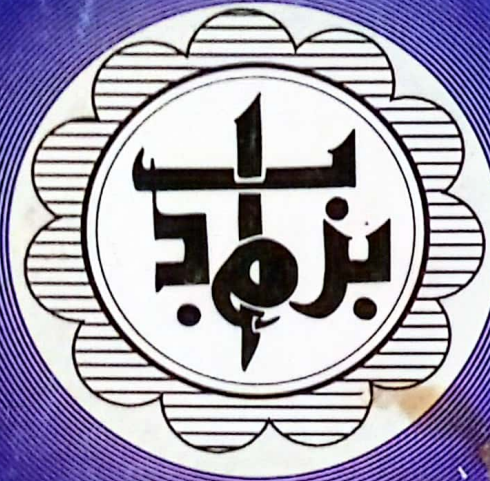


مطلبہ



حکیمان

۲۰۰۲ء بمطابق ۱۴۲۳ھ

بزم آداب

منجانب

جمعیت حکیمانِ دہلی کراچی۔

[www.hakiman.org](http://www.hakiman.org)

E-mail: [hakiman@yahoogroup.com](mailto:hakiman@yahoogroup.com)

# فہم القرآن

سورۃ النساء آیت نمبر 115 تا 118

مگر جو شخص رسول (صلی اللہ علیہ وسلم) کی مخالفت پر کمر بستہ ہو اور اہل ایمان کی روش کے سوا کسی اور روش پر چلے حالانکہ راہ راست اس پر واضح ہو چکی ہو تو ہم اس کو اسی طرف چلائیں گے جدھر وہ خود پھرتا گیا، جہنم میں جھونکیں گے اور وہ برترین جانے قرار ہے۔ (115) اللہ کے ہاں بس شرک ہی کی بخشش نہیں ہے، اس کے سوا سب کچھ معاف ہو سکتا ہے (اس لئے ہم میں سے ہر ایک کو شرک کا پتا ہونا چاہیے ابھی جیسے درود تاج کا میں نے مینشن کیا کہ اس میں شرکیہ جملہ ہے کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم دور کرنے والے ہیں باؤں، دباؤں اور قتلوں کو تو یہ کیا ہے؟ ایک شرکیہ جملہ۔ کہ شرک جو ہے اس سے ظاہر اور باطن ہر شرک سے بچنا چاہیے کیونکہ اس لئے کہ شرک کا گناہ معاف نہیں ہوگا) جسے وہ معاف کرنا چاہے۔ ہر جس نے اللہ کے ساتھ کسی کو شریک ٹھہرا دیا۔ تو گمراہی میں مبتلا ہو گیا۔ (116) واللہ یومر کہ: ایوان کو معبود بناتے ہیں۔ وہ اس باغی شیطان کو معبود بناتے ہیں۔ (117) جس کو اللہ نے لعنت زدہ کیا ہے۔ (وہ اس شیطان کی اطاعت کر رہے ہیں) جس نے اللہ سے کہا تھا کہ میں تیرے بندوں سے ایک مقرر حصہ لے کر رہوں گا۔ (118) (یعنی میں تیرے بندوں میں سے کچھ حصہ اپنے ساتھ لے جاؤں گا، اپنی پارٹی بنا لوں گا) میں انہیں بہکاؤں گا، میں انہیں آرزوؤں میں الجھاؤں گا (شیطان کے پارٹی کے لوگوں کی خصوصیات کیا ہوتی ہے کہ وہ شیطان کے بہکاوے میں آتے ہیں، کس طرح؟ آرزوئیں اور تمنائیں اور خواہشات بڑی بڑی رکھتے ہیں ہم یہ کریں گے، وہ کریں گے، یہ ملے گا، وہ کر لوں تو وہ ہو جائے گا یعنی شیخ چلی والے منصوبے پایہ کہ اپنی خواہشات کو پایہ تکمیل تک پہنچانے کے لئے گھنٹوں بیٹھے سوچتے رہنا، نور کرتے رہنا، اچھا! میں اپنی یہ مرضی کیسے پوری کروں، یہ دراصل شیطانی شر ہوتا ہے پھر فرمایا (اور میں انہیں حکم دوں گا اور میرے حکم سے جانوروں کے کان پھاڑ دیں گے) (اور اہل عرب بتوں کے نام پر جانوروں کے کان کاٹ دیتے تھے) اور میں انہیں حکم دوں گا اور وہ میرے حکم سے خدائی ساخت میں ردو بدل کریں گے۔

حاضرین محفل کو

# ﴿خوش آمدید﴾

عید سعید کے پر مسرت موقع پر  
ہم افراد جمعیت حکیمان (دہلی) کراچی  
کی خدمت میں

# ﴿دلی عید مبارک﴾

پیش کرتے ہیں

منجانب:

اراکین و مجلس منتظمہ بزم ادب



MOHAMMEDMIAN SOOMRO

GOVERNOR SINDH

## پیغام

مجھے یہ جان کر بے حد مسرت ہوئی کہ جمعیت حکیمان (دہلی) کی تنظیم بزم ادب ہر سال عید کے موقع پر اپنی برادری کے افراد کیلئے ایک مجلہ "ملن" شائع کرتی ہے۔ مجھے یہ بھی بتایا گیا کہ یہ برادری اپنا شاندار ماضی رکھتی ہے اس برادری کے افراد نے آپس میں محبت و یگانگت پیدا کرنے کے ساتھ ساتھ اپنی تہذیبی، تمدنی اور ثقافتی روایات کو بھی زندہ رکھا ہوا ہے۔ جو کہ بہت خوش آئند بات ہے۔

میں اللہ تعالیٰ سے دعا گو ہوں کہ اس برادری کے افراد میں مزید محبت، خلوص پیدا فرمائے اور برادری کے ہر شعبہ سے تعلق رکھنے والے افراد ملک و قوم کی سچی لگن اور جذبہ حب الوطنی کے ساتھ خدمت کرتے رہیں۔

اللہ ہمارا حامی و ناصر ہو۔ آمین

محمد میاں سومرو

(محمد میاں سومرو)

گورنر سندھ

مورخہ: ۲۰ نومبر ۲۰۰۲ء

## ”پیغام“

مقامِ مسرت و انبساط ہے کہ کارکنانِ بزمِ ادب اس سال بزمِ ادب منعقد کر رہے ہیں۔ گذشتہ سال چند ناگزیر وجوہ کی وجہ سے یہ بزم نے سجائی جاسکی تھی۔ افرادِ برادری نے اس کمی کو جس شدت سے محسوس کیا اس سے اندازہ ہوا کہ بزمِ ادب کے بغیر عید کی خوشیاں ادھوری رہ جاتی ہیں۔ ظاہر ہے اتنے مختصر وقت میں جتنے عزیزوں سے عید مل لیتے ہیں ان سے سال بھر بھی نمل سکیں۔ میں آپ سب کی خدمت میں عید کی مبارکباد پیش کرتا ہوں۔

فی زمانہ Information Technology اور کمپیوٹر کا بڑا شہرہ ہے جمعیت حکمان (دہلی) کراچی نے قوم کے چند پر جوش اور مستعد نوجوانوں کی مدد سے ایک ویب سائٹ (www.hakiman.org) کا اہتمام کیا ہے اس میں برادری کی مختصر تاریخ اور جن خاندانوں سے ملکر یہ بنی ہے ان کے نام اور مجلس انتظامی جمعیت حکمان (دہلی) کراچی کی سب کمیٹیوں اور اس کے ذیلی اداروں کی تفصیل دی گئی ہے۔ برادری کی مردم شماری کی جارہی ہے اس کے لئے فارم تقسیم کر دیئے گئے ہیں یہ فارم کمپیوٹر سے بھی حاصل کئے جاسکتے ہیں۔ بزمِ ادب میں فراہم کر دیئے گئے ہیں۔ افرادِ برادری سے استدعا ہے کہ یہ فارم جلد پُر کر دیں مردم شماری کے اعداد و شمار کمپیوٹر کے ذریعہ مرتب کئے جارہے ہیں۔ مردم شماری سے حاصل شدہ افرادِ برادری کے کوائف بمعہ نام، پتہ، ٹیلی فون نمبر وغیرہ کمپیوٹر میں درج کئے جارہے ہیں خصوصاً ان لوگوں کو جو کراچی سے باہر اور غیر ممالک مثلاً امریکہ، برطانیہ، کینیڈا، آسٹریلیا، نیوزی لینڈ اور سعودی عرب وغیرہ میں مقیم ہیں۔ اور چاہتے ہیں کہ برادری کی اساس کو قائم رکھتے ہوئے مناکبت برادری میں ہی کی جائے۔

بقول علامہ اقبالؒ

ملت کے ساتھ رابطہ استوار رکھ

پیوستہ رہ شجر سے امید بہار رکھ

آخر میں دعا گو ہوں کہ اللہ تعالیٰ آپ سب کو خوشیاں، صحت اور دین و دنیا کی کامرانی عطا فرمائے۔

محمد تقی

صدر

جمعیت حکمان (دہلی) کراچی

## فہرست مضامین

- 1- اگر تو برانہ مانے
- 2- کلام پاک کے فضائل
- 3- دنیا امتحان گاہ۔ آخرت اس کی جزاء
- 4- دوران حمل خواتین کیا کھائیں
- 5- فالج/لقوہ/غلط تصورات کی روشنی میں
- 6- قائد اعظم/سر سید کا نظام تعلیم
- 7- تھکن آنے والے دور کی بیماری
- 8- کمپیوٹر
- 9- اگر ہماری دم ہوتی
- 10- زندگی در سگاہ
- 11- سینگوں والا اسکندر
- 12- فہرست معاونین

(اور اس کے علاوہ دلچسپ معلوماتی و اصلاحی مضامین)

☆☆☆☆☆☆☆☆

## رنگ ہی رنگ

## بزمِ ادب کے سنگ

# مجلد ملن کراچی

2002ء، مطابق یکم شوال/1423

مدیر اعلیٰ : وسیم اقبال  
معاونین : معراج الدین  
عمران شاہد  
عماد شکیل

## قلمی معاونین:

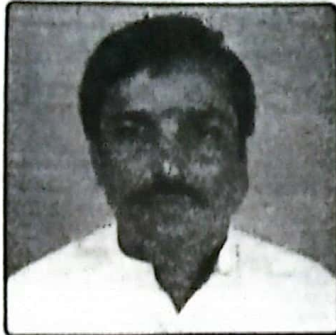
- 1 ڈاکٹر اظہر
- 2 صائمہ وسیم
- 3 شائکہ عمران
- 4 مسز معراج الدین/افشین کوثر
- 5 آصفیہ خالد
- 6 آصفیہ کرن
- 7 محمد عمران
- 8 عمیر شاہد

## بزم ادب استقبالیہ کمیٹی

برائے سال 2002ء

- |                                    |                              |
|------------------------------------|------------------------------|
| ☆ جناب محمد منیر احمد صاحب         | ☆ جناب بابو محمد تقی صاحب    |
| ☆ جناب محمد شاہد صاحب              | ☆ جناب چوہدری مبین صاحب      |
| ☆ جناب اہتمام الدین صاحب           | ☆ جناب چوہدری محمد انیس صاحب |
| ☆ جناب محمد متین صاحب              | ☆ جناب امیر حسن جیلانی صاحب  |
| ☆ جناب شہزاد پرویز صاحب            | ☆ جناب عزیز حسن جیلانی صاحب  |
| ☆ جناب اقبال احمد شیخ صاحب         | ☆ جناب مختار احمد شیخ صاحب   |
| ☆ جناب سلیم احمد صاحب              | ☆ جناب معین الدین صاحب       |
| ☆ جناب مظہر اختر فریدی صاحب        | ☆ جناب احسن ذکی صاحب         |
| ☆ جناب نسیم الدین صاحب             | ☆ جناب منصور احمد شہزاد صاحب |
| ☆ جناب ناظم الدین بقالی صاحب       | ☆ جناب جاوید بقالی صاحب      |
| ☆ جناب جمال الدین بقالی صاحب       | ☆ جناب امیتاز بقالی صاحب     |
| ☆ جناب محمد ممتاز صاحب             | ☆ جناب محمد آصف صاحب         |
| ☆ جناب منصور صاحب (بلڈنگ ہارڈویئر) | ☆ جناب روشن اختر صاحب        |
|                                    | ☆ جناب منصور ذکائی           |

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆



اگر آپ مجلہ ملین، مجلہ ملین 2002



شروع اللہ کے نام سے جو بڑا مہربان نہایت رحم والا ہے



میرے قابل احترام بزرگوں ..... ساتھیوں .....!

السلام علیکم اور عید سعید کی بھرپور مبارکباد قبول ہو۔

مجلہ ملن آپ کے ہاتھوں میں ہے اس بار اس کی تیاری کی ذمہ داری مجھ پر عائد کی گئی جو کہ میں نے اپنے بھرپور جذبہ اور ذمہ داری کے ساتھ پوری کرنے کی کوشش کی میں اس میں کہاں تک کامیاب رہا اس کا فیصلہ آپ کی آراء کی روشنی میں کرنے میں بہت مدد ملے گی۔

بزم ادب جمعیت حکیمان دہلی کا سب سے مستعد اور فعال ذیلی ادارہ ہے جس کی کوششوں اور کاوشوں سے برادری کے افراد ہر سال عید کے پر مسرت موقع پر ایک پلیٹ فارم پر اکٹھے ہوتے ہیں اور اپنی خوشیوں کو ایک دوسرے کے ساتھ بانٹتے ہیں آپس میں ایک دورے سے ملتے ہیں اور اس پلیٹ فارم کے نتیجے میں برادری کے افراد کو آپس میں مزید نئی رشتہ داریاں بھی قائم کرنے کے مواقع بھی ملتے ہیں۔

اس مجلہ کے مضامین کا اگر بغور مطالعہ کیا جائے تو مجھے یہ بات کہنے میں بہت خوشی اور فخر محسوس ہو رہا ہے کہ ہماری برادری کے افراد نوجوان اور بچے علمی اور ادبی ذوق رکھنے میں اپنا ثانی نہیں رکھتے صرف ضرورت اس بات کی ہے کہ انہیں وقتاً فوقتاً مواقع فراہم کیے جائیں اور ان کی کاوشوں کو سراہا جائے۔

اس مجلہ میں علم و ادب سے متعلق تمام شعبوں مثلاً دینی و اصلاحی، معلوماتی، سنجیدہ مضامین کے علاوہ شعر و شاعری کے ساتھ طنز و مزاح اور لطائف کو بھی مناسب جگہ دی گئی ہے تاکہ پڑھنے والے کو یکسانیت کا احساس نہ ہو اور اس مجلہ سے بھرپور انجوائے کر سکیں۔ مختصر یہ کہ اس مجلہ کو برادری کے افراد نو جوان اور بچوں کی تحریروں سے سجا کر ایک ایسا گلدستہ بنانے کی کوشش کی گئی ہے جس میں ہر رنگ کا پھول موجود ہے تاکہ برادری کا ہر فرد مہلتا رہے۔

آپ کو اس مجلہ میں اگر کوئی خامی و کمی نظر آئے تو اپنی قیمتی رائے سے ہمیں ضرور آگاہ کریں تاکہ ہم آئندہ آپ کی رائے کی روشنی میں اس میں مزید نکھار پیدا کرنے کی کوشش کریں اس مجلہ کی تیاری، طباعت و دیگر امور میں میرے ساتھ تعاون کرنے پر میں جناب معراج الدین، جناب عمران شاہد اور جناب عماد شکیل کا تہہ دل سے مشکور ہوں کہ ان کی کوششوں نے مجھے اس مجلہ کی تیاری میں کافی آسانیاں فراہم کیں۔ میں اس مجلہ کی تیاری میں اپنے مشہورین حضرات اور اداروں کا بھی بہت ممنون ہوں کہ جن کے تعاون سے اس مجلہ کی طباعت اور اشاعت ممکن ہو سکی اور یہ آپ کے ہاتھوں تک پہنچا۔

میں آپ کو اپنی اور اپنے ساتھیوں کی جانب سے ایک بار بھر عید کی بھرپور مبارکباد پیش کرتا ہوں

نیک تمناؤں کا طالب

وسیم اقبال

لٹریسی سکریٹری

## برادری کے افراد سے اہم گزارش

ہماری برادری جو کہ اپنی ابتدا میں چند لوگوں پر مشتمل تھی آج بڑھتے بڑھتے ہزاروں افراد پر مشتمل بہت بڑی برادری بن گئی ہے۔ برادری کے اس پھیلاؤ کے باعث ہماری برادری کے افراد میں باہمی روابط اور تعلقات میں جمہود اور ٹھہراؤ سا پیدا ہو گیا ہے۔ لہذا اسی روابط اور آپس میں تعلقات کے رشتے کو بحال رکھنے کے لئے اب اس امر کی ضرورت شدت سے محسوس کی جا رہی ہے کہ برادری کے لوگوں کو کوئی ایک ایسا پلیٹ فارم فراہم کیا جائے جو ایک دوسرے کو قریب لاسکے۔ برادری کے افراد کو ایک دوسرے کے بارے میں معلومات حاصل ہو سکے اور وہ اپنے خیالات ایک دوسرے تک پہنچا سکیں اس مقصد کے تحت برادری کے افراد کے سامنے یہ تجویز رکھی جا رہی ہے کہ سالانہ نکلنے والے مجلے کو ماہنامہ کر دیا جائے۔ اس سے جہاں ایک مقصد تو یہ حاصل ہوگا کہ برادری کے افراد ایک دوسرے کے بارے میں جان سکیں گے تو دوسری جانب برادری کے ہونہار بچوں، طالب علموں اور ادبی ذوق رکھنے والے افراد کو اپنی تحریریں شائع کرانے میں باہم سہولتیں حاصل ہوں گی اور ان کی صلاحیتوں کو مزید جلا ملے گی۔

اس سلسلے میں مزید عرض ہے کہ ماہنامہ کی تدوین، تیاری، طباعت و اشاعت کے لئے کسی پر مالی بوجھ نہ ڈالا جائے اور اپنی مدد آپ کے تحت اسے شائع کیا جائے۔ اس مقصد کے تحت یہ تجویز ہے کہ ماہنامہ کی ممبر سازی کی جائے اور ممبر سازی کی فیس 300 روپے سالانہ رکھی جائے۔ جس سے کہ ماہنامہ کے اخراجات پورے کئے جائیں گے۔ اس سلسلے میں آپکی مثبت آراء ہماری حوصلہ افزائی کا باعث بنے گی۔

خیر اندیش

وسیم اقبال

لٹریسی سیکریٹری بزم ادب کراچی

Ph:6364915

رابطے اور ممبر سازی کیلئے:

:E.mail: mriqbal1@yahoo.com



عمران شادی (جنرل سیکریٹری)



ندیم امیر قریشی (نائب صدر)



انوار امیر قریشی (سکریٹری)



محمد کھلیل (جی آر ای سیکریٹری)



معراج الدین (صدر)



وسیم اقبال (سکریٹری)



سلیم شہزاد (سوشل سیکریٹری)



شعیب شہزاد (جی آر ای سیکریٹری)



عمران ممتاز (جوائنٹ سیکریٹری)

اراکین مجلس منتظمہ، بزم الالب 2002

# خطبہ صدارت

معزز خواتین و حضرات

السلام علیکم

میں اپنے اس خطبہ صدارت میں سب سے پہلے اپنی مجلس منتظمہ بزم ادب کمیٹی کی طرف سے آپ سب خواتین و حضرات کو پر خلوص دل سے عید مبارک پیش کرتا ہوں اور اپنے اس پروردگار کے حضور شکر بجالاتا ہوں جس نے ہمیں عید کے اس پر مسرت موقع پر مل بیٹھنے کا ایک اور موقع عطا کیا میری دعا ہے کہ اللہ تعالیٰ ہمیں ایسی بزاروں پر مسرت اور خوشیوں کے مواقع آئندہ عیدوں میں بھی دیکھنا نصیب فرمائے، (آمین)

آپ تمام حاضرین محفل سے اس خوشی کے موقع پر گزارش ہے کہ ان تمام افراد برادری کے لئے دعائے مغفرت کریں جو آج ہم میں موجود نہیں ہیں اللہ تعالیٰ ان سب کو اپنے جو رحمت میں جگہ عطا فرمائے اور ان سب کے لواحقین کو صبر جمیل عطا فرمائے، (آمین)

گزشتہ برس بزم ادب عید ملن کو ملتوی کرنا پڑا جس کی وجہ سے عید کی خوشیاں مدہم ہو گئیں تھیں۔ جیسا کہ آپ سب بخوبی واقف ہیں کہ 11 ستمبر کے واقعات، امریکہ کی افغانستان پر بمباری اور اس کے رد عمل کے طور پر کراچی شہر کے نامساعد حالات کی وجہ اور وسائل کی کمی، قومی ہال کی عدم دستیابی، مہنگائی اور وقت کی کمی کے باعث ہمیں یہ خوبصورت پروگرام ملتوی کرنا پڑا تھا تاہم اس سال حالات سازگار ہیں۔ اسی لئے مجلس منتظمہ اور بزم ادب کمیٹی کی بھرپوری کوششوں سے ہم اس خوبصورت اور تاریخی روایت کو برقرار رکھتے ہوئے اس پروگرام کو اس کی رنگینیوں اور اس کی رعنائیوں کے ساتھ منعقد کر رہے ہیں۔ جس کے نتیجے میں آپ سب خواتین و حضرات اس رنگارنگ پروگرام سے لطف اندوز ہو رہے ہیں کیونکہ بزم ادب عید ملن کا انعقاد ہمارے لئے ایک بہت بڑا اعزاز بھی ہے جس کی وجہ سے میں اپنے تمام ساتھیوں کو بزم ادب عید ملن کے انعقاد پر مبارکباد پیش کرتا ہوں۔

میں ان تمام بزرگ حضرات اور اعلیٰ مجلس انتظامی کمیٹی کا شکر گزار ہوں جنہوں نے ہماری رہنمائی فرمائی۔ ان تمام افراد و اداروں کا مشکور ہوں جنہوں نے مالی تعاون فرمایا اور ہم کو ننھے فنکاروں کی حوصلہ افزائی کے لئے تحائف فراہم کئے۔ میں ان

تمام نئے فنکاروں کو داد دیتا ہوں جنہوں نے آپ کے سامنے اپنی صلاحیتوں کا مظاہرہ کیا۔ میں گولڈن گارڈن (ہال) کی انتظامیہ کا بھی مشکور ہوں جنہوں نے وقتاً فوقتاً اس پروگرام کی تیاری کے سلسلے میں مجلس منتظمہ بزم ادب کمیٹی کو اس ہال کو استعمال کرنے کی اجازت دی۔

الحمد للہ آج اس بزم ادب کے وساطت سے ہم نے برادری کی مردم شماری کا بھی انتظام کیا ہے جس کے لئے آپ سے گزارش کرتا ہوں کہ مین گیٹ پر موجود کاؤنٹر پر رجسٹریشن فارم دستیاب ہیں اب یہ تمام افراد برادری کی ذمہ داری ہے کہ وہ فارم حاصل کر کے اسے پر کر کے کمپیوٹر میں فیڈ کروا کے ہم سے تعاون فرمائیں کیونکہ ان تمام رجسٹریشن فارم کی نقول صدر جمعیت حکیمان دہلی کو ارسال کی جائیں گی مجھے امید ہے کہ ہمارا یہ اقدام مردم شماری کو آگے بڑھانے میں کافی مددگار ثابت ہوگا۔

اس مجلہ کی اشاعت کے لئے مطلوب مالی وسائل کی فراہمی میں جن مشتہرین نے اپنے اشتہارات دے کر اس عملی منصوبے کی تکمیل کی ہے میں ان کا بھی ممنون ہوں۔ اس مجلہ کو مرتب کرنے اور قارئین کے ہاتھوں تک پہنچانے میں اپنی کابینہ کے تمام ممبران خاص طور پر لٹریسی سیکریٹری وسیم اقبال، معاونین معراج الدین، عماد شکیل کا شکر گزار ہوں کہ جن کے انتھک کوششوں اور کاوشوں کی بدولت یہ مجلہ آپ کے ہاتھوں میں ہے ایک بار پھر آپ کی آمد کا بہت بہت شکریہ، اور سب کو بہت بہت دلی عید مبارک قبول ہو۔

معراج الدین

صدر

بزم ادب

# جائزہ

معزز حاضرین محفل!

السلام علیکم

سب سے پہلے میں بحیثیت جنرل سیکریٹری آپ سب خواتین و حضرات اور پیارے پیارے بچوں کی خدمت میں اپنی اور اپنی تمام مجلس منظمہ کی طرف سے نیک تمناؤں اور دعاؤں کے ساتھ دلی عید مبارک پیش کرتا ہوں۔

بزم ادب جس کی ابتداء تقریباً 80 سال پہلے 1923ء میں بانی بزم ادب جناب محمد دین خلتقی (مرحوم) کے ہاتھوں ہوئی۔ وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ مختلف بزرگان برادری نے اس بزم کی باگ ڈور کو بہترین طریقے سے سنبھالے رکھا اور دن رات محنت کر کے اس بزم کو سجاتے رہے اور عید ملن جیسی خوبصورت اور رنگارنگ محفل کا انعقاد کر کے ہر سال عید الفطر کے موقع پر برادری کا تشخص اجاگر کرتے رہے۔ اور افراد برادری کے لئے مختلف تعلیمی اور تفریحی پروگرام ترتیب دے کر ان کو ایک پلیٹ فارم پر جمع کئے رکھا آج بھی ہم نے الحمد للہ اپنے بزرگوں کی دعاؤں اور رہنمائی کے ساتھ اس بزم کی شاندار روایات کو برقرار رکھنے کی کوشش کی اس میں ہم کہاں تک کامیاب ہوئے اس کا فیصلہ آپ حاضرین محفل نے کرنا ہے۔

اب میں رواں سال کی مختصر اُردو ادب پیش کرنا چاہتا ہوں تاکہ آپ لوگوں کو علم ہو سکے کہ ہماری برادری میں آج بھی ایسے لوگ موجود ہیں جو خلوص نیت کے ساتھ برادری کے تمام افراد کو ایک پلیٹ فارم پر جمع رکھنے کی کوششوں میں مصروف ہیں اور اس کام کو وہ ایک چیلنج سمجھ کر کرتے ہیں بزم ادب 2002ء کے اراکین کے انتخابات کے لئے مورخہ 3 نومبر، بروز اتوار، احباب صادق ہال میں ایک اجلاس منعقد کیا گیا جس میں مجلس منظمہ کے انتخابات کی نگرانی کے لئے جناب سلیم احمد صاحب کا بحیثیت ایکشن کمشنر تقرر کیا گیا۔ جناب سلیم احمد صاحب کی نگرانی میں بزم ادب 2002ء کے انتخابات کے نتیجے میں جن اراکین کا انتخاب کیا گیا نام درج ذیل ہیں:

- |                                       |                                  |                                    |
|---------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|
| (1) معراج الدین (صدر)                 | (2) ندیم احمد قریشی (نائب صدر)   | (3) عمران شاہد (جنرل سیکریٹری)     |
| (4) انوار احمد قریشی (فنانس سیکریٹری) | (5) عماد شکیل (پروگرام سیکریٹری) | (6) وسیم اقبال (لٹریسی سیکریٹری)   |
| (7) عمران ممتاز (جوائنٹ سیکریٹری)     | (8) سلیم شہزاد (سوشل سیکریٹری)   | (9) شعیب عزیز (پروپگینڈہ سیکریٹری) |

بعد ازاں اجلاس میں سال 2001ء کے حسابات کی منظوری دی گئی۔

منتخب بزم ادب کے اراکین نے متفقہ طور پر فیصلہ کیا کہ گزشتہ سالوں کی طرح اس سال بھی بزم ادب کا انعقاد گولڈن گارڈن میں ہی کیا جائے۔ لہذا بزم ادب کے پروگراموں کو حتمی شکل دینے کے لئے گولڈن گارڈن میں کئی اجلاس منعقد کئے گئے۔ جس میں آمدن و اخراجات کے علاوہ حاضرین محفل کی تواضع، تفریح و طبع اور دیگر پروگراموں کے بارے میں امور زیر غور آئے اور ان پر حتمی فیصلے کئے جاتے رہے اور یہ سب کچھ اراکین مجلس منتظمہ کی متفقہ منظوری سے طے پاتے رہے۔ بچوں کے لئے بھی حسب روایت عید کے پروگرام تشکیل دیئے گئے اور بچوں کو عید ملن پروگرام میں حصہ لینے کے سلسلے میں تیاریاں اور مشقیں بھی کراوائی جاتی رہیں اور جو بچے پروگرام میں حصہ لے رہے ہیں ان کا حتمی انتخاب عمل میں لایا گیا۔ اس کے علاوہ مجلہ کی اشاعت کے سلسلے میں بات چیت، اشتہاروں کی وصولی وغیرہ کے مسائل زیر غور آتے رہے ہیں۔

آخر میں، میں ان تمام افراد کا شکر گزار ہوں جنہوں نے ہماری مجلس منتظمہ بزم ادب کے ساتھ بھرپور تعاون کیا اور اپنے بزرگان برادری کا بھی شکر گزار ہوں جنہوں نے ہر قدم پر ہماری رہنمائی فرمائی اور ہمیں ہر قدم اپنے قیمتی و مفید مشوروں سے نوازتے رہے اور ہمارے لئے مشعل راہ کا کردار انجام دیتے رہے اور برادری کے ان تمام افراد کا بھی مشکور ہوں جنہوں نے مالی معاونت، مجلہ کے لئے اشتہارات اور بچوں کے لئے تحائف کے سلسلے میں بھرپور تعاون کیا اور ساتھ ساتھ گولڈن گارڈن کی انتظامیہ کا بھی شکر گزار ہوں جنہوں نے مجلس منتظمہ بزم ادب کے ساتھ بھرپور تعاون کیا اور ان تمام لوگوں کا بھی شکر گزار ہوں جو اس محفل کو جانے میں ہمارے ساتھ شریک ہیں۔ میں مجلس منتظمہ کے تمام اراکین کو بھی اپنے ساتھ بھرپور تعاون کرنے پر خراج تحسین پیش کرتا ہوں جنہوں نے بہترین ٹیم ورک کا مظاہرہ کیا۔ اور میں افراد برادری سے درخواست بھی کروں گا کہ ان تمام لوگوں کی خوب پذیرائی کریں جنہوں نے اس محفل کو کامیاب بنانے کے لئے انتھک کوششیں کیں تاکہ اس پروگرام کو حاضرین محفل کے لئے دلچسپ انداز میں سجایا جاسکے۔ میں دعا گو ہوں کہ لئے آئندہ بھی ایسی محفلیں ہر سال بحق رہیں اور آپ ان محفلوں کی رونق بنتے رہیں۔

شکریہ

آپ کی دعاؤں کا طالب

محمد عمران شاہد

جنرل سیکریٹری، بزم ادب



# مردم شماری جمعیت ڈائریکٹری

[www.hakiman.org](http://www.hakiman.org)

ایک عرصہ سے ضرورت محسوس کی جا رہی تھی کہ برادری کے جملہ افراد کے اعداد و شمار کیے جائیں تاکہ اندازوں کے بجائے یقینی تعداد کا تعین ہو۔ اس کے علاوہ برادری کے افراد کی ایک ڈائریکٹری مرتب ہو جس میں شرح خواندگی، تعلیمی معیار اور مختلف شعبہ ہائے زندگی سے وابستگی کے کوائف ہوں۔ نیز تنظیمی امور سوشل اور سماجی کاموں کیلئے حلقہ اور علاقوں کے تعین ہوں۔ علاوہ ازیں زیادہ سے زیادہ افراد برادری سے روابط بڑھائیں انہیں سوشل اور سماجی سرگرمیوں میں شرکت پر راغب کیا جائے، مجموعی طور پر برادری کو نمایاں مقام حاصل کرنے کے لئے ورک کیا جائے۔

مردم شماری کمیٹی کے ممبران کی شانہ روز محنت سے برادری کی ویب سائٹ [www.hakiman.org](http://www.hakiman.org) مکمل ہو گئی ہے اور مردم شماری کے کمپیوٹر پروگرام کی تکمیل ہو چکی ہے۔

مجھے یہ بات آپ تک پہنچانے میں بہت خوشی ہو رہی ہے کہ مردم شماری کا کام جو کچھ ہی عرصہ پہلے شروع کیا گیا تھا آج کئی کئی پیش رفت ہوئی ہے اور اب حاصل شدہ فارموں سے کمپیوٹر پر اندراج ہو رہے ہیں۔ اس ترقی یافتہ دور میں کمپیوٹر کے استعمال نے ایسے کاموں کو آسان بنا دیا ہے جو پہلے بہت مشکل اور وقت طلب ہوا کرتے تھے۔ مردم شماری کیلئے بھی کمپیوٹر پروگرام اور انٹرنیٹ کی سہولت سے استفادہ کیا گیا ہے تاکہ مردم شماری کے کوائف ہر شہر بلکہ ہر ملک میں قیام پذیر برادری کے افراد آسانی سے فراہم کر سکیں۔

ہم نے مردم شماری کے فارم کی تقسیم مختلف ذریعوں سے کئی مقامات پر کی ہے مگر ابھی تک مکمل طور پر ترسیل نہیں ہو سکی ہے۔ تاہم اب فارم جمعیت کے آفس واقع احباب صادق ہال A-579 بلاک 'D' نار تھ ناظم آباد سے اور انٹرنیٹ پر برادری کی

ویب سائٹ [www.hakiman.org](http://www.hakiman.org) پر بھی دستیاب ہیں جبکہ برادری کی کمیٹی کے ممبران سے بھی حاصل کیے جاسکتے ہیں۔ جیسے جیسے مردم شماری کے مکمل فارم وصول ہوتے جائیں گے انکا اندراج کمپیوٹر پروگرام میں جاری رہے گا اور برادری کی ڈائریکٹری کے صفحات بڑھتے جائیں گے اس میں برادری کے ہر فرد کا تعاون ضروری ہے۔ اگر آپ نے ابھی تک مردم شماری کے فارم نہیں بھرے ہیں تو جلد از جلد پر کر کے ارسال کریں۔ علاوہ ازیں اپنے پتہ کی تبدیلی یا خاندان میں کسی تبدیلی مثلاً شادی، بچوں کی پیدائش اور خدانخواستہ انتقال کی اطلاع مزید براں کسی بھی فرد کی تعلیمی کامیابیوں کے کوائف برادری ڈائریکٹری میں اندراج کیلئے اسی ذریعہ سے ارسال کیے جاسکتے ہیں۔

آپ جہاں بھی ہیں اور جو سہولت دستیاب ہے اسی ذریعہ سے ہمیں نہ صرف مردم شماری کے فارم پر کر کے ارسال کریں اور اپنے کوائف کے اندراج کو یقین بنائیں بلکہ ساتھ ہی اپنے گراقدر مشورے اور تاثرات سے بھی نوازیں۔

نسیم احمد شیخ

کنوینر مردم شماری کمیٹی

جمعیت حکیمان (دہلی) کراچی



محمد نعمان ہاشمی

کوآرڈینیٹر بزم ادب 2002ء



محمد فاروق ولد سعید احمد بنیری والے

## اگر تو برانہ مانے

میرے خیالات ----- میرے قلم سے

تحریر خاص

میرے قابل احترام بزرگوں، ساتھیوں۔۔۔۔ السلام علیکم!

آج ہم جملہ افراد برادری المعروف جمعیت حکمکیان (دہلی) کی ذیلی تنظیم بزم ادب کے تحت ایک پلیٹ فارم پر اکٹھے ہو کر عید کی خوشیاں منا رہے ہیں اور ایک دوسرے کو خوشیاں بانٹ رہے ہیں۔ اگر اس پلیٹ فارم کے پس منظر میں جا کر ایک سرسری نگاہ ڈالی جائے تو ہمیں معلوم ہوگا کہ بزم ادب کا آغاز آج سے تقریباً 80 سال قبل (1923) میں دہلی میں جناب محمد دین خلتی (مرحوم) نے اپنے یقیناً اپنے اس جذبہ کے تحت کیا ہوگا جس کے تحت برادری کے افراد میں باہمی روابط، یگانگت اور اخوت پیدا ہو، برادری کے افراد اپنی ثقافتی ادبی، اخلاقی ذوق کو اجاگر کریں اور اسکا مظاہرہ کرتے ہوئے برادری کو دوسری قوموں (برادریوں) میں ممتاز مقام دلائیں گو کہ یہ سلسلہ چلتا رہا اور آج تک قائم و جاری ہے تاہم جن مقاصد کے تحت یہ سلسلہ شروع کیا گیا تھا کیا اسے حاصل کیا جاسکا۔۔۔۔۔؟ کیا ہماری برادری ان دیگر برادریوں کی صف میں آکھڑی ہوئی جہاں اس کی اپنی پہچان ہو جیسا کہ مہین برادری۔ چنیوٹی برادری، دہلی سوداگراں برادری اور اس طرح کی دیگر برادریاں ہیں یقیناً اس کا جواب نفی میں ہوگا۔۔۔۔۔ اس کی کیا وجہ ہے۔۔۔۔۔ اور اسکی ذمہ داری کن لوگوں پر عائد ہوتی ہے۔





# کلام پاک کے فضائل

تحریر: محمد عمران

حضرت علی رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا جس شخص نے نماز میں کھڑے ہو کر کلام پاک پڑھا اس کو ہر حرف پر سونکیاں ملیں گی اور جس شخص نے نماز میں بیٹھ کر پڑھا (جیسا کہ نفلوں میں پڑھ لیتے ہیں اس کو پچاس نیکیاں اور جس نے بغیر نماز کے وضو کے ساتھ پڑھا اس کو پچیس نیکیاں اور جس نے بلا وضو پڑھا اس کو دس نیکیاں ملتی ہیں اور جو شخص پڑھے نہیں بلکہ صرف کان لگا کر سنے اس کو بھی ہر حرف کے بدلہ ایک نیکی ملتی ہے۔

(ترمذی)

## 1 - بِسْمِ اللّٰهِ

سرور عالم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد ہے کہ جو اہم کام بسم اللہ سے شروع نہ کیا جائے وہ بے برکت ہوتا کیا عجب ہے کہ ہماری تحریر و تقریر اور اعمال و افعال کے ناکام یا ب ہونے کا ایک بڑا سبب یہ بھی ہو کہ ہمیں بسم اللہ کی قدر اور اس کا عملی اہتمام نہیں ہے نیز فرمایا ہے کہ جو شخص ایسے کاغذ کو زمین سے بغرض تعظیم اٹھائے جس پر بسم اللہ الرحمن الرحیم لکھا ہو وہ اللہ تعالیٰ کے نزدیک صدیقین میں لکھ دیا جاتا ہے نیز فرمان ہے کہ بسم اللہ کو ایسی جگہ نہ لکھنا چاہئے جہاں بے ادبی کا اندیشہ ہو۔

(اخیاء العلوم)

حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ہے کہ قرآن کا ماہر تو ان ملائکہ کے ساتھ ہے جو میرٹھی ہیں اور نیکو کار ہیں اور جو شخص قرآن شریف کو انک انک کر پڑھتا ہے اور اس میں وقت اٹھاتا ہے اس کو دو ہر اجر ملتا ہے (ایک قرأت کا دوسرا اس کی مشقت کا) (بخاری مسلم)

نیز فرمایا، تلاوت قرآن کا اہتمام کرو کہ دنیا میں یہ اور آخرت میں ذخیرہ (ابن حیان) حضور اکرم صلی اللہ

## 2- سورئہ فاتحہ

حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ہے کہ (فضیلت میں) سب سے بڑی الحمد شریف کی سات آیتیں ہیں۔

(ابن حیان)

نیز فرمایا ہے کہ سورہ فاتحہ میں دو تہائی قرآن کے برابر ہے ایک روایت میں ہے کہ جس نے سورہ فاتحہ کو پڑھا اس نے گویا توریت،

زبور، انجیل، اور قرآن شریف کو پڑھا نیز ارشاد ہے

کہ سورہ فاتحہ ہر (روحانی اور جسمانی) بیماری کے لئے شفا ہے۔)۔ (داری)

## 3- سورئہ بقرہ:

حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ہے کہ سورہ بقرہ کی آخری دو آیتیں (امن الرسول سے آخر تک) نور ہیں (مسلم)

جس گھر میں سورہ بقرہ پڑھی جاتی ہے اس گھر سے شیطان بھاگ جاتا ہے۔ (مسلم)



# ADMISSION OPEN

## AL-NOOR COMPUTER CENTER

R-98 , Block 19 Federal B, Area AL-Noor Society Karachi

MS-OFFICE 2000/XP	WebPage Designing	Languages
<ul style="list-style-type: none"> <li>🔊 Using Computer / DOS</li> <li>🔊 MS-Windows</li> <li>🔊 MS-Excel</li> <li>🔊 MS-Word</li> <li>🔊 MS-PowerPoint</li> <li>🔊 InterNet + E-Mail</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>🔊 Using InterNet</li> <li>🔊 HTML</li> <li>🔊 MS-Front Page</li> <li>🔊 MS-Photo Editor</li> <li>🔊 PhotoShop</li> <li>🔊 Flash</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>🔊 Visual Basic 6</li> <li>🔊 Visual FoxPro</li> <li>🔊 Turbo C ++</li> <li>🔊 Java Language</li> <li>🔊 Oracle SQL</li> </ul>
<p><b>Package Rs 1500=</b> <b>Duration 2 Months</b></p>	<p><b>Package Rs. 2500/=</b> <b>Duration 2 Months</b></p>	<p><b>Each Rs. 2000/=</b> <b>Duration 2 Months</b></p>

# دنیا امتحان گاہ آخرت اس کی جزا

تحریر: آصفیہ کرن، نارتھ ٹائم آباد

انسان کی دنیاوی زندگی بہت مختصر اور آخرت کی زندگی ابدی زندگی ہے ہم اس کی مثال اس طرح لے سکتے ہیں کہ اذان ہوئی اور پندرہ سے بیس منٹ بعد جماعت کے ساتھ نماز پڑھی گئی بالکل اسی طرح جب بچہ یا بچی پیدا ہوتے ہیں تو اس کے کان میں اذان دینے کا حکم ربی ہے اور جب انسان کی زندگی کا دورانیہ اذان سے جماعت کے ساتھ نماز پڑھنے کا ہے تو ہمیں اس کی تیاری کے لئے فکر کرنی چاہیے۔ اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے:

"جو کچھ تمہارے پاس دنیا میں ہے وہ ایک دن ختم ہو جائے گا اور جو عمل تم اللہ تعالیٰ کے پاس بھیجو گے وہ ہمیشہ باقی رہے گا۔" (سورۃ النحل - 96)

قرآن پاک میں ایک اور جگہ ارشاد بانی ہے:

"جو کچھ تم کو دنیا میں دیا گیا ہے وہ صرف دنیا کی چند جزا ہے اور یہاں کی (فتا ہونے والی) رونق ہے اور جو کچھ اللہ کے پاس ہے بہتر اور ہمیشہ باقی رہنے والا ہے کیا تم اتنی بات بھی نہیں سمجھتے۔"

(سورۃ القصص - 60)

دنیا ایک امتحان گاہ اور آخرت اس کی جزا ہے آخرت میں کامیابی کے لئے دنیا میں تیاری کرنی چاہیے زندگی کا ہر لمحہ قیمتی اور ہر سانس اللہ کی امانت ہے مندرجہ ذیل احادیث سے ہمیں آخرت کی تیاری کی فکر ملتی ہے۔

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا:

"اللہ تعالیٰ کی قسم دنیا کی مثال آخرت کے مقابلے میں ایسی ہے جیسے تم میں سے کوئی شخص اپنی انگلی دریا میں ڈال کر نکالے پھر دیکھے کہ پانی کی کتنی مقدار انگلی پر لگی ہوئی ہے"



یعنی جس طرح انگلی پر لگا ہوا پانی دریا کے مقابلے میں بہت تھوڑا ہے ایسے ہی دنیا کی زندگی آخرت کے مقابلے میں بہت تھوڑی ہے۔"

ایک اور جگہ ارشاد ہے:

حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ایک خطبہ دیا جس میں ارشاد فرمایا: "غور سے سنو، دنیا ایک عارضی اور وقتی سودا ہے (اور

اس کی کوئی قدر و قیمت نہیں ہے اس لئے) اس میں ہر اچھے برے کا حصہ ہے اور سب اس سے کھاتے ہیں۔ بلاشبہ آخرت مقررہ وقت پر آنے والی سچی حقیقت ہے اور اس میں قدرت رکھنے والا بادشاہ فیصلہ کرے گا غور سے سنو، ساری بھلائیاں اور اس کی تمام قسمیں جہنم میں ہیں۔ اچھی طرح سمجھ لو جو کچھ کرو اللہ تعالیٰ سے ڈرتے ہوئے کرو اور سمجھ لو تم اپنے اپنے اعمال کے ساتھ اللہ تعالیٰ کے دربار میں پیش کیئے جاؤ گے جس شخص نے ذرا برابر نیکی کی ہوگی وہ اس کو دیکھ لے گا اور جس نے ذرہ برابر برائی کی ہوگی وہ اس کو دیکھ لے گا۔"

حضرت جابر رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کا ایک کان کٹے مرے ہوئے بکری کے بچے پر سے گزر رہا تھا۔ آپ نے ارشاد فرمایا:

"کہ تم میں کون پسند کرتا ہے کہ (مردہ بچہ) اس کو ایک درہم کے بدلے مل جائے۔ لوگوں نے عرض کیا (درہم تو

بڑی چیز ہے) ہم تو اس کو پسند نہیں کرتے کہ وہ ہم کو کسی ادنیٰ سی چیز کے بدلے میں بھی ملے۔ آپ ﷺ نے فرمایا اللہ کی دنیا اللہ تعالیٰ کے نزدیک اس سے بھی زیادہ ذلیل ہے جس قدر یہ تمہارے نزدیک"

ان احادیث سے ہمیں دنیا کی حقیقت معلوم ہوتی ہے کہ اللہ اور رسول ﷺ کے نزدیک دنیا حقیر جگہ ہے اور اس کی حقارت کو سمجھتے ہوئے ہمیں آخرت کے لئے تیاری جلدی کرنی چاہئے۔

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ آپ نے ارشاد فرمایا:

"سات چیزوں سے پہلے نیک اعمال میں جلدی کرو۔ کیا تمہیں ایسی جگہ تنگدستی کا انتظار ہے جو کچھ بھلا دے، یا ایسی مالداری کا جو سرکش بنا دے، یا ایسی بیماری کا جو ناکارہ بنا دے، یا ایسے بڑھاپے کا جو عقل کھودے، یا ایسی موت کا جو اچانک آجائے (کہ بعض وقت توبہ کرنے کا موقع بھی نہیں ملتا)، یا دجال کا جو آنے والی چھپی ہوئی برائیوں میں بدترین برائی ہے، یا قیامت کا؟ قیامت تو بڑی سخت اور بری کڑوی چیز ہے۔"

مطلب یہ ہے کہ انسان کو ان سات چیزوں میں سے کسی چیز کے آنے سے پہلے نیک اعمال کے ذریعے اپنی آخرت کی تیاری کر لینی چاہئے۔ ☆☆☆

## دوران حمل خواتین کیا کھائیں کیا نہ کھائیں

تحریر: صائمہ وسیم

کم وزن اور قبل از وقت بچوں کی پیدائش عام ہوتی جا رہی ہے۔ یہ ایک ایسا مسئلہ ہے جس میں وجوہات کا تعین کرنا اتنا مشکل نہیں۔ اس مسئلہ میں جہاں عوامل اہم کردار ادا کرتے ہیں وہاں ماں کی صحت اور دوران حمل استعمال جانے والی غذا بھی نظر انداز نہیں کی جاسکتی۔ کیونکہ "صحت مند ماں ہی صحت مند بچوں کو جنم دیتی ہیں" صحت مند ماؤں کے لئے متوازن اور مناسب غذا ناگزیر ہوتی ہے۔ ہمارے ہاں یہ سمجھا جاتا ہے کہ زیادہ کھانا صحت مندی کی علامت ہے۔ یہ بیان قابل یقین حد تک لغو ہے کیونکہ مقدار سے زیادہ معیار کی اہمیت ہوتی ہے۔ ہم آپ کو بتاتے ہیں کہ دوران حمل کس وقت کس طرح کی غذا ایک صحت مند بچے کی پیدائش کو یقینی بناتی ہے۔

### اپنی کھانے کی عادت کو بہتر بنائیں

دوران حمل اپنی غذا میں پروٹین، وٹامن اور معدنی عوامل مثلاً فولک ایسڈ، آئرن اور کیلوریز کی مقدار کو بڑھادیں کیونکہ یہ آپ کے اندر توانائی کو بڑھاتے ہیں اگر آپ حمل سے پہلے سے ہی کمزور ہیں تو آپ کو غذا کے معاملے میں زیادہ محتاط رہنا پڑے گا اس لئے آپ توانائی سے بھرپور اور متوازن غذا پر توجہ دیں۔ ہلکی قسم کی غذائیں چھوڑ دیں کیونکہ یہ آپ کو مطلوبہ مقدار سے کم کیلوریز فراہم کرتی ہیں لیکن یہ ذہن میں رہے کہ اچھی غذا کا یہ مطلب ہرگز نہیں ہے کہ آپ غذا کی مقدار کو بہت زیادہ بڑھادیں کیا آپ جانتی ہیں کہ دوران حمل آپ کو کتنی اضافی کیلوریز کی ضرورت ہے؟ حیرت انگیز طور پر صرف 300 کیلوریز زیادہ عام حالات میں ایک خاتون کو روزانہ 200 سے 800 کیلوریز کی ضرورت ہوتی ہے اور جبکہ دوران حمل میں صرف 300 کیلوریز بڑھادیں۔

## پکی اور ابلی ہوئی غذائیں استعمال کریں

چیز (Cheese) اور بغیر ابلے ہوئے دودھ کو استعمال نہ کریں ان کے اندر موجود بیکٹیریا آپ کے بچے کو نقصان پہنچا سکتے ہیں۔

چائے کافی اور کیفین کا زیادہ استعمال بھی نقصان کا باعث ہو سکتا ہے۔ خاص طور پر حمل کے ابتدائی دنوں میں سختی سے پرہیز ضروری ہے کیونکہ ایک دن میں کافی کے چار کپ کا استعمال اسقاط حمل کی وجہ بن سکتا ہے اس کے علاوہ بچہ کی وقت سے پہلے پیدائش، وزن میں کمی یا بچہ کی اچانک موت بھی واقع ہو سکتی ہے۔ اس کو میڈیکل زبان میں (Sudden infant death syndrom) کہتے ہیں۔ کیفین کی زائد مقدار، دیگر مشروبات (مثلاً کولا وغیرہ) میں بھی ہوتی ہے۔ آپ کے لئے بہتر ہے کہ ان غذاؤں کے متبادل کو ترجیح دیں مثلاً چائے یا کافی کی جگہ دودھ۔ تازہ پھلوں کے جوس اور پھر لیموں کیا سکنجبین استعمال کریں۔

## وٹامن اور معدنیات سے بھرپور غذاؤں کو ترجیح دیں

ایک حاملہ عورت کو اپنے ہونے والے بچے کی غذائی ضرورتوں کو پورا کرنے کے لئے وٹامن اور معدنیات سے بھرپور غذا کی ضرورت ہے۔ اس کے علاوہ حمل سے پہلے، شروع کے دنوں میں اور پورے عرصے میں فولک ایسڈ کے استعمال کو عادت بنائیں تاہم مقدار کا تعین ضروری ہے یہ 600 سے 800 مائیکروگرام ہو سکتی ہے۔ کیلشیم اور آئرن کو اپنی غذا میں ضرور شامل رکھیں ایسی خواتین جو ذیابیطیس یا خون کی کمی کی شکار ہیں یا پھر ان کے ہاں پہلے سے کم وزن کے بچے پیدا ہوتے ہیں تو انہیں وقتاً فوقتاً ڈاکٹر سے رجوع کرتے رہنا چاہئے۔ یاد رکھیے! ہر چیز کی مناسب مقدار ہی صحت مندی کی نشاندہی کرتی ہے۔ کیونکہ وٹامن اور معدنیات کا حد سے زیادہ استعمال نقصان کا باعث بھی ہو سکتا ہے۔ لہذا اس معاملے میں بھی اعتدال ضروری ہے۔

### ڈائٹنگ کو ذہن میں بھی نہ لائیں

درحقیقت ڈائٹنگ آپ کے لئے اور آپ کے ہونے والے بچے کے لئے بے حد نقصان دہ ثابت ہو سکتی ہے کیونکہ وزن کے کم ہونے کے ساتھ ساتھ آپکے اندروٹامن، آرن، فولک اسید اور دیگر معدنیات کی کمی ہو سکتی ہے۔ یہ بات ذہن میں ہو کہ حمل کے دوران وزن بڑھنا ایک صحت مند اور خوشگوار علامت ہے ایسی خواتین جو مناسب غذا کھاتی ہیں اور جن کا وزن مقررہ معیار کے مطابق بڑھتا ہے صحت مند بچوں کو جنم دیتی ہیں۔ اگر آپ تازہ غذا کھاتی ہیں اور آپ کا وزن بڑھ رہا ہے تو پریشان ہونے کی ضرورت نہیں ہے کیونکہ یہ اس بات کی علامت ہے کہ آپ ایک صحت مند بچہ کی ماں بنیں گی۔

### وزن بتدریج بڑھنا چاہئے

دوران حمل بڑھنے والا ایک آئیڈیل وزن 25 سے 35 پاؤنڈز ہے لیکن آپ پہلے سے کم وزن کا شکار ہیں تو آپ کا وزن 28 سے 40 پاؤنڈ بڑھنا چاہئے اور اگر پہلے سے وزن کی زیادتی کا شکار ہیں تو 15 سے 25 پاؤنڈ بڑھنا چاہئے۔ آپ کا قد اگر 5 فٹ 2 انچ سے کم ہے یا آپ ایک سے زائد بچوں کی حاملہ ہیں تو اس سلسلے میں ڈاکٹر سے مشورہ کریں۔ لیکن خیال رکھیے کہ پہلی سہ ماہی میں وزن زیادہ نہیں بڑھنا چاہئے۔ جبکہ تیسری سہ ماہی واضح طور پر اضافہ ہونا چاہئے۔

### ہر چار گھنٹہ میں غذا کھائیں

اگر چہ آپ کو بھوک محسوس نہیں ہو رہی لیکن ہو سکتا ہے کہ آپ کا بچہ بھوکا ہو اس لئے کوشش کریں کہ ہر چار گھنٹہ بعد کچھ نہ کچھ کھاتی رہیں کیوں کہ ایک ہی دفعہ بہت سا کھانا کھانے سے بہتر ہے کہ آپ اس کو مختصر وقفوں میں کھائیں۔ یاد رکھیں اپنے ہونے والے بچے کی ضروریات کو پورا کرنے کے لئے آپ کو متوازن غذا ضرور لینی چاہئے۔ اور متوازن غذا میں مچھلی، مرغی، گوشت کے علاوہ ہری سبزیاں، فروٹ اور جوس کا استعمال زیادہ سے زیادہ کریں۔

# فالج اور لقوہ

## غلط تصورات کی روشنی میں

تحریر: ڈاکٹر اظہر

ان کا گرم گرم خون مریض کے مفلوج (Paralysed) حصوں پر لگاتے ہیں۔ ”ان میں سے ایک نے ذرا جھکتے ہوئے جواب دیا۔ اب میری سمجھ میں یہ بھی آیا کہ مریض کے ہاتھ اور پاؤں پر سرخ رنگ کی کوئی دوا نہیں تھی بلکہ جنگلی کبوتروں کا خون تھا۔“

یہ ان غلط تصورات کی ایک مثال ہے جو لوگ فالج اور لقوہ سے متعلق علاج کے سلسلے میں کرتے ہیں۔ اس کے علاوہ بعض لوگ مریض کے متاثرہ حصے پر شیر کی چربی، مشین کا کالائیل اور مقامی سطح پر تیار کیے گئے مختلف مرکبات اور کریموں وغیرہ کی مالش بھی کرتے ہیں۔ مریض کے فالج زدہ حصے کو گرم کپڑے وغیرہ سے سینک بھی پہنچایا جاتا ہے جس سے اکثر اوقات مریض کی جلد بری طرح متاثر ہوتی ہے۔

مقامی تیلوں یا مرکبات کی مالش کسی نانی دادی کے عام ٹونکے سمجھ کر نہیں کی جاتی بلکہ اس کے لئے کئی منطقی دلائل بھی دیئے جاتے ہیں۔ یعنی ایسے لوگوں کا خیال ہے کہ فالج انتہائی سرد تاثیر یا ٹھنڈ کے باعث ہوتا ہے اس لئے جسم کو گرم

ڈاکٹر اپنا تجربہ بیان کرتے ہوئے کہتے ہیں کہ ”ایک روز جونہی میں نے ہسپتال کے کمرے میں قدم رکھا، ایک ناگوار اور عجیب و غریب سی بونے میرا استقلال کیا۔ وہاں ایک درمیانی عمر کا مریض بیڈ پر لیٹا تھا جس کے نزدیک رکھے اسٹول پر اس کے دو تین رشتہ دار بھی بیٹھے تھے۔ یقیناً وہ ڈاکٹر کا انتظار کر رہے تھے۔ میری نظر مریض کے دائیں اور بائیں پاؤں پر پڑی، جہاں پر سرخ رنگ کی کوئی دوا لگی ہوئی تھی۔ جیسے ہی میں مریض کا معائنہ کرنے اس کے نزدیک پہنچا تو مجھے حیرت کا دوسرا جھٹکا لگا۔ کیونکہ اس خاموش کمرے میں کبوتروں کی غرغڑ بہت واضح طور پر سنائی دے رہی تھی۔“

مجھے پہلا خیال یہی آیا کہ یہ آوازیں کمرے کے باہر سے آرہی ہیں لیکن پھر میری نظر ایک رسی پر پڑی جو بیڈ کے نیچے تک جا رہی تھی۔ اس کے ساتھ ہی میں بہت کچھ سمجھ گیا لیکن پھر بھی میں نے مزید وضاحت کے لئے مریض کے پاس بیٹھے افراد سے پوچھا کہ کبوتر یہاں کیا کر رہے ہیں؟ دراصل ہم یہ جنگلی کبوتر باہر سے پکڑ کر لائے ہیں۔

ہو جانا) ہے۔ فالج سے مراد جسم کے کسی ایک طرف کے حصے کا اچانک مفلوج ہو جانا ہے جبکہ لقوہ میں صرف اور صرف چہرے کا ایک طرف سے محدود حد تک اچانک کمزور ہو کر ٹیڑھا ہو جاتا ہے۔ یعنی میڈیکل سائنس کے اعتبار سے لقوہ اور فالج کو دو الگ الگ معنوں میں لیا جاتا ہے۔

اس مرض کے بڑے عوامل میں سے خون کی (Nerves) رگوں یا نالیوں کا کمزور ہو جاتا ہے۔ نتیجے میں یہ سخت اور کھردری ہو جاتی ہے جس کے سبب ان میں خون جمنے لگتا ہے نتیجے میں یہ Damage ہو جاتی ہیں اور پورے جسم میں خون کی گردش متاثر ہوتی ہے۔ یہ بات یاد رکھنے کی ہے کہ دماغی خلیات انتہائی حساس اور نازک ہوتے ہیں اگر کسی وجہ سے ایک منٹ کے لئے انہیں خون کی فراہمی نہ ہو سکے تو یہ خلیات منٹوں میں متاثر ہونے لگتے ہیں اور بعض لوگوں میں انہیں دوبارہ درست حالت میں نہیں لایا جاسکتا۔ اس طرح جب دماغی خلیات کو خون کی فراہمی متاثر ہوتی ہے تو نتیجے میں ایسے شخص کو فالج یا اسٹروک کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔

یہ سوال انتہائی اہمیت کا حامل ہے کہ وہ کون سے عوامل ہیں جو اس قسم کے خطرات کا باعث بنتے ہیں۔ موجودہ تحقیق کے مطابق ذیابیطیس، ہائی بلڈ پریشر، خون کی نالیوں میں چربی کی مقدار کا بڑھ جانا، امراض قلب، دل کے متاثرہ والوز سے خون کے کٹھکوں (Clots) کا جسم کے دیگر حصوں

تاثیر کی ضرورت ہوتی ہے، یہی وجہ ہے کہ جسم کے متاثرہ حصوں کو روئی سے ڈھکا جاتا ہے تاکہ جسم کو گرمی پہنچائی جائے کبوتر کے خون کی مالش بھی گرمی پہنچانے ہی کے لئے کی جاتی ہے۔

قدیم طب یونان میں گیلن (GALEN) اس مفروضہ کا سب سے بڑا حامی قرار دیا جاتا ہے۔ تاہم موجودہ میڈیکل سائنس (ایلو پیٹھک) اس مفروضہ کو ماننے کے لئے تیار نہیں، سائنس ایسے مریضوں کا تعلق انسانی دماغ سے قرار دیتی ہے کیونکہ دماغ کی مثال ایک جنریٹر جیسی ہے جو توانائی پیدا کرنے کا اصل ذریعہ ہے۔ اگر وہیں سے توانائی کی فراہمی بند ہو جائے گی تو لازمی سی بات ہے کہ اس کی درستگی کے لئے بھی ہمیں پہلے دماغ ہی سے ابتداء کرنی پڑے گی۔

ایک اور چیز بھی جاننا ضروری ہے کہ عوام الناس کے ذہن میں فالج، اسٹروک اور لقوہ کے معنی اور مفہوم سے متعلق بہت سا الجھاؤ پایا جاتا ہے۔ عام طور پر لوگ ان تمام چیزوں کو ایک ہی معنوں میں استعمال کرتے ہیں جبکہ حقیقت اس سے مختلف ہے۔ اگر ان تمام امراض کو ان کے اصل معنوں میں الگ الگ سمجھا جائے تو نہ صرف یہ الجھاؤ دور ہو سکتا ہے بلکہ لوگوں میں پایا جانے والا خوف بھی بہت حد تک کم ہو سکتا ہے۔

ڈاکٹر ان امراض کو دو مختلف حصوں میں تقسیم کرتے ہیں۔ پہلا حصہ ہے فالج اور دوسرا حصہ لقوہ (چہرے کا ٹیڑھا

(رسولی) یادماغی سوزش (Inflammation) اور انفیلمیشن  
یاسرکی چوٹ (بالخصوص بچپن میں لگنے والی چوٹ) کے باعث  
بھی ہو سکتا ہے۔ البتہ ایسے افراد کی تعداد بہت کم ہوتی ہے۔

ضروری نہیں کہ فالج ہمیشہ اعصابی طاقت کو متاثر  
کرے بلکہ یہ دماغ کے مختلف نظاموں کو بھی متاثر کر سکتا ہے۔  
جیسے شعور کا کمزور پڑ جانا، یادداشت، سوچنے سمجھنے کی صلاحیت  
میں کمی، وقت اور جگہ کے تعین میں مشکلات، بولنے، لکھنے  
اور کسی چیز کو یاد رکھنے میں پریشانی۔ خاص طور پر حساب کتاب  
میں مشکلات۔ اس کے علاوہ ایسا شخص بے مقصد بھی ادھر ادھر  
گھومنے پھرنے لگتا ہے بہر حال فالج کے دماغ پر اثر انداز  
ہونے سے اسی قسم کے کئی جسمانی اور سماجی مسائل پیدا ہو سکتے  
ہیں۔

اسٹروک / فالج کی اگر ابتدائی سطح پر صحیح تشخیص کر لی  
جائے تو اسے بڑا خطرہ بننے سے روکا جاسکتا ہے۔ اس کے  
لئے اس بات پر زور دینا ہوگا کہ وہ کون سی خاموش علامات ہیں  
جو شریانوں کو نقصان پہنچا کر فالج کا باعث بنتی ہیں۔ اس کا  
صرف ایک ہی طریقہ ہے کہ ہر صحت مند آدمی 6 سے 12 ماہ  
میں ڈاکٹر سے اپنا معائنہ باقاعدگی سے کراتا رہے۔ اس سے  
مستقبل میں پیدا ہونے والے بیشتر خطرات کا پتہ لگایا  
جاسکتا ہے۔

فالج کے حملے کی صورت میں مریض کو اسپتال

تک پہنچ جانا، خون کی رگوں کی دیواروں کا کمزور ہو جانا (جو  
پیدائشی بھی ہو سکتی ہیں) الٹکل یا ادویات کا زیادہ استعمال اور  
اسی طرح کے کئی اور عوامل ان خطرات کا عام طور پر باعث بنتے  
ہیں۔ تاہم خوش قسمتی سے ان میں سے زیادہ تر خطرات پر قابو  
پایا جاسکتا ہے اور اگر لوگ کوشش کریں تو ان کی روک تھام ممکن  
ہے۔

فالج کے عوامل میں بلند فشار خون (ہائی بلڈ پریشر)  
کا سب سے پہلا نمبر ہے۔ اسے عام زبان میں خاموشی قاتل  
بھی کہتے ہیں۔ ایک اندازے کے مطابق دو تہائی افراد بلند  
فشار خون ہی کے باعث فالج یا اسٹروک وغیرہ کا شکار ہوتے  
ہیں۔ بعض افراد میں تو بلند فشار خون پہلی مرتبہ ہی سامنے آتا  
ہے لیکن بہت سارے لوگ ایسے بھی ہیں جو پہلے سے اس بات  
کا علم رکھتے ہیں لیکن وہ اس ضمن میں صحیح علاج نہیں کراتے  
یادوا کھانے میں بے قاعدگی اور غفلت برتتے ہیں۔ ان میں  
سے کئی ایسے ہیں جو صرف اسی وقت دوا کھاتے ہیں جب وہ  
محسوس کرتے ہیں کہ ان کا بلڈ پریشر بڑھا ہوا ہے حالانکہ انہیں  
اپنا بلڈ پریشر باقاعدہ ڈاکٹر سے چیک کرواتے رہنا  
چاہئے۔ بہت کم افراد ایسے دیکھے گئے ہیں جو اپنے بلڈ پریشر کا  
ریکارڈ رکھتے ہیں اور ادویات بھی باقاعدہ استعمال کرتے  
رہتے ہیں۔

کچھ لوگوں کو فالج کا حملہ دماغی امراض جیسے ٹیومر

پہنچانے میں دیر نہیں کرنی چاہیے اور جتنی جلد ممکن ہو اس کا علاج شروع کرائیں۔

چہرے کا ٹیڑھا ہو جانا یعنی لقوہ کے بارے میں لوگ بہت زیادہ خوف کا شکار ہوتے ہیں۔ اس کے علاوہ یہ بھی کہا جاتا ہے کہ لقوہ چہرے سے ہوتا ہوا پورے جسم کو مفلوج کر سکتا ہے۔ چہرے کے اعصاب کا کمزور یا متاثر ہو جانا اتنی خطرناک صورت حال نہیں ہے اور پورے جسم کو متاثر کرنے کی بات میں بھی کوئی صداقت نہیں۔

چہرے کے عصب (Nerve) بھی ہمارے عصبی نظام کا حصہ ہوتے ہیں۔ ان کی کمان بھی دماغ ہی کے پاس ہوتی ہے۔ تاہم دماغ سے ہوتے ہوئے یہ عصب کان کے نیچے تک آتے ہیں جہاں سے شاخوں کی صورت میں ان کی سپلائی پورے چہرے تک ہوتی ہے، چہرے کے نروز (Nerves) کا کام چہرے کے اعضاء خدو خال کی حرکات و سکنات کو کنٹرول کرتا ہے جیسے آنکھ اور منہ کا کھلنا اور بند ہونا وغیرہ۔ اس کے علاوہ یہ وہ گلیٹنڈز بھی پیدا کرتے ہیں جو آنکھ میں آنسو لاتے ہیں۔ اسی طرح بعض نروز (Nerves) کا کام ذائقہ کو محسوس کروانا ہوتا ہے یہی وجہ ہے کہ لقوہ کے دوران آدھی زبان کسی بھی چیز کا ذائقہ محسوس کرنے سے محروم ہو جاتی ہے یا پھر کم از کم متاثر ضرور ہوتی ہے۔

لقوہ عام طور پر اچانک ہوتا ہے۔ اکثر لوگ جب صبح

اٹھتے ہیں تو انہیں پتہ چلتا ہے کہ ان کے چہرے کا ایک حصہ ٹیڑھا ہو چکا ہے اور انہیں کوئی چیز پینے میں مشکلات کا سامنا کرنا پڑتا ہے کیونکہ چہرہ اپنا زاویہ بدل لیتا ہے۔ متاثرہ آنکھ پوری طرح بند نہیں ہوتی اور پانی آتا رہتا ہے۔ ابتدا میں ممکن ہے کہ پانی زیادہ نہ آئے لیکن بعد میں انفیکشن کے باعث آنکھ سے پانی آنے کی مقدار بڑھ جاتی ہے اور ہو سکتا ہے کہ آنکھ سرخ رہے اور اس میں درد بھی محسوس ہو اور چند مریض ایسے بھی ہوتے ہیں جو یہ شکایت کرتے ہیں کہ آدھی زبان ذائقہ محسوس نہیں کرتی یا ذائقہ بہت کم ہو جاتا ہے۔

لقوہ کا مریض حملے سے قبل عام طور پر کسی قسم کا درد محسوس نہیں کرتا کچھ ایسے افراد ہیں جو حملے سے چند دن پہلے کان کے پچھلی جانب معمولی سادرد محسوس کرتے ہیں۔ تاہم یہ مریض کو بہت زیادہ خوف میں مبتلا کر دیتا ہے۔ چونکہ اس میں چہرے کی خوبصورتی متاثر ہوتی ہے لہذا لوگ بہت پریشان ہو جاتے ہیں۔

لقوہ کا عام سبب کیا ہے؟ میڈیکل سائنس حرف آخر کے طور پر ابھی کچھ کہنے سے قاصر ہے۔ البتہ بعض ماہرین کی آرا کافی مضبوط اور دکھی سمجھی جاتی ہیں۔ وائرل انفیکشن، انفیکشن، خون کی سپلائی میں کمی اور ذیابیطیس بھی اس کی ایک وجہ ہو سکتی ہے، رسولی یا کان کے پچھلے حصے کا انفیکشن بھی اس کا سبب ہو سکتا ہے بہر حال وجہ کوئی بھی ہو نتیجہ یہی نکلتا ہے کہ



رگوں میں خون کی فراہمی رک جاتی ہے یا خون لے جانی والی باریک نالیاں بلاک ہو جاتی ہیں اور رگوں کی یہ خرابی بونی ٹیونل (Bony Tunnel) کے اندرونی جانب کان کے پچھلے حصے میں ہوتی ہے یہ ٹیونل انتہائی تنگ ہوتا ہے اور کسی بھی قسم کی سوزش کے دوران یہ متاثر ہو کر دیگر حصوں کو بھی نقصان پہنچا سکتا ہے۔

چہرے کو روئی، مفلر یا کسی بھی دوسری چیز سے ڈھانپنا مریض کو کسی قسم کا کوئی فائدہ نہیں پہنچاتا۔ ہاں اتنا ضرور ہے کہ چونکہ لقوہ کے دوران آنکھ پوری طرح بند نہیں ہو پاتی اس طرح گردوغبار کے باعث آنکھ کے اوپری پوٹوں کے خشک ہونے کا خدشہ رہتا ہے۔ ان چیزوں سے بچنے کے لئے مصنوعی آنسو لانے والے قطرے (Artificial Drops) آئی آئمنٹ کا استعمال زیادہ رہتا ہے تاہم اس کا استعمال ڈاکٹر کے مشورے سے ہی کرنا چاہیے۔ آنکھ کی حفاظت کا مناسب ترین طریقہ ہے۔

اگر بد قسمتی سے دوران علاج چہرے کے متاثرہ حصہ اپنی اصلی حالت میں واپس نہ آئے تو عمر بھر کے لئے چہرہ اسی حالت میں رہتا ہے اور انسان کو اپنی اس بدلی ہوئی شکل ہی سے سمجھوتہ کرنا پڑتا ہے۔ ممکن ہے کہ عام حالات میں یہ اتنا زیادہ محسوس نہ ہو لیکن بولنے اور مسکرانے کے دوران چہرے کے خطوط بگڑ جاتے ہیں اور یہ نقص زیادہ نمایاں ہو کر سامنے آتا ہے خاص طور پر آنکھ کا نچلا پوٹہ مستقل نیچے کی جانب کھنچا رہتا ہے ممکن ہے کہ اس متاثرہ آنکھ سے پانی بہتا رہے تاہم اس کا علاج ممکن ہے اور اس کے لئے آنکھ کے کونے کا ایک چھوٹا سا آپریشن کیا جاتا ہے اور آنکھ کو کسی قسم کے نقصان کا بھی خدشہ نہیں ہوتا۔

اگر بد قسمتی سے دوران علاج چہرے کے متاثرہ حصہ اپنی اصلی حالت میں واپس نہ آئے تو عمر بھر کے لئے چہرہ اسی حالت میں رہتا ہے اور انسان کو اپنی اس بدلی ہوئی شکل ہی سے سمجھوتہ کرنا پڑتا ہے۔ ممکن ہے کہ عام حالات میں یہ اتنا زیادہ محسوس نہ ہو لیکن بولنے اور مسکرانے کے دوران چہرے کے خطوط بگڑ جاتے ہیں اور یہ نقص زیادہ نمایاں ہو کر سامنے آتا ہے خاص طور پر آنکھ کا نچلا پوٹہ مستقل نیچے کی جانب کھنچا رہتا ہے ممکن ہے کہ اس متاثرہ آنکھ سے پانی بہتا رہے تاہم اس کا علاج ممکن ہے اور اس کے لئے آنکھ کے کونے کا ایک چھوٹا سا آپریشن کیا جاتا ہے اور آنکھ کو کسی قسم کے نقصان کا بھی خدشہ نہیں ہوتا۔

چہرے کو روئی، مفلر یا کسی بھی دوسری چیز سے ڈھانپنا مریض کو کسی قسم کا کوئی فائدہ نہیں پہنچاتا۔ ہاں اتنا ضرور ہے کہ چونکہ لقوہ کے دوران آنکھ پوری طرح بند نہیں ہو پاتی اس طرح گردوغبار کے باعث آنکھ کے اوپری پوٹوں کے خشک ہونے کا خدشہ رہتا ہے۔ ان چیزوں سے بچنے کے لئے مصنوعی آنسو لانے والے قطرے (Artificial Drops) آئی آئمنٹ کا استعمال زیادہ رہتا ہے تاہم اس کا استعمال ڈاکٹر کے مشورے سے ہی کرنا چاہیے۔ آنکھ کی حفاظت کا مناسب ترین طریقہ ہے۔

فون: 6642202

اہل برادری کو دلی عید مبارک

## فیشن گارمنٹس

بچکانہ سوٹ، شلوار قمیض، پینٹ شرٹ، مردانہ قمیض ایکسپورٹ کوالٹی خاص رعایتی دام پر

شاپ نمبر 11 منصور مارکیٹ، ایس ڈی - 32 بلاک G حیدری،

نارتھ ناظم آباد کراچی

# قائد اعظم اور سرسید کا خواب کب پورا ہوگا؟

تحریر:-

(شاملہ عمران، کارساز)

کسی بھی ملک کی ترقی کے پیچھے اس ملک کے تعلیمی نظام کی بھی کافی اہمیت ہوتی ہے۔ تو میں وہی کامیاب رہی ہیں جنہوں نے علم و تحقیق کو اپنا شعار بنایا ہے لیکن بد قسمتی سے ہمارے ملک میں تعلیم کے ساتھ جو رویہ اپنا جا رہا ہے وہ کسی بھی قدر قابل تحسین نہیں ہے۔

علم دینی ہو یا دنیاوی، اس کا حاصل کرنا ہر انسان پر فرض ہے یہ وہ تحفہ خدا ہے جس کی بناء پر انسان کو اشرف المخلوقات کہا گیا۔ حضور کا فرمان ہے کہ ”علم حاصل کرو، اس کے لئے چاہے تمہیں چین ہی کیوں نہ جانا پڑے۔“ آپ نے مسلمانوں کو مہد سے لحد تک تعلیم حاصل کرنے کی تلقین فرمائی۔ تعلیم کی اہمیت کو جاننے کے لئے جنگ بدر سے بڑی مثال اسلامی تاریخ میں شاید نہ مل سکے کہ جب فتح کے بعد مشرکین جنگی قیدی ہوئے تو آپ ﷺ نے ان کی رہائی کے لئے حضرت عمرؓ کی تجویز کو اولیت دی جس میں یہ کہا گیا تھا کہ جو قیدی دس (10) مسلمانوں کو پڑھنا لکھنا سکھائے گا اسے رہائی مل جائے گی۔ مسلمانوں نے جب تک تعلیم کو اپنا شعار بنائے رکھا دنیا بھر میں وہ احترام کی نظروں سے دیکھے گئے۔ اگر مسلمانوں کے زوال کے اسباب کا ایمانداری سے جائزہ لیا جائے تو اس میں بھی بنیادی وجہ علم سے دوری دکھائی دیتی ہے۔

سرسید احمد خان کا نام برصغیر کے مسلمانوں میں روشن خیالی، جدید سائنسی حقائق کو رائج کرنے اور تعلیم کو عام کرنے کے لئے منظم کوششوں کی بناء پر ہمیشہ زندہ رہے گا۔ انہوں نے محسوس کیا کہ مسلمان قوم جدید تعلیم حاصل کئے بغیر ترقی یافتہ قوموں سے پیچھے رہے گی۔ ان کی تعلیم کے سلسلے میں کی گئی کوششوں کی بعض بنیاد پرست مذہبی عناصر نے شدید مخالفت بھی کی اور ان کے خلاف فتوے دیئے گئے مگر سرسید احمد خان کے اہنی عزائم متاثر نہیں ہوئے اور ان کی روشن کی ہوئی شمع سے مسلمانوں میں تعلیم کا شعور پیدا ہوا اور پھر قائد اعظم نے ان کی اس تحریک اور مشن کو نئی قوت دی۔ قائد اعظم نے مسلمانوں کو تعلیم حاصل کرنے، جدید علوم پر

دسترس حاصل کرنے کی تلقین فرمائی۔ علی گڑھ کے طلبہ سے قائد اعظم کے خطابات میں ان کی اس تڑپ کا بخوبی مشاہدہ کیا جاسکتا ہے جو وہ تعلیم سے متعلق رکھتے تھے۔ قائد اعظم مردوں اور عورتوں کو تعلیم حاصل کرنے اور زندگی کے تمام شعبوں میں برابری کی بنیاد پر متحرک ہونے کے زبردست حامی تھے، یہی وجہ ہے کہ ان کی بہن محترمہ فاطمہ جناح قائد کی سیاسی جدوجہد میں ہمیشہ ان کے شانہ بہ شانہ رہیں۔

اسے سوائے بد قسمتی کے اور کیا نام دیا جاسکتا ہے کہ قیام پاکستان کے بعد جس شعبے کو سب سے زیادہ نظر انداز کیا گیا وہ تعلیم ہی کا شعبہ تھا۔ پاکستان کو وجود میں آئے 55 سال سے زیادہ کا عرصہ گزر گیا اگر سیاسی، معاشی اور اقتصادی ترقی کی رفتار پر نظر ڈالی جائے تو ایسا لگتا ہے کہ یہ تمام عرصہ ضائع ہو گیا۔ جمہوری نظام بار بار ناکام ہوتا رہا، معیشت کا گراف اور اقتصادی ترقی پستی کا شکار رہی، اخلاقی اور سماجی ڈھانچے کو کرپشن نے تباہ کر دیا بلاشبہ سب سے اہم تعلیم کا شعبہ جو آج تک نظر انداز ہوتا آ رہا یہ درحقیقت یہ وہی بنیادی شعبہ ہے جس کی ترقی کے بغیر دوسرے شعبوں میں ترقی کرنا انتہائی مشکل ہے۔

سیاسی جماعتوں نے اپنے منشور میں سب سے کم اہمیت تعلیم اور صحت کے شعبے ہی کو دی۔ سیاسی پارٹیاں اپنا منشور مرتب کرتے وقت محض ووٹ کے حصول کے لئے رنگین وعدوں کے جال بچھا دیتی ہیں اور برسر اقتدار آنے کے بعد ان کے دیکھائے گئے سبز باغ اور کھوکھلے وعدے پانی کے بلبلوں کی طرح غائب ہو جاتے ہیں اور پھر ان کو سوائے اپنے ذاتی مفادات اور اپنے وطن کو کھوکھلا کر کے اپنی جیبیں بھرنے کے علاوہ کچھ دیکھائی نہیں دیتا۔ افسوس! یوں بھی جس ملک میں شرح خواندگی شرمناک حد تک کم ہو وہاں لامحالہ سیاسی شعور کی سطح بھی پست ہوگی لہذا وہاں کے عوام کو آسانی سے نعروں اور پرکشش وعدوں پر ٹر خایا جاسکتا ہے۔

ہر سال بجٹ میں تعلیم کے شعبے میں نہ ہونے کے برابر مختص کی جانے والی رقم نہ معلوم کہاں جاتی ہے؟ اور کتنی جیبیں اس سے بھرتی ہیں؟ جہاں دوسرے اداروں کو کرپشن کی دیمک نے کھوکھلا کر دیا ہے وہیں تعلیمی نظام کی چوکھٹ کو بھی دیمک نے کھوکھلا کرنے میں کوئی کسر نہیں چھوڑی۔ دوسری جانب سرکاری تعلیمی اداروں کی خستہ حالی اور کوئی پرسان حال نہ ہونے کی وجہ سے پرائیویٹ تعلیمی اداروں نے بلند معیار تعلیم کے دعوے کر کے معصوم عوام سے مہنگی فینسیں لینے کا کاروبار بنا لیا ہے جبکہ یہ ہر انسان کی خواہش ہوتی ہے کہ وہ اپنے بچوں کو اچھی سے اچھی تعلیم دلوائے لیکن ہر ذی شعور شہری ان پرائیویٹ تعلیمی اداروں کی فیسوں کا بوجھ نہیں اٹھا سکتا جس کی وجہ سے بیشتر لوگ تعلیم سے محروم رہ جاتے ہیں اور ناخواندگی کی شرح میں اضافے کا باعث

بننے ہیں۔ یہ ہی وہ لوگ ہیں جو کہ گذشتہ تقریباً 55 سالوں سے پتے چلے آرہے ہیں اور جہاں آج روٹی، کپڑے اور مکان کے لئے ترس رہے ہیں وہیں تعلیم کے حق سے بھی محروم ہیں۔

دنیا بھر کی حکومتیں تعلیم کو سب سے زیادہ اہمیت دیتی ہیں خصوصاً ترقی یافتہ ممالک اس کی اہمیت سے بخوبی واقف ہیں۔ لیکن ہمارے ملک میں بجٹ کا زیادہ تر حصہ دفاع، فوج، ثقافت و سیاحت، فلم، کھیل اور دوسرے ایسے شعبوں پر خرچ کیا جاتا ہے کہ جن کی اہمیت سے انکار تو نہیں کیا جاسکتا لیکن ان کی اہمیت تعلیم کے مقابلے میں زیادہ کسی بھی صورت میں نہیں ہو سکتی جبکہ وہ ممالک جو کبھی ہم سے خواندگی کی شرح میں پیچھے تھے اب علم کی بلندیوں پر پہنچ رہے ہیں۔

”امید پہ دنیا قائم ہے“۔ جس طرح ہر نئی آنے والی حکومتوں سے عوام امیدیں وابستہ کرتی ہے اسی طرح نونائب وزیر اعظم میر ظفر اللہ جمالی صاحب کی حکومت سے بھی اچھی امیدیں ہیں۔ اب دیکھنا یہ ہے کہ حسب سابق کہ آیا وہ ان امیدوں پر پانی پھیر دیں گے یا وہ اپنے وطن اور اپنے فرائض سے وفا کرتے ہوئے عوام کی فلاح و بہبود کے لئے کام کریں گے۔ درحقیقت اس حکومت کو داخلی اور بیرونی محاذوں پر بلاشبہ بے شمار مسائل کا سامنا ہے تاہم ایک اچھی حکومت وہی ہوتی ہے جو اپنے عوام کو پریشانیوں اور مسائل کے گرداب سے باہر نکال کر ان کی زندگیوں کو خوشگوار بنائے۔ اور خصوصاً تعلیم کے نظام، جو کسی بھی ملک کی ترقی میں ریڑھ کی ہڈی کی حیثیت سے کردار ادا کرتا ہے، جس کی طرف خصوصی توجہ دینی چاہیے لہذا میری اس حکومت سے گزارش ہے کہ گذشتہ حکومتوں کی طرح تعلیمی نظام کو اپنے ذاتی مفادات کا کڑوا گھونٹ نہ پلایا جائے بلکہ تعلیم کے شعبے کے لئے اس کی اہمیت کے مطابق بجٹ میں سب سے زیادہ رقم مختص کی جائے اور رقم کے درست استعمال کو ممکن بنانے کے لئے مثبت اقدامات کئے جائیں اور اس سلسلے میں درپیش تمام مسائل پر خلوص اور نیک نیتی کے ساتھ قابو پانے کی فوری طور پر کوشش کی جائے۔

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

## تھکن

## آنے والے دور کی بڑی بیماری

تحریر: وسیم اقبال

بیگانہ ہو جاتا ہے اس مرض میں انسان صرف جسمانی طور پر ہی چست نہیں ہوتا کہ بلکہ دماغی طور پر بھی بیمار ہو جاتا ہے نظر کمزور ہونے لگتی ہے آنکھ کے سامنے اندھیرا آتا ہے اور یادداشت بھی بہت حد تک کم ہو جاتی ہے۔

امریکی ڈاکٹروں کے مطابق اس وقت وہاں دو لاکھ سے 5 لاکھ تک لوگ اس مرض کا شکار ہیں۔ امریکہ ہی کی ایک ایجنسی سی ڈی سی نے اسے 90 فیصد باقاعدہ ایک بیماری کا نام دیا تاہم مختلف ممالک میں اسے مختلف نام سے پکارا جاتا ہے۔

اب تک کی تحقیق میں جو اہم علامات نظر آئی ہیں وہ کچھ اس طرح ہیں۔

- 1- دونوں جوڑوں میں سوزش ہونا۔
- 2- پٹھوں کی بیماری اور کھنچاؤ۔
- 3- ذہنی ہیجان میں مبتلا ہونا۔
- 4- خون کی کمی اور بالوں کا کرنا۔

آپ کو یہ جان کر حیرانگی ہوگی کہ آج کل دنیا میں جس بیماری پر تحقیق ہو رہی ہے اور جس کو آنے والے وقت کی خطرناک بیماری قرار دیا جا رہا ہے وہ تھکن ہے لوگ تھکن کو کام کاج کی زیادتی سمجھ کر نظر انداز کر دیتے ہیں۔ ہمارے ہاں تھکن کے دوران ڈاکٹر کے پاس جانے کا تو کوئی تصور ہی نہیں ہے جبکہ بیرونی دنیا بالخصوص امریکہ اور یورپی ممالک میں ایسا نہیں ہوتا۔ تاہم ہمارے ملک کے لوگ جب کسی اور مرض کے سلسلے میں ڈاکٹر کے پاس جاتے ہیں تو پھر تھکاوٹ کا ذکر ضرور کرتے ہیں۔

امریکہ، انگلینڈ اور دیگر ممالک میں نہ صرف تھکن کو ایک بیماری قرار دیا جاتا ہے بلکہ اس پر باقاعدہ تحقیق کی جا رہی ہے اور اسے آنے والے دور کی ایک بڑی بیماری قرار دیا گیا ہے اس مرض میں ایڈز یا سرطان کی طرح موقت تو واقع نہیں ہوتی لیکن انسان عام زندگی میں البتہ بے کار ہو کر رہ جاتا ہے۔ تھکاوٹ کی یہ بیماری انسان کی سانسوں میں رچ بس جاتی ہے اور اچھا بھلا انسان دنیا کی خوبصورتیوں اور رعنائیوں سے

5- تھکن کے حملوں کا مستقل یا وقفوں سے ہونا۔

ہمارے ملک میں بھی بیشتر لوگ اس مرض کا شکار نظر آتے ہیں۔ ایک ماہر فزیشن نے بتایا کہ جیسے جیسے زندگی کے ہر شعبے میں مشینوں کا عمل دخل بڑھ رہا ہے اور لوگ جسمانی محنت کے سے دور ہوتے جا رہے ہیں اسی اعتبار سے تھکن کا مرض بھی بڑھتا جا رہا ہے اس کی اور بھی کئی وجوہات ہو سکتی ہیں جس میں مختلف بیماریاں کام کی زیادتی نیند کا پورا نہ ہونا، صحیح غذا کا استعمال نہ کرنا اور دوسری کاروباری اور گھریلو پریشائیاں، نشہ اور یا سکون کی ادویات کا استعمال وغیرہ خاص طور پر قابل ذکر ہے بعض اوقات آدمی بیماری سے شفا یاب ہونے کے بعد بھی کئی ہفتوں تک تھکن کا شکار رہتا ہے ذیابیطیس بلڈ پریشر وغیرہ امراض میں بھی تھکاؤ کا مسئلہ بہت نمایاں ہو کر سامنے آتا ہے۔

پیدل بالکل نہیں چلتے اور چھوٹے سے چھوٹے کام کے لئے سواری استعمال کرتے ہیں ذرا سا بھاری کام کرنے پر تھکاؤ جیسے مرض کی زد میں آسکے ہیں یا معروف ترین پیشہ کے افراد جن میں ڈاکٹر زرنسیں، ٹیلی فون آپریٹر، پولیس اور صحافی وغیرہ شامل ہیں وہ اعصابی تناؤ کے باعث مستقل طور پر تھکاؤ کا شکار ہو سکتے ہیں۔ علاوہ ازیں بہت سے ایسے افراد جو چائے کافی اور سگریٹ وغیرہ کا کثرت سے استعمال کرتے ہیں اکثر تھکاؤ میں مبتلا رہتے ہیں۔

## تھکن سے کیسے بچا جائے؟

تحقیق کرنے والوں نے اس مرض سے بچاؤ کے

لئے چند اہم تجاویز دی ہیں۔

- ☆ ہفتے میں تین سے چار دن روزانہ صبح کام پر جانے سے پہلے ہلکی پھلکی ورزش ضرور کریں
- ☆ دوپہر کا کھانا کوشش کریں کہ ہلکا رکھا جائے کیونکہ زیادہ کھانے سے معدہ پر بوجھ پڑتا ہے اور جسم سست ہو جاتا ہے۔

☆ اگر آپ سارا دن کرسی پر گزارتے ہیں تو بھی تھکن کا بہت جلد شکار ہو سکتے ہیں۔ اس لئے آپ کی کوشش ہونی چاہئے کہ کچھ دیر کے لئے کرسی چھوڑ دیں۔

فزیشن نے بتایا کہ موٹاپے کے شکار افراد خاص طور پر اس مرض کی زد میں ہوتے ہیں زیادہ وزن اور غذا کے باعث ان کی جسمانی سرگرمیاں بہت محدود ہوتی ہیں اور اگر کبھی کبھار وہ معمول سے ہٹ کر ذرا سا بھی محنت مشقت کا کام کر لیں تو کئی دنوں تک تھکن ان کا پیچھا نہیں چھوڑتی۔

ایک حالیہ تحقیق کے مطابق نزلہ زکام، کھانسی اور دیگر وائرس کی بیماریوں کے بعد کچھ ہفتے یا مہینے تک تھکاؤت رہ سکتی ہے اس سے علاوہ ایسے افراد جو جسمانی محنت نہیں کرتے یا

- ☆ بے وقت کھانا کھانے سے گریز کریں۔
- ☆ نیند ہر حال میں پوری کریں اگر آپ کی نیند پوری نہیں ہوگی تو آپ کبھی تازہ دم نظر نہیں آئیں گے۔
- ☆ ذیابیطیس اور امراض قلب وغیرہ کے مریض تھکن کے مرض کا بہت جلد شکار ہوتے ہیں اس ضمن میں اپنے ڈاکٹر سے رابطہ برقرار رکھیں۔
- ☆ نشہ آور ادویات چائے اور کافی وغیرہ کا بہت زیادہ استعمال نہ صرف تھکن بلکہ اور بھی کئی مسائل کو جنم دے سکتا ہے۔
- ☆ بیماری کے بعد شفا یاب ہونے کی صورت میں خود سے غفلت نہ برتیں اور اس وقت تک کام کام آغاز نہ کریں جب تک کہ ڈاکٹر آپ کو اس کی اجازت نہ دے۔

☆☆☆

TEL # 631-8002



## TAJ BOOK CENTRE

گفت آسٹم، فیپرک کلر، گلاس کلر

قرآن مجید

BOOK SELLERS, STATIONERS &  
GENERAL ORDER SUPPLIERS

A-5, MEENA BAZAR, KARIMABAD, KARACHI.

# اگر ہماری دم ہوتی.....!

تحریر: شہزاد احمد

کیا عجیب سا سوال و خیال ہے وہ انسان جو دم کے نقصانات سے واقف ہیں اس خیال سے کانپ اٹھتے ہیں اگر ہماری دم ہوتی تو یہ سارے مرد، عورتوں کی طرح دم باندھے نظر آتے اخراجات بڑھ جاتے، نیل پالش کے ساتھ نیل پالش بھی دستیاب ہوتی۔ ہر جگہ بورڈ آؤیزاں ہوتا کہ اپنی دم کو گنجنے پن سے بچائیں دم ڈریسر ہوتے، گنجنی دم والے حضرات اپنی دم چھپائے پھرتے جبکہ لمبے بالوں والے دم کے لوگ نمائش کرتے پھرتے نئے محاورے جنم لیتے خاندان کی ناک کٹوا دینے والوں کو کہا جاتا۔ اس نے خاندان کی دم کٹوا دی۔

لڑکے ایک دوسرے کی دم پکڑ کر کھینچتے جب بات استاد تک پہنچتی تو یہی جواب ملتا کہ کس نے کس کی دم کھینچی تھی؟ پہلوان حضرات لیگ لاک چھوڑ کر ٹیل لاک لگاتے۔ جب کبھی شادی کی بات ہوتی تو دولہا والے دلہن کی دم کی پیمائش کرتے اگر دم کی لمبائی کم ہوتی تو رشتے سے انکار کر دیا جاتا۔ دولہا کی ماں کہتی میں تو چار فٹ لمبی دم والی دلہن لاؤں گی جو اٹھتے بیٹھتے دم مارے تو چار گز کا کمرہ صاف ہو جائے۔

بوڑھی عورتیں نوجوان لڑکیوں کی دم دیکھ کر توبہ توبہ کرتیں کہ آج کل کوئی شرم و حیا ہی نہیں رہی نوجوان لڑکیاں دم نکال کر پھرتی ہیں۔ ہماری دم تو دوائی کے علاوہ کسی نے نہیں دیکھی تھی۔

شاعر حضرات دل و جگر کی بجائے اپنے اشعار میں دم کا خصوصی طور پر ذکر کرتے۔ اگر کوئی بیمار ہوتا تو کہتے دیکھو دم سوکھ کر کاٹا ہو گئی۔ دم کے لیے مختلف تیل ایجاد ہوتے دم کے گنجنے پن کا سائنٹفک علاج دریافت ہوتا۔ بوڑھے لوگوں کی دم جب سفید ہو جاتی تو وہ خضاب یا مہندی کا استعمال کرتے۔ ہینر ٹانک کی جگہ دم ٹانک ہوتا جو دم کو لمبا کرتا آپ خود سوچیں اگر ایک دم ہوتی تو کیا نہ ہوتا، اس لیے اچھا ہے کہ "اشرف المخلوقات" بغیر دم کے ہیں۔



## بداعتمادی

سنو!

محبت میں بداعتمادی  
بالکل ایسے ہی ہے  
جیسے لکڑی کو گھن لگ جائے  
یا پھول سے خوشبو اڑ جائے  
مگر جاناں نجانے کیوں  
تم سمجھتے کیوں نہیں  
تمہارے اور میرے درمیان

محبت کا رشتہ

اعتماد یقین کی سب سے اونچی سیڑھی ہے  
مگر بس میں یہ نہیں چاہتی کہ  
کوئی تمہارے لہجے کی شبیہی ٹھنڈک کا  
اسیر ہو جائے اور پھر  
تمام عمر اسے برہنہ پا چلنا پڑے

☆☆☆

☆ طالب علم میں شرم مناسب نہیں کیوں کہ جہالت شرم  
سے بدتر ہے۔

## لائٹ

تحریر: محمد عمیر شاہد

اس کا ایسے چپکے سے چلے جانا  
مجھ کو پل پل ٹرپانا  
میری نیندوں کا یوں لے جانا  
پھر گھنٹوں گھنٹوں واپس نہ آنا  
تیرے انتظار میں بیٹھے بیٹھے اگتا جانا  
پسینوں میں نہا جانا

تیرے بن لگتا ہے گھر صحرا

لائٹ اب جلدی سے آ جانا  
تیرے آنے سے پنکھوں کا چل جانا  
مگر K.E.S.C. والوں کا ہے ترانا  
کہ لائٹ کو تو ہے یوں ہی آنا جانا  
ورنہ کس طرح چلے گا حکومت کا کارخانہ

☆☆☆

☆ عالم کا امتحان اس کے کثرت علم سے نہیں  
ہوتا بلکہ پیدیکھنا چاہیے وہ فتنہ انگیز باتوں  
سے کیسے بچتا ہے

## ☆ والدین کی اطاعت کے فوائد ☆

۱..... ایسا شخص اللہ جل شانہ کا محبوب بنتا ہے۔

۲..... ایسے شخص کو جہاد کے مساوی ثواب ملتا ہے۔

۳..... ایسے شخص کو حج و عمرہ کا ثواب ملتا ہے۔

۴..... جنت کی نعمتیں اس کی منتظر ہوتی ہے۔

۵..... عمر اور رزق میں اضافہ اور برکت ہوتی ہے۔

۶..... ایسے شخص کی اولاد صاف دل اور ہدایت یافتہ ہوتی ہے۔

۷..... ایسے شخص کی اولاد والدین کی فرماں بردار ہوتی ہے۔

۸..... جنت میں داخل ہونے کی ضمانت ملتی ہے۔

۹..... غم و پریشانیوں کا ازالہ اور سہولت و آسانی پیدا ہونا اور آفات سے نجات ملنا۔

۱۰..... والدین کی خوشنودی سے اللہ جل شانہ کی خوشنودی حاصل ہوتی ہے۔

۱۱..... والدین کے ساتھ حسن سلوک کو نماز، روزے، صدقے و خیرات، حج و عمرہ اور جہاد فی سبیل اللہ سے افضل

قرار دیا گیا ہے۔

## ☆ والدین کی نافرمانی کے نقصانات ☆

- ۱..... نافرمانی کا مرتکب حرام کا ارتکاب کرتا ہے جو سخت گناہ ہے۔
- ۲..... یہ جہنم تک پہنچانے والا نہایت بڑا گناہ ہے۔
- ۳..... جنت کی خوشبو و مہک سے محرومی کا ذریعہ ہے۔
- ۴..... نافرمان کے اعمال صالحہ قبول نہیں ہوتے۔
- ۵..... نافرمانی کرنے والا اللہ تعالیٰ کی منع کردہ چیز کا ارتکاب کرتا ہے۔
- ۶..... نافرمانی کرنے والا رسول صلی اللہ علیہ وسلم کی منع کردہ چیز کا ارتکاب کرتا ہے۔
- ۷..... نافرمان کو نافرمانی کی سزا مرنے سے قبل دنیا میں ملتی ہے۔
- ۸..... نافرمان فقر و فاقہ، بیماری و پریشانی اور خانگی الجھنوں میں مبتلا رہتا ہے۔
- ۹..... نافرمان پر اللہ جل شانہ اس کے رسول صلی اللہ علیہ وسلم، فرشتوں اور تمام لوگوں کی لعنت ہے۔
- ۱۰..... خاتمہ خراب ہونا، بصیرت ختم ہو جانا اور مرتے وقت کلمہ پڑھنے کی توفیق نہ ملنا۔
- ۱۱..... شکل و صورت کا بگڑ جانا۔

لہذا کوشش کیجئے کہ ان کی نافرمانی اور ایذا رسانی سے بچا جائے۔

## اقوال زریں

(اصفیہ معین)

- ☆..... مصافحہ کیا کرو اس سے کینہ جاتا رہتا ہے۔
- ☆..... بدخلق، بدخوا اور سخت گیر آدمی جنت میں داخل نہ ہوگا۔
- ☆..... بسم اللہ پڑھو اور داہنے ہاتھ سے کھاؤ اور جو چیز قریب ہو اس میں کھاؤ۔
- ☆..... کسی کے عیبوں کی تلاش اور جستجو نہ کرو۔
- ☆..... صبح کا سونا روزی کو روکتا ہے۔
- ☆..... ہمسایہ کو بھیجی ہوئی چیز کو حقیر نہ سمجھو۔
- ☆..... سب سے اچھا شخص وہ ہے جو لوگوں کو نفع پہنچائے۔
- ☆..... غم کا بہترین علاج مصروفیات ہیں۔
- ☆..... مسلمانوں کے بارے میں نیک گمان رکھا کرو۔
- ☆..... جو لوگوں پر رحم نہیں کرتا اللہ تعالیٰ بھی اس پر رحم نہیں کرتا۔
- ☆..... ہر کام کا بدلہ نیت کے مطابق ملے گا۔
- ☆..... مزدور کا پسینہ خشک ہونے سے پہلے اس کی مزدوری ادا کرو۔

# ”انمول موتی“

(نیش رضوان گلبرگ)

- ☆ کردار ایسا ہیرا ہے جو ہر پتھر کو کاٹ سکتا ہے۔
- ☆ غیر تیس بے شمار ہیں مگر ان کا اثر لینے والے بہت کم۔
- ☆ اخلاق کے موتی جہاں دیکھوان کو اپنے دامن میں بھر لو۔
- ☆ طنز وہ عینک ہے جسے اپنے چہرے کے علاوہ باقی سب کچھ نظر آتا ہے۔
- ☆ زبان کی اصلاح کرو دل کی اصلاح خود بخود ہو جائے گی۔
- ☆ اگر چاہتے ہو کہ تمہاری دعا قبول ہو تو حرام کی کمائی سے پرہیز کرو۔
- ☆ کردار ایک مالا ہے جس کا اگر ایک موتی بھی ٹوٹ جائے تو ساری مالا بکھر جاتی ہے۔
- ☆ اچھی صورت کے مقابلے میں اچھی سیرت کا زینہ بلند ہے۔
- ☆ آدمی روپیہ کھودیتا ہے تو کچھ نہیں کھوتا، حوصلہ کھوتا ہے تو کچھ کھوتا ہے اور اگر عزت کھودیتا ہے تو سب کچھ کھودیتا ہے۔
- ☆ حالات سے سمجھوتہ کر لینا کوئی بات نہیں اصل بات یہ ہے کہ حالات کو مجبور کر دیا جائے کہ وہ تم سے سمجھوتہ کر لیں۔
- ☆ جب تم کسی پر احسان کرو تم اسے چھپاؤ اور اگر کوئی تم پر احسان کرے تو اسے پھیلاؤ۔
- ☆ نیکی اور بدی کے درمیان اتنی باریک لکیر ہوتی ہے کہ نظر نہیں آتی۔
- ☆ بہترین دانائی لوگوں سے محبت ہے۔
- ☆ غصہ کی ابتداء حماقت سے ہوتی ہے اور خاتمہ ندامت پر ہوتا ہے۔
- ☆ سیکھنے والے کے لئے ہر غلطی میں کچھ نہ کچھ سبق موجود ہے۔
- ☆ ہر نئی چیز دیکھ کر اپنی ضرورت پیدا نہ کرو بلکہ اپنی اشد ضرورت کی چیز ہی خریدو۔

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

# زندگی

(مسز افشین کوثر)

زندگی کیا ہے	زندگی کیا ہے
ایک خواب ہے فریب ہے	ہر لمحہ دھوکہ ہے
جب خواب ہی نہ رہیں	جو شخص ان دھوکوں سے
تلخ حقیقتوں کے سوا کیا ہے	سنجھل جائے
زندگی کیا ہے	وہ انوکھا ہے
صرف ہار جیت کی دوڑ ہے	زندگی کیا ہے
جو ہار جائے وہ تنہا ہے	پیار کا صحرا ہے
جو جیت جائے وہ تنہا ہے	گھونٹ گھونٹ پینے پر بھی
زندگی کیا ہے	ہر شخص پیاسا ہے
دل کی دھڑکنوں کا نام ہے	زندگی کیا
جب دل کی دھڑکن ہی تھم جائے	خوشیوں کی مالا ہے
تو موت ہے	مالا بکھر جائے اگر
صرف موت ہے	تو دکھوں کے سوا کیا ہے

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

# زندگی درسگاہ

تحریر: حمزہ معراج الدین

جب مکتبوں سے علم اٹھ جائے  
اور عالموں کی زبانیں گنگ ہو جائیں  
تو پتھرائی ہوئی جوانیاں  
طویل تجربوں کی بصیرتوں سے محروم ہو کر  
بہنٹنے لگتی ہیں ایسے میں جب  
کہیں سے کوئی سبق نہ ملے  
تو زندگی خود درسگاہ بن جاتی ہے  
جو سبق ملتے ہیں ان سے علم کم  
اور عبرت زیادہ حاصل ہوتی ہے

نوٹ:- محض بڑا اور بلند ہونے سے کیا ہوتا ہے جب تک فیض حاصل نہ ہو جیسے (کھجور کے درخت مسافر کو سایہ بھی نہیں دیتے، پھل تو بہت دور) اسی طرح قد بڑھے ہونے سے کیا فرق پڑتا ہے جب تک کردار کی بلندی نہ ہو۔

بات کردار کی ہوتی ہے وگرنہ لوگوں  
قد میں انساں سے سایہ بھی بڑا ہوتا ہے

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

# معاونین تحائف

مجلس منتظم بزم ادب مندرجہ ذیل افراد/اداروں کا تہہ دل سے شکریہ ادا کرتی ہے جنہوں نے بچوں کے تحائف کے لئے ہمارے ساتھ تعاون کیا۔

فیشن گارمنٹس

شاپ نمبر 11، منصور مارکیٹ، حیدری کراچی۔ فون: 6642202

متین اسٹیشنرز

3 مرادخان روڈ، میریٹ روڈ، کراچی۔ فون: 2435952

رضوان اسٹیشنرز

چھانٹی لائن، میریٹ روڈ، کراچی۔ فون: 2430775 - 2440459

تسلیم اینڈ کمپنی اسٹیشنرز

شاپ نمبر 9، حسن سینٹر، میریٹ روڈ، کراچی۔ فون: 2415636 - 2420342

سعید جنرل اسٹور

نیازی منزل/کارز، مرادخان روڈ، ایم۔اے۔ جناح روڈ، کراچی۔ فون: 2432875

تاج بک سینٹر

مینابازار، کریم آباد، کراچی



## تیرے نام کی مہندی

اس بار سوچا تھا میں نے

ہاتھوں پہ تیرے نام کی مہندی لگا کر

مانگ میں تیری چاہت کی افشاں سجا کر

تیری محبت کو آنکھ کا کا جل بنا کر

تیری پریت کے گجروں سے

اپنی کلائیاں مہکا کر

روز عید تیری آنکھوں میں

آنکھیں ڈال کر کہہ دوں گی

اے میرے جذبوں کے امین عید مبارک

(سُرا معین نارتھ ناظم آباد)

## چھیلی عید

چھیلی عید پر تم قریب تھے

دھڑکنوں کا میری نصیب تھے

خوشیاں تھیں مسکراہٹیں تھیں

جلد ایک ہو جانے کی نویدیں تھیں

پھر تم اچانک

غم جدائی دے گئے

(ندیم شہزاد گلبرگ)

## پاگل لڑکی

ایک لڑکی پاگل سی

نظروں ہی نظروں میں

سب سے خفا سی لگتی ہے

اپنوں سے ہوتے ہوئے بھی

وہ تہنائی کا زہر پیتی ہے

سب کے لئے پیا کا جذبہ رکھتے ہوئے بھی

وہ اظہار کرنے سے ڈرتی ہے

(وسیم اقبال النور سوسائٹی)

## عید کیسے گزری

تم پوچھتی ہو مجھ سے کہ عید کیسی گزری

تو سنو چھیلی عید کی طرح

اس عید پر بھی میں

ہر پل، ہر لمحہ، ہر گھڑی، اور ہر ساعت

تمہاری راہ تکتا رہا ہوں

دن بھر روتا رہا ہوں

رات بھر جاگتا رہا ہوں

چھیلی عید کی طرح اس عید پر بھی

(محمد عامر نارتھ ناظم آباد)

# پیارے بچوں کیلئے کہانی

تحریر:

ربیعہ نلیم بنت نفیس احمد قریشی

## ”سینگوں والا سکندر“

قدیم زمانے کی بات ہے، سکندر نام کا بادشاہ تھا۔ جو نائیوں کیلئے فرشہ اجل کی حیثیت رکھتا تھا۔ جس نائی سے وہ بال ترشواتا اسے قتل کر دیتا تھا۔ وہ کیوں ایسا کرتا تھا؟ یہ بات بہت دنوں تک راز رہی۔

ایک دفعہ بادشاہ سکندر شہر ثمر قند آ نکلا۔ یہاں بھی اس نے بہت سے نائیوں کو قتل کر دیا۔ آخر نوبت یہاں تک آ پہنچی کہ سارے شہر میں ایک بھی نائی باقی نہ رہا جو کہ بادشاہ کے بال تراش دیتا۔ بہت تلاش کرنے کے بعد ایک بوڑھا آدمی ایسا ملا جو اپنی جوانی میں نائی کا کام کر چکا تھا۔ اسے پکڑ کر محل میں لایا گیا اور وزیر نے حکم دیا کہ جاؤ بادشاہ سلامت کے بال تراش دو۔ بوڑھا خوشی خوشی راضی ہو گیا اس بیچارے کو کہاں خبر تھی کہ سکندر جس نائی سے اپنے بال ترشواتا ہے اس کو زندہ نہیں چھوڑتا وہ جب سکندر کے بات تراشنے لگا تو اچانک بادشاہ نے اپنا تاج اتار کر سر ہانے رکھا تو اس نے دیکھا کہ بادشاہ سکندر کے سر پر سینگ ہیں لیکن وہ اپنی حیرت چھپائے چپ چاپ اپنا کام کرتا رہا کام ختم کر کے جانے لگا تو سکندر پکارا اٹھا جلا دو کو حاضر کیا جائے بوڑھا خوفزدہ ہو کر بادشاہ کی منتیں کرنے لگا۔

حضور والا میری جان بخش دیجئے۔ میں بیٹوں اور پوتوں والا بوڑھا آدمی ہوں میرے خون بہانے سے آپ کو کیا ملے

گا؟

سکندر کو بوڑھے پر رحم آ گیا اور اس نے اسے چھوڑ دیا لیکن اس نے بوڑھے سے یہ قسم لی کہ وہ جیتے جی کبھی کسی سے اس بات کا ذکر نہیں کرے گا کہ سکندر کے سر پر سینگ ہیں۔ دن گزرتے گئے۔ گزرتے گئے بوڑھے نے اپنی قسم یاد رکھی اور چپ سادھے رہا لیکن یہ راز اس کو اندر ہی اندر کھائے جا رہا تھا اس نے بوڑھے کا دن کا چین رات کا آرام حرام کر رکھا تھا یہ بات ہضم نہ ہونے سے اس کا پیٹ پھولتا گیا وہ پھول کر پہلے ایک تر بوز جیسا پھر جیسے ایک بڑا سا ڈھول بن گیا۔

اب بوڑھے سے رہا نہ گیا وہ اپنے گھر سے نکلا اور شہر کے باہر کے ایک ویرانے میں سنان جگہ پر آیا وہاں ایک قدیم سوکھا ہوا کنواں تھا۔ بوڑھے نے اس کنویں میں جھک کر تین بار پورے زور سے چیخ کر کہا:

سکندر بادشاہ کے سر پر سینگ ہیں

سکندر بادشاہ کے سر پر سینگ ہیں

سکندر بادشاہ کے سر پر سینگ ہیں

یہ کہتے ہی بوڑھے کا پیٹ پھر اپنی اصلی حالت پر آ گیا اور از کو چھپانے سے جو تکلیف تھی وہ دور ہو گئی بوڑھا ہشاش بشاش اپنے گھر لوٹ آیا کچھ دنوں بعد اس کنویں کے اندر سے ایک خوبصورت بانس آگ آیا۔ اس طرف سے گزرنے والے ایک چرواہے نے اس بانس کو دیکھا اور اسے کاٹ کر اس سے ایک بانسری بنائی، لیکن جب اس نے بانسری کو اپنے ہونٹوں سے لگا کر اپنی پسندیدہ دھن بجانے کی کوشش کی تو وہ بانسری کی آواز سن کر دنگ رہ گیا بانسری سے آواز آرہی تھی:

”سکندر بادشاہ کے سر پر سینگ ہیں“ چرواہے نے بہت کوشش کی مگر وہ کامیاب نہ ہو سکا! بانسری سے یہی آواز آتی تھی کہ ”سکندر بادشاہ کے سر پر سینگ ہیں“ بانسری کا یہ نغمہ اڑتا ہوا پل بھر میں بادشاہ سکندر کے کانوں تک پہنچ گیا اس نے حکم دیا کہ بوڑھے نائی کو پکڑ کر میرے حضور پیش کیا جائے۔ سپاہیوں نے فوراً بوڑھے کو گرفتار کر کے بادشاہ کے سامنے لا کھڑا کیا اس وقت اچانک دور سے وہی نغمہ سنائی دیا۔

بادشاہ نے سوچا کہ شاید اجنبی فوجیں میری سرحدوں میں گھس آئی ہیں اور وہی مجھ کو بدنام کر رہی ہیں یہ سوچ کر اس نے اپنی فوج کو اس طرف بھیج دیا جہاں سے وہ نغمہ سنائی دے رہا تھا سپاہیوں نے اس چرواہے کو گرفتار کر کے بادشاہ کے حضور پیش کیا۔ چرواہا واقعہ سے بے خبر یہ سوچتا ہوا کہ شاید بادشاہ کو میرا نغمہ سننے کی خواہش ہوئی ہے۔ بادشاہ کے سامنے بے خوف کھڑا تھا۔ بادشاہ سکندر نے بوڑھے نائی سے کڑک کر پوچھا تو نے اپنی قسم توڑنے کی جرات کیسے کی؟

بوڑھے نے جواب دیا جان کی امان پاؤں تو عرض کروں بادشاہ گرج کر بولا..... اچھا بخش دی جان! اب بیا کر! بوڑھے نے سارا قصہ بتایا اور چرواہے نے بھی ساری داستان سنائی سارا حال سن کر سکندر بادشاہ نے چرواہے سے بانسری چھین کر اس کو توڑ ڈالا اور بوڑھے نائی اور چرواہے کو محل سے نکال دیا۔ لیکن سکندر کے سینگوں والی بات ایک زبان سے دوسری زبان پر منتقل ہوتی گئی۔ ایک نسل سے دوسری نسل تک پہنچتی گئی اور اب میری زبان آپ بھی اس راز سے واقف ہو گئے ہیں۔ کہ ”سکندر بادشاہ کے سر پر سینگ تھے“۔

# ”لطیفے“

تحریر: ترین احمد (بفرزون)

استاد (شاگرد سے) کل میں نے پھول کا جملہ بنانے کو دیا تھا بنا کر لائے؟

شاگرد جی جناب! سینے

میرے ماموں کھانا کھانے کے بعد اکثر پھول جاتے ہیں۔

☆☆☆☆☆☆

ڈاکہ ڈالنے کے لئے ڈاکو ایک گھر میں داخل ہوا اور اس نے عورت کی گردن پر پستول رکھ کر کہا ”زیورات کی الماری کی چابی دے دو ورنہ گولی مار دوں گا۔“

ساتھ والی چار پائی پر لیٹے ہوئے شوہر نے ڈرتے ہوئے کہا ”ڈاکو بھائی اسے مت مارنا یہ ماں بننے والی ہے ڈاکو نے عورت کی

گردن سے پستول ہٹا کر شوہر کی طرف کیا اور بولا ”تم چابی دے دو“ ورنہ میں تم کو گول مار دوں گا۔

”ڈاکو بھائی انھیں بھی گولی مت مارنا یہ بھی باپ بننے والے ہیں۔“ عورت نے جلدی سے کہا۔

☆☆☆☆☆☆

ایک وکیل باپ اپنے بیٹے کو جھوٹ بولنے پر ڈانٹ رہا تھا کہ بچے نے باپ کی بات کاٹتے ہوئے بولا ”کہ ابو آپ کو تو خوش ہونا

چاہیے کہ پہلے صرف آپ جھوٹ بولا کرتے تھے اب تو میں بھی آپکا ہاتھ بٹانے لگا ہوں۔“

☆☆☆☆☆☆

ایک بچہ اپنی کھلونائیں سے کھیل رہا تھا۔ تھوڑی دیر چلاتا اور کہتا جس الو کے پٹھے نے اترنا ہوا تر جائے پاس ہی اس کا باپ بیٹھا

ہوا تھا اس نے سوچا ایسے تو بچہ غلط باتیں سیکھ رہا ہے۔ اس نے بچے سے گاڑی لے کر اپنے پاس رکھ لی۔ تقریباً آدھے گھنٹے بعد

بچے کو اس دیکھا تو ٹرین اس کو واپس کی۔ بچے نے دوبارہ کھیلنا شروع کیا تھوڑی دیر بعد کہا کہ جس الو کے پٹھے نے اترنا ہوا تر

جائے پہلے ہی ایک الو کے پٹھے کی وجہ سے ٹرین آدھا گھنٹہ لیٹ ہو گئی ہے۔“

☆☆☆☆☆☆

# پہیلیاں

تحریر: تیز احمد (بفرزون)

تین بھائیوں کا ایک ہی ہے کام  
بھاگے وہ بیچارے صبح شام

ایک میدان کی پانچ ہیں سڑکیں  
کوئی ہے تو چھوٹی تو کوئی ہے بڑی

(ہاتھ کی انگلیاں)

(پنکھا)

ایک عورت کے پیٹ نہ آنت  
اوپر نیچے دانت ہی دانت  
منہ سے بولے جان نکالے  
جس کہ سر پر پڑے وبال

اڑتا ہے پرندہ نہیں جہازوں سے لیکن وہ ملتا نہیں  
اڑا جاتا ہے فضاؤں میں لیکن سواری کوئی اس پر کرتا نہیں۔

(پتنگ)

(کنگھی)

کالا ہے کوئی نہیں، تیلی کمر ہے چیتا نہیں  
درخت پر چڑھتا بندر نہیں، موٹا سر ہاتھی نہیں۔

ایک کے چکر ساٹھ ہوئے تو ایک نے چکر مارا  
ایک کا چکر ایک ہو تو ایک کے چکر بارہ

(گھڑی)

(چیونٹا)

یشیوں کی کوٹھری کانٹوں کی بار  
کالا سفید رنگ ہے بوجھ تو میرے یار

پانی کا مٹکا پیڑ پر ہے لٹکا  
ہوا کا جھونکا اس کو نہیں کھٹکا

(ناریل)

(آنکھ)

بارہ گھوڑے تیس گداری  
تین سو پینسٹھ چڑھی سواری

(سال، مہینہ، دن)

منہ میں ڈل کر ہر ایک کھالے  
اگر لگ جائے تو جان نکالے

ہو کوئی اگر بخار کا مارا  
کیوں نہ چڑھے پھر اس کا پارہ

(تھرمامیٹر)

(گولی)

# گر تو برا نہ مانے

ایسی جنت کا کیا کرے کوئی  
جس میں لاکھوں برس کی حوریں ہوں  
(نہاں اعجاز)

رنج سے خوگر ہو انسان تو مٹ جاتا ہے رنج  
امتحان اتنے دیئے ہم نے کہ عادی ہو گئے  
(انابیاں اعجاز)

پانی پینا پڑا ہے پاپ کا  
حرف . پڑنا پڑا ہے ٹاپ کا  
اس سینہ کو دیکھتے ہی  
یار بننا پڑا ہے اس کے بھائی کا  
(انوشیاں اعجاز)

کی مرے قتل کے بعد اس نے جفا سے توبہ  
ہائے اس زود پشماں کا پشماں ہونا  
(انوشیا اعجاز)

ہر بات پر کہتے ہو تم کیا ہے ؟  
تسہی کہو یہ انداز گفتگو کیا ہے ؟  
(یعنی اعجاز)

خود کو کر بلند اتنا کہ K2 کی چوٹی پر جا پہنچے  
پھر خدا بندے سے خود پوچھے  
اب چڑھ تو گیا ہے اترے گا کیسے؟  
(ایمن اعجاز)

ہر اک کے لئے نہ کھلا اکھ اسے قتل  
یہ دل ہے اک گھر اسے بازار نہ بنا  
(یعنی اعجاز)



## زندگی کیا ہے.....؟

تحریر: منیرہ متین

زندگی کتاب ہے	_____	اسے پڑھو
زندگی پھول ہے	_____	اس کی خوشبو سونگو
زندگی گانا ہے	_____	اسے گاؤ
زندگی خوبصورت ہے	_____	اس کا مزہ لو
زندگی تصویر ہے	_____	اس میں رنگ بھرو
زندگی ایک شاہکار ہے	_____	اس کی سجاوٹ کرو
زندگی شاعری ہے	_____	اس کی تعریف کرو
زندگی درخت ہے	_____	اسے ہرا بھرا رکھو
زندگی ایک مشن ہے	_____	اسے پورا کرو
زندگی ایک فن ہے	_____	اسے انجوائے کرو
زندگی لطیفہ ہے	_____	اس پر مسکراؤ
زندگی ہیرا ہے	_____	اس کی حفاظت کرو
زندگی کھیل ہے	_____	اسے کھیلو
زندگی پہاڑ ہے	_____	اسے سر کرو
زندگی سمندر ہے	_____	اس میں تیراکی کرو
زندگی فلم ہے	_____	اسے دیکھو
زندگی گھر ہے	_____	اسے سجاؤ
زندگی پیغام ہے	_____	اسے سمجھو
زندگی دکھدر ہے	_____	اس کا مداوا کرو
زندگی مشکلات کا نام ہے	_____	اس کا سامنا کرو
زندگی طاقت کا کھیل ہے	_____	اسے جیتو
زندگی وعدہ ہے	_____	اسے پورا کرو
زندگی نامکمل کتاب ہے	_____	اسے پورا کرو
زندگی تحفہ ہے	_____	اس کی قدر کرو

# اچھی باتیں

(عمارہ سلیم - مائدہ سلیم)

- 1- زندگی میں کامیابی کے لئے رات جلد سونا اور صبح سویرے اٹھنا اشد ضروری ہے۔ (کہاوت)
- 2- سب کچھ اللہ کے سپرد کر دینے سے نیندا اچھی آتی ہے۔ (کہاوت)
- 3- ہر منزل کے راستے میں کوئی نہ کوئی کاٹنا ضرور آتا ہے۔ (کہاوت)
- 4- شریف وہ ہے جس کی گواہی کے لئے کوئی نہ آئے۔ (روسی کہاوت)
- 5- بلندی سے گر کر سنبھل سکتا ہے۔ لیکن نظروں سے گر کر اٹھ نہیں سکتا۔ (کہاوت)
- 6- نادان دوست سے دانا دشمن بھلا۔ (کہاوت)
- 7- خالی دماغ شیطان کو اکساتا ہے۔ (کہاوت)
- 8- مشورہ ہمیشہ دانا شخص کے ساتھ کریں۔ (کہاوت)
- 9- سب سے بڑی فتح اپنے آپ کو فتح کرنا ہے۔ (کہاوت)
- 10- گیدڑ کی سو سالہ زندگی سے شیر کی ایک دن کی زندگی بہتر ہے۔ (ٹیپو سلطان کی کہاوت)

حاضرین محفل کے لئے خصوصی اطلاع

واپسی کے لئے بسوں کا خصوصی طور پر  
انتظام کیا گیا ہے



# ویجیٹیل ٹوسٹ

(ندا شاہد، کارساز)

اجزاء:	
ڈبل روٹی	: 1 عدد
انڈے	: 2 عدد
میدہ	: 1 کپ
کارن فلور	: 1/2 کپ
نمک	: 1/2 چمچہ
چینا نمک	: 1/2 چمچہ
مسٹرر پوڈر	: 1/2 چمچہ
گاجر چھوٹے	: 2 عدد
پھول گوبھی	: 1/4 عدد (چھوٹا)
پینس مچھلی	: 5-6 عدد
تیل	: فرائی کیلئے
کالی مرچ	: 1/2 چمچہ

ترکیب:

سبزیاں بالکل باریک کاٹ لیں۔ انڈوں کو پھینٹ کر ساری چیزیں ملا کر پیسٹ بنالیں کٹی ہوئی سبزیاں پیسٹ ہی میں ملا دیں اب سلائس کو کسی بھی شکل میں کاٹ کر اسے پیسٹ میں لپیٹ کر اس کو ڈیپ فرائی کر لیں۔ جب گولڈن ہونا شروع ہو جائے تو اس کا مطلب ہے کہ یہ تیار ہونا شروع ہو گئے ہیں۔ اور جب یہ پوری طرح سے گولڈن ہو جائے تو انھیں پلیٹ میں نکال لیں لیجیے چائے کے ساتھ گرم گرم ویجیٹیل ٹوسٹ تیار ہے۔

شام کی چائے کے ساتھ خود نوش فرمائیں یا اپنے مہمانوں کی اس سے تواضع کریں۔

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

# خوبانی کا میٹھا

(ندا شاہد، کارساز)

اجزاء:

1 پاؤ	:	سوکھی خوبانی
1 کپ	:	چینی
3 ٹیبل سپون	:	کسٹرز پاؤڈر (کوئی بھی)
1/2 کلو	:	دودھ
200 گرام	:	فریش کریم

ترکیب:

خوبانی کورات کو پانی میں بھگو دیں پھر اس کے بیج نکال کر الگ کر دیں۔ اس کے بعد خوبانی کو اسی پانی میں پکائیں جب وہ گل جائے تو 1/2 کپ چینی ڈال کر مزید پکائیں اور اس کے بیج سے اچھی طرح بلینڈ کر لیں۔ گاڑھا ہونے پر چولہے پر سے اتار لیں۔ اور ٹھنڈا کر لیں۔

دودھ میں کسٹرز پاؤڈر اور چینی ڈال کر پکائیں جب کسٹرز تیار ہو جائے تو چولہے پر سے اتار لیں اور ٹھنڈا کر لیں۔ ڈش میں پہلے خوبانی کا میٹھا پھر کسٹرز اور آخر میں فریش کریم ڈال دیں۔ اگر چاہیں تو اسی طرح ایک دوتہہ بنا لیں۔ اور ٹھنڈا ہونے کے لئے فریج میں رکھ دیں مزید خوبانی کا میٹھا تیار ہے۔  
شام کی چائے کے ساتھ خود نوش فرمائیں یا اپنے مہمانوں کی اس سے تواضع کریں۔

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

# ”مفید اور کارآمد باتیں“

(رعنا سلیم، گلبرگ)

- 1- خیرات مال میں اضافہ کرتی ہے۔
- 2- انسان کا سب سے بڑا دشمن نفس ہے۔
- 3- جو اپنی ذاتی اصلاح نہیں کر سکتا اس سے دوسروں کی اصلاح ممکن نہیں۔
- 4- خاموشی فضول گوئی سے بہتر ہے۔
- 5- جو محبت آپ اپنے ماں باپ سے کریں گے وہی محبت آپ کی اولاد آپ سے کریگی۔
- 6- دنیا ایک بینک ہے تم کو اس میں سے وہی چیز ملے گی جو تم نے جمع کی ہے۔
- 7- امن چاہتے ہو تو اپنے کان اور آنکھ استعمال کرو مگر زبان بند رکھو۔
- 8- بیماری گھوڑے کی رفتار سے آتی ہے اور چیونٹی کی رفتار سے جاتی ہے۔
- 9- دوسروں کی غلطیاں بھول جاؤ مگر اپنی ایک بھی غلطی نہ بھولو۔
- 10- زبان اگر چہ تلوار نہیں مگر تلوار سے تیز تر ہے۔
- 11- جو شخص یہ چاہتا ہے کہ اس کی زندگی آرام سے گزرے وہ اپنے دل سے لالچ نکال دے۔
- 12- علم کے ساتھ عمل اور دولت کے ساتھ شرافت نہ ہو تو دونوں بے کار ہیں۔
- 13- دولت سے کتابیں خرید سکتے ہیں مگر علم نہیں۔
- 14- پیسہ زندگی لے سکتا ہے دے نہیں سکتا۔

حیات خود نہیں بنتی بنائی جاتی ہے  
چراغ خود نہیں جلتے جلائے جاتے ہیں

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

# ”ماں کی عظمت“

(مہوش نایاب گلبرگ)

- ☆ ماں کے بغیر گھر قبرستان کی طرح لگتا ہے۔
- ☆ دنیا کی حسین شے ماں صرف ماں ہے۔
- ☆ ماں کی محبت حقیقت کی آئینہ دار ہے۔
- ☆ ماں سے ہمدردی کی توقع رکھنے کے بجائے ماں کا ہمدرد ہونا چاہیے۔
- ☆ ماں سے جدائی انسان کو پاگل کر دینے کے مترادف ہے۔
- ☆ ماں اور پھول میں مجھے کوئی فرق نظر نہیں آتا۔

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

**HAPPY NEW YEAR & WELCOME**

**ALL MEMBER OF**

**JAMIAT - E - HAKIMAN  
(DEHLI) KARACHI**

*FROM,*

**AL AZIZ TRANSPORT COMPANY**

- \* Contractor of Happy Home School
- \* Aga Khan, Liaquat National Hospital & Rana Liaquat Ali Khan Home Economics College.
- \* All kinds of coasters, buses and hiace available for picnics, parties and other occasion.

Please contact Mr. Talib

(Res) : 6673293  
(Off) : 6658959  
(Mob) : 0300-2191397