں ایک پاؤنڈ بھی خرچ نہیں کرنا پڑتا کتابیں، دوپہر کا کھانا، مختلف تقریبات اور تعلیمی سرگرمیوں کے اخراجات حکومت کی ذمہ داری ہیں۔ بڑے بچوں کو اسکول سے جیب خرچی بھی ملتی ہے لیکن جب وہ بارہ درجوں تک تعلیم حاصل کر لیتے ہیں اور مزید تعلیم کے لیے یونیورسٹی یا ڈگری ایوارڈنگ کا لجز سے رجوع کرتے ہیں تو وہاں ان کو فیس ادا کرنا پڑتی ہے۔ گو کہ یہ فیس بھی مقامی لوگوں کے لیے بہت کم ہے مثلاً ہم انٹرنیشنل اسٹوڈینٹس ایک سال کی فیس دس ہزار پاؤنڈ دیا کرتے تھے تو برٹش نیشنل اسٹوڈینٹس صرف تین یا چار ہزار پاؤنڈ سالانہ ادا کیا کرتے تھے۔ لیکن ادائیگی تو پھر ادائیگی ہے ناں..... چنانچہ برطانوی نوجوانوں کی کثیر تعداد اعلیٰ تعلیم کے حصول سے گریز کرتی ہے۔

دوسری وجہ برطانوی تعلیمی نظام میں ہنرمندی کو شامل رکھنے کا رجحان ہے۔ وہاں بارہ درجوں کی تعلیم میں بچہ کو کسی نہ کسی ہنر یا Skill سے وابستہ کرنا نصاب کا حصہ ہے۔ اسکولوں میں بچوں کی سرگرمیوں اور دلچسپیوں کو مد نظر رکھتے ہوئے ان کے لیے Skills ٹریننگ کا اہتمام کیا جاتا ہے۔ اس کا فائدہ یہ ہوتا ہے کہ بچہ اسکول سے کوئی نہ کوئی ہنر سیکھ کر لھکتا ہے اگر اسکول سے نہ سکھے تو بھی اس کے پاس رہنمائی موجود ہوتی ہے کہ کون سے Trade میں ہنرمند بننا ہے۔ اسکول سے فراغت کے بعد نوجوان فنی میدان میں زیادہ آسانی کے ساتھ جگہ بنانے کے قابل ہو جاتا ہے۔ اس کے برعکس پاکستانی نظام میں ہمارے

نوجوان کو اسکول سے ہنرمندی کی خاطر خواہ رہنمائی نہیں ملتی۔ یوں نوجوان میٹرک، انٹر میڈیٹ، بی اے اور ایم اے تک پہنچ جاتا ہے لیکن ہنرمند نہ ہونے کی وجہ سے فنی میدان میں داخل نہیں ہو پاتا۔ بہت سے مڈل کلاس نوجوانوں میں ملازمتوں کے لحاظ سے ایک طرح کا عدم تحفظ پایا جاتا ہے جس کی وجہ سے وہ میٹرک کے بعد سوچتے ہیں کہ شاید انٹر میڈیٹ کر کے ان کا مستقبل محفوظ ہو جائے۔ یہی عدم تحفظ اور بے یقینی کچھ نوجوانوں کو گریجویٹیشن اور ماسٹرز کی سطح تک بھی لے جاتی ہے۔

برطانیہ میں مختلف پیشوں اور فنون کا احترام بھی ہے اس لیے وہاں نوجوان خود کو محض چند پیشوں تک محدود نہیں رکھتے۔ مثلاً کوئی نوجوان پلبر، ٹرک ڈرائیور، الیکٹریشن، نرس، میڈیکل ٹیکنیشن، ویلڈر یا مینٹنک بن کر بہت باعزت روزگار حاصل کر لیتا ہے جس میں آمدنی بھی مناسب ہو جاتی ہے چنانچہ وہاں یونیورسٹی کی تعلیم تک جانے والے نوجوان اچھی طرح سوچ سمجھ کر ایسا کرتے ہیں۔ ہمارے معاشرے کو بھی ڈاکٹر، انجینئر اور مینجر کے علاوہ دوسرے فنی شعبوں کو قابل احترام سمجھنا چاہیے۔

قصہ ٹونی بلیئر کی ایک مسلم فیملی ممبر کا....

لورین بوتھ ایک فنکار گھرانے سے تعلق رکھتی ہیں۔ ان کے والد ٹونی بوتھ ایک جانے پہچانے برطانوی ٹی وی آرٹسٹ تھے۔ ٹونی بوتھ کا خاندان کئی پشتوں سے فن اداکاری سے وابستہ ہے۔ انیسویں صدی میں بوتھ فیملی امریکی تھیٹر کا جانا پہچانا نام تھا۔ ٹونی بوتھ کے آنگن میں چھ بیٹیاں ہوئیں جن میں سے دو بہنوں شیرلی بلیئر اور لورین بوتھ کو خصوصی شہرت ملی۔ شیرلی بلیئر سابق برطانوی وزیراعظم ٹونی بلیئر کی اہلیہ ہیں۔

لورین بوتھ کی وجہ شہرت شیرلی سے قطعی مختلف



لورین بوتھ کی قبول اسلام سے پہلے اور بعد کی تصاویر

ہے اور وہ بھی ان کی اپنی ذاتی پسند، جرات مندی، حق گوئی، اختیار اور سو باتوں کی ایک بات خدائے تعالیٰ کی عطا یعنی قبول اسلام کا نتیجہ ہے۔ 2009 کے دوران برطانوی حلقوں میں ٹونی بلیئر کی خواہر نسبتی لورین بوتھ کے قبول اسلام کی بازگشت اپنے عروج پر رہی۔ یہ اپنی

ہے۔ انہوں نے فلسطین پر اسرائیلی قبضہ پر ہمیشہ انتہائی سخت زبان اختیار کی۔

لورین بوتھ نے بین الاقوامی غاصب قوتوں پر ہی تنقید نہیں کی بلکہ اپنے بہنوئی ٹونی بلیئر کے دور حکمرانی میں انہوں نے بلیئر کو بھی آڑے ہاتھوں لیا۔

2010 میں لورین ایک ٹی وی چینل پر اپنے قبول اسلام کا اعلان کیا۔ اس موقع پر وہ شلوار قمیض اور حجاب کے ساتھ موجود تھیں۔ انہوں نے بہت جوش اور ولولہ سے کہا ”میرا نام لورین بوتھ ہے اور میں ایک مسلمان ہوں۔“

لورین بوتھ کے قبول اسلام کے بعد برطانیہ میں رد عمل توقع کے عین مطابق ہے۔ کئی اخبارات نے اس خبر کو شبہ سرخیوں میں جگہ دی لیکن یہ دیکھ کر حیرت کی انتہا نہ رہی کہ لورین پر گزرنے والی روحانی کیفیت کو اخبارات نے نہایت توڑ مروڑ کر پیش کیا۔ تین سے زیادہ اخبارات نے لورین کی کیفیت کو spiritual morphine لکھا۔ سب جانتے ہیں کہ تحریر میں کسی بات کا مافیہ الضمیر تبدیل کرنے کے لئے صرف چند یا بعض صورتوں میں ایک لفظ ہی کافی ہوتا ہے۔ ظاہر ہے ان خبروں پر قارئین کے تبصروں میں زیادہ تر منفی تاثر دکھائی

نوعیت کا اہم واقعہ تھا خصوصاً ایسے وقت میں جب مغربی میڈیا اسلام سے خارج مغیلاں کی طرح برگشتہ و دلشکستہ نظر آتا ہے۔ برطانیہ سمیت دیگر ترقی یافتہ ممالک میں شیعہ توحید و اسلام سے اپنی روح و ایمان کو سیراب کرنے والے خواتین و حضرات کی بڑھتی ہوئی تعداد بلاشبہ اس الہامی مذہب کی حقانیت کا منہ بولتا ثبوت ہے لیکن نمایاں شخصیات کا قبول اسلام ایک ایسا واقعہ ہے جسے یہاں خصوصی کوریج دی جاتی ہے لیکن اس میں منفی پہلو زیادہ اجاگر کیا جاتا ہے۔

اسلام کی بڑھتی ہوئی کشش کچھ ایسی تھی کہ کئی ممتاز برطانوی مسلمان ہو گئے۔

لورین کے قبول اسلام پر برطانوی میڈیا اور عوامی رائے عامہ کے بارے میں بتانے سے پہلے ان کی شخصیت کا ایک مختصر جائزہ پیش ہے۔ لورین جولائی 1977ء میں لندن کے مقام اسلنگٹن Islington میں پیدا ہوئیں۔ لورین نے اپنے کیریئر کا آغاز ایک جرنلسٹ کی حیثیت سے کیا۔ انہوں نے نیو اسٹیش مین، میل آن سڈے، سڈے ٹائمز، اور ڈیلی میل بانی اخبار و جرائد میں ملازمت اختیار کی۔ اس کے بعد بی بی سی ریڈیو اور ٹی وی بعد ازیں اسکائی نیوز سے وابستہ ہوئیں۔

لورین بوتھ کو ایک پر جوش خاتون کے بطور پہچانا جاتا

بقیہ صفحہ 66 پر ملاحظہ کیجیے

فروری ۲۰۱۴ء



SANGAM Superstore

Beautiful Location



Everything
you Need



Parking



SANGAM SUPERSTORE

Domel, Muzafferabad,
Azad Kashmir.

Phone: 05822-446661



عقل حیران ہے...!

سائنس خاموش ہے...!

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

انسان سائنسی ترقی کی بدولت کہانشانی نظام سے روشناس ہو چکا ہے، سمندر کی تہہ اور پہاڑوں کی چوٹیوں پر کامیابی کے جھنڈے گاڑ رہا ہے۔ زمین کے بطن میں اور ستاروں سے آگے نئے جہانوں کی تلاش کے منصوبے بنارہا ہے۔ یوں تو سائنس نے انسان کے سامنے کائنات کے حقائق کھول کر رکھ دیے ہیں لیکن ہمارے ارد گرد اب بھی بہت سے ایسے راز پوشیدہ ہیں جن سے آج تک پردہ نہیں اٹھایا جاسکا ہے۔ آج بھی اس کرۂ ارض پر بہت سے واقعات رونما ہوتے ہیں اور کئی آثار ایسے موجود ہیں جو صدیوں سے انسانی عقل کے لیے حیرت کا باعث بنے ہوئے ہیں اور جن کے متعلق سائنس سوالیہ نشان بنی ہوئی ہے۔

چھوٹے چھوٹے بادلوں کی بہت سی قسمیں ایک جگہ اکٹھی ہو کر بڑے بادلوں کی صورت اختیار کر لیتی ہیں۔ پانی کے بخارات اگرچہ ہوا میں تیرتے رہتے ہیں، لیکن جو نمی ہوا ٹھنڈی ہوتی ہے تو آبی بخارات پانی کے بڑے بڑے قطروں میں دوبارہ تبدیل ہو جاتے ہیں۔ جب یہ بھاری ہو جاتے ہیں تو ہوا میں معلق ہو کر زمین کی طرف آنا شروع کر دیتے ہیں۔ پانی کے لاکھوں کروڑوں قطروں کا ایک ساتھ زمین کی طرف گرنا بارش کہلاتا ہے۔ اس دوران بادلوں میں پانی کے قطرات گھومتے ہوئے جب ایک دوسرے سے ٹکراتے ہیں تو وہ برقی چارج پیدا ہونے لگتے ہیں، جس سے بجلی پیدا ہوتی ہے۔ چارج شدہ ایک بادل اگر چارج شدہ دوسرے بادل سے اچانک

یہ دنیا قدرت کے بہت سے حسین شاہکاروں سے بھری پڑی ہے اب آسانی بجلی کو ہی لے لیں بظاہر دہشت ناک نظر آنے والی کڑک درحقیقت قدرت کی ایک نشانی ہے۔ بجلی کی کڑک کے ساتھ پھیلنے والی روشنی بھی آدمی کو خوفزدہ کر دیتی ہے۔ ایسا لگتا ہے کہ یہ روشنی سب کچھ تباہ کر دے گی اور کوئی چیز اس کی مزاحمت نہیں کر سکے گی۔ یہ روشنی یہ کڑک دراصل بارش سے بھرے بادلوں کی خبر دیتی ہے جو زمین کو زندگی بخشتے ہیں۔ سائنس بتاتی ہے کہ پانی بخارات بن کر بلندی پر پہنچتا ہے اور نمی پا کر ذرات کی شکل اختیار کرنے لگتا ہے۔ یہ ذرات لاکھوں بلکہ کروڑوں کی تعداد میں اکٹھے ہو کر ایک گروپ کی شکل اختیار کر کے بادل بن جاتے ہیں۔

keratography کہتے ہیں۔

اس ماہ ہم کراؤنوگرافی کے حوالے سے چند واقعات قارئین کی خدمت میں پیش کر رہے ہیں۔
1887ء میں کلیولینڈ اور چٹان اوگاٹینسی کے درمیان ایک بوڑھی عورت گرینی آس بورن رہتی تھی۔

رات کا کھانا کھانے کے بعد اس نے اپنے بوسیدہ مکان میں اپنی جان جان آفرین کے سپرد کر دی۔ مرنے سے چند گھنٹے پہلے وہ باہر نکل کر کھڑکی کے سامنے کھڑی ہوئی تھی تاکہ اس طوفان باد و باران کا مشاہدہ کر سکے جس نے پوری وادی میں ہلچل مچا رکھی تھی، اچانک بجلی کا کوندالپکا اور اس کے عین سامنے سڑک پر موجود چیز کے درخت کو پاش پاش کر کے چلتا بنا۔ گرینی اپنے تکیے پر پیچھے کو گری اس نے اپنے بازو سمیٹے اور اس دنیا سے رخصت ہو گئی۔

اس کے پڑوسی اس کے پاس پہنچے تو ان کی حیرت کی انتہا نہ رہی، انہوں نے دیکھا کہ کھڑکی کے شیشے میں مرحومہ کا عکس ان کی طرف دیکھ رہا ہے اس عکس



نکرا جائے تو گرج کے ساتھ بجلی پیدا ہوتی ہے جو اچھل کر زمین کی طرف آجاتی ہے۔ جب یہ زمین پر گرتی ہے تو دھماکے کے ساتھ بڑا شعلہ پیدا کرتی ہے۔ آسانی بجلی کا ایک فائدہ تو یہ ہے کہ یہ زمین پر بہت بڑی مقدار میں نائٹروجن گیس لے آتی ہے جس کی وجہ سے زمین زرخیز ہوتی ہے۔

لیکن.... کیا آسانی بجلی فوٹوگرافی بھی کر سکتی ہے....؟

یہ بات یقیناً آپ کے لیے حیرانی کا باعث ہوگی.... کیونکہ ہم جب بھی فوٹوگرافی کا ذکر کرتے ہیں تو سب سے پہلے جس چیز کا خیال ذہن میں آتا ہے وہ کیمرہ ہے۔

کیمرے کی ایجاد کسی ایک شخص کی مرہون منت نہیں ہے سب سے پہلے پن ہول کیمرہ ایک مسلمان عرب سائنسدان نے ایجاد کیا پھر آہستہ آہستہ ترقی کی منزلیں طے کرتا ہوا موجودہ دور کے ڈیجیٹل کیمرے کی شکل اختیار کر گیا مزید یہ کہ کئی اور منازل طے کرے گا اس بارے میں کچھ نہیں کہہ سکتے۔

آج کے دور میں فوٹو اتارنا تو بہت ہی آسان اور سادہ سا کام ہے، صرف ایک کیمرے کی ضرورت پڑتی ہے.... لیکن کسی کیمرے یا مشین آلات کا استعمال کیے بغیر تصاویر کھینچنے کا تصور شاید آپ کے نزدیک ناممکن ہو۔ لیکن قدرت کبھی کبھار کچھ ایسے نمونے بھی سامنے لے آئی کہ انسانی عقل دنگ رہ جاتی ہے۔ دنیا میں کئی مرتبہ ایسے واقعات سامنے آتے رہے ہیں جب صرف آسانی بجلی چمکنے سے کسی کا عکس شیشے پر اتر آیا ہو، بجلی سے بنائی ہوئی ان تصویروں کو سائنسدان کراؤنوگرافی



کھڑکی پر ایک آئو کا عکس نقش ہے۔

کی ٹھوڑی بوڑھی عورت کی طرح تھی اور رجھار لگا ہوا ہیٹ بھی اس کے ہیٹ کے مشابہ تھا، اس عکس کا مشاہدہ کرنے والوں نے یہ انکشاف کیا کہ گرینی اور اس عکس میں بہت مشابہت ہے۔

کیمرے کی تصویر اور اس

یہ شیشہ بڑی احتیاط سے کھڑکی سے جدا کر کے عجائب گھر میں لے جایا گیا جہاں سائنسدانوں نے طویل تجربات کے بعد اپنی شکست تسلیم کر لی، یہ تصاویر کس طرح شیشے میں دبوست ہو گئی تھیں یہ سائنسدانوں کو معلوم نہ ہو سکا۔

یہ شیشہ انسٹی ٹیوٹ کی تیس لاکھ مالیت کے دوسرے نوادرات کے ساتھ رکھ دیا گیا اور یہ اب بھی وہیں موجود ہے۔

دو دسمبر 1891ء کو نیوالبانی (انڈیانا) میں صوفیا نامی عورت ایسٹ ففٹھ سپرنگ اسٹریٹ میں اپنے گھر میں انتقال کر گئی، اس کی تجہیز و تکفین کی رسم تیسرے دن ادا کی گئی، اس سے اگلے دن اس کی بھانج اس کے مکان میں داخل ہوئی تاکہ وہ مکان میں موجود اشیاء نکال کر اپنے گھر لے جائے۔

وہاں اس نے دیکھا کہ مردہ صوفیا کا چہرہ سامنے کی کھڑکی کے شیشے سے اس کی طرف گھور رہا ہے وہ بہت خوفزدہ ہوئی، ایک ہفتہ تک یہ عکس شیشے میں رہا۔ تمام افراد اس بات پر متفق تھے کہ عکس اسی بوڑھی عورت کا ہے لیکن یہ عکس شیشے میں کس طرح ابھر گیا کوئی بھی نہ بتا سکا۔

عکس میں صرف یہ فرق تھا کہ یہ عکس کسی نامعلوم طریقے سے اس وقت ایک عام قسم کے شیشے میں اتر گیا تھا جب گرینی کھڑکی کے سامنے طوفان کا مشاہدہ کر رہی تھی۔ یہ عکس کئی سالوں تک اس شیشے پر موجود رہا۔

گرینی آسبورن کا واقعہ کئی لحاظ سے اس واقعہ سے مشابہت رکھتا ہے، جو 1903ء میں واشنگٹن میں ظہور میں آیا تھا، ایک ڈنر پارٹی میں مہمانوں نے کھڑکی کے ایک شیشے پر جو باغ کی سمت میں کھلتی تھی دو حیرت انگیز فوٹو دیکھے، یہ تصویریں قوی الجشہ بوڑھے مرد اور ایک پڑمردہ بوڑھی عورت کی تھیں۔ مالک مکان کو اس واقعہ کی اطلاع دی گئی تو اس نے ان تصویروں کا معائنہ کیا اس نے انہیں فوراً پہچان لیا کہ یہ تصویریں اس کے دادا اور دادی کی تھیں جو کئی سال پہلے مر چکے تھے۔ اس نے اس بات کی تصدیق کی کہ ایک مرتبہ اس کے دادا اس کھڑکی کے سامنے طوفان کا مشاہدہ کر رہے تھے لیکن ان کی تصویریں کس طرح شیشے میں ثبت ہو گئی تھیں....؟ یہ اسمتھ سونین جیسے ادارے کے لیے بھی ایک اسرار کی حیثیت رکھتی ہیں۔

Protecting
your WORLD

Making you feel secure with
our trained guards



SOS PAKISTAN

*Leading Security Service Provider
in Pakistan Serving the Nation
From Khyber to Karachi*

SECURITY ORGANIZING SYSTEM PAKISTAN (Pvt.) Ltd.

1131-C, SOS House, Mumtazabad, Multan

Tel: +92-21-6529918 - 6526935 - 6244428, Fax: +92-21-4230055

E-mail: sospakistan@hotmail.com, www.sospakistan.com

بقیہ: فرنگ نامہ

دیا۔ لورین پر غیر شائستہ تبصروں کے علاوہ ناصحانہ پیغامات بھی بے شمار تھے جس میں مسلم امہ کی عمومی حالت کو مذہب اسلام ثابت کرنے کی کوشش کی گئی۔ لیکن ہمارا خیال ہے کہ یہ تمام کوششیں بے سود ہی ثابت ہوں گی۔ لورین ایک تعلیم یافتہ اور جہانمیدہ خاتون ہیں لہذا ان کو اسلام اور موجودہ مسلمانوں کی زیوں حالی میں تقابل کرنا زیادہ بہتر آتا ہے۔ ایک اور اہم بات یہ سمجھ میں نہیں آتی کہ جو معاشرے اپنے آپ کو آزادی اظہار رائے اور مذہب کا علمبردار سمجھتے ہیں وہاں کسی کے یہودی، عیسائی، ہندو یا بدھ مذہب کے قبول کرنے کے واقعہ کو کوئی اہمیت نہیں دی جاتی لیکن ایک غیر مسلم کے اسلام قبول کرنے کو منفی انداز میں پیش کی جاتا ہے۔

روایتی کھانے

مسلمانوں کے روایتی کھانوں کا برطانوی ثقافت پر گہرا اثر پڑا ہے، لوگوں کے خریداری اور کھانے پینے کے انداز بدل گئے ہیں اور وہ انوکھے نئے ذائقوں اور اجزاء سے متعارف ہوئے ہیں۔ برطانیہ میں پہلا کرمی ہاؤس یا سالن ہوئی 1809ء میں لندن میں کھلا اور آج وہ کھانے جنہیں انڈین کہا جاتا ہے قوم کے پسندیدہ کھانے بن چکے ہیں۔

برطانیہ کے انڈین ریسٹورانٹس میں پیش کیے جانے والے اکثر کھانے درحقیقت بنگلہ دیشی اور پاکستانی مسلمانوں کے تیار کردہ ہوتے ہیں۔ ترکی، لبنان اور مراکش کے روایتی کھانوں کی مقبولیت میں بھی اب اضافہ ہو رہا ہے۔

(جباری ہے)



اس طرح کی حیران کن تصویر اسمتھ کے گھر میں بھی تھی، اسمتھ ایک بوڑھا کسان تھا جو ڈلیوائٹل (کنوکی) سے چھ میل مغرب کی طرف رہتا تھا۔ یہ واقعہ 1865ء کے موسم بہار کا ہے۔

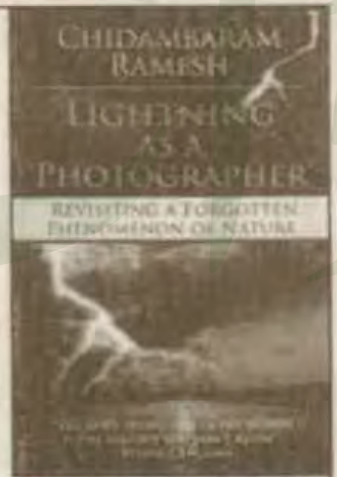
جنگ زوروں پر تھی اور اسمتھ اپنے پڑوسیوں کی طرح اس انتظار میں تھا کہ کب محاذ سے بلاوا آتا ہے...؟ ایک صبح سخت طوفان کے بعد اسمتھ اور اس کی بیوی ایک قوس و قزح کو دیکھ کر حیران رہ گئے جو ان کی تین شیشوں والی کھڑکی کے پاس محراب بنائے ہوئے تھی۔ اگرچہ یہ قوس قزح مکان سے کچھ فاصلے پر نظر آتی تھی۔

سینکڑوں لوگ اس قوس قزح کو دیکھنے کے لیے آتے رہے۔ لوگ اس سے جنگ کے متعلق شگون لینے لگے چند دنوں کے بعد جنگ ختم ہو گئی لیکن اس قوس قزح کا عکس بعد میں کافی دنوں تک کھڑکی پر موجود رہا۔ کسی میٹنی انکوائرز کے نمائندوں نے اس قوس قزح کو ایک دستاویزی معنوں کی فہرست میں داخل کر دیا۔

(جباری ہے)



اس مضمون میں دئے گئے واقعات کتاب Lightning as a Photofraper سے لیے گئے ہیں جس کے مصنف تامل ناڈو (انڈیا) کے ایک محقق چید مہرم ریش ہیں۔ اس کتاب میں انہوں نے کراؤنوگرافی اور اس جیسے کئی



واقعات کو اکٹھا کیا ہے۔

جیتی جاگتی زندگی

زندگی بے شمار رنگوں سے مزین ہے جو کہیں خوبصورت رنگ اوڑھے ہوئے ہے، تو کہیں تلخ حقائق کی اوڑھنی اوڑھے ہوئے ہے۔ کہیں شیریں ہے تو کہیں ہمکین، کہیں ہنسی ہے تو کہیں آنسو۔ کہیں دھوپ ہے تو کہیں چھاؤں، کہیں سمندر کے

شفاف پانی کے جیسی ہے تو کہیں کچھ میں کھلے پھول کی مانند۔ کہیں قوس قزح کے رنگ ہیں۔ کبھی اماوس کی رات جیسی گنتی ہے۔ کبھی خواب گنتی ہے، کبھی سراب گنتی ہے، کبھی خاردار جھاڑیاں تو کبھی شبیہ کے قطرے کی مانند گنتی ہے۔ زندگی عذاب مسلسل بھی ہے۔ تو راحت جان بھی ہے، زندگی ہر رنگ میں ہے، ہر طرف ٹھاٹھیں مار رہی ہے، کہانی کے صفحات کی طرح بکھری پڑی ہے....

کسی مفکر نے کیا خوب کہا ہے کہ ”استاد تو سخت ہوتے ہیں لیکن زندگی استاد سے زیادہ سخت ہوتی ہے، استاد سبق دے کے امتحان لیتا ہے اور زندگی امتحان لے کر سبق دیتی ہے۔“ انسان زندگی کے نشیب و فراز سے بڑے بڑے سبق سیکھتا ہے۔ زندگی انسان کی تربیت کا عملی میدان ہے۔ اس میں انسان ہر گزرتے لمحوں کے ساتھ سیکھتا ہے، کچھ لوگ ٹھوکر کھا کر سیکھتے ہیں اور حادثے ان کے ناصح ہوتے ہیں۔ کوئی دوسرے کی کھائی ہوئی ٹھوکر سے ہی سیکھ لیتا ہے۔ زندگی کے کسی موڑ پر اسے ماضی میں روٹنا ہونے والے واقعات بہت عجیب دکھائی دیتے ہیں۔ وہ ان پر دل کھول کہہ جاتا ہے یا شرمندہ دکھائی دیتا ہے۔ یوں زندگی انسان کو مختلف انداز میں اپنے رنگ دکھاتی ہے۔ اب تک زندگی ان گنت کہانیاں تخلیق کر چکی ہیں، ان میں سے کچھ ہم صفحہ قرطاس پر منتقل کر رہے ہیں۔

بے گناہ

یہ سچا واقعہ میرے محترم مرحوم ماموں کی آنکھوں کے سامنے پیش آیا۔ وہ بتاتے ہیں کہ ”ملتان کے قریب ہماری جدی پشتی زمین تھی جو ٹھیکے پر دے رکھی تھی۔ میں نے وہاں جانے کے لیے چھٹی لی اور یوں طویل اور تھکا دینے والے سفر کا آغاز کیا۔ بس جانے پہچانے راستوں پر گامزن ہو گئی۔ دیہاتی عورتیں اور مرد بس میں اتر اور چڑھ رہے تھے۔

سفر جاری تھا کہ پچھلی نشستوں سے نیلی پتلون اور سرخ قمیض میں ملبوس ایک نوجوان لڑکا اچانک اپنی نشست سے اٹھا اور شور مچانے لگا:

”بس روکو.... بس روکو.... میری جیب کٹ

گئی ہے.... جیب میں پورے تیس ہزار روپے تھے جو میں یونیورسٹی میں داخلے کے لیے لے جا رہا تھا۔“ لڑکے کی آواز پھر آئی ”تھوڑی دیر پہلے تک رقم میرے بنوے میں تھی.... ابھی دوبارہ دیکھا تو جیب سے بنوا غائب ہے۔“

”پھر تو چور اندر ہی ہو گا۔“ کوئی بولا۔

”ہاں، ابھی تو بس کسی اسٹاپ پر نہیں رکی۔“

دوسرے لڑکے کے پہلو میں ایک باباجی بیٹھے تھے، وہ بھی تاسف سے اسے دیکھنے لگے۔

بس میں عجیب سی ہل چل مچ گئی۔ عورتیں، مرد، بچے سبھی کسی نامعلوم چور کو بد دعائیں اور

کو سنے دینے لگے۔

چنانچہ ایسا ہی کیا گیا۔ سب سوار یوں کی تلاشی شروع ہو گئی۔ جب لڑکے کے ساتھ بیٹھے بزرگ صورت، سفید پوش آدمی کی جیب ٹٹولی گئی تو لڑکے کی بتائی ہوئی نشانوں کے مطابق گندی رنگت کے چمڑے سے بنا ایک بٹوہ برآمد ہوا۔ لڑکا چیخا:

”ہاں ہاں یہی ہے، یہی ہے۔ یہ دیکھو اس کے کونے پر سیاہی کا نشان بھی ہے۔ اسی میں میرے تیس ہزار روپے ہیں۔“

سوار یوں کے علاوہ دوسرے لوگ بھی اکٹھے ہو کر تماشا دیکھ رہے تھے۔ تھانیدار نے فوراً نوٹ گئے، وہ واقعی اتنے ہی تھے جتنے اس لڑکے نے بتائے۔ بابا کچھ بولا لیکن شور میں اس کی آواز کسی نے نہ سنی۔ تھانیدار غصے سے بولا:

”تو نے جی (سفید) ڈاڑھی رکھی ہوئی ہے پر شرم نہیں آتی.... اپنی عمر دیکھ اور کر توت دیکھ!“

بابے کا چہرہ اس اچانک افتاد، شدید ذلت اور رسوائی سے زرد پڑ گیا۔ ہونٹ کپکپانے لگے۔ اس نے بمشکل خشک زبان سے تھر تھرائی ہوئی آواز میں کہا ”قسم اللہ پاک کی، یہ میرے روپے ہیں۔ میں نے راستے میں اس لڑکے کو بتایا کہ آج میں تیس ہزار روپے کی بج (بھینس) بیچ کر آ رہا ہوں۔“

”جھوٹ نہ بول بابا! خدا توں ڈر۔“

بابے کی رسوائی کی حد ہو گئی۔ وہ اپنی صفائی میں کچھ کہنا چاہتا تھا لیکن کوئی اس کی سننے کو تیار ہی نہ تھا۔ ہر کوئی اپنی کہنے لگا۔

”شرم کر! شرم۔“

”وے بڑھیا! مرن تیرے دیہاڑے میں، تینوں ایہہ کم کردیاں شرم نہ آئی“ (اے بوڑھے، تیرے مرنے کے دن ہیں، تجھے ایسا کام کرتے

”وے مرجان ایہو جیا کم کرن والے۔“ (ایسا کام کرنے والے مرجائیں۔“)

”بیڑہ غرق ہوے ایسے لوکاں دا۔“ (ایسے لوگوں کا بیڑہ غرق ہو)

”بے چارہ فیس جمع کروان جاریا سی۔ ظلم تے ہنیر دیکھو۔“

(بیچارہ فیس جمع کروانے جا رہا تھا۔ ظلم اور اندھیر تو دیکھو)

”گھنہ نہ رہوے ایسے ظالماں دا۔“

(ایسے ظالموں کا ستیاناس ہو جائے)

کنڈکٹر نے آکر نوجوان کو تسلی دی کہ اگر ابھی ابھی یہ واقعہ ہوا ہے تو چور یقیناً بس کے اندر ہی موجود ہے.... اور وہ فکر نہ کرے۔

کسی ان دیکھے چور کو پکڑنے کا تجسس.... فکر مندی اور خوف، ایسے سانچے نے سب کو دہلا دیا۔ بھانت بھانت کی باتیں شروع ہو گئیں۔ سب ایک دوسرے کو شک کی نگاہ سے دیکھنے لگے۔ ڈرائیور نے بس سیدھی تھانے کے سامنے جا کر کھڑی کر دی۔ اندر وہ لڑکا لگا تار بول رہا تھا:

”جی مجھے اپنے بٹوے کی پہچان ہے۔ گندی رنگ

کا ہے، ایک طرف سیاہی کا نشان بھی لگا ہے۔“

کنڈکٹر نے بس کا دروازہ بند کیا اور چٹخنی لگا کر کھڑا ہو گیا کہ مبادا چور غفلت سے فائدہ اٹھا کر بھاگ نکلے۔

اس دوران ڈرائیور نے جا کر تھانیدار کو صورتحال سے آگاہ کیا۔ چنانچہ اگلے ہی لمحے تھانیدار دو سپاہیوں کے ساتھ آگیا۔ لڑکے سے کہنے لگا ”تم فکر نہ کرو.... چلو

جی، ایک ایک بندہ تلاشی دیتا جائے اور

بس سے اترتا جائے۔“



بالوں کی حفاظت کا قدرتی طریقہ

AZEEMI'S

SUNRAYS



HERBAL SHAMPOO

اب نئی دیدہ زیب پیلنگ میں

RS: 75/=

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

021-36604127

WWW.PAKSOCIETY.COM

شرم نہیں آئی)

بابے کا سفید پگڑ، جس کا شملہ ابھی کچھ دیر پہلے اوٹھا تھا، اب پیروں میں رل رہا تھا۔

تھانیدار نے بٹوہ لڑکے کو پکڑا دیا اور بابے کو لعن طعن کہے۔ اس نے قسمیں کھا کر اپنی بے گنتائی ثابت کرنی چاہی مگر کسی نے بابے کی نہ سنی۔

لڑکے کا گمشدہ بٹوہ رقم سمیت چور سے بازیاب ہو گیا تھا۔ اس نے رقم مل جانے کی خوشی میں پانچ پانچ سو کے دونوٹ نکال کر تھانیدار کو پیش کیے۔

سواریاں دوبارہ بس پر سوار ہونے لگیں۔ بابے کو تھانیدار نے پکڑ رکھا تھا۔ اس نے اپنی انگشت شہادت آسمان کی طرف اٹھائی اور ڈبڈبائی آنکھوں سے بڑے دلگیر لہجے میں صرف اتنا کہا:

”اے اللہ! تو سچائی جانتا ہے.... تو ہی انصاف کرنے والا ہے۔ تیرا انصاف کہاں ہے....؟“

اسی اثنا میں وہ لڑکا بس سے اتر کر سواریوں کے سامنے ہی ایک تانگے پر سوار ہو گیا.... لیکن یہ کیا....؟.... ابھی بس کے مسافر اپنی اپنی نشستوں پر بیٹھے بھی نہ تھے اور تانگہ چند گز ہی چلا تھا کہ اچانک شور مچ گیا۔ ہوا یہ کہ سامنے سے آتے ہوئے ایک اور تانگے کا بم اس لڑکے کے سینے سے آر پار ہو گیا جو ابھی ابھی گمشدہ رقم ملنے کے بعد شاداں و فرحاں گھر جا رہا تھا۔ بم اس کے سینے میں کھبا ہوا تھا۔ وہ لڑکا بڑے کرب سے پکارا:

”باباجی کو بلاؤ.... باباجی کو بلاؤ۔“

ایک شخص دوڑتا ہوا آیا جہاں تھانیدار کے پیچھے باباجی سر جھکائے تھانے میں داخل ہونے والے تھے۔ اس شخص نے جلدی جلدی تھانیدار کو نئی صورتحال سے آگاہ کیا، سب ادھر دوڑ پڑے۔ حتیٰ

کہ بس بھی رگ گئی.... اس کی سواریوں کا رخ بھی جائے حادثہ کی طرف تھا۔ لڑکے کی خواہش کے مطابق باباجی اس کے سامنے لائے گئے۔

انہیں دیکھتے ہی لڑکا سینے پر ہاتھ رکھے، کراہت ہوئے چیخ کر بولا ”باباجی! مجھے معاف کر دینا.... جب آپ نے ٹکٹ لینے کے لیے بٹوہ نکالا، تو نوٹ دیکھتے ہی میری نیت خراب ہو گئی۔ یہ آپ کی امانت ہے، اسے واپس لے لیں۔“

لوگو! گواہ رہنا، میں باباجی کا مجرم تھا.... باباجی مجھے معاف کر دینا.... اپنا پتر (پینا) سمجھ کر۔“ خون کے فوارے اس کے ارد گرد پھیلے ہوئے تھے.... وہ موت کی دہلیز پر رکا یہ باتیں کر رہا تھا اور پھر دیکھتے ہی دیکھتے موت کی آغوش میں چلا گیا۔

باباجی کا چہرہ آنسوؤں سے تر تھا۔ سارے مجمع کو سانپ سوگندہ گیا تھا۔ اس جوان کی موت نے سب کو متاثر کیا تھا۔ ادھر بس کی سواریاں باباجی سے اپنا سلوک یاد کر کے سخت شرمندہ تھیں۔ سب سے بڑھ کر اللہ تعالیٰ کی اس اچانک گرفت پر سب حیران تھے۔ تھانیدار بھی اپنے سپاہیوں کے ساتھ حیران پریشان کھڑا تھا۔

باباجی نے آنسوؤں سے تر چہرہ اٹھایا، لڑکے کا سر اپنی آغوش میں رکھا اور آسمان کی طرف سر اٹھا کر کہا:

”انصاف مانگا تھا.... کھوئی ہوئی عزت مانگی تھی.... تو نے اتنی جلد سب کچھ عطا کر دیا.... تیرا شکر ہے....!“

”اے اللہ! میں اسے معاف کرتا ہوں، تو بھی اسے معاف فرما دینا۔“

میرے ماموں کہتے تھے ”یہ واقعہ آج بھی میری

آنکھوں کے سامنے یوں متحرک ہے جیسے کل کی بات ہو۔“

تین سو روپے

کبھی کبھی یوں بھی ہوتا ہے کہ کوئی ایک بات یا کوئی ایک لمحہ آپ کو اپنی گرفت میں جکڑ لیتا ہے اور آپ وہیں ساکت ہو جاتے ہیں۔ میرے ساتھ بھی کچھ ایسا ہی ہوا تھا۔

آج جب میں دفتر سے گھر لوٹا تو رات کے دس بج رہے تھے۔ تھکاوٹ اور بیزاری سے برا حال تھا۔ گاڑی صحن میں کھڑی کرنے کے بعد اندر داخل ہوا، تو اپنے سات سالہ بیٹے کو دروازے پر کھڑے پایا۔ عموماً میری بیوی بچوں کو میرے آنے سے پہلے ہی سلا دیتی ہے کیونکہ اسے معلوم ہے کہ مجھے شور پسند نہیں۔ مگر آج.... خیر میں بیٹے کو ساتھ لیے اندر آیا۔ جب اس سے ابھی تک جاگنے کی وجہ پوچھی تو کہنے لگا ”ابو! کیا میں آپ سے ایک سوال پوچھ سکتا ہوں....؟“

”پوچھو۔“

”ابو! آپ ایک گھنٹے میں کتنے روپے کمالیتے ہیں....؟“

یہ سن کر جوتے کے تسمے کھولتے ہوئے مجھے ایک جھٹکا سا لگا۔ یہ کس قسم کا سوال تھا....؟ ”کیوں....؟“ تم نے یہ جان کر کیا کرنا ہے....؟“ غصے کی ایک لہر نے میرے سارے وجود کو اپنی لپیٹ میں لے لیا تھا۔ ”ابو! بتائیے نا، میں جاننا چاہتا ہوں کہ آپ ایک گھنٹے میں کتنے روپے کمالیتے ہیں....؟“

میں نے سوچتے ہوئے جواب دیا ”یہی تقریباً تین سو روپے! بس یا کچھ اور بھی پوچھنا ہے....؟“ میرے سوال پر اس نے سر جھکا لیا۔ کچھ دیر بعد

سراٹھایا اور کہنے لگا ”مجھے سو روپے دے دیں۔“ ”افوہ! یہ مانگنے کا کون سا طریقہ ہے۔ تم نے کوئی فضول سا کھلونا لینا تھا تو ویسے ہی بتا دیتے۔ جاؤ جا کر سو جاؤ۔“ میرا غصہ دیکھ کر وہ تیزی سے اپنے کمرے کی طرف چلا گیا۔ میرا طیش آسمان کو چھو رہا تھا۔ غصے والی بات بھی تھی۔ میں سارا دن ان ہی کے لیے تو مشین بنا کام کرتا ہوں۔ میں سوچ بھی نہیں سکتا تھا کہ میرا بیٹا اتنی خود غرضی کا مظاہرہ کرے گا۔ میں اپنا سر تھامے کرسی پر بیٹھ گیا اور اپنے بیٹے کے اس رویے کے بارے میں سوچنے لگا۔

کچھ دیر بعد غصہ ٹھنڈا ہوا تو خیال آیا کہ ہو سکتا ہے اسے سو روپے سے کچھ ضروری چیز خریدنی ہو یا کوئی اور بات ہو کیونکہ اس نے پہلے کبھی اس طرح مجھ سے رقم نہیں مانگی تھی۔ یہ سوچ کر میں اس کے کمرے میں چلا گیا۔ وہ ابھی جاگ رہا تھا۔ میں نے نرم لہجے میں کہا ”بیٹا! میں تھکا ہارا آیا تھا، اس لیے تمہیں ڈانٹ دیا۔ یہ سو روپے!“

میرے ہاتھ میں نوٹ دیکھ کر اس کے چہرے پر مسکراہٹ ابھر آئی۔ ”شکریہ ابو! آپ بہت اچھے ہیں۔“ یہ کہہ کر وہ فوراً اپنے بستر کی طرف بڑھا اور تکیے کے نیچے سے کوئی چیز نکالی۔

مجھے یہ دیکھ کر پھر سے غصہ آگیا کہ اس کے ہاتھ میں کچھ اور روپے دبے ہوئے تھے۔ وہ بھر بستر پر بیٹھا اور انہیں گننے لگا۔ میں نے ناراضی سے کہا ”بیٹا! اگر آپ کے پاس پہلے ہی سے روپے تھے، تو آپ نے مزید کیوں لیے....؟ یہ بری بات ہے۔“

اس نے رقم گنتی چھوڑ کر میری طرف دیکھا اور بولا ”ابو! پہلے میرے پاس اتنے روپے نہیں تھے لیکن اب میں کر سکتا ہوں۔“

”کیا کر سکتے ہو....؟“ میری بے چینی بڑھ رہی تھی۔

وہ کہنے لگا ”اب میرے پاس تین سو روپے ہیں ابوا کیا میں آپ کے وقت میں سے ایک گھنٹہ خرید سکتا ہوں....؟ ابو آپ کل جلدی گھر آجائیں، میں آپ کے ساتھ کھانا کھانا چاہتا ہوں۔ پھر ہم ڈھیر ساری باتیں کریں گے اور....“ وہ بڑے جوش میں بول رہا تھا اور میں وہیں ساکت کھڑا رہ گیا۔

جب کچھ ہوش آیا تو سوچنے لگا، معلوم نہیں مجھے اپنے بچوں کے ساتھ کھانا کھائے ہوئے کتنے دن ہو گئے ہیں۔ میں نے تو کبھی یہ جاننے کی بھی کوشش نہیں کی تھی کہ میرے بچوں کو کیا چاہیے۔ میں تو جیسے مطمئن تھا کہ میرے بچے اعلیٰ تعلیمی اداروں میں پڑھ رہے ہیں۔ انہیں ہر طرح کی سہولت میسر ہے۔ لیکن آج میرا بیٹا مجھ سے میرا ایک گھنٹہ مانگ رہا تھا.... اسے اور کچھ نہیں چاہیے تھا، نہ کوئی سی ڈی نہ ہی کوئی اور شے، وہ تو مجھ سے میرا صرف ایک گھنٹہ خرید رہا تھا.... صرف میرے ساتھ وقت گزارنے اور بہت سی باتیں کرنے کے لیے!

ہم میں سے اکثر لوگ روپیہ کمانے کی دوڑ میں یہ معلوم کرنا کیوں بھول جاتے ہیں کہ جن کے لیے یہ ساری بھاگ دوڑ کر رہے ہیں، وہ خوش بھی ہیں یا نہیں....؟ زندگی صرف روپے پیسے کا نام تو نہیں، کچھ لوگ ہیں جو ہمارے اپنے ہیں، انہیں ہماری ضرورت ہے۔ انہیں یہ حق حاصل ہے کہ وہ خوشیوں بھرے لمحے ہمارے ساتھ بسر کریں۔

پھر یہ سوچے کہ اگر ہم کل کلاں مرجائیں تو سب سے زیادہ کون متاثر ہوگا....؟ جہاں آپ کام کرتے ہیں، وہاں تو ہمارے مرنے کے بعد کوئی اور

ہماری جگہ لے لے گا۔ مگر ہم جو اپنے پیارے پیچھے چھوڑیں گے، وہ تو ساری زندگی ہماری کمی محسوس کریں گے۔ وقت ہمارے ہاتھوں سے پھسلتا جا رہا ہے۔ کیا اس عالم میں ہم اپنوں کے لیے تھوڑا سا وقت بھی نہیں نکال سکتے.... وہ اپنے جو ہم سے بے حد محبت کرتے ہیں۔

آج میرے بیٹے نے مجھے بہت کچھ سوچنے پر مجبور کر دیا۔ آپ بھی ضرور سوچیں کہ اس چھوٹی سی زندگی میں ہم نے اپنے آپ کو صرف کام تک محدود کر دیا ہے۔ یہ فطری رویہ نہیں، کچھ وقت اپنے پیاروں کو دیجیے اور سیر و تفریح کے لیے بھی نکالیے۔

خدمت کا صلہ

نبیلہ کہتی ہیں کہ خدمت کا صلہ ایک روز ضرور ملتا ہے ان کی روداد ان ہی کی زبانی سنیں۔

سارے گھر کا کام یونہی پڑا تھا۔ ناشتے کے برتن، جھاڑو، کھانا پکانا، دھونا، دھلانا وغیرہ۔ اوپر سے ان تین فرشتوں نے رو رو کر سارا گھر سر پر اٹھا لیا تھا۔ میری توجہ آنفت میں آئی ہوئی تھی۔ کچھ سمجھ میں نہ آتا تھا کیا کروں، کیا نہ کروں۔ اوپر سے اماں بی الگ ہماری شان میں قصیدہ خوانی کر رہی تھیں۔

”ارے بچے کو مارے ڈالتی ہے۔ ذرا درد نہیں۔ ہم نے بھی بچے پالے ہیں پر اس طرح کبھی نہیں مارا پیٹا۔ بھئی آج کل کا زمانہ ہی ایسا ہے۔ پیدا کیوں کرتی ہو جو پالے نہیں جاتے....؟“

مجھے غصہ تو بہت آ رہا تھا، لیکن خون کے گھونٹ پی کر رہ گئی۔ ان کے منہ کون لگتا۔ فساد تو کروانا نہیں تھا۔ پہلے ہی کیا کم میری اوقات بگاڑتی تھیں۔

جانے اماں بی کو مجھ سے اتنا پیر کیوں تھا....؟ سارا دن صحن میں تخت پر بیٹھی میرے کام میں

مصروفیت اور کچھ حالات کی بنا پر وہ بڑی حد تک بدل چکے تھے۔

میرے سنہری خواب بہت جلد بکھر گئے۔ میرا میکہ خاصا امیر تھا، وہاں نوکر چاکر تھے، ہر آرام و آسائش حاصل تھی۔ اماں کے یہاں سب کام خود مجھے کرنا پڑتے اور اوپر سے ساس نندوں کے طعنے۔ تب احساس ہوا کہ میں نے نادانی میں کیا حرکت کر ڈالی ہے۔ وہ بیٹوں اور ایک خوبصورت بیٹی کو جنم دے کر میں نے اس گھر میں قدم تو جما لیے تھے، لیکن ابھی تک عزت و احترام کا وہ مرتبہ جو ایک بہو کو حاصل ہونا چاہیے، مجھے نہیں ملا تھا۔

میں سارا دن کام میں جُستی رہتی۔ بچے بھی سنبھالتی، ہر طرح کی اچھی بری بھی سنتی اگر کچھ اپنے منہ سے نکالتی، تو فساد برپا ہو جاتا۔ اماں بھی دمہ کی مریضہ ہونے کے باوجود اتنی روانی سے میری اگلی پچھلی پشتوں کو کوستی تھیں کہ میں خون کے آنسو روتی۔ اس پر اگر اماں سے شکایت کرتی تو الگ ڈانٹ سننے کو ملتی۔

وہ تو گویا مجھ سے شادی کرنے کی غلطی کر چکنے کے بعد ایسے ماں بہنوں کا غلام بنے تھے کہ ان کی ہاں میں ہاں ملایا کرتے، اکیلے میں ہاتھ، پاؤں جوڑ لیتے، لیکن اماں کے سامنے ان کی دم مارنے کی جرأت نہ تھی۔

بعض اوقات ان پر مجھے غصہ بھی آجاتا، لیکن حالات کو دیکھتے ہوئے چپ ہی رہ جاتی۔

وہ اکثر کہتے نبیلہ اماں کی اتنی خدمت کرو، اتنا خیال کرو کہ وہ تمہاری مداح ہو جائیں۔ دیکھو نا انہوں نے ابا کے انتقال کے بعد اس آس میں مجھے خود نکلیں اٹھا کر پڑھا لکھا کر اس قابل کیا تھا کہ میں ان

کیڑے ڈالتی رہتیں۔ ہر آئے گئے کے سامنے باتوں باتوں میں طنز کر دیتیں۔ اگر کچھ جواب دیتی، تو بس شامت ہی آجاتی۔

بعض مرتبہ دل چاہتا کہ سب کچھ چھوڑ چھاڑ کر چلی جاؤں، لیکن.... لیکن پھر سوچ کر رہ جاتی۔ میں تو اس گھڑی کو کوستی تھی جب میری ملاقات اماں سے ہوئی تھی۔ وہ ہمارے کالج کے سامنے ایک محکمے کے آفس میں بیٹھا کرتے۔ میری ایک سہیلی شائستہ کے کزن ہونے کے ناطے کچھ ان سے بھی آشنائی ہو گئی۔ نادانی کی عمر تھی بات آگے بڑھ کر شادی تک جا پہنچی۔

میرے والدین سیدھے سادے مذہبی خیالات کے تھے۔ میرے دوسرے بہن بھائی بھی والدین کے فرمانبردار اور لائق بچوں میں ہیں۔

بس میں ہی ایک نالائق تھی جس نے ان کے اعتماد کو ٹھیس پہنچائی۔

اماں بھی اپنی ماں اور تین بہنوں کا واحد سہارا تھے۔ بڑے لاڈ پیار سے انہوں نے انہیں پالا تھا۔ تھوڑی بہت جائیداد بھی تھی۔ وہ خود اچھی پوسٹ پر فائز تھے۔ اسی خود مختاری اور محبت کے جوش میں ماں بہنوں کی مخالفتوں کے باوجود انہوں نے مجھ سے شادی کر لی۔ میرے والدین بھی اس شادی سے خوش نہ تھے۔ انہوں نے ہم سے قطع تعلق کر لیا۔ شروع شروع میں محبت کے جوش میں مجھے کچھ احساس نہ ہوا، لیکن بعد میں جب یہ خنش ابھری، تو میں نے امی، ابو سے معافی مانگ لی۔ اولاد تھی، انہوں نے معاف کر دیا، لیکن وہ محبت و عزت ان کے دل میں نہ رہی جو پہلے مجھے حاصل تھی۔

اماں بھی اب پہلے جیسے نہ رہے تھے۔ کچھ

کی فرمانبرداری ہی کروں گا، ان کی پسند کی دلہن لاؤں گا، ان کے سب ارمان پورے کروں گا، لیکن میں نے ان کے جذبات کی قدر نہ کی۔ میں نے ان کا ارمان پورا نہ کیا اور چپ چاپ اتے شادی کر لی۔ اب تم ہی سوچو، ایما داری سے بتاؤ تمہارا فیضان یا کامران ایسی حرکت کرے تو تم کو کیسا لگے گا....؟ ظاہر ہے تم پسند نہیں کرو گی۔ ہو سکتا ہے پسند بھی کر لو، کیونکہ اس زمانے کی روشن خیال پڑھی لکھی ماں ہر، لیکن اماں تو پرانے خیالات کی ہیں۔ انہیں میرا قصور تو نظر آتا نہیں، کیونکہ میں ان کی اولاد ہوں، لیکن وہ تمہیں قصور وار سمجھتی ہیں، اس لیے دیکھو تم برا نہیں مانو گی.... وہ اکثر مجھے بڑے پیار سے سمجھایا کرتے۔

اور یوں ہماری شادی شدہ زندگی کے سات سال گزر گئے۔ آزمائشوں سے بھرپور یہ سال نہ جانے کتنی بہاریں اور خزاںیں سمیٹ کر لے گئے۔ اماں کا رویہ بدستور تھا۔ میری زبان کا بند بھی ٹوٹ چکا تھا۔ بہت چپ رہنے کی کوشش میں کچھ نہ کچھ نکل ہی جاتا اور گھر میں فساد برپا ہو جاتا۔

اماں کی تنخواہ اب پہلے سے دگنی تھی۔ وہ ترقی کر کے اچھے عہدے پر پہنچ گئے تھے سب بہنیں اپنے گھر کو سدھار چکی تھیں،، فارغ البالی تھی گھر میں، لیکن اماں بی نوکر رکھنے کی قائل نہ تھیں۔ گھر میں کل تین تو گنتی کے افراد ہیں، ان کے لیے کیا نوکر رکھنا۔ بچوں کا بھی کیا کام ہوتا ہے، بس جو ہے سب ٹھیک ہے۔

زندگی کی گاڑی یونہی رواں دواں تھی کہ کاتب تقدیر نے میری قسمت کے خانے میں سیاہی پھیر دی اور ایک دن جب اماں صبح کا ناشتہ کر کے آفس گئے تو واپس ان کی میت آئی۔ روڈ ایکسیڈنٹ میں وہ موقع پر

ہی جاں بحق ہو گئے۔ ہم سب تنہا رہ گئے۔ میں اور اماں بھی تڑپ تڑپ کر روئے۔ ہم دونوں کا غم مشترک تھا۔ کبھی وہ مجھ کو تسلی دیتیں تو کبھی میں ان کو۔ اور کبھی ہم دونوں ہی رورہ کر بے حال ہو جاتے۔ خدا کی مشیت بھی عجیب تھی کہ ساس بہو دونوں کی قسمت میں بیوگی کا داغ لکھا تھا۔

وقت گزرنے لگا۔ میں نے عدت کے دن اماں کے پاس ہی گزارے۔ ان دنوں شدت سے محسوس کیا کہ اماں بی کافی بدل چکی ہیں۔ اب وہ پہلے کی طرح خواہ مخواہ نہ لڑا کرتیں، بلکہ جس محبت کی میں سدا سے خواہش مند رہی وہ ان کے مزاج میں اماں کی موت کے بعد پیدا ہو چکی تھی۔ مجھے زبردستی کھانا کھانا تھیں۔ میرا ہر طرح سے خیال رکھتیں۔ میری مندریں بھی میرے بچوں کا پہلے سے بڑھ کر خیال کرتیں، اگر خلاف مرضی کوئی بات ہو بھی جاتی، تو اماں مسکرا کر رہ جاتیں۔ ہر وقت بچوں کو سینے سے لگائے رکھتیں۔

عدت ختم ہونے کے بعد میرے ماں باپ مجھے ہمیشہ کے لیے اپنے گھر لے جانے کے لیے آئے تو اماں بی سفید کپڑے پہنے تخت پر تنہا بیٹھی تسبیح پڑھ رہی تھیں۔ منہ سے تو کچھ بھی نہ بولیں، لیکن ان کی آنکھوں میں ایک عجیب سی التجا تھی کہ مجھے اکیلا مت چھوڑ کر جاؤ، تم میرے اماں کی جگہ ہو اور مجھے کہیں قریب سے اماں کی سرگوشی سنائی دی۔ ”میری خوشی ہے نبیلہ کہ تم میری ماں کو خوش رکھو۔“

”اماں جی۔“ میں آگے کچھ بھی نہ کہہ سکی اور میری آنکھوں سے آنسو رواں ہو گئے۔ انہوں نے بے اختیار مجھے اپنی آغوش میں لیا۔ لرزتی ہوئی آواز میں بولیں: ”دلہن تم میرے اماں کی جگہ ہو۔ مجھے اسی کی طرح سے عزیز ہو۔ وہ تمہیں بڑے ارمانوں

انہوں نے حیران نظروں سے مجھے دیکھا اور خوشی سے بے قابو ہو کر مجھے سینے سے لگا لیا۔ میں نے پہلی مرتبہ اماں بی سے لپٹ کر مسرت و خوشی محسوس کی۔

کتنا سکون کتنی عافیت کا احساس تھا ان کے پیار میں۔ مجھے یوں محسوس ہوا جیسے اماں مجھ سے سرگوشی میں پیار سے کہہ رہے ہوں نبیلہ تم جیت ہی گئیں نا....

بھوک

ایک دس سالہ بچے کی آپ بیتی جو بھوک سے لڑتے لڑتے باپ کو کھو بیٹھا۔

ہم غریبوں کی قسمت میں یہی روکھی سوکھی روٹی لکھی ہے.... ساری زندگی یہی کچھ کھانا ہے۔ ہم غریبوں کی تقدیر اتنی اچھی نہیں ہوتی کہ چھپر پھاڑ کر ڈھیر ساری دولت ہمارے پاس آگرے۔ جس سے ہم اچھے اچھے کپڑے خریدیں اور اچھا کھانا کھائیں۔ یہ باتیں کریں گے اکثر اپنے بیٹے گلو کو سمجھایا کرتا۔

محنت مزدوری کے باوجود کریموں کو اتنی کم اجرت ملتی کہ وہ صرف ہفتے میں ایک مرتبہ ہی گلو کو سالن روٹی کھلا پاتا۔

ایک روز کریموں نے گلو کو صبح سویرے ہی اٹھا دیا.... ہاتھ منہ دھو کر وہ کمرے میں آیا تو چار پائی پر رات کی فک جگنے والی ایک روٹی اور اس پر تھوڑا سا دہی رکھا ہوا تھا.... اس نے ایک لقمہ توڑا، منہ میں رکھا لیکن سخت اور کڑک ہونے کے باعث نگلانا نہ گیا تو اسے ایک طرف تھوک دیا اور غصے میں گھر سے باہر نکل آیا۔ اس کے تن میں آگ لگی ہوئی تھی.... اسے رہ رہ کر اپنی غربت پر سخت غصہ آرہا تھا۔

”کیا صبح، دوپہر، شام یہی ایک سوکھی روٹی میرا

سے بیاہ کر لایا تھا۔ میں نے ہمیشہ تمہارے ساتھ زیادتی کی۔ میں گمراہ تھی۔ بیٹی مجھے معاف کرنا۔“ وہ بری طرح سے رو دیں۔

”نہیں اماں بی آپ کیسی باتیں کر رہی ہیں....؟“

آپ بڑی ہیں۔ میری ماں ہیں۔“ مجھے ان پر ترس آنے لگا۔ انہوں نے بچوں کو اپنے سینے سے لگا لیا۔ جیسے کوئی ان سے انہیں چھین نہ لے۔ پھر آہستہ سے بولیں:

”دلہن اگر تمہاری خوشی ہے کہ تم میرے پاس رہو۔ میں وعدہ کرتی ہوں تمہیں ہر ممکن طریقے سے خوش رکھوں گی۔ اور اگر جانا چاہتی ہو تو میری دعائیں تمہارے ساتھ ہیں، جہاں رہو خوش رہو۔ اللہ ہمارا بھی حافظ و مددگار ہو گا۔ میاں نے ساتھ چھوڑا جب بھی ہم اکیلے تھے اور اب بیٹا خالق سے جاملے۔ تو اب بھی ہم اکیلے ہیں۔“ انہوں نے حسرت اور یاس سے آنسو پونچھتے ہوئے کہا۔

میں برابر ان کو نکلے جا رہی تھی۔ وہی اماں بی جن کے چہرے پر ہر وقت نفرت، طنز اور حقارت کی کڑواہٹ چھائی رہتی تھی، اب وہ کتنی پاکیزہ اور مقدس لگ رہی تھیں۔ مجھے ان پر بے اختیار پیار آگیا۔ اور کسی نامعلوم جذبے کے تحت میں ان کے قدموں میں جھک گئی۔

”اماں بی میں آپ کو تنہا چھوڑ کر کہیں نہیں جاؤں گی۔ آپ ہی میرے لیے سب کچھ ہیں۔ میں آپ کے بغیر نہیں رہ سکوں گی۔ اماں ہی کی نہیں میری بھی ماں ہیں.... ماں! دکھ سکھ کی ساتھ۔ ہم دونوں ساتھ رہ کر اپنے بچوں کی پرورش کریں گے۔ ان کے لیے خوشیاں ڈھونڈیں گے۔ اماں بی آپ جو کہیں گی میں کروں گی۔“

مقدر ہے.... کیا ساری عمر یہی کھانا ملے گا.... کیا میں کبھی اچھا کھانا نہیں کھا سکتا.... کیا سالن روٹی کھانے کے لیے پورا ہفتہ بھوکا رہنا پڑتا ہے....؟“

سارے رات وہ انہیں سوچوں میں گم چلا جا رہا تھا چلتے چلتے وہ ایک ہوٹل کے قریب پہنچ گیا۔ تندور پر روٹیاں پک رہی تھیں اور ہوٹل کے اندر لوگ بیٹھے کھانا کھا رہے تھے۔ اس کی آنکھوں میں امید کی ہلکی سی کرن چمکی۔ اس کے قدم ہوٹل کی طرف بڑھنے لگے۔ وہ تندور کے پاس ہی ٹھہر گیا.... روٹیوں کی اشتہا انگیز خوشبو اس کے منتنوں میں گھسی تو اس کی بھوک اور زیادہ چمک اٹھی اس نے اپنے آپ کو بمشکل سنبھالا، ایک طرف کھڑا ہوا اور روٹیاں لگتی اترتی دیکھنے لگا۔

کچھ دیر یونہی کھڑا رہا پھر خیال آیا کہ اس طرح کھڑے ہونے کا کوئی فائدہ نہیں۔ وہ تندور کے پاس کھسک آیا۔ اب اس کی بھوک بے تحاشہ بڑھ گئی۔ روٹیاں اس کے سامنے تندور میں لگتی اور پھر نکل کر اندر ہوٹل میں چلی جاتیں۔ کچھ دیر کھڑا رہنے کے بعد جب اسے محسوس ہوا کہ اب اس کی ٹانگوں میں کھڑے رہنے کی مزید سکت نہیں، تو گلوں سے سوچا کھڑے کھڑے ٹھہرنے کے بجائے روٹی لگانے والے سے کیوں نہ ایک روٹی مانگ لے.... اس نے منہ کھولا لیکن الفاظ اس کے حلق میں اٹک گئے۔ کئی مرتبہ کوشش کی لیکن وہ کچھ بول نہ سکا۔ مجبوراً اس نے اپنا ارادہ ترک کر دیا۔ پھر سوچنے لگا کہ اگلی روٹی باہر آئے گی، تو اسے اٹھا کر باہر بھاگ جاؤں گا۔ بھلا تندور والا ایک روٹی کی خاطر اس کے پیچھے کیا بھاگے گا....؟ پھر گھر جا کر آرام سے بیٹھ کر روٹی کھاؤں گا۔“

یہ خیال آتے ہی وہ روٹی اترنے کا انتظار کرنے لگا۔ روٹی اتر کر باہر آئی تو اس نے ہاتھ بڑھانا چاہا لیکن اسے یوں محسوس ہوا جیسے اس کے بازو کندھے سے جدا ہو گئے ہیں اور وہ روٹی اٹھانے سے قاصر ہے۔ گھبرا کر گلوں نے اپنے بازو ٹٹولے، وہ بدستور موجود تھے۔ اس نے ہاتھ ہلانے چاہے لیکن وہ ایسا نہ کر سکا۔ کئی مرتبہ کوشش کے بعد جب وہ کوئی روٹی نہ اٹھا سکا، تو اس نے ارادہ ترک کر دیا۔

مایوسی سے کبھی روٹیاں لگانے والے کو دیکھنے لگا اور کبھی ہوٹل کے اندر کھانا کھاتے لوگوں کو.... انہیں دیکھ کر اس کی آنکھوں سے آنسو چھلک اٹھے۔ اس نے ضبط کرنے کی بہت کوشش کی لیکن کامیاب نہ ہو سکا۔

اس سے پہلے کہ وہ پھوٹ پھوٹ کر رو پڑتا، تندور والے نے ایک جلی ہوئی روٹی پرے پھینک دی۔ گلوں نے ایک نظر تندور والے کو دیکھا اور پھر روٹی کی طرف.... جلی ہوئی روٹی سے دھواں اٹھ رہا تھا جو اس کی بھوک بھڑکانے لگا۔ جو نہیں تندور والا دوسری روٹی کی طرف مڑا، اس نے چپکے سے جلی ہوئی اٹھائی، قمیض کے نیچے چھپائی اور تیزی سے گھر کی طرف بھاگ اٹھا۔ گلی میں داخل ہوا، تو اس نے اپنی رفتار دھیمی کر دی۔ گھر میں داخل ہوتے ہی اس نے قمیض کے نیچے دبئی ہوئی روٹی نکالی لیکن جو نہیں ایک لقمہ توڑ کر منہ میں رکھا اسے لگا جیسے اس کا منہ کونوں سے بھر گیا ہو۔

منہ سے روٹی تھوک کر گلوں نے بار بار پانی سے کھلی کی، منہ صاف کیا پھر چار پانی پر لیٹ کر اپنے ابا کا انتظار کرنے لگا.... اسے معلوم تھا کہ وہ آئیں گے تو روٹیاں بھی لائیں گے۔ اب ان ہی کی لائی ہوئی روٹیوں ہی

سے اس کی بھوک مٹے گی۔

بیٹے.... شاید خدا کو یہی منظور تھا۔“

”جی.... میں نے دو دن سے کچھ نہیں کھایا۔ ابا کو روٹیاں لانی تھیں تبھی میں کھانا کھاتا لیکن معلوم نہیں وہ کدھر چلے گئے۔ ابھی تک نہیں آئے۔“

”بیٹے کل تمہارے ابو گاڑی کی زد میں آ گئے تھے.... اب وہ اس دنیا میں نہیں رہے۔ اللہ کو پیارے ہو گئے۔“

ابا کی موت کی خبر سن کر گلو بے اختیار زار و قطار رونے لگا۔ تھوڑی دیر میں خالہ زہرہ اس کے لیے گرم گرم کھانا لے آئی.... اس نے گرم گرم لذیذ کھانا دیکھا تو اسے روٹیاں یاد آ گئیں.... یہ بھی یاد آ گیا کہ تندور پر اس کے ساتھ کیا جیتی تھی۔ اسے یہ بھی یاد آیا کہ ابا نے اسے سالن روٹی کھلوانے کے بدلے ہفتہ بھر کی بھوک سے ڈرایا تھا.... گرما گرم کھانا سامنے دیکھ کر اس کی بھوک چمک اٹھی۔

وہ اپنے ابا کی موت کو بھول کر کھانا کھانے میں مشغول ہو گیا۔

”بیٹا! اب تم ہمارے پاس ہی رہو گے....“ خالہ زہرہ شفقت سے گلو کے سر پر ہاتھ پھیرنے لگیں۔ ان کی بھی کوئی اولاد نہ تھی۔

خالہ زہرہ کی بات سن کر گلو نے سراٹھا کر دیکھا۔ اس کی آنکھوں میں نمی اتر آئی اور ستارے سے چمکنے لگے لیکن اس نے اپنے آنسوؤں پر قابو پالیا۔ خالہ زہرہ کی طرف سے نگاہ ہنائی اور پھر کھانے پر توجہ مبذول کر دی۔ تھوڑی دیر بعد چاولوں کا لقمہ منہ کی طرف بڑھاتے ہوئے خود کلامی کے انداز میں وہ بڑبڑایا:

”ابا!.... سالن روٹی چاہیے....!“



سورج غروب ہو گیا.... شام کے سائے گہرے ہوئے لیکن اس کا ابا نہیں آیا اور اس کا پیٹ کمر سے جا لگا.... اسے یوں محسوس ہونے لگا جیسے جلد کچھ کھانے کو نہ ملا تو وہ مر جائے گا....

وہ اپنی سوچوں کے تانے بانے میں گم تھا کہ دروازے پر دستک ہوئی: ایک بار.... دو بار.... تین بار.... لیکن گلو میں اب اتنی بھی سکت نہیں تھی کہ اٹھ کر جواب دے سکتا۔

کافی دیر دروازہ پینے پر بھی جب اندر سے کوئی جواب نہ آیا تو پڑوس کے ایک شخص نے دروازے سے اندر جھانکا، تو گلو کو بغیر حرکت چارپائی پر لینا دیکھ کر اندر آ گیا۔

قریب آ کر اس نے ایک دو بار اسے پکارا لیکن جواب نہ پا کر گلو کی نبض مٹولی۔ نبض چلتی دیکھ کر اس نے پڑوس کے کچھ لوگوں کو آواز دی.... چھ سات آدمی اندر آ گئے۔ لیکن وہ یہ نہ دیکھ سکا کہ وہ چارپائی پر کس کو اٹھا کر اندر لائے ہیں.... وہ اپنے ہوش و حواس میں نہیں تھا۔ گلو کو ہوش میں لانے کے لیے پڑوس کے ایک شخص نے اسے گرم گرم دودھ پلایا تو اس نے آنکھیں کھول دیں اور حیرت سے ادھر ادھر دیکھنے لگا۔ اس کی سمجھ میں نہ آیا کہ وہ کہاں ہے۔ گلو کو حیرت میں دیکھتے ہوئے پڑوس کی خالہ زہرہ نے گلو کے سر پر ہاتھ رکھا اور پیار سے کہا:

”بیٹے! تم اس وقت میرے گھر پر ہو.... صبح سویرے تمہارے خالو تمہارے گھر گئے تو تم بے ہوش پڑے تھے۔

ایسا لگ رہا تھا جیسے تم نے کئی دنوں سے کچھ نہیں کھایا۔ شاید تم اپنے ابو کا انتظار کر رہے تھے۔ لیکن

قلندر بابا اولیاءؒ

فرماتے ہیں:

تمہیں کسی کی ذات سے تکلیف پہنچ

جبائے تو اسے بلا توقف معاف

کردو، اس لیے کہ انتقام بجائے خود

ایک صعوبت ہے۔ انتقام کا

جذب اعصاب کو مضحک

کردیتا ہے۔

مراقبہ ہال ملتان

نگر ۱۱: کنور محمد طارق

مکان نمبر 947/A، نزد بی سی جی چوک،

ممتاز آباد ملتان پوسٹ کوڈ 60600

فون: 0345-5040991

بابا صاحبؒ نے فرمایا:

تم اگر کسی کی دل آزاری کا سبب بن جاؤ تو اس سے
معافی مانگ۔ لو قطع نظر اس کے کہ وہ تم سے چھوٹا
ہے یا بڑا، اس لیے کہ جھکنے میں عظمت پوشیدہ
ہے۔ تمہیں کسی کی ذات سے تکلیف پہنچ جائے تو
اُسے بلا توقف معاف کر دو۔ اس لیے کہ انتقام
بجائے خود ایک صعوبت ہے۔ انتقام کا
جذبہ اعصاب کو مضحل کر دیتا ہے۔

منجانب: سلمیٰ مشتاق

نگراں: مراقبہ ہال (برائے خواتین) لاہور

مکان نمبر A/158۔ مین بازار مرنگے۔ لاہور

فون: 042-37243541

واقعات یاد آگئے..... اور

اسے پھر شدت سے رونا

آگیا تھا..... آنکھ کھلتے ہی

لاحق ہو گیا تھا کہ کہیں

کچے مکان پر گر نہ جائے..... اس کا

کچا مکان جس کے عقب میں ایک

بلند پہاڑی ٹیلہ ابھرتا ہوا کافی بلندی

تک چلا گیا تھا۔ جنوب مغرب میں

ایک بہت اونچی بالکل ڈھلوان

پہاڑی تھی، جس کی بلندی سے اگر

پتھر لڑھکا دیئے جاتے تو وہ سیدھے

اس کے مکان کی دیوار سے جا ٹکراتے تھے..... شمال

کی طرف ایک بہت ہی بڑی چٹان اس کے مکان پر

شکایات کا دفتر

آسمان پر پچھلے پہر

جھلجھل ستارے چمک

رہے تھے۔ رات نے

آدھے سے زیادہ سفر طے کر لیا تھا۔

”نگارش“ کا گاؤں گہرے سناٹے میں ڈوبا ہوا تھا۔ چاند

نہی نگارش نے مستحکم ارادہ کیا کہ وہ اللہ تعالیٰ تک ہر حال میں پہنچنے کی کوشش کرے گی اور جب اللہ تعالیٰ اس کو مل گئے تو وہ خوب باتیں کرے گی۔ اللہ سے پوچھے گی کہ اللہ تعالیٰ نے کیوں اسے اپنے سے دور کر دیا تھا..... اور پھر وہ شکایات کا دفتر کھول کر رکھ دے گی

سید نوشاد کاظمی

بھی رات کے اس سکوت کو غنیمت

جان کر افاق سے کافی اوپر چڑھ آیا

تھا۔ آسمان پر ستارے ٹولیوں کی شکل میں سرگوشیاں

کرتے محسوس ہوتے تھے۔ نگارش کے گاؤں کی ہر چیز

پر گہرا سکوت چھایا ہوا تھا۔

نگارش اپنی دادی اماں کے

ساتھ ان کی چارپائی پر ان کے

پہلو میں لیٹی جاگ رہی

تھی.... ضعیف و ناتواں

دادی اماں گہری نیند میں

بے سدھ لیٹی خراٹوں پر

خراٹے لے رہی تھیں۔

”نگارش“ کی

آنکھوں میں آنسو تھے۔

وہ سوتے وقت بھی چپکے

چپکے روتی رہی تھی..... دادی اماں نے اس پر نور

نامہ پڑھ کر بھی پھونکا تھا..... مگر اب پھر آنکھ

کھلتے ہی اسے اپنی بارہ سالہ زندگی کے بہت سے



جھکی ہوئی تھی، جس کے نیچے اس نے اپنی گزریار کھی ہوئی تھی کیونکہ اس چٹان کے نچلے دھانے پر بارش کا ایک قطرہ بھی نہ گر پاتا تھا اور یہ اس کی گزریار کا محفوظ قدرتی گھر تھا۔ لیکن ”نگارش“ کو یہ اندیشہ بھی اسی چٹان کا تھا کہ کہیں رات کو اچانک یہ چٹان اس کے مکان پر گر نہ جائے اور یہ چٹان تھی بھی اتنی بڑی کہ اس کا پورا مکان اس کے نیچے دب جاتا۔

یہ سوچ کر اسے ایک بار پھر جھرجھری سی آگئی اور پھر ساتھ ہی اسے اپنی دوسری جماعت کی اردو کی کتاب پر وہ جملہ لکھا ہوا یاد آیا کہ۔۔۔۔۔ ”اللہ ہی ہم سب کا محافظ و نگہبان ہے۔“

اس خیال کے آتے ہی اسے اللہ میاں شدت سے یاد آگئے اور وہ سوچنے لگی کہ اللہ تعالیٰ ہمارے محافظ و نگہبان کس طرح ہیں۔۔۔۔۔؟ اگر اتنی بڑی چٹان اس کے مکان پر گر پڑی تو کیا اللہ میاں اسے بچالیں گے۔۔۔۔۔؟ یہ سوچ کر ننھی نگارش کا ننھا سادل زور زور سے دھڑکنے لگا اور اس نے پاس لیٹی سوئی ہوئی دادی اماں کو آواز دی۔

”دادی اماں۔۔۔۔۔ دادی اماں۔۔۔۔۔ ڈار جاگو تو سہی۔“

دادی اماں اس کی مدھم سی پکار پر نہ جا گئیں۔ البتہ ان کے خزانے مزید بلند ہو گئے تھے۔ وہ ایک دو بار دادی اماں کو پکار کر خاموش ہو گئی۔ اس کے ذہن میں مسلسل سوچیں ابھر رہی تھیں۔ ہر صبح ماں اسے دودھ اور مکئی کے آنے کی پکی ہوئی موٹی سی روٹی دیتی تھی، جسے وہ بمشکل آدھا ہی کھا پاتی۔ اماں ہمیشہ اصرار کرتیں کہ ”پوری روٹی کھا لے نگارش۔“ مگر وہ جواب دیتی۔۔۔۔۔

”اماں۔۔۔۔۔ پوری روٹی نہیں کھائی جاتی مجھ سے۔“ وہ ناشتے کے بعد اسکول کے لیے چل پڑتی۔

اس بڑی چٹان سے گزرنے کے بعد آگے راستے کے دونوں طرف خود رو پھولوں والی جھاڑیوں، کانٹے دار جھاڑیوں اور چیرھ کے دیو ہیکل درختوں کا ایک لامتناہی سلسلہ شروع ہو گیا تھا۔

اسے مشرق سے ابھرتے ہوئے نوخیز سورج کا منظر بہت اچھا لگتا تھا جو اس کے دل کو بھاجاتا۔ علی الصبح ہی مشرقی برف پوش پہاڑیوں کی چوٹیوں سے سورج تانک جھانک شروع کر دیتا تھا۔ پہلے وہ پہاڑوں کی چوٹیوں پر پیلاہٹ نکھیرتا تھا۔ پھر سورج کی کرنیں ہولے ہولے نیچے آنے لگتیں اور پھر اس کے گاؤں تک اتر آتی تھیں۔ اس کا ذہن اکثر سورج کی طرف متوجہ ہو جاتا تھا۔ اسے بعض اوقات اپنی درسی کتاب میں ”اللہ کی نعمتیں“ میں لکھا ہوا ایک جملہ یاد آ جاتا تھا۔

”سورج، چاند سب اللہ نے بنائے ہیں۔ یہ سب اللہ کی نعمتیں ہیں۔“

وہ گہری سوچ میں پڑ جاتی کہ اللہ نے سورج اور چاند کس طرح بنا لیے ہیں؟ یہ سوال متعدد بار اس نے دادی اماں سے بھی پوچھا تھا، مگر وہ اسے مطمئن نہ کر پائی تھیں۔ دادی اماں کا یہی جواب ہوتا تھا کہ اللہ نے سب چیزیں اپنی قدرت سے پیدا کی ہیں۔

لیکن اللہ کی قدرت کیا ہوتی ہے؟ اس کا مفہوم نگارش کے ذہن میں کچھ نہ آتا۔ وہ سوچتی کہ آخر اللہ تعالیٰ ہیں کون؟؟ جنہوں نے اتنی ساری چیزیں بنالی ہیں!! پھر نگارش کو اللہ تعالیٰ کی کتاب ”قرآن مجید“ یاد آگئی۔ اس نے سوچا ضرور

ڈرتے ڈرتے ہوئے امی کے قریب
ہوتے ہوئے بولی۔

”امی!..... میں نے ان پیسوں کی چاکلیٹ خرید
کر نابی کو دے دی تھیں۔“

”چاکلیٹ کیوں لے کر دی ہیں..... کاپی کیوں
نہیں لائی تم؟.....“ ماں نے اسے ڈانٹا۔

”امی!..... میڈم نے ہمیں پڑھایا تھا کہ اللہ تعالیٰ
فرماتے ہیں، ہمیں دوسروں کے کام آنا چاہیے۔“

یہ سن کر ماں نے اس کے گرد اپنا بازو جمائل
کر کے پیار کیا اور کہا..... ”اس طرح دوسروں کے
کام نہیں آیا جاتا۔ کل کاپی لے کر ضرور آنا تاکہ اپنا
ہو مورک کر سکو۔“

آج رات کو سوتے وقت اس کا ذہن پھر الجھ کر رہ
گیا تھا کہ دوسروں کے کام کس طرح آیا جاسکتا
ہے؟..... کیا کوئی چیز خرید کر دوسروں کو دینا، دوسروں
کے کام آنا نہیں ہے؟..... لیکن رات کو جب وہ بستر پر
لیٹی تھی تو اس کے دل میں ایک دن پہلے کے واقعے سے
پیدا ہونے والی گہری کسک اور اضطراب سما یا ہوا تھا.....
جو اسے آج دوسرے دن بھی رلائے جا رہا تھا۔ روتی
ہوئی ننھی نگارش کے دل میں کئی سوال ابھر رہے تھے۔
دادی لماں سوئی ہوئی تھیں..... وہ بھی اگر اسے کچھ
ڈھارس دے دیتیں تو اس کا دل سنبھل جاتا۔

دو دن پہلے وہ اپنی ہم جماعتوں کے ساتھ تفریحی
ٹور پر گئی تھی۔ ایک جگہ انہوں نے شام کو آرام کیا تو
ان کی سکول بس کے قریب ایک چمکتی دھمکتی کار آکر
رکی۔ جس میں دو تین بچے اپنی امی ابا کے ساتھ بیٹھے
ہوئے تھے۔ بچے گاڑی میں اچھل کود کر رہے تھے کہ
ایک بچے کا کھلونا اچانک نیچے گر پڑا..... پاس ہی بیٹھی

اللہ تعالیٰ نے جو کتاب لکھی ہے اس میں زمین آسمان،
سورج، چاند سب چیزوں کا ذکر ہو گا کہ اللہ تعالیٰ نے
یہ کس طرح بنائی ہیں؟..... پھر اسے خیال آیا کہ
قرآن مجید تو عربی میں لکھی ہوئی کتاب ہے، اور.....
اور..... وہ تو عربی زبان نہیں جانتی..... یہ سوچ کر
اس کا دل دکھ سے بھر گیا کہ اسے عربی زبان کیوں
نہیں آتی؟؟..... وہ اسکول میں ہمیشہ تفریح کے
وقت نابی کے ساتھ کھیلتی تھی، مگر آج نہیں کھیلی
تھی..... اس کے دل میں دکھ اور درد بھرا ہوا تھا.....
وہ تفریح کے وقت اسکول کے میدان سے باہر
جھاڑیوں میں چھپ کر بیٹھ گئی تھی اور روتی رہی تھی۔
تفریح ختم ہو گئی..... مگر وہ اپنی کلاس میں نہ
آئی..... پھر نابی اور میڈم اسے تلاش کرتے ہوئے
جھاڑیوں تک آ پہنچیں..... وہ اسے آوازیں دے
رہی تھیں وہ بولی تو نہ، لیکن چپکے سے جھاڑیوں سے
باہر نکل آئی۔ میڈم نے اسے بہت ڈانٹا بھی اور پوچھا
بھی کہ وہ رو کیوں رہی تھی؟ مگر وہ کچھ جواب نہ دے
پائی..... وہ بہت سوچتی رہی، مگر اسے مطلق سمجھ نہ
آئی کہ وہ اپنے دل کی حالت اور دکھ کو کس
طرح بیان کرے!!.....

آج جب وہ سکول سے گھر واپس آئی تھی تو اس وقت
بھی اس کی آنکھوں میں آنسو بھرے ہوئے تھے.....
لماں نے بھی اسے دیکھ کر تشویش کا اظہار کیا تھا اور پھر لاڈ
کرتے ہوئے اسے کھانا لاکر دیا تھا، جو چٹنی، لسی، دلیسی
ساگ اور گھر کے تندور سے پکی ہوئی روٹی پر مشتمل تھا۔
کھانا کھانے کے بعد امی نے اس سے پوچھا تھا۔

”بیٹی!..... کیا اپنی کاپی آج لے آئی ہو....؟“
اچانک کاپی کے متعلق پوچھنے پر وہ شپٹا گئی اور پھر

فروری ۲۰۱۴ء

پوچھ لے گی جو کسی کی سمجھ میں نہ آتی تھیں کیونکہ اللہ تعالیٰ تو ہر بات خوب سمجھتے ہیں نا..... اور..... آخر میں وہ شکایات کا دفتر کھول کر رکھ دے گی..... اس سوچ کے ساتھ ہی نفی نگارش ہچک ہچک کر روتے ہوئے نڈھال ہو گئی اور پھر نہ معلوم کس لمحے اسے نیند نے اپنی آغوش میں لے لیا۔



ایسے تمام خواتین و حضرات اور خصوصاً



بیرون ممالک کے قارئین کرام جنہیں ای میل کی سہولت

حاصل ہے۔ وہ روحانی ینگ رائٹرز کلب، قند سخن، بچوں کا روحانی ڈائجسٹ، سائنس کارنر Q&A، روحانی سوال و جواب، روحانی ڈاک، محفل مراقبہ اور استشارات کے لیے اپنے خطوط اور تجاویز، افق سے متعلق تحریریں، مضامین، رپورٹس، ڈوکیومنٹس، تصاویر اور دیگر فائلوں کی ایچمنٹ اپنی ای میل کے ساتھ درج ذیل ایڈریسز پر ایجک کر کے ارسال کر سکتے ہیں۔

roohanidigest@yahoo.com

اپنا ہر ای میل کے ساتھ اپنا نام، شہر اور ملک کا نام ضرور تحریر کریں۔

سرکولیشن سے متعلق استشارات کے ساتھ اپنا رجسٹریشن نمبر لازماً تحریر کریں۔

بھکارن عورت کا ایک بچہ جو دھول مٹی میں ادھر ادھر شرارتیں کرتا بھاگتا پھر رہا تھا، نے تیزی سے وہ کھلونا اٹھا کر کار میں سوار بنے ٹھنے بچے کے ہاتھ میں تھما دیا..... اس بھکارن نے اپنے بچے اور کار میں بیٹھے بنے ٹھنے بچے کی طرف دیکھا تو نفی نگارش کو بھکارن اور اس کے میل کچیل میں اٹے ہوئے بچے کی آنکھوں میں کچھ ایسا دکھ نظر آیا۔ جسے وہ کسی بھی طرح بیان نہ کر سکتی تھی..... بھکارن کا بچہ کھلونا اٹھا کر دینے کے بعد تیزی سے پلٹا جیسے چمکتی کار کے قریب کھڑا ہونا جرم ہو اور پھر اپنی ماں کے بازوؤں میں جھول گیا..... نگارش نے جب دوبارہ بھکارن کے بچے سے نظریں ملائیں تو اس کے چہرے پر اسے محرومی کے سائے نظر آئے..... نگارش نے بے اختیار رونا شروع کر دیا..... اسے یوں روتا دیکھ کر اس کی میچرز اور سب ہم جماعت اس کے گرد جمع ہو گئے..... میچرز نے بڑے پیار کے ساتھ اس سے رونے کا سبب دریافت کیا، مگر وہ کچھ بھی نہ بتا سکی۔ اس وقت اس کے دل میں اللہ سے ملنے اور شکوے کرنے کا شدید جذبہ پیدا ہو گیا۔ اس نے اسی وقت دل میں مستحکم ارادہ کر لیا کہ وہ اللہ تک پہنچے گی ہر حال میں کوشش کرے گی..... وہ ہر ایک سے اللہ تعالیٰ کے بارے میں پوچھتی رہے گی اور..... اور آخر ایک دن کوئی نہ کوئی اسے اللہ تعالیٰ کے بارے میں بتا ہی دے گا..... اور..... اور..... جب اللہ تعالیٰ اسے مل گئے تو وہ ان سے بے حساب شکوے کرے گی..... بے شمار باتیں پوچھے گی، اپنے دل کا دکھ بھی بیان کرے گی..... یہ بھی پوچھے گی کہ اللہ تعالیٰ نے اسے اپنے سے دور کیوں کر دیا تھا..... وہ اللہ تعالیٰ سے ایسی باتیں بھی

ڈرتے ڈرتے ہوئے امی کے قریب
ہوتے ہوئے بولی۔

”امی!..... میں نے ان پیسوں کی چاکلیٹ خرید
کر نابی کو دے دی تھیں۔“

”چاکلیٹ کیوں لے کر دی ہیں..... کاپی کیوں
نہیں لائی تم؟.....“ ماں نے اسے ڈانٹا۔

”امی!..... میڈم نے ہمیں پڑھایا تھا کہ اللہ تعالیٰ
فرماتے ہیں، ہمیں دوسروں کے کام آنا چاہیے۔“

یہ سن کر ماں نے اس کے گمرو اپنا بازو جھانک
کر کے پیار کیا اور کہا..... ”اس طرح دوسروں کے
کام نہیں آیا جاتا۔ کل کاپی لے کر ضرور آنا تا کہ اپنا
ہو مورک کر سکو۔“

آج رات کو سوتے وقت اس کا ذہن پھر الجھ کر رہ
گیا تھا کہ دوسروں کے کام کس طرح آیا جاسکتا
ہے؟..... کیا کوئی چیز خرید کر دوسروں کو دینا، دوسروں
کے کام آنا نہیں ہے؟..... لیکن رات کو جب وہ بستر پر
لیٹی تھی تو اس کے دل میں ایک دن پہلے کے واقعے سے
پیدا ہونے والی گہری کسک اور اضطراب سلایا ہوا تھا.....
جو اسے آج دوسرے دن بھی رلائے جا رہا تھا۔ روتی
ہوئی ننھی نگارش کے دل میں کئی سوال ابھر رہے تھے۔
دادی لماں سوئی ہوئی تھیں..... وہ بھی اگر اسے کچھ
ڈھارس دے دیتیں تو اس کا دل سنبھل جاتا۔

دو دن پہلے وہ اپنی ہم جماعتوں کے ساتھ تفریحی
نور پر گئی تھی۔ ایک جگہ انہوں نے شام کو آرام کیا تو
ان کی سکول بس کے قریب ایک چمکتی دھمکتی کار آکر
رکی۔ جس میں دو تین بچے اپنی امی ابا کے ساتھ بیٹھے
ہوئے تھے۔ بچے گاڑی میں اچھل کود کر رہے تھے کہ
ایک بچے کا کھلونا اچانک نیچے گر پڑا..... پاس ہی بیٹھی

اللہ تعالیٰ نے جو کتاب لکھی ہے اس میں زمین آسمان،
سورج، چاند سب چیزوں کا ذکر ہو گا کہ اللہ تعالیٰ نے
یہ کس طرح بنائی ہیں؟..... پھر اسے خیال آیا کہ
قرآن مجید تو عربی میں لکھی ہوئی کتاب ہے، اور.....
اور..... وہ تو عربی زبان نہیں جانتی..... یہ سوچ کر
اس کا دل دکھ سے بھر گیا کہ اسے عربی زبان کیوں
نہیں آتی؟؟..... وہ اسکول میں ہمیشہ تفریح کے
وقت نابی کے ساتھ کھیلتی تھی، مگر آج نہیں کھیلی
تھی..... اس کے دل میں دکھ اور درد بھرا ہوا تھا.....
وہ تفریح کے وقت اسکول کے میدان سے باہر
جھاڑیوں میں چھپ کر بیٹھ گئی تھی اور روتی رہی تھی۔
تفریح ختم ہو گئی..... مگر وہ اپنی کلاس میں نہ
آئی..... پھر نابی اور میڈم اسے تلاش کرتے ہوئے
جھاڑیوں تک آ پہنچیں..... وہ اسے آوازیں دے
رہی تھیں وہ بولی تو نہ، لیکن چپکے سے جھاڑیوں سے
باہر نکل آئی۔ میڈم نے اسے بہت ڈانٹا بھی اور پوچھا
بھی کہ وہ رو کیوں رہی تھی؟ مگر وہ کچھ جواب نہ دے
پائی..... وہ بہت سوچتی رہی، مگر اسے مطلق سمجھ نہ
آئی کہ وہ اپنے دل کی حالت اور دکھ کو کس
طرح بیان کرے!!.....

آج جب وہ سکول سے گھر واپس آئی تھی تو اس وقت
بھی اس کی آنکھوں میں آنسو پھرے ہوئے تھے.....
لماں نے بھی اسے دیکھ کر تشویش کا اظہار کیا تھا اور پھر لاڈ
کرتے ہوئے اسے کھانا لاکر دیا تھا، جو چٹنی، لسی، دلیسی
ساگ اور گھر کے تندور سے پکی ہوئی روٹی پر مشتمل تھا۔
کھانا کھانے کے بعد امی نے اس سے پوچھا تھا۔

”بیٹی!..... کیا اپنی کاپی آج لے آئی ہو....؟“

اچانک کاپی کے متعلق پوچھنے پر وہ شپٹا گئی اور پھر

فروری ۲۰۱۴ء

جب منڈیروں پر پھدکتی ہوئی چڑیاں ایک دم

بھرر سے فضا میں ابھرا جاتیں اور

کھریوں کے قریب گٹھڑیاں

بنے ہوئے پچھڑ اپنے لمبے

لمبے کانوں کے آخری

سرے ملا کر محرابیں سی بنا

لیتے تو جھکی ہوئی دیواروں

کے سائے میں بیٹھے ہوئے

کسان مسکراتے اور خشک

تمباکو کو ہتھیلیوں سے ملے

ہوئے یا کھیں کے دھاگوں

میں بل ڈالتے ہوئے کہتے، بابا

عمر و کھانا ہے۔

بڈھا

بابا عمرو کی کھانسی بہت گونجی تھی،

اردو ادب سے ایک شاہکار افسانے کا انتخاب

یوں معلوم ہوتا تھا جیسے تانبے سے بنے ہوئے

کنوئیں میں یکبار چند پتھر گر پڑے ہیں.... وہ اپنے

جھونپڑے کی چوکھٹ پر بیٹھا بکریوں کے بال بٹا رہا تھا

اور جب کھانسا تو پسلیوں کو دنوں

ہاتھوں سے جکڑ لیتا، اس زور سے

تھوکتا کہ اس کی مونچھوں کے جھکے ہوئے بال لوہے

کے تنے ہوئے تار بن جاتے، خرپوزے کے

مر جھائے ہوئے چھلکوں کے گالوں پر چھریوں کا جال

ساتنا جاتا، اور جھکی ہوئی بھوسلی بھوؤں کے نیچے سے

ندی کنارے کے گول سنگروں کی سی آنکھوں پر پانی

کی پتلی سی لہر تیر جاتی، پڑوسن کے بچے تالیاں بجاتے

اور چلاتے، بابا عمرو کھانا ہے.... بابا عمرو کے کانوں

میں ان چیخوں کی بھینک پڑ جاتی تو بکریوں کے گولے پر

بے تابانہ انگلیاں پھیرتا، رسی میں اتنے بل ڈالتا کہ وہ

تن کہ میڑھی ہو جاتی اور پھر پاس ہی بیٹھی ہوئی ملی کو

گردن سے پکڑ کر اپنی جھولی میں بٹھالیتا اور کہتا بابا عمرو

کیا کھانا، مداری نے پٹارے سے

ڈھکنا بنا دیا، چھچھوند رکھیں کے

دیکھوں گا میری عمر کو پہنچ کر کیسے نہیں کھانتے، میں

بھی تو جب جوانی میں کھانتا تھا تو ایسا لگتا تھا جیسا

کوئی طبلہ بجا رہا ہے۔

اچانک پڑوس کی ایک لڑکی لپک کر گھر سے نکلتی

اور جب بابا عمرو کو اپنے آپ سے سرگوشیاں کرتے

دیکھتی تو آگے بڑھ کر کہتی، بابا عمرو میں آگئی۔

بابا عمرو چونک اٹھتا اور پھر اس کے لبوں پر ایسی

جناتی مسکراہٹ نمودار ہونے لگتی جیسے ٹوٹے پھوٹے

قبرستان میں چاندنی، کہتا میں جانتا تھا میری ولیتو آئے

احمد ندیم قاسمی

گی، تو اتنی دیر تک کیا کرتی رہی ویستو بیٹا؟

ہمارے گھر چاول بکے ہیں، ننھی ویستو تالی بجا کر کہتی، بیٹھے چاول.... لے آؤں تمہارے لئے بابا عمرو؟ ہیں بابا عمرو؟

چاول قابض ہوتے ہیں، وہ ہونٹ سیکڑ کر کہتا اور جب لڑکی کے صاف چہرے پر انکار کے صدمے کا احساس شفق کی پھواری سی چھڑک دیتا تو وہ انداز گفتگو بدل کر کہتا، پر ویستو تیری خاطر مٹھی بھر کھالوں گا میں بھی، ویستو بچی کا جی برا کروں، تو کہاں جاؤں؟ میں بڑھا کھوسٹ؟

ننھی ویستو اچھلتی کودتی اپنے گھر میں گھس جاتی، گھر کے ڈھکنے پر مونگ کی گھنگھنیاں ڈالے پلٹی اور بابا عمرو کے سامنے گھٹنوں پر ٹھوڑی رکھے ہانہوں کو پنڈلیوں پر لپیٹے بیٹھ جاتی، بابا عمرو چاولوں کے تصور کو منگ میں بدلتے دیکھ کر یوں ہنستا جیسے نیا نیا ربڑ رک رک کر چل رہا ہو اور پھر اس کے قہقہے گو نجیل کھانسی میں تبدیل ہو جاتے، پسلیوں کو دونوں ہاتھوں سے جکڑ کر سامنے پڑوسی کی دیوار پر چٹاخ سے تھوک کر کہتا، یہ چاول کہاں سے آئے ننھو؟

کرپالو کی دکان سے، ویستو پلکیں جھپکا کر مسکراتی۔ اور بابا عمرو کہتا میں سمجھا ویستو نے ولایت سے چاول منگائے ہیں....

گاؤں بھر میں مشہور تھا کہ بابا عمرو کا دل بھٹیاریں کے توڑے کی طرح کالا ہے، اس بڑھے نے کسی سے محبت نہیں کی، یہ دوزخی ہے دوزخی!

بابا عمرو نے محنت مزدوری کر کے جوانی گزاری، ادھیڑ عمر میں شادی کی، چار مہنیوں کے بعد بیوی دق میں مبتلا ہو گئی اور جب مری تو بابا عمرو کو خدا کا شکر ادا

کرتے سنا گیا۔ کہتے ہیں بیوی کو دفن کر جب وہ گاؤں میں آیا تو سیدھا مسجد میں جا گھسا اور شکرانے کے نفل ادا کئے اور ہاتھ اٹھا کر بلند آواز میں دعا کی، میرے اللہ تو بڑا پروردگار ہے اس لئے شکایت فصول ہے، تو جو کرتا ہے، اچھا کرتا ہے، تیری مرضی یہی تھی، تو میں کون ہوتا ہوں ناک بھوں چڑھانے والا، شکر ہے تیرا، شکر ہے، شکر ہے!!!

مولوی جی نے نماز جنازہ کے رپوں کو جیب میں ٹٹول کر کہا اسے کہتے ہیں توکل!!!

اور کسان جو توکل کا مطلب نہیں جانتے تھے بولنے، ”دل ہی کو نلہ ہو گیا کم بخت کا، کچھ آج بھوتی اس میں تو جوانی میں بیاہ کر لیتا، اب تک بچے جوان ہوتے، وہ کھاتے یہ کھاتا اور اللہ کا نام چپتا، بے وقوف ہے، سوداگی ہے، سڑی ہے، بھوت کا سایہ ہے بے چارے پر!“

بابا عمرو نے زندگی بھر میں تین چیزوں سے محبت کی، خدا سے، ننھی ویستو سے اور بوڑھی ملی شکری سے، جوانی میں ایک لڑکی سے انس پیدا ہوا تھا، کہ وہ پردیس بیاہ دی گئی اور محبت کی نو میدہ کلی بابا عمرو کے دل میں گھٹ کر مر جھائی اور خاکستر بن کر رہ گئی۔

کبھی کبھی مسجد کی دیواریں لیپ آتا، گلیوں سے کنکر ہٹاتا رہتا، مسافروں کیلئے گھر گھر سے روٹی مانگتا، گاؤں کی معاشرتی زندگی میں اس کا صرف یہی دخل تھا کہ کوئی مرے تو جنازے کو کاندھا دے دے، کوئی بیبا جائے تو دعائے خیر میں شریک ہو کر مٹھی بھر تل اور شکر لے ننھے بچوں میں بانٹ دے، گاؤں کا کنواں صاف کیا جائے تو جگت پر آکر بیٹھ جائے، رسی بٹتا رہے اور گنگناتا رہے، لا الہ الا اللہ۔ لا الہ الا اللہ۔ اسے نہ سرما کی راتوں میں چوپال کی محفلیں بھاسکتی تھیں، نہ ساون

کے دنوں میں کھلیانوں کی سنگیت سجاہیں، اس کی کھانسی گاؤں والوں کو اس کے وجود سے منکر نہ ہونے دیتی تھی ورنہ وہ گاؤں میں رہ کر بھی گاؤں میں نہ تھا۔

جب رات کا اندھیرا اپنے پوربی آنچل کو پوکے چشمے میں بکھولیتا اور کائنات کی نیندوں میں انگڑائیاں کھینچنے لگتیں، تو بابا عمرو آنکھیں کھولتا اور دیمک خوردہ دروازے کے رخنوں میں دھندلے اجالوں کو مسکراتا دیکھتا تو آدھے گنبے سر پر ہاتھ پھیر کے کلمہ پڑھتا، خرخراتی شکاری کو بغل سے نکال کر پانچٹی پر بٹھا دیتا، کونے میں ایک گھڑے سے کوزہ بھرتا، وضو کرتا اور نماز پڑھتا، وہ کہا کرتا تھا، صبح کی نماز پڑھ لی تو سمجھو اللہ کی نگری میں داخل ہو گئے، دوسری نمازوں کی توفیق ہو تو پڑھو، پر ہمیں تو اللہ کی نگری کا ایک کونہ چاہئے، جیسے یہاں رہے ویسے وہاں بھی کہیں سے پڑے رہیں گے بس صبح کی نماز قضا نہ ہو۔

جب شفق کا سیلاب مدھم پڑ جاتا اور منڈیریوں اور پیڑوں پر چڑیاں چراچراتیں تو وہ کمر پر ہاتھ باندھے قریب کے کھیتوں میں گھومنے نکل جاتا، کبھی کبھی شکاری بھی اس کے ساتھ ہولیتی، مینڈوں کے سوراخوں کو سوکھتی، نرم نرم گھاس پر لوٹتی اور پھر بابا عمرو کے پاؤں سے لپٹ کر اس کے ٹخنوں سے اپنے ریشمیں پنچے رگڑتی، بابا عمرو مسکرا کر کہتا، ہٹ جا شکاری!....

اور جب شکاری لپک کر کھیت کے پرلے پر پہنچتی اور لمبی تھر تھراتی میاؤں کرتی، تو بابا عمرو ہنس کر کہتا، شریر!

واپس آ کر آنا گوندھتا، روٹی پکاتا اور پیاز، گڑیا ولیتو کے ہاں کی وال سے کھانا کھاتا، پچھلی کمائی میں سے کبھی کبھی ایک پیسہ نکالتا اور کرپالو کی دکان سے

شکر بھی لے آتا، کھانے سے فارغ ہو کر رسیاں بٹاتا، فضا میں تیرتی ہوئی ابا بیلوں کو دیکھتا جو دور سے ننھی منی قوسیں سی معلوم ہوتیں، رسی بٹتے بٹتے تھک جاتا تو شکاری کو گود میں بٹھالیتا، گردن سے چٹالیتا، اس کے چاروں پنچے ہتھیلی پر جما کر اسے نچاتا اور پھر اس کی نیلی آنکھوں میں آنکھیں ڈال کر گاڑ کر کہتا۔

شکاری تو بچی بچی شکر چاٹتے چاٹتے شریر ہو گئی ہے، میاؤں کرتی ہے؟ کسی کہیں کی، دیکھ چڑیاں نہ کھایا کر، میں نے دیکھا ہے کہ جس روز تو نے چڑیا کھائی تجھے بد ہضمی ضرور ہوئی ہے، میرے ساتھ ایک دو لقمے زہر مار کر لیا اور اللہ اللہ کیا کر، سمجھی؟.... شکاری آنکھوں کو نیم وا کر کے ایک بہت لمبی میاؤں کرتی اور اپنا جسم بابا عمرو کے مرجھائے ہوئے بازو سے رگڑتی، بابا عمرو خوش ہو کر ہنستا اور کھانسیا نیا نیا رہٹ رک رک کر چلنے لگتا، تنابے کے کنوئیں میں پتھر لڑھکنے لگتے، ولیتو آنکھوں کو اس سے عجیب عجیب باتیں کرتا، ننھو تو نے مجھے راکے باریاد کیا؟

ولیتو اسکے گھٹنے پر ٹھوڑی ٹیک کر کہتی، دس بار، بیس بار، چار بار۔

وہ ہنستا تو ولیتو کہتی بابا عمرو میں نے نئی گڑیا بنائی ہے، دکھاؤں؟

بابا عمرو میری نئی گڑیا ہے نا؟ وہ بولتی ہے، نا بابا عمرو وہ کہتی ہے بابا عمرو بڑا اچھا بابا عمرو ہے۔

ٹھیک کہتی ہے، تمہاری گڑیا، بابا عمرو کہتا، بابا عمرو سچ مچ بہت ہی اچھا بابا عمرو ہے، پر تو خود کیا سمجھتی ہے بابا عمرو کو؟.... بتا.... بابا عمرو کیسا ہے؟

بابا عمرو بابا عمرو ہے بس! وہ کچھ سوچ کر کہتی عید کب آئے گی؟

ہیں بابا عمرو؟

بابا عمرو انگلیوں پر حساب کر کے کہتا بس کوئی دس دن کم پانچ مہینے بعد۔

اور ننھی ولیتو ہونٹ سکیڑ کر کہتی، کل کیوں نہیں آتی بابا عمرو؟ ہم تو کل عید منائیں گے۔

کیوں نہیں؟ کیوں نہیں؟ بابا عمرو سی بٹنا بھول جاتا، ابھی کیوں نہ منالیں، میں اس شہنے پر جھولا ڈال دوں گا تمہیں، تم گھر سے پکانا حلوہ۔

بس بس کرتا سوچی حلوہ.... تم پیٹنگ بڑھانا میں حلوہ کھاؤں گا۔

میں بھی کھاؤں گی حلوہ بابا عمرو۔ ولیتو بابا عمرو کے کاندھوں پر اپنی کہنیاں ٹیک دیتی ہے۔

بابا عمرو کہتا ہے، اچھا تو پیٹنگ بڑھاؤں گا اور اگر میرے ہاتھ چھوٹ گئے تو جانتی کہاں گروں گا....؟ حلوے پر....

ولیتو چبکنے لگتی اور پھر اچانک سنجیدہ ہو کر کہتی، بابا عمرو.... نئے نئے کپڑے بھی ہوں گے، ہے نا؟

ہاں۔

اور گڑیاں۔

ہاں۔

اور پٹائے؟

ہاں ہاں

اور پھلجڑیاں؟

ہاں ہاں پھلجڑیاں بھی۔

ولیتو تالیاں بجاتی ناچتی گھر کی طرف دوڑنے لگی اور پکارتی عید آگئی، بابا عمرو کہتا ہے! اچھا بابا عمرو!

شام پڑے تک ولیتو اور شکری اس کا دل لہچھتا، اندھیرا پڑتے ہی وہ کھانا کھاتا، کڑوے تیل

کا دیا جلا کر لا الہ الا اللہ کا ورد کرتا اور جب سونے لگتا تو پکارتا، شکری بی، ہے شکری بی۔

میاؤں.... چوکھٹ پر سے آواز آتی۔

اوپر آجا، بابا عمرو پیار سے کہتا۔

شکری اچک کر بابا عمر کی بغل میں گھس جاتی اور خرخر کی لوری اس پر غنوندگی سی طاری کر دیتی۔

ایک روز وہ دیر تک گلی کے اس کٹڑ کو پلٹ پلٹ کر دیکھتا رہا جہاں سے ولیتو تالیاں بجاتی ناچتی نمودار ہو کرتی تھی، جب سائے ڈھلنے لگے تو گھٹنوں پر ہاتھ رکھ کر اٹھا، رسی اندر کھاٹ پر پھینک دی اور ولیتو کے گھر کی طرف طل دیا، شکری اسکے ساتھ ساتھ تھی۔

آنگن میں قدم دھرتا تو دیکھا ولیتو کھاٹ پر پڑی کر رہی ہے، اس کا باپ اسکے سر ہانے بیٹھ کر تسبیح کر رہا ہے اور ماں قریب ہی الاؤپرینٹ کا ایک کٹڑا گرم کر رہی تھی۔

ولیتو کا باپ کہہ رہا تھا، ابھی بلا لیتا ہوں بابا عمرو کو، پر اسکی کھانسی بڑی خراب ہے نا تمہیں نیند نہیں آئے گی۔ میں آگیا ہوں ننھو، میں بالکل نہ کھانسیوں گا یہاں، بابا عمرو شکری کو اپنے پاؤں سے الگ کرتے ہوئے بولا۔

ولیتو مسکراتے لگی اور دونوں ہاتھ اٹھا کر بولی، بابا عمرو بڑا اچھا بابا عمرو ہے۔

باب عمر کی آنکھیں بھیگ گئیں بولا، میں حیران تھا کہ ولیتو بیٹی نے آج میری خبر کیوں نہ لی اسی فکر میں کئی بار رسی کو الٹے بل دیتا رہا، کئی بار شکری نے بھی میاؤں کی جیسے ولیتو کو پکار رہی ہو، کہ ری ننھو، تم بیمار ہو گئیں اور مجھے پتہ تک نہ چلا کیا ہو گیا اسے؟

ولیتو کا باپ بولا۔ کل شام سے پیٹ میں درد کی شکایت کر رہی تھی، صبح کو اٹھی تو بخار سے تپ رہا تھا

سارا جسم، کئی بار تمیں یاد کیا، پر میں نے کہا تم پریشان ہو جاؤں گے، کب سے تمہارے نام کی رٹ لگا رکھی ہے، کہتی ہے، بابا عمرو بڑا اچھا بابا عمرو ہے، بابا عمرو پھلجڑیاں لا دے گا۔

ہاں ہاں پھلجڑیاں بابا عمرو پھلجڑیاں لا دو نا، ولیتو نے اپنا تپتا ہوا ننھا ہاتھ بابا عمرو کی مرجھائی ہوئی انگلیوں پر رکھ دیا۔

ولیتو کا باپ بولا، کرپالو کی دکان پر پھلجڑیاں ہیں نہیں، مسجد کی پرلی طرف گاموں کے بیٹے وارث نے دکان کھولی ہے، پر گڑ اور تمباکو کے سوا اور دھرا کیا ہے، وہاں قصبے میں کوئی جانے والا ملتا نہیں، اور ولیتو ہے کہ بابا عمرو اور پھلجڑیوں کو بھولتی نہیں، بابا عمرو تو مل گیا اسے، اب پھلجڑیاں کہاں سے آئیں؟ قصبے سے..... بابا عمرو بولا۔

پر لائے گا کون؟

میں۔

تم۔

ہاں ہاں میں۔

پر بابا وہ گھٹا ٹوپ بادل اٹھ رہا ہے اترے.... میں تو کہتا ہوں پل بھر میں جل تھل ایک ہو جائیں گے، تم بڑھے نڈھال آدمی کہاں بھٹکتے پھرو گے؟

اچانک ولیتو پکاری.... بابا عمرو پھلجڑیاں اچھی سی، بہت اچھی سی۔

جو نیلے پیلے تارے برسائیں؟ بابا عمرو ولیتو پر جھک گیا۔

ہاں ہاں بابا عمرو۔

جورات کو دن کر دیں؟....

ہوں۔

جو کرپالو کی دکان جلا دیں؟

ہاں ایسی ہی، کرپالو بڑا برا ہے، بابا عمرو بڑا اچھا ہے۔ تو میں ابھی آیا۔

بابا عمرو اٹھا، شکری اسکے ساتھ ہوئی، ولیتو کے ماں باپ نے اسے بہت سمجھایا مگر وہ بولا، چار ہی تو قدم ہیں، اور اگر ولیتو کیلئے ولایت بھی جانا پڑا تو سمندروں کو چیر تا نکل جاؤں گا، میں ایسا گیا گزرا نہیں ہوں، اچھا بھلا ہوں، کھانسی نہ ہوتی تو قرآن مجید کی قسم لاہور سے ہو آتا ایک دن میں۔

اور جب ولیتو کے باپ نے اسے پھلجڑیوں کیلئے رقم دینا چاہی تو وہ بے تابانہ ہاتھ جھٹک کر بولا، میرے من جو بات آئی ہے وہ کہنے کی نہیں ورنہ کہہ دیتا، میں تمہارے لئے غیر سہی ولیتو کیلئے نہیں۔

جھونپڑے میں پہنچ کر اپنی پونجی سے انٹنی نکالی، شکری کو بڑی مشکل سے اندر بٹھایا اور دروازہ بند کر کے قصبے کو چل دیا۔

ابھی وہ گاؤں سے ایک ہی کوس دور گیا ہو گا کہ تیز ہوا سے درخت انگڑائیاں لینے لگے، خشک پتے کھڑکھراتے ہوئے ٹوٹے اور زمین پر لوٹ پوٹ ہونے لگے، بادل دھاڑا اور بوند باندی شروع، مگر بابا عمرو لمبے لمبے ڈنگے بھرتا، عصا ٹیکتا بڑھتا چلا گیا اور جب قصبے میں پہنچا تو ٹھنڈا رہا تھا۔

انٹنی کی پھلجڑیاں خرید کر چادر میں لپیٹیں اور تہجد کے کونے میں اڑس کر پلٹا، یوں چلا جیسے بیس بائیس سال کا گھبراواڑا جا رہا ہو، گاؤں کے قریب برساتی ندی گرج رہی تھی، پھلجڑیوں کو پگڑی میں لپیٹ کر چکراتے ہوئے پانی کو چیر گیا۔

ابھی گاؤں میں نہیں پہنچنے پایا تھا کہ گھٹانے

ایک دم اپنا دامن نچوڑ دیا، یوں معلوم ہوتا تھا جیسے آسمانوں سے سمندر اندیل دیئے گئے ہیں، بوندوں کی جگہ آبشار گرنے لگے۔

بابا عمرو کو پھلجڑیوں کی اتنی فکر تھی کہ بدن پر صرف تہ کو رہنے دیا اور باقی سب کپڑوں میں پھلجڑیوں کو لپیٹ لیا، کبھی بغل میں دباتا، کبھی مٹھی میں جکڑ لیتا، پھسلتا تو پھلجڑیوں والا ہاتھ اوپر ہی رکھتا، جب وہ گاؤں میں پہنچا تو چوپال کے دروازے پر بیٹھے ہوئے لوگوں نے زور زور سے قہقہے لگائے اور بولے، بڑھا ویسے ہی گھناؤنا ہے، پر جب بھیگ جاتا تو توبہ.... بالکل بھوت....!

بابا عمرو کوئی جواب دینے کیلئے ٹھٹھکا مگر فوراً اس کے دماغ میں پھلجڑیاں چھوٹنے لگیں، قدم بڑھائے او جب ولیتو کے گھر پہنچا تو دبلیز الٹکتے ہی پوچھا کیسی ہے ننھو؟

اور پھر ولیتو کو مسکراتا دیکھ کر اس نے پھلجڑیاں پر لیٹے ہوئے کپڑے کو کھولہ، سولہ پھلجڑیاں کا انبار سا ولیتو کے سامنے رکھ دیا، داڑھی سے پانی نچوڑ کر بولا، چھوڑوں ایک پھلجڑی؟.... دیا سلائی دینا بھیا!

ولیتو کے ماں باپ بڑھے کی حالت دیکھ کر بھونچکا سے رہ گئے، اس کے ارد گرد ننھی ننھی ندیاں بل کھاتی فرش کے چاروں طرف ریٹنگی جا رہی تھیں، سر کے نیچے کچے بالوں کا پانی اکٹھا ہو کر اس کی ناک کے بانے پر سے چاندی کا ایک تار بناتا اس کے کپکپاتے ہوئے سینے پر گر رہا تھا، ولیتو کی ماں نے بڑھ کر دیا سلائی کی ڈبیا اٹھا دی، باپ نے بابا عمرو کے قریب آ کر کہا، پر بابا تم تو آگ سینک لو، ٹھٹھک رہے ہو، نیلے پڑ رہے ہو۔

کون ٹھٹھک رہا ہے؟ کون نیلا پڑا رہا ہے؟ بابا عمرو دیا سلائی جلا کر بولا، واہ کیوں ری ننھو؟....

کانپتے ہاتھ بڑی مشکل سے دیا سلائی اور پھلجڑی کو ایک دوسرے کے قریب لاسکے اور جب پھلجڑی چھوٹی تو بابا عمرو کو وہ ہنسی چھوٹی، وہ ہنسی چھوٹی کہ چبکتی ہوئی ولیتو کے ہاتھ سے پھلجڑیاں تھما کر زمین پر بیٹھ گیا اور جب ہنسی نے گونجیلی کھانسی کی شکل اختیار کر لی، تو وہ سینے کو دونوں ہاتھوں سے دباتا اٹھا اور بولا، ولیتو بیٹا مجھے تو کھانسی آنے لگی، کل صبح پھر آؤں.... گا.... ہیں ننھو؟

بابا عمرو بڑا اچھا ہے، ولیتو بستر پر اٹھ بیٹھی، بابا عمرو ایک پھلجڑی تم بھی لے لو۔

ہنستا کنپتا، کھانستا وہ ولیتو کے قرب آیا، پھلجڑی لے کر مٹھی میں دبائی اور اپنی جھونپڑی کو چل دیا جہاں شکری اپنے نکیلے بیٹوں سے دروازے کو لگاتا کھرچ رہی تھی۔

آدھی رات تک ولیتو کا بخار بھی اتر گیا اور درد بھی رک گیا اور جب صبح کو اٹھی تو بابا عمرو کے ہاں جانے کو چل پڑی، باپ نے اسے اٹھایا اور بابا عمرو کے پاس لے چلا۔

جھونپڑے کا دروازہ کھلا تھا، دونوں بابا عمرو کے قریب پہنچے تو ایک عجیب سی مکھی بابا عمرو کے اودھ کھلے منہ سے نکلی اور اس کے چہرے کا طواف کرتی ولیتو کے سر سے ٹکراتی دروازے سے باہر نکل گئی، بابا عمرو کے پیٹ پر بیٹھی ہوئی بلی نے زور سے میاؤں کی اور پنچہ مار کر بابا عمرو کی داڑھی میں پھنسی ہوئی پھلجڑی کو نیچے گرادیا۔



خواب گاہ...!!

رہے۔ بستر کمرے
میں اس طرح رکھا
جائے کہ کمرہ کشادہ

گھر چھوٹا ہو یا بڑا ہر
امیر و غریب کی
ضرورت ہے۔ گھر

محسوس ہو اور چلنے پھرنے میں
وقت نہ ہو۔ کمرہ اگر چھوٹا ہے تو

ایک چھوٹی سی جنت

اس بات کا زیادہ خیال رکھیں۔ یہ بات آپ کے سلیقے کو
بھی ظاہر کرے گی۔ اپنی خواب گاہ کو خوبصورت بنانے

میں ایک کمرہ صرف آرام کے
لیے ہی مخصوص ہوتا ہے، جسے
خواب گاہ کہا جاتا ہے۔ یہ آپ کی ذاتی استعمال کی جگہ
ہوتی ہے۔ لہذا آپ اس کمرے کو اس طرح ڈیزائن

کریں جن سے یہ
آپ کے لیے آرام و
سکون کی جگہ بن
جائے خواب گاہ میں
استعمال ہونے والی
اشیاء بھی اسی مناسبت
سے رکھیں۔ بستر کا
انتخاب کرتے ہوئے
اس بات کا خاص
خیال رکھیں کہ وہ



کے لیے دیواروں پر ہلکے رنگوں کا
انتخاب کریں، ہلکے رنگ کشادگی کا

ناہید اشفاق

احساس دیتے ہیں جبکہ گہرے رنگ تنگی کا تاثر اجاگر
کرتے ہیں۔ اگر آپ کی خواب گاہ چھوٹی ہے تو دیواروں
کے لیے ہلکے رنگ کا انتخاب کریں۔ ایک اچھی اور آرام

آرام دہ اور جگہ کی مناسبت سے ہو۔
بستر منتخب کرتے وقت پائیداری کو مد
نظر رکھا جائے۔ کیونکہ یہ سال ہا سال چلتے ہیں اور آؤٹ
آف فیشن نہیں ہوتے۔ بستر کا گدا معیاری ہونا چاہیے
تاکہ سوتے وقت آرام ملے اور زیادہ عرصے تک کار آمد

اپنی خواب گاہ کو خوبصورت، صاف ستھرا اور آرام دہ رکھیں۔ بستر کی چادریں اور تکیوں کے غلاف
اتنے خوشگوار ہوں کہ کمرے میں داخل ہوتے ہی خوش گوار احساس ہو۔ کھڑکی اور دروازے کے
پردے یکساں رنگ کے ہونے چاہئیں۔ اگر آپ کھڑکی کے پردوں کے رنگ دیواروں کے رنگ سے
ملنے جلتے منتخب کریں گی تو پھر آپ کی خواب گاہ مزید کشادہ اور خوبصورت نظر آئے گی۔

بچھ سکے۔ بستر کے سرہانے لیپ رکھنا بھی ضروری ہے۔ تاکہ اگر کوئی سو رہا ہو تو لیپ روشن کر کے اپنی ضرورت کا کام کر لیا جائے اور سونے والا پریشان نہ ہو۔ لیپ آپ کی پسند کے مطابق ہو اور کمرے کی خوبصورتی میں اضافے کا باعث بھی ہو۔ لیپ کی روشنی دو دھیا یعنی سفید ہو۔ جو مطالعہ کرنے میں آسانی اور آنکھوں کو بری بھی نہ لگے۔ کوشش کریں کہ خواب گاہ میں ٹی وی نہ ہو۔ کیونکہ یہ آرام میں خلل ڈالتا ہے اور رات دیر تک جاگنے کا سبب بنتا ہے۔

خواب گاہ میں کتابوں کا ایک چھوٹا سا شیلف یا الماری رکھیں۔ سونے سے پہلے کسی اچھی سی کتاب کا کوئی پیرا گراف پڑھ لیں اور اسے اپنی عادت بنالیں۔ مطالعہ کرنا اچھی نیند لانے کا آسان طریقہ ہے۔ جو لوگ رات کو مطالعہ کر کے سونے کے عادی ہوتے ہیں وہ بھرپور نیند سوتے ہیں اور صبح تروتازہ بیدار ہوتے ہیں۔ ان کی شخصیت میں مطالعے کے باعث نکھار پیدا ہو جاتا ہے۔

یہ نکھار آپ بھی اپنے اندر پیدا کر سکتے ہیں۔ کتابوں کی موجودگی خواب گاہ کو وقار بخشی ہے۔ آپ کی خواب گاہ کو گھر میں سب سے بہترین آرام دہ اور پرسکون ہونا چاہیے۔ خواب گاہ میں کوئی فالتو سامان نہ رکھیں۔ اسے کشادہ رہنے دیں۔ تاکہ فرحت و تازگی کا احساس ہو۔

خواب گاہ آپ کے بہترین تصورات کے مطابق ہونی چاہیے۔ اس پر تھوڑی سی محنت کر کے خواتین اپنی اس چھوٹی سی جنت کو اپنے ذوق اور سلیقے کی مدد سے حسین ترین بنا سکتی ہیں۔



وہ خواب گاہ کے لیے ضروری ہے کہ اس میں کھڑکی بھی ہو۔ جس قدر ممکن ہو کھڑکی کو صاف ستھرا رکھیں۔ اس میں باریک جالی لگوائیں تاکہ ہوا کی آمد و رفت رہے اور مچھروں کا داخلہ بھی مکمل طور پر بند ہو جائے۔ ہوا دار کمرہ ایک تو چھوٹا ہونے کے باوجود گھٹن زدہ نہیں ہوتا، دوسرے تازہ ہوا کی آمد و رفت سے کمرے میں تازگی اور فرحت کا احساس ہوتا ہے۔ خواب گاہ آرام کی جگہ ہے اس لیے اسے خوبصورت، صاف ستھرا اور آرام دہ رکھیں بستر کی چادریں اور تکیوں کے غلاف ایسے ہوں کہ کمرے میں داخل ہوتے ہی خوش گو اور احساس ہو۔ کھڑکی کی اور دروازے کے پردے یکساں رنگ کے ہونے چاہئیں۔

اگر آپ کھڑکی کے پردوں کے رنگ دیواروں کے رنگ سے ملے جلتے منتخب کریں گی تو پھر آپ کی خواب گاہ مزید کشادہ اور خوبصورت نظر آئے گی۔ کوشش کریں کہ کھڑکیوں کے پردے اس طرح لٹکے ہوئے ہوں کہ اگر روشنی کی ضرورت پڑے تو انہیں بہ آسانی ہٹایا جاسکے۔ کھڑکی کے پردوں کے رنگ کا انتخاب دروازے اور کمرے کی دیواروں کے رنگ کی مناسبت سے کریں، تاکہ آپ کی خواب گاہ مکمل طور پر کسی بہترین ذہن کی تخلیق اور عمدہ ذوق کا مظہر نظر آئے۔

خواب گاہ کی روشنی بھی بہت اہمیت رکھتی ہے۔ بلب یا لیپ کو محض روشنی کے لیے استعمال نہ کریں۔ بلکہ اس کے ذریعے بھی کمرے کی آرائش کریں۔ سب سے پہلے یہ فیصلہ کریں کہ کمرے کی کون سی جانب روشنی ہونی چاہیے....؟ ایسی جگہ کا انتخاب کریں جس کہ وجہ سے روشنی کمرے میں پوری طرح سے ہر جگہ

بچوں کو لوہے سے سچ سکھائیں

بچے کی سانس پھولی ہوئی تھی روتے روتے آنسو بھی ختم ہو گئے تھے۔ مسلسل سسکیاں لے رہا تھا۔ یہ بچہ کی لڑائی تھی۔ جس پر ٹیچر نے سرزنش کی تو اس کی یہ حالت ہوئی۔ یہ سب اسکول انتظامیہ کے لوگ تھے۔

میں نے ان سے کہا کہ آپ کی بات اور بچے کے بیان کردہ حقائق میں فرق ہے۔ وہ چیخنے لگے کہ آپ لوگ اگر علاج نہیں کر سکتے تو ہم بچے کو دوسرے اسپتال لے جاتے ہیں۔ آپ لوگ ڈاکٹر ہیں لیکن تحقیقات کا انداز ہے۔ انہیں سمجھایا



ہمارے اسپتال کی ایمرجنسی میں لایا گیا تھا اس کے ساتھ چند افراد تھے بچے کو شدید چوٹیں آئی تھیں۔ اسے آکسیجن لگا دی گئی اسے سانس لینے میں شدید تکلیف ہو رہی تھی۔ ورد کا انجیکشن لگا دیا گیا۔ اس کی حالت ایک گھنٹے بعد

سنجیدہ گئی۔ ایکس رے کرایا گیا۔ اس کے سینے کی ہڈی (اوپر کی طرف والی) پر بال آیا تھا بچے سے معلوم کیا گیا کہ کیا ہوا ہے....؟ وہ اتنا ڈرا ہوا تھا کہ بات کرنے پر راضی ہی نہیں تھا۔ ہم نے ساتھ آنے والوں کو کہا کہ آپ باہر بیٹھیں ہم بچے سے بات کرتے ہیں۔ وہ کہنے لگے جو بات کرنی ہے ہمارے سامنے کریں، ہم بچے سے الگ بات نہیں کرنے دیں گے۔ اس پر نرس نے کہا ”بچہ سہا ہوا ہے۔ اس لیے شاید اکیلے میں اپنی کیفیت صحیح بتا دے۔ بچے نے خاتون نرس کو بتایا کہ مجھے ٹیچر نے مارا ہے۔ میں نے بچے کی گفتگو کی وڈیو بنائی۔ جب ساتھ آنے والوں سے پوچھا تو انہوں نے کہا کہ بچوں بچوں

کہ مریض کی حالت ایسی نہیں ہے کہ اسے منتقل کیا جائے۔ یہ شدید سردی کا موسم تھا صبح گیارہ بجے کا وقت تھا لیکن سورج کی روشنی ہلکی تھی۔ دھند تھی۔ بچے کو آکسیجن دی گئی۔ میٹر اس کے قریب رکھا تھا اس کے ہاتھ بالکل ٹھنڈے ہو رہے تھے۔ وہ گرمی پہنچنے پر اپنے آپ بہتر محسوس کر رہا تھا۔ بچے کے ساتھ آنے والے بولے آکسیجن بھی

ڈاکٹر خالد مشتاق

بچہ جو بھی تکلیف بتائے اس پر توجہ دیں اس کی وجوہات معلوم کریں اور اسے دور کرنے کے لیے ہر ممکن اقدام کریں۔ اس سلسلے میں ایک مشہور سائیکلو جسٹ کا کہنا ہے کہ بچوں کا معصوم ذہن والدین یا استاد کی مار یا اس کے سخت، جملوں کا مشتمل نہیں ہو سکتا۔ اس لیے ان پر اتنا بوجھ ڈالیں جتنا یہ برداشت کر سکیں۔ بچہ اگر اعصابی طور پر متاثر ہو گا تو اس کی پڑھائی متاثر ہوگی۔

دیں گے۔ اس پر نرس نے کہا ”بچہ سہا ہوا ہے۔ اس لیے شاید اکیلے میں اپنی کیفیت صحیح بتا دے۔ بچے نے خاتون نرس کو بتایا کہ مجھے ٹیچر نے مارا ہے۔ میں نے بچے کی گفتگو کی وڈیو بنائی۔ جب ساتھ آنے والوں سے پوچھا تو انہوں نے کہا کہ بچوں بچوں

سے کوئی تکلیف نہیں تو تم کیوں تکلیف بتا رہی ہو یا بتا رہے ہو۔

ماہر سائیکولوجسٹ نے ٹیچرز کی کلاس لی اور انہیں بتایا کہ بچے بہت معصوم ہوتے ہیں۔ وہ جھوٹ نہیں بولتے لیکن ہم انہیں جھوٹ بولنے پر مائل کرتے ہیں۔ بچہ جو بھی تکلیف بتائے اس پر توجہ دیں۔ اس کی وجوہات معلوم کریں اور اسے دور کرنے کے لیے ہر ممکن اقدام کریں مثلاً بچے اگر کمر درد کی شکایت کرتے ہیں تو ان کے بستے کا وزن کریں۔ بچے کا وزن کریں اور پھر خود سوچیں کہ بچہ اتنا بھاری بستہ اٹھا سکتا ہے۔ اسی طرح بچوں کے لیٹ آنے کا مسئلہ ہے۔ سارے بچے ایک ہی رفتار سے نہیں چل سکتے۔ بچوں کو حقائق کی روشنی میں رعایت دی جائے۔ سائیکولوجسٹ صاحبہ نے بتایا کہ بچوں کا معصوم ذہن استاد کی ماریاں اس کے سخت جملوں کا متحمل نہیں ہو سکتا۔ اس لیے ان پر اتنا ہی بوجھ ڈالیں جتنا یہ برداشت کر سکیں۔ بچہ اگر اعصابی طور پر متاثر ہو گا تو اس کی پڑھائی بھی متاثر ہوگی۔

بچوں کے اسکول میں رویے کے حوالے سے ہمارے ایک دوست نے بتایا کہ ان کے بچوں کے ساتھ مسئلہ ہو رہا ہے۔ جب میں نے تفصیلات معلوم کیں تو پتا چلا کہ ان کے بچے اسکول میں بچ بولتے ہیں اس لیے اکثر مسائل میں جتنا ہو جاتے ہیں۔ ان کی اہلیہ نے اپنے بچوں کو بچ کی تعلیم دی ہے۔ بچوں نے جرمنی اور پھر انگلینڈ کے اسکول میں پڑھا ہے۔

وہ بتانے لگے کہ میرے بیٹے نے اسکول سے چھٹی کی اسے دستوں کی شکایت تھی۔ ORS پیا ٹھیک ہو گیا۔ اسکول میں اس نے درخواست دی کہ میں بیمار تھا اس

بقیہ صفحہ 213 پر ملاحظہ کیجیے

آپ نے بنا دی ہے اب ہم اسے لے جا رہے ہیں۔ تو میں نے انہیں روک دیا اور بتایا کہ بچے کے والدین آجائیں تو ہم اسے گھر بھجوا دیں گے۔ انہوں نے کہا کہ ہمارے اسکول میں بچوں کو مارنے کی اجازت نہیں لیکن یہ بچہ سبق ٹھیک یاد ہی نہیں کرتا تھا۔ استاد کو غصہ آگیا اور انہوں نے اسے چاٹا مار دیا۔ اس نے مزاحمت کی تو استاد کا پارہ مزید چڑھ گیا اور یہ حادثہ ہو گیا۔

بچہ بہتر ہو گیا تو اس کی اسپتال سے چھٹی کر دی گئی اسکول والوں کو بعد میں بلایا گیا اور ان ماسٹر صاحب سے بھی ملاقات کی گئی۔ جب تفصیلات معلوم ہوئیں تو اسکول کی انتظامیہ بھی حیران اور پشیمان ہو گئی۔ یہ استاد بچوں پر بہت سختی کرتے تھے۔ بات یہ پتا چلی کہ بچے اس سے ڈرتے تھے۔ یہ پٹائی کرنے کے بعد بچے کو دھمکی دیتے تھے کہ اگر اسکول انتظامیہ یا گھر پر بتایا تو اگلی مرتبہ زیادہ مار پڑے گی۔ بچے ڈر کر نہیں بتاتے تھے۔

ٹیچر نے بتایا کہ وہ کوشش کرتے ہیں کہ بچوں کو ماریں پیٹیں نہیں، لیکن یہاں کے بچے بہت ہی زیادہ شیطانی حرکات کرتے ہیں۔ وہ بتانے لگے کہ بچوں کو مارنے پر آج کل پابندی ہے اس لیے آج کل بچے خراب ہو رہے ہیں۔ لیکن اب ہم صرف زبان ہی سے بچوں کی خبر لیتے ہیں۔ ڈانٹتے ہیں ظاہر سی بات ہے زبان سے ڈانٹنے پر نہ گھر والوں کو برا لگتا ہے نہ ہی اسکول انتظامیہ کو۔

اسکول انتظامیہ کے ساتھ ماہر نفسیات کی نشست کرائی گئی۔ انہوں نے ٹیچرز سے سروے کیا تو پتا چلا کہ بچے اکثر اسکول میں دیر سے آنے کمر کے درد کی شکایت کرنے کی وجہ سے اسکول سے چھٹی کرنے اور یاد نہ کرنے کی وجہ سے مار کھاتے ہیں۔ اسکول میں ٹیچر بچوں کو یہ دلیل دیتے ہیں کہ اگر دوسرے بچوں کو ان میں

اچھی قرینیت کے لیے بچے کا مزاج جانیں

والدین کا نو نہالوں کی شخصیت سے آگاہ ہونا ضروری ہے۔

آپ کا کون سا بچہ کیسا ہے..... اگر آپ کا بچہ زیادہ کھیلتا ہے اور آپ کو اس پر زیادہ توجہ دینے کی ضرورت نہیں پڑتی، تو بڑے ہو کر بہت ہنس مکھ ہو سکتا ہے۔ ایسے بچے بہ آسانی کسی تبدیلی کو قبول کر لیتے ہیں۔ اگر بچہ زیادہ روتا ہے تو اس کا مطلب یہ ہے کہ بچہ حساس طبیعت کا مالک ہے۔ یہ بچے ارد گرد ہونے والی تبدیلیوں کو بھی آسانی سے قبول نہیں کرتے، پرانے ماحول میں رہنے کے عادی ہوتے ہیں، یا وہ اکثر پرانے ماحول اور پرانی چیزوں کو ہی یاد کرتے رہتے ہیں۔

اگر آپ کو اپنے بچے کے مزاج یا عادت میں کسی تبدیلی کی ضرورت محسوس ہوتی ہے تو اس سے قبل کہ بچہ سمجھنے کے قابل ہو جائے اور اس کی عادات میں پختہ ہو جائیں یہ عمل کر ڈالیں۔ ایسا کرتے وقت چند باتوں کا خیال رکھیں، سب سے پہلی بات تو یہ کہ بچے سے صبر و تحمل سے پیش آئیں، اس کی کمزوریوں کو پہچانیں اور پھر بتدریج اسے درست کریں نئی چیزوں اور نئے لوگوں سے متعارف کروائیں، جن چیزوں سے نفرت کرتا ہے اس کا سامنا اسے اکیلے نہ کرنے دیں

بچے کے رویے کا انحصار کافی حد تک اس سے روا رکھے جانے والے رویے پر ہوتا ہے، اس کی پرورش کسی سچ پر کی جا رہی ہے۔ اس کے گھر اور گرد و پیش کا ماحول کیسا ہے۔ اسے اپنے ارد گرد سے ہم آہنگ ہونے کے لیے کیا سکھایا گیا ہے۔

پیدائش کے چند ماہ بعد ہی بچے کی عادات و اطوار کے غدو خال واضح ہونے لگتے ہیں۔ آپ کا بچہ خوش باش بچہ بھی ہو سکتا ہے اور کچھ فکر مند ذہن کا بھی۔ شرارتی بھی ہو سکتا

ہے اور حساس بھی۔ چند مہینوں کے مشاہدے کے بعد آپ کو اس کے رویے کا اندازہ ہو جائے گا۔ یہ بھی ضروری نہیں کہ آپ کے سارے بچے یکساں اور ملتی

جلتی عادات کے مالک ہوں، اس لیے سب سے ان کے مزاج کے مطابق پیش آنا ضروری ہے۔ کچھ بچے بہت زیادہ توجہ چاہتے ہیں، کچھ آزادی کے خواہاں ہوتے ہیں، کچھ بچوں کو سنبھالنا بہت مشکل ہوتا ہے، بعض بچے اپنے آپ میں گم رہتے ہیں۔ ہر بچے کی اپنی ایک شخصیت ہوتی ہے اور آپ کو چاہیے کہ آپ اچھی طرح جائزہ لیں کہ



نسرین اختر

بلکہ آپ بھی اس کے ساتھ رہیں، حوصلہ افزائی کو اپنا ہتھیار سمجھیں، بچہ کچھ اچھا کرے تو اس کی تعریف کریں اور انعام بھی دیں، وہ اس بات کو یاد رکھے گا اور پھر دہرانے کی کوشش بھی کرے گا۔

بچے پر آپ کی بھرپور توجہ ہوگی تو یہ ساری باتیں آہستہ آہستہ اس کی عادت بنتی چلی جائیں گی اور اس کی شخصیت بھی بدلتی جائے گی۔ اگر پہلے سال میں ہی بچے کی شخصیت کو اچھی طرح سمجھ لیا جائے تو نہ صرف بچے کی اعلیٰ اخلاقی تربیت ہو سکے گی، بلکہ اس کی تعلیمی کارکردگی بھی مثبت انداز میں آگے بڑھے گی۔ اگر آپ اپنے بچے کی تعلیمی کارکردگی بہتر بنانا چاہتی ہیں تو جب وہ پڑھنے بیٹھے تو اس بات کا اطمینان کر لیں کہ اس کے پاس سب ضروری چیزیں موجود رہیں اسے بار بار کسی بھی چیز کے لیے اٹھنا نہ پڑے تاکہ اس کی توجہ برقرار رہے۔

پڑھائی شروع کرنے سے پہلے یہ نوٹ کر لیں کہ بچہ بھوکا تو نہیں ہے۔ پڑھتے وقت اسے نیند تو نہیں آرہی۔ پڑھائی کے دوران آکٹاہٹ سے بچنے کے لیے وقفے وقفے سے اس کی دلچسپی برقرار رکھنے کی کوشش کریں، اس کی پسند اور رجحان کے حوالے سے ایسی بات کریں جس سے اسے اچھا لگے اور بٹتی ہوئی توجہ دوبارہ مرکوز ہو جائے۔ کسی بھی ہدف کو پانے کے لیے اس پر نظر رکھیں کہ اس کی کارکردگی ہدف کے مطابق ہے کہ نہیں، اگر کسی وجہ سے وہ پیچھے رہ جاتا ہے تو اسے بتائیں کہ اس میں شرمندگی والی کوئی بات نہیں ہے، اسے بتائیں کہ وہ تھوڑی سی توجہ اور محنت سے اپنی کارکردگی بہتر بنا سکتا ہے اور کلاس کے اچھے طالب علموں کے برابر پہنچ سکتا ہے۔

اپنے بچے کی اچھی تربیت کے حوالے سے اسے یہ بھی بتائیں کہ وہ اسکول میں ایسے بچوں کے ساتھ اٹھے بیٹھے جو پڑھنے میں اچھے ہیں۔ اس کے علاوہ بھی وہ اپنی اچھی ہم جموں لیاں یا اچھے دوست رکھیں۔ اسے سمجھائیں کہ وہ مطالعہ کرنے کی اچھی عادتوں کو اپنائے اور اپنا ایک ہدف مقرر کر لے۔ صحت مند مقابلہ بہتر محرک ہوتا ہے۔ اس لیے اس موقع پر اس کی حوصلہ افزائی کریں۔ اسے بتائیں کہ ناکامی بھی دراصل کامیابی تک پہنچنے کا ذریعہ ہوتی ہے اور محنت کر کے ہار جانے میں کوئی بری بات نہیں۔ انشاء اللہ آئندہ کوشش میں ضرور کامیابی ملے گی۔ بچے پر خود بھی بھروسہ رکھیں اور اس کی ہمت بھی نہ ٹوٹنے دیں۔

بچے کی اچھی تربیت کے لیے ایک اچھا محرک اسے سراہنا اور تعریف کرنا ہوتا ہے، جب کبھی بچہ کچھ اچھا کرے تو اسے شاباشی ضروری دیں، کبھی بھی اپنے بچے کی بے عزتی نہ کریں نہ اسے کمتر ہونے کا احساس دلایں۔ ایسا کر کے آپ اس کی عزت نفس کو ٹھیس پہنچائیں گی، تعریف کرنے سے بچے کے اعتماد میں اضافہ ہوگا اور اسے مزید بہتر کارکردگی دکھانے کی تحریک ملے گی۔ پڑھتے ہوئے بچے کا ذہن بہت ساری باتوں کی آماجگاہ بن جائے تو اسے بریک لینے کے لیے کہیں، اسے سب کچھ ایک طرف رکھ کر من پسند کھیل کھیلنے کو کہیں، یا پھر آپ اسے کوئی دلچسپ کہانی یا واقعہ سنائیں۔

یاد رکھیں اگر صبر و تحمل کے ساتھ آپ نے بچے کے مزاج کو سمجھ لیا تو پھر آپ اپنے بچوں کی اچھی تربیت کرنے میں کامیاب ہو جائیں گی۔



قلندر بابا اولیاءؒ

نے فرمایا:

بحث برائے بحث کرنے والے بندے کا
مقصد عموماً یہ ہوتا ہے کہ دوسرے فرد کو نیچا
دکھایا جائے وہ آپ سے بحث اس لیے نہیں
کرتا کہ وہ کچھ سمجھنا چاہتا ہے بلکہ اس کا مقصد
یہ ہوتا ہے کہ وہ خود کو برتر ثابت کر دے۔

مراقبہ ہال و ہاڑی

نگراں: شوکت علی

چکے نمبر WB/47 روڈ، عقبے عید گاہ،

وہاڑی۔ پوسٹل کوڈ 61100

فون: 0314-6451458

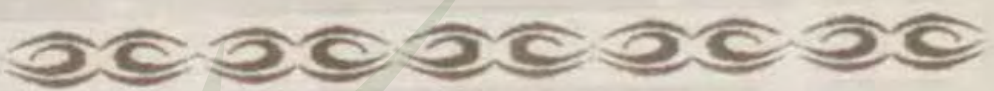
رسول اللہ ﷺ

نے فرمایا:

ایک لمحہ کا غور و فکر ساٹھ سالہ کی

عبادت سے بہتر ہے۔

(ابوالشیخ، مسند فردوس)



مراقبہ ہال مانسہرہ

نگر اے: حکیم افتخار الہی

معرفت: ڈاکر دواخانہ، ڈب نمبر 1، مانسہرہ،

صوبہ خیبر پختونخواہ۔ پوسٹ کوڈ 21300

فون: 0300-5621447

عجیب

دنیا بھر میں رونما ہونے والے دلچسپ اور عجیب واقعات

ایمانیہ زندگیاں



واقعات کے سبب یا کسی خاص وجہ کے باعث حیوانات کے بچوں کی طرح نشوونما پا کر موٹے تازے ہو رہے ہیں۔ چھوٹے چھوٹے پتھروں کے اجسام بڑھتے رہتے ہیں اور ایک مخصوص مدت کے بعد یہ پتھر ٹوٹ جاتے ہیں۔ لیکن ان سے بننے والے چھوٹے کنکر پھر بڑھنا شروع ہو جاتے ہیں۔

دنیا بھر کے سائنسدان اور ماہرین ارضیات اس راز کو جاننے سے قاصر ہیں کہ پتھروں میں افزائش کا عمل علاقائی موسمیات کے سبب ہے یا ان کے اندر پائے جانے والے کیمیائی مادے ان کی افزائش کا سبب بنتے ہیں۔ مختلف ماہرین کی جانب سے اب تک اس کی الگ الگ توجیہات پیش کی گئی ہیں لیکن کوئی بھی سائنسدان حتمی طور پر قدرت کے اس راز کو نہیں جان پایا ہے۔

ہماری زمین پر ہر جانب مظاہر قدرت بکھرے ہوئے ہیں۔ کچھ کی حقیقت انسان پر آشکارا ہو چکی ہے جب کہ بہت کچھ اس کی آنکھوں سے ابھی تک او جھل ہے۔ جو مظاہر قدرت ہنوز انسان کے لیے معمہ ہیں ان ہی میں سے ایک رومانیہ کے ”زندہ پتھر“ ہیں جنہیں زندہ چٹانیں بھی کہا جاتا ہے۔ یہ پتھر رومانیہ کی ارجش Arges کاؤنٹی کے ایک گاؤں کا سٹیسٹی Costesti میں پائے جاتے ہیں۔ مقامی لوگوں کا ماننا ہے کہ ان پتھروں میں زندگی موجود ہے اسی لیے ان کی جسامت بڑھتی رہتی ہے۔ مقامی سطح پر یہ پتھر ٹرووانٹس Trovants کہلاتے ہیں۔ ٹرووانٹس Trovants علم ارضیات کی اصطلاح ہے جس کا مطلب چٹانی مٹی ہے۔

کا سٹیسٹی costesti کے اطراف جا بجا پائے جانے والے خوبصورت لیکن عجیب اقلقت پتھروں کی خاصیت یہ ہے کہ ان میں بڑھوتری کا عمل پودوں کی طرح مسلسل جاری رہتا ہے جہاں یہ پتھر حالات و



پتھروں کا انکشاف کیا گیا تھا۔

اگرچہ کہ اب تک سائنسدان کئی نظریے پیش کر چکے ہیں لیکن وہ اس سوال کا جواب اب تک تلاش نہیں کر پائے ہیں کہ جب ان پراسرار پتھروں کو عرضی Transverse انداز میں کاٹا جاتا ہے تو ان کے اندر ویسے ہی رنگ برنگے دائرے کیوں پائے جاتے ہیں جیسے کہ چند برس پرانے درخت کو کاٹنے پر اس کے تنے میں دکھائی دیتے ہیں۔ یہی نہیں ان پتھروں کی بیرونی سطح درختوں کی چھال کی مانند ہوتی ہے۔

رومانیہ کے مقامی اخبار کا کہنا ہے کہ عجیب اخلتت پتھروں تحقیق اور ان کے شائقین کے لیے مقامی حکام نے 2006ء میں گاؤں کا سٹیشن Costesti میں ایک عالمی سطح کا عجائب گھر قائم کر دیا ہے جہاں مختلف مقامات سے بڑھنے والے زندہ پتھروں اور چٹانوں کو لا کر رکھا گیا ہے۔ کا سٹیشن Costesti کے میوزیم میں ان



پتھروں کی تعداد درجنوں میں ہے۔ ان پتھروں کا رنگ اور ساخت سائنسدانوں، شائقین اور سیاحوں کے لیے خاص دلچسپی رکھتی ہے۔ سائنسدانوں کا دعویٰ ہے کہ جلد ہی وہ ان پتھروں کے اندر نشو و نما اور ان سے جڑے تمام رازوں کو بے نقاب کر دیں گے۔



رومانیہ کے ایک سائنسدان انجیلو کروست کا کہنا ہے کہ ان پتھروں میں ایک کیمیائی مادہ ٹرووانٹس Trovants موجود ہے جو ان پتھروں کی افزائش کا سبب بنتا ہے۔ اس کیمیائی مادے کو بارش کے پانی کی ضرورت ہوتی ہے، جو یہاں بکثرت ہوتی ہے۔ جب بارش کا پانی ان پتھروں پر پڑتا ہے تو ان زندہ چٹانوں میں موجود ٹرووانٹس مادہ



پانی پی کر ان پتھروں کے سائز میں چھ سے آٹھ ملی میٹر اضافہ کر دیتا ہے، جس نے سائنسدانوں کو حیران کیا ہوا ہے۔ رومانیہ سے تعلق رکھنے والے دیگر ماہرین نے بتایا ہے کہ ان پراسرار زندہ پتھروں کا سائز پانچ ملی میٹر سے دس میٹر تک ہوتا ہے۔ ان پتھروں کے حوالے سے بعض سائنس دانوں کا کہنا ہے کہ اس علاقے کی زمین میں معدنی نمکیات موجود ہیں۔ جب بارش پڑتی ہے تو معدنی نمکیات تشکیل دینے والے کیمیائی اجزا پھیلتے ہیں اور مٹی پر نیچے سے اوپر کی جانب دباؤ ڈالتے ہیں جس کی وجہ سے ان پتھروں کی جسامت بڑھ جاتی ہے۔

سائنس دانوں کے مطابق یہ پتھر دراصل مٹی ہی کے بنے ہوئے ہیں۔ اس علاقے کی مٹی میں کچھ ایسے اجزا بھی پائے جاتے ہیں جو اسے چٹان کی طرح سخت بنادیتے ہیں۔ ڈیڑھ صدی قبل رومانیہ میں ان زندہ

انسانی تاریخ پر نظر دوڑائیں تو یہ بات ہمارے سامنے آتی ہے کہ ہر قوم و معاشرہ پر کوئی نہ کوئی شخصیت، مذہب، ثقافت یا واقعات اثر انداز ہوتے رہے ہیں اقوام نے انہیں یاد رکھنے کے لیے کچھ دن مخصوص کیے ہیں۔ یہ اہم دن، قوموں کی ثقافت کا حصہ بن کر تہواروں کا درجہ حاصل کر جاتے ہیں۔ دیکھا جائے تو ہر قوم میں کوئی نہ کوئی دن منسوب ہے اور ہر آنے والا مہینہ تہواروں، خوشیاں، غموں، تجربات اور یادوں کے نقوش مرتب کر رہا ہے۔

فروری 2014ء
ربیع الثانی 1435ھ

اسلامی تقویم کا چوتھا مہینہ ربیع الثانی برکتیں لٹا رہا ہے محبوب سبحانی، محی الدین، حضرت سیدنا غوث الاعظم شیخ عبدالقادر جیلانی سے

گیارہویں شریف

11
فروری
2014

منسوب ہے۔ اس مہینے کی گیارہویں تاریخ کو دنیا بھر میں عقیدت مند حضرت غوث اعظم کی نسبت سے فاتحہ کرتے ہیں۔ اس فاتحہ کو گیارہویں شریف بھی کہا جاتا ہے۔ 11 ربیع الثانی شیخ عبدالقادر جیلانی کا سنہ ولادت یا وصال نہیں ہے۔ یہ تاریخ اس جذبے سے منسوب ہے جس کا اظہار آپ کی جانب سے ہر قمری مہینے کی گیارہ تاریخ کو ہوتا تھا اور غریبوں اور بے سہاروں سمیت ایک خلق کثیر اس سے مستفید ہوتی تھی۔ ہر ماہ کی گیارہ تاریخ کو شیخ عبدالقادر جیلانی اپنی خانقاہ میں اللہ کے آخری نبی ہادی اعظم حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کے ذکر کی محفل منعقد کرتے تھے۔ یہ تقریب رفتہ رفتہ گیارہویں کی دعوت کے نام سے مشہور ہو گئی۔ دنیا بھر کے مسلمان اس ماہ میں محافل کا اہتمام خوب ذوق و شوق اور محبت و عقیدت سے کرتے ہیں۔ اپنی اپنی بساط بھر اپنے گھروں پر اہتمام کی کوششیں کی جاتی ہیں۔ اس محافل میں قرآن و نعت خوانی، مناقب، ذکر و اذکار اور صلوٰۃ و سلام پڑھا جاتا ہے اور فقراء و مساکین کو کھانا کھلایا جاتا ہے۔

مامون بھی شریک ہوتے۔

آپ صحابی رسول عبد اللہ بن عمرؓ

امام مالکؒ

7
فروری
2014

امام مالک کا سب سے بڑا کارنامہ موطا ہے جو علم حدیث پر لکھی جانے والی پہلی کتاب ہے۔ امام مالک عشق رسول میں اس حد تک سرشار تھے کہ ساری عمر مدینہ منورہ میں بطریق احتیاط و ادب ننگے پاؤں پھرتے گزار دی۔ مسلسل باسٹھ سال تک مسجد نبوی میں اپنی مخلصانہ خدمات انجام دینے کے بعد 7 ربیع الثانی 179 ہجری کو 84 برس کی عمر میں وفات پائی۔ آپ کی تدفین جنت البقیع میں ہوئی۔

اور امام تافح کے علاوہ امام ابو حنیفہ، امام جعفر صادق، امام ابن شہاب زہری کی صحبت سے فیض یاب ہوئے۔ امام مالک 117ھ میں مسجد نبوی کی مسند درس پر تشریف فرما ہوئے۔ جہاں آپ حدیث کا درس دیا کرتے تھے۔ آپ کی مجلس میں امام شافعی، امام ابو حنیفہ، امام ابو یوسف، سفیان ثوری، عبد اللہ بن سلمی، عبد اللہ بن وہب، حاکم تیونس اسد بن القرات، خلیفہ ہارون الرشید، اس کے بیٹے امین و

امام مالک بن انس بن مالکؒ 93 ہجری میں مدینہ منورہ میں پیدا ہوئے۔ آپ کے خاندان کے کئی افراد علم حدیث کے عالم تھے۔ حدیث رسول کا عالم تھا اس لئے آپ نے طلب علم کے لیے مدینہ چھوڑ کر کبھی دوسرے شہروں کا رخ نہیں کیا اور بچپن سے ہی انہی کے چشمہ فیض سے اپنی پیاس بجھاتے رہے۔



حضرت غوث الاعظم شیخ عبدالقادر جیلانیؒ

حضرت شیخ عبدالقادر جیلانیؒ ایک بہت جلیل القدر ولی اللہ گزرے ہیں آپ کو پیران پیر، غوث الاعظم و سنگبر، محبوب سبحانی اور محی الدین جیسے القاب سے یاد کیا جاتا ہے، اور شاید ہی دنیا میں کوئی ایسا خطہ ہو جہاں آپ سے عقیدت رکھنے والا موجود نہ ہو، آپ سے طریقت کا جو سلسلہ آگے چلا وہ آپ ہی کے نام نامی پر سلسلہ قادریہ سے موسوم ہوا۔ بلا استثناء طریقت کے تمام سلسلے کے بزرگوں نے آپ کو اولیائے کبار کی فہرست میں سب سے افضل تسلیم کیا ہے۔ شیخ عبدالقادر جیلانیؒ یکم رمضان 471ھ میں قصبہ گیلان (ایران) میں پیدا ہوئے۔ آپ کے نانا ابو عبد اللہ الصومعی مشہور صوفی بزرگ تھے، ابتدائی تعلیم کے بعد آپ نے بغداد کا سفر کیا۔ جو اس وقت مسلمانوں کا سیاسی، علمی و ثقافتی مرکز تھا، آپ نے وہاں کے نامور اہل علم سے اپنی علمی پیاس بجائی، تھوڑے ہی دنوں میں آپ علوم ظاہری و باطنی میں ایک عالم ہو گئے اور مدرسہ نظامیہ بغداد میں طلباء کو تعلیم دینے لگے۔ آپ 90 برس کی عمر میں بتاریخ 9 ربیع الثانی 561ھ بمطابق 1183ء وصال فرما گئے، آپ کا مزار مبارک بغداد میں مرجع خلافت ہے۔

حضرت محبوب الہی خواجہ نظام الدین اولیاءؒ

سلسلہ چشتیہ کے معروف صوفی بزرگ حضرت شیخ نظام الدین اولیاءؒ بہت بلند پایہ ولی کامل تھے، آپ نے خطہ ہند میں اسلامی تعلیمات کو پھیلانے میں اہم کردار ادا کیا۔ آپ 19 اکتوبر 1237ء بمطابق 636ھ کو بدایوں میں پیدا ہوئے، طلب علم کے لیے دہلی تشریف لائے۔ 1258ء میں پاکستان میں حضرت بابا فرید الدین گنج شکرؒ سے روحانی فیوض و برکات لے کر واپس دہلی میں مقیم ہو گئے اور کم و بیش 60 سال تک منبع رشد و ہدایت رہے، آپ نے دہلی پر سات حکومتوں کے عروج و زوال دیکھے، وقت کے بادشاہ و امراء بھی آپ سے عقیدت کا اظہار کرتے۔ اور فیض و برکت کی خاطر لوگ گردہ در گردہ آتے۔ 18 ربیع الثانی بروز بدھ 725ھ بمطابق 4 مارچ 1324ء کو آپ نے وصال فرمایا۔ آپ کا مزار دہلی میں ہے۔

حضرت خواجہ غلام فریدؒ

سرائیکی کے عظیم صوفی شاعر خواجہ فرید 26 ذیقعد 1261ھ بمطابق 1843ء کو چاچڑان (رحیم یار خان) میں پیدا ہوئے، آپ کے جد امجد سلسلہ چشتیہ کے بزرگ خواجہ نور محمد مہاروی کے خلیفہ تھے۔ والد کے انتقال کے بعد خواجہ غلام فرید کے بڑے بھائی خواجہ غلام فخر الدین سے باطنی علوم حاصل کرنے کے بعد انہی کے مرید ہوئے۔ اٹھائیس برس کی عمر میں مرشد کے انتقال کے بعد آپ کو سجادہ بنایا گیا مگر آپ نے گوش نشینی اختیار کرنے کو ترجیح دی اور کم و بیش اٹھارہ برس تک بیابانوں میں رہے اور کافیاں کہتے رہتے۔ خواجہ فرید کی کافیاں میں انسانی حوالوں کے ساتھ عشق حقیقی کے تذکرے چابجا ملتے ہیں، آپ کا کلام ہر رنگ و نسل، عوام و خواص میں مشہور ہوا ہے۔ جن میں سب سے مشہور کافی ”مید عشق وی توں، میڈ یاروی توں“ آج بھی زبان زد عام ہے۔ حضرت خواجہ غلام فریدؒ نے 7 ربیع الثانی 1319ھ بمطابق 1901ء کو 58 برس کی عمر وفات پائی۔ آپ کا مزار کوٹ مٹھن (راجن پور) میں ہے۔ جہاں آپ کا یوم وصال نہایت عزت و احترام سے منایا جاتا ہے۔

پیر ہرات حضرت خواجہ عبداللہ انصاریؒ

شیخ الاسلام حضرت ابو اسماعیل خواجہ عبداللہ انصاریؒ کا شمار پانچویں صدی ہجری کے جلیل المرتبت اکابر صوفیاء میں ہوتا ہے۔ آپ کی ولادت قہندڑ (ہرات) میں 2 شعبان 396ھ کو ہوئی۔ خداداد صلاحیتوں کے باعث محض چودہ برس کی عمر میں اپنے عہد کے جید علما سے فیض صحبت حاصل کیا۔ ظاہری علوم سے فراغت کے بعد ابو حسن خرقانیؒ نے انہیں باطنی علوم سے فیضیاب کیا اور عبداللہ انصاریؒ ان کے جانشین بنے۔ آپ نے خلق خدا کے لیے تلقین و ارشادات کا سلسلہ شروع کیا۔ آپ کی تصانیف میں طبقات الصوفیہ، زاد العارفین، کتاب الاسرار، قلندر نامہ، الہی نامہ، رسالہ واردات اور حمد میدان مشہور ہیں۔ عربی و فارسی میں گراں بہا تصانیف سپرد قریطاس کرنے کے بعد 19 ربیع الثانی 481ھ کو ہرات (افغانستان) میں وفات پائی۔

حجاب کا عالمی دن

یکم فروری کا دن دنیا

کے پچاس سے زائد

ممالک میں یوم حجاب

کے طور پر منایا

جاتا ہے۔ (بعض

ممالک میں یہ دن 4 ستمبر کو منایا جاتا

ہے) یہ دن اسلامی تہذیب و ثقافت کو

اجاگر کرنے کا دن ہے۔ یہ دن خواتین

اسلام کیلئے نہیں بلکہ پوری دنیا کی

خواتین کیلئے پیغام امن و آشتی

کی نوید ہے۔

حجاب کا عالمی دن منانے کا مقصد

دنیا کو یہ باور کروانا بھی ہے کہ مسلم

عورت اپنے خاندان والوں کے اصرار

پر حجاب استعمال نہیں کرتی ہیں بلکہ

خواتین حجاب کا استعمال اپنی مرضی

سے کرتی ہیں۔

آب گاہوں کا عالمی دن

پاکستان کو خدا نے جہاں بہت

سی نعمتوں سے نوازا ہے

وہاں مختلف قسم کی آب

گاہیں بھی عطا کی ہیں جو

شمال میں موجود گلشیر سے لے کر

جنوب میں ڈیلٹا اور سمندر کی صورت

میں موجود ہیں۔ پاکستان میں 225

قدرتی اور مصنوعی آب گاہیں موجود

ہیں۔ جو پاکستان کے کل رقبے کے

تقریباً 11 فیصد پر مشتمل ہیں۔

آب گاہیں کرۂ ارض کے قدرتی



یوم یکجہتی کشمیر

پاکستان میں 1990ء سے ہر سال پانچ فروری کو

یوم یکجہتی کشمیر منایا جاتا ہے۔ اس دن کو منانے کا مقصد

بھارتی مظالم کا شکار کشمیریوں کی حمایت کرنا ہے۔ ہر سال اس دن

پاکستان بھر میں تعطیل ہوتی ہے، صبح دس بجے ایک منٹ کی خاموشی

اختیار کی جاتی ہے اور سائرن بجائے جائیں گے۔ پورے ملک میں ثقافتی

پروگرام منعقد کیے جاتے ہیں۔ تعلیمی اداروں میں خصوصی تقریبات کا

اہتمام کیا جاتا ہے۔ اور کنٹرول لائن پر انسانی ہاتھوں کی زنجیر بنانے کے

ساتھ اقوام متحدہ کے دفتر میں یادداشت بھی پیش کی جاتی ہے کہ پوری دنیا کے

کشمیری حق خود ارادیت کے لیے اقوام عالم کی جانب دیکھ رہے ہیں۔

مادری زبان کا عالمی دن

زبان ایک ایسا سماجی عطیہ ہے جو زمانے کے ساتھ ساتھ ایک نسل سے

دوسری نسل کو ملتا رہتا ہے۔ انسان کی یادداشت بدل جاتی ہے وہ اپنی زبان

نہیں بھولتا۔ زبان نا صرف جذبات کے اظہار کا ذریعہ ہے بلکہ قوم کی شناخت بھی

زبان سے ہی ہوتی ہے۔ ہر ملک کی ایک قومی زبان ہوتی ہے لیکن ہر فرد کی بھی

اپنی مادری زبان ہوتی ہے۔ مادری زبان کا ہر ہر لفظ اور جملہ قومی روایات، تہذیب

و تمدن اور تجربات سے پیوست ہوتا ہے۔ اسی لیے انہیں ثقافتی بقاء اور فروغ کا

موسٹر آلہ سمجھا جاتا ہے۔ دنیا بھر میں 2000ء سے ہر سال 21 فروری کو مادری

زبان کی اہمیت سے آگاہی کے لئے عالمی دن منایا جاتا ہے۔ آج کے جدید دور میں

مادری زبان میں تعلیم بنیادی انسانی حق ہے۔ دنیا بھر میں ابتدائی تعلیم مادری زبان

میں دیے جانے کا انتظام ہوتا ہے کیونکہ بچے کے ذہن میں راسخ الفاظ اسکے

اور نظام تعلیم کے درمیان ایک آسان فہم اور زود اثر تفہیم کا تعلق پیدا کر دیتے

ہیں۔ بچوں کو مادری زبان میں تعلیم دینے سے اضافی محنت نہیں کرنی پڑتی مادری

زبان میں تعلیم سے بچے بہت جلدی نئی باتوں کو سمجھ جاتے ہیں۔

5 فروری 2014

21 فروری 2014

2 فروری 2014

3

Hello

Hola

Bonjour

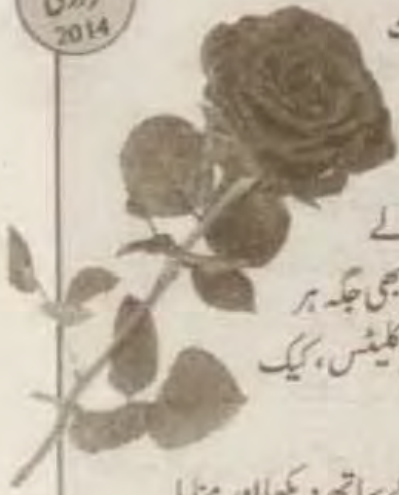
Hallo

مرحبا

Hallà

こんにちは

محبت کے نام ایک دن.... ویلنٹائن ڈے



چودہ فروری یعنی ویلنٹائن ڈے کو ہر سال محبت کرنے والے یوم اظہار محبت کی حیثیت سے مناتے ہیں۔ بالخصوص مغربی ممالک میں یہ دن بڑی دھوم دھام سے منایا جاتا ہے۔ امریکہ سے لے کر لاطینی امریکہ اور افریقہ سے لے کر ایشیا تک سبھی جگہ ہر عمر کے جوڑے ایک دوسرے کو پھول، کارڈز، چاکلیٹس، ٹیک اور دیگر تحفہ تحائف دیتے ہیں۔

جہاں دنیا بھر میں اس دن کو خوشی اور مسرت کے ساتھ دیکھا اور منایا جاتا ہے وہیں کئی خطوں میں نوجوانوں کے اخلاق کو تباہ کرنے کا باعث سمجھا جاتا ہے۔

ماحولیاتی نظام کا ایک اہم عنصر ہیں۔ آب گاہوں کی اہمیت کا اندازہ اس مثال سے لگایا جاسکتا ہے کہ دنیا بھر میں موجود مچھلیوں کی چالیس فیصد اقسام تازہ پانیوں میں ہی پائی جاتی ہیں۔ چاول، جو دنیا بھر کی لگ بھگ نصف آبادی کی خوراک ہے، آب گاہوں میں ہی پیدا ہوتے ہیں۔

آب گاہیں سیلاب کے نتیجے میں ہونے والی تباہی کے خطرات میں کمی لاتی ہیں۔ آب گاہوں کی اہمیت آجا کر کرنے کے لیے دنیا بھر میں دو فروری کو آب گاہوں Wetlands کا دن منایا جاتا ہے۔

کینسر کا عالمی دن

4
فروری
2014

پاکستان سمیت دنیا بھر میں کینسر (سرطان) کے خلاف آگاہی کا عالمی دن چار فروری کو منایا جاتا ہے۔

یہ دن منانے کا مقصد لوگوں میں اس خطرناک اور جان لیوا مرض کے خلاف آگاہی اور بروقت طبی امداد کا شعور آگاہ کرتا ہے۔

عالمی ادارہ صحت کے مطابق کینسر اس وقت دنیا میں تیزی سے پھیلنے والا ایک مرض بن چکا ہے۔ ماہرین کے مطابق اگر لوگ

کی تمام صلاحیتوں کی ممکنہ حد تک ترقی کی کوشش اور بہت افزائی کرے۔ اقوام متحدہ کے مطابق سماجی انصاف کا دن منانے کا مقصد عالمی سطح پر غربت کا خاتمہ، بلا امتیاز روزگار کی فراہمی اور سماجی حقوق کی فراہمی اور تحفظ ہے۔



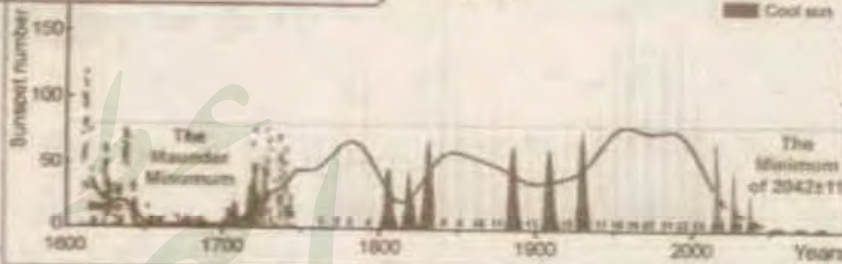
سماجی انصاف کا عالمی دن

20
فروری
2014

تمام انسانوں کو یکساں حقوق کی فراہمی کے لیے ہر دور میں کوششیں ہوتی رہی ہیں۔ سماجی انصاف کا عالمی دن (ورلڈ ڈے آف سوشل جسٹس) اسی مقصد کے حصول کے عزم کا اعادہ ہے۔ یہ دن پاکستان سمیت دنیا بھر میں 20 فروری کو منایا جاتا ہے۔ سماجی انصاف کا مطلب یہ ہے کہ قومی سماج اپنے تمام ارکان کی شخصیتوں

نوٹ: اس مضمون میں کوشش کی گئی ہے کہ ہجری تاریخوں کی متبادل ممکنہ عیسوی تاریخیں دیں جائیں، البتہ درست ہجری تاریخیں جاننے کے نظر آنے سے مشروط ہے۔

انکشافات



بالک بھی جم گیا تھا۔ شمالی یورپ میں فصلیں تباہ ہونے لگی تھیں اور قحط آنا شروع ہو گئے تھے۔ سورج پر سرگرمی میں اس کمی کا مطلب ہے آنے والی کئی دہائیوں میں زمین انتہائی سرد ہو سکتی ہے۔

ڈاکٹر لوسی گرین کے مطابق 1609ء کے بعد سے مستقل سورج کے دھبوں یا اس پر اٹھنے والے شعلوں کا مشاہدہ کیا جا رہا ہے اور سورج کی اس وقت کیفیت اس ہی قسم کی ہے جو مونڈرم مینیم آنے سے پہلے تھی۔ اس کا مطلب ہے کہ لٹل آکس ایج دوبارہ آنے کو ہے۔

صدی میں کئی دہائیوں تک سورج کی سطح پر پیدا ہونے والے دھبے غائب ہو گئے تھے جس کی وجہ سے کرہ شمالی میں شدید سردی ہو گئی تھی اور لندن کا دریائے ٹیمز منجمد ہو گیا تھا۔ اس دور کی پینٹنگز سے پتہ چلتا ہے کہ منجمد دریائے ٹیمز پر سرمائی بازار لگا کرتے ہیں۔

1684ء کے معروف گریٹ فروسٹ میں دریا دو ماہ تک مسلسل منجمد رہا تھا اور اس پر ایک فٹ دبیز برف کی تہہ جمی رہی تھی۔ اس سرد ترین دور کو مونڈرم مینیم Maunder Minimum کا نام دیا گیا تھا۔ اسے

لٹل آکس ایج Little Ice Age بھی کہا جاتا ہے۔ اس دوران صرف دریائے ٹیمز ہی نہیں بلکہ بحیرہ

سورج کو نیند آرہی ہے

سائنسدانوں کا کہنا ہے کہ دنیا کو سورج کی سطح پر غیر معمولی سکون یا ٹھنڈاؤ کا سامنا ہے یا آسان لفظوں میں یوں سمجھ لیجیے کہ سورج نیند آرہی ہے۔

سائنسدانوں کے لیے یہ صورت حال انتہائی حیران کن ہے اور وہ جاننے کی کوشش میں ہیں کہ سورج پر آنے والے شمسی طوفانوں میں کمی کے دنیا پر کیا اثرات مرتب ہوں گے۔ ماضی کے تجربات سے ظاہر ہوتا ہے کہ جب کبھی سورج پر شمسی طوفان آتا بند یا کم ہو جاتے ہیں دنیا سردی کی لپیٹ میں آ جاتی ہے۔

رور فورڈ ایلیمینٹ لیبارٹری کے سولر سائنسدان پروفیسر رچرڈ ہیرسن کا کہنا ہے کہ سورج پر ہونے والا یہ ارتعاش ہر گیارہ برس میں کم اور زیادہ ہوتا ہے۔ لیکن سورج کی سطح پر دھبوں کی تعداد توقعات سے انتہائی کم ہے اور سورج کی سطح پر بلند ہونے والے شعلے متوقع تعداد سے آدھے ہیں۔

ماضی پر نظر ڈالیں تو سترہویں



سترہویں صدی میں منجمد دریائے ٹیمز کا منظر

سورج اور ہوا کی طاقت سے چلنے والی اسٹریٹ لائٹس

چین کے شہروں میں برقی توانائی سے روشن ہونے والی لائٹس کے بجائے جدید ٹیکنالوجی سے لیس سورج اور ہوا کی طاقت سے چلنے والی کم خرچ اسٹریٹ لائٹس کا استعمال بڑھ رہا ہے ان اسٹریٹ میں ایسی لائٹس نصب کی گئی ہیں جس میں کھجے کے ساتھ سولر پینل اور ایک پنکھا بھی نصب کیا گیا ہے جو ان لائٹس کو انرجی فراہم کرتے ہیں۔ سولر پینل سورج کی روشنی جبکہ یہ پنکھا ہوا کے ذریعے اس لائٹ کو برقی طاقت مہیا کرتا ہے جو کہ دن میں آٹھ سے بارہ گھنٹے با آسانی روشن ہو کر اجالا کرنے کی صلاحیت رکھتی ہے۔

بجلی بنانے والا فٹبال

امریکہ میں بجلی پیدا کرنے والا فٹ بال تیار کر لیا گیا ہے جس سے تین منٹ کے کھیل سے تین گھنٹے تک قمتے روشن کیے جاسکتے ہیں۔ سوکٹ نامی یہ فٹ بال چھڑے سے بنا ہوا ہے۔ اس میں پنڈولم بھی لگا ہوا ہے۔



چلنے پر بجلی پیدا کرنے والی ٹائلز

برطانیہ میں ایک کمپنی Pavegen نے ایسی فلور ٹائلز متعارف کروائی ہیں جن پر چلتے ہی بجلی پیدا کی جاسکتی ہے۔ ان ٹائلز کو ایک مقامی اسکول میں فلور پر نصب کر دیا گیا ہے جس کے اوپر بچے چلتے اور لائٹ کو روشن کرنے کے لیے انرجی فراہم کرتے ہیں۔

فرش پر نصب ٹائلز کی چلی سطح پر ایک جدید سسٹم نصب کیا گیا ہے جس کے ذریعے جب ان کے اوپر بچے چلتے یا حرکت کرتے ہیں تو خود کار نظام کے تحت بجلی کی توانائی پیدا ہونا شروع ہو جاتی ہے۔ اس خصوصیت کے باعث یہاں ٹائلز کی بدولت بننے والی بجلی سے

نہی رات اور دن کے وقت اس اسکول کے اس مخصوص حصے کے بلب روشن ہو کر اجالا کرتے ہیں۔ بہت جلد یہ ٹائلز دیگر عمارتوں، گلیوں اور سڑکوں پر نصف کیے جائیں گے اور ان سے ملنے والی بجلی قریبی اسٹریٹ لائٹس، ٹریفک سگنلز، سی سی ٹی وی کیمرے اور وائرلیس کمیونی کیشن ٹاور کو فراہم کی جائے گی۔



ڈیوائسز کو بجلی دی جاسکتی ہے اور سب سے بڑھ کر اس سے موبائل بھی چارج کیا جاسکتا ہے۔ اس ٹیکنالوجی کو جنوبی افریقہ، میکسیکو اور برازیل میں ٹیسٹ کیا جا چکا ہے۔

یہ فٹ بال ان جگہوں کے لیے موزوں قرار دیا جا رہا ہے جہاں بجلی کی شدید قلت ہے۔

جب جب اس بال کو ضرب لگائی جاتی ہے تو یہ پنڈولم حرکت شروع کرتے ہوئے جزیئر آن کر دیتا ہے، جس سے اس فٹ بال میں لگی ہوئی بیٹری چارج ہونے لگتی ہے جس کے بعد سوکٹ فٹ بال میں لگی یو ایس بی پورٹ سے چھوٹی لائٹس اور دوسری

پیدا کرتی ہے۔ اس کے مقابلے میں خوشی کا احساس پورے جسم میں دوڑتا ہے۔ تحقیق کے مطابق محبت میں گرفتار شخص اپنے اندر گرجوئی اور روشنی محسوس کرتا ہے جو گھٹنوں سے لے کر اس کے سر تک محسوس ہوتی ہے۔ جبکہ کراہت یا بیزاری کی صورت میں گلے اور نظام ہضم میں ہلچل سی محسوس ہوتی ہے اس کے مقابلے میں غصہ اور خوف بالائی سینے اور بازو میں سنسنی سی پھیلا دیتا ہے جس کی وجہ کسی حریف کے مقابلے میں خود کو تیار کرنا بتائی گئی ہے۔

ہر جذبہ انسانی جسم پر اپنے اثرات مرتب کرتا ہے اور جسم کے کچھ حصے ان جذبوں کی زد میں زیادہ آتے ہیں۔ یہ دلچسپ دعویٰ فن لینڈ کی ایک یونیورسٹی میں کی جانے والی ایک تحقیق میں سامنے آیا ہے۔ ترکو یونیورسٹی کی تحقیق کے مطابق مختلف جذباتی کیفیات جسم کے مختلف حصوں پر اثر انداز ہوتی ہیں۔ تحقیق میں بتایا گیا ہے کہ دل ٹوٹنے کا غم اکثر سینے میں ہلکے درد کی شکل میں برداشت کرنا پڑتا ہے جبکہ اداسی جسم میں کمزوری کا احساس

حالیہ تحقیق کے مطابق کسی کے کام آنا نہ صرف روح بلکہ دل کی صحت کے لیے بھی اچھا ہوتا ہے۔ دور نوجوانی سے ہی جو لوگ دوسروں کی مدد میں پیش پیش ہوتے ہیں ان کے دل کا نظام زیادہ صحت مند ہوتا ہے۔ لوگوں کے کام آنے سے دل کے ساتھ ساتھ دماغی صحت بھی بہتر ہوتی ہے جبکہ رویے پر بھی خوشگوار اثرات مرتب ہوتے ہیں۔



پہلی ڈیجیٹل لائبریری

امریکہ کی ریاست ٹیکساس کے شہر سان انٹونیو میں قائم کی گئی عوامی ڈیجیٹل لائبریری دنیا کی وہ پہلی لائبریری ہے جہاں کوئی بھی کتاب موجود نہیں۔ اس میں صرف اور صرف ایچ اسکرین ٹیبلیٹس اور کمپیوٹر رکھے گئے ہیں۔ تین لاکھ ڈالر کی لاگت سے تعمیر کی گئی بک لیس لائبریری کا نام بیبلوٹیک Bibliotech رکھا گیا ہے۔ اس ڈیجیٹل لائبریری کے قیام کا ایک مقصد یہ بھی ہے کہ عوامی سطح پر کتابیں پڑھنے کے شوق میں اضافہ ہو۔ اس لائبریری میں قطار در قطار سینکڑوں اسمارٹ کمپیوٹر اور ٹیبلیٹس رکھے گئے ہیں۔ اس لائبریری کی سربراہ ایٹلے ایلکوف کا کہنا ہے کہ کتابوں سے بھری ہوئی ایک روایتی لائبریری میں بہت سی کتابوں کے حاشیوں پر کچھ نہ کچھ لکھا ہوا ملتا تھا، بعض اوقات کتاب کے اندر سے صفحات ہی غائب ہوتے تھے۔ پرانی کتابوں کی دوبارہ مرمت کرنے کا بھی مسئلہ ہوتا تھا۔ اگر کوئی کتاب وقت پر واپس نہیں کرتا تھا، تو اسے جرمانہ ادا کرنا ہوتا ہے لیکن بہت سے لوگ اس کی بھی پروا نہیں کرتے۔ ایٹلے ایلکوف کے مطابق ان کی ڈیجیٹل لائبریری روایتی لائبریری کی نسبت زیادہ سود مند ثابت ہو رہی ہے۔



اس لائبریری میں ای بکس کی بھی بہت وسیع تعداد موجود ہے اور ایک وقت میں کم از کم پانچ کتابیں ڈاؤن لوڈ کی جاسکتی ہیں۔ انتظامیہ نے دس ہزار ڈیجیٹل کتابوں کا ایک مجموعہ خریدا ہے۔ انتظامیہ کو ان ڈیجیٹل کتابوں کے لیے وہی قیمت ادا کرنا پڑی ہے، جو کہ ایک پرانی کتاب کے لیے ادا کی جاتی ہے لیکن ان ملین ڈالر کی بچت کرنی گئی ہے، جو عمارت کی تعمیر اور کتابیں رکھنے کے لیے بندوبست کرنے پر خرچ ہونا تھے۔

انگلی کے چھوٹے سے ڈیٹا منقل

انگلی کے چھوٹے سے موبائل فون کا استعمال ایک عام بات ہے اور سچ اسکرین موبائل فونز پاکستان سمیت دنیا بھر میں عام ہیں۔ ہم موبائل، اسمارٹ فونز اور ٹیبلیٹس کے لاتعداد ماڈلز کو انگلی کے سچ سے استعمال کرتے ہیں۔ لیکن اب وی ٹی ٹی ریسرچ سینٹر کے سائنسدانوں کی ایک ٹیم نے ایک ایسی ڈیوائس تیار کی ہے جس کی مدد سے آپ ایک انگوٹھی، کنگن حتیٰ کہ انگلی کے مصنوعی ناخن کے ذریعے دو آلات کے درمیان اطلاعات منتقل کر سکتے ہیں۔ ڈیٹا کی منتقلی اس وقت بھی ممکن ہے جب یہ آلات مختلف لوگوں کی ملکیت میں ہوں۔



ہوتا یہ ہے کہ استعمال کنندہ جو انگوٹھی، کنگن، گھڑی یا اسمارٹ فنگر نیل (یعنی مصنوعی ناخن میں پوشیدہ چھوٹی چپ) پہنتا ہے تو ان میں تھوڑی سی میموری ہوتی ہے، ایک انٹینا ہوتا ہے لیکن کوئی بیٹری نہیں ہوتی ہے۔ اس

سسٹم کو کام کرنے کے لیے ضروری ہے کہ آلات میں ایک خاص قسم کا انٹینا لگا ہو جو انگوٹھی یا دیگر ان سچ آلے کو ضرورت کے مطابق توانائی بھیج سکے تاکہ وہ کام کے قابل ہو، جس طرح RFID یا ریڈیو ایڈنٹی فیکیشن فریکوئنسی چپ کام کرتی ہے۔ جب استعمال کنندہ اپنے آلے کو، مثال کے طور پر ان سچ انگوٹھی پہن کر چھوٹا ہے تو اس آلے پر ایک خاص آئیکن نمایاں ہوتا ہے۔ اگر استعمال کنندہ یہ چاہتا ہے کہ محدود مقدار کی کوئی انفارمیشن اپ لوڈ کرے جسے کسی ویب سائٹ کا ایڈریس یا کوئی چھوٹی تصویر تو یہ ڈیٹا دراصل اس انگوٹھی میں محفوظ ہوتا ہے اور پھر جب استعمال کنندہ اس ٹیکنالوجی سے لیس کسی دوسرے آلے کو چھوٹا ہے تو انگوٹھی سے اس آلے میں ڈیٹا کی ڈاؤن لوڈنگ شروع ہو جاتی ہے۔ اپنے کسی دوست کو اگر کسی ویب سائٹ کا ایڈریس بھیجنا ہو تو اس کے لیے آپ کو صرف یہ کرنا ہو گا کہ ویب سچ پر اپنے اسمارٹ فون کو سچ کریں۔ ”اپ لوڈ“ آئی کون سلیکٹ کریں۔ پھر دوست کے آلے کو سچ کر کے اور ”ڈاؤن لوڈ“ سلیکٹ کر کے ڈیٹا منتقل کر لیں۔ یہ انفارمیشن انگوٹھی کے ذریعے منتقل ہو جائے گی۔

صحت

لیپ ٹاپ کا

گود میں رکھ کر استعمال
جلد کے لیے نقصان دہ

سوئس ماہرین کی ایک تحقیق کے مطابق لیپ ٹاپ کو زیادہ دیر تک گود میں رکھ کر کام کرنے سے ناسرِف جلد پر مضر اثرات مرتب ہو سکتے ہیں بلکہ اس سے جلد کے جلنے کے امکان بھی بڑھ جاتے ہیں۔

ماہرین کے مطابق لیپ ٹاپ کے

سبزیوں کے زائد استعمال سے کینسر کا خدشہ کم

سبزیوں کا زائد استعمال صرف جسمانی فٹنس کا ضامن ہی نہیں بلکہ اس کے استعمال سے کینسر جیسے مہلک امراض سے بھی کافی حد تک بچاؤ ممکن ہے۔ امریکہ میں کی جانے والی ایک حالیہ تحقیق کے مطابق غذا میں سبزیوں کا زائد استعمال کرنے والے افراد میں کینسر کا خدشہ کافی حد تک کم ہو سکتا ہے۔ ماہرین کے مطابق

بائیں طرف سے حرارت باہر کی جانب خارج ہوتی ہے جس کا درجہ حرارت تقریباً باؤن ڈگری سینٹی گریڈ ہوتا ہے جو براہ راست ٹانگوں کی جلد پر اثر انداز ہوتی ہے۔

اس تحقیق کے مطابق اپنی ٹانگوں کو لیپ ٹاپ سے نکلنے والی تپش سے محفوظ رکھنے کے لیے ہیٹنگ پیڈز کا استعمال کیا جاسکتا ہے جو ناسرِف ٹانگوں کی جلد کو جلنے بلکہ سیاہ ہونے سے بھی بچا سکتے ہیں۔



چونکہ انگوٹھی میں ڈیٹا اسٹور کرنے کی محدود گنجائش ہوتی ہے۔ اس لیے بھاری بھر کم ڈیٹا مثلاً ویڈیو فائٹرز کی منتقلی کے لیے ”کھلاؤڈ“ کو ثانوی ذریعے کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔ تبدیلیوں کی بھی

ضرورت ہوتی ہے۔ یہ انگوٹھی Ring صرف چھونے سے معلومات ہی فراہم نہیں کرتی بلکہ اسے ٹچ اسکرین کے ساتھ نصب کر کے پاس ورڈ کی صورت میں بھی ہو سکتا ہے۔ یہ انگوٹھی صارف اپنے انگلی میں پہنتا ہے اور یہ انگوٹھی صارف کے انگلیوں کے ذریعے اسکرین کو وولٹیج کے ہلکے سگنلز منتقل کرتی ہے جو ان سگنلز کو پڑھ کر صارف کو شناخت کر سکتی ہے۔ اس طرح آپ کا اسکرین کو چھونا ہی آپ کی شناخت بن جاتا ہے۔ اس ٹیکنالوجی کے کام کرنے کا طریقہ بے حد سادہ ہے۔

اس ٹیکنالوجی کے استعمال میں سب سے بڑی خرابی یہ ہے کہ جس شخص کے پاس صارف کی انگوٹھی ہوگی، وہ اسے اس شخص کے تمام آلات کو Unlock کرنے کے لئے استعمال کر سکتا ہے۔ اس لئے اس ڈیوائس کو ایسی جگہ پر استعمال کرنا جہاں پاس ورڈ کی اہمیت بہت زیادہ ہو، شدید مشکلات پیدا کر سکتا ہے۔ تاہم اس انگوٹھی کا استعمال وہاں بے حد مفید ثابت ہو سکتا ہے جہاں پاس ورڈ ٹائپ کرنے، ریڈیٹا اسکیٹنگ، فنکٹر پرنٹ اسکیٹنگ یا دوسرے بائیومیٹرک نظاموں کی موجودگی کے علاوہ بھی سکیورٹی کی ایک مزید پرت درکار ہو۔ ایسے نظاموں کی ایک مثال گوگل کا ڈیول آکسینڈی کیشن پروکس ہے جس میں صارف کو لاگ ان ہونے سے پہلے ایک ایس ایم ایس موصول ہوتا ہے جس میں بھیجا گیا کوڈ صارف کو بتانا ہوتا ہے اس کے بعد گوگل اسے لاگ ان کرنے کی اجازت دیتا ہے۔ ایسا ہی ایک نظام ڈراپ



بکس بھی استعمال کر رہا ہے۔ مختلف دیگر ویب سائٹس بھی اس لاگ ان ہونے کے اس نظام کی جانب راغب ہو رہی ہیں۔ ایسے میں یہ انگوٹھی بھی موبائل فونز اور دیگر چھوٹے الیکٹرانک آلات میں مزید سکیورٹی کی فراہمی کے لئے معاون ثابت ہو سکتی ہے۔

بھرمیں زخموں کے علاج کے لیے انقلابی مرہم ثابت ہو گا جبکہ زخمی افراد ادویات یا اسپرے وغیرہ سے ہونے والی انفیکشنز سے بھی بچ سکیں گے۔

بات برطانیہ میں ہونے والی ایک طبی تحقیق میں سامنے آئی ہے۔ این ایچ ایس یو کی تحقیق کے مطابق شہد مردہ خلیات اور پیپ وغیرہ کو ہٹا کر زخموں کو مندرجہ ذیل میں مدد فراہم کرتا ہے۔ اس سلسلے میں

سبزیوں میں قدرتی طور پر ایسے اجزاء پائے جاتے ہیں جو جسم میں داخل ہو کر کینسر کا سبب بننے والے خلیوں کے خلاف موثر کردار ادا کرتے ہیں۔

شہد خراب زخموں کو جلد بھرنے میں مددگار

شہد کا استعمال صحت کے لیے مفید ہے یہ بات تو لوگ صدیوں سے جانتے ہیں مگر اس میں شامل قدرتی اینٹی بیکٹریل پرانے زخموں کو بھی جلد بھرنے میں مددگار ثابت ہوتا ہے۔ یہ



محققین نے ”طبی شہد“ تیار کیا ہے جو زخموں کے بھرنے میں مددگار ثابت ہوتا ہے۔ تحقیقی ٹیم کے قائد ڈاکٹر میتھیو ڈریڈن پر امید ہے کہ یہ طبی شہد دنیا

یوپی (بھارت) کے ایک شہر امر وہہ میں ایک بزرگ حضرت سید حسین شرف الدین شاہ ولایت کا مزار ہے۔ ان کے مزار پر بے شمار زہریلے اور خطرناک بچھو

دوڑتے رہتے ہیں لیکن آپ یہ سن کر یقیناً حیران ہوں گے کہ وہ احاطہ مزار میں ڈنک نہیں مارتے حتیٰ کہ اگر آپ

ان کو پکڑ لیں تب بھی وہ ڈنک نہیں مارتے اور ان کو پکڑنے سے کوئی تکلیف بھی نہیں ہوتی۔ یہاں تک کہ باہر

سے اگر زہریلے بچھو لا کر مزار مبارک کے قریب چھوڑ دیئے

جائیں تو وہ بھی بے ضرر ہو جاتے ہیں اور اپنی فطر کے خلاف ڈنک مارنے کے بجائے ڈنک سکیر لیتے ہیں۔ یہ بات سائنسدانوں اور تحقیق کرنے والوں کے لیے دعوت فکر ہے۔



ماحول

مغربی انٹارکٹیکا

مسلسل پگھل رہا ہے

سنہ 2010 میں یورپ کی جانب سے بھیجے گئی جہاز کرایوسٹیٹ سے حاصل ہونے والے تازہ اعداد و شمار سے معلوم ہوا ہے کہ مغربی انٹارکٹیکا سے برف مسلسل پگھل پگھل کر سمندر میں شامل ہو رہی ہے۔ نئے اندازے کے مطابق دنیا بھر میں سمندر کی سطح میں اضافے کا 15 فیصد حصہ مغربی انٹارکٹیکا سے آرہا ہے۔ پگھلنے والے علاقوں میں



پائین آئی لینڈ، تھوامیٹس اور سمٹھ گلیشیر شامل ہیں۔ یہ بڑے گلیشیر اور ان سے جڑی پانی کی گزرگاہیں مغربی انٹارکٹیکا کے اندرونی علاقوں تک جاتی ہیں اور اس کی وجہ سے وہاں کا بیشتر حصہ سمندر میں شامل ہو رہا ہے۔ قطبی علاقوں کے لیے مخصوص اس مشن سے معلوم ہوا ہے کہ اس علاقے سے ہر سال 150 کعبہ کلومیٹر برف پگھل پگھل کر سمندر میں شامل ہو رہی ہے۔ ان علاقوں میں برف کی سطح میں سالانہ آٹھ میٹر تک کمی ہو رہی ہے جہاں سے پانی کے چشمے برقیلی زمین کو اوپر اٹھا کر سمندر تک لے جاتے ہیں۔

اس سے پہلے ایک تحقیق میں بتایا گیا تھا کہ مغربی انٹارکٹیکا میں برف کی تہوں کے درجہ حرارت میں گزشتہ

اندازوں کی نسبت تقریباً دو گنی رفتار سے اضافے ہو رہا ہے جس کی وجہ سے برف تیزی سے پگھل رہی ہے۔

سائنسدانوں کے مطابق گلیشیر میں کمی درجہ حرارت میں اضافے کے باعث نہیں ہو رہی بلکہ زیر سمندر گرم لہروں کی وجہ سے ہو رہی ہے۔ یہ گرم زیر سمندر لہریں گلیشیر کے اس حصے کو کاٹ رہی ہیں جو زیر آب ہے۔ نیچر

کلائمٹ چینج Nature Climate Change نامی جرئل کے مطابق اگر اس خطے میں بے حد سردی بھی ہو جائے تو پھر بھی اس گلیشیر میں کمی ہوتا ختم نہیں ہو گا۔ سائنسدانوں کے مطابق پائین آئی لینڈ گلیشیر کے پگھلنے کی وجہ سے عالمی سمندری سطح میں تین سے دس ملی میٹر تک اضافہ متوقع ہے۔

حضور بابا صاحبؒ فرماتے ہیں:

”بندہ کو چاہیے کہ اللہ کی دی ہوئی ہر نعمت کو خوش ہو کر استعمال کرے لیکن خود کو اس کا مالک نہ سمجھے۔ اللہ روکھی سوکھی دے تو اسے بھی خوش ہو کر کھائے اور اللہ مسرغ پلاؤ دے تو اسے بھی خوش ہو کر کھائے۔ درو بست اللہ کو اپنا کفیل سمجھے اور ہر حال میں اللہ کا شکر گزار بندہ بن رہے۔ اس سے بندہ راضی برضا ہو جاتا ہے۔“

مراقبہ ہال لاہور

نگراں: میاں مشتاق احمد

مکان نمبر A/158 مین بازار مرنگہ، لاہور

فون: 0300-4452866

ہر شخص کو چاہیے کہ کاروبارِ حیات میں مذہبی
قدروں، اخلاقی اور معاشرتی قوانین کا احترام
کرتے ہوئے پوری پوری جدوجہد اور کوشش
کرے لیکن نتیجہ اللہ کے اوپر چھوڑ دے۔
(حضور قلندر بابا اولیاء)

عارف کریانہ مرچنٹ

رابطہ: محمد عارف۔ ساٹھٹر

فون نمبر: 0345-3731686

Infertility

بالتھ پین

شہناز اور افضل کی شادی 2002 میں ہوئی تھی۔
افضل کی دو بہنوں کی شادی ہو چکی ہے۔ افضل اپنے
بھائیوں میں سب سے بڑے ہیں۔

شادی کے فوراً بعد ہی افضل کے والدین اور بہن
بھائی گھر میں ننھے مہمان کا انتظار کرنے لگے۔ شہناز کی
مندیں کہتیں بھابھی....! ہمیں پھوپھی بنانے میں زیادہ

نسوانی اسباب

انتظار نہ کرو ایسے گا لیکن سب سے زیادہ جلدی افضل کی
والدہ کو تھی۔ وہ نانی تو بہن چکی تھیں اب انہیں دادی بن

جانے کا بے چینی سے انتظار
تھا۔ چھ ماہ بعد شہناز کا پاؤں
بھاری ہونے کی اطلاع نے
سارے خاندان میں خوشی کی
لہر دوڑادی۔

شادی کے پندرہ ماہ کے
بعد شہناز کے ہاں بیٹا ہوا۔
افضل اور شہناز کے والدین اور

حکیم وقتار یوسف عظمیٰ

فاضل الطب، پی ایچ۔ ڈی۔ کراچی یونیورسٹی۔

حکیم محمد عبد الباق

بی ای ایم ایس، ایم فل، پی ایچ۔ ڈی اسکالر محمد رو

حکیم مسز وسیم وقتار

بی ای ایم ایس۔ محمد رو

کار بھی خرید لی۔ افضل اور شہناز ایک دوسرے سے
بہت محبت کرتے ہیں اور ایک دوسرے کا بہت
خیال رکھتے ہیں۔

میاں بیوی فنی خوشی رہ رہے ہوں تو دونوں کے
والدین کو بہت اطمینان ہوتا ہے لیکن بعض لوگوں کو یہ
خوشیاں ناگوار بھی گزرتی
ہیں۔ محبت کرنے والے کئی
میاں بیوی کم ظرف اور تنگ
دل لوگوں کے حسد کا نشانہ بھی
بننے لگتے ہیں۔

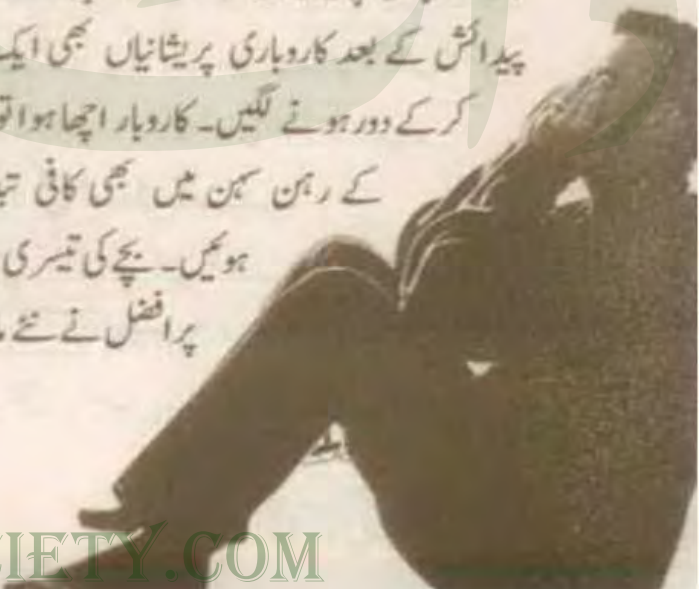
بیٹا تین سال کا ہوا تو
افضل اور شہناز نے احتیاط قسم
کروی۔ نارمل ازدواجی

تعلقات کو تین ماہ گزرے، چھ ماہ گزرے، ایک سال
گزرا، دوسرا سال گزرا لیکن اس گلشن میں دوسرا پھول
کھلنے کے آثار ظاہر نہ ہوئے۔ اب ان کے ہاں اس
تاخیر کے ممکنہ اسباب پر باتیں ہونے لگیں۔

کسی نے کہا کہ ڈاکٹر کو دکھایا جائے لیکن
اس رائے پر کہا گیا کہ ماشاء اللہ ان کے
ہاں ایک بیٹا ہے۔ دونوں صحت
مند ہیں انہیں ڈاکٹر کو
دکھانے کی کیا
ضرورت ہے۔

بہن بھائیوں نے بہت خوشیاں منائیں۔ اس بچے کی
پیدائش کے بعد افضل اور شہناز نے فیصلہ کیا کہ اگلے
بچے کے لیے وہ تین سال کا وقفہ دیں گے۔

شادی کے بعد اور بچے کی ولادت سے پہلے افضل کو
کچھ کاروباری پریشانیوں کا سامنا کرنا پڑا تھا۔ بچے کی
پیدائش کے بعد کاروباری پریشانیاں بھی ایک ایک
کر کے دور ہونے لگیں۔ کاروبار اچھا ہوا تو افضل
کے رہن سہن میں بھی کافی تبدیلیاں
ہوئیں۔ بچے کی تیسری سالگرہ
پر افضل نے نئے ماڈل کی



خواتین میں حمل میں تاخیر کے بڑے اسباب میں
Poly cystic Ovaries یا سلعۃ المبايض اور
Uterine Fibroids (رحمی گلیاں) بھی ہیں۔

P.C.O.S

بیضہ دانی میں رسولیوں کا سبب عموماً ایک سینڈروم
(سینڈروم کے لیے میں نے مشار لفظ استعمال کیا ہے)
Poly Cystic Ovaries ہے۔ اسے
Syndrome (مشار سلعۃ المبايض) کہا جاتا ہے۔

رطوبات سے بھری ہوئی ان تھیلیوں یا رسولیوں
سے تولیدی صحت متاثر ہو سکتی ہے۔ ان Cyst میں
شفاف قدرے سنہری مائل
آب خون جمع رہتا ہے۔ کبھی
اس رطوبت میں بعض
دوسرے اجزاء بھی
پائے جاتے ہیں۔

یہ سینڈروم ذیابیطس،
انسولین، کولسٹرول کی
زیادتی، مہائی بلڈ پریشر حتیٰ کہ

امراض قلب کا باعث بن سکتا ہے۔

P.C.O.S میں بیضہ دانی (Ovary) سے بڑی
مقدار میں مردانہ ہارمونز کا اخراج ہونے لگتا ہے۔ بیضہ
دانی میں چھوٹی چھوٹی تھیلیاں یا رسولیاں بن جاتی
ہیں۔ ان رسولیوں کی وجہ سے بیضہ کی تشکیل کا سبب
بننے والے زنانہ ہارمونز کا اخراج متاثر ہوتا ہے۔

پی سی او کی علامات:

متاثرہ خواتین میں مختلف علامات ظاہر ہو سکتی
ہیں۔ ان میں ایام کانہ ہونا یا ان میں مسلسل بے قاعدگی،
جسم کے مختلف حصوں پر بال خصوصاً کمر سینے اور چہرے

یہ بات بھی ٹھیک ہے۔ بچے کی موجودگی، ماں باپ
دونوں کی صحت مند کا اظہار ہے۔ ڈاکٹر کو دکھانے کی کیا
ضرورت ہے۔

افضل کی ایک بہن نے کہا کہ ہو سکتا ہے کہ کسی کی
نظر لگ گئی ہو یا کسی نے کچھ کروا دیا ہو۔ جب میاں بیوی
دونوں صحت مند ہیں تو کسی اثر یا بندش کی وجہ سے بھی
حمل میں رکاوٹ ہو سکتی ہے۔

اس رائے کو قبول کر لیا گیا اور شہناز اور افضل نے
اپنے خاندان کے ایک بزرگ سے رابطہ کیا۔ انہوں نے
مختلف دعائیں بتائیں۔ چند ہفتوں تک ان دعاؤں کا ورد

جاری رہا لیکن مسئلہ پھر بھی
حل نہ ہوا۔ آخر کار افضل کی
والدہ نے فیصلہ کیا کہ شہناز
کو لیڈی ڈاکٹر کو دکھانا چاہیے۔

شہناز لیڈی ڈاکٹر سے
ملیں۔ ڈاکٹر نے ٹیسٹ
کروائے تو حمل میں تاخیر کی
وجہ سامنے آگئی۔ ڈاکٹر نے بتایا

کہ P.C.O کی وجہ سے حمل نہیں ہو رہا۔

P.C.O....؟ یہ کیا ہوتا ہے....؟

اس مرض میں Ovaries پر چھوٹی چھوٹی
رسولیاں بن جاتی ہیں۔ ان رسولیوں کا سائز مٹر کے
دانے سے لے کر سنگترے کے سائز کے برابر بھی
ہو سکتا ہے۔

اوہ.... اچھا.... ان Cyst سے کیا ہوتا ہے....؟

ان Cyst کی وجہ سے حمل میں رکاوٹ
ہو سکتی ہے۔



کئی طبی علامات کے مجموعے کو طب اور نفسیات میں سینڈروم کہا جاتا ہے۔ ماہرین نفسیات اور ڈاکٹر بعض اوقات کسی مسئلے کی نشاندہی کے لیے سینڈروم کا لفظ استعمال کرتے ہیں۔

سینڈروم کا مطلب کیا ہے....؟

طب اور نفسیات میں سینڈروم کا مطلب ہے

علامات کا مجموعہ جس سے کسی بیماری، نفسیاتی خرابی یا دیگر کسی غیر طبی (Abnormal) حالت کی نشاندہی ہوتی ہو۔
سینڈروم کسی ممکنہ مرض کی نشاندہی کرتا ہے۔

P.C.O.S کی وجہ سے ہونے والی پیچیدگیاں:

جو خواتین اس سینڈروم (مشار) سے متاثر ہوں اور ان کے ساتھ موٹاپے / وزن کی زیادتی کا مسئلہ بھی ہو تو انہیں مندرجہ ذیل میں سے کسی ایک یا زائد طبی مسائل کا سامنا ہو سکتا ہے۔

(ا) ...ایام کی بے ترتیبی

(ب) ...کولسٹرول اور لیپڈز کی کمی بیشی

(ج) ...دوان حمل ذیابیطس

(د) ...ہائی بلڈ پریشر

(ه) ...جگر کی سوزش

(و) ...دوران نیند یا بار بار سانس رکنے کی شکایت

(Sleep Apnea)

(ذ) ذیابیطس ٹائپ ٹو اور بعض دیگر مسائل

ورم رحم:

حمل قرار پانے میں تاخیر کی ایک عام وجہ ورم رحم بھی ہے۔

ورم رحم کی علامات میں ہر ماہ شدید درد، ایام کی بے

ترتیبی، پیڑ و کابھاری پن وغیرہ نمایاں ہیں۔

رحمی گلیاں (Uterine Fibroids):

یہ وہ چھوٹی چھوٹی رسولیاں (Tumors) ہیں جو

پر بال، سر کے بالوں کا ہلکا ہونا یا تیزی سے گرنا، کیل مہاے (Acne)، پیڑوں میں درد وغیرہ ہو سکتا ہے۔

P.C.O.S کے اسباب:

یہ تکلیف کیوں ہوتی ہے....؟

ماہرین اس بارے میں ابھی تک کوئی حتمی رائے قائم نہ کر سکے ہیں تاہم اکثریت کا خیال ہے کہ اس میں ہارمونز لیول کا نمایاں کردار ہے۔ کئی ماہرین کا خیال ہے کہ اس کی وجوہات میں جینیاتی اسباب نمایاں کردار ادا کرتے ہیں۔

انسولین کی مزاحمت اور ہارمونز کے عدم توازن کی وجہ سے P.C.O.S کی بڑھوتری میں اضافہ ہو سکتا ہے۔ مندرجہ ذیل ہارمونز کا اس میں نمایاں کردار دیکھا گیا ہے۔

کولسٹرول کی زیادتی، ہارمون L.H کی زیادتی، SHBL کی اور بعض کیسز میں پرو لیکٹین کی زیادتی۔

لیکن ابھی تک یہ بات واضح نہیں ہو سکی ہے کہ یہ پرابلم کیوں پیدا ہوتی ہے۔

جینیاتی اثرات:

ان خواتین میں P.C.O.S کے امکانات بہت زیادہ ہوں گے جن کی والدہ، خالہ یا کسی بہن کو یہ سینڈروم لاحق ہوا ہو۔

کمر اور ٹانگوں میں درد

رحم کی ہموار عضلاتی سطح (Myometrium)

پر نمودار ہوتی ہیں۔ یہ گلتیاں اکثر ایک سے زیادہ تعداد میں ہوتی ہیں۔



حمل میں تاخیر کی وجوہات سامنے آجانے پر شہناز کا علاج شروع ہوا جو چھ سات ماہ جاری رہا۔

اس علاج کے بعد شہناز ایک مرتبہ پھر امید سے ہو گئیں۔ اس بار وہ ایک بیٹی کی ماں بنیں۔

Cyst اور Fibroids کا ہر بل علاج:

خواتین کی ان تکالیف میں قدرتی اجزاء پر مشتمل کئی نسخوں کے استعمال کے مفید نتائج سامنے آئے ہیں۔ اس تکالیف میں کلوئی، رائی، ابل، عمر، ریوند، خطائی، ہلدی اور بعض دیگر اجزاء تجویز کئے جاتے ہیں۔



یہ ٹیو مرز عام طور پر بڑی عمر کی خواتین میں پائے جاتے ہیں۔ جن خواتین میں علامات ظاہر ہوتی ہیں انہیں مندرجہ ذیل میں سے کی ایک چند تکالیفوں سامنا ہو سکتا ہے۔

ایام کی زیادتی

ایام کے دورانیے میں زیادتی

جڑوں میں دباؤ یا درد شدید ہونا

پیشاب کی زیادتی

قبض

بچے اسکول جانے سے کیوں ڈرتے ہیں....؟

صبح سویرے نرم گرم بستر سے اٹھ کر اسکول جانا بچوں کے لیے ایک مشکل کام تو ہے ہی لیکن ایک تحقیق کے مطابق اسکول جانے سے گھبرانے والے تیس فیصد



بچے اپنے بھاری بھر کم بستوں کی وجہ سے اسکول جانے سے کتراتے ہیں۔ بھاری بھر کم بست اسکول کے اعلیٰ معیار کی ضمانت مانا جاتا ہے۔ تحقیق کے مطابق بچوں کا بھاری بست لے کر چلنا ان کی صحت کے لیے نقصان دہ ہے۔ بچوں کو اپنے وزن سے دس فیصد کم وزن اسکول بیگ اٹھانا چاہیے جو بچے اپنے وزن سے زائد اٹھاتے ہیں وہ صحت کے حوالے سے مختلف مسائل میں مبتلا ہو سکتے ہیں جبکہ تعلیم سے

بھی ان کی دلچسپی میں کمی واقع ہوتی ہے۔ بچوں کو عموماً اپنے وزن کے تیس سے چالیس فیصد زیادہ وزن اٹھا کر اسکول جانا پڑتا ہے۔ ماہرین کے مطابق اپنی استعداد سے زیادہ وزن اٹھانے والے بچوں کو مستقل طور پر کمزور، ریزہ کی ہڈی میں تکلیف سمیت کئی جسمانی تکالیف کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔



مرتبہ: جمیل احمد صدیقی



ان صفحات پر آپ بھی سائنسی حقائق کے بارے میں دریافت کر سکتے ہیں۔ سوال مختصر اور واضح الفاظ میں تحریر کریں اور اس پتے پر ارسال کر دیں۔

سائنس کارنر، معرفت روحانی ڈائجسٹ، D-1/7، 1 ناظم آباد، کراچی



Q: مچھروں کی نسبت کسی ایک شخص کو زیادہ کیوں کاٹتے ہیں....؟ مچھروں سے خود کو کیسے محفوظ رکھا جائے....؟

(ساجد قمر۔ کراچی)

A: یہ بات صحیح ہے کہ ایک ساتھ بیٹھے لوگوں میں صرف کچھ خواتین اور مردوں کو ہی مچھر زیادہ کاٹتے ہیں۔

عام طور پر ماضی میں عام طور پر یہی سمجھا جاتا ہے کہ مچھر انسانی خون کی بو پا کر انسان پر حملہ کرتے ہیں۔ ایک غلط تصور یہ بھی رائج ہے کہ اگر کسی کو زیادہ مچھر کاٹتے ہیں تو کہا جاتا ہے کہ ”اس کا خون میٹھا ہے اس لئے اسے زیادہ مچھر کاٹتے ہیں“۔ مندرجہ بالا دونوں مفروضے غلط ہیں۔ مچھر

انسانی خون کی بو سے نہیں بلکہ سانس لینے کے دوران انسانوں کے منہ سے نکلنے والی کاربن ڈائی آکسائیڈ کی بو اور جسمانی بو کی لپٹ پر لپکتے ہیں۔ اس لیے ہماری سانس جتنی بدبودار ہوگی یا ہم جتنی زور سے سانس لیں گے مچھر اتنے ہی زیادہ ہم پر حملہ آور ہوں گے۔ یعنی جو انسان ٹوتھ برش نہیں کرتے یا اپنے منہ کی صفائی کا خیال نہیں رکھتے وہ مچھروں کا زیادہ شکار بنتے ہیں۔



اسی طرح کسی بھاری کام یا ورزش سے فارغ ہوتے ہیں تو ہمارا سانس دھوکئی کی طرح چل رہا ہوتا ہے اور لامحالہ ہمارے منہ سے اور جسم سے پسینہ کی صورت میں کاربن ڈائی آکسائیڈ بھی زیادہ خارج ہوتی ہے تو اس وقت مچھروں کے حملہ آور ہونے کے امکانات بھی دوگنا ہو جاتے ہیں اس لئے ورزش کے

بعد خاص احتیاط کرنا چاہئے۔ کالے رنگ کے اور گہرے رنگوں کے کپڑے پہنے والے افراد بھی مجھروں کیلئے خاص کشش رکھتے ہیں کیونکہ ایسے کپڑے جسم کی گرمی کو دور نہیں کر پاتے نتیجتاً انسانوں کے جسم اور جلد کی کیمسٹری بدل جاتی ہے اور جسم میں ایسی عجیب سی بو پیدا ہوتی ہے جو مجھروں کو اپنی طرف زیادہ راغب کرتی ہے۔ حاملہ خواتین کے جسم اور خاص طور پر پیٹ کا درجہ حرارت اور سانس بھی نارمل خواتین کی نسبت زیادہ ہوتا ہے جو مجھروں کو کشش کرنے کی زیادہ صلاحیت رکھتا ہے۔

اسی طرح جو فرد زیادہ دیر جراثیم اور بند جوتے پہننے رہتا ہے ان کے پاؤں میں بھی بدبو پیدا ہو جاتی ہے اور پاؤں سے اٹھنے والی بو مجھروں کو انتہائی مرغوب ہوتی ہے اس لئے بند جوتے اور موزے اتارنے کے فوراً بعد انہیں کسی خوشبودار صابن سے دھو کر صاف کر لینا چاہئے تاکہ مجھروں سے محفوظ رہا جاسکے۔ چونکہ مجھروں کا کاربن ڈائی آکسائیڈ کی بو کی جانب راغب ہوتے اس لئے جہاں پر زیادہ لوگوں کا مجموعہ ہو گا تو یقیناً وہاں کاربن ڈائی آکسائیڈ کی مقدار بھی زیادہ ہوگی جو مجھروں کے لئے دعوت کا درجہ رکھتی ہے اس لئے شادی بیاہ، سالگرہ اور اسی طرح کے دیگر مواقع پر احتیاطی تدابیر کو ملحوظ خاطر رکھا جائیں۔ جہاں زیادہ گھاس پھونس اور سبزہ ہو وہاں پر مجھروں کی زیادہ ہوتی ہے۔ کیونکہ رات کے وقت درخت بھی کاربن ڈائی آکسائیڈ خارج کرتے ہیں۔

یہ بھی ایک دلچسپ حقیقت ہے کہ نر مجھروں کو نہیں کاٹتے۔ یہ اپنی خوراک پودوں اور جھاڑیوں وغیرہ سے حاصل کرتے ہیں۔ یہ مادہ مجھروں کے جو انسانی خون سے اپنا شکم بھرتی ہے تاکہ وہ اپنے اندوں کی افزائش کے پروٹین حاصل کر سکے۔ ایک وقت میں ایک مادہ مجھروں کے قطرہ سے بھی کم انسانی خون پیتی ہے اور اس کے بعد یہ مادہ کسی بھی جگہ پر 100 سے لے کر 400 تک انڈے دینے کی صلاحیت رکھتی ہے۔

Q: کسی بھی زہر کی ہلاکت خیزی کو سائنسدان کس طرح ماپتے ہیں....؟

(زاہد خان۔ کراچی)

A: کسی بھی زہر یا تابکاری کی ہلاکت خیزی کو ماپنے کو خوراک مرگ lethal dose مختصراً LD بھی کہا جاتا ہے، یہ کسی بھی مادے (خوراک یا دوا) کی ہلاکت خیزی کے بارے میں اندازہ لگانے کا ایک پیمانہ ہے۔ لیکن چونکہ مختلف انسانوں کا رد عمل کسی بھی مادے یا مضر تابکاری کے لیے مختلف ہوا کرتا ہے اس لیے زہر کی مقدار ہر انسان کے لیے فرد افراد مختلف ہوتی ہے۔ اس معاملہ کو حل کرنے کے لیے اس کی اوسط نکال لی جاتی ہے، اور زہر کی طبی تعریف یوں کی جاتی ہے کہ وہ مقدار خوراک کہ جس کو جسم میں داخل کرنے والے افراد (یا کوئی بھی جاندار) کی تعداد میں سے ایک طے شدہ فیصد ہلاک ہو جائے۔ اس کی اکائی؛ خوراک / کلو گرام جسمانی وزن، ہوتی ہے۔ سب سے زیادہ استعمال ہونے والی طے شدہ فیصد، 50 فیصد لی جاتی ہے اور اسکو LD50 سے ظاہر کیا جاتا ہے۔ یعنی یہ وہ مقدار ہوئی کہ جسکو اپنے جسم میں داخل کرنے والے جانداروں کی کل تعداد میں سے 50 فیصد ہلاک ہو جائے۔

?

ابدالِ حق قلندربا با اولیاءِ فرماتے ہیں:

دوستوں اور رشتہ داروں کے دکھ درد

میں شریک ہو کر ان کے غم کو اپنا

غم سمجھ کر ان کا غم غلط کرنے کی کوشش

کریں۔ اس لیے کہ آدمی آدمی کی دوا ہے۔

مراقبہ ہال مظفر آباد

نگراں مراقبہ ہال: طاہر رشید

فون: 0300-5111133

معرفت سنگم ہوٹل۔ مظفر آباد، آزاد کشمیر

حضرت قلندر باباؒ

فرماتے ہیں:

اس وقت تک تمہیں اپنے نفس کا عرفان نصیب نہیں ہوگا جب تک تم اپنی ذات کے نفسی نہیں کر دیتے، بندہ جب اپنے شعوری علم کے نفسی کر دیتا ہے تو اس پر لاشعوری دنیا کا دروازہ کھل جاتا ہے۔

مراقبہ ہال اسلام آباد

نگر ۱: قاضی مقصود احمد

موہڑہ کالو، موضع ہمک، سوال کیپ، اسلام آباد

برائے رابطہ: قاضی مارکیٹ، مرید حسن، پوسٹ آفس کوثر کالونی،

راولپنڈی۔ پوسٹ کوڈ 46000

فون: 0300-9546355

صحت و علاج و تندرستی



انسان اور بیماری کا تعلق اتنا ہی پرانا ہے جتنی انسانی تاریخ۔ انسانیت روز بروز آفرینش سے اپنی بقا کی جنگ لڑ رہی ہے، اس عرصے میں بیماریوں سے نہر آزما انسان نے کتنے ہی ایسے طریقوں تک رسائی حاصل کرنے کی کوشش کی جن سے شفا حاصل ہو سکتی تھی،

انسانی ارتقاء کے اس سفر میں تکالیف اور بیماریوں سے بچنے کے لیے نت نئے طریقہ علاج

تلاش کیے گئے ہیں اور اب جدید دور میں جہاں نت نئی بیماریاں ظاہر ہو رہی ہیں وہاں

جدید طریقہ علاج بھی موجود ہیں مگر اکیسویں صدی میں جبکہ سائنس

و ٹیکنالوجی نے بہت سی انسانی بیماریوں پر قابو پا لیا ہے بعض اوقات ایسے عوامل

سے بھی واسطہ پڑتا ہے جن سے چھٹکارہ پانا ممکن نظر نہیں آتا۔

ایک طرف اگر ایڈز، کینسر، ڈیٹنگی وائرس اور سوائن وائرس کے بخار اور دیگر پیچیدہ

جسمانی بیماریوں نے انسانی زندگی کو مات دی تھی شروع کر دی ہے، دوسری طرف ڈپریشن، اسٹریس، فوبیا،

آلزم، شیوفرینیا، الزائمر جیسی ذہنی بیماریوں کے آگے جدید ٹیکنالوجی بھی بے بس نظر آتی ہے۔ ایسے

میں کتنے ہی ایسے متبادل طریقہ علاج سامنے آئے جسکے باعث ناصرف کئی بیماریوں سے بچنا جاسکتا ہے۔

اگر جدید میڈیکل سائنس کے لئے کسی بیماری پہ قابو پانا مشکل ہے تو اور بھی بہت سے

طریقہ علاج موجود ہیں جن کے باعث انسان اپنی کھوئی ہوئی صحت و تندرستی کو دوبارہ حاصل

کر سکتا ہے۔

ان میں کئی طریقہ کار ایسے بھی ہیں جن کے پیچھے کوئی سائنسی یا عقلی دلیل بظاہر نظر نہیں

آتی، جن کی تصوری کو حتمی طور پر پیش نہیں کیا جاسکتا مگر ان کے اندر کوئی ایسے ماورائی مظاہر

موجود ہوتے ہیں جن کے باعث کئی لاعلاج امراض میں مبتلا لوگ تندرست ہو جاتے ہیں۔

آج دنیا بھر میں علاج معالجہ کے ضمن میں ہزاروں ایسے مختلف متبادل طریقہ علاج موجود ہیں جن میں

رنگ، روشنی، موسیقی، سانس، مقناطیس، پتھر و جواہرات، پانی، خوشبو اور جڑی بوٹیوں سے علاج

کیا جاتا ہے، اس کے علاوہ یوگا، ریکی، مراقبہ، ایکوپنچر، ایکوپریشر، ریفلیکسولوجی، چینو تھراپی،

شیا تسو، الیکٹریڈر ٹکنیک، آیورید، فیتنگ شوکی، ٹائی چی، آئیڈیو لوجی، کانسٹیو لوجی، کی

کونگ غرض کہ ایک طویل فہرست ہے، جن کی اہمیت، افادیت اور شفا یاب خصوصیات

کو جھٹلایا نہیں جا سکتا ہے۔



فینگ شوی

Feng Shui 風水



فینگ شوی ایک قدیم سائنس ہے اس کا تعلق چین سے ہے۔ فینگ شوی کے ذریعے آپ اپنے گھر کی تزئین و آرائش میں معمولی تبدیلی سے فطرت کے اصول آپ کے گھر میں روبہ عمل ہو جائیں گے۔ ذہنی یکسوئی میں اضافہ ہو سکتا ہے رزق میں آسانی اور آمدنی میں نمایاں اضافہ ہو سکتا ہے۔

روحانی ڈائجسٹ کے قارئین کے لیے ان صفحات پر چین کے معروف متبادل طریقہ علاج فینگ شوی پر سلسلہ شروع کیا جا رہا ہے۔

مرکز ہو، جہاں محبت کا بسیرا ہو۔ اب ہم اپنی بات ذرا تفصیل سے بیان کرتے ہیں۔

ملک صاحب نے شہر کے ایک پوش علاقے میں نے زمین خریدی۔ اللہ تعالیٰ نے پیسہ اور وسائل سے خوب خوب نوازا تھا اس لئے بنگلہ بھی صحت و صفائی اور تزئین و آرائش کے اصولوں کو مد نظر رکھ کر بنوایا۔ ایک ہزار گز پر مشتمل یہ پلاٹ چوکور تھا لیکن اس کا تعمیراتی حصہ دائرے کی صورت میں تھا۔ یہ اس کی خاص انفرادیت تھی، چند سال پیشتر کسی وجہ سے اس بنگلہ کو فروخت کرنے کی ضرورت پیش آئی تو اس کا مناسب گاہک نہ ملتا تھا چنانچہ ملک صاحب نے اس بنگلے کے درمیان سے دو حصے کر کے فروخت کر دیا۔ بنگلہ درمیان سے اس طرح الگ الگ ہوا کہ دائروی تعمیر مٹاٹ ہو گئی۔

ہر انسان ایک خوش و خرم، صحت مند اور پرسکون آسودہ زندگی گزارنا چاہتا ہے۔ کوئی باہوش شخص یہ نہیں چاہتا کہ اسے بیماری کا سامنا کرنا پڑے یا غربت و فلاس میں بنیادی ضروریات کے لئے تڑپنا پڑے، کسی کو بوڑھا ہونا، کمزور پڑنا اچھا نہیں لگتا۔ کوئی نہیں چاہتا کہ اہل و عیال دوست اس سے روٹھیں یا ان سے کوئی ناچاقی ہو۔ انسانی جدوجہد، دن و رات سخت محنت و مشقت کا اولین مقصد اپنے لیے آسائشوں اور سہولیات کا حصول رہا ہے۔ سخت محنت کے بعد جب جسم تھکن سے چور اور آنکھیں نیند سے بو جھل ہونے لگتی ہیں تو پہلی جائے پناہ جو اسکے ذہن کے اسکرین پر ابھرتی ہے وہ ہے اپنا گھر، گھر جس کے ہونے کا احساس ہی آدمی تھکن اتار دیتا ہے۔ ویسے گھر کے ہونے کا احساس بھی صرف انکی تھکن اتارتا ہے جن کا گھر سکون اور آسائش کا





ہمارے ایک عزیز نے ایک حصہ خرید لیا۔ یہ لوگ یہاں رہائش سے پہلے خوش و خرم زندگی بسر کر رہے تھے لیکن یہاں آتے ہی ساس بہو، کے جھگڑوں نے سر اٹھایا اور اہل خاندان ایک دوسرے سے برگشتہ رہنے لگے۔ بیمار یوں نے علیحدہ گھر اتنگ کر دیا۔ کبھی ایک بیمار تو کبھی دوسرا۔ جو پیسہ آتا علاج معالجے میں نکل جاتا، پھر بھی افاق نہ ہوتا۔ دائرے کی تقسیم کی وجہ سے وہ بنگلہ دو ٹکونی حصوں میں تقسیم ہو گیا تھا۔ یہ اور اس نوعیت کے دوسرے کئی واقعات دیکھنے کے بعد ذہن میں یہ سوال اٹھتا ہے کہ کیا رہائشی مکان سے ہماری صحت یا ہمارے رویے

اور کسی خاص شخص (یا اشخاص) کی لہروں میں فریکوئنسی کا بہت زیادہ فرق اس عدم مطابقت کا سبب بنتا ہے۔ دلچسپ بات یہ ہے کہ ایسے مقامات کا ذکر کسی ایک علاقے یا کسی ایک قوم تک محدود نہیں۔ پاکستان، بھارت، بنگلہ دیش، عرب ممالک سمیت ایشیا کے تقریباً ہر ملک میں، افریقی ممالک، یورپ، امریکہ، آسٹریلیا غرض دنیا کے ہر خطے کے لوگوں میں کسی مکان یا کسی جگہ پر منفی اثرات کے حوالے سے کوئی نہ کوئی تذکرہ مل جاتا ہے۔ ایسے مقامات کی مثال ان جگہوں سے بھی دی جاسکتی ہے جہاں کوئی کاروبار نہ جم سکا۔ ان مقامات پر کاروبار کرنے والوں کو نا صرف مالی نقصانات ہوئے بلکہ انہیں یا ان کے گھر والوں کو کئی اور تکالیف کا سامنا بھی کرنا پڑا۔

پر اثر پڑتا ہے؟ کیا اس کا ہماری معاش اور سکون سے کوئی تعلق ہے؟ بعض لوگ یہ کہتے ہیں کہ گھر اور رہائش کا ہماری زندگی پر اثر پڑتا ہے۔ ایک ہی گھر کسی کو راس آتا ہے اور کسی کو نہیں۔ ہمارے یہاں عموماً اسے مکان کا بھاری ہونا کہا جاتا ہے۔

ایسا کیوں ہوتا ہے....؟

کسی انسان کے لیے اس کی رہائش یا کاروبار کے لیے کوئی جگہ غیر موزوں یا عام زبان میں بھاری ہو سکتی ہے۔ یہ غیر موزوں ہونا یا بھاری ہونا دراصل کسی جگہ یا فرد کی کسی کے ساتھ عدم مطابقت Incompatibility ہے۔ سائنسی انداز میں بات کریں تو اس طرح کہیں گے کہ زمین سے، یا کسی انسانی وجود سے یا کسی اور شے سے خارج ہونے والی لہروں

کسی جگہ کے بھاری پن کے اثرات مختلف صورتوں میں ظاہر ہو سکتے ہیں۔ ان میں افراد خانہ کی صحت کے مسائل، روزگار کی طرف سے پریشانیاں یا دیگر معاملات میں رکاوٹیں ہو سکتی ہیں۔

زندگی گزارنے میں اگر فطرت کے اصولوں کی خلاف ورزی کی جائے تو اس کے منفی اثرات ہوتے ہیں۔ ہم دیکھتے ہیں کہ شہری اور دیہاتی زندگی میں بہت فرق ہے۔

فینگ شوئی کیا ہے؟

فینگ شوئی نام ہے معیار زندگی کو بہتر بنانے کا، جس میں جسم، ذہن و روح کو ایک اکائی کے طور پر ڈھالا جاتا ہے۔ گھر اور انسان کے مابین نظم و ضبط کا خیال رکھا جاتا ہے۔ اس عمل سے مزاج و ماحول میں ترتیب و ہم آہنگی پیدا ہوتی ہے۔ شوئی کا محور انسانی زندگی اور ماحول کو بہتر بنانا ہے۔ فینگ شوئی زندگی میں بہتری لانے کا علم ہے۔

فینگ شوئی ایک قدیم سائنس ہے، جو چینی علم و دانش کی دین ہے۔ ہزاروں سال قبل یہ علم اب مغرب میں بھی بہت تیزی سے فروغ پا رہا ہے۔ چین کے لوگ عام طور پر اپنی پرانی روایات اور عقائد سے لپٹے نظر آتے ہیں اس بارے میں بہت محتاط ہوتے ہیں کہ مکان کہاں ہو، کس سمت میں ہو، اس مکان کی تزئین و آرائش کس طرح کی جائے، فرنیچر کیسے ترتیب دیں اور گھر کے ہر حصے کا استعمال کس طرح کریں۔ ہر چیز کو اس طرح ترتیب دیا جائے کہ فطرت کے عین مطابق ہو۔ ان تمام چیزوں کے لئے جس طریقہ ہائے زندگی کو خصوصی اہمیت حاصل ہے اسے ”فینگ شوئی“ کے نام سے جانا جاتا ہے۔ فینگ شوئی

کے اصولوں کے مطابق آراستہ کیے گئے گھر فطری طریقہ زندگی کے آئینہ دار ہوتے ہیں۔ ایسے گھروں میں رہائش پذیر لوگ خوشحال اور معاش کی تنگی سے محفوظ رہتے ہیں۔ وہاں والدین اور بچوں کے تعلقات بہتر رہتے ہیں۔ میاں بیوی کے درمیان رومانوی اور ہم آہنگی کے جذبات رہائشی اور کاروباری عمارتوں میں فینگ شوئی کے اصولوں پر عمل کرنے سے بڑھ جاتے ہیں۔ آمدنی میں اضافہ ہو جاتا ہے بچے تعلیم میں دلچسپی لیتے ہیں۔ معاشی منصوبہ بندی کی صلاحیتیں بیدار ہو جاتی ہیں۔ عبادات میں ذہنی یکسوئی بڑھ جاتی ہے اور تمام افراد خانہ صحت مند اور سکون آور ماحول میں زندگی بسر کرتے ہیں۔

فینگ شوئی تکنیک ہمیں یہ بتاتی ہے کہ مکان، کمروں، صحن، گارڈن، آفس اور دکان میں اپنی ضرورت کے سامان کو کس طرح رکھا جائے کہ اس کے جمالیاتی حسن بھی نکھر کر سامنے آئے، ہماری صحت بھی ٹھیک رہے اور ہمارے رزق اور مال و منال میں بھی اضافہ ہو۔

فینگ شوئی کا علم گھر، دروازوں، الماریوں اور اسٹورز میں غیر ضروری سامان کو توانائی کے بہاؤ میں رکاوٹ سمجھتا ہے۔ فینگ شوئی اصولوں پر قائم گھروں میں مختصر فرنیچر اور کھلے ہوادار کمرے بہت ہیں، جن میں روشنی کا بہاؤ گھر کو کشادگی عطا کرتا ہے۔ یہ گھر کھلے، ہوادار اور روشن ہوتے ہیں ان کا کہنا ہے کہ انسان کے اندر کی منتشر لہریں نفرت، غصہ، حسد جارحیت و مایوسی کو ان گھروں سے باہر نکلنے کے لیے راستہ چاہیے۔ ان گھروں میں پودے، آئینے اور ڈور بیلز کا ہونا ضروری سمجھا جاتا

ہے۔ پودے فطری توانائی کا بہاؤ ہیں، مدخر موسیقی منفی اثرات کو نائل کرتی ہے اور آئینے قوت کی رو کو مزید متحرک کرتے ہیں، جو ذات کی خود اعتمادی میں اضافہ کرتے ہیں۔ آئینوں کے عکس میں وسعت اور کشادگی کا احساس ملتا ہے۔

یوں تو فینگ شوئی پر ابھی تک جدید سائنس و ٹیکنالوجی کے کسی تحقیقاتی ادارے نے مہر تصدیق ثبت نہیں کی لیکن پھر بھی یہ تکنیک چین کی سرحدوں سے نکل کر مغرب میں پہنچ کے بہت پذیرائی حاصل کر رہی ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ لوگوں کو اس سے فائدہ پہنچ رہا ہے۔

مشرق کے بہت سے طریقے اپنی مفید خصوصیات کے باعث اب مغربی ممالک میں بھی رواج پا رہے ہیں۔ مختلف طبقوں کے لوگ جن میں معروف و مقبول شخصیات بھی شامل ہیں، انھیں اپنا رہے ہیں۔ ان میں علاج معالجے کے متبادل طریقوں اور جسمانی و ذہنی ورزشوں کا بھی خاصا حصہ ہے۔ جڑی بوٹیوں سے علاج، ریکی، تائی چی، آکو پنچر، یوگا اور فینگ شوئی، کا تعلق زمانہ قدیم کے مشرق سے ہے جنہیں اب تیزی سے مغرب میں اپنایا جا رہا ہے۔

ان طریقوں میں سے اکثر کی بنیاد ”چی“ کے قدیم فلسفے پر ہے۔ اس فلسفے کے ماننے والے کہتے ہیں کہ ”چی“ وہ توانائی ہے جو انسانی جسم کو توازن برقرار رکھنے میں مدد دیتی ہے۔ جب یہ توانائی جسم میں رواں دواں ہوتی ہے تو انسان جسمانی جذباتی اور روحانی طور پر توازن برقرار رکھتا ہے، لیکن جب اس توانائی کی روانی میں رکاوٹیں پیدا ہونے لگتی ہیں صحت و سکون میں بگاڑ پیدا ہو جاتا ہے۔ یوگا ایک قدیم فلسفہ ہے،

ہے اور آجکل مغربی ممالک میں زیادہ مقبول ہے۔ اس کا مقصد بھی چی توانائی کے ذریعے سے جسم میں توازن پیدا کرنا اور اسے قائم رکھنا ہے۔ ریکی، آکو پنچر اور شیا تسو کے ذریعے توانائی کی راہ میں آنے والی رکاوٹوں کو دور کیا جاسکتا ہے اور جسمانی جذباتی اور روحانی توازن کو بحال کیا جاسکتا ہے، جب کہ فینگ شوئی ایک ایسا فن ہے جو ہمارے ارد گرد کے ماحول میں تبدیلی لا سکتا ہے۔ یہ تکنیک فطری اصولوں سے ہم آہنگ ہے۔ موجودہ دور کا انسان فطرت سے دور ہوتا جا رہا ہے اور فینگ شوئی طریقہ کار اسے بڑی حد تک فطرت سے قریب کر دیتا ہے۔

فینگ شوئی کی بنیاد:

فینگ شوئی چینی زبان کا لفظ ہے جس میں فینگ سے مراد ہے۔ جب کہ شوئی کا مطلب ہے پانی۔

ہم اس بات سے بخوبی واقف ہیں کہ زندگی پانی کے ساتھ وابستہ ہے چاہے وہ پودے ہوں، حیوانات ہوں یا انسان۔ ہوا اور پانی ہماری نشوونما میں بنیادی حیثیت رکھتے ہیں۔ چینی تعلیمات کے مطابق ہوا اور پانی دراصل علامت ہیں دو قوتوں کی۔ ان دونوں قوتوں کا مجموعہ ایک غیر مرئی توانائی ہے جسے چی Chi کہا جاتا ہے۔ یہ توانائی ہر سطح پر کام کرتی ہے مثلاً انسانی سطح پر یہ توانائی جسم کے ایکو پنچر چینلز میں دور کرتی ہے۔ زرعی سطح پر شاخوں اور پتوں کے نشوونما سے ہو کر گزرتی ہے۔ موسمیاتی سطح پر یہ توانائی پانی کو (بخارات کی شکل میں) ہوا کے دوش پر اٹھائے پھرتی ہے۔ غرض یہ قوت کائنات کے تمام مظاہر میں دور کر رہی ہے اور اسی توانائی کا حصول فینگ شوئی کی بنیادی اصول ہے۔ یہ توانائی جس گھر میں متوازن اور

آزادانہ انداز میں حرکت کرتی ہے وہاں لوگ جسمانی اور ذہنی طور پر صحت مند رہتے ہیں۔

دریائی روانی متوازن ہو تو اس سے فصلوں میں ہریالی آتی ہے لیکن اگر اس کا بہاؤ بے ترتیب ہو جائے تو سیلاب آجاتا ہے اور فصلیں تباہ ہو جاتی ہیں۔ چینی تعلیمات کے مطابق چہی کی توانائی ہمارے لئے نہایت سود مند ہے لیکن توانائی کی ایک قسم جسے Sha کہا گیا ہے نقصان دہ ہے۔ یہ تخریبی قوت غیر فطری زندگی سے وجود میں آتی ہے۔ فینگ شوئی کو سمجھنے سے پہلے آپ کو یہ سمجھنا ہو گا کہ کائناتی توانائی یعنی چہی انرجی کیا ہے۔

کائناتی توانائی۔ چہی انرجی :

کائنات کی ہر چیز اپنی ایک مخصوص توانائی اور اپنا ایک اثر رکھتی رکھتی ہے۔ ہر چیز کا، ہر عنصر کا اپنا اپنا ایک Spectrum ہے۔ توانائی کی ان مقداروں کی وجہ سے ہر شے ایک مخصوص ارتعاش کی حامل ہے۔ یہ ارتعاش برقی اثرات کے حامل

ہیں۔ اس ارتعاش کی وجہ سے ہر شے کے گرد ایک برقی مقناطیسی میدان Electro Magnetic Field وجود میں آتا ہے۔ ہر عنصر کا EMF دوسرے عنصر سے مختلف ہوتا ہے۔ سائنس کے مطابق ہر وہ شے جو ارتعاش رکھتی ہے برقی مقناطیسی میدان بناتی ہے۔ ایک عام مقناطیس سے لے کر کرۂ ارض تک یہ وجود میں بھی یہ خصوصیت پائی جاتی ہے۔ ہر جاندار خلیہ ایک مقناطیسی اکائی ہے۔ جاندار اجسام کھربوں خلیات کا مجموعہ ہوتے ہیں۔ یہ تمام خلیات ارتعاش کی حالت میں رہتے ہیں، اس مسلسل

ارتعاش کی وجہ سے ان خلیات کے درمیان ایک برقی مقناطیسی میدان بن جاتا ہے، یہ برقی مقناطیسی میدان ہر جاندار کے ارد گرد غلاف کی طرح موجود ہے۔ انسان کے جسم میں بھی توانائی کی یہ لہریں موجزن رہتی ہیں۔ تحقیق سے ثابت ہے کہ یہ توانائی ایک چھوٹی مارج یا چھوٹا ریڈیو چلانے کے لئے کافی ہے۔ یہ روشنی یا یہ توانائی جسم کے ارد گرد یعنی بیرون جسم بھی موجود ہے۔ جسم سے ان روشنیوں کا اخراج "Aural" کی شکل میں ظاہر ہوتا ہے۔

عرصہ دراز سے اس توانائی کی کھوج کی جاتی رہی ہے اور مختلف کے لوگ اسے مختلف ناموں سے پکارتے رہے ہیں۔ اس توانائی کو سادھوؤں اور یوگیوں نے prana پران کا نام دیا، تو تبت کے لامہ اسے lun-gom، جاپانی اس توانائی کا تعارف کی اور چینی چہی ch'i کے نام سے کرواتے ہیں۔ مغرب میں اس توانائی کو قوت حیات force of life یا vital force ترجمہ کیا۔



انسان کے احساسات، جذبات، خیالات اور بہت سے رد عمل کی وجہ یہ لہریں Waves ہیں۔ یہ لہریں انسانی مزاج، رویوں اور سوچ پر اثر انداز ہوتی ہے۔ ناصرف انسان بلکہ دیگر مخلوقات کے ارد گرد جو لہریں پائی جاتی ہیں یا یوں کہا جائے کہ ان کے ارد گرد جو برقی مقناطیسی میدان EMF موجود ہے، وہ اپنے ارد گرد موجود لہروں سے متاثر ہوتے ہیں۔ نرم لہجہ، کھٹکھٹاتی فہمی، پانی کا جھرنہ، پرندوں کی چچہ بھابھ، انسان کے جذبات سے مناسبت رکھنے والے سر اور تال، چڑیا کی چوں چوں، کونسل کی کو کو، شیر کا

وہاں لہروں کے اثرات مختلف ہوں گے۔ جی کے متعلق ایک مغربی ماہر پاؤل ولڈش نے اپنی کتاب The Big Book of CHI میں اس توانائی کے علم کی ابتدا پانچ ہزار سال قبل بتائی ہے۔ یہ وہ دور ہے کہ جب چینی تہذیب کا آغاز ہوا تھا۔ جی کو زندگی کی بنیاد قرار دیتے ہوئے انہوں نے لکھا ہے کہ یہ نظام ہمیں اپنا خیال رکھنا اور اپنی زندگی کے مثبت اور منفی پہلوؤں کے درمیان ایک مربوط توازن برقرار رکھنا سکھاتا ہے۔

یہ تھافینگ شوئی کا مختصر تعارف، آئندہ شمارے میں ہم فینگ شوئی کی تاریخ، اس کے اصول، طریقہ کار اور دیگر پہلوؤں پر کچھ روشنی ڈالیں گے۔ (جاری ہے)



دھاڑنا یا بادلوں کی گھن گرج یہ سب لہروں کے ذریعہ ہی انسان کو خوشی، امید یا خوف و دہشت میں مبتلا کرتے ہیں۔ جانور، درخت، پودے وغیرہ بھی جذبات و احساسات کی لہروں سے متاثر ہوتے ہیں۔ اسی طرح انسان کے جسم کی منفی و مثبت لہریں اس کے ارد گرد کے ماحول اور لوگوں کو متاثر کرتی ہیں۔ انسانی مقناطیسی میدان کے توازن سے انسانی صحت برقرار رہتی ہے اور جب کسی بیرونی یا اندرونی وجہ سے اس توازن میں بگاڑ پیدا ہو جائے تو آدمی بیمار پڑ جاتا ہے۔ انسانی جسم اور ماحول میں موجود لہروں کے توازن کو برقرار رکھنے کے لیے جی توانائی مدد دیتی ہے۔ گھر کے ماحول سے بھی توانائی کا اخراج ہوتا ہے۔ اگر گھر زرخیز زمین پر بنا ہے تو وہاں صحت مند قوت موجود ہے۔ لیکن اگر گھر بنجر زمین پر واقع ہے تو

خطرناک امراض میں ورزش ادویہ جیسا کردار ادا کرتی ہے

متعدد خطرناک امراض کے خلاف جنگ میں ورزش ادویات جیسا ہی موثر کردار ادا کرتی ہے۔ یہ بات امریکی و برطانوی ماہرین طب کی ایک مشترکہ تحقیق میں سامنے آئی ہے۔ ہارورڈ میڈیکل اسکول، اسٹینفورڈ یونیورسٹی کی مشترکہ تحقیق میں بتایا گیا ہے کہ خطرناک امراض کے خلاف ورزش بھی ادویہ جیسی ہی بہترین تریاق ثابت ہوتی ہے۔ تحقیق میں بتایا گیا ہے کہ جسمانی سرگرمیاں فالج سے ریکوری کے لیے ادویات لینے سے زیادہ بہتر ثابت ہوتی ہے جبکہ ورزش ذیابیطس اور امراض قلب کی صورت حال بھی خراب ہونے سے بچاتی ہے۔ ورزش کو معمول بنالینے سے بیماریوں سے نجات پانے کا امکان بڑھ جاتا ہے۔ تحقیق کے مطابق موجودہ دور میں جسمانی سرگرمیوں کی شرح کم اور ادویات لینے کا رجحان بڑھ گیا ہے۔



محققین کا کہنا ہے کہ

تحقیق کے مطابق موجودہ دور میں

سلسلہ عظیمیہ کے امام

حضور قلندر بابا اولیاءؒ فرماتے ہیں:

منتقی سے وہ انسان مراد ہے جو سمجھنے

میں بڑی احتیاط سے کام لیتا ہے۔ ساتھ ہی

بدگمانی کو راہ نہیں دیتا۔ وہ اللہ کے معاملے

میں اتنا محتاط ہوتا ہے کہ کائنات کا کوئی روپ

اسے دھوکا نہیں دے سکتا۔

مراقبہ ہال (برائے خواتین) راولپنڈی

نگراں: انور سلطانہ

موہڑہ کالو، موضع ہمک، سوال کیمپ، اسلام آباد

برائے رابطہ: قاضی مارکیٹ، کوثر کالونی، مریڑ حسن، راولپنڈی۔

پوسٹ کوڈ 46000

فون: 0321-5829982

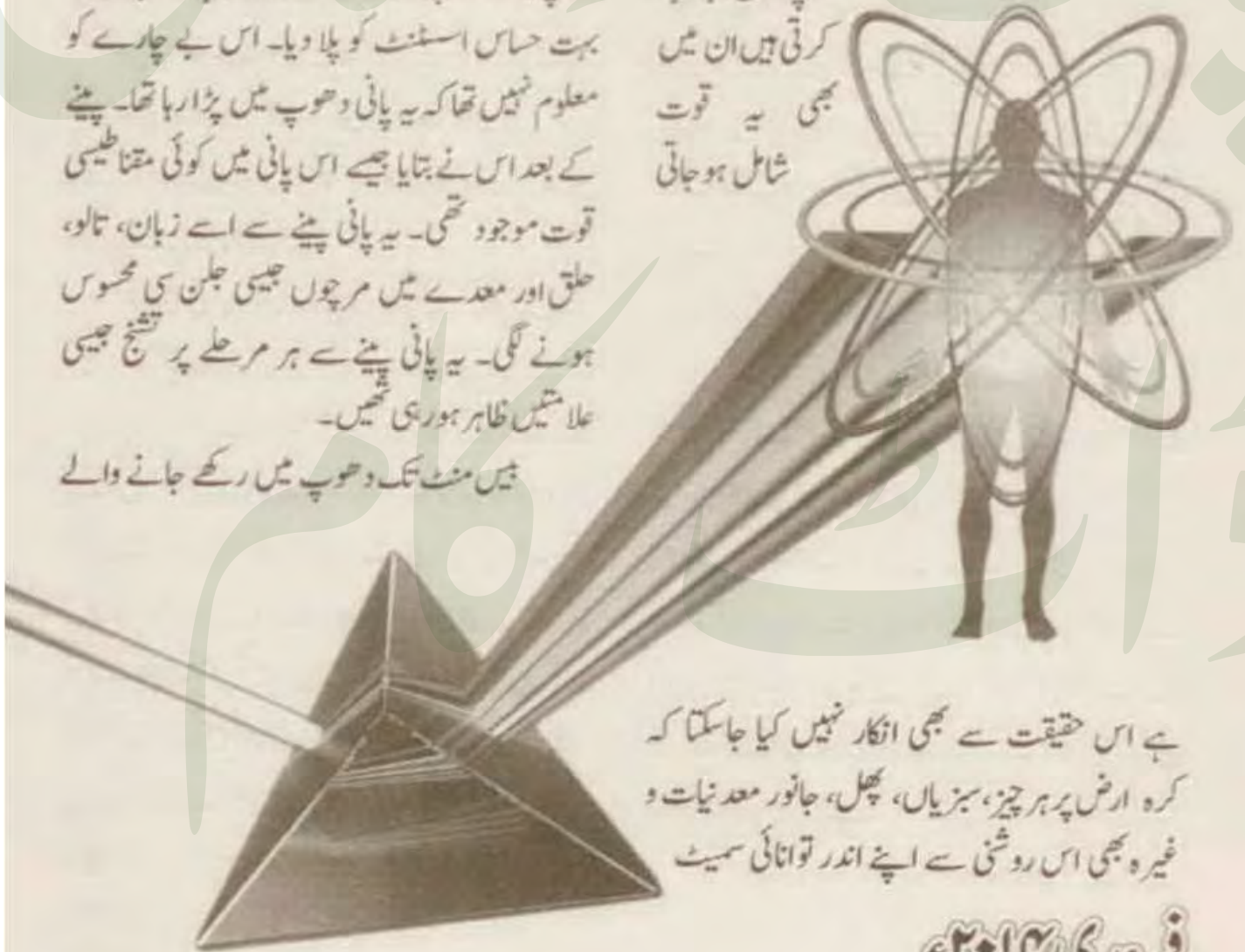
رنگوں میں ایسی شفا بخش خاصیت موجود ہے جو کئی طرح کے مریضوں کو صحت فراہم کرتی ہے۔ رنگ ہمارے اذہان ہمارے احساسات ہمارے اندر کے اندھیرے اور ہمارے جسم کی کثافتیں ختم کرنے کا ذریعہ ہیں۔

رنگ و روشنی سے علاج

لیتے ہیں لہذا یہ کہنا غلط نہیں ہوگا کہ ہم جو خوراک سبزیاں، پھل اور اناج وغیرہ کھاتے ہیں، وہ مکمل طور پر قدرتی توانائی کے حامل ہوتے ہیں۔ رنگوں کے ایک محقق ڈاکٹر رمیش نے پانچ منٹ تک پانی کو دھوپ میں رکھا اور پھر وہی پانی اپنے ایک بہت حساس اسسٹنٹ کو پلا دیا۔ اس بے چارے کو معلوم نہیں تھا کہ یہ پانی دھوپ میں پڑا رہا تھا۔ پینے کے بعد اس نے بتایا جیسے اس پانی میں کوئی مقناطیسی قوت موجود تھی۔ یہ پانی پینے سے اسے زبان، تالو، حلق اور معدے میں مرچوں جیسی جلن سی محسوس ہونے لگی۔ یہ پانی پینے سے ہر مرحلے پر تشنگ جیسی علامتیں ظاہر ہو رہی تھیں۔

تیس منٹ تک دھوپ میں رکھے جانے والے

روشنی، جس میں تمام رنگ شامل ہیں، ایک لاکھ چھیالیس ہزار میل فی سیکنڈ کی رفتار سے حرکت کرتی ہے۔ اس سے یہ اندازہ لگانا زیادہ دشوار نہیں کہ اس اعتبار سے حرکت کرنے والی یہ روشنی اپنے اندر بے پناہ قوت رکھتی ہے اور وہ چیزیں جو اسے اپنے آپ میں جذب کرتی ہیں ان میں بھی یہ قوت شامل ہو جاتی



ہے اس حقیقت سے بھی انکار نہیں کیا جاسکتا کہ کرہ ارض پر ہر چیز، سبزیاں، پھل، جانور معدنیات وغیرہ بھی اس روشنی سے اپنے اندر توانائی سمیٹ

فروری ۲۰۱۲ء

ہوئی نظر آتی تھیں۔ سورج وٹامن ڈی کے حصول کا ایک اہم ذریعہ ہے۔ سورج کی روشنی میں وٹامن ڈی کے علاوہ دوسرے وٹامن بھی شامل ہیں اور ہر وٹامن کسی رنگ سے متعلق ہے۔

1۔ وٹامن اے پیلا رنگ

2۔ وٹامن بی سبز رنگ

3۔ وٹامن سی لیمون رنگ

4۔ وٹامن ڈی بنفشی رنگ

5۔ وٹامن ای بنفشی رنگ

6۔ وٹامن کے گہرا نیلا رنگ

رنگ جذب کرنے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ رنگوں کے مطابق سبزیاں، پھل اور رس دار چیزیں زیادہ استعمال کی جائیں۔ پھل اور سبزیوں میں سورج کی روشنی کا انجذاب براہ راست ہوتا ہے لیکن خوراک میں رنگوں کے تناسب کا خیال رکھنا ضروری ہے۔ بہت زیادہ پکانے اور بھوننے میں غذائیت میں موجود رنگ ضائع ہو جاتے ہیں۔ مقصود الحسن عظیمی اپنی کتاب ”کرو موثقی“ میں تحریر کرتے ہیں۔ ہر شخص کے اندر کسی نہ کسی رنگ کا غلبہ ہوتا ہے اور وہ زندگی کو اسی رنگ کی عینک سے دیکھتا ہے۔

جو رنگ ہم مکان اور لباس کے لیے پسند کرتے ہیں وہ ہماری گہری دلچسپی کا نتیجہ ہیں۔ اگر ہم اس حقیقت سے واقف ہو جائیں کہ رنگ واقعی اہم ہیں تو آہستہ آہستہ ہمارے اوپر ہماری ذات کے رنگوں کے اسرار منکشف ہو جائیں گے۔ ہم جس رنگ کے کپڑے پہنتے ہیں ہماری ذات اور ہمارے ماحول پر اس کا اثر مرتب ہوتا ہے۔

رنگوں میں بے شمار شیدز Shades ہوتے ہیں۔

پانی کے تجربے سے یہ بات سامنے آئی جیسے بڑے اونچے پیمانے پر اسے میگنٹ چارج کیا گیا ہو۔ ایک اور ڈاکٹر، جس نے پانی کو ایک بوتل میں ڈال کر دو دن تک دھوپ میں رکھا تھا۔ اس پانی میں جلانے کی قوت پا کر حیرت زدہ رہ گیا تھا۔ اس سے یہ ثابت ہوا کہ سورج کی روشنی میں موجود قوت پانی میں شامل ہو جاتی ہے۔

معروف روحانی اسکالر حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی اپنی کتاب ”کلر تھراپی“ میں تحریر کرتے ہیں۔ سورج کی روشنی میں معدنی عناصر اور گیس (Mineral + Gases) شامل ہیں جو انسانی غذا کا اہم جزو ہیں۔ غذا ہمیں قوت اور توانائی فراہم کرتی ہے۔ روشنی اور غذا دونوں کو استعمال کیا جائے تو توانائی دوگنی ہو جاتی ہے۔

ایک صاحب کا کہنا ہے کہ ایک روز مجھے انسپائر (Inspire) ہوا کہ سورج کی شعاعوں میں سب رنگ موجود ہیں اور ان رنگوں سے ہماری ساری غذائی ضروریات پوری ہوتی ہیں۔

سورج کی روشنی کو اپنے حیاتیاتی سسٹم میں اگر ذخیرہ کر لیا جائے تو غذا کی ضرورت پوری ہو سکتی ہے۔ پروگرام کے مطابق صبح سورج کے نکلنے سے پہلے میں مشرق کی طرف منہ کر کے بیٹھ جاتا تھا اور سانس کے ذریعہ غذا کا تعین کر کے سورج کی کرنوں کو اپنے معدہ میں ذخیرہ کر لیتا تھا۔ اس کا نتیجہ یہ نکلا کہ پانی کے علاوہ کسی قسم کی غذا کی ضرورت پیش نہیں آئی اور نہ کمزوری محسوس ہوئی البتہ کھڑے ہو کر چلنے میں زیادہ لطافت محسوس ہوتی تھی اور خلاء میں چہل قدمی کا تاثر قائم ہوتا تھا۔ ٹھوس دیواریں کاغذ کی بنی

صحت ہو یا بیماری اس میں بہر حال رنگوں کی
کمی بیشی کا عمل دخل ہے۔ سبزیاں کھانے سے صحت
اس لئے اچھی رہتی ہے کہ جسم میں سبز رنگ منتقل ہوتا
رہتا ہے۔ اعتدال سے زیادہ

گوشت کھانے سے طبیعت
میں ٹکدر، تساہل، بوجھ اور
غصہ اس لئے پیدا ہوتا ہے کہ
گوشت میں سرخ اور گلابی
رنگ زیادہ ہے۔ جس طرح
سرخ رنگ کی زیادتی نقصان دہ
ہے اسی طرح کمی بھی۔ سرخ
رنگ کی کمی واقع ہو جانے سے

مریض ست، کابل، کمزور اور سویا سویا سا رہتا ہے۔
قبض کی شکایت بھی ہو جاتی ہے۔



ہم کپڑوں میں رنگ کا چناؤ اندرونی تحریک کے تحت
کرتے ہیں جو ہمیں بتاتی ہے کہ کون سا رنگ ہمارے
لئے اچھا ہے۔ ہو سکتا ہے کہ جو رنگ ہمیں آج اچھا

نہیں لگ رہا ہے۔ ایک سال
کے بعد وہی رنگ ہمیں بھلا
لگنے لگے۔ اس تبدیلی کا
مطلب یہ ہے کہ ہمارے اندر
روشنیوں کے بہاؤ میں تبدیلی
واقع ہو گئی ہے۔ اگر ہم اس
بات پر غور کریں کہ ہمارے
ماحول میں کون سے رنگ
بکھرے ہوئے ہیں ہم کس

رنگ کے کپڑے پہنتے ہیں اور کھانے کی اشیاء کا رنگ
کیا ہے....؟ تو ہم اس حقیقت سے واقف ہو جائیں
گے کہ ہماری زندگی رنگوں کے علاوہ کچھ نہیں ہے۔



غمگین لوگوں میں بیماریوں کا امکان 70 فیصد

ہر وقت غمگین رہنا اور ناامیدی کے ماحول میں زندگی گزارنے سے جسمانی صحت کو 70 فیصد کے قریب بیماریاں



لاحق ہو سکتی ہیں۔ ڈپریشن کی صورت حال میں جسم کا مدافعتی
نظام ہر وقت اس عمل کو روکنے میں مصروف رہتا ہے جس
سے وہ خود تباہ ہونے لگتا ہے اور اس طرح بیماریوں کو حملہ
کرنے کا موقع مل جاتا ہے۔ اس تحقیق میں دیکھا گیا کہ روز
مرہ زندگی میں بغیر جذبات، دلچسپی اور کسی معاملہ پر توجہ نہ
دینے والے لوگوں کو 65 سے 70 فیصد شدید بیماریوں کے

امکانات زیادہ تھے۔ اس تحقیق میں 408 خاندانوں کے افراد کو چیک کیا۔ ان میں ڈپریشن کے بعد بیماریوں اور بیمار
افراد کا بیماری سے پہلے ڈپریشن کے بارے میں مکمل ریکارڈ اکٹھا کیا گیا تھا۔ طبی ماہرین کے مطابق ذہنی گراؤٹ اور
جسمانی اعضاء کے افعال کا براہ راست تعلق ہے۔



توحید و رسالت

پوری نوع انسانی میں ایک باہمی ربط اور تعلق ہے اور یہ ربط اور تعلق انسان کو یقین فراہم کرتا ہے کہ انسان مخلوق ہے، مخلوق سے مراد یہ ہے کہ اس کا کوئی سرپرست ہے جس نے اسے پیدا کیا اور زندگی گزارنے کے لئے وسائل مہیا کئے۔

علمائے دین اور دنیا کے مفکرین کو چاہیے کہ وہ مل کر خالق اور مخلوق کے تعلق کو صحیح طرزوں میں سمجھنے کی کوشش کریں اور اللہ تعالیٰ کے ساتھ قلبی تعلق استوار کرنے کے لئے جدوجہد کریں، یہی وہ یقینی عمل ہے جس سے نوع انسانی کو ایک مرکز پر جمع کیا جاسکتا ہے۔

اس وقت نوع انسانی مستقبل کے خوفناک تصادم کی زد میں ہے۔ دنیا اپنی بقا کی تلاش میں لرز رہی ہے۔ آندھیاں چل رہی ہیں، سمندری طوفان آرہے ہیں، زمین پر موت رقص کر رہی ہے۔ انسانیت کی بقا کے ذرائع توحید باری تعالیٰ کے سوا کسی اور نظام میں نہیں مل سکتے۔

ترجمہ: اے لوگو! اپنے پروردگار کی عبادت کرو جس نے تمہیں اور تم سے پہلے لوگوں کو پیدا کیا تاکہ تم پر ہیزگار بن جاؤ۔ جس نے تمہارے لئے زمین کو بچھونا اور آسمان کو چھت بنایا اور آسمان سے پانی برسا کر تمہارے کھانے کے لئے پہلوں کو نکالا، پس تم اللہ کے ساتھ شریک نہ بناؤ اور تم جانتے تو ہو۔ (سورۃ البقرہ۔ 21-22)

خاتم النبیین حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کی خدمت میں ایک شخص حاضر ہوا اور عرض کیا ”یا رسول اللہ ﷺ! کونسا گناہ اللہ کے نزدیک سب سے بڑا ہے؟“.....
آپ ﷺ نے فرمایا ”یہ کہ تم اللہ کے ساتھ کسی کو شریک کرو حالانکہ تمہیں پیدا کرنے والا اللہ ہے۔“
(صحیح بخاری، کتاب الایمان، جلد اول صفحہ نمبر 180)

اللہ تعالیٰ کو یکتا اور وحدۃ لاشریک ماننا، اللہ کے آخری پیغمبر حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کی رسالت اور ختم نبوت کو زبان اور دل سے قبول کرنا ایک مسلمان کے لئے لازم ہے۔ عقیدہ توحید و رسالت اور ختم نبوت میں گہرا تعلق ہے اور ان عقائد میں سے کسی ایک کو دوسرے سے جدا نہیں کیا جاسکتا۔

از طرف: ایک بندہ خدا



عام دماغی مسائل

معمولی نوعیت کی دماغی بیماریاں جیسے

لنگزائی اور ڈپریشن متاثرہ

کو معمولی مت سمجھیں

افراد کو وقت سے پہلے موت سے دوچار کر سکتی ہیں۔
یونیورسٹی کالج لندن اور ایڈن برگ یونیورسٹی کی تحقیق میں محققین نے قرار دیا کہ شراب نوشی اور

اسگریٹ کی وجہ سے کم نوعیت کا دباؤ یا اسٹریس بھی قبل از وقت موت کے امکان میں سولہ فیصد تک اضافہ کرتا ہے۔ مزید سنگین مسائل کی صورت میں یہ خدشہ سڑسٹھ فیصد تک بڑھ جاتا ہے۔

یاد رہے کہ جن افراد کو شدید قسم کے دماغی مسائل ہوں، ان میں قبل از وقت موت کا خدشہ بڑھ جاتا ہے تاہم معمولی نوعیت کے دماغی مسائل سے قبل از وقت موت کی بات پہلی مرتبہ سامنے آرہی ہے۔ یہ بات قابل تشویش ہے کیونکہ عام طور پر معمولی دماغی مسائل میں مبتلا لوگوں میں بروقت تشخیص نہیں ہوتی۔

اسٹڈی کے سرکردہ مصنف ڈاکٹر ٹام رس کا کہنا ہے کہ کم تر درجے کے نفسیاتی مسائل اور قبل از



درخشاں مسعود

اسٹڈی کے سرکردہ مصنف ڈاکٹر ٹام رس کا کہنا ہے کہ کم تر درجے کے نفسیاتی مسائل اور قبل از

اسٹڈی کے سرکردہ مصنف ڈاکٹر ٹام رس کا کہنا ہے کہ کم تر درجے کے نفسیاتی مسائل اور قبل از

فروری ۲۰۱۴ء

ورزش کی جائے یعنی صرف ہفتے میں ایک گھنٹہ تو اس سے بھی ذیابیطس کا خدشہ لگ بھگ بارہ فیصد تک کم ہو جاتا ہے۔

یہاں تک کہ ایروپک ورزش بشمول باقاعدہ سرگرمی بھی اس کے خدشے کو نصف فیصد تک کم کر سکتی ہے۔

اگر ان دونوں کو ملا کر کیا جائے تو فائدہ اور بھی بڑھ جاتا ہے اور ذیابیطس نہ ہونے کا خدشہ ساٹھ فیصد تک ہو جاتا ہے۔



ذیابیطس کو روکنے میں مدد کرتی ہے۔ ایک طبی جریدے میں شائع ہونے والی اسٹڈی، جس میں 32 ہزار سے زائد شرکاء کو زیر مطالعہ لایا گیا، کے مطابق باقاعدگی سے وزن اٹھانے کے ساتھ کی جانے والی ورزش کے نتیجے میں ذیابیطس لاحق ہونے کا خدشہ ایک تہائی تک کم ہو جاتا ہے۔ اسٹڈی میں پتہ چلا کہ اگر ہفتے میں کم از کم پانچ دن روزانہ آدھ گھنٹہ وزن اٹھانے کی ورزش کی جائے تو ذیابیطس کا خدشہ چوبیس فیصد تک کم ہو سکتا ہے۔

محققین کے مطابق اگر اس سے کم وقت کی

معجزیات سے کولیسٹرول کی سطح کم

مختلف تجزیاتی رپورٹوں کے مطالعات نے ثابت کر دیا ہے کہ مغزیات کا استعمال قلب کے لیے مضر کولیسٹرول اور دیگر چکنائیوں کی سطح کم کرنے میں معاون اور موثر ثابت ہوتا ہے۔

آرکائیوز آف انٹرنیشنل میڈیسن میں

یونیورسٹی کے شعبہ غذائیات کے

(Sabate) نے ایل ڈی ایل

سطح کم کرنے کے سلسلے میں

بارے میں ایک بہترین ثبوت

ڈاکٹر سہاتے اور ان کے شریک

ایسے مرد و خواتین پر تحقیق کی جو

شامل تھے۔ ان تجربات کے نتائج سے

مغزیات کے کھانے سے کولیسٹرول کی مجموعی سطح میں ایک اعشاریہ پانچ فیصد کمی ہوئی اور مضر قلب کولیسٹرول ایل

ڈی ایل کی سطح چار اعشاریہ سات فیصد کم ہو گئی۔

شائع ہونے والی اس رپورٹ کو لوہانڈا

سربراہ ڈاکٹر جون سہاتے (Joan)

کولیسٹرول (مضر قلب) کی

مغزیات کی افادیت کے

قرار دیا ہے۔

تحقیق ساتھیوں نے 583

مغزیات کے پچیس تجربات میں

ظاہر ہوا کہ روزانہ ایک تہائی پیالی بھر

مغزیات کے کھانے سے کولیسٹرول کی مجموعی سطح میں ایک اعشاریہ پانچ فیصد کمی ہوئی اور مضر قلب کولیسٹرول ایل

ڈی ایل کی سطح چار اعشاریہ سات فیصد کم ہو گئی۔

اتنی مقدار یعنی اٹھاسی گرام (ایک تہائی پیالی) مغزیات کے کھانے سے قلب دوست کولیسٹرول یعنی ایچ ڈی ایل کی

سطح میں تین اعشاریہ آٹھ فیصد اضافہ ہو گیا۔ نہ صرف یہ بلکہ جن افراد کے خون میں ٹرائی گلیسرائیڈ کی سطح زیادہ تھی

اس میں بھی دو اعشاریہ دس فیصد کمی ہوئی۔



امام سلسلہ عظیمیہ

حضور قلندر بابا اولیاءؒ فرماتے ہیں:

”اللہ تعالیٰ تک پہنچنے کا قریب

ترین راستہ اللہ کی مخلوق کی

خدمت کرنا ہے“.....

حیدر آباد - قاسم آباد (خواتین)

نگراں مراقبہ ہال: منظور النساء

فون: 0345-3585178

معرفت: یار محمد انصاری، بنگلہ نمبر B-98، فیز 1، قاسم آباد،

نزد بوائزہائی اسکول، حیدر آباد، پوسٹ کوڈ 71700

امام سلسلہ عظیمیہ

حضور قلندر بابا اولیاءؒ فرماتے ہیں:

جس طرح ہمارا دوست خدا ہم سے اور کائنات

میں موجود ساری مخلوقات سے محبت کرتا ہے ہم

بھی اس کی مخلوق سے محبت کریں۔ جس طرح

ہمارا دوست خدا مخلوق کے کام آتا ہے، اُسی طرح

ہم بھی اس کی مخلوق کی خدمت کریں۔

سراقبہ ہال حیدر آباد

نگراں: ممتاز علی

گلشن شہباز، نزد ٹول پلازہ، سپر ہائی وے حیدر آباد۔

برائے رابطہ: C/237، بلاک E لطیف آباد نمبر 9، حیدر آباد۔

پوسٹ کوڈ 71800

فون: 0333-2695331

علاوہ معدنی نمک مثلاً فاسفورس، کیلشیم اور فولاد کی

موجودگی اسے ایک عمدہ غذائی نہیں موثر دوا

بھی ثابت کرتی

ہے اور اس میں شامل مرکبات کئی

بیماریوں کے خلاف مزاحمت

کرتے ہیں۔

اپنی گوناگوں خصوصیات اور

فوائد کے اعتبار سے امرود کی چھال اور پتوں کی بھی

اہمیت ہے۔ بعض ایشیائی ممالک میں امرود کی مدد

سے تیار کردہ رس میں اس کے پتوں کا رس شامل

کر کے ذیابیطس کے مرض میں استعمال کیا جاتا ہے۔

میٹھے، پکے ہوئے اور خوشبودار امرود کھانے سے دل

کو بڑی فرحت محسوس ہوتی ہے اور گھبراہٹ بھی دور

ہوتی ہے۔ یہ دل و دماغ کے علاوہ معدے کو بھی

**مفید پھل، عمدہ غذا
اور موثر دوا!**

کچھ پھل مزیدار ہوتے

ہیں لیکن ان میں خوشبو نہیں

ہوتی یا پھر بہت کم ہوتی ہے

جس کے سبب یہ پھل ادھورے

محسوس ہوتے ہیں لیکن امرود فرحت

بخش خوشبو کے ساتھ بہت عمدہ ذائقہ

بھی رکھتا ہے یہی وجہ ہے کہ سردیوں

کے موسم میں یہ دیگر تمام پھلوں اور میوہ جات میں

سب سے زیادہ کھایا جاتا ہے پھلوں کی چاٹ اس کے

بغیر نامکمل سمجھی جاتی ہے۔

امرود کی تقریباً ڈیڑھ سو کے لگ بھگ مختلف

اقسام ہیں۔ سو گرام امرود میں چھتر فیصد پانی، ایک

سے پانچ فیصد تک پروٹین، دو فیصد تک چکنائی، پانچ

سے چودہ فیصد تک نشاستہ، 0.1 فیصد کیلشیم، 0.4 فیصد

فاسفورس، ایک ملی گرام فولاد جبکہ

300 سے لے کر ایک ہزار ملی گرام

تک وٹامن سی ہوتا ہے۔ وٹامن سی کے اعتبار سے

صرف آملہ ہی اس کا مقابلہ کر سکتا ہے۔ اچھی طرح

پکے ہوئے امرود میں ہی نہیں بلکہ اس کے پیڑ کی

چھال میں بھی وٹامن سی خوب ہوتا ہے اور ایک

عام اندازے کے مطابق امرود کے سو ملی

لیٹر رس میں ستر سے 170 ملی گرام تک

وٹامن سی کے علاوہ وٹامن اے، وٹامن

بی، گلو کو سائیڈ اور خامرے بھی ہوتے

ہیں نیز گوشت

بنانے

والے جز

پروٹین کے

امرود خون سے خراب مادوں کو بھی صاف کر دیتا ہے۔

طاقت پہنچاتا

ہے۔ اس کے

بچوں میں پیٹ کے

کیڑے صاف کرنے کی

صلاحیت ہوتی ہے۔ امرود کی

سب سے بڑی خاصیت تو

یہ ہے کہ اس کو

کھانے سے آنتوں

کی سستی ختم ہو جاتی

ہے۔ پیٹ اور

آنتیں صاف ہوں تو

جگر اور معدے کے



فروری ۲۰۱۴ء

افعال بھی چست ہو جاتے ہیں اور کسی بھی قسم کی غذا بہت جلد ہضم ہو جاتی ہے۔

امرود میں کیرومیز بھی خوب ہوتے ہیں جو آنکھوں کے امراض میں فائدہ مند ثابت ہوتے ہیں کیونکہ ان میں آنکھ کے ان خلیوں کو توانائی بخشنے کی صلاحیت ہوتی ہے جو بینائی یاد رکھنے کے لیے ضروری ہوتے ہیں۔ یاد رہے کہ اتنی مقدار میں کیرومیز کسی اور غذا میں دستیاب نہیں ہیں۔ اس ذائقہ دار پھل میں ریشہ یعنی فایبر بھی خاصی مقدار میں ہوتا ہے جو خون کے بہت سے زہریلے مادوں خاص طور پر کو لیسٹرول کو سمیٹ کر خارج کر دیتا ہے اور اس طرح رگیں کھلی اور صاف رہتی ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ امرود کو امراض قلب اور بلڈ پریشر جیسی مشکلات کے خلاف ایک مفید پھل سمجھا جاتا ہے۔ اس سے دوران خون کی سستی بھی ختم ہو جاتی ہے اور وٹامن سی سے لبریز ہونے کی وجہ سے جسم کو طاقت اور مضبوطی ملتی ہے کہ اسی قوت مدافعت کے سہارے موسمی نزلہ و زکام بھی آپ کو آسانی سے نہیں جکڑ سکتا۔ امرود خون سے خراب مادوں کو بھی صاف کر دیتا ہے جس کی وجہ سے جنوبی امریکہ کے قدیم باشندے اس کے دس کو ”دیوتاؤں کا مشروب“ بھی کہتے ہیں۔ پھل کے مقابلے میں رس جلد ہاضم ہوتا ہے جسے جگر کی سستی اور جلدی امراض کے لیے بھی مفید سمجھا جاتا ہے اور گرمیوں کے افعال میں بھی تیزی پیدا ہوتی ہے۔

امرود کو پکی ہوئی تازہ حالت میں خوب چبا کر کھائیں، کچی حالت میں اس کا اپنا الگ مزہ ہے لیکن اس سے پیٹ کا درد ہو سکتا ہے۔ اگر مسوڑھے پھول

گئے ہوں تو امرود کے درخت کی چھال کو پانی میں ابال کر نکلیاں اور غرارے کرنے سے افادہ ہوتا ہے۔ اسی طرح ایک دو مٹھی امرود کے پتے کتر کے پانی میں پانچ منٹ ابالیں اور ٹھنڈا کرنے کے بعد اس پانی سے جلد کو دھوئیں تو کھلی، پھوڑے پھنسی، خارش، کیلوں، چنبل، زخم و خراش میں آرام آسکتا ہے۔ امرود کے پتوں کی چائے ذیابیطس اور بلڈ پریشر کم کرنے میں معاون ہو سکتی ہے جس کے لیے درخت سے پتے اس وقت توڑے جائیں جب اس پر پھل پک رہا ہو۔ ان پتوں کو پینتالیس ڈگری درجہ حرارت پر خشک کر کے ان کا چورا بنالیں اور کھولتے ہوئے پانی میں دم دے کر چائے تیار کر لیں۔ اس چائے کو ٹھنڈی حالت میں استعمال کرنے سے اسہال کی تکلیف بھی ختم ہو سکتی ہے۔ امرود کی تازہ پتیاں چبانے سے دانت کا درد بھی دور ہو جاتا ہے اور کچھ ممالک میں پتوں کو پیس کر نچوڑنے کے بعد نکلیاں بنا کر درد کی جگہ پر رکھنے کا رواج بھی عام ہے۔ تائیوان میں ہونے والی ایک حالیہ تحقیق میں واضح ہوا ہے کہ امرود کا رس استعمال کرنے سے خون کی بڑھی ہوئی شکر میں نمایاں کمی واقع ہو جاتی ہے جبکہ میکسیکو میں اسے اسہال کے خلاف تیر بہدف نسخہ سمجھا جاتا ہے۔ امرود کی چاٹ میں کالی مرچ، نمک اور سونٹھ کی آمیزش اسے نہ صرف ذائقہ دار بناتی ہے بلکہ طبی اعتبار سے بھی اس کی افادیت بڑھ جاتی ہے مگر یاد رہے کہ مسالہ زیادہ نہیں ہونا چاہیے نیز امرود کھانے کے بعد پانی پینے سے گرمیز کریں کیونکہ ایسا کرنے سے گلا خراب ہو سکتا ہے۔



بھی ایسا نہیں ہے جو انسانی صحت کے لیے مفید اور غذائیت سے بھرپور نہ ہو۔ بڑی بوڑھی مائیں آج بھی اس کی پھلیوں سے بخوبی واقف ہیں۔

سوپا نجہ

خالق کائنات نے اس دنیا میں کوئی چیز بھی بے فائدہ پیدا نہیں کی۔ انسان جدید ترین ذرائع، بے پناہ سہولیات اور علم کی انتہائی بلندیوں کو چھونے کے باوجود ابھی تک قدرت کی پیدا کی ہوئی نباتات سے بہت کم فائدہ حاصل کر سکا ہے۔

ایک ایسا طلسماتی پودا

پھلیاں

سہانجہ کی پھلیوں کے بیج مٹریا موگ پھلی کی طرح

روسٹ کر کے استعمال کیے جاتے ہیں۔ پھلیاں سبزی کے

طور پر بھی پکائی جاتی ہیں۔

جڑیں

سہانجہ کی جڑیں اعصابی نظام کے لیے بے

حد موثر ہیں، یہ پیس کر استعمال کی جاتی ہیں۔

ساگ

اس کے پتوں کو پالک کی طرح پکایا جاتا ہے۔

مسالہ

مختلف کھانوں اور سوپ میں مسالے کے طور پر

استعمال کیا جاتا ہے۔

بوٹیاں، نباتات موجود ہیں جن کی افادیت کے

حوالے سے انسان ابھی تک لاعلم ہے۔ انسان

ان سے فائدہ حاصل کرے اور خالق کائنات

کی نعمتوں کا شکر ادا کرتا رہے۔

جس کے پھول، پتے،

پھلی، بیج، جڑ سب ہیں

بڑے کام کے....



یہاں ہم ایک اہم پودے سہانجہ کا ذکر کر رہے ہیں جو ہمارے ملک کے ہر علاقے میں پیدا ہوتا ہے۔ اس کی جڑ سے لے کر پتوں اور شاخوں سے لے کر پھل تک کوئی ایک حصہ

تحقیق کے مطابق سہانجہ وٹامن سی، پروٹین، فولاد اور پوٹاشیم کے حصول بہترین ذریعہ ہے۔

پھول

سوناخنہ کے پھول پکنے پر مشروم کا ذائقہ دیتے ہیں۔

بیج

اس کے بیج میں اڑتیس سے چالیس فیصد کھانے کا تیل موجود ہوتا ہے۔

بھوسہ

تیل نکالنے کے بعد باقی بیج جانے والا بھوسہ کھاد کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ گندے پانی سے جراثیم ختم کر دیتا ہے۔

مفید غذائی اجزاء

تحقیق سے یہ ثابت ہو چکا ہے کہ یہ وٹامن سی، پروٹین، فولاد اور پوٹاشیم کا بہترین ذریعہ ہے۔ اس کے پتوں میں گاجروں کی نسبت دس گنا زیادہ وٹامن اے، دودھ کی نسبت سات گنا زیادہ کیلشیم، پالک کی نسبت پچیس گنا زیادہ فولاد، مائٹوں کی نسبت سات گنا زیادہ وٹامن سی اور کیلوں کی نسبت پندرہ گنا زیادہ پوٹاشیم ہے۔ سوناخنہ کا صرف ایک پودانوں مختلف ایسے غذائی اجزاء پر مشتمل ہوتا ہے، جو انسانی جسم کی بہتر نشو و نما کے لیے بے حد ضروری ہیں۔

انہی خصوصیات کی بناء پر اس پودے کا شمار ایک کرشماتی پودے میں ہوتا ہے۔

بیماریوں کے لیے

دنیا کے بیشتر ممالک میں سوناخنہ کے پودوں کو ادویات کی تیاری میں بھی استعمال کیا جا رہا ہے، خون کی کمی، ہائی بلڈ پریشر، شوگر، دل کے امراض، جسم کے درد اور چہرے پر داغ دھبوں کے لیے اس کی پھلیاں تریاق کا کام دیتی ہیں۔

قوت مدافعت میں اضافہ کے لیے

سوناخنہ کے مسلسل استعمال سے قوت مدافعت میں بہت اضافہ ہوتا ہے۔

سوناخنہ کا استعمال نہ صرف فوری طور پر قوت مدافعت پہنچاتا ہے بلکہ اگر خوراک کی کمی کے باعث نشو و نما متاثر ہوئی ہے تو اس کو بھی فوری طور پر بحال کرنے میں بہت معاون ثابت ہوا ہے۔

سوناخنہ کا پودا قدرت کا ایک ایسا شاہکار ہے جس کے ایک ایک حصے کو استعمال کرنے سے انسان اپنی جسم کے لیے تمام ضروری منرل، وٹامنز کی مقدار کما حقہ حاصل کر سکتا ہے۔

تحقیق و جستجو کا یہ سفر جاری ہے، وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ اس پودے کی افادیت عوام الناس میں واضح ہو رہی ہے۔



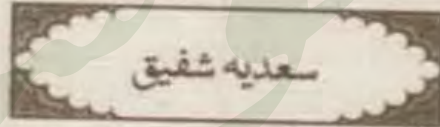
ذہنی دباؤ معذوری کی بڑی وجہ قرار



آسٹریلیا کے ماہرین نے ذہنی دباؤ یعنی ڈپریشن کو معذوری کی ایک بڑی وجہ قرار دیا ہے۔ ذاتی زندگی، کام اور تعلقات پر اثر انداز ہونے والے ذہنی تناؤ کے بارے میں تحقیقی مطالعاتی رپورٹ کے مطابق دنیا بھر میں پائی جانے والی معذوری کی ایک بڑی وجہ ڈپریشن ہے۔ ڈپریشن سے مراد وہ ذہنی دباؤ ہے جو انسان کو ہر وقت افسردگی میں مبتلا رکھتا ہے۔ اس کو رشتوں اور زندگی کی خوشیوں میں کوئی دلچسپی نہیں ہوتی۔

ساگ غذائیت سے بھرپور

لیے شفاء بخش بھی ہے اور یہ چھاتی، بیضہ دانی اور بڑی آنت کے کینسر سے محفوظ رکھتا ہے۔ اس میں وٹامن سی خاصی تعداد میں موجود ہوتا ہے جو زخموں کو جلد بھرنے میں مدد دیتا ہے اور اس موسم کے وائرل انفیکشن جیسے فلو وغیرہ کے خلاف قوت مدافعت فراہم کرتا ہے۔ وٹامن سی بھی اینٹی کینسر ہوتا ہے۔ اس ساگ میں چونکہ وٹامن سی کے علاوہ وٹامن اے بھی کثیر تعداد میں موجود ہوتا ہے اس لیے یہ ساگ کھانے سے نظر کمزور نہیں ہوتی بلکہ بصارت کو تقویت ملتی ہے۔ دیہات میں لوگ یہ ساگ کثرت سے کھاتے ہیں اس لیے دیہات میں عینک لگائے ہوئے لوگ بہت کم نظر آتے ہیں۔



وٹامن ای جلد کو بھی جوان رکھتا ہے۔ اس لیے دیہات کے لوگ زیادہ دیر تک جوان اور تندرست رہتے ہیں۔ اس کے علاوہ اس ساگ میں موجود وٹامن ای جلد کو Free Radicals سے بچا کر اسے تندرست اور جوان رکھتا ہے۔ اس ساگ میں موجود Phytonutrients جسم سے زہریلے مادوں کو خارج کرتے ہیں اور مختلف اقسام کے کینسروں سے بچاؤ کرتے ہیں۔ یہ ساگ پیٹ کے کیڑے بھی نکالتا ہے اور بلغم کو بھی دور کرتا ہے۔

سرسوں کے پودے سے حاصل ہونے والا ساگ اور مکئی کی روٹی برصغیر ہند و پاک میں سردیوں کی خاص سوغاتیں ہیں۔ سرسوں کے خالی پتوں کی نسبت جو ساگ گندل اور پتوں کو ملا کر پکایا جاتا ہے اسے بہترین سمجھا جاتا ہے۔ یوں تو پاکستان کیا دنیا کے ہر ملک میں اس کی مختلف قسموں کی کاشت ہوتی ہے۔ عربی میں اسے خردل، فارسی میں سرشف، سندھی میں سر بہہ اور انگریزی میں Mustard Green کہتے ہیں۔ قدیم سنسکرت کی کتابوں میں اس کی کاشت کا ذکر ملتا ہے۔ یہ نومبر سے مارچ تک دستیاب ہوتا ہے۔ اس کا پودا چار سے پانچ فٹ تک لمبا ہوتا ہے۔ سرسوں کی کاشت سرسوں کے بیجوں کے لیے بھی کی جاتی ہے جنہیں

Mustard Seeds کہا جاتا ہے۔ انہی بیجوں سے سرسوں کا تیل حاصل کیا جاتا ہے۔ جو بے پناہ افادیت کا حامل ہوتا ہے مگر آج بات کرتے ہیں سرسوں کے ساگ کی، جو غذائیت سے بھرپور سبزی ہے اور اس میں بہت سے مفید غذائی اجزاء پائے جاتے ہیں جیسا کہ فائبر، آئرن، کیلشیم، پوٹاشیم، زنک، سیلینیم، میگنیز، فولک ایسڈ، وٹامن اے، سی، کے وغیرہ پائے جاتے ہیں۔ اپنی غذائی افادیت کی وجہ سے یہ ساگ بہت سی بیماریوں کے

خون کی صفائی کے لیے

اس ساگ میں فولاد اور فولک ایسڈ موجود ہوتے ہیں اس لیے یہ خون پیدا بھی کرتا ہے اور مصفی خون بھی ہے یعنی خون کو صاف کرتا ہے جس سے چہرے پر سرخی آنے لگتی ہے۔ حاملہ خواتین کے لیے بھی اس ساگ کا استعمال مفید ہے کیونکہ اس میں قدرتی فولک ایسڈ موجود ہے، یہ زچہ و بچہ کو حمل کی پیچیدگیوں سے بچاتا ہے۔

قبض کے لیے

یہ ساگ قبض کشا ہے اور آئرن کا خزانہ لیے ہوئے ہے یہ معدہ، جگر اور انتڑیوں کو بے پناہ طاقت دیتا ہے اور ہر نیا کی تکلیف میں بھی مفید ہے۔

ورموں کے لیے

یہ ساگ ورموں کو بھی تحلیل کرتا ہے اور جسم کی سو جن کو بھی دور کرتا ہے۔ جوڑوں کے درد میں بھی اس ساگ کا استعمال فائدہ دیتا ہے۔

وزن کم کرنے کے لیے

یہ ساگ Low Calorie غذا ہے۔ بشرطیکہ ہم اسے بہت زیادہ مقدار میں بناسپتی تیل یا دیسی مکھن میں توڑ کاٹ لگائیں۔ یہ وزن کم کرنے میں بھی معاون ہوتا ہے۔

دل کی صحت

اس میں موجود Omega 3 دل کو تقویت دیتا ہے پوٹاشیم اور سوڈیم شریانوں، خون کے بہاؤ اور دل کے افعال کو متوازن رکھنے میں مدد دیتے ہیں۔

سائنس کی بیماریاں

معدنی اجزاء سے بھرپور ہونے کے باعث یہ پھپھڑوں کو بھی تقویت دیتا ہے اور دمہ کے مریضوں کے لیے بھی مفید ثابت ہوتا ہے۔ منہ اور پھپھڑوں کے کیسر کی روک تھام کرتا ہے۔

100 گرام ساگ کے غذائی اجزاء

وٹامنز	گرام کے اوزان	فیصد
کاربوہائیڈریٹس	4.9g	4 فیصد
پروٹین	2.70g	5 فیصد
فائبر	3.30g	9 فیصد
فولٹ	187msg	47 فیصد
نیاک	0.08mg	5 فیصد
رائبوفلاوین	0.11mg	8 فیصد
تھیمین	0.08mg	7 فیصد
وٹامن اے	10.500lu	35 فیصد
وٹامن سی	70mg	117 فیصد
وٹامن کے	497.3mcg	414 فیصد
سوڈیم	25mg	2 فیصد
پوٹاشیم	-354mg	7.5 فیصد
کیلشیم	103mg	10 فیصد
کاپر	0.147mg	16 فیصد
فولاد	1.45mg	18 فیصد
میکنیشیم	3.2mg	8 فیصد
میکنیز	0.48mg	21 فیصد
کیلنیم	0.9mcg	1.5 فیصد
زنک	0.20mg	2 فیصد
فاسفورس	57.40mg	

مقوی اعصاب

خشک ہوتا ہے۔ بادی کی جملہ بیماریوں اور دروں میں بے حد مفید ہے۔ پتلی اور تے کو روکتا ہے قبض کشا اور پیشاب آور ہے اندرونی اور بیرونی سو جن کو مٹاتا ہے امراض جگر میں بھی مفید ہے۔

یہ ساگ مقوی اعصاب بھی ہے اور اعصابی توڑ پھوڑ کو روک دیتا ہے۔ الزائمر کی بیماری میں بھی اس ساگ کا استعمال مفید رہتا ہے۔

سوئے کا ساگ



یہ گرم و خشک ہوتا ہے لیکن جسم کی بادی کو خارج کرتا ہے۔ بد ہضمی، بلغم، تلی کے درد اور گردہ و مثانہ کی پتھری دور کرتا ہے۔ گرم طبیعت والوں کے لیے مضر ہے۔

بڈیوں کے لیے

اس ساگ میں چونکہ کیمیشیم موجود ہوتا ہے اس لیے یہ بڈیوں اور دانتوں کی نشوونما کرتا ہے اور انہیں توڑ پھوڑ سے محفوظ رکھتا ہے اور آسٹیوپوروسس Osteoporosis جیسی بیماری سے بھی بچاتا ہے۔

گرتے بالوں کے لیے

سرسوں کے ساگ میں سیلینیم موجود ہوتا ہے جو بالوں کو گرنے سے روکتا ہے اس لیے جن خواتین کو بال گرنے کی شکایت ہو انہیں یہ ساگ ضرور کھانا چاہیے۔ سرسوں کے علاوہ بھی ہمارے ملک میں مختلف طرح کے ساگ کھائے جاتے ہیں۔ جو اپنی اپنی طبی اور غذائی افادیت بھی رکھتے ہیں۔ ان میں چند مندرجہ ذیل ہیں۔

خرفہ قلفی کا ساگ

یہ سرد خاصیت رکھتا ہے گرمی اور جوش خون کو دور کرتا ہے۔ تلی، جگر اور معدے کی گرمی بھی رفع کرتا ہے۔



کرتا ہے۔ تلی، جگر اور معدے کی گرمی بھی رفع کرتا ہے۔

باتھو کا ساگ

اس کو اکثر سرسوں کے ساتھ ملا کر پکایا جاتا ہے۔ یہ قبض کشا اور پیشاب آور ہوتا ہے۔



خونی بواسیر، پتھری، کھانسی اور سوزاک میں مفید ہے۔ یہ گرمیوں کی سوغات ہے۔ چاہیں تو گوشت کے ساتھ ملا کر پکائیں بے حد مختلف ذائقے کا ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ مولی، چندر، شلجم اور پھول گو بھی کے پتوں کا ساگ بھی پکا کر کھائے جاتے ہیں جو اپنی خاصیت اور افادیت رکھتے ہیں اور کچھ خواتین ان سبزیوں کے ساتھ ان کے پتے بھی پکالتی ہیں جس سے کھانوں کا ذائقہ قطعی متاثر نہیں ہوتا بلکہ لذت کے ساتھ ساتھ غذائیت بھی بڑھ جاتی ہے۔

اس کو اکثر سرسوں کے ساتھ ملا کر پکایا جاتا ہے۔ یہ قبض کشا اور پیشاب آور ہوتا ہے۔ آنکھوں کو طاقت بخشتا ہے۔ گرمی کی وجہ سے بڑھے ہوئے جگر اور تلی میں مفید ہے پیاس کو تسکین دیتا ہے اور پتھری کے لیے مفید ہے۔



مکو کا ساگ

یہ اپنی تاثیر میں سرد،

امریکن مارکیٹ میں

اپنے کاروبار کے فروغ کیلئے

ایک بہترین ذریعہ

ہفت روزہ

نیوز پاکستان

امریکہ کا سب سے زیادہ پڑھا جانے والا اردو اخبار

Weekly

NEWS PAKISTAN

Contact:

Ph: 718-558-6080 Fax: 718-558-6079

Email: newspakistan@aol.com

248-04 Hookcreek Blvd, Rosedale, New York-11422 USA

ٹماٹر

خون کے انجماد میں مفید ہے۔ اس کا جوس آنتوں کی سوزش کے لیے اچھا ہے۔ ڈاکٹرز اسے ذیابیطس ٹائپ 2 کے مریضوں کو استعمال کرنے کا مشورہ دیتے ہیں۔ یہ بلڈ پریشر کا توازن برقرار رکھنے میں معاونت کرتا ہے۔ کو لیسٹرول لیول کو کم کرتا ہے۔ ٹماٹر

پھل کا پھل سبزی کی سبزی

سرخ رنگ کے چمکتے ٹماٹروں کو دیکھ کر وثوق سے یہ نہیں کہا جاسکتا کہ یہ پھل ہیں یا سبزی....؟ شاید یہ من چلے کا سودا ہیں، جی لپٹائے تو پھل سمجھ کر کھالیں اور چاہیں تو اسے کھانوں کو ذائقے دار بنانے کے لیے استعمال کر لیں، مزے دار چٹنیاں،

میرے اور کیچپ بنالیں۔ سلاطین کی صورت میں اسے کھانے والے افراد کی بھی کمی نہیں۔ سوال یہ ہے کہ اس میں ایسا کیا خاص ہے جو اسے کثرت سے استعمال کیا جاتا ہے....؟ یہ اپنی طبی خاصیتوں کی وجہ سے بے حد مقبول ہے۔ ٹماٹر میں بہت سی کم سیچوریشنڈ فیٹ، سوڈیم اور کو لیسٹرول شامل ہوتا ہے۔ یہ غذائی ریشوں، وٹامن اے، سی، کے، ای، پوٹاشیم، میگنیشیم، تھیمین، نیاسن، وٹامن B6، فولیٹ، میگنیشیم، فاسفورس اور کاپر سے بھرا ہوتا ہے۔ اس میں موجود غذائی اجزاء وزن کم کرنے کے لیے بہترین تصور کیے جاتے ہیں۔ یہ کم کیلوریز پر مشتمل ہے، اس لیے اسے اپنی غذا میں شامل کر کے جسم کو سڈول بنانے کا خواب پورا کیا جاسکتا ہے۔ اس کے علاوہ یہ تولیدی صحت کو برقرار رکھنے کی خاصیت رکھتا ہے۔ یہ کیفر کے خطرات سے بچاتا ہے۔ بیماریوں کے خلاف مزاحمت کرنے والا اینٹی آکسیڈینٹ ہے۔ یہ آسٹیوپوروسس، دل کے امراض، شریانوں کی تنگی اور

حسن و صحت

اس کا رس آپ کی جلد کو گورا کرتا ہے۔ چہرے پر قدرتی سرخی ظاہر ہونے لگتی ہے۔ جلد کے کھلے ہوئے مسام بند کر دیتا ہے۔ چہرے پر دھوپ کی تیش کے باعث سامنے آنے والے مسائل میں فائدہ دیتا ہے۔ یہ جلد کے لیے بہترین کلیئر اور خون صاف کرنے کی بے مثال خاصیت بھی رکھتا ہے۔

کیلوریز

درمیانے سائز کے ٹماٹر سے بائیس اور بڑے سے چھتیس کیلوریز حاصل کی جاسکتی ہیں۔ اس کے ٹکڑوں



اور کاپر سے بھرا ہوتا ہے۔ اس میں موجود غذائی اجزاء وزن کم کرنے کے لیے بہترین تصور کیے جاتے ہیں۔ یہ کم کیلوریز پر مشتمل ہے، اس لیے اسے اپنی غذا میں شامل کر کے جسم کو سڈول بنانے کا خواب پورا کیا جاسکتا ہے۔ اس کے علاوہ یہ تولیدی صحت کو برقرار رکھنے کی خاصیت رکھتا ہے۔ یہ کیفر کے خطرات سے بچاتا ہے۔ بیماریوں کے خلاف مزاحمت کرنے والا اینٹی آکسیڈینٹ ہے۔ یہ آسٹیوپوروسس، دل کے امراض، شریانوں کی تنگی اور

درمیانے سائز کے ٹماٹر سے بائیس اور بڑے سے چھتیس کیلوریز حاصل کی جاسکتی ہیں۔ اس کے ٹکڑوں

فروری ۲۰۱۴ء

اسپرے کا استعمال کیا جاتا ہے۔

اگر آپ ٹماٹر اگانے جا رہے ہیں تو خیال رہے کہ کیڑے مکوڑے ان پودوں سے متاثر ہوتے ہیں اور وہ پودے اور اس میں لگنے والے پھل کو خراب کر سکتے ہیں، اس لیے فرسری سے معلوم کر لیں کہ پودے کو کیڑے لگنے سے کس طرح بچایا جائے۔...؟ کیمیکل اسپرے مناسب ہے یا نہیں، کیونکہ یہ کھانے میں استعمال کیا جائے گا۔

بونے کا آسان طریقہ

ٹماٹر کے بیج نکال کر خشک کر لیجیے۔ بونے جانے والے بیجوں کی پڑیا بہت سی مارکیٹ سے مل جائے گی۔ لیکن اس سے صحت مند بیج طلب کریں۔ بیج بونے تو خیال رہے کہ مونے بیج زمین میں زیادہ دب جائیں تب بھی کوٹلیس پھوٹ نکلتی ہیں کیونکہ وہ طاقتور ہوتے ہیں مگر چھوٹے بیج زمین میں ایک انچ بویں۔ انہیں شاور سے پانی دینا زیادہ بہتر طریقہ ہے۔ اگر آپ پائپ سے پانی دیں گے تو اس کے پریشر سے مٹی اور کھاد بیج کے اوپر سے ہٹ جائے گی اور نتیجتاً بیج نہیں اگے گا۔ اس کے بیج کی کھال بڑی نازک ہوتی ہے اور پانی لگ جائے تو کھال گل جاتی ہے، اس لیے پانی دینے میں احتیاط برتنی چاہیے۔ بیج بونے جانے والی زمین اگر بہت خشک ہے تو روزانہ پانی دینا ہو گا۔ اگر زمین قدرے نرم رہتی ہے تو ایک دن چھوڑ کر بھی پانی دیا جاسکتا ہے۔ ٹماٹر بونے کے چھ دن بعد اس کی ننھی مٹی کو ٹیلیس آپ کا خیر مقدم کریں گی۔ اس پودے میں ایک سے ڈیڑھ مہینے کے اندر اندر ٹماٹر آنے لگیں گے، صحت بخش اور تازہ ٹماٹر ایسی چیز ہیں جو ہمارے گھروں میں شوق سے کھائے جانے والے ہر کھانے کی ضرورت ہیں۔

سے بھر ایک کپ ستائیس کیلوریز فراہم کرتا ہے۔ ایک کپ جو س پینے سے اکتالیس کیلوریز ملتی ہیں، جبکہ ایک چائے کا چمچ ٹماٹو کیچپ آپ کو پندرہ کیلوریز مہیا کرتا ہے۔ اگر آپ اپنے گھر میں ٹماٹر کی کاشت کرنا چاہتی ہیں تو کچھ باتیں ذہن میں رکھیں۔

اسے سایہ دار جگہ پر نہ لگائیں

ٹماٹر کا پودا اگاتے وقت ایسی جگہ کا انتخاب نہ کیجیے، جہاں سورج کی روشنی نہ پڑتی ہو کیونکہ یہ ایسا پودا ہے جو سورج کی روشنی میں نشوونما پاتا ہے۔ اگر آپ نے ایسا نہ کیا تو اس کی بڑھوتری رک جائے گی یا یہ مرجھا جائے گا۔ تجربہ کار مائی بتاتے ہیں کہ اس پودے کو تقریباً سات گھنٹے کی دھوپ درکار ہوتی ہے۔ پھل تیار کرنے والے پودوں کو توانائی کی ضرورت زیادہ ہوتی ہے، جو یہ سورج کی روشنی سے حاصل کرتے ہیں۔

غذا کی زیادتی

بعض افراد غذا کی زیادتی کے باعث اس کی نشوونما روک دیتے ہیں۔ اگر آپ اسے پھلتا پھولتا دیکھنا چاہتے ہیں تو ایسے Fertilizer کا انتخاب کریں جو نائٹروجن سے بھرپور ہو۔ اس کی بدولت پتے Bloom کریں گے۔

پانی توازن کے ساتھ دیجیے

پودوں کو نشوونما پانے اور پھل دینے کے لیے کیلشیم کی ضرورت ہوتی ہے خاص کر ٹماٹر کے پودے کو۔ جب پودے کے چاروں اطراف کی مٹی خشک ہو جاتی ہے تو ایسی صورت میں مٹی میں کیلشیم کی مقدار محدود ہو جاتی ہے۔ یوں غذا پودے کی جڑوں کو نہیں ملتی اور پودا خشک ہونے لگتا ہے۔ اس لیے اسے پانی دینا ضروری ہوتا ہے۔ لیکن اسے ہمیشہ مناسب مقدار میں پانی دیجیے۔

وبائی حشرات پر قابو پائیں

عام طور پر کیڑے مکوڑے مارنے کے لیے کیمیکل

حضرت محمد عظیم بر خیا

نرماتے ہیں کہ:

”شک — شیطان کا سب سے بڑا

تہتیار ہے جس کے ذریعے آدم زاد کو

اپنی روح سے دور کر دیتا ہے۔“

مراقبہ ہال سانگھڑ

نگراں مراقبہ ہال: شوکت علی

مکان نمبر 51/262، نزد نورانی مسجد، سانگھڑ

پوسٹ کوڈ 68100 فون: 0235-541150

رسول اللہ ﷺ

کا ارشاد ہے:

ملزم کو چھوڑ دینے میں غلطی کر جانا اس سے
بہتر ہے کہ وہ سزا دینے میں کسی بے گناہ کو
نشانہ بنا ڈالے۔ (ترمذی)

مراقبہ ہال سیالکوٹ (برائے خواتین)

نگر ۱: طاہرہ شمیم

محله محمد پورہ، شہباز کالونی، نزد آغا خاں قبرستان،

سیالکوٹ پوسٹ کوڈ 51310

فون: 0322-7414780

دستِ نبیل

فلک ناز



لذیذ اور غذائیت سے بھرپور نئی دستور کی سیر کیئیں
آپ کے دستِ نبیل کی رونق میں اضافہ کر دیں گی۔

ملائی کوفتہ

اشیاء: آلو 250 گرام، مٹر 250 گرام، گاجر 250 گرام، بند گو بھی
آدھی پیالی، ہری مرچیں (چوپ) دو
سے تین عدد، چینی ایک چوتھائی چائے
کا چمچ، پسابو ادھنیا ایک چائے کا چمچ، پسابو
ہوا زیرہ ایک چائے کا چمچ، سرخ
مرچ ایک چائے کا چمچ، لہسن ہونی
الانچی آدھا چائے کا چمچ، نمک
حسب ذائقہ، آئل کوفتے تیلنے
کے لیے۔ نوٹ ”چولہا بند
کر کے کوفتے ڈالیں۔“

ترکیب: آلو، گاجر، مٹر اور

گو بھی کو دھو کر چھیل کر کاٹ لیں،
علیحدہ علیحدہ ابال لیں، گو بھی کو ایک
ابال دے کر چھلنی میں ڈال دیں۔
سبزیاں ٹھنڈی ہو جائیں تو انہیں میٹھ
کر لیں کوفتوں کے تمام اجزا میٹھ
سبزیوں میں ملا کر کوفتے بنالیں۔ کڑاہی
میں کونگ آئل گرم کر کے سبزیوں
کے کوفتے ڈیپ فرائی کر لیں۔ گریوی

کے لیے پیاز، لہسن، ادرک اور خشکاش
کو بلینڈ کریں۔ تین کھانے کے چمچ
کونگ آئل دیکھی میں ڈال کر گرم
کریں اور بلینڈ کیا ہوا مکچر ڈال کر
مسالے سے آئل الگ ہونے تک
بھونیں۔ ٹماٹو پیوری شامل کریں۔



سرخ مرچ، نمک، ادھنیا، گرم مسالہ اور
زیرہ بھی ملائیں۔ گریوی گاڑھی
ہو جائے تو آدھا کپ پانی شامل کر کے
درمیانی آگ پر مسالہ بھونتے جائیں،
مسالہ اچھی طرح بھن جائے تو چیدر چیز
ڈال کر کوفتے بھی ڈال دیں۔ اوپر سے
فریش کریم ڈال دیں۔

گریوی کی اشیاء: پیاز (چوپ) دو

عدد درمیانی، لہسن (چوپ) آدھا
چائے کا چمچ، ادرک (چوپ) آدھا
چائے کا چمچ، ٹماٹو پیوری آدھی پیالی،
نمک حسب ذائقہ، سرخ مرچ ایک
چائے کا چمچ، چیدر چیز (کش کی ہونی)
آدھی پیالی، فریش کریم آدھی پیالی، پسابو
ہوا گرم مسالہ ایک چائے کا چمچ،

پسابو ادھنیا آدھا چائے کا چمچ،
زیرہ بھون کر کوٹ لیں آدھا
چائے کا چمچ، خشکاش دو چائے
کے چمچ۔

کڑاہی قیچہ

اشیاء: قیچہ ایک کلو، ٹماٹو
آدھا کلو، لہسن ایک کھانے کا چمچ،
ادرک ایک کھانے کا چمچ، نمک حسب
ذائقہ، کشی ہوئی سرخ مرچ دو چائے کے
چمچ، کٹا ہوا ادھنیا ایک چائے کا چمچ، مکھن
ایک چوتھائی پیالی، لہسن سیاہ مرچ ایک
چائے کا چمچ، تیل ایک پیالی، ہرا ادھنیا
حسب ذائقہ، ہری مرچ حسب ذائقہ۔
ترکیب: قیچہ دھو کر کڑاہی میں

پکنے کے لیے چوبلے پر رکھ دیں، ڈھکن سے ڈھانپ دیں اور آٹھ بلکی رکھیں۔ جب تمام پانی خشک ہو جائے، تو اس میں تیل ڈال کر پانچ منٹ تک قیمہ بھونیں، اس کے بعد لہسن، اورک، پسا ہوا نمک، مرچ اور کٹا دھنیا ڈال کر دس منٹ کر مزید بھونیں، اس دوران آٹھ بلکی رکھیں۔ ٹماٹر کے چھوٹے ٹکڑے کاٹ کر قیمہ میں ڈالیں، پتیلی کا ڈھکنا بند کر دیں اور بلکی آٹھ پر دس سے پندرہ منٹ کے لیے پکنے دیں۔ ٹماٹر جب گلے ہوئے نظر آئیں، تو پانی کو تھوڑا خشک کر لیں۔ قیمہ نہ پتلا ہو، نہ بالکل سوکھا ہوا ہو تو چوبلے کی آٹھ سے پتیلی ہٹالیں۔ ہر ادھنیا اور ہری مرچ کاٹ کر ڈال دیں، مکھن کے ٹکڑے کر کے دو بھی اس میں شامل کر دیں اور ڈھکن ڈھانپ دیں۔ دس منٹ بعد لذیذ کڑا سی قیمہ تیار ہوگا۔

چائیز پسندے

اشیاء: پسندے آدھا کلو، لہسن و اورک کا پیسٹ ایک چائے کا چمچ، سرکہ ایک کھانے کا چمچ، سویا سوس ایک چائے کا چمچ، اجمینو موتو آدھا چائے کا چمچ، سرخ مرچ پاؤڈر ڈیڑھ چائے کا چمچ، انڈا ایک عدد، ڈبل روٹی کا چورا ایک پیالی، نمک حسب ذائقہ، آلو کے چپس ایک پیالی، گھی فراٹی کرنے کے لیے۔
ترکیب: پسندوں کو دھو کر اس پر سرخ مرچ، لہسن و اورک، سرکہ، سویا

سوس، اجمینو موتو اور نمک سے تیار کردہ آمیزہ ملا کر لگا دیں اور آدھے گھنٹے کے لیے رکھ دیں۔ کسی کھلے منہ کی دیکھی میں پسندے ڈال کر بلکی آٹھ پر پکنے کے لیے رکھ دیں جو اپنے ہی پانی میں گل جائیں گے، ضرورت ہو تو تھوڑا سا پانی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ خشک ہو جانے پر انہیں آٹھ سے اتار کر کھلی پلیٹ میں پھیلا کر ٹھنڈے کر لیں۔ ٹھنڈے ہونے پر انہیں پھینٹے ہوئے انڈے میں ڈبو کر ڈبل روٹی کے چورے میں لپٹنے کے بعد ایک ایک کر کے فرانگ چین میں گرم کیے ہوئے گھی میں تل لیں۔ دونوں اطراف سے بازاری ہونے پر نکال کر کاغذ پر پھیلائیں تاکہ اضافی چکنائی جذب ہو جائے۔ تمام پسندے تل جائیں تو کسی ڈش میں نکال کر آلو کے چپس کے ساتھ پیش کریں۔

عربین اسموک سیخ کباب

اشیاء: گائے کا قیمہ آدھا کلو، پیاز (باریک کٹی ہوئی) دو عدد، ڈبل روٹی کے سلائس دو عدد، (پانی میں تھوڑی دیر بھگوئے ہوئے) اورک و لہسن کا پیسٹ دو چائے کے چمچ، ہری مرچ (کٹی ہوئی) ایک کھانے کا چمچ، پسلی ہوئی لال مرچ ایک کھانے کا چمچ، بلدی پاؤڈر آدھا چائے کا چمچ، ہر ادھنیا (باریک کٹا ہوا) ایک کپ، انڈا ایک عدد، سلا

کے پتے چار عدد، ہری مرچیں چار عدد، نمک حسب ذائقہ، کوکنگ آئل چوتھائی کپ۔

سوس کے لیے اشیاء: مایونیز ایک کپ، ٹماٹو کیچپ ایک کپ، سویا سوس پاؤ کپ، کالی مرچ پاؤڈر آدھا چائے کا چمچ۔

دھواں دینے کے لیے: کوکنگ آئل تین کھانے کے چمچ، کوئلے کا ٹکڑا ایک عدد، ڈبل روٹی کا سلائس ایک عدد۔

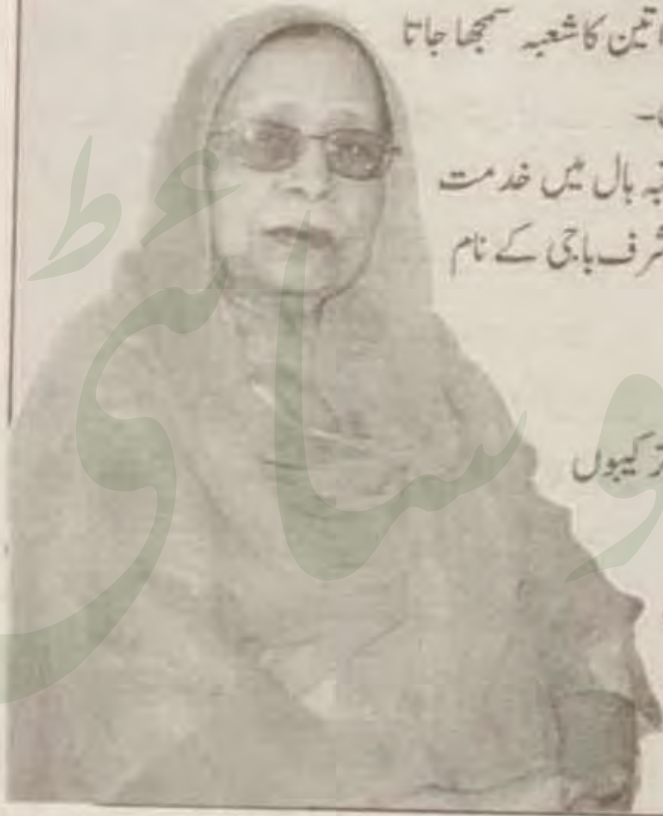
ترکیب: قیمے میں تمام اجزاء (آئل کے علاوہ) ملا کر ڈیڑھ گھنٹے کے لیے چھوڑ دیں اور پھر لمبے لمبے سچ کبابوں کی شکل میں بنا کر آئل میں بلکی آٹھ پر تیس سے پچیس منٹ تک فراٹی کر لیں تاکہ منبری ہو جائیں۔ پکانے کے بعد انہیں چوبلے سے اتار لیں اور ڈبل روٹی کے سلائس پر گرم کونڈہ رکھ کر کوکنگ آئل کے چھینٹے ڈال کر ڈھکن اچھی طرح بند کریں۔ دس سے پندرہ منٹ اسی طرح رہنے دیں۔ سوس کے سارے اجزاء آپس میں یکجان کر لیں۔ اب اوون کی ڈش میں سلاڈ کے پتے بچھا کر ان پر کبابوں کو ترتیب سے رکھ دیں پھر سوس پھیلا دیں اور پہلے سے گرم اوون میں دس منٹ گرم کر لیں۔ پیش کرنے سے پہلے ہری مرچ اور ٹماٹر سے گارنش کر لیں۔



اشرف باجی کے ٹوٹکے



صحت کی حفاظت اور زیر استعمال اشیاء کی افادیت میں اضافے کے لیے مختلف ٹوٹکوں کا استعمال دنیا بھر میں عام ہے۔ مختلف ٹوٹکوں سے مرد بھی فائدہ اٹھاتے ہیں اور خواتین بھی.... تاہم امور خانہ داری میں ٹوٹکوں کی ضرورت زیادہ پڑتی ہے۔ خانہ داری چونکہ خواتین کا شعبہ سمجھا جاتا ہے اس لیے ٹوٹکوں کا استعمال بھی خواتین زیادہ کرتی ہیں۔



محترمہ اشرف سلطانیہ برہنہ برہنہ سے مرکزی مراقبہ ہال میں خدمت خلق کے پروگرام سے وابستہ ہیں۔ خاص و عام میں اشرف باجی کے نام سے معروف ہیں۔ آپ ایک کولیفائیڈ طبیبہ بھی ہیں۔

روحانی ڈائجسٹ کے قارئین کے لیے اشرف باجی کے ٹوٹکے کے زیر عنوان گھریلو ترکیبوں پر مشتمل ایک نیا سلسلہ شروع کیا جا رہا ہے۔

اگر آپ بھی اپنی آزمودہ کوئی ترکیب قارئین کو بتانا چاہیں تو روحانی ڈائجسٹ کی معرفت اشرف باجی کو لکھ بھیجئے۔

آٹے کو کیزا نہیں لگتا۔

آلو جلدی گلانا

آلو اگر جلدی گلانا ہو تو ابالتے وقت چٹکی بھر ہلدی ڈال دیں آلو جلدی گل جائے گا۔

پھولی ہونئی پوریاں

پوری بناتے وقت اگر میدے میں چٹکی بھر چینی ڈال دیں تو پوریاں پھولی ہوئی اور نرم بنیں گی۔

جوؤں سے نجات

جوئیں ختم کرنے کے لیے عرق گلاب میں شہد ملا کر لگانے سے جوئیں مر جاتی ہیں اور ساتھ ہی بال نرم و

گھر میں چیونٹیاں

اگر گھر میں بہت چیونٹیاں ہو گئیں ہوں تو تھوڑے سے آٹے میں چینی ملا کر سائڈوں پر ڈال دیں اس طرح چیونٹیاں چلی جائیں گی۔

اخروٹ کی ثابت گری

اخروٹ کی گری کو ثابت نکالنے کے لیے اخروٹ کو پندرہ منٹ گرم پانی میں ڈال دیں، اب نکال کر توڑ دیں تو اخروٹ کی ثابت گری نکلے گی۔

کیڑا نہ لگنا

اگر آٹے میں دو تین تیز پات ڈال دیے جائیں تو

ملائم اور چمکدار ہو جاتے ہیں۔

پلاسٹک کے برتن

صاف کرنے کے لیے

پانی گرم کریں اس میں تھوڑا سا نمک اور کپڑے دھونے والا سوڈا ڈال دیں برتن اس پانی میں بھگو کر صاف کر لیں۔ نائکون کے برش پر برتن دھونے کا پاؤڈر لگا کر رگڑیں۔ بعد میں صابن لگا کر دھوئیں۔ برتن، نوکریاں صاف ہوں گی۔ بعد میں کپڑے سے خوب پونچھ کر رکھیں۔

پیالیوں کے داغ دور کرنے کے لیے

نمک اور سوڈا ملا کر کپڑے سے پیالیوں پر لگا دیں۔ ذرا سا پانی ملائیں تاکہ پیالیوں پر اچھی طرح لگ سکے۔ نائکون کے برش پر برتن دھونے کا صابن لگا کر خوب رگڑیں داغ دھبے دور ہو جائیں گے۔

گھلی کاٹن صاف کرنے کے لیے

ٹن میں پانی تھوڑا سا گرم کریں برش اور صابن کی مدد سے دھوئیں۔ پھر کپڑے دھونے والا سوڈا، دو بڑے چمچ ٹن میں ڈالیں تھوڑا سا پانی ڈال کر گرم کریں برش کی مدد سے صاف کریں پانی سے دھو کر اخبار کے کاغذ سے اچھی طرح صاف کر لیں۔

مکھلیوں سے نجات

اگر گھر میں بہت زیادہ مکھیاں آنے لگیں تو استعمال شدہ چائے کی پتی خشک کر کے اس کی دھونی کمرے میں دیں اور دروازہ بند رکھیں اور پھر تھوڑی دیر بعد دروازہ کھول دیں۔ چند منٹوں میں مکھیاں کمرے سے باہر بھاگ جائیں گی۔

لیدر کے سوٹ کیس کی صفائی

سب سے پہلے نرم برش کی مدد سے گرد و غبار

صاف کر لیجیے۔ پھر سوتی کپڑے سے پونچھ لیں اور آخر میں نمده کا ایک ٹکڑا لے کر اس پر ہلکا سا لیموں کا رس چھڑک کر سوٹ کیس پر اچھی طرح پھیر دیں۔ آپ کا سوٹ کیس بالکل چمکدار ہو جائے گا۔

چاولوں میں کیڑا لگنا

خشک ہلدی کے ٹکڑے اور لاہوری نمک کی ڈلیوں کو ملل میں باندھ کر پوٹلی بنالیں، اب اسے چاولوں میں رکھ دیں، اگر چاول زیادہ مقدار میں ہیں تو حسب ضرورت دو یا تین پوٹلیاں بھی بنائی جاسکتی ہیں۔

کافی میکر کی صفائی

ڈیڑھ پیالی سفید سرکہ پانی میں ملا کر اسے کافی میکر میں ڈال دیں اور چلا دیں۔ کچھ دیر بعد اس آمیزے کو پھینک دیں اور سادہ پانی ڈال کر دوبارہ چلائیں۔ اسی طرح ایک مرتبہ پھر سادہ پانی ڈال کر چلائیں اور پانی پھینک دیں۔ چند مرتبہ اس عمل کو دہرانے سے آپ کا کافی میکر صاف بھی ہو جائے گا اور کافی بھی خوش ذائقہ بنے گی۔

کھڑکی کے شیشوں کی صفائی

سفید سرکہ اور پانی برابر مقدار میں لے کر موٹے کپڑے یا اسفنج کی مدد سے شیشے پر اچھی طرح لگا دیں، چند منٹ کے بعد سوتی کپڑے کو پانی میں بھگو کر اچھی طرح نچوڑنے کے بعد اسی کپڑے کی مدد سے اچھی طرح پونچھ کر صاف کر لیں۔

اب اس کپڑے کو سادہ پانی سے اچھی طرح دھو کر دوبارہ صاف کریں۔ دو تین مرتبہ میں شیشے بالکل شفاف ہو جائے گا۔





گھر کا معالج

جب ہم کسی مرض میں مبتلا ہو جاتے ہیں تو اس کے لیے کئی ادویات اور کسی اینٹی بائیوٹک کا بھی بے دریغ استعمال کرتے ہیں۔ اگر تھوڑی سی احتیاط سے کام لیا جائے تو بہت سے امراض سے محفوظ رہا جاسکتا ہے، بیمار ہونے کی صورت میں کئی عام امراض کا آسان علاج ہمارے کچن میں بھی موجود ہے۔ کچن ہمارا شفا خانہ بھی ہے۔ یہاں ہم ایسے چند طبی مسائل کا ذکر کریں گے جن کا حل آپ کے کچن میں بھی موجود ہے۔

گلے کی عام بیماریوں میں گلا بیٹھ جانا، آواز بند ہو جانا ہے۔
زور زور سے بولنا، زیادہ کھانسی، گلے میں زخم ہونا، گلے میں سوجن آ جانا ایسی وجوہات ہیں جو آواز کے بند ہونے یا گلا بیٹھنے کا باعث بنتی ہیں۔ اگر گلا زیادہ بیٹھا رہے یا آواز زیادہ دن بند رہے تو اس کا علاج بہت زیادہ احتیاط سے کرنا چاہیے۔ عدم توجہی سے کئی اور بیماریاں بھی پیدا ہو سکتی ہیں۔
گلے کی ایک اور بیماری گلے کے غدود (ٹانسلز) کی سوجن و سوزش ہے۔ حلق کے پچھلے حصے میں منہ

گلا یا حلق انسانی جسم کا بہت ہی حساس حصہ ہے۔
یہ کھانے اور سانس لینے کی نالیوں کے اوپری حصے پر واقع ہے۔ گلے، ناک اور کان کی نالیوں کا آپس میں گہرا تعلق ہے کیونکہ اندر ہی اندر یہ تمام نالیاں ایک دوسرے سے ملتی ہوئی ہیں۔
موسم کی تبدیلی، گرد و غبار اور کھانے پینے کی غلط چیزوں سے گلا بڑی جلدی متاثر ہوتا ہے۔ ناک میں خرابی کی وجہ سے بھی گلے کی بیماریاں پیدا ہوتی ہیں۔ اس طرح گلے کی خرابی سے ناک اور کان متاثر ہوتے ہیں۔

کے دونوں اطراف دو چھوٹے چھوٹے غدود ہوتے ہیں جنہیں ”ٹانسلز“ کہتے ہیں۔ ان میں سے لیس دار مادہ خارج ہوتا رہتا ہے۔ ان غدود میں انفیکشن یا چھوٹ پہنچ جائے تو یہ سوج جاتے ہیں۔ منہ کھول کر دیکھنے سے یہ سوجے ہوئے اور سرخ دکھائی دیتے ہیں۔ کبھی کبھی ان میں پیپ پڑ جاتی ہے۔ مریض کو کھانے پینے اور تھوک نگلنے میں تکلیف ہوتی ہے۔ چھوٹ کا اثر زیادہ ہو تو بخار بھی ہو جاتا ہے۔ باہر سے ہاتھ لگانے سے غدود پھولے ہوئے محسوس ہوتے ہیں، جن کو دبانے سے درد ہوتا ہے۔

عام طور پر نزلہ، زکام، انفلوئنزا اور بخار کے بعد ٹانسلز پھول جاتے ہیں۔

اکثر مریض اس کے ساتھ خشک کھانسی میں بھی مبتلا ہو جاتے ہیں۔

گلے کے بعض امراض کے لیے چند مفید مشورے دیے جا رہے ہیں۔

..... اگر گلا سردی یا کھٹی چیزیں استعمال کرنے سے بیٹھ گیا ہو تو ہر آدھے گھنٹے بعد آدھا چمچ اورک کا رس پیتے رہنے سے بیٹھا ہو اگلا ٹھیک ہو جاتا ہے۔

..... تازہ یا گرم پانی میں لیموں نیچوڑ کر تھوڑا سا نمک ملا لیں۔ صبح سویرے اور رات کو سونے سے پہلے غرارے کرنا مفید ہے۔ اس سے گلے کی سوجن، گلے کی سرخی اور بیٹھا ہوا اگلا ٹھیک ہو جاتا ہے۔

..... گلے میں ورم ہو تو انگور کا رس نکال کر اس کے غرارے کریں دو تین مرتبہ دن میں اس طرح کرنے سے ورم دور ہو جاتا ہے۔

..... جامن کے درخت کی باریک باریک کوٹلیں لیں۔ انہیں پانی میں ڈال کر خوب جوش دیں، پانی

آدھا رہ جانے پر اتار لیں۔ اس پانی سے حلق کے غرارے کرنے سے سوزش اور درد میں تسکین ملتی ہے۔

..... شلغم لے کر پانی میں ابالیں۔ چھان کر پانی میں چینی ملا کر پینے سے بھی گلے کو بہت فائدہ ہوتا ہے۔

..... صبح سویرے بارہ عدد ”جو“ چبا کر نگل لیں، آواز صاف ہو جاتی ہے۔

..... ہر تین گھنٹے بعد خشک ثابت دھنیا چبا کر رس چوستے رہیں۔ یہ ہر قسم کے گلے کے درد میں مفید ہے۔

..... 250 گرام پالک کے پتے دو گلاس پانی میں ابال کر چھان لیں۔ اس گرم گرم پانی سے غرارے کرنے سے گلے کا درد دور ہو جاتا ہے۔

..... گلے کی سوزش کے لیے گرم دودھ میں تھوڑا سا شہد ملا کر پیئیں۔

..... مولیٰ کا رس اور پانی برابر مقدار میں ملا کر اور نمک ڈال کر غرارے کرنے سے گلے کے زخم ٹھیک ہو جاتے ہیں۔

..... شہوت بکثرت استعمال کرنے سے گلے کبھی خراب نہیں ہوتے اور ٹانسلز کی تکالیف سے بھی حفاظت رہتی ہے۔ ان کی آواز بھی عام لوگوں سے بہتر اور گونج دار ہوتی ہے۔ آپ بھی قدرت کے اس اصول تحفے سے فائدہ اٹھائیں۔

..... آدھا گلاس پانی میں ایک چمچ شہد ملا کر نیم گرم سے غرارے کرنے سے گلے کی سوزش دور ہو جاتی ہے۔



حدیثِ قدسی ہے:

اللہ تعالیٰ فرماتا ہے ”اے آدم کے بیٹے خرچ کر، کہ میں بھی تیرے اوپر خرچ کروں“....
پھر حضور نبی کریم ﷺ نے فرمایا کہ ”اللہ کا ہاتھ بھرا ہوا ہے رات دن کے خرچ کرنے سے کچھ کم نہیں ہوتا“۔

(مسلم شریف)

مراقبہ بال لاڑکانہ

نگراں: نظام الدین چٹہ

پبلشنگ سر مست ہاؤسنگ کالونی۔ اقرا اسکول روڈ

لاڑکانہ۔ پوسٹ کوڈ 77150

فون: 0344-3862772

جناب الشیخ خواجہ
شمس الدین عظیمی نے فرمایا:

”کائنات ایک علم ہے۔ ایسا علم جس کی
بنیاد اور حقیقت سے اللہ نے نوعِ انسانی کو
واقف کر دیا ہے۔“

مراقبہ ہال حیدرآباد، لطیف آباد (برائے خواتین)

نگر P: فیروزہ ندیم

C/48 کلیم پیلس، بلاک E، لطیف آباد 8،

حیدرآباد۔ پوسٹ کوڈ 71800

فون: 0313-3320095



غیر معیاری غذا.... مہلک ثابت ہو سکتی ہے

اگر احتیاط سے کام نہ لیا جائے تو پھر غذا زہر میں بدل سکتی ہے

منتقل ہو جاتے ہیں اور اس جگہ پر تقریباً ایک ہفتے تک ان کا اثر رہتا ہے۔

غذا کے آلودہ ہونے کے اور بھی بہت سے طریقے ہیں۔ مثلاً بھنا ہوا گوشت اسی پلیٹ میں رکھ دیا گیا جس میں کچا گوشت رکھا گیا تھا۔ اسی طرح گوشت کاٹنے کے لیے جو چھری یا چاقو استعمال کیا گیا تھا اسی سے سبزی کاٹی گئی۔ بظاہر یہ عمل معمولی دکھائی دیتا ہے لیکن اسی طرح ایک جگہ سے بیکٹریا دوسری جگہ منتقل ہو جاتے ہیں۔ اس سے تحفظ کا ایک ہی طریقہ ہے کہ اپنے ہاتھ، پلٹیں، چھری اور دیگر سامان اچھی طرح صابن سے دھونا چاہیے۔

سالمونیلہ بیکٹریا اکثر انڈوں میں پائے جاتے ہیں۔ ابلے ہوئے سخت انڈے، نرم انڈوں کے مقابلے میں زیادہ محفوظ ہوتے ہیں۔ خصوصاً شیر خوار بچوں کے لیے۔ تیلے ہوئے اور

خاگینہ بنے ہوئے انڈے کی سفیدی اور زردی بھی پکی ہوئی ہونی چاہیے ورنہ ہو سکتا ہے کہ ایک صحت بخش غذا آپ کے لیے بیماری کا



غذا جسے ہم اپنی سلامتی جاں اور تندرستی کے لیے کھاتے ہیں کبھی کبھی جان لیوا بھی ثابت ہوتی ہے۔ ایک اندازے کے مطابق پاکستان میں ہر سال تقریباً ایک لاکھ افراد غذا سے پیدا ہونے والے امراض کی زد میں آ جاتے ہیں جو جان لیوا ثابت ہوتے ہیں۔ اس کی وجہ غذائی نامیے (جرٹوے) ہیں۔ اگر ہمارے جسم کا دفاعی نظام طاقت ور نہ ہو تو ہو سکتا ہے کہ ہم ایک ہی وقت ناقص کھانا کھانے پر نامعلوم کتنے ہی امراض کا شکار ہو جائیں۔ بچن میں حفظانِ صحت کے اصولوں کا پاس رکھتے ہوئے بہت سے امراض سے خود کو محفوظ رکھا جاسکتا ہے۔

غذا سے پیدا ہونے والے امراض کا اصل سبب غذا تیار کرنے والوں کا اپنے ہاتھ اچھی طرح نہ دھونا بھی ہوتا ہے۔ مثال کے طور پر شیر خوار بچے کی ماں نے پکانے کے لیے رکھے گوشت کو پکڑا پھر انہی ہاتھوں سے بچے کی فیڈر تیار کرنے لگی اس طرح گوشت کے بیکٹریا فیڈر میں سرایت کر گئے۔ ہاتھوں پر لگے

بیکٹریا دروازے،

میز اور کرسی کو

پکڑنے پر ان

جگہوں پر



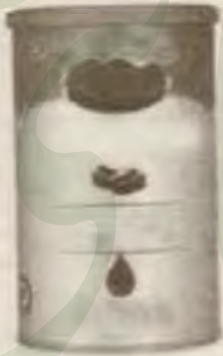
فروری ۲۰۱۴ء



غذائیں جنہیں حد سے زیادہ استعمال نہ کیجئے: انسان عموماً ذائقے کے باعث کوئی غذا پسند کرتا ہے، لیکن ہم اس حقیقت سے بے خبر ہیں کہ بعض غذاؤں کا زیادہ استعمال مختلف وجوہات کی بنا پر مضر صحت ہے۔ ذیل میں ہم ایسی ہی غذاؤں کا تذکرہ کر رہے ہیں:

ڈائٹ سوڈا: ڈائٹ سوڈا سمیت تمام بوتلیں، گولیاں، ٹافیاں، چیونگم اور دیگر بہت سی بازاری میٹھی اشیاء مصنوعی میٹھاس (Artificial sweeteners) رکھتی ہیں۔ مصنوعی میٹھاس کی مختلف اقسام ہیں مثلاً سیرائیوز، اسپارٹیم، نیوٹیم وغیرہ۔ یہ سبھی اقسام دراصل کیمیائی مادے ہیں۔ کئی تجربات اور تحقیقات سے انکشاف ہوا ہے کہ یہ کیمیکل انسانی صحت کے لیے خطرناک ہیں۔

ڈبا بند غذائیں: کئی ادارے مختلف غذائیں ٹن کے ڈبوں میں فروخت کرتے ہیں۔ انھیں مختلف کیمیائی مراحل سے گزارا جاتا ہے تاکہ وہ طویل عرصہ تک خراب نہ ہوں۔ مسئلہ یہ ہے کہ ان ڈبوں کے استر کی رال (Resin linings) میں ایک مصنوعی ایسٹروجن کیمیائی مادہ، بیسفنول-اے (Bisphenol-A) شامل ہوتا ہے جو انسان کو مختلف امراض میں مبتلا کرتا ہے۔ ان میں تولیدی بیماریوں سے لے کر امراض قلب، ذیابیطس اور موٹاپا قابل ذکر ہیں۔ یہ مادہ خصوصاً مردوں میں نامردی پیدا کرتا ہے۔ اس لیے ڈاکٹروں کا کہنا ہے کہ گلاس کی بوتلوں یا گتے کے ڈبوں میں بند غذائیں تو پھر بھی ٹھیک ہیں، ٹن کے ڈبے میں بند غذا سے پرہیز کریں تو بہتر ہے۔



گندہ کا آنا: شاید آپ نہ جانتے ہوں، ایک سو سال پہلے کی گندم موجودہ دور کی گندم سے بہت مختلف تھی۔ وجہ یہ ہے کہ 1950ء کے بعد ماہرین نے گندم کے بیجوں میں کئی جینیاتی تبدیلیاں کر ڈالیں تاکہ زیادہ

کسی پرندے کو پکانا ہو تو اسے عین پکاتے وقت مرچ مسالے لگا کر تیار کیجیے اور اس بات کا اطمینان کر لیجیے کہ پرندے کے گوشت کے اندر آگ کا درجہ حرارت 165 ڈگری تک ہو۔ گائے کا گوشت بھی احتیاط کے ساتھ پکائیے۔ بہتر ہے کہ گوشت کی چھوٹی چھوٹی بوٹیاں بنالیں لیکن اگر بڑے بڑے ٹکڑوں میں گوشت کو بھونا یا تھلا جائے تو اس بات کا خیال رکھنا ضروری ہے کہ اندر تک حرارت پہنچ کر گوشت پک جائے۔ ران کو بالخصوص چاروں طرف گھما کر آگ پر سینکا جائے اس لیے کہ ہو سکتا ہے کہ اس میں بیکٹیریا ہوں۔ چنانچہ گائے اور بکرے کی ران کو تمام

ذریعہ بن جائے۔ واضح رہے کہ صرف گندے انڈے ہی مضر ہو سکتے ہیں۔ ایک تازہ اور اچھا انڈا بھی مضر صحت ہو سکتا ہے۔

مرغیوں اور دیگر جانوروں کو جب ذبح کیا جاتا ہے، ان کا گوشت بنایا جاتا ہے یا اس گوشت کو ڈبوں میں بند کیا جاتا ہے تو اس تمام عمل کے دوران بھی اس بات کا خدشہ رہتا ہے کہ ان جانوروں کا گوشت بیکٹیریا کی زد میں آجائے گا چنانچہ گوشت میں موجود بیکٹیریا سے یقینی تحفظ کے لیے اسے کم از کم 325 ڈگری سے کم درجہ حرارت پر مت پکائیے۔

سے زیادہ گندم اگائی جاسکے۔ ان تبدیلیوں نے فصل تو بڑھادی لیکن گندم میں موجود غذائیت کا قدرتی توازن ختم کر ڈالا۔

یہی وجہ ہے کہ اب ڈاکٹر کہتے ہیں کہ گندم کا آٹا کئی بیماریاں جنم دینے کا سبب بن چکا ہے۔

ان میں نظام ہضم کے امراض مثلاً شکمی عارضہ (Celiac) اور سوزش آنت،

تیزابی جذر (Acid Reflux)، موٹاپا، دمہ اور جلد کی بیماریاں شامل ہیں۔ لہذا

اگر خدا نخواستہ آپ ان میں سے کسی بیماری میں مبتلا ہیں تو چند ہفتے گندم کے

آٹے سے پرہیز کیجیے۔ اگر اتفاقہ محسوس کریں تو سمجھ جائیے کہ جینیاتی طور

پر تبدیل شدہ آٹا ہی بیماری کا باعث تھا۔

مکئی: پچھلے دس پندرہ برسوں کے دوران امریکا سمیت کئی ممالک میں یہ عجوبہ دیکھنے کو ملا کہ شہد کی مکھیاں کم ہو گئیں۔

تحقیق تشویش میں مبتلا ہو کر یہ جاننے کی کوشش کرنے لگے کہ وجوہات کیا ہیں۔ دوران تحقیق انکشاف ہوا کہ مکئی کی فصل بھی

مکھیاں ختم کر رہی ہے۔ دراصل گندم کی طرح مکئی کے بیجوں میں بھی وسیع پیمانے پر جینیاتی تبدیلیاں لائی جا چکی ہیں۔ مدعا

یہ ہے کہ پودے میں کیڑے مارنے والی صلاحیتیں پیدا ہو جائیں۔ بعض اقسام

کے بیجوں میں ایسی جینیاتی تبدیلیاں لائی گئیں کہ وہ کیڑے مار ادویہ کے بھاری

اسپرے میں بھی پھل پھول سکیں۔ مسئلہ یہ ہے کہ کیڑے مار ادویہ کے

کیمیائی مادے عموماً مکئی کا حصہ بن جاتے ہیں۔ یہی مادے پھر مکھیوں ہی کو نہیں

مارتے بلکہ انسان بھی آلودہ مکئی کھا کر بیمار ہو جاتے ہیں۔ لہذا مکئی وہی بہتر ہے

جو کیڑے مار ادویہ سے پاک کھیت میں کاشت کی جائے۔

جاتے ہی انہیں ریفریجریٹر میں رکھ دیجیے۔

کھانوں کو ریفریجریٹر سے نکالنے سے کھانے کی

میز تک لے جانے میں تمام مراحل میں یکساں احتیاط

برتیے۔ غذا کو پکانے سے دو گھنٹے پہلے یا پکانے کے ایک

گھنٹے بعد بھی کھلی ہوئی حالت میں مت رکھیے۔

عموماً یہ صورتحال شادی بیاہ یا دیگر تقریبات میں

دیکھنے میں آتی ہے۔ ایک بار کھانا تیار کر لیا جاتا ہے اور

جب کھانے کا وقت ہوتا ہے تو کھانے کو ہلکی آنچ دے

کر گرم کر لیا جاتا ہے۔ یہ صورت حال سخت جان

بیکٹریا کے نمو پانے کے لیے نہایت موزوں ہوتی

ہے۔ یہ بیکٹریا ایک ایسا زہر کھانے میں پیدا کر دیتے

اطراف سے 160 ڈگری پر پکانا چاہیے۔

اس بات کا اطمینان کر لینا ضروری ہے کہ گرم

چیزیں گرم اور ٹھنڈی اشیاء ٹھنڈی ہیں۔ اپنے

ریفریجریٹر کا درجہ حرارت 40 ڈگری یا اس سے کم

رکھیے اور گرم اشیاء کو کم سے کم 140 ڈگری کی

حرارت پر رکھیے۔

حیوانی غذاؤں مثلاً گوشت یا انڈوں سے بنی

اشیاء یا سبزیوں سے تیار کردہ پکوان اگر ریفریجریٹر میں

محفوظ نہ ہوں تو انہیں کبھی خریدنا نہیں چاہیے۔ ایسی

اشیاء جن کو ریفریجریٹر میں محفوظ کیا گیا ہو خریداری

کے دوران سب سے آخر میں خریدیے اور گھر لے

کر لینے چاہئیں جبکہ اچھی طرح ابلے ہوئے انڈے ایک ہفتے کے اندر استعمال کر لینا ضروری ہیں۔

ڈبا بند غذاؤں میں زہریلے اثرات پیدا ہونے کا خطرہ ہوتا ہے۔ اگرچہ عام غذاؤں کے مقابلے میں یہ زہر شاذ و نادر ہی غذا میں پیدا ہوتا ہے لیکن کھانوں میں موجود عام زہریلے اثرات کے مقابلے میں کہیں زیادہ مہلک ہوتا ہے۔ چنانچہ ڈبا بند غذاؤں کے بارے میں یہ احتیاط کر لیجیے کہ وہ جراثیم سے پاک بھی ہیں یا نہیں۔

اگر غذا کے ڈبے پر کسی جگہ گڑھا وغیرہ پڑا ہوا ہے تو اس بات کا امکان ہے کہ اس ڈبے میں جراثیم سرایت کر گئے ہیں اور اندر ہی اندر اپنا کام دکھا رہے ہیں۔



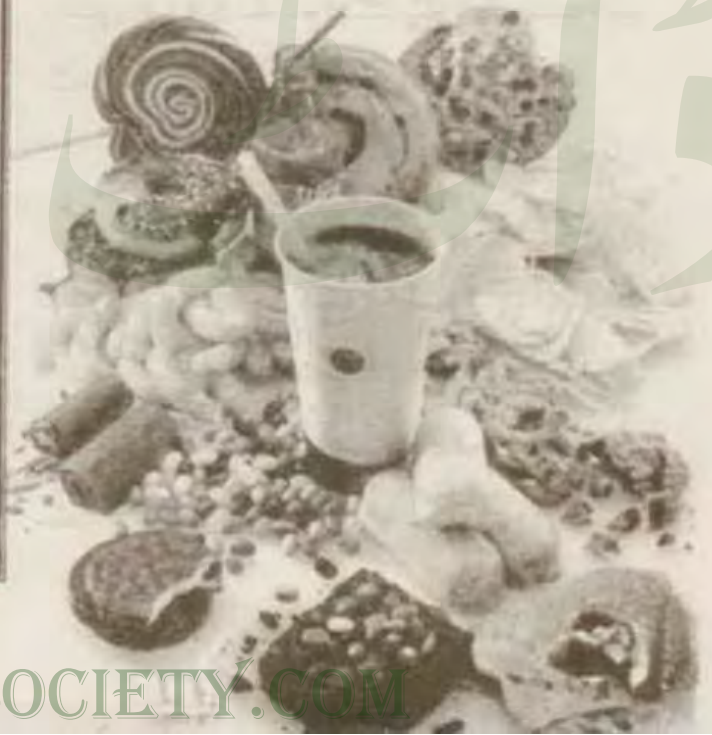
عظیمی کی ہوم ڈیلیوری اسکیم

عظیمی کی مصنوعات مثلاً وزن کم کرنے کے لیے مہزلین ہر بل ٹیمبلیٹ، سن ریز ہر بل شیمپو، شہد، بالوں کے لیے ہر بل آئل، رنگ گورا کرنے والی ہر بل کریم شین سم اور دیگر مصنوعات کراچی میں ہوم ڈیلیوری اسکیم کے تحت گھر بیٹھے حاصل کی جاسکتی ہیں۔
مطلوبہ اشیاء منگوانے کے لیے اس نمبر پر رابطہ کیجیے:

021-36604127

ہیں جو کھانے کو دوبارہ گرم کرنے پر ختم نہیں ہوتا اور اس سے اسہال، متلی اور قے کی شکایت ہو سکتی ہے۔
بچی ہوئی غذا جس قدر جلد ممکن ہو فریزر میں محفوظ کر دیجیے۔ یاد رکھیے! ایک بار اگر جراثیم بخنی، تلے یا بجھنے ہوئے گوشت وغیرہ میں داخل ہو جائیں تو اگلے نصف گھنٹے میں ان کی تعداد دو گنی ہو جاتی ہے۔

آج کل کئی گھروں میں ہو رہا ہے کہ ایک ہی روز میں کئی طرح کی ڈشز تیار کر لی جاتی ہیں اور انہیں کئی کئی روز تک رکھ کر استعمال کیا جاتا ہے۔ ایسا صرف وقت کی بچت کے لیے کیا جاتا ہے لیکن اس کا نتیجہ کتنا بھیانک ہے اس پر غور نہیں کیا جاتا۔ کھانا پکا کر رکھ دینا میکسٹریا کو دعوت دینے کے مترادف ہے۔ اس لیے بہتر ہے کہ تازہ بہ تازہ غذا استعمال کرنے کی کوشش کی جائے حتیٰ کہ اگر ریفریجریٹر کا بھی استعمال ہو تو بغیر پکا مرغی کا تازہ گوشت، گائے، بکرے کی ران دو دن سے زیادہ نہیں رکھنا چاہیے۔ البتہ تمام قسم کا پکا ہوا گوشت تین سے پانچ روز تک رکھا جاسکتا ہے۔ کچے انڈے بھی ریفریجریٹر میں رکھنے چاہئیں اور خریداری کے تین سے پانچ ہفتوں کے اندر استعمال



جسم کے عجائبات

انسانی جسم بظاہر ایک سادہ سی چیز ہے مگر اس کے اندر ایک کائنات چھپی ہوئی ہے۔ یوں تو پورا جسم ایک قدرتی نظام کا پابند ہے مگر ہر عضو کا ایک اپنا باقاعدہ واضح نظام بھی ہے۔ ہر نظام ایک نہایت ہی حیرت انگیز طریقے سے ایک دوسرے کے ساتھ مربوط ہے۔

”جسم کے عجائبات“ کے عنوان سے محمد علی سید صاحب کی تحقیقی کتاب سے انسانی جسم کے اعضاء کی کہانی ان کی اپنی زبانی قارئین کی دلچسپی کے لیے ہر ماہ شائع کی جارہی ہے۔

محمد علی سید



میرا دشمنوں کے بیچوں بیچ مسزے سے زندگی گزارنا تو ایک محاورہ بن گیا ہے! میں بستیاں ایسے دشمنوں کے درمیان رہتی ہوں جو واقعی بڑے خطرناک ہیں۔ دنیا کی بہت کم چیزیں ان سے بچ سکی ہیں۔ میں پوری زندگی انہی کے درمیان میں رہتی ہوں اور مسزے سے رہتی ہوں۔ اس کے لیے مجھے ہر وقت محتاط، ہوشیار اور ان کے ”علاقے“ سے دور رہنا پڑتا ہے۔

(گزشتہ سے پیوستہ)

جسم کی ترجمان زبان

میں آپ کی غذا کو چبانے میں مدد فراہم کرتی ہوں۔ جو نوالہ آپ کھاتے ہیں اسے میں ہی دانتوں تک پہنچاتی ہوں تاکہ اسے بالکل باریک پیسا جاسکے اور

معدہ اس غذا کو بہ آسانی ہضم کر سکے۔ اگر میں نہ ہوتی تو دانت اکیلے غذا کے تمام ٹکڑوں کو نہیں سمیٹ سکتے تھے پھر جو ٹکڑے دانتوں میں پھنس جاتے ہیں انہیں بھی ڈھونڈ ڈھونڈ کر نکالنا



زبان کی کہانی، خود اس کی زبانی میری لمبائی چار انچ اور وزن دو اونس کے قریب ہے۔ میں عام طور پر نظر نہیں آتی لیکن آپ کے لیے بے شمار خدمات انجام دیتی ہوں۔

کرنے کے لیے مجھے سخت محنت کرنا پڑتی ہے۔ دو ڈھائی سال کی محنت کے بعد میں اس قابل ہوتی ہوں کہ ایک چھوٹا سا با معنی جملہ ادا کر سکوں۔ لیکن اس کے بعد میرے سیکھنے کی رفتار اور صلاحیت بہت تیزی کے ساتھ بڑھتی رہتی ہے۔ پھر میں ایک ماہر بازی گر کی طرح بے شمار زاویوں اور لاتعداد طریقوں سے حرکت کر سکتی ہوں۔

لاتعداد زاویوں میں میری بے شمار حرکات کا کسی حد تک اندازہ آپ صرف جملہ ادا کر کے لگا سکتے ہیں۔ بولتے وقت آپ اگر مجھے آئینے میں دیکھتے رہیں تو میرے دائیں بائیں آگے پیچھے اوپر نیچے تیزی سے سکڑنے، پھیلنے اور مڑنے کو دیکھ کر آپ ششدر رہ جائیں گے۔

میرا دشمنوں کے بیچوں بیچ مزے سے زندگی گزارنا تو ایک محاورہ بن گیا ہے! میں بتیس ایسے دشمنوں کے درمیان رہتی ہوں جو واقعی بڑے خطرناک ہیں۔ دنیا کی بہت کم چیزیں ان سے بچ سکی ہیں۔ میں پوری زندگی انہی کے درمیان میں رہتی ہوں اور مزے سے رہتی ہوں۔ اس کے لیے مجھے ہر وقت محتاط، ہوشیار اور ان کے ”علاقے“ سے دور رہنا پڑتا ہے۔

میں بنیادی طور پر میوکس میمبرین Mucous Membrane (ایک خاص قسم کی اندرونی کھال جو منہ، زبان، ناک اور غذا کی نالی پر ہوتی ہے) کا ایک ٹکڑا ہوں جس کے اندر پٹھوں اور نازک اعصاب کا پیچیدہ نظام کام کرتا ہے۔ میری اوپری سطح چھوٹے چھوٹے ابھاروں کی وجہ سے ایک مخصوص انداز سے کھردری ہے۔ اس ناہمواری ہی کی وجہ سے میں غذا کو

میری ہی ذمہ داری ہے۔ غذا کا نازک ساریشہ بھی اگر دانتوں کے درمیان رہ جائے تو میں بے چین رہتی ہوں اور بار بار اسے وہاں سے نکالنے کی کوشش کرتی رہتی ہوں جب تک اسے باہر نہ نکال دوں مجھے چین نہیں آتا۔ آپ کے منہ کے اندر صفائی کا نظام میری ہی وجہ سے کام کرتا ہے۔

میری سب سے اہم ذمہ داری غذا کو نگلنے میں مدد فراہم کرنا ہے۔

جب آپ کی غذا دانتوں اور واڑھوں کے گرینڈرز کے ذریعے غذا کی نالی میں جانے کے قابل ہو جاتی ہے تو میرا کلا حصہ اس نوالے کو اٹھا کر اسے آپ کے تالو کی طرف دباتا ہے۔ پھر میرا پچھلا حصہ اس نوالے کو غذا کی نالی (Esophagus) کی جانب دھکیلتا ہے۔

بظاہر تو یہ ایک عام سی بات ہے۔ آپ دن میں کئی مرتبہ کچھ نہ کچھ نگلتے ہی رہتے ہیں لیکن یہ سادہ عمل کئی اعضاء، اعصاب، پٹھوں اور غدودوں کے ذریعے مکمل ہوتا ہے۔

ہر نوالہ جو آپ نگلتے ہیں اس کے پیچھے ایک پیچیدہ اور پراسرار نظام کام کر رہا ہوتا ہے لیکن آپ ان عظیم الشان انتظامات سے بے خبر رہتے ہیں جو قدرت آپ کو زندہ رکھنے کے لیے کرتی ہے۔ نگلنے کا یہ عمل انسانی زندگی کے لیے اس قدر اہم ہے کہ قدرت انسان کو یہ کام ہاں کے پیٹ ہی میں سکھا دیتی ہے۔ کیا آپ کے لیے یہ ممکن ہے کہ آپ کسی نوزائیدہ بچے کو دودھ نگلنا سکھا سکیں!

بولنا یا گفتگو کرنا، میرا ایک اور حیرت ناک کارنامہ ہے۔ اس حیرت ناک صلاحیت کو حاصل

خیال تھا کہ میں نمک کا ذائقہ، اپنی نوک کے ذریعے، مٹھاس درمیانی حصے کے ذریعے کڑوا پچھلے حصے کی مدد سے اور کھٹا ذائقہ دائیں بائیں حصوں کے ذریعے شناخت کرتی ہوں۔

ان کے خیال میں تین بنیادی رنگوں سرخ، نیلے اور زرد کی طرح ممکن، میٹھا، کڑوا اور کھٹا یہ چار بنیادی ذائقے ہیں جن سے مختلف لاکھوں کروڑوں ذائقے کو وجود میں آتے ہیں۔

لیکن دراصل یہ سائنسدان غلطی پر تھے۔

حقیقت یہ ہے کہ ذائقوں کو محسوس کرنے والے یہ ابھار صرف مجھ ہی تک محدود نہیں ہیں۔ یہ



میرا نچلے حصہ ایک جھلی (Frenulum) کے ذریعے منہ کے نچلے حصے سے جڑا ہوا ہے۔ یہ جھلی جسے اردو میں تانتوا کہا جاتا ہے اگر معمول سے ذرا سی بھی چھوٹی ہو تو انسان کی گفتگو بے معنی آوازوں کا مجموعہ

آسانی کے ساتھ حلق تک پہنچانے میں کامیاب ہوتی ہوں۔
ذائقے کو محسوس کرنے والے مخصوص ابھار بھی انہی ابھاروں میں موجود ہوتے ہیں۔ جن میں ذائقے کو محسوس کرنے والے خلیے ہوتے ہیں۔ آپ جو بھی ذائقہ محسوس کرتے ہیں دراصل انہیں خلیوں کے ذریعے سے محسوس کرتے ہیں۔

بن جائے۔ آج کے دور میں اس خرابی کا علاج سرجری کے ذریعے ممکن ہے۔

میرے ذائقے محسوس کرنے والے ننھے ننھے ابھاروں کو اگر مائیکرو اسکوپ سے دیکھا جائے تو یہ گلاب کے شگوفوں کی طرح دکھائی دیتے ہیں۔ یہ لاتعداد ذائقوں کو دراصل ایک کیمیائی عمل کے ذریعے شناخت کرتے ہیں۔ یہ حساس ابھار میری اوپری سطح ہی نہیں میرے نچلے حصے میں بھی پائے جاتے ہیں۔

ابھی چند سال پہلے تک سائنسدانوں کا خیال تھا کہ انہوں نے میرے تمام حساس ابھاروں اور ان کی کارکردگی کو مکمل طور پر شناخت کر لیا ہے۔ مثلاً ان کا

سارے منہ میں پھیلے ہوئے ہیں۔ جہاں تالو کا نرم اور سخت حصہ ایک دوسرے سے ملتا ہے۔ مصنوعی بتیسی استعمال کرنے والے بزرگ حضرات کو تجربہ ہو گا کہ انہیں لیموں کی کھٹاس اور کافی کی کڑواہٹ میں مزہ نہیں آتا۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ ان ذائقوں کو محسوس کرنے والا احساس علاقہ مصنوعی بتیسی کی وجہ سے بند ہو جاتا ہے۔

نمک اور مٹھاس کو محسوس کرنے والے زیادہ ابھار مجھ پر ہوتے ہیں اور تھوڑے سے ابھار دوسرے مقامات، خاص طور پر حلق کے اوپری حصے میں بھی پائے جاتے ہیں۔ (جاری ہے)



موٹاپے سے نجات قدرتی اجزاء کے ساتھ



وزن کم کرنے میں مفید و موثر جڑی بوٹیوں سے تیار کردہ



عظیمی کی مہزلیں



قیمت = /Rs.165

FOR MORE INFORMATION: Please Call: 021-36604127, 0334-0313853 f Azeemi laboratories www.azeemilaboratories.com

کراچی اور حیدرآباد میں عطیمی کی ہر بل ٹیلیٹ اپنے مستریبی اسٹورے طلب مندرمائیں۔
کراچی میں ہوم ڈیلیوری اسکیم کے تحت گھر بیٹھے منگوانے کے لیے

اس نمبر پر رابطہ کیجیے: 021-36604127

آپ کی صحت سے متعلق طبی مشورے

جاتے ہیں۔ جب یہ نظام متاثر ہوتا ہے تو دماغ کی طرف خون کا بہاؤ متاثر ہو کر درد پیدا کرتا ہے۔

اس درد کی شدت روزمرہ کے معمولات پر اثر انداز ہوتی ہے۔ درد شقیقہ پر ہونے والی تحقیقات سے یہ بات سامنے آئی ہے کہ ذہنی کھنچاؤ پیدا کرنے والے حالات کے علاوہ کچھ غذائیں بھی اس

حکیم عادل اسمعیل

کا سبب بنتی ہیں۔ یہ غذائیں کون سی ہیں اس حوالے سے کوئی یقینی بات کہنا ممکن نہیں ہے۔ ہم تھوڑی سی کوشش سے اپنی غذاؤں کا اندازہ لگا سکتے ہیں۔ جو ہمارے لیے تکلیف کا باعث بن رہی ہوں۔ اس کے لیے ایک کام یہ کریں کہ درد شقیقہ کے دورے سے کم از کم چوبیس سے چھتیس گھنٹے پہلے کی کھائی گئی غذا نوٹ کریں۔ ان میں سے جس غذا پر شک ہو اسے چھوڑ کر دیکھیں۔ غذائی عادات میں تبدیلی کر کے بہتر نتائج حاصل کر سکتے ہیں۔

علامات

درد شقیقہ شروع ہونے سے پہلے طبیعت ست اور سر گھومتا ہوا معلوم ہوتا ہے۔ آنکھوں کے سامنے چنگاریاں آتی دکھائی دیتی ہیں پھر درد شروع ہو جاتا

درد شقیقہ (میگرین) شدید قسم کا درد ہے جو سر کے ایک حصے میں ہوتا ہے اور سر کو ہلا کر رکھ دیتا ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ اکثر متلی ہونے لگتی ہے، روشنی سے حساسیت بڑھ جاتی ہے، ہاتھ پیر میں سنسنیٹ ہوتی ہے، کسی بات پر توجہ دینا مشکل ہو جاتا ہے اور کبھی کبھار یہ بھی ہوتا ہے کہ

مریض عارضی طور پر مغلوج ہو جاتا ہے یا ہوش و حواس کھو بیٹھتا ہے۔

آدھے سر کا درد شقیقہ، عام درد سے مختلف ہوتا ہے۔ سر درد کی عام وجوہات کیا ہیں....؟

ماہرین کی ایک ریسرچ کے مطابق سر درد کا سبب ذہنی تناؤ، ذہنی بوجھ یا تھکن ہوتی ہے۔ اس کیفیت سے اعصاب میں کھنچاؤ ہوتا ہے یہ اعصابی کھنچاؤ ہمارے سر میں محسوس ہوتا ہے۔ سر درد کے

مقابلے میں درد شقیقہ صرف اعصابی کھنچاؤ کا نتیجہ نہیں ہے۔ یہ جسم کا کیمیائی نظام غیر متوازن ہونے کے باعث جنم لیتا ہے۔ یہ اعصابی نظام ایسے اعصابی خلیوں پر مشتمل ہے جو دماغ تک پیغامات لاتے ہیں اور دماغ سے اعضاء تک پیغامات لے



فروری ۲۰۱۲ء

ہے۔ پہلے کم درد ہوتا ہے اور آہستہ آہستہ بڑھ کر تیز ہوتا جاتا ہے۔ جی متلاتا ہے اور کبھی قے ہوتی ہے۔

مریض جسمانی یا دماغی کام کرنے کے قابل نہیں رہتا۔ آخر میں ایک طرف کی ابرو میں درد ٹھہر جاتا ہے۔ دو تین گھنٹے سے لے کر دو یا تین دن تک تکلیف رہ سکتی ہے۔

پریزیپ

چائے، کافی، ڈیری اور ڈیری سے بنی ہوئی اشیاء، چاکلیٹ، کھٹی اور ترش اشیاء سے پرہیز کریں۔

علاج

صدیوں سے عاقر قرحا (Feverfew) نامی یوٹی جو ایک خوشبودار جھاڑی ہے شقیقہ کے علاج کے لیے استعمال کی جاتی رہی ہے اور سائنسی تحقیق بھی اس کے حق میں ہے کہ اس کے استعمال سے شقیقہ کے حملے کم ہو جاتے ہیں۔ برٹش میڈیکل جرنل، لندن میں ایک تحقیقی رپورٹ شائع ہوئی ہے جس کے مطابق روزانہ اس جھاڑی کی خشک پتیوں کو ایک گرام سفوف کو ایک چمچ شہد میں ملا کر کھالینے سے

شقیقہ کے مسلسل حملوں کی تعداد اور شدت میں کمی آسکتی ہے۔

درد شقیقہ کے لیے یونانی مفردات کا نسخہ تحریر کیا جا رہا ہے۔

اسٹو خودوس تین گرام، سیاہ مرہ سات عدد، دھنیا خشک چار گرام رات کو آدھی پیالی گرم پانی میں بھگو دیں صبح اچھی طرح مل چھان کر پیئیں۔

اسٹو خودوس بارہ گرام، سفوف بارہ گرام، ریوند چینی بارہ گرام، دھنیا خشک بارہ گرام۔ سفوف بنا کر صبح نہار منہ دو گرام سفوف پانی یا چائے سے لے لیں۔

ایک کپ گرم پانی میں گیارہ پتے پودینہ کے ڈال دیں اور کپ کو ڈھانپ کر رکھ دیں جب پانی ٹھنڈا ہو جائے تو پیئیں۔

پودینہ کے تیل کے دو تین قطروں سے کنپٹی پر ہلکے ہاتھ سے مساج کرتے ہوئے اپنے ہاتھوں کو گردن کی پشت تک لے جائیں۔ یہ عمل بھی درد شقیقہ میں مفید ہے۔



کولڈ ڈرنکس کا زیادہ استعمال دماغ کو متاثر کرتا ہے



کولڈ ڈرنکس کا بے تحاشہ استعمال دماغ کو تبدیل کرنے کا سبب بن سکتا ہے۔ یہ اعتیاد آسٹریلیا میں ہونے والی ایک نئی طبی تحقیق میں سامنے آیا ہے۔ سڈنی کی اسکیواٹریونیورسٹی کی تحقیق کے مطابق میٹھے مشروبات کے شائقین دماغ میں پروٹین لیول کو بڑھا کر اس میں تبدیلیاں لاسکتے ہیں۔ تحقیق کے بقول طویل عرصے تک کولڈ ڈرنکس کا استعمال دماغ کے سینکڑوں پروٹینز کو تبدیل کر دیتا ہے۔ خیال رہے ماضی میں یہ بات سامنے آچکی ہے کہ کولڈ ڈرنکس کا زیادہ استعمال دل کے دورے، ذیابیطس، موٹاپے اور کئی طرح کے کینسر کا سبب بھی بن سکتا ہے مگر موجودہ تحقیق میں ساری توجہ دماغ پر ہونے والے اثرات پر مرکوز کی گئی۔

قلندر بابا اولیاءؒ نے فرمایا:

من سے دوستی کا رشتہ مستحکم
کرنے کے بعد ہمارا انہمیں راستہ
دکھاتا ہے۔ یہاں ہمارا نہ کوئی
دشمن ہے اور نہ کوئی دوست
ہے۔ ہم خود ہی اپنے دوست ہیں اور خود
ہی اپنے دشمن ہیں۔

مر اقبہ ہاں جہلم

نگراں: ڈاکٹر تنویر حسین

عظیمیہ ٹاؤن، چوہدری غلام احمد روڈ، کالا گوجراں،

جہلم، پوسٹ کوڈ 49600

فون: 0300-5410740

حَسْبُكَ اللَّهُ

ترجمہ: ”ہمارے لیے اللہ کافی ہے اور وہی بہترین کارساز ہے۔“
(سورہ آل عمران: آیت 173)

مراقبہ ہال ملستان
نگران: کنور محمد طارق عظیمی
947/A، ممتاز آباد بی سی جی چوک، ملتان
پوسٹ کوڈ: 60600
فون نمبر: 061-6525331

کیفیات مراقبہ

ترقی یافتہ ممالک میں مراقبہ کے موضوع پر سائنسی بنیادوں پر تحقیقی کام شب و روز جاری ہے۔ جدید سائنسی آلات سے اخذ کیے جانے والے نتائج سے یہ ثابت ہوا ہے کہ مراقبہ سے انسان کو ہمہ جہت فوائد حاصل ہو سکتے ہیں۔ ان تحقیقی نتائج کے پیش نظر مغرب میں تو مراقبہ کو ایک ٹیکنالوجی کی حیثیت دے دی گئی ہے۔ ان تحقیقات سے یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ مراقبہ سے ہماری عام زندگی پر بھی کئی طرح کے خوشگوار اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ مراقبہ کے ذریعے کئی جسمانی اور نفسیاتی بیماریوں سے نجات مل سکتی ہے، کارکردگی اور یادداشت میں اضافہ ہوتا ہے اور ذہنی صلاحیتوں کو جلا ملتی ہے۔

ماضی میں مشرق کے اہل روحانیت نے ماورائی علوم کے حصول میں مراقبہ کے ذریعے کامیابیاں حاصل کیں۔

ان صفحات پر ہم مراقبہ کے ذریعہ حاصل ہونے والے مفید اثرات مثلاً ذہنی سکون، پرسکون نیند، بیماریوں کے خلاف قوت مدافعت میں اضافہ وغیرہ کے ساتھ روحانی تربیت کے حوالے سے مراقبہ کے فوائد بھی قارئین کی خدمت میں پیش کرتے ہیں۔ اگر آپ نے مراقبہ کے ذریعے اپنی شخصیت اور ذہنی کیفیت میں مثبت تبدیلی محسوس کی ہے تو صفحات کے ایک طرف تحریر کر کے روحانی ڈائجسٹ کے ایڈریس پر اپنے نام اور مکمل پتے کے ساتھ ارسال کر دیجیے۔ آپ کی ارسال کردہ کیفیات اس کالم میں شائع ہو سکتی ہیں۔

کیفیات مراقبہ۔

روحانی ڈائجسٹ 1/7، 1-D، ناظم آباد۔ کراچی 74600



کبھی زندگی کے ان لمحات جب میں نے خود کو اذیت اور جس ذوہ ماحول میں قید کر لیا تھا، لوگوں سے دور ہو کر تنہائی پسند ہو گیا تھا تو بہت عجیب سا محسوس ہوتا تھا۔

میری بڑی الجھنوں میں سے ایک یہ تھی کہ جب بھی کسی محفل میں جاتا تو یوں لگتا کہ جیسے سب کے سب مجھے دیکھ رہے ہوں اور میرے ہر انداز کا مذاق اڑا رہے ہوں۔ جہاں کچھ لوگ بیٹھے ہوئے ہوں تو وہاں سے گزرنا میرے لیے پل صراط پار کرنے کے برابر ہوتا۔ کسی محفل میں مدعو ہونے کے باوجود میں وہاں جانے سے کتراتا۔ یہاں تک کہ مسجد میں بھی چار آدمیوں کو سلام نہیں کر سکتا تھا۔ اس خیال کی وجہ سے لوگوں سے میں نے میل جول چھوڑ دیا تھا۔ اپنے قریبی عزیزوں سے بھی بہت کم ملتا۔ کسی پُر ہجوم جگہ پر جانا میرے لیے ناممکن ہو گیا تھا۔

دوسری الجھن یہ تھی کہ مجھے تاریکی سے بہت خوف آتا تھا، میں بادل کی گرج اور چمک سے سہم جاتا، رات میں کوئی آہٹ سنائی دے جائے تو دل کی دھڑکنیں تیز ہو جاتیں کسی کو لڑتے دیکھوں تو حالت عجیب ہو جاتی۔

گھر میں والدین کے بعد سب سے بڑا ہوں۔ والد صاحب کو مجھ سے بڑی امیدیں وابستہ تھیں۔ لیکن میری کیفیت کی وجہ سے وہ سخت پریشان تھے۔ پڑھائی میں بہت پیچھے رہ گیا تھا۔ والد صاحب نے میرے بارے میں کئی معالجین سے مشورہ کیا۔ کسی نے حافظے کی کمزوری بتائی، کسی نے ذہنی بے سکونی کسی نے اعصابی کمزوری اور کسی نے نفسیاتی علاج کا

مشورہ دیا۔

ایک روز میں نیٹ پر سر فنگ کر رہا تھا۔ اس دوران ورزشوں سے صحت کی بحالی کے بارے میں سائٹ اوپن ہوئی۔ اس سائٹ پر مختلف ورزشوں کی افادیت اور ان کے صحت پر مثبت اثرات کے بارے میں بتایا گیا تھا۔ ان میں ایک مشق یوگا کی بھی تھی، یوگا کی مشقوں کا بنیادی اصول جو میرے سمجھ میں آیا ذہنی سکون اور توجہ تھا۔

ذہنی سکون، توجہ اور ارتکا کے لیے مراقبہ کا تذکرہ کیا گیا تھا۔ مراقبہ کے بارے میں بتایا گیا تھا کہ مراقبہ کو آپ دماغ اور جسم کا رابطہ کہہ سکتے ہیں۔ مراقبہ انسان میں تروتازگی، ہلکا پھلکا پن اور توانائی سے بھرپور ہونے کا احساس پیدا کرتا ہے۔ مراقبہ کا بنیادی اصول یہ ہے کہ پر سکون دماغ، انسان کی جسمانی اور جذباتی صحت کو مکمل طور پر قائم رکھتا ہے۔

ترقی یافتہ ممالک میں بہت سے معالج مریضوں کو مراقبہ کی طرف راغب کرتے ہیں جس سے مریض آسانی سے درد و تکلیف پر قابو پا لیتے ہیں اور زخم مندمل ہونے کی رفتار تیز ہو جاتی ہے۔

تندرستی قائم رکھنے کے لیے اچھے خون کی ضرورت ہوتی ہے جو آکسیجن اور دوسرے اجزائے نمو کو بیمار خلیوں تک پہنچاتا ہے، بیماری، زخم، خوف، پریشانی، ذہنی دباؤ، غصہ وغیرہ میں خون کی نالیاں بند ہو جاتی ہیں اور عضلات میں کھنچاؤ آ جاتا ہے۔ مراقبہ کا عمل درد اور بے چینی کے چکر کو ختم کر دیتا اور مریض آرام محسوس کرتا اور اس کی قوت مدافعت جسم کی مرمت کرنا شروع کر دیتی ہے۔ دوسرے نفسیاتی

رسیا، پکا ہوا آم میرے ہاتھ میں ہے۔ میری انگلیاں اسے چھو رہی ہیں۔ میں نے اسے کاٹا تو اس کی مہک سے میرے منہ میں پانی بھر آیا۔ اسے منہ میں رکھا تو اس کا ذائقہ انتہائی خوش کن تھا۔

ایک روز خود کو ساحل سمندر پر پایا ہلکی ہلکی ٹھنڈی ہوا چل رہی ہے۔ بادلوں نے ہر چیز پر سایہ کیا ہوا ہے۔ کچھ دیر میں بارش برسنے لگتی ہے۔ بارش سے محفوظ رہنے کے لیے میں ایک درخت کے نیچے کھڑا ہو جاتا ہوں۔ درخت پر کئی پرندے بھی بیٹھیں ہیں۔ مراقبہ کی مشقوں سے سب سے بڑا فائدہ یہ ہوا ہے کہ وقت کی قدر و قیمت کا مجھ میں احساس اجاگر ہوا ہے۔ اب کوشش کرتا ہوں کہ ہر کام وقت پر کروں۔ اعتماد میں اضافہ ہوا ہے۔ ذر خوف ذہن سے کافی حد تک دور ہوا ہے۔ پڑھائی میں بھی بہتری آرہی ہے۔ گفتگو میں اعتماد محسوس ہو رہا ہے۔ ذہنی سکون کی وجہ سے یقین کی قوت میں بھی اضافہ ہوا ہے۔



عوارض میں بھی باقاعدگی سے مراقبہ کرنے سے انسان میں ذہنی شعور زیادہ بیدار ہو جاتا ہے اور جسمانی طاقت بھی بڑھتی ہے۔ مراقبہ ارادے اور عمل کو بڑھا دیتا ہے۔

اتنی تفصیل سے مراقبہ کے بارے میں نیٹ پر پڑھا تو امید اجاگر ہوئی کہ شاید میرے مسائل بھی اس سے حل ہو جائیں۔ میں نے مراقبہ کے طریقے کے بارے میں بغور مطالعہ کیا اور ایک روز نماز عشاء کے بعد مراقبہ کا آغاز کر دیا۔

شروع میں تو کئی روز تک مراقبہ کی افادیت ظاہر نہ ہوئی۔ مگر تنہائی پسند ہونے کی وجہ سے ایک یہ ہی علاج بہتر طور پر کر سکتا تھا۔ لہذا مراقبہ جاری رکھا۔

ایک روز مراقبہ میں گلاب کے پھولوں کی خوشبو محسوس ہوئی۔ ایسا لگ رہا تھا کہ فرش پر پھول بکھرے ہوئے ہیں اور میں ان نرم نازک پھولوں پر بیٹھا ہوں۔ ایک روز مراقبہ میں دیکھا کہ میں ایک پُر فضا باغ میں ہوں جس میں رنگارنگ پھول کھلے ہیں ہر طرف خوشبو کی مہک ہے۔ پھولوں کی نرم و نازک شبنم سے بھیگی ہوئی پتیوں پر رنگین تتلیاں پڑ پھیلانے منڈلا رہی ہیں۔

درختوں پر پرندوں کی چہکار کا شور ہے۔ ہر طرف ایک رنگ و بو کا عالم ہے۔ میں ایک پھولوں سے لدے ہوئے درخت کی چھاؤں میں سبز گھاس پر لیٹا ہوا منظر کی دلفریبیوں سے لطف اندوز ہو رہا ہوں سرمئی آسودگی اور خوشی کا احساس میرے رگ و پے میں بسا ہوا ہے۔

ایک روز دوران مراقبہ دیکھا کہ ایک خوشنما،

وَأَعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُوا

سَبِّ مِلِّ كَرِ اللَّهُ كِي رَسِّي كُو مضبوط پکڑ لو اور تفرقہ میں نہ پڑو
(آل عمران)



TOYOTA Hyderabad Motors

A/41 Site Area, Hyderabad.

Phone No: (022) - 3885121-5

قرآنی انسائیکلو پیڈیا



ستر آن پاک - رشد و ہدایت کا ایسا سرچشمہ ہے جو ابد تک ہر دور اور ہر زمانے میں انسان کی رہنمائی کرتا رہے گا۔ یہ ایک مکمل دستور حیات اور ضابطہ زندگی ہے۔ ستر آنی تعلیمات انسان کی انفرادی زندگی کو بھی صراطِ مستقیم دکھاتی ہیں اور معاشرے کو اجتماعی زندگی کے لیے رہنما اصول سے بھی واقف کراتی ہیں۔

بَنَات / اِبْنَةُ عربی زبان میں لفظ ابن کے لغوی معنی بیٹا، لڑکا، ولد، اولاد نرینہ، Son کے ہیں، لفظ بنت بیٹی، لڑکی، Daughter کے ہیں۔ ان کی جمع بنات ہے۔ قرآن مجید میں یہ لفظ بیٹی (ابنت) اور بیٹیاں (بنات) کی صورت میں کل انیس 19 مرتبہ آیا ہے۔

ترجمہ: ”اور ان لوگوں نے جنات کو خدا کا شریک ٹھہرایا حالانکہ ان کو اُنسی نے پیدا کیا اور بے سمجھے اس کے لئے بیٹے اور بیٹیاں (بنات) بنا کھڑی کہیں وہ ان باتوں سے جو اس کے نسبت بیان کرتے ہیں پاک ہے۔ اور (اسکی شان ان سے) بلند ہے۔“ [سورۃ النعام (6): آیت 100]

اسلام کی آمد سے قبل عورت معاشرتی و سماجی عزت و احترام سے محروم تھی۔ اسے تمام برائیوں کا سبب اور قابل نفرت تصور کیا جاتا تھا۔ زمانہ جاہلیت میں ہر قسم کی بڑائی اور فضیلت مردوں کے لئے تھی اس میں عورتوں کا حصہ نہ تھا حتیٰ کہ عام معاملات زندگی میں بھی مرد اچھی چیزیں خود رکھ لیتے اور بے کار چیزیں عورتوں کو دیتے۔ فل عرب کے اس بدترین رویے کو اللہ تعالیٰ نے قرآن میں بیان فرمایا ہے: ترجمہ: ”اور یہ بھی کہتے ہیں کہ جو ان چوپایوں کے پیٹ میں ہے وہ خاص ہم مردوں کے لیے ہے اور عورتوں کو (اس کا کھانا) حرام ہے۔ اور اگر وہ مرا ہوا ہو تو سب (مرد و عورت) اس میں شریک

ہیں۔ عنقریب خدا ان کو ان کی غلط بیانی کی سزا دیگا۔ [سورہ انعام (6): آیت 139]

ترجمہ: ”اور یہ خدا کے لئے ایسی چیزیں تجویز کرتے ہیں جن کو خود ناپسند کرتے ہیں اور زبان سے جھوٹ بکے جاتے ہیں کہ ان کو بھلائی (نجات) ملے گی۔ کچھ شک نہیں کہ ان کیلئے (دوزخ کی) آگ ہے اور یہ (اس میں) سب سے آگے بھیجے جائیں گے۔“ [سورہ نحل (16): آیت 52]

دور جاہلیت میں مشرکین عورت کو کسی رتبے اور مقام کا اہل نہ سمجھتے تھے اس لیے وہ بیٹی کی پیدائش کو اپنے لئے عار جانتے تھے۔ بیٹی کی پیدائش پر ان کا چہرہ مارے غصہ کے سیاہ ہو جاتا ہے، حالانکہ وہ یہ جانتے تھے کہ نظام کائنات کے تحت لڑکی کی پیدائش ضروری ہے اس کے باوجود اس نظام کے خلاف اس حد تک چلے جاتے کہ اپنی بیٹیوں کو زندہ دفن کر دیا کرتے تھے۔ اسلام سے قبل بیٹی انسان ہی نہیں سمجھی جاتی تھی اور آج بھی کئی معاشروں میں بیٹے کی پیدائش پر خوشیوں کے شادیاں بچتے ہیں، مٹھائیاں تقسیم ہوتی ہیں، ہدیہ تبریک پیش کیا جاتا ہے اور بیٹی کی پیدائش پر بس سرد مہری، سکوت اور خاموشی کا مظاہرہ ہوتا ہے۔۔۔ قرآن نے اس بدترین عمل کی سخت مذمت کی ہے۔

ترجمہ: ”اور یہ لوگ خدا کیلئے تو بیٹیاں (الْبَنَاتُ) تجویز کرتے ہیں (اور) وہ ان سے پاک ہے اور اپنے لئے (بیٹے) جو مرغوب (و دل پسند) ہیں۔ حالانکہ جب ان میں سے کسی کو بیٹی (کے پیدا ہونے) کی خبر ملتی ہے تو اس کا منہ (غم کے سبب) کالا پڑ جاتا ہے اور اس کے دل کو دیکھو تو وہ اندوڑناک ہو جاتا ہے اور اس خبر بد سے (جو وہ سنتا ہے) لوگوں سے چھپتا پھرتا ہے (اور سوچتا ہے) کہ آیا ذلت برداشت کر کے لڑکی کو زندہ رہنے دے یا زمین میں گاڑ دے۔ دیکھو یہ جو تجویز کرتے ہیں بہت بری ہے۔ جو لوگ آخرت پر ایمان نہیں رکھتے انہی کے لئے بری باتیں (شایان) ہیں۔ اور خدا کو صفت اعلیٰ (زیب دیتی ہے) اور وہ غالب حکمت والا ہے۔“ [سورہ نحل (16): آیت 57 تا 60]

ترجمہ: ”اور جب زندہ دفن دہی لڑکی سے پوچھا جائے گا کہ وہ کس گناہ پر ماری گئی؟ جب نامہ اعمال کھول دیئے جائیں گے۔۔۔ تب ہر شخص جان لے گا کہ وہ کیا لے کر آیا ہے۔“ [سورہ تکویر (81): آیت 10 تا 14]

مرد اور عورت خلقت کے لحاظ سے مساوی اور برابر ہیں، دونوں کی خلقت مٹی سے ہوئی، نطفہ سے پیدائش کے بعد تمام مراحل میں ایک جیسے ہیں۔ اسلام نے خواہ مرد سے مرد کا مقابلہ ہو یا عورت کا عورت سے تقابل ہو، یا مرد اور عورت کا آپس میں تقاخر ہو، ان سب میں برتری کا معیار صرف تقویٰ کے احساس کو قرار دیا ہے:

ترجمہ: ”لوگو! ہم نے تم کو ایک مرد اور ایک عورت سے پیدا کیا اور تمہاری قومیں اور قبیلے بنائے تاکہ ایک دوسرے کو شناخت کرو اور خدا کے نزدیک تم میں زیادہ عزت والا وہ ہے جو زیادہ پرہیزگار ہے۔“ [سورہ حجرات (49): آیت 13]

مرد اور عورت خلقت کے لحاظ سے مساوی اور برابر ہیں، دونوں کی خلقت مٹی سے ہوئی، نطفہ سے پیدائش کے بعد تمام مراحل میں ایک جیسے ہیں۔ اسلام نے خواہ مرد سے مرد کا مقابلہ ہو یا عورت کا عورت سے تقابل ہو، یا مرد اور عورت کا آپس میں تقاخر ہو، ان سب میں برتری کا معیار صرف تقویٰ کے احساس کو قرار دیا ہے:



روحانی سوال و جواب

ان صفحات پر روحانی سائنس سے متعلق آپ کے سوالوں کے جوابات محقق نظریہ رنگ و نور شیخ خواجہ شمس الدین عظیمی پش کرتے ہیں۔ اپنے سوالات ایک سطر چھوڑ کر صفحے کے ایک جانب خوشخط تحریر کر کے درج ذیل پتے پر ارسال فرمائیں۔
برائے مہربانی جوابی لفافہ ارسال نہ کریں کیونکہ روحانی سوالات کے براہ راست جوابات نہیں دیے جاتے۔ سوال کے ساتھ اپنا نام اور مکمل پتہ ضرور تحریر کریں۔

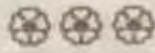
روحانی سوال و جواب - D, 1/7-1، ناظم آباد - کراچی 74600

سوال: میں نے پڑھا ہے کہ آدمی مراقبہ کے ذریعہ زمان و مکان کی پابندیوں سے آزاد ہو جاتا ہے۔ سوال یہ ہے کہ جب زمان و مکان نہیں رہیں گے تو محسوسات کی دنیا بھی نہیں رہے گی۔ اور جب محسوسات کی دنیا ہی نہیں رہے گی تو آدمی کا زمان و مکان کی پابندیوں سے آزاد ہونا یا نہ ہونا دونوں زیر بحث نہیں آتے....؟

(سعید حسن - کراچی)

جواب: یہ صحیح ہے کہ اگر زمان و مکان ناپید ہو جائیں تو کسی وجود کا تذکرہ ممکن نہیں ہے.... حقیقت یہ ہے کہ جس حالت یا کیفیت کو بیان کرنا مقصود ہوتا ہے اس کے لیے قریب تر اور مناسب ترین الفاظ استعمال کیے جاتے ہیں۔ زمان و مکان کی آزادی کیا ہے، اس کو سمجھنے کے لیے ہم ایک مثال کا سہارا لیتے ہیں، مثلاً بھوک کا تقاضہ ایک اطلاع ہے اور اس تقاضے کی تکمیل کیسے کی جائے یا کون سا کھانا کھایا جائے، یہ اطلاع میں معنی پہناتے کا عمل ہے۔ انسان کا ذہن یا دماغ بہ یک وقت دو طرزوں میں کام کرتا ہے۔ ایک طرز یہ ہے کہ انسان خود کو پابند محسوس کرتا ہے اور دوسری طرز یہ ہے کہ انسان خود کو پابند محسوس نہیں کرتا۔ طرز نمبر ایک میں دماغ ایسے معنی پہناتا ہے جس میں زمانی اور مکانی فاصلے زیر بحث آتے ہیں، طرز نمبر 2 میں دماغ زمانی فاصلوں کو گھٹا کر اتنا کر دیتا ہے کہ ہم اس کو وقت یا مکانیت میں بیان نہیں کر سکتے۔ مثلاً جب دماغ بھوک کی اطلاع کو معنی پہناتے گا تو ہمیں متواتر اور مسلسل کئی حد بندیوں سے گزرنا پڑتا ہے۔ پہلے ہم زمین کو ہموار کریں گے پھر بل چلائیں گے، گیہوں بوئیں گے، پانی دیں گے، اس کی حفاظت کریں گے اور گیہوں جب تیار ہو جائے تو کاٹ کر بالیوں کو الگ کر کے گیہوں کو علیحدہ کریں گے اور چکی میں پیس کر آنا گوندھیں

گے۔ آنا گوندھنے کے بعد بھی توے اور چولہے کے عمل سے گزر کر روٹی کھائیں گے۔ ہم خواب دیکھتے ہیں اور خواب میں روٹی کھاتے ہیں۔ خواب میں روٹی کھانے کا عمل بیداری میں روٹی کھانے کے عمل سے مختلف ہے۔ ہم دیکھتے ہیں کہ خواب میں ہمیں بھوک لگی اور روٹی سامنے آگئی۔ یہی صورتحال جنت کی زندگی میں بھی ہے۔ جیسے ہی دماغ میں یہ اطلاع آئی کہ کچھ کھانا چاہیے فوراً ہی وہ چیز سامنے موجود ہو جاتی ہے۔ بیداری کے اعمال کی طرح روٹی کھانے کے لیے گئیوں بونا، کاٹنا، پینا وغیرہ کچھ نہیں ہوتا۔ روحانی استاد کی زیر نگرانی مراقبے کے ذریعے آدمی جب اس صلاحیت کا استعمال سیکھ جاتا ہے، جس صلاحیت میں حد بندیاں نہیں ہیں تو زمان و مکان کی پابندیوں سے گزرے بغیر ہر وہ کام ہو جاتا ہے جس کا وہ ارادہ کرتا ہے.... اولیاء اللہ کے کتنے ہی واقعات اس کے شاہد ہیں۔



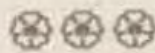
سوال: آپ نے لکھا ہے کہ پتھر انسانی زندگی پر اثر انداز ہوتے ہیں اور رنگوں سے انسانی مزاج اور فطرت کی نشاندہی ہوتی ہے۔ ہمیں کیسے معلوم ہوا کہ ہمارے لیے کون سا رنگ اور کون سا پتھر مفید یا مضر ہے....؟

(عائشہ خان۔ لاہور)

جواب: مظاہر قدرت پر نظر ڈالیے بہت سے پودے پھول اور پھل نظر آئیں گے۔ آپ دیکھیں گے کہ درختوں کے سب کے سب پتے سبز ہوتے ہیں۔ لیکن غور سے دیکھنے پر معلوم ہوتا ہے کہ ان میں کچھ نہ کچھ فرق ضرور ہوتا ہے۔ اس طرح پھولوں میں بھی ہوتا ہے۔ بظاہر ایک ہی رنگ جسے آپ سرخ کہتے ہیں، سبز کہتے ہیں یا کسی اور رنگ کا نام دیتے ہیں، نظر آتا ہے لیکن بغور دیکھنے پر معلوم ہوتا ہے کہ ہر رنگ کی الگ الگ بہت سی قسمیں ہیں۔ قدرت کی طرف سے رنگ کا جو قانون ہماری زمین پر جاری و ساری ہے، اس کا اس بات سے پتہ چلتا ہے جو رنگ انسان کے ظاہری روپ پر، چہرے پر اثر ڈالتا ہے۔ وہ شخصیت پر بھی گہرا اثر رکھتا ہے۔ ظاہر ہے کہ انسان کی شخصیت رنگوں کے اجزاء کا مجموعہ ہوتی ہے۔ رنگ خواہ شیشے کا ہو یا جوہرات کا ہو یا لباس کا ہو، شخصیت کی تعمیر یا تخریب میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ یہ بات صرف رنگوں کی فطرت جاننے والے ہی سمجھتے ہیں کہ کس شخص کے لیے کون سا رنگ تعمیری ہے اور کون سا تخریبی۔ رنگین لہریں ایک چھوٹے سے ٹکینے سے مسلسل خارج ہوتی رہتی ہیں اور انسان کے جسم میں دور کرتی رہتی ہیں۔

روحانی علم کا باب ”انسان کی زندگی پر رنگوں کا اثر“ ہمیں بتاتا ہے کہ انسان کے اندر ہمہ وقت بے شمار رنگوں کی لہریں دورتی رہتی ہیں۔

ان بے شمار لہروں میں سے تقریباً ساٹھ رنگ سائنس نے دریافت کر لیے ہیں۔ روحانی انسان اس بات کو جانتا اور سمجھتا ہے کہ رنگین لہروں کی کمی بیشی سے فہم و فراست، صحت اور بیماری کا براہ راست تعلق ہے۔ اگر رنگوں میں اعتدال باقی نہ رہے تو آدمی بیمار ہو جاتا ہے اور اس کے فیصلے صحیح نہیں ہوتے۔ کوئی نگینہ یا پتھر مخصوص رنگ کی کمی کو دور کر کے رنگوں کو اعتدال میں لے آتا ہے۔



انسان جو کچھ سیکھنا سمجھنا

چاہ رہا ہے اور جو چیزیں

دریافت کر رہا

ہے.... اس کا سبب

یہ ہے کہ انسان کو

اللہ تعالیٰ نے علم الاسماء

عطا فرمایا ہے۔ یہ ترقی اور

یہ دریافتیں ام الکتاب

کے تحت ہیں۔ ایک بات

اور ذہن میں ہمیشہ رہنی

چاہیے کہ انسان نے کچھ

بھی ایجاد نہیں کیا اور نہ ہی

انسان ایجاد کر سکتا ہے۔

انسان نے خواہ وہ سائنس و

ٹیکنالوجی کے ماہرین ہوں.... خواہ وہ علوم کے کسی

بھی شعبہ سے.... فن کے کسی بھی شعبہ سے وابستہ

افراد ہوں کسی نے کچھ ایجاد نہیں کیا.... سب نے

دریافت کیا ہے۔

ایجاد اور دریافت میں فرق ہے۔

ایجاد کرنے والا صرف ایک ہے اور وہ

اس کائنات کا خالق اور مالک اللہ

وحده لا شریک ہے۔ اللہ

تعالیٰ نے جو ایجاد کرنا تھا

، کر دیا۔ انسان اللہ

کے عطا کردہ علوم کو

کام میں لا کر، اللہ

تعالیٰ کی مرضی کو سمجھنے

کی کوشش کرتا ہے اور اللہ

تعالیٰ کی بنائی ہوئی مختلف

چیزوں کو باہم ملاتا ہے۔

اس دوسری، تیسری، چو

تھی یا پانچویں چیز سامنے آ جاتی

ہے اس کو ہم ایجاد کہتے ہیں

در حقیقت اسے ایجاد نہیں کہنا

چاہیے اسے دریافت کہنا چاہیے۔

تسخیر کائنات:

اللہ تعالیٰ نے قرآن پاک میں فرمایا ہے کہ

”زمین میں اور آسمانوں میں اور ان کے درمیان

جو کچھ بھی ہے وہ انسان کے لئے مسخر کر دیا گیا“

چونکہ اللہ تعالیٰ نے انسان کے لئے چیزیں مسخر

سلسلہ عظیمیہ کے اراکین کو روحانی علوم کی مبادیات سے آگہی فراہم کرنے کے لیے، قرآن پاک کی

آیات میں غور و فکر کی ترغیب دینے اور معلم و مہر کی اعظم حضرت محمد ﷺ کے ارشادات کی روشنی میں

اپنی شخصیت کی تعمیر کی طرف متوجہ کرنے کے لیے مرکزی مراقبہ ہال کراچی میں قلندر شعور اکیڈمی

کے زیر اہتمام ستمبر 2010ء سے ہر ماہ ایک خصوصی نشست منعقد ہو رہی ہے۔ اس نشست میں ڈاکٹر

وقار یوسف عظمیٰ آن لائن لیکچر دیتے ہیں۔ اس آن لائن کی تخصیص روحانی ڈائجسٹ کے علم دوست

قارئین کے لیے بھی قسط وار پیش کی جا رہی ہے۔

نو آموز لکھنے والے متوح ہوں

اگر آپ کو مضمون نگاری یا کہانی نویسی کا شوق ہے

اور اب تک آپ کو اپنی صلاحیتوں کے اظہار کا موقع نہیں مل سکا ہے تو روحانی ڈائجسٹ کے لیے قلم اٹھائیے۔۔۔۔۔ یہ خیال رہے کہ موضوع اور



تحریری حسن ایسا ہو جس میں قارئین دلچسپی محسوس کریں۔ آپ طبع زاد تحریروں کے علاوہ تراجم بھی ارسال کر سکتے ہیں۔ ترجمہ کی صورت میں اصل مواد کی فوٹو اسٹیٹ کا پی منسلک کرنا ضروری ہے۔ مضمون کاغذ کے ایک طرف اور سطر چھوڑ کر خوشخط لکھا جائے۔ مضمون کی نقل اپنے پاس محفوظ رکھیں کیونکہ اشاعت یا عدم اشاعت دونوں صورتوں میں مسودہ واپس نہیں کیا جاتا۔

قلم اٹھائیے اور اپنے تعمیری خیالات کو تحریر کی زبان دیجئے۔

تحریر کی اصلاح اور نوک پلک سنوارنا ادارہ کی ذمہ داری ہے۔

شعبہ مضامین

روحانی ڈائجسٹ،

1-D, 1/7 ناظم آباد۔ کراچی

کردی ہیں لہذا اب جو لوگ اور جو گروہ اور جو قومیں اللہ تعالیٰ کے نظام کو سمجھنے کی کوشش کریں گی اللہ تعالیٰ کا سسٹم ان کی مدد کرے گا اور اس میں مذہب کی کوئی قید نہیں ہے۔۔۔۔۔ جو کوئی کوشش کرے گا قدرت اپنے راستے کھول دے گی۔۔۔۔۔

قرآن پاک میں اللہ تعالیٰ نے کئی مقامات پر فرمایا ہے کہ اللہ کی نشانیوں پر غور و فکر کیا جائے۔۔۔۔۔ تفکر کیا جائے۔۔۔۔۔ زمین میں آسمان میں۔۔۔۔۔ دن رات کے رد و بدل میں۔۔۔۔۔ موسموں کے تغیرات میں۔۔۔۔۔ ہوائوں کے چلنے میں۔۔۔۔۔ بادلوں کے اٹھنے میں۔۔۔۔۔ بارشوں میں۔۔۔۔۔ بجلی کی کڑک چمک میں غرض ہر چیز کے لئے اللہ تعالیٰ نے کہا ہے کہ انسان تفکر کریں۔۔۔۔۔

اللہ تعالیٰ نے کہا ہے کہ سیاحت کرو زمین کے اندر، زمین میں گھومو پھر وادو دیکھو کہ اللہ تعالیٰ نے کیا کیا بنایا ہے۔

سیاحت کو پروموٹ کیا جائے۔ کوئی شخص اس کا مطلب یہ لے سکتا ہے کہ زمین میں تفریح کی جائے اور کوئی شخص اس کا مطلب یہ لے گا کہ سائنس اور ٹیکنالوجی کو پروموٹ کیا جائے۔

یہ تو فرد کی سوچ کا انداز ہے کہ کوئی بندہ اپنے لئے کیا حدف مقرر کرتا ہے۔

علم الاسماء کے ماتحت علوم کا سمجھنا۔۔۔۔۔

اللہ کی نشانیوں میں غور و فکر کرنے کے مختلف طریقے ہیں ایک طریقہ وہ ہے جو فزکس کے حاملین نے اختیار کیا۔ نیچرل سائنس سے مراد ہے ظاہری علوم۔۔۔۔۔ اور ایک طریقہ وہ ہے جو کہ مینافزکس کے حاملین

روحانی ڈائجسٹ

ضرورت ہوتی ہے۔ تعلیم کے عمل کا کوئی مبادل نہیں ہے۔ مثال کے طور پر ایک بچہ پابندی سے اسکول جائے لیکن وہاں جا کر پڑھنے کے بجائے پرسنل کی یا کسی استاد کی ذاتی خدمت میں یا اسکول کی صفائی ستھرائی میں لگ جائے۔ چھٹی کے بعد اسکول میں رُک کر اس خدمت میں مصروف رہے۔ ایسا کرنے سے کیا وہ زیادہ علم سے آراستہ ہو جائے گا....؟

تعلیم حاصل کرنے کے لیے بچہ کو اس پروسس سے گزرنا ہو گا جو تعلیم کے حصول کے تقاضہ پورے کرتا ہو۔

اب اگر ہم روحانی علوم کے فل ٹائم اسٹوڈنٹ بننا چاہیں تو دیکھیں کہ بارہ جماعت پاس کوئی پوزیشن نہیں رکھتا۔ آج کل کے دور میں تو عام گریجویٹ اہمیت نہیں رکھتا۔ اگر آپ روحانی علوم میں آگے بڑھنا چاہتے ہیں تو اس کے لیے سنجیدگی کے ساتھ وقت دینا ہو گا۔ بصورت دیگر مثبت سوچ بنانے اچھے اوصاف کی طرف متوجہ کرنے ایک اچھا انسان بننے کی ترغیب دینے کے لئے یہ کلاسیں اور دوسری علمی سرگرمیاں بہت معاون ثابت ہو سکتی ہیں۔

(جاری ہے)



نے اختیار کیا ہے۔ مینافز کس کا مطلب انسان کی باطنی دنیا یا باطنی عالم جس کو ماورائی علوم بھی کہہ سکتے ہیں۔

سلسلہ عظیمیہ

فزکس اور میٹافزکس:

سلسلہ عظیمیہ جس فکر کی، جس سوچ کی ترویج کرنا چاہتا ہے وہ یہ ہے کہ:

ہمیں بحیثیت انسان اور بحیثیت مسلمان فزکس کے علوم پر بھی توجہ دینی ہے اور مینافزکس کے علوم پر بھی توجہ دینی ہے۔

ہمیں ماڈرن ایجوکیشن پر بھی توجہ دینی ہے اور روح کے علوم پر بھی توجہ دینی ہے۔

فل ٹائم اسٹڈی:

لا شعوری معاملات اور جو باطنی تربیت کے لئے الگ ٹائم درکار ہے بالکل اسی طرح جیسے اسکول کالج کی تعلیم کے لیے مناسب وقت چاہیے۔ آگہی، تعلیم اور تربیت کا عمل مختلف مراحل سے گزرتا ہے۔ جاننا، سمجھنا، سیکھنا ایسی ایکٹیویٹی ہے جس میں ذہن و جسم کی شمولیت ضروری ہے اس عمل میں ذہنی یکسوئی سمجھنے اور سمجھی ہوئی بات کو رو بہ عمل لانے کی صلاحیت اور دیگر کئی صلاحیتوں کے استعمال کی

درد کا علاج دواؤں کے بجائے ذہن سے بھی کرنا ممکن



درد کا علاج دواؤں سے زیادہ ذہن میں چھپا ہوا ہوتا ہے بس ذرا سی دماغی مشقت کے بعد اس پر قابو پایا جاسکتا ہے۔ جی ہاں امریکہ میں ہونے والی ایک تحقیق کے مطابق درد کی شدت کو کم یا زیادہ محسوس کرنا ہمارے ذہن کے کنٹرول میں ہوتا ہے اور مشق کی جائے تو درد کا احساس کم یا ختم بھی کیا جاسکتا ہے۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ اگر درد پر توجہ دی جائے اور اس کی شدت کو محسوس کیا جائے تو آپ کا درد خود بخود کم یا ختم ہو جائے گا۔



سلاسل اقبال فلاحہ برصغیر

Prime Lace

Industries (PVT.) Ltd.

(Manufacturer & Exporter of
Embroidery Fabrics & Lace)

S.I.T.E. , Hyderabad

Phone No: (022)- 3880407

Fax No : (022)- 3880381



روکاتی ڈاکا جیسٹ

خطبہ عظیمی

دنیا میں عزت و جاہ کا خوشنما لباس زیب تن کرنے کے لئے ہم دولت جمع کرتے ہیں۔ اس دولت کی تشبیر کے لئے عالی شان محلات کھڑے کرتے ہیں۔ گھروں کو اس طرح سجاتے ہیں کہ لوگ انہیں دیکھ کر احساس کمتری میں مبتلا ہو جائیں قرض لے کر بڑی بڑی کاریں خریدتے ہیں۔

کاربن ، یورینیم ،

چاندی ، سونا وغیرہ مٹی کے وہ اعضاء ہیں جن پر مٹی کا تشخص قائم ہے۔ آدمی کا جسم بھی مٹی سے بنا ہوا ہے۔ لیکن آدمی چونکہ اللہ تعالیٰ کی امات کا امین ہے ، اس لئے مٹی آدمی کو دوسرے اعضاء کے مقابلے میں اپنا قلب سمجھتی ہے اور جب قلب متاثر ہو جاتا ہے تو جسم ناکارہ بن جاتا ہے۔ مفلوج اور ناکارہ جسم زمین پر بو جھ ہے۔

یہ بات کون نہیں جانتا کہ آدمی چاہے تو پچاس کمروں کا مکان بنا لے لیکن سوئے گا وہ ایک ہی چار پاکی کی جگہ۔ چاہے تو ہوس زر میں سونے چاندی (مٹی کے ذرات) سے خزانے بھر لے لیکن پیٹ دوروٹی سے بھر جاتا ہے۔ ماحول کو مصنوعی روشنیوں اور خوشبوؤں سے کتنا ہی معطر کر لیا جائے آدمی کے اندر کی سزاند کا نعم البدل نہیں ہوتا۔ ”اور وہ لوگ جو سونا چاندی جمع کرتے ہیں اور اللہ کے لئے خرچ نہیں کرتے ، ان کے لئے عذاب الیم کی

دولت سے عزت و توقیر کا حصول خود فریبی ہے۔ فرامین مصر کے مقبرے شداد و نمرود کے محلات اور قارون کے زمین میں دفن خزانے ہمیں بتا رہے ہیں کہ دولت نے کبھی کسی کے ساتھ وفا نہیں کی۔ تاریخ خود کو دہراتی رہتی ہے اور ہر زمانے میں دولت کی حقیقت کو ہمارے اوپر آشکارا کرتی رہتی ہے۔ بڑے بڑے شہنشاہوں کا ماضی ہمارے لئے آئینہ ہے۔

تاریخ ہمیں بتاتی ہے کہ شان و شوکت اور شاہی دبدبہ کے حامل بادشاہوں کو مادر وطن میں قبر بھی نصیب نہیں ہوئی۔ سب واقف ہیں کہ سونے چاندی کے ذخیروں اور جواہرات نے امیر ترین آدمیوں کے ساتھ وفا نہیں کی۔

مٹی نہ صرف یہ کہ خود کو پچھاتی ہے۔ بلکہ ایک ایک ذرہ کو اپنی کوکھ سے وابستہ رکھتی ہے۔ مٹی کو اگر ایک فردمان لیا جائے تو مٹی سے بنی ہوئی ہر چیز مٹی کے اعضاء ہیں۔ تانبا، لوہا، آسکین، نامکروجن، ہائیڈروجن، ہیلیم،

اعمال میں تعمیر ہے تو اعمال یہاں اور آخرت میں جزا ہیں اور اگر اعمال میں تخریب ہے تو اس دنیا اور آخرت کی دنیا میں سزا ہے۔

دولت سے عزت و توقیر کا حصول خود فریبی ہے....

آدمی زمین پر ایک فعال رکن ہے اور قدرت نے اسے ارادے کا اختیار دیا ہے۔

آدمی مٹی بوتا ہے اور مٹی سے ہی نتائج حاصل کرتا ہے۔ یوائی اور کنائی کا یہ عمل متواتر اور مسلسل جاری ہے کیونکہ آدمی زمین پر ایک فعال رکن ہے اور قدرت نے اسے ارادے کا اختیار دیا ہے۔ عمل اور ردِ عمل، حرکت اور نتائج کے اس قانون کو نبی مکرم حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام نے ان الفاظ میں بیان فرمایا ہے:

”دنیا آخرت کی کھیتی ہے۔“

موجودہ پُر آشوب دور میں قول و فعل میں تضاد کا عالم یہ ہے کہ ہر آدمی جانتا اور کہتا ہے زمین پر وقفہ زندگی محدود ہے لیکن اس کا عمل اس کے روزمرہ مشاہدہ کے خلاف ہے۔ وہ پوری زندگی ان خطوط پر گزارتا ہے جو قانون فطرت کے خلاف ہے تخریب کا نام اس نے ترقی رکھ دیا ہے۔ دانشور انسان فلاح و بہبود کے فلسفی نام پر مستقبل کی ناخوش گواہیوں کو جنم دیتا ہے۔ روشن نگاہی کا دعویٰ کر کے جو کچھ کرتا ہے وہ بدترین درجہ کی کوتاہ اندیشی کے سوا کچھ نہیں ہے۔

سبحان اللہ کیا خوب منظر نگاری ہے۔

ایٹم بم کو ترقی کا نام دے کر انسان کی اعلیٰ صلاحیتوں کا ڈھنڈورا پیٹا جا رہا ہے۔ یہ کوئی نہیں سوچتا فلاح و بہبود کے دعویٰ داروں نے ایک ایٹم بم کو لاکھوں قیمتی جانوں پر فضیلت بخش دی ہے۔ انسان قدرت کی دی ہوئی صلاحیتوں کا امین ہے۔ لیکن اس نے ان صلاحیتوں کو حرص و ہوس، خود غرضی، انا پرستی، اور خود نمائی جیسے جذبات کی تسکین کے لئے اپنی ذات تک محدود کر دیا ہے۔ لیکن اس طرف کوئی توجہ نہیں دیتا کہ فانی دنیا کے اعمال بھی فانی ہیں۔ اگر اعمال میں تعمیر ہے تو اعمال یہاں اور آخرت میں جڑا ہیں اور اگر اعمال میں تخریب ہے تو اس دنیا اور آخرت کی دنیا میں سزا ہے۔ جب وہ دنیا میں تخریب بوتا ہے تو تخریب ہی کا ثابہ۔



خدا کے پار آسمان کی وسعتوں میں جھانک کر دیکھا جائے تو بایوسپیوں، ناکامیوں اور ذہنی افلاس کے علاوہ ہمیں کچھ نظر نہیں آتا۔ یوں لگتا ہے کہ زمین کے باسیوں کا اپنی ذات سے فرار اور منفی طرزِ عمل دیکھ کر نیلے پرست پر جھلمل کرتے ستاروں کی شمع امید کی لوند ہم پر گئی ہے۔ وہ انسان جو اشرف المخلوقات ہونے کا دعویٰ کرتا ہے۔ ذہنی اعتبار سے حیوانات سے بدتر زندگی گزار رہا ہے۔ فی الوقت جو سکون ملی اور بکری کو حاصل ہے اس کا عشر عشر بھی انسان کو میسر نہیں ہے۔ تخلیق کرنے والوں میں بہترین تخلیق کرنے والی ہستی خود مختار خالق نے اس دھرتی کو ایک قطعہ زراعت بنا کر آدمی کے حوالے کیا ہے کہ وہ اس کے سینہ پر سر رکھ کر میٹھی فیند سو سکے۔ اس ہی لئے اس کی تخلیق کا ظاہری جسم مٹی سے بنایا گیا اور اس کے استعمال کی ہر چیز مٹی سے بنائی گئی ہے۔ زمین کو قدرت نے اتنا سخت نہیں بنا دیا کہ آدم زاد اس پر چل نہ سکے، اتنا نرم نہیں بنایا کہ آدم زاد کے پیر زمین میں دھنس جائیں۔ اسے اختیار دیا گیا ہے کہ وہ زمین پر تصرف کر سکے اور زمین کے جسم میں دوڑنے والے خون RAYS سے جس طرح چاہے استفادہ کرے۔ لاکھوں کروڑوں سال پہلے کے آدم کی طرح آج بھی آدم زاد زمین کے سینہ پر کھیتی باڑی کرنے میں مصروف عمل ہے۔ اس کھیتی کا ہر جزو بھی آدم کی طرح مٹی ہے۔ جو کچھ بوتا ہے اس کا بیج بھی مٹی ہے۔ پودا بھی مٹی کی بدلی ہوئی ایک شکل ہے۔ درخت بھی مٹی کے اجزاء سے مرکب ہے اور یہ پُر شکوہ عمارت بھی مٹی ہے۔ بڑی بڑی ایجادات کا مصالحہ RAW MATERIAL بھی مٹی ہے۔ آدمی جس طرح سے سبز درخت اور ہرے بھرے لہلہاتے کھیت اگاتا ہے۔ اسی طرح بلند و بالا عمارتیں۔ دیو بیکل جہاز اور دیگر اشیاء بھی اس ہی کی تخلیق ہیں۔

قلندر بابا اولیاءؒ نے فرمایا:

غصے کی آگ پہلے غصہ کرنے والے کے خواص میں
ارتعاش پیدا کرتی ہے اور اس کے اعصاب متاثر ہو کر
اپنی انرجی ضائع کر دیتے ہیں۔ اس کے اندر قوت
حیات ضائع ہو کر دوسروں کو نقصان پہنچاتی ہے۔

مراقبہ ہال فیصل آباد

نگر ۱۱: رانا محمود صادق

مکان نمبر 98-99، الہی ٹاؤن، ملت روڈ

نزد عظیمی پبلک اسکول فیصل آباد پوسٹ کوڈ 38000

فون: 0321-6696746

قلندر بابا اولیاءؒ نے فرمایا:

”قرآن ٹھہر ٹھہر کر اور سمجھ سمجھ کر

پڑھیے۔ اس عمل سے خدا کے ساتھ

بندے کا تعلق مضبوط ہوتا ہے۔“

مراقبہ ہال پلندری

نگراں: خواجہ تنویر اقبال

معرفت مارگلہ گلاس، جامع مسجد روڈ، پلندری،

ضلع سدھنوتی، آزاد کشمیر

فون: 0346-5153158



سیکھر 36

لازماتی زاویے

ہے۔ روشنی یا گل ذات کا درمیانی پردہ جو اطلاعات دیتا ہے حواس انہیں براہ راست دیکھتے اور سنتے ہیں لیکن جو اطلاعات ہمیں گہرائی سے پہنچتی ہیں ان کی وصولی کے راستے میں کوئی مزاحمت ضرور ہوتی ہے۔ اسی مزاحمت کی بنیاد پر حواس ان اطلاعات کو پوری طرح اپنی گرفت میں نہیں لاسکتے۔ اوپری سطح سے وصول ہونے والی اطلاع چلی سطح سے وصول ہونے والی اطلاع کے راستے میں ایک دوسرے کے لیے مزاحم بن جاتی ہے۔ مزاحمت اتنی سخت ہوتی ہے کہ حواس کوشش کے باوجود اسے ختم نہیں کر سکتے۔ اوپری سطح کی اطلاعات دو قسم کی ہوتی ہیں۔

روشنی ذات اور گل ذات کے درمیان پردہ ہے۔ اسی پردے کے ذریعے گل ذات کے تصورات ایک ذات کو منتقل ہوتے ہیں۔ جو تصورات گل ذات سے ایک ذات کو ملتے ہیں روشنی ان کو رنگ و روپ دے کر ذات تک پہنچاتی ہے۔

جس روشنی کے ذریعے ہماری آنکھیں دیکھتی ہیں اس روشنی کی بھی دو سطحیں ہیں۔ ایک سطح کے حواس میں نقل اور ابعاد دونوں شامل ہیں لیکن دوسری سطح میں صرف ابعاد اور انہماک میں روشنی کی گہرائی ہوتی

کتاب لوح قلم روحانی سائنس پر وہ منفرد کتاب ہے جس کے اندر کائناتی نظام اور تخلیق کے فارمولے بیان کیے گئے ہیں۔ ان فارمولوں کو سمجھانے کے لیے سلسلہ عظیمیہ کے سربراہ حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی نے روحانی طلباء اور طالبات کے لیے باقاعدہ لیکچرز کا سلسلہ شروع کیا جو تقریباً ساڑھے تین سال تک متواتر جاری رہا۔ یہ لیکچرز بعد میں کتابی صورت میں شائع کیے گئے۔ ان لیکچرز کو روحانی ڈائجسٹ کے صفحات پر پیش کیا جا رہا ہے تاکہ روحانی علوم سے دلچسپی رکھنے والے تمام قارئین حضرات و خواتین ان کے ذریعے آگاہی حاصل کر سکیں۔

اطلاعات کی پہلی قسم اغراض پر مبنی ہے چونکہ اطلاعات اغراض پر مبنی ہیں اس لیے رویہ جانبدار ہوتا ہے۔

دوسری قسم وہ اطلاعات ہیں جو انفرادی مفاد سے وابستہ نہیں ہوتیں۔ ان کے حق میں رویہ غیر جانبدار ہوتا ہے۔ اگر اطلاعات کی دونوں طرزوں کو سامنے رکھ کر غور کیا جائے تو یہ حقیقت منکشف ہوتی ہے کہ انسان کے پاس ادراک کے دو زاویے ہیں۔ ایک وہ زاویہ جو انفرادیت میں محدود ہے دوسرا زاویہ انفرادیت سے باہر ہے۔ جب ہم انفرادیت کے اندر دیکھتے ہیں تو کائنات شریک نہیں ہوتی اور جب انفرادیت سے باہر دیکھتے ہیں تو کائنات شریک ہوتی ہے۔ جس زاویے میں ادراک کرتے ہیں۔ ایک طرف کائنات کو ہم اپنی انفرادیت میں دیکھنے کے عادی ہیں دوسری طرف اپنی کائنات میں دیکھنے کے عادی ہیں۔ ایک طرف انفرادیت کی ترجمانی کرتے ہیں اور دوسری طرف کائنات کی ترجمانی کرتے ہیں۔ جب یہ دونوں ترجمانیاں ایک دوسرے ٹکراتی ہیں تو ہم انفرادیت کی ترجمانی کو صحیح ثابت کرنے کے لیے تاویل کا سہارا لیتے ہیں۔ بعض اوقات تاویل کے حامی اپنے حریفوں سے دست و گریباں ہو جاتے ہیں۔ یہیں سے نظریات کی جنگ شروع ہو جاتی ہے۔ انفرادی سوچ، انفرادی عمل یا انفرادی طرز فکر ایک شخص ایک جماعت یا ایک قوم پر مشتمل ہو سکتی ہے۔ انفرادیت کے زاویے کا ایک بڑا نقص یہ ہے کہ انسان کسی نہ کسی مرحلے میں کائنات کی اشیاء سے منحرف ہو جاتا ہے اور نگاہ کا زاویہ غلط ہو جاتا ہے۔

کسی چیز کا سائز ہوا میں کچھ نظر آتا ہے اور پانی

میں کچھ اور نظر آتا ہے لیکن دیکھنے والا زاویہ جب آزاد ہو جاتا ہے تو اختلاف نظر ختم ہو جاتا ہے۔ اس لیے کہ وہ شے کی حقیقت کو جان لیتا ہے۔ روشنی سے ملنے والی اطلاعات کی جو سطح ہمارے سامنے ہے ہم اس کو مکان کے نام سے موسوم کرتے ہیں اور جو سطح نظر سے اوچھل ہے اس کو زماں کا نام دیتے ہیں۔ دنیا میں رہتے ہوئے جب ہم اشیاء کو دیکھتے ہیں یا اشیاء سے اپنا رشتہ قائم کرتے ہیں تو ہمیں نظر آتا ہے کہ ہم خود اور تمام اشیاء مکانیت کے ساتھ پابند ہیں اور جہاں یہ اشیاء قائم ہیں وہ مقام نظروں سے اوچھل ہے۔

جب ہم شعور کی اوپری سطح کا تذکرہ کرتے ہیں تو ہمیں کہنا پڑتا ہے کہ شعور کی اوپری سطح میں یہ صلاحیت نہیں ہے کہ وہ بیک وقت لاشار چیزوں کو دیکھ سکے، سن سکے اور سمجھ سکے۔ کیونکہ نظریے کے بعد دیگرے ایک ایک چیز کو دیکھتی سنی اور سمجھتی ہے۔ اگرچہ سمجھنے اور دیکھنے کا وقفہ اتنا کم ہو کہ ہم اسے لمحے کا کروڑواں حصہ شمار کریں۔

لوح محفوظ کے قانون کے مطابق دیکھنے کی طرز یہ ہے کہ نظر ہر چیز کو ایک ایک کر کے دیکھتی سنی اور سمجھتی ہے۔ یکے بعد دیگرے چیزوں کو دیکھنے سمجھنے میں جو مرحلے پڑتے ہیں انہیں وقفہ آن یا لمحہ وغیرہ کے نام سے یاد کیا جاتا ہے۔ وقفہ لمحہ یا آن ہی دراصل حواس کی ترتیب ہے۔ کائنات کی بناوٹ بہت زیادہ پیچیدہ نہیں ہے مگر انسانی فہم نامانوس ہونے کی وجہ سے اس کو پیچیدہ سمجھتی ہے۔

(جاری ہے)





مالم جبہ کی پرکشش اور
قابل دید تفریح گاہ،
شادابی اور دلکشی
کا حسین امتزاج ہے۔ یہاں
کے سبزہ زار بلند و
بالا پہاڑ، برف
پوش چوٹیاں،
گھنے جنگلات اور
پہاڑوں کے نیچے بل
کھاتی ہوئی ندی قدرتی
مناظر کی دلکش تصویر
پیش کرتی ہے۔

دلکش سوات کا نیا تفریحی مقام

مالم جبہ

مالم جبہ کی تفریح
گاہ، سطح سمندر سے
ساڑھے نو ہزار فٹ کی
بلندی پر واقع ہے۔

بلندی پر پہنچ کر نیچے کی سمت دیکھیں تو ہر طرف گہری
سرسبز وادیاں نظر آتی ہیں، جنہیں بلند و بالا پہاڑوں
نے اپنے حصار میں لے رکھا ہے۔

مالم جبہ سوات کے مرکزی شہر

مالم جبہ کو
وادی سوات کی بلند ترین
تفریح گاہ کہا جاسکتا
ہے۔ پہاڑ کی چوٹی پر واقع ہونے کی وجہ سے یہاں کا
میدانی خطہ کم ہے۔ ہر طرف سے پہاڑوں اور گھنے
جنگلات میں گھرا ہوا یہ علاقہ دلفریبی اور مدہوش کن
مناظر سے بھر ا ہوا ہے۔



لے جاتے ہیں۔ سیاح بھی
یہاں سے پانی پی کر اپنی
پیاس بجھاتے ہیں۔

مالم جبہ اور آس پاس کے
علاقوں میں اعلیٰ نسل کا چکور پایا
جاتا ہے۔ سیب اور ناشپاتی،
یہاں کے قابل ذکر پھل ہیں۔
گندم، پیاز، آلو، اور ٹماٹر یہاں
کی خاص فصلیں ہیں۔ شہد بھی



بعض جگہوں پر پایا جاتا ہے۔ یہاں کے لوگ خوش
اخلاق، مہنکار اور مہمان نواز ہیں۔ اس خوبصورت
تفریح گاہ کی وجہ تسمیہ بھی کافی دلچسپ ہے۔ مالم کے
معنی چر اگاہ اور جبہ کے معنی گاؤں کے ہیں۔ پہلے پہل
یہاں آس پاس کے علاقوں سے لوگ مال مویشی
چرانے کے لیے لاتے تھے۔ اس لیے لوگ اسے
مالم جبہ کہنے لگے۔

مالم جبہ دسمبر سے مارچ کے مہینے تک برف سے
ڈھکا رہتا ہے۔ ان دنوں یہاں پر بارہ سے سولہ فٹ
تک برف پڑتی ہے۔ جبکہ ہلکی ہلکی برف باری اپریل
تک جاری رہتی ہے۔ یہاں کا درجہ حرارت سردیوں
میں پانچ درجے سے منفی دس درجہ سینٹی گریڈ ہوتا
ہے۔ جبکہ موسم گرما میں درجہ حرارت دس سے
پچیس درجے سینٹی گریڈ کے درمیان رہتا ہے۔ دسمبر
سے مارچ تک شدید برف باری ہوتی ہے جبکہ اپریل
میں ہلکی برف باری کا خوشگوار منظر دیکھنے کو ملتا ہے۔
سخت گرمی میں بھی یہاں کا موسم کافی سرد اور
آب و ہوا خوشگوار رہتی ہے۔ اسی خوشگوار موسم کی
وجہ سے مالم جبہ ہل اسٹیشن کے طور پر مقبول ہے۔

منگورہ سے شمال مغرب کی طرف پینتالیس کلومیٹر پر
واقع ہے۔ منگورہ سے مالم جبہ تک مختصر وقفہ سے بسیں
اور سوزو کی چلتی ہیں۔ مدین روڈ پر چارپانچ کے قریب
دس کلومیٹر فاصلے پر سالنڈہ تک سڑک ٹھیک منگورہ
سے ایک سڑک مدین روڈ سے جدا ہو کر دائیں جانب
مڑ جاتی ہے۔ یہاں سے پینتیس کلومیٹر کا راستہ پرچ
اور پرخطر ہے۔ پہاڑی سلسلہ طے کرنے کے بعد یہ
سڑک مالم جبہ لے جاتی ہے۔ مالم جبہ جانے والی پختہ
سڑک کے ساتھ ساتھ ایک ندی بہتی ہے۔ سنگوٹ
سے مالم جبہ تک اس ندی کے آس پاس، منگورہ، سید
آباد، مراد آباد، جہان آباد، تیلگرام، سیر، کاشوار،
بالاکوٹ، اشاڑی اور پسینے اوہ نامی چھوٹے بڑے
گاؤں آباد ہیں۔ سیر گاؤں کا پل عبور کریں تو ندی
سڑک کے دائیں جانب سے بائیں جانب بہتی نظر آتی
ہے۔ اس ندی کا ماخذ گڈ اور جبہ نامی قدرتی چشمے ہیں۔
ندی مالم جبہ کے قریب پسینے اوہ سے شروع ہو کر
سڑک کے ساتھ ساتھ بہتی ہوئی دریائے سوات میں
شامل ہو جاتی ہے۔ پسینے اوہ میں بڑا چھیندہ مشہور چشمہ
ہے جس کے قریب وجوار کے لوگ پینے کے لیے پانی



تفریحی مقام اور گاؤں کے درمیان پانچ چھ
کلومیٹر کا فاصلہ ہے۔

مالم جبہ چند برس پہلے ایک غیر معروف علاقہ
تھا۔ جہاں خور و نوش اور قیام کی سہولت نہ ہونے
کے برابر تھی۔ مگر اب ترقیاتی منصوبے پر عمل درآمد
کے بعد یہ علاقہ جدید تفریح گاہ میں تبدیل ہو گیا
ہے۔ پاکستان اور آسٹریلیا کے تعاون سے ایک
تفریحی منصوبہ مکمل کیا گیا ہے۔ جس سے یہاں کے
قدرتی حسن میں نمایاں اضافہ ہوا ہے۔ اسی منصوبے
کے تحت جدید سہولتوں سے مزین فوراسٹار ہوٹل،
اسکیٹنگ اور چیئر لفٹ کی سہولتیں فراہم کی گئی ہیں۔
سیاحوں کے قیام و طعام کے لیے جدید سہولتوں سے
آراستہ ہوٹل میں اندرون خانہ کھیلوں مثلاً بلیئرڈ،
ٹیمبل ٹینس اور کیرم کی سہولتیں مہیا کی گئی ہیں۔
بیرون خانہ کھیلوں میں اسکیٹنگ اور ٹریکنگ
روٹس شامل ہیں۔ ہوٹل کے عین سامنے چیئر لفٹ
ہے جبکہ دائیں جانب اسکیٹنگ گراؤنڈ ہے۔ چیئر

لفٹ دو طرح کی ہے۔ ایک نو آموز افراد کے لیے
دوسری تجربہ کار افراد کے لیے۔ ایک لفٹ ہوٹل
کے قریب نشیبی حصے سے ایک فرلانگ کی بلندی پر
واقع چوٹی تک لے جا کر پھر واپس لے آتی ہے۔
چیئر لفٹ میں سفر کرنے والوں کو نہایت حسین
مناظر دیکھنے کو ملتے ہیں۔

جو حضرات اسکیٹنگ میں دلچسپی رکھتے ہوں،
جنوری سے مارچ تک اس کھیل سے لطف اندوز
ہو سکتے ہیں۔ اسکیٹنگ کا سامان مناسب قیمت یا کرائے
پر مل جاتا ہے۔ اس بات کا قوی امکان ہے کہ
اسکیٹنگ جو موسم سرما کا ایک دلچسپ اور معروف
کھیل ہے اب مالم جبہ میں متعارف ہونے کے بعد
آہستہ آہستہ ملک گیر شہرت حاصل کرنا جا رہا ہے۔
بجلی کی سہولت کے لیے واپڈا نے لائن فراہم کی
ہے۔ بچوں کے لیے اسکیٹنگ رنگ بڑے خوبصورت
مقام پر بنائی گئی ہے۔



ہر شخص کو چاہیے کہ کاروبارِ حیات میں
مذہبی قدروں، اخلاقی اور معاشرتی
قوانین کا احترام کرتے ہوئے پوری
پوری جدوجہد اور کوشش کرے لیکن نتیجہ
اللہ کے اوپر چھوڑ دے۔

(حضور قلندر بابا اولیاء)

مرقبہ ہال ٹنڈو جام

(برائے خواتین)

نگراں: نصرت فاطمہ

مکان نمبر 93

میر کالونی ٹنڈو حجام



اس ماہ کے مضامین میں صاحب خلق عظیم، تیند کی کھی اور زیادتی ایک علاج، صحابی رسول ﷺ، صحتیاب ہوتے ہی گولی ماروی، بے سہاروں کا سہارا، جذبہ خدمت، مثالی ادارہ، گوہر تابیاب، عزم و عمل کا پیکر، جرأت و بہمت کا نمونہ، اپنی مثال آپ، عامر اچانک پھر بول اٹھا، باپ کا ورثہ، حضرت عائشہؓ، دودھ پیتے بچے کی پہلی ٹھوس غذا، سونے کی کان، خاتم بادشاہ جبکہ سلسلہ وار مضامین نور الہی نور نبوت، آواز دوست، تصوف اور معترض، قرآن اور کہکشان نظام، محفل مراقبہ، پیدا سائیکولوجی، مراقبہ کی اقسام، اللہ رکھی، خلائی مہمان، تشریح لوح و قلم اور آپ کے مسائل شامل تھے۔ اس شمارے سے منتخب تحریر "مادی و روحانی سائنس" قارئین کے ذوق مطالعہ کے لیے دی جارہی ہے۔

متعلق ہے جس کو ہم مادی سائنس کہتے ہیں اور دوسرا علم باطن، غیب جو روح سے متعلق ہے۔ جو ہمیں نہ صرف روحانی دنیا سے متعارف کراتا ہے بلکہ ہم دنیا میں کس طرح رہیں۔ اس مادی دنیا میں کس طرح اپنی زندگی گزاریں، آفاقی و روحانی کامیابیاں بھی حاصل ہو سکیں۔ اس کے طریقے بھی بتاتا ہے۔

اسی کو ہم روحانی سائنس کہتے ہیں یعنی روح کا علم یا روحانی علم۔ روح ہی اصل انسان ہے۔ کیونکہ روح کے بغیر ہماری حرکت فنا و مفقود ہو جاتی ہے جسے ہم اپنے جسم کا مرجانا کہتے ہیں۔ لیکن ہماری مادی سائنس

مادی و روحانی سائنس

آج کا دور سائنسی دور ہے۔ سائنس نے انسان کے مادی عیش و آرام کے لیے بڑے بڑے کام کیے ہیں۔ بڑی بڑی ایجادات و تحقیقات کے لیے سائنسدانوں نے اپنی صلاحیتیں وقف کی ہیں۔ لیکن ہمیں یہ نہ بھولنا چاہیے کہ ایک روحانی سائنس بھی ہے۔ ہماری مادی سائنس تو آج چند صدیوں سے ترقی کی راہ پر گامزن ہے۔

لیکن روحانی سائنس بہت قدیم دور سے متعارف شدہ، جاری و ساری ہے۔ سائنس علم ہے اور یہ دو بڑے اہم گروپ میں تقسیم شدہ ہے۔ ایک علم ظاہر جو مادہ اور اجسام سے

نیاز احمد وارثی

بات ہوتی تو وہ بھی آگ کی فطرت سے بخوبی واقف تھے کہ یہ جلا دینے والی ہے۔ جلا کر جسم، خاکستر کر دینے والی ہے۔ پس و پیش کرتے، گھبراتے، خوف کھاتے مگر ایسی کوئی بات ان میں پیدا نہ ہوئی۔ بلکہ جذب عشق، قوت عشق نے انہیں بے خود کر دیا۔ صدق و یقین ان کا کامل تھا۔ چنانچہ آپ اس آگ میں آرام و سکون اور طمانیت قلب کے ساتھ اتر پڑے۔ اور نہ صرف یہ کہ وہ آگ سرد پڑ گئی، اس کی فطرت بدل گئی بلکہ ساتھ ہی ساتھ یہ حیرت انگیز منظر بھی لوگوں کے مشاہدے میں آیا کہ اس آگ نے گل و گلزار کی شکل اختیار کر لی۔

بتالیئے! مادی سائنس کسی طرح بھی یہ ثابت کر سکتی ہے کہ ایسا ہو سکتا ہے۔ کسی طرح بھی وہ ایسا ثابت نہیں کر سکتی لیکن دنیا جہاں نے دیکھا چشم دید کہ ایسا واقعی ہوا۔

مادی سائنس کا ایک کمال یہ ہے کہ ٹیلیفون ایجاد کر لیا گیا۔ جس کی ضرورت روز بروز بڑھتی جا رہی ہے۔ جہاں چاہا ایک شخص نے دوسرے شخص سے گفتگو کر لی۔ ہے تو کمال کی بات۔ لیکن یہ عقل کا کمال ہے جو عشق کے کمال کے سامنے یقیناً ہے۔ ذرا عشق کے جلوے کی ایک ہلکی سی جھلک ادنیٰ سا کمال ملاحظہ ہو کہ حضرت عمر خطابؓ مسجد میں خطبہ دے رہے ہیں۔ درمیان خطبہ اچانک رک جاتے ہیں۔ ارشاد فرماتے ہیں ”اسامہ“ ہوشیار۔ خبردار۔ دشمن پہاڑ کے پیچھے سے حملہ آور ہوا چاہتا ہے۔ “ سینکڑوں ہزاروں میل دور حضرت اسامہؓ یہ حکم عمر خطابؓ واضح طور پر سنتے ہیں۔

چنانچہ وہ پہاڑ کے پیچھے سے ملاحظہ فرماتے ہیں تو واقعی دشمن اس طرف سے حملے کے لیے پر تول رہا

روح سے ناواقف، لاعلم ہے۔ جبکہ روحانی سائنس کی خاص اور اہم دلچسپی اور واقفیت نہ صرف روح و روحانی دنیا، غیب، باطن سے ہے۔ بلکہ یہ علم مادہ جسم کا بھی حسن و خوبی احاطہ کر سکتی ہے۔ اس لحاظ سے روحانی سائنس کی واقفیت.... اظہر من الشمس ہے۔ مادی سائنس کی حد عقل کی سرحد پر ختم ہو جاتی ہے۔ یعنی مادی سائنس صرف ان ہی چیزوں کو تسلیم کر پاتی ہے جس کا وہ ادراک کر سکے۔ جو عقل میں آسکے۔ اس کے آگے اس کا علم صفر ہو جاتا ہے لیکن روحانی سائنس کا علم، عقل + عشق ہوتا ہے۔

اور یہ بات ثابت شدہ ہے کہ جہاں عقل کی سرحد ختم ہو جاتی ہے وہاں عشق کی سرحد شروع ہوتی ہے۔ تو پھر عشق کی سرحد کہاں ختم ہوتی ہے۔ یہ ایک حقیقت ہے کہ عشق لامحدود و بے کنارہ ہے۔ کیونکہ یہ عشق ہے۔ یہ عشق حبیب ﷺ حق ہے۔ اور ہمیں معلوم ہے کہ حق تعالیٰ کے اپنے حبیب ﷺ سے عشق نے ہی کائنات کو حسن و وجود بخشا۔ ایک عاشق حق، عاشق رسول ﷺ جو حقیقی معنوں میں اصل روحانی سائنسدان ہیں ان کا عقل و عشق کلام پاک کی حقیقت، اسرار و معنی سے وقوف رکھتا ہے۔ مشاہدہ رکھتا ہے۔

زمانہ نے دیکھا۔ لوگوں کے جم غفیر نے اپنی آنکھوں سے یہ منظر دیکھا کہ بادشاہ نمرود نے ایک زبردست آگ جلائی۔ جس میں ہزاروں لاکھوں من لکڑیاں سلگائی گئیں تاکہ حضرت ابراہیمؑ کو اس آگ کے جہنم میں ڈال دیا جائے۔ حضرت ابراہیمؑ بے خطرہ، بلا خوف و دہشت، نہایت اطمینان قلب اور سکون کے ساتھ اس مہیب، مہبتناک آگ میں کود پڑے۔ اب اگر محض عقل کے استعمال کرنے کی

تھا۔ اب حضرت اسامہؓ ہوشیار ہو گئے اور اپنی فوج کو ادھر صف آرا کر دیا تو دشمن کے ناپاک ارادے خاک میں مل گئے۔ اب بتائیے اس زمانے میں حضرت عمرؓ کے پاس کون سا ٹیلیفون، تار یا وائرلیس تھا کہ ہزاروں میل دور اپنا پیغام پلک جھپکتے میں پہنچا دیا اور کون سی آنکھ تھی جو ہزاروں میل دور میدان جنگ کا نقشہ واضح طور پر دیکھ رہی تھی جبکہ آپؐ اس وقت خطبہ بھی پڑھ رہے ہوتے ہیں۔ یہ عقل کی ایجاد کردہ کوئی شے نہ تھی۔ بلکہ وہ عشق کی آنکھ، کان، زبان رکھتے تھے۔ عقل و عشق کی گفتگو اس لیے آگئی ہے کہ مادی سائنسدان صرف عقل سے کام لے سکتے ہیں اور صرف اسی بات کو تسلیم کر پاتے ہیں جو عقل کے دائرے میں آسکتی ہو۔ جبکہ روحانی سائنسدان کے یہاں عقل بھی وافر ہے اور عشق کی روحانی آنکھ، ذہن، شعور و حواس باطن بھی اسے حاصل ہے۔ عقل و لیلیں طلب کرتا ہے۔ اور عاشق کا عشق دلیل کا قطعی محتاج نہیں۔ وہ دلیل سے بے نیاز ہے کیونکہ اسے مشاہدہ حاصل ہوتا ہے اور چونکہ وہ جلوہ خداوندی سے ہمکنار ہوتا ہے اس لیے اس کا ایمان، صدق و یقین، بھروسہ، اعتماد مکمل طور پر غیر متزلزل، محکم و مستحکم ہوتا ہے۔ سب کچھ اس کا دیکھا بھالا ہوتا ہے لہذا اسے عقلی دلائل کی کیا محتاجی۔

قلندر ہرچہ گوید دیدہ گوید۔

چنانچہ وہ جو کچھ بھی مانتا ہے بے دلیل مانتا ہے۔ دیکھیے عقل و عشق کا فرق کہ حضرت عمرؓ پر عشق کا پرتو پڑتا ہے تو وہ مکہ کے سردار ہوتے ہوئے بھی غلام و جاں نثار رسول ﷺ بن جاتے ہیں جبکہ وہ دین محمدی ﷺ اختیار کرنے سے پہلے اس دین

برحق کے سخت مخالف و دشمن تھے۔ لیکن پھر بھی یہی عاشق محمد ﷺ بن گئے۔ جبکہ ابو جہل عقلی دلائل ہی طلب کرتا رہا اور عقل کی بھول بھلیوں میں ایسا گم اور غلطایا و پتچایا ہوا کہ ایمان لانے کی نوبت نہ آسکتی۔ حالانکہ ابو جہل کہتا تھا ”اے محمد ﷺ ہم تمہیں جھوٹا نہیں سمجھتے۔ لیکن تم جو باتیں بتاتے ہو وہ عجیب ہیں۔ عقل میں کسی طرح نہیں آتیں۔“ یعنی چونکہ وہ عقل کا اسیر تھا اور اس کی عقل میں کلام حق ”نہ لہذا وہ ماننے سے منکر ہی رہا۔ ہاں اگر وہ عشق رسول ﷺ کا اسیر و آتہ تھا بن جاتا تو بلاشبہ اس کو ساری حکمتیں سمجھ میں آ جاتیں۔

عشق کی باتیں نور عشق سے ہی سمجھ میں آسکتی ہیں۔ عشق کے یہاں عقل و خل در معقولات نہیں کر سکتی۔ خدا کو صحیح معنوں میں پہچاننے کے لیے، اس کے کلام پاک کو سمجھنے کے لیے عقل + عشق کی ضرورت ہے۔ صرف عقل سے کام نہیں نکل سکتا۔ کیونکہ انسان کی عقل محدود ہے اور خدائے واحد کی ذات و صفات لامحدود۔ تو پھر محدود، لامحدود کو کس طرح سمجھ سکتا ہے۔ اب دیکھنا یہ ہے کہ وہ کون سی شے ہے جو لامحدود ہوتا کہ لامحدود کو جان سکے، پہچان سکے، ادراک کر سکے۔ تو ہم یہ دیکھتے ہیں کہ ایک واحد شے ہے جو لامحدود بھی ہے جس سے انسان خدا رسیدہ، حق یافتہ ہو جاتا ہے۔ جو عین یقین اور حق یقین کا مقام حاصل کر لیتا ہے۔ یعنی حق کا مشاہدہ بھی کر لیتا ہے اور حق کو پا بھی لیتا ہے۔ واصل بہ حق ہوتا ہے۔ یہ واحد شے عشق اور صرف عشق ہے۔ اور یہ عشق حق و حبیب ﷺ حق ہے۔



حدیثِ نبوی ﷺ ہے کہ:

لوگوں کے لیے وہی

پسند کر جو اپنے لیے

پسند کرتا ہے تو، تو کاملاً

مسلمان ہے۔ (بیہقی)

مراقبہ بال سنڈوالہیار

نگراں: ڈاکٹر نور محمد کاسپیوٹ

ایمر جنسی میڈیکل سینٹر، مارکیٹ چوک

سنڈوالہیار پوسٹ کوڈ 61100

فون: 0314-3741137



پیشگی

گورنمنٹ پبلک

تبصرے کے لیے کتاب کی دو جلدیں ارسال کریں....

والوں کی نگارشات بھی اس میں شامل ہیں۔

اس شمارہ کے ابتدائی صفحوں پر ادارہ، بین السطور، حمد و نعت شامل ہیں۔ اس کے بعد مقالہ اور مضامین کا حصہ ہے جس میں ڈاکٹر سلیم اختر، ڈاکٹر مرزا حامد بیگ، امین راحت



سہ ماہی فنون
(شمارہ نمبر 134)

روح رواں: احمد ندیم قاسمی

مدیر: نیر حیات قاسمی

مدیر اعزازی: ڈاکٹر ناہید قاسمی

صفحات: 428 قیمت: چار سو روپے

رابطہ: 251 بلاک، F-2 واپڈ اناؤن۔ لاہور

اردو کے ادبی رسائل میں ”فنون“ کا

چغتائی، صوفی عبدالرشید، ظفر پیل اور ڈاکٹر عبدالکریم کی تحریریں شامل ہیں۔ فن فنکار کے عنوان سے قائم کیے جانے والے حصے میں بشری رحمن کی قلم کہانیاں، کبیر خان کا سفر نامہ، رابعہ نہاں کی شاعری اور شہزاد شیر کی نظم کا جائزہ لیا گیا ہے۔ نظموں کے حصے میں احمد ندیم قاسمی کے علاوہ امین راحت، چغتائی، عبداللہ جاوید، محمد ارشاد، مشکور حسین یاد، آصف ثاقب، گلزار، امجد اسلام امجد، ستیہ پال آنند، حلیم قریشی، جلیل عالی، صفدر سلیم سیال، ایوب خاور، صفدر صدیق رضی، نصیر احمد نصیر، کرامت بخاری، محمد انیس انصاری، شوکت مہدی، افتخار جاوید، آغا ثار، انیل چوہان، عامر سمیل، آصف ثاقب، ثروت زہرہ، فرخ یار، تصنیف حیدر، حسن رحمن، کرن اجالا، نینا عادل، نیر حیات

نمایاں مقام ہے۔ یہ رسالہ برصغیر کے ممتاز شاعر، ادیب اور دانشور احمد ندیم قاسمی کی زیر ادارت جاری ہوا، ان کے انتقال کے بعد ان کی صاحبزادی ڈاکٹر ناہید قاسمی اور نیر حیات قاسمی نے اس کی اشاعت کو برقرار رکھنے کا عزم کیا تھا۔ فنون کا پہلا شمارہ اپریل تا جون 1963 شائع ہوا تھا اور اب اپنی اشاعت کے پچاس سال پورے کر رہا ہے، ”فنون“ کا تازہ شمارہ اسی مناسبت سے منظر عام پر آیا ہے جو خاصا ضخیم ہے۔ اس شمارے میں اصناف ادب کی نئی اور معیاری تخلیقات شائع کی گئی ہیں۔ برصغیر کا نامور لکھنے والوں کی تخلیقات اس میں شامل ہیں بلکہ دنیا کے دوسرے ممالک میں رہائش پذیر اردو زبان سے محبت کرنے

اللہ تعالیٰ نے قرآن کریم میں احکامات، واجبات اور شرعی اصولوں کے ذکر کے ساتھ ساتھ انبیاء و رسول کے حالات، ان کے ساتھ پیش آنے واقعات اور ان کی ابتلاء و آزمائش کی صبر آزما کوششوں سے نوع انسانی کو آگاہ کیا ہے۔



قرآن میں بیان کردہ حضرت یوسفؑ کے واقعہ کو احسن القصص قرار دیا گیا ہے۔ حسن و جمال کے پیکر، صبر و ثبات کے مجسمے اور عفو و درگزر کے عظیم علمبردار حضرت یوسفؑ کے واقعے کا آغاز قرآن ایک خواب سے کرتا ہے یہ خواب دراصل حضرت یوسفؑ کی تھلاطم خیز زندگی کا پہلا موڑ ہے۔ پھر باپ کے سایہ عاطفت سے دوری، بھائیوں کی عداوت و دشمنی، کنویں میں ڈالے جانا، قافلے والوں کا انہیں غلام بنا کر بیچنا اور مصر میں پرورش، عزیز مصر کی بیوی نے اپنی خواہش کی تکمیل کے لئے آپ پر الزام لگا کر قید خانے بھجوانا۔ ایک لمبی مدت تک قید و بند کی زندگی اور پھر تخت نشینی اور مصر کو قحط سے نجات دلانے کی حکمت عملی، غرض حضرت یوسفؑ کی داستان، ذاتی، اخلاقی، خاندانی اور اجتماعی مسائل کے متعلق سبق اور عبرتوں کے بہت ہی زیبا اور دلکش نمونوں پر مشتمل ہے۔ اللہ تعالیٰ نے حضرت یوسفؑ کو خواب کی تعبیر کا علم عطا کیا تھا اور حضرت یوسفؑ کے قصہ بیان کر کے ہماری توجہ اس طرف مبذول کرائی ہے کہ خواب محض خیالات کا نام نہیں۔ ہماری موجودہ اور آنے والی زندگی میں خواب کا بہت گہرا اثر ہے۔

قاسمی اور تائبید قاسمی کی تخلیقات شامل ہیں۔ غزلوں کا حصہ بھی احمد ندیم قاسمی صاحب سے شروع ہوتا ہے اور اس میں احمد اسلام امجد، عبداللہ جاوید، مشکور حسین یاد، امین راحت چغتائی، آصف ثاقب، خورشید رضوی، انور فیروز، سلطان سکون، جلیل عالی، عارف شفیق، ایوب طاہر، نسیم سحر، عابد وود، نصیر احمد ناصر، اشرف جاوید، ہارون الرشید، گلزار بخاری، عارف شفیق، آغا شاعر، محبوب صابر، عامر سمیل، انیل چوہان، حسن جمیل اور نیز حیات قاسمی اور دیگر کئی شعراء کی تخلیقات شامل ہیں۔ افسانوں کے حصے میں احمد ندیم قاسمی، رفعت مرتضیٰ، ضیاء بٹ، گلزار، محمد سعید شیخ، طاہر نقوی، نگہت مرزا، شہناز خانم عابدی، نیلم احمد بشیر، طاہرہ اقبال، محمد حنیف، غافر شہزاد، نجیب عمر، نگہت نسیم، سلمیٰ افتخار صدیقی، ہارون الرشید، خالد قیوتولی، فرخ ندیم، عبدالحمید، ارشد علی، تائبہ رحمن، سدراسحر عمران اور نیز حیات قاسمی کی تخلیقات ہیں۔ اس شمارے کی دیگر سیکشن میں فنون لطیفہ سفر نامہ اور تراجم شامل ہیں۔

حضرت یوسفؑ علیہ السلام

مصنف: محمد اعظم رضا تبسم

صفحات: 276 قیمت: تین سو بیس سو روپے

ناشر: زمیل ہاؤس آف پبلیکیشنز، راولپنڈی۔

زیر نظر کتاب قرآن وحدیث کی روشنی میں حضرت یوسفؑ کی حیات مبارکہ اور ان کی تعلیمات کے تذکرہ پر مشتمل ہے۔ مؤلف کتاب اس سے قبل انبیاء، صحابہ اور صوفیاء کرام پر کئی کتابیں تحریر کر چکے ہیں۔ کتاب مجدد شائع ہوئی ہے۔

بچوں کا روحانی ڈائجسٹ

منہا عظیم - کراچی

معظم خان - کراچی

اصغیہ خان - کراچی

عقلم خان - کراچی

خرگوش اور مگر مچھ

جنگل کا بادشاہ قرار نہیں دیا جائے گا۔“ لومڑی نے سارے جانوروں کو شیر کے خلاف بھڑکا دیا۔

سب جانور مل کر جنگل کے بادشاہ شیر کے پاس گئے اور سارا معاملہ بتایا اور یہ بھی کہا۔

”آپ ہم کو ان مگر مچھوں سے نجات دلائیں ورنہ آپ یہ جنگل چھوڑ کر جاسکتے ہیں۔“ یہ کہہ کر سب جانور وہاں سے چلے گئے۔

یہ سارا ماجرا شیر کا بیٹا لوتو سن رہا تھا۔ جنگل کا بادشاہ شیر بہت پریشان تھا۔ ساری رات شیر پریشان رہا۔ لوتو یہ سب دیکھ رہا تھا۔ اس نے جنگل کے سارے جانوروں کو بلوایا اور ان سے کہا۔

”اس جنگل کے بادشاہ شیر تو بہت اچھے ہیں، آپ لوگوں کا اتنا خیال رکھتے ہیں اور آپ ہیں کہ مشکل وقت میں ان کا ساتھ چھوڑ رہے ہیں۔“

چالاک لومڑی نے کہا ”اس چھوٹے سے بچے کو کیا

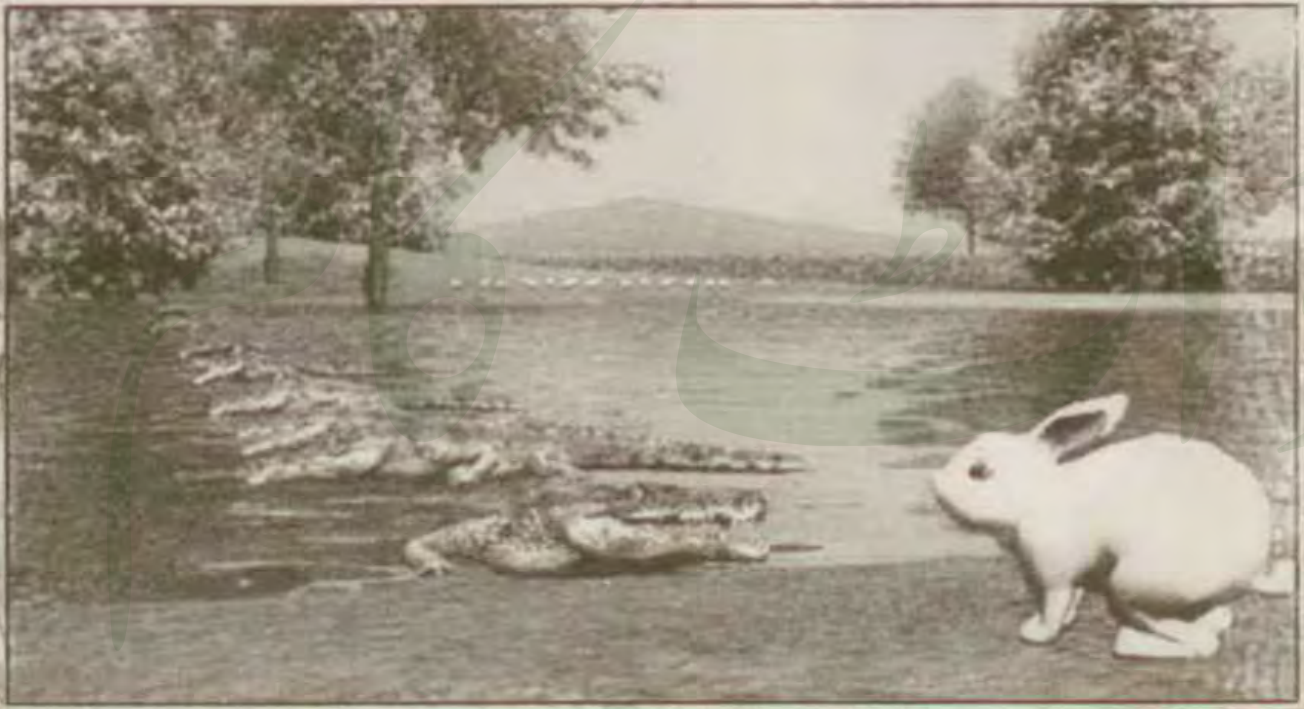
ایک جنگل میں بہت سارے جانور رہا کرتے تھے۔ شیر جنگل کا بادشاہ تھا۔ اس کا ایک بیٹا تھا جس کا نام تھا لوتو۔

وہ بہت بہادر اور سمجھدار تھا۔ جنگل میں ایک بہت خوبصورت تالاب تھا لیکن اس تالاب میں مگر مچھ رہا کرتے تھے۔ یہ مگر مچھ اپنی مرضی چلاتے اور کسی کو تالاب

سے پانی نہیں پینے دیتے تھے۔ مگر مچھ کہتے تھے کہ پہلے ہمارے کھانے کو پھل وغیرہ لاؤ اور پھر پانی پیو۔ بے چارے جانور جنگل سے پھل جمع کر کے ان مگر مچھوں کو لا کر دیتے پھر مگر مچھ ان کو پانی پینے دیتے۔ سب جانور مگر مچھوں سے تنگ تھے لہذا سب نے مل کر سوچا کہ ہمیں

جنگل کے بادشاہ شیر کو یہ بات بتانی جائے۔ سب جانوروں نے کہا ابھی چلتے ہیں۔ اسی لمحہ چالاک لومڑی بول پڑی۔

”اگر شیر بادشاہ اس معاملے میں پیچھے ہٹا تو اس کو



پتہ ان باتوں کے بارے میں۔“

لیکن ٹوٹو کی یہ بات جانوروں کے دلوں میں جڑ پکڑ گئی اور ان سب جانوروں نے بادشاہ شیر کے پاس جا کر اپنے رویے کی معافی مانگی اور کہا کہ ”ہم سب مل کر مگر مچھوں کا مقابلہ کریں گے۔“

سب سوچ رہے تھے کہ مگر مچھوں کا مقابلہ کس طرح کیا جائے۔ اتنے میں ٹوٹو بول پڑا کہ ”مگر مچھوں کو کھانے کا بہت شوق ہوتا ہے اور ان کا سب سے پسندیدہ کھانا خرگوش ہے۔“

اب تو شامت خرگوش کی تھی۔ اتنے میں ہاتھی بول پڑا ”ہم خرگوش کو مار تو نہیں سکتے۔“

ٹوٹو نے کہا ”نہیں! ہم اسے ماریں گے تو نہیں، ہاں اس کو استعمال ضرور کریں گے۔“

سارے جانور ٹوٹو کی شکل دیکھ رہے تھے کہ اس چھوٹے سے بچے کو اتنی عقلمندی والی بات کیسے سوچھی۔

خرگوش کو سب نے حوصلہ دیا اور کہا کہ تمہاری مدد سے سب جانور آرام سے زندگی بسر کر سکیں گے۔ سب کی حوصلہ افزائی پر خرگوش راضی ہو گیا۔ سب نے ایک بہت بڑا گڑھا کھودا اور اس کے اوپر پتے ڈال دیے تاکہ مگر مچھوں کو پتہ نہ چلے کہ ہم نے ان کے لیے جال بچھایا ہے۔

اب کام شروع ہوا۔ خرگوش مگر مچھوں سے بغیر پوچھے پانی پینے لگا۔ مگر مچھوں نے جب دیکھا تو انہیں بہت غصہ آیا اور ان میں سے ایک نے کہا۔

”اس کی سزا یہ ہے کہ اسے کھا جائیں۔“ مگر مچھوں نے یہ سنا تو ان کے منہ میں پانی بھر آیا۔

خرگوش نے مگر مچھوں کو اپنی طرف بڑھتے ہوئے دیکھ لیا۔ خرگوش وہاں سے ہلکے ہلکے بھاگنے لگا۔ مگر مچھ بھی لالچ میں اس کے پیچھے بھاگنے لگے۔

علم و دانش کا ہے نشان، اسکول
آگہی کا ہے گشتاں، اسکول
تیرگی میں چراغ ہے اسکول
علم و حکمت کا باغ ہے اسکول
پھول کھلتے ہیں آگہی کے یہاں
گل مہکتے ہیں دل دہی کے یہاں
گوبر علم کا یہ تھون ہے
درس و تدریس کا یہ گلشن ہے
مرکز علم ہے یہ سب کے لیے
ہے ادب گاہ، باادب کے لیے
ساری دنیا میں نام ہے اس کا
دہر میں فیض علم ہے اس کا
جو یہاں آکے فیض پاتے ہیں
روشنی بن کے جگمگاتے ہیں
(مرسلہ: محمد حامد۔ کراچی)

مگر مچھ خرگوش کا پیچھا کرتے کرتے وہاں تک پہنچ گئے۔ جہاں جال بچھا ہوا تھا۔ خرگوش جال کے اوپر سے چھلانگ مار کر دوسری طرف گر پڑا اور سارے مگر مچھ گڑھے میں گر پڑے۔

اس طرح سارے مگر مچھوں کو ان کے کیے کی سزا مل گئی اور خرگوش نے سکون کا سانس لیا پھر سب نے ٹوٹو اور خرگوش کا شکریہ ادا کیا اور جنگل کے بادشاہ شیر نے ایک بہت بڑی دعوت رکھی۔ اس طرح سارے جانور ہنسی خوشی زندگی گزارنے لگے۔



شیخ چلی

ایک گاؤں میں ایک بڑھیا رہتی تھی۔ اس کا ایک کام چورینا تھا، شیخی بگھارنے میں بہت ماہر تھا، اس کو شیخ چلی کے نام سے پکارا جاتا تھا۔ بڑھیا محنت مزدوری کر کے اپنا اور اپنے بیٹے کا پیٹ بھرتی تھی۔ ایک دن بڑھیا بیمار ہو گئی، گھر میں کھانے کو کچھ نہ تھا۔ رات کو ماں بیٹا دونوں نے فاقہ کیا۔

تیسرا بولا ”بادشاہ کے جوتے میں کالا سانپ تھا۔“
چوتھے نے کہا ”بادشاہ کو چاہیے کہ صبح جوتے کو اچھی طرح جھاڑ کر پہنے۔“

اگلے دن ماں نے کہا ”اب تم کچھ کام کرو، جنگل سے لکڑیاں ہی لا کر بیچ دیا کرو تا کہ گزر اوقات ہو سکے۔“ شیخ چلی نے جنگل کی راہ لی۔ جو درخت اس کے راستے میں آتا، وہ اس سے پوچھتا۔ ”میں تجھے کاٹ لوں یا نہیں۔“ کسی درخت نے بھی اس کا جواب نہ دید۔ شام ہونے کو تھی، شیخ چلی گھر واپس آنے کا ارادہ کر رہی رہا تھا کہ ایک درخت نظر آیا، اس نے پاس جا کر پوچھا۔ ”میں تجھے کاٹ لوں....؟“



دوسری رات جب بادشاہ سویا تو پھر پایوں نے باتیں شروع کیں۔ ایک بولا کہ تم پلنگ کو سنبھالے رکھو۔ میں کچھ خبریں جمع کر لوں۔ تینوں پایوں نے پلنگ کو تھامے رکھا۔ جب چوتھا واپس آیا تو اس نے خبر سنائی کہ بادشاہ کا وزیر سازش کر کے بادشاہ کو ختم کرنے کے بارے میں سوچ رہا ہے۔ پھر دوسرا پایا گیا اور خبر لایا کہ بادشاہ کی بیوی وزیر سے مل کر بادشاہ کو زہر دینا چاہتی ہے۔ تیسرے پایے نے تجویز پیش کی کہ بادشاہ کو چاہیے کہ وزیر کو مرادے۔ چوتھا پایا گیا اور یہ خبر لایا کہ بادشاہ کو جو دودھ صبح پینے کو دیا جائے گا، اس میں زہر ہوگا۔

درخت بولا ”ہاں کاٹ لے مگر ایک نصیحت کرتا ہوں۔ میری لکڑی سے پلنگ بنانا اور بادشاہ کے دربار میں لے جانا، اگر بادشاہ اس کی قیمت پوچھے تو کہنا کہ پہلے ایک دو راتیں اس پر سوئے، پھر اگر مناسب سمجھے تو خریدے۔“

بادشاہ یہ سب کچھ سن رہا تھا۔ صبح اٹھ کر جب اسے دودھ دیا گیا تو اس نے نہ پیا بلکہ ایک بلی کو پلا دیا۔ بلی اسے پیے ہی مر گئی اس سے بادشاہ کو پتہ چل گیا کہ اس کا وزیر اور بیوی دونوں مل کر اس کی زندگی ختم کرنا چاہتے ہیں۔ بادشاہ نے وزیر کو مرادیا اور اپنی بیوی کو محل سے نکال دیا۔ بادشاہ نے شیخ چلی کو بلایا اور بہت انعام دیا۔ شیخ چلی اب مالدار ہو گیا اور لوگ اسے شیخ چلی کے بجائے شیخ صاحب کہنے لگے۔ بادشاہ کے دربار میں اس کی عزت ہونے لگی اور دونوں ماں بیٹا بڑے آرام کی زندگی بسر کرنے لگے۔

شیخ چلی نے درخت کی ہدایت کے مطابق اس سے لکڑیاں کاٹ کر پلنگ تیار کیا اور بادشاہ کے دربار میں پہنچا۔ بادشاہ نے قیمت پوچھی تو شیخ چلی نے کہا ”پہلے آپ اس کو ایک دو رات استعمال کریں، اگر اس میں کوئی خوبی پائیں تو انعام کے طور پر جو دل چاہے دے دیں۔“

بادشاہ حیران ہوا اور شیخ چلی کے کہنے پر نوکروں کو حکم دیا کہ آج یہی پلنگ میرے کمرے میں بچھایا جائے۔ رات ہوئی تو بادشاہ اسی پلنگ پر سویا تو آدھی رات کو پلنگ کا ایک پایا بولا ”آج بادشاہ کی جان خطرے میں ہے۔“

دوسرے نے کہا ”وہ کیسے....؟“

ملا نصر الدین آفندی کی ذہانت کی کہانیاں، حکایتوں، اخلاقی محاوروں اور لطیفوں کے روپ میں مشرق وسطیٰ اور دیگر ممالک میں کافی دلچسپی سے پڑھی جاتی ہیں۔ اس کہانی میں ملا نصر الدین کا کہنا ہے کہ آدمی کی زبان کا اعتبار کیا جانا چاہیے۔ لیکن صورتحال کچھ یوں پیش آئی کہ ملا جی کو خود ان کے گدھے نے ہی قلعہ ثابت کر دیا.... لیکن ملا نصر الدین بھلا ایک جانور کو اپنی دانشمندی پر کیسے غالب آنے دیتے؟.... آپ بھی ذرا ملا نصر الدین کا جواب پڑھ کے دیکھئے....

ملا نصر الدین کی حاضر جوابی

زبان کا اعتبار



راستہ تلاش کریں



رنگ بھریں



عجیب و غریب دلچسپ معلومات

چیونٹی کی طاقت

چیونٹی اپنے وزن سے سو گنا زیادہ وزن اٹھا

سکتی ہے۔

ایک تحقیق

میں بتایا گیا ہے کہ

چیونٹیاں کس طرح

مختلف وزن اٹھانے کے لیے

اپنے پیروں کے نیچے نرم حصے کی

شکل اور حجم بدلتی ہیں۔

ماہرین نے کہا کہ ان کی

اس تحقیق سے سائنسدانوں کو بہتر گوند بنانے میں مدد

مل سکتی ہے۔ انہوں نے کہا کہ چیونٹیوں کے پیروں

کے نیچے بنے پیڑ خود بخود صاف ہو جاتے ہیں اور کسی

بھی قسم کی سطح سے چپک سکتے ہیں۔

دنیا کا سب سے طویل عمر پرندہ

طوطوں کا شمار دنیا کے بہت ہی ذہین

اور رنگ برنگ پرندوں میں ہوتا

ہے، طوطے میدانی، چٹانی، برفانی

اور ہر طرح کی جگہ میں جاتے ہیں

لیکن سب سے زیادہ یہ مواصلاتی

جنگلات میں پائے

جاتے ہیں، طوطوں کی

ایک قسم سکالٹ ماکا ہے جو

ایک بہت ہی زیادہ رنگ برنگ پرندہ ہے، اس کی

اوسط عمر ستر سے تینچتر سال تک کے درمیان ہوتی ہے

جبکہ ان کی اور قسموں کی عمر تقریباً پینتیس سال ہوتی

ہے، طوطوں کی قسم سلفر کرسڈ کوکاٹو دنیا کا سب سے

طویل عمر پرندہ ہے۔

نقطے ملائیں رنگ بھریں



دنیا کا سب سے طویل اور بلند ٹیلہ
دنیا کا ریت کا سب سے طویل اور بلند ٹیلا الجیریا
کے صحرائے اعظم میں واقع ہے۔ ریت کے سمندر
میں واقع یہ ٹیلا جو آئی سلونے۔ این ٹائی فرمین کہلاتا
ہے۔ پانچ کلو میٹر طویل اور 425 میٹر بلند ہے۔
سب سے بڑی جھیل
تازہ پانی کی دنیا کی سب سے بڑی جھیل
بیکل، سائبیریا (روس) میں واقع ہے۔ اس کی انتہائی
گہرائی 1637 میٹر ہے اور یہ مقام سطح سمندر سے
1181 میٹر نیچے واقع ہے۔ یہ مقام اولخون شکاف
کہلاتا ہے۔ یہ دنیا کی تازہ پانی کی قدیم ترین جھیل بھی
ہے جو 20 سے 25 ملین سال پہلے بنی تھی۔ خیال ہے
کہ یہ ایک بہت بڑے شہاب ثاقب کے زمین پر گرنے
سے وجود میں آئی تھی۔

تیرتا ہوا جزیرہ

میکا فلوٹ آئی لینڈ (تیرتا ہوا بڑا جزیرہ)
خلیج ٹوکیو میں "یوکوسوکا پورٹ" جاپان میں
ہے۔ یہ 3280 فٹ اور 10 انچ طویل ہے۔
396 فٹ اور 11 انچ چوڑا اور 9 فٹ 10 انچ
گہرا ہے۔ اسے پبلک کے لیے 10 اگست
1999ء کو کھولا گیا تھا۔

+++





بتاؤ ”اکبر کہاں پیدا ہوئے....؟“
شاگرد: ”فر فر۔“

(مرسلہ: محمد حیدر شاہد۔ راولپنڈی)

😊.... ایک شکاری بہت بوڑھا ہو گیا،
یہاں تک کہ اس کی نظر بہت کمزور
ہو گئی، لیکن شکار کا شوق جوں کا توں

رہا، ایک دن وہ شکار کے لیے اپنے

ایک دوست کو جنگل میں لے گیا، ایک
گولی اس نے تاک کر چلائی پھر اپنے
دوست سے پوچھا۔

”میں نے جس جانور پر گولی چلائی ہے
اسے کیا کہتے ہیں....؟“

دوست بولا ”اس جانور کو درخت
کہتے ہیں۔“

(مرسلہ: نبیاجہ۔ کراچی)

😊.... ایک روز ایک شخص نے اپنے
پانچ سالہ بیٹے سے پوچھا ”جب پانی ابلتا
ہے تو اس میں آواز کیوں نکلتی ہے؟“
بچہ کچھ دیر سوچتا رہا۔ پھر بولا ”یہ ان
جراثیموں کی چیخیں ہوتی ہیں جو پانی
اُبلنے سے مر جاتے ہیں۔“

(مرسلہ: مہتاب خان۔ کوئٹہ)

😊.... آرٹسٹ نے گاہک سے کہا ”اس
تصویر کے سلسلے میں میرے پانچ سال
گزر گئے۔“

گاہک ”کیا اس قدر محنت کرنی پڑی
آپ کو۔“

آرٹسٹ ”جی نہیں تصویر تو ایک ہفتے میں
مکمل ہو گئی تھی مگر گاہک پانچ

😊.... باہر نفیلت ”مبارک ہو، آپ
کا علاج مکمل ہو گیا، اب آپ بالکل
ٹھیک ہیں۔“

مریض ”کیا فائدہ، آپ کے علاج سے
پہلے میں ایک بادشاہ تھا، اب ایک عام
آدمی ہوں۔“

(مرسلہ: انعم صفدر۔ کراچی)

😊.... ایک فقیر نے قریب سے
گزرتے ہوئے شخص کے سامنے ہاتھ
پھیلا یا تو اس نے کہا ”ابھی میرے پاس
ریزگاری نہیں ہے، واپس آؤں گا
تو مانگ

”ہوں.... اس اُدھار کے چکر میں
ہزاروں روپے کا نقصان ہو گیا۔“ فقیر
نے بڑا سامنے بنا کر کہا۔

(مرسلہ: فیضان علی۔ اسلام آباد)

😊.... ڈاکٹر مریض سے ”آخر تمہیں
ایسی کیا بیماری ہے جس کی وجہ سے تم اس
قدر پریشان ہو....؟“
مریض ”جناب مجھے کھانا کھانے کے بعد
بھوک نہیں لگتی۔“

(مرسلہ: کامران فرید۔ حیدر آباد)

😊.... استاد شاگرد سے: ہمارے
اسکول میں انسپکٹر صاحب آنے والے
ہیں وہ جو بھی پوچیں فر فر جواب دینا۔

تھوڑی دیر کے بعد انسپکٹر صاحب
تشریف لائے۔

انہوں نے آتے ہی ایک لڑکے سے
سوال کیا۔

سال بعد ملا۔“

(مرسلہ: محمد یاسر۔ راولپنڈی)

😊.... گاہک (دکاندار سے) ”جناب
کل جو مرغی آپ نے مجھے دی تھی وہ گھر
جاتے ہی مر گئی۔“

دکاندار ”حیرت ہے۔ اُس نے ایسی
حرکت دکان پر تو کبھی نہیں کی۔“

(مرسلہ: احسن ریاض۔ لاہور)

😊.... ایک شخص پہلی مرتبہ جہاز میں
سوار ہوا۔

جب جہاز اڑنے لگا تو اس نے اپنی
آنکھوں پر ہاتھ رکھ لیا، دو منٹ بعد جب
آنکھیں کھول کر نیچے دیکھا اور ساتھ بیٹھے

آدمی سے پوچھا۔

جناب، ہم کتنی اونچائی پر پہنچ گئے ہیں کہ
باہر آدمی چوہٹیوں کی طرح نظر
آ رہے ہیں۔

دوسرا آدمی، چوہٹیاں ہی ہیں، ابھی تو
جہاز اڑا ہی نہیں۔

(مرسلہ: میرزا احمد۔ کراچی)



فرمایا رسول اللہ ﷺ نے

”اللہ اپنے بندے کی امداد میں رہتا ہے
جب تک بندہ اپنے مسلمان بھائیوں کی امداد
میں رہتا ہے“۔ (بخاری، مسلم)

مر اقبہ بال پشاور (برائے خواتین)

نگراں: تنیم کوثر

چل غازی بابا اسٹاپ، ورسک روڈ، پشاور

فون: 0345-5219925

قلندر بابا اولیاءؒ

فرماتے ہیں:

جس قوم کا ایمان کائنات کا اخلاص نہیں
وہ قوم نہ تو کائناتی قدروں کا مشاہدہ کر سکتی
ہے اور نہ ہی اس کی فہم کائناتی علوم تک
پہنچ سکتی ہے۔ اس وضع کی قوم
ہزاروں سال کی عمر پالنے کے باوجود
پالنے کا بیجہ ہی رہے گی۔

مر اقبہ ہال، پشاور

نگراں: نیاز احمد

مر اقبہ ہال: چہل غازی بابا اسٹاپ، وار سک روڈ، پشاور۔

معرفت شاہ پنساری اسٹور، پل پختہ گھنٹہ گھر، پشاور پوسٹ کوڈ 25000

فون: 0300-9564933

مرکزی مراقبہ ہال

سرجانی ٹاؤن کراچی میں جذبہ خدمتِ خلق کے تحت جمعے کے روز خواتین و حضرات کو بلا معاوضہ روحانی علاج کی سہولت مہیا کی جاتی ہے۔ خواتین و حضرات کو جمعے کی صبح

7:45 بجے ملاقات کے لئے نمبر دیئے جاتے ہیں اور ملاقات صبح 8 سے 12 بجے دوپہر تک ہوتی ہے اور ہفتے کی دوپہر 3:45 بجے نمبر دیئے جاتے ہیں اور ملاقات 4 بجے سے شام 7 بجے تک ہوتی ہے۔ ہر ہفتے، بعد نماز جمعہ عظیمیہ جامع مسجد سرجانی ٹاؤن میں اجتماعی محفل مراقبہ منعقد ہوتی ہے جس میں درود شریف، آیت کریمہ کا ختم اور اجتماعی مراقبہ کے بعد دعا کی جاتی ہے۔ جمعے اور ہفتے کے علاوہ خواتین و حضرات ملاقات کے لئے زحمت نہ کریں۔ محفل مراقبہ میں دعا کے لئے اپنا نام، والدہ کا نام اور مقصد دعا تحریر کر کے ارسال کیجیے۔ جن خوش نصیبوں کے حق میں اللہ رحیم و کریم نے ہماری دعائیں قبول فرمائی ہیں وہ اپنے گھر میں محفل میلاد کا انعقاد کرائیں اور حسب استطاعت غریبوں میں کھانا تقسیم کریں۔

محفل مراقبہ



عراقان الحق۔ عروج۔ عریضہ جنید۔ عزیز۔ عشرت زاہد۔ علی حسن۔
علیہ قاطمہ۔ علیہ جنید۔ علی۔ علی احمد۔ علامہ الطائف۔ عمران۔ عمر۔
عندیب۔ عینی۔ عقیان۔ قلام محمد۔ قارآن۔ فارحہ۔ فاروق۔ قاریہ
۔ قاطمہ۔ قازمہ انیس۔ قانزوہ۔ فرحان الحق۔ فرحان۔ فرحت۔ فرحہ۔
فردوس۔ فرزانہ کنول۔ فریان۔ فرید احمد۔ فریدہ۔ فیصل رفیق۔ قاسم۔
قرۃ العین۔ قمر راکو۔ قیصر محمود۔ کامران۔ کریم بی بی۔ کاشوم۔
کنول۔ کنیزہ۔ کوثر پرویز۔ کوثر۔ لاریب۔ مادیہ۔ ماہرغ۔ مجتبیٰ۔ محسن
طارق۔ محسن۔ محمد ارسلان۔ محمد حقیقہ۔ محمد علی۔ محمد فاروق۔ محمد
لیتوب۔ مرتضیٰ کاشف۔ مریم منظور۔ مزل بی بی۔ مزل رسول۔
سرت شاہد۔ سرت جہاں۔ سرت منظور۔ سز کوثر خالد۔ مصباح
قمر۔ مصباح علی۔ مظہر علی۔ مقبول بی بی۔ ممتاز احمد۔ ممتاز بیگم۔ منزوہ
منور طارق۔ منید بی بی۔ منیر احمد۔ اختر سلطانہ۔ اصفیہ۔ الماس۔ امیر
سلمان۔ امتیاز۔ انیس کریم۔ انعم طاہر۔ اورنگزیب۔ اویس احمد۔ آسیہ
پروین۔ آصف عارفین۔ آفتاب قلام محمد۔ آفتاب قاشمی۔ آمنہ۔ ہابر
امین خان۔ بسما اختر بیگم۔ بشری رحمان۔ بشر غازی۔ بلال رضا۔
بلال احمد۔ تابندہ ناز۔ تبسم آصف۔ تبسم۔ تحسین شوکت۔ تنہیم بانو۔
تجیہ شہزاد۔ شمینہ اکرم۔ ثویہ۔ یمن۔ جاوید۔ جمیلہ۔ جواد احمد۔ جواد
علی۔ جویریہ۔ حسن علی۔ حبیب انسانی۔ حسین۔ حفصہ۔ حمیدہ۔ حمیدہ
بیکم۔ حمیرا ناز عظمیٰ۔ حمیرا نسیم۔ حمیرا ناز۔ حنا نور۔ حنیفہ۔ خالد رشید۔

کراچی:

احسن وقار۔ احسن عمران۔ احمد حسن۔ احمد سعید۔
ارسلان۔ اسماعیل۔ اعجاز۔ افضل۔ اکرم الحق۔ الطاف حسین۔ ام
اجمل۔ ام رابعہ۔ ام سلمیٰ۔ لمان الحق۔ امداد۔ انجم۔ انیس الحسن۔ انیس
ایم۔ جہاں الدین۔ ایمین۔ ایوب۔ آپا قر۔ آمنہ انوار۔ بشری مظہر۔
بشری۔ بی بی کوثر۔ پروین کوثر۔ ثانیہ طارق۔ شمینہ۔ شہ فضل۔ ثویہ۔
جاوید۔ جاوید۔ جمال۔ جمیل احمد۔ جمیلہ لیاقت۔ جنید عثمان۔ جنید۔
جواد۔ جویریہ۔ حسن فضل۔ حسن۔ حسینہ۔ منانہ نس جانا۔ خاتون۔ خالد
اکبر۔ خدیجہ۔ خرا۔ خضر جمال۔ دانش خمیم۔ دلدار۔ دلشادی بی۔ رابعہ
سندس۔ رابعہ۔ راجو۔ رخسار۔ رخسانہ انجم۔ رزاق احمد۔ رضوان علی۔
رضوان شاہد۔ رضیہ۔ رقیہ بی بی۔ روبینہ راکو۔ ریاض۔ ریحان۔ رشیم بی
بی۔ زاہد سر فراز۔ زاہدہ نسیم۔ زاہدہ جانا۔ زہیدہ بی بی۔ زکیہ بی بی۔ زین
وقار۔ ساجدہ پروین۔ ساجدہ۔ سحر شمشاد۔ سر فراز احمد لودھی۔
سر فراز درانی۔ سعد مرزا۔ سعید۔ سعیدہ شاہد۔ سلمیٰ محبوب۔ سمیرا بی
بی۔ سوراجنید۔ سنی۔ شاہدہ پروین۔ شاہدہ۔ شائستہ۔ شفقت پروین
۔ شفیق۔ شکیلہ۔ شائلہ۔ شمع پروین۔ شمیم حق۔ شمیم خالد۔ شہزاد
پروین۔ شہلا۔ شہنید۔ شیراز۔ صابرہ بی بی۔ صائمہ فیصل۔ صائمہ۔
صدقہ۔ طارق۔ طاہرہ۔ طیبہ۔ ظفر۔ عابد محمود۔ عابدہ پروین۔ عابدہ۔
عالیہ۔ عامر۔ عائشہ اکرام۔ عائشہ مظہر۔ عائشہ نسیم۔ عائشہ جاوید۔
عبدالرحمن۔ عبداللہ۔ عثمان۔ عدنان۔ عذرا۔ عرشہ علیہ نعمان۔

خرم جمیل۔ محضری۔ خلعت فاطمہ۔ خورشید اختر۔ خورشید بیگم۔ ذاکٹر
سلطی محمود۔ ذکیہ سلطانہ۔ ذکیہ محمود۔ ذیشان۔ راشد علی۔ راشدہ
شعیب۔ رابعیہ۔ رشیدہ بیگم۔ رضوانہ سلام۔ رفعت ناز۔ رفعت
یا سکین۔ رقیہ بیگم۔ روینہ ساجد۔ رونقہ ادریس۔ ربیعہ اقبال۔ ریاض
فاطمہ۔ زابدہ اللہ نور۔ زابدہ پروین۔ زہرا اقبال۔ ساجد۔ سازہ عامر۔
سازہ۔ سحر اقبال۔ سر فراز خان۔ سعیدہ بانجی۔ سلمان۔ سمعیہ اللہ۔
سمیرا اسماعیل۔ سمیع۔ سمیعہ خان۔ منیرہ انیس۔ سید بدیع الحسن۔ سید
راشد احمد۔ سید ضیاء الحسن۔ سید طاہر علی۔ سید عامر علی۔ سید محسن احمد۔
سیدہ توقیر فاطمہ۔ سیدہ نادیہ۔ سیما مسعود۔ شازیہ اسماعیل۔ شائستہ
ارم۔ شائستہ جبین۔ شائستہ ہاشمی۔ شادہ۔ شادیہ۔ شانیہ۔ صائمہ
النصاری۔ صوبیہ ارم۔ طاہرہ بی بی۔ عائشہ خان۔ عائشہ مسرت۔
عائشہ۔ عبداللہ۔ عذرا۔ عرزہ عامر۔ عرزہ۔ عرفان۔ ارشاد ظلیل۔
عظمیٰ غازی۔ عفت پروین۔ علی احمد۔ علی رضا۔ علی۔ عمران احمد۔ عمیر
متین۔ عمیر۔ عنبرین عالم۔ عنبرین۔ غوث معین۔ فجر علی۔ فرح
صادق۔ فرمان احمد۔ فرحمن رسول۔ فرخ شاد۔ فوزیہ بیگم۔ فوزیہ
عبدالواحد۔ فوزیہ مرتضیٰ۔ فوزیہ۔ فہیمہ خالق۔ فاروق۔ قاسم ضیاء۔
قاسم عزیز۔ قاسم متین۔ قرسم۔ قرۃ العین۔ کامران محی الدین۔ کرن
تحریم۔ کلثوم۔ گل نور۔ ماریہ فراز۔ ماہ نور۔ مبین۔ محمد احمد۔ محمد اسد
خان۔ محمد الطیر۔ محمد انور۔ محمد ایاز۔ محمد اسامہ۔ محمد بن نصیر۔ محمد خالد
بٹ۔ محمد ذکی۔ محمد سلمان۔ محمد سلیم احمد۔ محمد سلیم خان۔ محمد عامر۔ محمد
عبدالعزیز۔ محمد عبدالخالق۔ محمد عبدالرافع علی۔ محمد عبدالعزیز۔ محمد
عثمان۔ محمد عمیر۔ محمد عمیر۔ محمد فاروق۔ محمد فرمان رسول۔ محمد فہیم
خان۔ محمد معاذ۔ محمد معصب۔ محمد وقار۔ محمد ہاشم۔ محمد یوسف۔ محمود
اختر۔ محمود۔ محی الدین۔ مدثر۔ مرتضیٰ حسن۔ مریم وقار۔ مسرت متین۔
مسعود احمد۔ مسعود احمد۔ مسعودہ بیگم۔ مشرف الزماں۔ معراج حسن۔
معرفت فاطمہ۔ معصومہ۔ ملک۔ منیر عادل۔ نادیہ آصف۔ نازش
پروین۔ نازیہ عمران۔ ناصر جمال۔ نادیہ۔ نور جہاں۔ نور جہاں۔ نوشین
کنول۔ وجیہ۔ بٹول۔ وقار۔

حیدر آباد: احمد خالد۔ احمد سلمان۔ احمد شیخ۔ احمد نسیم۔ احمد

رضا۔ اختر علی۔ اربیبہ۔ ارباب۔ ارسلان۔ ارشاد رفیق علی۔ ارشاد
رفیق۔ ارشاد ارم۔ اسد۔ اشفاق احمد۔ اصغری بیگم۔ اظہار احمد
شیخ۔ اعجاز احمد۔ اعجاز۔ افتخار بکت۔ اقصین کلیل۔ افضل۔ اقبال احمد۔
اکبر۔ اکرم۔ امبر۔ انس۔ انجم۔ انوری۔ ایاز۔ اسامہ۔ آسیہ۔ آمنہ
بیگم۔ بدر جہاں۔ بشری۔ بشیر۔ پروین اختر۔ سانج بیگم۔ قبل۔ تسلیم
جہاں۔ تنویر۔ ثریا بیگم۔ ثمنینہ۔ شاہ گل۔ جان محمد۔ جاوید احمد
شیخ۔ جاوید۔ جمیلہ بیگم۔ جمیلہ شائین۔ جنید۔ جوریہ۔ جہا نزیب۔ جہاں
خان۔ چوہدری محمد فاضل۔ حارث۔ حامد۔ حرا صدیقی۔ حرا

مغل۔ حسن بانو۔ حسنین احمد۔ حسینہ۔ حکیم پرویز اقبال۔ حمیدہ۔ حمیرہ
حنا۔ حیات خاتون۔ خادم حسین۔ حمد۔ خالد۔ خرم۔ خطیبہ۔
خوشنود۔ خیر النساء۔ دانش۔ درخشاش۔ دشاوہ۔ ذاکٹر شیانہ حسین۔
ذرفشان۔ ذیشان۔ روشن۔ راجہ اسد اللہ۔ راشدہ۔ راشد۔ رابعہ۔
رخسانہ۔ رشیدین۔ رضوان۔ رضیہ۔ رفیعہ۔ رفیق۔ رقیہ بیگم۔
رونی۔ روحانہ۔ روزی۔ روشن دین۔ ربیعہ۔ زابدہ حمید۔ زابدہ
شادہ۔ زبیدہ۔ زریں۔ زمین کنول۔ زہرا۔ زہرہ فاطمہ۔ زیب النساء۔
زین العابدین۔ زینب۔ ساجدہ احسان الحق۔ سازہ احمد خان۔ سار
جہاں۔ سجاد علی۔ سجاد۔ سحر۔ سردار بی بی۔ سعدیہ۔ سکینہ۔ سلمان
خان۔ سلمان ضیاء۔ سلطی بیگم۔ شمینہ۔ سول۔ سومیہ۔ سونیا بلوچ۔
سونیا۔ سیدہ شاد۔ سیمہ۔ شازیہ شیخ۔ شازیہ گوہر۔ شائستہ۔ شاہ زیب
قریشی۔ شاہ عالم۔ شاہ نواز۔ شاجہاں۔ شادہ۔ شانیہ۔ شرمیلا بی
بی۔ شرمین کنول۔ شریفہ فاطمہ۔ شکیل احمد قریشی۔ شکیلہ الیاس۔
شکفت۔ شمس الدین۔ شمع انجم۔ شمیم بنت صفوی۔ شمیم جہاں۔ شمیم
رضا یامین۔ شمینہ۔ شہاب شہزادی۔ شہناز۔ شہناز فریال۔ شہناز صابرہ
بیگم۔ صفیہ بیگم۔ صفیہ ریاض۔ ظفر اللہ جان۔ عامر۔ عائشہ۔ عبد
الحق۔ عبد الجبار۔ عبد الحاق۔ عبدالغفور۔ عبد اللہ۔ عبد الوحد۔ عتیق۔
عدیل۔ عدیلہ۔ عدیل۔ عرفان احمد۔ عطیہ۔ عطی۔ علوان الدین۔ علی
حسن۔ علی حمید۔ عظیم۔ علی۔ عمر۔ عمران۔ عنبرین۔ نظام سرور۔ نظام
فاطمہ۔ نوشیہ۔ فاخرہ فاطمہ۔ فرح ناز۔ فرحان۔ فرحین۔ فرحین ناز۔
فرخ۔ فرزانہ سلطانہ۔ فرقان۔ فریدہ۔ فضل۔ فقیر محمد۔ فوزیہ۔ فہیمہ۔
فہیم۔ فیصل۔ فیض محمد۔ قادر۔ قرۃ العین۔ قرۃ النہاشی۔ قر
زمان۔ کاشف۔ کائنات۔ کائنات۔ کنول۔ کینز فاطمہ۔ کوثر پروین۔
کوثر۔ کبکشاں۔ گل فشاں۔ گل منیر۔ گل ناز۔ لاریب۔ لالہ
جان۔ لالیبہ۔ لطیف۔ لیاقت۔ ماریہ ابراہیم۔ محمد احمد۔ محمد جاوید الہی
بخش۔ محمد جمیل۔ محمد حماد۔ محمد حنیف۔ محمد سلیم۔ محمد صالح۔ محمد
عاقب۔ محمد علی۔ محمد کریم۔ محمد لطیف۔ محمد محی الدین۔ مراد
معروف۔ محمودہ بیگم۔ ممتاز۔ مہر جہاں۔ مہر انسانی۔ مہک۔ میوش۔ کھیا
بیگم۔ نادیہ۔ نازش۔ ناز علی۔ نازنین۔ نازیہ۔ ناصر۔ نائلہ۔ نایاب۔ نبی
بیگم۔ نہاد۔ نجیب اللہ۔ نجیب احمد۔ ندا کنول۔ ندا کنول۔ نرگس۔
نزیبت۔ نسائی۔ نسرین۔ نسیم آرائی۔ نسیم جہاں۔ نسیم فاطمہ۔ نسیم فاطمہ۔
نسیبہ نظر محمد۔ نعمان۔ نغمہ سحر۔ نواب خاتون۔ نور انعام۔ نور
جہاں۔ نور محمد۔ نورین۔ نوشاہی۔ نیاز۔ وسیم احمد شیخ۔ وقار احمد۔ وقار
حسن۔ وہاب۔ ہادیہ۔ ہدایت خاتون۔ یاسر۔ یاسمین بشیر۔ یاسمین۔

لاہور: حنا۔ واجدہ۔ ہما اسماعیل۔ عمران شوکت۔ عائشہ امتیاز۔ محمد

عارف۔ ظہیر الدین۔ یاسمین۔ محمد ندیم۔ سعد الرحمن۔ ساجدہ ندیم۔
عالم شاد۔ انور۔ محمد عثمان۔ رضوانہ۔ نسیم احمد۔ سلطانہ۔ ہاشم۔ ملک

رضا۔ فاطمہ۔ ظفر۔ تابید۔ اسلم۔ صادق۔ واجد علی۔ ابو بکر۔ رضوان۔
 زین۔ تابیب۔ محمد عاقب۔ عرفان۔ شاہ زاہد۔ خالد۔ عظیم۔ یث۔ انور
 خان۔ شاہد فاروق۔ محمد بلال۔ محمد عباس۔ خرم جمیل۔ عمارہ۔ عیسیٰ
 خان۔ شہانہ۔ ارسلان۔ سانج محمد۔ شاہدہ۔ عظیم خان۔ حمیرا۔ وحیدہ
 علی۔ شازیہ۔ شہزاد۔ شازیہ۔ قرازی۔ خلیل۔ فاطمہ۔ خالدہ۔ علی
 رضوان۔ شاہ زبیب۔ کنول۔ بلال۔ تابید اختر۔ سجاد احمد۔ زویہ۔
 غنیل۔ محمد ارشد۔ محمد امجد۔ عاقب۔ طاہر محمود۔ حمیرا و یث مہوش۔
 محمد انور۔ محمد فیصل۔ محمد جاوید۔ کوثر۔ انجم سعید۔ حیدر علی۔ امجدہ
 عاقب۔ طاہر محمود۔ محمد انور۔ محمد فیصل۔ محمد جاوید۔ کوثر۔ انجم سعید۔
 حیدر علی۔ سعیدہ۔ عامر رضا۔ گل رخ۔ ناصر نعمان۔ اسامہ۔ رحمان۔
 عامر۔ محمد طارق۔ محمد جواد۔ طارق۔ خالد۔ فوشہ۔ کلام فاطمہ۔ بشری۔
 شریا بانو۔ رابعہ۔ فلک محمد۔ حمیدہ۔ رومی۔ منصور۔ فیصل طارق۔ اقراہ۔
 رویتہ۔ شمینہ۔ مشتاق احمد۔ عارث۔ عبدالواحد۔ جنت۔ شفا۔ فاطمہ۔
 عائشہ۔ زاہد۔ ملک۔ محمد عدیل۔ ارم خرم۔ کوئل۔ کھلیل۔ عائشہ۔ رشیدہ
 بی بی۔ طاہر فضل۔ مرزا اسد۔ ناصر علی احمد۔ شازیہ۔ آمنہ۔ زاہدہ۔
 فضل خان۔ حماد علی۔ رشیدہ بیگم۔ ظہور احمد۔ کرن۔ شاہد محمد۔ حماد
 مدیحہ۔ فہد۔ محمد خان۔ ناصر۔ عائشہ۔ نعمان۔ محمد شفیق۔ نسرین۔ تحریم
 کوثر۔ الیاس۔ شیخ خورشید۔ عاشی۔ عباس۔ محمد علی خان۔ شہانہ۔
 کامران۔ صداقت۔ عمران۔ حر۔ شازیہ۔ ذیشان۔ عید الرحیم۔
 طاہرہ۔ عثمان۔ محمد موصی۔ نگزار۔ محمد خان۔ عمارہ۔ عمارہ۔ یونس۔
 شازیہ۔ فرقان۔ راجیل۔ ناصرہ۔ ناصر الرحمن۔ شمر حقیقہ۔ شہزادہ
 پادون اعجاز۔ اربیب۔ شجاعت۔ شازیہ اکرام۔ رابعہ۔ فرحت۔ زبیدہ
 گرامت۔ قیصر منظور۔ عید الغنی۔ عمر۔ تبسم شاہین۔ زاہدہ۔ فاطمہ۔
 تابید۔ عامر۔ محمد اعجاز۔ خاور۔ محمد احمد۔ وقار انجم۔ رضوانہ۔ سحر۔
 رخسانہ۔ گلشن۔ صالحہ پروین۔ فاروق۔ سعیدہ نسیرین۔ عمر فاروق۔
 سید عثمان۔ ارم۔ حاصم۔ کامران۔ ذیشان۔ زریہ۔ محمد یونس۔ عامر
 عمران۔ جاوید۔ نذرانہ۔ رحمانہ۔ محمد عظیم۔ فرید۔ زینت۔ عالیہ۔
 جمشید۔ ارشد۔ خالدہ۔ ظہور احمد۔ امجدہ۔ عثمان۔ ارباب۔ ارشدہ۔
 رشیدہ۔ رحمن فرید الدین۔ یاسر۔ وقار رحمانہ۔ عامر اقبال۔ آفتاب۔
 عامر حقیقہ۔ غنقر۔ حنا۔ گلشن۔ عفت یا حسین۔ اورنگزیب۔ رویتہ
 شاہین۔ رضیہ۔ سدرہ۔ شمر۔ حنا۔ ارشد یاسر۔ مقبول۔ ارشدہ۔ شمس
 شاہدین۔ عرفان۔ حاصم۔ اعجاز۔ محمد الیاس۔ زر قاعائشہ۔ سکینہ اختر۔
 شمینہ نوشین۔ عبدالرحمن۔ فرحت۔ جاوید۔ رفعت۔ سارہ آصف۔
 واثقہ۔ اسامہ۔ شہباز حسین۔ شازیہ۔ محمد زبیر۔ تابیدہ۔ کنول۔ شمینہ۔
 خلیل افضل۔ نور محمد۔ ارشدہ۔ بشارت علی۔ تبسم۔ محمد رفیع۔ محمد حافظہ
 کھلیل۔ سہلی آرد نورین۔ محمد اقبال۔ شبیر حسین۔ صائمہ۔ عمران۔
 اختر۔ یاسمین۔ نصیر۔ محمد اسلام۔ شریہ۔ یاسمین۔ فاطمہ۔ نعیم۔ گلشن

آرد۔ محمد اختر۔ راحیلہ۔ زینت۔ نعمان۔ عبداللہ۔ محمود اختر۔ راحیلہ۔
 نعمان۔ عبداللہ۔ فاطمہ۔ فاریحہ۔ شاہین۔ طلعت۔ فائزہ۔
 حذیفہ۔ امن۔ شوکت علی۔ نویدہ۔ عاصمہ۔ شمینہ۔ عامر۔ کاشف۔
 زمرہ جمیل۔ فرزند۔ نسیم۔ حبیب سلمان۔ نجمہ۔ رضیہ۔ راحت۔
 رخسانہ۔ آفتاب۔ محمد احمد۔ طیبہ۔ محمد اعجاز۔ محمد ارشد۔ سمیرا۔ زاہدہ
 ناصرہ اقبال۔ واحد۔ عارث۔ احمد۔ نعیم۔ طاہر۔ جنت۔ راحیلہ۔ ماریہ۔
 طاہر۔ زاہدہ۔ قیوم۔ مرزا اکرم اللہ بیگ۔ عرشمین۔ فیض۔ عائشہ۔
 زبیدہ۔ قاری محمد باہر۔ محمد افضل۔ محسن کامران۔ احتشام۔ محمد زاہدہ۔
 آصف۔ آصف علی۔ عمیر اجمل۔ احمد عدیل۔ سکینہ۔ سلمان۔ عظیم۔
 شوکت۔ عبدالخالق۔ محمد عمر۔ سلمان۔ عادل۔ امجد پرویز۔ سلطانہ۔
 عمران۔ تبسم۔ عرفان۔ صدیقی۔ ذکریا۔ فصیح النساء۔ فرح بانہ۔ نازیہ۔
فیصل آباد: ابو بکر۔ احتشام۔ ارم کاشف۔ ارم کوثر۔ اسامہ
 ندیم۔ اسد رحمان۔ اشتیاق۔ اشرف سعید۔ انعم راشد۔ انیس۔ سلیم
 ارشد۔ آصف رحمان۔ بانجی زین۔ برہان علی۔ بشری جیلانی۔ تنیم
 فاطمہ۔ تغیرہ۔ قتل۔ جنیل زہرہ۔ شمر عباس۔ شمینہ شہزادی۔ شمینہ
 مقصود۔ جاوید احمد۔ جمیل احمد۔ جمیلہ احمد۔ جواد شفیق۔ جویریہ جیلانی
 جویریہ صفرائی۔ جویریہ۔ حاجی مقصود حسین۔ حامد رشید۔ حرا
 مقصود۔ حسان طاہر۔ حمزہ۔ حمید زائدہ۔ حنا۔ خاور رشیدہ۔ دانش فیصلہ۔
 دلیر عدنان۔ ذکیہ بیگم۔ راحیلہ۔ عبدالرب۔ راشد محمود۔ راشدہ پروین۔
 رانا جمل حسین۔ رانا عثمان۔ رانیہ فاطمہ۔ رباب۔ رشید احمد۔ رفعت
 فیصل۔ رفعت مختار۔ رفیق کبیرہ۔ رفیق۔ رقیہ انوار۔ رقیہ۔ روٹی رفیقہ۔
 رویتہ۔ روٹی۔ ربیعہ شوکت۔ زاہدہ۔ زاہدہ۔ زبیدہ بی بی۔ زبیدہ
 ندیمہ۔ زر قاعائشہ۔ زین العابدین۔ ساجدہ۔ سعیدہ بانو۔ سعیدہ
 عدیل۔ سعیدہ مختار۔ سعیدہ۔ سکینہ۔ سیف الدین۔ سیمائی بی۔
 شازیہ۔ شاہدہ بی بی۔ شاہدہ جاویدہ۔ شاہین محمود۔ شمس۔ شہناز طاہر۔
 شہناز کوثر۔ صابر علی۔ صائمہ۔ جاوید۔ صبا نورین۔ صفیرہ بی بی۔ طاہر
 الطیف۔ طاہرہ۔ طاہری جیلانی۔ طیبہ طاہر۔

راولپنڈی/اسلام آباد: آرزو سلیم۔ آصف
 شاہد۔ آمنہ سلیم۔ احسن آفتاب۔ احمد۔ اصغری بیگم۔ انشا آفتاب۔
 انشال۔ انشین۔ لائکہ آفتاب۔ انوری بیگم۔ انیلہ۔ بانو۔ بیتش عامر۔
 بے نظیر۔ پرنس عبدالماجد۔ پروین۔ تبسمہ سکینہ۔ شمینہ محمد علی۔
 جمال۔ جمیلہ۔ حادث حسین۔ حسینی بیگم۔ حمیرہ۔ خالدہ محمود۔ غدیریہ بی
 بی۔ خورشید بیگم۔ خوشنود مجیدہ۔ راشدہ۔ رافع معاذ۔ رافع۔ رامت۔
 رویتہ منیر۔ رحمانہ افضل۔ زاہدہ پروین۔ زرقہ بی بی۔ زہرہ بیگم۔ سارہ
 آصف۔ سبط الرحمن۔ سین۔ سجاد حیدر۔ سحرش شہزادہ۔ سعیدہ سمیرا۔
 سعیدہ فیروزہ۔ سعیدہ اختر۔ سعیدہ بیگم۔ سلمان حیدر۔ سلمان فیض۔ سید
 طارق۔ سید عمران۔ سید عمیر۔ شازیہ۔ شاہد خالد۔ شاہین۔ شفیق

یونس۔ محمد پرویز۔ محمد دانش۔ محمد شاہد۔ محمد شعیب۔ محمد طاہرہ مبین۔
محمد علی۔ محمد عمران۔ محمد فیصل۔ محمد نسیم۔ مدیحہ۔ معین احمد۔ منظور
النساء۔ منور۔ منیر۔ نیلو فر۔ واثق فیصل۔

پشاور: - انصار علی۔ انیلہ۔ بشری خان۔ بلال قریشی۔ بلال۔ بیگم
فاطمہ۔ بیتش نصر بھٹی۔ شمینہ۔ جنت حسن۔ حبیب احمد۔ حبیب انور۔
حسین میر۔ حمزہ۔ حمیدہ۔ حمیرا۔ دیپہ فیاض۔ رابعہ عارف۔ راشدہ۔
رقیہ حسن۔ ریاض بیگم۔ زابدہ الحق۔ زابدہ۔ سجاد احمد۔ سجاد انور۔
سردار بی بی۔ سر فراز احمد۔ سعدیہ الماس۔ شازیہ۔ شبنم مجید۔ شعیب
احمد۔ شکیلہ پروین۔ شمیم ریاض۔ شمیم میر۔ شہر یار علی۔
شہزادی۔ شہناز اختر۔ شہناز۔ صفیہ عابدہ احمد۔ صفیہ میر۔ طارق رشید
بت۔ طلعت رانا۔ طیبہ تنویر۔ عاشقہ۔ عاصم سعید۔ عامر انتقاد۔ عاکشہ
ریاض۔ عاکشہ۔ عبدالرشید بت۔ عدیل۔ عظمت محمود۔ عمر۔ غلام
فاطمہ۔ فاریحہ نصر بھٹی۔ فراست۔ فرحانہ۔ فرحان۔ فرح۔ فواد احمد۔
فوزیہ اقبال۔ فوزیہ حسن۔ قاسم سعید۔ قیوم فاطمہ۔ کلثوم اختر۔ کلیم۔
گل نفیس۔ محمد سلمان حسن۔ محمد حنیف۔ محمد عارف۔ محمد عثمان۔
محمد علی۔ محمد عمر۔ محمد نسیم اقبال۔ مختار ال۔ مسز بشارت۔ مسز جمیل
راؤ۔ مسز حامد۔ مسز ریاض۔ مسز شاہ۔ مسز علی۔ مسز قریشی۔ مسز میر۔
مسز ناپید۔ احمد حسین۔ ارشد محمود۔ اشفاق محبوب۔ انجمنہ اصغر۔ لہام
علی۔ انجم ریاض۔ آمنہ جمال۔ آمنہ بی بی۔ تبسم۔ جمال حق۔ جویریہ
شرین۔ حسنین علی۔ دروانہ خدی۔ راشدہ۔ رضوان علی۔ رضیہ بی
بی۔ روینہ احمد۔ روشن دل۔ زرد بی بی۔ سعدیہ کوثر۔ سکیل احمد۔

دریاد خان: - ابو بکر۔ احتشام۔ احسان اللہ۔ احمد کبیر۔ ادیبہ
داؤد۔ اسد رحمن۔ اسماء منظور۔ اسماء نسیم۔ اسماء اشرف بیگم۔ اشرف
بیگم۔ اصغر بی بی۔ اصغر علی۔ اعظم حسین۔ اقراء طارق۔ اقراء اللہ
رکھی۔ انیس۔ اولیس۔ آرزو یوسف۔ آسیہ عاظمہ۔ آصف رحمان۔
آصف رحمان۔ آمنہ۔ بانو۔ برہان علی۔ برہان علی۔ بشری
ریاض۔ بشری شفیق۔ بشری۔ بشیراں سرور۔ پرویز اختر۔ پرویز
اختر۔ پروین اختر۔ تانیہ۔ تبسم علی۔ تصفیہ قبل۔ تزیلہ۔ تنویر عباس۔
توصیف ناصر۔ توصیف ناپید۔ ثاقب اقبال۔ ثریا بی بی۔ ثریا۔ شمینہ
احمد۔ شمینہ کوثر۔ شمینہ مقصود۔ شمینہ۔ شانی۔ جاوید اقبال۔ جاوید۔
جشید ریاض۔ جمیل احمد۔ جویریہ لیسن۔ جویریہ لیسن۔ چوہدری خالد۔
چوہدری المن۔ حاتی شوکت۔ حاشم۔ حافظہ عدنان۔ حامد رشید۔ حامد
رشید۔ حامد زابدہ۔ حبیب۔ حرا۔ حسان طاہر۔ حسان طاہر۔ حسن بی بی۔
حسین رضا۔ حفصہ۔ حفیظ بی بی۔ حمزہ مراد۔ حمید زابدہ۔ حمیرا بی بی۔ حنا۔
حسنہ۔ غمیل احمد۔ خورشید احمد۔ خورشید بی بی۔ دلبر عدنان۔ راشدہ بانو۔
راشد کبیر۔ راشدہ۔ رانا گل حسین۔ رانی بی بی۔ رخصتہ۔ رزاق۔ رسول
بی بی۔ رضوان احمد۔ رضیہ بی بی۔ رضیہ بیگم۔ رفعت بختہ۔ رفعت۔ رقیہ

الرحمان۔ صالحہ مریم۔ صائبہ سلیم۔ صائمہ افضل۔ صائمہ بی بی۔ صائمہ
سلیم۔ ضیف علی خان۔ طاہرہ کفیل۔ عابدہ ریاض۔ عاکشہ آفتاب۔ عاکشہ
مسعود۔ عاکشہ۔ عبد الغفور۔ عبد ازاوق۔ عبد الرؤف۔ عرفان
علی۔ عرفان۔ عزیز النساء۔ عمران جاوید۔ غلام رسول۔ غلام صفری۔
غلام۔ فاروق۔ فارینہ امجد۔ فرحت امجد۔ فریحہ۔ فیاض احمد۔ قیصرہ
بانو۔ کاشف جاوید۔ کامران جاوید۔ کشور بی بی۔ محمد ارسلان وقاص۔
محمد افضل۔ محمد سلیم۔ محمد وقار۔ مختار احمد۔ مسرت ارشد۔ مسرت۔
مشاق۔ مظہر سلطان۔ مہوش شاہد۔ نادیہ شہزادہ۔ ناپید عباسی۔ نیلہ نیر
انسامہ۔ نیلہ خالدہ۔ نرمس۔ نررت آفتاب۔ نررت شہزادہ۔ نسیم افضل۔
نصیرہ بیگم۔ نور خانم۔ نوشین عدنان۔ واصف علی شاہ۔ وجیہ ظفر۔ وقار
منور بیگم۔ وقار نور۔ ہاجرہ۔ ہارون۔ ہشام احمد۔ ہمیرا خالدہ۔

سبکدھار: - امینہ بیگم۔ آمنہ خان۔ بلال خان۔ بلقیس بی بی۔
بلقیس بیگم۔ تحسین۔ توفیق خان۔ ثریا۔ ثمرین۔ شمینہ امجد۔ شاد۔ جمیلہ
بی بی۔ منید خان۔ حرا امجد۔ حرا۔ حسن علی۔ حسین۔ حفصہ شاہد۔ حفصہ
دلارہ۔ حلیمہ بی بی۔ حنا خان۔ حنا۔ حنا یاسین۔ حنائی۔ خالدہ۔
خورشیدہ۔ رمشہ خان۔ راحیلہ۔ رخصانہ۔ رخصتہ یوسف۔ رخصتہ
بیگم۔ رضیہ بی بی۔ رفعت بی بی۔ رفیق خان۔ رقیہ بیگم۔ رقیہ پروین۔
شاہد۔ زابدہ بی بی۔ زابدہ کامران۔ زبیدہ یاسین۔ زبیر کشور۔ زیدہ بیگم۔
زیم۔ زینب راحیلہ۔ زینب۔ ساجدہ۔ سارہ امجد۔ ستارہ جمین۔
سر فراز۔ سلمان حنیف۔ سلمیٰ کوثر۔ سلمیٰ۔ سمیرا۔ سیدہ شاہد۔ شازیہ
احسن خان۔ شازیہ۔ شاہ میسر۔ شاہد حماد۔ شاہد رسول۔ شاہد انور۔
شاہان۔ شاہد شاہد۔ شکیل۔ شلفہ منظور۔ شمسہ۔ شمع بشیر۔ شمع شہزادہ۔
شمع۔ شمیم کوثر۔ صائمہ بی بی۔ صائمہ خان۔ صائمہ منظور۔ صائمہ۔
صدف شاہ۔ صدف۔ طاہرہ شمیم۔ طاہرہ۔ طیبہ۔ عابدہ مسرت۔
عارفہ۔ عاصمہ غلام رسول۔ عامرہ۔ عاکشہ بی بی۔ عاکشہ عمران۔ عاکشہ۔
عبدالرحمن۔ عبد الحق۔ عبد اللہ۔ عثمان۔ عشرت زابدہ۔ عشرت
زابدہ۔ عشرت۔ علی المن۔ علی شاہد۔ غلام رسول۔

ملتان: - اقبال احمد۔ امینہ بی بی۔ امینہ گل۔ پروین۔ شاہ گل۔ شاہ
نور۔ جاوید مختار۔ جعفر۔ جمیل الدین۔ حاجی اللہ دین۔ حاجی غلام
رسول۔ حارث۔ حسن۔ حمیدہ۔ حمیرا۔ حنا عفت۔ حنا۔ خضرائی۔
خورشید بیگم۔ ڈاکٹر بللی۔ رابعہ حیدر عمر۔ رابعہ۔ راحیلہ۔ رخصانہ
پروین۔ رضیہ مظہر علی۔ رفعت۔ روینہ ناز۔ زبیدہ۔ زریں۔ زہرہ۔
زینون۔ ساجدہ۔ سدرہ۔ سمیرہ۔ سونیا گل۔ شاہدہ۔ شمیم۔ شریفہ
سلمیٰ۔ شکیلہ الدین۔ شمس الدین۔ شہناز۔ شہنشاہ گل۔ صائمہ۔ صبا۔
ضوفشال۔ ضیاء الدین۔ طلعت۔ عبد الحمید۔ عبد الغفور۔ عثمان پرویز۔
عقیلہ۔ عمران شیر وانی۔ عنبرین۔ فاطمہ۔ فہد پرویز۔ فہیم الدین۔
فیضان۔ قیوم۔ کبکشاں۔ گلشن آپا۔ گلناز عبد اللہ۔ لیلیٰ۔ ماریہ۔ محمد پرویز

نعیم۔ نعیم۔ رمیض یونس۔ رویہ ثاقب۔ رویہ عبدالحمید۔ رویہ
یا سمین۔ روشن نگاہ۔ رئیس پرویز۔ زبیدہ۔ زویہ۔ زہرہ۔ ساجدہ۔
ساجدہ۔ سارہ مجید۔ سارہ۔ سدرہ کرن۔ سدرہ۔ سروری بیگم۔ سحر
کنول۔ سحر۔ سحر۔ سکینہ بیگم۔ سکینہ۔ سلیم اختر۔ سلیم بانو۔ سمیعہ
کلی۔ سمیعہ۔ سونیا۔ سکیل احمد۔ شازیہ عاتق۔ شازیہ فرخ۔ شاہدہ
پروین۔ شاہدہ پروین۔ شاہدہ عثمان۔ شفقت طاہرہ۔ شگفتہ پروین۔
شمالہ قاسم۔ شمس عروج۔ شمس۔ شمع نعمان۔ شمیم اختر۔ شہناز
چوہدری۔ شہناز طاہر۔ شہناز کوثر۔ شہناز آپا۔ صائمہ نابیہ۔ صائمہ۔
صدف۔ صفورا تبسم۔ طارق حفیظ۔ طاہر اکرام۔ طاہر محمد۔ طاہرہ مختار۔
طیب طاہر۔ طیب طاہر۔ عابد۔ عادل رحمن۔ عادل سلیم۔ عاصم رشید۔
عاصم رشید۔ عاصم نسیم۔ عاتق حسین۔ عاتق نواز۔ عامر شہزاد۔
عامر اقبال۔ عائشہ رحمان۔ عائشہ رحمان۔ عائشہ کرن۔ عائشہ محمد
لطیف۔ عائشہ خان۔ عبدالحق۔ عبدالحجیم۔ عبدالرشید۔ عبدالرزاق۔
عبدالقادر۔ عبداللہ۔ عبدالحجید صابری۔ عبید اللہ۔ عثمان راہجہ۔ عثمان
طاہر۔ عثمان۔ عدیل ارشاد۔ عظمیٰ آصف۔ عظمیٰ نابیہ۔
عظمیٰ نسیم۔ عفت حنیف۔ عفت و سیم۔ عفت یا سمین۔ علی وقاص۔
علی۔ عمر اوریس۔ عمر اسماعیل۔ عمر فاروق۔ عمران سرور۔ عمران سید۔
عمران۔ غلام احمد۔ غلام جیلانی۔ غلام قادر۔ غلام مصطفیٰ۔ غلام مصطفیٰ۔
غلام نبی۔ قاخرہ لیسن۔ قاخرہ لیسن۔ قاطرہ نواز۔ قازمہ۔ قازمہ
ارسلان۔ قازمہ کامران۔ قمر سلطان۔ فراز۔ فرمان۔ فرحت کوثر۔
فرح۔ فقیر حسین۔ فوزیہ یعقوب۔ فیاض۔ فیصل رشید۔ فیصل۔ قدر
احمد۔ قمر انصاری۔ کاشف جبار۔ کاشف نواز۔ کامران۔ کرم بی بی۔
کرن پطرس۔ کرن۔ کشور سلطنت۔ کلثوم لیسن۔ کلیم خان۔ کنول عطا
محمد۔ کنول۔ کوثر انسانی۔ کوثر ظہیر۔ کول۔ لاڈی ملک۔ لائبہ آصف۔
لین۔ ماجدہ ماہ جنیس۔ مبشر اقبال۔ محبوب علی۔ محمد احمد۔ محمد
اوریس۔ محمد اسماعیل۔ محمد امجد۔ محمد امجد۔ محمد امین عابد۔ محمد اولیس۔
محمد آصف۔ محمد تبسم۔ محمد اویہ۔ محمد حارث۔ محمد حنیف۔ محمد رمضان۔
محمد زاہد۔ محمد سعید عباس۔ محمد شاہد۔ محمد شاہد۔ محمد شفیق کچر۔ محمد طلحہ۔
محمد عظیم شاہ۔ محمد عظیم۔ محمد علی صدیقی۔ محمد علی۔ محمد علی۔ محمد غلام
علی۔ محمد فاروق احمد۔ محمد کامران۔ محمد کنیل احمد۔ محمد لطیف طاہر۔
محمد لیسن۔ محمد شرفور۔ محمد منیر۔ محمد نعیم۔ محمد طیب بخٹی۔ محمود احمد۔
مدیحہ ارم۔ مزمل حسین۔ مسرت۔ مشتاق احمد۔ مصباح راحت۔
مصباح۔ معراج دین۔ معز یونس۔ مقصود صادق۔ مکرہ آصف۔ ملک
جبار۔ ملک سراج۔ منور قاطرہ۔ مہرین ارشاد۔ مہوش یونس۔ میوند
مجید۔ نازش عبدالرشید۔ نائلہ بی بی۔ نائلہ عدیمہ۔ نائلہ عدیمہ۔ نجمہ
ارشاد۔ نجمہ ارشاد۔ نجمہ اقبال۔ نجمہ ہدون۔ ندیم احمد۔ صائمہ طاہرہ۔
نسرین خیر۔ نسرین بی بی۔ نسرین۔ نسرین۔

گجرات : ابرار۔ احتشام علی۔ احتشام۔ احمد رضا۔ ارم۔ اعلم
اقبال۔ اعتراف۔ اعظم۔ اقراء مظہر۔ اقصیٰ۔ امجد۔ انعم راشد۔
بشارت۔ بشرہ بی بی۔ بشری بلال۔ تھدیق حسین۔ تیمورنگہ۔ ثروت
عزیز۔ حبیب الرحمان۔ حذیفہ طاہرہ۔ حسن تقویم۔ حسین بی بی۔
حسب ریاض۔ حفیظ احمد۔ حماد اقبال۔ حمزہ خالد محمود۔ خالدہ نذر۔
خائق محمود۔ خرم ریاض۔ خرم شہزاد۔ دانش۔ رانا امجد۔ ربیعہ بتول۔
رخسانہ بی بی۔ رسول بی بی۔ رضوانہ بشیر۔ رضوانہ۔ رقیہ بی بی۔ رویہ
بشیر۔ رویہ ربانی۔ زاہدہ پروین۔ زاہدہ زبیر احمد۔ زبیر۔ ساجد محمود۔
سائرہ افتخار۔ سدرہ قیر۔ سلیم اختر۔ سلیمی۔ سکیل۔ شازیہ۔
شاہد صدیق۔ شاہدہ پروین۔ شاہدہ شکیلہ۔ شمع زبیر۔ شوکت جاوید۔ خیر
یار ربانی۔ صائمہ۔ صدف۔ صغرا۔ صفیہ بی بی۔ طاہر محمود۔ طاہرہ۔
طلعت عزیز۔ عاصمہ۔ عافیہ۔ عائشہ صدیقی۔ عباس جیلانی۔ عبدالرافع۔
عبداللہ۔ عرفانہ۔ عزیز احمد۔ عشرت۔ علی حسن۔ عمر ارشد۔ عمیر
سلطان۔ غزالہ خور۔ غلام زہرہ۔ فاروق احمد۔ قازمہ نذر۔ فخر سکیل۔
قاسم محمود۔ قمر انساہ یوسف۔ قیسرہ۔ کاشف۔ کلثوم نذر۔ کنیز بی بی۔
محسن۔ محمد احسن۔ محمد اقبال۔ محمد انور۔ محمد حسن جیلانی۔ محمد حفیظ۔ محمد
طارق۔ محمد مالک۔ محمد اشرف۔ محمد ثار۔ مریم۔ مظہر اقبال۔ معاذ
ثار۔ فیب۔ میوند بشیر۔ میناز اختر۔ نازیہ زبیر۔ نازیہ قاسم۔ نایاب۔
نبیل کامران۔ نول زہبت و سیم۔ نسیم۔ نعمان جیلانی۔ نعیم ارشد۔
وزیر۔ ہمایوں گویدل۔

اوکاڑہ : انعم احمد۔ اربیدہ خان۔ بیگم اسلم۔ برکت بی بی۔ خور
جمال۔ ثمینہ ہلب۔ ثمینہ کوثر۔ چوہدری ثار۔ حافظ رحمان۔ حنان۔
خدیجہ۔ دابجہ۔ رب نواز۔ رضوانہ بی بی۔ رضیہ بیگم۔ رویہ روتی۔ زاہدہ
حنیف۔ سید احمد خالد۔ شازیہ فرخ۔ شائستہ حنیف۔ شاہد اقبال۔ شاہد
تجور۔ شاہدہ حنیف۔ شگفتہ پروین۔ شہباز۔ شہزادی بی بی۔ شہزاد۔
شہناز بیگم۔ صائمہ۔ طاہر محمود۔ طاہرہ۔ عبد الرحمن قادری۔
عبدالرزاق۔ عبدالقدوس۔ عبداللہ۔ غلام شبیر۔ غلام۔ قاطرہ۔ فریدہ
مظہم۔ فیاض۔ کلثوم بی بی۔ کول۔ فیصل رحیم احمد۔ کاشف عدنان۔ کلیم
احمد۔ کوثر پروین۔ کوثر نسیم۔ کوثر و سیم۔ محمد اختر۔ محمد اسد۔ محمد
ثاقب۔ محمد خالد۔ محمد رمضان۔ محمد شریف۔ محمد شکیل۔ محمد شہباز۔ محمد
صابر۔ محمد ظہیر۔ محمد کنیل۔ مختار احمد۔ مدثر لطیف۔ مشعل۔ مہربہ
مہرین۔ ناصرہ۔ ندیم احمد۔ ندیمہ رضائی۔ نسیم احمد۔ نسیم اختر۔ نعیم اختر۔
نورین اختر۔ وسیم احمد۔ وقار احمد۔

سانگھڑی : اربیدہ نوید۔ اسد صدیقی۔ اسفند یار خان۔ اشفاق
احمد۔ اعجاز بی بی۔ افتخار احمد۔ اقصیٰ جاوید۔ اللہ بخش۔ انجم بلال
صدیقی۔ انعم ریاض۔ انیلا جاوید۔ اولیس خان۔ اولیس۔ ایمن یار۔ ایمن
شاہد۔ آریان علی۔ آفا جان۔ بشری ریاض۔ بشری مختار۔ بشیر احمد۔

بیگم وحیدہ - پروین اختر - سلیم - خورشید احمد - تیمور جاوید - شریا بیگم - شاہ
 سرور - ثوبان بابر - حاجہ بی بی - حاجی نذیر احمد - حمزہ ریاض - حمید احمد -
 خاتون بی بی - خالدہ تنویر - خرم ریاض - خضر حیات - دانیال افتخار -
 راجہ کامران - راج بیگم - راحت حسین - وجاہت - رسول بی بی -
 رضوان احمد - رفعت جمال - ریاض احمد - ریاض اختر - رحمان مصطفیٰ -
 زاہدہ یاسمین - زاہدہ بی بی - زاہدہ وسیم - زرین تاج - زہیم ارشد - ساجدہ
 ارشد - سائرہ ظہیر - ستارہ خانم - سدرہ بقول - سدرہ جاوید - سراج
 صدیقی - سردار علی خان - سروری - سعد ملک - سعدیہ کنول - سعید
 احمد - سکیل ریاض - سید حسام احمد - سید محمد علی - شافع احمد - شاورش
 اسد - شاہ محمود - شفیق الرحمن - شگفتہ بی بی - شانکہ عارف - شانکہ -
 شمسہ فاروق - شمشاد بیگم - نسیم اختر - شہناز ریاض - شہناز نذر - شہیر
 ریاض - شہناز شہزادہ - صائمہ اقبال - صدف زہیم - صفرا بی بی - طارق
 محمود - طاہرہ بی بی - طلال احمد - طیبہ - عابد صادق - عاصمہ بابر - عامر
 امتیاز - عامر علی - عائشہ خانم - عبدالرزاق - عبدالشکور - عبداللہ احمد -
 عبدالحی - عبدالباق - عدنان نذیر - عدیہ ریاض - عذرا بی بی -
 عرش انسا - طلحہ - عمیر نذر - عمیر نذر - عمیر بن اسلم - عمیر بن -
 قاضیہ اقبال - قاریہ - فرحت شائین - فرحت طاہر - فرزانہ شہزادہ -
 فرقان شاہ - فیصل محمود - فیصل نذیر - قافیہ نور - کاشف حذیفہ -
 کاظمی - کامران احمد - کلیم اللہ - کنیز زہرا - کھنجر بن ظہور - مایم وقار -
 مائین انور - محمد احمد سلمان - محمد ارشد - محمد اسد شاہ - محمد اسلم ملک -
 محمد افضل - محمد حنیف - ذوق -

جنیوت :-

اجالا ریاض - اجالا قمر - احتشام - احمد بخش - احمد
 حسن - احمد ممتاز - ارشد - ارشد - اسلم نواب - اشتیاق - اشتیاق قیصر -
 اشتیاق محمود - اشتیاق حماد - اصغر علی - اطہر - اعجاز حسین - افتخار -
 اقبال اسلم - اکرام - احمد علی - امداد حسین - امیر علی - امیر علی -
 انعام - انور یاسین - انور - بابا افضل دین - بابا محمد بخش - بابر سلطان - بانو -
 بہادر علی - بہاول شیر - بیگم عابدہ امام - بیگم عابدہ امام - بیگم محمد اسلم - بیگم
 محمد حنیف - پروفیسر الیاس - پروفیسر سلیم اختر - پروفیسر سلیم اختر -
 پروفیسر شہباز - پروفیسر طالب حسین - پروفیسر نوٹ اختر - پروفیسر محمد
 ایوب - پروفیسر الیاس - پروین باقی - خورشید علی - جاوید رفیق - جعفر
 علی - چاچا محمد حیات - چوہدری شاہ - چوہدری فقیر محمد اعجاز - حاجی
 خاور - حاجی سلیم احمد - حاجی شوکت - حافظ کلیل - حافظ محمد افضل
 عالی - حسن رضا - حنا رضا - حیدر رضا - خالد پروین - خالد سراج - خالد
 محمود - خالدہ اطہر - خالدہ انکبہ - خدیجہ بی بی - ذوالفقار حیدر - ذوالفقار
 علی - رئیس - راحت اکبر - راشد عبداللہ - ربیعہ - رضوان صفیر -
 رشید سعید - روینہ طارق - زاہد قاسمی - زاہد نور - زاہد علی - زاہد جاوید -
 ساجد اللہ - ساجد علی - سعدیہ - سعید اطہر - سعید ارجم - سلیم اختر - سید

صابر علی شاہ - سید عابدہ امام - سید عارف رضا - شاہ منیر - شاہ - شبنم
 رانی - شبیر حیدر - شبیر خاور علی - شکیلہ - شوکت نیاز - شوکت تیمور - شیخ
 نواز - صفدر علی - صفدر علی - صفیہ بیگم - صفیہ جاوید - طارق سراج -
 طارق محمود - طارق ولایت بیگ - طاہرہ عابدہ امام - عابد علی - عارف -
 عاشق علی - عبد الحفیظ - عبد الرؤف - عبد السلام - عامر خان - عبید علی -
 عبید محسن - عدیل عارف - عذرا محمد گلزار - عرفان چیمہ - عزیز علی
 رضا - علی رضا - عمر - نوٹ اختر - فرحت جہاں - فرحت بی بی - فریدہ
 جلال - فریدہ اوصاف - فقیر محمد اعجاز - فوزیہ زاہد - فہد - فہیم حسن -
 فیصل - قاضی توقیر - قاضی ظفر - قاضی ظفر - قاضی عادل عباس -
 قاضی مسعود عباس - قاضی شرف - قاضی نور - قاضی نور - کاشف
 حکیم - کاشف حکیم - کرن نیل - کرمل نذر حسین - لالہ رش - محمد
 ابراہیم - محمد ارشد - محمد ارشد - محمد اسحاق - محمد اسلم شاہ - محمد اسلم
 بیگ - محمد افضل - محمد اقبال - محمد اقبال - محمد انور کمال - محمد انور محمد
 بخش - محمد حسین - محمد رضا فریدی - محمد رضوان - محمد زاہد - محمد سعید
 اطہر - محمد شاہ سمیر - محمد شہزاد - محمد صادق - محمد طاہر - محمد طاہر
 رضوان - محمد طاہر جاوید - محمد عارف - محمد عاصم - محمد عظیم - محمد علی
 رضا - محمد علی - محمد عمیر - محمد عمیر قاضی - محمد فیاض شاہ - محمد فیصل - محمد
 گلزار - محمد ندیم - محمد نعیم - محمد یعقوب - مشتاق خان - معاذ صدیقی -
 ملک عابد شاہ - ملک عابد - ملک کاشف - ملک کاشف - ملک محمد حنیف -
 منشی نور - منشی یونس - منشی یاور - منیر احمد - مہر سکندر - مہر محمد حسین -
 میاں احمد بخش - میاں اطہر - میاں ساجد حسام - میاں محمد نواز - نیازش
 جمیل - نیازش علی - ناصر علی - ناصر جمال - نجمہ وحید - ندیم قادری -
 نرہت حسین - نرہت ریاض - نسیم جمیل - نسیم حیدر - نمرہ خان -
 نمرہ گل - نوازش علی - نومی احمد - وہاب ریاض - وہاب غلیل - ذاکر
 غلام علی - ذاکر محمد ارشد - یاسین - یونس -

میر پور خاص :-

اسلم محمد فریدہ - اکرم - الحافظ بی بی - امتیاز احمد - احمد - امداد احمد -
 انور - اقبال - بشری - پروین - سنان الدین - ثاقب اقبال - ثروت جہاں -
 شمیمہ معراج - جاوید نظامی - حمیرا طفیل - حنا - حیدر خان - ذوالفقار
 احمد - ذوالفقار علی - روینہ بدور - ریاض - سعدیہ اجمل - سمیرا طفیل -
 شاہد حسین - شاہدہ محمود - شہباز - شہباز - شہباز - شہباز - شہباز - شہباز -
 عابد علی - عارف اشتیاق - عارف ناہید - عامر قادری - عائشہ اقبال -
 عبداللہ - عثمان شاہ - عذرا بیگم - عرفان - علی بخت - علی رضا - علی
 فرزانہ علیہا - عمران - قاضیہ فوزیہ - قمر خان - کامران - نور - محترمہ
 محمود بیگم - محمد اجمل - محمد اور نسیم - محمد افضل - محمد اقبال - محمد سعید -
 محمد عارف - منظور حسین - منیر حسین - مسکان - ناصر محمود -



لندن: (مصباح قریشی)

سلسلہ عظیمیہ کے امام حضرت

قلندر بابا اولیاءؒ کے پینتیسویں یوم وصال

کے موقع پر مراقبہ ہال لندن کے زیر اہتمام

تقریب میں سلسلہ عظیمیہ کے مرشد حضرت خواجہ

شمس الدین عظیمی صاحب اور ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی

کے ریکارڈڈ ویڈیو پیغام پیش کیے گئے۔ حضرت خواجہ

شمس الدین عظیمی صاحب نے حاضرین محفل سے

خطاب کرتے ہوئے فرمایا کہ قرآن کریم اللہ کی آخری

کتاب ہے جس میں انبیاء کرام کا تذکرہ، تاریخی حقائق

، علم شریعت، اور علم حقیقت کا انکشاف، مسائل و

مشکلات، ہر قسم کے معاملات کا وضاحت کے ساتھ

تذکرہ فرمایا ہے۔ اللہ کی ناپسندیدہ طرز جس میں غرور

تکبر، جھوٹ، فریب، لوگوں کو مارنا، قتل کرنا، نقصان

پہنچانا، تکلیف دینا، لوگوں کی غیبت کرنا، ان کو ذہنی

افزیت میں مبتلا کرنا یہ سب کی سب شیطانی طرز فکر اور

عمل ہیں جب کہ روحانی علوم کی بنیاد اس بات پر ہے کہ

بندے کے اندر یہ یقین راسخ ہو جائے کہ اللہ ہی ہماری

ابتدا ہے، اللہ ہی ہماری انتہا ہے، اللہ

ہی ہمارا ظاہر ہے، اللہ ہی ہمارا باطن

ہے۔ جہاں ہم دوہوتے ہیں وہاں تیسرا

اللہ ہوتا ہے۔ اللہ ہمارے دلوں کے

راز کو جانتا ہے۔ اللہ ہی رزق دیتا ہے۔

سلاسل طریقت جن میں

قادریہ، چشتیہ، نقشبندیہ، سہروردیہ،

فرووسیہ تقریباً دو سو سلاسل بتائے

جاتے ہیں اور سلسلہ عظیمیہ جس کے

امام حضرت قلندر بابا اولیاءؒ ہیں ان

سب کی تعلیمات یہ ہی ہیں کہ شعوری

تقریب یوم وصال

قلندر بابا اولیاءؒ

علوم کے ساتھ ساتھ مادی علوم ضرور سیکھے جائیں لیکن

مادی علوم یا شعوری علوم میں انفارمیشن کہاں سے آرہی

ہے، جن لہروں سے خیالات تشکیل پاتے ہیں ان سے

بھی واقف ہوں، اللہ کی مشیت کو سمجھیں، اللہ کی

خالقیت کا اعتراف کریں اللہ کے اوپر یقین رکھیں، اللہ

کی نشانیوں پر غور کریں۔ غیب سے شہود اور شہود سے

غیب میں جو ہم منتقل ہو رہے ہیں ان قوانین کو

سمجھیں۔ یہ سب علوم اللہ تعالیٰ نے اپنے آخری نبی

حضرت محمد ﷺ کے ذریعے قرآن میں بیان فرما

دیئے ہیں۔ قرآن تسخیری فارمولوں کی کتاب ہے۔

ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی صاحب نے اپنے پیغام

میں فرمایا کہ انسانی وجود جسم اور روح کا مجموعہ ہے اس

دنیا میں اچھی زندگی بسر کرنے کے لئے ضروری ہے ہم



سلسلہ عظیمیہ کے امام قلندر بابا اولیاءؒ کے یوم وصال پر دنیا کے مختلف ممالک میں

ہونے والی تقریبات سے حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی اور ڈاکٹر وقار یوسف

عظیمی خطاب کر رہے ہیں۔

پیر و کاروں کو بھی اس بات کی ہدایت کرتے ہیں۔ صوفیائے کرام اور اولیاء اللہ کی جماعت مسلمانوں کی سب سے بڑی تبلیغی جماعت ہے انھوں نے اپنی زبان، عمل اور اخلاق سے نہ صرف سب سے زیادہ تعداد میں لوگوں کو مسلمان کیا بلکہ ان کے دلوں میں ایمان و یقین کو Penetrate بھی کیا۔ یہ



لسدن، انگلیٹنڈ: نگران مراقبہ ہال محمد علی شاہ، عبدالرزاق، غلام ربانی، صدر علی، ممتاز خان، طارق رحمان، مدیر حسین قریشی، طارق شیخ، آسیہ رؤف، مصباح قریشی، محسن قریشی، محمد قیاض، بشری رحمان، صفیہ ملک اور وحیدہ مجید حاضرین محفل سے مخاطب ہیں۔

نہ صرف دین کی تبلیغ اور خدمت کرتے ہیں بلکہ مسلمانوں کی اصلاح اور تربیت کا فریضہ بھی انجام دیتے ہیں اور اللہ کے بندوں کی خدمت بھی کرتے ہیں۔ یہ حضرات اللہ کی رسی کو مضبوطی سے تھام لو اور تفرقہ نہ ڈالو کی ہدایت پر عمل کرتے ہوئے معاشرے میں اخوت اور محبت کی دعوت دیتے ہیں۔ ہمیں ان کی تعلیمات کو خود بھی سمجھنا چاہیے اور زیادہ سے زیادہ لوگوں تک پھیلانا چاہیے۔ آخر میں ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی نے اپنی والدہ محترمہ راشدہ عفت مرحومہ کی مغفرت اور بلند درجہات سے لیے دعا کی درخواست کی۔ تقریب کا باقاعدہ آغاز مدبر حسین قریشی نے

ان دونوں رنحوں کے تقاضوں کو سمجھیں اگر ان میں توازن قائم نہ رہے تو یہ نوع انسانی کے لئے نقصان کا باعث ہوگا۔

موجودہ دور میں امت مسلمہ کو اتحاد کی سخت ضرورت ہے۔ پوری امت مسلمہ کو ایک پلیٹ فارم پر جمع کرنے کے لئے تصوف کی تعلیمات بہت زیادہ کارآمد ہو سکتی ہیں، اس پلیٹ فارم میں تمام مکاتب فکر کے لوگ اکٹھا ہو سکتے ہیں اور ہوئے ہیں۔

صوفی اور ولی اللہ کے دل میں تنگی نہیں ہوتی، ان کے دلوں میں وسعت اور کشادگی ہوتی ہے۔ وہ سب انسانوں کی عزت و احترام کرتے ہیں اور اپنے



لسدن، انگلیٹنڈ: تقریب کے شرکاء سلام پیش کر رہے ہیں۔



مانچسٹر: نگران مراقبہ ہال شوکت علی، اسکالر سلیم ایدوز، اخلاق احمد ڈاکٹر شازیہ، عرفان شاہد، شاعران، پروین شریف اور حافظ مبشر حاضرین محفل سے مخاطب ہیں۔ جبکہ کمسن بچے قرآن مجید کی قرات پیش کر رہے ہیں۔



کینیڈا: نگران مراقبہ ہال رشیدہ جیلانی، سمیل رعنا، عامر جمال، سلمان سلطان اور دیگر حاضرین محفل سے مخاطب ہیں۔

تلاوت قرآن پاک سے کیا، تقریب کے ابتدائی کلمات نگران مراقبہ ہال محمد علی شاہ نے ادا کئے۔ دوران تقریب شبیر خان، مصباح قریشی، محسن قریشی، وحیدہ مجید، محمد فیاض، آسیہ رؤف اور مدیر حسین قریشی نے بارگاہ رسالت مآب ﷺ میں گلہائے عقیدت پیش کیا۔ اس موقع پر ممتاز بیگم، افتخار احمد، طارق رعنا نے قلندر بابا اولیاءؒ کی حیات و تعلیمات، مراقبہ اور ذکر پر مقالات پیش کئے۔ تقریب کے اختتام پر صلوة و سلام پیش کیا گیا۔ آخر میں عظیمیہ قانونڈیشن یو کے کے جنرل سیکریٹری عبدالرؤف نے حاضرین کا شکریہ ادا کیا۔

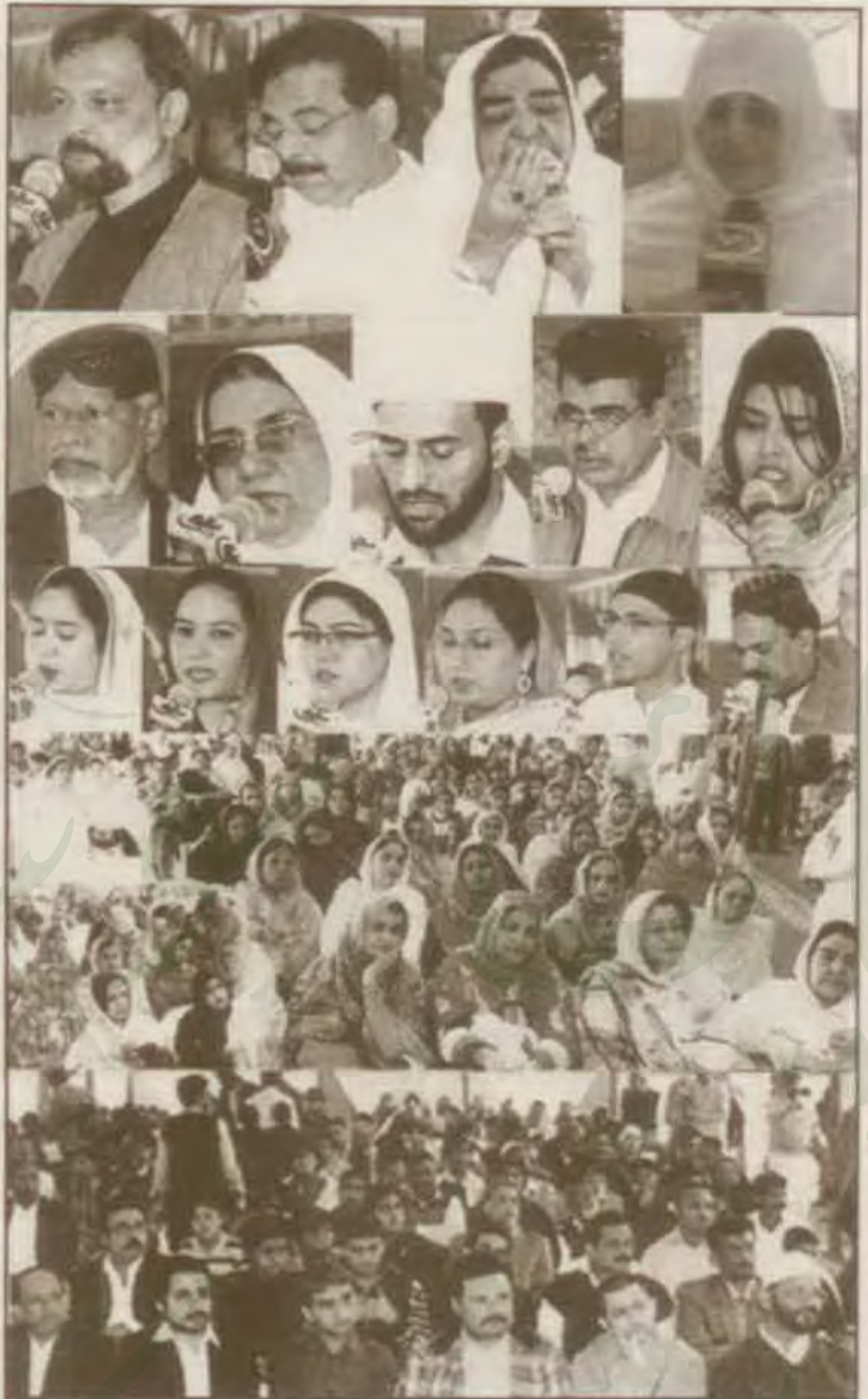
مانچیسٹر:

مراقبہ ہال مانچسٹر کے زیر اہتمام سلسلہ عظیمیہ کے امام حضرت قلندر بابا اولیاءؒ کے یوم وصال کی باوقار تقریب کا اہتمام اولڈ ٹریلفورڈ لائبریری آڈیٹوریم میں کیا گیا، تقریب کا باقاعدہ آغاز حافظ مبشر انور نے تلاوت قرآن پاک سے کیا۔ اس موقع پر مراقبہ ہال

و تعلیمات اور رنگ و نور پر مقالات پیش کیے۔ اس تقریب میں ترکی سے تعلق رکھنے والے محقق اور مسلم ہیئرٹیج سینٹر مانچسٹر کے ریسرچر سلیم ایدوز نے بھی شرکت کی، انہوں نے اپنی تقریر میں فرمایا کہ ”تصوف کا میدان اسلام کا سب سے سرسبز میدان ہے۔ سلطنت عثمانیہ کی سب سے بڑی قوت صوفیائے کرام کی جماعت تھی، ترک لوگ مولانا جلال الدین رومی کا عرس قونیہ میں عقیدت و احترام سے مناتے ہیں۔ حضرت قلندر بابا اولیاء کے عرس میں شمولیت میرے لیے بہت بڑا اعزاز ہے۔ سلسلہ عظیمیہ کے مرشد حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کا ریکارڈ ویڈیو پیغام پیش کیا گیا۔ تقریب کے اختتام پر بریڈ فورڈ سے آئے ہوئے مہمان اخلاق احمد نے صلوٰۃ و سلام پیش کیا۔

کینیڈا: (سلمان سلطان)

مراقبہ ہال کینیڈا کے زیر اہتمام سلسلہ عظیمیہ کے امام حضرت قلندر بابا اولیاء کے یوم وصال کی تقریب مسی ساگا میں منعقد کی گئی۔ تقریب میں تلاوت کلام پاک کی سعادت دانش اعظم نے جبکہ نعت سعدیہ اور ڈاکٹر رابعہ نے پیش کی، منقبت منیزہ ندیم نے پیش کی۔ سلسلہ عظیمیہ کے مرشد حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب اور ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی کے ریکارڈ ویڈیو پیغام پیش کیے گئے۔ عام



حیدرآباد: ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی، برکات احمد، آپا منظور النساء، فیروزہ ندیم، اینہ آپا، نگراں مراقبہ ہال ممتاز علی اور دیگر شرکاء سے مخاطب ہیں۔

مانچیسٹر کے زیر اہتمام تعلیم القرآن کے تربیت یافتہ کمسن بچوں ارسلان صدیقی، مجتبیٰ، محمد ناصر، اسد صدیقی اور شیراز حسین نے خوبصورت قرأت پیش کیں۔ دوران تقریب ثنا عمران اور پروین شریف نے بارگاہ رسالت مآب ﷺ میں نعت پیش کی، اس موقع پر عرفان شاہد اور ڈاکٹر شازیہ نے قلندر بابا اولیاء کی حیات

حیدر آباد آپا منظور النساء اور نگرال مراقبہ ہال حیدر آباد ممتاز علی نے خطاب کیا۔ تقریب کے اختتام پر محترمہ فیروزہ ندیم نے دعا کروائی اور امینہ آپا نے مہمانوں کا شکریہ ادا کیا۔

بقیہ: بچوں کو روئے سے سچ سکھائیں

لیے نہیں آیا۔ اسکول والوں نے کہا کہ میڈیکل سرٹیفکیٹ دیں۔ بچے نے بتایا کہ میں ORS پیتا رہا، دست ٹھیک ہو گئے۔ جب ڈاکٹر کے کلینک گیا ہی نہیں تو سرٹیفکیٹ کہاں سے لاؤں! بچے کو انتظامیہ نے کہا ”ہمارا اصول ہے کہ میڈیکل سرٹیفکیٹ لازمی ہے۔ ہم نے اپنا ایک اسٹینڈرڈ اور ڈسپلن بنایا ہوا ہے۔ انتظامیہ نے بچے سے پوچھا اس نے بتا دیا کہ ہمارے انکل ڈاکٹر ہیں۔ انتظامیہ نے کہا کہ انکل سے ایک میڈیکل سرٹیفکیٹ بنو لو کہ تم ان کے زیر علاج تھے۔ بچے نے کہا ”یہ تو جھوٹ ہو گا کیونکہ میں نے ان سے علاج ہی نہیں کرایا۔ اس بڑے، اسٹینڈرڈ کی پڑھائی والے اسکول کی انتظامیہ نے کہا کہ ہم اپنا ڈسپلن نہیں خراب کر سکتے ہمارے یہاں سے قابل لوگ نکلتے ہیں، ہمارے اسکول سے نکلے ہوئے لوگ نمایاں مقام رکھتے ہیں۔

میں یہ سوچ رہا تھا کہ جس اسکول میں بچوں کو ڈسپلن کے نام پر جھوٹ سکھایا جاتا ہے وہاں سے نکلنے والے قابل لوگ اپنے اداروں میں بھی یہی کچھ کرتے ہوں گے آج ہم انگلینڈ، جرمنی، ملائیشیا کو ترقی یافتہ دیکھ کر متاثر ہوتے ہیں لیکن یہ نہیں سوچتے کہ ان کی ترقی و کامیابی کاراز اسلام کے بنائے اصولوں پر عمل کرنے میں ہے۔ جبکہ ہم ان اصولوں کے الٹ چل کر اپنی نئی نسل کو کیا سکھا رہے ہیں....؟

جمال، فرحمن اور سمیل اختر نے قلندر بابا اولیاء کی تعلیمات پر روشنی ڈالی۔ آخر میں نگرال مراقبہ ہال رشیدہ جیلانی صاحبہ نے ذکر، مراقبہ اور دعا کرائی اور مہمانوں کا شکریہ ادا کیا۔

گلاسگو: (ریاض جعفر)

مراقبہ ہال گلاسگو کے زیر اہتمام سلسلہ عظیمیہ کے امام حضرت قلندر بابا اولیاء کے یوم وصال کی تقریب کمیونٹی ہال لارک فیلڈ سینٹر میں منعقد کی گئیں۔ تقریب کا آغاز حافظ شیراز نے تلاوت قرآن پاک سے کیا۔ تقریب کی ابتدائی کلمات نگرال مراقبہ ہال نعیم احمد نے ادا کیے۔ تقریب کے دوران سلمیٰ نعیم، صوفیہ شیخ نعت رسول مقبول ﷺ اور ریاض جعفر نے رباعیات قلندر بابا پیش کی۔ اس موقع پر شاہد شیخ، مظہر اور ساجدہ قاضی نے سلسلہ عظیمیہ اور قلندر بابا اولیاء کی حیات و تعلیمات پر مقالات پیش کیے۔ تقریب کے اختتام پر صلوٰۃ و سلام پیش کیا گیا اور دعا مانگی گئیں۔ گلشن شہباز۔ حیدر آباد: (شاگل)

مراقبہ ہال حیدر آباد کے زیر انتظام حضرت قلندر بابا اولیاء کے یوم وصال کی تقریب کا آغاز شہد داد نے تلاوت قرآن مجید سے کیا۔ عبدالرؤف نے حمد پیش کی جبکہ راحیل، رخسانہ، راشد شیخ، غلام مصطفیٰ، حمیرا اور فرقان قاسمی نے نعت رسول مقبول ﷺ پیش کرنے کی سعادت حاصل کی جبکہ عارفہ نے منقبت بحضور قلندر بابا اولیاء پیش کی۔ دوران تقریب شازیہ مجید، ثنا گل، انیس احمد، خضراں، سونہ جو نیچو نے مقالہ پیش کیا۔ حاضرین محفل کو حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی کے خطاب کی ویڈیو دکھائی گئی۔ اس موقع پر ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی، سابق ایڈمنسٹریٹر ڈسٹرکٹ حیدر آباد برکات احمد، نگرال مراقبہ ہال (برائے خواتین)

Control your Diabetes. For Better Life

آپ کو یا آپ کے خاندان میں
کسی کو ذیابیطس ہے....؟

ذیابیطس ایک ایسا مرض ہے جس میں
نشاستے سے نمٹنے کے نظام میں خرابی واقع ہو جاتی ہے۔

اس خرابی کی وجہ لیلے (Pancreas) کی کارکردگی کا متاثر ہونا

ہے۔ ذیابیطس کا مطلب ہے کہ خون میں شکر (گلوکوز) کی مقدار طبعی حد سے بڑھ گئی ہے۔

ذیابیطس کو کنٹرول رکھنے کے لیے دوا کے ساتھ پرہیز، پیدل چلنا یا دیگر مناسب ورزشیں
ضروری ہیں۔

طبی ماہرین اور محققین ذیابیطس کے شافی علاج کے لیے تلاش و تحقیق میں مصروف
ہیں۔ ایلوپیتھک کے ساتھ ہومیو پیتھک، حکمت، کلر تھراپی اور دیگر متبادل طریقہ علاج
(Alternative Therapies) میں بھی اس بیماری کے علاج کے لیے تلاش و تحقیق جاری ہے۔

پاکستان میں ہومیو ڈاکٹر مرتضیٰ اقبال نے ذیابیطس کے مرض میں قدرتی اجزاء کی افادیت پر
گراں قدر تحقیق کی ہے۔

ہومیو ڈاکٹر مرتضیٰ اقبال کے تجویز کردہ نسخوں اور احتیاطی تدابیر پر عمل

کرنے سے ذیابیطس کے کئی مریضوں کو فائدہ ہوا ہے۔

ذیابیطس کے مریض یا ان کے اہل حسانہ اس تحقیق اور

احتیاطی تدابیر سے آگہی

اور مشوروں کے لیے رابطہ کر سکتے ہیں:

ملاقات کے لیے اپائنٹمنٹ فون نمبر

0300-3503329 سے لیے جاسکتے ہیں۔



رُوحانی ڈاک

ڈاکٹر خالد یوسف عطی



لے پالک بیٹا

☆☆☆

سوال: میری شادی ماموں زاد سے انتیس سال پہلے ہوئی تھی۔ اولاد نہ ہونے پر تین چار سال تک ہم نے مختلف جگہوں سے علاج کروایا لیکن جب کوئی امید نہ ہوئی تو شادی کے پانچویں سال ہم نے یتیم خانے سے ایک لڑکا گود لے لیا۔ اس لڑکے کو گود لینے سے ہمارے گھر میں رونق آگئی۔ ہم نے اس کا ہر طرح خیال رکھا اور اسے کسی چیز کی کمی نہ ہونے دی۔

میرے شوہر کا اچھا بزنس ہے۔ کافی پر اپرٹی ہے۔ گریجویشن کے بعد یہ بیٹا ان کے ساتھ دفتر جانے لگا۔ ایک سال تک تو وہ ہمارے ساتھ بہت اچھا رہا پھر اس کا رویہ خراب ہونے لگا۔ وہ بات بات پر غصہ کرتے لگا ہے۔ اکثر رات کا کھانا گھر سے باہر کھا کر آتا ہے۔ اس کا کہنا ہے کہ اسے اخراجات کے لیے زیادہ رقم چاہیے۔ وہ کہتا ہے کہ مجھے نئی کار لینی ہے، دوستوں کے ساتھ فلاں ملک گھومنے جانا ہے۔

وہ لے پالک بیٹا ہے یہ بات نبھانے کس نے اور کس

انداز میں بتائی کہ وہ ہم دونوں کے خلاف ہو گیا ہے۔ ہمیں بہت دکھ ہوا جب ہمارے بیٹے نے ہم سے کہا اگر میں آپ کی سگی اولاد ہوتا تو آپ میری فرمائشیں ضرور پوری کرتے۔ آپ میرے سگے نہیں ہیں اس لیے میرے ساتھ آپ دونوں نے ایسا رویہ رکھا ہوا ہے۔ اس کے اس جملے نے ہمارا کیا حال کیا ہم میاں بیوی بیان نہیں کر سکتے۔ محترم ڈاکٹر صاحب....! ہم نے اس کی اچھی پرورش میں کوئی کمی نہیں چھوڑی، اس کا بہت خیال رکھا پھر آخر ایسا کیوں ہوا....؟ اب ہمیں کیا کرنا چاہیے....؟

جواب: اولاد کی تمنا میں کسی بچے کو گود لے لینے سے بچے سے منسلک خوشیاں تو گھر میں آجاتی ہیں لیکن اس فیصلے سے ایسے والدین کی ذمہ داری بھی بہت بڑھ جاتی ہیں۔ یہ بات بھی سمجھ لیجئے کہ جو کچھ اس لڑکے نے آپ سے کہا وہ صرف اپنی بات منوانے کے لیے کہا ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ آپ دونوں نے اس کی پرورش بہت لاپرواہ اور تازو نعم کے ساتھ کی ہے۔ اس کے بچپن سے اب تک اس کے منہ سے نکلی ہوئی ہر بات فوراً پوری کی گئی ہے۔

بچوں کی فرمائشوں کی فوری تکمیل سے بچے اور ان

کے والدین وقتی طور پر تو خوش ہو جاتے ہیں لیکن اس عمل سے بچے کی شخصیت کمزور ہونے لگتی ہے۔ ایسے ماحول میں پلنے والے اکثر بچے ذود رنج اور حساس ہو جاتے ہیں۔

ایسے اکثر بچے اپنے والدین سے نا نہیں سن سکتے۔ وہ چاہتے ہیں کہ ان کی کہی ہوئی ہر بات کو مانا جائے، ان کی فرمائشیں پوری کی جاتی رہیں۔

شخصیت کی ٹھوس بنیادوں پر تعمیر کے لیے دیگر امور کا خیال رکھنے کے ساتھ ضروری ہے کہ بچے کو نا سننے کا عادی بھی بنایا جائے۔ بچپن اور لڑکپن میں بہت زیادہ لاڈ پیار پانے والے اکثر افراد عملی زندگی میں احساس کمتری میں مبتلا ہو کر غیر فعال، دوسروں پر انحصار کرنے والے (Dependant) اور خود کو مدد دی کا مستحق سمجھنے والے (Sympathy Seeker) بن سکتے ہیں۔

آپ کا خط پڑھ کر اندازہ ہوتا ہے کہ آپ کا لے پالک بچہ بھی لاڈ پیار کی زیادتی کی وجہ سے مضبوط شخصیت کا حامل نہیں بن سکا ہے۔ اس کمزوری اور حساسیت میں مبتلا خود آپ کا سگا بیٹا ہوتا تب بھی اس سے ملتے جلتے رویے کا اظہار ہو سکتا تھا۔

اس بات پر دیکھی نہ ہوں کہ اس لڑکے نے ایسی بات کیوں کہہ دی۔ اس کے بچائے یہ جائزہ لیں کہ اس کی تربیت میں کہاں اور کیا کمی رہ گئی اور اس کمی کا ازالہ اب کیسے کیا جاسکتا ہے۔

میرے خیال میں اس کا ایک طریقہ یہ بھی ہو سکتا ہے کہ جو حقیقت وہ جان چکا ہے اس پر مناسب انداز میں اس کے ساتھ بات کی جائے۔

اسے زندگی کی حقیقتوں کا سامنا کرنے کے لیے ذہنی و جذباتی طور پر تیار کیا جائے۔ اسے ایک اچھا انسان بننے اور

لوگوں کے ساتھ اچھا برتاؤ کی ترغیب دی جائے۔

اس کا ایک بہت اچھا طریقہ یہ ہو گا کہ اس کے ساتھ روزانہ مختلف قرآنی موضوعات پر ڈسکشن کیا جائے۔ اس ڈسکشن میں پریسینالٹی ڈیولپمنٹ، معاشیات، معاشرت، حصول علم کی ترغیب، حقوق اللہ، حقوق العباد جیسے عنوانات کے ساتھ ساتھ والدین کے حقوق سے متعلق آیات کو موضوع سخن بنایا جائے۔ اس کام میں چند ہفتے تو لگیں گے لیکن اس کے اثرات انشاء اللہ آپ دونوں پر اور اس لڑکے پر نہایت مثبت اور بہت بابرکت ہوں گے۔

بطور روحانی علاج رات سونے سے پہلے اکیس مرتبہ

اللَّهُمَّ مُصَيِّرَ الْقُلُوبِ صَيِّرْ قُلُوبَنَا عَلَى طَاعَتِكَ ○

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر بیٹے کا تصور کر کے دم کر دیں اور بیٹے کا دل صاف ہونے اور فرمانبرداری کی توفیق ملنے کی دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم ایک ماہ جاری رکھیں۔

بیٹیاں پیدا ہوں

کیوں ہوتی ہیں.....!!

☆☆☆

سوال: میری عمر پچیس سال اور چھوٹی بہن کی عمر اکیس سال ہے۔ ہمارا ایک بھائی بھی ہوا تھا جو پیدائش کے ایک ماہ بعد ہی انتقال کر گیا۔ ہمارے والد لڑکیوں کی پیدائش کو اچھا نہیں سمجھتے۔ بس مجبوراً ہمیں قبول کر لیا گیا۔ انہوں نے کبھی ہمیں پیار نہیں کیا، کبھی اپنی گود میں نہیں لیا۔ ان کا خیال ہے کہ لڑکیاں منحوس ہوتی ہیں۔

دس سال پہلے انہوں نے بیٹے کی خواہش میں دوسری شادی کر لی۔ اللہ کی قدرت کہ دوسری بیوی

عظیمی ریکی سینٹر..... تاثرات

(فہد رشید۔ کراچی)

حسد، شکوک و شبہات، وہم اور توہمات نے مجھے ڈپریشن کا مریض بنادیا تھا۔ شک کا یہ حال تھا کہ اگر ہاتھ دھو رہا ہوں تو کئی کئی مرتبہ صابن سے ہاتھ دھونے کے باوجود دل مطمئن نہیں ہوتا اور یہ شبہ رہتا کہ ہاتھوں میں ابھی بھی جراثیم لگے ہوئے ہیں۔ جراثیم کے خوف سے لوگوں سے ملنا جھلنا چھوڑ دیا تھا۔ یہاں تک کہ بہن بھائیوں کی کامیابیوں سے بھی حسد کرنے لگا تھا۔ ڈپریشن کی وجہ سے صحت انتہائی خراب ہو گئی تھی۔ خاندان کے لوگ مجھ سے ملنے سے کتراتے تھے۔ اپنے ان مسائل کا نفسیاتی علاج بھی کروا چکا تھا مگر زیادہ فائدہ نہ ہوا پھر میں نے عظیمی ریکی سینٹر سے رابطہ کیا۔ یہاں میں نے ریکی کے چند سیشن ہی لیے تھے کہ مجھ میں ٹھہر اؤ کی کیفیت پیدا ہونے لگی۔ اب خود کو کافی بہتر محسوس کرتا ہوں۔

”جو شخص لڑکیوں کے ذریعے اللہ تعالیٰ کی طرف سے ذرا بھی آزمائش میں مبتلا کیا جائے اور وہ ان کے ساتھ اچھا سلوک کرے تو یہ لڑکیاں اس کے لیے دوزخ سے نجات کا ذریعہ بنیں گی۔“ (بخاری)

ایسے والدین، دادا دادی، نانائیاں وغیرہ جو لڑکیوں کی پیدائش کو اپنے لیے شرمندگی، دکھ و افسوس نہیں سمجھتے اور لڑکے اور لڑکی میں امتیاز نہیں رکھتے۔ ان والدین کو رسول اللہ ﷺ نے جنت کی بشارت عطا فرمائی ہے۔

آپ ﷺ کا ارشاد مبارک ہے ”جس شخص کی بیٹی ہو اور وہ نہ تو اسے زندہ درگور کرے اور نہ اس کے ساتھ حقارت آمیز سلوک کرے اور نہ اس لڑکی پر اپنے لڑکے کو ترجیح دے تو اللہ تعالیٰ اسے جنت میں داخل فرمائے گا۔“ (ابن داؤد)

اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ آپ کے والد کو اللہ تعالیٰ کی نعمتوں پر شکر ادا کرنے کی توفیق نصیب ہو۔ بیٹیوں کے ذریعے قدرت نے انہیں اللہ کی خوشنودی پانے کے مواقع عطا کئے ہیں۔ دعا ہے کہ ان کی آنکھیں کھلیں اور انہیں قدرت کی یہ مہربانیاں محسوس ہونے لگیں۔

بطور روحانی علاج رات سونے سے پہلے آکٹالین

سے دو مرتبہ مردہ بچے پیدا ہوئے۔ دوسرے بچے کی پیدائش کے بعد انہیں شدید اندرونی انفیکشن ہو گیا جس کی وجہ سے آپریشن کروانا پڑا۔ اس طرح آئندہ وہ ماں بننے کے قابل نہ رہیں۔ اس آپریشن کے بعد والد صاحب اپنی دوسری بیوی سے بھی نالاں رہنے لگے۔

اپنے والد کا رویہ دیکھ کر میں اکثر اپنی والدہ سے اور خود سے سوال کرتی ہوں کہ بیٹیاں پیدا ہی کیوں ہوتی ہیں.....؟

جواب: بیٹیاں تو اللہ کی رحمت اور والدین کے لیے آنکھوں کی ٹھنڈک ہوتی ہیں۔ بیٹیاں اپنے والدین کے لیے نجات اور اخروی کامیابیوں کا ذریعہ بنتی ہیں۔ رسول رحمت علیہ الصلوٰۃ والسلام کا ارشاد ہے

”جب کسی کے ہاں لڑکی پیدا ہوتی ہے تو اللہ تعالیٰ اس کے ہاں فرشتے بھیجتا ہے جو کہتے ہیں اے گھر والا! تم پر سلامتی ہو۔ وہ لڑکی کو اپنے پروں کے سایہ میں لے لیتے ہیں اور اس کے سر پر ہاتھ پھیرتے ہوئے کہتے ہیں ”یہ

ایک ناتواں جان ہے جو ایک ناتواں کمزور جان سے پیدا ہوئی ہے جو اس بچی کی پرورش کرے گا قیامت تک اللہ کی مدد اس کے شامل حال رہے گی۔“ (طبرانی الصغیر) ایک اور موقع پر رسول اللہ ﷺ نے فرمایا

مرتبہ سورہ فرقان (25) کی آیت 70

إِلَّا مَنْ تَابَ وَآمَنَ وَعَمِلَ عَمَلًا صَالِحًا
فَأُولَٰئِكَ يُبَدِّلُ اللَّهُ سَيِّئَاتِهِمْ حَسَنَاتٍ
وَكَانَ اللَّهُ غَفُورًا رَحِيمًا

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر والد صاحب کا تصور کر کے دم کر دیں اور ان کی سوچ کی اصلاح اور بیٹیوں کے ساتھ حسن سلوک و شفقت و محبت سے پیش آنے کی توفیق ملنے کی دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم دو ماہ تک جاری رکھیں۔

سیدھی سادی بہو مل جائے

☆ ☆ ☆

سوال: ہم پچھلے تیس سال سے انگلینڈ میں رہ رہے ہیں۔ ہمارا ایک بیٹا اور ایک بیٹی ہے۔ انگلینڈ میں رہتے ہوئے بھی ہم مذہبی طور طریقے اپنائے ہوئے ہیں۔ بیٹی بھی اس ماحول میں تربیت پا کر جو ان ہوئے۔

دونوں بچے ماشاء اللہ نیک اور سعادت مند ہیں۔ ہم ان دونوں کی شادی کرنا چاہتے ہیں لیکن یہاں کا ماحول ہمارے گھریلو ماحول سے بہت متضاد ہے۔ یہاں لوگوں میں پیسے اور نمود و نمائش اور ظاہر پسندی بہت ہے۔

بیٹی کے لیے دو تین رشتے آئے تھے۔ ہم نے معلومات کیں تو وہ ویسٹرن ماحول کے بہت زیادہ عادی نکلے۔ ہم نے سوچا کہ ہماری بیٹی اس ماحول میں ایڈجسٹ نہیں کر پائے گی اس لیے ہم نے منع کر دیا۔

پاکستان سے بھی بیٹی کے لیے رشتے آئے لیکن انہوں نے شرط رکھی کہ لڑکے کو انگلینڈ میں سیٹ کروانا ہوگا۔

اس بات میں کوئی قیاحت تو نہیں ہے لیکن میرے شوہر کہتے ہیں کہ پہلے دیکھ لو، سوچ لو کیونکہ اس طرح کے مطالبات کرنے والے لالچی بھی ہو سکتے ہیں۔

میں نے کے لیے یہاں کئی رشتے دیکھے لیکن وہ لڑکیاں بہت تیز طرز اور ڈیٹاڈنگ محسوس ہوئیں جبکہ میرا بیٹا بہت سیدھا ہے۔

میں چاہتی ہوں کہ میری بیٹی بیاہ کر پاکستان چلی جائے اور جینے کے لیے میں پاکستان سے سیدھی سادی اور صوم صلوٰۃ کی پابند ہو لے کر آ جاؤں۔

جواب: اللہ سے دعا ہے کہ آپ کو آپ کی اولاد کی بہت خوشیاں نصیب ہوں۔ آمین

انگلینڈ میں رہتے ہوئے آپ نے مذہبی ماحول میں بچوں کی تربیت کی یہ بہت اچھی بات ہے۔ آپ اور آپ کے شوہر یہ بات بھی یقیناً جانتے ہوں گے کہ اولاد کی شادی بیاہ کے حوالے سے ہمارے دین کی ہدایات کیا ہیں.... دین اسلام نے عورتوں کو بہت حقوق عطا فرمائے ہیں۔ ان حقوق میں سے ایک یہ بھی ہے کہ لڑکی کا نکاح کرنے سے پہلے اس کی مرضی معلوم کر لی جائے۔

آپ چاہتی ہیں کہ آپ کی بیٹی بیاہ کر پاکستان چلی جائے۔ اس حوالے سے آپ نے اپنی بیٹی کی خواہش بھی معلوم کر لی ہے....؟

اگر آپ کی بیٹی بھی پاکستان میں آکر رہنا چاہتی ہے تو اس کے لیے یہاں رشتہ ڈھونڈنا مناسب ہو سکتا ہے۔

بطور روحانی علاج عشاء کی نماز کے بعد 101 مرتبہ سورہ بقرہ کی آیت 163

وَالْهٰكُمُ الْاِلٰهَ وَاحِدٌ

لَا اِلٰهَ اِلَّا هُوَ الرَّحْمٰنُ الرَّحِيْمُ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دونوں بچوں کی اچھی جگہ شادی اور خوش و خرم ازدواجی زندگی کے لیے دعا کریں۔ یہ عمل توڑے روز تک جاری رکھیں۔ نامہ کے دن بعد میں پورے کر لیں۔

روحانی علاج

سوال: میری عمر پچاس سال ہے۔ میرے دو بیٹے ہیں۔ دونوں بیٹوں کی شادی ہو چکی ہے۔ چند سال پہلے میرے شوہر کا انتقال ہو گیا۔ شوہر نے پر اپنی میرے نام کر رکھی تھی۔ ان کے انتقال کے بعد میرے معاشی و گھریلو حالات خراب ہونا شروع ہو گئے۔

میری کچھ پر اپنی پر قبضہ ہو گیا اور اسے اونے پونے داموں فروخت کرنا پڑا۔ بیٹوں کو کاروبار میں خسارہ ہونے لگا اور قرض بھی کافی ہو گیا ہے۔ کچھ دنوں بعد میرے دونوں بیٹوں کے کپڑوں کو کسی نے اس طرح کاٹا کہ اس میں بڑے بڑے سوراخ ہو گئے جب کہ یہ کپڑے الماری میں بند تھے۔

بڑے بیٹے کے کمرے کی دیواروں اور فرش پر خون کے قطرے بھی نظر آنے لگے۔ رات کے وقت کسی کے چلنے کی آوازیں بھی آتیں۔ کبھی آوازیں بھی سنائی دیتیں۔

جب اس طرح کے پراسرار واقعات زیادہ ہونے لگے تو میں نے محلے کی مسجد کے پیش امام صاحب سے اس کا ذکر کیا۔ انہوں نے پانی پر دم کر کے دیا اور کچھ پڑھنے کو بتایا۔ تین ماہ آرام سے رہنے کے بعد دوبارہ اس طرح کے واقعات مزید شدت کے ساتھ ہونے لگے۔

میں ایک اور صاحب کے پاس گئی اور اپنا مسئلہ بیان کیا انہوں نے جو عمل بتایا اس سے حالات مزید خراب ہو گئے۔ میرے بیٹوں اور بہوؤں کے رویے بھی میرے ساتھ اور آپس میں خراب ہونے لگے۔ دونوں بیٹے کہتے ہیں کہ انہیں ایک ساتھ نہیں رہنا۔ بیٹے مجھ سے کہتے ہیں کہ یہ مکان بیچ دو اور حصہ کر دو ورنہ ہم یہ گھر چھوڑ کر چلے جائیں گے۔

فروری ۲۰۱۴ء

میں اپنے شوہر کا بنایا ہوا یہ مکان فروخت نہیں کرنا چاہتی اور نہ ہی اپنے بیٹوں کو کھونا چاہتی ہوں۔

جواب: صبح اور شام اکیس اکیس مرتبہ سورہ المائدہ (5) آیت 6

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ إِذْ هُمْ قَوْمٌ أَنْ يَبْسُطُوا إِلَيْكُمْ أَيْدِيَهُمْ فَكَفَّ أَيْدِيَهُمْ عَنْكُمْ

وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ○

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی پر دم کر کے مکان کے چاروں کونوں میں چھڑک دیں۔

رات سونے سے پہلے تین مرتبہ آیت الکرسی، سات مرتبہ سورہ فلق اور سات مرتبہ سورہ الناس پڑھ کر پانی پر دم کر کے سب گھر والوں کو پلائیں اور تھوڑا پانی مکان کے چاروں کونوں میں چھڑک دیں۔

حسب استطاعت صدقہ کر دیں۔

تیسری بیٹی کا رشتہ

ٹٹے نہیں ہو پار یا

سوال: ہمارے چار بچے ہیں۔ تین بیٹیاں اور ایک بیٹا۔ دو بڑی بیٹیوں کی شادی ہو چکی ہے۔ دونوں بیٹیوں کی شادی میں اکیس سال کی عمر میں ہو گئی تھی۔ دونوں اپنے اپنے گھروں میں بہت خوش ہیں۔ تیسری بیٹی کی عمر چھبیس ہو گئی ہے لیکن ابھی تک اس کی بات کہیں ٹٹے نہیں ہوئی۔ یہ بیٹی بہن بھائیوں میں چوتھے نمبر پر ہے۔ بیٹا تیسرے نمبر پر ہے۔ اس کی عمر اب تیس سال سے زائد ہو گئی ہے۔

میں اور میرے شوہر کے دل میں اب اپنے بیٹے کے سر پر سہرا دیکھنے اور بہو گھر لانے کی تمنا بھی شدید ہوتی جا رہی ہے لیکن بیٹا کہتا ہے کہ چھوٹی بہن کی شادی ہو جائے پھر اس کے لیے رشتہ ڈھونڈا جائے۔

تیسری بیٹی کے لیے رشتے تو بہت آئے۔ لوگ آتے ہیں، اپنی پسندیدگی کا اظہار بھی کرتے ہیں لیکن پھر نجانے کیا ہوتا ہے کہ بات آگے نہیں بڑھتی۔

ہمارے خاندان میں بعض لوگوں کا خیال ہے کہ بڑی دو بیٹیوں کی جلدی جلدی شادی ہو جانے پر اب ہمارے گھر کو حاسدوں کی نظر لگ گئی ہے۔

کسی کی نظر لگ گئی ہے یا کچھ اور وجہ ہے۔ بہر حال ہم سب گھر والے اس بچی کا رشتہ اب تک طے نہ ہو پانے کی وجہ سے بہت فکر مند ہیں۔

جواب: آپ یا آپ کی بیٹی رات سونے سے پہلے دو دو رکعت (چار رکعت) نفل ادا کریں۔ نفل کے بعد جاء نماز پر بیٹھے ہوئے گیارہ مرتبہ درودِ خفزی

صَلِّ اللّٰهُ تَعَالٰی عَلٰی حَبِیْبِہٖ
مُحَمَّدٍ وَّآلِہٖ وَسَلَّم

اس کے بعد آتا لیس مرتبہ

لا الہ الا اللہ سُبْحَانَ رَبِّیْ الْاَعْلٰی
لا الہ الا اللہ سُبْحَانَ الْمَلِکِ الْقُدُّوسِ
لا الہ الا اللہ سُبْحَانَ الرَّؤُفِ الرَّحِیْمِ
لا الہ الا اللہ سُبْحَانَ الْوَكِیْلِ الْکَفِیْلِ
لا الہ الا اللہ سُبْحَانَ الرَّقِیْبِ الْحَفِیْظِ
لا الہ الا اللہ سُبْحَانَ رَبِّ الْعٰلَمِیْنَ
لا الہ الا اللہ مُحَمَّدٌ رَّسُوْلُ اللّٰہِ

اور گیارہ مرتبہ درودِ خفزی پڑھ کر سجدے میں چلی جائیں۔ سجدے میں کچھ دیر تک سُبْحَانَ رَبِّیْ الْاَعْلٰی کا ورد کرتی رہیں۔

سجدے سے اٹھ کر اللہ کے حضور دعا کریں کہ ہر قسم کے شر سے نجات ملے، حسد یا سحر کی وجہ سے ہونے والی رکاوٹیں دور ہوں، اچھی جگہ رشتہ طے ہو، شادی خیر و عافیت کے ساتھ ہو اور ازدواجی زندگی میں

بہت خوشیاں نصیب ہوں۔

یہ عمل کم از کم ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

صبح اور شام سات مرتبہ سورہ فلق، سات مرتبہ سورہ الناس اور تین مرتبہ آیت الکرسی پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیں۔

وضو بے وضو کثرت سے سُبْحَانَ رَبِّیْ الْاَعْلٰی سُبْحَانَ رَبِّیْ الْعَظِیْمِ کا ورد کرتی رہیں۔

حسب استطاعت صدقہ کر دیں اور ہر جمعرات تین مستحق افراد کو کھانا کھلا دیں۔

غیروں پر مہربانیاں

☆☆☆

سوال: میری شادی کو اٹھارہ سال ہو گئے ہیں۔ ہمارے پانچ بچے ہیں۔ میرے شوہر اور دیور اپنے والد کے ساتھ ہی کام کرتے ہیں۔ میں جوائنٹ فیملی میں اپنے دیور اور دیورانیوں کے ساتھ رہتی ہوں۔

میری ساس بہت غصے والی خاتون ہیں۔ ان کی اپنے شوہر سے کبھی نہیں بنی۔ وہ بچوں پر بھی غصہ کرتی رہتی ہیں۔ میرے سر کو سب گھر والے بابو جی کہتے ہیں۔ بابو جی کی نوک جھونک اپنی بیگم سے چلتی رہتی تھی لیکن ان کا رویہ اپنے بچوں، بہوؤں کے ساتھ بہت اچھا تھا۔ بابو جی کی عمر اس وقت ستر سال کے قریب ہے۔ کچھ عرصہ پہلے بابو جی ہمارے محلے کی ایک عورت میں دلچسپی لینے لگے۔ اس خاتون نے بھی ان کی حوصلہ افزائی کی۔ بابو جی نے مختلف بہانوں سے ان صاحبہ کے ہاں جانا شروع کر دیا۔ آنا جانا بڑھا تو بابو جی نے ان صاحبہ کے بچوں کے لیے مینگے مینگے کپڑے، ان کے چھوٹے بچوں کے لیے دودھ کے ڈبے اور دوسرے تحائف بھی دینے شروع کر دیئے۔

پہلے یہ باتیں میری ایک دیورانی اور دیور کے علم

سُبْحَانَ رَبِّیْ الْاَعْلٰی

میں آئیں۔ چند ہفتوں بعد انہوں نے ہمیں بتایا۔ ہم ابھی یہ سوچ ہی رہے تھے کہ بابو جی سے ان معاملات پر کس طرح بات کریں کہ یہ معاملہ میری ساس کے علم میں آگیا، پھر تو ان دونوں میں وہ تو تو میں میں ہوئی کہ اللہ کی پناہ....

بابو جی نے صاف کہہ دیا کہ ان کا جو جی چاہے گا وہ کریں گے۔ اگر کسی کو کوئی اعتراض ہے تو وہ اپنا ٹھکانہ الگ کر لے۔ یہ بات گویا اپنی بیگم کو ان کی کھلی دھمکی تھی۔ ساتھ ہی اس میں بیٹوں کے لیے بھی پیغام موجود تھا کیونکہ ان کے سب بیٹے ان کے ساتھ ہی کام کرتے ہیں۔

بیٹوں نے یہ سنا تو انہیں بہت بُرا لگا۔ اب ہمارے گھر میں عجیب سی فضا بن گئی۔ بابو جی ایک طرف اور میری ساس اور ان کے سب بچے ایک طرف۔

پہلے بابو جی اپنے پوتوں پوتیوں کے ساتھ بہت وقت گزارتے تھے لیکن اب انہوں نے بچوں کو اپنے پاس بٹھانا، ان سے باتیں کرنا، ان سے کھیلنا بھی چھوڑ دیا ہے۔ پوتے پوتیاں بابو جی کے اس رویے سے بہت اداس ہیں۔

ہم حیران ہوتے ہیں کہ ایک عورت کے چکر میں پڑ کر ایک سمجھدار، جہاندیدہ آدمی کو نہ اپنے مقام و مرتبے کا خیال رہا اور نہ ان میں اپنے بچوں کی محبت باقی رہی۔ ہم یہ بھی سوچتے ہیں کہ ان پر کوئی جادو تو نہیں کروا دیا گیا۔

محترم ڈاکٹر صاحب! میں کئی سالوں سے آپ کی تحریریں پڑھ رہی ہوں۔ لوگ عجیب و غریب مسائل لے کر آپ کے پاس آتے ہیں۔ آپ ان لوگوں کو تسلی دیتے ہیں، ان کی رہنمائی کرتے ہیں اور انہیں دعائیں دیتے ہیں۔ میں ذاتی طور پر کئی لوگوں کو جانتی ہوں جنہیں آپ کے مشوروں سے اور آپ کی دعاؤں سے

بہت فائدے ہوئے ہیں۔

برائے کرم ہماری بھی رہنمائی فرمائیں کہ ان حالات میں ہمیں کیا کرنا چاہیے۔

میں چاہتی ہوں کہ میرے بچے اپنے دادا کے جیتے جی ان کی محبت اور توجہ سے محروم نہ رہیں۔

جواب: آپ کے سسر ایک سلیف میڈ مرد ہیں۔ انہوں نے غریبی کے ماحول میں بچپن گزرا پھر اپنی محنت کے بل پر ترقی کر کے ایک بڑا کاروبار بنایا۔ انہیں کاروباری کامیاہیاں تو ملتی رہیں لیکن انہیں اپنے گھر میں بیوی کی طرف سے محبت اور سکون نہ مل سکا۔ ایسا معلوم ہوتا ہے کہ آپ کی ساس نے انہیں ہمیشہ خود سے کم سمجھا۔ شاید اس کی وجہ یہ ہو کہ شادی کے وقت آپ کے سسر کی مالی حیثیت اپنے سسرال کے مقابلے میں کافی کم ہو۔

آدمی کی شخصیت میں کوئی کمی، کوئی خلل نہ جائے تو عمر کے کسی بھی حصے میں اس کی تکمیل کا تقاضہ شدت پکڑ سکتا ہے۔

لڑاکا بیوی کے ستر سالہ صحت مند اور پیسے والے مرد کو اپنے سے آدھی عمر کی عورت کی رفاقت کے اثرات کسی بھی جادو سے زیادہ ہو سکتے ہیں۔ آپ کے سسر کے معاملے میں کسی اور جادو ٹوٹنے کا دخل معلوم نہیں ہوتا۔

آپ کے سسر کو برسوں جو جذباتی آسودگی نہ مل سکی تھی اس کے حصول کا موقع انہیں ملا تو شاید وہ بے خود ہو گئے۔ ہو سکتا ہے کہ وہ کچھ عرصہ مزید اسی بے خودی میں رہیں۔

انہیں اپنی فیملی میں واپس لانے کا طریقہ یہ ہو سکتا ہے کہ انہیں ان کی اہمیت کا احساس دلایا جائے۔ انہیں بتایا جائے کہ ان کے سب بچے ان کا بہت

بہت پیچھے ہے۔ اس وقت میری بیٹی K.G.II میں پڑھتی ہے۔ اسکول سے تقریباً روزانہ ہی شکایت آتی ہے۔ میجر کا کہنا ہے کہ یہ بات سمجھنے میں بہت دیر لگاتی ہے۔ ایک لائن یاد کرنے میں کئی دن لگتے ہیں۔ اس کے علاوہ اپنی بات بھی مکمل نہیں کرتی یا تو جملے آگے پیچھے بولتی ہے یا بیچ میں سے الفاظ غائب کر دیتی ہے۔

کچھ عرصہ سے ہر وقت غصہ میں رہنے لگی ہے۔ بے انتہا ضدی ہو گئی ہے اور اونچی آواز میں چیخ چیخ کر باتیں کرتی ہے۔

جواب: اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ آپ کی بیٹی ذہنی و جسمانی طور پر صحتیاب ہو اور زندگی کی سرگرمیوں میں نارمل انداز میں حصہ لے سکے۔ آمین!

ڈاکٹری علاج کے ساتھ ساتھ صبح تہامندہ اور شام کے وقت ایکس ایکس مرتبہ سورہ آل عمران کی آیت 191

الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا

خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا سُبْحَانَكَ

فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ○

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر ایک ایک چمچی شہد پر دم کر کے پلائیں۔ یہ عمل نوے

روز تک جاری رکھیں۔ دماغی اور اعصابی کمزوری میں یونانی مرکب خمیرہ گاؤ زبان جدوار عود صلیب کا استعمال بھی مفید ہے۔ آپ یہ خمیرہ صبح اور شام آدھی آدھی چمچی کھلائیں۔

حقیقت کیا ہے...؟

☆☆☆☆

سوال: میری عمر بیالیس سال ہے۔ والد کے

مذہبی و اخلاقی

زیادہ ادب و احترام کرتے ہیں۔ ان کے شکر گزار ہیں اور سب سے زیادہ اہم بات یہ کہ آپ کی ساس صاحبہ ان کے ساتھ اپنا رویہ تبدیل کریں۔ وہ انہیں اپنا بڑا تسلیم کریں، ان کی عزت کریں اور سیر کو سوا سیر والا رویہ رکھنے کے بجائے ان کے ساتھ محبت اور احترام سے پیش آئیں۔ اب معلوم نہیں کہ آپ کی اتنا پسند ساس صاحبہ اپنا رویہ تبدیل کرنے پر تیار ہوں گی یا نہیں....

معاشی حالات خراب ہو گئے

☆☆☆☆

سوال: شادی سے پہلے میرے شوہر ایک فیکٹری میں ملازم تھے۔ شادی کے ایک ماہ بعد کسی وجہ سے وہ فیکٹری بند ہو گئی۔ میرے شوہر نے کئی ایک جگہ کوشش کی لیکن ملازمت نہ ملی۔ ان کے ماموں نے مشورہ دیا کہ سی این جی رکشہ قسطوں پر لے لیں۔ میرے شوہر نے رکشہ لے کر چلانا شروع کر دیا۔ دن بھر رکشہ کی کمائی سے بڑی مشکل سے رکشہ کی قسط پوری ہو پاتی ہے۔ شوہر کہتے ہیں کہ ایسا لگتا ہے کہ لوگوں کو میرا رکشہ نظر نہیں آتا۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد 101 مرتبہ سورہ آل عمران کی آیت 37

إِنَّ اللَّهَ يَرْزُقُ مَنْ يَشَاءُ بِغَيْرِ حِسَابٍ ○

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر وسائل میں اضافہ اور رزق میں برکت کے لیے دعا کریں۔ وضو بے وضو کثرت سے یَا فَتَّاحُ یَا رَزَّاقُ کا ورد کرتے رہیں۔

اعصابی کمزوری

☆☆☆☆

سوال: میری بیٹی کی عمر چھ سال ہے۔ وہ عمر کے حساب سے جسمانی طور پر بہت کمزور اور ذہنی طور پر

اس تکلیف سے نجات کا راستہ دشوار نہیں بلکہ بہت سہل ہے۔

آپ محبت کیجئے اور اپنی محبت کا کھل کر اظہار کیجئے۔
آپ پوچھیں گی کس سے محبت کی جائے تو میں کہوں گا اس سے محبت کی جائے جسے آپ سے بہت محبت ہے اور یہ ہستی وہ ہے جس نے آپ کو تخلیق کیا۔
اللہ سے محبت کیجئے۔

اللہ آپ سے ستر ماؤں سے زیادہ محبت کرتا ہے۔
اللہ کے رسول ﷺ سے محبت کیجئے اور اپنے اس تعلق کو اس عشق کو پوری طرح Express کیجئے۔
اس عشق کو اپنی صلاحیتوں کے اظہار کا ذریعہ بنائیے۔ اللہ اور اللہ کے رسول ﷺ سے محبت کا یہ مطلب ہر گز نہیں ہے کہ زندگی کے مادی تقاضوں کو پھیل دیا جائے۔

اس تعلق کا ایسا کوئی مطالبہ ہے بھی نہیں۔ زندگی کے تمام فرائض گھریلو معاشی ذمہ داریاں، ازدواجی تعلق کا قیام، معاشرہ میں ممتاز مقام کی سعی، عشق الہی اور عشق رسول ﷺ کے ساتھ ساتھ یہ سب کام ہو سکتے ہیں۔

قرآن پاک کی تلاوت کیجئے اور ان آیات پر غور کیجئے جن میں اللہ تعالیٰ نے اپنے بندوں پر اپنی محبت کا، اپنی رحمتوں کا، اپنی نعمتوں کا تذکرہ فرمایا اور اپنے بندوں سے وعدہ فرمایا ہے کہ وہ انہیں دنیا میں بھی کامیابی سے نوازے گا اور آخرت میں بھی انہیں نعمتوں سے بھرپور ایک بہتر اور پائیدار ٹھکانہ عطا فرمائے گا۔

چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے یا حتیٰ یا قیوم کا ورد کرتی رہا کریں۔ صبح شام ایک ایک ٹہیل اسپون شہد بھی پی لیا کریں۔ کھانوں میں نمک کم اور میٹھی چیزیں زیادہ استعمال کریں۔

انتقال کے بعد بڑی بہن ہونے کے ناطے میں نے گھر کی معاشی ذمہ داریاں سنبھالیں۔ میں نے اپنے چھوٹے بہن بھائیوں کی خاطر اپنے لیے کئی اچھے رشتوں سے انکار کر دیا۔ اپنے بہن بھائیوں کی تعلیم اور دیگر اخراجات پورے کرنے میں دن رات ایک کر دیئے۔

میری زندگی کا مقصد صرف ان کا اچھا مستقبل تھا۔ الحمد للہ.... میں اپنے مقصد میں کامیاب ہوئی۔ آج میرے بھائی اعلیٰ تعلیم یافتہ اور برسر روزگار ہیں۔ میں سب بہن بھائیوں کی شادیاں بھی کر چکی ہوں۔ میرے سب بہن بھائی عزت و احترام کے ساتھ میرا خیال بھی بہت رکھتے ہیں۔

گھر میں مجھے کوئی پر اہلم نہیں لیکن مجھے کچھ عرصہ سے رات کو سوتے میں ڈر محسوس ہوتا ہے۔

ایک رات سوتے میں مجھے ایسا لگا کہ کوئی آیا اور اس نے میرے دونوں پاؤں پکڑ لئے ہیں اور مجھے کھینچ کر لے جانا چاہتا ہے۔ کبھی کوئی شخص میرا گلا دباتا ہوا محسوس ہوتا ہے۔ کبھی کوئی میرے بال کھینچ کر مجھے اٹھا دیتا ہے۔ کبھی ایسا لگتا ہے کہ دو آدمی میرے کمرے میں ہیں۔

کچھ لوگ کہتے ہیں کہ تمہاری یہ کیفیات ڈر کی وجہ سے ہیں۔ کچھ لوگوں کا کہنا ہے کہ کسی نے تم پر سفلی کر دیا ہے۔

میں یہ جانتا چاہتی ہوں کہ حقیقت کیا ہے....؟ اس تکلیف سے نجات کیسے ملے گی....؟

جواب: جذباتی و اعصابی کمزوریوں سے ہونے والی بعض کیفیات کو کچھ لوگ بیرونی اثرات مثلاً آسیب یا سفلی علم کے نتائج بھی قرار دیتے ہیں جبکہ درحقیقت ان کیفیات کے اسباب بیرونی نہیں بلکہ اندرونی ہوتے ہیں۔

رنگ گورا کرنا ہے

☆☆☆

سوال: میری رنگت بچپن میں کافی صاف اور نکھری ہوئی تھی مگر کالج میں آتے آتے میرا رنگ کافی ڈارک ہو گیا ہے۔ جلد بھی بے رونق ہو گئی ہے۔ چاہ ماہ بعد میری شادی ہے۔ آپ مہربانی فرمائیے اور ایسا نسخہ تجویز فرمائیں کہ میرا رنگ گورا ہو جائے۔

جواب: آپ روزانہ رات کو ہلکے ہاتھ سے گھیکوار کے گودے (الیویرہ) سے دس منٹ تک چہرے پر مساج کرنے کے بعد چند قطرے کڑوے بادام کے لے کر ہلکے ہاتھ سے چہرے پر نیچے سے اوپر پانچ منٹ تک مساج کریں۔ صبح چہرہ نیم گرم پانی سے دھولیں۔ رنگ گورا کرنے کے لیے عظیمی کی ہربل کریم شین سم کا استعمال بھی مفید ہے۔ چند ہفتوں تک شین سم ہربل کریم کے استعمال سے رنگت کافی نکھر آتی ہے۔

دوران سفر حفاظت

مصباح الدین۔ ثکلی۔ عابد۔

جواب: سفر پر روانہ ہونے سے پہلے ایک مرتبہ
يَا حَفِيْظُ يَا وَدُوْدُ يَا رَحِيْمُ يَا مُرِيْدُ
يَا حَفِيْظُ

يَا وَدُوْدُ يَا وَدُوْدُ يَا اَللّٰهُ يَا حَفِيْظُ
پڑھ کر آسمان کی طرف منہ کر کے پھونک ماریں
اور دوران سفر حفاظت و سلامتی کے لیے دعا کریں۔

روحانی فون سروس

گھر بیٹھے فوری مشورہ کے لئے
حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی کی
روحانی فون سروس

کراچی 021-36688931, 021-36685469

اوقات: پیر تا جمعہ شام 5 سے 8 بجے تک

شوگر میں مفید قدرتی اجزاء سے تیار کردہ

ڈایا بیٹک + کیپول

ہو میوڈاکٹر مرتضیٰ اقبال کی زیر نگرانی
ہو فمیں لیبارٹریز کے تیار کردہ ڈایا بیٹک کیپول شوگر
کنٹرول کرنے کے لیے مفید ہیں۔



کراچی اور حیدرآباد میں اپنے قریبی اسٹور سے طلب فرمائیں

اسٹاکس کی تفصیلات کے لیے فون نمبر: 0300-3503329 پر رابطہ کیجیے۔