

مطلبہ



ہکیمان

۲۰۰۳ء بمطابق ۱۴۲۴ھ

ہکیمان

جمعیت حکیمانِ دہلی اکراچی۔

www.hakiman.org

E-mail: hakiman@yahoo.com

حاضرین محفل کو

﴿ خوش آمدید ﴾

عید سعید کے پر مسرت موقع پر

ہم افراد جمعیت (دہلی) کراچی

کی خدمت میں

دلی عید مبارک

پیش کرتے ہیں

منجانب:

اراکین و مجلس منتظمہ بزم ادب



GOVERNOR SINDH

DR. ISHRAT UL EBAD KHAN

پیغام

مجھے یہ جان بے حد مسرت ہوئی کہ جمعیت حکیمان (دہلی) کی سماجی و ثقافتی 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 دیگانگت پیدا کرنے کے ساتھ ساتھ اپنی تہذیبی، تمدنی اور ثقافتی روایات کو بھی زندہ رکھا ہوا ہے۔ تہذیبی اقدار کو زندہ رکھنا ایک مستحسن عمل ہے اور جو برادریاں اپنے تہذیبی اقدار کی پاسداری نہیں کرتیں وہ اپنی اہمیت کھودیتی ہیں۔

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 اور یہ برادری ملک کی تعمیر و ترقی میں اپنا منفرد مقام بنائے۔

اللہ ہمارا حامی و ناصر ہو۔ آمین

(ڈاکٹر عشرت العباد خان)

گورنر سندھ

مورخہ: 11 نومبر 2003ء

پیغام

جمعیت حکیمان (دہلی) کراچی جن ستونوں پر قائم و دائم ہے ان میں سب سے اہم ستون برادری میں مناجت ہے۔ دیگر کارگزاریوں کے علاوہ بزم ادب کے انعقاد سے بھی برادری کا تشخص واضح ہوتا ہے۔ اس بزم نے جو 1923ء میں محمد دین خلیفی صاحب (مرحوم) کے مبارک ہاتھوں سے قائم ہوئی ترقی کرتے ہوئے ایک ادارے کی شکل اختیار کر لی ہے اور بزم ادب کے بغیر عید کی خوشیوں کا تصور بھی محال ہے۔ جتنے مختصر وقت میں افراد برادری ایک دوسرے سے عید مل لیتے ہیں وہ شاید سال بھر بھی ممکن نہ ہو۔ اس بزم کو بزرگوں کی سرپرستی میں برادری کے نوجوان سجاتے ہیں آج کے بزرگ بھی کسی زمانے میں بزم ادب کے سرگرم کارکن تھے۔ میں آپ سب کی خدمت میں عید کی مبارکباد پیش کرتا ہوں۔

قابل صد ستائش ہیں وہ نوجوان جو رمضان شریف میں روزہ رکھ کر بزم ادب کے پروگرام مرتب کرتے ہیں اور مجلہ ملن کی اشاعت کا اہتمام کرتے ہیں۔ جس سے برادری کے نونہالوں کی علمی، ادبی اور انتظامی صلاحیتوں کو جلا ملتی ہے۔ یہ پیغام دیتے ہوئے مجھے مجلہ ”ہم خیال“ یاد آ رہا ہے جو برادری کی ذیلی تنظیم فرینڈز سرکل کی طرف سے ہر سال شائع کیا جاتا تھا۔ آج کل فرینڈز سرکل کی کارگزاری ماند پڑ گئی ہے۔ اور یہ افراد برادری کے ذہنوں سے محو ہوتا جا رہا ہے اس بات کی اشد ضرورت ہے کہ فرینڈز سرکل کو دوبارہ متحرک کیا جائے میں امید کرتا ہوں کہ اسی طرح انجمن خواتین اور بچوں کیلئے انجمن ضیاء الادب کا احیاء بھی کیا جائیگا۔

پھلا پھولا رہے یارب چمن میری امیدوں کا

جگر کا خون دے دے کر یہ بوٹے ہم نے پالے ہیں (اقبال)

جیسا کہ افراد برادری کے علم میں ہے برادری کی ابتدائی ڈائریکٹری 23 مارچ 2003ء کو شائع کی جا چکی ہے اور انشاء اللہ دوسری بہتر ڈائریکٹری اس پیغام کے مطالعہ کے وقت آپ کے ہاتھوں میں ہوگی۔ اس ڈائریکٹری کو مزید بہتر بنانے اور اس سے فائدہ اٹھانے کا انحصار افراد برادری کے تعاون پر ہے۔

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

صدقہ جمعیت حکیمان (دہلی) کراچی۔

مجلد ملن کراچی

۲۰۰۳ء مطابق یکم سوال / ۱۴۲۴

فہرست مضامین:
نکاح اور شریعت کے تقاضے
خون کا عطیہ
دل کے دورے سے کیسے بچا جائے
آپ کی آنکھوں کی حفاظت
ڈپریشن، پریشان کن کیفیت
اولاد کی تعلیم و تربیت اور ہماری ذمہ داری
لطائف۔۔۔ اچھی باتیں
اور بہت کچھ جو آپ پڑھنا چاہتے ہیں۔

رنگ ہی رنگ
بزم ادب
کے سنگ

وسیم اقبال

معراج الدین

عمران شاہد

عماد تکیل

نہدا شرف

آصف لودھی

وزیر اعلیٰ:

معاونین:

کمپوزنگ:

علمی معاونین:

صائمہ وسیم

مسز عمران شاہد

مسز معراج الدین

مسز راحیلہ عامر

مسز نوید احمد

شہاب الدین

فرہینہ عمران

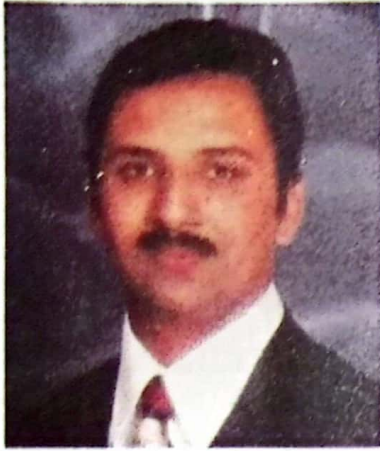
ربیعہ صادق

عمیر شاہد

☆



وسیم اقبال (لٹریسی سیکریٹری)



عمران شاہد (جنرل سیکریٹری)



معراج الدین (صدر)

اراکین مجلس ادارت

مجله ملن 2003



فدا اشرف (جوئینٹ سیکریٹری)



نہاد نکھیل (پروگرام سیکریٹری)

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

اداریہ

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

آپ سب کو عید کی بھرپور مبارکباد قبول ہو۔

گزشتہ سال کی طرح اس سال بھی مجلہ ملن کی تیاری طباعت و اشاعت کا کام میرے سپرد کیا گیا جو کہ میں نے اپنے بھرپور جذبہ لگن اور بھرپور ذمہ داریوں کے ساتھ پورا کرنے کے حتی المقدور کوشش کی میں اس اور میرے ساتھی اپنی اس کوشش میں کہاں تک کامیاب ہوئے اس کا فیصلہ ہم آپ حاضرین محفل پر چھوڑتے ہیں۔

جیسا کہ آپ سب جانتے ہیں بزم ادب جمعیت حکیمان (دہلی) کا سب سے مستعد اور فعال ادارہ ہے جو افراد برادری کو ایک پلیٹ فارم پر اکٹھا کرتا ہے اس بزم کو منعقد کرنے کیلئے اراکین مجلس منظمہ اپنی بھرپور کوشش و کاوشیں کرتے ہیں تاکہ اہل برادری بزم ادب کے پلیٹ فارم پر اکٹھا ہو کر ایک دوسرے کے ساتھ عید کی خوشیاں منائیں اور اس کے ساتھ ہی یہ پلیٹ فارم افراد برادری کو مزید رشتہ داریاں قائم کرنے کا موقع بھی فراہم کرتا ہے۔

حاضرین کو مجلہ کے مضامین کا بغور جائزہ لینے پر معلوم ہوگا کہ ہماری برادری کے نوجوان۔ اور خاص کر بچے کس قدر علمی و ادبی ذوق رکھتے ہیں ضرورت صرف اس امر کی ہے کہ ان کے ادبی جوہر کو اظہار کیلئے مناسب مواقع فراہم کئے جائیں۔ اور مجلہ ملن اس کا بھرپور موقع فراہم کرتا ہے ناہم یہ بات اب شدت سے محسوس کی جا رہی ہے کہ مجلہ کو سالانہ کی بجائے کم از کم سہ ماہی کر دیا جائے تاکہ ان ادبی ذوق رکھنے والے نوجوانوں اور بچوں کی کاوشوں کی مناسب پزیرائی کی جائے اور اس کو اجاگر کرنے کیلئے زیادہ سے زیادہ مواقع فراہم کئے جاسکیں۔

مجلہ ملن میں طب و صحت معاشرتی اور علم و ادب سے متعلق تمام شعبوں کے مضامین کو مناسب جگہ دی گئی ہے تاکہ پڑھنے والوں کو یکسانیت کا احساس نہ ہو اور حاضرین مجلہ کو بھرپور انداز میں انجوائے کر سکیں۔

اس مجلہ کی تیاری میں یقیناً خامیاں بھی ہوں گی اور ہم اس سلسلے میں آپ کی قیمتی رائے کے منتظر رہیں گے اور آپ کی رائے کی روشنی میں مزید نکھار پیدا کرنے کی کوشش کریں گے۔

اس مجلہ کی تیاری تدوین و طباعت و دیگر امور میں میرے ساتھ تعاون کرنے پر میں جناب معراج الدین۔ جناب عمران شاہد جناب عماد شکیل اور جناب فہد اشرف کا بھی تہیہ دل سے مشکور ہوں کہ جن کے تعاون سے مجھے اس مجلہ کی تیاری میں کافی آسانیاں فراہم ہوئیں۔

میں اس مجلہ کی تیاری میں اپنے مشتہرین حضرات اور اداروں کا بھی بہت شکر گزار ہوں کہ جن کے تعاون سے مجلہ کی طباعت و اشاعت ممکن ہو سکی اور یہ آپ کے ہاتھوں تک پہنچا۔

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

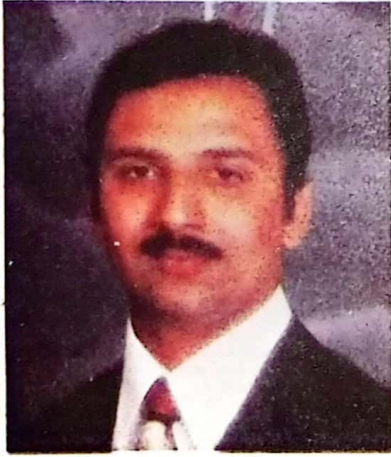
نمیک تمناؤں کا طالب

وسیم اقبال

لٹریسی سیکریٹری



معراج الدین (صدر)



عمران شاہد (جنرل سیکریٹری)



ندیم احمد قریشی (نائب صدر)

لراکین مجلس منتظرہ

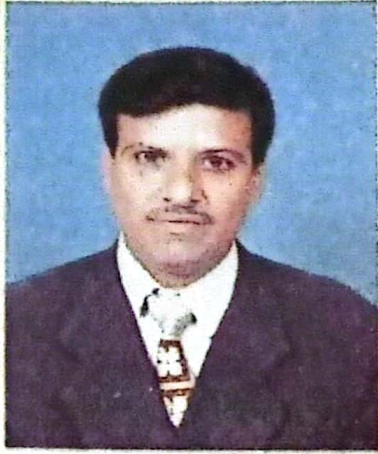
بزم اولاد 2003



عماد شکیل (پروگرام سیکریٹری)



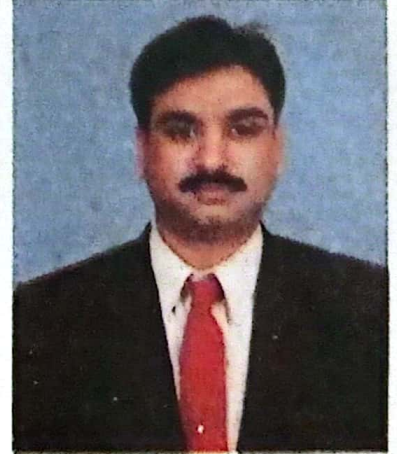
انوار احمد قریشی (فنانس سیکریٹری)



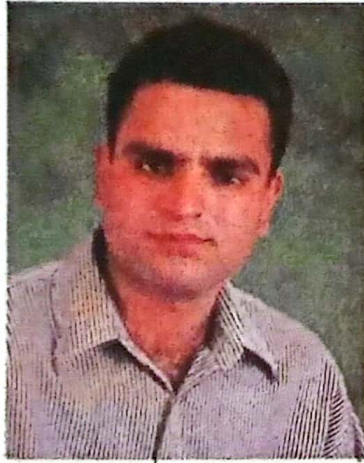
وسیم اقبال (لڑیسی سیکریٹری)



سلیم شہزاد (سوشل سیکریٹری)



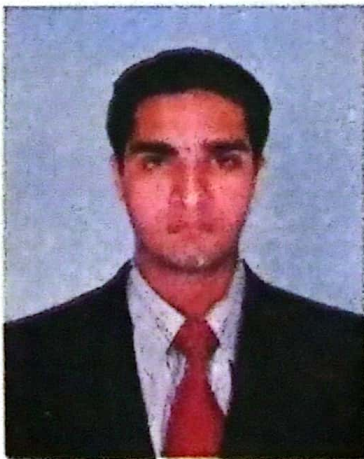
عمران ممتاز (جوائنٹ سوشل سیکریٹری)



یاسر عرفات (جوائنٹ سیکریٹری)



محمد نعمان (جوائنٹ فنانس سیکریٹری)



فدا اشرف (جوائنٹ لڑیسی سیکریٹری)



فاروق احمد (پروپیگنڈہ سیکریٹری)

خطبہ صدارت

قابل صد احترام بزرگوں، ساتھیوں، خواتین و حضرات

السلام علیکم!

میں اپنی اور مجلس منظمہ بزم ادب کی جانب سے اہل برادری کودل کی گہرائیوں سے پر خلوص عید کی مبارکباد پیش کرتا ہوں اور اللہ تعالیٰ سے دعا کرتا ہوں کہ وہ ہمیں اور آپ کو عید کی بھرپور خوشیاں دیکھنا نصیب فرمائے۔ (آمین)

گزشتہ سالوں کی طرح اس سال بھی بزم ادب کی مجلس منظمہ کے اراکین نے مجھے بزم کا صدر منتخب کیا اس موقع پر میں اپنے تمام ساتھیوں اور ان تمام لوگوں کا شکریہ ادا کرتا ہوں کہ جنہوں نے مجھے اس قابل سمجھا اور ایک بار پھر بزم کی صدارت کا نادر موقع فراہم کیا۔ اس خوشی کے موقع پر میں حاضرین محفل سے درخواست کروں گا کہ وہ ان لوگوں کے لئے دعائے مغفرت کریں جو آج ہمارے درمیان موجود نہیں ہیں۔ اللہ تعالیٰ ان تمام مرحومین کو اپنے جوار رحمت میں اعلیٰ مقام عطا فرمائے۔ (آمین)

بزم ادب برادری کی ایک ایسی تاریخ ساز روایت ہے جس کی اہمیت و افادیت سے کوئی بھی فرد انکار نہیں کر سکتا اور افراد برادری کو یقیناً رمضان المبارک کی آمد کے ساتھ ہی بزم ادب کا بھی بڑی شدت سے انتظار ہوتا ہے۔ برادری کے چند باعزم اور باہمہمسلی جوان اس بزم کو جانے کیلئے انتھک محنت اور جدوجہد کرتے ہیں جو یقیناً قابل مبارکباد ہے۔

اس بزم کو چار چاند لگانے کیلئے جہاں دیگر تفریحی پروگراموں کا انعقاد کیا جاتا ہے وہاں اس موقع پر شائع ہونے والے مجلہ ملن بھی اپنی جگہ خاص اہمیت رکھتا ہے جسے برادری کے افراد نو جوان اور بچے اپنی تحریروں سے سجاتے ہیں۔

مجلہ ملن کی تیاری، تدوین، وطباعت کے محنت طلب کام کو بھرپور جذبہ اور لگن کے تحت انجام دینے پر میں لٹریسی سیکریٹری جناب وسیم اقبال کا خاص طور پر شکر گزار ہوں اور ان کی معاونت کرنے پر جناب فہد اشرف، عماد شکیل اور عمران شاہد کا بھی شکریہ ادا کرنا چاہوں گا۔ اور اس کیساتھ تمام معاونین حضرات اور اداروں کا کہ جسکے اشتہارات / تعاون سے مجلہ کی اشاعت ممکن ہو سکی۔

میں اس محفل کو سجانے کے سلسلے میں خصوصی تعاون کرنے پر جناب منصور صاحب (فیشن گارمنٹس)، متین اسٹیشنرز، رضوان اسٹیشنرز، تسلیم اینڈ کمپنی اسٹیشنرز، عبدالسلام اسٹیشنرز، سعید جنرل اسٹور اور تاج بک سینٹر کا بہت مشکور ہوں کہ جنہوں نے ہمیں تحائف فراہم کئے۔

میں اس بزم کو سجانے کے سلسلے میں محمد تقی صاحب، روشن اختر صاحب اور سلیم احمد صاحب کا بھی خاص طور پر شکریہ ادا کرتا ہوں۔ کہ ان افراد کی رہنمائی سے ہم نے یہ مشکل کام پائیہ تکمیل تک پہنچایا۔

ایک خاص بات افراد برادری کی مردم شماری کا کام تسلسل کے ساتھ جاری ہے اور اس سال مارچ میں ابتدائی طور پر ایک نیلیفون ڈائریکٹری شائع بھی ہو چکی ہے۔ ہماری یہ کوشش جاری رہے گی آپ سے گزارش ہے کہ جن افراد نے اب تک مردم شماری فارم نہیں بھرے وہ یہاں پر موجود خصوصی کاؤنٹر پر جا کر اپنے کوائف درج کرا دیں۔

میں آخر میں گولڈن گارڈن کی انتظامیہ کا بھی شکریہ ادا کرنا چاہوں گا کہ جنہوں نے ہمارے ساتھ اس بزم کے انعقاد کے سلسلے میں بھرپور تعاون کیا۔

میں اپنی جانب سے ایک بار پھر اہل برادری کو دلی عید مبارک پیش کرتا ہوں۔

معراج الدین

صدر

بزم ادب

جمعیت ڈائریکٹری۔ قدم بہ قدم

مردم شماری کمیٹی نے ایک سال پہلے اپنے کام کا آغاز کیا۔ نیجنگ کمیٹی کے تفویض کئے گئے اہداف، مردم شماری کا انعقاد، الیکٹرانک پلیٹ فارم کا قیام، سماجی، بہبود، اطلاعات کی نشر و اشاعت، اور افراد جمعیت کی جامع ڈائریکٹری کا اجراء اہم امور میں چند ایک ہیں یہ تمام امور نہایت خوش اسلوبی سے جاری ہیں اور بتدریج وسعت پذیر ہیں۔ ابتدائی مرحلہ میں، چند ماہ پیشتر ڈائریکٹری کے پہلے شمارہ کا اجراء کیا۔ اسکو بے حد پذیرائی ملی اور بہت سے تعریفی خطوط اور پیغامات موصول ہوئے۔

اراکین مردم شماری نے اپنے کام کو وسعت اور تیز کرنے کیلئے کئی جامع پروگرام مرتب کئے اور علاقائی فیلڈ ورک کیا اور برادری کے عام افراد کو اس طرف متوجہ کیا۔ اسکے بہت مثبت نتائج برآمد ہوئے اور قلیل عرصہ میں کراچی کے علاوہ راولپنڈی اور حیدرآباد سے بڑی تعداد میں نئے فارم ڈائریکٹری میں اندراج کیلئے موصول ہوئے۔ 9۔ نومبر 2003 تک موصول شدہ فارم پر مشتمل نو تشکیل شدہ ڈائریکٹری نئی ترتیب اور تزیین کیساتھ عید الفطر کے مبارک موقف پر بزم ادب میں پیش کی جا رہی ہے۔ افراد جمعیت کی جامع ڈائریکٹری مرتب کرنیکی سمت میں قدم بہ قدم پیش رفت جاری ہے۔

مردم شماری اور جمعیت ڈائریکٹری مسلسل جاری عمل ہیں۔ ڈائریکٹری نہ صرف فون نمبرز بلکہ دیگر مفید معلومات کی وجہ سے مقبول ہو رہی ہے اور طلب میں اضافہ ہو رہا ہے۔ وہ افراد جمعیت جو اب تک کسی وجہ سے اپنے تکمیل شدہ فارم نہیں بھیج سکے ہیں۔ ان سے التماس ہے کہ وہ ڈائریکٹری میں درج شدہ آفس کے پتہ پر یا کمیٹی کے ممبران سے فارم کیلئے رابطہ کریں اور جمع کرائیں۔ انٹرنیٹ شمارہ میں اندراج کیلئے ہم نئے فارم وصول کر رہے ہیں اور جلد ہی تیسرے شمارہ کا اجراء کیا جائیگا اراکین مردم شماری کمیٹی آپ سب کو عید الفطر کی مبارک باد پیش کرتے ہیں اور ڈائریکٹری میں اندراج کیلئے آپکے فارم اور تعاون کے منتظر ہیں۔

نسیم احمد شیخ

کنوینر مردم شماری کمیٹی

استقبالیہ کمیٹی برائے بزم ادب 2003

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

”پیغام“

جمعیت حکیمان (دہلی) کی نوجوانوں کی تنظیم بزم ادب قیام پاکستان سے قبل سے ہر سال عید ملن کا اہتمام کرتی ہے۔ افراد برادری کا یہ سب سے بڑا اجتماع ہوتا ہے۔ اس اجتماع سے میل جول اور باہمی ربط و ضبط بڑھتا ہے۔ اور دیگر معاشرتی مسائل کا حل بھی پیش کرتا ہے۔ اس موقع پر ایک مجلہ «ملن» بھی پیش کیا جاتا ہے۔ جس میں برادری کے اہل قلم حضرات اپنی تخلیقات پیش کرتے ہیں۔ اس مصروف زندگی میں نوجوانوں کا یہ ایسا راہنمائی قابل ستائش ہے۔ اگر اس عید ملن سے دین کا کام بھی لیا جائے تو یہ درجات کی بلندی کا سبب بن جائے گی۔ ہم تنظیم بزم ادب کے اراکین کو ان کی اس مخلصانہ کاوش پر مبارکباد پیش کرتے ہیں۔ اور اس پیغام کے ذریعے افراد جمعیت کو تہ دل سے عید کی مبارکباد پیش کرتے ہوئے یہ امید کرتے ہیں کہ وہ جمعیت کے کاموں میں دلچسپی لیں گے۔ اور جو افراد اس خدمتی کام میں مصروف ہیں۔ ان سے تعاون فرمائیں گے۔

جزاک اللہ خیر

چوہدری انیس احمد شیخ

چوہدری مسعود حسین

جمعیت حکیمان (دہلی) کراچی

جائزہ رپورٹ برائے تعلیمی 2002-2003

جمعیت حکیمان (دہلی) نے تعلیم کے سلسلے میں برائے سال 2002-2003 میں کل ملا کر 247 بچوں کی تعلیم کے اخراجات میں معاونت کی اس میں پرائمری تعلیم کی مد میں تقریباً 3500 روپے سالانہ فی بچہ اور سیکنڈری تعلیم کی مد میں تقریباً 5000 روپے سالانہ فی بچہ اخراجات آئے جو کہ ذکوۃ کی مد میں سے ادا کئے گئے۔

تعلیم حاصل کرنے والے بچوں کی تعداد یہ ہے۔

پرائمری تعلیم (طلبہ و طالبات) 86 بچے

سیکنڈری تعلیم (طلبہ و طالبات) 135 بچے

ہائی سیکنڈری (طلبہ و طالبات) 16 بچے

اقراء (حفظ القرآن) (طلبہ و طالبات) 8 بچے

ٹیکنیکل ایجوکیشن (طلبہ و طالبات) 2 بچے

247 بچے

ٹوٹل:

اپیل

جمعیت حکیمان (دہلی) کے مخیر حضرات سے اپیل کی جاتی ہے کہ وہ زیادہ سے زیادہ تعداد میں زکوۃ / خیرات میں تعاون

فرمائیں۔

نیز وہ طلباء جو اپنے تعلیمی اخراجات نہیں اٹھا سکتے ہوں وہ زبردستی سے رابطہ کریں۔ تاکہ ضرورت مند طلباء کے تعلیمی اخراجات

میں مالی معاونت کی جاسکے۔

روشن اختر

کنوینئر تعلیمی کمیٹی

رابطہ کے لئے فون نمبر: 7525921 (جوڑیا بازار) کراچی

جائزہ

معزز حاضرین محفل! السلام علیکم!

آپ سب کو عید کی بھرپور مبارکباد قبول ہو۔

گزشتہ چند سالوں کی طرح اس سال بھی اراکین مجلس منتظمہ بزم ادب کے انتخابات منعقدہ 26 اکتوبر 2003ء جو کہ احباب صادق ہال میں منعقد ہوئے ان انتخابات میں راقم کو ایک بار پھر بزم ادب کا جنرل سیکریٹری منتخب کر کے افراد برادری کے لئے خدمت کا موقع فراہم کیا گیا۔ جس کے لئے میں اراکین مجلس منتظمہ کا بہت شکر گزار ہوں۔

بزم ادب جمعیت حکیمان (دہلی) کی ذیلی تنظیم ہے جو کہ افراد جمعیت کو عید کی خوشیاں ایک دوسرے کے ساتھ بانٹنے اور اسے دوبالا کرنے کیلئے ایک پلیٹ فارم پر جمع ہونے کا موقع فراہم کرتی ہے۔ مرحوم محمد دین خلعتی صاحب کا لگایا ہوا یہ پودا آج ایک شجر سایہ دار بن چکا ہے جس کے سائے تلے ہم سب یہاں پر جمع ہیں اس پودے کو تناور درخت بنانے میں مختلف بزرگان برادری نے بھرپور انداز میں کام کیا اور بزم کی باگ دوڑ کو نہ صرف بہترین طریقے سے سنبھالے رکھا بلکہ برادری کے تشخص کو بھرپور انداز میں اجاگر کرتے رہے اس بزم کو اس کے شایان شان انداز میں سجانے کیلئے ہمیں آج بھی اپنے اپنے بزرگوں کی رہنمائی کی ضرورت پڑتی رہتی ہے اور وہ ہر موقع پر ہماری رہنمائی فرماتے رہتے ہیں تاکہ اس بزم کی شاندار روایت کو نہ صرف برقرار رکھا جاسکے بلکہ اس کے وقار میں مزید اضافہ ہو۔

اب میں اس بزم کو منعقد کرنے کے سلسلے میں ہونے والی کارروائیوں کی روئیدار مختصر اُپیش کرنا چاہتا ہوں۔ تاکہ حاضرین محفل کو اس بات کا اندازہ ہو سکے اس بزم کو سجانے والے نوجوان آج بھی اپنے بھرپور جذبے لگن اور انتھک جدوجہد میں مصروف رہے یہ

صرف اس لئے کہ افراد برادری ایک پلیٹ فارم پر متحد رہیں۔

بزم ادب کا انعقاد بلاشبہ ایک چیلنج کی حیثیت رکھتا ہے اور ہم نوجوان اس چیلنج کا بھرپور انداز میں مقابلہ کرتے ہیں۔

اس بزم کو سجانے کا سلسلہ ماہ شعبان کے آخر عشرے میں شروع ہو جاتا ہے۔ رمضان کے آمد سے کچھ دن قبل انتخابات کرائے جاتے ہیں۔ گزشتہ سال کے گوشوارے کی منظوری دی جاتی ہے۔ اور نئے منتخب افراد کو ان کی ذمہ داریاں سونپ دی جاتی ہے۔

رمضان المبارک کے مہینے میں منتخب اراکین بزم ادب گولڈن گارڈن میں اس بزم کو سجانے کے سلسلے میں ہونے والی خصوصی میٹنگوں میں شرکت کرتے ہیں اور لائحہ عمل طے کرتے ہیں جس میں آمدن، اخراجات، تواضع، تفریحی پروگرام اور دیگر امور طے کیئے جاتے ہیں مجلہ کی طباعت و اشاعت سے متعلق امور طے کئے جاتے ہیں اور یہ سب کام ٹیم ورک کی صورت میں انجام دیا جاتا ہے۔ تاکہ ہم آپ تک بہترین پروگرام پیش کر سکیں۔ اس سلسلے میں ہمیں اپنے بزرگوں کا مشورہ و رہنمائی بھی حاصل رہتی ہے۔

میں اس موقع پر گولڈن گارڈن کی انتظامیہ کا بھی شکریہ ادا کرنا چاہوں گا کہ پروگراموں کی تیاری کے سلسلے میں ہونے والی میٹنگوں کیلئے ہمیں ہال استعمال کرنے کی خصوصی اجازت دی جاتی ہے۔

میں ایک بار پھر حاضرین محفل کا شکر گزار ہوں کہ وہ اپنا قیمت وقت نکال کر ہمارے پروگراموں کو رونق بخشنے تشریف لائے۔

اللہ ہمارا حامی و ناصر ہو۔ (آمین)

آپ کی دعاؤں کا طلبگار

عمران شاہد

جنرل سیکریٹری

برادری میں نظام کی ضرورت

تحریر: عمران عزیز

دنیا میں نسل انسانی کی ابتدا حضرت آدم علیہ السلام سے ہوئی اور یہی نسل رفتہ رفتہ جغرافیائی تقاضوں کے تحت ذات، خاندان، قبائل اور برادریوں میں تقسیم ہوتی چلی گئی۔ اپنا منبع (Source) ایک ہونے کے باوجود مختلف برادریوں نے مختلف انداز سے اپنی جداگانہ شناخت برقرار رکھی اور اس پر فخر کیا۔ جو لوگ اپنے آپ کو منظم رکھنے میں ناکام ہوئے وقت نے ان کو انہی کی طرح گننا رکھ کر صفحہ ہستی سے مٹا دیا۔ جس چیز نے مختلف برادری و قوم کے لوگوں کو ایک دوسرے سے ممتاز کیا وہ انکا اپنا جداگانہ نام (System) تھا۔ جو لوگ ایک اچھا نظام قائم کرنے اور اسے چلانے میں کامیاب ہوئے وہ وقت کے ساتھ ساتھ اپنی حیثیت و نام مستحکم کرتے چلے گئے اور نام کے ثمرات حاصل کرتے رہے اور جو لوگ کوئی مناسب نظام وضع نہ کر سکے وہ اپنے تمام تر مانی و مسائل اور تعلیم کے باوجود اپنی شناخت کھوتے گئے۔ برادری میں ایک صحیح نظام کی ضرورت محسوس ہونے کے بعد یہ سوال اٹھتا ہے کہ کسی برادری کے ایک کامیاب نظام میں کیا عناصر ہونے چاہیں؟ میری ناقص رائے میں ایک کامیاب نظام میں دو خصوصیات لازمی ہونی چاہئیں۔

1- مرکزیت: جتنا قوی کسی نظام کا مرکز ہوگا، وہ نظام اتنا ہی منظم طریقے سے چلے گا۔ ایک ایٹم میں الیکٹران اس وقت ہی اپنے مدار میں صحیح طور پر گردش کر پائے گا جب ہنوکلیس (مرکز) اپنی کشش سے اس کو پابند رکھے گا اس کائنات کی مثال ہمارے سامنے ہے۔ خدا تعالیٰ کی مرکزیت کی وجہ سے کائنات کا پورا نظام تسلسل و ترتیب کے ساتھ رواں ہے۔ اس سے یہ نتیجہ اخذ کیا جاسکتا ہے کہ ہماری مجلس انتظامیہ کے لوگ جتنے باصلاحیت اور بااثر ہوں گے اسی تناسب سے ہماری برادری منظم ہوگی۔ جب تک اعلیٰ قابلیت و انتظامی صلاحیت کے لوگ برادری کے مرکز (مجلس انتظامی) سے وابستہ نہیں ہوں گے تب تک یہ مرکز کوئی اثر پیدا نہیں کر سکتا۔

2- فلاحی پروگرام کی موجودگی: دوسری اہم چیز برادری کے اندر مختلف فلاحی پروگراموں کا موجود ہونا ہے۔ اگر برادری کے اراکین کو برادری کے ہونے سے کوئی فائدہ حاصل نہیں ہوتا تو اس کا مطلب یہ ہے کہ برادری فلاحی طور پر بالکل ناکام ہے۔ اور آہستہ آہستہ یہ اپنی حیثیت کھوتی چلی جائے گی۔ بد قسمتی سے ہماری برادری اس موڑ پر آ پہنچی ہے۔ ہمارے پاس نہ تو کوئی منظم زکوٰۃ کی

وصولی و تقسیم کا نظام ہے۔ نہ ہی برادری کے لوگوں کے لئے تعلیم و تربیت کا کوئی انتظام اور نہ ہی کوئی فلاحی پروگرام۔ بوہری و آغا خانی کمیونٹی نے صرف اپنے نظام کی بدولت معاشرے میں ایک نمایاں مقام حاصل کیا ہے اور اس نظام کے فوائد سے اس کے ممبران بخوبی فائدہ اٹھا رہے ہیں۔

لیکن کیا برادری کو الزام دینے سے ہم اپنے فرض سے سبکدوش ہو جاتے ہیں۔ ہماری برادری کے لوگوں نے کبھی اس بات کو محسوس نہیں کیا کہ ہماری برادری کے غریب و مساکین کی مالی کفالت منظم انداز سے کی جائے۔ برادری کے لوگوں کی نئی نسل اعلیٰ تعلیم یافتہ ہونے کے ساتھ ساتھ اپنی اقدار سے بھی واقف ہو۔ لڑکیوں کی شادیاں ماں باپ پر بوجھ نہ ہوں بلکہ برادری کا مشترکہ بیت المال ان کے جہیز کا انتظام کرے۔ یہ ساری چیزیں اس وقت ہی ممکن ہیں جب ہم کسی نظام کو تشکیل دیں تاکہ ہماری آئندہ آنے والی نسلیں ہماری اقدار کی حفاظت کرنے کے ساتھ ساتھ ایک دوسرے کے لئے معاون ثابت ہوں۔

ملت کے ساتھ رابطہ استوار رکھ

پوستہ رہ شجر سے امید بہار رکھ

Happy Eid Mubarak

From: **ZARI MAHAL**

تمام وراثتی، کٹ پیس آدھے قیمت پر دستیاب ہیں نیز ڈائی کا کام تسلی بخش کیا جاتا ہے۔

ایڈریس: دکان نمبر 9, B-10, B-9 مینا بازار ایکسٹینشن

کریم آباد کراچی۔ فون نمبر 6313848

پروپرائٹر:

راشد

اولاد کی تعلیم و تربیت

اور ہماری ذمہ داریاں

تحریر: صائمہ وسیم

تعلیم دینا ہر ماں باپ کی بنیادی ذمہ داری ہے۔ درحقیقت عمل صحیح بغیر علم صحیح کے نہیں ہو سکتا۔ انسان جب دنیا میں قدم رکھتا ہے تو بالکل سادہ ہوتا ہے، کچھ نہیں جانتا اور جاننے کے قابل بھی نہیں ہوتا۔ جیسے جیسے عمر بڑھتی ہے سمجھ آتی ہے۔ دنیا چونکہ سامنے ہے اور اس کے تقاضے ہر وقت پیش نظر ہیں، اس لئے دنیا میں کام آنے والی باتیں کچھ لوگوں کی دیکھا دیکھی انسان سیکھ لیتا ہے اور کچھ محنت اور کوشش کر کے حاصل کر لیتا ہے۔ لیکن دیندار ہونا چونکہ موت کے بعد کام دیتا ہے اور آخرت کے تقاضے اس وقت سامنے نہیں ہوتے اس لئے دینداری کی طرف انسان کا ذہن بہت کم چلتا ہے۔

ماں باپ کا فریضہ ہے کہ بچوں کو دین سکھائیں اور دین کو سب سے زیادہ اہمیت دیں، کیونکہ دین ہی آخرت کی ہمیشہ والی زندگی میں کام دینے والا ہے۔ بہت سے لوگ بچوں سے بہت زیادہ محبت کرتے ہیں، مگر انکی یہ محبت دنیاوی آرام و راحت تک محدود رہتی ہے۔ ان کی اصل ضرورت یعنی آخرت کی نجات اور موت کے بعد کے آرام و راحت کی طرف توجہ نہیں کرتے۔

بچوں کی تعلیم و تربیت یعنی ان کو دین کا علم سکھانے اور دین کا عمل کر کے دکھانے اور عمل کا شوق پیدا کرنے کا سب سے پہلا مدرسہ ان کا اپنا گھر اور ماں باپ کی گود ہے۔ ماں باپ عزیز و اقارب بچوں کو جس سانچے میں چاہیں ڈھال سکتے ہیں اور جس رنگ میں چاہیں رنگ سکتے ہیں۔ بچے کا سنوار اور بگاڑ دونوں گھر سے چلتے ہیں۔ بچوں کی تعلیم و تربیت کے اصلی ذمہ دار ماں باپ ہی ہیں۔ بچپن میں ماں باپ انکو جس راستے پر ڈال دیں گے اور جو بھلا یا برا سکھا دیں گے، وہی ان کی ساری زندگی کی بنیاد بن جائے گا۔ بچے کے دل میں خدا کا خوف، خدا کی یاد، خدا کی محبت اور آخرت کی فکر، اسلام کے حکموں سے سیکھنے سکھانے اور ان کے مطابق زندگی گزارنے کا جذبہ پیدا ہو جانے کی پوری پوری کوشش کرنا لازم ہے۔ اس کو نیک عالموں اور حافظوں کی صحبتوں میں دین کی تعلیم دلائیں، قرآن شریف حفظ کرائیں، قرآن وحدیث کے معنی اور مطلب سمجھنے کے لئے عربی پڑھاؤ، ان کو حرام سے پرہیز کراؤ اور دینداری، حیا، شرم، سخاوت، صبر، شکر، حلیم، بندوں کے حقوق کی ادائیگی اور اسی طرح کے دوسرے اچھے اخلاق کی

لوگوں کا یہ حال ہے کہ بچوں کو ہوش سنبھالتے ہی اسکول اور کالج کی نذر کر دیتے ہیں یا محنت مزدوری پر لگا دیتے ہیں۔ نماز روزہ سیکھانے اور بتانے اور دینی فرض سمجھانے اور اس پر عمل کرنے کی کوئی فکر نہیں کرتے۔ شادیاں ہو جاتی ہیں، باپ بن جاتے ہیں لیکن بہت سوں کو کلمہ طیبہ بھی صحیح یاد نہیں ہوتا۔ نماز میں کیا پڑھا جاتا ہے۔ اس سے بھی واقف نہیں ہوتے۔ 80، 80 سال کے بوڑھوں کو دیکھا گیا ہے کہ دین کی موٹی موٹی باتیں بھی نہیں جانتے۔

بہت سے لوگوں کی اولاد کی تربیت کی طرف بالکل توجہ نہیں والدین اپنے اپنے کاموں میں مشغول رہتے ہیں اور اولاد گلی کوچوں میں بھٹکتی پھرتی ہے، بچوں کیلئے پیٹ کی روٹی اور تن کے کپڑوں کا تو انتظام کر دیتے ہیں لیکن ان کی باطنی پرورش یعنی اخلاقی تربیت کی طرف بالکل توجہ نہیں دیتے۔ انہیں پتہ ہی نہیں کہ تربیت کیا چیز ہے اور بچوں کو کیا سکھائیں اور کیا سمجھائیں۔ اور اس عظیم غفلت میں ان لوگوں کا بھی بڑا حصہ ہے جو خود تو نمازی ہیں اور کچھ اخلاق و آداب سے بھی واقف ہیں لیکن ملازمت یا تجارت میں کچھ اس طرح اپنے آپ کو پھنسا دیا ہے کہ بچوں کی طرف توجہ کرنے کے لئے انکے پاس گویا وقت ہی نہیں، حالانکہ زیادہ کمانے کی ضرورت اولاد ہی کیلئے ہوتی ہے۔ جب زیادہ کمانے کی وجہ سے خود اولاد ہی کے اعمال و اخلاق کا خون ہو جائے تو ایسا کمانا کس کام کا؟

حلال مال سے حلال طریقے پر کھلانا، پلانا اور پہننا لازمی بات ہے لیکن انسان کی سب سے بڑی ضرورت آخرت کا آرام اور سکون ہے لہذا اپنے بچے کو دینی علوم اور اعمال سے غافل اور جاہل رکھنا بہت بڑا ظلم ہے۔ بچے کو اللہ کے نام سے آشنا کریں اور ایسے طور طریقے خود اختیار کریں کہ انکو دیکھ کر بچے کے ذہن میں اسلامی اعمال کی اہمیت پیدا ہوتی چلی جائے۔ اور جیسے جیسے بچہ ہوش سنبھالتا جائے اسلام کے علوم و اعمال اس کے ذہن میں واضح ہوتے چلے جائیں۔

بچوں کی خوشی کے لئے ان کو غیر ضروری لباس پہنانے کے لئے ادھار قرض کر کے ان کی جائز و ناجائز ضرورتوں اور شوقیہ زیب و زینت اور فیشن پر اچھی خاصی رقمیں خرچ کرتے ہیں، لیکن ان کو دین پر ڈالنے کی فکر نہیں کرتے۔ یہ بچوں کے ساتھ بہت بڑی دشمنی ہے۔ اپنی اولاد کے سب سے بڑے محسن وہ ماں باپ ہیں جو اپنی اولاد کو دینی علوم پڑھاتے ہیں اور دینی اعمال پڑھاتے ہیں۔ یہ نہ صرف اپنی اولاد کے لئے بلکہ خود ان کے والدین کے لئے بھی قبر میں اور آخرت میں نور ہوگا۔

آخرت سے بے فکری کی زندگی گزارنے میں انسان کا نفس خوش رہتا ہے۔ یہی حال بال بچوں اور دوسرے متعلقین کا بھی ہے۔ عالم آخرت کی زندگی اور حاجتیں جب سامنے ہوں گی تو غفلت پر رنج ہوگا۔ اور حسرت ہوگی کہ کاش اس دن کے لئے خود بھی عمل کرتے اور اپنی اولاد کو بھی یہاں کی کامیابی کی راہ پر ڈالتے۔ مگر اس وقت حسرت بے فائدہ ہوگی۔

خون کا عطیہ

خدمت بھی۔ عبادت بھی۔ ضرورت بھی

ڈاکٹر مدثر بقتائی

خون کیا ہے (What is Blood)

خون سرخ رنگ کا ایک سیال ہے جو ذات پات، رنگ و نسل، رتبہ اور مذہب کی تفریق کے بغیر ہر انسان کے جسم میں رواں دواں ہے۔ جسم کے ہر خلیے | حصے کی زندگی کا دار و مدار خون کی مقدار اور روانی پر ہے۔ ایک صحت مند مرد کے جسم میں تقریباً ساڑھے پانچ سے چھ لیٹر خون ہوتا ہے جبکہ صحت مند عورت کے جسم میں ساڑھے چار سے پانچ لیٹر خون ہوتا ہے۔ خون کو ہم چار حصوں میں تقسیم کر سکتے ہیں۔ سرخ ذرات (Red Cells)، سفید ذرات (White Cells)، پیلیے ذرات (Plateletes)، اور پانی پر مشتمل حصہ (Plasma)۔ خون کا ہر جز ہمارے جسم کے لئے مخصوص کام انجام دیتا ہے۔ خون کے سرخ ذرات ہمارے جسم کو آکسیجن فراہم کرتے ہیں۔ سفید ذرات ہمارے جسم کی قوت مدافعت کے ذمہ دار ہیں تاکہ ہم مختلف بیماریوں کا مقابلہ کر سکیں۔ پیلیے ذرات ہمارے خون میں جنے کی صلاحیت پیدا کرتے ہیں اور بہتے ہوئے خون کو روکنے میں مددگار ثابت ہوتے ہیں۔ پلازما خون کو مائع حالت میں رکھتا ہے۔

محفوظ خون کیا ہے۔ (What is Safe Blood)

محفوظ خون سے مراد ایسا خون ہے جو ہر قسم کے وائرس، دیگر جراثیم، ادویات، الکحل اور دیگر خطرناک اور مورثی بیماریوں سے پاک ہو۔ یعنی محفوظ خون سے مراد صحت مند خون ہے۔ اچھی صحت ہی اچھے خون کی ضامن ہے اور محفوظ خون کی جانب یہ پہلا قدم ہے۔ خون کا مختلف بیماریوں (Hepatitis B, C, HIV) کے لئے چیک کیا جانا محفوظ خون کی جانب دوسرا قدم ہے۔

محفوظ نظام خون کا تقاضہ ہے کہ خون کا Store کرنا، Issue کرنا، اس کو لے کر جانا اور مریض کو چڑھانا سب عمل ایک مروجہ محفوظ دائرے میں رہتے ہوئے کئے جائیں۔

خون کیوں دیا جائے (Why to donate Blood)

خون ایک Life Saving دوائی تصور کی جاتی ہے جس کا نعم البدل نہیں۔ خون کا عطیہ اس لیے ضروری ہے کہ آپ خود بھی اور اپنے دوست اور احباب کو راغب کریں کہ وہ سال میں 3-4 مرتبہ رضا کارانہ طور پر خون کا عطیہ دیں۔

خون کون دے سکتا ہے۔ (Who can Donate Blood)

اگر آپ کی عمر 18 سے 65 سال کے درمیان ہے، آپ کا وزن 50 کلو یا اس سے زیادہ ہے اور آپ کسی مہلک بیماری یا عادت میں مبتلا نہیں تو آپ خون دے سکتے ہیں۔ خون دینے والے کے لئے یہ ضروری ہے کہ اس نے پچھلے دو چار گھنٹے میں کچھ کھایا پیا ہو۔ آپ ہر 3-4 ماہ بعد خون دے سکتے ہیں۔ حاملہ خواتین بچے کی پیدائش کے چھ سے آٹھ سے ہفتے بعد خون دے سکتی ہیں۔ خون دینے والے کے لئے ضروری ہے کہ اس کو B اور C وائرس کا یرقان نہ ہوا ہو۔ اس کے علاوہ ایڈز کے مریض خون نہیں دے سکتے جگر، گردے، دل کی بیماریوں، پھیپھڑوں کی شدید بیماری، ٹی بی، کینسر یا شدید نفسیاتی بیماری کے حامل افراد خون نہیں دے سکتے۔ اس کے علاوہ یہ بات یاد رکھی جائے کہ خون بیچنے والے افراد، منشیات کے عادی افراد جیل میں موجود قیدیوں سے خون نہیں لینا چاہیے کہ ان لوگوں کا خون غیر محفوظ تصور کیا جاتا ہے۔

خون کے عطیہ کے فوائد (Benefits of Donation)

آپ یہ سمجھ لیجیے کہ خون کا عطیہ ایک قومی فریضہ ہے جو آپ کو ادا کرنا ہے۔ خون دینے کے چند دن کے اندر اندر آپ کی رگوں میں تازہ خون آجاتا ہے جو کہ ہر لحاظ سے بہتر ہوتا ہے۔ تحقیق سے یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ باقاعدہ خون کا عطیہ کرنے والے کو دل کے دوروں کا امکان خاصا کم ہو جاتا ہے۔ پھر یہ بات بھی ہے کہ باقاعدگی سے خون کا عطیہ کرنے والا اپنی صحت کا زیادہ خیال رکھتا ہے۔

خون کا عطیہ کس کے لیے (Blood, for Whom)

جدید سائنس سے یہ بات سامنے آئی ہے کہ قریبی رشتہ داروں اور دوستوں کا خون لگوانا محفوظ نہیں اس کی بنیادی وجہ یہ ہے کہ قریبی فرد اگر کسی مہلک بیماری میں مبتلا ہے تو وہ اپنی بیماری | جراثیم مریض کو منتقل کرنے کا باعث بنے گا۔ اس کے علاوہ ایک بیماری جس کو TA-GvHD کہتے ہیں عموماً بھائی بہنوں اور قریبی عزیزوں کا خون لگنے سے ہوتی ہے۔ اس کے علاوہ جو لوگ خون کی بیماریوں میں مبتلا ہوں اور اپنی ہڈی کا گودا تبدیل (Bone Marrow Transplantation) کروانے کا ارادہ رکھتے ہوں۔ وہ اپنے والدین، بہن بھائی اور قریبی عزیزوں کا خون نہ لگوائیں کہ اس میں Transplantation کے بعد پیچیدگی کا احتمال زیادہ ہوتا ہے۔ کوشش کی جائے کہ میاں کا خون بیوی کو نہ لگے کہ اس سے آنے والے بچے کو ایک بیماری جس کو HDN کہتے ہیں ہونے کا امکان ہوتا ہے۔ تاہم مرد کا خون عورت کو اور عورت کا خون مرد کو لگانے میں کوئی حرج نہیں۔ اسی طرح جوان کا خون بوڑھے کو اور بوڑھے کا خون جوان کا لگایا جاسکتا ہے۔

خون کے عطیہ کا طریقہ کار (Steps in Donation)

اگر آپ اپنے آپ کو عطیہ خون کے لئے فٹ محسوس کرتے ہیں تو کسی بھی ہسپتال یا بلڈ بینک میں جا کر خون دے سکتے ہیں۔ ڈاکٹر آپ کی نبض، بلڈ پریشر، اور وزن چیک کرے گا۔ آپ کی نبض کی رفتار بلڈ پریشر آپ کے جسم کا درجہ حرارت آپ کا ہیموگلوبن (Hb) چیک کرنے کے بعد ڈاکٹر یہ فیصلہ کرے گا کہ آپ کا خون لیا جائے یا نہیں لیا جائے۔

خون کا عطیہ اور آپ کی ذمہ داری (Your Responsibility)

خون کی سب سے بڑی ضرورت ان بیمار افراد کو ہے جن کی زندگی کا دار و مدار صرف انتقال خون پر ہے جیسے تھیلا سیما، ہیمو فلٹیا، خون کے کینسر اور دیگر بہت سی بیماریاں۔ ہمارے ملک میں رضا کارانہ طور پر خون دینے والے افراد کا تناسب %0.1 سے بھی کم ہے جبکہ حالات کا تقاضہ ہے کہ کم سے کم %3 لوگ رضا کارانہ طور پر خون دیں۔ آج بھی %80 سے زائد خون یا تو مریض کے رشتہ داروں کو دیتے ہیں یا یہ پیشہ ور خون بیچنے والوں سے خون کا عطیہ لیا جاتا ہے۔

عطیہ خون کے خطرات (Hazards of Donation)

عطیہ خون ایک مکمل محفوظ عمل ہے۔ اس میں نہ تو درد ہوتا ہے اور نہ ہی بے ہوش کیا جاتا ہے۔ خون دینے سے خون کی کمی بھی واقع نہیں ہوتی۔ نہ ہی اس سے جسمانی یا ذہنی کمزوری ہوتی ہے۔ تاہم بعض لوگوں کو خون دیتے وقت یا اس کے فوراً بعد چکر آجاتے ہیں

۔ جو کہ چند منٹوں میں ٹھیک ہو جاتے ہیں۔ بعض لوگوں کو عارضی طور پر بلڈ پریشر بھی کم ہو جاتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ عطیہ خون والے شخص کو خون دینے کے بعد 5 منٹ تک لیٹے رہنا چاہیے۔ خون دینے کے بعد آپ کے روزمرہ کے معمول میں بھی کوئی رکاوٹ نہیں پڑتی۔ تاہم اگر کسی شخص پر خون دینے کے بعد بے ہوشی طاری ہو جائے تو بہتر ہے وہ آئندہ خون نہ دے۔

خون اور ملکی ضرورت (National Needs)

ملک عزیز میں تقریباً 35 سے 40 لاکھ بوتلوں کی سالانہ ضرورت ہے جبکہ ایک اندازے کے مطابق صرف 15-12 لاکھ بوتل خون دستیاب ہو پاتا ہے۔ قابل غور بات یہ کہ خون کا کچھ متبادل نہیں۔

خون کا عطیہ کہاں جائے (Where to donate)

خون دینے کے لئے وقت کی کوئی قید نہیں۔ جب چاہیں رضا کارانہ طور پر خون کا عطیہ کیا جاسکتا ہے۔ یاد رکھیے کہ رضا کارانہ خون کا عطیہ آپ کی قومی اور اخلاقی ذمہ داری ہے۔ یقیناً صحت مند معاشرہ ہی محفوظ خون کا ضامن ہے۔ اپنی صحت کا خیال رکھیں۔ متوازن خوراک، صاف ستھرا ماحول، اچھی سوچ اور بیماریوں سے بچاؤ صحت کے بنیادی اصولوں میں سے ہیں۔ رضا کارانہ خون دینے کے رجحان کو فروغ دیجیے کہ کل آپ کو بھی خون لگنوانے کی ضرورت پیش آسکتی ہے۔

رگوں میں دوڑنے پھرنے کے ہم نہیں قائل

جو آنکھ ہی سے نہ ٹپکا وہ لہو کیا ہے۔



غذا اور ہماری صحت

تحریر: مسز راجیلہ عامر

کام نہ کریں کہ ہمیں کھانا نصیب ہو سکے۔ یہ اپنے ساتھ بڑا سخت ظلم ہے۔

چنانچہ یہ قرار پایا کہ غذا وہ چیز ہے جو ہمارے جسم کی پرورش کرے۔

جو شخص اپنی صحت کا خیال رکھتا ہے، وہ اپنی پسندنا پسند

میں اعتدال ملحوظ رکھتا ہے فکر اور تشویش کو پاس نہیں پھٹکے دیتا

خواہشات پر ضبط کرتا ہے۔ جذبات پر قابو رکھتا ہے قوت حیات

کو سنبھالتا ہے کم سخن ہوتا ہے کامیابی اور ناکامی کا زیادہ خیال

نہیں کرتا غموں اور مشکلوں کی پروا نہیں کرتا فضول اُمگلوں اور

ارمانوں کو دل میں جگہ نہیں دیتا اور اپنے اندرونی نظام اور غذا کی

باقاعدگی کا پابند ہوتا ہے۔ جو شخص اپنے قوار کو مضحک نہیں کرتا اور

روح پر بوجھ نہیں ڈالتا وہ بیمار کیسے ہو سکتا ہے؟ لہذا جو شخص اپنی

پرواہ کرنا چاہے اُسے صرف اُس وقت کھانا چاہیے۔ جب اُسے

بھوک لگے، اُسے کھانا چاہیے ٹھونسا نہیں چاہیے، پانی اس وقت

پینا چاہیے جب اُسے پیاس لگے اور پیٹ کو پانی سے بھرنا نہیں

چاہیے تھوڑا کھانا چاہیے اور کھانوں کے درمیان لمبا وقفہ ہونا

چاہیے کھانا بہت زیادہ نہ ہو اور یہ ہمیشہ کا دستور ہو اُسے چاہیے کہ

کھانے کی چیزوں کے بارے میں اگر ذرا وسعت نظر سے سوچیں تو ہر اس چیز کو غذا میں شامل کرنا ہوگا جو ہماری پرورش کرے یا ہمیں قوت پہنچائے ہم سب حیوان ہیں۔ اس لیے یہ کہنا مناسب ہوگا کہ ہم جو کچھ بھی کھاتے ہیں۔ وہ ہمیں قوت بخشتا ہے تاکہ ہمارے اندر کام کرنے کی صلاحیت پیدا ہو۔

ایک معقول آدمی اگر صبح کے وقت بستر پر پڑے پڑے زندگی کی نعمتوں کا شمار کرے تو اُسے معلوم ہوگا کہ زندگی کے ان مزوں اور نعمتوں میں سب سے پہلے نمبر پر کھانا ہے، گویا عقلمند آدمی کی پہچان یہ ٹھہری کہ وہ گھر پر اچھا کھانا کھاتا ہے یا نہیں۔

جدید زمانے میں شہری زندگی کی رفتار اتنی برق زش ہے کہ ہم لوگ کھانا پکانے اور کھانے پینے کے مسئلے کو کم از کم وقت دیتے ہیں اور اس کے بارے میں کم سے کم سوچتے ہیں۔

لیکن آج کل کے زمانے میں بیوی، جو اعلیٰ ترین اخبار نویس بھی ہو اپنے شو ہر کوڈ بے کا شور با اور سیم کی پھلیاں ہی کھلا سکتی ہے اور اس سے کوئی شکایت بھی نہیں کی جاتی مگر ذرا خیال کیجیے یہ کیا زندگی ہے کہ ہم صرف کام کرنے کے لیے کھائیں اور اس لیے

دل میں گھر

وہ پہلی ملاقات، میں نے دیکھا سے
اس رات ہاتھوں میں تھا اس کے گلاب

بانہوں میں کھنکتا کنگن
پاؤں میں چھنکتی پائل
رنگت تھی جس کی گوری
گالوں پر جس کے لالی
ہونٹ پر جس کے لالی
آنکھوں میں بسا کے کاجل
باتوں میں تھی وہ مگن
پڑی نہ اس کی مجھ پر نظر
میں دیکھتا رہا یونہی دیر تک
اسے ہوئی نہ یہ خبر
کہ پہلی نظر میں ہی
بسائی وہ میرے دل میں گھر

(محمد عامر نارتھ ناظم آباد)



جب وہ کھانے کی میز سے اٹھے تو اُس کی بھوک باقی ہو اور جب
وہ بھوکا ہو تو کچھ سیر بھی ہو۔ پیٹ کی سیری پھیپھڑوں کو تکلیف
دیتی ہے۔ اور بھوک قوت حیات کی روانی میں رخنہ اندازی کرتی
ہے۔

غذا کا فلسفہ محض تین باتوں پر مشتمل ہے یعنی کھانے کی
چیز وہی عمدہ ہے جو تازہ ہو، جس میں لذت اور مہک ہو اور جو ٹھیک
طریقے پر پکائی جائے۔ دنیا کا بہترین باورچی اچھا کھانا اسی
صورت میں پکا سکتا ہے کہ اسے پکانے کے لیے تازہ چیز ملے اس
لیے اچھے باورچیوں کا قول ہے کہ پکانے کے ہنر میں آدھا حصہ
اچھی چیز خریدنے کا ہے۔

پکے ہوئے کی صحیح صورت کے بارے میں کئی باتیں
قابل غور ہیں۔ پکا ہوا کھانا نرم ہونا چاہیے۔ اس میں لچک کرارپن
اور خشکی بھی ہونی چاہیے یہ ساری باتیں اندازے سے تعلق رکھتی
ہیں کہ کسی چیز کو کتنی آٹھ پر کتنی دیر پکانا چاہیے۔
غرض اچھی تازہ اور زندگی سے بھرپور غذا ہی اچھی صحت
کی علامت ہے۔

اشعار

تم اپنے ذہن کو دل کا غلام مت کرنا
چراغِ زیست ہواؤں کے نام مت کرنا
وہ عاجزی کا بھی مطلب غلط ہی سمجھے گا
امیر شام کو جھک کر سلام مت کرنا

اپنی آنکھوں کی حفاظت کیجئے

تحریر: صائمہ شہاب

ہوتا ہے جو اکثر صورتوں میں غذا پر توجہ دینے سے چھوٹی عمر میں ٹھیک بھی ہو جاتا ہے۔ ہر دو صورتوں میں ڈاکٹر سے مشورہ ضروری ہے۔ وہ ٹیسٹ کرنے کے بعد فوراً عینک تجویز کرے گا۔ نظر کی کمزوری میں عینک کا استعمال صرف اس لیے ضروری نہیں کہ ٹھیک طرح نظر آسکے۔ بلکہ نظر کی خرابی کو مزید بڑھنے سے روکنے کے لیے بھی عینک کا استعمال ضروری ہے۔

نظر کی کمزوری اکثر پیدائشی بھی ہوتی ہے لیکن عموماً بے احتیاطی کی وجہ سے بھی نظر کمزور ہو جاتی ہے۔ اس بے احتیاطی میں غذا سے لاپرواہی کے علاوہ پڑھنے کی غلط عادات کا بھی بڑا ہاتھ ہے۔ کم روشنی میں پڑھنا ٹیڑھے بیٹھ کر اور لیٹ کر پڑھنا۔ اس طرح کہ روشنی کتاب کے بجائے آنکھوں پر پڑے۔ بہت دیر تک ٹی وی دیکھنا۔ یہ سب باتیں اچھی نظر کی دشمن ہیں۔ اس کے علاوہ آنکھوں کی صفائی سے لاپرواہی اور آنکھوں کی بیماریوں کی صورت میں یا کچھ پڑ جانے پر صحیح علاج نہ ہو سکنے سے بھی نظر پر اثر پڑ سکتا ہے۔ آنکھ میں گرد کا کوئی ذرہ ٹکڑا یا دوسری کوئی چیز چلی جائے تو آنکھوں کو گرگڑنا انتہائی نقصان دہ ہو سکتا ہے۔ آنکھ میں پڑنے والی

نظر کی کمزوری یا خرابی کا صحیح ٹیسٹ تو کوئی ماہر چشم ڈاکٹر ہی کر سکتا ہے لیکن آسانی کے لیے سمجھ لیں کہ کوئی بھی کتاب یا رسالہ آپ کو ایک فٹ کے فاصلے سے پڑھنے کے قابل ہونا چاہیے۔ اگر پڑھتے ہوئے کتاب اور آنکھوں کا فاصلہ ایک فٹ سے کم کرنا پڑے تو یہ نظر کی کمزوری کی دلیل ہے۔ جس کے لیے فوراً کسی ماہر چشم سے رجوع کرنا ضروری ہے۔

اس کے علاوہ اگر آپ کی آنکھوں میں یا آنکھوں کے ارد گرد درد ہوتا ہے سر درد کی مستقل شکایت ہے یا کچھ دیر پڑھنے سے سر میں درد ہونے لگے چکر آنے لگیں تو سمجھ لیں کہ آپ کی نظر میں ضرور کوئی خرابی ہے۔

نظر کی خرابی دو طرح کی ہوتی ہے۔ دور کی نظر کی خرابی اور قریب کی نظر کی کمزوری۔ عام طور پر جوانی اور بچپن میں لوگوں کی دور کی نظر کمزور ہوتی ہے اور چالیس سال کے بعد قریب کی نظر کمزور ہونے لگتی ہے۔ لیکن اس میں مستثنیات بھی ملتی ہیں اور کئی بار چھوٹی عمر میں بھی دونوں طرح کی نظر کمزور پائی گئی ہے۔ نظر کی کمزوری میں بعض اوقات ضروری غذائی اجزاء کی کمی کا بھی ہاتھ

جتنی حفاظت اور دیکھ بھال کریں گے اتنی ہی زیادہ عمر تک آپ کا ساتھ دیں گی۔

شیشہ دل:

ایک ہنستا مسکراتا چہرہ اپنے اندر کتنے طوفان پوشیدہ رکھتا ہے، کون جانے اکثر دوسروں کو ہنسانے والے کا دل کس طرحی کرچی ہوتا ہے۔ ضروری تو نہیں کہ ہمیشہ مسکرانے والا شخص اندر سے بھی خوش ہو۔ لوگ دل نہیں، ظاہر دیکھتے ہیں۔ نہ جانے لوگ کب دل شناس ہوں گے؟

مہکتی کلیاں

- ☆ ایک مسکراہٹ پتھر دل کو موم کر دیتی ہے۔
- ☆ مصائب سے مت گھبراؤ، کیوں کہ ستارے اندھیرے میں ہی چمکتے ہیں۔
- ☆ سادگی کو انتہا تک لے جانے سے ہی خوب صورتی پیدا ہوتی ہے۔
- ☆ جب پیسا بولتا ہے تو سچائی ختم ہو جاتی ہے۔
- ☆ رات کے بعد دن ضرور طلوع ہوتا ہے اور جو رات صبر سے گزاری جائے، اس کی سحر بہت حسین ہوتی ہے۔



چیز کو رومال یا کپڑے کے کونے سے رگڑ کر نکالنا بھی درست نہیں۔ آنکھوں کو ہاتھ لگانے سے پہلے اپنے ہاتھ صابن سے دھو کر صاف کر لیں پھر اوپر والے پونے کو انگوٹھے اور ہاتھ کی انگلی سے پکڑ کر اوپر کی طرف موڑ دیں۔ اس مقصد کے لیے ماچس کی تیلی بھی استعمال کی جاسکتی ہے پونے کے اوپر آر پار تیلی رکھ کر دوسرے ہاتھ سے پونٹا اوپر کی طرف موڑیں اس طرح تیلی کی مدد سے پونٹا آسانی سے الٹ جائے گا۔ اب اگر کوئی چیز نظر آرہی ہو تو اُسے صاف روئی سے پونچھ ڈالیں۔ اسی طرح نچلے پونے کو بھی موڑا جاسکتا ہے۔ جب گرد کا ذرہ یا کونے وغیرہ کا ٹکڑا نکل جائے گا تو آنکھ میں پنسلین مرہم جو خاص طور پر آنکھوں کے لیے بنایا جاتا ہے اور ٹیوب کی صورت میں بازار میں ملتا ہے آنکھ میں ڈال کر مریض سے کہیں کہ تھوڑی دیر کے لیے آنکھیں بند کر کے لیٹ جائے اس طرح فوری اور دیر پا آرام بھی ملتا ہے۔

- ☆ ان چیزوں کے علاوہ اگر چونا کپڑے دھونے کا سوڈا یا ایسی کوہ چیز آنکھ میں چلی جائے تو اُسے فوراً پانی کے چھینٹے مار مار کر دھولیں۔ ان چیزوں کا فوراً صاف ہونا ضروری ہے ورنہ آنکھوں میں زخم ہونے کا اندیشہ ہے۔ صاف پانی سے آنکھوں کو دھونے کے بعد بورک ایسڈ کا محلول آنکھوں میں ڈال لیں۔ یہ ان چیزوں کے اثرات کو ضائع کرنے میں معاون ہوگا۔ اس کے بعد بھی اگر تکلیف محسوس ہو تو پنسلین آئنٹمنٹ ڈال کر آنکھ بند کر کے آرام کرنے دیں۔

یاد رکھیں۔ آنکھیں اللہ تعالیٰ کا ایسا عطیہ ہے کہ ان کی

صحت اور فٹنس

دل کا دورہ اور احتیاط

نوٹ: درج ذیل مضمون صرف معلومات اور آگاہی کیلئے شائع کیا گیا۔

شفیع صاحب (ایک فرضی نام) اتوار کی صبح اخبار پڑھ رہے تھے۔ اچانک ان کے دل کی دھڑکن بہت تیز ہو گئی۔ انہوں نے فوراً کچن میں جا کر بیوی کو اپنی کیفیت بتائی۔ خاتون خانہ نے وقت ضائع کیے بغیر فوراً کمرے میں جا کر پرس سے اسپرین کی گولی نکالی اور شوہر کو چبانے کے لیے دی، ساتھ ہی ان کے سگریٹ کا پیکٹ کوڑے دان میں پھینک دیا اور پھر شوہر کو کار میں لے کر اسپتال روانہ ہو گئیں۔ شفیع صاحب کا دل اب بھی تیزی سے دھک دھک کر رہا تھا۔ وہ بیوی سے کہنے لگے، ”اگر میں آج بچ گیا تو میرا وعدہ ہے کہ صبح کی سیر شروع کروں گا۔ سگریٹ نوشی ترک کر دوں گا اور اب کبھی نہاری، سری پائے نہیں کھاؤں گا۔“

عموماً لوگ دل کی دھڑکن پر زیادہ توجہ نہیں دیتے۔ سیڑھیاں چڑھنے یا کسی ٹرک کے اچانک ہارن بجنے کے شور سے چوں کے ہمارا دل دھک دھک کرنے لگتا ہے، یہ عام اور نارمل بات ہے۔

لیکن بعض لوگ بغیر کسی وجہ کے تیز یا بے قاعدہ دھڑکن یا اختلاج محسوس کرتے ہیں۔ مختلف لوگوں میں یہ احساس مختلف

مثلاً دل تیزی سے دھک دھک کرتا ہے دل بیٹھنے لگتا ہے، دھڑکن بے قاعدہ ہو جاتی ہے، دل کی حرکت کے تسلسل میں نمایاں فرق محسوس ہوتا ہے، سینے میں بے چینی کو ”اختلاج“ کہتے ہیں۔ اس صورت حال سے نہ صرف مریض بلکہ خاندان کے لوگ بھی پریشان ہو جاتے ہیں۔ وہ فکر مند ہو جاتے ہیں کہ یہ غیر معمولی پریشانی کی کیفیت ہے یا اس شخص کو دل کا دورہ پڑا ہے۔

دل دراصل پٹھوں کا بنا ہوا ایک ”پمپ“ ہے جو انسان کے پورے جسم کو خون پمپ کرتا ہے۔ خود دل کے پٹھوں کو بھی اپنا کام جاری رکھنے کے لیے خون درکار ہوتا ہے، جو خون کی رگوں (شریانوں) کے ذریعے پہنچتا ہے۔ کبھی کبھی گھر کے کچن میں لگے ہوئے پائپ کی طرح خون کی شریانوں میں بھی رکاوٹ پیدا ہو جاتی ہے اور خون کی اس رکاوٹ سے دل کو نقصان پہنچتا ہے۔ اسی کو ”دل کا دورہ“ کہتے ہیں دل کے دورے کے مریض عام طور پر جو علامات محسوس کرتے ہیں، وہ یہ ہیں۔ سینے میں درد جو جڑے گردن یا بازو تک پہنچتا ہے۔ دل کا دورہ نہایت تشویش ناک بات

تھی یا بے قاعدہ؟

☆ دورہ کتنی دیر رہا اور کتنی مرتبہ ہوا؟

☆ کیا سر بہت ہلکا یا خالی محسوس ہوتا ہے، کیا سینے میں درد یا بے

ہوشی کی کیفیت ہوتی ہے؟

☆ علامات کی ابتداء یا اضافے کی کیفیت اور اسباب کیا ہیں؟

علامات کس طرح دور ہوتی ہیں؟

ارتھیمیا کی اصل نوعیت کی تشخیص کے لیے سب سے

اہم ٹیسٹ الیکٹروکارڈیوگرام (ای سی جی) ہے۔ جب علامات مو

جود ہوں، اس وقت ای سی جی سے زیادہ مدد ملتی ہے۔ اس لیے

کوشش ہونی چاہیے کہ اختلاج کے دوران نو ای سی جی نکالی

جائے۔ البتہ اختلاج اگر بہت مختصر ہے تو عام ای سی جی میں

ریکارڈ نہیں ہو سکتا۔ اختلاج کے مختصر دوروں کے دوران ای سی جی

ریکارڈ کرنے کے لیے اب مختلف قسم کے مانیٹر دستیاب

ہیں۔ تشخیص کے لیے معمول کے کاموں اور سرگرمیوں کے دوران

ہولٹر مانیٹر (Holter Monitor) کے ذریعے

24 سے 28 گھنٹے تک ای سی جی ریکارڈ کیا جاسکتا ہے۔ اگر اس

دوران کسی بھی نوعیت کی علامات کے ساتھ یا بغیر ارتھیمیا کا دورہ

ہو تو دھڑکن کی کیفیت کو ریکارڈ کیا جاسکتا ہے۔ ایونٹ

مانیٹر Event monitor کلائی کی گھڑی جیسا آلہ ہے، جس

کو مریض کئی ہفتوں تک جسم پر پہن سکتا ہے اور جب بھی علامات

محسوس ہوں، مانیٹر کا سوئچ آن کر سکتا ہے۔

اختلاج کی ممکنہ وجوہ بہت سی ہیں۔ ان میں سے صرف چند عام

ہے لہذا جب مذکورہ علامات ہوں تو مریض کو فوراً قریب ترین
ہسپتال کے شعبہ ایمرجنسی میں لے جانا ضروری ہے۔

اس کے برعکس دل کی تیز دھڑکن (اختلاج) دل کے

برقی نظام کی خرابی ہے۔ دل میں ایک ٹائمز نصب ہے، جو ایک

منٹ میں 60 یا 80 مرتبہ برقی سگنل پر عضلہ (پٹھا) سکڑتا ہے اور

اختلاج اس لیے ہوتا ہے کہ خلاف معمول (غیر نارمل) سگنل سے

اکثر دل کی دھڑکن میں توازن اور تناسب برقرار نہیں رہتا، جس

دل تیزی سے اور بے قاعدہ غیر متوازن طور پر دھڑکتا ہے۔ ان

دونوں اقسام کی کیفیات کو Arrhythmia کہتے ہیں۔

جب شفیع صاحب کو ایمرجنسی روم لایا گیا تو ان کی نبض

کی رفتار 160 فی منٹ تھی۔ ان کی یہ کیفیت پہلی مرتبہ نہیں ہوئی

تھی۔ یہ مسئلہ پہلے بھی پیش آچکا تھا۔ ایک سال میں تین مرتبہ ایسی

علامات ظاہر ہو چکی تھیں۔ تب کچھ سانس روکنے سے اور ٹھنڈے

پانی کا گلاس پینے سے یہ علامات دور ہو گئی تھیں، لیکن آج ایسی کوئی

تدبیر کام نہیں آئی۔ ان کے ای سی جی سے ظاہر ہوا کہ ان کو پی

ایس وی ٹی (PSVT) ارتھیمیا (غیر متوازن دھڑکن) کی

علامت ہیں۔ ڈاکٹر نے دوادی، جس سے دھڑکن یک دم ہی

نارمل ہو گئی۔ ارتھیمیا کی مختلف اقسام ہیں۔ بعض اقسام زیادہ

نقصان دہ ہیں، لیکن چند صورتوں میں یہ تشویش ناک اور مہلک ہو

سکتا ہے۔ ڈاکٹر مختلف سوالات اور جوابات کی مدد سے حسب ذیل

معلومات حاصل کرتے ہیں۔

☆ دورے اور علامات کے وقت نبض کی رفتار کیا تھی نبض باقاعدہ

اسباب کو بیان کیا جاتا ہے۔

(Implantable Cardioverte

Defibrillator) جلد کے نیچے نصب کیا جاتا ہے۔ یہ

خود کار طریقے پر دل کی حرکت کو دوبارہ بحال (نارمل) کرتا ہے۔

پی ایس وی ٹی (Paroxysmal Supraventricular Tachycardias):

اختلاج کی یہ نوعیت خصوصاً نو جوانوں میں عام

ہے۔ اس سے جان کو خطرہ تو نہیں ہوتا، لیکن افراد کو پریشانی اور

تشویش ہوتی ہے۔ اگر اس قسم کا اختلاج بار بار ہو تو معمول کے

روزمرہ کاموں میں خلل واقع ہوتا ہے۔ اختلاج اچانک شروع ہو

تا ہے اور پھر معمول پر آ جاتا ہے۔ اکثر مریضوں کو دوا سے فائدہ

نہیں ہوتا۔ جن کو فائدہ ہوتا ہے، انہیں بھی دوا چھوڑنے پر دوبارہ

ہو جاتا ہے۔ اس صورت حال میں مریض ایک جدید علاج، الیکٹر

یوفزیالوجی معائنہ اور اہبلیشن تھراپی کر سکتے ہیں جس کے لئے

اسپتال جانا پڑتا ہے اس طریقہ کار میں آپریشن سرجری کے بغیر ان

کی رگوں سے ایک پتلا تار (Catheter) ذل تک لے جا کر

دل کے برقی عمل کو ریکارڈ کر کے اختلاج کی اصل وجہ کی تشخیص کی

جاتی ہے۔ تار کا سرا بے قاعدہ دھڑکن کے مقام پر حرارت لے

جا کر اس کو جلا دیتا ہے۔ یہ علاج دواؤں سے مختلف ہے۔ اس

علاج کی کامیابی کے بعد مریض کو پھر کبھی علاج کی علامات نہیں

ہوتی ہیں۔ یہ پی ایس وی ٹی کیلئے قابل ترجیح علاج ہے۔

دولف پارکنسن وائٹ (Wolf Parkinson White):

اس میں بھی پی ایس وی ٹی جیسی علامات ہوتی ہیں۔ یہ

ایک سنگین اور خطرناک کیفیت میں ہو سکتی ہے۔ اس کی ای سی جی

کے ذریعے تشخیص کی جاتی ہے۔ اس میں بھی اہبلیشن تھراپی قابل

ترجیح علاج ہے۔

پی وی سی (Premature Ventricular Contractions) پی وی سی میں

یک دم زور کی دھڑکن محسوس ہو سکتی ہے۔ مریض کی

نبض دیکھیں تو اس کی نارمل ہوتی ہے۔ بیش تر دھڑکنیں باقاعدہ

ہوتی ہیں، لیکن کسی لمحے نبض میں ناغہ ہوتا ہے۔ پی وی سی اکثر

صورتوں میں بے ضرر علامت ہے، لیکن چند صورتوں میں یہ دل

کے اندر کسی دوسرے مرض کی علامت بھی ہو سکتی ہے۔

سائی نس ٹیکسی کارڈیا (Sinus Tachycardia):

اس میں دل نارمل ہوتا ہے، لیکن کسی کام یا سرگرمی وجہ سے اچانک

ڈرجانے یا شدید پریشانی کی کیفیت میں دھڑکن تیز ہو جاتی

ہے۔ کچھ لوگ تو اس نارمل دھڑکن سے واقف ہوتے ہیں لیکن

دیگر افراد کے دل کی نارمل رفتار تیز ہو جاتی ہے تو معمولی سی بات پر

بھی دل دھک دھک کرنے لگتا ہے۔

ایٹریل فائبریلیشن (Atrial Fibrillation):

یہ اختلاج کی ایک عام شکایت ہے، جو عام طور پر ادھیڑ عمر کے

لوگوں کو ہوتی ہے، لیکن کبھی کبھی نو جوان مریضوں کو بھی ہو سکتی

ہے۔ اچانک دھڑکن بہت تیز اور بے قاعدہ ہو جاتی ہے۔ کبھی

دھڑکن تیز اور کبھی سُست ہوتی ہے۔

وینٹریکیولر ٹیکسی کارڈیا (Ventricular Tachycardia):

یہ ایک سنگین اور خطرناک مسئلہ ہے۔ اس میں جسم کو خون پمپ

کرنے والے دل کے نچلے خانے اچانک تیزی سے دھڑکنے لگتے

ہیں۔ دواؤں کے علاوہ بیٹری سے چلنے والا آلہ آئی سی ڈی

آج کیا پکایا جائے۔

مٹن تکہ

اجزاء:

(ایک کلوران والی بوٹی)	بکری کا گوشت
(ایک کھانے کا چمچ)	کٹی ہوئی لال مرچ
(ایک چائے کا چمچ) بھون لیں	سفید زیرہ پسا ہوا
(ایک چائے کا چمچ) تھلکے سمیت	کٹی ہوئی کالی مرچ
(حسب ضرورت)	نمک
(چار عدد)	لیموں
(جو آپ استعمال کرتے ہیں)	کوکنگ آئل

ترکیب:

سب سے پہلے گوشت میں سارے مصالحے اچھی طرح لگائیں لیموں کا عرق بھی اچھی طرح لگائیے اور دو گھنٹے کے لئے رکھ دیں پھر کونلے والا چولہا جلا کر سیخوں پر تین یا چار بوٹی لگا کر سینک لیں جب سک جائے تو کوکنگ آئل لگا کر دو منٹ بعد نکال لیں۔ آپ کا مٹن تکہ تیار ہے۔

افغانی کباب

اجزاء:

(1 پاؤ)	قیہ
(1 عدد) (فرائی شدہ)	پیاز
(2 عدد)	ہری مرچ
(آل اسپائز) 1 چائے کا چمچ	جمیکائی گرم مصالحہ
(1/2 چائے کا چمچ)	چلی پاؤڈر
(5 عدد)	بادام
(1 چائے کا چمچ)	ادرک پیسٹ
(1 چائے کا چمچ)	لہسن پیسٹ
(1 چائے کا چمچ)	خشخاش
(1 چائے کا چمچ) گرائنڈ کر لیں	ناریل
(1 کھانے کا چمچ)	ہرا دھنیہ کے پتے
(1 کھانے کا چمچ)	دہی
(1 کھانے کا چمچ)	چنا
(1 چائے کا چمچ)	نمک

ترکیب:

پیاز، ہری مرچ، جمیکائی گرم مصالحہ چلی پاؤڈر، ادرک پیسٹ، لہسن، خشخاش، ناریل، ہرا دھنیہ، دہی، چنا اور نمک کے ساتھ چوپ کر لیں اور آدھے گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔ چھوٹے چھوٹے بال بنالیں اور سلاخ پر رکھ پھر ٹماٹر شملہ مرچ (چکوری ہوئی) سب سے پرودیں اس پر آئل ڈالیں اور پھر باربی کیو کر لیں۔ مزیدار افغانی کباب تیار ہیں۔ چٹنی کے ساتھ سرو کریں۔

خوف (فوبیا) اور آپ کی شخصیت

ترجمہ: وسیم اقبال

آئے۔ فرائیڈ وہ پہلا شخص تھا جس نے خوفی کردار (Phobic Behaviour) کی نشوونما کی وضاحت کی۔ فرائیڈ کے مطابق خوفزدہ شخص اپنے خوف کی خواہ کوئی بھی وجہ بیان کرے اس خوف کی بنیاد لاشعوری کشمکش ہوتی ہے جو کہ بچپن کے ابتدائی سالوں میں جڑ پکڑ لیتی ہے جیسے بعض افراد بے ضرر سانپوں سے بھی ڈر جاتے ہیں۔ فرائیڈ کے نظریات کے مطابق ایسے مریض کا اگر کوئی نفسیات دان علاج کے بعد متعلقہ خوف ختم بھی کر دے تو اس کا خوف کوئی نئی صورت لیکر ظاہر ہو جائے گا۔

خوف یا فوبیا کی یوں تو پانچ سو سے زائد اقسام ہیں تاہم نفسیات دانوں نے ان کو تین بڑی اقسام میں تقسیم کیا ہے یعنی سماجی خوف، دہشت زدہ کرنے والے خوف، کسی خاص چیز کا خوف..... سماجی خوف پیشہ دارانہ اور سوشل زندگی گزارنے کے دوران لاحق ہوتے ہیں۔ جیسے نوکری سے برخاست ہونے کا خوف، سماجی طور پر عدم اہمیت اور احساس کمتری سے پیدا ہونے والا خوف بھی شامل ہیں جن میں بغیر کسی ظاہری وجہ کے مریض پر شدید خوف طاری ہو جاتا ہے۔ کسی خاص چیز کے خوف میں سانپ کا خوف، بلندی کا خوف (ایکروفوبیا) پانی کا

خوف (فوبیا) کے انسانی شخصیت پر بہت گہرے اثرات مرتب ہوتے ہیں ان اثرات کے بارے میں جائزہ لینے سے قبل معلوم ہونا چاہیے کہ فوبیا کیا ہے؟ فوبیا ایک ایسا خوف ہے جس کی کوئی معقول وجہ نہیں ہوتی اسی لیے ایسے خوف کو غیر عقلی خوف بھی کہا جاتا ہے۔ کیونکہ خارجی ماحول میں خوف موجود نہیں ہوتا اس کے باوجود بعض افراد خوفزدہ ہوتے ہیں اور اس سے بچنے کی کوشش کرتے ہیں۔ دراصل فوبیا کا تعلق ایسے خوف سے ہے جو کسی ایسی خوفناک شے کی جگہ لے لے جس سے فرد آگاہ نہ ہو۔ خوف انسان کی نفسیات کا لازمی حصہ ہے ہر انسان کسی نہ کسی چیز سے خوف کھاتا ہے یہ ایک ایسا حیاتیاتی ورثہ ہے جس کا تعلق انسانی تہذیب کے ابتدائی آثار میں بھی ملتا ہے۔ بنیادی طور پر خوف بھی جذبات کا اظہار کرتے ہیں بالکل اسی طرح خوف حد سے بڑھ جائے تو اس کا شمار ایک نفسیاتی بیماری کی صورت میں سامنے آتا ہے۔ اس کی واضح مثال سانپ سے خوف کھانے والے افراد ہیں ایسے افراد سانپ سے اتنے خوفزدہ ہوتے ہیں کہ وہ کتاب کا وہ صفحہ گوند کے ساتھ چپکا دیتے ہیں جس پر سانپ کی تصویر بنی ہوتا کہ ان کو آئندہ کتاب کھولنے پر سانپ کی تصویر نظر نہ

خوف (ہائیزروفوبیا) خون کا خوف (ہیماٹوفوبیا) ہجوم کا خوف (اوکولوفوبیا) شامل ہیں کچھ خوف ایسے ہوتے ہیں جن سے عام افراد بھی متاثر ہوتے ہیں جیسے اندھیرا، آگ، بیماری تاہم کچھ خوف خاص لوگوں کو ہی متاثر کرتے ہیں جیسے کھلی جگہوں کا خوف (کلاسٹروفوبیا) وغیرہ ایسے افراد کے خوف بیماری کی شکل اختیار کر لیتے ہیں۔ اکثر لوگ نامعقول قسم کے خفیف خوفوں میں مبتلا ہوتے ہیں لیکن خوف کے مریض میں ایسے نامعقول خوف بھی گہرے اثرات مرتب کرتے ہیں تنگ جگہ سے خوف کھانے والا شخص ہمیشہ کوشش کرے گا کہ وہ تنگ جگہ والے راستے میں داخل نہ ہو اور اگر وہ داخل ہو جاتا ہے تو اس پر خوف سے گھبراہٹ طاری ہو جاتی ہے اور بعض مریضوں میں کپکپی بھی طاری ہو جاتی ہے۔

بعض افراد خوف سے تحفظ حاصل کرنے کے لئے ایسے اقدامات سے گریز کرتے ہیں جن سے ایسے خیالات اور خواہشات پیدا ہوتی ہیں جن کا نتیجہ خوف کی صورت میں برآمد ہوتا ہے۔ خوف میں مبتلا مریضوں میں 55 سے 90 فیصد تعداد خواتین کی ہوتی ہے خوف کے مریض کے علاج کے وقت ڈاکٹروں کو سب سے بڑی مشکل یہ پیش آتی ہے کہ خوف اور دوسری اضطرابی بیماریوں کو الگ کرنا بہت مشکل ہوتا ہے۔ جب ایک ڈاکٹر خوف کی اصل وجوہات کا تعین کر کے خوف کی قسم دریافت کر لیتا ہے تو اس کے لئے مریض کا علاج کرنا بہت آسان ہو جاتا ہے۔

مختلف قسم کے خوفوں میں مبتلا افراد پر خوف کی صورت میں مختلف کیفیات کا غلبہ ہوتا ہے۔

جن افراد پر خوف کا بہت زیادہ حد تک غلبہ ہو جاتا ہے ان پر خوف کے اثرات بھی گہرے ہوتے ہیں جیسے تذبذب، کپکپا ہٹ، ابرو کا تناؤ میں آجانا، بے سکونی، دل کا زور زور سے دھڑکنا، پسینہ چھوٹنا، معدے کی خرابی، غنودگی، ہاتھ پاؤں ٹھنڈے ہو جانا، پیچیش لگنا، بے خوابی، چڑچڑاپن، ذہنی انتشار اور دہشت زدہ ہونا وغیرہ شامل ہیں۔ بعض اوقات مریض مرنے کی شدید خواہش کرتا ہے ایسے افراد کو ہفتے میں ایک بار خوف کا دورہ پڑتا ہے۔

بعض افراد کو اندھیرے سے بہت زیادہ خوف آتا ہے۔ بعض افراد کو خوف ورثے میں ملتا ہے جیسے کسی بچے کی ماں آسمانی بجلی کی کڑک چمک سے ڈرتی ہوگی تو وہ بچہ بھی بڑا ہو کر آسمانی بجلی سے کی کڑک سے خوفزدہ ہوگا۔ خوف کے مریضوں میں دو طرح کے رد عمل ہو سکتے ہیں یعنی ضبط (Obsession) اور جبر (Compulsion)۔ ضبط سے مراد ایسے احمقانہ، ناخوشگوار اور بظاہر بے بنیاد خیالات اور شکوک و شبہات ہیں جو کسی فرد کے شعور پر اس طرح حاوی ہو جاتے ہیں کہ وہ کوشش کے باوجود ان سے چھٹکارہ حاصل نہیں کر سکتا۔ کیونکہ اسے ان پر کوئی ارادی کنٹرول حاصل نہیں ہوتا۔ جبر کی اصطلاح ایسے افعال کے لئے استعمال ہوتی ہے جن کی بظاہر کوئی وجہ نہیں ہوتی فرد خود بھی ان کو سمجھنے سے قاصر ہوتا ہے۔ وہ شعوری طور پر چاہتا ہے اور کوشش کرتا ہے کہ وہ اپنے آپ کو ان افعال کے ارتکاب سے باز رکھ

ہوگی۔ اس وظیفہ کو پڑھنے کے بعد باجماعت فجر کی نماز پڑھے اور پھر خلوص دل اور یکسوئی کے ساتھ حضور اکرم ﷺ کے ننانوے اسماء مبارکہ کی تلاوت کرے اس کے بعد ستر مرتبہ ”یا وہاب“ پڑھے تو بفضل خداوند تعالیٰ اس کی دعا قبولیت کا شرف حاصل کر لے گی۔ ہر بڑی سے بڑی مشکل کے لئے ہفتہ عشرہ میں ہی اس عمل سے کامیابی و کامرانی نصیب ہوگی انشاء اللہ تعالیٰ۔

ہر بیماری کا علاج:

حضرت میاں شیر محمد صاحب شرفیور شریف والے اللہ تعالیٰ کے ولی اور برگزیدہ بندے تھے۔ اکثر بیمار آپ کی خدمت میں دعا کے لئے حاضر ہوتے، بے شمار مریض آپ سے شفا حاصل کرتے۔ جب بھی کوئی مریض علاج سے مایوس ہو کر آپ کے پاس حاضری دیتا تو آپ اکثر فرماتے کہ نہ تو میں حکیم ہوں نہ ڈاکٹر۔ تم یہاں کیوں آئے ہو؟۔ میں نے کب اشتہار دیا تھا کہ میں بیمار کو اچھا کر سکتا ہوں۔ پھر فرماتے میاں موت تو ضرور ہے اس سے تو کسی کو چارہ نہیں۔ دوا بھی کرو۔ میں بھی دعا کروں گا۔ اور ان سے فرماتے کہ سورہ فاتحہ میں الحمد کو بسم اللہ الرحمن الرحیم کے آخری میم سے ملا کر سات مرتبہ پانی پر دم کر کے پی لیا کرو۔ آپ اکثر لوگوں کو اسی طرح پانی پر سورہ فاتحہ پڑھ کر دم کر کے دے دیا کرتے تھے جس سے بیمار بالکل تندرست ہو جاتے تھے۔

سکے۔ لیکن زبردست اندرونی تحریک کے ہاتھوں اس قدر مجبور ہوتا ہے کہ فضول اور نامعقول سمجھنے کے باوجود ان افعال کو دہراتا ہے مثلاً بستر کی شکنوں کو بار بار درست کرنا، پنسل سے کاغذ پر لکیریں کھینچنا، چلتے وقت درازوں یا درزوں پر پاؤں نہ رکھنا اور بار بار ہاتھ دھونا وغیرہ۔

بعض افراد دہشت زدہ کر دینے والے خوفوں میں مبتلا ہوتے ہیں کچھ کو جن بھوت اور ان دیکھی اشیاء سے ڈر لگتا ہے جن بچوں کو ان کے والدین یا دادا دادی ایسی ڈراؤنی کہانیاں سناتے ہیں وہ بھی تخیلاتی کرداروں سے ڈرنا شروع کر دیتے ہیں۔

ایک بات واضح ہے کہ خوف کسی بھی طرح کا ہوا سے ایک بیماری کی صورت اختیار کر لینے سے قبل ہی اس کا علاج شروع کر دینا چاہیے۔ پاکستان میں نفسیات تھراپی کے کئی مراکز موجود ہیں۔ ان سے منشفیض ہونے میں کوئی عار محسوس نہیں کی جانی چاہیے۔ تھوڑی سی احتیاط سے خوف کا مریض ایک مکمل شخصیت بن سکتا ہے۔

حل مشکلات کے لیے

حضرت خواجہ نظام الدین اولیاء فرماتے ہیں کہ جو کوئی فجر نماز کی سنتوں اور فرض کے درمیان وقفہ میں قبلہ رو ہو کر توجہ اور یکسوئی کے ساتھ اکتالیس مرتبہ سورہ فاتحہ بسملہ کے آخری میم کو الحمد کے لام سے ملا کر پڑھے تو جس بھی مشکل کام کے لئے پڑھے بفضل خداوند تعالیٰ اس کی مشکل حل ہوگی۔ اور کامیابی نصیب

ڈپریشن۔۔۔۔۔ پریشان کن کیفیت

تحریر: شہاب الدین

نے جو قاعدے قانون بنائے ہیں انکی پابندی ان ممالک کے عام آدمی سے لے کر سربراہ مملکت تک کرتا ہے مگر ہمارے ہاں ایسا نہیں ہے۔ اسکی وجہ یہ ہے کہ ہمارے معاشرے کا اجتماعی ضمیر بیدار نہیں۔ ایک دوسرے کی کھال کھینچنے کی کوشش کی جاتی ہے۔ سر عام رشوت، اقرباء پروری اور چور بازاری نے انسانوں کا سکون و آرام غارت کر کے رکھ دیا ہے۔ زندگی کے مختلف شعبوں سے تعلق رکھنے والے افراد سے ملنے کے بعد پتہ چلتا ہے کہ یہ مسائل (جن کی وجہ سے انسان ڈپریشن میں مبتلا ہوتا ہے) جدید طرز زندگی اور عہد حاضر کے مسائل کا شاخسانہ ہے جس کی جڑیں زندگی کے ہر طبقے میں پھیلی ہوئی ہیں۔ غریب امیر ہر شخص اس قسم کے مسائل سے دوچار ہیں۔

21 ویں صدی کا یہ دور مصروف ترین زمانہ ہے۔ کمپیوٹر پر دیر تک کام کرنے اور دیر تک ڈرائیونگ کرنے سے گردن میں تکلیف ہوتی ہے مگر ہم اسے نظر انداز کر دیتے ہیں۔ ایک امریکی مفکر کا کہنا ہے کہ کسی بھی بیماری کی صورت میں بے جا خوف اور اندیشہ انسانی صحت کو بے حد متاثر کرتا ہے۔ سائنسدانوں کا خیال ہے کہ انسان اپنی خوراک کو متوازن بنا کر اور اپنی مختلف عادتوں پر کنٹرول کر کے مختلف بیماریوں سے نجات حاصل کر سکتا ہے کیونکہ

افسردگی (Depression) ایک عام کیفیت ہے جس میں لاکھوں افراد مبتلا ہیں۔ جب یہ کیفیت شدت اختیار کر لے تو پھر زندگی کے لئے خطرہ پیدا ہو سکتا ہے۔ بعض اوقات تو ڈپریشن کی زیادتی سے انسان مختلف عوارض مثلاً بلند فشار خون (بلڈ پریشر) عارضہ درد معدہ کی تکلیف، سوزش اور شوگر میں مبتلا ہو جاتا ہے۔

ڈپریشن مختلف پریشانیوں کی پیداوار ہے جن سے چھٹکارا پانے کے لئے اپنے اعصاب کو مضبوط بنانے اور تھوڑی سی کوشش اور ہمت کرنے کی ضرورت ہے۔ موجودہ دور کا ہر شخص معاشی اور دیگر پریشانیوں میں مبتلا ہے۔ مسائل میں گھرے لوگوں کو دو دو جگہ کام کرنا پڑتا ہے۔ غریب تو غریب امراء اور رؤساء بھی مزید دولت کمانے کے چکر میں اپنا چین و سکون برباد کر چکے ہیں۔ قناعت اختیار کر کے ہم بے شمار مسائل سے نبرد آزما ہو سکتے ہیں۔ آگے بڑھنے کی دوڑ میں مبتلا لوگ ہر جائز ناجائز طریقے پر عمل کر کے دولت کمارے ہیں۔ جھونپڑیوں میں مقیم لوگ بھی ٹی وی، وی سی آر، فریج کے بغیر زندگی گزارنے کا تصور نہیں کر سکتے۔ ہمارا اصل مسئلہ اخلاقی اقدار کا ہے۔ ہم انفرادی اور اجتماعی دونوں حیثیتوں میں اخلاق کے پاسدار نہیں۔ دنیا کے ترقی یافتہ ممالک

جس چیز میں آپ کی دلچسپی ہو اس کے نتائج مفید اور مثبت نکلتے ہیں۔ اور اگر فطری طریقے سے زندگی گزاری جائے تو مسائل کے اہلکار آپ ہی آپ چھٹ جاتے ہیں۔ ڈپریشن تو کوئی بیماری نہیں، اگر انسان چاہے تو وہ خود ہی اس کا حل نکال سکتا ہے۔ اس کے لئے ضروری ہے کہ آپ ہمیشہ اچھی باتیں سوچیں۔ حسد، کینہ، نفرت، بغض ہماری صحت کے دشمن ہیں۔ بظاہر یہ بہت عجیب بات نظر آتی ہے مگر اپنا طرز عمل بدل کر آپ اپنی زندگی کو خوشگوار بنا سکتے ہیں۔

تناؤ اور تشویش سے ہر انسان کا سابقہ پڑتا ہے اس کے ازالے کے لئے کچھ لوگ غصہ کرتے ہیں، کچھ خاموش رہتے ہیں اور کچھ لوگوں میں خبط (Obsession) یا کمال پسندی کا رجحان پیدا ہو جاتا ہے۔ کرب و اذیت کی زیادتی انسان کو وقت سے پہلے بوڑھا اور نا کارہ بنا دیتی ہے۔ اس کے زیر اثر بے خوابی، کثرت سے نوشی سگریٹ نوشی اور مسکن ادویہ کی عادت اس کا حل نہیں ہے۔ افسردگی اور کرب کے امراض کے خلاف جسمانی مدافعت اور مزاحمت کا گہرا تعلق ہے اور اس کرب و اذیت کا اثر جو انسان جتنا زیادہ لیتا ہے وہ اتنا ہی نقصان اٹھاتا ہے۔ ماہرین نفسیات نے کامیابیوں کے بہت سے گرتائے جن پر عمل کرنے سے آپ کوئی رقم خرچ کئے بغیر اپنی بول چال کے چند جملوں میں تبدیلی لاکر اپنی کامیابی کی راہیں ہموار کر سکتے ہیں۔

روزی کے بارے میں اللہ پر

بھروسہ رکھو!

ایک شیر خوار بچے کے دانت نکل رہے تھے اور اس کا مفلس باپ اس فکر میں تھا کہ اس بچے کیلئے روزی کہاں سے آئے گی؟ اس نے یہ بات اپنی بیوی سے کہی۔ اس بلند ہمت خاتون نے جواب دیا شیطان تمہارے دل میں یہ وسوسہ ڈال رہا ہے کہ بچہ بھوک سے مر جائے گا۔ اس کی بات پر گھبراؤ نہیں! اور یاد رکھو جس پروردگار نے اس کو دانت دیئے ہیں وہی پاک ذات اس کے کھانے کا انتظام بھی کرے گا۔

(حکایت سعدی)

☆☆☆☆

آپ حیران ہو رہے ہوں گے کہ چند جملے یا الفاظ بول دینے سے زندگی کی تلخیاں اور مایوسیاں کس طرح دور ہو سکتی ہیں مگر یہ حیران ہونے کی بات نہیں ہے۔ ہم اپنے عمل سے ایسا کر سکتے ہیں۔ دراصل نفسیاتی طور پر ہر انسان قیمتی نسخہ جات کی تلاش میں رہتا ہے اور وہ سستی چیزوں کو قبول کرنے پر تیار نہیں ہوتا۔

ڈاکٹروں کا کہنا ہے کہ ہر انسان کے جسم کی اپنی مخصوص زبان ہوتی ہے جسے وہ شخص خود سمجھتا ہے اگر وہ اس کی زبان سمجھ کر عمل کرے تو ڈاکٹروں کے بغیر خود ہی بیماری سے نجات حاصل کی جاسکتی ہے

نکاح اور شریعت کے تقاضے

مسز نوید احمد

اس کے ساتھ عورت کی رضامندی اور اس کی اجازت بھی ضروری قرار دی گئی کہ اس کی اجازت لئے بغیر..... اگر وہ بالغ ہے تو..... نکاح صحیح نہیں ہوگا۔

شریعت نے جس طرح اور تمام فطری جذبات کی رعایت کی ہے، اسی طرح جذبہ حیا کی بھی، اور چونکہ پہلی شادی کے وقت لڑکی میں حیا زیادہ ہوتی ہے، اس بناء پر نکاح کے لئے صریحی اجازت ضروری قرار نہیں دی گئی بلکہ اس کا خاموش رہنا ہی اجازت کے قائم مقام ٹھہرا دیا گیا۔

عورت کی اجازت اور اس کی رضامندی، اس درجہ اہم اور قابل لحاظ ہے کہ اس کے بغیر سرپرست کا کیا ہوا نکاح کا عدم قرار دیا گیا، بخاری ہی میں یہ واقعہ بھی ملتا ہے کہ ایک خاتون..... خساء بنت خدام..... کا نکاح ان کے والد نے ان کی اجازت لئے بغیر کر دیا، انہیں یہ ناگوار ہوا، اور رسول ﷺ سے آکر شکایت کی، تو آپ نے وہ نکاح کا عدم قرار دے دیا۔

نکاح کے وقت کیا عمر ہونی چاہیے:

شریعت کی طرف سے لڑکی یا لڑکے کے لئے شادی کی ایسی کوئی عمر متعین نہیں کی گئی کہ اس کے قبل، یا بعد نکاح درست ہی نہ ہو، البتہ مناسب یہ ہے کہ دونوں کے، بالغ ہونے کے بعد

نکاح کے سلسلہ میں شریعت نے عورت کو نہ تو اتنا مختار بنایا ہے کہ وہ بالکل شتر بے مہمار بن کر، سرپرستوں کی صوابدید اور ان کی مرضی کے خلاف، محض اپنی پسند سے شادی رچا بیٹھے، ایسی شادی کو حدیث میں تہدید بدکاری کا عنوان دیا گیا ہے۔ کیونکہ ایسی خود سرانہ شادیاں عموماً سفلی جذبات سے مغلوب ہونے، حیوانی تقاضوں کے آگے ہتھیار ڈال دینے اور حیا کو پامال کرنے والی لڑکیاں ہی کرتی ہیں، جس کا انجام عام طور پر ناکامی اور پشیمانی کی شکل میں ظاہر ہوتا ہے، بعد میں خود انہیں بھی احساس ہو جاتا ہے اور اپنے فعل کی برائی بلکہ ہلاکت خیزی کا یقین آ جاتا ہے اس کے برخلاف سرپرستوں کی پسند اور ان کے غور و فکر کے بعد، انتخاب سے ہونے والی، شادی ہی درحقیقت ”خانہ آبادی“ کا ذریعہ اور مستقبل سنوارنے کا سبب بنتی ہے۔ انہی وجوہ کی بناء پر احادیث میں سرپرست کی مرضی کے بغیر نکاح کرنے سے سختی کے ساتھ عورتوں کو روکا گیا۔ عورت کا بغیر ولی کی اجازت کے نکاح کرنا سخت ناپسندیدہ ہے، بلکہ اکثر آئمہ کے نزدیک ایسا نکاح منعقد ہوتا ہی نہیں.....

شادی کی جائے کہ جس میں انہیں اپنے اختیار اور پسند سے شادی کا حق دیا گیا ہے۔

مہر کتنا ہونا چاہیے:

یوں تو شادی کے تمام مراحل میں نبی اکرم ﷺ کا یہ زیر ارشاد سامنے رہنا ہی چاہیے۔

(یعنی سب سے بابرکت اور مسعود شادی وہ ہے، جس میں مالی بار کم سے کم ہو اور دشواریوں میں مبتلا نہ ہونا پڑے) خاص طور پر مہر کے بارے میں اس پر ضرور عمل ہونا چاہئے۔

شریعت نے مہر عورت پر نہیں بلکہ مرد پر لازم کیا ہے کیونکہ عورت کی عزت اس کی صنفی نزاکت مطلوب بنائی جانے کی متقاضی ہے، نہ کہ طالب بننے کی، مہر کا مرد پر لازم ہونا اس کے طالب ہونے کا عملی ثبوت ہے اس میں عورت کی دلجوئی بھی ہے۔ اگرچہ رسول ﷺ نے مہر کی کوئی آخری حد مقرر نہیں فرمائی لیکن احادیث سے پتہ چلتا ہے کہ بس اتنا مہر مقرر ہونا چاہئے جو با آسانی ادا کیا جاسکتا ہو، اور اس کا کچھ حصہ بیوی سے تعلق قائم کرنے سے قبل ہی بیوی کی مزید دلجوئی کی خاطر ادا کر دینا چاہئے۔

نکاح کا مسنون طریقہ اور خطبہ کی حکمت:

نکاح کا طریقہ بھی بہت مختصر اور سادہ رکھا گیا ہے ضروری کام تو صرف ایجاب و قبول ہے، لیکن مسنون طریقہ یہ ہے کہ شروع میں خطبہ بھی پڑھا جائے، جس میں خاص طور پر دونوں کو نصیحتیں (بہتر زندگی گزارنے کی) اور خدا کے خوف کا مضمون ہونا چاہیے کیونکہ زوجین کا تعلق، خدا کے خوف کے بغیر صحیح قائم رہنا بہت مشکل ہے۔

شادی کا مناسب طریقہ:

مناسب رشتہ آجانے کے بعد شادی میں دیر نہیں لگانی چاہئے احادیث میں اسکی بہت تاکید آئی ہے شریعت نے شادی کا مسئلہ بہت آسان بنایا ہے۔ اور خیر القرون میں عموماً اسی معیار کے مطابق شادیاں ہوا کرتی تھیں، جس میں نہ جہیز کی ضرورت، نہ باراتیوں کا بجوم، نہ جوڑے اور گھوڑے ضرورت ہوتی تھی، بلکہ اکثر موقعوں پر تو شادی ہو جانے کے بعد لوگوں کو خبر ملتی تھی کہ فلاح صاحب کی شادی ہو گئی۔ مگر آج شریعت کے ماننے والوں نے اغیار کی نقل میں اپنے آپ کو ایسی رسموں اور ایسے رواجوں کی زنجیروں میں جکڑ لیا اور پابند کر لیا کہ شادی ”ایک مسئلہ“ بن گئی کہ اس کا نام آتے ہی (شادی، یعنی خوشی کے بجائے) سر پرستوں..... بالخصوص لڑکی کے سر پرستوں کو فکر و پریشانی اور ذمہ

داریوں کا پہاڑ سر پر رکھا ہوا محسوس ہونے لگتا ہے.....

حالانکہ لڑکیوں یا ان کے سر پرستوں پر کوئی بھی خرچ شریعت نے شادی کے وقت لازم نہیں کیا تھا۔

”محرمات“ یعنی جن عورتوں سے نکاح ممنوع ہے:

شریعت نے جن..... خاص اور قریبی رشتوں کی بناء پر..... عورتوں سے ہمیشہ کے لئے نکاح حرام کر دیا ہے انہیں ”محرم“ کہا جاتا ہے، ایسے رشتے دو قسم کے ہیں۔ ایک نسبی..... دوسرا سسرالی..... تمام احکام کی طرح اس میں بھی اللہ تعالیٰ نے بہت سی حکمتیں رکھی ہیں۔ جن میں سے بعض کی طرف حکیم الاسلام، حضرت شاہ ولی اللہ نے راہنمائی فرمائی ہے، نسبی رشتے سے عام طور پر وہی عورتیں ”محرم“ قرار دی گئی ہیں۔ اور ہمیشہ کے لئے ان ہی سے نکاح حرام کیا گیا ہے جن کے ساتھ نہ صرف یہ کہ دن و رات اٹھنا بیٹھنا، ملنا جلنا، عادتاً بلکہ فطرتاً..... لازمی ہوتا، اور پردہ کا التزام دشوار ہوتا ہے بلکہ ان کی حاجتیں بھی قدرتی طور پر ایک دوسرے سے اکثر اس طرح دلاستہ ہوتی ہیں کہ الگ تھلگ رہنا مشکل ہوتا ہے شریعت نے، ایسے رشتوں کے درمیان ہمیشہ کے لئے نکاح کا دروازہ بند کر کے ہر ایک کو دوسرے سے جنسی تعلق کا قیام ناممکن بنا کر..... قطعاً یوس کر دیا اور امید کی ہلکی سی کرن بھی باقی نہیں رہنے دی.....

سسرالی رشتہ سے، ہمیشہ کے لئے حرام ہو جانے والی عورتیں صرف چار ہیں۔ ساس، بہو (حقیقی بیٹے کی بیوی)، بیوی کی لڑکی اور مادر (سوتیلی ماں) اسی وجہ سے شریعت نے ہر ایسے مرد عورت کے درمیان رابطہ بڑھانا ممنوع، اور پردہ کرنا ضروری قرار دیا جن کا آپس میں نکاح ہو سکتا ہے۔

ہمیشہ کے لئے نکاح حرام ہونے کا سبب بننے والی ایک

تیسری چیز رضاعت (دودھ پلانا) ہے، بچہ کو دودھ پلانے والی عورت چاہے کوئی نسبی رشتہ نہ رکھتی ہو، اپنا دودھ پلانے کی وجہ سے (بشرطیکہ مدت رضاعت..... دو سال کی عمر..... کے اندر پلایا ہو) وہ ماں کی بمنزل ہو جاتی ہے، چنانچہ شریعت نے اسے..... نکاح کے بارے میں..... ماں کا سا حکم دیا ہے، (یعنی والد، اور بھائی بہن) سے نکاح نہیں ہو سکتا بالکل اسی طرح رضاعی ماں اور اس کے ان تمام رشتہ داروں سے بھی شادی نہیں ہو سکتی۔

”محرمات“ کی ان تین قسموں کے علاوہ کچھ اور عورتیں

وہ بھی ہیں جن سے نکاح..... دائمی طور پر تو نہیں، البتہ..... وقتی طور پر ممنوع ہو جاتا ہے، مثلاً جس عورت کا کسی بھی شخص سے نکاح ہو چکا ہو، اب اس وقت تک اس کا کسی دوسرے سے نکاح نہیں ہو سکتا جب تک پہلا نکاح یا اس کا اثر (عدت) باقی ہے۔

اس کے علاوہ دو بہنوں..... اسی طرح دو انتہائی قریبی رشتہ..... محرمیت والا رشتہ..... رکھنے والی عورتوں..... کا بیک وقت کسی ایک شخص کے نکاح میں رہنا بھی ممنوع قرار دیا گیا ہے۔ کیونکہ عام طور پر..... سو کنیں آپس میں ایک دوسرے سے لڑتیں ہیں اور ہر ایک دوسری کی مخالف بلکہ دشمن بن جاتی ہے، اور شریعت نے قریبی رشتہ داروں کے ساتھ تعلقات جوڑنے اور ان سے بہتر سلوک کرنے کا حکم دیا ہے، لہذا ایسی دو قریبی رشتہ دار عورتوں کا ایک شخص کے نکاح میں رہنا شریعت کی روح اور اس کی تعلیمات و ہدایات کے بالکل خلاف ہوتا۔

پیغام دینے کا پسندیدہ طریقہ:

نسوانیت کے احترام، فطری حیاء اور صنفی نزاکت کا اصل تقاضہ یہ ہے کہ نکاح کی پیش کش عورت کی یا اس کے سر پرستوں کی طرف سے نہ ہو، بلکہ مرد کی جانب سے ہوتا کہ وہ طالب اور پیش کش کرنے والا بنے اور عورت مطلوب اس لئے مناسب یہ ہے کہ پیغام مرد کی طرف سے جائے، اور وہ بھی براہ راست عورت کے پاس نہیں، بلکہ اس کے (اگر سر پرست موجود ہیں تو) سر پرستوں کے پاس جائے۔

ایک ضروری ہدایت:

رسول اکرم ﷺ نے اس سلسلہ میں ایک اہم ہدایت یہ دی ہے کہ اگر لڑکی کا رشتہ کہیں طے ہو چکا ہو۔ یعنی منگنی ہو چکی ہو یا کسی پیغام سے اس کے سر پرست مطمئن ہو چکے ہوں تو پھر کسی دوسرے شخص کو وہاں پیغام دینا ممنوع ہے؛ کیونکہ اس سے پہلے شخص کی نہ صرف دل شکنی ہوگی بلکہ وہ اسے اپنے حقوق میں دست اندازی خیال کرے گا۔ جس کے نتیجہ میں دشمنی اور عداوت پیدا ہو سکتی، اور نقصان پہنچ سکتا ہے۔

اس کے علاوہ، مطلقہ عورت کو بھی عدت کی حالت میں پیام نہیں دینا چاہیے، نیز جس کا شوہر وفات پا چکا ہو، اور ابھی عدت پوری نہ ہوئی ہو، اس کا پیغام دینا، اور اس سے نکاح کی بات طے کر لینا ممنوع ہے۔ البتہ اشاروں، کنایوں میں اپنے ارادہ کا اظہار کیا جاسکتا ہے۔ پیغام دینے کے لئے شریعت کی طرف سے کوئی رسم یا کوئی خاص طریقہ مقرر نہیں کیا گیا، بلکہ خیر

القرون کے واقعات سے پتہ چلتا ہے کہ براہ راست سر پرستوں سے گفتگو کر کے اپنے ارادہ اور خواہش کا اظہار کرنا ہی پیغام کے لئے کافی ہے۔

سات دنوں کے وظائف

تحریر: ترین احمد

- 1- جمعہ: کے دن اللہ ہو سو مرتبہ پڑھنے سے تنگی دور ہو جائے گی۔
- 2- ہفتہ: کے دن لا الہ الا اللہ سو مرتبہ پڑھنے سے غم دور جاتے ہیں۔
- 3- اتوار: کے دن یاجی یا قیوم ہزار مرتبہ پڑھنے سے غیب سے روزی پہنچتی ہے۔
- 4- پیر: کے دن بھی یاجی یا قیوم ہزار مرتبہ پڑھنے سے غیب سے روزی پہنچتی ہے۔
- 5- منگل: کے دن صلی اللہ علی النبی والہ وسلم ہزار مرتبہ پڑھنے سے ہر بلا ٹل جائے گی۔
- 6- بدھ: کے دن استغفار (مکمل) ہزار مرتبہ پڑھنے سے قبر کے عذاب سے بچے۔
- 7- جمعرات: کے دن لا الہ الا اللہ الملک الحق المبین ہزار مرتبہ پڑھنے سے مالا مال ہو جائے۔



جہیز ضرورت یا لعنت

تحریر: صائمہ وسیم

خوبی ہم دوسروں کی ذات میں تلاش کرتے ہیں وہ خود ہمارے اندر نہیں ہوتی۔

آج ہم جن مسائل سے دوچار ہیں ان کا ذمہ دار کوئی ایک شخص نہیں۔ ایسا کیوں ہے؟ کیا ہم نے کبھی اپنے گریبان میں منہ ڈال کر دیکھا ہے؟ یہ ہم ہی ہیں جو زیادہ جہیز لانے والی کو عزت کی نگاہ سے دیکھتے ہیں اور جو بغیر جہیز یا کم جہیز لے کر آئے اسے ظلم و ستم اور نفرت کا نشانہ بناتے ہیں۔ زیادہ دکھ اس بات پر ہوتا ہے کہ لڑکی کے کردار اور خوبیوں سے کسی کو کوئی دلچسپی نہیں ہوتی، چاہے وہ کتنی شریف نیک سیرت اور باکردار کیوں نہ ہو۔ یہ سب خوبیاں ہم سب کے لئے محض زبانی حد تک اہم ہیں۔ اگر کسی سے خاندانی شرافت کی بنیاد پر رشتہ ہو بھی ہو جائے تو کچھ ہی عرصے بعد لڑکی کی زندگی سسرال کے طعنوں سے جہنم بن جاتی ہے۔ جب ایک ماں اپنے بیٹے کا رشتہ دیکھنے نکلتی ہے تو اس کے ذہن میں دنیا بھر کی خوبیاں اور نجانے کیا کیا تمنائیں ہوتی ہیں جو اسے اپنی مطلوبہ بہو میں درکار ہوتی ہیں۔

جوں جوں ہم خود کو تہذیب یافتہ کہلوار ہے ہیں اپنے دامن میں اتنی ہی خامیاں سمیٹ رہے ہیں۔ ہم انسان ہی ہیں جو

جہیز حضور اکرم ﷺ کی سنت ہے۔ آپ نے اپنی صاحبزادی بی بی فاطمہ کو جہیز دے کر یہ ثابت کر دیا کہ ایک نئے شادی شدہ جوڑے کو فوری طور پر جن ضرورتوں کا سامان ہوتا ہے اس سے والدین اپنے آپ کو بری الزمہ نہیں سمجھ سکتے۔ دیکھنا یہ ہے کہ آخر وہ کیا عنصر ہے کہ اتنی پیاری سنت کو لوگ ناپسندیدہ قرار دے رہے ہیں۔ اگر حضور اکرم ﷺ کی سنت پر غور کیا جائے اور آج کے جہیز کے نام پر ہونے والی فینج رسوم کا موازنہ کیا جائے تو بات خود صاف ہو جاتی ہے۔

شادی کا معاملہ ہماری روزمرہ زندگی میں اتنی اہمیت رکھتا ہے کہ ہر شخص کسی نہ کسی طور پر اس کے پیدا کردہ مسائل سے دوچار ہے۔ کوئی ماں اپنے بیٹیوں کے لئے دنیا بھر کی خوبیوں سے مالا مال بہو کی تلاش میں ہے تو کوئی باپ بیٹیوں کی ذمہ داری نبھانے کی فکر میں پریشان ہے اور وقت سے پہلے کمر جھکا لیتا ہے۔ شادی میں دیر ہونے پر کوئی ماں کو الزام دیتا ہے، کوئی باپ کو اور کوئی لڑکے کی طرف سے دی گئی فرمائشی جہیز کو بچا کر دوسروں کو الزام دیتے ہیں۔ اگر ہر شخص اپنا محاسبہ کر کے اپنے ضمیر کو جھنجھوڑے اور حقیقت کے آئینے میں اپنی خامیوں کو دیکھے تو جو

اپنے جیسے انسان سے اس وجہ سے خوفزدہ ہیں کہ ہم ان کے سامنے بے عزت نہ ہو جائیں یا طنز کا نشانہ نہ بنیں۔ قرض لے کر بیٹیوں کی شادی کرتے ہیں، چاہیے جھکی ہوئی کمر مزید بوجھ سے ٹوٹ جائے لیکن کم از کم اس سوسائٹی میں ناک اونچی رہے گی۔

ذاتی کردار، تعلیم اور شرافت ہی انسانیت کے پیمانے ہیں، محض دولت ہی سب کچھ نہیں ہوتی۔ جو ماں باپ اپنی بیٹیوں کو بھاری بھر کم جہیز کے ساتھ رخصت کرتے ہیں وہ حقیقتاً اپنی بیٹی کی سخت توہین کرتے ہیں۔ گویا ان کی بیٹی جہیز کے بغیر کوئی اہمیت نہیں رکھتی۔ خود یہ بات ایک باشعور اور تعلیم یافتہ لڑکی کے لئے باعث ندامت ہونی چاہیے۔

ماں باپ کو اس بات کا احساس ہونا چاہیے کہ بھاری بھر کم جہیز کے ساتھ جس لالچی سسرال میں وہ اپنی بیٹی کو بھیج رہے ہیں وہاں ان کی بیٹی کو کسچی خوشیاں نہیں ملیں گی، اس لئے اپنی حیثیت سے بڑھ کر اونچے لوگ نہ تلاش کریں۔ اگر ایک شریف با کردار اور سلیقہ شعار لڑکی کے پاس تعلیم کا زیور ہے تو اس لڑکی کو بھی اپنی ذات پر فخر ہونا چاہیے۔ اگر ہم تعلیم حاصل کرنے کے باوجود ان غیر مہذب رسموں میں گھرے ہوئے ہیں تو ہمارے مسلمان ہونے اور اعلیٰ تعلیم یافتہ کہلوانے کا کیا فائدہ! ہم سے بڑھ کر کون جاہل ہوگا!

ضرورت اس بات کی ہے کہ ہر شخص غیر اسلامی اور غیر تہذیبی رسومات کے خلاف جہاد کرے۔ متمول والدین زر پرستی سے بچیں، سفید پوش ماں باپ اپنی حیثیت سے بڑھ کر رشتے

تلاش نہ کریں اور اس میں ہم سب کو مل جل کر اپنا کردار ادا کرنا چاہیے۔

زیادہ سے زیادہ جہیز بٹورنا محض ایک ہوس ہے اور ہوس کا کوئی علاج نہیں، یہ تو شیطان کی آنت کی طرح بڑھتی رہتی ہے۔ ہمیں اپنا محاسبہ خود کرنا چاہیے۔ ہمیں چاہیے کہ اپنی سوچ کو بدلیں، اپنی بہنوں اور اولاد کے لئے پرکھ کا ایسا معیار قائم کریں جو کہ اخلاقی قدروں پر مبنی ہو، زر پرستی اور ہوس پر مبنی نہ ہو۔ دولت کی ہوس جرائم کو جنم دیتی ہے۔ یہ کام نہ حکومت کا ہے اور نہ کوئی قانون ہمارے ذہن بدل سکتا ہے۔ یہ خالص اخلاقی عمل ہے۔ معاشرے کے ہر کردار کو اپنی ذات کا محاسبہ کر کے اپنے ضمیر کو جگانا

چاہیے۔ اگر ہم اپنی اسلامی اور اخلاقی قدروں کو شادی بیاہ میں پرکھ کا معیار بنالیں تو نہ کسی ماں کو اپنی بیٹی کی شادی کی فکر کھائے گی نہ کسی باپ کو بیٹی کا جہیز بنانے کے لئے خود کو بیچنا پڑے گا۔ اور نہ کسی بھائی کو بہنوں کی ذمہ داری نبھانے کے لئے کوئی غیر قانونی طریقہ اختیار کرنا پڑے گا۔ ہم تعلیم اس لئے حاصل کرتے ہیں کہ اچھے اور برے کی پہچان کر سکیں، بری اور فرسودہ روایات کو ختم کر سکیں۔ ہم سب آج یہ عہد کریں کہ جو ہماری عمدہ روایات دوسروں نے اپنالی ہیں ہم انہیں دوبارہ اپنالیں گے۔ ہمارے پاس تعلیم ہے اور یہ اندھیرے علم کے نور سے ہی ختم ہو سکتے ہیں۔

اور اچھی روایات سے جو کہ مسلمان ہونے کی حیثیت سے ہمیں ملی ہیں، گھر گھر روشن کر دیں۔ ایک چراغ جلا کر تو دیکھیں تمام چراغ خود بخود جل اٹھیں گے۔ کسی قانون کی کوئی ضرورت نہیں، اصل ضرورت صرف ”عمل“ کی ہے۔

☆☆☆

اردو زبان اور انگریزی الفاظ

تحریر: فریہ عمران

نوٹ: مضمون نویس کے اس مضمون سے ادارہ کا متفق ہونا ضروری نہیں یہ مضمون نویس کی اپنی سوچ تو ہو سکتی ہے تاہم اس مضمون کی اشاعت کا مقصد صرف اور صرف مضمون نویس کی دل آزادی سے گریز کرنا ہے۔ ادارہ

عروس فکر کو ہم قید سے آزاد کرتے ہیں۔

نیا مضمون، نیا رنگ سخن ایجاد کرتے ہیں۔

اس وقت میں مرزا غالب کی تعریف میں مشہور زمانہ پیرا گراف تو نہیں لکھوں گی مگر اس شعر کے مفہوم کے لحاظ سے ایک مضمون تحریر کرنے کی جسارت کرونگی۔

عام زندگی میں زبان کا کیا Role ہے؟ اگر یہ Question کسی بھی آدمی سے کیا جائے تو I think اس کا

Answer بھی یہی ہوگا۔ "It is the way to communicate with others."

لیکن اگر Broadly اسکو Analyze کیا جائے تو زبان نہ صرف Communication کا ذریعہ ہے بلکہ قوموں کے

اپنی زبان ہی کی بدولت ترقی کی ہے، اور ہمیشہ اپنی National Language کو ہی Preference دی ہے، جیسا کہ

English, Chinese, French, German وغیرہ اسکے برعکس اگر پاکستان کی National language اردو کو

دیکھا جائے تو یہ ایک المیے سے کم نہیں۔ کہ اردو زبان زوال کا شکار ہے۔ اور میری Observation کے مطابق Next

20-30 years میں صحیح اردو بولنے والے کم کم ہی نظر آئیں گے۔ ابھی یہ عالم ہے کہ ایک un educate آدمی بھی English

کے دو چار ٹیڑھے میڑھے الفاظ اپنے انداز میں بولتا ہوا نظر آئے گا۔

جیسا کہ محبوب اپنی محبوبہ سے اظہار محبت کے لئے English کا ہی سہارا لیتا ہے۔ اور کہتا ہے I love you لیکن اس

کی تشریح کو بھی واضح کر دیتا ہے۔ کہ میں تم سے محبت کرتا ہوں۔ کیونکہ شاید محبوب بھائی کو یہ ڈر ہوتا ہو کہ کہیں محبوبہ un educate تو

نہیں اور وہ سمجھ ہی نہ سکے کہ I Love U کا مطلب کیا ہے۔ محبوب بھائی بھولے لٹھیرے، شاید انہیں معلوم نہیں ہوا کہ I Love U

تو اگر گاؤں کی کسی ٹیاریں کو بھی کہا جائے تو اسکی تمام حسیں بیدار ہو جائے گی۔ آج کل تو کسی کی قابلیت کا اندازہ بھی عموماً اس بات سے لگا یا جاتا ہے۔ کہ وہ English کے کتنے Words اپنی اردو Language میں Speek کرنا ہے۔ اور اب تو ایک ایسی Sitation creat ہو رہی ہے کہ English کو Projection مل رہا ہے تو اس Sense میں ہم یہ کہہ رہے ہیں کہ جو لوگ زیادہ انگلش کے Words use کرتے ہیں اس سے انکی English ہی Improve نہیں ہو رہی بلکہ اردو زوال کی طرف رواں دواں ہے۔ اردو آج کل اس طرح سے بولی جاتی ہے۔ اس کی زندہ مثال دو Students کے درمیان عام گفتگو سے لگایا جاسکتا ہے۔ پہلا: یار! کل میرے uncle کے بیٹے کی Birth day تھی۔ اس لیے میں کل university نہیں آسکا۔ کل کتنی Classes ہوئی تھیں۔ دوسرا: کل تو تمام کلاس ہوئی تھیں تمہیں تو معلوم ہے Monday کو Class کا کتنا load ہوتا ہے۔ پہلا: تم نے میری Attandance لگادی تھی؟

دوسرا: نہیں یار! کل تو تمام Teachers نے Call Attendance کی تھی۔

پہلا: Shit! یار پہلے ہی میری Shest Attandance چل رہی ہے۔۔۔۔۔، خیر چلو یار کل کے Lactures دے دینا میں وہ Photocopy کرالونگا۔ بہ مشکل 5 منٹ کی گفتگو ہے لیکن اس میں ہم یہ Easily Imagin کر سکتے ہیں کہ:

"How much Inflence of English in urdu now a day & How much would be in comming day."

آج کل تو کوئی اچھی اردو بولنے والا ہو تو سب اس پر Comments دیتے ہیں کہ کتنی گاڑھی اردو بولتا ہے۔ جیسے کہ ہر چیز تو خالص اور ویسی ہی ملتی ہے۔ اب تو لوگ خالص اور نا خالص کی پرواہ نہیں کرتے اور تو اور انھیں ڈالڈاگھی میں ماں کی ممتا اور ڈبے کے دودھ میں ماں کا سچا پیار نظر آنے لگا ہے۔ اردو کو ویسی بنانے میں آپ ہم سب شامل ہیں یہ ٹھیک ہے کہ یہ ایک Nateral Phenomenor ہے اور ہر چیز میں وقت کے ساتھ Modification ہوتی رہتی ہے۔

بھلا دی ہم نے اسلاف سے جو میراث پائی تھی

ثریا سے زمین پر آسمان نے ہم کو دے مارا

مندرجہ ذیل بالا سطور میں ہم نے خود انگریزی کا بیجا حد تک استعمال کیا ہے تاکہ اس سے یہ اندازہ ہو سکے کہ ہماری اردو کی حقیقی صورت حال کیا ہے اور ان زبانوں کے مدغم ہونے سے اردو کا اپنا تشخص کھو رہا ہے۔ لیکن اگر ہم یہ کوشش کریں کہ انگریزی بولیں تو صرف انگریزی اور اردو بولیں تو صرف اردو کہ لوگ سنیں تو کہیں ”اردو لال زوال ہے“۔

دنیا کے 25 مسائل کا حل

تحریر: مسز عمران شاہد

ایک بدو رسول اللہ ﷺ کے دربار میں حاضر ہوا اور عرض کی یا رسول اللہ ﷺ میں کچھ پوچھنا چاہتا ہوں۔ فرمایا، ہاں کہو۔ بدو نے عرض کی یا رسول اللہ ﷺ:

- ☆ میں امیر (غنی) بننا چاہتا ہوں۔ فرمایا ”قناعت اختیار کرو، امیر ہو جاؤ گے۔“
- ☆ میں سب سے بڑا عالم بننا چاہتا ہوں۔ فرمایا ”تقویٰ اختیار کرو، عالم بن جاؤ گے۔“
- ☆ عزت والا بننا چاہتا ہوں۔ فرمایا ”مخلوق کے سامنے ہاتھ پھیلا نا بند کر دو، باعزت ہو جاؤ گے۔“
- ☆ اچھا آدمی بننا چاہتا ہوں۔ فرمایا ”لوگوں کو نفع پہنچاؤ۔“
- ☆ عادل بننا چاہتا ہوں۔ فرمایا ”جیسے اپنے لئے اچھا سمجھتے ہو وہی دوسروں کیلئے پسند کرو۔“
- ☆ طاقتور بننا چاہتا ہوں۔ فرمایا ”اللہ پر توکل کرو۔“
- ☆ اللہ کے دربار میں خاص (خصوصیت) درجہ چاہتا ہوں۔ فرمایا ”کثرت سے ذکر کرو۔“
- ☆ دعاؤں کی قبولیت چاہتا ہوں۔ فرمایا ”حرام نہ کھاؤ۔“
- ☆ رزق کی کشادگی چاہتا ہوں۔ فرمایا ”ہمیشہ با وضو ہو۔“
- ☆ ایمان کی تکمیل چاہتا ہوں۔ فرمایا ”اخلاق اچھے کر لو۔“
- ☆ قیامت کے روز اللہ سے گناہوں سے پاک ہو کر ملنا چاہتا ہوں۔ فرمایا ”جنابت کے فوراً بعد غسل کیا کرو۔“
- ☆ گناہوں میں کمی چاہتا ہوں۔ فرمایا ”اخلاق اچھے کر لو۔“
- ☆ قیامت کے روز نور میں اٹھنا چاہتا ہوں۔ فرمایا ”ظلم کرنا چھوڑ دو۔“
- ☆ چاہتا ہوں کہ اللہ مجھ پر رحم کرے۔ فرمایا ”اللہ کے بندوں پر رحم کرو۔“
- ☆ چاہتا ہوں کہ اللہ میری پردہ پوشی کرے۔ فرمایا ”لوگوں کی پردہ پوشی کرو۔“
- ☆ رسوائی سے بچنا چاہتا ہوں۔ فرمایا ”زنا سے بچو۔“
- ☆ چاہتا ہوں کہ اللہ اور اسکے رسول ﷺ کا محبوب بن جاؤں۔ فرمایا ”جو اللہ اور اسکے رسول کو محبوب ہو اسے اپنا محبوب بنا لو۔“

- ☆ اللہ کا فرمانبردار بننا چاہتا ہوں۔ فرمایا ”فرائض کا اہتمام کرو۔“
- ☆ احسان کرنے والا بننا چاہتا ہوں۔ فرمایا ”اللہ کی یوں بندگی کرو جیسے تم اسے دیکھ رہے ہو یا جیسے وہ تمہیں دیکھ رہا ہے۔“
- ☆ یا رسول اللہ کیا چیز گناہوں سے معافی دلائے گی۔ فرمایا ”آنسو، عاجزی اور بیماری۔“
- ☆ کیا چیز دوزخ کی آگ ٹھنڈی کرے گی۔ فرمایا ”دنیا کی مصیبتوں پر صبر۔“
- ☆ اللہ کے غصے کو کیا چیز سرد کرتی ہے۔ فرمایا ”چپکے چپکے صدقہ اور صلہ رحمی۔“
- ☆ سب سے بڑی برائی کیا ہے۔ فرمایا ”بداخلاق اور بخل۔“
- ☆ سب سے بڑی اچھائی کیا ہے۔ فرمایا ”اچھے اخلاق، تواضع اور صبر۔“
- ☆ اللہ کے غصے سے بچنا چاہتا ہوں۔ فرمایا ”لوگوں پر غصہ کرنا چھوڑ دو۔“

HAPPY EID MUBARAK

From: **KASHIF GARMENTS**

تمام اقسام کی پینٹس، شرٹس، ٹی شرٹس اور ہر قسم کی ہوزری بیلٹس، ٹائی، وغیرہ دستیاب ہیں۔

برادری کے افراد کے لئے 10% خصوصی رعایت:

ایڈریس: دکان نمبر 1/1 ٹیکسٹائل پلازہ بولٹن مارکیٹ نزد ٹاور کپڑا مارکیٹ کراچی۔

پروپرائٹرز:
عمیر اقبال

آداب گفتگو

تحریر: مسز اشرف

زندگی سے بھرپور فائدہ اٹھانا اور لطف اندوز ہونا اور فی الواقع کامیاب زندگی گزارنا یقیناً آپ کا حق ہے۔ مگر اس وقت جب آپ زندگی کا سلیقہ جانتے ہوں۔ اور کامیاب زندگی کے اصول اور آداب سے واقف ہوں۔ اسلامی زندگی کے یہ وہ دل کش خدو خال ہیں جن کے بدولت مومن کی بنی سنوری زندگی میں وہ غیر معمولی کشش پیدا ہو جاتی ہے۔ جو نہ صرف اہل اسلام بلکہ اسلام سے نا آشنا بند گان خدا بھی بے اختیار اس کی طرف کھینچنے لگتے ہیں۔ اور عام ذہن یہ سوچنے پر مجبور ہوتے ہیں کہ کیوں نہ ان اصولوں اور آدابوں کو اپنائیں جس سے دین و دنیا دونوں سنور جائیں زندگی کے آدابوں میں ایک آداب گفتگو ہے آداب گفتگو سے ہم اپنی زندگی سدھار سکتے ہیں۔

چند آداب مندرجہ ذیل ہیں۔

1- صحیح بولنے میں کبھی ہچکچاہٹ محسوس نہ کیجئے۔

2- ضرورت کے وقت بات کیجئے کام کی بات کیجئے ہر وقت بولنا بلا ضرورت باتیں کرنا وقار اور سنجیدگی کے خلاف ہے۔

3- آدمی جو بھی بات منہ سے نکالتا ہے خدا کا مرشد نوٹ کر لیتا ہے ہر سوال کا جواب خدا کے یہاں دینا ہے۔ جب بات کیجئے نرمی سے کیجئے مسکراتے لہجے میں کیجئے۔ ہمیشہ درمیانی آواز میں بولنے قرآن شریف میں ارشاد ہے۔ سب سے زیادہ ناگوار آواز جانور کی آواز ہے۔ کبھی بری بات سے زبان گندی نہ کیجئے دوسروں کی برائی نہ کیجئے کسی کے عیب نہ کیجئے کسی کی دکھتی رگ پر ہاتھ نہ رکھئے کسی پر طنز کیجئے بات بات پر قسم نہ کھائیے۔

نرمی معقولیت اور دل جوئی کی بات کیجئے کھری بے لوج اور تکلیف دہ سخت بات نہ کیجئے۔

عورتوں کو اگر کبھی مردوں سے بولنے کا اتفاق ہو تو صاف سیدھے کھرے لہجے میں بات کرنی چاہیے۔ ہنس ہنس کر بات نہیں کرنی چاہیے۔ لہجے میں کوئی گھلاوٹ نراکت نہ پیدا کریں کہ سننے والا کوئی برا خیال دل میں نہ لائے۔

4- جاہل باتوں میں الجھانا چاہے تو مناسب انداز میں سلام کر کے وہاں سے رخصت ہو جائیں۔ فضول باتیں کرنے والے

بکواس میں مبتلا رہنے والے لوگ امت کے بدترین لوگ ہیں۔

ہمیشہ مختصر اور مطلب کی بات کیجئے بلاوجہ گفتگو کو طول دینا نامناسب ہے۔

تقریریں کرنا بدترین عادت ہے اس سے دل سیاہ ہوتا ہے۔ کبھی خوشامد اور چا پلوسی کی باتیں نہ کیجئے۔ اپنی عزت کا ہمیشہ خیال رکھئے۔ دو آدمی بیٹھے ہوں تو قطع کلامی نہ کیجئے کبھی اپنے مرتبہ سے بڑھ کر بات نہ کیجئے۔

ٹہر ٹہر کر سلیقے اور وقارے ساتھ گفتگو کیجئے۔ بغیر سوچے سمجھے لٹے سیدھے جواب دینا نادانی ہے۔ اگر کوئی دوسرے سے سوال کر رہا ہو تو خود بڑھ بڑھ کر جواب نہ دیجئے۔

گفتگو کرتے وقت کسی کی طرف اشارہ مت کیجئے۔ تاکہ بدگمانی اور شک نہ ہو دوسروں کی باتیں چھپ چھپ کر سننے سے پرہیز کیجئے۔ دوسروں کی زیادہ سنئے اور خود کم سے کم بات کیجئے۔ جو بات راز کی ہو کسی سے بیان نہ کیجئے اپنا راز دوسروں کو بتا کر اس سے حفاظت کی امید رکھنا سراسر نادانی ہے۔

عید مبارک

تاج بک سینٹر

قرآن مجید

گفٹ آئٹم، فیبرک کلر، گلاس کلر

Books Sellers, Stationers &

General Order Suppliers

ایڈریس: دکان نمبر 5-A مینا بازار

کریم آباد کراچی۔

فون نمبر: 6318002

تحریر: اسماء جنید

درود شریف کی اہمیت

درود شریف وہ ذکر ہے جو فرش زمین پر کیا جاتا ہے اور عرش بریں پر سنا جاتا ہے، درود شریف سب سے افضل اور اعلیٰ ذکر ہے۔

”جو شخص دنیا میں درود پاک پڑھتے ہیں ان کا ذکر آسمانوں پر ہوتا ہے۔“

”حضرت انسؓ سے حدیث منقول ہے کہ حضور اکرم ﷺ کا ارشاد مبارک ہے کہ تم اپنے بچوں کو ایک سال تک مت مارا کرو

کیونکہ ان کا رونا چار ماہ تک ذکر اللہ ہوتا ہے اور بعد میں چار ماہ تک درود رسول ﷺ ہوتا ہے اور آخر کے چار مہینے اپنے والدین کے لئے

دعاؤں کی درخواست ہوتی ہے“ حدیث شریف میں آیا ہے کہ فرمایا رسول ﷺ نے کہ جنت پانچ (۵) آدمیوں پر عاشق ہے:

- (1) قرآن شریف پڑھنے والوں پر۔
- (2) زبان کو فضول باتوں سے روکنے والوں پر۔
- (3) بھوکوں کو کھانا کھلانے والوں پر۔
- (4) ننگوں کو کپڑے پہنانے والے پر۔
- (5) حضور رسول کریم ﷺ پر درود شریف پڑھنے والے پر۔

درود شریف کے متعلق دس (10) احادیث

فرمایا حضور ﷺ نے:

- (1) جو چاہے اسکے اعمال بڑے ترازو میں نٹلیں تو اسکو چاہیے کہ مجھ پر کثرت سے درود بھیجا کرے۔
- (2) مجھ پر کثرت سے درود بھیجا کرو، اس لیے کہ قبر میں ابتداء تم سے میرے بار میں سوال کیا جائیگا۔
- (3) قیامت کے دن اس کے خطرات سے زیادہ محفوظ دنیا میں درود شریف پڑھنے والا ہوگا۔
- (4) کثرت سے درود شریف پڑھنے والا قیامت کے دن مجھ سے سب سے زیادہ قریب ہوگا۔
- (5) جس کے سامنے میرا تذکرہ ہو، اس کو چاہیے کہ مجھ پر درود بھیجے۔
- (6) جو شخص مجھ پر درود کسی کتاب میں بھیجے (لکھے) تب تک فرشتے اس پر درود بھیجتے رہیں گے جب تک میرا نام اس کتاب میں رہے گا۔
- (7) جمعہ کے دن مجھ پر درود کثرت سے پڑھو کیونکہ جمعہ کو درود مجھے پیش ہوتا ہے۔
- (8) جو شخص میرے اوپر میری قبر کے قریب درود بھیجتا ہے، میں اس کو خود سنتا ہوں۔
- (9) مجھ پر درود بھیجتا تمہارے رب کی رضا کا سبب ہے۔
- (10) اذل اللہ تعالیٰ کی حمد و ثناء کرو، پھر مجھ پر درود بھیجو اور پھر دعا مانگو۔ نیز دعا کے اول و آخر میں درود پڑھنا مستحب ہے۔

دنیا سے دل لگا کر کیا ملا اے انسان

اب عشق مصطفیٰؐ میں بھی جان دے کر دیکھ لے

”عورت“

تحریر: فہد اشرف

(1) عورت کی ترقی و تنزلی پر ہی قوم کی ترقی یا تنزلی کا انحصار ہے۔

(2) مرد آنکھ ہے تو عورت بینائی، مرد پھول ہے تو عورت خوشبو۔

(3) عورت کے کہنے پر عمل نہ کرنا، ہمیشہ سکھ سے رہے گا

(4) عورت ایک تصویر کی مانند ہے۔ اگر جاہل کے ہاتھ لگ جائے تو اپنی قدر و قیمت کھودیتی ہے۔ لیکن صاحب

دانش، بیش قیمت خیال کرتا ہے۔

(5) عورت شادی سے پہلے روتی ہے جبکہ مرد شادی کے بعد۔

(6) ہوا کا رخ بدلتے دیر لگتی ہے لیکن عورت کو بدلتے دیر نہیں لگتی۔

(7) جو عورت غور و فکر کرتی ہے وہ فلسفی ہو جاتی ہے۔

(8) عورت دماغ سے نہیں دل سے سوچتی ہے۔

(9) محبت میں ناکام عورت کے انتقام سے شیطان بھی لرزتا ہے۔

(10) محبت کرنے والی ہستی خدا کے بعد عورت ہے ماما کے روپ میں۔

(11) دنیا میں کوئی چیز اتنی نازک نہیں جتنا عورت کا دل۔

(12) بے جا تعریف سے عورت خوش ہوتی ہے مگر جائز تنقید کا بوجھ برداشت نہیں کر سکتی

(13) عورت کی زبان اس کی تلوار ہے۔ جسے وہ کبھی بھی زنگ آلودہ نہیں ہونے دیتی۔

(14) اگر عورت نہ ہوتی تو آرٹ بے رنگ شاعری بے کیف اور ادب پھیکا ہوتا۔

(15) جس گھر میں عورت نہیں وہاں سعادت کے فرشتے قدم نہیں رکھتے۔

(16) کانٹوں سے بھری شاخ کو ایک پھول خوبصورت بنا دیتا ہے اور غریب سے غریب گھر کو ایک سلیقہ مند عورت جنت بنا دیتی ہے

(17) عورت کی حکمت گھر کو آباد کرتی ہے۔

موٹاپا..... آپکا دشمن

تحریر: ثناء ممتاز (گلابرگ)

وزن کا زیادہ ہونا دل کی بیماریوں کے لئے ایک خطرہ ہے، وزن کے بڑھنے سے خون میں کولیسٹرول بڑھ جاتا ہے اور زیادہ بٹیس کا مرض بھی لاحق ہو سکتا ہے۔ اس طرح کی بیماریوں کے خطرات میں مزید اضافہ ہو جاتا ہے۔ یہ فیصلہ کرنے کے لیے آیا آپکا وزن زیادہ ہے کہ نہیں دو طریقے اختیار کیے جاسکتے ہیں۔ Body Mass Index (BMI) اور Waist circumference

(BMI) میں آپکا وزن آپکے قد کے حساب سے دیکھا جاتا ہے۔ اس طرح جسم کی کل چربی یعنی ٹوٹل باڈی فیٹ معلوم کیا جاسکتا ہے اس کے لئے جو فارمولا استعمال کیا جاتا ہے وہ یہ ہے۔ آپکا وزن کلوگرام Kg میں اور آپکی heaght میٹر Meter میں ہونی چاہیے۔

مثال کے طور پر اگر آپ کا قد 1.58 میٹر اور آپکا وزن 69Kg ہے تو آپکا BMI اس طرح ہوگا۔

$BMI = \frac{60}{1.58^2} = \frac{60}{2.4964} = 24$

آئے گا۔ اگر کوئی شخص بہت صحت مند ہے یا کوئی بوڑھا شخص ہے تو BMI سے جسم میں موجود چربی کے بارے میں صحیح اندازہ لگانا آسان نہیں اس لئے ہمیں کمر کی پیمائش کرنی چاہیے۔ کمر کی پیمائش خواتین میں 35 انچ سے زیادہ اور مردوں میں 40 انچ سے زیادہ نہیں ہونی چاہیے۔ لہذا مستقل اپنی کمر کی پیمائش کیجیے۔ اپنا BMI چیک کیجیے اور دیکھیں کہ آپ کتنے صحت مند ہیں۔

اقسام	BMI	نتائج
نارمل وزن	18.5-24.9	یہ آپکے لئے اچھا ہے
نارمل سے زیادہ وزن	25-29.9	اس سے زیادہ وزن نہ بڑھائیں۔ آپ کے لئے دو یا دو سے زیادہ رسک فیکٹر (دل کی بیماریوں کے لئے) موجود ہیں آپکا وزن تھوڑا زیادہ ہے۔
موٹاپا	30 یا اس سے زیادہ	آپکا اپنا وزن کم کرنا ہوگا آہستہ آہستہ وزن کم کریں آدھے سے دو پونڈ تک۔

راہ نجات برائے خواتین

تحریر: مسز معراج الدین

۱- ایک نیک عمل عورت ستر اولیاء سے بہتر ہے۔

۲- ایک بد عمل عورت ہزار بد اعمال مردوں سے بدتر ہے۔

۳- ایک حاملہ عورت کی دو رکعت نماز بغیر حاملہ عورت کی اسی رکعتوں سے بہتر ہے۔

۴- جو عورت اپنے بچوں کو اپنا دودھ پلاتی ہے اسے اللہ تعالیٰ ایک ایک بوند پر ایک ایک نیکی عطا کرتا ہے۔

۵- جب شوہر پریشان حال گھر آئے اور اس کو مر جا کہیے اور تسلی دے تو اللہ تعالیٰ اس عورت کو آدھا جہاد کا ثواب عطا فرماتا ہے۔

۶- جو عورت اپنے بچے کے رونے سے دات بھر نہ سوسکے اللہ تعالیٰ اس کو بیس غلاموں کو آزاد کرنے کا اجر دیتے ہیں۔

۷- جو شخص اپنی بیوی کو رحمت کی نگاہ سے دیکھے اور بیوی اپنے شوہر کو رحمت کی نگاہ سے دیکھے تو اللہ تعالیٰ دونوں کو رحمت کی نگاہ

سے دیکھتا ہیں۔

۸- جو عورت اپنے شوہر کو اللہ تعالیٰ کے راستے میں بھیجے اور خود گھر میں آداب کی رعایت کرتے ہوئے رہے وہ عورت مرد سے پانچ

سے سو سال پہلے جنت میں جائے گی اور ستر ہزار فرشتوں اور جنت کی حوروں کی شہزادی ہوگی۔ اس عورت کو جنت میں غسل

دیا جائے گا اور یاقوت کے گھوڑے پر سوار ہو کر اپنے خاوند کا انتظار کرے گی۔

۹- جو عورت اپنے بچے کی بیماری کی وجہ سے نہ سوسکے اور اپنے بچے کو آرام دینے کی کوشش کرے تو اللہ تعالیٰ اس کے تمام گناہ

معاف فرمادیتے ہیں اور اس کو بارہ سال قبول عبادت کا ثواب ملتا ہے۔

۱۰- جو عورت اپنی گائے یا بھنس کا دودھ بسمہ اللہ شریف پڑھ کر دودھ وہ جانور اس عورت کو دعائیں دیتا ہے۔

۱۱- جو عورت اللہ کا ذکر کرتے ہوئے جھاڑو دے اللہ تعالیٰ اس کو خانہ کعبہ میں جھاڑو دینے جتنا ثواب عنایت کرتے ہیں۔

۱۲- جو عورت نماز اور روزہ کی پابندی کرے، پاک دامن رہے اور اپنے شوہر کی تابعداری کرے اس کو اختیار ہے جس دروازے

سے چاہے جنت میں داخل ہو جائے۔

ہم بنے شاعر

تحریر: ربیعہ صادق ناتھ ناظم آباد

آج جب ہمارے پاس بزم ادب کا پمفلٹ آیا تو پتہ چلا کہ بزم ادب کے رسالے کے لئے اپنے مضامین اور تحریریں وغیرہ بھجوائی جاسکتی ہیں۔ تو ہمارے دل نے بھی ہچکولے کھائے اور ہم نے سوچا کیوں نہ کچھ لکھ دیں۔ لیکن جب اپنے ہاتھ سے لکھنے کی بات آئی تو مایوس ہو گئے مگر جب ہمارے دوست نے ہمیں مشورہ دیا کہ پریشان ہونے کی کوئی بات نہیں جتنے بھی شعراء ہیں ان کی غزلوں کے اشعار چراؤ اور اپنی ایک غزل تیار کر لو۔ آج کل جو ہر شخص شاعر بنا نظر آتا ہے یہ لوگ یہی طریقہ اپناتے ہیں۔ بس جناب دوست کی بات دل کو لگی اسے دعائیں دیتے ہوئے گھر آئے اور سب کام چھوڑ کر رسالے اور شعراء کی کتابیں لے کر بیٹھ گئے۔ چراغ حسن حسرت کی غزل پڑھی مگر سر سے گزر گئی اور جب آخری شعر کچھ سمجھ میں آیا تو اس پر غصہ آنے لگا لکھا تھا۔

غیروں سے کہا تم نے غیروں سے سنا تم نے

کچھ ہم سے کہا ہوتا کچھ ہم سے سنا ہوتا

اب بھلا ذرا پوچھو تو ان سے کہ وہ غیروں سے کیا کہتے اور سنتے پھر رہے تھے۔ اس دنیا میں ان کا اپنا کوئی نہیں تھا۔ جس کو اپنا شریک غم کرتے دوسری غزل ناصر کاظمی کی پڑھی۔

تمام عمر جہاں ہنتے کھیلتے گزری

اب اس گلی میں بھی ہم ڈرتے ڈرتے جاتے ہیں

کیوں نہ ڈرتے ادھار جو لے رکھا ہوگا اس گلی کے دکانداروں سے اب اس لئے ڈرتے ہیں کہ دکاندار کہیں قرضے کا تقاضہ نہ کر دیں۔ (ہم تو ان کے شعر سے یہی سمجھے) آپ کیا سمجھے ہمیں نہیں معلوم ہم کوئی شاعر تو ہیں نہیں۔ اب ہمیں ایک دم سے خیال آیا کہ ہم تو ایک غزل تیار کرنے بیٹھے تھے یہ شاعر حضرات کی شاعری پر تبصرہ کیوں کرنے لگے۔ خیر اپنے کو برا بھلا کہتے ہوئے ہم نے دوسرے شاعر کی غزل پڑھنی شروع کر دی۔ یہ محسن نقوی صاحب تھے۔

کاش یونہی وقت گزرتا رہتا

میں اسے دیکھتا رہتا وہ سنو رہتا۔

ہوگئی مہنگائی بہت اب دو کی جگہ ایک روٹی کھانا ہے۔

نہ دیکھوں نوٹوں کا چہرہ تو یوں محسوس ہوتا ہے

میرا بلڈ پریشر حد سے گزر گیا ہے۔

پوچھا جو راستوں نے بارے میں ہمسفر کے

میں نے کہا وہ باہر کمانے چلا گیا ہے۔

(شکریہ، شکریہ، آداب)

میری شاعری آپ کو یقیناً بہت اچھی لگی ہوگی آج ہم بھی شاعروں کی صف میں کھڑے ہو گئے ہیں۔

خوش تو آج بہت ہے کامران اس بزم میں

شاعر نہیں تو کیا ہے شاعر نما تو ٹہرے۔

HAPPY EID MUBARAK

From: **CRAZE ENTERTAINER**

WE ARRANGE:

Musical Shows, Fashion Shows
Live concerts and D.J Parties etc.

CONTACT:

Kamal Hassan Organizer
M. Ayaz - ul- Haq
Fin and Event Manager
Ph:6332959-58779261
Email:craze-kamal@cyber.net.pk

دولت سب کچھ نہیں۔۔۔۔۔!!!

۶۶ دولت سے مکان تو خرید سکتے ہیں مگر۔۔۔۔۔ گھر نہیں!!

۶۶ دولت سے بستر تو خرید سکتے ہیں مگر۔۔۔۔۔ نیند نہیں!!

۶۶ دولت سے گھڑی تو خرید سکتے ہیں مگر۔۔۔۔۔ وقت نہیں!!

۶۶ دولت سے کتاب تو خرید سکتے ہیں مگر۔۔۔۔۔ علم نہیں!!

۶۶ دولت سے کھانا تو خرید سکتے ہیں مگر۔۔۔۔۔ بھوک نہیں!!

۶۶ دولت سے حیثیت تو مل سکتی ہے مگر۔۔۔۔۔ عزت نہیں!!

۶۶ دولت سے خون تو خرید سکتے ہیں مگر۔۔۔۔۔ زندگی نہیں!!

۶۶ دولت سے دوا تو خرید سکتے ہیں مگر۔۔۔۔۔ صحت نہیں!!

۶۶ دولت سے جنس تو مل سکتی ہے مگر۔۔۔۔۔ الفت نہیں!!

۶۶ دولت سے بیمہ تو خرید سکتے ہیں مگر۔۔۔۔۔ سلامتی نہیں!!

آپ نے دیکھا، دولت سب کچھ نہیں ہے۔۔۔۔۔!!!

یہ سب اس لئے آپکو بتایا ہے کیونکہ میں آپکا دوست ہوں، اور ایک مخلص دوست ہونے کے ناطے آپ کے تمام دکھ اور پریشانیاں اٹھالینا چاہتا ہوں۔۔۔۔۔ ٹھیک ہے نا۔

تو جناب بھیج دیں راقم کو اپنی ساری دولت اور۔۔۔۔۔ ہر دکھ و پریشانی بھگتا نا مجھ پر چھوڑ دیں اور خود چھٹکارہ حاصل کر لیں۔۔۔۔۔!!!

یاد رکھیں مجھ سا سچا دوست آپکو کبھی نہیں ملے گا۔

معاملہ نقد ہے۔۔۔۔۔ اس لئے صرف نقدی ہی بھیجیں۔۔۔۔۔!!!



کام کی باتیں

تحریر: طیبہ فاطمہ

☆ اگر آپ کے چہرے پر دانے نکلتے ہیں تو کالی مرچ کو صندل کی طرح پیس کر اپنے چہرے پر لگائیں چند دنوں تک آپ کا چہرہ دانوں سے صاف ہو جائے گا۔

☆ بے سن سے منہ دھونے سے چہرے کے داغ دھبے دور ہو جاتے ہیں اور رنگ نکھر آتا ہے۔

☆ رنگ سرخ و سفید کرنے کے لئے پودینہ کی پتیاں ابال کر اس کا پانی کھلے منہ کے برتن میں ٹھنڈی جگہ رکھ دیں اور اسے روزانہ چائے کے کپ کا چوتھائی حصہ کے برابر صبح نہار منہ استعمال کریں۔

☆ پھٹے ہونٹوں کو ٹھیک کرنے کیلئے تھوڑے سے تربوز کے بیج تھوڑے سے پانی میں ملا کر پیس لیں اور پھر رات کو ہونٹوں پر لگائیں۔ صبح اٹھ کر نیم گرم، پانی سے دھولیں ہونٹ صحیح ہو جائیں گے۔

☆ اگر آپ بال زیادہ بڑے کرنا چاہتی ہیں تو نیم کے اور بیری کے پتوں کو پیس کر اچھی طرح بالوں میں لگائیں۔ چار گھنٹے کے بعد سردھولیں۔ اس کے علاوہ کریلے کی جڑ پیس کر بالوں میں لگانا مفید ہے۔

☆ ٹال کے پتوں کو مہندی کے ساتھ پیس کر بالوں میں لگانا بے حد مفید ہے۔ اس سے بال سیاہ ہوتے ہیں۔

☆ اگر مہندی کا تیز رنگ مقصود ہو تو چھنی ہوئی مہندی اٹلی کے پانی میں گھولیں پھر بارہ عدد لونگیں اور چھ قطرے سبز الائچی کا تیل اس میں ملائیں مہندی تیز رچے گی۔

☆ چہرے کی شکنوں کو دور کرنے کے لئے دن میں دو یا تین مرتبہ لیموں کا عرق ملیں اور آدھ گھنٹے بعد اچھے صابن سے دھولیں۔

☆ دانتوں کے اوپر جھے پیلے اور پان کے نشان دور کرنا ہو تو چینی کے پتے لے کر انہیں اُبال لیں اور اس پانی سے نہار منہ صبح اس کی گلیاں کرنے سے نشان ختم ہو جائیں گے۔

☆☆☆

نمک پارے:-

تحریر: نفیس احمد قریشی

- (1) مشہور شخص :- ایک ایسا شخص جو شہرت حاصل کرنے کئے شب و روز جدوجہد کرتا ہے۔ اور مشہور ہو جائے تو سیاہ چشمہ لگاتا ہے تاکہ لوگ اسے پہچان نہ سکیں۔
- (2) محبت :- وہ عارضی پاگل پن ہے جو شادی ہوتے ہی درست ہو جاتا ہے۔
- (3) شادی :- ایک ایسا ادارہ جس میں ایک مالک ہوتا ہے اور دو غلام ہوتے ہیں۔
- (4) عورت :- کی زبان اور مرد کی آنکھ کا دم سب سے آخر میں نکلتا ہے۔
- (5) بینک :- وہ ادارہ جو خوشگوار موسم میں آپکو چھتری فراہم کرتا ہے۔ اور بارش ہونے لگے تو چھتری واپس مانگتا ہے۔
- (6) خوش پوش لوگ :- یہ لوگ پوش علاقے میں روپوش رہتے ہیں اور پاپوش نگر چھوڑ دیتے ہیں۔
- (7) بیوہ :- وہ عورت جو ہر وقت یقین سے بتا سکتی ہے کہ اس وقت اس کا شوہر کہاں ہے۔
- (8) چہرے :- بیس سال کی عمر میں انسان کا جو چہرہ رہتا ہے وہ قدرت کی دین ہے تیس سال کی عمر کا چہرہ زندگی کے نشیب و فراز کی دین ہے۔ اور پچاس سال کی عمر کا چہرہ انسان کی اپنی کمائی ہوتا ہے۔

☆☆☆☆

☆☆☆ لطائف ☆☆☆

- (1) نئی نویلی دلہن نے اپنے شوہر سے پوچھا ”اگر میں باورچی کو ہٹا کر ہر مہینے آپکا کھانا پکاؤں تو مجھے تنخواہ ملے گی؟ شوہر نے جواب دیا تنخواہ تو نہیں البتہ میرے بیسے کی رقم مل جائے گی۔

☆☆☆

- (4) بیوی :- اعداد و شمار نے ثابت کر دیا ہے کہ پاگل خانوں میں مردوں کی تعداد عورتوں سے زیادہ ہوتی ہے۔
خاوند :- اسی سے اندازہ لگا لو کہ کون کسے پاگل کر رہا ہے۔

باپ (بیٹے سے): اداس مت ہو بیٹا! تمہاری قسمت میں فیل ہونا لکھا تھا سو تم فیل ہو گئے۔
بیٹا (خوش ہر کر): پھر تو اچھا ہوا ابو میں نے محنت نہیں کی ورنہ ساری محنت بے کار ہو جاتی۔

☆☆☆

گول گے

تحریر: سعدیہ عارف

استاد شاگرد سے: آج کسی نے نیکی کا کام کیا ہے تو بتاؤ

احمد: جناب میں نے کیا ہے۔

استاد: اچھا وہ کیا؟

احمد: میں نے دیکھا کہ ایک بوڑھے شخص سے روڈ کراس نہیں ہو رہا تھا تو میں نے اس کے پیچھے کتے لگا دیے جس کے نتیجے میں اُس نے جلدی سے روڈ کراس کر لیا۔

☆☆☆☆☆

ڈاکو (مالک سے) سونا کہاں ہے؟

مالک: پورا گھر خالی ہے جہاں سونا ہے سو جاؤ۔

☆☆☆☆☆

سلمان، نعمان سے: مجھے تنگ مت کرو میرا موڈ آف ہے

نعمان: یار تم کبھی آن ہوتے ہو، کبھی آف ہوتے ہو

مجھے ڈر ہے کہ کہیں تم فیوز نہ ہو جاؤ۔

☆☆☆☆☆

استاد: (شاگرد سے): آج تم لیٹ کیوں آئے ہو؟

شاگرد: جناب میں گر گیا تھا اور لگ گئی تھی۔

استاد: کہا گر گئے تھے اور کیا لگ گئی تھی

شاگرد: جناب چار پائی پر گر گیا تھا اور آنکھ لگ گئی تھی۔

☆☆☆☆☆

ایک صاحب نہایت پریشانی کے عالم میں زمین پر کچھ تلاش کر رہے تھے۔ لوگوں نے پوچھا تو انہوں نے بتایا!

”میرا پانچ سوکانوٹ گم ہو گیا ہے وہ تلاش کر رہا ہوں“

پانچ سوکانا نام سن کر چند افراد ان کی مدد کو آگئے تھوڑی دیر بعد ایک شخص نے ان صاحب سے پوچھا

آپ کے نوٹ پر کوئی خاص نشانی ہے وہ صاحب بڑے اطمینان سے بولے جی ہاں! ”اس نوٹ پر بچوں

کی عیدی چھپا ہوا تھا۔“

☆☆☆☆☆

اچھی باتیں

☆ حیات خود نہیں بنتی بنائی جاتی ہے

☆ چراغ خود نہیں جلتے جلائے جاتے ہیں

☆ دولت سے زیورات خریدے جاسکتے ہیں، حسن نہیں!

☆ دولت سے خوشامد خریدی جاسکتی ہیں، محبت نہیں!

☆ دولت سے کتابیں خرید سکتے ہیں، علم نہیں!

☆ دولت سے بستر خریدے جاسکتے ہیں، نیند نہیں!

☆ دولت زندگی لے سکتی ہیں، دے نہیں سکتی!

(عدیلہ شاہد)

بفرزون

قوم کے نوجوانوں کے نام

تحریر: مسز راشدہ جمیل

اے قوم کے پیارو! عظیم نوجوانوں
زمانے میں اپنا اعلیٰ مقام بنا لو
صرف علم ہو تمہارا گوہر مقصود
پس تم کو دنیا ہر شہر کو مفقود!!
کام ہو تمہارا صبح و شام پڑھنا
وطن کے لئے جینا وطن پہ مرنا!
حاصل کرو علم دل کی گہرائیوں تک
قائم رہے گا یہ موت کی رسائیوں تک
دیانت و محنت ہو اوصاف تمہارے
جرات و بے باکی ہو اطوار تمہارے
کتنی ہی آفت و مصیبت تم پہ ٹوٹے
پر مذہب کا دامن ہاتھ سے نہ چھوٹے
جسے بے شک یہ فراڈ کا زمانہ
پر ذات خدا سے مایوس نہ ہو جانا
لڑائی جھگڑوں سے سدایج کے رہنا
ظلم و ستم کو نہ دل میں جگہ دینا
جو ہو دل میں وہی زباں پر!!
مناقبت ہونہ ذرہ برابر!!

یاد رہیں تمہیں یہ صبح و شام!
کہ ہیں زندگی کے سنہرے ایام!

اچھی باتیں

(عمارہ سلیم واٹر پیپ)

- ۱- دنیا کی عزت مال سے اور آخرت کی عزت اعمال سے ہے۔
- ۲- خوشی وہی انسان حاصل کرتا ہے جو اپنی خواہشات کو قابو میں رکھے۔
- ۳- انسان کا سب سے بڑا کارنامہ یہ ہے کہ وہ اپنے دل اور زبان کو قابو میں رکھے۔
- ۴- کامیابی کا سب سے بڑا راز خود اعتمادی ہے۔
- ۵- خوشامد اور تعریف شیطان کے نہایت مضبوط داؤ (حربے) ہیں۔
- ۶- دنیا میں محنت مشقت کا کوئی نعم البدل نہیں۔
- ۷- عقل مند سوچ کر بولتا ہے اور بے وقوف بول کر سوچتا ہے۔
- ۸- خدا کے راستے میں پہلا مقام توبہ ہے۔
- ۹- بہترین رفیق یاد دلہی ہے۔
- ۱۰- راستہ پوچھنے سے شرماؤ گے تو بھٹک جاؤ گے۔
- ۱۱- دوست کو اپنے حالات سے اتنا واقف کرو کہ جب وہ دشمن بن جائے تو تمہیں نقصان نہ پہنچائے۔
- ۱۲- حرص سے روزی نہیں بڑھتی مگر آدمی کی قدر کم ہو جاتی ہے۔

عورت کے معاشی پہلو

(عمارہ سلیم واٹر پیپ)

- ۱- عورت اور وزیر میں کوئی فرق نہیں ہوتا۔ دونوں کی خوشامد کرتے رہو اور مطلب نکالتے رہو۔
- ۲- عورت اپنے خاوند کی صرف بیوی اور دوسروں کے لیے مور ہوتی ہے۔
- ۳- نیکھے کا پر اور عورت کا سر دونوں گھومتے رہتے ہیں۔
- ۴- عورت وہ مشین گن ہے جس سے ہر وقت شک و شبہات کی گولیاں برستی رہتی ہیں۔

- ۵۔ عورت اگر غصے میں ہو تو اس کے غضب اور اگر خوش ہو تو اس کی فرمائش سے بچو۔
 ۶۔ سیاستدان اور عورت پر یقین کرنا عقل سے بُری الزمہ ہونے کی واضح دلیل ہے۔
 ۷۔ عورت، بیماری، اور دشمن سے لاپرواہی کرنے والا ہمیشہ نقصان میں رہتا ہے۔
 ۸۔ بجلی، گیسیں، رکشہ، ٹیکسی، عورت میں سے سب سے تیز میٹر عورت کا ہی چلتا ہے۔
 ۹۔ سائنسدان کا بیان اور عورت کا ایمان بدلنے میں دیر نہیں لگتی ہے۔
 ۱۰۔ عورت کا غصہ حماقت سے شروع اور ندامت پر ختم ہوتا ہے۔

”چار کا ہندسہ“

(مائدہ سلیم)

☆	لفظ اللہ کے حروف کی تعداد چار	☆	ا۔ ل۔ ل۔ ہ
☆	لفظ محمد کے حروف کی تعداد چار	☆	م۔ ح۔ م۔ د
☆	رسول خدا کی بیٹیوں کی تعداد چار	☆	اُم کلثومؓ۔ رقیہؓ۔ زینبؓ۔ فاطمہؓ
☆	آسمانی کتب کی تعداد چار	☆	قرآن مجید۔ توریت۔ انجیل۔ زبور
☆	محبوب ترین ملائکہ کی تعداد چار	☆	جبرائیل۔ میکائیل۔ اسرائیل۔ عذرائیل
☆	خلفائے راشدین کی تعداد چار	☆	ابوبکر صدیقؓ۔ عمر فاروقؓ۔ عثمان غنیؓ۔ حضرت علیؓ
☆	منکرین خدا کی تعداد چار	☆	نمرود۔ شداد، فرعون، قارون
☆	صفحہ ہستی سے مٹ جانے والی اقوام کی تعداد چار۔	☆	قوم نوح۔ قوم لوط۔ قوم عار۔ قوم شمود
☆	برصغیر کے بڑے مذاہب کی تعداد چار	☆	مسلمان۔ عیسائی۔ سکھ۔ ہندو
☆	اطراف کی تعداد چار	☆	مشرق، مغرب، شمال، جنوب
☆	ہم کی منزلوں کی تعداد چار	☆	بچپن، لڑکپن۔ جوانی، بوہاپا



سگریٹ نوشوں کے لئے خوشخبری

تحریر: عمیر شہزاد

- ☆ ایک سگریٹ بنانے والی کمپنی نے سگریٹ نوشوں کیلئے بذریعہ قمر اندازی انعامات دینے کا اعلان کیا ہے۔ آپ بھی شامل ہوں اور انعام حاصل کریں جو یہ ہیں نوٹ (عمر کی کوئی قید نہیں)
 - ☆ پہلا انعام! گئے اور سانس کی نالیوں سے وابستہ کئی دائمی اور مہلک امراض۔
 - ☆ دوسرا انعام! پیمپر پرائز پیچھڑوں کا کینسر، بلڈ پریشر۔
 - ☆ تیسرا انعام! دائمی نزلہ اور سردرد خصوصاً انعام دانتوں پر پیلاہٹ ہونا منہ سے بدبو آنا اور بھوک کا کم لگنا۔
- یاد رکھئے جتنی زیادہ سگریٹ نوشی اتنے زیادہ انعامات جلدی کیجئے موت مار انعامات آپ کے منتظر ہیں۔
ہو سکتا ہے اس بار بد نصیب آپ ہی ہوں۔
اپنے کفن کا انتظام کیجئے اور انعامات حاصل کیجئے (پیشکش ساری زندگی کیلئے)

”ناراض دوست کے لئے“

مہوش شہزاد

کسی دشمن کی نظر لگی کہ ہماری فرینڈ شپ کی FILE میں بے حسی کا VIRUS آ گیا۔ ممکن نہیں اسے چاہت کی WEBSITE سے DELETE کر دوں۔ جب بھی کھولنا چاہتا ہوں پلکوں کے ICONS بھر آتے ہیں۔ ذہن کے الجھے C.P.U پر اس کی یادیں۔ DOUBLE CLICK کرتی ہیں۔ کوئی تو ہو جو اسے کہہ دے میرے جیون کے KEY BOARD میں کسی دکھ کی گنجائش نہیں زندگی کیلئے سراسر Hard Disk ہے میں کہتا ہوں دل کا PASSWORD مجھ کو دے مجال نہیں خواب دنیا کے سناک شہزادے کو کپکپی بہت کپی دوستی کی COMMOND دوں بس میں نہیں۔
تہانیوں کی دھوپ میں سکتے نصیب کی FLOOPY میں اسے ہمیشہ کیلئے AVE کر دوں وہ مجھ سے CHATE نہیں کرتا نہ کرے مگر MOUSE سے ازل سے دکھی جیون کی SCREEN پر اس طرح سے DROG نہ کرے۔

معاونین تحائف

مجلس منتظم بزم ادب مندرجہ ذیل افراد/اداروں کا تہ 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: 2440459-4230775

تسلیم اینڈ کمپنی اسٹیشنرز

شاپ نمبر 9، حسن سینٹر، میریٹ روڈ، کراچی۔ فون: 4220342-2415636

سعید جنرل اسٹور

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

تاج بک سینٹر

مین بازار، کریم آباد، کراچی