

ماہنامہ

کراچی

# روحانی ڈائجسٹ

اپریل ۲۰۱۵ء

پچھلے مہینے کے نمبر کے ساتھ  
اور نئے نمبر کے ساتھ ساتھ

PDFBOOKSFREE.PK

کوئی شخص اپنے مکان میں اس  
قدر آگ نہ سلگائے کہ اس کا دھواں  
پڑوسی کے مکان میں داخل ہو کر تکلیف  
کاباعث ہو۔ (الحدیث)





# AUSTRALIAN



مطورہ کنونشن جس میں ۱۷ سے ۲۵ بیچرنگ اپنے میزبان ریگنڈ کے ساتھ ٹورلی کے  
 40 ماہر پرکار، براڈ اسٹریٹس کی کم کے مدین سے ایک نئے سٹریٹس کی شادی شروع ہونے سے  
 دیرینہ خواہش اور نئی دولت سے بالکل ہونے ہیں۔ ملت مطورہ ریگنڈس پر خصوصی توجہ  
 کے ساتھ کہتے ہیں۔ مطورہ ریگنڈس، سلطان اور نئی کنونشن خوشیوں کی بھاری۔

- ۱۔ اولگنڈو ہوسٹا
- ۲۔ سرریٹر اولگنڈو ہوسٹا
- ۳۔ پینٹھیا
- ۴۔ لیسر ہوسٹا
- ۵۔ ایڈا ہوسٹا
- ۶۔ لوٹو ہوسٹا
- ۷۔ ڈسٹ لاک
- ۸۔ ڈسٹ لاک
- ۹۔ ڈسٹ لاک
- ۱۰۔ ڈسٹ لاک

## پولاد پیر کے سفر چرچا پورا

مشاورت کیلئے تشریف لائیں۔ ہفتے کے 7 دن

www.conceptcyber.net.pk  
 061-2018058 - 061-2018058

116 A  
 042-35853674 - 35853675, 35853676  
 042-35853677

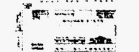
022-2780375 - 022-2780376

32-A  
 021-35862353, 35862367  
 021-35371452, 35371453  
 021-35878907

concept@cyber.net.pk  
 www.acimc.org

041-8540226 - 041-8540227

074-4164983, 074-4040045





بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

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

جلد: 37 شماره: 5

اپریل 2015ء / جمادی الثانی 1436ھ

فی شماره: 80 روپے

کراچی

ماہنامہ

ممبر: آل پاکستان نیوز پیپر سوسائٹی

سالانہ خریداری کی شرح

پاکستان (بندوبست جسٹس)..... سالانہ 850 روپے  
بیرون پاکستان کے لیے..... سالانہ 700 امریکی ڈالر

خط کتابت کا پتہ

1-D, 1/7، ناظم آباد کراچی 74600

پوسٹ بکس 2213

فون نمبر: 021-36685469

فیکس 021-36606329

ای میل / فیس بک / ویب سائٹ

roohanidigest@yahoo.com

digest.roohani@gmail.com

facebook.com/roohanidigest

www.roohanidigest.net

سرپرست اعلیٰ  
اَبْدَالْحَمْدِ قَلْبِدْرُ بَابِ اَبُو الْوَلَدِ

چیف ایڈیٹر

خواجہ شمس الدین عظیمی

سینئر ایڈیٹر

ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی

پنا آقا: ای سرہانی نیوز سٹیشن

اعزازی معاون

سہیل احمد

35



91



15



29



اس ماہ بطور خاص.....

امتی ویل کا آئیہ.....

نیویارک کے ایک مکان میں 1975ء میں پراسرار واقعات کا ایک سلسلہ شروع ہوا۔ چالیس برس گزر جانے کے باوجود یہ مکان آج بھی پراسرار محسوس ہوتا ہے۔ واقعہ پر کئی ناولز اور کتابیں لکھی گئی، ٹی وی پر دستاویزی پروگرامز اور درجنوں فلمیں بن چکی ہیں۔

35..... ❖❖❖

آپنیے کاراز.....

انگلش رائٹز اگاتھا کریسٹی کے قلم سے حیرت اور تجسس پیدا کرنے والی ایک پراسرار کہانی.....

91..... ❖❖❖ ترجمہ: شاہد احمد

عقل حیران ہے، سائنس خاموش ہے.....

ناسٹر ڈیکس۔ وہ شخص جو آنے والا کل دیکھ سکتا تھا۔

سواہیس صدی میں کئی گئی حیرت کن پیشین گوئیں

51..... ❖❖❖

آلودگی کا عفریت.....

کیا زمین کو نگل جائے گا؟... سائنسدانوں نے متنبہ کیا ہے کہ اب انسانیت اور چار کے وقت پر زندگی گزار رہی ہے۔

15..... ابن وصی

من کی آلودگی.....

دل کی آلودگی پر نظر ڈالنے کے لیے ایک زاویہ نظر سے دیکھنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ آدمی کو پتہ ہی نہیں چلتا کہ اس کی شدید نفرت خود اسے ہی کھائے جا رہی ہوتی ہے۔

25..... اشفاق احمد

مانسٹر فلٹیس

اس وقت مغربی دنیا کے کئی اداروں میں مانسٹر فلٹیس کی ٹیکنکس اور اس کے مفید اثرات زیر بحث ہیں۔ مانسٹر فلٹیس کو بہت حیرت سے عملی زندگی میں اپنایا جا رہا ہے۔

29..... شاہینہ جمیل

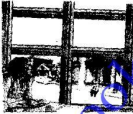
- نور الہی نور نبوت.... اللہ اور اُس کے رسول کا فرمان....  
 06.... خواجہ شمس الدین عظیمی  
 صدائے جرس.... انسان کی علمی ترقی نے فضا کو زہر آلود کر دیا ہے۔  
 07.... خواجہ شمس الدین عظیمی  
 حق الیقین.... آج انسان کو بقاء کے چیلنجر کا سامنا ہے۔  
 11.... ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی



61

عجیب.... ہاؤس بنا کر گناہ سے بچنے کا  
 دنیا بھر میں بے پناہ خوبصورتی والی جھیلیں لاقعدا ہیں، مگر کچھ جھیلیں ایسی بھی ہیں،  
 جنہیں اپنی پر اسرار اور حیرت انگیز خصوصیات کے باعث مشہور ہیں۔

- راہِ نجات.... سات سو سال قبل پیدا ہونے والے شخص کی حیران کن پیشین گوئیاں.... اور یا مقبول جان.... 71  
 روحانیت کا سفر.... اولیاء اللہ اور اہل اللہ کی نظر و وسیع اور ہمہ گیر ہوتی ہے.... انسور یوسف.... 75



79

ایک لباس آدمی  
 وہ ہر روز اسی لباس میں وارد ہوتا۔ جی چاہتا اس سے پوچھوں کہ کیا تمہارے پاس کوئی اور چٹوٹا  
 اور بشرت نہیں ہے....؟  
 احمد ندیم قاسمی.... 79

- آزمائش... اقتدار یا اختیار ایک طرح کی آزمائش ہوتی ہے....  
 77.... ڈاکٹر صفدر محمود  
 راستے بند ہیں... وہ میلہ دیکھنے آیا ہے اور اُس کی جیب میں چھوٹی گڑی بھی نہیں.... محمد منشاء یاد.... 90  
 جتنی حساسیتی زندگی.... زندگی کا ایک رخ یہ بھی ہے۔ آپ جتنی کہانیوں پر مشتمل سلسلہ.... 105  
 غلطی کا اعتراف.... زندگی کو خوشگوار بنا دیتا ہے۔  
 115.... مصباح شمیخ  
 سرال کرۃ اسماں ہے.... پر سکون زندگی گزارنے کے لیے حکمت عملی ضروری ہے۔ نادیہ طارق.... 117



119

بچے، کھیل اور لڑائی....  
 بچوں کے معاملے میں والدین کو یہ جاننا ضروری ہے کہ فیصلہ کرنا چاہیے....



نوڈ پوائنٹنگ۔ اپنی غذا کو محفوظ بنائیے.... آج سادہ عفت میسر ویل کمپن فار ہارٹھیٹھ.... ❖❖❖.... 127

65



یہ ہے پاکستان



179

83



پارس

دلچسپ خبریں، حیرت انگیز واقعات اور ایجادات  
 بلوچستان کا دوسرا بڑا شہر....  
 ایک لڑکی کی کہانی جسے روحانی راہوں پر چلنا تھا



147

کیل ہسپتال کے پاکٹ ٹرانسپورٹ پاس...

وہ قدرتی اشیاء جو ہماری جلد کے لیے بہترین ثابت ہوتی ہیں۔

محمد اسامہ نعیم... 121

طوبی دانش... 131

پیسروں کی حفاظت کیجیے... یہ آپ کا بوجھ اٹھاتے ہیں...

ردا جبار... 137

مولی صحت بخش سبزی... کئی بیماریوں سے حفاظت کرتی ہے...

سارہ اسد... 141

کالی مسرچ... مسالوں کی ملکہ ہے...

135



کھانا کھانے والے سے کھائیے... اور دوسرے کھائیے...

ایک کھانے کے بعد جلد ہی دوسرا کھانا کھانے سے معدہ خراب ہو جاتا ہے اور معدے کی خرابی کی دوسرے امراض کو جنم دیتی ہے۔

حکیم عادل اسمعیل... 151

طسی مشورے... زخم معدہ (اسر) سے حفاظتی تدابیر...

اشرف سلطمانہ... 157

گھر کا معالج... ایسے مسائل جن کا حل ہمارے گن میں موجود ہے...

اشرف سلطمانہ... 157

اشرف باجی کے ٹوٹکے... روزمرہ زندگی میں کام آنے والے گھریلو نسخے...



143

حشر و خوف... قدرت کا خزانہ

خشک بیوہ جات میں اخروٹ بڑی اہمیت رکھتا ہے۔ اپنے غذائی موادوں کے سبب

جسم میں طاقت اور حرارت کا احساس دلاتا ہے۔ کشور کنول... 143

163

کیفیات مسر آقبہ... مراقبہ کے دوران مختلف کیفیات کا احوال...

167

قرآنی انسائیکلو پیڈیا... قرآنی الفاظ کی تشریحات...

169

روحانی سوال و جواب... روحانی مسائل سے متعلق سوالات کے جوابات...

183

بچوں کا روحانی ڈائجسٹ... بچوں کے لیے کہانیاں، لطیفے اور پہیلیاں...

201

روحانی ڈاک... آپ کے مسائل کا حل ڈاکٹر و فارمیست عظیمی کے قلم سے...



175

روحانی استاد



123

صحت مند زندگی



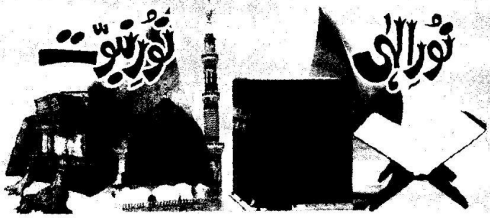
159

ایڈریٹل گائیڈ

بچپن میں درس قلم روحانی ڈائجسٹ سے منتخب تحریر

زندگی میں بہتری لانے کا علم

انسانی جسم کی کہانی، اس کی بنی بنی



کائنات کے تخلیقی نظام پر غور و فکر کیا جائے تو کائنات میں عناصر کی ترکیب میں فطری توازن، ہم آہنگی، ایک منظم اور باقاعدہ حکمتِ عملی جہاں نظر آتی ہے۔ اسی نکتہ کو خالق کائنات نے قرآن پاک میں یوں بیان فرمایا ہے۔

ترجمہ: ”اور وہی ہے جس نے آسمانوں اور زمین کو باقاعدہ پیدا کیا۔“ (سورہ انفاس۔ آیت 73)

ترجمہ: ”جس نے پیدا کیا اور تناسب قائم کیا۔“ (سورہ الاعلیٰ۔ آیت 2)

ترجمہ: ”اور زمین کو ہم نے پھیلا دیا ہے اور اس پر پہاڑ ڈال دیئے، اور اس میں ہم نے ہر چیز ایک

معیار مقرر سے لگا دی۔“ (سورہ حجر۔ آیت 19)

فطری ماحول کی اہمیت و افادیت قرآن و احادیث میں جا بجا آئی ہے۔ اللہ تعالیٰ نے قرآن میں انتباہ فرمایا ہے کہ:

ترجمہ: ”آسمان کو اس نے بلند کیا اور میزان قائم کر دی اس کا تقاضہ ہے کہ تم میزان میں خلل نہ

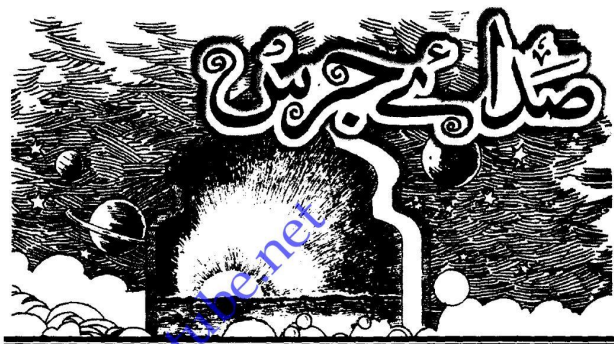
ڈالو۔“ (سورہ رحمن آیت 7-8)

اللہ کے آخری نبی حضرت محمد ﷺ نے درختوں کو کاٹنے کی واضح ممانعت کی ہے۔ حتیٰ کہ حالت جنگ میں بھی درخت کاٹنے سے منع کیا گیا ہے۔ ہم دیکھتے ہیں کہ مسلمان کوچوں کو اس بات کی ہدایت تھی کہ وہ عمارتوں، مصلیوں، درختوں، میوہیوں اور چشموں کو برہاندہ نہ کریں۔ [تبیقی: موطا امام مالک]....

آپ ﷺ کا فرمان ہے کہ کوئی مومن ایسا نہیں ہے جو کوئی درخت لگائے اور اس سے انسان اور پرندے فائدہ اٹھائیں اور اس کا لٹے ثواب نہ ملے۔ [صحیح مسلم] تعلیمات نبوی تو یہاں تک ہیں کہ اگر قیامت واقع ہو اور تمہارے ہاتھ میں پودا ہو تو اسے زمین میں لگا دو۔ [مسند احمد]

اللہ کے رسول حضرت محمد ﷺ کی تعلیمات میں ہے کہ ”نہ نقصان دو اور نہ ہی نقصان اٹھاؤ“ [سنن ابن ماجہ؛ مسند احمد؛ مستدرک حاکم؛ موطا امام مالک]۔ مسلمان تو وہی ہے جس کی زبان اور ہاتھ (کی اینٹ) سے دوسرے محفوظ رہیں۔ اللہ کی قسم وہ مومن نہیں ہو سکتا، جس کا ہمسایہ اس کے شر سے محفوظ نہ ہوں۔ [صحیح بخاری؛ صحیح مسلم]

حضرت معاویہ بن حبیہ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے ہمسایوں کے حقوق کا درس دیتے ہوئے فرمایا کہ ہمسایوں کا تم پر یہ حق ہے کہ اگر وہ بیمار ہو تو اس کی عیادت کرو، اگر انتقال ہو جائے تو جنازے میں شرکت کرو اور اگر قرض مانگے تو اس کو قرض دو اور اگر کوئی برکام کر بیٹھے تو پرہیزگار اور اگر اس کو کوئی خوشی ملے تو مبارک باد دو اور اگر کسی مصیبت کا شکار ہو جائے تو تعزیرت کرو اور اپنی عمارت کو اس کی عمارت سے اس قدر بلند نہ کرو کہ اس کے گھر کی ہو اہند ہو جائے اور تمہارے گھر کا دھواں اس کے لیے تکلیف کا باعث نہ ہو۔ [معجم الکبیر طبرانی، تبیقی]



ہم جب اللہ تعالیٰ کی تخلیق پر غور کرنے کے لیے قرآن پاک سے رجوع کرتے ہیں تو یہ بات سامنے آکر یقین بن جاتی ہے کہ باوجود اس کے Matter ایک ہے، تخلیقی قاعدے ضابطے اور طریقے ایک ہیں، مخلوق کے اندر طبعی نفا سے یکساں ہیں، عقل و شعور سب میں ہے یہ الگ بات ہے مگر اس میں شعور زیادہ ہے کسی میں کم ہے اور کسی میں بہت کم ہے باوجود ان تمام مشترک چیزوں سے ہم یہ دیکھتے ہیں کہ ہر تخلیق کی انفرادیت اپنی جگہ قائم ہے۔

انفرادیت کے دورخ ہیں۔

ایک رخ اجتماعی حیثیت رکھتا ہے اور دوسرا رخ انفرادی شخصیت کے روپ میں موجود ہے۔ اجتماعی رخ کو ہم نوع کا نام دیتے ہیں اور انفرادی رخ کو ہم فرد کہتے ہیں۔ ہر نوع کا ہر فرد الگ اپنی ایک حیثیت، شکل و صورت، رنگ و روپ اور نقش و نگار رکھتا ہے۔

طوطے کی نوع کے تمام افراد کی شکل ایک ہے۔ کبوتر کی نوع کے افراد کی شکل و صورت ایک ہے۔ اس طرح اللہ تعالیٰ کی جتنی بھی مخلوقات ہیں وہ نوعی اعتبار سے جو شکل رکھتی ہیں وہی شکل و صورت انفرادی ہے۔ یہ بات ایسی ہے کہ اس میں زیادہ تفکر کی ضرورت پیش نہیں آتی۔ انسانی مشاہدات ہر وقت اس صورت حال سے آشنا ہیں۔ نوعی تنوع پر غور کرنے سے یہ بات سامنے آتی ہے کہ نوع کا مختلف ہونا اس بات کی علامت ہے کہ نوع کے خد و خال میں معین مقداریں کام کر رہی ہیں۔ بکری کی نوع میں اللہ تعالیٰ نے جو معین مقداریں رکھ دی ہیں وہ معین مقداریں جب متحرک



ہوتی ہیں تو اس کے نتیجے میں بکری ہی متحرک ہوتی ہے ایسا نہیں ہوتا کہ بکری کے پیٹ سے کبوتر پیدا ہو جائے یا کبوتر کے پیٹ سے بکری پیدا ہو جائے....

یہ معین مقداریں نہ صرف زمین کے اوپر موجود مخلوق میں نظر آتی ہیں بلکہ کائنات کی ہر تخلیق کے ہر جزو میں یہ مقداریں کام کر رہی ہیں۔ ان مقداروں کا اہم کام یہ ہے کہ جب یہ آپس میں رو و بدل ہوتی ہیں یا ان کا آپس میں ایک دوسرے کے اندر انجذاب ہوتا ہے تو مختلف رنگ اختیار کر لیتی ہیں۔ یہ رنگ ہی دراصل کسی نوع کے خدوخال بن جاتے ہیں۔ اب تخلیقی فارمولا یہ بنا کہ Matter ایک ہے، ڈائیاں مختلف ہیں۔ ڈائی کی تخلیق اس طرح عمل میں آئی ہے کہ ڈائی Matter کو اپنے اندر محفوظ کر کے اس طرح متحرک کرتی ہے کہ Matter مختلف اور معین مقداروں میں تبدیل ہو جاتا ہے جب یہ معین مقداریں ایک دوسرے میں مل کر چوست ہو کر ضرب کھاتی ہیں تو کوئی ایک رنگ بنتا ہے اور جب ایک رنگ دوسرے رنگ میں جذب ہوتا ہے تو تیسرا رنگ بنتا ہے، نتیجے میں بے شمار رنگ وجود میں آجاتے ہیں اور یہ بے شمار رنگ ہی اللہ تعالیٰ کی کائنات ہیں۔

سَبَّحَ اسْمُ رَبِّكَ الْأَعْلَى ۝ الَّذِي خَلَقَ فَسَوَّى ۝ وَالَّذِي قَدَّرَ فَهَدَى ۝

(سورۃ الاعلیٰ: 1-3)

اللہ تعالیٰ نے قرآن پاک میں ارشاد فرمایا ہے... پاک اور بلند مرتبہ ہے وہ ذات جس نے تخلیق کیا برابر اور معین مقداروں کے ساتھ اس کو ہدایت بخشی۔

یہ بات ہم پھر عرض کرتے ہیں کہ ہم اس بات پر پوری طرح روشنی ڈال چکے ہیں کہ زندہ رہنے کے لئے جذبات و احساسات تمام زمینی اور آسمانی مخلوق میں موجود ہیں اور جو کچھ موجود ہے وہ یکساں ہے۔ کائنات کا ہر ذرہ باشعور ہے۔ کائنات کے ہر ذرے کے اندر زندگی قائم رکھنے کے لئے تمام جذبات و احساسات موجود ہیں۔ کائنات کا ہر ذرہ اس بات کا شعور رکھتا ہے کہ وہ مخلوق ہے، اس کو پیدا کرنے والی کوئی ہستی موجود ہے۔ کائنات میں موجود ہر شے اس بات کا علم بھی رکھتی ہے کہ میں نوعی اعتبار سے اپنی ایک حیثیت رکھتی ہوں مثلاً یہ ہے کہ بکری یہ بات جانتی ہے کہ وہ بکری ہے اور بکری اس بات سے بھی واقف ہے کہ اس کی طرح چلا پیروں پر چلنے والا جانور بھیڑیا ہے جس سے اس کو اپنی حفاظت کرنا ہے۔

بکری اس بات کا بھی شعور اور علم رکھتی ہے کہ ایک دوسرے نوع آدمی سے بالکل اسی طرح

جس طرح آدمی اس بات کا شعور رکھتا ہے کہ یہ بکری کی نوع ہے، یہ گھوڑے کی نوع ہے، یہ بھیڑیاس کی نوع ہے یا یہ درخت کی نوع ہے۔

روحانیت میں یہ بات نہ صرف یہ کہ علمی طور سے سمجھائی جاتی ہے بلکہ اس بات کا مشاہدہ بھی کرا دیا جاتا ہے کہ درخت بھی اپنی نوع سے اس طرح واقف ہے جس طرح آدمی اپنی نوع سے اور خود سے واقف ہے۔ ایک زمانہ ایسا تھا کہ انسان غاروں میں رہتا تھا پھر ایک زمانہ ایسا آیا کہ اس نے پتھر کا استعمال سیکھ لیا۔ پھر ایک زمانہ ایسا بھی آیا کہ وہ کسی طرح آگ کے استعمال سے واقف ہو گیا پھر دھات کا زمانہ آیا اور بتدریج ترقی کرتے کرتے انسان ایسے مقام پر پہنچ گیا کہ جس مقام پر بظاہر درخت اور دوسری نوعیں ہمیں نظر نہیں آتیں۔

بظاہر یہ بات سامنے ہے کہ آدم کے زمانے میں درخت کی جو حیثیت تھی اب بھی درخت اسی حیثیت میں موجود ہے۔ اس نے کوئی ایسی ترقی نہیں کی جس کی بنیاد پر یہ کہا جائے کہ آدم کی طرح درخت بھی ایک ترقی پذیر قوم یا نوع ہے۔

یہ بات بظاہر صحیح ہے لیکن یہ بات ہمیں مانتی پڑے گی کہ انسان نے جیسے جیسے ترقی کی ہے اور ترقی کی مناسبت سے جو جو مصائب، مشکلات، پریشانیاں اس کو پیش آتی رہیں وہ اس ترقی یافتہ دور سے پہلے کے دور میں نہیں تھیں۔ انسان نے علوم کی ترقی کے ساتھ ساتھ جب مصائب و آلام کا انبار اپنے گرد جمع کر لیا تو اس نے اس مسائل سے نکلنے کے لئے جدوجہد اور کوشش کی اور فضا میں جو گھٹن اور زہریلے مادے اس نے پیدا کر دیئے ہیں ان سے بچاؤ کے لئے بے شمار تدابیر اختیار کیں۔ جس کے نتیجے میں نئے نئے علاج و معرود میں آئے اور نئی نئی ترکیبیں ایسی پیش کی گئیں جن ترکیبوں سے اور جن تدبیروں سے وہ ان مصیبتوں اور پریشانیوں کو دور کر سکے۔

یہ بات زیر بحث نہیں ہے کہ انسان نے تخلیق کردہ مصیبتوں، پریشانیوں اور عدم تحفظ کے احساس پر کس حد تک کنٹرول حاصل کیا ہے اور وہ کسی حد تک بے بس ہے۔ بتانا یہ ہے کہ انسان کی علمی ترقی نے فضا کو (Atmosphere) کو زہر آلود کر دیا ہے۔



غور کیا جائے تو یہ ظاہری زندگی کا عام مشاہدہ ہے کہ ہم زماں یا نائیم کی گرفت کو اپنے اوپر سے توڑ بھی سکتے ہیں اور اپنے اوپر مسلط بھی کر لیتے ہیں۔ مثلاً ہمیں کوئی کام کرنا ہے۔ اس کام کو اگر قاعدے

اور طریقے سے کیا جائے تو وہ ایک گھنٹے میں پورا ہو جاتا ہے لیکن اگر ہم نہ چاہیں تو یہ ایک گھنٹے کا کام ہفتوں اور مہینوں میں بھی پورا نہیں ہوتا۔

کہا جاتا ہے کہ زندگی کا وقت معین ہے لیکن مشاہدات اور تجربات اس بات کا انکشاف کر رہے ہیں کہ زندگی کے ماہ و سال بھی آدمی اپنے اختیار اور ارادے سے گھٹا اور بڑھا سکتا ہے۔ ایک آدمی ان عوامل میں زندگی گزارتا ہے جن میں زندگی میں کام آنے والی طاقتوں اور صلاحیتوں کا اسراف بیجا ہوتا ہے۔ وہ ایسی غذائیں استعمال کرتا ہے جن سے آدمی کی صحت متاثر ہوتی ہے۔ اس کے دماغ پر غم و فکر کے ایسے خیالات چھائے رہتے ہیں جن کے دباؤ سے اس کے اعصاب مضطرب اور ڈھیلے پڑ جاتے ہیں۔ نتیجے میں ایسے آدمی کی عمر کم ہوتی ہے۔

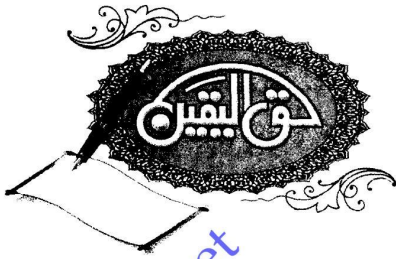
اس کے برعکس ایک آدمی کو اوقات زندگی کو بہت مختصر کر دیتا ہے۔ غم و آلام اور فکر کو اپنے قریب نہیں پھینکتے نہیں دیتا، ایسی غذائیں استعمال نہیں کرتا جو خون کو کمزور کرتی ہیں یعنی تمباکو، نشیات وغیرہ ایسے صاف ستھرے ماحول میں رہتا ہے۔ جہاں فضا زہر آلود نہیں ہوتی نتیجے میں ایسے آدمی کی عمر بڑھ جاتی ہے۔

یہ وضاحت ہے اس بات کی کہ زمانیت کے بھی دورخ ہیں۔ ایک رخ وہ ہے جس میں آدمی کے اندر کام کرنے والی انرجی (Energy) یعنی وہ صلاحیت، وہ طاقت یا وہ لہریں جو اس کی زندگی کو قائم رکھتی ہیں، کم زیادہ خرچ ہوتی ہے کہ آدمی اعصابی طور پر کمزور ہو جاتا ہے، اس کے اعصاب جواب دے جاتے ہیں اور وہ بالآخر مر جاتا ہے۔

زمانیت کا دوسرا رخ وہ ہے کہ جس رخ میں کام کرنے والی لہریں ضرورت کے مطابق خرچ ہوتی ہیں اسراف بیجا نہیں ہوتا چونکہ لہریں اعتدال میں خرچ ہوتی ہے اس لئے ان کا ذخیرہ محفوظ رہتا ہے۔ ذخیرہ محفوظ رہنے سے آدمی کے اندر صلاحیتیں زیادہ طاقتور ہو جاتی ہیں اور وہ اس طاقت سے زمانیت کو مختصر اور بہت مختصر کر سکتا ہے۔

روحانیت میں مراقبہ ایک ایسا عمل ہے جس کے ذریعہ اس بات کی کوشش کی جاتی ہے کہ انسان کے اندر لہروں کا ذخیرہ زیادہ سے زیادہ حد تک محفوظ ہو جائے اور اس محفوظ ذخیرے کی طاقت سے اس کا اپنا اختیار اور ارادہ اس طرف سفر کرنے لگے جہاں سکون اور راحت کی زندگی موجود ہے۔





حقوق قوموں نے اپنے تحفظ کے نام پر بڑا مہلک ترین اسٹی ویکیا کی جھیا ر تو بنا لیے لیکن اس دنیا کو، نظام ہمسی کی اس منفرد کن زمین کو امن و سلامتی فراہم نہیں کی جاسکتی.... بلکہ دنیا آج پہلے سے زیادہ غیر محفوظ محسوس ہوتی ہے.... پندرہویں صدی کا انسان زمین کے مستقبل کے لیے بہت زیادہ فکر مند اور بالآخر نظر آتا ہے!...

یورپ کے تاریک دور میں جابجا چھو کریں کھاتے ہوئے، بادشاہت اور چرچ کے ہاتھوں ر سوا ہوتے ہوئے مغربی دانشور و سائنسدان اس نتیجے پر پہنچے کہ انسانی معاشروں کو منظم صورت میں چلانے، حکومت کو عوام کے سامنے جوابدہ بنانے اور عوام کو انصاف و مساویانہ مواقع فراہم کرنے کے لیے جمہوریت سب سے بہترین نظام ہے... لیکن یورپ کے حالات کا مشاہدہ یہ بتاتا ہے کہ وہاں جمہوریت نے حکومت عملداری کو تو مضبوط لیکن معاشرے کو کھوکھلا اور کمزور بنا دیا....

مغرب کی جمہوری مملکتوں میں عوام کے حقوق کے نام پر معاشرہ کی اپنی اکائی یعنی خاندان کو تباہی کا سامنا کرنا پڑا۔ ریاست عورت کے حقوق کی ضامن بن گئی لیکن ریاست کی طاقت کی حامل عورت گھر کی چھت سے اور خاندان کے تحفظ سے محروم ہو گئی۔ جب یورپ میں خاندان کا محترم و متبرک کا ادارہ زوال پذیر ہوا تو مردوں کے لیے عورت کا وجود محض جنسی تلذذ کا ذریعہ بن گیا۔ مردوں نے اولاد کی ذمہ داریاں قبول کرنے سے اجتناب برتنا شروع کر دیا، اولاد کی پرورش و نشوونما کی ذمہ داری عورت کو تنہا سنبھالنی پڑی، نتیجتاً یورپی معاشروں میں سنگل پھرت بچوں کی تعداد انتہائی تیز رفتاری سے بڑھنے لگی۔ جمہودی اداروں میں انسانی حقوق کے نام پر اور سراسر انسانی خواہش کی تکمیل میں نت نئے قوانین کی وجہ سے یورپی معاشروں میں بے شمار جوہروں نے نکاح کے ذریعہ فیملی تشکیل دینے کے بجائے کسی قانونی بندھن کے بغیر ساتھ رہنا شروع کر دیا.... نتیجتاً مرد، عورت اور بچے شدید عدم تحفظ اور ڈپریشن میں مبتلا ہونے لگے....

آج مہلک ترین جھیا روں کے انبار سے باوجود انسان خود کو غیر محفوظ سمجھتا ہے۔ جمہوری اداروں کے ذریعہ انسانی حقوق کے نام پر ہونے والی قانون سازی کے باوجود معاشروں کی بنیادیں کھوکھلی ہو رہی ہیں۔ مرد ہو یا عورت، بچے ہوں یا بوڑھے سبھی اور عاقلی احساس عدم تحفظ میں مبتلا ہیں۔

علم کے فروغ، سائنسی ترقی، مینا لوجی کے عروج اور قانون کی بالادستی کے اس دور میں جمہوری معاشروں کی Achievements یہ بھی ہیں کہ عورت اپنے گھر کی چھت اور تحفظ کے احساس سے محروم ہو رہی ہے، قانون کی پاسداری کا احساس اور نظم و ضبط بہت زیادہ

ہے لیکن انفرادی طور پر انھوں نے دیکھا تھا چارہ پایید ہوتا جا رہا ہے، ترقی یافتہ مغربی معاشروں میں بے شمار بچے ماں باپ کے ہوتے ہوئے سرکاری اداروں میں یتیمی کے احساس کے ساتھ پروان چڑھ رہے ہیں۔

انکس کے معاملات ہوں یا دفاع کے نام پر کیے جانے والے اقدامات ہر جگہ کمزور پر طاقتور کی بلا دستی نمایاں ہے۔ کہیں کھلے عام ڈنڈے کے زور پر اور کہیں طاقتوروں کو تحفظ فراہم کرنے والے قوانین کے ذریعے....

اکیسویں صدی کا انسان ایک عجیب پر فریب عالم میں رہ رہا ہے۔ اسے خلائی کی مادرائی زنجیروں میں جکڑ دینے کے باوجود یہ یقین دلایا گیا ہے کہ تم آزاد ہو، اپنی مرضی کے مالک ہو۔ تھوڑی بہت آزادی اسے دی بھی گئی ہے لیکن درحقیقت انسانوں کی اکثریت آج بھی چند طاقتوروں کے آہنی نظام کی غلام ہے۔ خلائی ختم نہیں ہوئی البتہ آقاہیت کے اور خلائی کے انداز بدل گئے ہیں۔ جدید دور کے ان آقاہوں نے سرف انسانوں کو اپنی منشا نہیں کیا بلکہ ان کی ہوس زور اور سکھرائی کے انداز نے اس پورے کرڈاروں کو داؤد پر لگا دیا ہے۔

سرمایہ دارانہ نظام میں انفرادی سوچ، خود غرضی، ذاتی مفادات کا چلن عام ہوا۔ اس چلن کے باعث نہ صرف انسانوں کو بلکہ ہماری اس زمین کے وجود کو بھی انتہائی سنگین خطرات لاحق ہو گئے ہیں۔ سرمایہ دارانہ نظام کے زیر اثر انسانوں کی اکثریت کو ایک پر فریب دور میں رہنے پر مجبور کرنا ہوا، خاندان کے متبرک ادارہ کی تباہی ہو، عائلی تحفظ سے عورت کی محرومی ہو، کرڈاروں میں اوزن کی تبدیلی کی نوبت پھوٹ ہو، زمین پر درجہ حرارت میں تشویش سے تیز رفتار اضافہ ہو، زمین پر آباد دوسری مخلوقات کے وجود کو لاحق خطرات ہوں، ایسی ہتھیاروں کے وجود سے زمین کی تباہی و بربادی کے خدشات ہوں یہ سب انسانوں کی منفی طرز فکر کے نتائج ہیں۔ خطرات و خدشات بے شمار ہیں لیکن ان کی بنیادی وجہ ایک اور ہے۔ صرف ایک ہے۔

یہ وجہ وحی کے زیر اثر پیغمبرانہ تعلیمات سے انسان کی نفی ہے....

اس ساری کائنات کا، آسمانوں اور زمین کا خالق اللہ ہے۔

انسان کے وجود خاکی کی تخلیق اس طرح کی گئی کہ اس میں اور زمین کے ماحول میں مطابقت Compatibility ہے۔ انسان کو اپنے خالق کو پہچاننے، خود اپنے وجود کو سمجھنے، بہتر اور منصفانہ معاشرہ تشکیل دینے اور زمین کے ماحول کو سمجھنے کے لیے ضروری سمجھ بوجھ عطا کی گئی۔ صحیح اور غلط میں تمیز کر سکی صلاحیت عطا کی گئی۔ الہامی ہدایات کے ذریعے صحیح عقیدے، درست راستے کی نشاندہی کر دی گئی اور انسان کو درست راہ پر چلانی ترغیب دی گئی۔

نوع انسانی کی بقا اور اس زمین کو ایک محفوظ، صحت افزا اور پر امن مقام بنانے کے لیے ضروری ہے کہ انسان اللہ کی مرضی و مشاء کو زیادہ سے زیادہ سمجھتے ہوئے خود کو اللہ کی مرضی کے تابع کر لے۔

اللہ کا ارادہ کیا ہے، اللہ کی مرضی اور مشیت کیا ہے؟ اللہ نے یہ راز اپنے حبیب نور اول، انسان کامل، خیر البشر، نبی آخر حضرت محمد رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے ذریعے نوع انسانی کو منکشف کر دیے ہیں۔

اللہ تعالیٰ نے اپنے حبیب حضرت محمد مصطفیٰ صلی اللہ علیہ وسلم کو تمام عالمین کے لیے رحمت بنایا اور رحمت اللعالمین صلی اللہ علیہ وسلم کے ذریعے ساری نوع انسانی کی ہدایت و رہنمائی کا اہتمام فرمایا۔ رحمت اللعالمین حضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم ساری نوع انسانی کے لیے مرنے والے معلم ہیں۔ نبی آخر الزماں صلی اللہ علیہ وسلم کے ذریعے اللہ نے انسان کو اچھائی اور

برائی کی، صحیح اور غلط راستوں کی تمیز عطا فرمادی۔

وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ۚ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ۗ  
قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا ۚ وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا ۗ

(سورہ الشمس: 91 آیت 10-7)

ترجمہ: "اور انسانی جان کی قسم اور اسے ہر طرح سے درست کر دینے والے کی قسم، اس (اللہ) نے اسے (انسان کو) خرابیوں کی اور پرہیز گاری کی تمیز عطا فرمادی۔ بے شک وہ کامیاب ہوا جس نے خود کو پاک کر لیا اور بے شک وہ ناکام ہوا جس نے خود کو برائیوں میں مٹوٹ کر لیا۔"

اکیسویں صدی کے انسانی معاشرے کو اوہ روپ، ایشیا (جاپان، چین، کوریا) یا آسٹریلیا کے ترقی یافتہ ملکوں پر مشتمل بزمِ خود فلاحی معاشرے ہوں یا افریقہ اور ایشیا کے ترقی پذیر یا غریب ملکوں پر مشتمل پسماندہ معاشرے ہوں، انسان ہر جگہ اضطراب، بے چینی، ذہنی کشاکش اور روح سے دوری میں مبتلا ہے۔ جہاں علم و تہذیب و قانون کی مضبوطی نظر آتی ہے وہاں خاندانی نظام تباہی کا شکار ہے۔ جہاں خاندانی نظام کچھ مضبوط ہے وہاں حکومتیں اور قانون کی عملداری کمزور نظر آتی ہے۔ انسان ان معاشروں میں بھی پریشان ہے جہاں کفر و الحاد کا غلبہ ہے اور وہاں بھی ٹیلی ویژن اور پریشان ہے جہاں مذہبی اقدار کی بالادستی محسوس ہوتی ہے....!

موجودہ دور کے انسان کو بقا کے حوالے سے مختلف چیلنجز کا سامنا ہے۔

تاریخ کے مختلف ادوار میں انسان کو خود انسان سے خطرات لاحق رہے ہیں۔ طاقتور قوموں نے کمزور قوموں پر غلبہ پانے کے لیے انتہائی سماجی کے ساتھ بے دریغ خون بہایا ہے۔ انسانوں کو بیماریوں اور قدرتی آفات مثلاً سیلاب، خشک سالی، زلزلوں وغیرہ سے بھی خطرات لاحق رہے ہیں۔ موجودہ دور کے ترقی یافتہ انسانوں کو آج واپائی امراض، سیلاب، خشک سالی اور زلزلوں سے وہ خطرات لاحق نہیں ہیں جو انہیں خود اپنے ہی تیار کردہ انتہائی مہلک ہتھیاروں سے ہیں۔

آج کے انسان کو ایک نہایت سنگین خطرہ ہتھیاروں سے بھی نہیں بلکہ دولت مند اور طاقتور لوگوں کے نافذ کردہ غیر منصفانہ مالیاتی نظام سے ہے۔ یہ بے رحم اور ظالمانہ مالیاتی نظام سرمایہ دارانہ سوچ کے تحت وجود میں آتا ہے۔ اس سرمایہ دارانہ سوچ کے زیر اثر انسان خدمات و احساسات کا مالک کوئی جیتا جاگتا وجود نہیں بلکہ محض ایک ورکر ہے۔ اس "ورکر" کو بنیادی ضروریات اور کچھ تفریحات کی فراہمی اس لیے ضروری ہے تاکہ یہ مزدوری کرتے رہنے کے قابل رہے۔ اسے چند حقوق بھی اس لیے دینے ضروری ہیں تاکہ "مزدوروں" میں عدم اطمینان اور بے چینی پیدا نہ ہو....

انسان کے وجود کو لاحق سب سے سنگین خطرہ وہ ہے جو انسان کی خود غرضی اور نفساً نفسی کی سوچ کے باعث سامنے آیا ہے۔ یہ خطرہ ہے انسانوں کی بد اعمالیوں کے باعث اوزون کی تہ کی بربادی اور زمین کے درجہ حرارت میں اضافہ.... آج زمین کے سرسبز و شاداب میدانوں، برف پوش پہاڑوں، دریاؤں، نہروں اور زمین کی زرخیزی کو شدید خطرات کا سامنا ہے۔ زمین پر بسنے والے انسانوں کو اپنے جیسے لیکن طاقتور انسانوں سے خطرہ ہے۔ کمزور ہوں یا طاقتور ہر طرح کے انسانوں کو اعلیٰ اقدار کی پامالی کا سامنا ہے۔ خواتین کو اپنی تکمیل کا مسئلہ درپیش ہے تو مردوں کو بوزگار کی کمیابی، حالات کار کی بہتری کا مسئلہ ہے.... غرض اس زمین پر آج کوئی بھی سکون سے نہیں۔ اس عدم تحفظ، بے سکونی اور اضطراب کے باعث انسان

کے لیے ضروری ہو گیا ہے کہ وہ کسی نہ کسی طرح اپنی بقا کے راستے تلاش کرے۔

انسانی وجود روح اور جسم کا مجموعہ ہے۔ انسان کو انفرادی اور معاشرتی سطح پر درپیش مسائل کا حل تلاش کرتے وقت انسانی وجود کے باطنی حصے یعنی روح کو قرار دینا واقعی اہمیت دینا لازمی ہے۔ انسان کو اللہ تعالیٰ نے عقل و شعور کی نعمت عطا کی ہے۔ انسانی عقل و شعور کو وحی کے ذریعہ رہنمائی عطا کی گئی ہے۔ وحی ایک خالصتاً روحانی کیفیت یا اللہ کے احکامات و ہدایات کی وصولیاتی کارروائی ذریعہ ہے۔ وحی کی شکل میں کامل ترین ہدایات اللہ نے اپنے آخری نبی حضرت محمد مصطفیٰ صلی اللہ علیہ وسلم کے ذریعہ نوع انسانی کو عطا فرمادی ہیں۔

علوم ظاہرہ کے پروردہ بڑے سے بڑے دانشور جب بھی اپنی عقل و دانش کے بل بوتے پر انسان کی شخصیت کو سمجھنے کے دعوے کریں گے اور انسانی خواہشات کی تکمیل کے حوالے سے انسان کے محض مادی رخ کو اہمیت دیں گے ان سے مسلسل و متواتر غلطیاں سرزد ہوتی رہیں گی۔ ان غلطیوں کے باعث انسان کے اوپر سے نہ تو کلامی کی غیر مرئی زنجیریں ٹوٹیں گی نہ انسانی معاشروں میں اعلیٰ اقدار کو فروغ ملے گا۔ نہ ہی اس کردار کے ماحول کی حفاظت ہو پائے گی بلکہ وحی کی روشنی سے محروم انسانی دانش کے ذریعہ بنائے گئے قوانین و ضابطے انسان کے لیے دنیا اور آخرت میں خسارے کا ذریعہ بنتے رہیں گے۔

اس دنیا میں نوع انسانی کو جب بھی خطرات و تباہی کا سامنا ہو، ان خطرات کا سدباب صرف اور صرف وحی الہی سے منور طرز فکر کے تحت ہی ہو سکتا ہے۔ اس وجہت، تعمیری، پراخلاص، متبرک طرز فکر کا شیخ حضرت محمد رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم پر نازل ہونے والا کلام یعنی قرآن اور حضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم کی تعلیمات نوع انسانی کو، اس زمین پر آباد تمام مخلوقات کو اور اس کردار کے ماحول کی صفات فراہم کرتی ہیں۔ ان روشن اور پاییدہ تعلیمات پر عمل کرنے سے انسان اس دنیا میں بھی کامیابیاں پاتا ہے اور آخرت میں بھی اسے کامیابیاں نصیب ہوتی ہیں۔

وَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَآمَنُوا بِمَا نُزِّلَ عَلَيْنَا مِنْ رَبِّهِمْ كَقُرْ  
عَنْهُمْ سُبْحَانَ اللَّهِ وَأَصْلَحَ بِاللَّهِ ۝

(سورہ محمد: آیت 2)

ترجمہ: اور جو لوگ ایمان لائے اور اچھے کام کیے اور اس (کتاب) پر بھی ایمان لائے جو ہم (میں سے) اتاری گئی ہے اور وہی ان کے رب کی طرف سے حق ہے (اللہ نے ان (لوگوں) کے گناہ دور کر دیے اور ان کے حال کی اصلاح کر دی۔  
نوع انسانی کو اس کی بقا اور فلاح کا یہ پیغام پہنچانا اب امت مسلمہ کی ذمہ داری ہے۔  
کیا آج کی امت مسلمہ کو اس عظیم فریضہ کا احساس ہے...؟ اور کیا یہ امت آج اس فریضہ کی ادائیگی کے لیے خود کو تیار کر رہی ہے...؟

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# الودیوں کا عفریت الہد کی کا عفریت کیا زمین کو نکل جائے گا...؟



مشہور سائنس دان اور انیکولو جسٹ آر تھر چارج نائلس A.G Tansley کے پیش کردہ نظریہ کے مطابق زمین کے چاروں طرف پھیلی ہوئی فضاء میں ایک عظیم الشان حیاتیاتی ماحول Giant Echo System قائم ہے، اس سسٹم کے تحت تمام فطری کواں انتہائی درجہ کے نظم و ضبط کے ساتھ اپنی ذمہ داریوں سے ہمہ برآء ہوتے ہیں، یہ نظم و ضبط ہمیں سورج کے مخصوص درجہ حرارت، زمین کی مخصوص گردش، گیہوں کی ترقی، مقدار، نباتات، حیوانات، معدنیات وغیرہ کی مختلف اقسام کی شکل میں نظر آتا ہے۔ یہ تمام چیزیں نہ تو بے مقصد ہیں اور نہ ہی ایک دوسرے سے مکمل آزاد، یعنی ہر ایک کی فضاء کا

دار و مدار ایک دوسرے پر ہے۔ اس کرۂ ارض پر تمام مخلوقات کا ارتقاء اور اس کی بقاء قدرت کے نظام کے مطابق ہے۔ اگر اس نظام میں ایسی تبدیلی پیدا ہو جو کہ کرۂ ارض کے Ecosystem کو غیر متوازن کر دے تو تمام ارضی حیات کو حتمی آلودگی سے خطرناک حد تک نقصان پہنچے گا۔

آج ہماری زمین مختلف النوع مسائل سے دوچار ہے۔ افسوس ناک امر یہ ہے کہ ان مسائل کا ذمہ دار اسی زمین کا باسی انسان ہے۔ انسان نے خود ہی ماحول کو تباہ کرنے میں کوئی کسر اٹھانیں رکھی۔ انسان ہمیشہ اسے آلودہ کرنے کا حصہ دار بننا رہا ہے۔

زمین پر انسانی زندگی کی ابتداء کے بعد اس کے قدرتی ماحولیاتی درجہ حرارت میں پہلی تبدیلی تب سے

منا کے 192 سے زیادہ ممالک میں ہر سال 22 اپریل کو "ہار تھ ڈے" منایا جاتا ہے۔

زمین پر انسان کی سرگرمیاں زمین کے ماحول کو متاثر کر رہی ہیں۔ جس کے وجہ سے گلوبل وارمنگ کا سبب بننے والی گیسوں میں ہر سال ریکارڈ اضافہ ہو رہا ہے۔ ہماری زمین کو درپیش موجودہ مسائل میں کریٹین باکس ایفیکٹ، کلیئیرنگ کا پگھلنا، سطح سمندر کی بندوبستی، قدرتی آفات میں اضافہ، موسموں کی تبدیلی، غذائی اجناس کی کمی، جنگلات کے رقبے میں کمی، مختلف حیوانات معدومیت کے خطرے سے دوچار ہونا، صنعتی آلودگیوں سے فضا اور پانی کا مضر صحت ہونا وغیرہ شامل ہیں۔



گنت آسانش میسر ہیں وہیں پہ ہمیں اس ترقی کی بھاری قیمت چکانی پڑ رہی ہے۔

ایکو سسٹم کا بگڑنا ہوا تو اوزن آج دنیا بھر کے لیے ایک سنگین مسئلہ بن چکا ہے۔ اوزن کی تہہ میں کمی، گلوبل وارمنگ، گرین ہاؤس ایفیکٹ، سونامی، گھدیشیر کا تیزی سے پھلنا، سمندر کی سطح بلند ہونا، ساحلی علاقوں میں خوفناک طوفانوں کا سلسلہ، سیلاب، زلزلے اور طرح طرح کی خطرناک وباؤں اور امراض اس بڑھتے ہوئے اوزن کا اظہار ہیں۔

**گلوبل وارمنگ / گرین ہاؤس ایفیکٹ**

ماحولیاتی آلودگی اور پوری دنیا کے بڑھتے ہوئے درجہ حرارت یعنی گلوبل وارمنگ کا تذکرہ آج کل عام ہو چکا ہے۔ اس حوالے سے اکثر آپ نے گرین ہاؤس ایفیکٹ کا نام سنا اور پڑھا ہوگا۔ شاید آپ میں سے اکثر لوگوں کو یہ بھی معلوم ہو کہ گلوبل وارمنگ اور گرین ہاؤس ایفیکٹ سے مراد کیا ہے۔

ہماری زمین کی فضا اور ماحول اس توازن کے حامل ہیں جو انسان اور دیگر جاندار کی بقا کے لئے ضروری ہے۔ ہماری زمین ایک فضائی غلاف سے ڈھکی ہوئی ہے، جسے اوزن کہا جاتا ہے، کہ وہ زمین پر زندگی کی حفاظت کے لئے ایک ڈھال کے طور پر کام کرتی ہے۔ اس حفاظتی نظام کی وجہ سے سورج کی ضرر رساں وائٹ شعاعیں زمین تک نہیں پہنچ پاتیں اور زمین کا ایک مناسب درجہ حرارت قائم رہتا ہے۔

زمین کی فضا میں موجود کاربن ڈائی آکسائیڈ، آبی بخارات اور دیگر گیسوں مثلاً میتھین اور کلورو فلورو کاربن گیسوں (CFCs) جنہیں گرین ہاؤس گیسز بھی کہا جاتا ہے، فضائی تبدیلی میں کلیدی کردار ادا کرتی



شروع ہو گئی تھی جب انسان نے پہلی بار آگ کی دریافت کی تھی۔ تب سے اب تک صدیاں گزرنے کے ساتھ ساتھ انسانی ذہن ترقی کرتا گیا۔ انسان نے اپنی ضروریات اور اپنے آرام و آرائش کے لئے کئی ایجادات کیں جو اسے زندگی کو بہتر طور پر گزارنے میں مددگار ثابت ہوئیں۔ وہ دوسرائی کی ڈیباہو یا مٹی کے تیل سے جلتا چراغ، کوئلہ ہو یا پٹرولیم، تیل سے جلتے والے سنو ہوں یا گیس سلنڈر سے جلتے والے گھڑی جو ہے، ڈیزل سے چلتے والی گاڑیاں ہوں یا ہوائی جہاز، ریل گاڑیاں ہوں یا ٹیکسٹریوں اور کارخانوں کی چیمینیاں، سب ہر وقت زہریلا دھواں اور گرمی اُگلتی رہتی ہیں۔ ہمارے ملک کے کسی صنعتی شہر میں ہوں یا دنیا کے دوسرے ممالک میں۔ زمین کا ہوائی کرہ مسلسل گرم سے گرم تر اور زہریلا ہوتا جا رہا ہے۔

آج کا ترقی یافتہ اور صنعتی دور میں انسان انتہائی تیزی کے ساتھ سیرسائیکل دور کی طرف گامزن ہے۔ سائنس و ٹیکنالوجی کے میدان میں ہونے والی بے پناہ ترقی سے انسان نے اپنے لائف سائیکل کو ماضی کے مقابلے میں بہت بہتر اور آسان بنا لیا ہے لیکن ... معیار زندگی کو بہتر بنانے کی ان انسانی کاوشوں کے قدرتی ماحول پر انتہائی بھیانک اثرات مرتب ہوئے ہیں۔ گلوبلائزیشن کے اس دور میں جہاں انسان کو ان

دُعا کا نام ہے

ہیں۔ ان گرین ہاؤس گیسز کی مخصوص مقدار سورج کی

سورج سے آنے والی زیریں سرخ

شعاعوں کے لئے شفاف واسطہ کی حیثیت گرین ہاؤس گیسز میں اضافہ (انفراریڈ) شعاعوں کو جذب کر لیتے ہیں۔ اسی وجہ سے زمینی سطح

اور فضا، دونوں کی گرمی میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ یہ کاربن ڈائی آکسائیڈ

ایندھن کے جلنے کے دوران پیدا ہوتی ہے چاہے وہ کھڑی کا ہو یا

پٹرول کا۔ کاربن ڈائی آکسائیڈ گیس اور آبی بخارات کے علاوہ، دوسری گرین

ہاؤس گیسیں بھی فضا میں شامل ہو کر گرمی میں اضافہ کا سبب بن سکتی ہیں۔ بس یہ گرین ہاؤس گیسوں کا زیادہ

استعمال کرتے ہیں تو ہم زمین کے ہر حصے کی آلودگی میں اضافہ کرتے ہیں۔ یہ آلودگی زمین کی فضا، سطح اور

سمندر سے ڈھکے علاقوں غرض ہر جگہ کو نقصان پہنچاتی ہے۔ گذشتہ صدی میں صنعتی ترقی کے باعث مٹی میں

کاربن ڈائی آکسائیڈ میں بے پناہ اضافہ ہوا ہے۔



رکھتی ہے، یہ گیسیں سورج کی روشنی کو گزرنے دیتی ہیں جس سے زمین کی سطح گرم ہوتی ہے۔ جب سورج کی بعض شعاعیں سطح زمین سے ٹکرا کر واپس فضا میں

چلی جاتی ہیں تو گرین ہاؤس گیسیں کچھ شعاعیں اپنے اندر جذب کر کے مرکز کر لیتی ہیں۔ یہ جذب شدہ شعاعیں فضا کو حرارت مہیا کرتی رہتی ہیں جو دوبارہ سطح زمین پر پہنچ کر زمین اور فضا کے اطراف ماحول کو توانائی اور حرارت بہم پہنچاتی ہیں۔

گرین ہاؤس گیسوں کی یہ خصوصیت گرین ہاؤس ایفیکٹ ہے جو زمین پر زندگی کو سپورٹ کرنے والے درجہ حرارت کو برقرار رکھنے میں مدد دیتا ہے۔ اب اگر کسی بھی وجہ سے اس گیس کی مخصوص مقدار میں فوری اضافہ یا کمی ہو جائے تو زمین کے قدرتی ماحول اور آب

وہوا کو سخت خطرات لاحق ہونے لگتے ہیں، ان گیسوں میں اضافہ کا عمل گلوبل وارمنگ کہلاتا ہے۔

گلوبل وارمنگ سے مراد زمین کی سطح اور نچلے کرۂ ہوائی کے درجہ حرارت بڑھ جانے کا

عمل ہے، یہ فضا میں کاربن ڈائی آکسائیڈ گیس کے اضافہ اور آبی بخارات کی زیادتی کے نتیجے میں ہوتا ہے۔ آبی بخارات اور کاربن ڈائی آکسائیڈ میں قدرتی طور پر

صلاحیت ہوتی ہے کہ یہ سورج

### گلوبل وارمنگ کے اثرات

حرارت کی مناسب مقدار وہ ہے، جس میں حیات پھلتی پھولتی ہے۔ اگر زمین کا قدرتی طور پر مقررہ درجہ حرارت بڑھ جائے تو پہاڑوں پہ

موجود برف پھل جائے گی جو شروع میں تو دریاؤں میں زیادہ پانی

آجانے کی وجہ سے سیلاب کا باعث بنے گی، بعد میں ان برفانی

ذخائر کے ختم ہو جانے کی وجہ سے پانی کی قلت ہو جائے گی۔ جس سے خشک سالی اور قحط جنم لے سکتے ہیں۔

زمین پر موجود قدرتی جنگلوں کا صفایا



گلوبل وارمنگ سے مراد زمین کی سطح اور نچلے کرۂ ہوائی کے درجہ حرارت بڑھ جانے کا

عمل ہے، یہ فضا میں کاربن ڈائی آکسائیڈ گیس کے اضافہ اور آبی بخارات کی زیادتی کے نتیجے میں ہوتا ہے۔ آبی بخارات اور کاربن ڈائی آکسائیڈ میں قدرتی طور پر

صلاحیت ہوتی ہے کہ یہ سورج

مقدار زیادہ ہونے کی وجہ سے ذہنی طور پر کمزور بچوں کی پیدائش میں اضافہ، دماغی امراض اضافہ یا ورس سسٹم میں خرابی ہونا۔

صنعتی کارخانوں کا فضلہ جسے پانی میں بہا دیا جاتا ہے یہ زمین کی اوپری سطح کو تباہ کرتا ہے اور زمین کے نیچے موجود بیٹھے پانی کے ذخائر کو آلودہ کرتے ہوئے سمندر میں پہنچتا ہے۔ یہ زہر آلود پانی اور جہازوں کا فضلہ تیل سمندر میں پھیلنے سے اوپر کی سطح سے جانوروں کو آہن نہیں مل پاتی، ان میں موجود بھاری عناصر سمندر کی تہ میں بیٹھ جاتے ہیں۔ اس وجہ سے وہاں موجود سمندری حیات کو شدید نقصان پہنچتا ہے اور اس طرح سے اس ماحول کو تباہ کر دیتے ہیں۔

## گلوبل وارمنگ کے خطرات

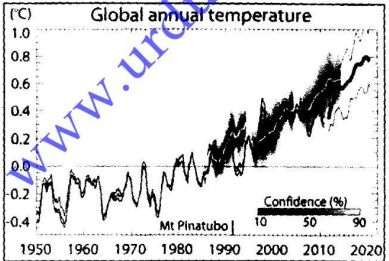
مختلف تحقیقات سے یہ بات سامنے آئی ہے کہ دنیا میں آبادی میں اضافے، صنعتی انقلاب، بڑے پیمانے پر جنگلات کی کٹائی، وسیع پیمانے پر معدنی ایندھنوں کے جلنے کے نتیجے میں گرین ہاؤس گیسوں اور گلوبل وارمنگ میں مسلسل اضافہ ہوتا ہے۔


ماہرین کا کہنا ہے کہ درجہ حرارت میں اضافہ کر کے ارض کو تباہی سے دوچار کر دے گا۔ سطح سمندر بلند ہونے سے متعدد ساحلی شہر ڈوب جائیں گے اور گرمائش بڑھنے سے متعدد اقسام کی حیات کے لیے زندہ رہنا مشکل ہو جائے گا۔ خشک سالی اور شدید بارشیں گلوبل وارمنگ کی نمایاں علامت ہیں۔ مختلف خطوں میں وقت سے پہلے گرمی یا سردی کا آغاز بھی گلوبل وارمنگ کے اثرات کو ظاہر کرتا ہے۔ سائنسدانوں کی ایک بہت بڑی

کر کے ایندھن کے لئے استعمال کرنا۔ زیر زمین طے والا کوئلہ، گیس اور پٹرولیم جب جلتا ہے تو ہوا میں گرمی اور آلودگی پیدا کرتا ہے۔ ماہرین سائنس کے مطابق کوئلہ اور پٹرولیم کا استعمال زمین کے ہوائی درجہ حرارت کو سب سے زیادہ گرم کر رہا ہے۔ اس وجہ سے دنیا بھر کے ہزاروں سال پرانے برقی گھنٹی بہت تیز رفتاری سے پگھلنے شروع ہو گئے ہیں۔ کئی جانداروں کو اپنی جان کا خطرہ لاحق ہو گیا ہے زمین پر مختلف ممالک میں موسمی تبدیلیاں ہو رہی ہیں۔ سمندری سائیکلون اور طوفان زیادہ آنے لگے ہیں۔ دریاؤں میں پانی کی سطح بڑھنے لگی ہے۔ سیلاب بہت زیادہ آرہے ہیں اور بھیانک تباہی ہو رہی ہے۔ بارشیں زیادہ ہونے لگی ہیں۔

صنعتی اداروں سے پیدا ہونے والی گیسوں کا فضا میں اخراج، دنیا بھر میں چلنے والی گاڑیوں کے دھوئیں کا فضا میں شامل ہونا اور گھریلو سطح پر کاربن مرکبات والی اشیاء کا بے تحاشہ استعمال اوزون کی قدرتی حفاظتی تہ کو مہین تباہ کر رہا ہے۔ سورج کی یہ ضرر رساں الٹرا وولٹ شعاعیں انسانی صحت کے لئے مسائل پیدا کرتی ہے جن میں سرفہرست مختلف اقسام کے کینسر ہیں۔

اس کے علاوہ فضا میں مختلف کییمیائی مرکبات مختلف پیچیدگیاں پیدا کرتے ہیں۔ مثلاً فضا میں لیڈ کی



گلیشئر پگھلتا، سطح سمندر میں اضافہ، پانی کی قلت، غذائی پیداوار میں کمی، قحط،	عالمی درجہ حرارت میں اضافہ	گرین ہاؤس گیسز میں اضافہ	
بارشوں کا فطری نظام درہم برہم، سیلاب، طبعی اور دیگر دہائی امراض کا پھیلنا،	کاربن ڈائی آکسائیڈ میں اضافہ	اوزون کی تہہ میں کمی	
کینسر، جلد اور آنکھوں کے امراض، قوت مدافعت میں کمی، سمندری ماحول کی تباہی،	الٹرا وائلٹ شعاعوں میں اضافہ		

ہائے آنے والی موسمیاتی و ماحولیاتی تبدیلی کا رجحان کسی قدر قی عمل کا نتیجہ نہیں ہے، بلکہ اس کی ذمہ دار صنعتی سرگرمیاں ہیں۔ رپورٹ کے مطابق زمین کی سطح اور چٹلی فضا کا درجہ حرارت مسلسل بڑھ رہا ہے۔

سائنسدانوں کی پیش گوئی ہے کہ گلوبل وارمنگ کے بڑھنے سے دنیا کے کچھ علاقے زیر آب جبکہ بعض علاقے خشک سالی کا شکار ہو جائیں گے۔ سیلاب اور خشک سالی سے بڑے پیمانے پر فصلیں تباہ ہوں گی۔ کچھ علاقوں میں بارشوں میں اضافے سے لینڈ سلائیڈنگ بڑھ جائے گی۔ جو علاقے خشک سالی کا شکار ہوں گے وہاں کے جنگلات میں آگ لگنے کے واقعات میں اضافہ ہو گا۔

### گرین ہاؤس گیسز میں اضافہ

ماہرین موسمیات اور سائنسدانوں نے انکشاف کیا ہے کہ گزشتہ 30 سال میں کاربن ڈائی آکسائیڈ کے اخراج میں تیزی سے اضافے کے باعث زمین ان گیسوں کو اپنے اندر جذب کرنے کی صلاحیت بہت حد تک کھو چکی ہے۔ موسمیات کی عالمی تنظیم (World Meteorological Organization) کی رپورٹ کے مطابق 1984 سے لے کر اب تک سب سے زیادہ گرین ہاؤس گیسز کی سطح میں اضافہ ہوا ہے، دوسرے لفظوں میں کہا جائے تو ہماری فضا میں زہریلی

تعداد اس بات پر متفق ہے کہ ہماری زمین کا موسم تبدیل ہو رہا ہے۔ درجہ حرارت میں بے قاعدہ اضافہ یا کمی، برف پڑنے اور بارشوں کے پیچھے نیا ترتیب میں تبدیلی، سمندری سطحوں میں اضافہ اور موسموں کی شدت ہمارے سیارہ زمین کو بڑی طرح متاثر کر رہے ہیں۔ یہ سب دراصل انسانوں ہی کی جانب سے پیدا کی جانے والی گرین ہاؤس گیسوں کی بدولت ہے۔ لندن میں ہونے والی ایک سائنسی شہین سے پتہ چلا ہے کہ ماحول کو اتنا زیادہ نقصان پہنچ چکا ہے کہ اب خود انسانی حیات خنجرے میں پڑ گئی ہے۔ ان سائنسدانوں نے اپنی مرتب کردہ رپورٹ میں متنبہ کیا ہے کہ اب انسانیت اداہار کے وقت پر زندگی گزار رہی ہے، اس رپورٹ کے مطابق ہماری زمین صاف پانی، صاف ہوا اور سمندری حوالہ کی صورت میں ایک تخمینے کے مطابق 15 کھرب پاؤنڈ مالیت کے وسائل فراہم کرتی ہے لیکن صنعتی ترقی نے اپنی ماحول کا دو تہائی حصہ تباہ کر دیا ہے۔

سائنسدانوں کا کہنا ہے کہ جو کچھ ہم کر رہے ہیں وہ معاشرتی پاگل پن کے سوا کچھ بھی نہیں۔ امریکہ کی ایک سائنسی رپورٹ کے مطابق اس بات کے واضح شواہد ملے ہیں کہ انسانی کارروائیوں سے تباہ کن ماحولیاتی تبدیلیاں واقع ہو رہی ہیں۔ فیڈرل کلائمیٹ چینج نامی سائنسی پروگرام کے مطابق گزشتہ پچاس سال سے

گیسوں نے ڈیرے جما لیے ہیں۔  
تختیم کا کہنا ہے یہ صورت حال عالمی  
سطح پر فوری ماحولیاتی معاہدے کا تقاضا  
کرتی ہے۔ رپورٹ کے مطابق فروری  
2015 میں ماحول میں اوسط کاربن

سائنسدانوں نے اپنی مرتب  
کردہ رپورٹ میں متنبہ کیا ہے  
کہ اب انسانیت اوجھار کے وقت  
پر زندگی گزار رہی ہے،

ہونے کا خدشہ ہے۔ ساتھ ہی کئی ممالک  
میں خشک سالی اور قحط پڑ جائے گا۔  
پاکستان میں پانی ذخیرہ کرنے کا  
کوئی مناسب انتظام موجود نہیں ہے،  
پاکستان برقانی تو دوں کا صرف دس فیصد

ڈائی آکسائیڈ کی تعداد 400 پارٹس پر ملین تک پہنچ گئی  
ہے یعنی گزشتہ سال کے مقابلے میں 3 پی پی ایم کا اضافہ  
ریکارڈ کیا گیا ہے۔ پی پی ایم ایک ایسی اکائی ہے جسے ہوا  
میں آلودگی ناپنے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔ عام طور  
پر 10 ہزار پی پی ایم ایک فیصد کے برابر ہوتا ہے۔  
رپورٹ میں مزید کہا گیا ہے کہ ایک طرف تو کاربن کے  
اخراج میں اضافہ ہوا ہے تو دوسری طرف زمین کے  
بائیوسفر Biosphere میں اس اخراج کو جذب  
کرنے کی صلاحیت بھی کم ہو رہی ہے۔ رپورٹ کے  
مطابق 1990 سے لے کر اب تک کاربن ڈائی  
آکسائیڈ، میتھین اور نائٹرس آکسائیڈ کے اخراج میں  
انسانے کے باعث درجہ حرارت میں 34 فیصد تک  
اثرات مرتب ہوئے ہیں۔

پانی محفوظ کر سکتا ہے اور جب پانی کا بہاؤ تیز ہو جاتا ہے تو  
سیلابی صورتحال پیدا ہو جاتی ہے۔ عالمی حدت کے  
باعث ہمارے پانی کے وسائل براہ راست متاثر ہو رہے  
ہیں۔ پاکستان ایک زرعی ملک ہے، ہماری معیشت  
زراعت پر مبنی ہے۔ عالمی سطح پر برقانی تو دوں کا تیزی  
سے پھیلاؤ ہماری زراعت کے لئے بھی نقصان دہ ہے  
کیونکہ پانی کے بہاؤ میں اضافے کی وجہ سے سیلاب آتے  
ہیں اور فصلیں خراب ہو جاتی ہیں جبکہ سیلاب کے  
باعث جانور بھی مر جاتے ہیں۔  
گلوبل وارمنگ خوراک کے مسائل بھی پیدا کر  
رہی ہے۔ گلوبل وارمنگ سے ممکنہ متاثرہ ممالک میں  
برازیل، پیرو، افریقہ کا ساحلی علاقہ، جنوبی مشرقی ایشیا  
اور چین، پاکستان اور بنگلہ دیش وغیرہ شامل ہیں۔  
پانی کا دانشمندی سے استعمال نہ کیا گیا تو 2025ء

### فلٹ آب اور قحط

زمین کا تین چوتھائی حصہ پانی پر مشتمل ہے۔  
صرف ایک حصہ خشکی ہے۔ زمین پر پائے جانے والے  
پانی میں سے 97 فیصد پانی سمندروں میں پایا جاتا ہے جبکہ  
باقی تین فیصد میں سے 2 فیصد گلیشیر زمین اور ایک  
فیصد دریاؤں، جھیلوں اور ندیوں وغیرہ میں پایا جاتا ہے۔  
عالمی درجہ حرارت کے بڑھنے سے سب سے شدید خطرہ  
جن گلیشیر کو ہے وہ کہہ کرہ ارض کے تازہ پانی کا 80 فیصد  
ذخیرہ رکھتا ہے۔ اگر ان میں سے کوئی بھی گلیشیر متاثر  
ہو تو اس کے نتیجے میں سطح سمندر میں تین فٹ اضافہ

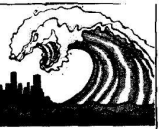
تک دنیا کے 48 ممالک قلت آب کا شکار ہو جائیں  
گے۔ انسانی ملل و نمل کے باعث زمین کے کتناہ میں  
بھی اضافہ ہو رہا ہے اور دنیا کا تقریباً 200 ملین ہیکٹر رقبہ  
جو امریکہ اور میکسیکو دونوں کے مشترکہ رقبے سے زائد  
اور کل دنیا کی زمین کا 15 فیصد ہے، کی پیداواری  
صلاحیت زمین کے کتناہ کے باعث کم ہو چکی ہے۔

### سطح سمندر میں اضافہ

دنیا کے قطب پر موجود برف کے ذخائر اگر پگھل  
جائیں تو ساری دنیا میں سمندر کے پانی کی سطح بہت زیادہ

رومانی ڈائجسٹ

## کراچی کو شدید خطرات



اگلے پانچ عشروں کے اندر  
اندر پاکستان کا سب سے بڑا شہر  
کراچی کو موسمیاتی تبدیلیوں



کے نتیجے میں شدید مسائل کا سامنا ہو سکتا ہے۔ جرمن نوزائیدگی ڈی پی اے کی جریدے ایکسپریس ٹریبون میں چھپنے والی رپورٹ کے مطابق سمندر میں پانی کی مسلسل بلند ہوتی ہوئی سطح کے باعث یہ خطہ موجودہ کے سن 2060ء تک دو کروڑ سے زیادہ کی آبادی والا کراچی ہی نہیں بلکہ صوبہ سندھ کے کچھ دیگر شہر بھی زیر آب آجائیں گے۔

نیشنل انسٹیٹیوٹ آف اوشیا تو گرافی کے سربراہ آصف انعام نے بتایا ہے کہ ”کراچی کے علاقے طیر کے کئی حصے ابھی سے زیر آب آچکے ہیں جبکہ سندھ میں ٹھہر اور بدین کے اضلاع بھی سن 2050ء تک زیر آب آسکتے ہیں۔ گزشتہ پینتیس برسوں کے دوران سمندری پانی دو کلو میٹر لمبی ساحلی پٹی کے ساتھ ساتھ دو لاکھ ایکڑ زمین بھی نگل چکا ہے۔“

واضح رہے کہ اقوام متحدہ کے ماحولیاتی پروگرام نے 1989ء سے پاکستان کو ان ممالک کی فہرست میں شامل کر رکھا ہے، جو سمندروں میں پانی کی بلند ہوتی سطح کے باعث خطرات سے دوچار ہیں۔

بلند ہو کر، دنیا کے بیشتر علاقے کو زیر آب کر دے گی۔  
موسمیاتی تبدیلیوں پر نظر رکھنے والے اقوام متحدہ کے  
ادارے ”انٹرنیشنل مینٹننٹل سائنس سٹیج“ نے

بتایا کہ ساحلی علاقوں میں موسمیاتی تبدیلیوں کے باعث  
اگلی صدی کے آغاز یعنی سال 2100ء تک کروڑوں  
لوگ متاثر ہوں گے۔ IPCC کے مطابق گزشتہ

### سیلاب اور سمندر کی طوفان



اقوام متحدہ کے ذیلی ادارے انٹرنیشنل مینٹننٹل سٹیج آف کلائمٹ چینج (IPCC) کے مطابق گزشتہ صدی میں پوری دنیا میں گلوبل وارمنگ کی وجہ سے درجہ حرارت کا ایک ڈگری سینٹی گریڈ سے لیکر 6 ڈگری سینٹی گریڈ تک بڑھنے کا امکان ہے۔ اس رپورٹ کی رو سے اس صدی میں دنیا میں سمندروں کی سطح کا 9 سینٹی میٹر سے لے کر 88 سینٹی میٹر تک بڑھنے کا خدشہ ہے۔

قریب ایک صدی کے دوران یعنی 1901ء سے  
2010ء کے دوران عالمی سطح پر سمندری سطح میں 0.19  
میٹر اوسط اضافہ ہوا۔ ان کا کہنا ہے کہ اکیسویں صدی  
کے دوران سمندروں کی سطح میں مزید تیزی سے اضافہ  
واقع ہو گا۔ اس کی وجہ سمندروں کا درجہ حرارت بڑھنا  
اور گلیشیرز کی برفانی تہوں کا تیزی سے پگھلنا ہے۔

### حیاتیاتی تنوع



قدرتی ماحول کے تحفظ کے ادارے ڈیپو ڈیلو ایف کی رپورٹ کے مطابق 1970ء کے عشرے میں زمین پر موجود نباتات اور حیات میں جو تنوع اور رنگارنگی تھی، اس میں اب 30 فیصد کمی واقع ہو چکی ہے۔ جب کہ خطہ استوا پر واقع ممالک میں قدرتی نقصان کو پہنچنے

سے گھل رہے ہیں۔ مہا یونیورسٹی کی ایک تحقیق کے  
مطابق قطب شمالی پر پگھلنے والی برف اپنے ساتھ وہاں کی  
نباتات بالخصوص لہجی کو بھی بہا لے جا رہی ہے جو قوڈ  
چین کا اہم حصہ ہے۔ اگر درجہ حرارت میں اسی شدت

والے نقصان کا تخمینہ 60 فی صد کے لگ بھگ ہے۔

2008ء میں کیے گئے ایک سروے کے مطابق گلوبل وارمنگ کی وجہ سے بہت سارے جانور اور کیڑے مکوڑے اور پودے اپنے اصلی مسکن کو چھوڑ کر اب 2000 ہزار فٹ اس سے بلند ترین علاقوں میں اپنا مسکن بنانے لگے ہیں۔ ایشیاء کے کئی ممالک میں پینے کے صاف پانی کی قلت ہو گئی ہے۔ جس کی وجہ سے وہاں کے لوگ نقل مکانی پر مجبور ہو گئے ہیں۔

جنگلات کو بے دریغ کاٹنا بھی گلوبل وارمنگ کا سبب بنتا ہے، اگر ہم دیگر جانداروں کے ماحول کی حفاظت نہ کریں، انکے رہائشی جنگلات کاٹ دیں اور سمندر میں آلودگی اندیلتے رہیں تو کئی جاندار دنیا سے غائب بھی ہو سکتے ہیں۔ نہ صرف یہ بلکہ اپنے ماحول میں وہ جس حیاتیاتی توازن (ایکو سسٹم) کو قائم رکھتے ہیں وہ انکی غیر موجودگی میں تباہ ہو کر ہمارے لئے مسئلہ بن سکتا ہے۔ ماہرین کے مطابق کسی بھی ملک کا ایک چوتھائی رقبہ جنگلات پر مشتمل ہونا ضروری ہے جب کہ پاکستان کا صرف 4 فی صد رقبہ جنگلات پر مشتمل ہے، وہ بھی آبادی میں تیز رفتاری سے اضافے اور لوگوں کی رہائش وغیرہ کا بندوبست کرنے کے باعث تیزی سے کاٹا جا رہا ہے، اس سے زمین میں کٹانوں کا عمل بڑھ رہا ہے۔ حویلیاتی تبدیلی کے باعث ہماری زمینیں بھجھتی جا رہی ہیں جس سے بڑے پیمانے پر زرعی پیداوار متاثر ہو رہی ہے اور جنگلی حیات معدوم ہوتی جا رہی ہے۔

## آلودگی اور انسانی صحت

آب و ہوا اور ماحول پر اثرات کے ساتھ ساتھ نس داں اب انسانی صحت پر گلوبل وارمنگ کے اثرات پر بھی تحقیق کر رہے ہیں۔ انسانی صحت اور

ہواء کیلئے کھلی فضاء اور صاف ہوا میں سانس لینا بہت ضروری ہے لیکن اس ترقی یافتہ اور سائنٹیفک دور میں انسان کو نہ تو صاف ہوا میسر ہے اور نہ ہی کھلی فضاء میسر ہے۔ اس جدید ترین دور میں بنی نوع انسان آلودہ ہوا میں سانس لینے اور آلودہ پانی پینے پر مجبور ہے۔ اس آلودہ ہوا اور آلودہ پانی کی وجہ سے انسانی جسم میٹھاں بیماریوں کا شکار ہو رہا ہے۔ بڑھتی ہوئی ماحولیاتی آلودگی کی سبب سے بڑی وجہ فضائی آلودگی ہے جو ایک صحت مند معاشرے کی تشکیل میں بڑی رکاوٹ بن رہی ہے۔

جب مختلف اقسام کی اشیاء اور کپڑے کو تلف کرنے کی نیت سے جلایا جاتا ہے تو ان سے خارج ہونے والے دھوئیں کی وجہ سے فضائی آلودگی پیدا ہوتی ہے۔ اس دھوئیں میں شامل زرہیلی آئینے اور ذرات فضاء میں شامل ہو کر فضائی آلودگی کا سبب بنتے ہیں جس سے کینسر جیسی موذی بیماریاں اور پھیپھڑوں اور کھانسی جیسی بیماریاں جنم لیتی ہیں۔ آلودگی کی اس خطرناک صورتحال کی وجہ سے انسانوں میں پھیپھڑوں کی بیماریوں کا دھمکنی اور الرجی میں اضافہ دیکھا رہا ہے۔

اس سلسلے میں کئی ایک تحقیق کے مطابق گلوبل وارمنگ کی وجہ سے انسانی گردوں میں پتھری ہونے کا امکان بڑھتا جاتا ہے۔ گرم موسم میں جسم سے پینے کا اخراج بڑھ جاتا ہے اور یہ عمل جسم میں پانی کی کمی کا باعث بنتا ہے۔ اس کے نتیجے میں پیشاب میں کیشیم اور دیگر دھاتوں کی مقدار بڑھ جاتی ہے اور اس سے گردوں میں پتھری بننے لگتی ہے۔

گلوبل وارمنگ میں اضافے کے باعث پھیپھڑوں کے ذریعے پینے والی بیماری ملیریا میں خاطر خواہ اضافے کا امکان ہوتا ہے۔ عالمی درجہ حرارت میں اضافے کی وجہ سے ملیریا کے حامل پھیپھڑوں نے علاقوں کا رخ کرتے

روزانہ کا محنت

مسئلہ ہے۔ اس لئے دنیا کے تمام ممالک مشترکہ اقدامات کے ذریعے ہی فضائی مسئلے کی بنیادی وجوہ ختم کرنے میں زیادہ مؤثر ثابت ہو سکتے ہیں۔

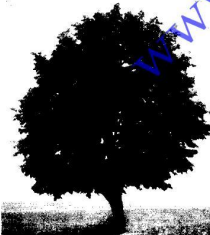
ہماری ذمہ داری ہے کہ ہم یوم ارض پر زیادہ سے زیادہ درخت لگانے اور ماحول کو صاف ستھرا کرنے کی کوشش کریں، دنیا میں پانی کی تیزی سے کمی واقع ہو رہی ہے، ہمیں ضرورت سے زیادہ پانی استعمال نہیں کرنا چاہئے، زمین میں پانی کی کمی سے سبزہ اور انسان، دونوں کو خطرہ لاحق ہے۔ پانی کو آلودگی سے بچانا بھی ضروری ہے اور ماحول کو دھوئیں سے۔ اس کے علاوہ عام استعمال ہونے والی اشیاء مثلاً پلاسٹک، بیگز، موبائل، انیر کنڈیشنر، ٹیلی وژن، ریفریجریٹرز اور کاروں کے چلنے سے گرین ہاؤس گیسوں کے اخراج میں اضافہ ہوتا ہے، اس بات کو ممکن بنایا جائے کہ ان اشیاء کا استعمال کم سے کم یا ضرورت کے تحت ہی کیا جائے۔

جس کے نتیجے میں ان علاقوں میں مقیم لاکھوں افراد کو اس موذی مرض لاحق ہونے کا خطرہ ہے۔ ایک تحقیقی مطالعے کے مطابق ہر سال عالمی سطح پر چھ لاکھ کے قریب افراد کی موت کا سبب بننے والی بیماری میسر یا کاسٹریل نامی بیماریوں میں کیا جا رہا ہے، جو گلوبل وارمنگ سے پھیلتی ہیں۔ تحقیق کے مطابق افریقہ اور ایشیا کے علاوہ وسطی و جنوبی امریکا کے ٹرویکیل کہلانے والے یعنی گرم مرطوب علاقوں کو اس ممکنہ پیش رفت سے سب سے زیادہ خطرہ لاحق ہو سکتے ہیں۔ اس کے علاوہ ایک بڑا خطرہ دن بدن اوزون تہہ کی تباہی کی صورت میں ہمارے سروں پر منڈلا رہا ہے۔ اوزون جو زمین کو الٹرا وائلٹ شعاعوں سے بچاتی ہے، تیزی سے سکڑ رہی ہے اور اس کی جھلی میں شکاف پڑنے سے الٹرا وائلٹ شعاعیں زمین تک رسائی حاصل کر رہی ہیں اور اس سے جلد کی متعدد بیماریاں تیزی سے پھیل رہی ہیں۔ گلوبل وارمنگ کسی ایک خطے کا نہیں بلکہ عالمی



## ایک درخت، ایک

- .... گاڑی کے ذریعے ہر سال 48 پونڈ کاربن ڈائی آکسائیڈ کو جذب کرتا ہے۔
- .... فیکٹریوں سے نکلنے والی 60 پونڈ آلودگی کو فلٹر کرتا ہے۔
- .... طوفانی برسات میں جمع ہونے والے 750 گیلن پانی کو جذب کرتا ہے۔
- .... ماحول میں 10 انیر کنڈیشنر کے مساوی ٹھنڈک پہنچاتا ہے۔
- .... 6 ہزار پونڈ آکسیجن پیدا کرتا ہے۔ جس سے ہر سال 118 افراد سانس لیتے ہیں۔
- .... تو پھر درخت لگائیے، اپنی دھرتی ماں کو سکون پہنچائیے۔





ذو ح افزا

اور کیا چاہیے!



# سہ کی آلودگی

نہیں ہوتا۔ ان باہوں کا خیال ہے کہ جب تک انسان کے اندر کی آلودگی دور نہیں ہوگی باہر کی آلودگی سے چھٹکارہ حاصل کرنا مشکل ہے۔ جب تک انسان کے اندر کی معشیت ٹھیک نہیں ہوگی چاہے باہر سے جتنے بھی قرضے لیتے رہیں باہر کی معاشی حالت درست نہیں ہو سکتی۔ اس لیے اندر کی طرف



آج سے چند روز پیشتر ہم Pollution کی بات کر رہے تھے اور ہمارا کہنا تھا کہ ساری دنیا آلودگی میں مستغرق ہے اور یہ آلودگی نہ صرف انسانی زندگی بلکہ شجر و حجر اور حیوانات کو بھی کھائے چلی جا رہی ہے۔ اس کے خاتمے کی طرف خصوصی توجہ دی جانی چاہیے۔

زیادہ توجہ دینی چاہیے۔ ان باہوں کا یہ خیال تھا جو بڑا جائز خیال تھا کہ ہمارا بہت سی بیماریاں ہماری اندرونی آلودگی سے پیدا ہوتی ہیں۔ وہ کہا کرتے تھے کہ دل کے قریب ایک بہت بڑا طاقتی ہے اور اس طاقتی کے اندر بہت گہرے گہرے دراز ہیں ان دروازوں کو نکال کر اوندھا کر کے صاف کرنے کی ضرورت ہے۔ ان میں عرصہ دراز سے جالے گئے ہوئے ہیں تو انہیں چوہے کی میٹنگیں پڑی ہیں اور طرح کی خرابیاں پیدا ہو چکی ہیں۔ آپ لوگ یہ سمجھتے ہیں کہ آپ کے دل کے ولو (Valve) بند ہو رہے ہیں اور

جب ہم اس گفتگو میں بحیثیت ایک قاری یا ناظر کے شریک تھے تو مجھے خیال آیا کہ انسانی زندگی میں دو متوازی لہریں ایک ساتھ چلتی ہیں۔ ایک تو ہماری اپنی زندگی ہوتی ہے۔ اور ایک زندگی کا نام معلوم حصہ ہوتا ہے۔ اس حصے کو ہم گوجانتے نہیں ہیں لیکن محسوس ضرور کرتے ہیں۔ یہ حصہ ہماری زندگی کی اس لہر کے بالکل ساتھ ساتھ چل رہا ہوتا ہے جو اس دنیا سے تعلق رکھتی ہے۔ اس وقت مجھے اپنے باہوں کا خیال آیا جن کا میں اکثر ذکر کرتا رہتا ہوں کہ وہ باہے Pollution کے بارے میں خاصے محتاط ہوتے ہیں اور انہیں اس بات کی بڑی فکر رہتی ہے کہ

اشفاق احمد

ظاہر کی زندگی میں یہی تصور ابھرتا ہے۔ دل کی ٹالیاں بند ہو جانے کی وجہ یہی ہوتی ہے کہ اس کے ارد گرد آلودگی جمع ہو چکی ہوتی ہے اور خطرناک حد تک جمع ہو جاتی ہے اور انسان کو اس کا پتہ ہی نہیں چلتا۔ انسان خود کو چنگا بھلا اور ٹھیک ٹھاک خیال کرتا ہے لیکن دل کے قریب آلودگی بڑھتی چلی جاتی ہے۔

خواتین و حضرات! دل کی آلودگی جاننے کے لیے تو ایک اور طرح سے جھانکنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ وہاں نگاہ ڈالنے کے لیے ایک زاویہ نظر سے دیکھنے کی

پائے اور وہ اس حوالے سے خاص اہتمام کرتے۔ یہ International Pollution Campaign پہلے کی بات ہے جب ڈیروں پر ایک ایسا وقت بھی آتا تھا کہ ڈیرے کا بابا اور اس کے خلیفے آلودگی کے خلاف اپنے آپ کو باقاعدہ اور بطور خاص اہتمام میں مصروف رکھتے۔ آنے جانے والوں کو بھی اس آلودگی بابت آگاہ کرتے تھے جو انسان کی اندرونی زندگی سے تعلق رکھتی ہے۔ ان باہوں کا باہر کی Pollution سے زیادہ تعلق

اس نمائش میں اسی تصویر کے نیچے جاگیر دار کا نام مٹا کر ”چور“ لکھ دیا۔

اب ان صاحب کو بھی اس بات کی خبر پہنچی وہ اپنا موزر یا ٹکوار لے کر وہاں سے بھاگے اور انہوں نے بھی آکر وہ تصویر دیکھی جس کے نیچے ”چور“ لکھا ہوا تھا۔ وہ پھر سخت لہجے میں آرٹسٹ سے گویا ہوا اور کہا کہ تمہیں ایسی حرکت کرنے کی جرأت کیسے ہوئی۔ آرٹسٹ نے ابراہیم کو ”یہ آپ کی تصویر نہیں ہے اور آپ نے خود ہی کہا تھا کہ میری اس تصویر سے شکل نہیں ملتی اور آپ کے حواریوں نے بھی یہی کہا تھا کہ حضور یہ آپ کی تصویر نہیں ہے۔ آپ نے میرے اوپر کوئی کھیم کر سکتے ہیں اور نہ کوئی مقدمہ کر سکتے ہیں۔ جاگیر دار صاحب کہنے لگے کہ پکڑو پیسے اور یہ تصویر میرے حوالے کرو اور تیس ہزار روپے دے کر بغل میں اپنی تصویر مار کر چلے گئے۔“

خواتین و حضرات! انسان کو پتہ ہی نہیں چلتا کہ وہ چور ہے یا سعد ہے۔ نیک ہے یا بد ہے۔ وہ چاہے جتنی بھی نمائش کرے اس پر اپنی اصلیت ظاہر نہیں ہوتی کیونکہ اس کے پاس مراۃ کا کوئی ذریعہ نہیں ہوتا۔ اپنے آپ کو Face کرنے کے بعد ہی خوبیاں عیاں ہوں گی اور انسان اپنی خرابیاں دور کر سکے گا۔ جب آپ کو پتہ چلتا ہے کہ میرے سپرے کے پیر کے پر ایک پھنسی ہو گئی ہے تو وہ آپ کو ڈسٹرب کرتی ہے لیکن جب وجود کے اندر، روح کے اندر کوئی بیماری آجاتی ہے تو پھر اس کا علم نہیں ہوتا۔

ہماری آپاصاں کہا کرتی تھیں (خدا بخشے انہیں) کہ اشفاق اللہ نے یہ جو کائنات بنائی ہے اس میں ہر طرح کے انسان ہیں۔ جموئے سب ایمان، دوخا باز، سچے، چور، معصوم، نیک، بھولے صوفی، درویش، مکار ہر طرح کے

ضرورت ہوتی ہے۔ ان بابوں کا خیال ہے کہ نفرت کی وجہ سے مسپائمنس بی پھیلتی ہے۔ اس بیماری کا سبب شدید نفرت ہے۔ پہلے یہ بیماری اتنی زیادہ نہیں تھی ایک وہ زمانہ تھا جب پاکستان نیا بنا رہا تھا اور ہم اس وقت نوجوان تھے۔ ہم تب خوشی کے ساتھ گھومتے پھرتے تھے اور جب ہمیں کوئی کاربزی خوب صورت لگتی تو اس کو ہاتھ لگاتے تھے اور بڑے خوش ہوتے تھے۔ ہم نے مال روڈ پر کتنی ہی خوب صورت کاروں کو ہاتھ لگایا۔ ہمیں تب یہ معلوم بھی نہ تھا کہ Jealous بھی ہوا جاتا ہے۔ اب برداشت نہیں ہوتا۔

اب یہ کیفیت ہے کہ اب والدین اور بیٹا والد سے حسد کرتا ہے۔ رستم سہراب کی طاقت شہرت اور اس کی ناموری سے حسد ہوتا تھا اور بونوں کا آپس میں ٹکراؤ بھی ہوتا تھا اور سہراب اپنے سگے بیٹے رستم کو قتل بھی کرتا ہے۔

آدمی کو پتہ ہی نہیں چلتا کہ اس کی شدید نفرت خود اسے ہی کھا جا رہی ہوتی ہے۔ گو اس نے اوپر عیوب طرح کا خول بدنتی سے نہیں چڑھا یا ہوتا ہے بلکہ معاشرتی تقاضوں کی بدولت ہی ایک خول اس پر چڑھ جاتا ہے۔

بہت بڑے آرٹسٹ خدا بخشے زوہی ہوتے تھے۔ ان سے ایک دفعہ ایک بلوچ جاگیر دار نے تصویر بنوائی۔ جب ان جاگیر دار صاحب کی خدمت میں وہ تصویر پیش کی گئی تو انہوں نے کہا کہ اس میں تو میری شکل ہی نہیں ملتی۔ یہ تصویر میری لگتی ہی نہیں ہے۔ وہاں ان کے جو چندہ تھیں حواری بیٹھے ہوتے انہوں نے بھی کہا کہ

”جی سائیں یہ شکل تو آپ سے ملتی ہی نہیں ہے۔“ اب وہ آرٹسٹ بڑے شرمندہ ہوا اور ان کی طبیعت پر بڑا بوجھ پڑا۔ وہ تصویر واپس لے آئے۔ کراچی میں ان دنوں ان کے فن پاروں کی نمائش ہوئی تو انہوں نے

انسان پا جاتے ہیں اور پھر وہ لمبی فہرست گنوا کر کہتیں کہ خدا کا شکر ہے کہ ان تمام انسانوں میں سے نہیں ہوں۔  
خواتین و حضرات انہیں یہ پتہ ہی نہیں چلتا تھا کہ انہوں نے جتنی قسمیں گنوائی ہیں وہ ان میں سے باہر جا ہی نہیں سکتیں۔

ہمارے بابے ایک بات پر بڑا زور دیا کرتے تھے۔ ان کا فرمان تھا کہ آپ نے دل کے دروازے کے مختلف کونوں میں جو گلدستے چھپکے ہوئے ہیں، جو عقیدت کے گلدستے ہیں انہیں نکال کر باہر پھینکو کیونکہ ان کی بدبو بڑی شدید ہوتی ہے۔ آپ لوگوں کو پتہ ہے کہ جب گلدستہ پانی میں کافی دیر تک پڑا رہے تو پھر اس کے اندر سے بدبو پیدا ہو جاتی ہے اور وہ بدبو سنبھالی نہیں جاتی ہے۔ بابے کہتے تھے کہ ان بو سیدہ گلدستوں کو نکال کے پھینکنا بہ ضروری ہے۔

اب ہم ان سے ٹھنڈا کرتے کہ باباجی عقیدت کے گلدستوں کو کیسے اور کیونکر دل سے باہر نکال پھینکا جا سکتا ہے۔ انہوں نے کہا کہ دیکھو...! جن گلدستوں کو ترو تازہ رہنا چاہیے تھا وہ آپ کے وجود کے اندر پڑے ہوئے ترو تازہ نہیں رہے ہیں اور پڑے پڑے بدبودار ہو گئے ہیں۔ وہ اس قدر بدبودار ہو گئے ہیں لیکن زیادہ دیر پڑے رہنے کے باعث آپ کو ان گلدستوں یا بدبو سے محبت اور عقیدت ہو گئی ہے اور آپ انہیں نہیں باہر پھینکتے۔ جوں جوں آپ کی بیرونی زندگی میں Mouth Washes بنتے جائیں گے اور غرارہ کرنے کی جتنی بھی دوائیں جتنی جائیں گی یہ اندر کی بدبو کو ختم نہیں کر سکتیں۔ اب کئی ملٹی نیشنل کمپنیاں منہ میں خوشبو پیدا کرنے کے لیے ادویات بنا کر ہمیں دے رہی ہیں اور کروڑوں روپے اکٹھے کر رہی ہیں لیکن ان ادویات کے استعمال کے باوجود اندر سے بدبو کے ایسے

”بھیکے“ اور ”بھیجا کے“ نکلتے ہیں کہ یہ چیزیں اسے کنٹرول ہی نہیں کر سکتیں، حلاکتہ خدا نے انسانی جسم بہترین ساخت پر بنایا ہے۔ یہ نہاد ہو کر صاف ہو کر اچھا ہو جاتا ہے لیکن اب اندر کی بدبو نہیں جاتی ہے۔

ہم باباجی سے پوچھتے کہ جناب یہ کس قسم کی عقیدت کا گلدستہ ہے۔ فرمانے لگے کہ مثال کے طور پر تم نے ایک گلدستہ بڑا سجایا ہوا تھا۔ اور اس گلدستے کا نام ”مسلمان آپس میں بھائی بھائی ہیں“ رکھا ہوا تھا۔ آپ نے اس بات کو تسلیم نہیں کیا کہ مسلمان بھائی بھائی ہیں۔ بلکہ اسے صرف دکھانے کے لیے گلدستے کے طور پر رکھا تھا اور اسے ایسے ہی رکھ کر گلے سڑنے دیا ہے۔ آپ نے ایک گلدستہ ”لوگوں کے ساتھ اچھی بات کرو“ بھی رکھا تھا۔ اب وہ بھی بڑا بدبودار ہو گیا ہے۔ آپ نے عدل و انصاف کے گلدستے کو بھی خراب کر دیا ہے۔ انسان نے عدل سے منہ موڑ لیا ہے حلاکتہ انسان اور خاص کر مسلمانوں کے سارے نظام کی عدل پر ہنسا ہے۔ ہمیں ہر جگہ عدل کا حکم ہے۔ آپ کسی کی شکل سے نفرت کرتے ہو۔ تم کسی کو انصاف کی فراہمی روکنے کے جلا نہیں ہیں۔ اسلام کہتا ہے بے انصافی اور عدل نہ کرنے پر مواخذہ لازم ہے۔

ان گلدستوں کو ترو تازہ کرنے کے لیے باقاعدہ ایک عمل کرنا پڑتا تھا اور باباجی کے پاس بہت دیر تک رہنا پڑتا تھا۔ کچھ راتیں بسر کرنا پڑتی تھیں۔ کچھ ایسے محلول بھی پینے پڑتے تھے۔ آپ کو بتاؤں کہ گاؤ زبان اور ایک الاچھی اس وقت کھانے کو دی جاتی جب نماز عید کا وقت شروع ہوتا اور اس کا ایک منفرج قسم کا قہوہ پینے کو ملتا۔ ہمیں ڈیرے پر ایک خوشبودار دوا اسطخروس کی چائے پلائی جاتی۔ اس کو دماغ کے جالے صاف کرنے والی دوا کہا جاتا تھا۔

جاتا ہے۔

All Over the World میں یہ سمجھتا ہوں اور میرا پیغام  
World کے لیے ہے کہ جب تک اندر کی صفائی نہیں  
ہوگی اس وقت تک باہر کی آلودگی دور نہیں ہو سکتی ہے۔

آپ روز شکایت کرتے ہیں اور آپ Letter to  
the Editor لکھتے ہیں کہ جی دیکھیں ہمارے گھر کے  
آگے گندگی پڑی ہوئی ہے یا ہمارے محلے میں گندگی ہے  
اور دل سے یہ آپ کی آرزو نہیں ہوتی کہ صفائی ہو۔  
آپ نے اپنے اندر ابھی تک یہ طے ہی نہیں کیا کہ آپ  
نے اب صفائی کرنی ہے۔ یہ بات اس وقت طے ہوگی  
جب آپ کو پاکیزگی اور صفائی سے محبت ہوگی اور آپ  
تلقی خوشبوؤں کے سہارے زعفران بستر کرنے کی بجائے اندر  
کی آلودگی ختم کر دینے کا سوچیں گے۔ آپ نے بہت سنا  
ہو گا کہ پاکیزہ لوگوں کے بدن کی خوشبو ایسی معطر اور  
مسکور کن ہوتی ہے کہ ان کے قریب بیٹھنے سے بہت  
ساری آلودگیاں دور ہو جاتی ہیں چاہے انہوں نے کوئی  
خوشبو عطر نہ لگایا ہو۔ آپ باہوں کا طریقہ کار اختیار  
کریں یا نہ کریں یہ آپ کی اپنی مرضی ہے لیکن انہوں  
نے روح کی صفائی کے لیے جو ترکیبیں بتائی ہوئی ہیں ان  
کو آپ اپنا سکتے ہیں اور ان کو اپنانا جانے کے بعد لوگوں کو  
بڑی آسانیاں عطا کی جاسکتی ہیں۔ ❖

سیانوں کا کہنا ہے کہ میوزک کی دھن بنانا سب  
سے مشکل کام ہے۔ اس میں سب سے مشکل بات یہ  
ہے کہ یہ ہمارے ہاں لکھا بھی نہیں جاتا۔ میں ایک  
چھوٹے درجے کا رائٹر ہوں جو بھی لکھتا ہوں پڑھ سکتا  
ہوں اور اسے بار بار پڑھ سکتا ہوں لیکن دھن بنانے والا  
میری طرح پچھلی دھن کو کاغذ اٹھا کر نہیں دیکھ سکتا  
ہے۔ اس کے ذہن میں یہ بات رہنی ضروری ہوتی ہے  
کہ وہ کہاں سے چلا تھا اور اسے پہلی دھن کو دوسری  
تیسری یا آخری کے ساتھ کس طرح سے جوڑنا ہے۔  
ویسے تو اللہ نے آپ کو بہت اچھا اور خوب صورت ذہن  
دیا ہے۔ اس میں آلودگی نہیں ہے لیکن اگر آپ کا دل  
چاہے کہ آپ اندر کی صفائی کریں اور اس عمل میں سے  
گزریں تو آپ کو ایک بہت بڑی مشکل پیش آئے گی اور آپ کو  
لگے لگا کہ صفائی ہو رہی ہے لیکن ایسا نہیں ہو رہا ہو گا۔  
صفائی کے عمل میں ذرا سی کوتاہی سے اس میں آلودگی  
شامل ہو جائے گی۔

انسانی زندگی میں عجیب عجیب طرح کی کمزوریاں  
آتی ہیں اور آدمی ان میں پھنسا رہتا ہے اور جب وہ اپنی  
اندرونی طہارت چاہتا ہے اور پاکیزگی کا آرزو مند  
بھی ہوتا ہے۔ تو بھی اس سے کوئی نہ کوئی ایسی کوتاہی  
سرزد ہو جاتی ہے کہ وہ بجا صفائی کے مزید زنگ آلود ہو

### مسعود حامد کی والدہ انتقال کر گئیں....

ڈان گروپ کے ڈائریکٹر مسعود حامد کی والدہ محترمہ رجبہ حامد 25 مارچ 2015ء کو کراچی میں انتقال کر گئیں۔

إِنَّا لِلّٰهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ

مرحومہ کی نماز جنازہ اور تدفین میں رشتہ داروں اور دوستوں کے ساتھ ساتھ پرنٹ اور الیکٹرانک میڈیا،  
ایڈورٹائزنگ اور دیگر مختلف شعبوں سے تعلق رکھنے والی اہم شخصیات نے شرکت کی۔  
اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ رضیہ حامد مرحومہ کی مغفرت ہو، انہیں جنت میں اعلیٰ مقام عطا ہو اور  
پسماندگان کو صبر جمیل عطا ہو۔

2

# مانڈ فالینس

ہر حال میں خوش رہنا سیکھیں



قسط نمبر 2

اس اجتماع میں سب سے زیادہ خوش رہنے والے ممالک کی ایک سروے رپورٹ بھی پیش کی گئی۔ تحقیقات سے یہ نتیجہ اخذ کیا گیا کہ خوش رہنے کے لیے کوئی مخصوص اہداف ضروری نہیں۔ یعنی خوشی کا حاصل ہونا اور اہداف کا پورا ہونا دونوں مختلف باتیں ہیں۔

اس وقت مغربی دنیا کے کئی اداروں میں مانڈ فالینس کی ٹیکنیکس اور اس کے مفید اثرات زیر بحث ہیں۔ مانڈ فالینس کو بہت تیزی سے عملی زندگی میں بھی اپنایا جا رہا ہے۔ روحانی ڈائجسٹ کے گزشتہ شمارے میں ابتدائی تعارف کے بعد اس ماہ ہم آپ کو

شایینہ جمیل

تو پھر خوش رہنے کے لئے کیا کیا جائے؟

اس سوال کا ماہرہ سا جواب یہ ہے کہ خود کو فعال رکھئے۔ ریسرچ کے مطابق خوشی کا سب سے مضبوط تعلق فعال رہنے سے ہے۔ یعنی خوش رہنے کے لئے آپ کا حرکت میں رہنا ضروری ہے۔ بے جا سستی، کاٹلی، اپنا کام دوسروں سے کروانے یا دوسروں پر چھوڑ دینے کی عادت اخلاقی طور پر پسندیدہ نہیں اور میڈیکل سائنس بھی اس کی حوصلہ شکنی کرتی ہے۔ فعال رہنے کی صورت کوئی بھی ہو سکتی ہے۔ کسی کھیل کا کھیلتا، گھر کے کسی کام میں مشغول ہونا یا اپنے کسی پسندیدہ شغل کو اپنایا جس سے آپ کو خوشی ملتی ہو.... یا پھر اپنا کوئی کام یا ملازمت جو بھی آپ کرتے ہیں اسے مناسب طریقے اور پوری ایمانداری سے

شمارے میں ابتدائی تعارف کے بعد اس ماہ ہم آپ کو مانڈ فالینس کی مشقوں سے آگاہی فراہم کریں گے۔ یہاں یہ بات سب سے ذہن نشین رکھنا ضروری ہے کہ مانڈ فالینس کی کئی مشقوں کا تعلق مخصوص تکالیف، امراض یا کیفیات سے ہے ہم آپ کو بتاتے رہیں گے کہ کون سی مشقتیں سب کے لئے ہیں، کون سی بعض مخصوص مواقع کے لیے۔

خوش کیسے رہا جائے؟

بی بی سی میں شائع ہونے والی ایک رپورٹ کے مطابق ہالینڈ کے شہر روترڈیم میں ہونے والی ورلڈ ہینیسینس (World Happiness) ڈیٹا میں یعنی عالمی خوشی کے اعداد و شمار کے مطابق ہم خود کو زیادہ خوش رکھ سکتے ہیں۔ ماہرین کے مطابق خوشی میں اضافہ ممکن ہے۔

## گھاس پر ننگے پاؤں چلے

ننگے پاؤں ٹھنڈی ٹھنڈی گھاس پر چلنا ذہنی سکون اور جسمانی صحت کے لیے بطور قدرتی علاج صدیوں سے پریکٹس کیا جا رہا ہے۔

ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی نے ڈپریشن اور دیگر کئی نفسیاتی الجھنوں میں مبتلا خواتین و حضرات کو طبی اور روحانی علاج کے ساتھ ساتھ ننگے پاؤں گھاس پر چلنے کی تاکید بھی کی۔ ڈاکٹر وقار یوسف کہتے ہیں کہ اچھی صحت پانے اور ذہنی و جذباتی طور پر متوازن رہنے کے لیے انسان کو چیزوں سے منقطع رکھنا چاہیے۔

یہ دو چیزیں ہیں.... پانی اور مشق  
ڈاکٹر صاحب ایک نام اور بتاتے ہیں اس کا ذکر آئندہ کسی مناسب موقع پر ہو گا۔

ہمارے پاؤں ایک سنور کی حیثیت رکھتے ہیں ان کا رابطہ ہمارے تمام جسمانی اعضاء، دل، گردے، آنکھیں، ناک، کان، پھیپھڑے، جگر، اعصابی نظام اور دماغ سے ہے۔

ہمارے پاؤں ہمارے

خود کو اطمینان دلائیے کہ آپ نے آج کا کام اپنی پوری ذمہ داری اور دیانتداری سے اور خلوص کے ساتھ انجام دیا ہے۔

ذمہ داریاں جو بھی ہوں ان کو باحسن و خوبی انجام دینے کی کوشش کیجیے۔

ان ذمہ داریوں میں گھریلو کام کاج، آپ کی ملازمت یا کاروبار، اگر آپ طالب علم ہیں تو اسکول کالج یا یونیورسٹی کا کام، اسائنمنٹس، اور اگر یہ سب بھی نہیں تو خود آپ کی اپنی ذات آپ کی ایک اہم ذمہ داری ہے۔  
تو شروع کرتے ہیں پہلی مشق سے۔

یہ ابتدائی مشق ہے جو کوئی بھی کر سکتا ہے۔ ان مشقوں کا مقصد آپ کے ذہن کو اور آپ کے جسم کو مایئذ فلنسیس کی مشقوں کے لئے تیار کرنا ہے۔  
مگر اس سے پہلے چند یاد رکھنے والی باتیں۔  
(1) یہ مشقیں آپ کو روز کرتی ہیں۔

(2) ابتدائی طور پر مخصوص اوقات کار یا کوئی وقت مخصوص کرنے کی پابندی نہیں ہے۔  
(3) مایئذ فلنسیس کی مشقوں سے حاصل ہونے والے نتائج تحریر کرنے کے لئے ایک کاپی مخصوص کر لیجئے۔

(4) اس ڈائری یا کاپی میں ہدایات کو نوٹ کر لیجئے۔ ساتھ ساتھ اپنے محسوسات یا تبدیلیاں جو آپ محسوس کریں مختصر تحریر کر لیجئے۔  
ویسے ابتدائی طور پر اپنے محسوسات اور نتائج تحریر کرنے کی پابندی نہیں ہے۔  
اب باقاعدہ اپنی مشق کا آغاز کرتے ہیں

چھوئیں تو اس کی ٹھنڈک کو محسوس کیجئے۔ اپنا دھیان قدموں کی گنتی پر نہیں بلکہ اس نرمابٹ پر رکھیے جو آپ کے تلوے محسوس کر رہے ہیں۔

ابتداء میں دورانیہ کی کوئی پابندی نہیں ہے۔ جتنا ہو سکے چہل قدمی کیجئے۔ جب تھکاوٹ ہو تو ٹھہر جائیے۔ پھر چہل قدمی شروع کر لیجئے۔ گھاس پر کم سے کم سٹ منٹ ضرور چلیے۔ مگر اس صورت میں بھی دورانیے پر زیادہ دھیان نہیں دینا ہے۔

یہاں آپ کی شکایت بھی کر سکتے ہیں کہ جناب فلیٹ والی بلڈنگ میں گھاس کہاں۔ تو جناب اس کا جواب ہم خود ہی پہلے سے دینے دیتے ہیں۔ یہ سچ ہے کہ آج کے دور میں لوگوں کی بڑی تعداد پارٹنمنٹس یا فلیٹوں میں رہتی ہے۔ اگر آپ کے گھر کے نزدیک کوئی پارک ہے تو اس سہولت سے ضرور مستفید ہوں۔ اگر یہ بھی ممکن نہیں تو گھر کی چار دیواری میں ہی گھاس پر سہی زمین پر ہی ننگے پاؤں پیدل چلیے۔

دوسری مشق

## پانی کے مقدار کو بڑھائیے

اگر آپ دن میں چھ سے آٹھ گلاس پانی پیتے ہیں تو یہ قابل تعریف ہے۔ اسے جاری رکھیے اور اگر نہیں تو پانی کی مقدار بڑھائیے۔ کم سے کم چھ سے آٹھ گلاس پانی ضرور پیجئے۔ اس کے لئے چاہے تو اپنے موبائل فون میں الارم سیٹ کر لیجئے۔ جو ہر گھنٹے بعد آپ کو یاد دلاتا رہے گا کہ اب پانی پینا ہے۔

پانی پینے میں جلدی مت کیجئے۔ ٹھہر ٹھہر کر پانی پیجئے۔ پینے کے دوران اس کے ذائقے کو بھی محسوس کرنے کی کوشش کیجئے پانی پینے کو خوب انجوائے

پورے جسمانی نظام کے مخصوص پوائنٹس پائے جاتے ہیں۔ پیروں کو تحریک دینے سے پزرنے والا دباؤ اور اس دباؤ کے نتیجے میں خارج ہونے والے قدرتی مادوں کے اثرات پورے جسمانی نظام پر ہوتے ہیں۔ اس عمل کے ان گنت فوائد پر ایک الگ کتاب تحریر کی جاسکتی ہے۔

زمین کا اپنا ایک برقی مقناطیسی نظام ہے۔ ننگے پاؤں زمین بالخصوص ٹھنڈی گھاس پر چلنے سے ہم زمین کے اس مقناطیسی نظام سے جڑ جاتے ہیں۔

ایک اہم بات یہ کہ اگر یہ ننگے پاؤں چلنا صبح کے وقت سورج کی روشنی میں اور صبح کی تازہ ہوا میں ہو تو نہ صرف یہ کہ سورج کی روشنی جسمانی توانائی میں اضافہ اور بحالی کے لیے نہایت مفید ہے۔ بلکہ اس سے دھوپ میں پائے جانے والا وٹامن ڈی بھی ہمارے جسم کو میسر آتا ہے۔

ڈاکٹر کے مطابق جوڑوں اور ہڈیوں کی کمزوری اور تکالیف کی ایلد بڑی وجہ وٹامن ڈی کی کمی ہے۔

ہم ایک ایسے نخلے میں آباد ہیں جہاں سورج کی روشنی وافر مقدار میں میسر ہے۔ تو پھر اللہ تعالیٰ کی عطا کردہ اس نعمت سے خوب فائدہ اٹھائیے۔ جوڑوں کے امراض اور ناگلوں کے درد میں مبتلا افراد کے لیے دھوپ میں تھوڑی دیر بیٹھنا بھی فائدہ مند ہے۔ اگر آپ نوجوان ہیں تو وٹامن ڈی کی کمی سے اپنی ہڈیوں کو بچانے کے لئے ابھی سے یہ مشق اپنی زندگی کا حصہ بنا لیجئے۔

گھاس کی نرمابٹ کو محسوس کیجئے

اب آپ کو کرنا یہ ہے کہ چہل قدمی کے دوران جب آپ کے قدم ٹھنڈی ٹھنڈی نرم گھاس یا زمین کو



کا لطف اٹھایا جائے۔

نوٹ: دھیان رہے کہ کھانے کے فوری بعد پانی پینا صحت کے لیے مناسب نہیں۔ کھانے کے بعد پانی پینے میں کم سے کم تیس منٹ کا وقفہ لازمی ہے۔

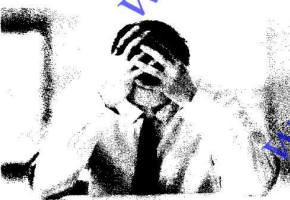
تیسری مشق

### کل کیا ہوگا؟ نہیں سوچنا

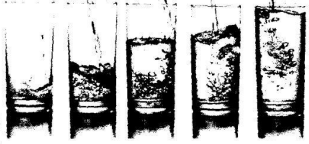
اب ایک اور مشق۔ دو مشقیں تو وہ کام ہیں جو آپ نے کرنے ہیں اور اب یہ تیسری مشق وہ کام ہے جو آپ نے نہیں کرنا۔ ارے کئی روز مت ہوں کہنے کا مطلب ہے کہ ان تیس دنوں میں آپ نے ایک بار بھی یہ نہیں سوچنا کہ ”ہائے کل کیا ہوگا“؟...

چاہے کوئی بھی طور حال پیش آئے یا کوئی پریشانی آئے اس سے اجتناب کے لیے حکمت عملی بنائیے۔ اس مشکل کا حل تلاش کرنے کی کوشش کیجیے اور نتیجہ اللہ پر چھوڑ دیجیے۔ مگر جیسے ہی یہ خیال ذہن میں زور پکڑنے لگے کہ اب کیا ہوگا یا کل کیا ہونے والا ہے فوراً سے جھٹک دیجیے۔ کل پر آپ کا اختیار نہیں۔ یہ اتنا آسان نہیں ہوگا مگر یہ کام بہت مشکل بھی نہیں۔

آپ کو بس اتنا یاد رکھنا ہے یہ آپ کی مشق کا حصہ ہے اور اس میں کوئی بھی بہانہ نہیں کرنا۔ کیونکہ



روحانی کامیابی



کیجیے۔ اس کا ذائقہ جاننے کی کوشش کیجیے تمکین ہے، یا میٹھا، یا پھر کھار ہے۔

محسوس کیجیے کہ اللہ تعالیٰ نے پانی کی صورت میں کتنی اہم نعمت عطا کی ہے۔ پانی کو پینے سے پیدا ہونے والے احساس کو محسوس کیجیے۔

پانی کی وہ ٹھنڈک جو زبان کے چھونے سے معدے تک اترنے میں جسم میں سرایت کرتی ہے اسے محسوس کرنے کی کوشش کیجیے۔ یقین مانئے... پانی پینے میں آپ کو ایسی لذت و تراوت محسوس ہوگی۔ جسے شاید اس مشق سے پہلے آپ نے کبھی محسوس نہیں کیا ہوگا۔

اب تو گرمیوں کی آمد آمد ہے۔ اور گرمیوں میں فریج کے ٹھنڈے ٹیخ پانی کی طلب بڑھ جاتی ہے۔ مگر ہم کہیں گے کہ فریج کے ٹھنڈے پانی سے حتی الامکان پرہیز کیجئے۔ اگر عادت کی وجہ سے شدید طلب محسوس ہو تو بھی دن میں صرف ایک آدھ بار ہی فریج میں ٹھنڈا کیا ہوا پانی پی لیجئے۔ سادہ پانی یا منگے یا صراحی میں ٹھنڈے کیے گئے پانی کو ترجیح دیجیئے۔ آج کل تو بہت سے دیدہ زیب رنگوں کے ساتھ آرائشی صراحیوں اور منگے بھی دستیاب ہیں۔ یہ برتن ہرے بڑے ایگزیکٹو سیشنز میں رکھے جاتے ہیں اور لوگ فیشن کے طور پر گھروں میں سجاتے ہیں۔ تو پھر کیوں نا اس فیشن سے فائدہ اٹھایا جائے اور پانی کی قدرتی ٹھنڈک

کو درست انداز میں بیٹھنے کے اور سانس کی چند مشقیں بتائیں گے.... اور ایک تیکنک بھی جس کے ذریعے آپ اپنے کسی بھی مقصد میں کامیابی کی طرف آسانی قدم بڑھا سکیں گے۔

(جساری ہے)



کسی بھی کام کو نہ کرنے کے اگر سو بہانے تو کس بھی من پسند کام کو کرنے کے بھی سوطریقے ہوتے ہیں۔ ہمیں توقع ہے کہ تیس دنوں کی ان نظاہر سادہ اور آسان مشقوں کے بہت مثبت اثرات ناصر ف آپ خود بلکہ آپ کے گھر والے بھی محسوس کریں گے۔ یہ تو ہے پہلا قدم۔ انشاء اللہ اگلی قسط میں ہم آپ

**43 سال سرد کاروپ دھار کر**  
**روزی کمانے والی مصری خاتون**

خاوند کی وفات کے بعد 43 سال تک مرد کا روپ دھار کر اپنی بیٹی کے لیے روزی کمانے کی جدوجہد کرنے والی مصری خاتون کو حکومت نے خراج تحسین پیش کرتے ہوئے "مثالی ماں" قرار دیا ہے۔ الا قصر کے سماجی سنجھی ڈائریکٹوریٹ کا کہنا ہے کہ سیما ابو داؤح کو اپنی بیٹی اور نوسوں کو روٹی فراہم کرنے کے لیے محنت کرنے پر "کفیل عورت" کا ایوارڈ فراہم کیا جا رہا ہے۔

شادی کے کچھ عرصہ بعد ہی ان کے خاوند چلے گئے تھے اور جب ان کی بیٹی پیدا ہوئیں تو ان کے پاس کوئی ذریعہ معاش نہیں تھا۔ ان کی صورت حال اس وقت مزید کھنکھن ہو گئی کہ جب خواتین کے کام کرنے کی مخالفت کرنے والے معاشرے نے انہیں ایک مرد کا لباس اوڑھ کر کام کرنے پر مجبور کر دیا تاکہ وہ اپنی بیٹی حدی کے لیے روزی کما سکیں۔ وہ ایٹھوں کے بیٹھے اور جوڑے پالش کرنے کے علاوہ کئی دیگر ملازمتیں بھی کرتی رہیں۔ انہوں نے اپنی بیٹی کی شادی بھی کر دی تھی مگر اس کا خاوند بھی بیمار ہو گیا اور وہ کام نہیں کر سکتا تھا۔ ابو داؤح نے ایک مرتبہ پھر کام شروع کر دیا اور خاندان کے لیے روزی کمانے کا سلسلہ جاری رکھا۔ سیما ابو داؤح کا کہنا تھا "مجھے سڑکوں پر بھیک مانگنے سے زیادہ بہتر سخت محنت والے کام جیسے ایٹھیں یا سینٹ کی بوریاں اٹھانا اور جوڑے پالش کرنا چاہئے تھے تاکہ میں اپنے اور اپنی بیٹی اور اس کے بچوں کے لیے پیسے کما سکوں۔" "میں نے اپنے آپ کو مردوں، ان کی ترش نظروں اور روایات کی جھینٹ چڑھنے سے بچنے کے لیے ایک مرد کا روپ دھارنے کا فیصلہ کیا اور مردانہ کپڑے پہن کر دوسرے دیہات میں جہاں مجھے کوئی نہیں جانتا تھا، مردوں کے ساتھ کام کیا۔" انہوں نے مزید بتایا کہ انہوں نے بہت سی ملازمتیں کی ہیں جن میں جوڑے پالش کرنے سے لے کر تعمیرات اور ذراعت شامل ہیں۔ اس وقت ابو داؤح جوڑے پالش کرتی ہیں جس سے انہیں ان کے بقول معقول آمدنی مل جاتی ہے۔ ان کی بیٹی حدی کا کہنا ہے "میری والدہ ہی اس خاندان کی واحد کفیل ہیں۔ وہ ہر صبح چھ بجے اٹھ جاتی ہیں تاکہ الا قصر کے ایٹھن پر جا کر جوڑے پالش کر سکیں۔ ان کے بوڑھے پرن کی وجہ سے ان کا سامان اب میں اٹھاتی ہوں۔"

# AZEEMI

بالوں کی حفاظت کا قدرتی طریقہ

AZEEMI'S

## SUNRAYS



HERBAL SHAMOO

اب نئی دیدہ زیب پیکنگ میں

RS: 85/=

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

021-36604127

نورمانی ڈاٹ کام

34

# THE AMITYVILLE HORROR

# امتی ویل کا آسیب



آسیب، بد روح، جن، بھوت، چیزیں اور دیگر مافوق الفطرت مخلوقات کے واقعات صدیوں کے ہمارے معاشرے کا حصہ ہیں۔ بعض لوگ الٹے واقعات کو صحیح تصور کرتے ہیں اور بعض لوگ انہیں قدیم دور سے چلے آ رہے تو ہم پرستی اور جاہلیت کا نام دیتے ہیں.... مشرق ہو یا مغرب مافوق الفہم واقعات کا ذکر ہر جگہ ہوتا ہے، مشرق کی نسبت مغرب ملک میں ایسے واقعات کو دستاویزی شکل میں محفوظ رکھنے کا رواج صدیوں سے ہے۔ وہاں کوئی ناقابل توجہ واقعہ نہیں ہو جائے تو وہ ریکارڈ کا حصہ بن جاتا ہے۔ مشرقی ممالک میں ایسا کوئی نظام نہ ہونے کی وجہ سے ایسے واقعات وقت کے ساتھ ساتھ مسخ ہوتے رہتے ہیں اور پھر عرصے بعد کوئی شخص یہ بات یقین سے نہیں کہہ سکتا کہ اصل واقعہ کیا تھا۔ مغرب میں ایسے واقعات کی باقاعدہ تفتیش ہوتی ہے اور تحقیقات کے بعد اگر ماہر سمجھ میں نہ آجائے تو اسے **Mystery**، معمہ **Enigma** یا پراسرار **Weird** قرار دے کر دستاویزوں میں محفوظ کر دیا جاتا ہے۔

نیویارک کے ایک مکمل میں 1975ء میں پراسرار واقعات کا ایک سلسلہ شروع ہوا۔ الٹے واقعات کا کافی ریکارڈ محفوظ ہے اور چالیس برس گزر جانے کے باوجود یہ مکمل آج بھی پراسرار معمہ بنا ہوا ہے۔ اس واقعہ پر کئی ناولز اور سنیما، ٹی وی پروگرامز اور ڈراموں فلمیں بن چکی ہیں۔

## The Amityville Horror

کے جنوبی کنارے پر ایک کشادہ مکان خریدا۔ جارج نے یہ مکان اسی ہزار ڈالر میں خریدا جو اس وقت کی مارکیٹ کے لحاظ سے اس مکان کی بہت

یہ واقعہ دسمبر 1975ء کا ہے، اٹھائیس سالہ جارج لیوٹز George Lutz نے اپنے اور اپنے بیوی بچوں کے لیے امتی ویل، نیویارک کے لانگ آئی لینڈ

کم قیمت تھی۔

اور سائیکو تھر اپسٹ (ماہر نفسیات) بھی تھا۔

18 دسمبر کی صبح سے پادری کو عجیب قسم کی بے چینی پر مبنی کیفیت کا سامنا تھا۔ وہ جارج کے خاندان کو پہلے سے جانتا تھا اور آج اسے گھر میں جا کر برکت کی دعا کرنا تھی۔ بے چینی کا تعلق اس دعا سے تھا۔ کوئی چیز اندر ہی اندر اسے دعا کے لیے جانے سے روک رہی تھی۔ پادری کو کچھ سمجھ میں نہیں آ رہا تھا کہ ایسا کیوں ہے۔ پادری اپنی کار میں بیٹھ کر اس مکان کی طرف روانہ ہوا۔ جوں جوں سفر طے ہو رہا تھا اس کی بے چینی بڑھ رہی تھی۔ گھر کے قریب پہنچ کر یہ بے چینی دباؤ کی شکل اختیار کر گئی۔ ڈیڑھ بجے وہ مکان کی گلی میں پہنچ گیا۔ کار اس نے ٹکڑ پر چھوڑ دی۔ اس نے اپنا مخصوص لبادہ پہنا اور مجلس پانی لے کر اس مکان میں داخل ہو گیا۔ یہیں سے اٹھنے والی واقعات کا ایک سلسلہ شروع ہو گیا۔ جو نئی پادری نے پانی ہاتھ میں لے کر پہلا چھینٹا دیا، اس نے واضح طور پر کہیں گویا کہے۔ ”یہاں سے نکل جاؤ“

پادری نے حیران ہو کر پیچھے دیکھا۔ آواز پیچھے سے ہی آئی تھی لیکن اس کمرے میں وہ اکیلا کھڑا تھا۔ خوفزدہ ہونے کے باوجود پادری نے مختلف کمروں میں پانی چھڑکنے کا کام جاری رکھا۔ کام مکمل کرنے کے بعد اس نے جارج اور کیتھی کو اس آواز کے بارے میں بتایا اور ان کی طرف سے کھانے کی دعوت قبول نہ کرتے ہوئے گھر سے نکل آیا۔ کار میں بیٹھ کر وہ اسی واقعے کے بارے میں سوچتا رہا۔

پادری اپنے گھر واپس آیا۔ وہاں اس کی ماں اس کی منتظر تھی، ماں اسے دیکھ کر کچھ پریشان ہوئی اور بولی، تمہاری طبیعت ٹھیک ہے؟ .... ذرا آئینے میں

اس کم قیمت کی وجہ اس مکان کا پس منظر تھا۔ پہلے یہاں ڈیفیو DeFeo خاندان آباد تھا، اس خاندان کے تمام ارکان کو فیملی ہی کے ایک نوجوان فرد رونالڈ ڈیفیو Ronald DeFeo نے رات کو سوتے ہوئے گولیاں مار کر قتل کر دیا تھا۔

قاتل پر مقدمہ چلا تو اس نے عدالت میں یہ انوکھا بیان دیا کہ مکان سے سنائی دینے والی غیبی آوازوں نے اسے اپنے ہی خاندان کے لوگوں کو قتل کر دینے پر مجبور کر دیا تھا۔

دسمبر 1975ء جارج اور اس کی بیوی کیتھلین Kathleen اور ان کے تین بچے (یہ تینوں بچے کیتھی کے سابق شوہر کے تھے) اس مکان میں منتقل ہو گئے۔ اس مکان کے نئے خریدار جارج اور اس کی بیوی ماقوق الفطرت واقعات کو توہمات سمجھتے تھے۔ وہ ٹرولوں، نو سالہ ڈینیل Daniel اور سات سالہ کرسٹوفر Christopher کو تیسری منزل کا بیڈ روم دے دیا گیا۔ اوپر کی منزل بچوں کے کھیلنے کے لیے مخصوص کر دی گئی۔ بیٹی میسی Melissa کو دوسری منزل کا بیڈ روم دے دیا گیا۔ گراؤنڈ فلور پر میاں بیوی نے رہائش رکھی۔ مکان سمندری کھاڑی کے قریب تھا۔ اس لیے گیراج کے ساتھ ہی ایک بوٹ ہاؤس Boat house بھی بنا ہوا تھا۔

مکان میں رہائش کے آغاز پر برکت کی دعا کے لیے ایک پادری فرینک مانکو سو Father Frank Mancuso کو بلا یا گیا۔ یہ پادری صرف مذہبی ہی نہیں، معاشی علوم سے بھی دلچسپی رکھتا تھا اور پادری ہونے کے ساتھ ساتھ ایک وکیل، مذہبی کورٹ کانج

رہنما  
رہنما

اپنی صورت تو دیکھو۔



جارج اور کیتھی لیوز اپنے بچوں کے ہمراہ

پادری ہاتھ روم گیا۔ آئینے میں اس نے دیکھا کہ اس کی آنکھوں کے گرد بڑے بڑے سیاہ دائرے بن گئے تھے۔ سیاہی اتنی گہری تھی کہ لگتا تھا کہ ہاتھ سے لگائی گئی ہے۔ وہ اسے مل کر صاف کرتا رہا لیکن کوئی فرق نہیں پڑا۔

ادھر جارج اپنے گھر میں اپنے وفادار کتے ہیری کو ایک بیس فٹ لمبی زنجیر کے ساتھ باندھ کر موسیقی سننے میں مگن ہو گیا۔ موسیقی شروع ہوتے ہی ہیری نے ڈراؤنی آواز میں رونا شروع کر دیا۔ رونے کی آواز سن کر جارج کا بیٹا ذہنی باہر گیا تو دیکھا کہ بیس فٹ لمبی زنجیر اس کی گردن کے ارد گرد لپٹ کر کس گئی ہے اور ہیری کسی بھی لمحے دم گھٹ جانے سے مرنے والا ہے۔ جارج نے اسے آزاد کیا اور حفاظت کی غرض سے زنجیر کی لمبائی بہت کم کر دی۔

فون آیا۔ اس نے بتایا کہ تمہارے جانے ہی میری کار کی ونڈ شیلڈ کے واپر خود بخود حرکت میں آ گئے اور میں انہیں روک نہیں سکا۔

19 دسمبر کی رات جارج گہری نیند سو رہا تھا کہ دروازے پر زور دار دستک ہوئی۔ وہ بڑا بڑا کر اٹھا۔ گھڑی پر رات کے سوا تین بجے تھے۔ دستک کی آواز دوبارہ آئی، وہ کمرے سے نکل کر لیونگ روم کی طرف گیا اور اس کی کھڑکی میں سے باہر جھانکنے کی کوشش کی۔ اچانک کوئی چیز زور سے پیچھے آئی۔ وہ دیک کر نیچے بیٹھ گیا۔ ساتھ ہی اوپر سے چیخ کی آواز آئی۔ اوپر ذہنی اور کرائس سونے ہوئے تھے۔ بوٹ ہاؤس کے پاس کوئی شے حرکت کر رہی تھی۔ اچانک اس نے اپنے پاس لوٹتے ہی ہیری کے بھونکنے کی آواز سنی۔ اس نے ہیری کو آواز دی۔ اسی دوران دستک پھر سنائی دی جسے سنتے ہی ہیری اپنے ارد گرد چاروں طرف گھومنے

پادری ماگواگلے روز صبح اٹھ بیچے اپنی ماں سے رخصت ہو کر گر جاکے طرف روانہ ہوا۔ راستے میں پادری کے مددکھ کر روگٹنے کھڑے ہو گئے کہ کار خود بخود واپس طرف مڑتی جا رہی ہے۔ سڑک خالی تھی اس لیے کوئی حادثہ نہیں ہوا۔ اچانک اسڑینگ وھیل کھل کر شیشے سے جا ٹکرایا۔ ایک پرزہ کھل گیا اور ساتھ ہی کار کا دائیں طرف والا کیٹ بھی۔ اس نے گھبرا کر بریک لگائی۔ ایک قریبی جگہ سے اس نے فون کیا اور مقامی پادری کے پاس چلا گیا۔ کار کو ٹکڑوں میں ڈال کر کمینٹک کے پاس لے جایا گیا لیکن کمینٹک کار ٹھیک کرنے میں ناکام رہا۔ آخر کار وہ پادری اپنے گرجا گھر میں چلا گیا۔ پادری گر جانے کو اس میں پہنچا ہی تھا کہ تھوڑی دیر بعد اسے اپنے میزبان پادری کا

اور غضبناک آواز میں بھونکنے لگا۔

عمل کافی بدل گیا تھا۔ جارج نے شیو اور غسل کرنا چھوڑ دیا تھا۔ وہ دفتر بھی نہیں گیا اور مسلسل سردی کی شکایت کرتا رہا۔ ہر تھوڑی دیر کے بعد وہ اٹھ کر بوٹ ہاؤس چلا جاتا اور واپس آ جاتا۔ اسے لگتا کہ کوئی شے اسے بوٹ ہاؤس کی طرف بلا رہی ہے۔

22 دسمبر کی صبح کافی سردی تھی۔ رات کو ڈینی،

کرائس اور میسی کی ان کے والد جارج نے بلاوجہ خوب چٹائی کی تھی۔ تینوں بچے بری طرح سہم گئے۔ جارج آج بھی دفتر نہیں گیا آتش دان کے پاس بیٹھ کر سردی سے کاٹتا رہا۔

کیتھی کچن میں کرسس کی تیاری کے لیے فہرست بنا رہی تھی اور سوچ رہی تھی کہ جارج نے بچوں کو اتنا کیوں مارا۔ کچن میں کام کرتے ہوئے کیتھی کو ایسا محسوس ہوا جیسے خون اس کی رگوں میں منجمد ہو گیا ہو۔ اس کے ہاتھ میں پکڑی ہوئی پنسل ہاتھ سے چھوٹ گئی لیکن نیچے گرنے کے بجائے ہوا میں مقفل ہوئی تھی۔ معاملہ یہیں پر نہیں رکا۔ کوئی پیچھے سے آیا اور اسے باروں میں لے لیا۔ پھر اس نے کیتھی کا ہاتھ پکڑ کر اسے تھپتھپایا۔ کیتھی نے محسوس کیا کہ یہ کوئی عورت تھی۔ اسی دوران کرائس کی آواز آئی

”امی، جلدی سے ادھر آؤ۔“ کیتھی نے محسوس کیا کہ نامعلوم وجود غائب ہو گیا ہے۔ وہ دوڑ کر اپنے بچوں کے کمرے میں گئی۔ تینوں بچے ہاتھ روم میں ٹائلٹ کو گھور رہے تھے، کیتھی نے دیکھا کہ ٹائلٹ کا اندرونی حصہ بالکل سیاہ ہو چکا تھا۔ جیسے کسی نے کالا پینٹ کر دیا ہو۔ اس نے ان نشانات کو پانی سے صاف کرنے کی کوشش کی مگر کچھ نہیں ہوا۔ اس نے ڈینی سے کہا کہ نیچے جا کر سیاہی صاف کرنے والا لوشن لے

جارج دوڑ کر اپنے کمرے کی طرف بھاگا جہاں کیتھی جاگ چکی تھی، اس نے پوچھا کہ کیا بات ہے۔ جارج نے جواب دیا کہ ہمیری بوٹ ہاؤس کے پاس کسی شے کو دیکھ کر بھونک رہا ہے، میں ابھی دیکھ کر آتا ہوں۔

جارج پھر باہر نکل آیا، کتا مسلسل بھونک رہا تھا۔ جارج نے ایک ڈنڈا اٹھایا اور بوٹ ہاؤس کی طرف بڑھا۔ اب اس نے دیکھا کہ ایک سایہ آگے کو بڑھ رہا ہے۔ ساتھ ہی دروازے پر پھر دستک ہوئی۔ اس نے پلٹ کر دیکھا تو دروازہ کھلا ہوا تھا۔ یہ دروازہ اس نے سونے سے پہلے اچھی طرح بند کر دیا تھا۔ بہر حال وہ واپس آگیا اور تھوڑی دیر کے بعد پھر سو گیا۔

کیتھی صبح چھ بجے کے قریب اٹھی اور کچن میں آگئی۔ کچھ دیر بعد اس کی چھوٹی بیٹی میسی کچن کے دروازے میں آکر کھڑی ہو گئی۔ وہ آدھی جاگی اور آدھی سوتی ہوئی تھی۔ اس نے کہا ماں میں گھر جانا چاہتی ہوں۔ ماں نے کہا کہ بیٹی یہ ہمارا گھر ہی تو ہے۔ وہ اپنے کمرے میں جا کر پھر سو گئی۔

صبح نو بجے جارج اپنے کمرے سے باہر آیا۔ اس کا لہجہ تلخ تھا جو کیتھی کے لیے نئی بات تھی۔ اس سے پہلے اس نے کبھی ایسا نہیں کیا تھا۔ وہ بار بار سخت سردی کی شکایت کر رہا تھا۔ سارا دن اسے ٹھنڈی شکایت رہی۔ رات کو آتش دان میں خوب لکڑیاں جلائی گئیں لیکن جارج یہی کہے جا رہا تھا کہ بہت سردی ہے۔ بارہ بجے وہ سو گیا اور سواتین بجے پھر ٹھہ بیٹھا۔

20 اور 21 دسمبر کے دو دنوں میں جارج کا طرز

رُوحانِ نامحسوس

نہیں رہتا تھا تاہم اس نے کہا کہ ہمیں کسی کے آنے پر کوئی اعتراض نہیں۔ وہ شخص واپس چلا گیا اور اس کے بعد کبھی دکھائی نہیں دیا۔

اسی رات سواتین بجے جارج کی آنکھ کھلی۔ اس نے باہر نکل کر دیکھا کہ بہت وزنی دروازہ کسی پر اسرار شے نے نہ صرف کھول دیا تھا بلکہ یہ دروازہ ایک چول سے لٹک رہا تھا۔

اسی کیتھی سو رہی تھی۔ شور و غل سن کر اس کی آنکھ بھی کھل گئی۔ اس نے دیکھا کہ جارج تباہ شدہ دروازے سے زور آزمائی کر رہا ہے۔ اس نے ماجرا پوچھا تو جارج نے جواب دیا کہ مجھے کچھ نہیں معلوم کہ کیا ہوا۔

دروازے کی ناپ مٹ چکی تھی، دھاتی حصہ پیچھے کی طرف ٹوٹ گیا تھا۔ دروازہ اندر کی طرف سے توڑا گیا تھا۔ اندر تو صرف بچے تھے جو اتنے بھاری دروازے کا کچھ نہیں بگاڑ سکتے تھے۔ کیتھی بھاگ کر بچوں کی طرف گئی۔ اس نے دیکھا کہ تینوں بچے اوندھے منہ سوئے ہوئے ہیں۔ اس سے پہلے وہ کبھی اوندھے منہ نہیں سوئے تھے۔

صبح لوہار کو بلا یا گیا جس نے دروازے کی مرمت کی۔ جاتے وقت اس نے بتایا کہ اس سے پہلے جو گھرانہ یہاں مقیم تھا، وہ بھی دروازوں کی مرمت کے لیے اسے ہی بلا یا کرتا تھا۔

24 دسمبر کو پادری مانگوسو کو تیز بخار تھا۔ اس کے دل میں آیا کہ وہ جارج کو فون کر کے اسے بتائے کہ وہ یہ منحوس مکان چھوڑ دے۔ ادھر گھر میں کیتھی بھی یہی بات کر رہی تھی۔ شام پانچ بجے پادری کا فون آ گیا۔ دوسری باتوں کے ساتھ ساتھ جارج نے پادری

کو آؤ۔ ڈینی نیچے گیا اور وہیں سے چلا کر بولا کہ می، می...! آپ کا ٹائلٹ بھی کالا ہو رہا ہے اور اس میں سے سخت بدبو بھی آ رہی ہے۔ کیتھی بھاگ کر اپنے بیڈروم میں گئی، اندر جاتے ہی اسے نہایت گندی بو آئی۔ وہ ہاتھ روم پختی تو وہاں سے بھی گندی لیکن ذرا مختلف قسم کی بدبو آ رہی تھی۔ ٹائلٹ بری طرح سیاہ ہو چکا تھا۔

دوسری منزل کا ٹائلٹ بھی کالا ہو گیا تھا لیکن وہاں کوئی بدبو نہیں تھی۔ ادھر جارج کو اپنے بیڈروم سے ایک بھیننی بھیننی خوشبو آنے لگی۔ کیتھی نے اسے اوپر بلایا۔ وہ دوسری منزل کے چوتھے بیڈروم کی طرف گیا جہاں دو کھڑکیاں تھیں۔ ایک کھڑکی دریا کی طرف (بوٹ ہاؤس Boat House کی طرف) اور دوسری پڑوس کے مکان کی طرف کھلی تھی۔ اس کھڑکی کے شیشوں پر اندر کی جانب بے شمار کھیاں جھنڈا ہی تھیں۔ سردیوں میں ان کھیاؤں کا وجود حیران کن تھا اور یہ بھی حیران کن تھا کہ ساری کھیاں ایک ہی کھڑکی سے کیوں چھٹی ہوئی ہیں۔ جارج نے کھیاؤں کو اڑا دیا۔ کچھ ہمارا والا۔ اب ہاتھ روم کی بدبو اور بیڈروم کی خوشبو غائب ہو چکی تھی۔ ادھر جارج کو سردی لگنا کم ہوئی اور نہ بار بار کی کوشش کے باوجود ٹائلٹ کی سیاہی میں کوئی فرق پڑا۔

شام چار بجے کے قریب بچے باہر کتنے سے کھیل رہے تھے کہ چانکنا بیرونی دروازے کی گھنٹی بجی۔ ایک ادھیڑ عمر شخص باہر پتیر کے چھ ڈبے لیے کھڑا تھا۔ وہ کہہ رہا تھا کہ آپ کے پڑوسی آپ کا خیر مقدم کرتے ہیں اور آپ کے گھر آنا چاہتے ہیں۔ جارج نے محسوس کیا کہ یہ شخص ارد گرد کے کسی مکان میں



کیسے مارا گیا۔ لوئی ڈیفیو کی موت اسی کمرے میں ہوئی  
جہاں اب کیتھی رہ رہی تھی۔

جارج نے کیتھی کو تسلی دی اور بوٹ ہاؤس کی  
طرف چل پڑا۔ دروازہ بند تھا اور کتا بھی خاموشی سے  
سو یا ہوا تھا۔ سوئنگ پول کے پاس جا کر اس نے پلٹ  
کر دیکھا تو وہ خوف سے جم کر رہ گیا۔ کمرے کی کھڑکی  
میں اس کی بیٹی کیتھی کھڑکی اس کی طرف دیکھ رہی  
تھی اور کیتھی کے پیچھے ایک خنزیر کھڑا ہوا تھا۔ خنزیر  
کی نظریں بیٹی جارج پر جمی ہوئی تھیں۔ جارج لپک کر  
میں سے کمرے میں چلا آیا اور یہ دیکھ کر حیران رہ گیا کہ  
میں تو آرام سے اپنے بستے پر لیٹی سو رہی تھی۔ پیچھے  
سے ایک سیٹی کی آواز آئی۔ اس نے گوم کر دیکھا تو  
جھولنے والی کرسی خالی پڑی تھی اور خود بخود آگے  
پیچھے جھول رہی تھی۔

اس روز کرسمس تھا۔ جارج نے پادری مانگو سو کو  
فون کیا مگر جواب نہ ملا۔ اس نے سوچا شاید وہ بیمار ہو۔  
پادری واقعی بیمار تھا اور علاج کے باوجود ٹھیک نہیں ہو  
رہا تھا۔ بیماری کے دوران بھی وہ جارج کے مکان اور  
اس کی محسوس کے بارے میں سوچ سوچ کر  
پریشان ہوتا رہا۔

پادری کے مشورے پر جارج نے گھر والوں کو  
منع کر رکھا تھا کہ وہ دوسری منزل پر واقع کمرے میں  
نہ جائیں۔ بچے اس حکم پر حیران تھے۔ کرائس نے کہا  
کہ وہاں دراصل کرسمس کے تحفے رکھے ہیں۔ لیکن  
میں نے کہا کہ نہیں، وہاں جوڈی رہتا ہے اس لیے  
ہمیں اوپر جانے سے منع کیا گیا ہے۔ ڈینی نے پوچھا کہ  
یہ جوڈی کون ہے۔ میمی نے جواب دیا وہ میرا دوست  
ہے اور خنزیر ہے۔ اس پر دوسرے بچے ہنس پڑے۔

رُحمانِ مَاجِسْت

کو کھینوں والے واقعے کے بارے میں بھی بتایا۔  
پادری نے کہا کہ آپ لوگ دوبارہ کسی بھی صورت  
میں اس کمرے میں نہ جائیں۔ جارج نے حیران ہو کر  
پوچھا کہ آخر اس کمرے میں کیا ہے۔ اس سے پہلے کہ  
پادری جواب دیتا، لائن پر گزرا ہٹ سنائی دینے لگی۔  
شور کی وجہ سے انہیں فون بند کرنا پڑا۔ اس کے بعد  
دوبارہ رابطے کی کوششیں ناکام رہیں حالانکہ دونوں  
طرف سے بار بار فون ملانے کی کوشش ہوتی رہی۔

شام کو کیتھی کی ماں اور اس کا بھائی جی بھی ان  
کے پاس پہنچ گئے۔ جی کی شادی کرسمس کے اگلے  
روز ہونی تھی۔ انہوں نے دیکھا کہ لیونگ روم کی بند  
کی گئی کھڑکی پھر کھل گئی ہے اور پہلے جتنی کھیاں اس  
سے چھٹی ہوئی ہیں۔

25 دسمبر کو بھی رات سو اتین بجے جارج کی  
آنکھ کھل گئی۔ چاند کی روشنی میں اس نے دیکھا کہ  
اس کی بوری اوندھے منہ سوئی ہوئی ہے۔ جارج نے  
اسے چھوا تو وہ اٹھ کر بیٹھ گئی اور خوفزدہ انداز میں  
کہنے لگی کہ

”اس عورت کے سر میں گولی ماری گئی تھی۔“

یہ اس مکان کے گزشتہ رہائشی ڈیفیو خاندان کے  
قتل سے تعلق رکھنے والی کوئی بات تھی۔ اس قتل کی  
تفصیلات کہیں بھی شائع نہیں ہوئی تھیں اور یہ بات  
صرف محکمہ سراغ رسانی کی خفیہ فائل میں درج تھی  
کہ اس گھر کی مالکن کو اس وقت سر میں گولی مار کر  
ہلاک کیا گیا تھا جب وہ اوندھے منہ لیٹی ہوئی تھی۔  
صر کے باقی افراد بھی اسی طرح مارے گئے تھے۔  
واب میں یانیم غنودگی میں، بہر حال کیتھی کو نامعلوم  
رہنے سے پتہ چل گیا کہ گھر کی مالکن لوئی ڈیفیو کو

Special Double Edition  
**This once was a horrible place**



**HAUNTED BY NIGHTMARE**

**30 YEARS LATER**

**Amityville Ghosts**

George Lutz says he and his family fled their long haunted house in 1978 after 28 months.

**Amityville Ghosts**

George Lutz says he and his family fled their long haunted house in 1978 after 28 months.

**House of Terror**

Amityville is a small town in Suffolk County, N.Y. It is a suburb of New York City. The house at 112 Ocean Ave. is a two-story, brick house. It is a typical suburban house. The house was built in 1954. The house was bought by the Lutz family in 1975. The house was haunted by a family of four. The house was haunted for 28 months. The house was haunted by a family of four. The house was haunted for 28 months. The house was haunted by a family of four. The house was haunted for 28 months.

**The House On Ocean Avenue**

By D.J. Hill

**KEEPING** with its 100-year-old name and operating name, the house was...



The house at 112 Ocean Ave., Amityville, N.Y., is a typical suburban house. The house was built in 1954.

امتی ویل سے متعلق مختلف اخباری تراشے

رات نو بجے کیتھی تیسری منزل پر واقع پلے روم کی طرف گئی تاکہ ہمیشہ کو سلا سکے۔ اس نے باہر سے سنا کہ اس کی بیٹی کمرے میں کسی سے باتیں کر رہی ہے۔ وہ کہہ رہی تھی

اس لیے جلد سو رہے ہیں۔ وہ پلے روم گئی اور یہ لکھے کہ حیران وہ گئی کہ واقعی وہاں حد سے زیادہ سردی تھی حالانکہ کمرہ بند تھا۔

26 دسمبر کو جی کی شادی تھی لیکن اسی روز جارج کو بچپن اور پیٹ کے در کا مرض لاحق ہو گیا۔ پیٹ میں اتنا سخت درد تھا جیسے کوئی چاقو سے پیٹ چیر رہا ہو۔ یہ تکلیف رات کو اس وقت شروع ہوئی تھی جب وہ رات سواتین بجے بوٹ ہاؤس کا چکر لگا کر آیا تھا۔ دن چڑھے تکلیف میں کمی ہوئی اور وہ سو گیا۔ کیتھی نے اسے جگایا تو تکلیف پھر شروع ہو گئی اور وہ ہاتھ روم چلا گیا۔

کیتھی نے کچن جا کر خریداری کی فہرست بنانا شروع کر دی۔ اس نے پیڈ پر "سنگٹرس کا جوس" لکھا ہی تھا کہ کچن میں کسی کی موجودگی کے احساس

”جوڈی، تمہیں برفاری اچھی نہیں لگتی“ کیتھی اندر گئی تو میسی بھلے میں بیٹھی برفاری دیکھ رہی تھی۔ کمرے میں اور کوئی نہیں تھا۔

”تم کس سے باتیں کر رہی تھی“ کیتھی نے پوچھا تو میسی نے کہا ”جوڈی سے“۔ یہ جوڈی کون ہے، کیتھی نے پوچھا۔ میسی بولی وہ میرا دوست ہے اور ایک خنزیر ہے جسے میرے سوا کوئی نہیں دیکھ سکتا۔

کیتھی حیرت اور پریشانی کے عالم میں وہاں سے اپنے بیٹوں کے کمرے میں گئی جو دس گیارہ بجے سے پہلے سونے کا نام نہیں لیتے تھے لیکن اب وہ سونے کی تیاری کر رہے تھے۔ انہوں نے بتایا کہ دراصل پلے روم میں بہت سردی ہو گئی ہے، وہ کھیل نہیں سکتے

سے وہ سہم کر رہ گئی۔ اس نے گھوم کر دیکھا۔ کچن خالی تھا لیکن کوئی نادیدہ وجود اس کی کرسی کے پاس موجود تھا اور وہی خوشبو کچن میں پھیل گئی جو پہلے بیڈ روم میں محسوس ہوتی تھی۔

اچانک اس غیر مرئی وجود نے کیتھی کو جکڑ لیا۔ کیتھی نے محسوس کیا کہ یہ وجود کسی عورت کا ہے۔ خوشبو کے جھونکے تیز ہو گئے۔ غیر مرئی وجود اس کے کان میں سرگوشی کر رہا تھا لیکن وہ خود کو آزاد کرانے کی کوشش میں کچھ نہ سن سکی۔ وجود نے اس کے سر پر شفقت سے ہاتھ رکھا۔ جیسے وہ اسے یہ باور کرانا چاہتا ہو کہ ڈرنے کی کوئی بات نہیں۔ پھر وہ وجود غائب ہو گیا۔ کیتھی خوف کے عالم میں رونے لگی۔ اسی دوران میںی آگئی اور اس کے نزدیک بھڑی ہو کر دروازے کی طرف دیکھنے لگی۔ دروازے پر کوئی نہیں تھا لیکن میں نے کہا کہ وہاں جوڑی ہے اور کہہ رہا ہے کہ روایا کریں، سب ٹھیک ہو جائے گا۔

صبح کو بچے پادری مائیکو سونے اپنا بخار چیک کیا۔ اُس وقت بخار تیز تھا لیکن دو گھنٹے بعد ہی اچانک اتر گیا۔ ادھر عین اسی لمحے جارج نے کئی دنوں کے وقفے کے بعد غسل کیا، شیو بنایا اور صاف ستھرے کپڑے پہنے۔

ساڑھے پانچ بجے جمی انہیں اپنی شادی کی تقریب میں لے جانے کے لیے آگیا۔ کیتھی جین میں مصروف تھی۔ جمی نے اپنے کوٹ کی جیب سے ایک لفافہ نکالا جس میں پندرہ سو ڈالر کے نوٹ تھے۔ یہ لفافہ اس نے کیتھی کو دکھایا اور اسے پھر کوٹ کی جیب میں رکھ دیا۔ کچھ دیر بعد سب لوگ ہوٹل روانگی کے لیے تیار تھے۔

جمی نے کوٹ کی جیب سے ہاتھ مارا تو وہ خالی تھی۔ لفافہ تھا نہ نوٹ۔ پورے گھر میں تلاشی مہم شروع ہو گئی۔ کوٹ تک کو پھاؤ ڈالا گیا لیکن کہیں سے کچھ نہ ملا۔ کیتھی یہ کہہ کر رو پڑی کہ یہ کیا ہو رہا ہے۔

یہ لوگ شادی کی تقریب سے فارغ ہو کر رات تین بجے گھر واپس آئے۔ جمی اپنی دلہن کے ساتھ ہنسی منوں کے لیے برمودا کی طرف نکل گیا تھا۔ کیتھی گھر آتے ہی سو گئی۔ جارج سونے سے پہلے حسب معمول چلے۔ لگانے نکل گیا۔ ہیری سو رہا تھا۔ جارج سیزھیوں چڑھا کر بیونگ روم کی طرف آیا تو اس نے دیکھا کہ اس کا دروازہ کھلا تھا۔ ادھر کیتھی نے خواب دیکھا کہ لوئی ڈینیو اپنے کمرے میں کسی مرد کے ساتھ ہے جو اس کا شوہر نہیں تھا۔ بہت بعد میں پتہ چلا کہ مقتولہ لوئی کے ایک آرٹسٹ کے ساتھ تعلقات تھے۔

27 دسمبر کی دوپہر ان کے دروازے پر ٹھنکی بنی۔ یہ کیتھی کی خالہ تھریسا تھی جو کبھی نن بھی رہ چکی تھی۔ بعد میں اس نے شادی کر لی تھی اور اب وہ تین بچوں کی ماں تھی۔

جارج اور کیتھی نے اسے مکان دکھانا شروع کیا۔ بیونگ روم کے پاس پہنچے تو تھریسا نے منہ پھیر لیا۔ اس وقت وہ کمرہ بہت ٹھنڈا ہو رہا تھا۔ پھر تھریسا کو پلے روم لے جایا گیا لیکن اس نے اسے دیکھنے سے یہ کہتے ہوئے انکار کر دیا کہ یہ بھی منحوس کمرہ ہے۔ پھر وہ اچانک یہ کہتے ہوئے گھر سے روانہ ہو گئی کہ اس مکان میں کوئی ”بری شے“ موجود ہے۔

تہہ خانے کے دائیں جانب ایک اور پلے روم تھا اور سیزھیوں کے اختتام پر ایک کلوزٹ بنا ہوا تھا۔

رہنمائی کا جنت

سب سے پہلی خبر چار نو ممبر 1974ء کو چھپی تھی جو قاتل روٹی کی گرفتاری سے متعلق تھی۔ اخبار میں تصویر بھی موجود تھی۔ جارج کو یاد آیا کہ یہ وہی خفیہ کمرے والی شبیہ تھی۔

خبروں کے مطابق روٹی نے ایک شراب خانے جا کر یہ اعلان کیا تھا کہ اس نے اپنے سارے گھر والے قتل کر دیے ہیں۔ شراب خانے سے وہ اپنے دو دوستوں کے ہمراہ گھر پہنچا جہاں ساری لاشیں بستروں پر پٹے کے بل پڑی ہوئی تھی۔ سب کو سر کے پچھلے حصہ میں گولی ماری گئی تھی۔ روٹی نے دو لاکھ ڈالر کی انشورنس کے لیے یہ قتل عام کیا تھا۔ یہ قتل عام رات کے سواتین بجے ہوا تھا اور یہ وہی وقت تھا جب جارج کی ہر رات خود بخود آنکھ کھل جاتی تھی۔

جارج واپسی پر اپنے خیالات میں اتنا غرق تھا کہ اسے محسوس ہی نہ ہوا کہ اس کی گاڑی کا ایسا ناز تقریباً ملحدہ ہو چکا ہے اور لڑکھڑا رہا ہے۔ چند لمحوں کی تاخیر اسے ہلاک کر سکتی تھی لیکن اس کے پیچھے آنے والی کار کے ڈرائیور نے مسلسل ہارن بجا بجا کر اسے خطرے سے خبردار کر دیا۔ جارج نے گاڑی روک لی پیسے کے تمام بولٹ نکلے ہوئے تھے۔ وہ حیران تھا کہ یہ کیسے ہوا۔ اس کی گاڑی کو تو کسی اور نے ہاتھ بھی نہیں لگایا تھا۔ گاڑی کے پچھلے حصے سے اس نے جب تک نکالنا چاہا تو وہ بھی وہاں سے غائب تھا۔ اسے اپنے ہاتھ سے ہی تمام بولٹ کسے پڑے، گاڑی بہت آہستہ آہستہ چلانے کی وجہ سے اسے وہیں دفن کیا گیا۔ گھر پہنچنے میں اسے خاصی دیر ہو گئی۔

اگلے روز جارج مقامی ہسپتال میں سوسائٹی کے

زیسے اور دیوار کے درمیان ایک دوسرا گلوٹ بھی تھا۔ کسی وجہ سے گلوٹ پر لگی پلائی وڈ کا کچھ حصہ کھل گیا تو اندر خالی جگہ نظر آئی۔ کیتھی نے جارج کو بلایا دونوں نے چار خانے ہٹا دیے تو انہیں ایک دروازہ نظر آیا جو کسی خفیہ کمرے میں کھلتا تھا۔ وہ کمرے میں جاتے ہی دہشت زدہ رہ گئے۔ سارا کمرہ خون کی طرح نہ صرف سرخ ہو رہا تھا بلکہ خون کی بو بھی آ رہی تھی۔ جارج نے گلوٹ بند کر دیا۔ اسی لمحے اسے کمرے میں کسی کی شبیہ سی نظر آئی بعد میں پتہ چلا کہ یہ قاتل روٹی ڈیفیو کی شبیہ تھی۔

28 دسمبر کو چارج بے کیتھی اپنے کمرے میں بیٹھی تھی۔ انگلیٹھی کے پاس ایک بڑے میز پر مٹی کا چار فٹ لمبا شیر کا مجسمہ جست لگانے کی پوزیشن میں کھڑا تھا۔ شیر کا یہ مجسمہ کمرے کے تھکنے کے طور پر جارج ہولتا تھا۔ کیتھی کو کسی شے کی حرکت کا احساس ہوا تو اس نے دیکھا کہ شیر آہستہ آہستہ اس کی طرف بڑھ رہا ہے۔ شام کو یہ شیر میز کے بجائے فرش پر موجود تھا جس سے نکل کر جارج بری طرح گر گیا تھا۔

29 دسمبر کو بھی اس پوٹ کی وجہ سے جارج کا گھٹنا اڑا رہا۔ انوکھی بات یہ تھی کہ اس کے گھٹنے پر شیر کے دانتوں کے نشانات تھے۔ یہ بات قابل ذکر ہے کہ مجسمے کو میز سے فرش پر کسی نے بھی نہیں رکھا تھا۔

جارج ایک بیجے دفتر سے فارغ ہو کر راستے میں اخبار ”نیوز ڈے“ کے دفتر پر رکا۔ یہ اخبار ڈیفیو خاندان کے قتل کے بارے میں واقعات چھاپتا رہا تھا۔ اس نے اخبار کے دفتر جا کر مائیکرو فلم کے شعبے میں اخبار کے پچھلے شمارے دیکھے۔

دفتر پہنچا جہاں تحقیقات کے بعد اسے بتایا گیا کہ پرانے زمانے میں اس مکان کی جگہ وہ عمارت تھی جہاں ریڈ انڈیز اپنی لاشیں دفناتے اور پاگلوں کو رکھا کرتے تھے۔ نو آبادیاتی دور کے آغاز میں وہاں ایک جادو گر نے رہائش اختیار کرنی اور وہ اسی مکان میں مر اور وہیں دفن کیا گیا۔ موجود مکان 1928ء میں بنا تھا اور 1965ء میں اسے ڈیفیو خانہ ان نے خریدا۔

مقامی ہٹلاریکل سوسائٹی میں پوری ریسرچ کے باوجود جارج کو اس مکان میں ہونے والے پراسرار واقعات کا کوئی سراغ نہ مل سکا۔

ادھر پادری کی تھیلیوں کے سرخ نشان پھوڑوں کی طرح چھٹ چکے تھے اور ان سے خون بہہ رہا تھا۔ بخار 103 ڈگری پر رکا ہوا تھا۔ وہ جرج میں اپنے ہاتھ مسلسل چھپائے رکھتا۔ تمام علاج بے کار ثابت ہو چکے تھے چنانچہ اس نے جرج کے بجائے اپنی نجی عبادت گاہ میں دعا کرنے کا فیصلہ کیا۔

رات بارہ بجے سال نو شروع ہو گیا۔ کیتھی اور جارج ٹی وی دیکھ رہے تھے۔ کیتھی کی نظر آتش دان کے شعلوں پر پڑی۔ شعلوں کے اندر کوئی شے مادی وجود اختیار کرتی نظر آ رہی تھی۔ کالی اینٹوں کے پس منظر میں سفید دخو خال واضح ہو رہے تھے۔ کیتھی نے اپنے شوہر کو بتانا چاہا مگر وہ بے بس ہو کر رہ گئی۔ شعلوں میں کوئی بلا اپنا روپ واضح کر چکی تھی۔ اس کے سر پر سیٹنگ اور جسم پر گاؤن سا نظر آ رہا تھا۔ بلا کا قد بڑھ رہا تھا اور وہ اس کی سمت بڑھ رہی تھی۔ کیتھی کی چیخ نکل گئی جارج نے چونک کر دیکھا لیکن اب وہ بلا شعلوں کے پیچھے غائب ہو رہی تھی۔

یکم جنوری 1976ء کی رات دونوں سو گئے۔

سونے سے پہلے کیتھی نے رہائشی کمرے کی کھڑکیوں پر نظر ڈالی۔ وہاں دوسرخ آنکھیں اس کی طرف گھور رہی تھیں۔ جارج نے بھی ان آنکھوں کو دیکھا۔ اس سے قبل کہ وہ بجلی آن کرنے کے لیے کوئی حرکت کرتے، آنکھیں غائب ہو گئیں۔ جارج چیختا ہوا باہر کی طرف دوڑا۔ کھڑکی کے باہر انہوں نے فلیش لائٹ جلائی۔ دروازے کے آگے برف پر قدموں کے تازہ نشانات نظر آرہے تھے۔ یہ نشانات کسی بہت بڑے خنزیر کے قدموں کے تھے۔

یہ نشانات اگلی صبح بھی موجود تھے اور پہلے کتے کے احاطے کی طرف جاتے تھے پھر گیراج کے دروازے پر جا کر ختم ہو جاتے تھے۔ جارج یہ دیکھ کر سکتے میں آ گیا کہ گیراج کا مقفل دروازہ ٹوٹا ہوا تھا۔ یہ اتنا مضبوط دروازہ تھا کہ اسے لوہے کے ٹرم سے دس بارہ آدمی بھی الگ نہیں کر سکتے تھے۔ اس نے اندر بھاٹک کر دیکھا، باہر سے لائی ہوئی برف اندر جا جا رہی تھی۔

2 جنوری کی صبح پادری نے اپنی عبادت گاہ سے ایک مرتبہ پھر جارج کے مکان کے لیے برکت کی دعا کی۔ دعا کے بعد پادری اپنے پارٹمنٹ میں آیا تو اس نے وہاں انسانی نجاست کی شہد بدبو محسوس کی جبکہ کمرے میں بظاہر کچھ نہ تھا، یہ بدبو آہستہ آہستہ بڑھنے لگی یہاں تک کہ ری ایکٹری کے تمام پادری بدبو سے پریشان ہو کر باہر نکل گئے۔ پادری کو بعد میں پتہ چلا کہ یہ بدبو تھیک اس وقت شروع ہوئی تھی جب وہ صبح میں جارج فیملی کے لیے دعا کر رہا تھا اور بدبو پھیلنے کا آغاز خود اس کے کمرے سے ہوا تھا۔

پادری کو یاد آیا کہ جب وہ پہلے دعا کرنے جارج

روحانی ڈائجسٹ

کے مکان پر گیا تھا تو اسے کسی نامعلوم آواز نے نکلنے کا حکم دیا تھا۔ پادری کو خیال آیا شاید یہ وہی طاقت ہو۔  
 مادرائی علوم کے ماہرین کا کہنا ہے کہ نجاست کی بدبو کا تعلق ہمیشہ شیطان کے ظاہر ہونے سے ہوتا ہے۔

شام تک یہ بدبو اسی طرح رہی۔ پادری مسلسل دعا مانگا رہا۔

ادھر سہ پہر کے وقت جارج کو تہہ خانے کی طرف سے ناگوار بدبو آنا شروع ہوئی۔ یہ بدبو وہیں سے آرہی تھی جہاں پلائی وڈ کے کلوزٹ تھے۔ اس نے وہاں جا کر تختہ نکال کر سرخ رنگ والے کمرے کے اندر روشنی ڈالی۔ ہیکلے شدید ہو گئے۔

جارج اور کیتھی بڑی دیر تک جاگتے رہے آخر تھک کر سو گئے لیکن جارج وقفے وقفے سے اٹھتا رہا اسے کوئی شور سنائی دے رہا تھا۔ اچانک اسے سیز ہیموں کی طرف سے گروہ بند موسیقی کی آواز سنی۔ ڈھول خوب زور زور سے پیٹے جا رہے تھے۔

مارچ کرنے والوں کے قدموں کی آواز آرہی تھی۔ کم از کم پچاس افراد ہوں گے لیکن جیسے ہی وہ نیچے گیا آواز آنا بند ہو گئی۔ اب اسے اپنے پیچھے سے کسی کے سانس لینے کی آواز آنے لگی وہ ڈرتے ہوئے سیز ہیمیاں چڑھنے لگا اور کیتھی کے کمرے کی طرف بھاگا۔

کیتھی اپنے کمرے میں دو فٹ کی بلندی پر ہوا میں معلق تھی اور آہستہ آہستہ کھڑکیوں کی طرف تیرتی ہوئی جا رہی تھی۔ جارج نے چیخ کر کیتھی کو پکارا اور اسے پکڑ لیا۔ وہ تختے کی طرح اکڑی ہوئی تھی لیکن اب اس کی پرواز رک گئی تھی۔ یوں لگ رہا تھا کوئی

کیتھی کو اپنی طرف کھینچ رہا ہے لیکن اچانک یہ زور آزمائی ختم ہو گئی اور دونوں دھڑام سے فرش پر جا گرے۔

6 جنوری کو پادری نے تمام واقعات سے کلیسا کے بزرگوں کو آگاہ کر دیا۔ کسی کو بھی اس معصے کا حل سمجھ میں نہیں آ رہا تھا۔ ان سب نے پادری کو مشورہ دیا کہ وہ اس مکان کے معاملات سے الگ ہو جائے۔ اسی روز اسے جارج کا فون آیا۔ اس نے پادری کو کونویں کی دریافت سے آگاہ کیا اور پادری سے وہاں آنے کو کہا لیکن پادری نے انکار کر دیا تاہم اس نے جارج کو مشورہ دیا کہ وہ پیر اسائیکولوجی کی کسی تنظیم سے رابطہ کرے۔ جارج نے ایک تنظیم کو خط بھیج دیا۔ اس نے اپنے دفتر کے ایک ملازم ایرک کی ایک دوست فرانسین کو فون کیا جو مادرائی صلاحیتوں کی حامل تھی اور آسیب یا کسی بھی مافوق الفطرت وجود کا ادراک کر سکتی تھی۔ اس خاتون نے کہا کہ وہ ایک دو روز تک ان کے گھر میں آئے گی۔

اس رات پادری کو اس کے اس دوست پادری کا فون آیا جس نے گاڑی خراب ہونے پر اس کی مدد کی تھی۔ اس نے بتایا کہ مجھے ایک عجیب و غریب فون کال ملی ہے جس میں مجھے کہا گیا ہے کہ میں آپ کو بتا دوں کہ آئندہ کبھی اس مکان میں مت جائیں ورنہ ہلاک ہو جائیں گے اور کال کرنے والے نے یہ بھی

بتایا کہ پادری جانتا ہے کہ میں کون ہوں!  
 چھ جنوری کی رات جارج کی فیملی کچن میں کھانا کھا رہی تھی۔ کیتھی نے بتا دیا تھا کہ وہ اب مزید ایک رات بھی یہاں نہیں رہنا چاہتی۔ ہماری بھی ان کے پاس لینا ہوا تھا۔ جارج نے سوچا آج رات کتے

اوشن اینڈ، اہمی ویل نیویارک، امریکہ کے مشہور آسپتھ مقامات میں سے ایک ہے، اس گھر میں ہونے والے پر اسرار واقعات کی اصل وجوہات کیا ہیں؟ اس کے حوالے سے تین نظریات مشہور ہیں۔



بعض لوگوں کا کہنا ہے کہ قدیم زمانے میں اس مقام پر ریڈ انڈین قبیلہ میساچیٹوائٹ Massachusets آباد تھا، سترہویں صدی میں

ولندیزی کی آبادکاری کے دوران قبیلے کے سردار شام ناکا پاشانے یہ جگہ چھوڑنے سے انکار کر دیا جس پر ولندیزی سپاہیوں نے ریڈ انڈین قبیلے پر حملہ کر کے ڈیڑھ سو سے زائد قتل کر دیے تھے۔ کہا جاتا ہے کہ یہ مکانات ایک جگہ پر ہے جہاں باقی بچے ریڈ انڈینز اپنے لوگوں لاشیں دفن کیں تھیں۔

ایک نظریہ یہ بھی ہے کہ نوآبادیاتی دور کے آغاز میں یہاں ایک مکانات بنایا گیا تھا، اسے ایک اسالم

Asylum کے طور پر بننے استعمال کیا جاتا، یہاں ذہنی مریضوں اور پاگلوں کو رکھا کرتے تھے۔ کہتے ہیں کہ ایک جادو گر کو بھی یہاں قید کیا گیا وہ ایک مکانات میں مر اور دفن ہوا۔



تیسرا اور مشہور نظریہ ڈیفیو خاندان کی بہانہ موت کا ہے، لوگوں کا کہنا ہے کہ اس خاندان کی رو میں بھی اس مکانات میں موجود ہیں۔

رات دو بجے جارج کادل بیڑ پینے کو چاہا، اس نے سوچا کہ وہ قریبی بار چلا جائے۔ کیتھی کو یہ بات بتانے کے لیے اس نے نیم تارک فضا میں اس کی طرف دیکھا مگر وہ اپنے بستر پر موجود نہیں تھی بلکہ وہ زمین سے تقریباً سات فٹ کی بلندی پر ”محو پرواز“ تھی۔ جارج نے چھلانگ لگائی اور اسے پکڑ لیا۔ کیتھی بستر پر آگری، جارج نے فوراً ہی بلب جلا دیا۔ روشنی ہونے پر اس نے دیکھا کہ بستر پر تو ایک توڑے سالہ بڑھیا لٹی ہوئی ہے۔ اس کے چہرے پر ان گنت جھریاں، سفید بال، منہ میں دانت تک نہیں تھے۔ لیکن یہ کیتھی ہی

(ہیری) کو اندر ہی بنے دیا جائے۔ میسی کتے کو اپنے کمرے میں لے گئی لیکن وہ نیم فزودہ تھا اور کمرے سے بھاگنے کی کوشش کر رہا تھا۔ میسی نے اپنے دوست جوڈی سے کتے کی ملاقات کرائی تو کہا بہت زیادہ سہم گیا اور پلنگ کے نیچے چھپ گیا۔ کراس کہاں آئی تو دروازہ کھلتے ہی کتا بھاگ کر تیسری منزل پر چلا گیا۔ رات ایک بجے بھی جارج جاگ رہا تھا۔ اچانک اسے دریا میں کشتی چلنے کی آواز آئی لیکن سردیوں کی اس رات دریا میں کشتی کیسے چل سکتی تھی دریا تو سردی کی وجہ سے جم چکا تھا۔

گوگل ارتھ سے امتی ویل کے مکان کی سیٹلائٹ فوٹو



یہ مکان 1928ء میں بنا تھا اور 1965ء میں اسے ڈیفیو خاندان نے خریدا۔ 1975ء میں ڈیفیو خاندان کے بھانجے قتل کے بعد یہ گھر جارج اور کیتھی نے خریدا، ان کے ساتھ ہونے والے پر اسرار حادثات کے وجہ سے وہ صرف 28 دن ہی اس گھر میں رہے۔ اس کے بعد کئی ٹی وی اور اخباری رپورٹوں اور من پلے سیاحوں نے اس گھر کا رخ کیا، جن میں سے کئی لوگوں کے ساتھ پر اسرار حادثات پیش آئے، اس واقعے پر کئی ناول، ڈوکیومنٹریز اور فلمیں بنائی گئیں اور اب تک بنائے جارہے ہیں۔ سیاحوں کے آمد میں اصلے کے باعث اس گھر کو توڑ کر کچھ فاصلے پر نئے سرے سے تعمیر کیا گیا ہے۔

فلو کا دوسرا حملہ ہو چکا تھا۔ اسی روز شام کے وقت ایرک اپنی ماورائی صلاحیتوں والی دوست فرانسس کے ہمراہ جارج کے گھر پہنچ گیا۔ سب لوگ ادھر ادھر کی باتوں میں مصروف ہو گئے، جارج چاہتا تھا کہ فرانسس اپنا کام فوراً شروع کرے۔

باتوں باتوں میں اچانک فرانسس نے کوچ کی طرف اشارہ کیا اور کہا کہ وہاں ہاتھ لگا کر دیکھو سردی محسوس ہو رہی ہے۔ جارج نے ہاتھ لگا کر کہا کہ ہاں۔ فرانسس نے کہا کہ تھوڑی دیر قبل وہ اس جگہ بیٹھی

تھی۔ جارج بری طرح ڈر گیا۔ کیتھی بھاگ کر ہاتھ روم گئی اور آئینے میں اپنا چہرہ دیکھنے ہی خوف سے چیخ مار دی۔ جارج کے دیکھتے دیکھتے کیتھی کی چھریاں غائب ہونے لگیں، سفید بال پھر سے نمودار ہو گئے۔ کیتھی رو رہی تھی، مجھے کیا ہو رہا ہے۔

دونوں خاموش لیٹے رہے۔ صبح تک کیتھی کی شکل و صورت پوری طرح پہلے جیسی ہو چکی تھی۔ صبح ہوتے ہی جارج نے سارا واقعہ پادری کو فون پر بتا دیا۔ پادری نے دوبارہ مشورہ دیا کہ یہ مکان فوراً چھوڑ دو۔ فون ختم ہوتے ہی پادری کو بخار نے پھر آکیا۔ اس پر

lay Anson  
THE  
AMITVILLE  
HORROR

AMITVILLE  
ASYLUM

AMITVILLE  
HAUNTING

اپریل 2015ء



سونے سے قبل جارج سیز یہاں چڑھ کر اوپر گیا، سیز ہیوں کا جنگلہ بنیادوں سے اکھڑا ہوا تھا۔ اچانک جارج کو احساس ہوا کہ فرانسس کے منہ سے جو آواز نکل رہی تھی وہ پادری کی تھی۔

8 جنوری کو جی اپنی دلہن کیری کے ساتھ ہنی مومن منار کو واپس اپنی ماں کے گھر آگیا، اس نے جارج کو فون کیا اور پوچھا کہ اس کے چند روز ڈالر طے یا نہیں۔ جواب نفی میں تھا۔ اس نے کہا کہ رات کو وہ کیری کے ہمراہ آئے گا۔ جارج نے ایرک کو فون کیا اور پوچھا کہ فرانسس نے واپسی پر کیا بات کی۔ ایرک نے بتایا کہ فرانسس بہت پریشان ہے اور دوبارہ مکان میں نہیں جانا چاہتی۔ اس کا کہنا ہے کہ مکان پر ایسی مخلوق کا قبضہ ہے جو بہت طاقتور ہے۔ ان سے بات چیت خطرناک ہو سکتی ہے۔

اس کے کچھ ہی دیر بعد ناتھ کیر ایبنا کے ماورائی تحقیق کے ادارے کے فیلڈ انوسٹی گیٹر جارج لیکورڈس کا فون آیا جس نے بتایا کہ وہ اگلی شام تفتیش کے لیے ان کے ہاں پہنچ رہا ہے۔

شام کو جی اپنی دلہن کیری کے ساتھ جارج کے گھر پہنچ گیا اور وہ ہنی مومن کی باتیں سنانے لگے، رات کو جی اور کیری نے میس کے کمرے میں جبکہ میسی نے ڈرائنگ روم میں سونا تھا۔

بارہ بجے حسب معمول جارج کی آنکھ کھل گئی اور اس نے اوپر کی منزل سے کیری کی چیخ سنی۔ وہ اٹھ کر ان کی طرف بھاگا۔ کمرے سے کیری کی چیخیں مسلسل آرہی تیں۔ جارج نے دیکھا کہ جی اور کیری دونوں گٹھڑی بے ہوشے بیٹھے ہیں۔ جارج کے پوچھنے پر کیری نے بتایا کہ کوئی شے میرے پاؤں کے پاس

ہوئی تھی۔ پھر فرانسس انہیں بیڈ روم میں لے گئی جہاں میز کے پاس عجیب سی بدبو آرہی تھی، پسینے کی طرح، پھر فرانسس بگنی گئی اور کچھ دیر بعد بولی یہاں ایک بوڑھا اور بڑھیا رہتے ہیں۔ یہ دونوں کسی زمانے میں اس مکان کے مالک تھے لیکن ان کی موت اس مکان میں نہیں ہوئی تھی۔

اب وہ تہہ خانے کی طرف بڑھی اور بولی کہ یہ مکان کسی قبرستان کے اوپر تعمیر ہوا ہے۔ وہ تہہ خانے میں دیوار کی الماریوں کے پاس آکر رک گئی اور کہنے لگی۔ عین اس مقام کے نیچے کچھ لوگ دفن ہیں۔ ان کے اوپر بھی کوئی شے ہے۔ یہاں ایک عجیب قسم کی بدبو بھی ہے۔ وہ پلائی وڈ کی پینٹنگ کی طرف اشارہ کر رہی تھی جس کے پیچھے سرخ کمرہ تھا اور یہاں کسی کو قتل یا دفن کیا گیا تھا۔ اس کی قبر لی جگہ بعد میں کمرہ بنا دیا تھا۔ تہہ خانے سے باہر آکر وہ اوپر آئے۔

لیونگ روم کے بند دروازے پر فرانسس نے کہا کہ میرے خیال میں یہ وہ جگہ ہے جہاں سے آپ کو پریشانی ہوئی ہے۔ جارج اور فرانسس دروازہ کھول کر کمرے میں داخل ہو گئے۔ اندر جا کر فرانسس نے مراقبہ شروع کر دیا۔ اس کے منہ سے مردانہ آواز نکلنے لگی

”کسی کی ایک چھوٹی بچی اور لڑکے، خون کے دھبے دیکھ رہا ہوں۔ کسی نے انہیں شدید زخمی کیا، مارنے کی کوشش کی۔“

مراقبہ ختم ہو گیا اور وہ بولی.... میں جارہی ہوں۔ روحوں سے بات کرنے کا یہ ٹھیک وقت نہیں، یہ کہہ کر فرانسس اور ایرک فوراً وہاں سے روانہ ہو گئے۔

سردی ہونے لگی۔ کتے نے سخت بے چینی ظاہر کرنا شروع کر دی۔ جارج کیتھی اور بچوں کے پاس چلا گیا۔ اس نے دیکھا کہ کیتھی نیند کی حالت میں اٹھی اور بیڈ روم کے دروازے کی طرف بڑھنے لگی۔ پھر اچانک جیسے کسی رکاوٹ نے اسے روک دیا۔ جارج نے اسے پکڑ کر دوبارہ بستر میں لٹا دیا۔ دوسری طرف کتابوں کرانے لگا جیسے مر رہا ہو۔ جارج نے دوڑ کر اس کی نیند کھول دی۔

طوفانِ قہم چمکا تھا۔ وہ بستر پر لٹ گیا اور تھوڑی دیر بعد اس نے مٹا کر اوپر لڑکوں کے کمرے میں کوئی فرش کو کھرج رہا ہے۔ پھر اوپر سے ایسی آوازیں آنے لگیں کہ جیسے سامان ادھر سے ادھر کیا جا رہا ہے۔ اس نے نیم اندھیرے میں دیکھا کہ اس کے ڈریسنگ ٹیبل کی درازیں باہر آنے لگیں۔ اس کا جسم حرکت سے قاصر تھا۔ وہ بے بسی سے رونے لگا۔ پھر وہی مارچ کر تا ہوا دستہ سبز ہیوں پر واپس آ گیا جو کچھ

روز پہلے بھی اودھم مچاتا رہا تھا۔ موسیقی شروع ہو گئی۔ پھر سارے گھر کے دروازے کھلنے اور بند ہونے شروع ہو گئے۔ باہر جیسے بجلی گری ہو، خوفناک دھماکے کے ساتھ ہی طوفان پھر شروع ہو گیا۔ کوئی شے اس کے بستر میں آٹھی اور اسے دھکیلنے لگی۔ وہ یہ محسوس کر کے سن رہ گیا کہ اس شے کے کھرتے، خنزیر، وہ خوف سے بے ہوش ہو گیا۔ بہت دیر بعد بچوں کے چلانے سے وہ ہوش میں آیا جو اسے اٹھا رہے تھے۔

”ہمارے کمرے میں کوئی شے ہے جو ہمیں پکڑنے لگی تھی۔“

ادھر کتاب دیوانہ وار بھونک رہا تھا۔ وہ سبز ہیوں پر

آکر بیٹھ گئی تھی۔ اس نے میرا پاؤں چھوا۔ جارج نے اس جگہ کو ہاتھ لگایا تو وہ جگہ گرم تھی۔ کیری نے مزید بتایا کہ جب میری آنکھ کھلی تو میں نے دیکھا کہ ایک کمزور اور بیمار بچہ بیٹھا ہوا تھا اس نے مجھ سے پوچھا تھی اور جوڑی کہاں ہیں۔

آٹھ جنوری کی صبح جی اور کیری واپس چلے گئے۔ وہ ایک منٹ بھی اس گھر میں رہنا نہیں چاہتے تھے۔ اس دوران پادری آیا، خلاف معمول اسے کسی رکاوٹ کا سامنا نہیں ہوا۔ پادری نے کہا کہ فوراً یہ مکان چھوڑ دیا جائے۔ یہ گفتگو ابھی جاری تھی کہ کیتھی کی چیخ سنائی دی۔ وہ اوپر کو دوڑا۔ وہاں ہر دیوار پر جیلاٹین جیسی کوئی سبز شے چپکی ہوئی تھی اور ان دھبوں سے مواد کیچڑ کی شکل میں نیچے گر رہا تھا۔ اس رات جارج نیند کے عالم میں چلا رہا تھا۔ دو ٹکڑوں میں بٹ رہا ہوں۔

18 جنوری کے روز جارج اپنی کرسی پر بیٹھا تھا کہ کسی شے نے اسے کرسی سمیت اٹھا کر گھمانا شروع کر دیا۔ یہ وہی وجود تھا جو اسے کچھ دن پہلے آتش دان میں نظر آ رہا تھا۔

صبح ان لوگوں نے مکان چھوڑنے کا فیصلہ کر لیا۔ سامان باندھ کر جیسے ہی وہ گاڑی میں بیٹھے طوفان آگیا اور گاڑی نے حرکت کرنے سے انکار کر دیا۔ سارا دن طوفانی بارش ہوتی رہی۔ مجبوراً سفر ملتوی کرنا پڑا۔ دوسری طرف حیران کن بات یہ تھی کہ باہر سردی بڑھ گئی تھی اور اندر مکان گرم ہوتا جا رہا تھا۔ پلے روم میں سبزی مائل مواد ایک سو ران سے پینے لگا۔

رات کو جارج اور ہمیری رہائشی کمرے میں تھے باقی سب لوگ اوپر چلے گئے۔ اچانک کمرے میں

کی آنکھ کھلی تو اس نے محسوس کیا کہ وہ اپنے بستر سے پرواز کر رہا ہے۔ ساتھ والے بستر پر کیتھی بھی تھو پرواز تھی۔ پھر اس نے دیکھا کہ کیتھی اپنے بستر پر ہے اور اسے آوازیں دے رہی ہے۔ کیتھی نے کہا کہ تم پرواز کر رہے تھے۔ ہمیں یہاں سے بھی نکلنا پڑے گا۔ وہ نیچے اترے تو سبز سیوں پر جیلاٹین جیسا سبز مادہ ان کی طرف بڑھ رہا تھا۔ بہر حال اس واقعے کے بعد یہ معاملہ دوبارہ پھر کبھی نہیں ہوا۔

ان کے مکان کے واقعات کی بے شمار رپورٹیں اس دوران اخبارات میں چھپ چکی تھیں۔ اٹھارہ فروری 1976ء کو نیویارک ٹی وی چینل پانچ نے ایک مشن اس مکان پر بھیجا۔

ریسرچ کرنے والے مشن نے اندازہ لگایا کہ کوئی بہت زبردست طاقت والی شے یہاں مقیم ہے، اسے کوئی بہت بڑا عامل ہی بھگا سکتا ہے۔ ٹیم اپنا مشن مکمل چھوڑ کر آگئی اور مکان کا یہ معاملہ لاحقہ معمر ہی رہا۔ بعد میں ٹی وی سے یہ رپورٹ سلسلہ واقعات اور ماہرین کی تحقیقات کی رپورٹوں سمیت ایک دستاویزی فلم کی شکل میں دکھایا گیا۔



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

**رومانیہ ناچمنٹ**

کی توسیع اشاعت میں تعاون فرمائیے۔

رومانیہ ناچمنٹ

موجود کسی شے کو دیکھ کر غرار ہا تھا مگر زنجیر سے باندھا ہونے کی وجہ سے کچھ نہیں کر پا رہا تھا۔ جارج کھلے دروازے کی طرف بھاگا۔ آگے سبز سیوں پر سفید رنگ کی کوئی ڈراؤنی شے بیٹھی تھی۔ یہ وہی شے تھی جو اسے شعلوں میں نظر آئی تھی۔ جارج بیڈروم کی طرف بھاگا اور میسی کو بستر سے اٹھا کر ڈینی کو تھما دیا۔ اسے کہا کہ باہر جاؤ، کرائس کو بھی باہر جانے کا حکم دیا اور کیتھی کو اٹھا کر خود بھی باہر بھاگا۔

پہلی منزل پر دروازہ ٹوٹ کر اپنی چول پر جھول رہا تھا۔ سب باہر موجود دین میں سوار ہو گئے۔ گاڑی اسٹارٹ ہو گئی۔

14 جنوری 1976ء کی صبح سات بجے رہائش کے اٹھائیس ویں روز وہ اس مکان سے واپس جا رہے تھے۔

اگلے دن جارج نے پادری کو فون کر کے بتایا کہ اس نے مکان چھوڑ دیا ہے۔ فون پر گفتگو جاری تھی کہ پادری کی ہتھیلیوں پر پھر سے نشان ابھرنے لگے۔ اسی رات پادری نے نیویارک کو الوداع کہا اور سان فرانسسکو پرواز کر گیا۔ طیارے کے اڑتے ہی اس کی ہتھیلیوں سے یہ نشانات غائب ہو گئے۔ فلو بھی کم ہو گیا۔

کیتھی کی ماں اپنی بیٹی، جارج بیوی کے زندہ سلامت گھر سے نکل آنے پر بہت خوش تھی۔ جارج نے اس مکان میں رہ گئے باقی ماندہ سالانہ پر جنت بھیجی اور اعلان کیا کہ وہ اس گھر میں کبھی واپس نہیں جائے گا۔ البتہ اس نے سائنسی تحقیق کرنے والوں کو کھلی اجازت دے دی۔

اس رات سب سکون کی نیند سو گئے لیکن جارج

# عقل حیران ہے...!

## سائنس خاموش ہے...!

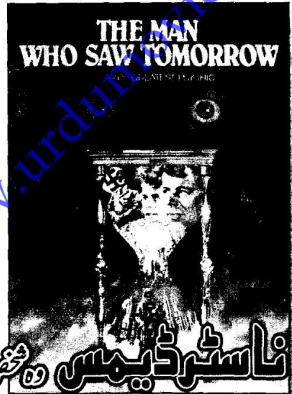
دلچسپ، عجیب و غریب اور حیرت انگیز واقعات و آثار  
سائنس جن کی حقیقت سے آج تک پردہ نہ اٹھا سکی...

زندگی منطقی کے بغیر تو گزر سکتی ہے۔ جذبات، احساسات اور وجدان کے بغیر نہیں....  
پراسراریت میں انسان کی دلچسپی ازلی ہے اور ابد تک رہے گی۔ گو کہ پراسرار افقوں، الفطرت باتوں کی کوئی منطقی نہیں  
ہوتی اور نہ سائنس کے مروجہ اصولوں سے انہیں ثابت کیا جاسکتا ہے لیکن عشق، محبت اور سچے خوابوں کی بھی تو کوئی عقلی  
توجیہ یا تشریح نہیں کی جاسکتی۔ ان کا ہونا ہی ان کی سائنس ہے۔ عقل کی محدودات میں انہیں سمیٹا نہیں جاسکتا۔ یہ سب  
غیر عقلی باتیں بھی لوازمات حیات ہیں۔  
یوں تو سائنس نے انسان کے سامنے کائنات کھر کھی تھا تو کھول کر رکھ دیے ہیں لیکن ہمارے ارد گرد اب بھی بہت  
سے ایسے راز پوشیدہ ہیں جن سے آج تک پردہ نہیں اٹھایا جاسکا ہے۔ آج بھی اس کوزہ ارض پر بہت سے واقعات رونما  
ہوتے ہیں۔ کئی آثار ایسے موجود ہیں جو صدیوں سے انسانی عقل کے لیے حیرت کا باعث بنے ہوئے ہیں، جن کے حقائق  
سائنس سوالیہ نشان بنی ہوئی ہے۔

سولہویں صدی عیسوی کے فرانسیسی نجومی نومسٹر ڈیمس  
کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ اس کی کتاب ”لیس  
پروفیتیز“ Les Propheties چار سو سال میں سب سے  
زیادہ کہنے والی کتاب ہے۔

اس کتاب میں نومسٹر ڈیمس نے دنیا کے بڑے بڑے  
واقعات کی حیران کن پیش گوئی کی تھیں، اس نے انقلاب  
فرانس، شاہ ہنری کی موت، نپولین، ہٹلر، جنگ عظیم اول و  
دوئم، صدی ہندی کا قتل، نائین ایون، ایکسویں صدی کی  
سائنسی انقلابات کی درست پیش گوئیاں کیں۔ کہا جاتا ہے کہ  
اس کی 942 پیش گوئیوں میں سے 850 درست ثابت ہوئیں۔

ناسٹر ڈیمس وہ شخص، جو اگلے دن کا کل دیکھ سکتا تھا...



## دوسرا حصہ

ناسٹر ڈیمس کے لیے بیوی بچے کی موت بہت بڑا صدمہ تھا۔ اس کا گل اثاثہ یہی بیوی بچے تھے۔ کہا جاتا ہے کہ اس سانحے کے بعد ہی وہ دنیا سے دل برداشتہ ہو گیا تھا۔ وہ اپنے شہر سے روانہ ہو گیا اور اس نے مشرقی فرانس کا رخ کیا۔ جانے سے پہلے اس نے اپنا مکان فروخت کر دیا تھا اور اپنی ساری جمع پونجی بھی اپنے ساتھ لے لی تھی۔

آنے والے چھ برسوں تک وہ سفر کرتا رہا تھا۔ وہ زمینی راستے سے اٹلی، لارنس، سسلی اور ونیس گیا تھا۔ وہاں وہ مختلف علوم کے ماہرین سے ملا۔ خاص طور سے اس نے علم فلکیات پر معلومات حاصل کیں۔ ساتھ ہی اس نے اطالوی زبان میں بہت مہارت حاصل کر لی۔ اس نے فلکیات کے ساتھ اٹلی کے آرت کا مطالعہ بھی کیا، مجسمہ سازی اور مصوری سے اسے ان سب فنون دلچسپی ہوئی تھی۔ بعد میں اس نے اپنی پیش گوئیوں کے ساتھ کچھ خاکے بھی بنائے تھے۔ وہ وہی تیکن بھی گیا اور اس کے وہاں مختلف مذاہب پر قدیم ترین کتابیں بھی دیکھی تھیں۔ انہی ہی ایک کتاب کے بارے میں اس نے لکھا ہے۔

”میں اس کتاب کو وہی تیکن کی لائبریری میں موجود پا کر حیران رہ گیا تھا کیونکہ اس کا تعلق یسوع مسیح کے دور سے تھا اور اس میں بہت ساری ایسی باتیں تھیں جو موجودہ وہاں تک میں نہیں ہیں۔ اگر میں ان کو بیان کر دوں تو اتنا بڑا فتنہ کھڑا ہو جائے جسے روکنا ناممکن ہو گا۔ شاید مستقبل میں یہ کتاب یا اس کے کچھ حصے منظر عام پر آجائیں یا شاید ایسا کبھی نہ ہو اور اس کتاب کو ہمیشہ کے لیے غائب کر دیا جائے۔“

ناسٹر ڈیمس کی پیش گوئیوں کی طرح اس کی یہ

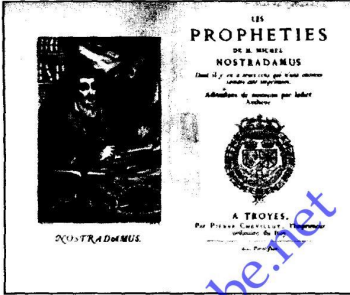
تحریر بھی کم پر اسرار نہیں ہے۔ وہ کون سی کتاب تھی۔ کیا وہ کوئی ایسی بائبل تھی جسے حضرت عیسیٰ کے کسی حواری نے لکھا تھا اور اس میں عیسائیت کی درست تعلیمات پیش کی گئی تھیں یا دنیا کے مستقبل کے بارے میں ایسی باتیں تھیں جن کے سامنے آنے سے دنیا اور خاص طور سے عیسائی دنیا کئی اہم مباحثے شروع ہو جاتے۔ بہر حال ناسٹر ڈیمس نے اس کتاب کے بارے میں مزید کچھ بیان نہیں کیا ہے اور نہ ہی اس نے اپنی پیش گوئیوں میں اس کا ذکر کیا ہے۔

کہا جاتا ہے کہ ناسٹر ڈیمس مصر اور فارس بھی گیا تھا۔ وہ چھ سال اپنے وطن سے دور رہا اور اس دوران اسے کہیں تک کر بیٹھے کا موقع نہیں ملا۔ اس کے پاس موجود جمع پونجی بھی رفتہ رفتہ ختم ہو گئی اور ویسے بھی وہ دولت مند نہیں تھا۔ جب اس کے پاس موجود رقم ختم ہونے لگی تو وہ روزگار کے لیے فلکی نقشے بنانا کر بیچارہ ہوا تھا۔ یہ نقشے عام طور سے جہازوں منہ مانگے داموں خرید لیتے تھے کیونکہ کھلے سمندر میں ستوں کا تعین کرنے کے لیے ان کو نقشوں کی ضرورت ہوتی تھی۔ یوں اس کی مالی مشکلات آسان ہوتی رہیں۔

کہتے ہیں کہ اس سفر کے دوران ہی ناسٹر ڈیمس میں مستقبل دیکھ لینے کی صلاحیت مزید بیدار ہوئی تھی۔ اس نے محسوس کیا کہ اس کا اصل کام دنیا اور لوگوں کو آنے والے وقت سے آگاہ کرنا ہے۔ اس سفر سے واپسی پر ناسٹر ڈیمس ایک بالکل بدلا ہوا شخص تھا۔

1546ء میں فرانس سے واپسی کے بعد اس نے آئگس Aix شہر میں سرکاری ملازمت اختیار کر لی۔ اگرچہ ملازمت کی وضاحت نہیں کی گئی ہے لیکن امکان ہے کہ اس کا تقرر بحیثیت ڈاکٹر کیا گیا ہو۔ سیاہ طالعون کی وبا بھی فرانس سے ختم نہیں ہوئی تھی۔ آئگس میں قیام

رسول خدا ﷺ



کے دوران ناسٹر ڈیمس طاعون کے مریضوں کا علاج کرتا رہا۔ اس علاج پر بھی اسے خراج تحسین پیش کیا گیا۔ مسلسل کام کر کے وہ تھک گیا تھا۔ اب اس نے ایک دوسرے شہر سیلون ڈی کروکس Salon منتقل ہونے کا فیصلہ کیا۔

سیلون وہ جگہ ہے جہاں ناسٹر ڈیمس نے اپنی پیشگوئیوں پر کام شروع کیا۔

ناسٹر ڈیمس کو شاعری سے بھی شغف تھا اب تک وہ یورپ کی قدیم و جدید زبانوں پر مکمل

اپنے کام کے مرحلے میں اکیلا ہوتا تھا۔ اس دوران وہاں کسی کو آنے کی اجازت نہیں ہوتی تھی۔ یہاں ناسٹر ڈیمس کی لائبریری بھی تھی جس میں کئی سو کتابیں تھیں۔ کہا جاتا ہے ان دنوں اس نے پھر قدیم پراسرار علوم کی کتابوں سے رجوع کیا تھا یہ کتابیں اس کے خاندان میں صدیوں سے چلی آ رہی تھیں اور ان کی جان سے بڑھ کر حفاظت کی جاتی تھی۔ اب یہ کتابیں ناسٹر ڈیمس کے پاس تھیں۔ اپنی مستقبل بینی کی صلاحیتوں کو جلا دینے کے لیے ناسٹر ڈیمس ان کتابوں سے استفادہ کر رہا تھا۔

4 مئی 1555ء میں ناسٹر ڈیمس نے اپنی پیش

گوئیوں پر پہلی کتاب

”لیس پروفیتیز“ Les Propheties مکمل

کر لی۔ اسی سال یہ شائع بھی ہو گئی۔ اس دور میں یہ بہت بڑی جسارت تھی۔ اس زمانے میں عیسائیوں میں کسی عام انسان کی طرف سے پیش گوئی ناقابل قبول تھی اور اگر ایسا کرنے والا مخصوص مذہبی پس منظر کا حامل نہ ہوتا تو اس پر جادو گری اور کہانت کے الزامات لگتے تھے اور اس حرکت کی تم سے تم سزا بھی موت تھی، زندہ

عبور حاصل کر چکا تھا۔ اس نے ان زبانوں کو اپنی پیش گوئیوں میں استعمال کیا۔ جب اس نے پیش گوئیوں کا آغاز کیا تو انہیں نثر میں لکھنے کے بجائے اس نے شاعرانہ انداز میں تحریر کیا۔ اگرچہ یہ علم نہیں ہے کہ اس نے کس پیش گوئیوں کو باقاعدہ لکھنا شروع کیا لیکن 1550ء میں اس نے اپنی پیش گوئیوں پر پہلا رسالہ Almanac شائع کی۔ اس رسالے نے شائع ہونے ہی سے ہی توجہ حاصل کر لی اور اس کا پہلا ایڈیشن ہاتھوں ہاتھ نکل گیا تھا۔ اس کے بعد نو مئی ڈیمس سالانہ نیا دہوں پر اپنی پیش گوئیاں شائع کرتا رہا۔ کہا جاتا ہے کہ اس دور میں اس نے چھ ہزار تین سو اسی 6338 پیش گوئیاں لکھی۔

اس نے علاج معالجے اور طبی نوٹوں پر بھی کتابیں لکھیں ایک کتاب ”ٹرائٹ ڈیس فرڈیمائز“ تحریر کی اسے دنیا کی پہلی طبی ماہرین کی ڈائریکٹری کہا جاتا ہے۔ اس ڈائریکٹری میں ناسٹر ڈیمس نے یورپ کے نامور ماہرین طب کے نام، پتے اور کارناموں کا مختصر احوال بیان کیا تھا۔

ناسٹر ڈیمس نے اپنی بیرون خانہ سرگرمیاں کم کر دیں اور اس کا زیادہ وقت گھر میں گزرنے لگا تھا۔ وہ

بارے میں تھیں اور ان میں سب سے اہم پیش گوئی  
 (صدی 1 : 65) شاہ فرانس ہنری دوم Henry II  
 کی موت کے بارے میں تھی۔

*Le lion vainc le vieux surmontea,  
 En champ bellique par singuliers Quelle  
 Dans cage d' or les yeux luy creveu.*  
*Deux classes vne, puis mourir, mort cruelle.*  
 The young lion will overcome the  
 older one, in a combat field in single  
 fight:  
 He will pierce his eyes inside a  
 golden cage, Two wounds in one,  
 then will die, a cruel death

جو اٹھ، یوزھے شیر پر غالب آ جائے گا  
 لڑائی کے میدان میں، اکیلے لڑتے ہوئے  
 سنہرے بنگرے میں آنکھ دھنس جائے گی  
 دوزخ اور پھر وہ ایک درواغ کی موت مرے گا  
 ناسٹر ڈیس کی یہ پیش گوئی صرف چار سال بعد  
 پوری ہوئی۔۔۔

ہو ایوں کہ جنگ اطلالیہ کے خاتمے کے بعد فرانس،  
 اطلالیہ اور اسپین کے درمیان ہوئے معاہدے کی خوبی  
 میں 30 جون 1559ء کو عیس کے پلیس دی ورساگ میں  
 ایک ٹھہر منعقد ہوئی، ان تقریبات میں گھڑ دوڑ،  
 نیزہ بازی، کشتی اور مختلف کھیلوں کے مقابلے بھی شامل  
 تھے، جہاں عوام اٹاک ابن مناظر کو دیکھنے جمع ہوتے۔  
 ان مقابلوں میں شاہ ہنری دوم نے بھی شرکت کی۔ وہ  
 اپنے جواں سپہ سالار جبریل مستنگر کی ساتھ گھڑ سوار  
 نیزہ بازی کے لیے میدان میں اترا، لیکن اس مقابلہ میں  
 نہ تائی طور پر سپہ سالار کا نیزہ اس کی آنکھ میں جا لگا اور  
 اپنی خود ہونے کے باوجود بادشاہ کی آنکھ دھنس کر  
 لگا تار کٹی، لگا تار کئی دن بادشاہ کا علاج جاری رہا،  
 لیکن فاتح نہ ہوا اور دس دن بعد شاہ ہنری کی  
 موت ہوئی۔

اس پیش گوئی کی وجہ سے ملکہ فرانس کیتھرائن

جلائے جانے کی سزا اس کا مقدر ٹھہرتی۔۔۔ اس لیے  
 ناسٹر ڈیس کا یہ اقدام جرات مندانہ کہا جاسکتا تھا۔ مگر  
 اس کی خوش قسمتی کہ اس کی کتاب کو بے پناہ پذیرائی ملی  
 اور فرانس کے شاہی خاندان نے بھی اسے سراہا تھا۔  
 اس لیے اگر کسی کے دل میں ناسٹر ڈیس کو مذہبی  
 عدالت میں کھینچنے کا خیال بھی آیا تھا تو وہ دل موس کر  
 رہ گیا۔ ایک سال کے اندر ناسٹر ڈیس کی کتاب پورے  
 یورپ میں مقبولیت کے جھنڈے گاڑ چکی تھی۔

اس کی اولین کتاب میں صرف تین سچریوں اور  
 چوتھی سچری کی آدھی پیش گوئیاں تحریر کی گئی تھیں۔  
 لیکن ان پیش گوئیوں نے غیر معمولی تیزی سے  
 ناسٹر ڈیس کو فرانس اور یورپ میں مقبولیت بخشی۔  
 یہ پیشین گوئیاں رباعیات کی شکل میں ہیں اور ہر  
 صدی کے لیے سو رباعیاں مخصوص ہیں، لیکن اس سے  
 مراد سو سال والی صدی نہیں ہے، اصل میں صدی سے  
 مراد سو پیش گوئیاں ہیں۔

اس سب کو دس صدیوں میں ترتیب دیا، جن میں  
 دنیا سے متعلق ایک ہزار پیش گوئیاں ہیں۔ تاہم  
 واقعات تاریخی اعتبار سے مرتب نہیں ہیں اور نامی کسی  
 کو براہ راست نشانہ بنایا گیا ہے۔

ناسٹر ڈیس کیونکہ فرانسیسی، لاطینی، یونانی اور  
 اطلالی زبانوں کا ماہر تھا اس لیے اس نے اپنی پیش  
 گوئیوں میں ان زبانوں کے الفاظ بکثرت استعمال کیے  
 ہیں۔ اس نے رباعیات اس انداز سے لکھی گئیں ہیں کہ  
 انہیں آسانی سے سمجھا نہیں جاسکتا، شاعری اور زبان  
 کے لحاظ سے اس کی پیش گوئیاں مشکل نہیں ہیں، لیکن  
 پہیلیوں کی طرح اس میں ابہام کی کافی آمیزش ہے۔۔۔

اس کتاب کا اولین ایڈیشن تین سو تریس 353  
 پیش گوئیوں پر مبنی تھا جن میں زیادہ تر قریبی زمانے کے

ڈی میڈیسی Catherine de Medicis نے



ناسٹر ڈیس کو ملاقات کے لیے بیس بلایا۔ اس وقت وہ مارسلز میں مقیم تھا۔

ملکہ کیتھرائن کے بلاوے پر ناسٹر ڈیس جس پہنچا تو اس کے دل میں یہ خدشات بھی تھے کہ کہیں ملکہ یا شاہ اس کی پیش گوئی سے ناراض نہ ہو جائیں اور اسے شاہی عتاب کا سامنا نہ کرنا پڑے۔ بادشاہ اپنے تاج و تخت اور اس کے خلاف کی جانے والی سازشوں کے بارے میں ہمیشہ بہت حساس ہوتے ہیں۔ ناسٹر ڈیس کو خوف تھا کہ کہیں اس کی پیش گوئی کو شاہی خاندان کے خلاف کسی سازش کا حصہ نہ سمجھ لیا جائے۔

لیکن حیرت انگیز طور پر ایوان شاہی میں اس کا شاندار استقبال ہوا، ملکہ اور بادشاہ نے اپنے پورے دربار کے ہمراہ اس سے ملاقات کی تھی اور پھر اس کے اعزاز میں ایک شاندار تقریب کا انتظام کیا گیا تھا۔

ملکہ کیتھرائن نے اس سے اکیلے میں ملاقات کی تو اس کا کوئی عینی شاہد موجود نہیں ہے کہ ملکہ اور ناسٹر ڈیس دو گھنٹے تک کیا باتیں کرتے رہے۔ امکان یہی ہے کہ ملکہ کیتھرائن اس کی ان پیش گوئیوں کے بارے میں بات کرنا چاہتی تھی جو اس نے شاہی خاندان کے بارے میں کی تھیں۔

کہا جاتا ہے کہ ملکہ کیتھرائن جانتا چاہتی تھی کہ کیا وہ واقعی مستقبل کو دیکھ لیتا ہے یا اس کی پیش گوئیوں کے پیش پشت کوئی اور معاملہ ہے۔ اس ملاقات میں ناسٹر ڈیس نے نہ صرف ملکہ کو مطمئن کر دیا بلکہ وہ اس سے اتنی متاثر ہوئی کہ اسے شاہ کا محتاج اور مشیر بھی

مقرر کر دیا۔ اس کی یہ حیثیت فرانس کے آنے والے ریڈ رو شاہوں فرانسس دوم اور چارلس چہارم کے دور میں بھی برقرار رہی تھی۔ اگرچہ یہ عہدہ محض نمائندگی تھا اور شاہی خاندان نے شاید ہی بھی ناسٹر ڈیس سے علاج کرایا ہو یا کوئی مشورہ کیا ہو۔ البتہ اس کا سارا فائدہ ناسٹر ڈیس کو ہوا۔ کچھ کے بغیر شاہی خزانے سے بھاری ستخواہ ملنے لگی تھی۔ ملکہ کیتھرائن نے ناسٹر ڈیس کو اپنا مشیر قرار دے دیا۔ اب وہ رواجی پروٹوکول سے آزاد ہو گیا تھا اب وہ جب چاہتا ملکہ کیتھرائن سے ملاقات کر سکتا تھا۔



دوسری طرف وہ مارسلز میں بھی اپنی خدمات انجام دے رہا تھا۔ 1557ء میں فرانس کے اس علاقے کو تاریخ کے بدترین سیلاب کا سامنا کرنا پڑا۔ سیلاب کے بعد طاعون کی وبا بے پناہ تیزی سے پھیلی تھی۔ روزانہ ہزاروں افراد لقمہ اجل بننے لگے تھے۔ گاؤں کے گاؤں اس وبا کی نذر ہو گئے تھے۔ بعض علاقوں میں تو میلوں تک ایک فرد بھی زندہ نہیں بچا تھا۔ ان دنوں ناسٹر ڈیس اپنے سب کام بھول کر لوگوں کو بچانے کی جدوجہد میں لگ گیا تھا۔ یہ بے پناہ مصروفیت کا دور تھا لوگوں کے علاج کی



نہیں دیا تھا کہ وہ یہ پیش گوئیاں کس علم کے سہارے اور کن اصولوں کی بنیاد پر کرتا ہے۔

اس میں شک نہیں کہ اسے علم نجوم کی کئی شاخوں پر مکمل عبور حاصل تھا۔ وہ فلکیات کا ماہر بھی تھا لیکن اس کی پیش گوئیوں کا انداز ان میں سے کسی علم سے مطابقت نہیں رکھتا تھا۔ اس کا انداز علمی سے الہامی ہوتا تھا۔ ایسا لگتا جیسے اس کی آنکھیں مستقبل میں ہونے والے واقعے کو بالکل اسی طرح دیکھتی تھیں جس طرح اسے ہونا تھا۔ پھر وہ اس واقعے کو مصر عوں کی صورت میں بیان کرتا تھا اس بیان میں بھی وہ ہیر پھیر سے کام نہیں لیتا تھا بلکہ سادہ ترین الفاظ استعمال کرتا تھا۔ اس کے باوجود اس کے نظریوں میں شعری شان و شوکت ملتی تھی اور وہ فن شاعری کی تمام نزاکتوں پر پورا اترتے تھے۔

اپنی کتاب کی پہلی صدی کے شروع میں نو ستر ڈیس بتاتا ہے کہ اس نے اپنی یہ پیشین گوئیاں کیوں کر حاصل کیں، چنانچہ اپنی پہلی رباعی میں کہتا ہے:

*Étant assis de nuit feces effluës,  
Seul repoté sur la selle d'airain,  
Flambe exigue foissant de folitude,  
Fait prospères qui n'est à croire vain.*

Being seated by night in secret study,  
Alone resting on the brass stool:  
A slight flame coming forth from the  
solitude,  
That which is not believed in vain is  
made to succeed.

خفیہ پڑھائی میں رات کو بیٹھا ہوں  
تین پایوں والی میٹل کی میز پر اکیلے  
دل کے خلا سے ایک لطیف شعلہ اٹھتا ہے  
یہ بتاتا ہوں کہ وہ جوں جوں قابل یقین ہے  
اس رباعی میں وہ بتاتا ہے کہ کس طرح وہ تنہا ایک  
تین پایوں والی میز کے ساتھ بیٹھتا ہے اور پھر جو کچھ  
بھی دیکھتا ہوتا ہے دیکھ لیتا ہے لیکن آخر میں وہ خود اسے

مصروفیات میں وہ چوبیس گھنٹے میں سے بمشکل دو تین گھنٹے سوچتا تھا۔ یہ ساری جدوجہد اور کوشش وہ بغیر کسی صلے کے کر رہا تھا کیونکہ اسے کام کرنے کے عوض صرف تنخواہ ملتی تھی اور وہ اپنے مریضوں سے کسی قسم کی کوئی فیس نہیں لیتا تھا۔ حالانکہ وہ چاہتا تو اس دور میں دوسرے ڈاکٹروں کی طرح بہت زیادہ دولت کما سکتا تھا۔



1557ء میں ناسٹر ڈیس نے پیش گوئیوں پر مبنی اپنی پہلی کتاب کا دوسرا ایڈیشن شائع کیا جو 640 پیش گوئیوں پر مبنی تھا۔ اس کی کتاب نے پہلے ہی اسے پورے یورپ میں مشہور کر دیا تھا اب اس کے پاس عام لوگوں کے ساتھ ساتھ آسٹریولوجی اور فلکیات کے ماہرین کے خطوط بھی آنے لگے تھے، وہ اس سے اس کے علم کے بارے میں سوال کرتے تھے۔

خاص طور سے آسٹریولوجی کے ماہرین جانتا چاہتے تھے کہ وہ کس طرح پیش گوئی کرتا ہے۔ کیونکہ ناسٹر ڈیس کی پیش گوئی کرنے کا انداز بہت منفرد تھا۔ وہ بتا کسی ہیر پھیر کے بہت سادہ سے انداز میں اشعار میں پیش گوئی کرتا تھا۔ اس کی پیش گوئی واضح اور آسان ہوتی کہ ایک عام اور معمولی ذہانت والا آدمی بھی سمجھ جاتا تھا کہ وہ کس کے بارے میں یا کس واقعے کے بارے میں پیش گوئی کر رہا ہے۔ جیسے شاہ فرانس ہنری دوم کی حادثاتی موت کی پیش گوئی تھی۔ اس کی کتاب میں پڑھنے والا ہر فرد جان گیا تھا کہ یہ بات شاہ فرانس کے بارے میں کہی گئی ہے۔ اس کی بعض پیش گوئیاں جو پہلے ناقابل فہم تھیں بعد میں بدلنے حالات اور واقعات کے ساتھ قابل فہم ہو گئی تھیں۔

اس نے اپنی کتاب میں اس بات کا کہیں حوالہ



ایک ایسی بات قرار دیتا ہے جس پر یقین نہیں کیا جاسکتا....

یقیناً اس بات پر اس وقت کے تقاضوں کے لحاظ سے جادو ٹونہ کے الزام سے بچنے کا ایک اچھا طریقہ بھی قرار دیا جاسکتا ہے کیونکہ اگر اسے اپنے کبے پر یقین نہ ہوتا تو کتاب ہی کیوں لکھتا...؟؟

نوسٹرو ڈوس کی باتیں قدیم صوفیوں کا انداز لیے ہوئے ہیں... خلوت... بھلی روشنی... تفکر اور پھر مشاہدہ.... مگر کوئی نہیں جانتا کہ یہ مشاہدہ کس طرح ہوتا ہے، بعض محققین کہتے ہیں کہ یہ اسے کوئی آواز سنائی دیتی، تصویر آتی تھی جسے وہ خود سمجھنے اور سمجھانے سے قاصر تھا۔ پھر چنانچہ وہ انہیں جس طرح دیکھتا اور سنتا تھا لکھ دیتا تھا..



نامسٹرو ڈیس کو شاہی خاندان کا جو قریب حاصل ہوا تھا اگر وہ کسی اور فرانسیسی کو حاصل ہوتا تو وہ ساری عمر پیرس سے باہر نہ جاتا لیکن نامسٹرو ڈیس صرف اس وقت پیرس جایا کرتا تھا جب اسے وہاں طلب کیا جاتا تھا۔ سیلاب کے بعد مارسلو شہر کی بحالی میں اس نے دن رات کام کیا اور جب سیلاب اور اس کے ساتھ آنے والے طاعون کی دہائش گئی تو اس نے پیرس جانے کی بجائے سیلون کا رخ کیا۔ چند سال پہلے اس نے وہاں ایک قصبہ دیکھا تھا تو اسے لگا تھا جیسے یہی وہ جگہ ہے جہاں وہ زندگی کے باقی ایام گزار سکتا ہے۔ پوآنر نری نامی اس قصبے میں وہ گھر آج بھی موجود ہے جس میں نامسٹرو ڈیس نے اپنی زندگی کے آخری دن گزارے۔

اس گھر میں نامسٹرو ڈیس نے سب سے اوپر والے حصے میں اپنا مخصوص کمرہ بنوایا جو چاروں طرف سے کھلا

تھا اور اس تک آنے کے لیے گول زینوں والی سیرھی بنائی گئی تھی۔ اس کمرے کی مخصوص کھڑکیاں چاروں سمتوں میں کھلتی تھیں لیکن نامسٹرو ڈیس نے شاذ ہی انہیں کھولا۔ وہ دن کی تیز روشنی میں کام کرتا تھا۔ اسی کمرے میں اس کی وہ کتابیں بھی موجود تھیں جو کام میں اس کی مددگار تھیں۔ اس کا کہنا ہے کہ پیش گوئیوں کے کاموں میں جس کتاب نے سب سے زیادہ مدد کی اس کا نام ڈی مسٹریزا پیکچورم ہے۔ یعنی مصری پراسراریت۔ سیلون میں ہی نامسٹرو ڈیس نے دوسری شادی کی، نامسٹرو ڈیس کی دوسری بیوی اپنی پونسا ڈیگیلے Anne Ponsarde نہ صرف دولت مند بلکہ بے حد خوبصورت تھی۔ اس سے نامسٹرو ڈیس کے چھ بچے ہوئے۔



فرانس کی ملکہ کیتھرین نے اسے ایک بار پھر پیرس طلب کیا۔ اب ملکہ اس سے اپنے سات بیٹوں کے زائچے بنوانا چاہتی تھی۔

ملکہ کیتھرین نے نامسٹرو ڈیس سے اپنے چار بیٹوں کے مستقبل کے بارے میں استفسار کیا....

شاہی خاندان سے قربت کی وجہ سے درباریوں میں نوسٹرو ڈیس کے کئی دشمن بھی پیدا ہو گئے تھے، جو

ہوا اور اگلے ہی برس 1560ء میں فرانسس دوم کا بھی انتقال ہو گیا۔ ان اموات نے ناسٹر ڈیسس کو ایک مرتبہ پھر سب کی توجہ کا مرکز بنا دیا۔ ایک موقع پر اس بات کا امکان بھی پیدا ہو چلا تھا کہ اسے اپنی پیش گوئیوں کے حوالے سے عدالت میں پیش ہونا پڑے لیکن اس کی خراب صحت اور شاید شہرت کی وجہ سے اس کے حامدوں نے اسے عدالت آنے کی زحمت نہ دی۔ شاید ایک وجہ یہ ہو کہ ملکہ کیتھرائن بھی اس کی تنہایت مند تھی۔

حمرے آخری دور میں ناسٹر ڈیسس کو پھپھڑوں کی سوزش اور سانس کی بیماری لاحق ہو گئی تھی لیکن اس کیفیت میں بھی اس نے اپنا کام نہیں چھوڑا تھا۔ اس نے اپنی ان تمام پیش گوئیوں جو رسائل میں شائع ہوئی تھیں، مکمل صورت میں مرتب کیا۔

1564ء میں ملکہ کیتھرائن نے جواب ریجنٹ ملکہ تھی ملک بھر کے دورے کا فیصلہ کیا۔ وہ جہاں بھی گئی وہاں کے حکام اور لوگ اس سے ملنے آئے لیکن جب وہ سیون آئی تو خود ناسٹر ڈیسس سے ملنے اس کی رہائش گاہ پہنچی، ناسٹر ڈیسس بیمار تھا ملکہ نے اس کی عیادت کی اور اسے ملک کے جزائر فویشن کا خطاب دیا۔ اس خطاب کے ساتھ بھاری بھرا متنواہ اور جاگیر بھی تھی۔ اب ناسٹر ڈیسس ملک کا سب سے بڑا ڈاکٹر تھا۔

ناسٹر ڈیسس کے مرض کی شدت بڑھتی جا رہی تھی۔ 1566ء کے آغاز میں اس کے ڈاکٹر نے محسوس کر لیا تھا کہ وہ اب زیادہ دن زندہ نہیں رہے گا۔ جون کے آغاز میں وہ زیادہ تر بستر پر رہنے لگا تھا اسے نفرس (Gout) کی تکلیف بھی ہو گئی تھی۔ اب اس کے لیے اٹھنا بیٹھنا محال ہو گیا تھا۔ اس حالت میں بھی اس نے پیش گوئیوں کا کام جاری رکھا تھا لیکن بیماری کے باعث

موقع کی تلاش میں رہتے کہ کب نوسٹر ڈیسس کو جھونا ثابت کریں۔ Monsieur de Florinville ریاست کے جاگیر دار نے جسے ناسٹر ڈیسس کی صلاحیتوں پر شک تھا اس کا امتحان لینے کے لیے اسے اپنے گھر مدعو کیا۔ جاگیر دار نے اسے دو جانور دکھائے، ایک سفید اور ایک سیاہ اور اس سے پوچھا کہ وہ رات کے کھانے میں ان میں سے کون سے جانور کا گوشت کھانا پسند کرے گا، نوسٹر ڈیسس نے اس سے کہا کہ انہیں سیاہ جانور کھانا پڑے گا کیونکہ سفید والے کو بھیڑیا کھا جائے گا۔۔۔

میزبان نے چپکے سے اپنے ملازم کو سفید جانور کو کاٹ کر کھانے پر پیش کرنے کے لیے کہا اور تمام دروازے بند کروا دیے تاکہ کوئی بھیڑیا اندر نہ آسکے۔۔۔

لیکن اتفاق سے وہ بھول گیا کہ اس کا ایک پالتو بھیڑیا بھی ہے جو پہلے سے ہی گھر کے اندر موجود ہے، وہ پنجرے میں بند رہتا تھا اس لیے اس کی جانب خیال ہی نہیں گیا۔ اتفاقاً باورچی سفید جانور کو کھول کر بچن کی طرف لے گیا اور پکانے سے پہلے کسی کام سے باہر گیا اور دوسری جانب بھیڑیے کے رکھوالے نے بھلانے کے لیے بھیڑیے کو کھول دیا، گھومتے پھرتے جب وہ باورچی خانے کے قریب پہنچا تو سفید جانور کو دیکھتے ہی بھیڑیے کی بھوک چمک اٹھی اور وہ فوراً اس پر چھپت پڑا اور اسے چڑچھاڑ ڈالا۔

اب تو باورچی کے پاس کالے جانور کو کھانا پیش کرنے کے علاوہ اور کوئی چارہ نہ رہا۔۔۔



شاہی خاندان کے بارے میں اس کی پیش گوئیاں اس کی عمر کے آخری دور میں کیے بعد دیگرے درست ثابت ہونے لگیں۔ پہلے 1559ء میں شاہ ہیری کا انتقال

صورت میں دہ کم سے کم اسے مردہ حالت میں تو ضرور دیکھے گا.... لیکن ایسا کبھی نہیں ہوا..

کیم جولائی 1566ء میں نو سٹر ڈومس خاموشی سے اس جہان فانی سے کوچ کر گیا، اسی رات اس کے طبیب کے پیر میں موج آگئی چنانچہ وہ نو سٹر ڈومس کو ایک نظر بھی دیکھنے سے محروم رہا....

ناسٹر ڈومس کے مرنے کی خبر جنگل کی آگ کی طرح پورے فرانس میں پھیل گئی۔ لوگ دوسرے شہروں سے بھی اس کی تعزیت اور آخری رسوم میں شرکت کے لیے سیلون آنے لگے تھے۔ اسے اس کی وصیت کے مطابق مقامی چرچ کی چار دیواری کے اندر ایک بلند جگہ لافن کیا گیا تھا۔

نو سٹر ڈومس تو اس دنیا سے چلا گیا لیکن ایک ایسی کتاب تحریر کر گیا جو صدیوں سے لوگوں کو درط حیرت میں ڈالے ہوئے ہے....

ناسٹر ڈومس اپنی موت کے سال ہی اپنی کتاب کا آخری ایڈیشن مکمل کر چکا تھا۔ یہ ایڈیشن اس کی موت کے دو سال بعد 1568ء میں شائع ہوا اور ساڑھے چار سو سال کا عرصہ گزر جانے کے بعد آج اسی حالت میں موجود ہے۔

کہا جاتا ہے کہ اس کتاب میں لکھی گئی ایک ہزار پیٹنگوں میں سے آٹھ سو درست ثابت ہو چکی ہیں۔

اب تک ہم نے ان عجیب گویوں کا تذکرہ کیا ہے جو ناسٹر ڈومس کی زندگی میں پوری ہو گئیں، آئندہ شمارے میں ہم ناسٹر ڈومس کی موت کے بعد ساڑھے چار سو سالوں میں ظہور پزیر ہونے والی مشہور اور اہم تاریخی پیش گوئیوں کا تذکرہ کریں گے۔

(حباری ہے)



ان کو تحریری صورت میں لانے کا کام بہت سست ہو رہا تھا۔ کیونکہ وہ خود لکھنا پسند کرتا تھا اور اپنی بات کسی اور کی تحریر میں محفوظ کرنا اسے پسند نہیں تھا۔ ممکن ہے اس وجہ سے اس کی کئی پیش گوئیاں تحریر میں نہ آسکی ہوں۔

17 جون کے دن کو اس نے اٹھنے اور چلنے پھرنے کی کوشش کی تو اس کی طبیعت بگڑ گئی اور اس کے منہ سے بہت سارا خون نکلا تھا۔ اس وقت ناسٹر ڈومس کو یقین ہو گیا کہ وہ اب زندہ نہیں رہے گا۔

پہلی جولائی کو اس نے مقامی پادری کو بلا بھیجا کہ وہ آکر اس کے لیے آخری دعا کرے۔ یہ پادری اس کے اچھے دوستوں میں سے تھا۔ پادری جب دعا کر کے واپس جانے لگا تو ناسٹر ڈومس نے اس سے کہا۔

”دوست تم مجھے دوبارہ زندہ نہیں دیکھو گے۔ کل صبح کا سورج طلوع ہو گا تو میں اس دنیا میں نہیں ہوں گا۔“

اپنے بارے میں اس کی یہ پیش گوئی اس کی آخری پیش گوئی بھی ثابت ہوئی۔ آگلی صبح وہ اپنے بستر اور ایک تختے کے درمیان مر وہ حالت میں پایا گیا۔ رات کسی وقت اس کا انتقال ہو گیا تھا۔ شاید اس کی طبیعت خراب ہوئی تو وہ مد لینے کے لیے بستر سے اٹھا اور پھر فرش پر گر پڑا اسی حالت میں اس کی موت واقع ہوئی۔

اپنی موت کے متعلق اس کی ایک اور پیش گوئی بھی ہے۔ جب وہ بسترِ علالت پر پڑ گیا تھا، ایک دن اس کا طبیب اسے چیک کر رہا تھا نو سٹر ڈومس نے ایک پتھلی سی مسکراہٹ میں اپنے طبیب کو بتایا کہ وہ اسے آخری بار دیکھ رہا ہے اور اس طبیب کی نظر اس پر آئندہ کبھی نہیں پڑے گی، تاہم طبیب نے اسے تسلی دی کہ وہ ٹھیک ہو جائے گا پھر مسکراتے ہوئے کہا کہ ایسی کسی

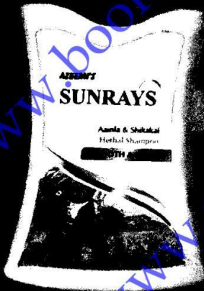
اپریل 2015ء

**AZEEMI**

بالوں کی حفاظت کا قدرتی طریقہ

**AZEEMI'S**

**SUNRAYS**



**HERBAL SHAMPOO**

اب نئی دیدہ زیب پیکنگ میں

RS: 85/=

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

021-36604127

روزانہ کا اجلاس

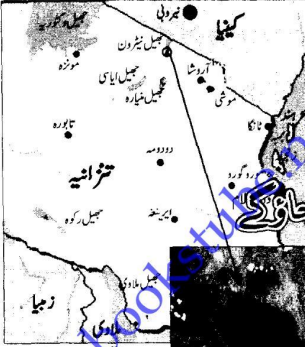
60

# عجیب

دنیا بھر میں رونما ہونے والے دلچسپ اور عجیب واقعات

## پراسرار جھیل

پاؤں نہ رکھنا ورنہ پتھر کے ہوجاؤ گے

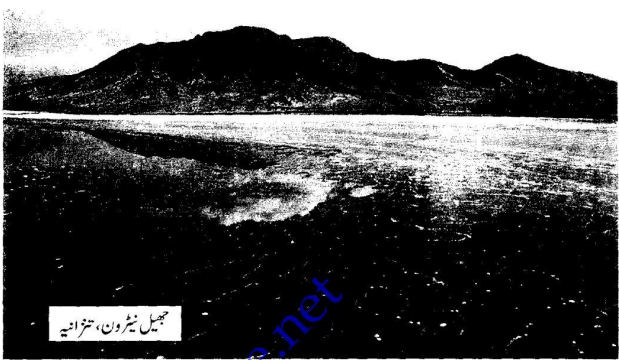


بات نہ تھی۔ دیو کا کہنا تھا کہ بادشاہ شہزادی کو اس کی بھینٹ چڑھائے ورنہ اس کی پوری سلطنت تباہ ہو جائے گی۔

ایسے میں بادشاہ کے کسی مصاحب نے بتایا کہ یہ دیو صرف میڈوسا Medusa کے ذریعے ہی شکست کھا سکتا ہے۔ اس نے بتایا کہ میڈوسا ایک خوبصورت مگر دہشتناک بلا تھی، اس کی جلد سونے کی طرح چمکتی ہے، اس کے سر پر سانپ چھپناتے ہیں، سب سے خطرناک اس کی آنکھیں ہیں، وہ جس جاندار کو ایک نظر دیکھ لیتی ہے وہ پتھر کا بن جاتا ہے۔ چنانچہ پرسیسوس Perseus کو شہزادی کو بچانے کے لیے

اس وقت پوری دنیا میں 3 بلین سے زائد جھیلیں پائی جاتی ہیں۔ جسے پتھر خوبصورتی کی وجہ سے قابل دیدہ ہے۔ دنیا بھر میں بے پناہ خوبصورتی والی جھیلیں لاتعداد ہیں، مگر کچھ جھیلیں ایسی ہیں، جن کو پاؤں پر اسرار اور حیرت انگیز خصوصیات کے باعث مشہور ہیں۔

بچپن میں آپ نے وہ مشہور دیومالائی کہانی تو سنی ہی ہوگی کہ یونانی بادشاہ سی فیوس Cepheus کی بیٹی انڈرومیڈا Andromeda دنیا کی سب سے حسین شہزادی تھی۔ اس کے متعلق کہا جانے لگا تھا کہ وہ سمندری دیویوں Sea nymphs سے بھی زیادہ خوبصورت ہے۔ سمندری دیویوں کو یہ بات بری لگی چنانچہ اس کے والد کی حکومت پر بیستناک سمندری دیو نے حملہ کیا، یہ دیو اتنا طاقتور تھا کہ اسے مارنا کسی کے بس کی



جمیل نیٹرون، تیزانیہ

ہو کر مرے والا پرندہ یا جانور کسی پتھر کے مجسمے کی شکل اختیار کر لیتا ہے یا پھر مومی Mummy میں تبدیل ہو جاتا ہے۔ جمیل کے پتھر بن جانے والے ان جانوروں کو دیکھ کر کسی بارر فلم کی یاد تازہ ہو جاتی ہے۔

خون کی طرح سرخ رنگ کی یہ جمیل دور سے دیکھنے میں ایسی نظر آتی ہے جیسے گوشت کے بڑے بڑے پارچے اس وادی میں پھیلا دئے گئے ہوں۔ اس جمیل کو ”نیٹرون لیک“ Natron Lake کے نام سے جانا جاتا ہے۔

محل وقوع کے لحاظ سے یہ جمیل تیزانیہ کے شمال میں کینیا کی سرحد کے انتہائی قریب واقع ہے اور نیروبی سے تقریباً 140 کلومیٹر دور ہے، کینیا کے ایواسو نیرو Ewaso Ng'iro نامی دریا کے پانی کی وجہ سے وجود میں آئی یہ جمیل معدنی دولت سے الما مال ہے۔

یہ ایک جمکین پانی کی جمیل ہے جو کہ سوڈیم کاربونیٹ اور سوڈیم بائی کاربونیٹ پر مشتمل ہے۔ جمیل کا درجہ حرارت عام طور پر تقریباً 80 ڈگری

میڈوسا کا سر لانے کے لیے بھیجا جاتا ہے۔ ہر میس Hermes کی مدد سے وہ اس کا سر کاٹ لاتا ہے اور سمندری دیو کو دکھا کر اسے پتھر کا بنا دیتا ہے۔ یوں وہ انڈرو میڈا کی جان بچا کر اس سے سادی کر لیتا ہے۔

ایسی ہی کہانیاں الف لیلیٰ اور فرسائے عجائب کی داستانوں میں ملتی ہیں جس میں کوئی جادوگر کسی شخص ادا سے کو پتھر میں تبدیل کر دیتا ہے۔ کہانیوں میں آپ کے بادشاہ مڈاس کی کہانی تو ضرور سنی ہوگی جو جس چیز کو بھی چھو تا ہے وہ سونے کی بن جاتی ہے، کہا جاتا ہے کہ پارس پتھر کو جو بھی چھو لے وہ سونا بن جاتا ہے حالانکہ یہ تو کسی کو نہیں پتہ کہ یہ سچ ہے یا جھوٹ....

لیکن کیا آپ یقین کریں گے کہ آج اس دنیا میں ایک جمیل ایسی موجود ہے، جسے چھو کر ہر جاندار چیز پتھر میں تبدیل ہو جاتی ہے۔

جی ہاں!...! دنیا کے سب سے بڑے براعظم افریقہ کے ملک تیزانیہ میں ایک ایسی پر اسرار جمیل ہے جس کے پانی میں جو جانور بھی داخل ہوتا ہے وہ اپنی جان سے ہاتھ دھو بیٹھتا ہے، جمیل میں داخل

راج ہنس جو پتھر میں تبدیل ہو گیا



پتھر بن جانے والی اباہیل

فارن ہائیٹ رہتا ہے لیکن یہی درجہ بعض مخصوص حالات میں 140 ڈگری فارن ہائیٹ یعنی 60 ڈگری سنٹی گریڈ تک جا پہنچتا ہے۔

جھیل میں کثیر مقدار میں پائے جانے والے نائٹرون (نٹرون) کی موجودگی کا سبب قریب میں موجود آتش فشاں پہاڑ ہے، جس کی راکھ نائٹرون میں اضافے کا سبب بنتی ہے۔ یہ آتش فشاں اب تک 8 مرتبہ پھٹ چکا ہے۔ اس آتش فشاں نے پہلی بار 1883 میں لاوا اگلنا شروع کیا تھا۔

اب تک کے اندازوں کے مطابق ان خوفناک اموات کی وجہ جھیل میں موجود نائٹرون، اس کا حسین پانی ماور بڑھتا ہوا درجہ حرارت ہی بتائی جاتی ہے۔

دنیا کو اس جھیل کی اس عجیب و غریب خصوصیت کا پتہ حال ہی میں چلا جب ایک افریقی فوٹوگرافر نیک برانڈٹ Nick Brandt نے دنیا کی اس پر لاشہ اڑتین جھیل کا دورہ کیا۔ اس نے وہاں موت کا شکار ہونے والے متعدد پرندوں اور چمگادڑوں

کی چند تصاویر بھی لیں۔ نیک برانڈٹ نے اپنی نئی کتاب 'مارکوس دی ریویجڈ لینڈ Across the Ravaged Land' کے لئے اس جھیل کے ارد کے



بوتر جو مجسمہ بن گیا

سیلسٹائیڈ عقاب

عصفوری نسل کی چڑیا





ارد گرد پتھر بن  
چکے کئی جانوروں  
کی تصویریں لکھی  
ہیں اور ان پر  
ڈاکیومنٹری  
بھی بنائی۔

نک برانڈٹ  
نے اپنی کتاب میں  
لکھا ہے، جب وہ  
شمالی تنزانیہ کی

پانی میں سوڈیم سلفائیڈ کی زیادہ مقدار ان  
پرندوں کے مردہ جسم کو محفوظ رکھتی ہے۔ جمیل کے  
اس پانی میں الکالن کی سطح pH سے 10.5  
ہے، یعنی امونیا جتنا الکالن.... پانی میں شکاری  
”نظر“ بھی پایا گیا جو آتش فشاں کی راکھ میں ہوتا  
ہے۔ اس عنصر کا استعمال قدیم مصر کے باشندے  
فراتین کی مسمیوں کو محفوظ کرنے کے لئے رکھتے تھے۔  
شاید اسی وجہ سے جمیل کو چھوئے والی ہر چیز پتھر بن  
کر مٹی کی طرح محفوظ ہو جاتی ہے۔

حیرت انگیز بات یہ ہے کہ اس پر اسرار جمیل  
کے اندر جہاں ایک طرف لونی بھی جانور اور پرندہ  
زندہ نہیں رہ سکتا، وہیں مچھلیوں کی ایک خاص قسم  
اس جمیل کے انتہائی زہریلے اور خطرناک ہونے کے  
باوجود بھی اس میں زندہ رہتی ہے۔ مچھلیوں کی اس  
قسم کو الکالن تیلاپیہ alkaline tilapia کہا جاتا ہے  
اور یہ زندہ رہنے کے لیے جمیل کے کنارے ایسے  
مقام کا انتخاب کرتی ہیں جہاں پانی کم نمکین ہوتا ہے۔

۳۳۳

نیٹرون جمیل کے ساحل پر پہنچا تو وہاں کے منظر نے  
اسے چونکا دیا۔ جمیل کے کنارے ان نے جگہ جگہ پر  
جانوروں اور پرندوں کے مجسمے دیکھے۔ یہ مجسمے مردہ  
پرندوں کے تھے، جمیل کے پانی میں جا کے والے  
جانور اور پرندے کچھ ہی دیر میں کیلکسائیڈ  
Calcified ہو کر پتھر بن جاتے ہیں۔

نک برانڈٹ نے لکھا ہے، ”کوئی یقینی طور پر  
نہیں جانتا ہے یہ کیسے مرے لیکن.... لگتا ہے کہ  
جمیل کی عجیب رنگت نے انہیں گمراہ کیا نتیجے میں وہ  
سب پانی میں اتر گئے۔“



alkaline tilapia الکالن تیلاپیہ

## انکشافات

جس کہکشاں میں ہمارا نظام شمسی واقع ہے، یعنی مکی دے سے 40 کروڑ نوری سال کے فاصلے پر ایک کہکشاں NGC 6240 کے وسط میں یہ بلیک ہول موجود ہے، اندازہ لگایا گیا ہے کہ نئے دریافت شدہ بلیک ہول میں موجود مادے کی کیت ہمارے سورج سے 12 ارب گنا زیادہ ہے۔ جرمنی کے ماس پلانک انسٹیٹیوٹ آف ایسٹرونومی اور چین کی پیکنگ یونیورسٹی سے وابستہ سائنسدان ابھی تک اس بات کی وضاحت نہیں کر سکے کہ اس نئے دریافت ہونے والے بلیک ہول کی کیت کس طرح اتنی جلدی اس حد تک بڑھی۔ یہ دریافت فرانس کے نظریات سے متصادم ہے، فرانس کے قوانین

سورج سے 12 ارب گنا بڑا بلیک ہول دریافت ماہرین فلکیات نے ایک ایسا بلیک ہول دریافت کیا ہے، جو ہمارے سورج کے مقابلے میں 12 ارب گنا زیادہ کیت رکھتا ہے۔ بلیک ہول ہماری کائنات میں انتہائی دور دراز فاصلوں پر موجود فکلی اجسام میں واقع ہوتے ہیں، جنہیں کوائزرا کہا جاتا ہے۔ بلیک ہولز میں مادے کی کثافت اتنی زیادہ ہوتی ہے کہ اس کی کشش ثقل سے روشنی بھی باہر نہیں نکل سکتی۔ بلیک ہولز کی موجودگی کا پتہ ان کے قریب موجود کہکشاؤں، ستاروں اور خلائی وندھیات پر اثرات کے ذریعے لگایا جاتا ہے۔

کے مطابق بلیک ہولز اور ان کہکشاؤں کی کیت وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ بڑھتی جا رہی ہے، جن میں یہ بلیک ہول موجود ہوتے ہیں۔ چونکہ یہ بلیک ہول ہماری کائنات کی موجودہ عمر کے بہت آغاز میں موجود تھا اس لیے یہ بلیک ہول اس قدر زیادہ کیت کا حامل نہیں ہو سکتا۔ ریسرچرز کے مطابق ”ہو سکتا ہے کہ کائنات کے وجود میں آنے کے بعد آغاز میں دو بہت بڑے بلیک ہول مل کر ایسا بن گئے ہوں۔“

## عینک لگانے والے زیادہ ذہین ہوتے ہیں

عام طور پر سمجھا جاتا ہے کہ جن لوگوں کی نظر کمزور ہوتی ہے وہ دماغی طور بھی کمزور ہوتے ہیں لیکن ایسا نہیں ہے کیونکہ جرمنی کی یونیورسٹی میڈیکل سینٹر کی نئی تحقیق کے مطابق جو لوگ نظر کا چشمہ لگاتے ہیں وہ چشمہ نہ لگانے والوں سے زیادہ ذہین ہوتے ہیں۔ نظر کا چشمہ لگانے والے بے اوپال Myopia کا شکار 14600 افراد پر کی گئی تحقیق کے مطابق ان میں سے 53 فیصد نے اعلیٰ تعلیم حاصل کی جب کہ تحقیق میں شامل صرف 24 فیصد افراد ایسے تھے جو صرف اسکول لیول تک ہی تعلیم حاصل کر سکے۔ چشمہ لگانے والے طالب علم دوسروں کی نسبت اپنا زیادہ وقت پڑھائی میں گزارتے ہیں اور اس بات کا زیادہ امکان ہوتا ہے کہ وہ اعلیٰ تعلیم حاصل کریں۔ اس سے قبل برٹش کالج آف اوپٹومیٹرسٹس کے سروے میں یہ بات سامنے آئی تھی کہ ایک تہائی برطانوی لوگوں کے نزدیک چشمہ لگانے والے لوگ دیگر افراد سے زیادہ پروفیشنل ہوتے ہیں جب کہ 43 فیصد ماننا تھا کہ ایسے لوگ زیادہ ذہین ہوتے ہیں۔



## مستقبل کی دنیا

سم کارڈ SIM کے دن گئے جا چکے ہیں

سبسکرائبر آئیڈنٹیٹی ماڈول (subscriber identity module)

یعنی SIM سم کارڈ کو سب سے پہلے 1991ء میں سیونج جرمنی کی ایک موبائل کمپنی ریڈیولینچا نے متعارف کروایا۔ اس انقلابی مائیکرو چپ نے لوگوں کو بھاری بھرم موبائل فون سیٹوں سے جان چھڑائی۔ اس وقت دنیا بھر میں صرف 300 افراد سم کارڈ استعمال کرتے تھے۔ آج صرف ہمارے ملک پاکستان میں موبائل سمز کی تعداد 10 کروڑ سے تجاوز کر چکی ہے۔

آئندہ برس 2016ء میں موبائل فون سم کارڈ کو جو دہمیں آئے ہوئے 25 برس مکمل ہو جائیں گے۔ ماہرین نے یہ پیش گوئی کی ہے کہ سم کارڈ اپنی سلور جوبلی تو منالے گا، مگر گولڈن جوبلی منانا اسے شاید نصیب نہیں ہو گا۔ جی ہاں موبائل فون ٹیکنالوجی میں انقلاب برپا کرنے والی ایجاد سم کارڈ اور ختم ہونے کو ہے۔ سائنسدان نے دعویٰ کر دیا ہے کہ عنقریب موبائل فون میں سم کے استعمال کا خاتمہ ہو جائے گا اور اب موبائل سمز کے لیے سم کارڈ نہیں سو فٹ وئیر استعمال ہو گا۔ کمپیوٹر یونیورسٹی کے کیپٹرن ٹیکنالوجی پروفیسر رکھنے والے ماہرین کو یقین ہے کہ موبائل فون سم بہت جلد قصہ پارینہ بن جائے گی۔

ڈاکٹر مارکوس کُن Dr Markus Kuhn کے مطابق مستقبل

قریب میں سم کارڈ کا کام پاس ورڈ سے لیا جائے گا، صارفین

بغیر موبائل کھولے پاس ورڈ کی مدد سے کسی بھی موبائل میں اپنا نمبر استعمال کر

سم کارڈ 1991ء تا حال

سکیں گے۔ اور صارف موبائل فون آپریٹرز کی سروس استعمال کرنے کے لیے اسی طرح لاگ ان ہوں گے جیسے آن لائن کسی ای میل یا سوشل نیٹ ورک اکاؤنٹ تک رسائی کے لیے ہوتے ہیں۔

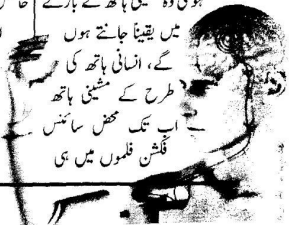
## ایجادات

### بائیونک ہاتھ

جن لوگوں نے فلم ٹرمینٹر ڈیکھی ہوگی وہ مشینی ہاتھ کے بارے میں یقینا جانتے ہوں گے، انسانی ہاتھ کی طرح کے مشینی ہاتھ اب تک محض سائنس فکشن فلموں میں ہی

تجربہ بھی کیا گیا ہے۔ یہ بائیونک ہاتھ عام ہاتھ کی طرح دماغ سے کنٹرول ہوتے ہیں۔ اس مقصد کے لیے ان افراد کی ناگوں سے لیے گئے بافتیں ان کے بازوؤں میں لگائی گئی ہیں جو ہاتھوں سے محروم افراد کو اصلی ہاتھ کا احساس دلاتی ہیں۔ ڈاکٹروں نے کہا ہے کہ بائیونک ہاتھ سے ہر کام کیا جا سکتا ہے تاہم ان ہاتھوں کے حامل

نظر آتے تھے تاہم اب سائنسدانوں نے ہاتھوں سے محروم افراد ایک بائیونک ہاتھ تیار کرنے میں کامیابی حاصل کر لی ہے۔ بائیونک ہاتھ کی انگلیاں سیلیکیون اور ربر جیسے نرم میٹریل سے تیار کی گئی ہیں۔ آسٹریا میں سائنس دانوں نے چند معذور افراد کو بائیونک ہاتھ لگانے کا کامیاب





اس سے موبائل فون آپریٹرز کی سم کارڈ پر خرچ ہونے والی خطیر رقم بچ جائے گی۔ نئی ٹیکنالوجی کے بعد موبائل فون آپریٹر صرف سوفٹ ویئر کی مدد سے تمام نمبروں کو کنٹرول کریں گے۔ موبائل فون بنانے والے ایسے موبائل بنا سکیں گے جن میں بیک وقت بہت سی سوں کے لاگ ان اور پاس ورڈ درج کیے جاسکیں۔

ڈاکٹر مارکوس کن کے مطابق سم کا تبادلہ لاگ ان کی ڈی اور پاس ورڈ کی صورت میں بہت پہلے سے موجود ہے۔ یہ وی طریقہ ہے جسے استعمال کرتے ہوئے ہم وائی فائی تک رسائی حاصل کرتے ہیں۔ علاوہ ازیں سم کا کام پاس ورڈ کی بجائے QR کوڈ یا 3D بار کوڈز سے بھی لیا جاسکتا ہے۔ یہ طریقہ سمارٹ فونز اور کیسٹروں کے لیے زیادہ موزوں ہو گا جن میں ایک ایپ تھری ڈی بار کوڈز میں چھپی ہوئی معلومات کو پڑھ کر فون کال کو ممکن بنا سکے گی۔

ڈاکٹر مارکوس کے خیال میں سم کو پاس ورڈ یا پھر کسی سوفٹ ویئر سے بدل دینے سے صارفین کے لیے بہت آسانی ہو جائے گی۔ وہ ایک ہی موبائل سیٹ پر مختلف

کمپنیوں کی سروس استعمال کرسکیں گے۔ انھیں بس پاس ورڈ حاصل کرنے کی ضرورت ہوگی۔ ماہرین کے مطابق سم کارڈ میکروٹی رسک ہیں، ان کے ذریعے ڈینا یا آسانی پڑایا جاسکتا ہے۔ سم کی پاس ورڈ سے تبدیلی کی

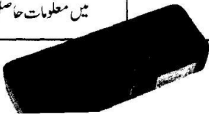


صورت میں موبائل فون زیادہ محفوظ ہو جائیں گے۔

اس نظام کو KOPDEMIVA نام دیا گیا ہے۔ یہ نظام دراصل ذہنی کمزوری میں مبتلا افراد کو اس قابل بنانا ہے کہ وہ گھر میں اکیلے رہ سکیں اور اپنے معمولات انجام دے سکیں۔ یہ نظام مرینٹس کی پوزیشن، اس کے جسم کی حرکات اور مختلف چیزوں کے ساتھ ان کے انٹرایکشن یا تعامل کے بارے میں معلومات حاصل کرتا ہے۔

کے روزانہ معاملات کی نگرانی کرتا ہے اور انہیں خود کار آواز کے ذریعے وقت پر دواؤں لینے سمیت مختلف چیزیں یاد دلاتا ہے۔ یہ نظام ایسے مریضوں یا افراد کی صورت حال کے بارے میں ان کے رشتہ داروں یا ان لوگوں کو معلومات فراہم کرتا رہتا ہے جو ان کی دیکھ بھال کے ذمہ دار ہوتے ہیں۔

لوگ چیزوں کو محسوس نہیں کر سکتے۔ **دماغی کمزوری کے مریضوں کے لیے اسمارٹ سینسوز** دنیا بھر میں قریب 44 ملین افراد ڈیمینشیا کے مریض ہیں۔ جرمنی کی کمپنیس یونیورسٹی آف ٹیکنالوجی کے انجینئرز نے ایک ایسا تھری ڈی پراسیڈنگ سسٹم تیار کیا ہے جو ڈیمینشیا یا دماغی کمزوری میں مبتلا افراد





## نمک کا کم استعمال معدے کے سرطان سے بچاؤ میں مددگار ثابت ہوتا ہے

کھانے میں نمک کا زیادہ

کے مقابلے میں زیادہ ذہین ہوتے ہیں۔ اس تحقیق کے دوران زندگی کے ہر شعبے سے تعلق رکھنے والے تقریباً 3500 بچوں کا جائزہ لیا گیا۔ جائزے سے پتہ چلا کہ جن بچوں نے بچپن میں زیادہ دیرماں کا دودھ پیا تھا آئی کیو نیٹ میں ان کی کارکردگی دیگر بچوں کے مقابلے میں کہیں بہتر رہی۔

### دماغی کمزوری سے بچنے کیلے خوب ہنسیں

کیلیفورنیا کی یونیورسٹی کی تحقیق کے مطابق ہنسنے کی عادت جسم میں تناؤ پیدا کرنے والے ہارمون کے نقصانات کو کم کر دیتی ہے۔ تحقیق میں یہ کہا گیا ہے کہ لوگوں کو زیادہ سے زیادہ ہنسانا چاہئے کیونکہ یہ تناؤ یا ڈپریشن میں مبتلا افراد کے لیے



دماغی نا اہلیت

استعمال نہ صرف ہائی بلڈ پریشر جیسے مرض کو بڑھاتا ہے بلکہ دل کی بہت سی بیماریوں کے لئے بھی خطرناک ہے اس لیے اس کا نہایت کم استعمال کرنا چاہیے۔ اسی حوالے کے لندن میں کی جانے والی تحقیق میں یہ ثابت سامنے آئی ہے کہ نمک کا کم استعمال معدے کے سرطان سے بچاؤ میں انتہائی مددگار ثابت ہوتا ہے کیونکہ نمک کا زیادہ استعمال معدے میں سرطان پیدا کرنے والے جراثیم ہیلیکوبیکٹریا پائی لوری Helicobacter pylori کی نشوونما میں مدد فراہم کرتا ہے۔ عالمی ادارہ صحت کے مطابق انسان کو روزانہ پانچ گرام یعنی ایک چمچ سے زیادہ نمک کا استعمال نہیں کرنا چاہئے کیونکہ نمک کا زیادہ استعمال صحت کے لئے انتہائی مضر ہے۔

### ماں کا دودھ ہنسنے والے بچے زیادہ ذہین ہوتے ہیں

فیڈرل یونیورسٹی آف پیلوئاس، برازیل میں طویل عرصے تک کی گئی تحقیق میں معلوم ہوا ہے کہ ماں کا دودھ پینے والے بچے دیگر بچوں

## صحت

### مونگ پھلی کھائے اور لمبی عمر پائے

مونگ پھلی کی افادیت کے حوالے سے ایک نئی تحقیق سے ظاہر ہوا ہے کہ زیادہ مونگ پھلی اور گرمی دار خشک میوے کھانے والے لوگوں میں عارضہ قلب سے ہونے والی اموات کا خطرے کم تھا۔

امریکہ کی یونیورسٹی اسکول آف میڈیسن سے وابستہ محقق ڈاکٹر ٹاڈاوشو نے خشک میوے اور دل کے امراض کی شرح کے درمیان تعلق پر تحقیق کی ان کے مطابق جن لوگوں نے خشک میوے کے طور پر مونگ پھلی کھائی تھی ان میں مطالعے کی مدت کے دوران دل کے امراض کا خطرہ ایسے لوگوں کی نسبت کم تھا جنہوں نے خشک میوے کم استعمال کیا تھا بالکل نہیں کھایا تھا۔ ان کا کہنا ہے کہ لوگوں کو دل کی صحت کے فوائد کے لیے زیادہ سے زیادہ مونگ پھلی کھانی چاہئے جو دوسرے میووں کے مقابلے میں سستی بھی ہے اور اس میں

پروٹین وافر مقدار میں ہے جبکہ مونگ پھلی کاروٹن، وٹامن اے، نمکیات، قاہر دل کی بیماریوں کے لیے قوت مدافعت میں اضافہ کرتے ہیں۔



### لمبی عمر کا نسخہ

سائنسدانوں نے لمبی عمر جینے کا ایک آسان نسخہ تجویز کیا ہے، ان کا کہنا ہے کہ لمبی عمر پانچے کی آرزو رکھنے والوں کو چاہیے کہ وہ تنہائی میں وقت گزارنا کم کر دیں۔ برسم ایک یونیورسٹی، یوٹا (امریکہ) کی تحقیق سے ظاہر ہوا ہے کہ تنہائی (Loneliness) اور سماجی تنگدستی (Social Isolation) لمبی عمر کے لیے، اتنا ہی بڑا خطرہ بن سکتی ہے، جتنا کہ موٹاپے آپ کی صحت کے لیے خطرہ ہے۔ سائنسدانوں نے 3 لاکھ افراد میں تنہائی کے اثرات پر تحقیق کی اور نتیجے میں سماجی تعلقات کے فقدان اور عمر کے درمیان تعلق ظاہر کیا ہے۔ ماہرین کے مطابق تنہائی، اکیلا پن اور سماجی تنگدستی قبل از وقت موت کے خطرے میں بالترتیب 26.29 اور 32 فیصد اضافہ کر سکتا ہے۔ ایسے شواہد بھی ملے ہیں کہ تنہائی سے ناصرف اموات کی شرح بڑھنے کا خطرہ پیدا ہوتا ہے بلکہ یہ موٹاپے سے منسلک صحت کے خطرات کو بھی بڑھا جاتا ہے۔

نفسیاتی تھراپی سے بہت مفید ہے۔  
تنہاؤ کا سبب بننے والا ہارمون کورٹیسول دماغ کے اعصابی خلیوں کو نقصان پہنچاتا ہے جس سے سیکھنے کی صلاحیت اور یادداشت متاثر ہوتی ہے۔ تاہم بننے سے کورٹیسول سے ہونے والے نقصانات کی روک تھام ہو سکتی ہے۔ اسی طرح ہنسنے سے بلڈ پریشر، ذیابیطس اور امراض قلب جیسے طبی مسائل کا خطرہ بھی کم ہو جاتا ہے۔  
تحقیقین کا کہنا ہے کہ آپ جتنے کم تنہاؤ میں مبتلا ہوتے ہیں اتنا ہی آپ کی یادداشت کیلئے بہتر ہوتا ہے۔  
ہنسنا دماغ میں اینڈورفینز اور ڈوپامائن جیسے کیمیکل کا اخراج بڑھا جاتا ہے جو مسرت اور دیگر مثبت جذبات کا سبب بنتے ہیں۔

### آرٹ تھراپی

کیا آپ نے کبھی سوچا ہے کہ ہمارے ہنسنے بچوں کو بھی پریشانی کا سامنا کرنا پڑ سکتا ہے؟ ان کی بھی ذہنی الجھنیں ہو سکتی ہیں، جنہیں اگر بروقت نہ سلجھایا جائے تو بچوں کی شخصیت پر برے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔

برطانیہ میں پانچ سے سولہ برس کی عمر کے بچوں کے لیے ذہن کے رویے مختلف تھے یا جو کسی جذباتی کشمکش میں مبتلا تھے، آرٹ زوم پروگرام کا آغاز کیا گیا۔ تحقیق دانوں کو معلوم ہوا کہ آرٹ کلاس میں حصہ لینے والے بچوں کے رویے میں مثبت تبدیلی اور ڈپریشن میں واضح کمی نوٹ کی گئی۔

برطانیہ میں پانچ سے سولہ برس کی عمر کے بچوں کے لیے ذہن کے رویے مختلف تھے یا جو کسی جذباتی کشمکش میں مبتلا تھے، آرٹ زوم پروگرام کا آغاز کیا گیا۔ تحقیق دانوں کو معلوم ہوا کہ آرٹ کلاس میں حصہ لینے والے بچوں کے رویے میں مثبت تبدیلی اور ڈپریشن میں واضح کمی نوٹ کی گئی۔

رنگوں سے ٹھیکے کی وجہ سے بچے بہتر محسوس کرتے ہیں۔ ان کی ذہنی الجھنیں سلجھنے لگتی ہیں اور انہیں اپنی زندگی با مقصد دکھائی دیتی ہے۔

آرٹ کلاسز کے باعث ان نئے بچوں کا اپنی ذات پر اعتماد بھی بڑھا۔  
ان آرٹ رومز میں ایک ایسا ماحول بنایا جاتا ہے جہاں



بچے کی صحت ..... اس کا اطمینان

AZEEMI

GROWEL



عظمی کا **گروول** لیل شیرخوار اور بچوں کی پیٹ کی تکالیف مثلاً گیس، پیٹ کا درد، دست اور تے میں آرام پہنچاتا ہے۔ بچے کے نظام ہضم کو بہتر کرتا ہے اور دانت نکلنے کے دنوں میں تکلیف میں آرام پہنچاتا ہے۔

عظمی دواخانے میں بر سہا برس سے بچوں کے لیے تجویز کیا جانے والا ایک آزمودہ نسخہ اب دیدہ زیب پیکنگ میں بھی دستیاب ہے۔

**AZEEMI** LABORATORIES

Ph:021-36604127

روزانہ ڈائجسٹ

70

دنیا کے ادب میں تین سفر نامے عالم بالا کی خبر لاتے ہیں۔ یہ سفر عالم حیرت کے ہیں اور روحانی تجربات سے لبریز۔

ان میں سے آخری علامہ اقبال کا جاوید نامہ ہے۔ اس سے پہلے دانستے کی ڈیوائن کامیڈی اور اس طرز تحریر کے بانی محی الدین ابن عربی کی فتوحات مکہ ہے۔ ابن عربی دنیائے اسلام کا وہ فرزند ہے جسے عرفاء شیخ اکبر کے نام سے یاد کرتے ہیں۔ قرطبہ جس کی علمی روایت پر یورپ نے تحریک احیائے علوم کی بنیاد رکھی، ابن عربی اسی سرزمین میں پیدا ہوا۔ عقلیت، فلسفہ اور منطق کی گتھیوں کو سلجھاتا

ہوا، روحانی سفر کارہی بن گیا اور بغداد و دمشق کی خاک چھانی۔ اس کی کتاب فصوص الحکم تصنیف کے راستے کے مسافروں کے لیے ان چند

کتابوں میں سے ایک ہے جنہیں پڑھنے سے پہلے تزکیہ، تقویٰ اور ایمان کی چنگی کی معراج حاصل کرنا ضروری سمجھا جاتا ہے۔ ان میں کائنات کے ایسے اسرار و رموز سے پردہ اٹھایا گیا ہے جنہیں چھپانے

میں ہی صوفیاء عافیت سمجھتے تھے کہ ایسا صرف ان آنکھوں پر آشکار ہونا چاہیے جو اللہ کے خوف سے مدتوں بھیگی رہی ہوں اور جنہیں یقین کی حد تک ایمان کی دولت میسر ہو۔

محی الدین ابن عربی، قرآن کے علوم کا غواص اور تعلیمات ہجر رسالت میں غوطہ زن رہتا اور قرآن و سنت سے آبدار موتی چن چن کر لاتا۔ ابن عربی کا

# ادبیات

ایک رسالہ آج کے دور کے

بارے میں پیش گوئیوں پر

بہت مشتعل ہے۔ وہ مغربی دنیا کے ناسٹروڈر مس سے بہت پہلے ان باتوں کا ذکر کر چکا ہے۔ یہ پیش گوئیاں آج

حرف بہ حرف سچ ثابت ہو رہی

ہیں۔ یوں محسوس ہوتا ہے کہ

وہ رسول اکرم ﷺ کی اس

حدیث کے مطابق کہ

”مومن کی فراست سے

ذرو، اس لیے کہ وہ اللہ

کے نور سے دیکھ رہا ہوتا ہے“ آنے

والے زمانوں کے دھندلکے میں جھانک رہا تھا۔ ابن

عربی کی ان پیش گوئیوں کو دیکھیے اور اپنے ارگرد

جائزہ لیجیے کہ آخر بیاسات سو سال قبل پیدا ہونے

والے شخص کو اللہ نے کس علم کی دولت سے

سرفراز کیا تھا۔

”اگر تم مشرقی ہو تو تمہارا مغربی حصہ

اچھا ہے، اگر تم مغربی ہو تو مشرقی سمت

اچھی ہے، تم فاتح ہو تو ذمیوں اور مفتوحوں سے

طاقت بدتر ہے اور محکوم ہو تو حاکم قابل رشک و حسد

بنا ہوا ہے۔ تم اس کا مطلب نہیں سمجھتے۔

قرب قیامت میں ایسے دن آئیں گے کہ مشرق

والے مغرب کی تعریف کریں گے اور اس کی خوبیوں

ابن عربی کی ان پیش گوئیوں کو دیکھیے اور اپنے  
ارگرد جائزہ لیجیے کہ تقریبات سو سال قبل پیدا  
ہونے والے شخص کو اللہ نے کس علم کی دولت سے  
سرفراز کیا تھا۔

اور یا مقبول جان



”مذہب کا نام لے کر حکومت کی جائے گی لیکن صحیح معنوں میں مذہب کی پابندی نہ ہوگی۔“  
 ”استادوں کی حرمت چھن جائے گی۔“

”تمہاری جوتیاں زمین کی پشت ٹھکرانے والی اور چلنے میں تم کو مغرور بنانے والی ہوں گی۔ تم جو تپوں کے آگے سر جھکاؤ گے اور عماموں کو پامال کرو گے۔“  
 ”بازاروں میں بھی تم دیکھو گے کہ رات کے

وقت سورج سوائیزے پر نظر آتا ہے۔ یہ سورج جگہ جگہ ہوں گے اور تم کو سہانی روشنی دیں گے، مگر اس وقت تمہاری بصارت اور بصیرت میں خلل پڑ جائے گا۔“

”خیر ات لینے اور دینے کے نئے نئے ڈھنگ نکل آئیں گے، نفسی نفسی کی پکار ہوگی۔ کوئی کسی کے نیک اور بد سے سروکار نہ رکھے گا۔“

”خدا کے نام کے بغیر کتابیں لکھی جائیں گی۔ تمہارا لکھنا بھی لوہے کا محتاج ہوگا اور تمہاری کتابیں بھی لوہے کی دستکاری سے تیار ہوں گی۔ اس زمانے میں آدمی اپنے خیالات دوسرے ملکوں اور شہروں کے باشندوں کو آن کی آن میں بھیج دیا کریں گے۔“

”غریب اور مفلس امیروں کی برابری چاہیں گے۔ تم سے دس قسم کی زکوٰۃ لی جائے گی۔“

”نہی وہ وقت ہوگا جب ملواریں نیاموں سے تڑپ تڑپ کر نکلیں گی اور آگ کی بارش ہوگی۔ اس بارش میں آگ کے بھاری بھاری اولے ہوں گے جو آدمیوں کو دم بھر میں تباہ و برباد کر دیں گے۔“

”مورے سنو! ایک وقت ایسا آنے والا ہے کہ لوگ اپنے بچوں کو اپنے ہاتھوں سے ذبح کر دیں گے۔“

پر فریفتہ ہوں گے اور مغرب والے مشرق کے محاسن پر شیفتہ ہوں گے۔

دولت مند مفلسوں کو بہتر سمجھیں گے اور مفلس دولت مندوں کو حسرت سے دیکھیں گے۔ غرض ایک دوسرے کو دیکھ کر حسد کی آگ میں جلتے ہوں گے۔ لوگ اپنے اندر کی خوشیوں اور خوبیوں کو بھول جائیں گے۔“

”اس دور میں خوشی شراب کے عوض خریدی جائے گی۔ انسان کو قدرے اطمینان و سکون صرف نیند کی نیم بے ہوشی میں میسر آسکے گا۔“

”اس زمانے میں عورتیں مردوں کے مراتب عقل و ہنر سے بڑھ جائیں گی اور مردوں کی مردانگی فقط رسمی رہ جائے گی۔“

چاندنی اور سونے کی قدر گھٹ جائے گی اور لوہے کی قدر بڑھ جائے گی۔ چاندنی اور سونے کی ہم شکل دھاتیں نکل آئیں گی اور ان کی اشیاء گھر گھر روان پائیں گی۔“

”آخرت کے راستوں سے بے پروائی ہوگی اور شہروں کے راستے بہت خوبصورت بنائے جائیں گے۔“

”بازاروں میں بیٹھ کر کھانا کھا کر بھاجائے گا۔ تم کھانا کھانے کے لیے بھی لوہے کے ہاتھ بناؤ گے۔“

تمہارے دست خوان سینے کے پاس پہنے جائیں گے۔“  
 ”لباس دامن بریدہ پہنا یا جائے گا اور اس میں اتنی زیادہ قسمیں ہوں گی کہ آج ان کا خیال آتا بھی دشوار ہے۔“

”ماں باپ کی عزت مثل ایک دوست کے ہوگی، بیویوں کو سجدہ کیا جائے گا۔“

کرے جو مخبر صادق حضرت محمد ﷺ نے رہتی دنیا تک کے انسانوں کے لیے عطا کیا ہے تو آج کے دور کے فتنہ و فساد، قتل و غارت اور بے چینی و بے سکونی کی تہہ تک پہنچنے اور ان سب کے اسباب تلاش کرنے کی ضرورت باقی نہیں رہتی۔

آپ ﷺ نے تو سب کچھ کھول کھول کر بتا دیا۔ فرمایا ”لوگوں پر ایک زمانہ ایسا آئے گا جس میں آدمی کو مجبور کیا جائے گا کہ یا تو وہ احق (پرانے خیالات والا) کہلائے یا بدکاری کو اختیار کر لے۔ جو شخص یہ زمانہ پائے اسے چاہیے کہ بدکاری اختیار کرنے کی بجائے احق کہلانا پسند کرے۔“ (کنز العمال)

پھر فرمایا ”تمہیں اس حربہ چھانٹ دیا جائے گا جس طرح اچھی کھجوریں رڈی کھجوروں سے چھانٹ لی جاتی ہیں۔ تم میں سے اچھے لوگ اچھے جائیں گے اور بدترین لوگ باقی رہتے جائیں گے۔“ (ابن ماجہ)

ایک جگہ فرمایا ”لوگوں پر ایک زمانہ ایسا آئے گا کہ دین پر خلعت قدم رہنے کی مثال ایسے ہوگی کہ کوئی شخص چھٹے کے انگاروں سے مٹی بھرے۔“ (ترمذی)

نجات کا راستہ وہی ہے جو میرے آقا ﷺ نے بتایا اور ابن عربی نے اس کو نقل کیا اس کے علاوہ اور کوئی راہ نجات نہیں۔

”تم اگر اس زمانے میں موجود ہو تو ہر وقت اللہ تعالیٰ سے توبہ کرو، خدا کے حضور سجدے میں گر کر رہنا مانگو، خداوند تعالیٰ ہی تم کو اس تباہی و بربادی سے نجات دے سکتا ہے۔“



”تمہاری عورتیں ہتھیار باندھ کر میدان میں جائیں گی۔ اس دن کے ہر باشندے کو جنگ کا بلاوا آئے گا، یہ جنگ دین اور ملک کے لیے نہ ہوگی بلکہ خدا کا قہر ہو گا جو بندوں پر نازل ہو گا۔ اس دن کسی خون کے قطرے میں عدل و انصاف کی بوند نہ ہوگی۔ اس دن زمین بھی تمہاری لاشوں کو اپنے اندر نہ آنے دے گی۔“

وہ بڑا ہولناک زمانہ ہے۔ تم اگر اس زمانے میں موجود ہو تو ہر وقت اللہ تعالیٰ سے توبہ کرو۔ خدا کے حضور سجدے میں گر کر رہنا مانگو۔ خداوند تعالیٰ ہی تم کو اس تباہی و بربادی سے نجات دے سکتا ہے۔ خدا کے نیک بندوں کو اس وقت گھر آنا نہیں چاہیے جو اپنے خالق حقیقی کا دامن تھام نہیں گئے ان کو وہ عاقبت دے گا۔“

”قیامت سے پہلے ایک وقت ایسا آئے گا کہ عورتوں کی طرح جہالت تمام دنیا میں پھیل جائے گی۔ اس اور خون اور کئی بنا پر لڑائیاں ہوں گی۔ نیک اور عقلمند چھپیں گے کہ یہ بے وقوفی کی ضد ختم ہو جائے۔“

”بادشاہوں کے محل سرنگوں ہو جائیں گے، دولت مندوں کے گھروں میں فاقہ کشی ہونے لگے گی۔ عورتوں اور بچوں کی لاشیں جھٹھن میں پڑی سڑتی ہوں گی۔ اس جنگ کے بعد کوئی شخص بادشاہوں کی بات نہ مانے گا اور گھر گھر کی علیحدہ حکومت ہوگی۔“

ابن عربی کی اس نور بصیرت سے لکھی گئی پیش گوئیوں سے عام آدمی حیران رہ جاتا ہے، لیکن اگر کوئی اس علم کے سمندر میں اترنے کی کوشش

# وَأَعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُوا

سَبَّحِ لِلَّهِ الْمَدِينَةِ كَمَا مَضَىٰ بِهَا لُوطٌ وَإِنَّكَ لَمِنَ الْمُرْسَلِينَ  
(آل عمران)



**TOYOTA Hyderabad Motors**

A/41 Site Area, Hyderabad.

Phone No: (022) - 3885121-5

اولیاء اللہ اور اہل اللہ کی نظر و سنج اور ہمہ گیر ہوتی ہے۔ حدیث کا مفہوم ہے ”مومن کی فراست سے ڈرو، کیونکہ وہ اللہ کے نور کے ساتھ دیکھتے ہیں۔“

لام ابو حنیفہؒ کے بارے میں آتا

ہے جب کوئی وضو کر رہا

ہوتا تو اس کے وضو

کے بہتے پانی میں

آپ کو گناہوں کی

شکلیں نظر آجاتی تھیں کہ فلاں

کنہہ حل کر جا رہا ہے۔

بہت سے کاموں اور اشیاء

کے اثرات اس طرح مرتب ہوتے ہیں

کہ بظاہر عام انسان کی عقل ماننے کو جبر نہیں ہوتی،

جبکہ اللہ والے انہیں اپنی آنکھوں سے دیکھ رہے

ہوتے ہیں۔ والدین کی خدمت، استادوں کا ادب،

عزیموں کی مدد، رشتہ داروں کے ساتھ صلہ رحمی، اللہ

والوں کی دعاؤں، مظلوموں کی بددعاؤں، حسد،

بغض، غیبت، بہتان، نیکی کا حکم، برائی سے منع،

دیانت، بددیانتی، چپائی، جھوٹ، خیر خواہی .... اس

طرح کی سینکڑوں چیزیں، کام اور اشیاء ہیں جن کے

اچھے یا برے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔

بظاہر ان میں کوئی مناسبت نہیں ہوتی۔

انسان صرف ظاہری جسم کا نام نہیں، بلکہ جسم

اور روح کے مجموعے کا نام ہے۔ جب تک روح کا تعلق

جسم کے ساتھ قائم رہتا ہے، اس وقت تک انسان

”انسان“ کہلاتا ہے۔ جب روح جسم سے نکل گئی تو پھر

وہ انسان نہیں مردہ کہلاتا ہے۔ اس کو آپ یوں بھی سمجھ

سکتے ہیں۔ انسان میں دو قسم کے جہاں پائے جاتے ہیں۔

جسم کا جہاں جسے ہم آنکھوں سے دیکھ کر، ہاتھوں سے

چھو کر محسوس کر لیتے ہیں۔ دوسرا باطنی جہاں ہے جسے

ہم دیکھ سکتے ہیں نہ چھو سکتے ہیں۔ اس باطنی دنیا میں

”روح“ آباد ہے۔ اسی پوشیدہ دنیا میں دل دھڑکتا ہے،

خواہشیں جنم لیتی ہیں، انگلیں اور

آرزوئیں پروان چڑھتی ہیں۔ اسی

میں خوشی اور غم، محبت اور

نفرت، ایثار اور بغض، کینہ و

حسد جیسے جذبات پرورش

پاتے ہیں۔ جس طرح

ظاہری جسم کبھی

تندرست ہوتا ہے اور

کبھی اسے خطرناک بیماریاں

لگ جاتی ہیں، اسی طرح روح بھی کبھی تندرست ہوتی

اور کبھی اس میں تکبر، غرور، خود غرضی، خود پسندی،

حسد، بغض، عناد، غضب، غصہ، شرک، نفاق، نخوت،

عجب، حسد دنیا، بخل، حرص اور غیبت جیسی مہلک

ترین بیماریاں جنم لیتی ہیں۔

جس طرح جسمانی اور فزیکل بیماریوں کے ڈاکٹر

اور سرجن ہوتے ہیں۔

اسی طرح روحانی بیماریوں کے ڈاکٹر

ہوتے ہیں، جنہیں اولیاء اللہ اور صوفیاء کرام

کہا جاتا ہے۔ جس طرح ظاہری جسم کی بیماریوں کا

ڈاکٹر سے علاج کروایا جاتا ہے، اسی طرح روحانی بیماریوں

کا علاج بھی کسی اللہ والے سے کروانا ضروری ہوتا ہے۔

انسان کی باطنی دنیا ظاہری دنیا کی بنیاد ہے۔ اسی

پر انسان کا بگڑنا اور بننا موقوف ہے۔ آپ ﷺ نے

فرمایا ”خبردار! جسم میں ایک گوشت کا لو تھرا ہے،

## روحانیت

## سفر کا

انور یوسف

اگر وہ درست رہے تو پورا جسم درست رہتا ہے۔ اگر وہ بگڑ جائے تو پورا جسم بگڑ جاتا ہے۔“

انسان چاہے جتنا بھی ماڈرن ہو جائے، جتنا بھی ترقی یافتہ ہو جائے وہ روحانیت سے انکار نہیں کر سکتا۔ روحانیت سے فرار ممکن نہیں۔ آپ غور سے دیکھیں اور باریک بینی سے جائزہ لیں۔ دنیائے عیسائیت سے تعلق رکھنے والا انسان ہو یا یہودیت سے۔ بدھ مت ہو یا آتش پرست، ہندومت ہو یا مسلمان۔ غرض کسی مذہب سے تعلق رکھنے والا انسان ہو، دنیا میں بسنے والے ہر بشر کو کسی نہ کسی قدم پر روحانیت کی ضرورت لازماً محسوس ہوتی ہے۔ آپ ہی بتائیں دنیا کا واحد سپر پاور ملک امریکا کا صدر کیوں چرچ جاتا ہے...؟ دنیوی اور مادی اعتبار سے اسے کس چیز کی کمی ہے...؟ دنیا کے سب سے بڑے مہبومی ملک بھارت کا وزیر اعظم کیوں مندر جاتا ہے...؟ اسرائیل کا وزیر اعظم سینی گگ کیوں جاتا ہے...؟ صدر آصف علی زرداری ایوان صدر میں بیٹھ کر پیر سے کیوں دم کرواتے تھے...؟ کیا دم و درود زیادہ طاقتور ہے...؟ یہ عظمت ہے جن لوگوں نے روحانیت، مذہبیت کو دہس سے نکال دیا ہے، وہ اب پریشان ہیں۔ اگر مادیت اور دولت ہی سب کچھ ہے تو پھر دنیا کی سب سے بڑی گیس کمپنی کا مالک پائل ہو کر نہ مرتا۔ گندم کا سب سے بڑا سٹے باز، مفلح، نادر اور غریب ہو کر دنیا سے نہ جاتا۔ نیویارک اسٹاک ایکسچینج کا مالک جیل کی سلانوں کے پیچھے پہنچ کر آئیں پھر بھر کے نہ مرتا۔ انسان کی فطرت ہے جب وہ پریشان ہوتا ہے تو اسے کوئی نہ کوئی سہارا چاہیے ہو چاہے۔ مادیت سے تنگ لوگوں کو روحانیت ہی چاہے ہوتی ہے۔

ہم نے ایسے لوگوں کے سینکڑوں واقعات لکھے ہیں جن کے پاس دنیا کی ہر سہولت تھی، لیکن وہ اندرونی طور پر پریشان تھے، ٹوٹ پھوٹ میں مبتلا تھے۔ جب انہوں نے روحانیت اپنائی تو انہیں قلبی اطمینان اور دماغی سکون حاصل ہوا۔ ہزاروں مریض ایسے تھے، جن کو ڈاکٹروں نے جواب دے دیا تھا، وہ زندگی سے مایوس اور ناامید ہو چکے تھے، لیکن جب روحانی علاج کروایا تو مکمل شفا یاب ہو گئے۔

آج کل کے تمام نیوروسرجن اس بات پر متفق ہیں کہ انسان کو پناہ سناٹا کھنڈار کھنا چاہیے، نیشن فری ہونا چاہیے، کیونکہ لوگ نیشن فری نہیں اور بیماریاں گرم دماغ اور نیشن کی مریضوں منت ہوتی ہیں، جبکہ روحانیت کی ابتدا ہی ٹھنڈے دماغ سے ہوتی ہے۔ اللہ ہی سے سب کچھ ہونے کا یقین سالک کے دماغ میں بھٹا دیا جاتا ہے۔ مراقبہ، موت کروا کر دنیا کی حیثیت پر کاہ کے برابر کروادی جاتی ہے۔ اس کے بعد مال آنے کی عمری اور جانے کا غم نہیں رہتا۔

آج ہر انسان چوبیس گھنٹے جسمانی سکون، دماغی سکون، ابدی سکون، ہمہ جہتی سکون کی تلاش میں سرگرداں ہے۔ قلبی سکون اور جسمانی راحت کے لیے بیسیوں پاپز بیلتا ہے، مگر دائمی سکون حاصل نہیں کر پاتا۔ خالق کائنات کا اعلان ہے ”سکون میری یاد اور میرے ذکر میں ہے۔“ سکون کا سرچشمہ اسلام ہے۔ ہمہ جہتی سکون کا مرکز اسلام کی زیریں تعلیمات اور اسلامی تہذیب و ثقافت ہے۔ جسمانی، دماغی، ابدی اور ہمہ جہتی سکون صرف اور صرف اللہ کی ماننے اور محمد ﷺ کی مکمل اتباع میں ہے۔



برطانوی مورخ ٹائن بی کوگزشتہ

صدی کا سب سے بڑا مورخ سمجھا جاتا ہے اور سچی بات یہ ہے کہ اس کا تحقیقی کام حیرت انگیز ہے۔

کچھ عرصہ قبل میں ٹائن بی کے ذاتی

# آزمائش

حرکت کرنے سے بھی اجتناب کرتے تھے۔ ہمارے دور میں استاد کا ادب اور ڈنڈے کا خوف مل کر ایسے رعب و داب کا سماں پیدا کرتے تھے کہ اسکولوں کے بچے بھی اچھے آتے تھے اور اسکولوں کا ماحول بھی مہذب اور برابری کا رہتا تھا۔

ٹائن بی کا کہنا ہے کہ کچھ استاد کبھی کبھار معمولی جسمانی سزا بھی دے دیتے تھے لیکن ہیڈ ماسٹر نے دفتر میں ڈنڈا لٹکانے کا باوجود کسی اس کا استعمال نہیں کیا۔ دراصل یہ ایک علامت تھی اور اس علامت کا خوف اصل سے کہیں زیادہ تھا۔ اگر ہیڈ ماسٹر اس علامت کا استعمال کر لیتا تو شاید اس کا خوف بھی کم ہو جاتا مگر ٹائن بی کا کہنا ہے کہ ہیڈ ماسٹر کے پاس ڈنڈے کا اختیار تھا اور یہ اختیار ہی دراصل اس کا امتحان اور آزمائش تھی کہ وہ اس کا استعمال کیسے کرتا ہے، محض علامت کے طور پر یا اسے استعمال کر کے۔

مطلب یہ کہ اقتدار یا اختیار ایک طرح سے آزمائش ہوتی ہے کہ حکمران یا صاحب اختیار اس کا کس طرح استعمال کرتا ہے۔ ظاہر ہے کہ اختیار چھوٹا بھی ہو سکتا ہے اور بڑا بھی، محدود بھی ہو سکتا ہے اور لامحدود بھی۔ ہم میں اکثریت کسی نہ کسی شعبے میں، کسی نہ کسی حد تک صاحب اختیار ہے۔ کسی کا سارے ملک پر اختیار اور اقتدار کا سکہ چلتا ہے تو کسی کا چھوٹے سے محلے، دفتر یا ادارے پر اور کسی کا اختیار صرف گھر تک محدود ہوتا ہے۔ اقتدار یا اختیار چھوٹا ہو یا بڑا یہ ایک آزمائش یا

زندگی کے حوالے سے لکھے ہوئے مضامین پڑھ رہا تھا تو مجھے اس کے دو تجربات یا مشاہدات خاصے دلچسپ لگے۔ چنانچہ خیال آیا کہ انہیں اپنے قارئین سے شیئر کرنا چاہئے۔ اسے میری کمزوری جانیں کہ اکثر فکر انگیز یا معلوماتی یا دلچسپ تحریریں پڑھتے ہوئے جی چاہتا ہے کہ انہیں اپنے قارئین کی خدمت میں پیش کروں۔

ٹائن بی نے انگلستان کے ایک اعلیٰ اور معیاری پبلک اسکول میں تعلیم حاصل کی جس میں پڑھائی کے ساتھ ساتھ ڈسپلن یعنی نظم و ضبط اور کردار سازی پر زور دیا جاتا تھا۔ ٹائن لکھتا ہے کہ اسکول کے ہیڈ ماسٹر کے دفتر میں ہمیشہ ایک ڈنڈا دیوار کے ساتھ لٹکاتا رہتا تھا جسے ہیڈ ماسٹر نے کبھی ہاتھ لگایا اور نہ ہی طلبہ کو مارنے کے لئے استعمال کیا۔

## ڈاکٹر صفدر محمود

اگر آپ اچھے وقتوں میں سرکاری اسکولوں میں زیر تعلیم رہے ہوں تو میری طرح آپ کو بھی یاد ہو گا کہ ہمارے اسکولوں میں اسٹانڈرڈ فرم ڈلی سے ڈنڈے کا استعمال کرتے تھے۔ اس ڈنڈے کو بگڑے گٹروں کا علاج تصور کیا جاسکتا تھا اور عام طور پر مولا بخش کے نام سے پکارا جاتا تھا۔ مجھے نہیں معلوم کہ استاد کے ڈنڈے کو مولا بخش کیوں کہتے تھے....؟ شاید اس لئے یہ ڈنڈا غلطیاں بخشواتا تھا لیکن یہ حقیقت ہے کہ ڈنڈا بگڑے گٹروں کا کسی حد تک موثر علاج تھا.... طلبہ اس کے خوف سے محنت بھی کرتے تھے، ہو مورک بھی بہر صورت کر کے لاتے تھے اور اسکول میں کوئی نازیبا

امتحان ہوتا ہے جس سے اس کی اہلیت، صلاحیت، اخلاق، کردار اور شخصیت کے راز کھلتے ہیں۔

دیکھا جائے تو دولت بھی آزمائش ہے، حسن بھی آزمائش ہے، علم بھی آزمائش ہے، حتیٰ کہ صحت اور بیماری بھی آزمائش ہیں۔

آزمائش سے مراد فقط یہ ہے کہ اللہ پاک کے دیے گئے اقتدار، اختیار، دولت، حسن، علم اور صحت کو آپ کیسے اور کس طرح استعمال کرتے ہیں؟ مصیبت، مشکل اور بیماری کی آزمائش صبر ہے کہ آپ کتنا صبر کرتے ہیں۔

اگر اختیار کو لوگوں کی بھلائی کے لئے استعمال کیا جائے نہ کہ مخلوق خدا کو آزاد دینے، نالانصافی کرنے، تزییل کرنے یا خون بہانے کے لئے تو صاحبان اختیار سرخرو ٹھہرے اور دونوں جہانوں میں کامیاب ہوئے ورنہ سزا کے مستوجب قرار دیے گئے۔ اگر دولت شہرت مندوں، محتاجوں، انسانی خدمت اور رضائے الہی کی راہ میں خرچ ہوئی تو کامیابی مقدر تھی لیکن اگر یہی دولت غرور، تکبر، عیش و عشرت اور دنیا کمانے پہ صرف ہوئی تو سانپ بن کر ڈسے گی اور جتنے دیکار پر کوئی مدد کو بھی نہیں آئے گا۔ حسن اللہ کی دین ہے، اپنی کمائی ہرگز نہیں۔ لیکن اس کے ساتھ آزمائش بھی وابستہ ہے۔ اگر حسن کی قیمت وصول کی گئی اسے گمراہی کے لئے استعمال کیا گیا یا یہ غرور اور دوسروں کے لئے حقارت کا باعث بنا تو سمجھ لیجئے کہ یہ بد صورتی شمار ہوگا اور عبرت کا سامان بنے گا۔

علم و شہرت مقدر کا حصہ ہوتے ہیں لیکن ان میں اپنی محنت اور کمائی بھی شامل ہوتی ہے۔ دراصل جب یہ محنت رنگ لاتی ہے تو کمائی کہلاتی ہے۔ اصل میں یہ کمائی اللہ پاک کی دی گئی توفیق کا نتیجہ ہوتی ہے۔ اللہ پاک

توفیق نہ دیں تو محنت نہیں ہو سکتی اور محنت ہو بھی تو غارت جاتی ہے اور گھائے کا سودا کہلاتی ہے۔ جب محنت رنگ لاتی ہے تو انسان اسے اپنی قابلیت اور قربانی کا ثمر سمجھتا ہے لیکن جب محنت ناکامیوں کی وادیوں میں کھو جائے تو انسان اسے مقدر کا جبر قرار دیتا ہے۔

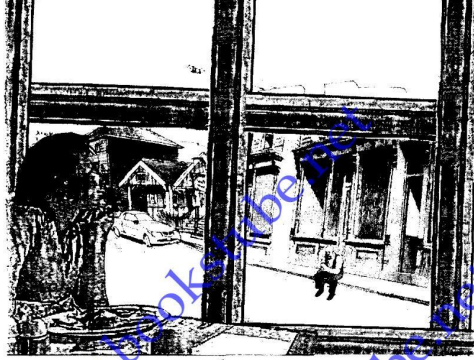
غور کیا جائے تو احساس ہو گا کہ کامیابی بھی آزمائش ہے اور ناکامی بھی..... کامیابی غرور کی بجائے شکر، عجز اور طاعت میں بدل جائے تو آزمائش میں سرخرو ہوئے لیکن اگر غرور کا رنگ چھا جائے تو ناکام ٹھہرے۔ ناکامی اور محرومی میں صبر کیا تو ناکامی ایک دن بہت بڑی کامیابی کا پیش خیمہ بن سکتی ہے لیکن اگر مایوسی کی اتھاہ گہرائیوں میں گر پڑے، خالق سے مایوس ہو کر کھلے شکوے اور شکایات کے دفتر کھول لئے تو پھر ناکامی کی تاریکی پھیلتی رہتی ہے۔ علم ان معنوں میں آزمائش قرار لیا کہ اگر علم کو شیطانی حربوں کے لئے استعمال کیا تو آزمائش میں ناکام ہوئے اور اگر علم کو رحمانی کاموں کے لئے استعمال کیا تو زندہ جاوید ہو گئے۔

بات دیکھنے، سوچنے، غور و فکر کرنے اور اپنے رب سے راہنمائی حاصل کرنے کی ہے اور اگر انسان قدرت کے ہمید اور زندگی کے راز سمجھنے کے لئے تھوڑا سا غور کرے تو محسوس ہوتا ہے کہ اقتدار، اختیار، دولت، علم، حسن، عہدے، صحت، شہرت وغیرہ وغیرہ سب آزمائشیں ہیں اور اسی طرح غربت، مصیبت، محرومیاں، ابتلاء، ناکامیاں، بیماریاں وغیرہ بھی آزمائشیں ہیں۔

گویا پوری زندگی آزمائش اور امتحان ہے۔ اس امتحان یا آزمائش میں کامیابی اور سرخروئی کا انحصار کافی حد تک انسان کی اپنی ذات پر ہے کہ وہ کیا کردار، اخلاق، رویہ اور انداز اپناتا ہے۔



# ایک بیک لباس آدمی



تھرڈ ورلڈ ریٹورنٹ کی لمبی چوڑی کھڑکیوں میں لمبے چوڑے شیشے نصب تھے۔ ریٹورنٹ کے اندر بیٹھے ہوئے بھی یوں محسوس ہوتا تھا جیسے ریٹورنٹ کے باہر بیٹھے ہیں۔ یہاں دوسرے ریٹورنٹ کے مقابلے میں ایک عجیب فرانچی کا احساس ہوتا تھا۔ سڑک کا سارا منظر سامنے تھا۔ دوہری کھلی سڑک پر

بالٹیوں کے بغیر کبھی نظر نہیں آیا۔ جیسے بعض لوگ چاندی کے ان چچوں کے بغیر نظر نہیں آتے جو وہ منہ میں لے کر پیدا ہوتے ہیں۔ پھر ایک

سے گزرتا ہوا ٹریفک چوڑے فٹ پاتھر پر گھومتے ہوئے ہر عمر کے لوگ، کاروں میں سے اترتے ہوئے مرد

احمد ندیم قاسمی

بوڑھیاں اور بچے۔ ہر کار کے آس پاس منزل لائے ہوئے ہر صنف کے بھکاری، بجلی کی رفتار سے موٹر سائیکل چلانے والے نوجوان جنہوں نے گردنوں پر اتنے بال جمع کر رکھے تھے کہ عقب سے لڑکیاں معلوم ہوتے تھے.... غرض سبھی کچھ نظر آتا تھا۔ ریٹورنٹ کی آخری کھڑکی کے پاس بیٹھنا میرا معمول تھا۔ چند شامیں مسلسل بیٹھنے کے بعد مجھے محسوس ہوا تھا کہ بیرونی منظر کے چند کردار ایسے بھی ہیں جو مجھے ہر روز ایک ہی قسم کے معمول پر کار بند دکھائی دیتے ہیں۔ ایک تو وہ نیلی نیکر والا گلگتی تھا جو بلا ناغہ، دونوں ہاتھوں میں پانی سے چھلکتی بالٹیاں لٹکائے، میرے سامنے سے گزر جاتا تھا۔ وہ مجھے

تیسرے مستقل کردار نے مجھے یوں متوجہ کیا کہ وہ ہمیشہ ایک ہی لباس میں نظر آیا۔ عجیب عجیب تصویروں والی پتلون کے اوپر چوڑی چوڑی سرخ اور

تیسرے مستقل کردار نے مجھے یوں متوجہ کیا کہ وہ ہمیشہ ایک ہی لباس میں نظر آیا۔ عجیب عجیب تصویروں والی پتلون کے اوپر چوڑی چوڑی سرخ اور



بوتلیں اور ان کے دام مالک کے حوالے کرنے کے لیے فٹ ہاتھ کی چوڑائی طے کر جاتا ہے۔

کھڑکی میں سے جب بھی کسی کار کو اس طرف کا رخ کرتے دیکھتا تو میرا جی چاہتا کہ وہ پان سگریٹ اور مشروبات کی اسی دکان کے سامنے رکے جہاں یہ سرخ اور نیلی دھاریوں والی بشرٹ میں ملبوس شخص مزدوری کرتا ہے اور جب کوئی کار وہاں رکے بغیر آگے نکل جاتی تو مجھے یوں کوفت محسوس ہوتی جیسے خود یہی جتن تفتی ہو گئی ہے۔ اس شخص کے ساتھ میں نے جو تعلق خاطر پیدا کر لیا تھا، وہ ایک طرح کی رشتہ داری میں بدل چکا تھا۔ بظاہر عجیب سی بات ہے کہ ایک ریسٹورنٹ کی کھڑکی سے جو شخص مجھے عموماً نظر آتا ہے، اس کے ساتھ اتنی قربت پیدا ہو جائے مگر یہ قربت آہستہ آہستہ بڑھ رہی تھی۔ مجھے کئی بار یوں بھی لگا کہ مشروبات کی بوتلیں گاہوں دیکھتے یا والیں لیتے وقت، وہ ایک نظر مجھ پر بھی ڈال لیتا ہے۔ مگر پھر بھی میں سوچتا ہوں کہ اس رخ پر تو ریسٹورنٹ کی آنکھ کھلیاں ہیں۔ کیا یہ ضروری ہے کہ وہ میری ہی طرف دیکھ رہا ہو۔

ایک روز میں ریسٹورنٹ میں پورے دو گھنٹے بیٹھا اس کے دکھائی دینے کا انتظار کرتا رہا مگر وہ دکھائی نہ دیا۔ جو کاریں فٹ ہاتھ کے حاشیے کے پاس رکتی تھیں، ان سے ایک ٹھنکنا سا نوجوان آرڈر لے رہا تھا۔ میں سارا وقت بے چین رہا کہ آخر وہ ایک لباس شخص جہاں گیا۔ میں جب ریسٹورنٹ سے نکلا تو سیدھا مشروبات کی اس دکان پر پہنچا اور اس نوجوان سے پوچھا۔ ”یہاں جو شخص روزانہ کام پر آتا تھا اور جس کی جگہ آج تم کام کر رہے ہو، وہ کیوں نہیں آیا...؟“

نئی دھاریوں والی بشرٹ میں ہر روز اس خیال سے اس کا منظر رہتا کہ ممکن ہے آج اس نے لباس بدل رکھا ہو، مگر وہ ہر روز اسی لباس میں وارد ہوتا۔ جی چاہتا اس سے پوچھوں کہ کیا تمہارے پاس کوئی اور پتلون اور بشرٹ نہیں ہے...؟ یا چلو شلوار قبض سہی، دھوئی کرتا سہی... مگر اس کے تیور ایسے گھمبیر اور بھرپور تھے اور وہ اتنا بہت سا سنجیدہ نظر آتا تھا کہ

میں اس سے اس کی ایک لباس کا سبب نہ پوچھ سکا۔ کئی بار ایسا ہوا کہ میں ریسٹورنٹ کی کھڑکی کے پاس کرسی پر یوں بیٹھا تو مجھے محسوس ہوا کہ میں ایک لباس شخص کا انتظار کر رہا ہوں۔ اس کی راہ نکلتے نکلتے میں پریشان ہو جاتا اور چائے میرے سامنے پڑے پڑے ٹھنڈی ہو جاتی۔ پھر میں اپنا تجزیہ کرنے لگتا کہ آخر میرا اس کا رشتہ ہی کیا ہے۔ وہ ایک معمولی درجے کا مزدور ہے۔ وہ دکان کے سامنے، فٹ ہاتھ کے حاشیے پر رکنے والی ہر موٹر کار سے مشروبات کا آرڈر لیتا ہے اور انہیں بوتلیں تمہا کر ان کے خالی ہونے کا انتظار کرتا ہے۔ پھر جب وہ خالی بوتلیں سمیٹتا ہے اور ان کے دام وصول کرتا ہے تو ایک دو روپے اپنی جیب میں ڈال لیتا ہے کہ یہ شاید وہ بخشش ہوتی ہے جسے مہذب زبان میں منپ کہتے ہیں۔ کئی بار یوں بھی ہوا ہے کہ رقم وصول کرنے کے وقت اس کا ہاتھ اپنی جیب کی طرف نہیں بڑھا۔ اس کا مطلب یہ تھا کہ منپ کی رقم نہیں ملی۔ تب وہ چند لمحوں کے لیے جیسے سکتے میں کھڑا رہ جاتا ہے اور پیچھے ہٹتی اور پھر تیزی سے مڑ کر غائب ہوتی کار کی طرف یوں دیکھتا رہ جاتا ہے جیسے وہ ابھی پلٹ کر آنے کی اور اسے اس کا حق ادا کر جائے گی۔ مگر پھر وہ دکان پر جا کر خالی

## مستقیم قاسمی



احمد ندیم قاسمی کا شمار پاکستان کے معروف اور ترقی پسند ادیب، شاعر، افسانہ نگار، صحافی، مدیر اور کالم نگار میں ہوتا تھا، آپ مغربی پنجاب کی وادی سون

سکسیر کے گاؤں انگہ ضلع خوشاب میں پیدا ہوئے۔ اصل نام احمد شاہ تھا اور ندیم ان کا تخلص تھا۔ عالم نوجوانی میں شاعری سے شغف تھا، تعلیم سے فراغت کے بعد آپ نے ریفارمز کالج اور گورنمنٹ کالج لاہور میں ملازم ہوئے، 1942 میں مستعفی ہو کر لاہور چلے آئے جہاں خواتین اور بچوں کے رسالے تہذیب نسواں اور بھول کی ادارت سنبھالی، پھر ادبی رسالہ ادب لطیف کے ایڈیٹر مقرر ہوئے، تقسیم ہند کے بعد ریڈیو پشاور سے وابستہ ہوئے اور اپنا ادبی رسالہ ”فتون“ کا اجراء کیا۔ قاسمی صاحب نے لگ بھگ نوے برس کی عمر یابی، انہوں نے پچاس سے زیادہ کتابیں تصنیف کیں، یوں تو انہوں نے ادب کی ہر صنف میں صحیح آزمائی کی لیکن انہیں افسانے اور غزل کے حوالے بہت شہرت حاصل کی۔

اٹھ جاتی ہیں۔

دوسرے روز صبح صبح ہی مجھے راولپنڈی سے فون پر اطلاع ملی کہ اباجی کو دل کا دورہ پڑا ہے اور وہ ہسپتال میں منتقل کر دیے گئے ہیں۔ میں نے فوراً راولپنڈی کا رخ کیا اور اباجی کی دیکھ بھال اور پھر ان کی صحت کی بحالی کے انتظار میں مجھے وہاں دیر بٹھانے پڑے۔

نوجوان بولا۔ ”آپ چاچا کریم بخش کا پوچھ رہے ہیں نا....؟“

میں نے کہا۔ ”مجھے نام معلوم نہیں۔ وہ جو ہمیشہ بڑی بڑی لال اور نیلی دھاریوں والی بشرت پہنتا ہے۔ نوجوان بولا۔ ”جی ویسی۔ چاچا کریم بخش۔ کبھی کبھی اسے کوئی ضروری کام پڑ جائے یا وہ بیمار ہو جائے تو نہیں آتا۔ آج بھی کوئی ایسی ہی بات ہوگی ورنہ میں تو چاہے کاروزگار ہے۔“

جی چاہا کہ چاچا کریم بخش کا اتا پتا پوچھوں، مگر نوجوان رکتی ہوئی ایک کار کی طرف بڑھ گیا اور میں گھر چلا آیا۔

وہ رات میں نے خاصی بریشانی میں گزاری، جیسے میری زندگی کے معمول میں ایک غیر معمولی رخنہ پڑ گیا ہو۔ میں نے طے کر لیا کہ کل مشروبات کی دکان کے مالک سے کریم بخش کے بارے میں تفصیلات معلوم کروں گا اور اس کے گھر جا کر اس کے کسی کام آسے کی کوشش کروں گا۔ مگر دوسرے روز ابھی میں ریسنورنٹ میں داخل بھی نہیں ہوا تھا کہ وہ ایک کار کے پاس کھڑا، حائل بوتلیں سمیٹا اور بل وصول کرتا نظر آگیا۔ اسے دیکھتے ہی میرے دماغ سے ایک بہت بڑا بوجھ اتر گیا اور ریسنورنٹ کے اندر، کھڑکی کے شیشے میں سے کریم بخش کو اپنے روزانہ کے کام میں مصروف دیکھتا رہا۔ ایک دو بار اس نے جیسے میری طرف بھی دیکھا مگر میرے قریب والی کھڑکی کے پاس بھی تو لوگ بیٹھے کافی پی رہے تھے۔ ممکن ہے کریم بخش نے انہیں دیکھا ہو جبکہ ان میں دو ایسی چمک دار سی لڑکیاں بھی شامل تھیں جن کی طرف پارسا سے پارسا آدمی کی نظریں بھی بے ساختہ

توڑ کر اندر چلا آئے گا۔ مسکراہٹ اس کے ہونٹوں سے نکل کر، دریا میں آنے والے سیلاب کی طرح، اس کے سارے چہرے پر پھیل گئی تھی۔ پھر اچانک اس نے ارادہ بدلا، پلٹا اور زیادہ سے زیادہ پندرہ تیس سینڈ کے اندر اسی ہمہ جہت مسکراہٹ کے ساتھ ریسنورنٹ کے اندر آکر میری طرف تپاک سے بڑھا۔ میں اٹھ کھڑا ہوا۔ اس نے میرے قریب آکر مصلہ فٹے کا وقفہ بھی برداشت نہیں کیا اور بولا....

”آپ کہاں چلے گئے تھے صاحب جی....؟“ آپ کہیں بیمار تو نہیں ہو گئے تھے....؟ کوئی ضروری سفر کرنا پڑ گیا تھا....؟ کیا ہوا تھا صاحب جی....؟ آپ کو کیا ہوا تھا....؟ سارے چہرے پر آئے ہوئے مسکراہٹ کے سیلاب کے باوجود اس کی آواز بھرا گئی اور آنکھیں ڈبڈبا آئیں....”میں نے تان دنوں جب بھی یہاں آپ کی کرسی پر کسی اور کو بیٹھے دیکھا تو جی چاہا... میرا جی چاہا صاحب جی، کہ اس سے کہوں کہ آپ ہوتے کون ہیں یہاں بیٹھے والے....؟ یہاں تو صرف ہمارے صاحب جی بیٹھے ہیں۔ صاحب جی آپ ٹھیک ٹھاک ہیں نا....؟ ٹھیک ٹھاک ہیں نا آپ....؟“

میں سوچ رہا تھا کہ اس اچانکیت اور محبت کی تمہید کے بعد کریم بخش مجھے وہ کام بتائے گا جس کے لیے اسے میرا اتنی شدت سے انتظار تھا، مگر وہ بولا....

”یہاں آدمی تو دن میں سینکڑوں ملتے ہیں صاحب جی، پڑھا رہے دیکھنے والی آنکھیں مجھے اس کھڑکی میں سے ہی دکھائی دیتی تھیں.... اور آج کل کون کسی سے پیار کرتا ہے صاحب جی!“



واپس آتے ہی شام کو میں نے تھرڈ ورلڈ ریسنورنٹ کی راہ لی۔ میری خاص کھڑکی کے پاس ایک صاحب اور ایک خاتون چائے پینے کے بعد بل ادا کر رہے تھے۔ میں ریسنورنٹ کے اندر چلا گیا۔ مجھے دیکھتے ہی کاؤنٹر کے پاس بیٹھا میجر اٹھا، مجھ سے مصافحہ کیا اور بولا ”ہم لوگ تو پریشان ہو گئے تھے کہ صاحب کہاں گئے۔ سب کو تشویش تھی مگر یہ باہر پان سگریٹ اور مشروبات کی دکان پر کام کرنے والا چاچا کریم بخش ہے نا، اس نے تو آپ کے بارے میں پوچھ پوچھ کر جان عذاب میں کر دی۔ نہ جانے اسے آپ سے کیا کام ہے۔“

”باہر ملاقات ہوئی آپ سے....؟“

میں نے کہا۔ ”وہاں تو وہ مجھے نظر نہیں آیا۔“

میجر بولا۔ ”ابھی آجائے گا۔ اس سے مراد بل

لیجیے گا۔ کسی وجہ سے بہت بے چین ہے۔“

جب تک میری نشست پر بیٹھے ہوئے صاحب بل ادا کرنے کے بعد اٹھے، میں سوچتا رہا کہ اسے مجھ سے ایسا کون بلا ضروری کام ہو سکتا ہے۔ ممکن ہے اسے کوئی سفارش درکار ہو۔ شاید اسے اپنا لباس بدلنے کی وجہی ہو اور اس مسئلے میں اسے کچھ رقم کی ضرورت ہو۔ شاید وہ کسی بہتر روڈ کار کا منتظمی ہو اور اس نے مجھ سے توقعات وابستہ کر رکھی ہوں۔

نشست کے خالی ہوتے ہی میں کرسی پر جا بیٹھا اور باہر نظر ڈالی تو وہی سرخ اور نیلی دھاریوں والی بشرٹ پہنے کریم بخش ایک کار والوں سے خالی بوتلیں اور ان کے دام لے کر پلٹا۔ پلٹتے ہی اس کی نظر مجھ پر پڑی تو وہ دونوں ہاتھوں میں تھامی ہوئی بوتلوں سمیت کھڑکی کی طرف یوں جھپٹا جیسے شیشہ

# کوہ نور آملہ ہیئر آئل



کوہ نور آملہ ہیئر آئل بالوں کو نشوونما کر کے ان کو ریشمی، صحت مند اور چمکدار بنائے۔  
اس کا مسلسل استعمال بالوں کو خشکی، گرنے کے عمل اور دو منہ کے سرے سے بچنے سے محفوظ رکھے۔

... زندگی سے بھرپور صحت مند بال

KAHO/01/2K15

Perfumed Talc

خوشبو کی دنیا کے شگفتہ احساس

Medora  
Perfumed Talc

Medora  
Perfumed Talc

Medora  
Perfumed Talc

Medora  
Perfumed Talc

Pleasure

Cherish

Joy

Season

Passion

مختلف ولفریب خوشبویوں میں دستیاب ہے

MEDORA OF LONDON



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

ایسا سوچنے والے صرف مرد ہی نہیں ہیں کئی عورتیں بھی اس بات پر یقین رکھتی ہیں۔ بیٹے کی ماں بن کر محروم کو کمزور محسوس کرتی ہیں۔

مردانہ تسلط والے معاشرے میں کئی مصیبتوں، دھول اور ظلمتوں کے درمیان ابھرنے والی ایک کہانی.... مردانہ اور عورت، عورت کی محرومیاں اور دکھ، پتلی سونچ کی وجہ سے پھیلنے والے اندھیرے، کمزوروں کا عزم، علم کی روشنی، روحانیت کی کرنیں، معرفت کے اجالے، اس کہانی کے چند اجزائے ترکیبی ہیں۔

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

وہ جانتی تھی آج تو اس کا بھر کس نکال دیا  
جایگا۔ مگر پھر بھی چاروناچار اس کے قدم گھر کی جانب  
بڑھ رہے تھے

**بارہویں قسط:**

کٹوم کے لئے ہر قدم من من کا ہو رہا تھا۔ اس کا  
گھر جانے کا دل نہیں چاہ رہا تھا۔

مہرین نے جلدی سے پانی کا گلاس وہیں فرش پر رکھ کر اسے سہارا دے کر پینک پر لٹا دیا۔  
 کلثوم نے آنکھیں بند کر لیں تھیں۔  
 کنیز مہرین کو اس کے پاس بٹھا کر باہر گئی تھی مگر اس کا غصہ ٹھنڈا نہیں ہوا تھا۔

کلثوم کو اتنا خاموش اور بے تاثر دیکھ کر مہرین کی جان نکلی جا رہی تھی وہ اس کے سرہانے بیٹھی اس کی ہتھیلیاں سہلانے لگی۔  
 مگر کلثوم کی نظریں چھت پر نکلی تھیں۔ نہ جانے خلاؤں میں وہ کیا تلاش کر رہی تھی۔

کیا ہوا باجی... کچھ تو بولو۔ مہرین پیار سے اس کا سر سہلانے لگی۔  
 کچھ نہیں اچھے سونے دے۔ اس نے بمن کا ہاتھ پیچھے کر دیا۔

مہرین کی آنکھوں سے دو آنسو ٹپک پڑے۔ اس کی باجی نے تو کبھی پیار سے بھی نہ سنا تھا۔  
 مجھے ہر اب....

مہرین جا۔ مجھے اکیلا چھوڑ دے۔ کلثوم نے بے زاری سے سر ہلے لی۔  
 وہ کچھ دیر اسے پانی تکتی رہی مگر کوئی جنبش نہ پا کر باہر چلی گئی۔

کلثوم نہ جانے کتنی دیر کروٹیں بدلتی رہی۔ اسے آج خود سے نفرت ہو رہی تھی۔ اپنی کم مائیگی کا احساس اسے جبار اور ماں کے گھونٹوں لاتوں سے کہیں زیادہ کاری ضربیں لگا رہا تھا۔ اس کا تکیہ جھینکے لگا تھا۔ نہ جانے کب روتے روتے اس کی آنکھ لگ گئی۔

آدھی رات گزر چکی تھی۔ لٹافوں میں دیکے دن بھر کے تھکے ماندے گھر والوں کے کے خراٹے

پتہ نہیں، میں اس منحوس سے ملی ہی کیوں۔ وہ پارس کو کونٹے لگی۔

ہائے ری میری قسمت اسے رونا آنے لگا۔  
 گھر میں گھسنے سے پہلے وہ چادر سے آنکھیں صاف کرنے لگی۔

کیوں ری بے غیرت....! کس نے کہا تھا تجھ سے اس بے حیا کے گھر جانے کو۔ چوکھٹ پر قدم پڑتے ہی ماں نے دو تھپڑ اس کی پیٹھ پر لگائے وہ خود کو سنبھال نہ سکی۔ اس نے جلدی سے دروازے کو تھام لیا۔

بس کراہاں....! بچی نہیں ہوں میں کلثوم جینی ہاں.... بچی نہیں سے۔ بس ہی گھر برباد کر کے بیٹھی ہے۔ ارے اسی دن کو تو میں ورتی تھی کہ یہ بیٹیاں تو مجھے منہ دھانے لائق نہ چھوڑیں۔ اسے کبھی تیری ایک بھائی چھوٹا اور اب وہ سزا بھی چھوڑ دے گا منحوس سب تیری وجہ۔ کنیز نے کلثوم کو مارا ناشروع کر دیا۔

بس کراہاں بس.... مہرین نے دوڑ کر ماں کا ہاتھ تھام لیا۔ باجی کی حالت تو دیکھ ماں کلثوم کی گرفت سے دروازہ چھوٹ گیا تھا۔ وہ دہری ہوئی فرش پر پڑی تھی۔

کنیز گھبرا گئی۔ پانی لا مہرین۔ جا جلدی پانی لا۔ اس نے بیٹی کا سر گود میں لے لیا۔  
 کنیز نے کلثوم کا چہرہ اوپر کیا۔ وہ ہوش میں تھی مگر اس کا چہرہ بالکل بے تاثر تھا۔

وہ گھبرا گئی۔ اسے پینک میں لٹا دے مہرین۔ اس نے مہرین کو بلایا جو کلثوم کے منہ میں پانی ڈال رہی تھی۔

گوٹھ رہے تھے۔

دیکھ رہی تھی

اب مجھے گھور کیوں رہی ہے...؟ میں اٹھ گئی  
ناں۔ کلثوم نے چڑ کر کہا۔

تیری طبیعت کیسی ہے باجی...؟ اب تو تھیک  
ہے نانا... مہرین نے پوچھا

ہاں تھیک ہوں۔ اسے کچھ سمجھ نہیں آیا۔ تو جا  
میں اٹھ گئی ہوں....

اسے چڑتا دیکھ کر مہرین جلدی سے باہر چلی گئی۔  
اسی دیر تک سوتے رہنے کے بعد بیدار کیے

جانے پر وہ کافی دیر آنکھیں مسکتی رہی۔ وہ رات کے  
بارے میں سوچ رہی تھی۔ اسے اپنا خواب یاد آنے لگا

نہیں خواب نہیں تھا۔ مہرین تو ہم تھا وہ ابھی۔  
پارس... اس کے ذہن میں پارس کا

تکس ابھرا۔  
نہیں، وہ تو سچ سچ منحوس ہے اس نے ذہن  
سے جھٹک دیا۔

مجموعہ... ماں کی کرخت آواز نے جیسے اسے  
پورا جاگایا۔

آئی اماں۔ اس نے جلدی سے بستہ چھوڑ دیا۔



پارس صبح اٹھتے ہی سکینہ کے پاس جا کر بیٹھ گئی جو  
آنگن میں چارپائی پر بیٹھی خود کو گرم چادر میں لپیٹے

سہزی کاٹنے میں مصروف تھی۔  
اس نے متاثر ہو کر نگاہ پٹی پر ڈالی اور کہا... اٹھ

کی سہزی... بیٹھ میں ناشتہ بناتی ہوں تیرے لیے۔ وہ  
سہزی چھوڑ کر اٹھنے لگی۔

نہیں... ابھی دل نہیں چاہ رہا... آپ  
یہاں ہی بیٹھیں۔

کلثوم کچھ بے چین سی ہو کر کروٹ بدلنے لگی۔ اس  
کی نیند کبھی ہو رہی تھی۔ سوتے میں اسے ایسے لگا جیسے

کوئی دھیرے دھیرے اس کے زخموں کو سہلا رہا ہے  
۔ مرہم رکھ رہا ہے۔ کلثوم کے جلتے زخموں میں ایک

ٹھنڈک سی اتر رہی تھی اسے بہت سکون مل رہا تھا۔  
پارس... بے اختیار اس کے لبوں پر پارس کا نام

آگیا۔ پھر اسے لگا جیسے پارس اس کے آس پاس ہے۔  
اس نے گھبرا کر پوری آنکھیں کھول دیں

مگر کمرے میں گھپ اندھیرا تھا اور گہری  
خاموشی میں صرف خراٹوں کی آوازیں تھیں۔

یہاں تو کوئی بھی نہیں۔ وہ منہ ہی منہ  
میں بڑبڑاتی۔

اسے پھر بھی کمرے میں کسی کی موجودگی کا  
احساس ہو رہا تھا اور پھر جیسے اس کے جسم میں حرارت

نی رہنے لگی۔ شدید سردی میں بھی وہ پسینہ  
پسینہ ہونے لگی۔

اس نے ڈرے ڈرے لطف میں منہ چھپالیا۔  
وہ اتنی دیر لطف میں لپٹی تھر تھر کانپتی رہی مگر

کسی کو آواز دینے کی ہمت اس میں نہ تھی۔  
باجی اٹھو۔ سورج سر پر تھا۔ مہرین سے زبردستی

بلایا کر اٹھا رہی تھی۔  
کیا ہے... سونے دے۔ اس نے جھڑکا۔

باجی... دو پہر ہونے والی ہے تو اٹھ تو سہی۔  
کب سے بے سدھ سو رہی ہے۔

کیا دو پہر...؟ اس نے چونک کر آنکھیں کھول  
دیں۔ اتنی دیر تک وہ کبھی نہیں سوئی تھی۔

کلثوم اٹھ کر بیٹھ گئی۔ مہرین اسے غور سے



کے ہان کی ڈھیلی گریوں میں انگلیاں کھیسرنے لگی۔  
سکینہ نے کچھ کہہ بغیر ایک نظر اس کی  
طرف دیکھا۔

تُو بہت پریشان ہے اس کے لئے۔

پارس نے سر جھکا لیا۔

ان کے ساتھ اچھا نہیں ہو رہا۔ ہمیں ان کے  
لیے کچھ کرنا چاہیے۔ کوئی جواب ناپا کر پارس پھر بولی  
پتہ نہیں.... جو ہوا وہ اچھا ہوا کہ نہیں۔ مگر  
اب تو اس معاملے میں زیادہ نہ تھیں۔ سکینہ سبزی  
کائے ہوئے اسے سمجھانے کی کوشش کرنے لگی۔

مگر اماں، وہ میری بہن ہے۔ پارس  
ترپ کر بولی۔

سکینہ نے اسے گھورا۔  
ایسا ٹو سمجھتی ہے۔ ورنہ ان بوکوں کے لئے تو

تب ہی غیر ہو گئی تھی جب ہم نے تجھے اپنا لیا تھا۔  
پارس کا چہرہ ایک دم بچھ گیا۔

سکینہ کو اپنے لہجے کی تیزی کا احساس ہو گیا تھا۔  
اس نے جھٹ سے چھری پھینک کر پارس کو

خود سے چمٹا لیا۔  
میرا مطلب یہ نہیں تھا۔ تو تو میری جان ہے

میری آنکھوں کی ٹھنڈک ہے۔ سکینہ کی آنکھیں  
بھگنے لگیں۔

پارس خاموشی سے اس سے لپٹی رہی۔  
اس کی مسلسل خاموشی سکینہ کو اور ترپانے لگی۔

معاف کر دے پتر۔ میرا مطلب تیرا دل  
دھانا نہیں تھا بیٹا۔

پارس ترپ گئی وہ جھٹ سے اس کے سینے  
سے الگ ہو گئی۔

سکینہ نے اس کے ماتھے پر اپنا ہاتھ رکھا۔  
طبیعت تو ٹھیک ہے....! بھوک کیوں بند ہو گئی  
تیری....؟ وہ پریشانی سے بولی۔

اماں میں ٹھیک ہوں ابھی تھوڑی دیر میں کر  
لوں گی ناشتہ۔

اس نے ماں کو مطمئن کرنے کی کوشش  
کی۔ سکینہ نے گہری نگاہ سے اس کی جانب دیکھا۔

سچی۔ پارس نے یقین دلانے والے انداز میں کہا۔  
لائیں میں سبزی کاٹ دوں۔ اس نے ماں کے

ہاتھ سے چھری لیتا چاہی۔  
نہ.... یہ میں آپے کر لوں گی۔

بابا گئے؟ اس نے کمرے میں جھانکا۔  
کب کے.... سکینہ بولی۔ تو دیر تک سوتی

رہی ہے نا۔  
ہاں اماں.... اس کا لہجہ مدہم تھا۔

پتہ نہیں کٹھوم ہاجی کیسی ہوں گی....؟ وہ چارپائی  
پر بیٹھی تھی۔



اماں میں کھا لوں گی۔ اس نے ماں سے نوالہ  
لیتا چاہا....  
نہیں اب اتنی بڑی بھی نہیں ہے۔ لے کھا۔ اس  
نے دلار سے ایک بڑا سا نوالہ پارس کے منہ میں  
ٹھونس دیا۔

جسے پارس بمشکل چبا رہی تھی۔  
دیکھ تو کتنی کمزور ہو رہی ہے۔  
اس نے پارس کے موڈ نارمل دیکھ کر پھر  
بات چیمبر نے ناگوشی کی۔  
وہ کلثوم پانچ...

دیکھ پارس۔ سکینہ نے نواہات کاٹ دی۔  
تجھے پتا ہے۔ ہمارے گاؤں میں تیری عمر کی  
بچیوں کا وقت اپنے بچوں کے چھپے بھاگتے اور  
شوہرو سسرال کی خدمت میں گزارتا ہے۔  
پر میں اور شفیق چاہتے ہیں کہ تو تعلیم حاصل  
کرے۔ تجھے صبح غلطی کی سمجھ ہو۔ اس لئے سب سے  
مخالفت مول لئے بیٹھے ہیں۔

اور کلثوم کوئی پہلی لڑکی نہیں ہے جس کے ساتھ  
یہ سب کچھ ہو رہا ہے۔  
مگر اماں.... پارس کے کچھ کہنے سے پہلے ہی  
سکینہ اس کے منہ میں نوالہ ڈال دیتی  
اور ابھی تو بھی اتنی بڑی نہیں ہوئی کہ ان  
معاملات میں زیادہ بولے۔

گاؤں میں ویسے ہی سب خلاف ہیں اور اگر تو ان  
معاملات میں بولی تو تیری پڑھائی میں مزید مشکلات  
پیدا ہوں گی۔

پارس خاموشی سے کھانا کھاتی رہی۔ مگر اس کے  
چہرے پر الجھن صاف دکھ رہی تھی۔

سکینہ نے دیکھا اس کا چہرہ آنسوؤں سے تر تھا۔ نہیں  
ماں اس طرح معافی مانگ کر مجھے شرمندہ مت کر۔ اس  
نے ماں کے ہاتھوں کو چوم لیا آنکھوں سے لگایا  
پر تیرا دل دکھا ہے ناں۔ وہ اس کا چہرہ اپنے  
دوپٹے سے صاف کرنے لگی۔

نہیں ماں.... کبھی بھی نہیں۔ پتہ ہے آپ  
کو.... ہاشم بابا کہتے ہیں ماں باپ کی نیت کبھی کھوٹی  
نہیں ہوتی۔ تو پھر بھلا آپ میرا دل کیسے دکھا سکتی  
ہیں۔ وہ معصومیت سے بولی

اور پھر وہ لوگ چاہے مجھے اپنا سمجھیں یا نہ  
سمجھیں مگر انسانیت کا رشتہ تو ہے ناں ہمارا ان سے۔

تو پھر رو کیوں رہی تھی۔ سکینہ نے اس کا چاند سا  
چہرہ ہاتھوں میں لے لیا  
بس آپ جو رو رہی تھیں۔ وہ ماں سے لپٹ گئی  
میری جان۔ میری بیٹی۔ سکینہ کو اس پر بے  
تواختی یاد آنے لگا۔

اچھا اب ہٹ پرے میں تیرے لئے ناشتہ بناؤں  
ٹونے تو ابھی تک کچھ کھا پایا نہیں۔ بس اوروں کی فکر  
میں گھلتی رہتی ہے۔ وہ پھر سے بڑبڑاتی جلدی سے اس  
کے لئے ناشتہ بنانے اٹھ گئی۔

پارس کے لبوں پر مسکراہٹ چھل گئی۔ جہاں  
اس کا دل رب کا شکر گزار تھا، وہیں کلثوم کے لئے  
دعا میں بھی تھیں۔



یہ لے مکئی کی روٹی۔ آ میں تجھے کھلاؤں۔ سکینہ  
پلیٹ میں گرم گرم مکئی کی روٹی اور سرسوں کا ساگ  
لے کر اس کے پاس بیٹھ گئی۔  
اور نوالہ بنا کر اسے کھلانے لگی۔

تو رے صاف لگ رہا تھا وہ سچ جانے بغیر نئے گا نہیں  
 اب کیا۔ جمال بے بسی اسے سکتے لگا  
 اصل بات بتا۔ وہ قریب ہو کر بولا  
 کہیں چودھری نے تو کوئی کام.....  
 ششش.... ش چپ۔ اس نے جلدی سے اس  
 کے منہ پر ہاتھ رکھ دیا جیسے چوری پکڑی گئی ہو۔  
 آہستے بول.... مروائے گا کیا؟ وہ ادھر ادھر

دیکھنے لگا۔

او گھبرامت کوئی نہیں ہے یہاں۔ اس نے منہ  
 پر سے اس کا ہاتھ بنایا۔

اچھا یہاں سے تو چل کہیں اور بیٹھ کر بات  
 کرتے ہیں۔ وہ زبردستی اس کا ہاتھ پکڑ کر کھینچتا ہوا  
 اپنے ساتھ لے گیا۔

نزدیک نالے پر کوئی نہیں تھا...؟ جگہ سنان  
 تھی۔ وہ جمال کو پکڑ کر وہیں بیٹھ گیا  
 ہاں۔ اب بتا... کیا بات ہے.... وہ اور

قریب ہو گیا

او بات دراصل یہ ہے کہ.... جمال جھجکا  
 او بول نہ یار

یہ جو گاؤں میں لڑکیوں کی پڑھائی کی وہاں چھوٹے  
 والی ہے چودھری اس سے پریشان ہے۔ کہتا ہے کہ  
 مسئلہ کی جڑ کو ہی ختم کر دے

تیرا اشارہ شفیق کی بیٹی کی طرف ہے۔ ابے نہیں  
 نہیں تو اسے

شوکت کو جیسے کرنٹ لگ گیا

او تیری.... اب تو اس کی جان لے....

او آہستہ بول یار۔ جمال کے پسینے چھوٹ گئے  
 اس نے شوکت کا منہ بند کرنے کی کوشش کی

پتر میری بات کو سمجھ۔ سکینہ اپنی بات پوری  
 کر کے بولی۔

پتہ نہیں اسے ماں کی بات سمجھ آئی کہ  
 نہیں۔ مگر وہ خاموشی سے سر ہلانے لگی۔

تو بس اپنی صحت کا خیال رکھ۔ پڑھائی کر۔ خوب  
 دل لگا کر۔ اس کی خاموشی پر سکینہ نے سکھ کا سانس لیا۔



ابے کیا کر رہا ہے؟ شوکت کا بھاری ہاتھ جمال  
 کے کانہوں پر اور آواز کان میں پڑی۔

جمال اچھل کر سیدھا ہو گیا۔

اوئے شو کے کیا کرتا ہے یار۔ وہ فحش سے بولا۔

ابے میں نے کیا کیا؟ تو تازہ جھاڑیوں میں چھپ کر  
 کچے راستے پر کس کی نگرانی ہو رہی ہے۔ شوکت نے  
 فحش نظروں سے گھورا

او.... ک.... ک.... کچھ نہیں یار۔ میں تو  
 بس.... وہ نظریں چرانے لگا

مگر شوکت کی نظریں اس پر گڑھی ہوئی تھیں  
 باؤں ہاؤں.... کچھ تو ہے، اس نے پولیس والوں

کے سے انداز میں کہا....

اس کی تفتیش پر جمال بری طرح گھبرا گیا  
 ابے کچھ نہیں سے ماں۔ خواجواہ دماغ

کھا رہا ہے۔

شوکت نے براس منہ بنا لیا اسے کھلنے لگا  
 اوہو۔

اچھا چل گپ شب کرتے ہیں۔ اس کو ناراض  
 ہوتا دیکھ کر جمال نے اس کی گردن کے گرد

بازو ڈال دیا

شوکت خاموشی سے اسے گھورتا رہا مگر اس کے

تو اب کرتو رہا ہوں۔ وہ لجا جت سے بولا  
جمال کو اس کی شکایت میں اپنائیت سے زیادہ  
لاج کی بو آ رہی تھی۔ پر وہ مجبور تھا۔  
کبجنت کو ملانا ہی پڑے گا۔ اس نے دل ہی میں  
دل میں اسے القابات سے نوازا۔

دیکھ شوکت میری جان کا سوال ہے۔ اس نے  
شوکت کو جذبہ بانی کیا۔  
اگر میں نے ماسٹر کو صاف نہ کیا تو چودھری مجھے  
صاف ددے گا۔ اس کی آواز کپکپائی۔  
ابے پہلے خود کو تو سنبھال۔ ایسے کپکپاتے ہوئے  
اس کی جان لے گا۔ شوکت اس کا مزاق اڑانے لگا۔  
مزاق نہ کر۔ تو جاسا نہیں سراج کتنا کمینہ  
آدی ہے۔

ادو جانتا ہوں۔  
پر تو فکر نہ کر ہم مل کر کچھ سوچتے ہیں۔  
(حسباری ہے)



مگر شوکت جلدی سے پیچھے ہو گیا۔  
ہاں ہاں ٹھیک ہے۔  
او یار پہلے پوری بات سن لے ورنہ جا یہاں  
سے۔ وہ بے بسی سے بولا  
اچھا بول

چودھری سراج کی آن پر بنی ہے۔ اسے ہر  
قیمت پر شیش کا زور توڑنا ہے۔ کہتا ہے پہلے اس ماسٹر کو  
فارغ کرو۔ جمال بولا  
اس لئے پیچھے ایک ہفتے سے اس کی تاک میں  
بیٹھا ہوں مگر....  
ہیں.... تو کیا اب سچ مچ قتل کرے گا۔ شوکت  
نے آنکھیں پھاڑیں۔

دھیرے تو بول.... وہ پھر لجا جت سے بولا  
اوتے تو بڑا دلیر ہو گیا ہے۔ دوست کے بغیر۔  
نہ کوئی صلاح نہ کوئی مشورہ۔ شوکت بدستور بیٹھا  
آدھا سٹیل بولا۔

اسے بھی جمال کو ڈرانے میں مزہ آ رہا تھا

## ایک ایسا ملک جس کے تین دارالحکومت ہیں



دنیا کے ہر ملک کا ایک دارالحکومت ہوتا ہے لیکن جنوبی افریقہ وہ ملک ہے  
کہ جس کے تین دارالحکومت ہیں۔ جب متحدہ جنوبی افریقہ کی بنیاد رکھی گئی تو  
مختلف اکائیوں کے عوام کے درمیان یہ بحث چھڑ گئی کہ دارالخلافہ کس  
علاقے میں بنایا جائے اور اس وقت کے رجمانوں نے یہ فیصلہ کیا کہ تین  
علاقوں کے مرکزی شہروں کو دارالحکومت بن گئے۔ آئن پریٹوریا، کیپ ٹاؤن  
اور بوم فونٹین جنوبی افریقہ کے تین دارالحکومت ہیں جو دراصل نظام حکومت کے  
تین مختلف حصوں کی نمائندگی کرتے ہیں۔ پریٹوریا اس ملک کا انتظامی مرکز ہے۔ صدر اور  
اس کی انتظامیہ کا مرکزی شہر ہے۔ کیپ ٹاؤن مقننہ کا مرکز ہے اور بینیں پر اس ملک کی پارلیمنٹ واقع  
ہے جس کے دو حصے ہیں یعنی نیشنل اسمبلی اور نیشنل کاؤنسل آف پرووینسز ہے۔

ULTIMATE ANSWER TO YOUR MEDIA NEEDS.

سند کا کثیر الاشاعت مقبول اردو اخبار



الأخبار

جرات

مسیحا

جرات ہاؤس۔ آئی آئی چندریگر روڈ کراچی فون: 32637641-4 فیکس: 32212613  
ای میل: [juraat@juraat.com](mailto:juraat@juraat.com) // [www.juraat.com](http://www.juraat.com) URL:

روزنامہ جرات

90

# آئینے کا راز



حیرت اور تجسس پیدا کرنے والی ایک پراسرار کہانی....

البتہ ان کی بہن سلویا Sylvia سے میں پہلے کبھی نہیں ملا تھا۔ وہ عمر میں ایلن سے دو سال اور نیل سے تین سال چھوٹی تھی۔

جب نیل اور میں اسکول میں اکٹھے پڑھتے تھے، تو اس زمانے میں دو مرتبہ ان کے گھر چھٹیاں گزارنے کا پروگرام بنا تھا، لیکن دونوں مرتبہ بات ارادے سے آگے نہ بڑھ سکی تھی۔ کوئی نہ کوئی رکاوٹ پیش آئی

اور میں نہ جاسکا۔ میں تیس برس کا تھا جب پہلی مرتبہ نیل اور ایلن کا گھر دو مہینے نیل کی بہن سلویا کی مگنی حال ہی میں چارلس کرائے Charles Crawley نامی شخص سے ہوئی تھی۔ نیل نے مجھے بتایا تھا کہ اگرچہ چارلس عمر میں سلویا سے کافی بڑا ہے، لیکن وہ ایک بااخلاق اور خوشحال آدمی ہے۔

مجھے یاد ہے کہ ہم شام کے تقریباً سات بجے وہاں پہنچے، تو گھر کے تمام افراد رات کے کھانے کے لیے تیار ہو رہے تھے۔ نیل مجھے اس کمرے میں لے گیا جو اس نے میرے لیے مخصوص کیا تھا۔ اس عمارت کا نام ”بیچ

میں اس پراسرار داستان کی کوئی توجیہ نہیں کر سکتا۔ یہ سب کیسے ہوا...؟ کس لیے ہوا...؟ میرے پاس ان سوالوں کا کوئی جواب نہیں۔ بس اتنا کہہ سکتا ہوں کہ یہ داستان ایک حقیقت ہے جس کا تعلق خاص میری ذات سے ہے۔

بھی کبھی سوچتا ہوں کہ اگر میں اس وقت اس چھوٹی سی بات کی طرف توجہ کو لینا جو کئی سال بعد میرے ذہن میں آئی، تو یہ سب کچھ کتنا مختلف ہوتا۔ یقیناً تین زندگیوں کے انجام قطعی مختلف ہوتے۔ واقعی یہ سب کچھ کتنا عجیب ہے!

اس واقعے کو بیان کرنے کے لیے مجھے پیچھے 1914ء کے موسم گرما کی طرف پلٹنا ہو گا۔ چھٹنگ عظیم اول شروع ہونے سے کچھ ہی عرصہ پہلے کی بات ہے جب میں اپنے دوست نیل کارسلک Neil Carslake کے ساتھ اس کے آبائی گھر گیا تھا....

نیل میرے بہترین دوستوں میں سے تھا۔ میں اس کے بھائی ایلن Alan سے واقف تھا، لیکن زیادہ نہیں،

اگاتھا کہ سنو  
ترجمہ: شاہد احمد

کیوں نہیں دیکھا تھا۔ بہر حال آئینے میں صاف نظر آ رہا تھا کہ دروازہ آہستہ آہستہ کھل رہا ہے یہاں تک کہ وہ پورا کھل گیا اور اس میں سے ایک اور کردہ دکھائی دینے لگا جو قدیم طرز کا بیڈ روم تھا۔ اس میں دو پیٹنگ بچھے ہوئے تھے اور بستر بھی۔ غیر ارادی طور پر میں اس بیڈ روم کو غور سے دیکھنے لگا اور پھر فوراً ہی مجھے اپنا سانس رکتا ہوا محسوس ہوا۔ ایک خوفناک منظر

میرے سامنے تھا۔ پینٹوں کے پاس فرش پر ایک نوجوان لڑکی پڑی تھی اور ایک آدمی اپنے دونوں ہاتھوں سے اس کا گلا گھونٹ رہا تھا۔ یہ منظر ایسا صاف تھا کہ میں اسے اپنا واہمہ قرار نہ دے سکتا تھا۔ جس کا گلا گھونٹا جا رہا تھا، وہ سنبرے بالوں والی ایک خوبصورت لڑکی تھی جو اپنی جان بچانے کے لیے بری طرح ہاتھ پاؤں مار رہی تھی، لیکن مرد اس قدر طاقتور تھا کہ وہ بے بس ہو کر رہ گئی تھی۔

آدمی کی پشت آئینے کی جانب تھی اور آئینے میں صرف اس کی کمر، سر کا پچھلا حصہ اور ہاتھ نظر آ رہے تھے۔ اس کا چہرہ آئینے میں نظر نہیں آ رہا تھا، لیکن اتنا ضرور دکھائی دے رہا تھا کہ اس کے ہائیں کان سے لے کر گردن کے نیچے تک لاش کا گہرا نشان ہے۔

میں محسوس کرتا ہوں کہ یہ سب کچھ بیان کرنے میں کچھ وقت لگا ہے لیکن اس وقت یہ سب کچھ دیکھنے اور سمجھنے میں چند ثانیہ ہی صرف ہوئے ہوں گے۔ میں فوراً پیچھے کی طرف مڑتا کہ لڑکی کو مرد کے ظلم سے نجات دلاؤں، لیکن اس دیوار میں جس کا عکس آئینے میں نظر آ رہا تھا، کوئی دروازہ تھا، البتہ وکٹورین دور کی ایک بڑی چوٹی الماری ضرور تھی۔

میں حیرت میں ڈوبا ہوا دوبارہ آئینے کی طرف مڑا

اور تھی "Badgeworthy" تھا اور یہ ایک خاصا بڑا اور بے ترتیب سا مکان تھا۔ پچھلی تین صدیوں سے اس میں بہت سے اضافے ہوتے رہے تھے۔ اس کے مکین مرمت کی طرف سے بھی غافل نہ رہے تھے، لیکن اس کے باوجود بہت سا حصہ کھنڈر بن چکا تھا۔

یہ مکان کچھ عجیب سی قسم کا تھا۔ جگہ جگہ اوپر جانے کے لیے سیڑھیاں بنائی گئی تھیں۔ کئی راہداریاں تھیں اور بے شمار کمرے۔ صاف اندازہ ہوتا تھا اگر کوئی نیا مہمان اپنے کمرے کا راستہ بھول جائے، تو رہنمائی کے بغیر اسے نہ پاسکے گا۔

مجھے یاد ہے نیل نے مجھ سے کہا تھا کہ وہ مجھے کھانے کے کمرے میں لے جائے گا۔ لیکن مجھے دیر بعد آئے گا اور میں نے ہنستے ہوئے اس سے کہا تھا اس گھر میں تو مجھے کچھ یوں محسوس ہو رہا ہے کہ کسی راہداری میں چلتے ہوئے بھوتوں سے آمناسامنا ہو جائے گا۔

میری یہ بات سن کر وہ کچھ دیر خاموش رہا تھا پھر رازداری کے انداز میں بولا تھا "اس گھر کے آسیب زدہ ہونے کے بارے میں بہت سی کہانیاں مشہور ہیں، لیکن خود میں نے یہ کبھی کے کسی اور فرد نے کبھی کوئی غیر معمولی بات نہیں دیکھی۔"

نیل چلا گیا، تو میں نے اپنا سامان کھول کر کھانے کا لباس پہنا اور دیوار پر لگے ہوئے کمرے آئینے کے سامنے کھڑا ہو کر اپنی نائی گرہ درست کرنے لگا، اس آئینے میں کمرے کی پچھلی دیوار کا عکس نظر آ رہا تھا۔ یہ ایک عام سی دیوار تھی۔ اگر کوئی خاص بات تھی تو صرف یہ کہ اس کے درمیان میں ایک دروازہ تھا۔

نائی کی گرہ درست کرتے ہوئے مجھے کچھ یوں محسوس ہوا کہ وہ دروازہ آہستہ آہستہ کھل رہا ہے۔

میں نہیں جانتا کہ میں نے اسی وقت پیچھے مڑ کر

جاسوسی کہانیاں لکھنے والی عالمی شہرت یافتہ مصنفہ، آگاتا کرسٹی Agatha Christie کا پورا نام آگاتا میری کلیئر ریساٹر تھا، آگاتا 1890ء میں انگلینڈ کے علاقے Torquay میں پیدا ہوئیں، اور 1976ء میں آکسفورڈ شائر، انگلینڈ میں وفات پائی۔



انہیں جاسوسی کہانیاں لکھنے والی تاریخ کی عظیم ترین مصنفہ کہا جاتا ہے، اس بات کا اندازہ اس بات سے لگایا جاسکتا ہے کہ گنیز بک آف ریکارڈ کے مطابق دنیا بھر میں شیکسپیر کے بعد یہ واحد مصنفہ ہیں جن کی کتابیں سب سے زیادہ تعداد میں فروخت ہوئی ہیں۔ 2006ء کے اعداد و شمار کے مطابق ان کی لکھی ہوئی کہانیوں کے ایک ارب سے زائد نسخے فروخت ہوئے تھے۔ انہوں نے کل 66 جاسوسی ناولز اور 153 مختصر کہانیوں کے 14 مجموعے لکھے جو اب تک سو سے زائد زبانوں میں ترجمہ ہو چکے ہیں۔ یوں تو آگاتا کرسٹی جرائم اور سرائے رساں پر مبنی جاسوسی کہانیوں کے لئے جانی جاتی ہیں، لیکن آپ نے میری ویڈسما کوٹ کے قلمی نام سے دو رمانوی ناول بھی لکھے اور کئی پراسرار، سنسنی خیز اور ماورائی کہانیاں بھی تحریر کیں۔

”آئیے کاراز“ آگاتا کرسٹی کی مختصر کہانی In a Glass Darkly ترجمہ ہے جو 1934ء میں امریکی میگزین Collier's Weekly میں شائع ہوئی تھی بعد میں اسے کہانیوں کے مجموعہ The Regatta Mystery اور Miss Marple's Final Cassettes and Two Other Stories میں شامل کیا گیا۔ 1982ء میں اسے برطانوی ٹیلیویژن BBC پر ڈرامے کے قالب میں بھی ڈھالا گیا۔ یہ کہانی ایک شخص میتھیو آرمیٹیج Matthew Armitage کی ہے، جس نے ایک دن آئیے میں ایک مختصر دیکھا کہ کوئی آدمی ایک خوبصورت سنبہرے بالوں والی لڑکی کا قتل کرنے کی کوشش کر رہا ہے، وہ پلٹ کر دیکھتا ہے لیکن وہاں کوئی نہیں ہوتا، اسے وہ اپنا وہم سمجھتا ہے.... لیکن اس وقت وہ جیرتوں کے سمندر میں ڈوب جاتا ہے جب آئیے میں دیکھے ہوئے یہ سوچا کہ اس کے سامنے جیتے جاگتے کھڑے ہوتے ہیں۔

میں نے اس کے سوال کو نظر انداز کرتے ہوئے پوچھا: ”جس جگہ یہ الماری رکھی ہے، کیا یہاں دیوار میں کبھی کوئی دروازہ تھا...؟“

”ہاں تھا تو۔“ اس نے کہا۔ ”یہاں کبھی دروازہ تھا جو ساتھ والے کمرے میں لگتا تھا۔“

”اس کمرے میں کون رہتا تھا....؟“ میں نے پوچھا۔

”اولڈ ہام خاندان۔ میجر اولڈ ہام اور اس کی بیوی۔“

”کیا مسز اولڈ ہام کے بال سنبہرے تھے....؟“ میں نے پوچھا۔

نیل نے جواب دیا ”نہیں، اس کے بال

اور میری قسمت میں مزید اضافہ ہو گیا جب میں نے دیکھا کہ اب آئیے میں بھی صرف اس الماری کا عکس نظر آرہا ہے۔ اس دروازے سے یا دوسرے کمرے کی بلکی سی جھلک بھی نظر نہ آتی تھی۔

میں نے دونوں ہاتھوں سے آنکھیں ملیں کہ کہیں میں سو تو نہیں رہا، لیکن صاف عالم بیدار ہی تھا اور جو کچھ میں نے دیکھا، وہ حقیقت تھی۔

اب میں دوبارہ الماری کی طرف گیا اور اسے بائیں کی طرف کھینچنے لگا کہ شاید اس کے پیچھے کوئی دروازہ ہو۔

ٹھیک اس وقت نیل کمرے میں داخل ہوا اور مجھے اس مصروفیت میں دیکھ کر پوچھنے لگا...

”یہ تم کیا کر رہے ہو....؟“



سرخ تھے۔“

مجھے معلوم نہیں کیوں، لیکن میں سلویا سے شدید محبت کرنے لگا۔ وہ مجھے اس دنیا میں موجود کسی بھی چیز سے زیادہ پیاری لگتی اور میرے لیے اس کے خیال سے چھٹکارا پانا ناممکن نہ تھا۔

بار بار سوچتا کہ اگر میں نے سلویا کو یہ سب کچھ نہ بتایا، تو وہ چارلس کرائے سے شادی کر لے گی اور چارلس اسے قتل کر دے گا۔

جب میں وہاں سے روانہ ہوا، اس سے ایک روز پہلے میں نے اپنی تمام ہمت جمع کرتے ہوئے سلویا کو وہ سب کچھ بتا دیا جس کا مشاہدہ آئینے میں کیا تھا۔

میں نے یہ بھی کہا کہ وہ مجھے پاگل سمجھے یا کچھ اور لیکن میں قسم کھاتا ہوں کہ یہ سب کچھ اسی طرح دیکھا تھا جس طرح میں نے بیان کیا ہے۔ میں نے یہ بھی کہا کہ اگر وہ چارلس کرائے کے ساتھ شادی کرنے کا پکا ارادہ رکھتی ہے، تو اسے میرے اس حیرت ناک

مشاہدے کا خیال رکھنا چاہیے۔ دل چاہتا تھا اپنی محبت کا راز بھی اس پر ظاہر کر دوں، لیکن زبان نہ کھلی۔

میرے توقع کے خلاف اس نے یہ سب کچھ بڑی خاموشی کے ساتھ سنا۔ وہ قطعاً ناراض یا غصے میں نہ تھی، تاہم اس کی آنکھوں میں کچھ ایسے تاثرات ضرور تھے جن کو میں سمجھ نہ سکا۔

جب میں اپنا بیان ختم کر چکا تو اس نے میرا شکر یہ ادا کیا کہ میں نے یہ سب کچھ اسے بتا دیا۔ یہ سن کر میں بے وقوفوں کی طرح کہتا چلا گیا کہ میں نے جو کچھ دیکھا ہے، وہ میرا اوامہ نہیں، بلکہ حقیقت ہے۔

اس نے کہا ”میں یقین کرتی ہوں کہ آپ نے یہ سب کچھ ضرور دیکھا ہو گا۔“

اگلے روز میں وہاں سے روانہ ہو گیا۔ نہیں کہا جا سکتا کہ سلویا کو یہ سب کچھ بتا کر میں نے صحیح قدم اٹھایا

”میں بھی کتنا بے وقف ہوں!“ نیل کے اس جواب پر میں نے دل میں سوچا اور پھر اپنے خیالات پر قابو پایا اور نیل کے ساتھ کھانے کے کمرے میں چلا گیا۔ میں نے دل میں یہ طے کر لیا تھا کہ میں ضرور فریب نظر Illusion کا شکار ہوا ہوں۔

”یہ میری بہن سلویا ہے۔“ نیل نے اپنی بہن سے میرا تعارف کرایا۔ ایک مرتبہ میں پھر حیرتوں کے سمندر میں ڈوب گیا۔ سلویا ہو بہو اس لڑکی جیسی تھی جسے میں نے آئینے میں قتل ہوتے دیکھا تھا۔

ذرا دیر بعد اس کے منگیترے سے میرا تعارف کرایا گیا۔ وہ ایک لمبا تڑنگا آدمی تھا۔ جس کے بائیں کان سے لے کر گردن کے نیچے تک ایک زخم کا نشان تھا۔ یہ بھی وہی آدمی تھا جسے میں نے آئینے میں لڑکی کا قتل کرتے دیکھا تھا۔

سوچئے اگر آپ میری جگہ ہوتے، تو کیا کرتے...؟ وہی وہی لڑکی تھی جو ہلاک کی جا رہی تھی اور یہ وہی آدمی تھا جو اس کا گلا گھونٹ رہا تھا۔ مزید یہ کہ ایک ماہ بعد ان کی شادی ہونے والی تھی۔

میں نے خیال کیا کہ میں نے شاید مستقبل کا کوئی منظر دیکھا تھا۔ ہو سکتا ہے سلویا اور اس کا شوہر بھی اس گھر میں رہنے کے لیے آئیں، انہیں دیکھا گیا ہو دیا جائے اور پھر اس کمرے میں وہی سین دہرایا جائے جس کا مشاہدہ میں کر چکا ہوں۔

دل چاہا نیل سے کہوں اس شخص کے ساتھ اپنی بہن کی شادی ہرگز نہ کرنا، لیکن ایسا کرنا احمقانہ فعل ہو تا، چنانچہ خاموش رہنے میں مصلحت سمجھی۔ میں جتنے دن نیل کا مہمان رہا، اسی مسئلے پر غور کرتا رہا اور پھر حالات میں کچھ اور پیچیدگی پیدا ہو گئی۔

تھایا نہیں، لیکن کچھ ہی عرصے کے بعد مجھے پتا چلا کہ میرے وہاں سے واپس آنے کے فوراً بعد سلویا نے چارلس کرا لے سے اپنی منگنی توڑ دی۔

اس واقعے کے فوراً بعد پہلی جنگ عظیم شروع ہو گئی اور جنگ کی وجہ سے ہمیں کوئی اور بات سوچنے کی فرصت نہ رہی۔ میں محاذ پر چلا گیا۔ ایک دو مرتبہ چھٹی پر آیا، تو سلویا سے ملاقات ہوئی، لیکن جہاں تک ممکن ہو سکا میں اسے نظر انداز کرتا رہا۔ اس بات کے باوجود کہ میں اسے بری طرح چاہتا تھا، اس انماض کا سبب میرا یہ احساس تھا کہ شادی کوئی بچوں کا کھیل نہیں۔ ویسے میں سمجھتا تھا کہ چارلس سے منگنی توڑ کر اس نے مجھ پر احسان کیا ہے۔



1916ء میں نیل جنگ میں مارا گیا اور مجھے اظہارِ افسوس اور دلجوئی کے لیے سلویا سے ملنا پڑا جو صدمے سے نڈھال تھی۔

سلویا نیل کی بہن تھی اور نیل میرا بہترین دوست تھا۔ میں اس کے دکھ میں برابر کا شریک تھا۔ سلویا کو دکھی پا کر میں خود بھی زندگی سے بیزار ہو گیا۔ اب میری ایک ہی خواہش تھی کہ ایک گولی میری زندگی کا بھی خاتمہ کر دے اور اس طرح یہ قصہ ختم ہو جائے، لیکن شاید وہ گولی ابھی کسی کارخانے میں تیار نہ ہوئی تھی جو میری موت کا سبب بنی۔ ایک مرتبہ ایک گولی میرے دائیں کان کے نیچے لگی اور گردن کا کچھ حصہ چھیل گئی ہوئی گزر گئی۔ دوسری مرتبہ میری جیب پر لگی، مگر جیب کے اندر رکھے ہوئے سگریٹ کیس پر لگ کر اچٹ گئی اور مجھے کوئی نقصان نہ پہنچا۔

چارلس کرا لے بھی 1918ء کے شروع میں ایک معرکہ میں مارا گیا۔ میرے دن بڑی بیزاری سے گزر

رہے تھے۔ آخر 1918ء کے موسم خزاں میں مجھ سے رہانہ گیا اور میں سیدھا سلویا کے پاس پہنچ گیا اور اسے صاف صاف بتا دیا کہ مجھے اس سے کتنی محبت ہے۔

توقع کے برعکس اس کا رد عمل نہایت خوشگوار تھا۔ اس نے کہا ”تم نے یہ سب کچھ پہلے ہی کیوں نہ بتا دیا...؟“

میں نے ہکا ماتے ہوئے چارلس کرا لے کا ذکر کیا، تو اس نے مجھ سے پوچھا کہ تم نے اندازہ نہیں لگایا تھا کہ میں نے چارلس کے ساتھ منگنی کیوں توڑی تھی۔ یہ کہہ کر اس نے مجھے بتایا کہ اسے بھی بالکل میری طرح، پہلے ہی دن مجھ سے محبت ہو گئی تھی۔

اس وقت میری حالت دیدنی تھی۔ میں نے کہا میرے خیال میں تو تم نے منگنی میرے بیان کردہ واقعے کی وجہ سے توڑی تھی۔ اس پر وہ ہنسے لگی اور کہا کہ اگر کوئی شخص واقعی کسی سے محبت کرتا ہو تو ان معمولی باتوں کا یقین کر کے منگنی نہیں توڑا کرتا۔

اس دن ہم نے اس عجیب واقعے پر پھر سے غور کیا اور نتیجے پر پہنچے کہ وہ سب کچھ پر اسرار ضرور تھا، لیکن حقائق کی بنیاد سے اس کا کچھ تعلق نہیں۔



کچھ عرصے بعد ہم نے شادی کر لی اور ہنسی خوشی زندگی گزارنے لگے۔ اگرچہ ہماری ازدواجی زندگی خوشگوار تھی، لیکن چند دن بعد ہی میں محسوس کرنے لگا کہ شاید میں ایک اچھا شوہر ثابت نہ ہو سکوں گا۔ میں فطری طور پر سخت شکی مزاج اور حاسد تھا۔ سلویا کسی شخص کی طرف دیکھ کر ہنسی، تو میرا خون کھولنے لگتا۔ شروع شروع میں اپنے اوپر جبر کرتا رہا۔ سلویا کو کچھ اندازہ نہ ہو سکا کہ میں اس کے بارے میں کیا کیا سوچتا رہتا ہوں۔ مجھے یہ احساس تھا کہ اس معاملے میں حق پر

نہیں ہوں اور میرا یہ حسد ہماری زندگی کو تلخ بنا دے گا، لیکن انتہائی کوشش کے باوجود میں اپنے آپ کو بدل نہ سکا۔

کبھی سلویا کو ایسا خط ملتا جو وہ مجھے نہ دکھاتی، تو میرے دل میں یہ جسنے کی شدید خواہش پیدا ہوتی کہ یہ خط کس نے لکھا ہے۔

اگر سلویا کسی شخص کے ساتھ ہنس کر بات کر لیت، تو میں اس سے روٹھ جاتا۔ سلویا میری ان باتوں پر ہنس دیتی اور اس رویے کو ایک مذاق سمجھتی، لیکن آہستہ آہستہ اسے یہ احساس ہونے لگا کہ یہ مذاق کچھ اچھا نہیں اور بالآخر اسے پتا چل گیا کہ میں اس معاملے میں بالکل شبیدہ ہوں، چنانچہ وہ مجھ سے کچل کھینچی سی رہنے لگی اور آہستہ آہستہ ہمارے درمیان فاصلہ بڑھتا چلا گیا۔

مجھے اب یہ احساس ستانے لگا کہ وہ مجھ سے محبت نہیں کرتی، اس کی محبت واقعی میری تھی، لیکن اس کا کمال میں خود تھا۔

پھر ہماری زندگی میں ڈیرک وین سائٹ داخل ہوا۔ اس نے یوں وہ سب کچھ تھا جو میرے پاس نہ تھا۔ وہ ایک سلیمنا ہو انسان تھا اور اکثر بڑی پر لطف باتیں کرتا تھا۔ دیکھنے میں بھی وہ خاصا اسمارٹ آدمی تھا۔

میں سوچتا کہ اگر میری زندگی سلویا کا شوہر ہوتا، تو ایک بہترین شوہر ثابت ہوتا۔

سلویا ڈیرک سے جلد ہی کھل مل گئی۔ وہ اس کی باتیں نہایت دلچسپی کے ساتھ سنتی۔ اس کے اس رویے نے مجھے اس کے کردار کی طرف سے مشکوک کر دیا اور آخر ایک دن میں پھٹ پڑا اور غصے میں نہ جانے کیا کچھ کہہ گیا۔ مجھے اس وقت بھی احساس تھا کہ میں یہ سب کچھ کہہ کر سلویا پر زیادتی کر رہا ہوں، لیکن شاید میں پاگل ہو چکا تھا جو اپنے آپ پر قابو نہ پاسکا۔

سلویا کے چہرے کے تاثرات مجھے اچھی طرح یاد ہیں۔ وہ میری تمام باتیں خاموشی سے سنتی رہی، پھر بہت تھل سے بولی ”بس یہ سب کچھ اب ختم ہو جانا چاہیے!“ یہ کہہ کر وہ اٹھ گئی اور میں بھی باہر نکل گیا۔

رات کے وقت میں لوٹا، تو گھر خالی پڑا تھا۔ مجھے اپنی زندگی کے منحوس ترین سانسے کا اندازہ ہو گیا اور ذرا دیر بعد ہی سلویا کے خط سے اس کی تصدیق بھی ہو گئی۔ اعلیٰ نے لکھا تھا ”یہ ممکن نہیں کہ اب تمہارے ساتھ زندگی گزاروں۔ میں ہمیشہ کے لیے جاری ہوں۔ کچھ دن ”بیچ دو صحیح“ رہوں گی اور پھر اس شخص کے پاس چلی جاؤں گی جو مجھ سے محبت کرتا ہے اور جسے میری ضرورت ہے۔“

یہ خط پڑھ کر مجھے یقین ہو گیا کہ میرے شبہات محض میرے ذہن کی پیداوار نہ تھے، غصے سے پاگل ہو کر میں نے کار نکالی اور انتہائی تیز رفتار سے ”بیچ دو تھی“ روانہ ہو گیا۔



جب میں ”بیچ دو تھی“ پہنچا، تو سلویا ڈیرک کا لباس پہن کر اپنے کمرے میں سے نکلی تھی۔ اس نے مجھے دیکھا، تو خوفزدہ ہوئی۔ میں سیدھا اس کے پاس چلا گیا اور دھمکانے کے انداز میں کہا

”تم میرے سوا کسی اور ہی نہیں ہو سکتیں!“ اس نے جواب میں کچھ کہا، لیکن میری سمجھ میں کچھ نہ آیا۔ ایک قدم اور آگے بڑھ کر میں نے اسے پکڑ لیا اور اپنے ہاتھوں سے اس کا گلا دبانے لگا۔

تب اچانک میری نظر آئینے میں اپنے عکس پر پڑی۔

اُف! یہ تو وہی منظر تھا، بالکل وہی، میرے دائیں کان سے لے کر نیچے گردن تک زخم کا نشان بھی تھا

## نو آموز لکھنے والے متوجہ ہوں

اگر آپ کو مضمون نگاری یا کہانی نویسی کا شوق ہے



اور اب تک آپ کو اپنی صلاحیتوں کے اظہار کا موقع نہیں مل سکا ہے تو روحانی ڈائجسٹ کے لیے قلم اٹھائیے۔ یہ خیال رہے کہ یہ موضوع اور

تحریری حسن ایسا ہو جس میں قارئین دلچسپی محسوس کریں۔ آپ طبع زاد تحریروں کے علاوہ تراجم بھی ارسال کر سکتے ہیں۔ ترجمہ کی صورت میں اصل مواد کی فونو اسٹیٹ کا پی منسلک کرنا ضروری ہے۔ مضمون کاغذ کے ایک طرف اور سطر چھوڑ کر خوشخط لکھا جائے۔ مضمون کی نقل اپنے پاس محفوظ رکھیں کیونکہ اشاعت یا عدم اشاعت دونوں صورتوں میں مسودہ واپس نہیں کیا جاتا۔ قلم اٹھائیے اور اپنے تحریری خیالات کو تحریر کی زبان دیجئے۔

تحریر کی اصلاح اور نوک پلک سنوارنا ادارہ کی ذمہ داری ہے۔

شعبہ مضامین

روحانی ڈائجسٹ،

1-D, 1/7 ناظم آباد۔ کراچی

جہاں جنگ کے دوران مجھے گولی لگی تھی۔

میرا سر چکرانے لگا اور میرے ہاتھوں کی گرفت ڈھیلی پڑ گئی۔ میں سلویا کو نہیں ماروں گا۔ ہاں، میں سلویا کو قتل نہیں کروں گا۔ میں نے اس کا گلا چھوڑ دیا اور وہ فرش پر گر پڑی۔

میرے اپنے اعصاب جو اب دے گئے اور میں بھی فرش پر گر گیا۔

ذرا دیر بعد سلویا اٹھی اور اس نے مجھے سنبھالا دیا اور پھر ہم دونوں کے جذبات قابو میں نہ رہے۔

سلویا نے مجھے بتایا کہ خط میں جس شخص کا ذکر تھا، اس شخص سے مراد اس کا اپنا بھائی ایلین تھا۔ اس کا ارادہ تھا کہ وہ اپنی باقی زندگی اپنے بھائی کے پاس گزارے گی۔

اس دن ہم نے ایک دوسرے کے دلوں میں جھانک کر دیکھا۔ اب مجھے یہ احساس ہوا تھا کہ ہم بھی بھی ایک دوسرے سے جدانہ تھے۔ دونوں کے دلوں میں ایک دوسرے کے لیے گہری محبت تھی۔ حسد وہ آگت جس میں ایک عرصے سے جل رہا تھا، ہمیشہ کے لیے بجھ گئی۔



یہ سب کچھ ہوا، لیکن یہ بات مجھے اب بھی بہت حیران کرتی ہے کہ میں نے انہیں میں جس شخص کا عکس دیکھا تھا، وہ چارلس کرا لے نہیں، بلکہ میں خود تھا۔

میں ایک سیدھا سادا آدمی ہوں۔ میری سمجھ میں یہ تمام باتیں نہیں آئیں، لیکن میں نے جو کچھ دیکھا تھا، اسے جھٹلا نہیں سکتا۔

اس سلسلے میں جس بات سے اطمینان ہوتا ہے، وہ یہ ہے کہ سلویا اور میں آج بھی اکٹھے ہیں اور اب صرف موت ہی ہمیں جدا کر سکتی ہے۔



اپریل 2015ء

# سبب اللہ

ترجمہ: ہمارے لیے اللہ کافی ہے اور وہی بہترین کارساز ہے۔

(سورہ آل عمران: آیت 173)

سراقبہاں ملتان

نگران: کنور محمد طارق عظیمی

947/A، ممتاز آباد بی سی جی چوک، ملتان

پوسٹ کوڈ: 60600

فون نمبر: 061-6525331

# راتے بند ہیں

میلہ دیکھنے آنے والے اس شخص کی انوکھی  
 کہانی۔۔۔۔۔ جس کی جیب میں پھوٹی  
 کوڑی بھی نہیں تھی، لیکن اس نے میلے میں  
 آنے والے ہر فرد کی لذت اپنے اندر اتار لی تھی،  
 حتیٰ کہ موت کی لذت بھی....

وہ میلہ دیکھنے آیا ہوا ہے اور اس کی جیب میں  
 پھوٹی کوڑی نہیں۔  
 میں اس سے پوچھتا ہوں۔

”جب تمہاری جیب میں پھوٹی کوڑی نہیں تھی  
 تو تم میلہ دیکھنے کیوں آئے ہو....؟“

لوگ میلے سے جاتے ہیں اس سے کئی گنا زیادہ  
 آجاتے ہیں۔ سڑکوں پر ہر طرف تانگے،  
 تیل گاڑیاں، بسیں، ٹرک، کاریں اور

محمد منشاکیا

پھر ہنستا ہے، پھر کہتا ہے۔  
 اور کہتا ہے۔

موٹر سائیکلیں ایک دو سرے سے آگے نکلنے کی ناکام  
 کوشش کرتی ہیں۔ ہاتھ بھائی، دھواں اُڑاتی نظر آتی  
 ہیں۔ ہارن بجایا کر ڈرائیوروں کے اور مسلسل گھنٹیاں  
 بجایا کر سائیکل سواروں کے ہاتھ تھک گئے ہیں۔

”میں میلے میں نہیں آیا.... میلہ خود میرے  
 چاروں طرف لگ گیا ہے اور میں اس میں گھر گیا  
 ہوں۔ میں نے باہر نکلنے کی کئی کوشش کی ہے مگر  
 مجھے راستہ بھائی نہ دیا۔“

پیدل چلے والوں کے چہرے دھول سے اُٹے ہوئے  
 ہیں اور کپڑوں پر گرد جمی ہے۔ لیکن میلے کے شہر نے  
 ان کے تھکے ہوئے نڈھال جسموں میں نئی روح  
 پھونک دی ہے۔ میلے کی فضا کو دھویں، گرد

مجھے اس کی بات پر یقین نہ کرنے کی کوئی وجہ  
 نظر نہیں آتی اس لیے پریشان ہو جاتا ہوں۔ یہ ٹل  
 جتن اس کی نگہداشت پر مامور ہوں۔ مجھے پتہ نہیں  
 مجھے اس کی نگہداشت پر کس نے مامور کیا ہے؟

پھونک دی ہے۔ اور شور و غل کے بادلوں نے ڈھانپ رکھا  
 ہے۔ بڑے بڑے لاؤڈ سپیکروں پر انسانی  
 آوازیں لگتی اور چنگھاڑتی ہیں۔ جھولوں کی  
 چیخیں، ڈھولوں کی گھمکائیں،

میں بس اتنا جانتا ہوں کہ مجھے ہر وقت  
 اس کے ساتھ رہنا ہے اور اسے جھکنے  
 سے بچانا ہے۔  
 میلہ زوروں پر ہے۔

مداریوں کی بانسریوں کی  
 کواکیں اور خونچ

چاروں طرف انسان ہی  
 انسان نظر آتے ہیں۔ جتنے



نہیں آتا مگر اسے صرف کھانے پینے کی چیزوں سے دلچسپی ہے۔ اسے پھلوں، مٹھائیوں، فالوڈوں، آئس کریموں، سوڈا واٹر کی بوتلوں اور سینوں میں پروئے ہوئے مرغوں کو دیکھنا، گھورنا اور ان کی خوشبو سونگھنا اچھا لگتا ہے۔ حالانکہ دونوں وقت پیر صاحب کے ڈیرے پر سے بھنڈا رے کی دال روٹی مل جاتی ہے لیکن اس کا پیٹ نہیں بھر تا۔ رات وہ مجھے دیر تک ان مٹھائیوں، پھلوں اور چیزوں کے نام گنوا رہا جو اس نے کبھی نہیں چکھی تھیں۔ یہ فہرست اتنی طویل تھی کہ میں اٹھا گیا اور اسے مشورہ دیا کہ وہ صرف ان چیزوں کے نام بتائے جن کے ذائقے سے وہ آشنا ہے۔ لیکن وہ رضامند نہ ہوا۔ اس کا کہنا تھا کہ وہ لذیذ چیزوں کے ذکر سے حاصل ہونے والی لذت سے محروم ہونا نہیں چاہتا۔

میٹل میں اس کی جان پہچان کے اور لوگ بھی تھے۔

ابھی بخش نمبر دار کا لڑکا عاشق سے جو اپنے بل دوستوں کے ہمراہ میٹل پر آیا ہے۔ اس کے ڈیرے پر ہر وقت بھرا ہوا تارتا ہے اور شراب کی بوتلیں خالی ہوتی رہتی ہیں۔ طلبہ نقیب سروں پر رکھے اور دانتوں سے پڑے ہوئے ٹوٹے ٹوٹے چٹن کر تھک جاتی ہیں۔ اس نے کئی بار ارادہ کیا کہ وہ عاشق کے ڈیرے پر چلا جائے لیکن میں نے اسے منع کر دیا ہے۔ میں نہیں چاہتا کہ وہ وہاں دن رات چلپیں بھرتا رہے۔ پھر سردار محمد تھانیدار ہے۔ اسے اعتباری آدمیوں کی ضرورت بھی ہے لیکن میں نے اسے سردار محمد کے پاس جانے سے بھی منع کر دیا ہے۔ علیانائی اپنے حال میں مست ہے۔ جو میٹل میں خالی ہاتھ نہیں آیا۔ اپنے ساتھ رجھانی لیتا آیا۔ اس کا جب جی چاہتا ہے جاتیں

فروشوں کی صدائیں ایک دوسرے میں خلط ملط ہو رہی ہیں۔ ان سینکڑوں قسم کی آوازوں کے شور میں اسے سوڈا واٹر کی بوتل کھلنے کی ”ہب“ جیسی آواز سب سے اچھی لگتی ہے۔ وہ اسے کسی سریلے نغے کی طرح سنتا اور چانتا ہے۔ میں نے کئی بار چلا چلا کر اسے آگے بڑھنے کے لئے کہا ہے مگر وہ سوڈا واٹر کی بوتلوں کی دکان کے سامنے پتھر ہو گیا ہے۔ میرے لیے عجیب مشکل ہے۔ کاش میں اس سے علیحدہ ہو سکتا۔ اسے اس کی حال پر چھوڑ کر جا سکتا۔ میں اس کی کمینی حرکتوں سے عاجز آ گیا ہوں۔ عجیب ندیدہ آدمی ہے۔ صبح وہ کتنی ہی دیر تک اس کڑی کے قریب کھڑا جھپٹا رہا جس پر پوریاں تلی جا رہی تھیں اور یہ جانتے ہوئے بھی کہ اس کی جیب میں پھوٹی کوڑی نہیں، وہ بار بار جیب میں ہاتھ ڈالتا پھر خالی ہاتھ واپس گھورتا جیسے اس کی ہتھیلی پر گرم گرم پوری رکھی ہو۔ عجیب و امیبات انسان ہے۔ کھانا کھاتے ہوئے آدمی کے سامنے لکڑیوں پٹھے کتے کی آنکھوں میں اتنا ندیدہ پن نہیں ہوتا، جتنا جلوه پوری کھاتے اور فالوڈہ پیتے لوگوں کو دیکھ کر اس کی آنکھوں سے جھلکنے لگتا ہے۔

وہ میلہ دیکھنے آیا ہے۔ اور میٹل میں دیکھنے کی سیکڑوں چیزیں ہیں۔ تھیمڑ کے مسخرے، ناچتی گاتی مورٹیں، سرکس کے جانوروں کے کرتب، موت کے کنوین میں چلتی موٹر سائیکل اور چلانے والے کی گود میں بیٹھی لیدی، اوپر نیچے جاتے جھولے، فلم کی ناکی پر دو گانے گاتے ہوئے عاشق و معشوق اور مداری کے توپ چلاتے طوطے لیکن اسے ان میں سے کسی چیز سے دلچسپی نہیں حالانکہ سرکس کے باہر فلمی ریکارڈوں کی دھنوں پر ناچتے مسخروں کو دیکھنے پر تو خرچ بھی کچھ



پاکستان کے ماہیہ ناز ادیب منشا یاد 5 ستمبر 1937ء کو شیخوپورہ میں پیدا ہوئے، پیشے کے اعتبار سے وہ سول انجینئر تھے، ان کا اصل نام محمد منشا تھا، تاہم انہوں نے منشا یاد کے قلمی نام سے اپنے ادبی سفر کا آغاز کیا۔ ان کا پہلا افسانہ انیس سو پچھپن میں منظر عام پر آیا، رفتہ رفتہ انہوں نے افسانے کی دنیا میں اپنے فن کا لوہا منوایا۔ ان کے افسانوں میں خواب سراپ، ڈور کی آواز، درخت آدمی، وقت سمندر، ماس اور مٹی، بند مٹھی میں جگنو، خلا اندر خلا، چکی کچی قبوں، مارشل لا سے مارشل لا، تنگ، اور تماشا اعلیٰ ترین افسانے ہیں۔ انہوں نے کئی ناول اور یادگار ڈرامے بھی تحریر کئے، جن میں بندھن، جنون آواز، پورے چاند کی رات اور راجپن نے ملک گیر شہرت حاصل کی۔ فن افسانہ نگاری میں ان کی خدمات کے اعتراف میں حکومت پاکستان نے 2004ء میں انھیں تمغہ حسن کارکردگی سے نوازا تھا۔ 2006ء میں انھیں پنجابی میں بہترین ناول نگاری کا بااثر ادبی ایوارڈ بھی دیا گیا جبکہ 2010ء میں انھیں عالمی فروغ ادب ایوارڈ سے بھی سرفراز کیا گیا۔ اس کے علاوہ بھی انہوں نے کئی ایوارڈ حاصل کئے۔ منشا یاد نے 15 اکتوبر 2011ء کو اسلام آباد میں وفات پائی اور وہیں آسودہ خاک ہوئے۔

منشا یاد کے افسانوں میں علامت نگاری اور تجرید پائی جاتی تھی۔ انہوں نے اپنے افسانوں میں جن علامتوں کو استعمال کیا ہے، انہیں سمجھنے کے لئے تھوڑی کئی مشکل کا سامنا نہیں کرنا پڑتا۔ منشا یاد نے قاری کا بہت خیال رکھا ہے۔ ان کے تمام افسانے ان کے اسی اسلوب نگارش کے غماز ہیں۔ ”راستے بند ہیں“ ان کے بہترین علامتی افسانوں میں سے ایک ہے، اس افسانے کی کہانی کا یہ جوہر کردار، جو خالی جیب میں لادیکھنے آیا تھا، میلے کے ہر فرد کے اندر کی ساری لذت اس نے اپنے اندر اتاری تھی۔ حتیٰ کہ موت کی لذت بھی اس کے اندر اتر گئی تھی۔

انہی تو کالو کے ساتھ پناہ لینے کے لئے ایک تخت پوش کے نیچے ٹھس گیا تھا، تخت پوش کے نیچے قلاقتہ سے بھری کرانیں رکھی تھی جسے اس نے اور کالو نے خالی کر دیا۔ اس دن مہر و مہاجر نکل کر دو بار گٹے میں انگلی ڈال کر قے کرنا پڑی تھی۔ اگر کالو کی دم اس کے پاؤں کے نیچے نہ آجاتی تو ایک آدھ بار اور قے کر کے وہ گلاب جامنوں کا بھی صفایا کر دیتا۔ اسے مہر اور کالو پر رشک آتا تھا۔ اگر میں اس کے ہمراہ نہ ہوتا یا اس سے بے پروا ہو کر سویا رہتا تو وہ یقیناً جینک جاتا۔ چمپیں بھرتا۔ دلالی کرتا یا پھر کسی تخت پوش کے نیچے گھس کر قلاقتہ یا گلاب جامنیں کھا رہا ہوتا۔ اس نے کئی بار ارادہ کیا کہ کسی حلوائی کی دکان یا کسی ہوٹل میں

بنا لیتا ہے اور جب ہی چاہتا ہے تھیز دیکھنے چلا جاتا ہے۔ تھیز دیکھتے ہوئے بھی وہ قریب بیٹھے ہوئے لوگوں کے ناخن پر مشتارہتا ہے۔ صرف مہر و سانس کی ایک ایسا آدمی ہے جو ایسے دیکھ کر خوش ہوتا ہے اور خوشی کے اظہار کے لیے جب بھی سامنے آتا ہے دانت نکالتا ہے یا پھر کالو ہے جو ایسے دیکھتے ہی دم ہلانے لگتا ہے حالانکہ اس نے زندگی بھر ایسے سوکھی روٹی کا ٹکڑا تک نہیں ڈالا۔

اسے مہر و سانس کی اچھا لگتا ہے شاید اس لیے کہ مہر و گندی چیزیں سمیت ہر طرح کی کھانے پینے کی چیزوں کے ذائقوں سے آشنا ہے۔ پچھلی رات تو اس نے حد ہی کر دی تھی۔ رات کو جب اچانک آندھی



گھس کر جی بھر کے کھائے اور خود کو دکاندار یا پولیس کے حوالے کر دے۔ لیکن میں نے ہر لمحہ اسے ایسی حرکتوں سے باز رکھا ہے۔

میلے کا آج تیسرا روز ہے۔

اور میں نہایت مشکل میں ہوں۔

وہ بغاوت پر آمادہ ہے۔

مجھے اس کے تیور بگڑے ہوئے نظر آتے ہیں۔

سو ڈاؤنر کی بوتل کھلنے کی ”بب“ جیسی آواز سن کر

اس کی تشفی نہیں ہوتی۔

وہ حلوہ پوری، قلاقند اور بالوشانی کے ذکر سے

مطمئن نہیں ہوتا۔

بھنے ہوئے گوشت اور روٹ مرغ کی خوشبو

سے اس کا جی نہیں بہلتا اور وہ بھٹوں کے نام گوا کر

لذت حاصل کرنے پر قناعت نہیں کرنا چاہتا۔

میں نے اسے بہت سمجھایا ہے۔ لیکن

ملا مت کی ہے لیکن وہ مصر ہے کہ وہ ہر قیمت پر ان

سب چیزوں کو چھ کر دیکھنا چاہتا ہے جن کے ذائقے

سے وہ نا آشنا ہے۔ گزشتہ رات ہم دونوں دیر تک

لڑتے جھگڑتے رہے ہیں۔ میں نے اسے صاف صاف

بتا دیا ہے کہ اگر وہ باز نہ آیا تو مجھے زندہ نہ دیکھے گا لیکن

اس کا کہنا ہے کہ اگر اس نے اپنی خواہش کا گلا گھونٹ

دیا تو گھٹ کر مر جائے گا۔

میں عجیب الجھن میں ہوں۔ شاید وہ وقت آگیا

ہے۔ جب ہمیں یہ فیصلہ کرنا ہو گا کہ ہم دونوں میں

سے کسے زندہ رہنا چاہیے۔

میں زندہ رہنا چاہتا ہوں۔

لیکن میں اسے بھی زندہ، خوش اور مطمئن دیکھتا

چاہتا ہوں۔ میں اس کی توجہ بنانے کی کوشش کرتا ہوں

اور اسے مداری کے کرتب، جمبولوں کے مناظر اور

مسخروں کے ناچ دکھانا چاہتا ہوں لیکن وہ قہر کر لیتے، بھنے ہوئے گوشت اور روٹ مرغ اور قلاقند کے ذائقوں کے لئے قتل و غارت پر اتر آتا ہے۔

وہ کہتا ہے ”جب یہ سب چیزیں موجود ہیں تو میں

ان کے ذائقوں سے محروم کیوں ہوں۔“

میری سمجھ میں نہیں آتا کہ میں کیا کروں۔ اسے

کیسے سمجھاؤں اور بھٹکنے سے کیسے بچاؤں...؟ میلے کا

آخری اور چوتھا روز ہے۔

رات مجھے ایک نہایت اچھا تاخیال سوچا ہے اور

میں نے یہی مشکل سے یہ بات اس کے ذہن نشین

کرائی ہے کہ ملن میں سب انسان ایک ہی انسان کا

پر تو ہیں یا اصل میں انسان ایک ہی ہے جو مختلف

شکلوں میں جگہ جگہ نظر آتا ہے۔ کہیں وہ قلاقند کھا رہا

ہے۔ کہیں ناخن تراش رہا ہے۔ کہیں روٹ مرغ

اڑتا ہے اور کہیں جھنڈارے کی دال روٹی پر اکتفا کرتا

ہے۔ اس لیے جو کچھ بھی دنیا میں ہو رہا ہے یا کبھی چاہا

رہا ہے اس کی لذت انسان کی مشترکہ لذت ہے۔

چنانچہ جب وہ کسی کو حلوہ پوری کھاتے دیکھتا ہے تو

اسے حسد نہ کرنا چاہئے کہ خود حلوہ پوری کھا رہا ہے

اور اس لذت میں ہر اکھڑا حصہ دار ہے۔

مجھے اس کی یہ عادت بے حد پسند آتی کہ جب

اس کے ذہن میں کوئی بات بٹھلائی جائے تو وہ اس سے

سو مو ادھر ادھر نہیں ہوتا۔ چنانچہ اس نے جلد ہی

میری اس انوکھی تجویز پر عمل کرنا شروع کر دیا ہے۔

”بب“ بوتل کھلنے کی آواز آتی ہے۔

ایک دبا پتلا آدمی بوتل منہ سے لگاتا ہے۔ وہ اپنی

جگہ ہرا مسکرا کر میری طرف دیکھتا ہے اور کہتا ہے۔

”واہ، واہ، کیا ٹھنڈی ٹھنڈی اور مزے دار

بوتل ہے۔“

طرح محسوس کر کے کھاؤ۔  
وہ پھر دانتوں سے کاٹتا ہے اور کہتا ہے ”یہ  
امرود ہے۔“

”یہ امرود نہیں سیب ہے۔“  
وہ پھر کوشش کرتا ہے اور پھر کہتا ہے۔  
”یہ آڑو ہے۔“

مجھے غصہ آجاتا ہے۔ ”تم آلو کے پٹھے ہو۔“  
وہ مجھے اداس نظر سے دیکھتا ہے اور پھر روبانسا  
ہو کر کہتا ہے:

”مجھے ایسا یہ سیب کا ڈالہ کیسا ہوتا ہے۔۔۔؟ میں  
نے کبھی کھایا ہی نہیں۔“  
”اچھا چھوڑو۔۔۔“  
میں کہتا ہوں۔  
”اب آگے چلتے ہیں“

ہم باری باری ایک دوسرے کی انگلی بکڑے چلنے  
لگتے ہیں۔ ایک جگہ بہت سے لوگ جمع ہیں۔  
”کیا بات ہے بھائی؟“

وہ پوچھتا ہے۔  
”حادثہ ہو گیا ہے۔ آدمی ٹرک کے نیچے آکر  
پکلا گیا۔“

وہ پریشان ہو کر میری طرف دیکھتا ہے۔  
پھر کہتا ہے۔۔۔  
”ٹرک۔۔۔ میرے اوپر سے ٹرک  
گزر رہا ہے۔“

”نہیں۔۔۔“ میں چلاتا ہوں۔  
لیکن اس سے پہلے میں کچھ اور کہوں وہ دھڑام  
سے نیچے گر جاتا ہے اور دیکھتے ہی دیکھتے ٹھنڈا  
ہو جاتا ہے۔۔۔



پھر آستین سے منہ پونجھ کر کہتا ہے۔  
”مزا آگیا۔“ سب کبابوں کی خوشبو چکیتی ہوئی آتی  
ہے اور اس کے قدم روک لیتی ہے۔

وہ منہ کھولے بغیر نگوں کو دانتوں سے کاٹتا چباتا  
ہے۔ پھر ان کی لذت محسوس کرتے ہوئے کہتا ہے۔  
”ذرا سخت ہیں، مگر گوشت سخت ہی ہو تو مزا  
دیتا ہے۔“

میں اطمینان کا سانس لیتا ہوں۔  
اس کی نظریں بالوشامی کے تھال پر ہیں۔ وہ  
دکان کے کچھ فاصلے پر کھڑے کھڑے بالوشامی کھانا  
شروع کر دیتا ہے۔ کھاتے کھاتے اس کا منہ تھک جاتا  
ہے۔ پیٹ پھول جاتا ہے بالوشامی ختم ہونے کا نام  
نہیں لیتی۔ میں کہتا ہوں ”اور کھا۔“

”نہیں بس“ وہ ڈکار لیتے ہوئے جواب دیتا ہے۔  
پاؤد کچھ کر کہتا ہوں۔  
”منہ سلونا کرو گے؟“  
”ہاں۔۔۔“

پاؤد اس کے دانتوں تلے کڑکڑاتے ہیں۔  
”کیسے ہیں؟“  
”بہت اچھے ہیں بس ذرا مصلحہ تیز ہے۔“

”اور کیا پسند کرو گے؟“  
”میں نے آج تک سیب نہیں چکھا۔“

میں اسے پھلوں کی دکان کے سامنے لے جاتا  
ہوں اور سیبوں کی طرف اشارہ کر کے کہتا ہوں۔  
”یہ سیب ہیں تم جتنے چاہے کھا سکتے ہو۔“

وہ ایک سیب نگاہوں سے اٹھاتا ہے۔ دانتوں  
سے کاٹتا ہے اور کہتا ہے۔  
”یہ تو ناشپاتی ہے۔“

”یہ ناشپاتی نہیں سیب ہے۔ تم اسے سیب کی



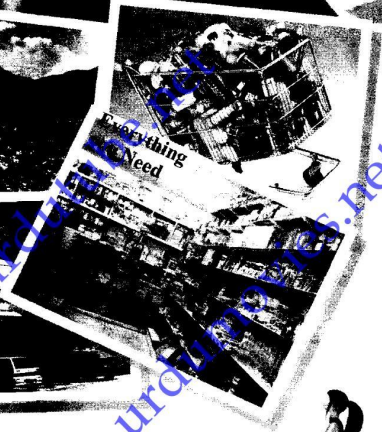
# SANGAM

Superstore

Beautiful Location



Everything  
You Need



## SANGAM SUPERSTORE

Domel, Muzafferabad,  
Azad Kashmir.  
Phone: 05822-446661



پیشہ ورانہ ڈاکو

# جیتی جاگتی زندگی

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

شفاف پانی کے جھسی ہے تو کہیں کچھڑ میں کھلے پھول کی مانند۔ کہیں قوس قزح کے رنگ ہیں۔ کبھی اماوس کی رات جھسی لگتی ہے۔ کبھی خواب لگتی ہے، کبھی سراب لگتی ہے، کبھی خار دار جھلاڑیاں تو کبھی شبنم کے قطرے کی مانند لگتی ہے۔ زندگی عذاب مسلسل بھی ہے۔ تو راحت جان بھی ہے، زندگی ہر رنگ میں ہے، ہر طرف ٹھاٹھیں مار رہی ہے، کہانی کے صفحات کی طرح بکھری پڑی ہے....

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

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

## زندگی کی شام

ایک دیکھی اور حوصلہ مند خاتون کی روداد جس نے زندگی کی بہاریں اولاد کے نام کیں.... بدلے میں اسے کیا ملا...؟ وہ اپنی روداد کچھ یوں بیان کرتی ہیں۔

حمید بڑی منتوں کے بعد پیدا ہونے والی میری پہلی اولاد ہے۔ مجھے اس کے بڑے ہونے تک ان گنت آزمائشوں سے گزرنا پڑا۔ وہ بیسیوں مرتبہ بیمار ہوا ہر مرتبہ میری جان پر بن جاتی۔ جگر خراش سوچیں میرا جینا دشوار کر دیتیں۔ میں بولائی بولائی سی

اسے ڈاکٹر کے پاس لے پھرتی۔ نہ کھانے پینے کا ہوش نہ دن رات کی فکر۔ حمید کے کمزور وجود کے علاوہ مجھے کچھ نظر نہیں آتا تھا۔ کبھی تو اس کے اوجھے ہوتے ہوتے میری طبیعت بگڑ جاتی، لیکن مجھے اپنی فکر کبھی نہیں ہوئی۔ حمید کے ابا ہی اس معاملے میں سر کھپاتے تھے ”بڑی بی بی.... کچھ تو خیال کرو اپنا۔“

”میں ٹھیک ہوں۔ تم بالکل فکر مت کرو، میں سخت جان ہوں۔“ میری بات پر وہ مسکرا دیتے۔ میں واقعی سخت جان ہی ہوں۔ میں کبھی کسی کی مدد لینے کی روداد نہ تھی۔ کسی ہی مصیبت آئے، کسی سے مدد

مانگنا میں نے سیکھا ہی نہیں۔ لوگوں کی ہمدردی سے مجھے نفرت تھی اور آج... آج میں کتنی مجبور ہوں کہ اپنی ضروری حاجتوں کے لیے بھی دوسروں پر بار بنی ہوئی ہوں۔ یہ محتاجی ایک پھانس کی طرح میرے سینے میں اٹکی ہوئی ہے۔ یہ گھٹن مجھے مار کیوں نہیں دیتی! زندگی اور موت کے بیچ لٹکے رہنا اذیت ناک ہوتا ہے...؟ کوئی میرے دل سے پوچھے وہ بھی ان حالات میں... حمید کے بعد شائستہ میری دوسری اولاد تھی۔ اس کے بعد کا شان اور سارہ۔

چاروں ہی میری آنکھ کے تارے تھے۔ میں نے ان لوگوں کے ناز خوش ہو کر اٹھائے ہیں۔

سارہ چار برس کی تھی کہ حمید کے ابا ہمیں داغ مفارقت دے گئے۔ ایک سیاہ رات انہیں دل کا دورہ پڑا تھا۔ انہیں موت کی آغوش میں جانے کے لیے صرف چند لمبے لگے تھے اور ایک میں... انہوں نے تو مجھے خدمت کا موقع بھی نہ دیا تھا۔ اگر میری طرح وہ بھی بستر سے لگ جاتے... دنوں، مہینوں یا سالوں کے لیے تو میں ان کی خدمت میں دن رات ایک کر دیتی۔ کبھی بھول سے بھی ان سے رہائی حاصل کرنے کا خیال دل میں نہ ابھرتا۔ کبھی بوجھ نہ محسوس کرتی، مگر اب ان سب باتوں کا لیفا ملہ...؟ میں ان کی خدمت کے لیے موجود تھی لیکن وہ انہوں میں چپ چاپ ہمیشہ کے لیے کھو گئے اور میں انہیں تلاش کرتی رہ گئی۔

اس وقت حمید نیا نیا نوکری پر لگا تھا۔ آمدنی خاص نہ تھی، سارا بار میرے کاندھوں پر آن پڑا۔ سفید پوشی کا بھرم رکھنے کے لیے میں نے ادھر ادھر

سے مانگ تا مانگ کر سلائی کا کام شروع کر دیا۔ رفتہ رفتہ لوگ میری طرف متوجہ ہونے لگے۔ دن رات مشین کی کھرر کھرر جاری رہتی۔ میں کا شان اور سارہ کے سو جانے کے بعد آدھی رات تک مشین پر جھکی رہتی۔ شائستہ تھوڑی بہت مدد کر دیا کرتی، کبھی ہاتھوں سے تریپائی کر دیتی، کبھی بن ناک دیتی۔ رات گئے جب میں سونے کے لیے لیٹی تو جسم کا جوڑ جوڑ فریادی بن جاتا اور مجبور یوں کا احساس درد بن کر آنکھوں سے آنسوؤں کی شکل میں نکل آتا۔ تب دھیرے دھیرے حمید کے ابا یوں پر مسکان لیے جانے کس کونے سے نکل کر میرے سرہانے آ بیٹھے۔ انہیں اپنے پاس محسوس کرنے کا آں واحد میں میرے اندر حالات سے لڑنے کی قوت جاگ اٹھتی۔ جب بھی میں نے مکان محسوس کیا حمید کے ابا کا چہرہ میری آنکھوں کے سامنے آ جاتا۔ ان کے چہرے پر پھیلی ہوئی طمانیت اور مسکان میرے اندر جا جوس بھر دیتی۔

کئی دشاویوں کے باوجود شائستہ کی شادی ہو گئی۔ شادی کی تقریبات کی تکمیل تک میں جن مشکل وہ مراحل سے گزری، انہیں میں نے کسی پر ظاہر نہیں کیا۔ پھر کا شان نے بھی نوکری کر لی۔

زندگی میں ایک ٹھہراؤ سا آ گیا۔ شب تار پر دھیرے دھیرے سحر کارنگ چڑھ آیا۔ میری معمولی سی تکلیف بھی سب کو پریشان کر دیتی، مجھے پھر وہ دن یاد آ جاتے جب میں اسی طرح اپنے بچوں کی معمولی سے معمولی تکلیف پر رت پ اٹھتی تھی۔

کا شان پر ہمیشہ یورپ جانے کی دھن سوار رہتی

شاید اس لیے کہ میں اپنی ”محبت“ اپنی ممتا کی قسم دے کر اسے روک لوں گی۔ وہ کتنا نادان تھا! میں تو ہمیشہ سب کو خوش دیکھنا چاہتی تھی۔ بھلا میں اس کی خوشیاں کیوں چھینتی....؟ جدارہ کر اذیت مجھے سہنی تھی۔ اس نے وہیں شادی کر لی تھی، ذمہ داریوں کا بوجھ بڑھا ہو گا جیسی وہ ہم سے لا تعلق سا ہو گیا۔ بھولے بھلے خط آجاتا تو میں پہروں اسے لیے بیٹھی رہتی، تحریر میں بیٹے کا چہرہ تلاش کرتی۔ کاغذ کی پھڑ پھڑاہٹ پر مجھے اس کی آواز کا گمان ہوتا، لیکن مجھے کاشان سے کوئی شکایت نہیں، شکایت تو حمید، شائستہ اور سارہ سے بھی نہیں... کہ انہیں زندگی کی لطفائیں بخش کر پروان چڑھانا میرا فرض تھا۔

شائستہ کو شکایت تھی کہ میرا لہجہ سارہ کے حصے میں زیادہ گیا ہے کیونکہ شائستہ کی شادی بالکل سادہ طریقے سے ہوئی جبکہ سارہ کا بیاہ اعلیٰ پیمانے پر ہوا۔ کیونکہ اس وقت تک کاشان باہر جا چکا تھا اور اس کے پیچھے ہوئے پیسے کس کام آتے....؟ شائستہ جب گھر آتی منہ پھلائے رہتی۔

”اماں کو تو بس سارہ نظر آتی ہے، دوہری نگاہ ہے اماں کی، محشر میں پڑ ہو گئی۔“

لیکن وہ کس عذاب کا ذکر کرتی ہے....؟ کیا وہ نہیں جانتی کہ اس کی شادی کن حالات میں ہوئی تھی....؟ وہ کس تو نہیں تھی۔ اس نے میری جان تو محنت کو کتنی آسانی سے جھٹلا دیا، میری محبت کو فراموش کر دیا۔

حمید بھی بیوی بچوں میں الجھ کر مجھ سے دور ہوتا چلا گیا۔ میں رات بھر کھانسی رہتی۔ وہ مست سو یا

تھی۔ وہ اس چھوٹے سے گھر کو بچلے کی صورت میں دیکھنا چاہتا تھا۔ میں نے ہمیشہ اسے یہی نصیحت کی تھی کہ خدا جس حال میں رکھے اس میں خوش رہو۔ دولت تو آنی جانی شے ہے اور پھر ہم ریسوں سے اپنا موازنہ کیوں کریں....؟ ہر کسی کی اپنی قسمت ہوتی ہے۔ جس کی تقدیر میں جو ہو.... سکھ یاد رکھ، وہ اسے ہر حال میں ملے گا۔ لیکن نہ جانے کیوں وہ احساس کمتری میں مبتلا رہا اور سفید پوشی کے پھیلے جال سے نکل کر اونچی پرواز کرنے کا خواہاں رہا۔ وہ اکثر کہتا ”یہ بھی کوئی زندگی ہے....؟ کوئیں کے مینڈک جیسی.... میں اپنی روٹنوں سے تنگ آ گیا ہوں۔“

ایک روز وہ مجھے زندگی کا حسین دکھانے اور پھولوں کی بیج پر بٹھانے کا عزم مجھ سے بہت دور چلا گیا.... مگر میں نے زندگی کا وہ حسین روپ (جن تک نہیں دیکھا، اس نے وہاں اپنے خوابوں کی تعبیر پائی۔ اس کی زندگی کا احواد اور اپن تو دور ہو گیا۔ خوشیاں اس کی آغوش میں مٹ آئیں.... بس یہی اک سکون تھا میرے پاس کہ وہ خوش تھا۔ لیکن اس کی ایک جھلک دیکھنے کے لیے میری تہمتی ہوئی آنکھوں میں اکثر ایک آگ سی لگ جاتی۔ میں آنکھیں بند کرتی تو یہ آگ دل میں منتقل ہو جاتی۔ وہ کچھ کرے تک میرے نام خط اور پیسے بھیجتا رہا۔ وہ مجھے پھولوں کی بیج پر بٹھانا چاہتا تھا لیکن کوئی ماں اپنی اولاد سے جدا ہو کر خوش رہ سکتی ہے....؟

رفتہ رفتہ خطوط کے درمیان فاصلے بڑھتے گئے۔ وہ حمید اور سارہ کی شادی پر بھی نہیں آیا، اسے وہیں کی مٹی راس آگئی تھی۔ وہ یہاں آنے سے ڈرتا تھا،

رہتا۔ میری چھوٹی موٹی بیماری اب اسے پریشان نہ کرتی ہے، وہ اتنا ضرور کہتا۔

”تم ایک جگہ پڑی رہو، اماں، شگفتہ سب کچھ کر لے گی۔ ہائی بلڈ پریشر میں فالج کا اندیشہ رہتا ہے۔ کہیں گردور گھسے تو اس عمر میں بڑی مشکل ہو جائے گی۔“

”اتنی فکر کیوں کرتے ہو...؟ میں بھی تمہارے ابا کی طرح ایک دن چپ چاپ چلی جاؤں گی۔“

”ایسا کیوں کہتی ہو اماں۔ میں تو تمہارے بھلے کے لیے ہی کہہ رہا ہوں۔“

میری بھلائی تو اب کسی چاہتا ہے۔ پھیکی سی مسکراہٹ میرے لبوں پر پھیل جاتی ہے۔ حمید کے ابا چپکے سے آکر میرے پاس بیٹھ جاتے ہیں اور کہتے ہیں۔

”بڑی بی! سارے کام تو تم نے نپٹالیے اب کس بات کا انتظار ہے...؟“

ہاں سب کچھ تو ہو چکا ہے۔ وہ جن کاموں کو ادھورا چھوڑ کر گئے تھے، میں نے ان سب کی تکمیل کر دی اور اب اس موڑ پر تنہا اپنی زندگی کا بوجھ اٹھائے اٹھائے میں تھک گئی ہوں۔ حمید جس بات سے خوف کھاتا تھا وہی ہوا۔ مجھ پر اچانک ایک رات فالج کا حملہ ہوا، میرا جسم اس کی زد میں آگیا۔ اب میں محتاج ہوں، بوجھ بن کر رہ گئی ہوں۔

ایک سویرے میں نے دھیرے سے آنکھیں کھولیں، صبح ہو چکی تھی۔ شگفتہ نے ناشتہ تیار کر لیا تھا اور اب حمید کو آواز دے رہی تھی۔ میں نے آنکھیں

بند کر لیں، بس آوازیں سنتی رہی۔

”جلدی ناشتہ سے فارغ ہو لو۔ لوگوں کی آمد شروع ہو جائے گی۔“

”لوگوں کو تو جیسے کوئی کام ہی نہیں ہوتا“ حمید یہ کہہ کر میرے پاس سے ہو کر کچن میں چلا گیا۔

”تم نے کاشان کو تار دے دیا تھا نا...؟“

”ہاں...“

”یورپ جا کر جان چھڑانی تمہارے بھائی نے۔ یہاں رہتا تو ہم پر اتنا بار نہ پڑتا۔“

”جانے بھی دو... اطلاع دے دی ہے، آجائے گا تو کچھ انتظام کر لے گا۔“

”ہاں... جیسے اماں ہمیشہ اسی کے پاس رہی ہیں۔ وہ ان آخری دنوں میں کچھ کر دے گا تو لوگ کہیں گے کہ کاشان کے علاوہ کسی کو اماں کی فکر نہیں۔ جہاں اتنے دن گزارے ہیں، اب یہ تھوڑے دن بھی گزر رہی جائیں گے۔“

”تم جو چاہو کرو۔ آج ناشتہ آئے گی۔ اس سے کہنا کہ یہاں دو دن رک جائے۔ اس کا بھی تو کچھ حق بنتا ہے۔“

”وہ نہیں رہے گی یہاں۔ دو دن پہلے آئی تھی تو کہہ رہی تھی کہ اماں کو نا انصافی کی سزا ملی ہے۔ اب مجھے کیا پتہ...؟ ویسے اماں کی خدمت کا سب سے زیادہ فرض تو ساراہ کا بنتا ہے، لاڈلی جو تھی۔“

”پھر اسی کو روک لو۔“

”وہ بہت تیز ہے۔ اسے صرف اپنے مفاد کا خیال رہتا ہے۔ رحیم کے پیر کی ہڈی میں فریکچر کیا ہوا ہے کہ اس نے اپنے آپ کو اماں کی خدمت سے بری

الذمہ کر لیا ہے کہتی ہے کہ رحیم کو میرے بغیر چین ہی نہیں پڑتا۔ اب وہ اتنا چھوٹا بچہ بھی نہیں۔ سب بہانے ہیں۔“

”خیر چھوڑو.... ہم سے جو بن سکا کر ہی رہے ہیں۔“

”ڈاکٹر تو کہہ رہا تھا کہ اس حالت میں سال بھر بھی رہ سکتی ہیں۔ ان کی خدمت کرتے کرتے تو میں ہی چل بسوں گی۔“

”فضول کی باتیں مت کرو.... کیا پتہ اماں کا شان کی منتظر ہوں۔ شاید اس کے آنے کے بعد....“

میرے بیٹے نے ٹھیک ہی کہا تھا۔ شاید مجھے اسی کا اظہار ہے یہ انتظار کی کیفیت بھی کتنی عجیب ہوئی ہے۔ لذیت دیتی ہے تو آس و امید کے دیے بھی جلاتی ہے جس کی روشنی ہمارے تن من کو منور کرتی ہے۔ کبھی اتر پڑے کبھی ڈھیروں اطمینان ہمارے اندر سمٹ آتا ہے۔

آج صبح ہی سے میرے اندر ایک ٹکان سی اتر آئی ہے۔ دس دنوں سے لیٹے لیٹے میں اپنے ماضی کی بے شمار گلیوں کے چکر کاٹ آئی ہوں۔ سنے اور کچھ ان مئے نشان اب بھی باقی ہیں۔ اس سفر میں میرے ساتھ کبھی درد کا احساس ہوتا کبھی سرشاری کی کیفیت.... میں اکیلی نہ تھی ان گلیوں سے جھانکتے بے شمار چہرے مجھے پکار کر اپنی طرف متوجہ کر لیتے، میں ہر آواز پر ان کی طرف مڑ جاتی اور پہروں بیٹھی رہتی....

اور اب....

میری روح میں نامعلوم ٹکان اتر آئی ہے۔ میں سو جانا چاہتی ہوں مگر شعور جاگ رہا ہے۔ بار بار ٹوٹی نیند میرے دل و دماغ کو اور بو جھل کر دیتی ہے۔ دفعتاً امید کی آواز آئی۔ میرے اندر کا بو جھل پن اور بڑھ گیا۔ وہ کہہ رہا تھا۔

”سنا کٹھنہ تم نے! کاشان کو بہت ضروری کام آپڑا ہے جسے ہر قیمت پر پورا کرنا ہے حد ضروری ہے۔ وہ بس دنوں بعد آئے گا۔“.... میں نے دھیرے سے آنکھیں کھولیں۔ اس نے کاغذ کے ٹکڑے توڑ مروڑ کر پھینکا اور سگریٹ نکال کر وہاں سے چلا گیا۔

”کبخت لوگوں سے ڈر ڈر کر تو چین و شوار ہو گیا ہے۔ سگریٹ تک کو ہاتھ نہیں لگا سکتا۔ اب یہ کیا جانیں کہ عادتیں کس طرح کمزوری بن جاتی ہیں....“ اس کی بڑبڑاہٹ رفتہ رفتہ مدھم ہونے لگی۔

کاشان نے بھاری رقم بھیج دی تھی تاکہ میرا مکمل علاج ہو سکے مگر میں ٹوٹ گئی ہوں۔ تابوت میں آخری کیل ٹھوکی جا چکی ہے، میرا شعور ڈوبنے لگا۔ ذہن کے پردوں سے ایک ایک کر کے تمام منتظر مدھم پڑ رہے ہیں۔ عکس مٹ رہے ہیں۔ چہرے انہل میں مدغم ہو رہے ہیں اور ڈوبتے شعور کے ساتھ مجھے لگ رہا ہے کہ کوئے کھدروں سے نکلتی سفید ٹھنڈی اور سبک چاندنی میرے وجود کو اپنی پناہ میں لیتی جا رہی ہے۔

میری زندگی کے اوراق اختتام پر ہیں اور زندگی کی شام ہوا چاہتی ہے۔

خوش رہو....

میرے بچو!.... خوش رہو۔



## ناگردہ گناہ

میں اسٹور سے خریداری کرنے باہر نکلی تو پیچھے سے کسی نے آہنگی سے میرے کندھے پر ہاتھ رکھ دیا۔ میں نے پلٹ کر دیکھا۔ ایک فقیرنی پھنے پرانے کپڑوں میں ملبوس پسینے میں شرابور بکھرے اور گندے بالوں کے ساتھ کھڑی تھی خالہ!....! آپ نے مجھے پہچانا نہیں۔ میں شکلیہ ہوں۔ میں ذہن کے گوشوں میں شکلیہ کو تلاش کرنے لگی۔ میری زبان سے حیرت میں شکلیہ نکل گیا۔ آواز مانوس لیکن چہرہ اجنبی تھا۔ نام، آواز چہرہ تینوں آپس میں متضاد محسوس ہو رہے تھے۔ میں یک تک اس کی طرف دیکھنے لگی۔ آخر کار شکست غارت میں شناسائی کے آثار نظر آ رہی گئے۔ جی چاہا بڑھ کر کئے لگالوں گروہ خود ہی پیچھے ہٹ گئی۔ شکلیہ کہہ رہی تھی۔

”خالہ میں آپ کو دیکھ کر خود پر ضبط نہ رکھ سکی اور آپ نے بھی مجھے پہچان لیا اور نہ تو سب مجھے دیکھ کر نفرت سے منہ پھیر لیتے ہیں“....

میں نے پوچھا ”بچے یاد نہیں آتے...؟“

اس نے بگ بگ کر رونا شروع کر دیا۔ ارد گرد اگلیوں نے بے اختیار منہ زرد کیا لیکن وہ اس کو ایک پاگل عورت سمجھ کر اپنے اپنے راستے پر چل دیے۔ شکلیہ کہہ رہی تھی

”خالہ میں بے قصور ہوں مجھے ناکردہ گناہوں کی سزا ملی ہے میرے انہوں نے میرے ساتھ جو کیا ہے میں روز قیامت ایک ایک کا گریان پکڑ کر حساب لوں گی۔ خالہ آپ میری بات کا یقین کریں“

میں ہکا بکا اس کی طرف دیکھتی جا رہی تھی۔ اتنے

میں مجھے اپنی بہن اپنی طرف آتی دکھائی دی۔ بہن نے میرا ہاتھ پکڑا اور مجھے تقریباً گھسیٹی ہوئی گاڑی تک لے آئی۔ کہنے لگی گھر جا کر اطمینان سے بات کریں گے۔

گھر آ کر میری بہن نے شکلیہ کی کہانی مجھے سنائی جو اس طرح ہے۔

شکلیہ کی شادی دس سال پہلے شرافت خان کے ساتھ ہوئی تھی۔ شرافت خان ہمارا اور کار شریف دار تھا اس کی پہلی بیوی فوت ہو گئی تھی۔ اس سے ایک بیٹی تھی۔ شرافت خان بہت نیک اور سمجھدار آدمی تھا۔ اس وقت شکلیہ کی عمر صرف سترہ برس تھی۔ شکلیہ ہماری ماموں داد بہن کی بڑی بیٹی تھی۔ اس سے چھوٹے اس کے دو بھائی اور دو بہنیں اور تھیں۔ یہ لوگ گاؤں میں رہتے اور متوسط زمیندار گھرانے سے تعلق رکھتے تھے۔ شکلیہ نے گاؤں کے اسکول سے پانچویں تک تعلیم حاصل کی تھی۔ البتہ عام گھر داری کے کاموں میں بہت ہوشیار تھی۔ شرافت خان کا رشتہ آیا تو اگرچہ شرافت خان شکلیہ سے عمر میں بارہ سال بڑا تھا لیکن لڑکے کی نیکی اور شرافت کی وجہ سے یہ رشتہ طے ہو گیا اور شکلیہ بیاہ کر اپنے گھر چلی گئی۔

میں کافی عرصہ سے ملک سے باہر تھی لیکن جب بھی پاکستان آتی اپنی ماموں زاد بہن سے ضرور ملتی۔ اس کے گھر جاتی تو اس کے بچوں کے لیے تحفے تیار کرتی تھی۔ اس طرح آپس میں ہمارا کافی میل ملاپ تھا۔ شادی کے بعد دو مرتبہ میں شکلیہ کے سرسرا ل بھی گئی تھی۔ اس کا گھر دیکھ کر دل بہت خوش ہوا تھا۔ وہ اپنی سوتیلی بیٹی کے ساتھ بہت پیار کرتی تھی۔ اس نے اپنے شوہر کا دل جیت رکھا تھا وہ

چار بچوں کی ماں بن کر پہلے سے بھی زیادہ کھھر گئی تھی۔ شرافت خان کی اپنی فرنیچر کی ایک بڑی دوکان تھی۔ خاصا خوشحال گھرانہ تھا۔

یہ تقریباً پانچ سال پہلے کی بات ہے میں نے بہن کے گھر خیریت پوچھنے کے لیے فون کیا تو اس نے مجھے بتایا کہ شکیلہ گھر سے بھاگ گئی ہے۔

کون شکیلہ....؟

میں نے بے اختیار سوال کیا۔

وہی اپنی شکیلہ۔ بہن کا جواب تھا اور میں پھر کئی راتوں تک سو نہ سکی تھی۔ اگلے کئی دن میں ہر روز فون کرتی رہی کہ وہ کیسے بھاگ سکتی ہے۔ ایک ہی جواب تھا کسی کو کچھ معلوم نہیں۔

بہر حال کہانی کا اگلہ حصہ شکیلہ کی زبانی معلوم ہوا۔ یہ اس نے واپس گھر آکر سنایا تھا۔

”شرافت خان کی دکان گھر کے نچلے حصے میں تھی، اوپر اس نے اپنا بارنسی گھر بنا رکھا تھا۔ دکان خوب چلتی تھی۔ شرافت خان نے چار پانچ لوگ اور کام کرنے کے لیے رکھے ہوئے تھے۔ میں (شکیلہ) کبھی کبھار کوئی کام ہوتا تو خود بھی نیچے آکر دکان کا چکر لگاتی تھی۔

اس روز مجھے بازار سے کچھ خریداری کرنا تھی میں شرافت خان کو بتانے آئی تھی کہ میں بازار جا رہی ہوں اس کے پاس کوئی بڑی بڑی مونیچوں والا شخص بیٹھا تھا۔ اس کی جانب میں نے بے اختیار دیکھا تو اس کی بڑی بڑی سرخ آنکھوں میں عجیب سی خونخواری تھی۔ مجھے جھرجھری سی آگئی۔ دو گھنٹوں بعد میں واپس آئی تو شرافت خان نے کہا کہ رات کو

ایک مہمان کھانے پر آئے گا بندوبست کر لینا۔ یہ اکثر ہوتا رہتا تھا لیکن آج فرق یہ تھا کہ کھانے پر آنے والا مہمان وہی دوپہر والا ڈرافٹا شخص تھا اور پھر شرافت خان نے مجھے آواز دے کر بلایا اور تعارف کراتے ہوئے کہنے لگا۔ یہ بہت بڑے زمیندار ہیں انہوں نے ہمیں فرنیچر کا کافی بڑا آرڈر دیا ہے۔ کافی ایڈوانس بھی دے دیا ہے۔ اگلے دو دن یہ ہمارے ہاں ہی قیام کریں گے۔

اس وقت تو میں خاموش رہی لیکن جب وہ مہمان حبیب اللہ ہونے کے لیے چلا گیا تو میں شرافت خان سے خوب لڑکی۔

اگلے دن کی بات ہے مجھے چھٹے مئیے کا شرف کو جس کی عمر دو سال تھی لے کر ڈالٹر کے پاس جانا تھا۔ مجھے تو گاڑی چلانی نہیں آتی تھی دکان پر کام کرنے والا ایک لڑکا بہت اچھی ڈرائیونگ بھی کر لیتا تھا۔ انہوں نے شرافت خان سے ہوتے تو وہ لڑکا شہزاد مجھے لے جاتا تھا۔ اس دن بھی میں نے شہزاد کو دکان میں فون کیا کہ وہ مجھے اور سنے کو ڈالٹر کے پاس لے جائے۔ اس نے کہا ”بابی آپ نیچے آکر گاڑی میں بیٹھیں میں ابھی آیا۔“ میں آکر اطمینان سے گاڑی میں بیٹھ گئی۔ میں بیٹے کو بہلانے اور فیڈر پلانے میں مصروف تھی کہ گاڑی اسٹارٹ ہونے کی آواز آئی۔ میں نے ایسے ہی اگلی سیٹ پر نظر دوڑائی تو شہزاد کی بجائی حبیب اللہ بیٹھا تھا۔ میرے کچھ کہنے سے پہلے ہی کہنے لگا کہ شہزاد آرہا تھا لیکن کچھ ضروری گاگاہ آگئے۔ میں فارغ تھا، اس نے مجھے ڈالٹر کی دکان کا راستہ سمجھا دیا ہے۔ میں آپ کو لے چلتا ہوں۔ یہ سب کہتے کہتے اس نے

بچے کی طرف سے میں مطمئن ہو گئی لیکن اپنے بارے میں سوچ کر رونے لگی۔ حبیب اللہ نے ایک ہفتہ مجھے اس مکان میں رکھا اور مجھ پر خوب تشدد کیا پھر اس نے مجھے ایک زمیندار کے ہاتھ فروخت کر دیا وہ ستر برس کا بوڑھا شخص تھا۔ اس کی پہلے سے کئی بیویاں اور بچے موجود تھے۔ مجھے وہ شخص کچھ نرم دل محسوس ہوا۔ ایک روز میں اس کے سامنے خوب روٹی گڑ گرائی اور ساری بات سچ شروع سے آخر تک بتائی تو اس کو مجھ پر رحم آ گیا۔ اس نے مجھ سے وعدہ کیا کہ وہ بہت جلد میرا داہن جانے کا بندوبست کر دے گا۔ اس طرح دو ماہ کا عرصہ گزر گیا میں اس بوڑھے کی خوشامد کرتی رہی اور اللہ تعالیٰ سے دعائیں مانگتی رہی۔ ایک دن اس نے مجھے کہا۔ تیار رہنا۔ کل میں تمہیں اسٹیشن چھوڑاؤں گا۔ میں ساری رات جاگتی رہی دعائیں مانگتی رہی۔ اگلی صبح اس نے مجھے بھی جیب میں اپنے ساتھ بٹھا لیا۔ مجھے پانچ ہزار روپے دیے۔ ٹکٹ لے کر دیا اور میں گاڑی میں آ بیٹھی۔ میں چاہتی تھی کہ میں گھر شرافت خان کو فون کر دوں کہ میں آزاد ہو گئی ہوں۔ میں تمہارے اور بچوں کے چھوٹ جائے گی۔

اسٹیشن پر پہنچی تو میں نے اسٹیشن سے فوراً گھر فون کیا۔ فون شرافت خان نے ہی اٹھایا۔ اس نے میری آواز سنی تو فون رکھ دیا میں سمجھی فون کٹ گیا۔ دوبارہ ملایا تو میری آواز سن کر پھر رکھ دیا۔ میں سمجھی فون میں خرابی ہوگی۔ میں وقت ضائع نہیں کرنا چاہتی تھی۔ بسوں کے اڈے پر پہنچی اور بس میں سوار

گاڑی چلا دی۔ میں خاموش رہی لیکن غصے میں کھول رہی تھی۔ بس یہ شخص مجھے اچھا نہ لگتا تھا اور کوئی وجہ نہ تھی۔ کچھ ہی دور گئے تھے کہ اس نے جیب سے موبائل فون نکالا اور انجانی زبان میں کسی سے بات کرنے لگا۔ اس نے فون بند کیا اور یہ کہتے ہوئے گاڑی سے اتر گیا کہ نائز میں کچھ گریڈ ہو رہی ہے۔ نیچے اتر کر اس نے پیچھے والا دروازہ کھولا اور آنا فنا میرے چہرے پر کوئی کپڑا رکھ دیا۔ جب مجھے ہوش آیا تو میں ایک چارپائی پر لیٹی ہوئی تھی۔ میرے ہاتھ اور پاؤں بندھے ہوئے تھے کمرے میں کچھ کچھ اندھیرا تھا۔

میں کافی دیر تک بے یقینی کی اس دنیا میں اپنے ہوش کے اُجالوں کو تلاش کرتی رہی پھر اچانک دروازہ کھلا ایک بوڑھی عورت ایک پلیٹ لے کر اندر آئی جس میں روٹی اور کچھ سالن تھا۔ کنبے لگی کھالو۔ میں نے پوچھا میں کہاں ہوں۔ اس نے بتایا تم بے ہوش تھیں حبیب اللہ تمہیں یہاں چھوڑ گیا ہے۔ ابھی وہ آنے والا ہے۔ ابھی یہ باتیں ہو ہی رہی تھیں۔ حبیب اللہ آ گیا اور آتے ہی بھیانک تہقہہ لگا کر کہنے لگا۔ دیکھا۔ نفرت کا انجام....؟ اب تمام عمر اوگ تم سے نفرت کریں گے۔ میں تمہارا وہ حال کروں گا کہ تم اپنی عزت بھول جاؤ گی۔

میں نے اس کے آگے ہاتھ جوڑ دیے۔ معافیاں مانگنے لگی اور پوچھا کہ میرا بیٹا کہاں ہے....؟ کہنے لگا اطمینان رکھو میں نے تمہارے بچے کو بے ہوش کر کے گاڑی میں ہی چھوڑ دیا تھا اور تمہارے گھر کو بھی بھی کر دیا تھا کہ تمہاری گاڑی اور بچے فلاں جگہ ہیں اور تم اپنی مرضی سے میرے ساتھ بھاگ آئی ہو۔

خان نے مجھے بتایا کہ تمہارا بھائی تمہیں قتل کرنے آیا ہے۔ اس کے پاس پستول بھی ہے اور برچھی بھی۔ میرے منع کرنے کے باوجود وہ اپنی ضد پوری کر کے رہے گا اگر تمہیں اپنی جان پیاری ہے تو تم بھاگ جاؤ۔ اتنی دیر میں میری ماں بھی میرے کمرے میں آگئی۔ کہنے لگی ”شرافت ٹھیک کہتا ہے تم کہیں چلی جاؤ“

کہاں جاؤں....؟ میں نے دونوں سے سوال کیا۔  
 ”کہیں بھی۔“ ماں نے کہا ”تم تو بدنام ہو ہی چکی ہو۔ یہ تمہیں گولی مار دے گا۔ خود بھی جیل کی ہوا کھائے گا سولی پر پڑھ جائے گا۔ بس اس وقت تم یہ گھر چھوڑ کر کہیں چلی جاؤ بعد میں اس کا غصہ شاید ٹھنڈا ہو جائے۔“

شرافت خان بڑی سڑک تک میرے ساتھ آئے اور دوسرے شہر جانے والی ایک بس پر مجھے سوار کروا دیا۔ مجھے کچھ معلوم نہ تھا کہاں جانا ہے....؟  
 چھوٹی خانہ لاہور میں رہتی تھیں لیکن ان کا ایڈرس مجھے معلوم نہ تھا راستے میں کندکرنے آواز لگائی  
 ”داتا صاحب جانے والی سواریاں اترنے کے لیے تیار رہیں۔“

اچانک خیال آیا یہاں اتر جانی ہوں۔ وہاں اتر کر کچھ دیر ادھر ادھر دیکھتی رہی پھر دربار کے اندر چلی گئی۔ وہاں نماز پڑھتی رہی۔ دعائیں مانگتی رہی۔ شام ہو گئی کمزوری محسوس ہو رہی تھی۔ اس غم اور پریشانی میں بھی ہجو لگ رہی تھی۔ ادھر ادھر دیکھا قریب ہی کھانا تقسیم ہو رہا تھا لے کر دو چار نوالے زہر مار کر لیے دو دن تک میں دربار میں رہی۔ رات کو باہر آ کر دوسرے فقیروں کے ساتھ فٹ پاتھ پر لیٹ جاتی

ہو گئی۔ وہ شام کا وقت تھا جب میں اپنے گھر کے سامنے اتری۔ شہزاد اور ایک اور لڑکا دکان کے باہر کھڑے تھے۔ وہ مجھے حیران نظروں سے دیکھ رہے تھے۔ میں جلدی سے سیزھیاں چڑھ کر اوپر آئی۔ منا اور چار سالہ بے بی بھاگ کر مجھ سے لپٹ گئے۔ بڑی دونوں بیٹیاں اور بارہ سالہ بیٹا خوفزدہ نظروں سے میری جانب دیکھتے ہوئے کھڑے ہو گئے۔ میں بچوں سے لپٹ کر بھی بلک بلک کر رونے لگی۔ اتنی دیر میں شرافت خان بھی آگئے۔ وہ چپ چاپ کھڑے مجھے دیکھتے رہے۔ بڑے تینوں بچے اپنے کمرے میں چلے گئے اور مجھ سے بات تک نہ کی۔

رات کو میں نے رو کر اپنی لمبی داستان شرافت خان کو سنائی وہ بھی روتے رہے۔ انہوں نے بتایا کہ حبیب اللہ نے انہیں فون پر بتایا تھا کہ شہزاد میرے ساتھ اپنی مرضی سے آئی ہے میں اس کو لے کر جا رہا ہوں اور اس کے ساتھ شادی کر رہا ہوں۔ یہ بات جنگل کی ایک کی طرح ہر طرف پھیل گئی اڑوس پڑوس کی عورتیں آنے لگیں عجیب عجیب باتیں کرنے لگیں۔ طعنے دے رہی تھیں اور میں خاموش سکتے کی حالت میں سب کچھ دیکھ اور سن رہا تھا۔

یہاں تو دنیا ہی بدل چکی تھی۔ اسی دن شام تک میرے والدین اور بھائی بھی آگئے۔ ماں نے میرے دو ہاتھ مارے اور خوب روئی، باپ بھی روتا رہا۔ لیکن بھائی نے بات تک نہ کی۔

شرافت خان کے طرز عمل سے ظاہر ہو رہا تھا کہ اس کے دل میں اب بھی میرے لیے کچھ نہ کچھ نرم گوشہ موجود ہے۔ رات کو سب سو گئے تو شرافت

تھی اور یونہی سارا دن گزر جاتا تھا۔

دو دن بعد میں نے ہمت کی۔ سوچا اس زندگی سے موت اچھی۔ میں دوبارہ گھر جاتی ہوں رہنے کے لیے چھت تو ہوگی۔ میں اگلے دن بس میں بیٹھی اور واپس اپنے گھر پہنچ گئی۔ حسب سابق بڑے تینوں بچوں نے مجھ سے بات نہ کی۔ شرافت خان کو معلوم ہو گیا تھا میں گھر پر موجود ہوں لیکن وہ شام تک نہ آیا۔ یہ غالباً عشاء کا وقت تھا۔ میں اپنے کمرے میں لیٹی ہوئی تھی مجھے شرافت خان اور اپنے بھائی کی آوازیں سنائی دیں پھر وہ دونوں اندر داخل ہو گئے۔

بھائی نے پہلے تو مجھے خوب برا بھلا کہا کہ پہلے ہی کہ بدنامی ہوئی تھی اب بھگئی ہو۔ پھر اس نے برچھی نکالی اور میرے لمبے بالوں کی چوٹی پکڑ کر کاٹ دی اور کہنے لگا اب تمہارے کمرے کو لے آئی جگہ چھینک کر آئیں گے جہاں کسی کو پتا بھی نہ پہنچے گا۔ شرافت خان سامنے کھڑے سب کچھ دیکھ رہے تھے وہ ایک لفظ نہ بولے۔ بھائی نے دوبارہ وار کیا تو میرے بائیں ہاتھ کی دو انگلیاں کٹ گئیں۔ میں غیر ارادی طور پر اپنی جان بچانے کے لیے باہر بھاگی۔ بھائی کا پاؤں شاید کسی چیز میں الجھ گیا تھا۔ وہ گر گیا اور میں بھاگتی ہوئی سڑک پر آئی وہاں ایک ایک بس کسی مسافر کو اتارنے کے لیے رکی تو میں اس پر چڑھ گئی میری جیب میں ٹکٹ کے لیے پیسے موجود تھے ہاتھ کو میں نے دوپٹے میں لپیٹ کر بغل میں چھپا لیا۔ اس طرح میں دوبارہ داتا صاحب پہنچ گئی۔“

اس کے بعد شکیلہ نے کئی مرتبہ شرافت خان کو فون کیے کہ وہ گھر آنا چاہتی ہے لیکن اس نے سختی سے

منع کر دیا۔ پھر اس نے اپنی والدہ کو کئی مرتبہ فون کیے معافیاں مانگیں لیکن اس نے روتے ہوئے یہی جواب دیا ”تمہارا نہ آنا ہی بہتر ہے تمہاری بہنیں بھی تمہاری وجہ سے بدنام ہو جائیں گی۔“

میں سوچ رہی ہوں کہ عورت کتنی مظلوم ہے اس کے ناکردہ گناہوں کی سزا اس کا اپنا خاندان، بھائی اور بیٹا اسے دیتے ہیں۔ اپنی غیرت اور عزت کے نام پر..... واقعی حوا کی بیٹی کتنی مظلوم اور مجبور ہے۔



ایسے تمام خواتین و حضرات اور خصوصاً

بیرون ممالک کے قارئین کرام جنہیں ای میل کی سہولت

حاصل ہے۔ وہ بچوں کا روحانی ڈائجسٹ، روحانی سوال و جواب، روحانی ڈاک، محفل مراقبہ اور استفسارات کے لیے اپنے خطوط اور تجاویز، آفت سے متعلق تحریریں، مضامین، رپورٹس، ڈیویڈمنس، تصاویر اور دیگر فائلوں کی اسٹینٹ لینی ای میل کے ساتھ درج ذیل ایڈریس پر بھیج کر کے ارسال کر سکتے ہیں۔

roohanidigest@yahoo.com

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

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

# غلطی کا اعتراف

زندگی کو خوشگوار  
بنا دیتا ہے

صاحب آپ کو دکھائی نہیں دے رہا کہ....  
اتنے میں گاڑی والا اتر کر آپ سے صرف اتنا  
کہہ دے ”اوہو آپ کے کپڑے خراب ہو گئے۔  
واقعی غلطی میری تھی۔ معاف کیجیے گا، جلدی میں  
دیکھ نہ گا کہ گڑھے میں پانی ہے۔“

مجھے یقین ہے کہ گاڑی والے کی  
غلطی امتحان ہے آپ کا سارا غصہ کافور کر دے گا۔ لیکن  
اگر وہ غلطی کا اعتراف نہ کرے تو پھر کیا ہوگا، یقیناً  
آپ اس کا بخوبی اندازہ لگا سکتے ہیں۔

آپ غلطی کا اعتراف کرتے ہیں تو گویا اس  
فقرے کا فریق ثانی پر یہ اثر ہوتا ہے کہ پہلا ریزہ  
ریزہ ہو جاتا ہے، پتھر موسم بن جاتا ہے اور  
چڑھی ہوئی آستین اتر آتی ہے۔ ماتھے کی  
سلوٹیں غائب ہو جاتی ہیں اور سب سے بڑھ  
کر یہ کہ وہ کدورت جس کی بنیاد رکھی جانے  
والی ہے، اس کی بنیاد نہیں  
رکھی جاتی۔ انسانوں کے  
مابین نفرت اور رنج جنم نہیں  
لیتا اور وہ پرسکون اور خوش  
رہتے ہیں۔

اگر ساری دنیا کے انسان صرف یہ ایک  
بات اپنائیں کہ اپنی غلطی کو تسلیم کر لیں گے تو  
یقین کیجیے دنیا میں کئی مسائل پیدا ہی نہیں  
ہوں گے، بہت سے جھگڑے ختم ہو جائیں،  
بہت سی غلط فہمیوں کا ازالہ ہو جائے اور

آپ نے دفتروں اور محفلوں میں یہ فقرہ سنا ہوگا  
کہ انسان خطا کا پتلا ہے، اس سے غلطی کا سرزد ہونا  
ایک فطری سی بات ہے۔ اس میں کوئی مبالغہ نہیں کہ  
انسان غلطی اور خطا کرتا ہے۔ لیکن زیادہ خرابی اور  
گڑبڑ اس وقت پیدا ہوتی ہے جب انسان  
غلطی کر کے اپنی غلطیوں کو دوسروں کے  
سر ڈال دے یا سرے سے اپنی غلطی تسلیم کرنے ہی  
سے انکار کر دے۔

انسان اپنی غلطی کا اعتراف کر کے بہت سے  
جھگڑوں سے بچ سکتا ہے۔ ایسے جھگڑے جو شاید اس  
کا بہت سا وقت ضائع کر سکتے، اسے ذہنی  
پریشانی میں مبتلا کر سکتے ہیں اور اس پر  
انکی بوجھ بھی بن سکتے ہیں۔ محض غلطی  
کا اعتراف اسے کئی پریشانیوں سے  
نجات دلا سکتا ہے۔

فرض کیجیے آپ بزرگ  
پر چلے جا رہے ہیں جہاں  
بارش ہونے کے باعث بہت  
سا پانی کھڑا ہے۔ اچانک

ایک کار والا آتا ہے اور اس کی وجہ سے  
والے پانی کے چھینٹے آپ کے کپڑے خراب  
کر جاتے ہیں۔ آپ سخت غصے میں ہیں۔ آپ  
گاڑی چلانے والے کو گھورتے ہیں، آستین  
پڑھاتے ہیں، زیر لب بڑبڑاتے ہیں اور  
بات کا آغاز یہاں سے کرتے ہیں ”دیکھیے

**SORRY!**

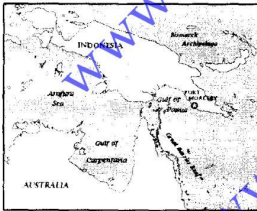
بہت سی دشمنیاں دوستیوں میں بدل جائیں۔  
 انسان غلطی کرتا ہے تو بہر صورت اس غلطی  
 کے اثرات کہیں نہ کہیں ضرور ہوتے ہیں۔  
 بسا اوقات ایسا بھی ہوتا ہے کہ انسان کو اپنی  
 غلطی کا خمیازہ خود ہی بھگتنا پڑتا ہے۔ اگر غلطی کا  
 نقصان غلطی کرنے والے کی ذات تک ہے تو بھی  
 اسے احسن نہیں کہا جاسکتا۔ اگر اس غلطی کے نتیجے  
 میں دوسروں کی ذات، ان کے مفادات یا ان کے  
 جذبات کو نقصان پہنچا ہے تو ظاہر ہے کہ اس کے منفی  
 اثرات زیادہ ہیں۔ تاہم ایسی صورت میں اس کا  
 اعتراف اگرچہ نقصانات کی تلافی تو نہیں کر سکتا لیکن  
 دوسروں میں خندہ پیشانی سے نقصانات برداشت  
 کرنے کا حوصلہ ضرور پیدا کر دیتا ہے۔  
 غلطی کو تسلیم کرنے میں جہاں مغزوں،  
 دلوں اور ہتھکڑوں سے محفوظ رہا جاسکتا ہے وہاں

اس کا ایک اہم روحانی فائدہ بھی ہے۔ آپ کو اس کا  
 تجربہ ہوا ہو گا کہ جب آپ کوئی غلطی کرتے ہیں تو  
 ساتھ ہی آپ کے دل و دماغ پر ایک بوجھ سا طاری  
 ہو جاتا ہے۔ اس بوجھ کو ضمیر کی خلش بھی کہا جاتا ہے  
 لیکن جو نمبی آپ نے اپنی غلطی کا اعتراف کیا آپ کے  
 دل سے گویا یہ بوجھ ہٹ گیا۔ آپ کی طبیعت بحال  
 ہو گئی اور آپ اپنے آپ کو ہلکا پھلکا محسوس کرنے  
 لگے۔ وہ کسک جو آپ کے ذہن کو ہفتوں، مہینوں  
 پریشان کر سکتی تھی، آپ نے غلطی تسلیم کر کے اس  
 سے نجات حاصل کر لی۔  
 درحقیقت سونے کے یہ سارے پہلو منفی اور  
 کمزور ہیں۔ انسان کی عظمت غلطی تسلیم کرنے میں  
 مضمر ہے۔ جو شخص اپنی غلطی تسلیم کرتا ہے وہ اپنی  
 شخصیت کی مضبوطی کا اظہار کرتا ہے۔



## ایک ایسا ملک جہاں 820 زبانیں بولی جاتی ہیں....

کسی ملک میں پانچ سات یا زیادہ سے زیادہ ایک درجن مختلف زبانوں کا پلایا جانا تو کوئی غیر معمولی بات نہیں  
 ہے لیکن دنیا میں ملک ایسا بھی ہے کہ جس میں 800 سے  
 زیادہ زبانیں بولی جاتی ہیں۔ مغربی بحر الکاہل میں واقع جزائر پر  
 مشتمل پاپوا نیو گنی دنیا کا وہ واحد ملک ہے جس میں 820 مختلف  
 زبانیں بولی جاتی ہیں اور یہ سب زبانیں ماہرین لسانیات کی  
 تاریخ کے مطابق زندہ زبانیں شمار ہوتی ہیں یعنی انہیں بولنے  
 والے لوگ خاصی بڑی تعداد میں موجود ہیں۔ دلچسپ بات  
 یہ ہے کہ ملک چین، روس یا بھارت کی طرح کوئی انتہائی بڑا  
 نہیں ہے اور نہ ہی یہاں کروڑوں کی تعداد میں آبادی موجود ہے لیکن اس کا جغرافیہ اور تاریخ کچھ اس طرح کی  
 ہے کہ اس ملک میں سینکڑوں زبانوں کا ارتقاء ایک فطری بات نظر آتی ہے۔



# سسرال... کمرہ امتحان ہے

پہنچے گا۔ سسرال جاتے ہی اپنے نظریات، خیالات اور انداز شوہر پر مسلط کرنے کی کوشش نہ کریں، اگر اس کی کچھ عادتیں آپ کو ناپسند بھی ہیں تو آپ فوری طور پر انہیں تبدیل نہیں کر سکتیں۔

ہر گھر کے اپنے قاعدے اور قوانین ہوا کرتے ہیں۔ چند گھروں میں بہت سختی کے ساتھ ان پر عمل کیا جاتا ہے۔ آپ کو یہ نہیں بھولنا چاہیے کہ آپ اس گھر کی بہو ہیں، ایک پرانے گھر میں نیا اضافہ۔ تو ہر شخص کی آپ سے بھی توقعات ہوں گی۔ یہ بھی ممکن ہے کہ آپ کو ہر فن مولا سمجھا جائے۔ یہ خیال کیا جائے کہ آپ بہترین کھانے بنا لیتی ہوں گی، یہ اور بات ہے کہ آپ کے بھی بچن میں جھانکا بھی نہ ہو، تو جب صورتحال ایسی ہو تو آپ تھوڑی سمجھ بوجھ، تھوڑی محبت سے کام لیں۔

اپنی ساس کے پاس بیٹھ کر محبت کے ساتھ باتیں کریں۔ مثلاً

کہا جاتا ہے کہ گھر بنانا آسان اور بسانا مشکل کام ہے۔ شاید کچھ اسی طرح شادی ہو جانا اتنا مشکل نہیں، تاہم اسے خوشگوار انداز سے نبھاتے رہنا دشوار عمل ہے۔ اس کے لیے ضروری ہے کہ لڑکی سسرال میں

داغے کے وقت ہی کافی محتاط ہو۔ یوں تو سسرال لڑکی کا ایک سہانا خواب ہوتا ہے۔ نجانے کب، کہاں، کیسی ملے...؟ وہاں زندگی کتنی حسین ہو...؟ مگر لڑکی کا وہ نیا گھر، اس کے لیے کمرہ امتحان سے کم نہیں ہوتا۔ ماہل کا گھر تو ایک ہی دن میں پرایا ہو جاتا ہے۔ بچپن، نوعمری کی سب باتیں قصے، کہانیاں بن جاتی ہیں۔

سسرال میں ایک سلیقہ مند، پر سکون زندگی گزارنے کے لیے صحیح منصوبہ بندی ضروری ہے۔ لڑکی کے لیے کچھ باتیں گرہ میں باندھنا لازم ہے، عام طور پر نوجوان لڑکیاں اپنے شوہر کو بہت

خوبصورت یا فنی اداکاروں جیسا دیکھنا چاہتی ہیں اور سمجھتی ہیں کہ ان کی آئینہ زندگی بھی کسی حسین فلم ہی کی طرح خوبصورت ہونی، لیکن انہیں یہ جان لینا چاہیے کہ زندگی خواہوں کا سفر نہیں، اس میں حقائق بھی جا بجا ملیں گے۔ سسرال میں سب سے پہلا واسطہ شوہر ہی سے پڑتا ہے، مگر ہمیشہ یاد رکھیں کہ شوہر بھی ایک انسان ہے، اس سے حد سے زیادہ توقعات وابستہ نہ کریں کبھی کبھی وہ آپ کی خواہشات اور ارمانوں کے خلاف بھی کوئی کام کر سکتا ہے، تو ایسے میں آپ کو کافی صدمہ

اپریل 2015ء





بات کرتی ہے۔ ایسی نوبت کبھی نہ آنے دیں۔  
شادی کے بعد معاملات یکسر بدل جاتے ہیں۔

آپ اب لا پروا، نٹ کھٹ سی لڑکی نہیں، ایک گھرانے کی بہو ہیں۔ سسرال والے آپ کو سنجیدہ اور ذمہ دار دیکھنا چاہتے ہیں۔ یہ بھی ممکن ہے کہ آپ کی سسرال زیادہ خوشحال نہ ہو، مگر بد دل ہونے کے بجائے ایڈجسٹ ہونے کی کوشش کریں۔ شادی کے بعد ابتدا میں سسرال میں موجود ہر شخص آپ کو اپنی پسند اور عیال کے پیمانے سے ناپنے کی کوشش کرتا

ہے اور یہی وہ وقت ہوتا ہے کہ جب آپ اپنائیت اور تھوڑی سمجھداری سے کام لیتے ہوئے اپنی ساس، نندوں کو اپنا ہم خیال بنا سکتی ہیں۔ ان کے چھوٹے چھوٹے کام بخوشی کر دیا کریں۔ اس طرح آپ کے اور ان کے درمیان مفاہمت پیدا ہو جائے گی اور آپ ابتدا ہی سے گھر کی پسندیدہ بہو بن جائیں گی۔ جب سسرال والے آپ کی تعریف کریں گے تو آپ کے شوہر کو بھی آپ پر فخر ہو گا۔ بعض اوقات یوں بھی ہوتا ہے کہ سسرال کا کوئی فرد دانستہ یا نادانستہ طور پر کوئی بات کہہ جاتا ہے، جو آپ کے منکے کے خلاف ہو، ایسی صورت میں بہت سی لڑکیاں جذباتی ہو کر اپنے والدین اور بہن بھائیوں کی حمایت میں لڑنا شروع کر دیتی ہیں۔ ایسا نہ کریں، صبر و تحمل سے ان کی بات سنیں۔ سچائی کو سمجھنے کی کوشش کریں۔ بہت ممکن ہے کہ ان کی باتوں میں بھی کچھ سچائی ہو یا یہ بھی ہو سکتا ہے کہ وہ غلطی پر ہوں، مگر ان کی پوری بات سن لینے کے بعد آہستگی اور نرمی سے اپنا نقطہ نظر بیان کریں۔ کسی بھی بات کو بلاوجہ طول دینا مناسب نہیں۔



ترجمانِ مآبِ حیات

ان سے کہیں، ”امی! کیا بتاؤں! انہیں تو صرف آپ ہی کے ہاتھ کا کھانا پسند ہے۔ پھر آپ کے ہاتھ میں اللہ نے غضب کا ذائقہ دیا ہے۔ آپ مجھے بھی تو بتائیں، آخر آپ کس طرح کھانا بناتی ہیں، میں بھی آپ سے سیکھنا چاہتی ہوں، وغیرہ۔ آپ کی ساس کو یہ احساس ہو گا کہ آپ نے ان کی بڑائی اور ہنر کا اعتراف کر لیا ہے۔ ہو سکتا ہے کہ وہ خوشی خوشی اپنی سلیقہ مندی کے سب جوہر آپ میں منتقل کرنا شروع کر دیں۔

بہت سے گھروں میں صفائی کا بہت زیادہ خیال رکھا جاتا ہے۔ ان حالات میں آپ بھی خود کو بدلنے کی کوشش کریں اور خود کو صفائی کا عادی بنائیں۔ ویسے بھی کسی اچھی عادت کو اختیار کرنا کوئی بری بات نہیں ہے۔ یہ بھی ممکن ہے کہ گھر والے صفائی ستھرائی کے اتنے عادی نہ ہوں، یعنی صورت حال برعکس ہو۔ لہذا آپ کو یہ کرنا ہے کہ آپ اپنے کمرے سے صفائی کا آغاز کریں۔ اسے صاف ستھرا رکھیں۔ اس کے بعد ڈرائنگ روم کی طرف آئیں اور اسے چمکا کر رکھ دیں۔ کچھ دنوں بعد انہیں بھی احساس ہونے لگے گا، وہ آپ کی صفائی ستھرائی کی عادت کو پسند کریں گے،

خود کو بہتر سے بہتر انداز میں پیش کرنے کی کوشش جاری رکھیں۔ بہت ممکن ہے کہ ابتدا میں آپ کی خامیوں پر گہری نگاہ رکھی جائے۔ ہر بات، ہر کام پر اعتراض کیا جائے، مگر آپ، خود کو ان باتوں کے لیے ذہنی طور پر تیار رکھیں۔ دوسری اہم بات یہ ہے کہ آپ اپنی پسند اور ناپسند کے بارے میں نہ سوچیں، اس طرح آپ خود غرض کہلائیں گی، ہمیشہ اپنے فائدے کی بات نہ کریں۔ ورنہ، یہ کہا جائے گا کہ بہو کو گھر کی پروا نہیں۔ وہ اجتماعی نہیں، انفرادی

# بچے کھیل اور لڑائی

بچوں کے درمیان کھیل کھیل میں یا کسی اور وجہ سے لڑائی ہو جانا عام سی بات ہے۔ بچے اکثر کھیل بھی لڑائی والے کھیلتے ہیں یا پھر کھیلتے کھیلتے لڑ پڑتے ہیں۔ کچھ بچے چلپے اور شوخ ہوتے ہیں اور اکثر نظر میں

آجاتے ہیں، کچھ نہایت ہی بھولے بھالے، ابتداء بھی رشتہ داروں کے خود ہی کرتے ہیں اور سزا دوسروں کو دلا دیتے ہیں۔ یہ بھی دیکھنے میں آیا ہے کہ اکثر والدین بچوں کے ساتھ پارٹی بن جاتے ہیں۔ ماما کے لاڈلے ماما کی حمایت میں جائز اور ناجائز فائدہ اٹھاتے ہیں، پپا کے نزدیک ممتنع بچے ان کے آنے کا انتظار کرتے ہیں ایک صبر کرتے یہ بھی ہے کہ بچوں کے جھگڑے میں دخل ہی نہ دیا جائے تاہم اکثر والدین کے لیے یہ ممکن نہیں ہوتا ہے کہ وہ چپ رہ سکیں کبھی وہ غلط بچے کو ہی سزا دیتے ہیں یا پھر جھگڑنے والے دونوں ہی بچوں کی شامت آجاتی ہے۔

بچوں کے معاملے میں والدین کو غیر جانبدار بن کر فیصلہ کرنا چاہیے۔ یہ بچوں کے حق میں بھی بہتر ہے اور اس طرح والدین خود بھی بہتر محسوس کر سکتے ہیں۔

جن گھر انوں میں لڑکیاں ہوں وہاں لڑائی کی نوعیت مختلف ہوتی ہے جبکہ لڑکے، کھیل بھی رہے ہوں یا محسوس ہوتا ہے کہ لڑ رہے ہیں بچوں میں لڑکی بڑی اور لڑکا چھوٹا اس کے برعکس صورت ہونے پر

بچے آپس میں لڑتے ہیں، کچھ وقت ایک دوسرے سے خفا رہتے ہیں اور پھر خود ہی دوست بن جاتے ہیں۔ جبکہ ان کی وجہ سے آپس میں جھگڑنے والے ماما اور پپا اور دوسرے

اپریل 2015

شکایتوں کی نوعیت بدل جاتی ہے۔

پہلے اس نے مارا ہے، یہ مجھے کھیلنے نہیں دیتا ہے، میرا کھلونا چھین لیا، یہ میری نقل اتار رہا ہے، اس نے میری گڑیا کے بال نوچ لیے، یہ میرا کہنا نہیں مانتا۔

یہ اور اس سے ملی جلتی شکایتیں عام ہیں، بچوں کی تعداد کی مناسبت سے ان کی شدت کم اور زیادہ ہو سکتی ہے۔

اس معاملے کا ایک پہلو یہ بھی ہے کہ بہن بھائیوں میں ہونے والی یہ لڑائیاں بچوں کی آئندہ زندگی پر بھی اثرات مرتب کرتی ہیں۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ آپس کی ٹکراؤ، جھگڑے اور ٹکراؤ سے بچوں کی انا، خود مختاری، مستقبل کے دوستانہ روابط خاندانی ہم آہنگی متاثر ہو سکتی ہے۔ ماہرین یہ بھی کہتے ہیں کہ مسائل درپیش ہونے پر بالغ افراد جن طرح رد عمل ظاہر کرتے ہیں یا ان سے نمٹتے ہیں، اس کے پس منظر میں ان کا بچپن بھی کار فرما ہوتا ہے۔

بچوں کے جھگڑوں میں والدین مثبت اور فیصلہ کن کردار ادا کر سکتے ہیں اگر وہ بچوں کے جذبات، ان کی شخصیت اور انداز کو سمجھ لیں۔ اس کے لیے خاموشی سے بچوں کی حرکات کا جائزہ لیا جائے۔ ان کے درمیان جھگڑوں میں ظاہری صورت دیکھ کر فیصلہ نہ کیا جائے۔ مظلوم نظر آنے والا بچہ بھی جھگڑے کا اصل سبب ہو سکتا ہے۔

بچوں کی تربیت کے لیے رہنمائی فراہم کرنے والی ایلیزبتھ کیری کا کہنا ہے کہ ”اکثر اوقات گھر کے بڑے اپنے بچوں کے جھگڑوں میں اس وقت ملوث ہوتے ہیں جب بات آگے بڑھ چکی ہو یا جھگڑا اپنے انجام کو پہنچ کر کسی ایک کی آہ و زاری پر ختم ہو

رہا ہو۔ اس صورت میں والدین مکمل جھگڑے سے آگاہ نہیں ہوتے ہیں۔ اکثر یہ ہوتا ہے کہ جارحیت کا مرتکب ہونے والا بچہ آہ و زاری کرنے والے بچے کے مسلسل اشتعال دلانے کے باعث اس کا مرتکب ہوتا ہے اور مزاج بھی اسی کو ملتی ہے۔ وہی والدین درست فیصلہ کر سکتے ہیں جو اپنے بچوں کے مزاج سے آگاہ ہوں۔ یہ آگہی اسی صورت ممکن ہے کہ جب وہ بچوں پر غیر محسوس انداز سے نظر رکھتے ہوں۔ ان کی حرکات و سکنات کا مشاہدہ رکھتے ہوں۔

بچوں کے جھگڑے کے حوالے سے سرکاری ملازم رضا صاحب کا کہنا ہے کہ ”شاید اس طرح لڑنا جھگڑنا ان کے مزاج کا حصہ ہے۔ میرے بچوں میں لگ بھگ چار برس کا ہوا ہے۔ اچھل کود، شور، ریلنگ ان کا معمول ہے۔ کھیل کھیل میں چھوٹا پینا روٹا شروع ہو جاتا ہے۔ وہ چھوٹا ہونے کا بھرپور فائدہ اٹھاتا ہے۔ ڈانٹ اکثر بڑے کے حصے میں آتی ہے۔

عام طور پر وہ کھیلنے میں آپس میں لڑتے ہیں اور پھر خود بخود دوست بن جاتے ہیں۔ مثلاً چھٹی کے دن بڑے نے ہونٹ میں آکر خود ہی آلو کے چپس بنائے۔ اس کا چھوٹا بھائی باہر کھیل رہا تھا۔ وہ اندر آیا تو اس نے بھائی کو چپس تیار کرنے دیکھا اور تیار چپس اٹھا کر منہ میں رکھنا چاہا۔ بھائی نے ڈانٹا تو وہ منہ بسورتا ہوا میرے پاس آیا۔

”کیا بات ہے....؟“ میں نے پوچھا۔ ”بھائی کے چپس کیا اٹھالیے اس نے ڈانٹ دیا۔“ کچھ دیر بعد میں نے دیکھا کہ دونوں ایک ساتھ بیٹھے چپس کھا رہے تھے۔

”ہم خود نمٹ لیں گے۔“ یہ دو بہنوں کا متفقہ

بچوں کے معاملے میں والدین کو غیر جانبدار بن کر فیصلہ کرنا چاہیے۔ یہ بچوں کے حق میں بھی بہتر ہے اور اس طرح والدین خود بھی بہتر محسوس کر سکتے ہیں۔

بچوں کے لیے آپ ماں اور باپ ہیں لہذا خود کو

اسی روپ میں دیکھ کر فیصلہ

کیجیے۔ بچے نہیں جانتے ہیں

کہ آپ کس قدر پریشان

ہیں۔ نہ ہی وہ آپ کی

پریشانیاں حل کر سکتے

ہیں۔ ہاں ان سے گل مل کر

آپ اپنی ذہنی وقت اور میزاری سے نجات

پاسکتے ہیں۔ لڑ بھگڑ کر بچے اپنی بات ڈھنگ سے نہیں

کہہ پاتے ہیں بلکہ جذبات میں چھ کا کچھ کہہ جاتے

ہیں۔ ممکن ہے حقیقت اس سے بہت مختلف ہو۔

ایلیزبتھ والدین کو مشورہ دیتی ہے کہ وہ خود بھی

تعمل سے کام لیں اور بچوں کو پرسکون کر کے

حکمت عملی اپنائیں۔ جب قدرے سکون ہو جائے تو

پھر باری باری ہر بچے کی بات توجہ سے سنی جائے۔

اس موقع پر آپ چھوٹے بچے کی بات پہلے سنیں۔

بچوں کی بات غصے کے بغیر توجہ سے سنی جائے تو

انہیں احساس ہوتا ہے کہ ان کی شخصیات کو تسلیم کیا

جا رہا ہے۔ اس طرح وہ دوسرے فریق کے لیے نسبتاً

ہمدردی سے سوچنے پر مائل ہوتے ہیں۔

چھ برس سے کم عمر کے تین بیٹوں کی ماں سبرینا کا

کہنا ہے کہ انہوں نے بچوں کے آرٹ ورک کے لیے

ایک دیوار مخصوص کر دی ہے کہ تاکہ باقی گھر

نقش و نگار سے محفوظ رہے۔ سبرینا اور اس کے شوہر

فیصلہ ہے جس میں ایک نسبتاً سنجیدہ اور دوسری داوا گیر ناپ ہے۔ ان کے والدین کو پتہ ہی نہیں چلتا ہے کہ وہ کب روٹھیں۔ کس بات پر جھگڑا ہوا تھا اور کیوں من بھی گئیں۔

زیر صاحب کے ہاں صورتحال البتہ کچھ خراب

ہے۔ ان کے پانچ بچے ہیں تین لڑکے اور دو لڑکیاں۔

سب بچوں کو بڑے بھائی سے

شکایت ہے اور بڑا بھائی جو

بشکل چودہ پندرہ برس کا

ہے گھر کے بقیہ افراد کو اپنا

دشمن قرار دیتا ہے کہ وہ اس

کا ذرا بھی خیال نہیں رکھتے ہیں،

اسے یہ شکایت اپنی ماں سے بھی ہے۔ یہ سو فیصد

نفسیاتی مسئلہ ہے جس کی بنیادیں گہری ہیں۔ اصولاً

زیر صاحب کو کسی نفسیاتی معالج سے رجوع کرنا

چاہیے۔ وہ یہ مشورہ فضول سمجھتے ہیں۔ ان کے خیال

میں ان کے بچے پر کسی نے کچھ کر دیا ہے۔ یہ بچے ذہین

ہے۔ ذہین بچوں کا مسئلہ یہ بھی ہوتا ہے کہ انہیں

سنیانا آسان نہیں ہوتا ہے ایلیزبتھ کہتا ہے۔ “بچوں

کا مشاہدہ والدین کے لیے بے حد مفید نتیجہ رکھتا ہے۔

وہ ان کی عادات سے آگاہ ہو کر مناسب فیصلے

کر سکتے ہیں۔ اس طرح انہیں ایسے بہت سے مواقع

میلے ہیں کہ وہ بچوں کی اچھی عادتوں کی تعریف کر کے

انہیں مزید اچھا بنا سکتے ہیں۔

بہت سے والدین اپنی الجھنوں اور پریشانیوں

کے باعث سخت انداز اختیار کر لیتے ہیں۔ وہ سوچے

سمجھے بغیر فیصلے کر کے ماحول کو مکدر کرنے کے ساتھ

بچوں کے درمیان ذاتی فاصلہ بھی بڑھاتے ہیں۔

والدین اصول کو طے کر لیتے ہیں مگر ان پر عمل نہیں کرتے ہیں۔ اپنی مستقل مزاجی سے عمل نہیں کر سکتے ہیں یا بھول جاتے مصروفیات وہ لا پرواہی برتتے ہیں یا بھول جاتے ہیں کہ انہوں نے کیا اصول طے کیے تھے۔

کا کہنا ہے کہ یہ بہت مشکل کام ہے کہ بچوں کو اصولوں کا پابند بنایا جائے۔

سبرینا ایسا کہتی ہے لیکن درحقیقت یہ ناممکن نہیں ہے۔ البتہ اس میں وقت لگتا ہے۔ انتہائی ضبط سے کام لینا پڑتا ہے لیکن جب بچے اصول سمجھ جاتے ہیں تو اس کی پابندی کو بھی ترجیح دیتے ہیں۔

واٹر لو اوٹار یونیورسٹی سے وابستہ پروفیسر بلڈی روٹ کا کہنا ہے۔ ”والدین اصول تو طے کر لیتے ہیں مگر ان پر مستقل مزاجی سے عمل نہیں کرتے ہیں۔ اپنی مصروفیات و لاہ پرواہی برتتے ہیں یا بھول جاتے ہیں کہ انہوں نے کیا اصول طے کیے تھے۔ اس صورت میں بچوں کے جارحانہ انداز پر ہوتی ہوئی جاتی ہے مگر اصولوں کی خلاف ورزی نظر انداز کر دی جاتی ہے۔

بچوں کے نزدیک انفرادی حق اور ملحقہ سے کے احساس کی طرح مستقل مزاجی بھی اہم ہوتی ہے۔ غمخواری ہے کہ والدین خود بھی اصولوں کو ترجیح دیں۔ کی وہی دیکھنے کا وقت ویڈیو اور کمپیوٹر گیمز کی باری۔ پڑھنے کا وقت، آرام کا وقت، جو بات بھی طے ہو اس پر عمل کیا جائے۔

بچوں کے مسائل حل کرنے کے لیے خود انہیں سوچنے اور فیصلہ کرنے کا موقع دیا جائے۔ پہلے یہ طے کیا جائے کہ مسئلہ کیا ہے....؟ اس کا حل کیا ہو سکتا ہے....؟ عام طور پر بچوں میں ٹی وی پروگرام دیکھنے پر تنکرا ہوتی ہے، مثلاً ایک بچہ کارٹون دیکھنا چاہتا ہے تو دوسرا بچہ کھیل کا کوئی پروگرام یا کوئی فلم۔ انہیں آپس میں کسی ایک چینل پر متفق ہونے دیں۔ بچوں کی تعداد دو سے زیادہ ہونے پر جمہوری طریقہ اپنایا جا سکتا ہے۔ اگر ایک پروگرام کسی اور وقت بھی نشر

ہوتا ہو تو اسے پسند کرنے والے بچے کے ٹی وی دیکھنے کا وقت بدلا جا سکتا ہے۔ وہ اس دوران کمپیوٹر کی باری بھی لے سکتا ہے۔ اس طرح بچوں میں افہام و تفہیم کا جذبہ بھی پیدا ہوتا ہے۔ بچوں کی تربیت میں ماں اور باپ دونوں ہی مثالی کردار ادا کرتے ہیں۔ بچوں کے جھگڑوں میں ماں عام طور پر ریفری کا کردار ادا کرتی ہے لیکن باپ کا مثبت رویہ بچوں میں تعاون کے جذبے کو ابھارتا ہے۔ تحقیق کے مطابق ایسے باپ جو اپنے بچوں سے جذباتی وابستگی رکھتے ہیں وہ اپنے طرز عمل سے بچوں میں باہمی تعاون کا جذبہ پروان چڑھاتے ہیں۔ والدین بچوں میں تعاون اور جدوجہد کے یقین کا احساس دلانے کے لیے ایسے کھیلوں کا انتظام کر سکتے ہیں جو سب میں کھلیں۔ باری باری اپنی صلاحیت کا مظاہرہ کریں اور جو بھی نتیجہ سامنے آئے اسے قبول کریں۔ ایسے کھیل کو ترجیح دی جائے جس میں ”اتفاق“ کے بجائے کوشش پر انحصار ہو۔

ٹیم مٹا کر کھیلے جانے والے گیمز (مثلاً کیرم، لوڈو وغیرہ) کو ترجیح دی جائے۔ ماہرین کہتے ہیں کہ بچے گھر کے بڑوں میں اپنائیت اور قربت محسوس کر کے خود بھی ان جذبوں کا سہارا بن سکتے ہیں۔ مشی گن یونیورسٹی سے وابستہ ماہر نفسیات برنیڈ اوولنگ کا کہنا ہے کہ ”بچوں کے سامنے اپنے جذبات کے بہتر انداز، معاملہ فہمی اور مصالحت کے ساتھ ایک دوسرے کی موجودگی میں خوش رہنے کا اظہار انہیں آئندہ زندگی کے لیے تیار کرتا ہے۔ ایسے ماحول میں ایک گھر میں پروان چڑھنے والے بچے کامیاب زندگی گزار سکتے ہیں۔



# صحت معالجات کی

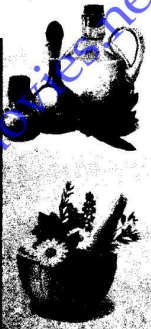
آج دنیا بھر میں ہزاروں متبادل طریقہ ہائے علاج موجود ہیں۔ ان میں رنگ، روشنی، موسیقی، سانس، مقناطیس، پتھر و جواہرات، پانی، خوشبو اور جزی بوٹیوں سے علاج وغیرہ شامل ہیں۔ اس کے علاوہ یوگا، ریکی، مراقبہ، ایکو چیکر، ایکو پرسٹر، ریفلیکسولوجی، پیسو تھراپی، شیا سو، ایگریٹور تکنیک، ایپورویڈ، فینگ شوئی، ٹائی چی، آریڈولوجی، کانسٹیسیولوجی، مساج، کی کوئنگ وغیرہ بھی متبادل طریقہ علاج میں شامل ہیں۔



## فینگ شوی

### Feng Shui 風水

فینگ شوی ایک قدیم سائنس ہے۔ اس کا تعلق چین سے ہے۔ فینگ شوئی کے ذریعے تزئین و آرائش میں معمولی تبدیلی سے فطرت کے اصول آپ کے گھر یا کام کی جگہ میں رو بہ عمل ہو سکتے ہیں۔ اس سے ذہنی کمزوری کے ساتھ ساتھ آمدنی میں بھی نمایاں اضافہ ہو سکتا ہے۔ روحانی ڈائجسٹ کے تقارین کے لیے ان صفحات پر چین کے معروف متبادل طریقہ علاج فینگ شوئی پر تحریر۔



## چودھواں حصہ

ایک انفرادی حیثیت کا مالک ہے۔  
فینگ شوئی کی تعلیمات کے مطابق  
ہر انسان کا ایک انفرادی پاکوا نمبر  
بھی ہوتا ہے۔ جسے ہم اس کا کلی نمبر  
بھی کہہ سکتے ہیں اس نمبر کے ذریعے  
آپ اپنی شخصیت اور ذاتی زندگی کی  
بھی معلومات حاصل کر سکتے



ہیں آپ جان سکتے ہیں کہ کون سی سمتیں آپ کے  
لئے زیادہ موافق ہیں اور کس سمت میں آپ کو توجہ  
دینے کی ضرورت ہے۔

### انفرادی پاکوا اور جنرل پاکوا:

ایسا قطعاً نہیں کہ انفرادی پاکوا نمبر کی موجودگی

میں جنرل پاکوا کی پسینیت ختم ہو گئی۔

جی نہیں جنرل پاکوا چارٹ کی اہمیت

اور حیثیت اپنی جگہ مسلم ہے۔ فینگ شوئی سے زیادہ

میز فوائد حاصل کرنے کے لئے ماہرین نے انفرادی

پاکوا نمبر بنائے ہیں۔ اسے کلی نمبر بھی کہا جاسکتا ہے۔

اس کلی نمبر کے مطابق عام پاکوا سمتوں میں تھوڑا فرق

ہو سکتا ہے لیکن یہ سمتیں آپ

کے انفرادی فائدے کا سبب

بنتی ہیں کیونکہ

انفرادی پاکوا نمبر آپ

کی انفرادی شخصیت

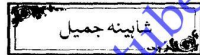
کی نمائندگی کرتا

ہے۔ باہمی تعلقات

کے مضبوط یا خراب

ہونے میں ذاتی شخصیت و

روحانی کامیابی



ہم نے آپ کو بتایا ہے کہ فینگ

شوئی کے قوانین کے مطابق ہر

عصر ہر سمت، ہر عدد یہاں تک کہ مختلف اشکال کا

تعلق بھی دراصل چنی توانائی کے مثبت بہاؤ اور ہم

آہنگی سے ہے۔ بات بہت واضح ہے۔ یہ اعداد بھی

انہی عناصر اور توانائیوں کے خواص کی نمائندگی

کرتے ہیں جو اس سمت میں گردش

کرتی ہیں یا غالب ہوتی ہیں۔

ان تمام اعداد کے اپنے

مخصوص رنگ بھی ہیں

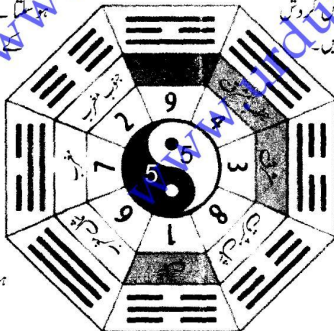
اور سمتیں بھی۔ جیسا

کہ اس جگہ ہم پہلے بھی

تذکرہ کر چکے ہیں کہ

انسان مختلف عناصر کا

مجموعہ ہے اور ہر آدمی



[6] لہذا کرن کے تاریخ پیدائش 85 کو جمع کیا تو  
جواب آیا 13۔

[7] 13 کا عدد نو سے بڑا ہے اس لئے دونوں کو آپس  
میں جمع کر دیا۔ جواب آیا 4۔

[8] اب 4 میں 5 جمع کیا۔ جواب آیا 9۔

[9] یعنی کرن کا انفرادی پاکو نمبر 9 ہے۔

$$1985 = 85 \times 8 + 5 = 13$$

$$1 + 3 = 4 \times 4 + 5 = 9$$

### طریقہ برائے مرد حضرات

مرد حضرات کے لئے یہ طریقہ ذرا مختلف ہے۔

[1] پہلے مرحلے پر تو خواتین کے طریقے کے مطابق  
ہی جمع ہو گا۔ یعنی مثال کے طور پر ایک صاحب  
اسد کا سن پیدائش 1985 ہے۔

[2] 8 میں 5 جمع کیا جو 13 آگیا۔

[3] اب 13 کو آپس میں جمع کیا تو حاصل جمع 4 ہوا

[4] اب اسد کے حاصل کردہ عدد 4 میں سے 10 کو

تفریق کریں گے۔ جس کا جواب آتا 6۔

[5] یعنی اسد کا انفرادی پاکو نمبر 6 ہے۔

$$1985 = 85 \times 8 + 5 = 13$$

$$1 + 3 = 4 \times 10 - 4 = 6$$

یہ بات یاد رکھنے کی ہے کہ مرد اور عورت کے  
انفرادی پاکو نمبر کے حساب کے دوسرے مرحلے  
میں تھوڑا سا فرق ہے

خواتین کی سن پیدائش کو آپس میں جمع کر کے 5  
جمع کرنا ہے اور حضرات کی سن پیدائش کو آپس میں  
جمع کر کے حاصل جمع 10 سے تفریق دینا ہے۔

### موافق اور غیر موافق سمتیں

فینگ شوئی کے ماہرین کے مطابق پاکو نمبر

مزاج کا بنیادی کردار ہوتا ہے۔

فینگ شوئی کی تعلیمات کے مطابق آپ کی  
انفرادی شخصیت دراصل آپ کے انفرادی پاکو نمبر  
کے زیر اثر ہوتی ہے۔ یہ آپ کے ذاتی پاکو نمبر ہی  
ہوتے ہیں جن کے اثرات آپ کے باہمی تعلقات پر  
چاہے وہ گھریلو ہوں، سماجی ہوں، جذباتی ہوں یا پھر  
کاروباری نوعیت کے ہوں سب کو متاثر کرتے ہیں۔  
ہم کہہ سکتے ہیں کہ فینگ شوئی سے زیادہ سے زیادہ  
فوائد حاصل کرنے کے لیے اپنے انفرادی پاکو نمبر  
کے مطابق سمتوں کا تعین کرنا زیادہ فائدہ مند ہے۔

پاکو نمبر معلوم کرنے کا طریقہ آسان ہے۔ اس  
کے لیے سب سے زیادہ ضروری صحیح سن پیدائش کا  
معلوم ہونا ہے۔

لڑکیوں اور خواتین سے حضرات کے ساتھ مگر  
آپ کو اپنا صحیح سن پیدائش تو بتانا ہی پڑے گا۔  
طریقہ برائے خواتین

[1] اب فرض کیجئے ایک خاتون کرن کا سن پیدائش  
1985 ہے۔ صدی کے ابتدائی دو ہندسے نکال  
دیجئے تو باقی بچے 85....

[2] اب 85 کو الگ الگ آپس میں جمع کر لیں۔ یعنی  
8 اور 5 کو آپس میں جمع کیا جو اب آیا 13۔

[3] آپ کے سن پیدائش کا عدد نو سے زیادہ آتا ہے  
تو دونوں ہندسے دوبارہ آپس میں جمع  
کر دیجئے۔ یعنی 13 اور 1 کو جمع کیا جو اب آیا 4....

[4] اب خواتین اپنے حاصل جمع جو کہ ایک کے نو  
کے درمیان ہو گا میں 5 جمع کر لیں۔

[5] اگر حاصل جمع 9 سے زیادہ ہو تو پھر آپس میں  
جمع کر لیں۔

اپریل 2015ء



آپ کا سن پیدائش اور پاکو نمبر

مرد	خواتین	1990	1991	1992	1993	1994	1995	1996	1997	1998	1999	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016									
1	5	1981	1982	1983	1984	1985	1986	1987	1988	1989	1990	1991	1992	1993	1994	1995	1996	1997	1998	1999	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016

میں تقسیم کیا جاتا ہے۔ یعنی 1،3،4،9 سے تعلق رکھنے والے افراد ایسٹ گروپ اور 2،5،6،7،8 سے تعلق رکھنے والے افراد ویسٹ گروپ کہلائیں گے۔

تاریخیں کرام!...! پاکو نمبر اور اس کی تفصیلات ایک مکمل علیحدہ باب ہے۔ یہاں ہم نے کوشش کی ہے کہ ایک ابتدائی تعارف اور یہ معلومات مختصر صورت میں آپ کو سمجھا سکیں۔ امید ہے کہ ہم اس میں کامیاب رہے ہوں گے۔ یہ قسط فی الحال یہی پی مکمل کرتے ہیں۔ فینگ شوئی کے بارے میں آپ ہمارے فیس بک کے پیج دیکھیں گے انک سے معلومات حاصل کر سکتے ہیں۔

facebook.com/ FengShui.Pk.AIMS  
(حسابی ہے)

آپ  
رُوحانی ڈائجسٹ کے قاری  
ہیں..... آپ کا بہت بہت شکریہ.....  
اپنے عزیزوں اور دوستوں کو اپنے اس  
پسندیدہ رسالے کا تحفہ دیجیے۔

رُوحانی ڈائجسٹ

1،3،4،9 افراد کے لئے غیر موافق سمتیں جنوب مغرب، مغرب، شمال مغرب اور شمال مشرق ہیں۔ جبکہ باقی چاروں سمتیں موافق یا موافقہ سمتیں ہیں۔ جن افراد کے پاکو نمبر 7،8،6،5،2 ہیں ان کے لئے موزوں ترین سمتیں جنوب مغرب، مغرب، شمال اور شمال مشرق ہیں۔ جبکہ باقی چار سمتیں غیر موافق سمجھی جاتی ہیں۔

یہاں موافق اور غیر موافق کی وضاحت بھی کرتی چلوں موافق سمتوں سے مراد یہ ہے کہ ان سمتوں میں دور کرتی تو انسانی آپ کیلئے مثبت اثرات کی حامل ہے۔ ان سمتوں میں آپ خود کو زیادہ توانا، مطمئن اور صحتمند محسوس کریں گے، نیز اس سمت کے مخصوص خواص آپ کے فائدہ مند ثابت ہوں گے، جبکہ ناموافق سے مراد ہے کہ یہ سمتیں متعلقہ فرد کے لیے ذہنی دباؤ، پریشانی الجھن اور حادثات کا باعث بن سکتی ہیں۔

ایسٹ یا ویسٹ گروپ:

ایسٹ کی تقسیم پاکو نمبر کے لحاظ سے ہوتی ہے اس تقسیم کی بنیاد پر ان افراد کو ایسٹ یا ویسٹ گروپ



## Raashda Iffat Memorial Campaign for Health & Hygiene

### فوڈ پوائزنگ.... اپنی غذا کو محفوظ بنائے

فوڈ پوائزنگ Food Poisoning انسان کو اس وقت ہوتی ہے جب وہ ایسا کھانا کھالے یا مشروب پی لے جو جراثیم یا دائرس وغیرہ کے باعث آلودہ ہو چکا ہو۔ یہ آلودہ غذا کئی بیماریوں کو جنم دینے کا سبب بنتی ہے۔ طرز زندگی میں کچھ جدید طریقے ایسے ہیں جو غذا کے حوالے سے حفظانِ صحت کے اصولوں پر پورے نہیں اترتے لیکن وقت بچانے کے لیے ہم ان مضر صحت عادات کو اپنائے ہوئے ہیں۔

لاست ہیں بلکہ ان کی وجہ سے غذا میں ایسے جراثیم پیدا ہو جاتے ہیں جو مختلف بیماریاں پیدا کرنے کا باعث بھی بنتے ہیں۔ یہاں ہم ان وجوہات کا جائزہ لیتے ہیں جو ہماری غذا کو زہر آلودہ کرنے میں اہم کردار ادا کرتی ہیں۔ بظاہر معمولی دکھائی دینے والی یہ وجوہات ہماری صحت کو بڑے نقصان سے دوچار کر سکتی ہیں۔

#### فوڈ پوائزنگ

غذائی زہریت کو انگریزی میں فوڈ پوائزنگ (Food Poisoning) کہتے ہیں۔ زہر خورانی انسان کو اس وقت ہوتی ہے جب وہ ایسا کھانا کھالے یا مشروب پی لے جو جراثیم یا دائرس وغیرہ کے باعث آلودہ ہو چکا ہو۔ آلودہ غذا کئی بیماریوں کو جنم دینے کا سبب بنتی ہے۔

غذا میں خطرناک کیمیائی مادے، کیڑے مار ادویہ یا دیگر مضر صحت مادے انسانی جسم میں کئی امراض پیدا

غذا انسان کی بنیادی ضروریات میں شامل ہے۔ جو غذا ہم کھاتے ہیں اس کا خالص اور صحت بخش ہونا لازمی ہے۔ موجودہ ترقی یافتہ ممالک میں ہر شخص وقت کی کمی کا شکار کرتے ہوئے نظر آتا ہے۔ ترقی یافتہ ممالک کے ساتھ ساتھ ترقی پذیر ممالک میں رہنے والے لوگوں کے رہن سہن میں بھی نمایاں تبدیلیاں سامنے آئی ہیں۔ اب ہماری طرز زندگی میں جدت نظر آتی ہے۔

کچھ جدید طریقے ایسے بھی ہیں جو غذا کے حوالے سے حفظانِ صحت کے اصولوں پر پورے نہیں اترتے لیکن وقت بچانے کے لیے ہم ان مضر صحت عادات کو اپنائے ہوئے ہیں۔ اگر ہم غذا کے استعمال میں احتیاط نہیں کریں گے تو صحت کے مسائل سے ضرور دوچار رہیں گے۔ ایسے عوامل پر توجہ دینا نہایت ضروری ہے جو مختلف اشیاء کی غذائیت میں نہ صرف یہ کہ کئی



استعمال میں احتیاط نہیں کریں گے تو صحت کے مسائل سے ضرور دوچار رہیں گے۔ ایسے عوامل پر توجہ دینا نہایت ضروری ہے جو مختلف اشیاء کی غذائیت میں نہ صرف یہ کہ کئی

کرتے ہیں۔ ماہرین کے نزدیک فی الوقت غذائی زہریت کی وجہ سے انسان ڈھائی سو (250) متفرق بیماریوں میں مبتلا ہو سکتا ہے۔

کئی جراثیم مکھیوں، لال بیگ وغیرہ سے چپک کر غذا میں منتقل ہو جاتے ہیں اور غذا زہریلی ہو جاتی ہے۔

ڈھائی سو بیماریوں کی اپنی اپنی علامات ہیں، اس لیے زہر خورانی پیدا ہونے کی کوئی ایک مخصوص نشانی نہیں،

تاہم ہمارے جسم میں جراثیم یا دوسرے زہریلا مواد معدے اور آنتوں پر اثر انداز ہوتا ہے، اس لیے وہیں پہلی نشانیاں

جسم لیتی ہیں۔ جراثیم، بیکٹیریا، غذائی زہریت کے ذریعے سب سے زیادہ بیماریاں پیدا کرتے ہیں۔ ان جراثیم میں

سب سے خطرناک کیما فلکوبیکٹیریا یا *Campylobacter*، سالمونیلہ *Salmonella* اور ای کوئی *E. coli* ہیں۔

وائرس میں کالسی *Calici* وائرس سب سے خطرناک ہیں جو نوروالک *Norwalk* بھی کہلاتے ہیں۔

### کیما فلکوبیکٹیریا

یہ جراثیم بخار، اسہال اور پیٹ میں مروڑ پیدا کرتا ہے۔ دنیا بھر میں یہی سب سے زیادہ اسہال کی بیماری جنم

دینے والا یہی جراثیم ہے۔ یہ بچپن کی آنتوں میں پایا جاتا ہے۔ مرغیوں کے کچے گوشت میں ہوتا ہے۔

### سالمونیلہ

یہ جراثیم بھی بچپن اور دوسرے جانوروں میں پایا جاتا ہے۔ یہ مختلف قسم کے گوشت کے ذریعے انسان کے

جسم میں داخل ہو سکتا ہے۔ یہ جراثیم بھی بخار، اسہال اور پیٹ کے درد کو جنم دیتا ہے۔ جن لوگوں کی قوت

معداغت کم ہو، ان میں یہ جراثیم دوران خون پر حملہ کر کے جان کو خطرے میں ڈال سکتا ہے۔

### کالسی وائرس

یہ اسہال کا سبب بنتا ہے۔ یہ وائرس غذا کے ذریعے

بیماری پیدا کرنے والا سب سے اہم وائرس ہے۔ اسے آسانی شاخت نہیں کیا جاسکتا کیونکہ اس کے لیبارٹری

ٹیسٹ بہت کم جگہوں پر ہوتے ہیں۔ یہ بھی آنتوں پر حملہ آور ہو کر انسان کی صحت کو نشانہ بناتا ہے۔ اسہال کے

ساتھ ساتھ اس وائرس کے حملے میں زیادہ تے بھی آتی ہے۔

### ای کولی

یہ جراثیم طفیلی مویشیوں کے گوشت میں پایا جاتا ہے۔ اس جراثیم کا حامل گوشت کھا کر لوگ بیمار پڑ جاتے

ہیں۔ کچا دودھ یا سوزنیاں کھانی پینے سے بھی یہ جراثیم چلتا ہے۔ اس جراثیم سے بچنے کے لیے گوشت خوب پکا کر

کھایا جائے، کچا دودھ نہ پیئیں اور بھٹوں کو صاف رکھیں۔

### غذا میں جراثیم کی افزائش

کھانے کی بعض اشیاء، میں معمولی خرابی کے باعث تیزی سے زہرے مادے بنا شروع ہو جاتے ہیں۔ مثلاً

نمک، نمک، لیٹوں وغیرہ اگر ایسی غذائیں اور سبزیاں تھوڑی سی بھی گل جائیں تو انہیں فوراً باقی سبزیوں سے علیحدہ

کر دینا چاہیے۔ جو بھی غذا استعمال کی جائے، اس کا تازہ ہونا ضروری ہے۔ ہاں اشیاء میں زہریلے اثرات بہت تیزی

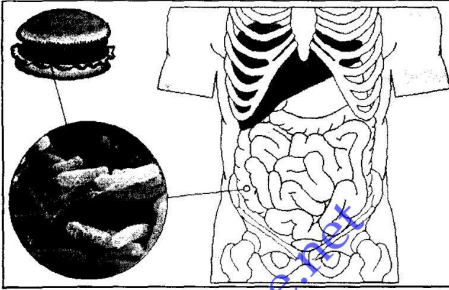
سے پیدا ہوتے ہیں اور انسانی صحت کو بے حد نقصان پہنچاتے ہیں خصوصاً گرم موسم میں معمولی زہریلی خوراک

سے الرجی، بخاریقے کی شکایت بھی پیدا ہو جاتی ہے۔ فصلوں کو کیزوں سے بچانے کے لیے کیزے مار

ادویات لگاتار استعمال کی جاتی ہیں۔ ان ادویات کا استعمال بے احتیاطی سے لیکن اس عمل کا نقصان وہ پہلو یہ ہے کہ بعض

زہریلی ادویات کا زہر سبزیوں اور پھلوں پر بھی پڑتا ہے۔ ان ادویات کے مضر اثرات سے محفوظ رہنے کے لیے

لازمی ہے کہ کسی بھی پھل یا سبزی کو استعمال کرنے سے قبل صاف پانی سے خوب اچھی طرح دھو لیا جائے۔



خصوصاً ایسے پھل اور سبزیوں کو جنہیں چھلکے سمیت استعمال کیا جاتا ہے۔ کیمیائی کھاد، فضائی آلودگی، جراثیم کش ادویات کا اسپرے ایسے عوامل ہیں، جن کے باعث بظاہر تازہ نظر آنے والی سبزی بھی زہر آلود ہو سکتی ہے، اس لیے کھانے سے قبل پھل اور سبزیوں کو اچھی طرح دھونا اور خوب مل کر صاف کیا جانا نہایت ضروری ہے۔

آلود بنا دینے ہیں۔ پلاسٹک کی تھیلیوں کے بجائے کھانا برتنوں میں محفوظ رکھے رکھنا چاہیے۔

کئی جراثیم فضائی کرنا، کئی اور غذا کے تعاون سے پلٹے بڑھتے ہیں۔ موافق حالات میں، جن تو جراثیم صرف بارہ گھنٹوں میں اپنے آپ کو تقسیم کر کے ایک کروڑوں کی تعداد تک پہنچ سکتے ہیں۔ اسی لیے رات کو اگر معمول آلود کھانا کھلا چھوڑ دیا جائے تو صبح تک وہ مکمل طور پر آلود ہو جاتا ہے۔

مختصر ا کھانا کھانے سے اجتناب کرنا چاہیے۔ خاص طور پر جدید انداز میں تیار کیے گئے پیکنگ شدہ کھانے استعمال کرنے سے قبل گرم ضرور کرنے چاہئیں۔ اگر انہیں گرم کیے بغیر ہی استعمال کر لیا جائے تو معدے پر سخت برے اثرات مرتب ہو سکتے ہیں۔ خاص طور پر گرمیوں میں ایسی غذائیں نظام ہاضمہ سے متعلقہ مسائل پیدا کرتی ہیں۔ ایک مرتبہ گرم کیا گیا کھانا فوراً استعمال کر لینا چاہیے۔ بار بار گرم کرنے سے ناصرف کھانے کی غذائیت ختم ہو جاتی ہے بلکہ ایسے شواہد بھی ملے ہیں کہ ایک ہی غذا کو وقفے وقفے سے گرم کر کے کھانے سے آنتوں میں سوزش، السر اور نظام ہاضمہ کے دیگر امراض لاحق ہوتے ہیں۔

گرمیوں میں چائے اور کافی کا زیادہ استعمال

تانبے کے غیر قلعی شدہ برتن میں تیار کیے گئے کھانے صحت کے لیے مضر ثابت ہوتے ہیں۔ کھانا پکاتے وقت کوشش کرنی چاہیے کہ اسٹین میں اسٹیل کے برتن استعمال کیے جائیں۔ اسٹیل کے بعد المونیم کے برتن بھی ایک حد تک محفوظ رہتے ہیں۔ تانبے کے غیر قلعی شدہ برتن استعمال کرنے سے اجتناب کرنا چاہیے۔

مصنوعی رنگ بھی صحت کے لیے انتہائی نقصان دہ قرار دیے جاتے ہیں۔ جس حد تک بھی ممکن ہو مصنوعی رنگوں سے تیار کی گئی اشیاء اور غذاؤں سے اجتناب کرنا چاہیے۔ ناقص اور غیر معیاری مصنوعی رنگ غذا کو زہر آلود کر دیتے ہیں۔

اکثر گھر میں تیار شدہ غذائیں پلاسٹک کی تھیلیوں میں محفوظ رکھی جاتی ہیں لیکن کسی بھی غذا یا حصہ میں گھی یا تیل میں تیار کی گئی غذا میں مضر صحت جراثیم باسامی سرایت کر جاتے ہیں۔ گرمیوں میں یہ تھیلیاں ہالفریج فریڈ میں رکھی گئی دوسری غذائی اشیاء کو بھی زہر یلا بنا سکتی ہیں۔ اس حوالے سے بہتر یہ ہے کہ گرمیوں میں روزانہ تازہ غذا تیار کی جائے۔ تادیر محفوظ رکھی گئی غذا میں بہت تیزی سے جراثیم پیدا ہوتے ہیں۔ پلاسٹک کی تھیلیاں غذا کو زہر

مطلب ہے کہ ہم اپنی رقم کے عوض مختلف امراض خرید رہے ہیں۔ ان حالات میں محفوظ شدہ خوراک کی خریداری میں احتیاط کی ضرورت مزید بڑھ جاتی ہے۔

### احتیاطی تدابیر

کچی ہوئی غذا کو عرصے تک محفوظ نہ کریں۔ ایسی غذا میں جراثیم کی افزائش بہت تیزی سے ہوتی ہے، چاہے انہیں سرد ماحول میں ہی محفوظ کیا جائے۔ بچے ہوئے کھانے فریج میں رکھیں، کمرے کے درجہ حرارت میں جو انہیں بڑی تیزی سے بڑھتے ہیں، اس لیے جو کھانا دو گھنٹے کے اندر اندر نہ کھایا جائے، اسے فریج میں رکھ دیں۔

گوشت، مرغی اور انڈوں کو اچھی طرح پکائیے تاکہ ان کا کپا پن ختم ہو جائے۔ بہتر یہ ہے کہ کھانا پکانے کے برتن کا اندرونی درجہ حرارت جاننے کے لیے کینڈی تھرما میٹر خرید لیں تاکہ جراثیم کا خاتمہ یقینی ہو جائے۔ مثال کے طور پر گائے کے گوشت کو 160 درجے فارن ہائٹ کے درجہ حرارت تک اور انڈا اس وقت تک پکائیے کہ ان کی سردی بخنتہ ہو جائے۔

کھانے کی خوشبو بھی اس کی تازگی کا ثبوت ہے۔ اگر باہر کے کھانے دیکھنے میں تازہ نظر نہ آئیں تو انہیں بالکل استعمال نہیں کرنا چاہیے۔

ریفریجریٹر میں رکھے والی غذاؤں کو سلور بند ڈبوں میں نہ رکھیں۔ ایک غذا کو دوسری غذا سے الگ رکھیے۔

اگر کمرے کا درجہ حرارت تو سے درجے فارن ہائٹ سے زیادہ ہو تو کمرے میں کھانا ایک گھنٹے سے زیادہ نہ رکھیے۔

یاد رکھیں! صاف، تازہ غذا اچھی صحت کی ضمانت ہے۔ آسان طرز زندگی اپنانے کی کوشش میں صحت کو داؤ پر لگانا کوئی عقل مند ہی نہیں۔



اضطراب، بے خوابی اور جسم میں پانی کی کمی کا باعث بنتا ہے۔ ایسے افراد جن کی جلد خشک ہو اور جنہیں بھوک بہت کم لگتی ہو، انہیں چائے اور کافی کا استعمال کمرے کم کر دینا چاہیے۔ چائے اور کافی تازہ تیار کر کے استعمال کرنی چاہیے، پہلے سے تیار شدہ چائے یا کافی بار بار گرم کرنے سے زہر آلودہ ہو سکتی ہے۔

### سربند غذائیں

مغربی ممالک کی طرح اب ہمارے ہاں بھی سربند غذائیں استعمال کرنے کا رواج عام ہو گیا ہے جنہیں یہ وقت ضرورت گرم کر کے باسانی استعمال کیا جا سکتا ہے، لیکن اس طرح کی سربند غذائیں ایک معینہ مدت تک ہی استعمال میں لائی جا سکتی ہیں۔ ماہرین غذا نیت کا کہنا ہے کہ مدت کے خاتمے سے مہینہ بھر قبل ہی بعض غذاؤں میں جراثیم کی افزائش شروع ہو جاتی ہے۔ اس لیے ذیل بعض غذائیں ہمیشہ تاریخ استعمال سے مطمئن ہو کر خریدی جانی چاہئیں۔

اس کے علاوہ بند ڈبوں کو کھولنے کے بعد غذا ایک ہی وقت میں فوری استعمال کرنی چاہئے۔ ورنہ یہ غذا تازہ غذا کی یہ نسبت کئی گنا تیزی سے بیرونی اثرات قبول کرتی ہے۔ مختلف امراض میں اس نوعیت کی غذائیں استعمال کرنے سے اجتناب کرنے کی ہدایت کی جاتی ہے۔ جہاں تک ممکن ہو سربند غذاؤں کے استعمال کے وقت، تاریخ تیاری، تاریخ تفتیح اور استعمال کے حوالے سے احتیاط پیش نظر رکھنا ضروری ہے۔

بند ڈبوں میں دستیاب غذا کو خاص مدت تک قابل استعمال رکھنے کے لیے کیمیائی اجزاء کا استعمال لازمی ہوتا ہے۔ کچھ غذائی ادارے اس حوالے سے خصوصی احتیاط برتتے ہیں۔ ہمارے ہاں اشیاء کی پیکنگ کا نظام غیر فعال نظر آتا ہے، اس لیے بوگس اور غیر معیاری غذائی مصنوعات بھی ملک بھر میں عام دستیاب ہیں اس کا واضح

# پیرور کر حفاظت کیجیے

پاؤں ہمارے جسم کے سب سے اہم اعضاء میں شمار ہوتے ہیں۔ انہی کی بدولت ہم چلتے پھرتے ہیں۔ یہ ہمارے جسم کا بوجھ اٹھاتے ہیں لیکن اس کے باوجود عموماً انہیں ہی سب سے زیادہ نظر انداز کیا جاتا ہے۔

یہ آپ کا بوجھ اٹھاتے ہیں۔

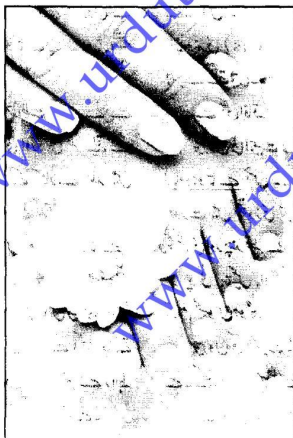
پیرور نہایت نازک اور حساس ہوتے ہیں۔ ان کی مناسب دیکھ بھال نہ کی جائے تو تیسریوں تکالیف انہیں اپنی لپیٹ میں لے سکتی ہیں جن میں گٹے، موج، چھالے، بھدا گوشت، ایڑی کا درد اور مختلف جلدی بیماریاں شامل ہیں۔

پیرور کے مختلف بیماریوں کی موجودگی کا پتہ لگانا اور اس کی علاجی تدابیر کا تعین کرنا ایک پیچیدہ اور مشکل فریضہ ہے۔ اس کے لیے طبی دانیش میں گزربڑکی علامت سمجھا جاتا ہے۔

طوبی دانیش

پاؤں کی سب سے بڑی ہڈی ہمارے جسم کا تقریباً پچیس فیصد وزن زمین پر منتقل کرتی ہے۔ جب اس پر بوجھ زیادہ ہوتا ہے تو یہ بڑی ہڈی غیر فطری پن کا شکار ہو جاتی ہے اور یوں پنڈلیوں اور ایڑی میں تکلیف پیدا کرنے کا باعث بنتی ہے۔

پاؤں کی سب سے بڑی ہڈی ہمارے جسم کا تقریباً پچیس فیصد وزن زمین پر منتقل کرتی ہے۔ جب اس پر بوجھ زیادہ ہوتا ہے تو یہ بڑی ہڈی غیر فطری پن کا شکار ہو جاتی ہے اور یوں پنڈلیوں اور ایڑی میں تکلیف پیدا کرنے کا باعث بنتی ہے۔



بھانکے اور چلنے میں یہ تینوں اپنا اپنا کردار ادا کرتے ہیں۔ ہمارے پیرور میں چھبیس ہڈیاں اور انہیں چھٹے ہونٹے ہیں۔ ٹانگ سے آنے والی بارہ رگیں ان پٹوں کو ہڈی کے ساتھ جوڑے رکھتی ہیں۔ انسان کی عام صحت سے پیرور کا بہت گہرا تعلق ہے۔ ایک انسان اپنی اوسط زندگی میں ان کے سہارے تقریباً 25,000

موزوں جوتوں کی وجہ سے پڑتے ہیں۔

پیر مختلف قسم کی الرجی کی زد میں بہت جلد آجاتے ہیں۔ پیروں کی چھبیل بہت تکلیف دیتی ہے۔ اس تکلیف میں شروع میں لال دھبے بنتے ہیں جن پر کھجلی اور جلن بھی محسوس ہوتی ہے۔ جلد ہی یہ زخموں کی صورت اختیار کر لیتے ہیں اور ان پر سے جلد اکھڑنے لگتی ہے۔ اگر پیر اس بیماری کی زر میں آجائیں تو یہ بڑی تیزی سے پھیلیں گے اور دوسرے لوگوں کو بھی متاثر کرتی ہے۔ ایسے افراد کے استعمال شدہ جوتے پہننے سے گریز کرنا چاہیے۔ متاثرہ افراد صفائی کا خاص خیال رکھیں، روزانہ جرائیں تبدیل کریں اور گندی جرابوں کو اعلیٰ سے ہونے پانی میں دھوئیں تاکہ جراثیم بھاتی نہ رہیں۔

جلدی بیماریوں کے علاج کے لیے ننگے پاؤں ساحل سمندر پر چلنا بہت مفید ہے کیونکہ سمندری پانی نمکین ہونے کے باعث اس تکلیف کے لیے ناکارہ مند ہے۔ اس کے علاوہ ہوا اور دھوپ لگنے سے پھپھویری (Fungus) ختم ہو جاتی ہے اور زخم بھرنے لگتے ہیں۔ پانی میں نمک ڈال کر اس میں پاؤں رکھنے سے بھی افادہ ہوتا ہے۔

پیروں کی اہمیت کا احساس اس شخص کو سب سے زیادہ ہوتا ہے جس کے پیر میں مویج آجائے۔ ایسی صورت میں تھوڑی سی ہلدی، تھوڑا سا نمک، کچھ پھٹکری اور چند قطرے سرسوں کا تیل ریت میں ڈال کر پوٹی بنائیں اور گرم کھور کریں، بہت جلد آرام محسوس ہوگا۔

پیروں کی شکایت میں ایڑیوں کا پھنسا سر فہرست ہے۔ کھلے جوتے پہننے سے گرد و غبار پاؤں کو خراب کر دیتا ہے اور ایڑیاں پھٹنے لگتی ہیں۔ ایسی صورت میں

یہ اس وقت بنتے ہیں جب پاؤں کے کسی حصے میں کھال سخت ہو کر مردہ ہو جاتی ہے۔ اس حصے میں تکلیف تو نہیں ہوتی لیکن وہ بد نما لگتا ہے۔ اسے عام طور پر بلیڈ وغیرہ سے کاٹ دیا جاتا ہے۔ ایسا کرنے سے اجتناب کرنا چاہیے اور ڈاکٹر سے مشورہ کرنا چاہیے۔ ننگ یا بہت سخت جوتا پیروں میں زخم کر دیتا ہے۔

اکثر لوگ پیروں کی انگلیوں کے درمیانی حصے میں خارش کی شکایت کرتے ہیں۔ چوتھی اور پانچویں انگلی اس مرض کا سب سے زیادہ شکار ہوتی ہے اور نمونازم ہو جاتے ہیں۔ اس حصے کو دراصل ہوا کم لگتی ہے لہذا نمی کی وجہ سے تکلیف ہوتی ہے۔ اسے رفع کرنے کے لیے یہ دسی علاج مفید ہے۔ شہد کے پتھلوں کو اباں لیں اور اس پانی سے پیر دھوئیں۔ بزرگے اینڈ کوسرسوں کے تیل میں ملا کر انگلیوں کے درمیان لگانے سے بھی افادہ ہوتا ہے کیونکہ وہ جراثیم کش صلاحیت رکھتا ہے۔

پیروں کے نمکین بھی حفاظت نہ کرنے سے تکلیف دیتے ہیں۔ اگر باقاعدی اور صحیح طریقے سے ناخن نہ کاٹے جائیں تو ان کے کنارے جلد میں پپوست ہو جاتے ہیں اور درد ہونے لگتا ہے۔ فساد نسج (Gangrene) بھی ناخنوں کو متاثر کر سکتا ہے۔ شروع میں یہ ناخنوں کے ارد گرد پھپھوندی کی صورت میں نمودار ہوتا ہے پھر آس پاس کی جلد متاثر کرتا ہے۔ اس بیماری میں ناخن سطح سے اکھڑ جاتے ہیں۔ جب یہ بیماری شروع ہو تو فوراً ڈاکٹر سے رابطہ کرنا چاہیے۔ اس کا علاج کافی وقت لے سکتا ہے۔

متاثرہ جگہ پر کھٹھا لگائیں اور بند جو تا پھنٹیں۔

یہ طریقہ اب مغربی ممالک میں بھی بہت مقبول ہے۔ یہ دن بھر کی جسمانی تھکن دور کر دیتا ہے۔

کیٹشیر اور وٹامن کی کمی پیروں کی جلد اور ہڈیوں کو متاثر کرتی ہے۔ پیروں کی ہڈیاں بڑھ جانا تکلیف دہ مرض ہے جس سے نجات کے لیے آپریشن کی ضرورت پڑتی ہے۔ خون کی کمی کی صورت میں پیروں پر نیلے دھبے پڑنے لگتے ہیں۔ اسی طرح اگر خون کی گردش صحیح نہ ہو تو پاؤں سوج جاتے ہیں اور انگلیاں نیلی پڑ جاتی ہیں۔ اس کیفیت سے نکلنے کے لیے پیرس کی اونچی جگہ رکھ کر لیٹ جائیے تاکہ دوران خون معمول پر آجائے۔

پیروں کو دکھ دینے والی چیزوں میں سرفہرست جوتے ہیں۔ اگر آپ کے پاؤں کا سائز چھ نمبر کا ہے اور آپ پانچ نمبر کی جوتا پہننے پر مصر ہیں تو ایڑی اور نچے پر بدنما گٹے ہی پڑیں گے۔ اس لیے جوتے خریدتے وقت یہ دھیان رکھیے کہ آپ اپنے پیروں کے سائز کے مطابق ہی جوتے خرید رہے ہیں۔ بہتر ہے کہ جوتے کھلے ہوں تاکہ آپ کے پیروں کی صحت برقرار رہے۔

اپنے پیروں پر کھڑا ہونا س محاورے کی حد تک صحیح ہے کیونکہ پاؤں بت کی طرح کھڑے رہنے کے لیے نہیں چلنے پھرنے کے لیے بنائے گئے ہیں۔ زیادہ دیر تک کھڑے رہنے سے پیروں میں درد ہو جاتا ہے اور ریس پھول جاتی ہیں۔ ایسے خواتین و حضرات جن کا وزن زیادہ ہو عموماً پیروں میں درد محسوس کرتے ہیں۔

بیمش آرام وہ جوتا استعمال کریں۔ آج کل کئی قسم کی اشیاء جو تاسازی میں استعمال ہو رہی ہیں لیکن ان میں چمڑا سب سے بہتر ہے کیونکہ اس میں مسام ہوتے ہیں جو پیروں کو ہوا کی فراہمی میں مدد دیتے ہیں اس طرح پیروں میں پسینہ نہیں آتا۔ ٹائکون، پلاسٹک اور ریگزیں کی جوتیاں نہ صرف پیروں پر نشان ڈالتی ہیں بلکہ پسینہ لانے کا سبب بنتی ہیں۔

وہ جب بھی فارغ بیٹھیں تو پیروں کو حرکت دیں تاکہ انہیں ورشنگ ملے۔ انگلیاں اور پیر موڑیے، اکڑائیے اور پھر ڈھیلا چھوڑ دیجیے۔ بند جوتے پہننے والے اکثر افراد پیروں سے بدبو آنے کی شکایت کرتے ہیں۔ اس مسئلے سے نجات کے لیے بازار میں کئی مفید کریکیم موجود ہیں۔ گھر میں موجود ٹیکم پاؤڈر سے بھی استفادہ کیا جاسکتا ہے۔ جوتا پہننے سے پہلے جوتے میں اسے چھڑک لیں اور پیروں پر بھی لگائیں۔

نیا جوتا خرید کر ہمیشہ اسے جانچیں یعنی چل پھر کر دیکھیں۔ جوتا ہمیشہ سیدھے پاؤں کے ناپ کا لیں کیونکہ دونوں پیروں کے ناپ میں کچھ فرق ہوتا ہے۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ جوتا خریدنے کا مناسب وقت دوپہر کا ہے۔

پیروں کو گرم اور ٹھنڈے پانی میں باقاعدہ طور پر دھونا آبی علاج (Hydrotherapy) کہلاتا ہے۔

پاؤں کی جوتی، کو محاورے کے طور پر ضرور استعمال کریں لیکن خریدتے وقت جوتی یا جوتے کو حقیر نہ جانے بلکہ مکمل احتیاط اور توجہ برتیے تاکہ آپ کے پاؤں صحت مند اور خوبصورت رہیں۔





عظیہ

کے اعتماد کے ساتھ

موٹاپے سے نجات

ہربل ٹیبلٹ

مہزلیں



بڑھاپا، ہوا پیٹ گھٹانے  
وزن کم کرنے کے لئے  
قدرتی اجزاء سے تیار کردہ عظیہ کی ہربل ٹیبلٹ مہزلیں

عظیہ کی تیار کردہ ہربل پروڈکٹس قریبی اسٹور سے طلب فرمائیں۔

کراچی: فون: 021-36604127۔

روزانہ کا نمونہ

134

# کھانا کھانے سے کھائے...

یا جلد ہضم ہونے والی غذا کھانی چاہیے۔ جوان اور

ڈاکٹر اور اطباء یہ ہدایت کرتے چلے آئے

صحت مند آدمی مرغن اور دیر  
ہضم اشیاء کھا سکتے ہیں لیکن

## مرض بھگائے...

قاعدے قرینے سے۔

ہیں کہ غذا سادہ کھاؤ اور جب  
تک پہلی غذا ہضم نہ ہو جائے،  
دوسری غذا نہ کھاؤ۔

طب مشرق کے اطباء نے غذا ہضم ہونے کے  
سلسلے میں جو تجزیہ کیے تھے، جدید غذائی تحقیق بھی  
الذاتی تصدیق کرتی ہے۔ قدیم اور جدید معلومات کے  
مطابق سب سے ملکی غذا ابلے ہوئے چاول ہیں لیکن  
یہ یاد رہے کہ ابلنے کے بعد چاول اپنی زیادہ تر

ایک کھانے کے فوراً بعد کچھ اور کھانے  
سے معدہ خراب ہو جاتا ہے۔ معدہ چونکہ ہمارے جسم  
کا انتہائی اہم حصہ ہے لہذا اس کی خرابی بے شمار  
بیماریوں کو جنم دیتی ہے۔ اس بہت اہم کتے کو ہم عام  
طور پر یاد نہیں رکھتے۔

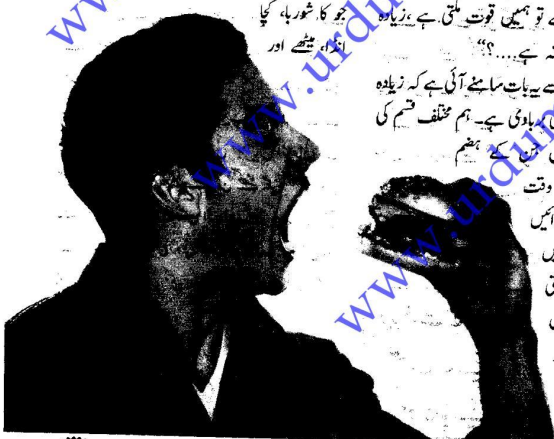
### بنت افضل

غذائیت سے محروم ہو جاتے ہیں لہذا ساتھ  
دوسری غذائیت بخش غذا بھی کھانی  
چاہیے۔ چاولوں کی کھجڑی بھی جلد ہضم ہونے والی  
غذا ہے۔ دیگر ایسی غذاؤں میں اراروت، جھاگودانہ،

کہا جاتا ہے کہ انسانی جسم میں تقریباً  
ہر بیماری کی بنیاد معدہ ہے۔ خراب معدہ  
ہی کئی امراض کو حملے کی دعوت دیتا ہے۔  
اکثر لوگوں کے ذہن میں یہ سوال گردش کرتا  
ہے ”کھانے ہی سے تو ہمیں قوت ملتی ہے، زیادہ  
کھانے میں کیا مضائقہ ہے...؟“

اطباء کی تحقیق سے یہ بات سامنے آئی ہے کہ زیادہ  
کھانا صرفاً صحت کی بربادی ہے۔ ہم مختلف قسم کی  
غذائیں کھاتے ہیں جن کے ہضم

ہونے میں مختلف وقت  
لگتا ہے۔ بعض غذائیں  
جلد ہضم ہو جاتی ہیں  
جبکہ بعض کو دیر لگتی  
ہے۔ جن لوگوں  
کے معدے کمزور  
ہوں یا وہ بوڑھے  
ہوں، انہیں ملکی



مثلاً بھیڑ کے گوشت کے کباب ڈھائی گھنٹے، مچھلی اور تیتڑ کے تین گھنٹے، بکری کے گوشت کے سواتین گھنٹے، مرغ اور گائے کے گوشت کے کباب ساڑھے تین گھنٹے اور مرغالی کے کباب ساڑھے چار گھنٹے میں ہضم ہوتے ہیں۔ مکھن ساڑھے تین گھنٹے اور گھی چار گھنٹوں میں ہضم ہوتا ہے۔

آلو تین گھنٹے تیس منٹ، تلا ہوا انڈا تین گھنٹے تیس منٹ، مرغ کا گوشت تین گھنٹے پینتالیس منٹ، مرغ کے کباب چار گھنٹے، بھنا ہوا گائے کا گوشت تین گھنٹے تیس منٹ، بکی ہوئی ترکاریاں تین گھنٹے تیس منٹ، ایلے چاول ایک گھنٹہ تین منٹ، دال مونگ دو گھنٹے تیس منٹ، گیہوں کی روٹی تین گھنٹے تیس منٹ، ایلے ہوئی سبز پھلیاں تین گھنٹے تیس منٹ، گاجر تین گھنٹے تیس منٹ، بند گوبھی چار گھنٹے تیس منٹ، مکھن تین گھنٹے تیس منٹ، ابلّا انڈا تین گھنٹے تیس منٹ، کدے کا گوشت تین گھنٹے پندرہ منٹ، گوشت کے کباب چار گھنٹے، مچھلی کباب تین گھنٹے، پلاؤ تین گھنٹے پینتالیس منٹ، چنڈر تین گھنٹے تیس منٹ، دال ماش دو گھنٹے پینتالیس منٹ، ہر قسم کی دال دو گھنٹے پینتالیس منٹ، دووہ دو گھنٹے، مٹنم تین گھنٹے تیس منٹ، پھول گو بھی چار گھنٹے تیس منٹ، گھی چار گھنٹے، سیب دو گھنٹے تیس منٹ۔



روزانہ کا محنت

کچے ہوئے پھل شامل ہیں۔ ان کے ہضم ہونے کا دورانیہ ڈیڑھ سے دو گھنٹے ہے۔

ہم آپ کی سہولت کے لیے مختلف غذاؤں کے ہضم ہونے کے اوقات کا چارٹ شائع کر رہے ہیں تاکہ آپ اس سے بھرپور استفادہ کرتے ہوئے بسیار خوری سے بچ سکیں۔ اس طرح آپ کئی امراض سے محفوظ رہیں گے۔

سب سے دلچسپ اور مرحلہ دار دورانیہ ہضم انڈے کا ہے۔ کچا انڈہ پھینٹ کر استعمال کریں، تو وہ دو گھنٹے میں ہضم ہوتا ہے۔ اگر نیم برشت (ہاف بواگل) کھائیں تو ڈھائی گھنٹے کا عرصہ لگے گا۔ سخت ابلّا ہوا ہونے کی صورت میں ساڑھے تین گھنٹے صرف ہوں گے۔ تلنے کی صورت میں بھی ساڑھے تین گھنٹے لگتے ہیں اور اگر زیادہ گھی میں تلا گیا ہو، تو پھر اس کے ہضم ہونے میں چار گھنٹے لگیں گے۔

پھلوں کے بارے میں مزید احتیاط کی ضرورت ہے۔ بہت خشک طرح کچے ہوئے پھل کھائیں۔ سخت اور کپے پھل ہوتے اور ہضم ہونے میں تین ساڑھے تین گھنٹے لگاتے ہیں۔ سیب کو ہضم ہونے کے لیے دو گھنٹے چاہئیں۔ ایلے ہوئی سبزیاں اڑھائی گھنٹے میں جبکہ بکی ترکاری ساڑھے تین گھنٹے میں ہضم ہوتی ہے۔ دال ہضم ہونے میں اڑھائی گھنٹے کی مدت لیتی ہے۔ گندم کی خمیری روٹی سواتین گھنٹے، باجرہ، کئی اور جوار کی روٹی بھی ساڑھے تین گھنٹے میں ہضم ہوتی ہے۔

بکری کے گوشت کا شوربہ تین گھنٹے اور بھنا ہوا گوشت سواتین گھنٹے میں ہضم ہوتا ہے۔ مختلف قسم کے کباب بھی ہضم ہونے میں مختلف وقت لیتے ہیں۔

کر کے ایک چمچ رس نکال لیں۔ اب ایک چمچ شہد اور چمکی بھر مقدار نمک ملا کر چائے۔ دن میں تین مرتبہ یہ نسخہ استعمال کیا جاتا ہے، سینے کی مختلف تکالیف میں، گلا بیٹھ جانے پر، کھانسی، کالی کھانسی میں فائدہ دیتا ہے۔

### موٹاپے کے لیے

ایک درمیانی مولی دھو اور چھیل کر قتلے کریں۔ اس کے چھوٹے چھوٹے نرم و نازک پتے بھی دھو کر ان پر ہلکا سا شہد لگائیے، ان قتلوں کے ساتھ سبز پتوں کا ناشا کریں۔ پینٹ میں ریح نہیں ہوگی، آہستہ آہستہ موٹاپا بھی کم ہوگا۔

### یرقان

یرقان کے علاج کے لیے برس ہا برس سے مولی استعمال کی جاتی ہے۔ مولی

کارس نکال کر اس میں تھوڑا سا شہد ملا کر دن میں تین مرتبہ پیئے۔ فرق پڑ جاتا ہے۔ یرقان میں مولی کی سلاو، مولی کی بھجیا اور مولی کارس مفید ثابت ہوتا ہے۔ مولی کے پتوں کارس نکال کر کھلی آج پر پکا کر چھان کر لال شکر ملا کر ٹھنڈا کر کے روزانہ ایک بڑا گلاس پیلائیے اور مولی کی بھجیا بنا کر کھلائیے۔

### تلی کم کرنے کے لیے

ایک مولی لے کر درمیان سے لمبائی کے رخ چار ٹکڑے کریں۔ نو شادو چھ ماشہ سے کم پیرس قتلوں پر چھڑک دیجیے۔ کسی شیشے کی پلیٹ میں آسمان کے نیچے اوس میں رکھیں۔ صبح پلیٹ میں پانی ہوگا۔ مولی

مولی عموماً ہمارے سلاو کی رونق خوب بڑھاتی ہے اسے دیگر سبزیوں کے ساتھ ملا کر بھی پکایا جاتا ہے۔ یہ سبزی نسبتاً سستی ہے لیکن اگر اس کے طبی خواص سے آگاہی حاصل کی جائے تو معتدل و تگ رہ جاتی ہے۔ بظاہر عام سی دکھائی دینے والی سبزی کے استعمال سے ہم کئی بیماریوں سے محفوظ رہ سکتے ہیں۔

مولی کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ اسے کھانے کے بعد استعمال کرنے سے گریز کرنا چاہیے۔ خوب چبا کر کھانے سے یہ سبزی یرقان میں بھی افادہ کا باعث بنتی ہے۔

# مولی



### زمانہ قدیم میں

اطباء حضرات مختلف امراض کے خاتمے کے لیے مولی کے بیج استعمال کیا کرتے تھے۔

## صحت بخش سبزی

مولی میں فاسفورس، کیشیم، وٹامن سی، فولاد، وٹامن اے، این اور جی وافر مقدار میں پائے جاتے ہیں۔ مولی کا مزاج گرم تر ہے۔ اگرچہ یہ سبزی خود دیر سے ہضم ہوتی ہے لیکن اگر اسے دوسری غذاؤں کے ساتھ استعمال کیا جائے تو یہ نظام ہضم کو بہتر بناتی ہے۔ اس لیے مولی کو بطور سلاو غذا میں شامل رکھنا صحت کے لیے مفید ہے۔

امراض میں مولی کی افادیت کو تسلیم کیا گیا ہے۔ سینیے کی تکالیف میں برس برس ہا برس سے خواتین مولی کا رس استعمال کرتی آئی ہیں۔ مولی کو کدو کش

### ردا جبار

اپریل 2015ء

کھائے اور پیٹ میں جمع ہو پانی پی لیجیے۔ انشاء اللہ چند روز کے استعمال سے تکی کم ہو جائے گی۔

**خونی اور زیادہی یواسیر کے لیے**

یواسری چاہے خونی ہو یا دہی بہت پریشان کرتی ہے۔ اس کے لیے بھی مولیٰ بہت مفید ہے۔ ایک

درمیان مولیٰ اچھی طرح دھو کر اس کے لمبائی کے رخ چار ٹکڑے کریں، نرم ہونڈک پتے ساتھ لگے رہیں۔

موسٹے پتے نکال دیں، اسے کسی ٹشتری میں آسمان کے نیچے رکھیں تاکہ اس پر پڑتی رہے۔ صبح اٹھ کر چینی

چھڑک کر کھا لیجیے۔ انشاء اللہ آرام آجائے گا۔

**مولیٰ کے پتے**

مولیٰ کے ٹکڑے کاٹنے، ان پر پتے رکھے اور ایک چھوٹی گاجر کاٹ کر ملائیے، کھانا کھانے کے

دوران یہ سلاہ بھی استعمال کیجیے۔ مولیٰ کے پتوں کو ہلاو۔ پیٹ میں گیس نہیں بننے دے گی اور آپ کا پیٹ بھی

دقت فرما کر ہو جائے گا۔ آپ اس پر سفید زہرہ پسا ہوا، کالی مرچ بھی ہوئی اور تھوڑا سا نمک چھڑک سکتے ہیں۔

**بچھو کا تریاق**

بچھو کاٹ جائے تو بڑی تکلیف ہوتی ہے۔ ایسے میں بھی مولیٰ کام آتی ہے۔ دو تین مولیوں کا رس نکال

کر محفوظ کر لیں۔ جہاں بچھو لے گا نا ہو، وہاں روئی کی پھر ری بنا کر مولیٰ کے رس میں ڈبو کر لگائیے۔ تین

چار مرتبہ لگانے سے ٹھنڈ پڑ جائے گی۔

❖.... گرتے ہالوں میں مضبوطی پیدا کرنے کے لیے بھی مولیٰ کا استعمال بہت مفید ہے، اس کے رس

لے پانی سے بال دھونے سے بھی نئے بال پیدا ہونے لگتے ہیں۔

❖.... چکنی دور کرنے کا ایک آسان نسخہ یہ ہے کہ

ایک عدد مولیٰ کو دو درمیان ٹکڑوں میں کاٹ کر پانی میں جوش دے کر پانی ٹھنڈا ہونے پر پی لیں۔ جن افراد کو

اکثر بچکی لگ جاتی ہے، ان افراد کے لیے مفید ٹوکھا ہے۔

❖.... مولیٰ کے بیج اور صندل سفید ہم وزن لے کر باریک سفوف کی شکل میں دودھ میں شامل کر کے

چہرے پر لپ کر لیں تو چند دنوں ہی میں کیل مہاسوں سے نجات حاصل ہو سکتی ہے۔

❖.... مولیٰ کھانے سے مسوڑھے کے امراض سے شفا ملتی ہے۔ مولیٰ خوب چبا کر کھائی جائے تو

مسوڑھوں کی حساسیت دور ہوتی ہے اور مسوڑھے صحت مند کھائی دیتے سکتے ہیں۔

❖.... مولیٰ کو نمک لگا کر کھانے سے درم جگر کی گرمی میں آرام ملتا ہے۔ لیکن پان، ملنڈیریش کے

مریضوں کے لیے نمک مفید نہیں، اس لیے انہیں کہہ گئے ساتھ مولیٰ کھانا چاہیے۔

❖.... مولیٰ کے رس کو شہد کے ساتھ ملا کر کھانے سے کھانسی میں آرام آتا ہے۔ گھے کی خراش، درد اور

تکلیف سے بھی فوری نجات حاصل ہو سکتی ہے۔

❖.... روزانہ ایک چمچ مولیٰ کا رس پینے سے پیٹ کے کیزوں کا خاتمہ ہو جاتا ہے۔ یہ کرس نظام ہضم کو بہتر

بناتا ہے اور مرغن غذاؤں کو زود ہضم بنانے میں مفید ہے۔

مولیٰ کا تیل بھی کئی امراض میں مفید بتایا جاتا ہے۔ مولیٰ کا رس دو پیالی لے کر ہلکی آٹھ پر پکائیے۔

آدھی پیالی زیتون یا سرسوں کا تیل ملائیں، جب پانی جل کر صرف تیل رہ جائے، تو اتار کر ٹھنڈا ہونے پر

ملل کے کپڑے سے چھان کر رکھ لیجیے۔

دیا جاتا ہے۔ نیچے جو راکھ جمی ہو اسے پیچک دیا جاتا ہے۔ اس پانی کو قلعی دار برتن میں پکاتے ہیں، جب نمک کناروں پر جمنے لگے تو کھرج کر لیں۔ اسرا پانی خشک ہو جائے تو اتار لیں اور کھرج کر شیشے کی بوتل میں رکھیے۔

برسات میں دھیان رکھیے۔ بوتل بنتے نہ ہو۔ تو پانی بن جاتا ہے۔

یہ نمک کئی مہینوں کے لیے مہیا لیا جاتا ہے۔ کھانے کے لیے مفید بتایا جاتا ہے۔ پیٹ میں درد ہو، اچھار ہو، کھانا ہضم نہ ہو، جھوک نہ لگے تو صرف ایک چمچ نمک گرم پانی کے ساتھ کھانے سے توراخ اٹھا جاتا ہے۔ جگر کمزور پڑ جائے، چھوٹے کارنگ مٹی کے بلرج ہو، پیشاب سرخی مائل آئے، تو اس علاج سے رابطہ کر کے مولی کا نمک کھلائیے۔ تلی کی موٹلیوں میں بھی یہ نمک کام آتا ہے۔

پتھری اور مٹائے کی ریک میں مولی کا نمک سولف کے ریس کے ساتھ کھلاتے ہیں۔ چند روز کے استعمال سے فائدہ ہوتا ہے۔

مولی چھوٹی بھی نظر آتی ہے، اور پہنچ مٹائے گلو کی بھی، پشاور میں سرخ رنگ کی مولی حرے کی ہوتی ہے۔ سب سے اچھی سفید رنگ کی مولی ہے جو سفید چکنی اور ہری بھری ہو۔ اسے آپ کھانے کے درمیان کھائیے اور اس کے ایک دوپتے بھی۔ جن لوگوں کا معدہ کمزور ہو، ان کے لیے مولی مفید نہیں۔ اس کی خرابی یہ ہے کہ دیر ہضم ہے۔ مولی کے ساتھ مولی کے پتے کھائے جائیں، تو جگر، تلی، معدہ اور آنتوں کی کئی بیماریوں میں مفید ہے۔



موتی میں سرخ رنگ کی آہ آتی ہوں، ابتدائی بہرا ہونے کو یہ تیل ڈالنے سے فرق پڑ جاتا ہے۔ کچھ لوگ ادرک کا تیل استعمال کرتے ہیں، دو من گل میں مولی کا تیل ڈالنے سے بھی، بتایا جاتا ہے اس کے استعمال سے چاٹنے کی شکایت ختم ہوتی ہے۔

مولی کا اچار

مولی کا اچار بنانے کی اسٹان ترکیب:

ادھار مولی اچھی پکی ہوئی مولیوں میں، سخت نہ ہوں اور مٹائی نہ ہو، چھیل کر گولی قیلے کاٹ کر پھلوں کاٹ کر کے میں ڈال بیچیے۔ ہلکا سا نمک اور پیسی ہوئی کالی مرچ ملائیے۔ پندرہ بیس دن میں اچار تیار ہوجائے گا۔ تلی کم کرنے کے لیے بہت مفید ہے۔

معدہ بڑی ہولیاں تقریباً دو گلو ہوں۔ چھیل کاٹ کر ہلکا سا نمک اور تلی ہوں، اس پر نمک، تلی ہوئی سرخ مرچ، لہسن، اور رگ کاٹا ہوا، تلی ہوئی رائی، ڈال کر کھائیں۔ دو دن دن ہلاتے رہیں۔ تیسرے دن پانی پانی کر کے اس میں ایک پاؤ گڑ ڈال دیں۔ وہ کھل جائے تو

کھل کر کے پانی پھلوں میں ڈال دیں۔ دوسرے تیسرے دن تک کھاتے آجائے تو استعمال کریں۔ بڑا ہضم اچھا ہوتا ہے۔ مٹوں کو جوش دے کر چار پانی پر کپڑا ڈال کر پھیلا دیتے ہیں، پانی خشک ہو جاتا ہے، آپ کو میٹھا پسند نہ ہو، تو گڑ نہ ڈالے۔

مولی کے نمک کے بھی کئی فوائد ہیں۔ مٹلیوں کو پتوں سمیت کاٹ کر سکھاتے ہیں۔ جب بالکل سوکھ جاتی ہیں، تو جلا کر راکھ کر لیتے ہیں۔ جتنی راکھ ہو آٹھ گنا زیادہ پانی ڈال کر مٹی کے برتن میں رکھتے ہیں۔ دن میں تین مرتبہ حج سے پانی کو ہلاتے ہیں، چوتھے دن صبح پانی کو آہستہ سے نھار کر دوسرے برتن میں ڈال

# اس میں انسانوں کے لئے شفا ہے

شہر کا ہر بیمار استعمال جسم میں بیماریوں کے

ظرافت اور برائیت میں اضافہ کرتا ہے۔

شہر میں کئی امراض کے لئے شفا ہے۔

بیماری کے بعد ہونے والی کمزوری کو دور کرتا ہے۔

جلد کی حفاظت کرتا ہے۔

دماغ، اعصاب اور نظر کو تقویت دیتا ہے۔

قوت میں اضافہ کرتا ہے۔

**AZEEMI'S**

**FLORA**

**HONEY**

AZEEMI'S  
**FLORA**  
**HONEY**

AZEEMI Laboratories

Packed By:

**AZEEMI LABORATORIES**

Ph:021-36604127

کراچی میں اپنے قریبی اسٹور سے طلب فرمائیں

یا ہوم ڈیلیوری کے لئے ہمیں فون کیجئے۔

دورانِ اجازت

140

## مسالوں کی ملکہ

اس کا ذائقہ تیز اور بو خوشگوار ہوتی ہے۔ سفید مرچ کی سطح ہموار ہوتی ہے اور ان میں تیزی بھی کم ہوتی ہے۔ سہانجنا کے بیج شکل و صورت میں سفید مرچ جیسے ہوتے ہیں۔ اسی لیے زیادہ منافع کمانے کے لیے ملاوٹ کرنے والے بعض تاجر سفید مرچوں میں سہانجنا کے بیجوں کی ملاوٹ کرتے ہیں۔ پیستے کے بیج کالی مرچوں سے ملتے جلتے ہیں لہذا وہ ان میں ملا کر فروخت ہوتے ہیں۔

سیاہ مرچ میں پائے جانے والے معدنی اور حیاتی اجزاء میں آئیوڈین، تانبا، گندھک، کلورین، فاسفورس، کلسیم، فولاد، کیروٹین، تھامین پائے جاتے ہیں۔

کالی مرچ کے طبی فوائد غذائی خواص و فوائد ان گنت ہیں۔ ان میں سے چند پیش ہیں۔

### زکام

زکام میں کالی مرچ کا استعمال فائدہ مند بتایا جاتا ہے۔ زکام کی صورت میں گرم دودھ یا چائے میں دس عدد کالی مرچوں کا سفوف ملا کر پلائیں۔

شدید زکام میں بیس کالی مرچوں کا سفوف ایک گلاس دودھ میں ابال لیں۔ چکی بھر ہلدی بھی شامل کر لیں۔ تین روز تک روزانہ ایک گلاس پینا مفید بتایا جاتا ہے۔

### باضمہ

الاچھی، انار دانہ، کالی مرچ، سونف اور اجوائن۔

کالی مرچ، مسالوں میں اہم حیثیت رکھتی ہے۔ اپنی بے شمار خوبیوں، افادیت اور منفرد ذائقے کی وجہ سے اسے مسالوں کی ملکہ تسلیم کیا جاتا ہے۔ اس کی افادیت ہے بھی مسلم، سیاہ مرچ صدیوں سے انسان کے ان گنت مسائل اور تکلیف کا مداوا کرتی آ رہی ہے۔

کالی مرچ کی کئی اقسام ہیں۔ ان کی وضع اور رنگ میں بھی فرق ہے۔ گو پودے مختلف اقسام کے نہیں ہوتے مثلاً کالی اور سفید مرچیں ایک ہی درخت پر لگتی ہیں، بس ان کی تیاری کا طریقہ کار مختلف ہے۔ کالی مرچ حاصل کرنے کے لیے درخت سے پھل اس وقت اتارتے ہیں جب وہ ہبز سے زردی مائل ہو جائے۔ سفید مرچ حاصل کرنی ہو، تو پھل اس وقت اتارتے ہیں جب وہ سرخ رنگ کا ہو جائے۔

یعنی کافی پختہ، سرخ پھل کو درخت سے اتار کر اس میں خیر پیدا کیا جاتا ہے۔ کچھ عرصے بعد اسے پانی میں بھگوٹے ہیں تاکہ اس کا اوپری پھلکا گھل جائے۔ پھر چھلکا اتارنے کے لیے پھل کو کھیلنے اور مسلنے ہیں۔ بعد ازاں اسے دھویا جاتا ہے۔ اس عمل کے بعد پھل کی رنگت سفیدی مائل ہوتی ہے، اسی لیے انہیں سفید مرچ کہا جاتا ہے۔

سفید اور سیاہ مرچ کی شکل و صورت میں نمایاں فرق ہے۔ سیاہ مرچ کی سطح پر جھریاں نظر آتی ہیں۔

## کالی مرچ



سازہ اسد



یہ سب اشیاء برابر وزن لے کر باریک کوٹ لیں۔  
حسب ضرورت آدھا چمچ استعمال کریں۔ ہانسنے کا عمدہ  
چورن ہے۔

شکر کے شیر سے میں کالی مرچ کا سفوف ملا کر  
کھانے سے، بھی بد ہضمی دوز ہوتی ہے۔ نیز ایک  
چوتھائی چمچ مرچوں کا سفوف گاڑھی لسی میں ملا کر پینا  
بھی بد ہضمی اور معدے کا بوجھل پن دور کرتا ہے۔

### بچسکی

بعض اوقات بچسکی جان کو آجاتی ہے۔ اس تکلیف  
دو صورتوں میں سے ایک سادہ نوکے کے ذریعے نجات  
پاے۔ دو تین کالی مرچیں سوئی میں پرو کر ٹکڑے پر  
رہیں۔ چلنے سے جو دھواں نکلے اسے سانس کے  
ساتھ اندر کھینچ لیں۔ اٹھنے والی کھانسی بھی بند کر دے  
گی۔ اگر یہ طریقہ تکلیف سے نجات نہ دلا سکے تو پھر  
دیکھتے تو کوئیوں پر دس یا دہ کالی مرچیں ڈال کر ان کا  
دھواں ٹھیکے، افاقہ ہوگا۔

### دانتوں کے امراض

انار کے خشک چھلکے، کالی مرچ اور خوردنی نمک،  
ہم وزن پیس کر بطور منجن استعمال کرنا دانتوں کو  
متعدد امراض سے چھڑکارا دلاتا ہے۔ ان میں  
مسوزھوں سے خون آنا اور پائیوریا وغیرہ شامل ہیں۔  
یہ منجن دانتوں کی مضبوطی کے علاوہ چمک دمک  
بھی بخشتا ہے۔

کالی مرچ کا سفوف اور نمک ملا کر بطور منجن  
استعمال کرنا، مسوزھوں کے امراض، دانت درد اور  
دانتوں کی حساسیت دور کرتا ہے۔

کالی مرچوں کا چسکی بھر سفوف، لوگ کے تیل  
میں ملا کر دانت کے خلا میں رکھنا، دانت درد سے

### نجات دلاتا ہے۔

مسوزھوں سے بھتی پیپ ختم کرنے کے لیے  
بھی کالی مرچ مفید ہے۔ اس کا باریک سفوف نمک  
کے ساتھ ملا کر مسوزھوں پر لگایا جاتا ہے۔

### سردی سے بچاؤ

سخت سردی سے بچاؤ کا ایک مفید ٹوٹکا مندرجہ  
ذیل ہے۔ دین پندرہ کالی مرچیں 200 گرام گڑ کے  
ماتھے چھالینے سے جسم فوراً گرم ہو جاتا ہے۔ یہ ٹوٹکا  
کھلے آسمان تلے کام کرنے والے کسانوں اور  
سردیوں کے لیے مفید ہے۔

### اعصابی درد

کالی مرچوں کا سفوف ایک چمچ، 200 گرام تیل  
کے تیل میں اس وقت تک پکائیں کہ کالا پڑ جائے۔  
جوڑوں کے درد اور اعصابی درد سے نجات کے لیے  
بیردنی سطح پر اس کی مالش موثر ہے۔

### یادداشت کی بہتری

کالی مرچ کا چسکی بھر سفوف شہد میں ملا کر دن  
میں دو مرتبہ چھالنے، یہ نسخہ اعصابی کمزوری کے لیے  
مفید ہے۔

بادام کی گریاں پچاس گرام اور کالی مرچ دس  
گرام، دونوں پیس کر سفوف بنالیں۔ صبح نہار منہ  
آدھا چمچ پانی کے ساتھ لیں، یادداشت میں بہتری  
محسوس ہوگی۔

### احتیاط

کالی مرچ کا کثرت استعمال نقصان دہ ہے۔ اس کا  
چریر اپن معدے اور آنتوں میں سوزش پیدا کرتا  
ہے۔ اس لیے کالی مرچ بہت زیادہ استعمال نہ کیجیے۔



دور ہوتی ہے۔

چہرے کی چھائیوں کے لیے اخروٹ کا مغز چپا کر خراب زرموں اور ناسور کے لیے لگانا مفید ہے۔ تازہ مغز اخروٹ کا لپٹ کر نئے سے چہرے کی چھائیوں کو فائدہ ہوتا ہے۔

خشک میوہ جات میں اخروٹ بڑی اہمیت رکھتا ہے۔ اپنے غذائی حراروں کے سبب جسم میں طاقت اور حرارت کا احساس دلاتا ہے۔ غذا اور دوا دونوں طور پر اس کا استعمال ہوتا ہے۔

بد ہضمی اور نظام ہضم کی اصلاح کے لیے: مغز اخروٹ کچھ عرصہ سرکہ میں بھگو کر رکھنے کے بعد استعمال کریں تو معدے کی کمزوری دور ہو جاتی ہے، چونکہ مغز اخروٹ دیر سے ہضم ہوتا ہے اس لیے اسے کم مقدار میں استعمال کرنا چاہیے، اس میں تیل بھی زیادہ ہوتا ہے اس لیے یہ جلدی خراب ہو جاتا ہے۔ چنانچہ مغز اخروٹ زیادہ عرصے تک رکھنے کے بعد استعمال نہیں کرنا چاہیے۔

## اخروٹ

اخروٹ کی پچاس سے زائد اقسام دنیا میں پائی جاتی ہیں، مغز اخروٹ کے ساتھ ساتھ اطباء کرام اس کا چھلکا پتے اور جڑ کو بھی دوا کے طور پر کام میں لاتے ہیں۔ اخروٹ میں فولاد، کیلشیم اور پوٹاشیم پائے جاتے ہیں جو جسم کو بھرپور طاقت و توانائی بخشنے میں بھجے ہوئے مغز



### غذائیت کا خزانہ

اخروٹ پرانی کھانسی اور گلے کے لیے مفید ہیں، مغز اخروٹ ذہن کو تروتازہ اور اعصاب مضبوط رکھنے کا ذریعہ ہے۔ مغز اخروٹ سرد امراض جوڑوں کے درد، فالج و لقوہ میں دیگر ادویہ کے ساتھ برونی استعمال بھی کیا جاتا ہے۔

### کشور کنول

اخروٹ کے مغز کا صربہ یہ مرہ سرد مزاجی دالوں کے لیے بہت مفید

اخروٹ کے مغز کا مختلف امراض میں استعمال مغز اخروٹ، دماغ اور اعصاب کو طاقت و توانائی بخشتا ہے۔ دودھ اور اخروٹ کا مغز نکال کر مزہ



منفی کے ساتھ پیس کر روزانہ صبح تھار منہ دودھ کے ساتھ استعمال کیا جانا مفید ہے۔ اس سے دماغ اور اعصاب کو طاقت ملتی ہے۔ سردی اور آفاقہ اور یادداشت بہتر ہوتی ہے اور عام جسمانی کمزوری

اپریل 2015ء

## اخروٹ کا تیل

اخروٹ میں روغن کی مقدار بانی خشک میوہ جات کی نسبت زیادہ ہوتی ہے، یہ کافی گرم ہوتا ہے۔ اس کی مالش سے دوران خون تیز ہو جاتا ہے۔ جس سے پٹھوں کے درد میں فوری فائدہ ہوتا ہے۔ یہ فوج میں بھی مفید ہے۔ اخروٹ اور زیتون کا تیل ہم وزن ملا کر سر میں لگانے سے جوڑوں کا خاتمہ ہو جاتا ہے۔

## سیاہ بال

بالوں کی سیاہی قائم رکھنے اور سفید ہوتے ہوئے بالوں کو روکنے کے لیے یہ تدبیر مفید ہے۔ اخروٹ کا سبز چھلکا پندرہ پھلنگری دو گرام اور بنولے کا مکمل 250 گرام لے لیں۔ پانی ایک لاس بنولے کے

تیل کو تام چینی کے برتن میں ڈال کر اس میں اخروٹ کے چھلکے اور پھلنگری ڈال کے بھلی آج پڑانا گرم کریں کہ نمی اڑ کر مکمل خشک ہو جائے یعنی رنگت سیاہ ہو جائے۔ اس کے بعد چھان کر استعمال کر لیں۔ انشاء اللہ جلد فائدہ ہو گا۔



ایک معلوماتی اور مفید رسالہ ہے۔ اسے اپنے حلقہ احباب میں بھی متعارف کرائیے.....

ذوالحجہ ۱۴۲۸ھ

ہے۔ اس کے استعمال سے سرد امراض میں جلدی افادہ ہوتا ہے اور جگر کی بروت اعتدال پر آتی ہے۔

تیاری کا طریقہ یہ ہے کہ اخروٹ کا تازہ مغزلے کر اوپر کا باریک چھلکا ہٹا کر مٹی کی ہانڈی میں بھر کے اوپر تک پانی بھر دیں، پھر نمک ڈال کر چوبیس گھنٹے بعد نکال کر پانی سے صاف کر لیں اور سائے میں خشک کر کے شہد اتنا بھر دیں کہ مغز اس کے نیچے ڈوب جائیں پھر اسے مرتبان میں رکھ کر استعمال کریں۔

## اخروٹ کے چھلکے

تازہ اخروٹ کے چھلکے، جو ہلکے ہلکے ہوتے ہیں، اتار کر مٹین کے طور پر استعمال کیے، اس سے وائٹ صاف اور چمکدار اور مسوڑھے مضبوط ہوجاتے ہیں۔ خون آنا بند ہو جاتا ہے۔ اس کے لیے ہاں پہاڑی مقامات سے تازہ اخروٹ تھنے میں لاکر دیا جاتا ہے۔ پائوریاسے بچنے کے لیے اخروٹ کی جڑ کی سوساں بھی مفید ہے۔ اخروٹ کے بیرونی سبز چھلکے کو پانی میں چوش دے کر اس میں تھوڑا سا نمک ملا کر کلی کرنے سے بھی دانتوں اور مسوڑھوں کی تکالیف میں فائدہ ہوتا ہے۔

## کھانسی اور گلے کے امراض کے لیے

بھنے ہوئے مغز اخروٹ کے ساتھ دو گرام ست لمبھی، مغز کدو پانچ عدد اور گوند کیکر تین گرام ملا کر شہد کے ساتھ استعمال کرنے سے کھانسی اور گلے کے امراض میں فائدہ ہوتا ہے۔



# دائیں ہاتھ

فلک ناز



لڑکی اور لڑکے کے لیے بہترین اور خوش ذائقہ اور خوش مزہ کھانے کی  
آپ کے مہضوزان کا روٹی میں اضافہ کر دیں گی۔

## لال اجاری دال

اشیاء: دال مسور (ہریشر مگر میں  
نمک، لال مرچ (بھاری کھانے کے لیے)  
آدھا کپ، نمک

سالے کے لیے:  
پیاز (باریک چوپ کر لیں)  
ایک عددہ نمٹا (باریک  
چوپ کر لیں) ایک عددہ  
ادرک (باریک چوپ  
کر لیں) ایک انچ کا گلہڑا،  
آم کا اچار دو کھانے کے پیچھے،  
سرخ مرچ پاؤڈر آدھا چائے  
کا چمچ، گرم مسالہ پاؤڈر آدھا چائے کا  
چمچ، تصویق مٹھی ایک چائے کا چمچ،  
دھنیا پاؤڈر آدھا چائے کا چمچ، زیرہ  
پاؤڈر آدھا چائے کا چمچ۔  
تیز پات دو سے  
تین عدد، ثابت سرخ مرچیں چار سے  
پانچ عدد، کلونچی ایک چائے کا چمچ، مرانی  
آدھا چائے کا چمچ، زیرہ آدھا چائے کا  
چمچ، پیٹ ایک چمچی، گھی آدھا کپ۔

## پانچ سے چھ منٹ فرانی کے دال

پانچ سے چھ منٹ فرانی کے دال  
پاؤڈر، دھنیا پاؤڈر، ہلدی پاؤڈر، نمٹا اور  
دو کپ پانی ڈال کر ڈھک کر پھکی آج پر



## دال کے منفرد ذائقے

دالیں گل جائیں تو ہکا بکا گھوٹ  
لیں۔ ایک میں املی کا رس، حسب  
ضرورت پانی، ہرا دھنیا اور ہری مرچیں  
ڈال کر دو منٹ مزید پھکیں۔  
سرونگ ڈش میں نکال کر ادرک  
سے گلارنش کر کے نان کے ساتھ  
سرو کریں۔

## ڈھا بہ دال مرغ

اشیاء: چکن آدھا کلو، لہسن اور  
ادرک پیسٹ ایک کھانے کا چمچ، دال  
مومگ آدھا کپ (دھو کر بھگو دیں)،

دال مسور آدھا کپ (دھو  
کر بھگو دیں)، نمک حسب  
ذائقہ، ہلدی پاؤڈر آدھا  
چائے کا چمچ، لال مرچ پاؤڈر  
ایک چائے کا چمچ، دھنیا پاؤڈر  
ایک چائے کا چمچ، پیاز دو عدد  
(کدو کش کی ہوں)، نمٹا  
(سلائس کاٹ لیں) دو عدد،  
املی کا پانی آدھا کپ، تیل آدھا کپ  
ہری مرچیں (چوپ کر لیں) چار  
عدد، ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا) آدھا  
کپ، ادرک (سلائس کاٹ لیں)  
حسب ضرورت۔  
ترکیب: ہانڈی میں تیل گرم  
کر کے پیاز ڈال کر فرانی کریں۔ سنہری  
ہو جائے تو گوشت، لہسن اور ادرک  
پیسٹ ڈال کر فرانی کریں۔

**ترکیب:** ایک سوس پن میں گھی گرم پانی میں بھگو کر آدھے گھنٹے کے گرم کر کے صدف ڈالیں، دو سینکڑہ گندک لے کر رکھ دیں۔ درمیانی آٹھ پر تین دن سے دھو کر چھلنی میں رکھیں تاکہ اس بعد تیز پخت ہو سکے، صدف کو ثابت کر کے صدف اور پانی کا پانی اچھی طرح گل جائے اور پانی دال کو دھو کر بندرہ سے مین صحت کے مرچیں اور رائی ڈال مکتا خشک ہو جائے۔

کڑکڑائیں، لپک سے دو منٹ تک ساتھ کرنے کے بعد آم کا اجارہ، پیاز، نمٹار، ادراک، سرخ مرچ پاؤڈر، گرم مسالہ پاؤڈر، قصوری پیٹی، دھنیا پاؤڈر، زیرہ پاؤڈر ڈال کر گھس گھس۔ مزید دو منٹ تک پکانے کے بعد اس میں دال، نمک اور حسب ضرورت پانی شامل کر کے پانچ سے سات منٹ پکائیں۔ سرونگ ڈش میں نکال کر اچاری دال ابلے چاولوں کے ساتھ سرو کریں۔

**اسپیگھینی اور سفید نوبیا**

**اسپیگھینی:** ایک پیٹ، سفید نوبیا ڈیزھ بیانی، ادراک لہسن پسا ہوا ایک کھانے کا آٹھ، نمک حسب ذائقہ، پیاز (درمیانی باریک کٹی ہوئی) دو عدد، نمٹار (درمیانی باریک کٹی ہوئے) دو عدد، لال مرچ (پسی ہوئی) ایک کھانے کا چمچ، بھڈی (پسی ہوئی) ایک چائے کا چمچ، سفید زیرہ ایک کھانے کا چمچ، تیز پخت ایک سے دو عدد، ہری مرچیں (باریک کٹی ہوئی) دو سے تین عدد، ہر ادھیا (باریک کٹا ہوا) حسب پسند، کوکنگ آئل چار کھانے کے چمچ۔

**ترکیب:** نوبیا کو صاف دھو کر دو بیانی

گرم پانی میں بھگو کر آدھے گھنٹے کے گرم کر کے صدف ڈالیں، دو سینکڑہ گندک لے کر رکھ دیں۔ درمیانی آٹھ پر تین دن سے دھو کر چھلنی میں رکھیں تاکہ اس بعد تیز پخت ہو سکے، صدف کو ثابت کر کے صدف اور پانی کا پانی اچھی طرح گل جائے اور پانی دال کو دھو کر بندرہ سے مین صحت کے مرچیں اور رائی ڈال مکتا خشک ہو جائے۔

کڑکڑائیں، لپک سے دو منٹ تک ساتھ کرنے کے بعد آم کا اجارہ، پیاز، نمٹار، ادراک، سرخ مرچ پاؤڈر، گرم مسالہ پاؤڈر، قصوری پیٹی، دھنیا پاؤڈر، زیرہ پاؤڈر ڈال کر گھس گھس۔ مزید دو منٹ تک پکانے کے بعد اس میں دال، نمک اور حسب ضرورت پانی شامل کر کے پانچ سے سات منٹ پکائیں۔ سرونگ ڈش میں نکال کر اچاری دال ابلے چاولوں کے ساتھ سرو کریں۔

**ماش کی دال قیمہ**

**اشیاء:** قیمہ آدھا کلو، ماش کی دال ایک بیانی، نمک حسب ذائقہ، لہسن کوکنگ آئل دو عدد، پیاز اور ہر ادھیا چمچ کر رکھی آٹھ پر تین سے چار منٹ کے لیے دم پر رکھ دیں۔

اس میں ابلی ہوئی اسپگھینی ملائیں، ہری مرچیں اور ہر ادھیا چمچ کر رکھی آٹھ پر تین سے چار منٹ کے لیے دم پر رکھ دیں۔

**ترکیب:** ہاتھ کا کٹا ہوا قیر لے کر اسے دھو کر چھلنی میں رکھیں تاکہ اس بعد تیز پخت ہو سکے، صدف کو ثابت کر کے صدف اور پانی کا پانی اچھی طرح گل جائے اور پانی دال کو دھو کر بندرہ سے مین صحت کے مرچیں اور رائی ڈال مکتا خشک ہو جائے۔

کڑکڑائیں، لپک سے دو منٹ تک ساتھ کرنے کے بعد آم کا اجارہ، پیاز، نمٹار، ادراک، سرخ مرچ پاؤڈر، گرم مسالہ پاؤڈر، قصوری پیٹی، دھنیا پاؤڈر، زیرہ پاؤڈر ڈال کر گھس گھس۔ مزید دو منٹ تک پکانے کے بعد اس میں دال، نمک اور حسب ضرورت پانی شامل کر کے پانچ سے سات منٹ پکائیں۔ سرونگ ڈش میں نکال کر اچاری دال ابلے چاولوں کے ساتھ سرو کریں۔

**ماش کی دال قیمہ**

**اشیاء:** قیمہ آدھا کلو، ماش کی دال ایک بیانی، نمک حسب ذائقہ، لہسن کوکنگ آئل دو عدد، پیاز اور ہر ادھیا چمچ کر رکھی آٹھ پر تین سے چار منٹ کے لیے دم پر رکھ دیں۔

اس میں ابلی ہوئی اسپگھینی ملائیں، ہری مرچیں اور ہر ادھیا چمچ کر رکھی آٹھ پر تین سے چار منٹ کے لیے دم پر رکھ دیں۔

# کیل مہاسوں سے پاک خوبصورت چہرہ

میں پندرہ منٹ تک اہال لیں اور پھر اسے ٹھنڈا کر کے فریج میں رکھ دیں۔ کائن بال یاروکی کی مدد سے اسے دن میں دو مرتبہ اپنے چہرے پر لگائیں، بہت کم عرصے میں آپ اپنے چہرے پر اس کے حیرت انگیز نتائج دیکھیں گی۔ اس کے علاوہ باسل کے چند پتوں کو صاف کر کے اسے نچل لیں اور اس کو ہاتھوں سے دبا کر رس نکال لیں اور پھر روئی کی مدد سے یہ رس اپنے دانوں پر لگائیں۔

نیم

نیم کے بے شمار فوائد ہیں۔ یہ چہرے کے لیے بھی کئی لحاظ سے بہترین ہے۔ نیم چہرے کے داغ دھبے اور دانوں کو ختم کرنے میں مدد دیتا ہے۔

کیل مہاسوں سے چھٹکارا پانے کے لیے نیم کے چند خشک پتوں کو تیس کر سفوف کی شکل دے لیں، چھوٹے

چہرے کے داغ دھبوں اور دانوں سے پریشان لڑکیاں مختلف کریوں کا سہارا لیتی نظر آتی ہیں۔ جس سے انہیں وقتی طور پر تو آرام مل جاتا ہے، لیکن مستقل اس سے پیچھا نہیں چھڑایا جاسکتا، یہ مہنگی اور قیمتی مصنوعات نہ صرف جیب پر بھاری پڑتی ہیں، بلکہ ان کا دیر پا اثر بھی نہیں ہوتا، لیکن کیونکہ اکثر خواتین وقت کی کمی کا رونا روتے ہوئے ایسی بازاری اشیاء کو چہرے کی جلد کے لیے استعمال کرتی ہیں۔ ان کا کہنا ہے کہ قدرتی اشیاء سے استفادہ کرنا ایک زحمت طلب کام ہے۔ یہ سراسر غلط تاثر ہے۔ اگر تھوڑی محنت لرنی جائے، تو جلد ہی مطلوبہ نتائج حاصل کیے جاسکتے ہیں۔ آج کے دور کے وہ کون سی ایسی قدرتی اشیاء ہیں، جو ہماری جلد کے لیے بہترین ثابت ہوتی ہیں۔ ماہرین کے مطابق یہ ہر موسم اور ہر قسم کی جلد کے لیے سود مند ہوتی ہیں۔

شانستہ سلیم

## باسل Basil

چہرے کے داغ دھبوں اور دانوں سے پریشان لڑکیاں مختلف کریوں کا سہارا لیتی نظر آتی ہیں۔ یہ مہنگی مصنوعات نہ صرف جیب پر بھاری پڑتی ہیں بلکہ ان کا دیر پا اثر بھی نہیں ہوتا۔ آئیے دیکھتے ہیں کہ وہ کون سی ایسی قدرتی اشیاء ہیں، جو ہماری جلد کے لیے بہترین ثابت ہوتی ہیں۔

یہ ایک جراثیم کش جڑی بوٹی ہے۔ چہرے پر اس کا استعمال کیل مہاسوں اور دانوں سے محفوظ رکھتا ہے۔ دوران خون بہتر ہوتا ہے اور چہرے پر نکھار آتا ہے۔ باسل کے چند پتوں کو پانی

اپریل 2015ء

خاصی نمایاں ہے۔ ایلویرا چہرے کی جلد کو صحت مند رکھتا ہے اور دانوں اور مہاسوں کے نشانات بھی مٹا دیتا ہے۔ ایلویرا کے پتوں کو درمیان سے کاٹ کر اس کا گودا نکال لیں اور چہرے پر پندرہ منٹ تک لگائے رکھیں، پھر بلکے یا نیم گرم پانی سے دھولیں۔ ایلویرا کرس یا جیل بازار میں باسانی دستیاب ہے۔

### سبز چائے

سبز چائے کا روزانہ استعمال مختلف بیماریوں سے ہی محفوظ نہیں رکھتا، بلکہ ہماری جلد پر اس کے مفید اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ سبز چائے کے استعمال شدہ ”ٹی بیگز“ ٹھنڈے ہونے کے بعد چہرے کے دانوں پر لگانے رکھیں اور صبح سے پندرہ منٹ تک متاثرہ جگہ کا مساج کریں، تو یہ بھی جلد کے لیے بہت اچھا رہتا ہے۔

### سنگتہ

سنگتہ کے چھلکے بھی بعض اوبہ میں استعمال کیے جاتے ہیں۔ کیل مہاسوں اور چہرے کے دانوں دھبوں کے لیے یہ بہت مفید ہیں۔ سنگتہ کے چھلکے کسی محفوظ مقام پر رکھ کر خشک کر لیں، ان خشک چھلکوں کو باریک پیس لیں۔ رات کے وقت سونے سے قبل اس سفوف کی مناسب مقدار لے کر پانی میں ملائیں اور اسے اپنے چہرے پر لیپ کر لیں۔ خشک ہونے پر چہرہ تازہ پانی سے دھولیں، چند دن ایسا کرنے سے چہرہ نکھر جاتا ہے اور داغ دھبے ختم ہو جاتے ہیں۔

### لیموں

کیل مہاسوں اور خارش کا اصل سبب عموماً

اس میں عرق گلاب یا پانی ملا کر اپنے چہرے پر لگائیں اور چند منٹ کے بعد ٹھنڈے پانی سے دھولیں۔ چند قطرے نیم کا تیل روزانہ رات کو اپنے چہرے پر لگائیں اور آدھے گھنٹے بعد ٹھنڈے پانی سے منہ دھولیں تو جلد ہی اس کے مثبت نتائج دیکھیں گی۔

### لیونڈر Lavender

لیونڈر کا شمار خوشبودار نباتات میں ہوتا ہے۔ اس کا تیل مختلف اقسام کے دانوں کے لیے فائدہ مند ہے۔ چند قطرے لیونڈر کا تیل عرق گلاب کے ساتھ ملا کر روزانہ لگانے سے چہرے پر سرخ اور سفید دانوں کے ساتھ ان کے نشانات بھی ختم ہو جاتے ہیں۔ ایک بات ہمیشہ یاد رکھیں کہ لیونڈر تیل کے تیز اثرات کو معتدل بنانے کے لیے اس میں تیل، پانی یا پھر عرق گلاب ملا نا ضروری ہے۔ لیونڈر تیل کے چند قطرے اگر اپنے روزانہ کے مونچھ انڈر میں شامل کر لیں، تو اس کا آپ کی جلد پر اچھا اثر پڑے گا۔

### برا دھنیہ

ایک اور قدرتی جڑی بوٹی ہے، جو چہرے کے دانوں کے ساتھ بلیک ہیڈز صاف کرنے میں بہت مفید بتائی جاتی ہے۔ دھنیہ کی چند پتیوں کو ہاتھوں کی مدد سے پیس لیں اور اس کا تیل اپنے چہرے پر لگائیں۔ چند قطرے عرق لیموں بھی شامل کیا جاسکتا ہے۔ یہ آمیزہ دانوں کے لیے مفید ہے۔ اگر آپ چاہیں، تو دھنیہ کو ابال لیں اور ٹھنڈا ہونے پر اسے پیس کر اپنے چہرے پر لگائیں۔ دس سے پندرہ منٹ کے بعد ٹھنڈے پانی سے چہرہ دھولیں۔

### ایلوویرا

جلد اور زیبائشی اشیاء کے حوالے سے گھیکوار

تہہ میں جھنے دیں۔ گاڑھا ہونے پر رات کو سونے سے قبل چہرے پر لگائیں۔ جلد ہی آپ کا چہرہ حسین بن جائے گا۔

### بیکنگ سوڈا

بیکنگ کے لیے استعمال کیا جانے والا سوڈا ہماری جلد کے لیے بھی مفید ہے۔ بیکنگ سوڈا کو ماسک کے طور پر لگایا جائے، تو جھریوں سے بچاتا ہے اور ہماری جلد چمکدار اور تنی ہوئی دکھائی دیتی ہے۔

اسے کلیننگ کے لیے بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔

چہرے پر سنہری پرانا داغ یا نشان کیوں نہ ہو اس کے لگانے سے ختم ہو سکتا ہے۔ اس کے لیے دو سے تین چائے کے چمچ بیکنگ سوڈے کو پانی میں ملا لیں اور اسے چہرے پر دس سے پندرہ منٹ کے لیے لگائیں۔ روزانہ استعمال کرنے پر آپ آہستہ آہستہ بڑھا سکتی ہیں، جب آپ اس کے مفید نتائج دیکھنے چہرے پر دیکھیں گی تو حیران رہ جائیں گی۔



فشار خون ہوتا ہے۔ نوجوان نسل ان سے نجات پانے اور جلد کے نکھار کے لیے زیادہ تر مہنگی کریموں کا بکثرت استعمال کرتی ہے مگر وہ یہ نہیں جانتی کہ قدرت نے اس مرض سے نجات پانے کے لیے اور رنگ نکھارنے کے لیے لیوں میں کس قدر قوت فراہم کر رکھی ہے۔ لیوں کا بیرونی استعمال جلد کو نکھار کر حسن بخشتا ہے اور اندرونی استعمال خون کے فسادی مادے ختم کرنے میں معاونت کرتا ہے۔ لیوں جلد پر موجود کیل مہاسوں اور پھوڑے پھینسیوں کو ختم کرتا ہے اور داغ دھبوں کو صاف کرتا ہے۔

صبح نہار منہ ایک گلاس پانی میں لیوں کا رس شامل کر کے استعمال کیجیے اور دن بھر جس قدر ہو سکے پانی پیئیں۔ مسالہ جات اور گرم اشیاء سے پرہیز کریں۔ ییل مہاسے ختم ہو جائیں گے۔ اگر یہ ییل مہاسے ہنسی کی وجہ سے ہیں تو رات کو سونے سے قبل چہرے پر دودھ لگائیں اور لیوں کے ساتھ ایک چمچناک ابلے ہوئے دودھ میں ایک لیوں کا رس ملا کر

### بازو سے محروم باہمت شخص پائلٹ بن گیا....

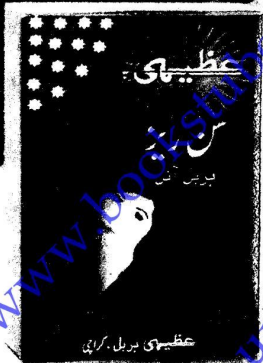
ایک بازو سے معذور باہمت شخص نے مصنوعی ہاتھ کے ساتھ ہوائی بازی کی تربیت حاصل کر کے جہاز اڑانا سیکھ لیا۔ برطانوی ویسٹ پارکسٹازس تعلق رکھنے والے باہمت اکیاون سالہ اسٹیون رابنسن حادثے کے نتیجے میں تیس سال قبل ایک ہاتھ سے محروم ہو گئے تھے تاہم اس محرومی نے بھی ان کے حوصلے کو پست نہیں ہونے دیا۔ پائلٹ بننے کے خواہشمند رابنسن نے لاسٹنس حاصل کرنے کے لیے فلائنگ اسکول میں داخلہ لیا تاہم ان کا مصنوعی ہاتھ بار بار ان کے راد کی رکاوٹ بنتا رہا۔ رابنسن نے اپنی فہمت کو بروئے کار لاتے ہوئے فقط 200 پوائنڈ کی لاگت سے ایک مصنوعی ہاتھ تیار کر ڈالا جو ان کی ضرورت کے مطابق تمام فنکشنز کرنے کی صلاحیت رکھتا ہے۔



اپریل 2015ء



نرم ملائم، چمکدار اور تیزی سے بڑھنے والے بال  
 آپ کی شخصیت کو پرکشش اور جاذب نظر بناتے ہیں۔



سر کی خشکی سے نجات،  
 بالوں کو گرنے سے روکنے،  
 بال نرم ملائم اور چمکدار بنانے کے لئے  
 کلر تھراپی کے اصولوں اور صدیوں سے  
 مستعمل مفید چڑی بوٹھوں سے تیار کردہ

سُن ریز  
 ہیرل آئل

**AZEEMI'S**  
**SUN RAYS**  
**HERBAL OIL**

گورتوں اور مردوں کے لئے یکساں مفید ہے۔

کراچی میں اپنے قریبی اسٹور سے طلب فرمائیں یا ہوم ڈیلیوری کے لئے ہمیں فون کیجئے۔

دی عظیمی ہیرل ناظم آباد کراچی۔ فون: 021-36604127

# طبع مشورے

پرانی بد ہضمی، معدے کا ورم بھی زخمِ معدہ میں تبدیل ہو جاتا ہے۔ کبھی معدے کی دیواروں میں پائی جانے والی خون کی رگوں میں سدہ پھنس جانے کی وجہ سے سوراخے حصے کو خون نہیں ملتا تو وہ مردہ ہو کر زخم میں تبدیل ہو جاتا ہے۔ کبھی معدے میں پیدا ہونے والی تیزابیت کی پیداوار بڑھ جاتی ہے اس کی تیزی معدے کی دیواروں میں خراش پیدا کر دیتی ہے۔

کبھی تیز غذاؤں یا دواؤں کے استعمال سے یہ صورت پیدا ہو جاتی ہے۔ کبھی معدے کے عضلات میں تشنج ہو کر اس کی اندرونی سطح کا معمولی حصہ بے حس ہو جاتا ہے اور وہ معدے کے تیزاب و جراثیم سے مل کر زخم میں تبدیل ہو جاتا ہے۔

اعصابی دباؤ اور دماغی بیجان دونوں صورتوں میں تیزابِ معدہ میں زیادہ بنتا ہے۔ معدے میں جلن و بیجان عام طور پر تیز مرچ مسالے والی غذاؤں کے استعمال یا ایسی چیزوں سے بڑھ جاتا ہے جو معدے میں حدت و تیزابیت بڑھاتی ہیں۔ غذا کا غیر مناسب انتخاب یا متوازن غذا سے لاعلمی بھی تیزابیتِ معدہ بڑھ جانے کا باعث بنتی ہے۔

## علامات

پینیک السر کی عام علامت یہ ہے کہ معدے کے

## زخمِ معدہ (السر) (Ulcer)

معدے کے زخم کو انگریزی میں گیسٹرک السر اور بڑی آنت کے زخم کو ڈیوڈینل السر کہتے ہیں۔ ان دونوں کے لیے جو مشترک اصطلاح استعمال کی جاتی ہیں اسے پینیک السر کہتے ہیں۔

اس مرض میں عام طور پر معدے کی پچھلی دیوار پر زخم ہو جاتے ہیں۔ کبھی کبھی معدے کی اگلی دیوار بھی متاثر ہو جاتی ہے۔ شروع شروع میں یہ زخم بہت چھوٹا ہوتا ہے جس کے کنارے اس طرح نمایاں ہوتے ہیں جیسے کسی تیز دھار چیز سے کاٹ کر بنایا گیا ہو۔ جوں جوں زخم پرانے ہوتے جاتے ہیں، ان کی جسامت بڑھتی ہے اور کنارے موٹے اور ناہموار ہو جاتے ہیں۔

وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ زخم کی گہرائی بھی بڑھ جاتی ہے۔ کبھی کبھار معدے کی دیوار میں سوراخ ہو کر خون اور غذا پیٹ میں چلی جاتی ہے۔ اسباب

زخمِ معدہ کی کئی وجوہات ہیں۔ عام طور پر معدے کا السر بیس پچیس سال کی عمر میں شروع ہوتا ہے۔ خواتین زیادہ تر اس مرض میں مبتلا ہوتی ہیں،

حکیم عادل اسمعیل

وسطی بالائی حصے میں شدید اور چھپتے والا درد ہوتا ہے۔ اس میں ٹیس بھی اٹھتی ہے اور جلن بھی محسوس ہوتی ہے۔ گیسٹرک السر کا درد عموماً کھانا کھانے کے ایک گھنٹے بعد ہوتا ہے۔ لیکن کبھی کبھار رات کو بھی ہو جاتا ہے۔ جبکہ ڈیوڈینیل السر کھانا کھانے کے کافی دیر بعد اس وقت شروع ہوتا ہے۔ جب تقریباً معدہ خالی ہو۔ شروع میں ہضم کی خرابی ہوتی ہے اور لمبے لمبے (معدے کے منہ) میں درد جلن اور بھاری پن ہوتا ہے۔ کبھی بہت ہلکا ہلکا درد ہوتا ہے اور کبھی بہت شدید ہونے لگتا ہے۔ بعض اوقات درد کی زیادتی سے قے بھی ہونے لگتی ہے۔ ترش ڈکار زیادہ آنے لگتی ہے۔ منہ میں بد بو ہوتی ہے۔ پشت میں درد ہونے لگتا ہے۔ عصبی تناؤ اور تھکان کا احساس رہتا ہے۔ تالو اور زبان خشک رہتی ہے۔

### احتیاط

زخم معدہ (السر) سے بچاؤ کے لیے ضروری ہے کہ کھانا وقت پر کھایا جائے۔ سکون اور اطمینان کے ساتھ غذا کو صحیح طرح چبا کر نگلا جائے۔ غذائے بہت سخت ہو اور نہ ہی بہت تیز گرم ہو۔ مرچ مسالے بھی (ادمط) درمیانے ہونے چاہئیں، ذہنی دباؤ اور تفکرات کو کم کیا جائے، تندہی بڑی کی جائے، زخم معدہ کی صورت میں مرچ مسالے کا استعمال بند کر دینا چاہیے۔ غذائیں سیال استعمال کی جائے۔ دونوں کھانوں کے درمیان بھی کچھ لے لیا جائے مثلاً صبح ناشتہ اور دوپہر کے کھانے کے درمیان پھل یا دودھ لے لیا جائے، کیلا اور ٹھنڈا دودھ تیزابیت کم کرتے ہیں۔

### علاج

زخم معدہ کے لیے چند مفردات کے نسخے تحریر کیے جا رہے ہیں۔

❖ .... دودھ میں شکر ملا کر ٹھنڈا کر کے درد کے وقت پلانے سے درد کی شدت میں کمی آتی ہے۔ شہد زخموں کو صاف کرنے کے ساتھ ساتھ انہیں مندمل بھی کرتا ہے۔

❖ .... اصل السوس (ملیٹھی) کا باریک سفوف بنا کر کھائیں، ایک کھانے کا چمچ سفوف صبح، دوپہر اور رات کھانے سے پانچ منٹ قبل پانی میں حل کر کے پیئیں۔

❖ .... اسپنگول کی تھوڑی سی ایک ایک کھانے کا چمچ صبح نہار منہ اور رات سوئے وقت پانی میں ملا کر پینا بھی سوزش معدہ اور تیزابیت میں مفید ہے۔

❖ .... کیلا السر کے لیے مفید ہے۔ اس میں زخم معدے کے اندمال کی قدرتی صلاحیت پائی جاتی ہے۔ کیلا معدے کی جھلی پر ایک تہہ سی جمادیتا ہے جو اس کی رطوبتوں کی تیزابیت کو معتدل بنا دیتی ہے اور سوزش کو کم کر دیتی ہے۔ دودھ میں کیلا ملا کر صبح نہار منہ اور شام کے وقت پینا مفید ہے۔

❖ .... بند گو بھی کو پانی میں ابال کر صبح نہار منہ اور شام پیئیں۔

❖ .... گاجر کارس 300 ملی لیٹر، چندر کارس توڑے ملی لیٹر اور کھیرے کارس توڑے ملی لیٹر تینوں کو حل کر کے صبح نہار منہ اور شام پیئیں یہ زخم معدہ میں مفید ہے۔





جب ہم کسی مرض میں مبتلا ہو جاتے ہیں تو اس کے علاج کے لیے کئی ادویات اور کبھی اینٹی بائیوٹک کا بھی بے دریغ استعمال کرتے ہیں۔ اگر تھوڑی سی احتیاط سے کام لیا جائے تو بہت سے امراض سے محفوظ رہا جا سکتا ہے، بیمار ہونے کی صورت میں کئی عام امراض کا آسان علاج ہمارے کچن میں بھی موجود ہے۔ کچن ہمارا شفاخانہ بھی ہے۔ یہاں ہم ایسے چند طبی مسائل کا ذکر کریں گے جن کا حل آپ کے کچن میں بھی موجود ہے۔

(Hypertension) لہا جاتا ہے۔

پکے اور درمیانے درجے کی ہائپر ٹینشن سالہا سال تک علامات کے ذریعے اظہار نہیں ہوتی۔ اس کی پہلی علامت کا اظہار صبح بیدار ہونے پر سر کی پچھلی جانب اور گردن میں درد کی صورت میں ہوتا ہے جو جلد ہی غائب بھی ہو جاتا ہے۔ اس کی دیگر علامات میں سر پکیرانا، بازو، کندھے، ٹانگ اور کمر میں درد، دل کی دھڑکن تیز ہونا، سینے میں درد، پیشاب زیادہ آنا، اعصابی دباؤ، تھکاوٹ، طبیعت ملول ہونا، جذباتی

ہماری شریانوں کے ذریعہ جسم میں گردش کرنے والا خون، ہر خلیے کو غذائیت اور آکسیجن پہنچاتا ہے۔ خون کی بڑی شریانوں میں دھکے کے لیے دل، جو زور لگاتا ہے وہ ان کے اندر ایک دباؤ (پریشر) پیدا کرتا ہے، اسی کو بلڈ پریشر کہا جاتا ہے۔ اس طرح رگوں میں گردش کرنے کے لیے خون کو لازماً ایک خاص حد تک ”پریشر“ کی ضرورت ہوتی ہے لیکن جب یہ پریشر ایک خاص ”حد“ سے زیادہ بڑھ جائے تو اسے ہائی بلڈ پریشر یا ہائپر ٹینشن

ایسی چار خوراکیں روزانہ لیں۔ تربوز کارس پینے سے بھی فائدہ ہوتا ہے۔

❖.... دل کی کمزوری دور کرنے کے لیے لیموں میں خاص خوبی ہے۔ اس کے باقاعدہ استعمال سے

خون کی نالیوں میں

چکیلا پن اور نرمی

آجاتی ہے، اور ان

کی سختی دور ہو جاتی

ہے۔ رگوں کی

سختی کے امراض میں

لیموں مفید ہے۔ اس سے

برصاے تک دل طاقتور رہتا

ہے اور ہلکے نل ہونے کا خطرہ بھی

کم ہو جاتا ہے۔ پانی میں لیموں نچوڑ کر دن میں

کئی مرتبہ پینے سے فائدہ ہوتا ہے۔ لیموں کارس

گرم پانی میں ملا کر پینا بھی مفید ہے۔

❖.... ہائی بلڈ پریشر ہونے پر سیب کھانے سے

فائدہ ہوتا ہے۔

❖.... ہائی بلڈ پریشر میں چھ قطرے لہسن کارس پانی

میں ملا کر چار مرتبہ پینیں۔

❖.... تربوز کے بیج کے رس میں ایک عنصر جو

”بوسا سٹرن“ ہوتا ہے، یہ خون کی نالیوں کے خلیوں

کو چوڑا کرتا ہے۔

اس کا مفید اثر گردوں پر پڑتا ہے، جس سے ہائی

بلڈ پریشر کم ہوتا ہے۔

❖.... لہسن کی کلیوں (تریوں) کارس پانی میں ملا کر

پینا زیادہ مفید ہے۔ فائدہ ہونے پر استعمال کم

کرتے جائیں۔

انتشار، تھکاوٹ اور بے خوابی، شامل ہیں۔

ہائپر ٹینشن کے اہم ترین اسباب، ذہنی و جذباتی

دباؤ اور غلط طرز زندگی ہے۔ ذہنی کھچاؤ میں مبتلا افراد

کو عام طور پر بلڈ پریشر کا مواضع لاحق ہوتا ہے۔ اگر یہ

کھچاؤ زیادہ عرصہ

تک رہے تو پریشر

مستقل طور پر بڑھ

جاتا ہے۔ خواہ اس

کے بعد کھچاؤ کم یا

ختم بھی ہو جائے

پریشر ہرگز کم

نہیں ہوتا۔

بے قاعدہ طرز زندگی، بکریٹھ

نوشی، زیادہ نشہ آور اشیاء کا استعمال، چائے،

کافی، کولا مشروبات، میدے کی بنی ہوئی اشیاء ملا کر دیگر

مصنوعی طور پر تیار کردہ غذائیں جسم کے قدرتی افعال

وتہاہ مہر جتی ہیں جس کی وجہ سے ہائی بلڈ پریشر کے

امکانات بڑھ جاتے ہیں۔

ذیل میں ہائی بلڈ پریشر کو کنٹرول میں رکھنے کے

چند مفید نسخے دیے جا رہے ہیں۔

❖.... کچا لہسن کھانا کھانے کے بعد استعمال کرنے

سے ہائی بلڈ پریشر میں فائدہ ہوتا ہے۔

❖.... لوکی کارس آدھا کپ لے کر اس میں تھوڑا

سا پانی ملا کر تین مرتبہ روزانہ پینے سے فائدہ

ہوتا ہے۔

❖.... تربوز کے چھاؤں میں خشک کیے گئے بیج دو

چمچ ہیں کر ایک کپ ایلٹے ہوئے گرم پانی میں ایک

گھنٹہ بیٹھنے دیں، اس کے بعد ہلا کر چھان کر پی جائیں۔

❖ .... ہائی بلڈ پریشر والے مریضوں کو پاؤں کے ٹکڑوں اور ہتھیلیوں پر مہندی کالیپ لگاتے رہنے سے فائدہ ہوتا ہے۔

❖ .... شہد جسم پر مسکن اثر ڈال کر خون کی نالیوں کے پھیلاؤ کو کم کر کے ان کو سکون دے گا۔ ہائی بلڈ پریشر کم کرنے میں مدد دیتا ہے۔

ورزش ہائی بلڈ پریشر میں مفید بتائی جاتی ہے۔ پیدل چلنا، ورزش کی بہت اچھی شکل ہے۔ اس سے فٹنس دور ہو جاتی ہے، عضلات مضبوط ہوتے ہیں اور گردش خون بہتر بنانے میں بھی مدد ملتی ہے۔ جب پیدل چلنے سے افاقہ محسوس ہونے لگے تو سائیکل چلانا، تیراکی کرنا اور جاکنگ کرنا بھی شروع

کر دیجیے۔ یوگا کے آسن، سریانمکار، مکر آسن، مٹی آسن، وجر آسن، اردھ پدم آسن اور شیو آسن، بلڈ پریشر کے لیے مفید بتائے جاتے ہیں۔

اگر بلڈ پریشر ہائی ہو جائے تو شیو آسن کے سوا یوگا کی تمام ورزشیں فوراً ترک کر دیجیے اور معالج کے مشورے پر عمل کیجیے۔

ہائپر ٹینشن کے مریضوں کو اس امر کا لازمی اہتمام کرنا چاہیے کہ وہ کم از کم آٹھ گھنٹے نیند لیں۔

ذہنی دباؤ، کشیدگی، پریشانیاں، غم اور غصے سے بچنے کی کوشش کریں اور خوش و خرم رہیں۔



## ایجاد کریں، سزائیں کمی کے حق دار بن جائیں!

چین میں حکومت نے قیدیوں کو یہ سہولت فراہم کر دی ہے کہ وہ جب چاہیں اپنی سزائیں تخفیف کروا سکتے ہیں۔ بس اس سہولت سے مستفید ہونے کے لیے انہیں



کوئی نیا کام کرنا ہوگا! علاوہ ازیں یہ شرط بھی عائد کی گئی ہے کہ ان کی ایجاد پینٹ شدہ ہو۔

قیدیوں کو یہ سہولت فراہم کرنے سے حکومت کا مقصد انہیں مثبت سرگرمیوں کی جانب لانا اور جیل سے رہا ہونے کے بعد ایک اچھے شہری کی طرح زندگی گزارنے

میں مدد دینا ہے۔ اب تک متعدد قیدی اس اسکیم سے فائدہ اٹھا چکے ہیں۔ دلچسپ بات یہ ہے کہ تعلیم یافتہ قیدیوں کے علاوہ ناخواندہ قیدیوں نے بھی اپنی ذہنی صلاحیتوں کا استعمال کرتے ہوئے تکنیکی ایجادات کی ہیں۔ ایجادات کرنے کے بعد قیدی اپنی ایجاد کو پینٹ کرانے کے لیے محتاطانہ طور سے رابطہ کرتے ہیں۔ مقررہ فیس ادا کرنے کے بعد انہیں سہ حق ایجاد مل جاتی ہے۔

حکومت کے اس اقدام سے قیدیوں کو دہرا فائدہ ہو رہا ہے۔ وہ نہ صرف سزائیں کمی کے اہل ہو جاتے ہیں بلکہ جیل میں رہتے ہوئے ان کی ایجاد کردہ اشیاء یا تکنیک ان کے لیے آمدنی کا ذریعہ بھی بن جاتی ہیں۔

عظیمی  
کے اعتماد کے ساتھ

عظیمی لیبارٹریز کا

عرق گلاب



کراچی میں اپنے قریبی اسٹور سے طلب فرمائیں

یا ہوم ڈیلیوری کے لیے رابطہ کریں:

021-36604127

روزانہ ڈائجسٹ

156

www.pdfbooksfree.pk

Copyrighted material

# اشرف باجی کے ٹوٹکے



ٹوٹکوں کا استعمال دنیا بھر میں عام ہے۔ ٹوٹکوں سے مرد بھی فائدہ اٹھاتے ہیں اور خواتین بھی.... تاہم امور خانہ داری میں ٹوٹکوں کی ضرورت زیادہ پڑتی ہے۔ خانہ داری چونکہ خواتین کا شعبہ سمجھا جاتا ہے اس لیے ٹوٹکوں کا استعمال بھی خواتین زیادہ کرتی ہیں۔



محترمہ اشرف سلطانیہ برسہا برس سے مرکزی مراقبہ ہال میں خدمت خلق کے پروگرام سے وابستہ ہیں۔ خاص و عام میں اشرف باجی کے نام سے معروف ہیں۔ آپ ایک کولیفائیڈ طبیبیہ بھی ہیں۔ اگر آپ بھی اپنی آزمودہ کوئی ترکیب قارئین کو بتانا چاہیں تو روحانی ڈائجسٹ کی معرفت اشرف باجی کو لکھ بھیجئے۔

بھگو کر رکھیں۔ دھبے میں اتنا پانی لیں کہ چاول اس میں ڈوب جائیں یہ دھبے چولہے پر رکھیے۔ جب پانی ابلنے لگے تو چاول ملا کر اتنا پھینکیں کہ پانی سوکھ جائے۔ پھر دس منٹ دم دیں۔ لیجیے بغیر پیچ کے چاول تیار ہیں۔

پیاز کی بومنہ سے دور کرنے کے لیے پیاز کے بہت سے فائدے ہیں لیکن کھانے کے بعد بومنہ سے بدبو بھی آتی ہے۔ پیاز کھانے کے بعد سوکھے دھنیے کے چند دانے چبائے پیاز کی بو نہیں آئے گی۔

کپڑوں میں چمک پیدا کرنا دس چھٹانک کلفت یا ایک چھوٹا جینج سہاگہ ملا کر استری کرنے سے کپڑوں میں چمک آجاتی ہے۔

فرش کو چمکانا فرش کے دھبے صاف کرنے کے لیے کپڑے دھونے والے سوڈا صابن کے تیلے اور نمک ملا کر فرش پر خوب رگڑیں۔ فرش صاف اور چمکدار ہو جائے گا۔

بغیر پیچھ کے چاول پکانا چاولوں کو اچھی طرح صاف کر کے، دو گھنٹے پہلے



رکھ سکتے ہیں۔

گوشت پر مکھی نہ آئے

اس کے لیے سر کے میں پانی ملا کر اس میں سفید  
ملل کا کپڑا انچوز کر گوشت پر پھیلا دیں۔

بلب کے قریب سے پتنگے بھگانا

برسات کے موسم میں بلب، ٹیوب لائٹس  
وغیرہ کے قریب ڈھیروں پٹنے اور برساتی کپڑے  
کوڑے جمع ہو جاتے ہیں۔ ان کو روشنی کے پاس سے  
بھگانے کے لیے پیاز کی موٹی سی پرت اتار کر اس کو  
درمیان سے موٹی کی مدد سے دھاگے میں پرو دیں اور  
یہ پیاز بندھا دھاگا بلب یا ٹیوب لائٹس پر باندھ دیں۔  
پٹنے یا کپڑے کوڑے بلب کے قریب بھی نہیں  
بھٹیں گے۔

باتھوں کا پسیجنا

اکثر خواتین کو یہ شکایت ہوتی ہے کہ کوئی کام  
کرتے ہوئے پسینہ آنے سے ان کے ہاتھ نم ہو جاتے  
ہیں ایسی خواتین کو صرف یہ کرنا ہے کہ بھرتا بنانے  
کے لیے جب بیگنوں کو ابالا جائے تو ابالے گئے بیگنوں  
کا پانی پھینکیں نہیں بلکہ اس پانی کو ٹھنڈا کر لیں اور اس  
میں ہاتھوں کو اچھی طرح دھولیں۔ اس ترکیب پر دو  
چار مرتبہ عمل کرنے سے ان کو کام کے دوران  
ہاتھوں میں پسینہ آنے کی شکایت نہ ہوگی۔

دھندلا آئینہ

آئینہ میلا یا دھندلا ہو جائے تو بہت برا لگتا ہے۔  
دھولے اور میلے آئینے کے لیے اسپرٹ سے صفائی  
کریں۔ نرم کپڑے یا روئی کی مدد سے اسپرٹ آئینے پر  
لگائیں، پھر صاف کپڑے سے آئینہ رگڑ کر چمکائیں۔



پیاز کی بوتنوں سے دور کرنا  
پانی میں لیٹوں کے رس کے چند قطرے ملا کر پیاز  
کی باس والے برتن اس میں ڈال دیجیے۔ تھوڑی دیر  
پڑا رہنے دیجیے بدبو دور ہو جائے گی۔

کریلوں کی کڑواہٹ

دور کرنے کے لیے

کریلے کے چھلکے اتار لیں اور کاٹ کر بیج نکال  
لیں۔ کٹے ہوئے کریلوں پر نمک لگا کر ان کو اچھی  
طرح مل کر رکھ دیں۔ تھوڑی دیر رکھا رہنے دیں،  
ساری کڑواہٹ دور ہو جائے گی۔

گھریلو فرنیچر چمکانیے

پالش والے فرنیچر کو تیل کے تیل سے صاف  
کیجیے اور پھر خشک کپڑے سے رگڑیے۔ کافی چمک  
پیدا ہو جائے گی۔

تار پین کا تیل، تل کا تیل اور اسپرٹ تینوں  
چیزیں ملا کر فرنیچر پر پالش کیجیے۔ اس طرح فرنیچر پر  
گرمی اور پانی کا اثر نہیں ہوگا۔

پلاسٹک کے جگ

اور کلاس صاف کرنا

اگر پلاسٹک کے جگ اور گلاس پیلے ہو جائیں تو  
پانی میں نمک ملا کر اس سے برتنی دھولیں۔ پلاسٹک  
کے برتن صاف ہو جائیں گے۔

گندم زیادہ عرصہ رکھنا

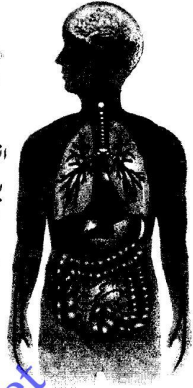
گندم زیادہ عرصہ تک محفوظ رکھنے کے لیے اسے  
بوری میں یا پھر کسی ٹین کے ڈبے میں بھر کر اس میں  
تھوڑے سے میتھی کے خشک کیے ہوئے پتے چس کر  
ملا دیں اور اس ڈبے کا منہ اچھی طرح سے بند  
کردیں۔ اس طرح گندم کو زیادہ عرصہ تک محفوظ

# جسم کے عجائبات

انسانی جسم بظاہر ایک سادہ سی چیز ہے مگر اس کے اندر ایک کائنات چھپی ہوئی ہے۔ یوں تو پورا جسم ایک قدرتی نظام کا پابند ہے مگر ہر عضو کا ایک اپنا باقاعدہ واضح نظام بھی ہے۔ ہر نظام اپنے نہایت ہی حیرت انگیز طریقے سے ایک دوسرے کے ساتھ مربوط ہے۔

”جسم کے عجائبات“ کے عنوان سے محمد علی سید صاحب کی تحقیقی کتاب سے انسانی جسم کے اعضاء کی کہانی ان کی اپنی زبانی قارئین کی دلچسپی کے لیے ہر ماہ شائع کی جا رہی ہے۔

محمد علی سید



میسر اکام یہ ہے کہ مسیٰں انسان کو عارضی طور پر کسی سپسٹین مسیٰں تبدیل کر دوں تاکہ وہ جو کرا نا چاہے وہ کر گزرے۔ اپنی بقاء کی جنگ لڑنے ہوئے اُس اس کی ضروریات تیزی سے بڑھ رہی ہوں تو مسیٰں ان کا انتظام پہلے ہی کر چکا ہوتا ہوں!

فوری تو انائی پیدا کرتی ہے۔ جلد پر پھیلی ہوئی خون کی باریک نالیاں بند کر دی جاتی ہیں۔ اسی لیے ایسے میں اکثر (خاص طور پر خوف کے عالم میں) آپ کا رنگ پیلا پڑ جاتا ہے۔ جلد کو خون فراہم کرنے والی رگوں کو خون کی سپلائی روک کر زیادہ تر خون پٹوں اور اندرونی اعضاء میں جمع کر لیا جاتا ہے۔ دل کے دھڑکنے کی رفتار تیز ہوتی ہے۔ خون کی دیریں تن جاتی ہیں تاکہ خون کے دباؤ کو وقت ضرورت مزید بڑھایا جاسکے۔ ہاضمے کا پورا نظام معطل ہو جاتا ہے۔ اس کے ساتھ ہی خون کے اندر رہنے کی صلاحیت میں اضافہ ہو جاتا ہے

(گزشتہ سے پیوستہ)

خطرے کا سگنل ملے ہی میں ا اوپری حصہ یعنی میڈولا آپ کے خون میں ایک خاص ہارمون شامل کرنا شروع کر دیتا ہے۔ اس ہارمون کو ایڈرینالین کہا جاتا ہے۔ جیسے ہی یہ ہارمون خون میں شامل ہوتا ہے تو پورے جسم میں حیران کن سرگرمیاں رونما ہونا شروع ہو جاتی ہیں۔ آپ کا جگر فوراً ہی متحرک ہو جاتا ہے اور اضافی توانائی کے لیے اپنے ایندھن کے ذخائر خون میں شامل کرنا شروع کر دیتا ہے۔ یہ ایندھن دراصل وہ شکر ہوتی ہے جو جگر میں اسنو رہتی ہے اور

حالت میں توانائی تیزی سے استعمال ہوتی ہے۔ جسم کو تخلیق کرنے والے نے بہر حال اس خطرے کو نظر انداز نہیں کیا۔ اس نے جسم میں ایک ایسا خود کار نظام پیدا کیا ہے جو ان حالات میں خود بہ خود کام کرنا شروع کر دیتا ہے تاکہ آپ کو ایک خاص مدت کے بعد اس امیر جنسی سے نکالا جاسکے۔

ذہنی دباؤ (غصہ، صدمہ یا خوف) جس کی وجہ سے ایڈرینالین (Adrenalin) کی پیداوار میں اضافہ ہوا تھا اور اس کے رد عمل میں آپ اچانک سپر مین بن گئے تھے اسی دباؤ نے ایک خود کار نظام کے تحت آپ کے دماغ میں موجود ہائی پو تھیلی مس کو بھی متحرک کر دیا تھا۔ ہائی پو تھیلی مس سگنل کو وصول کرتے ہی بعد میں رومنا ہونے والے واقعات کا اندازہ لگاتا ہے اور اس کیفیت کے تدارک کے لیے اپنے مزید موجود ہائر گلیئنڈ یعنی پیچوریری گلیئنڈ کو ایک کیمیائی سگنل روانہ کرتا ہے۔ یہ سگنل پیچوریری گلیئنڈ کو ملندہ صورتحال اور اس سے تپش کے لیے ”ضروری وسائل“ فراہم کرنے کی ”درخواست“ دیتا ہے۔

پیچوریری گلیئنڈ ایک خاص ہارمون ACTH (ایڈرینو کورٹیکو ٹروپک ہارمون) جاری کرتا ہے جو دوران خون کے ذریعے سفر کرتا ہوا براہ راست میرے اندرونی حصے کورٹیکس (Cortex) کو موصول ہوتا ہے۔ اس ہارمون کے موصول ہونے کا مطلب میرے اندرونی حصے کو معلوم ہے۔ کورٹیکس فوراً ہی اپنے ہارمونز نارایڈرینالین (Noradrenalin) اور (Adrenalin) پیدا کرنے کی رفتار کو بڑھا دیتا ہے۔

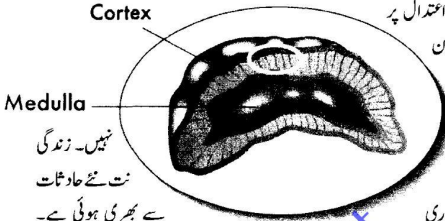
تاکہ لڑائی کی صورت میں اگر خدا نخواستہ جسم پر کہیں زخم آجائے تو خون جلد از جلد جم سکے۔ یہ صورت دیگر خون کے ضائع ہونے کا اندیشہ ہوتا ہے۔

آپ کو یہ سن کر یقیناً حیرانی ہوگی کہ یہ ساری تیاری، پیش بندی، منصوبہ بندی گھنٹوں یا منٹوں میں نہیں سیکنڈوں میں مکمل ہو جاتی ہے۔ اب آپ جذباتی دباؤ، غصے اور خوف کے عالم میں ہر طرح کے ملے رد عمل کے لیے مکمل تیار ہوتے ہیں۔ (یہ رد عمل کیا ہو گا اس کا فیصلہ کرنا دماغ کا کام ہے۔ اس سے میرا کوئی تعلق نہیں ہے۔)

میرا کام یہ ہے کہ میں انسان کو عارضی طور پر کسی سپر مین میں تبدیل کر دوں تاکہ وہ جو کچھ کرنا چاہے وہ کر گزارے۔ اپنے بقا کی جنگ لڑتے ہوئے لڑائی میں یہ ضروریات تیزی سے برہم رہیں ہوں تو میں اسے اس طرح کی اضافی طاقت فراہم کرنے کے اختیارات پہلے ہی کرچکا ہوتا ہوں۔

جنگ نے اکثر بھڑکتی ہوئی آگ میں کسی کی زندگی بچانے یا جاوٹے کی صورت میں زخمی کو نکالنے کے لیے اٹنی ہونے لگا کہ تنہا سیدھا کر دینے والے بہادروں کے کارنامے سننے ہوں گے۔ یہ غیر معمولی صلاحیتیں دراصل میرے ہی ہارمونز کی مرہون منت ہوتی ہیں۔ یہ میری وجہ سے ہوتا ہے کہ ایک کمزور آدمی اپنے سے دگنے طاقتور دشمن کو چھپاڑنے اور ایک سست رفتار آدمی زندگی بچانے کے لیے اس قدر تیز دوڑے کہ دشمن اس کی گردن تک نہ پہنچ سکے۔ اس طرح کی غیر معمولی حالت مستقل نہیں رہ سکتی۔ اگر یہ کیفیت زیادہ عرصے پر برقرار رہے تو زندگی کو شدید خطرہ لاحق ہو سکتا ہے کیونکہ اس

## ANATOMY OF THE ADRENAL GLAND



Medulla

Cortex

نہیں۔ زندگی

نت نئے حادثات

سے بھری ہوئی ہے۔

اگر خدا نخواستہ کسی حادثے یا بیماری کے سبب میرے  
دور ٹیکس کے خلیوں کو نقصان پہنچ جائے تو مرلیض کو  
جلد از جلد مصنوعی طور پر ہارمونز کی فراہمی یقینی بنانا  
پڑتی ہے۔ یہ معمولات دیگر یہ حادثہ مرلیض کے لے  
تکلیف دہ موت کا پروانہ ثابت ہو سکتا ہے۔

ایسے میں درجنوں بیماریاں ایک ساتھ اس پر  
حملہ آور ہو سکتی ہیں۔ اس کی بہداشت کرنا سب سے  
مشرح ہو جاتی ہے۔ ہنرمند ختم ہو جاتا ہے، خون کی  
شدید کمی پیدا ہو جاتی ہے۔ پٹھے گھٹنے لگتے ہیں۔ وزن  
اور بلڈ پریشر گر جاتا ہے۔ مٹلی، دست اور اعضاء  
شرد ہو جاتی ہے اور مرلیض چند ہی دنوں میں اتنا  
کمزور ہو جاتا ہے کہ موت کے قدموں کی آہٹ  
بآسانی سن سکے۔ پہلے زمانے میں ایسی حالت میں یا  
حضرت عیسیٰ کا انتظار کیا جاتا تھا یا فرشتہ موت کا۔ آج  
کل بہر حال ایسا بہت کم ہوتا ہے کیونکہ اب مصنوعی  
ہارمونز بہ آسانی دستیاب ہیں۔

جہاں ان ہارمون کام کو ہونا نقصان دہ ہے، وہیں  
ان کی کثرت بھی کم خطرناک نہیں۔ کارٹی زون فیملی  
گٹھارمون "کارٹی سول" (Cortisol) ایسا ہے کہ  
اگر میں خون میں اس کی مقدار ذرا سی بڑھا دوں تو  
جسم کے پٹھے شکر میں تبدیل ہونا شروع ہو جائیں۔

ان حالات میں بلڈ پریشر کو اعتدال پر

رکھنا، جسم کے اہم ترین اعضاء کو خون

کی مسلسل فراہمی کو یقینی بنانا،

چربی اور پروٹین کو تیزی سے شکر

میں تبدیل کرنے میں مدد فراہم

کرنا (ناکہ فوری توانائی حاصل

ہوتی رہے) انہی ہارمونز کی ذمہ داری

ہے۔ اس خودکار نظام کے سبب توانائی کے مملکت  
بجران پر رونما ہونے سے پہلے ہی قابو پایا جاتا ہے اور  
ذرا سی دیر میں صورتحال معمول پر آ جاتی ہے۔

جو ہارمون میرا اندرونی حصہ (Cortex) تیار

کرتا ہے انہیں تین اقسام میں تقسیم کیا جاسکتا ہے۔

ان کا ایک گروپ جو کارٹی زون فیملی سے تعلق رکھتا

ہے، غذا کے ذریعے جسم میں پہنچنے والی چربی،

ٹاور ہائیڈریش (نشاستے) اور پروٹین (تھیلیے) کو

قوت حیات میں تبدیل کرنے یا انہیں جسم کا حصہ

بنانے کے معاملات کا ذمہ دار ہے۔ جسم کے اندر پانی

اور معدنیات کے توازن کو برقرار رکھنا دوسرے

گروپ کی ذمہ داری ہے جب کہ تیسرا گروپ جنس

کی ضروریات و معاملات کی نگہداشت کرتا ہے۔

یہ ہارمونز اسٹور نہیں کیے جاسکتے اس لیے مجھے ہر

وقت ان کی پیداوار جاری رکھنا پڑتی ہے۔ میرا

اندرونی حصہ کورٹیکس انہیں مسلسل تیار کرتا رہتا

ہے۔ جو ہارمونز تیار ہوتے ہیں وہ دو گھنٹے کے بعد نفع

کردیے جاتے ہیں اور نئی تیار شدہ کھیپ ان کی جگہ

لے لیتی ہے۔ ان سارے معاملات کو حسن و خوبی سے

چلانامیری ہی ذمہ داری ہے۔

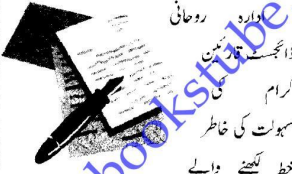
توازن اور اعتدال کو قائم رکھنا، آسان کام

جیسے منفی جذبات سے خود کو آزاد کر لیں تو میں آپ کو یقین دلا سکتا ہوں کہ میری طرف سے کبھی آپ کو کوئی شکایت نہیں ملے گی۔

(حباری ہے)



## قارئین کرام سے گزارش



ادارہ روحانی ڈائجسٹ قارئین کرام کی سہولت کی خاطر خط لکھنے والے کرام فرما قارئین سے گزارش کرتا ہے کہ آپ بچوں کا روحانی ڈائجسٹ، اور روحانی سوال و جواب مابین ہی لفظی میں ارسال کرنے کے ساتھ ساتھ روحانی ڈائجسٹ، محفل مراقبہ، اور شعبہ سرکولیشن کے خطوط بھی ارسال کرنے میں ارسال کر سکتے ہیں۔ اگر آپ کسی بھی شعبہ کے خطوط کے ساتھ روحانی ڈائجسٹ بھی ایک ہی لفافے میں ارسال کر رہے ہوں تو لفافہ پر اس شعبے کے نام کے ساتھ ساتھ روحانی ڈائجسٹ نام لکھنا نہ بھولیں۔ گزارشات کے ہمراہ اپنا پورا نام اور مکمل ایڈریس اور تاریخ ضرور تحریر کریں۔ بصورت دیگر گزارشات کی اشاعت ممکن نہیں ہوگی۔ سرکولیشن سے متعلق استفسارات کے ساتھ اپنا رجسٹریشن نمبر لازماً تحریر کریں۔

ہڈیوں میں سے معدنیات غائب ہو جائیں، ہڈیاں کمزور ہو جائیں۔ مریض کے پیٹ کے نیچے اور اس کی کمر پر چربی کے گولے بنانا شروع ہو جائیں اور یادداشت جواب دینے لگے۔

میرا ایک اور اہم ہارمون "ایلدوسٹیرون" (Aldosterone) ہے۔ اس کے ذریعے میں جسم میں پانی اور معدنیات کے توازن کو برقرار رکھتا ہوں۔ اس کی سپلائی میں اگر میں ایک پن کے سرے کے برابر بھی اضافہ کروں تو انسان بڑی مشکل میں گرفتار ہو سکتا ہے۔ ایسے میں ایک اہم معدنی جز پوٹاشیم، پیشاب کے ذریعے ضائع ہونا شروع ہو جائے گا اور نمکیات خارج ہونے سے بجائے جسم میں جمع ہونے لگیں گی۔ جسم کے پتھے کمزور ہو جائیں گے۔ ممکنہ طور پر وہ حصہ مفلوج بھی ہو سکتا ہے۔ بلڈ پریشر ناقابل یقین حد تک بڑھ سکتا ہے۔ دل کی گرفتاری گناہ ہو سکتی ہے۔ سرکارد مستقل اور ناقابل برداشت ہو سکتا ہے۔

میں بھی انسان کو اس اذیت میں مبتلا نہیں کرتا لیکن اگر میرے تریب کوئی ٹیومر (رسونی) پیدا ہو جائے تو میرے بعض نظام اس سے متاثر ہوئے بغیر نہیں رہتے۔ اگر آپریشن کے ذریعے ٹیومر کو نکال دیا جائے تو یہ ساری مشکلات خود بہ خود دور ہو جاتی ہیں۔

آپ نے دیکھا کہ میں اب تک کس طرح آپ کو طرح طرح کی اذیت ناک مشکلات سے بچا کر ان کی بجائے خوشیاں فراہم کرتا رہا ہوں۔ آپ بھی میرے لیے اور اپنی صحت کو برقرار رکھنے کے لیے بہت کچھ کر سکتے ہیں۔ اگر آپ غیر ضروری طور پر پریشان رہنا چھوڑ دیں۔ شے، حسد، مایوسی اور نفرت

# کیفیات مراقبہ

ترقی یافتہ ممالک میں مراقبے کے موضوع پر سائنسی بنیادوں پر تحقیقی کام شب و روز جاری ہے۔ جدید سائنسی آلات سے اخذ کیے جانے والے نتائج سے یہ ثابت ہوا ہے کہ مراقبے سے انسان کو ہمہ جہت فوائد حاصل ہو سکتے ہیں۔ ان تحقیقی نتائج کے کوشش نظر مغرب میں تو مراقبہ کو ایک ٹیکنالوجی کی حیثیت دے دی گئی ہے۔ ان تحقیقات سے یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ مراقبے سے ہماری عام زندگی پر بھی کئی طرح کے خوشگوار اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ مراقبے کے ذریعے کئی جسمانی اور نفسیاتی بیماریوں سے نجات مل سکتی ہے، کارکردگی اور یادداشت میں اضافہ ہوتا ہے اور ذہنی صلاحیتوں کو جلا ملی ہے۔

ماضی میں مشرق کے اہل روحانیت نے ماورائی علوم کے حصول میں مراقبے کے ذریعے کامیابیاں حاصل کیں۔ ان صفحات پر ہم مراقبے کے ذریعہ حاصل ہونے والے مفید اثرات مثلاً ذہنی سکون، پرسکون نیند، بیماریوں کے خلاف قوت و مدافعت میں اضافہ وغیرہ کے ساتھ روحانی تربیت کے حوالے سے مراقبے کے فوائد بھی قارئین کی خدمت میں پیش کرتے ہیں۔ اگر آپ نے مراقبے کے ذریعے اپنی شخصیت اور ذہنی کیفیت میں مثبت تبدیلی محسوس کی ہے تو صفحات کے ایک طرف تحریر کر کے روحانی ڈائجسٹ کے ایڈیٹریس پر اپنے نام اور مکمل پتے کے ساتھ ارسال کر دیجیے۔ آپ کی ارسال کردہ کیفیات اس کالم میں شائع ہو سکتی ہیں۔

کیفیات مراقبہ

روحانی ڈائجسٹ 17، 1-D، 1-م 74600 کراچی

کرنے کے طریقوں پر عمل کر کے دیکھوں سو میں  
نے یہ کام شروع کر دیا اور واقعی مجھے بہت اچھا لگنے  
لگا۔ میں ہر روز اور کبھی دن میں دو تین بار یہ عمل  
دہرانے لگا۔ اس وقت مجھے کچھ علم نہیں تھا کہ میں  
اپنے آپ کو کتنا نقصان پہنچا رہا ہوں۔

میں تقریباً دو سال تک خود کو نقصان پہنچاتا رہا۔  
اس عادت سے پہلے میرا شمار صحت مند اور چاق و  
چوبند نوجوانوں میں ہوتا تھا۔ اب میرا یہ حال تھا کہ  
گال پھیکا گئے تھے، کندھے ڈھلک گئے تھے اور میں  
دوسروں کو بہت کمزور نظر آتا تھا۔

اپنی گری ہوئی صحت کو دیکھ کر مجھے کچھ ہوش آیا  
اور میں نے اس فوج عادت کو ترک کرنے کا ارادہ کیا۔

مگر کمزور قوت ارادی نے ہر مرتبہ ناکام بنا دیا۔  
کئی بار تو یہ بھی کی، مگر چند دن بعد پھر وہی پرانا انداز۔  
آپ سمجھ سکتے ہیں میری کیا حالت ہوئی۔ صحت بری  
طرح گر گئی تھی۔ یادداشت بھی متاثر ہوئی۔ زیادہ  
عرصے تک کوئی بات یاد نہیں رہتی تھی۔ خاص طور  
پر امتحان میں بڑی مشکل کا سامنا کرنا پڑتا۔ میرا تعلیمی  
معیار بہت پست ہوا تھا۔

میں شدید احساس کمتری میں مبتلا ہو گیا تھا، مگر  
دوستوں کے سامنے ایسا رویہ اختیار کرتا، جیسے بہت  
خوددار ہوں۔

میرا تعلق متوسط طبقے سے تھا۔ ناواقف لوگ  
مجھے کسی امیر خاندان کا فرد سمجھتے تھے۔ دل میں یہی ذر  
لاحق رہتا کہ کوئی دوست گھرنے آجائے۔

میں ذہنی طور پر بھی نارمل نہیں تھا۔  
صنف نازک پر نظر پڑتے ہی میری عجیب کیفیت

اکثر لوگ اپنے بیٹھے ہوئے دنوں کی خوشگوار  
یادوں میں کھو جاتے ہیں مگر میں ان یادوں کی ٹھنڈک  
سے محروم ہوں، میرے لیے بیٹھے ہوئے دنوں کی  
یادیں صرف اذیت اور تکلیف کا باعث ہی بنتی ہیں۔

میری عمر پچیس سال ہے، لیکن اپنی زندگی کے  
سہانے شب و روز میں نے خود اپنی غلط عادتوں کی وجہ  
سے ضائع کر دیے۔ میں جب میٹرک میں تھا اس  
وقت میرے ایک دوست نے مجھے جسمانی لذت کے  
حصول کے غیر فطری طریقوں کے بارے میں بتایا۔  
اس لڑکے نے صرف معلومات فراہم کرنے پر ہی  
بس نہیں کیا بلکہ اس نے مجھے اس کام کے لیے بہت  
زیادہ ترغیب دی۔ وہ جذبات بھڑکانے والی باتیں مجھ  
سے کرتا اور پھر پوچھتا تم نے تجربہ کر کے دیکھا۔ میں  
کہتا نہیں یار۔

تو وہ میرا مذاق اڑاتا اور کہتا مردین مرد۔  
یہاں میں ایک بات کہتا چلوں کہ لڑکپن سے  
نوجوانی کی حدوں میں داخل ہونے والے لڑکوں کو  
ان کے والد یا بڑے بھائی کی طرف سے مناسب  
رہنمائی دی جانی بہت ضروری ہے۔ لڑکوں کو دور  
بلوغت کے بارے میں ان کے گھر سے رہنمائی نہ ملنے  
اور یہ موضوعات اسکول یا محلے کے لڑکوں کی محفلوں  
میں زیر بحث آئیں تو یہ کئی لڑکوں کے لیے بہت  
برے نتائج کا سبب بن سکتی ہیں۔ ان خرابیوں کا مہم  
سے نوجوانوں کی جسمانی صحت برباد ہو سکتی ہے اور  
ان کی شخصیت کمزور ہو سکتی ہے۔

بہر حال، اپنے اس دوست کی بھڑکیلی باتیں سن  
سن کر میرا دل بھی چاہنے لگا کہ میں لذت حاصل

سے غلطیاں سرزد ہوتی ہیں مگر اچھا انسان وہ ہے جو اپنی غلطیوں کی جلد اصلاح کر لے۔ میں نے ان سے کہا میں کوشش تو کرتا ہوں مگر کامیاب نہیں ہوتا۔ وہ بولے آپ کی باتوں سے اندازہ ہوتا ہے کہ آپ میں فیصلہ کرنے کی قوت اور یکسوئی کی شدید کمی ہے۔ آپ منصوبے بہت بناتے ہیں مگر یکسوئی اور اعتماد کی کمی آپ کو ان منصوبوں پر عمل پیرا ہونے نہیں دیتی۔ آپ سب سے پہلے اپنے منتشر ذہن کو ایک نئے بہر کو زکریں۔ اس کے لیے آپ مراقبہ سے مدد لے سکتے ہیں۔

میں نے میری بات سے پوچھا۔ مراقبہ کیا میرے تمام مسائل کا حل دے سکتا ہے....؟  
وہ مسکرائے دیکھو! بہت سے مسائل بعض اوقات کسی ایک ہی مسئلے کی وجہ سے جنم لیتے ہیں۔ اگر بنیادی مسئلہ حل کر دیا جائے تو تمام مسئلے خود بہ خود حل ہو جاتے ہیں۔

لیکن میں مراقبہ کے بارے میں بالکل نہیں جانتا۔

وہ صاحب کو شگوار انداز میں بولے، ایک وقت تھا کہ یکسوئی اور متشدد خیالی کا مسئلہ میرے ساتھ بھی رہا تھا۔ جس سے کئی مسائل پیدا ہو گئے تھے۔ خود مجھے بھی مراقبہ سے ذہنی یکسوئی حاصل ہوئی اور مسائل حل ہونے لگے۔

میں نے ان بزرگ سے مراقبہ کے بارے میں تفصیل سے آگہی حاصل کی اور مراقبہ کا طریقہ اچھی طرح ازبر کیا۔ دوسرے روز سے میں نے مراقبہ کا آغاز کر دیا۔ مراقبہ میں بیٹھے ہی ذہن منتشر ہو گیا۔

ہو جاتی تھی۔ میرے کردار کا یہ پہلو بھی لوگوں کی نظر سے اوجھل تھا، کیونکہ میں رکھ دکھاؤ سے پیش آتا تھا۔

مگر میں خود کو انتہائی برا انسان سمجھتا تھا۔ میرے چند عزیز ترین دوستوں نے مشورہ دیا کہ اچھی صورت اختیار کرو اور اللہ کی طرف راغب ہو۔ کوشش کر کے اچھے لوگوں میں بیٹھے لگا کر دل پر جبر کر کے کچھ دیر ایسی محفل میں بیٹھنا۔ ان لوگوں کی نصیحتوں کا اثر یہ ہوا کہ نماز شروع کی چند روز پانچوں وقت کی نماز ادا کرتا پھر یہ سلسلہ کم ہوتے چار، تین، دو اور آخر چھوڑ دیتا۔ ایسا کئی مرتبہ ہوا کہ نماز کی پابندی کرتے کرتے نماز سے بالکل عاقل ہو جاتا تھا۔ اپنے مستقبل کے بارے میں سوچتا تو سخت پریشان ہو جاتا تھا۔ یکسوئی کی کمی کی وجہ سے ذہن کسی ایک چیز پر مرکوز نہ ہوتا۔ زیادہ تر خیالی پلاؤ بنا تا رہتا۔

کہتے ہیں اچھے لوگوں میں اٹھنا بیٹھنا خراب طریقہ زندگی کی اصلاح کر کے زندگی کو گلزار بنا دیتا ہے۔ ایک دن اچھی محفل میں بیٹھا تھا۔ ایک صاحب شیریں لب و دلہن کا میاب انسان بننے کے بارے میں بتا رہے تھے۔ لوگ ان کی نصیحتوں کو بڑی توجہ سے سن رہے تھے۔ مجھے ان کا مسکراتا ہوا چہرہ ان کی جانب متوجہ کر رہا تھا۔ مجھے لگا کہ میرے مسائل کا حل یہ بزرگ شاید بہتر طور پر بتا سکیں۔ محفل کے اختتام پر لوگ اٹھ کر چلے گئے تو میں نے ڈرتے ڈرتے انہیں اپنا مسئلہ بتایا۔ مجھے ڈرتا تھا کہ وہ مجھ پر غصہ ہوں گے مگر وہ مجھ پر ناراض نہیں ہوئے، انہوں نے مسکراتے ہوئے میری طرف دیکھا اور کہا۔ ہر انسان



جلو میں خرماں خرماں چلا جا رہا ہوں۔ میرے  
دائیں بائیں رنگ رنگی تتلیاں اڑ رہی ہیں۔ وہ مجھ سے  
ڈر نہیں رہی ہیں۔ بلکہ میرا استقبال کر رہی ہیں۔  
میری نظروں کے سامنے پھول بھی ہیں۔ بیلیں بھی  
اور آبشاریں بھی۔

آج کے روز میرا موڈ بہت خوشگوار تھا۔ مراقبہ  
کے لیے کچھ جلدی بیٹھ گیا۔ مراقبہ میں دیکھا کہ ایک  
بہت بڑا میدان ہے۔ جس میں کئی رنگ کے پھول  
چلے ہوئے ہیں۔ پھولوں کے درمیان میں ایک  
گزر گاہ جو دوڑ چھیل کی جانب چلی جا رہی ہے میں اس  
گزر گاہ سے ہوتا ہوا چھیل تک پہنچا۔ چھیل کا پانی  
انتہائی شفاف ہے۔ پانی کے اندر رنگ رنگی چھیلیاں  
بڑی خوبصورت لگ رہی ہیں۔ چھیل کے کنارے سبز  
نرم گھاس پھیلی ہوئی ہے۔ میں اس گھاس پر لیٹ  
گیا۔ لیٹتے ہی نیند آگئی۔

چند ہفتوں تک مراقبہ کرتے رہنے اور ان  
بزرگ کی خدمت میں حاضری دیتے رہنے کے بعد  
اب میں اپنی بری عادت پر کافی حد تک قابو پا چکا  
ہوں۔ ذہنی یکسوئی میں بہتری آئی ہے۔ خود پر اعتماد  
میں اضافہ ہوا ہے۔ یہ جان برپا کرنے والے خیالات پر  
قابو پانے لگا ہوں۔

جسمانی صحت کی بہتری سے ذہنی صحت بھی بہتر  
ہوئی ہے۔ میں تو اب دوسرے لوگوں کو بھی یہ کہتا  
ہوں کہ مراقبہ نے مجھے پرسکون زندگی عطا کی  
ہے۔ ... اب خیالی پلاؤ بنانے کے بجائے عملی کام پر  
توجہ دینے لگا ہوں۔



ذہن میں عجیب و غریب خیالات گردش کرنے لگے۔  
تھوڑی دیر بعد سر میں شدید درد ہونے لگا۔ جس کی  
وجہ سے مراقبہ ختم کر دیا۔  
دوسرے، تیسرے اور کئی روز تک مراقبہ کے  
چند منٹ بعد ہی سر میں درد ہونے لگا۔

میں نے ایک مرتبہ پھر ان صاحب سے رابطہ  
کیا۔ انہوں نے مجھے پہلے نیلی روشنی کا مراقبہ کرنے  
کو کہا اور اس کے بارے میں تفصیل سے بتایا اور تاکید  
کی کہ اعتماد اور یقین کے ساتھ مراقبہ کا دوبارہ  
آغاز کرو۔

اس مرتبہ کچھ اعتماد سے مراقبہ کا دوبارہ آغاز  
کیا۔ کئی روز مراقبہ کرنے کے باوجود کوئی  
کیفیت نہ بنی۔

ایک روز نماز عشاء ادا کی اور مراقبہ کا آغاز کر دیا  
ابھی مراقبہ میں بیٹھے کچھ دیر ہی گزری تھی  
نظروں کے سامنے خوبصورت پرندے اڑنے  
ہوئے دیکھائی دیے۔

ایک روز مراقبہ میں دیکھا۔ سخت سردی میں  
شام کے سامنے گہرے مورہے تھے۔ ہر طرف تاریکی  
چھائی چلی جا رہی تھی۔ ہلکا ہلکا ہواں محلے کی چھتوں پر  
پھیل رہا تھا۔

افق مغرب پر سورج ڈوب رہا تھا۔ گہرے سیاہی  
مائل بادل کے دو چار ٹکڑے ڈوبتے سورج کی روشنی کو  
اور گہرا کر رہے تھے۔ مراقبہ کے دوران ہی مجھے ایسا  
محسوس ہوا کہ تیز سرد ہوا کے ایک جھونکے نے جسم  
میں آپکاپا بہر دی ہو۔

ایک روز مراقبہ میں دیکھا کہ میں تختیوں کے

# قرآنی انسائیکلو پیڈیا



فسر آن پاک رخصت و ہدایت کا ایسا سرچشمہ ہے جو ابد تک ہر دور اور ہر زمانے میں انسان کی رہنمائی کرتا رہے گا۔ یہ ایک مکمل دستور حیات اور ضابطہ زندگی ہے۔ فسر آئی تعلیمات انسان کی نفس رادی زندگی کو بھی صراطِ مستقیم دکھاتی ہیں اور معاشرے کو اجتماعی زندگی کے بے رہنما اصول سے بھی واقف کراتی ہیں۔

**مُیْبِنٌ** میںین سے مراد ہر اس مستی یا شے کے ہیں جو روشن ہو اور مخفی شے کو واضح، ظاہر اور روشن کر دے، روشنی خود کو دکھانے کے لیے کسی چیز کی محتاج نہیں ہوتی، وہ خود روشن ہوتی ہے اور ہر اس شخص پر جو آنکھوں سے کام لے دوسری چیزوں کو روشن کر دیتی ہے، اس لیے ہر شے نکھر کر سامنے آجاتی ہے، یعنی وہ چیز جو خود بھی واضح ہے اور اور دوسری شے کو بھی آشکار کرتی ہے۔

عربی قواعد میں لفظ **مُیْبِنٌ** لغوی اعتبار سے متعدی اور لازم دونوں میں استعمال ہوتا ہے، متعدی یعنی وہ فعل جسے قائل اور مفعول دونوں کی ضرورت ہو، وہ فعل جس کا اثر قائل سے گزر کر مفعول تک پہنچے اور لازم یعنی وہ فعل جو قائل پر تمام ہو جائے اور اسے مفعول کی ضرورت نہ ہو۔ چنانچہ لفظ **مُیْبِنٌ** قرآن مجید میں کئی جگہ قائل اور مفعول کے ساتھ آیا ہے۔ قرآن مجید میں یہ لفظ اللہ کی صفت **المُیْبِنِ** کے طور پر بھی استعمال ہوا ہے، **المُیْبِنِ** سے مراد وہ ہستی ہے۔ جو اپنی مخلوق سے مخفی نہیں بلکہ وہ اپنے افعال کے ذریعے ان پر ظاہر ہے۔ واضح آیات اس کے وجود پر دلالت کرتی ہیں۔ ربوبیت اور الوہیت میں اس کا وجود واضح ہے جس نے اپنے بندوں کے لئے نیکی کا رستہ واضح کر دیا جو نجات کا رستہ بھی ہے اور ان کے لئے وہی دین واضح کیا جو خود اس کو پسندیدہ ہے یعنی اسلام۔

ترجمہ: ”اس دن خدا کو (ان کے اعمال کا) پورا پورا (اور) ٹھیک بدلہ دے گا اور ان کو معلوم ہو جائے گا کہ خدا برحق (اور حق کو) ظاہر کرنے والا (الحَقُّ الْمُبِیْنُ) ہے۔“

قرآن مجید کی بھی یہ خصوصیت ہے کہ وہ اپنے روشن پیغام اور مطالب کے ذریعہ حق کو باطل سے آشکار کرتا ہے اور راہ راست کو گمراہی سے منفصل کر دیتا ہے۔ قرآن مجید، حقائق اور معارف الہی کو بیان کرنے والا اور ہدایت کا واضح راستہ دکھانے والا ہے۔ قرآن مجید اپنے مطالب کو بیان کرنے میں روشن و واضح ہے اور اس میں کسی قسم کا کوئی ابہام و اجمال نہیں ہے۔ چنانچہ قرآن پاک کو بھی اسی الفاظ کے کتابِ مُبِیِّنٌ، قُرْآنِ مُبِیِّنٍ، نُورًا مُبِیِّنًا اور اِمَامًا مُبِیِّنًا سے پکارا ہے....

ترجمہ: ”اور تمہارے پروردگار سے ذرہ برابر بھی کوئی چیز پوشیدہ نہیں ہے۔ نہ زمین میں اور نہ آسمان میں۔ اور نہ کوئی چیز اس سے چھوٹی ہے یا بڑی مگر کتابِ روشن (کتابِ مُبِیِّنٍ) میں (کھلی ہوئی) ہے۔“ [سورہ یونس (10) آیت: 61]

ترجمہ: ”بے شک ہم مردوں کو زندہ کریں گے اور جو پہچانہ آگے بھیج چکے اور (جو) انکے نشان چھپے رہ گئے ہم انکو قلمبند کر لیتے ہیں اور ہر چیز کو ہم نے کتابِ روشن (اِمَامًا مُبِیِّنٍ) (یعنی لوحِ محفوظ) میں لکھ رکھا ہے۔“ [سورہ یسین (36) آیت: 12]

یہی نہیں المبین کا یہ لفظ نہیں جس کے متعلق اسمِ نَذِیْرٍ مُبِیِّنٍ کے طور پر بھی آیا ہے۔ ترجمہ: ”کیا انسانوں نے غور نہیں کیا کہ ان کے رفیق (محمد ﷺ) کو (کسی طرح کا صحت) جنون نہیں ہے۔ تو وہ ظاہر ظہورِ ذرستانے والے (نَذِیْرٍ مُبِیِّنٍ) ہیں۔“ [سورہ اعراف (7) آیت: 184]

ترجمہ: ”اور کہہ دو کہ میں تو علانیہ تنبیہ (نَذِیْرٍ مُبِیِّنٍ) ہوں۔“ [سورہ حجر (15) آیت: 89]

اس کے علاوہ یہ لفظ روشن اور واضح دلیلوں، عربی زبان کی فصاحت، شیطان کی کھلی دشمنی، اور گمراہی اور ہراس شے کے لیے جو واضح، ظاہر اور روشن ہو مُبِیِّنٌ کا لفظ استعمال ہوا ہے۔

ترجمہ: ”پھر ہم نے مومن اور ان کے بھائی ہارون کو اپنی نشانیاں اور دلائل ظاہر (سُلْطَانٍ مُبِیِّنٍ) کے کر بھیجا۔“ [سورہ مؤمنون (23) آیت: 45]

ترجمہ: ”اور یہ (قرآنِ خداے پروردگارِ عالم کی طرف سے نازل کیا ہوا ہے، امانت دار فرشتہ اسے لیکر اترا ہے، تمہارے قلب پر نازل کیا گیا ہے تاکہ (لوگوں کو) نصیحت کرتے رہو، فصیح عربی (عَرَبِيٍّ مُبِیِّنٍ) زبان میں نازل کیا گیا ہے۔“ [سورہ شعراء (26) آیت: 192-195]

ترجمہ: ”اور پیغمبر کے ذمے کھول کر سنادینے (الْبَلَاغُ الْمُبِیِّنِ) کے سوا اور کچھ نہیں۔“

ترجمہ: صفحہ 170 پر ملاحظہ فرمائیے

[سورہ عنکبوت (29) آیت: 18]

# روحانی سوال و جواب

ان صفحات پر روحانی سائنس سے متعلق آپ کے سوالوں کے جوابات ملنے نظر یہ رنگ و نور اشع خواہشہ مشعل الدین علی جمیل پیش کرتے ہیں۔ اپنے سوالات ایک صفحہ چھوڑ کر صفحے کے ایک جانب خوشخط تحریریں کے درج ذیل پتے پر ارسال فرمائیں۔  
برائے مہربانی جوانی لفظ ارسال نہ کریں کیونکہ روحانی سوالات کے براہ راست جوابات نہیں دیے جاتے۔ سوال کے ساتھ اپنا نام اور مکمل پتہ ضرور تحریر کریں۔

روحانی سوال و جواب - D, 1/7-1، ناظم آباد - کراچی 74600

سوال: سائنس کو شش کر رہی ہے کہ پت لگایا جائے کہ ہمارے سیارے کے علاوہ کئی دوسرے سیارے پر آبادی ہے یا نہیں۔  
اپنے سوال ہے کہ روحانیت اس بارے میں کیا کہتی ہے؟  
میں نے ایسے سادھوؤں، جوگیوں اور سنیاسیوں کے متعلق پڑھا ہے جو اپنی روح کو جسم سے جدا کر کے کائنات میں سفر کرتے ہیں۔  
کیا اس روحانی سفر کے ذریعہ دوسرے سیاروں کی مخلوقات کو دیکھا جاسکتا ہے؟

جواب: باطنی علوم کے ماہرین بتاتے ہیں کہ ستاروں اور سیاروں کا لامتناہی پھیلا ہوا سلسلہ بے آباد، ویران اور خالی نہیں ہے۔ بلکہ ان میں بیشتر سیارے آباد ہیں۔ خالق کائنات نے یہ وسیع و عریض کائنات پیدا ہی اس لئے کی ہے کہ مخلوقات اس بات کو جانیں کہ کوئی ان کا خالق ہے اور وہ اس کو پہچاننے کی کوشش کریں۔  
ہمیں جو سیارے نظر آتے ہیں اور جو ہنگاموں سے اوجھل ہیں، ان میں سے اکثر پر مخلوقات آباد ہیں۔ البتہ ہر سیارے میں مخلوقات کی حرکات و سکنات اور شکل و صورت کی مقداروں میں فرق ہوتا ہے۔ کسی سیارے میں بسنے والا روشنی کا تابنا ہوا ہیولا نظر آتا ہے تو کسی سیارے کا پاشدہ ٹرانس بیرونٹ نظر آتا ہے یعنی ایسے سیارے کا رہنے والا ہمارے سامنے آ جائے تو ہمیں اس کے آر پار نظر آئے گا۔ کسی سیارے میں لوگوں کا رنگ سونے کی طرح سنہرا ہے، وغیرہ وغیرہ۔

یہ بات دلچسپ اور حیرت خیز ہے کہ جس سیارے پر جس نوع کی مخلوق آباد ہے اس سیارے میں ذیلی مخلوق یعنی حیوانات، نباتات وغیرہ بھی اسی مخلوق کی طرح تخلیق کی گئی ہیں۔ درخت کا تنا اس طرح ہے کہ جیسے شیشے کا ایک ستون۔ لیکن اس شیشے کے ستون میں درخت سے متعلق رنگیں اور لکڑی کے جوڑ سب موجود ہیں۔ پتے بھی موجود ہیں۔ وہ بھی شیشے کی مانند شفاف ہیں۔ ہر سیارے میں وقت کی پیمائش اور درجہ بندی بھی الگ الگ ہے۔ اس کی مثال ہم اس طرح دے سکتے ہیں کہ جنات کی نوع میں بھی ولادت کا سلسلہ جاری ہے۔ ان کے ہاں بھی پیدائش 9 ماہ بعد ہوتی ہے لیکن فرق یہ ہے کہ اگر ہم اپنے ماہ و سال سے اس کی پیمائش کریں تو وہ مدت 10 سال بنتی ہے یعنی ہمارا ایک ماہ جنات کے ایک سال کے برابر ہے۔ اسی مناسبت سے ان کی عمریں بھی ہوتی ہیں۔ چنانچہ ماضی کے مہبت سے بزرگوں کے اقوال میں یہ بات ملتی ہے کہ انہوں نے ایسے جنات سے ملاقات کی جنہوں نے حضور اکرم ﷺ کی زیارت کی تھی۔ اگر ایک انسان 100 سال کی زندگی پاتا ہے تو اس حساب سے ایک جن کی عمر ہزارہ سو سال ہوگی۔ مختلف سیاروں میں آباد انسان اور جنات میں معاشرتی اور مذہبی قدریں رائج ہیں اور وہ اس طرح زندگی گزارتے ہیں جس طرح زمین کے باہی اپنی زندگی گزار رہے ہیں۔ البتہ کشش ثقل کی مقداروں میں فرق کی وجہ سے ہر سیارے کا وقت اور اس کی طرز تخلیق الگ الگ ہے۔

سیاروں اور کہکشاؤں کے نظاموں سے متعارف ہونے اور ان کی طرز حیات کا معائنہ کرنے کے لئے ضروری ہے کہ ہمارے ذہن کی وہ صلاحیت متحرک ہو جو ہمیں زمان و مکان کی حدود سے آزاد کرتی ہے چنانچہ ہم اپنے ذہن کی رفتار کو متغیر کر کے کسی سیارے کی حدود یا اس کے (Atmosphere) میں داخل ہو سکتے ہیں۔ ذہن کو زمان و مکان سے آزاد کرنے کی یہ کوشش روح کی صلاحیتوں کو استعمال کرنے کا نام ہے۔ یونکہ روح زمان و مکان کی گرفت سے آزاد ہے۔



### بقیہ: قرآنی انسائیکلو پیڈیا

ترجمہ: ”کچھ شک نہیں کہ شیطان انسان کا کھلا دشمن (عَدُوٌّ مُّبِينٌ) ہے۔“ [سورہ بقرہ: 177] اس آیت: [53]

ترجمہ: ”کافروں کے پاس جب حق آیا تو اس کے بارے میں کہنے لگے کہ یہ تو صریح جادو (سِحْرٌ مُّبِينٌ) ہے۔“ [سورہ سبأ (34) آیت: 43]

ترجمہ: ”جو کوئی خدا اور اس کے رسول کے نافرمانی کرے وہ صریح گمراہ (ضَلَّالًا مُّبِينًا) ہو گیا۔“ [سورہ احزاب (33) آیت: 36]

قرآن مجید کی طرح تورات کے ردشن پیغام کو بھی اسی طرح لفظ الِکْتَابِ الْمُسْتَبِينِ سے پکارا ہے.... ترجمہ: ”اور ہم نے موسیٰ اور ہارون پر کتب احسان کئے، اور ان کو اور ان کے قوم کو عظیم کرب سے نجات بخش، اور ان کے مدد کو تو وہ غالب ہو گئے، اور ان دونوں کو کتاب واضح (الِکْتَابِ الْمُسْتَبِينِ) عنایت کی۔“ [سورہ صافات (37) آیت: 17]



# خطبہ عظیمی

کوئی انسان، حیوان، شجر،

حجر باہر نہیں ہو سکتا وہ شعور کے دائرے میں آتے ہیں۔ زندگی گزارنے کے لیے تقاضے اور ان تقاضوں کو پورا کرنے کے لیے جتنے بھی حواس ہیں وہ شعور کے دائرے میں آتے ہیں۔

شعور ایسا دائرہ ہے کہ جس میں انسان اپنی زندگی کا عملی مظاہرہ کرتا ہے۔ مثلاً آدمی پانی پیتا ہے، یہ ایک عمل ہے۔ پرندے بھی پانی پیتے ہیں، چوپائے بھی پانی پیتے ہیں، درخت بھی پانی پیتے ہیں، سبزیاں، ترکاریاں بھی پانی پیتی ہیں۔ یہ ایک شعوری عمل ہوا لیکن اس کے ساتھ ساتھ یہ بات بڑی اہم ہے کہ پانی پینے کا عمل ذاتی عمل نہیں ہے۔ پانی پینے کا خیال آنے کا تو پانی پینے کا تقاضا پیدا ہو گا۔ یہ دو باتیں ہو گئیں، پانی پینا اور پانی پینے کا خیال آنا۔ انسان کے اندر تین حصے پائی ہے، اس میں ہی ہو جاتی ہے تو آدمی پانی پیتا

جیسا کہ ہم سب جانتے ہیں دنیا میں بہت سارے علوم رائج ہیں۔

علم کے تین باب ہیں۔ طبیعیات یا فزکس، نفسیات اور مابعد النفسیات، سائیکالوجی اور پیراسائیکالوجی۔

دنیا میں جتنے بھی علوم رائج ہیں وہ کسی نہ کسی طرح علم کے انہی تین دائروں میں آتے ہیں۔ کوئی بھی علم ہو، کسی بھی شعبے سے متعلق ہو وہ ان تین دائروں سے باہر نہیں ہے یعنی فزکس، سائیکالوجی اور پیراسائیکالوجی، تمام علوم کو Cover کرتے ہیں۔

فزکس کے بارے میں آپ جانتے ہیں، سائیکالوجی کے بارے میں بھی آپ جانتے ہیں۔ البتہ پیراسائیکالوجی کے بارے میں معلومات بہت کم ہیں۔ جتنی بھی سائنسی ایجادات ہوئی ہیں، ہو رہی ہیں یا آئندہ ہوں گی ان کا مخزن و منبع پیراسائیکالوجی ہی ہے۔ نفسیات کی اصطلاح میں ان تین دائروں کو شعور، لاشعور اور رائے لاشعور کہا جاتا ہے۔

تمام علوم اور حرکات و سکنات جو انسان کی زندگی میں پیش آتے ہیں یا جن حرکات و سکنات سے

خیال آئے بغیر کوئی عمل ممکن نہیں....

کوئی کام اس وقت تک ممکن نہیں ہے۔

جب تک اس کام کو کرنے سے متعلق آپ کو انفارمیشن نہ ملے۔

حرف آئی تعلیمات کے مطابق روزوں ہیں۔ ایک وہ روزوں ہے جہاں آدمی خیالات سے آزاد ہو جاتا ہے۔

گئے۔ ایسا نہیں ہے۔ ہم اطلاع کے بغیر سو بھی نہیں  
سکتے اور اطلاع کے بغیر نیند سے بیدار بھی  
نہیں ہو سکتے۔

یہ بات طلبا و طالبات اور اساتذہ کرام کو یاد رکھنی  
چاہئے کیونکہ اس فارمولے سے آئندہ بڑے بڑے  
مسائل حل ہوں گے۔

جب بھی کوئی آدمی سو کر بیدار ہوتا ہے، اسے  
یقیناً کوئی نہ کوئی خیال آتا ہے۔ ایسا ممکن نہیں ہے کہ  
آپ سو کر اٹھیں اور آپ کو کوئی خیال نہ آئے۔ اس  
کی پرکھنا اس طرح ہوگی کہ جب آپ سو کر اٹھیں  
تو یاد کریں کہ آپ کو پہلا خیال کیا آیا تھا۔ اس سے  
آپ اس نتیجے پر پہنچیں گے کہ اچھے ہی سب سے پہلے  
کوئی نہ کوئی خیال آتا ہے۔ مثلاً ہو سکتا ہے چائے پینے کا  
خیال آئے، ہو سکتا ہے دفتر کا خیال آئے، ہو سکتا ہے  
کسی عزیز کا خیال آجائے یا دنیاوی کوئی کام یاد آ  
جائے۔ یہ ممکن نہیں ہے کہ بیدار ہوتے وقت کوئی  
خیال نہ آئے۔

جب ہم سوئے ہیں تو ہم اس زون میں داخل ہو  
جاتے ہیں جہاں شعوری خیالات کے قبول کرنے کا  
سلسلہ معطل ہو جاتا ہے اور جب ہم بیدار ہوتے ہیں  
تو شعوری خیالات کی آمد کا سلسلہ شروع ہو جاتا ہے۔  
اس طرح یہ دو زون بن گئے۔ ایک میں شعوری  
خیالات معطل ہو جاتے ہیں اور دوسرے میں  
لا شعوری خیالات متحرک ہو جاتے ہیں۔

اس دنیا میں دو زون ہیں۔ ایک وہ زون ہے  
جہاں آدمی خیالات سے آزاد ہو جاتا ہے۔ مثلاً آپ ہر  
وقت سوچتے رہتے ہیں، پریشان ہیں، خوش ہیں، لیکن  
جب آپ سوئیں گے تو خیالات کی یلغار ختم ہو جائے

ہے۔ ان میں کوئی الجھنی ہے جو اس طرف متوجہ کرتی  
ہے کہ پانی پینا ضروری ہے، اس کا نام ہم نے  
پیاں رکھا ہوا ہے۔

پانی آدمی اس لئے پیتا ہے کہ اسے پانی پینے کی  
اطلاع دی جا رہی ہے۔ پانی پینا شعوری عمل ہے اور  
پانی پینے کا خیال آنا لا شعوری عمل ہے۔

بات پوری نہیں ہوئی۔ ابھی دو باتیں سامنے آئی  
ہیں۔ پانی پینا اور پانی پینے کا خیال آنا۔ تیسری بات یہ  
ہے کہ پانی پینے کا خیال کہاں سے آیا؟ یہ تیسرا دائرہ  
ہے۔ اس تیسرے دائرے کا نام ورائے لا شعور ہے۔

پانی پینے کا خیال کہاں سے آیا؟  
چونکہ پانی پینے کا خیال لا شعور سے آیا اس لئے یہ  
لا شعوری عمل، لا شعوری اطلاع یا انفارمیشن ہوئی۔  
لیکن اصل Source of Information  
ورائے لا شعور ہے۔

وضاحت کی جائے تو یوں کہیں گے کہ کوئی کام  
اس وقت تک ممکن نہیں ہے۔ جب تک اس کام کو  
کرنے سے متعلق آپ کو انفارمیشن نہ ملے۔

کوئی انسان اس وقت تک نہیں سو سکتا جب تک  
اسے سونے کی اطلاع نہ ملے۔ سونے کی اطلاع کے  
بہت سارے طریقے ہیں۔ آپ کا جسم ٹوٹنے لگے گا،  
اعصاب مضطرب ہونے لگیں گے اور آپ کے ذہن  
میں یہ بات آئے گی کہ اب سونا چاہئے، نیند آ رہی  
ہے Relax ہونے کی ضرورت ہے۔ جب آپ کو  
سونے کی اطلاع ملے گی تو آپ سو جائیں گے۔ اسی  
طرح جب تک کہ آپ کو بیدار ہونے کی اطلاع نہیں  
ملے گی۔ آپ بیدار نہیں ہوں گے۔

ہم یہ کہتے ہیں کہ ہم رات کو سو گئے صبح کو اٹھ

ایک ہفتے تک وہ بیروئن نہیں پنے گا۔ کیوں؟....  
 اس لئے کہ خیالات کے انتشار کو روک دیا گیا  
 ہے۔ اس کو اس زون سے نکال لیا گیا ہے۔ جس زون  
 میں خیالات میں انتشار ہے، اضطراب ہے، بے چینی  
 ہے، بے سکونی ہے، پریشانی ہے، وہ سوچنے پر بے بس  
 ہے وہ اس سوچ کو ہٹائیں گے۔ سلیپنگ پلز سے وہ یہ  
 سب بھول جاتا ہے۔

دو زون میں انسان رہ رہا ہے، ایک زون  
 بیداری کا ہے اور ایک زون خواب کا ہے۔ جب تک  
 انسان بیداری کے زون میں رہتا ہے، شعور میں رہتا  
 ہے اور جب بیداری کے زون سے نکلتا ہے لاشعور  
 میں چلا جاتا ہے۔ اب اس بات کو ہم اس طرح کہیں  
 گے کہ انسان دو دائروں (Zone) میں سفر کر رہا  
 ہے، ابھی میں نے تین دائروں کا تذکرہ کیا تھا، آپ  
 کہیں گے یہ تین سے دو کیسے ہو گئے؟

جو دائرہ ہر وقت انسان کو کسی نہ کسی خیال میں  
 مصروف رکھے وہ شعوری دائرہ ہوتا ہے۔ مثلاً ایک  
 آدمی رات کو سو بجے سوتا ہے اور صبح چھ بجے بیدار  
 ہوتا ہے تو وہ آٹھ گھنٹے تک سویا ہے۔ آٹھ گھنٹے تک  
 اسے کوئی خیال نہیں آیا، لوگ کہتے ہیں کہ جب ہم  
 کتاب پڑھتے ہیں، Concentration کی وجہ سے  
 ہمیں کوئی خیال نہیں آیا۔ وقت کا بھی احساس نہیں  
 ہوتا، اس کا مطلب یہ نہیں ہے کہ آپ خیال سے  
 آزاد ہو گئے ہیں۔ آپ نے سارے خیالات سے خود  
 کو آزاد کر کے کسی ایک خیال میں اپنے آپ کو  
 مصروف کر دیا۔ خیال تو آیا لیکن بہت سارے  
 خیالات نہیں آئے۔



گی یعنی نیند میں بیداری کے خیالات سے آدمی آزاد  
 ہو جاتا ہے۔

آدمی بیدار ہونے کے بعد پھر اس زون میں  
 داخل ہو جاتا ہے جہاں خیالات کا نجوم ہے۔ آپ یہ  
 سوال کر سکتے ہیں کہ اچھے خیالات کیوں آتے ہیں،  
 برے خیالات کیوں آتے ہیں، جب کہ ہر انسان پر  
 سکون رہنا چاہتا ہے تو اس کو ایسے خیالات کیوں آتے  
 ہیں کہ وہ اضطراب و بے چینی میں مبتلا رہتا ہے۔

اصل بات یہ ہے کہ ہر انسان دو زون میں رو  
 بدل رہا ہے۔ ایک زون وہ ہے جہاں وہ خیالات میں  
 گھرا رہتا ہے اور ایک زون وہ ہے جہاں وہ دنیاوی  
 خیالات سے آزاد ہو جاتا ہے۔

آپ نے سائیکلک کس دیکھے ہوں گے۔  
 سائیکلک کس کا مطلب یہ ہے کہ کوئی انسان کسی ایک  
 خیال میں اتنا زیادہ مشغول ہو جاتا ہے کہ اسے دوسرا  
 خیال نہیں آتا۔ مثلاً کسی کو یہ خیال آتا ہے کہ میرے  
 اوپر جادو کر دیا گیا ہے لیکن اس کی کوئی تصدیق نہیں  
 ہے کہ جادو ہوئے یا نہیں ہوا۔ بس وہ اس خیال میں  
 مصروف رہتا ہے کہ کسی نے جادو کر دیا ہے۔ لیکن  
 اگر آپ اس Sleeping Pills دے دیں، یا نیند  
 کا Injection لگا دیں تو اسے مہموں خیالات نہیں  
 آئیں گے۔ یہ جتنے سائیکلک کس ہوتے ہیں ان میں جو  
 دوائیں دی جاتی ہیں وہ تقریباً سب نیند آور ہوتی ہیں۔  
 بیروئن کا نشہ ختم کرنے کے لئے ایک اور نشہ دیتے  
 ہیں جس نشے سے وہ بیروئن کے تقاضے کو بھول جاتا  
 ہے۔ نشے کی پوری کیفیات اس کے اوپر ہوں گی، اس  
 کی رال بھی ٹپکے گی، وہ سونے جاگنے کی حالت میں بھی  
 ہو گا۔ اگر مریض کو ایک ہفتے تک سلائے رکھیں،



## تشریح و رسالت

پوری نوع انسانی میں ایک باہمی ربط اور تعلق ہے اور یہ ربط اور تعلق انسان کو یقین فراہم کرتا ہے کہ انسان مخلوق ہے، مخلوق سے مراد یہ ہے کہ اس کا کوئی سرپرست ہے جس نے اسے پیدا کیا اور زندگی گزارنے کے لئے وسائل مہیا کئے۔

علمائے دین اور دنیا کے مفکرین کو چاہیے کہ وہ مل کر خالق اور مخلوق کے تعلق کو صحیح طرزوں میں سمجھنے کی کوشش کریں اور اللہ تعالیٰ کے ساتھ قلبی تعلق استوار کرنے کے لئے جدوجہد کریں، یہی وہ یقینی عمل ہے جس سے نوع انسانی کو ایک مرکز پر جمع کیا جاسکتا ہے۔

اس وقت نوع انسانی مستقبل کے خوفناک تصادم کی زد میں ہے۔ دنیا اپنی ہٹا کی تلاش میں لرز رہی ہے۔ آندھیاں چل رہی ہیں، سمندری طوفان آرہے ہیں، زمین پر موت قہص کر رہی ہے۔ انسانیت کی ہٹا کے ذرائع توحید باری تعالیٰ کے سوا کسی اور نظام میں نہیں مل سکتے۔

ترجمہ: اے لوگو! اپنے پروردگاری عبادت کرو جس نے تمہیں اور تم سے پہلے لوگوں کو پیدا کیا تاکہ تم پر بیسزگار بن جاؤ۔ جس نے تمہارے لئے زمین کو بچھونا اور آسمان کو چھت بنایا اور آسمان سے پانی برساکر تمہارے کھانے کے لئے پھلوں کو نکالا، پس تم اللہ کے ساتھ شریک نہ بناؤ اور تم جانتے تو ہو۔ (سورۃ البقرہ۔ 21-22)

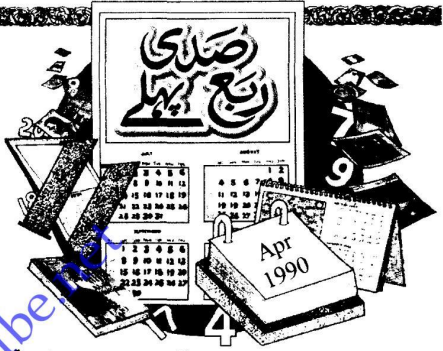
خاتم النبیین حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کی خدمت میں ایک شخص حاضر ہوا اور عرض کیا ”یا رسول اللہ ﷺ! کونسا گناہ اللہ کے نزدیک سب سے بڑا ہے؟“۔۔۔۔۔

آپ ﷺ نے فرمایا ”یہ کہ تم اللہ کے ساتھ کسی کو شریک کرو حالانکہ تمہیں پیدا کرنے والا اللہ ہے۔“ (صحیح بخاری، کتاب الایمان، جلد اول صفحہ نمبر 180)

اللہ تعالیٰ کو لیکنا اور وحدۃ لاشریک ماننا اللہ کے آخری پیغمبر حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کی رسالت اور ختم نبوت کو زبان اور دل سے قبول کرنا ایک مسلمان کے لئے لازم ہے۔ عقیدۂ توحید و رسالت اور ختم نبوت میں گہرا تعلق ہے اور ان عقائد میں سے کسی ایک کو دوسرے سے جدا نہیں کیا جاسکتا۔

از طرف: ایک بندۂ خدا





اس ماہ کے مضامین میں سراپائے رحمت دو عالم، حضرت عیسیٰ، حضرت علی المرتضیٰؑ کی یادیں 1990ء کے شمارے کا سرورق کرم اللہ وجہہ، قلندر بابا اولیائے اور قرآن، ایک نقطہ، تیرہ سو سال پہلے، نیلی چیتھی سیکھیے، آج کا نوجوان، ذیابیطس، جواہرات کی دنیا، محمد اسلام حضرت خدیجہ الکبریٰ، پاک دامن عورتیں، رنگت، روزے کے مسائل، بلیک ہول، آزمائش، کوشین کے اثرات اور احتکاف جبکہ سلسلہ وار مضامین میں نور الہی نور نبوت، آواز دوست، تاثرات، ایڈگر کون تھا...، براسرار آدمی، محفل مراقبہ، اللہ رکھی اور آپ کے مسائل شامل تھے۔ اس شمارے سے منتخب کردہ تحریر ”روحانی امستاد“ قارئین کے ذوق مطالعہ کے لیے پیش کی جا رہی ہے۔

اور علم کے مطابق اس کی ایک آواز کن سے ہم مظاہر بن گئے۔

مہد تا لحد ہماری

زندگی کچھ سیکھتے سکھاتے ہی گزرتی ہے۔ تجربات میں اضافہ ہوتا رہتا ہے۔ عقل و شعور میں پختگی آتی رہتی ہے۔ لیکن

اس حقیقت سے انکار ممکن نہیں کہ کچھ پڑھانے، سیکھانے میں استاد و شاگرد کا رشتہ ضروری ہے۔ جہاں حصول علم کی بات آئے گی وہاں یہ مقدس رشتہ ضرور زیر بحث آئے گا۔

ایک بچے کے اولین استاد اس کے والدین ہوتے

معلم کی اہمیت مسلمہ ہے۔ حصول علم کی اہمیت سے انکار دانشمند انکار نہیں

کر سکتا۔ اس حدیث قدسی سے ہم سہمان واقف ہیں کہ ”حصول علم کی خاطر اگر ملک چین بھی جانا پڑے تو جاؤ۔“

بڑے بڑے دانشوروں اور بزرگوں نے حصول علم کی خاطر دور دراز سفر کیا ہے۔ ہماری پوری زندگی علم سے عبارت ہے۔ جب کچھ نہ تھا۔ ہم بھی نہ تھے۔ لیکن ازل سے ہم اللہ پاک کے علم میں، اس کے ارادے و منشاء میں موجود تھے اور پھر اس کی مرضی

# روحانی امستاد

(سیاحند وارثی)

کثافت بھی دور ہو جاتی ہے اور جسم بھی مثل روح لطیف ہو جاتا ہے۔ پھر مادی رکاوٹ کوئی معنی نہیں رکھتی۔ زمان و مکاں کی قید سے رہائی حاصل ہوتی ہے۔ وقت کوئی مسئلہ نہیں ہوتا پھر تمام وقت محض ایک لمحہ بن جاتا ہے۔

بقول اقبالؒ

نگاہ مرد مومن سے بدل جاتی ہیں تقدیریں  
یہ سب باطنی معلمین کے کرامات و کمالات ہیں  
جو ان کو منجانب اللہ تقویض ہوتے ہیں۔ وہ اللہ کے دوست، اولیاء اللہ ہوتے ہیں۔

حضرت حاجی وارث علی شاہؒ ارشاد فرماتے ہیں کہ صاحبِ توحید، فنا آسمان ہے۔ مگر صاحبِ تصدیق ہونا مشکل ہے۔

و فی النفسم افلا تہمدواہی... جو اس کو سمجھ گیا تصدیق ہوگی۔ فرمایا تصدیق ہزاروں میں ایک ہو جاتی ہے۔ ہر شخص کا حصہ نہیں۔ پھر اس کی بھی کئی صورتیں ہیں۔ زبانی جمع خرچ سے کام نہیں چلا سکتے بغیر کتابیں پڑھنے سے کچھ حاصل نہیں ہے۔

صاحبِ تحفۃ الاصفیا لکھتے ہیں کہ 1285ھ کا واقعہ ہے۔ سرکارِ حاجی وارث علی شاہؒ حملہ امین آباد شہر لکھنؤ میں رونق افروز تھے کہ حسن اتفاق سے ایک صاحبِ مسر برادوان، ہجد کلرک، دفتر کشتزی سر راہ چلے جاتے تھے کہ ناگاہ ان کی نظر حضورؐ کے چہرہ انور پر پڑی اور ان کے حواس بجانہ رہے۔

از خود رفتہ ہو گئے۔ بے ہوش ہو کر گر پڑے۔ مسر موصوف کو جب ہوش آیا تو وہ حضورؐ کے دستِ حق پرست پر مسلمان ہو گئے اور جب تک زندہ رہے، اسلام کی خدمت کرتے رہے۔ اپنی زندگی انہوں

ہیں پھر درسگاہوں میں اسے مزید اساتذہ میسر آتے ہیں۔ جہاں وہ ان کے علم سے استفادہ کرتا ہے۔ یہ ہرگز نہیں ہوتا کہ بغیر استاد کوئی پڑھ پڑھا کر سند یافتہ ہو جائے۔ جس طرح ظاہری و مادی علوم سیکھنے کے لیے استاد کی ضرورت ناگزیر ہے اور یہ استاد، پروفیسر، پرنسپل، ٹیچر وغیرہ کہلاتے ہیں۔ جو ظاہری و مادی اور مفروضہ علم سکھاتے ہیں۔ اسی طرح باطنی اور روحانی علوم سیکھنے کے لیے بھی روحانی معلم، روحانی استاد کی ضرورت پیش آتی ہے۔

جس طرح ظاہری علم سیکھ کر کوئی ڈاکٹر، کوئی انجینئر کوئی ٹیچر بنتا ہے۔ اسی طرح باطنی و روحانی علوم سیکھ کر کوئی غوث، کوئی خواجہ، کوئی قلب کوئی ابدال کے عہدہ پر فائز ہوتا ہے۔ اگر مادی سائنس دان و ماہرین ہیں تو روحانی سائنس دان و ماہرین بھی ہیں۔ ظاہری استاد ہیں اور باطنی استاد ہیں۔

علم طریقت کے ماہرین مشائخ و صوفیائے عظام ہیں۔ علم حقیقت کے اساتذہ.... ابدال حق، کو چلے ابدال، قطب العالم، قطب مدار، قطب الاقطاب، غوث، منجد و شاہِ دلایت، عالم صاحبِ خدمت، اوتاد، ابرار، اخیار، نقبا اور نجبا وغیرہ ہیں۔

حدیثِ قدسی ہے۔ ”القدر فخری“ فخر میرا فخر ہے جس کو کسی فقیر نے یوں بلایا ہے

جو حد پائے وہ ہے پیر  
حد و بے حد پائے تو ہے فقیر  
عشق لامحدود ہے۔ جو عشق میں کامل ہے وہ بلاشبہ فقیر ہے۔ یہ سب باطنی و روحانی امور ہیں جن کے اثرات ظاہر پر بھی مرتب و آشکار ہوتے ہیں کہ جب روحانی بالیدگی و لطافت حاصل ہو جاتی ہے تو مادی

روحانی طاقت

نے اشاعت اسلام کے لیے وقف کر دی تھی۔  
سید محمد واسم صاحب رئیس مولانا مگر ضلع موگیل  
نے شوق زیارت میں فضیلت شاہ صاحب وارثی کے  
ہمراہ حاضر خدمت ہو کر حضور وارث عالم نواز کے  
دست حق پرست پر بیعت کا شرف حاصل کیا  
دوسرے روز قد نبوی کو آئے اور سرکار عالم پناہ کا  
رخ انور دیکھا تو بے ہوش ہو گئے۔ حضرت نے  
فرمایا۔ اسی حالت میں لوگ ان کو اٹھا کر باہر لائے  
اور تھوڑے عرصہ میں افاقہ ہو گیا۔ حضور نے فرمایا  
جس صورت کو انہوں نے دیکھا ہے۔ تمام عمر اسی  
کے گردیدہ رہیں گے۔

صاحب رشتات اللہ لکھتے ہیں کہ ایک  
درویش جن کا سنیا سی قسم کا لباس تھا۔ در دولت پر  
حاضر ہوئے اور میرے بستر کے قریب بیٹھ گئے،  
میں نے پوچھا۔  
سادھو جی! کہاں استھان ہے اور کس تلسا  
میں آئے ہو۔

انہوں نے کہا۔ بابا! امر تر سے ملنے آیا ہوں  
اور بارہ سال سے ان تجتو میں ہوں کہ کوئی نارائن کا  
سیوک بتا دے کہ وہ نہکار (خدا) ہمارے اس  
سریر (جسم) کے اندر ہے یا باہر ہے۔ اکثر مہاتماؤں  
نے سمجھا یا مگر میری تسکین نہ ہوئی۔ جب حاجی بابا کا  
نام سنا تو اسی خیال سے یہاں بھی بھکاری بن کر آیا  
ہوں۔ اگر گرو جی نے کرپاکی تو یہ گرہ کھل جائے گی۔  
میں ان کو اندر لے گیا تو اتفاق سے اس وقت قبلہ  
عالم کا بستر صحن میں تھا اور آپ کھڑے تھے وہ سادھو  
جب دروازے سے داخل ہوا اور آپ کی صورت  
دیکھی تو اسی مقام پر وہ زمین بوس ہوا اور خاص کیفیت

ایک خاص حلقہ بگوش نے اپنی دلی خواہش کا  
اظہار اس خوشنما سے کیا کہ یہ شعر جلی قلم  
سے لکھ کر آپ کے سامنے پیش کیا۔  
منم ہمیں تمنا کہ بوقت جان سپردن  
برخ تو دیدہ باشم رو دروں دیدہ باشی  
حضور وارث عالم نواز نے ملاحظہ فرما کر کمال  
عزت ارشاد فرمایا کہ ”اپنی اس خواہش دلی کو لفظ  
تمنا سے کیوں تعبیر کرتے ہو۔ یہ تو مخصوص طور پر  
تم لوگوں کا حصہ ہے۔ جو حسب حیثیت سب کو  
ضرور ملتا ہے۔ ہاں یہ دوسری بات ہے کہ بجائے کل  
کے آج ہی اپنا حصہ لالہ۔“

یہ فرما کر آپ نے ارادت مند کو اپنے سینہ سے لگا  
لیا۔ معلوم نہیں اس نے کیا دلفریب کرشمہ دیکھا کہ  
مغلوب الحال ہو کر کچھ کہنا چاہتا تھا کہ حکم ہوا  
خاموش۔ تم کو نہیں معلوم کہ ضبط اہل محبت، کا  
خاص زیور ہے۔ مرتے دم تک نہ زبان سے کچھ کہنا  
اور نہ اس صورت کے دیکھنے کے بعد دوسری  
صورت دیکھنا۔ بلکہ یہ شعر یاد رکھو۔

177

جس نے یہاں نہیں دیکھا وہاں بھی دید سے محروم رہے گا۔

اس کے بعد فرمایا دید کی صحیح تعریف ہے کہ قلب کی آنکھ سے بے حجاب مشاہدہ ہو۔ کیونکہ ظاہری آنکھ اجزائے جسمانی و آلات بشری میں شامل ہونے کے لحاظ سے خلق کو دیکھتی ہے اور باطنی آنکھ چونکہ صفت بصیر سے موصوف ہے، جو صفات الہی میں مخصوص صفت ہے۔ اس لیے وہ انوار حق کو دیکھتی ہے اور انسان جب حقیقت کے رموز کو دیکھتا ہے تب اس کا یقین کامل ہوتا ہے۔ جو تصدیق کا پہلا زین ہے۔



۔ گر تو خواہی کہ بیش ہر روز دیدہ ہارا از غیر او چوں باز بعض ارادتمند حضرت حاجی وارث علی شاہ کی دید حقیقی سے بطریق اویسیہ بھی مستفید ہوئے ہیں۔ مثلاً سنہ 1307ھ کا واقعہ ہے کہ سید مقصود علی صاحب وارثی، رئیس پستے پوری جو بارگاہ وارثی کے قدیم اور باوضع مگر پر جوش حلقہ گوش تھے، حاضر خدمت ہوئے۔ اس وقت دربار وارثی میں قرائت معتقدین کی ریاضت اور مجاہدت کا تذکرہ ہو رہا تھا۔ سرکار حاجی وارث علی شاہ نے بیساختہ فرمایا کہ مقصود علی....! تم نے سنا ہے کہ من کان فی ہذہ العمی فھو فی الآخرۃ اعمی۔

## چین میں مسلسل 12 دن ٹریفک جام رہا

100 کلومیٹر تک گاڑیاں پھنسی رہیں۔

چین میں ہر سال تقریباً ڈیڑھ کروڑ کاریں خریدی جاتی ہیں۔ اس ملک کے ہر بڑے شہر میں ٹریفک جام کے مسائل پائے جاتے ہیں لیکن تاریخ کا سب سے بڑا ٹریفک جام 2010ء میں بیجنگ سے تبت جانے والی ایک پھینس دنگے پر پیش آیا۔ اس ہائی وے پر تعمیراتی کام جاری تھا اور کنسٹرکشن میٹریل لے کر جانے والے ٹرک انتہائی سست رفتار سے چل رہے تھے۔ تعمیراتی کام اور ٹرکوں کی سست رفتاری کی وجہ سے ٹریفک آہستہ آہستہ جمع ہوتی گئی اور بالآخر صورتحال یہ بن گئی کہ تقریباً 100 کلومیٹر تک گاڑیاں، ٹرک اور دیگر گاڑیاں پھنسی ہوئی تھیں۔ یہ ٹریفک جام کئی پہلوؤں سے نہایت تکلیف دہ ثابت ہوا۔ یقیناً بارہ دن کے لیے سڑک پر رہنا کوئی آسان کام نہ تھا لیکن اس دوران ڈرائیوروں کو کھانے پینے کا بندوبست کرنے اور دیگر ضروریات کا اہتمام کرنے میں خاصی تکلیفیں اٹھانا پڑیں۔ ٹریفک جام کے ارد گرد کے علاقے کے لوگوں نے پھنسے ہوئے ڈرائیوروں کی اذیت کو مال کمانے کا ذریعہ بنالیا اور اشیائے خوردہ کی گنا زیادہ قیمت پر فروخت کرنا شروع کر دیں۔ چینی میڈیا کے

مطابق پانی کا ایک گلاس تقریباً پچیس روپے میں اور ایک انڈہ تقریباً تیس روپے میں فروخت کیا گیا جبکہ سگریٹ کا ایک پیکٹ 800 روپے میں فروخت کیا گیا۔





وادی شوگران قدرت

کے نگار خانہ کا

انمول شاہکار

ہے، یہ وادی پاکستان کو

خدا تعالیٰ کی عطا

کردہ وہ

بے پایاں

فیاضیوں میں سے

ایک ہے۔ یہ وادی

فطری حسن کا ایسا

نمونہ ہے جس کو بیان

کرتے ہوئے الفاظ کا ذخیرہ بھی کم پڑ جاتا ہے۔

”شو“ کا مطلب ہندو کو زبان میں ”خوبصورت“

اور گراں کے معنی ”گاؤں“ کے ہیں۔ اس نام کا

مطلب ”خوشنمایا دیدہ زیب گاؤں ہے۔“

”شو“ مقامی زبان میں ”تندو تیز ہوا“ کو بھی کہا

جاتا ہے۔ یعنی ایسا مقام جہاں تیز ہواؤں کا راج ہو۔

مانسہرہ سے پچاس کلومیٹر دور، بالا کوٹ، بڈہ راسی

جنگلات سے گزر کر پڑھ گھٹے کے سفر کے بعد

## فطری حسن سے مالا مال وادی شوگران

شوگران پہنچا جاسکتا ہے۔ بریلیا دریائے کینار (پہاڑی  
سبب اللہ کے مقام پر اس سفر میں آپ کا ساتھی بن  
جاتا ہے۔ آس پاس سبزہ لے، مکئی اور چاولوں کے  
کھیتوں کے درمیان بہتا دریائے کینار (پہاڑی نہر)  
روایتی شان اور آب و سب سے بہت کئی جگہ سڑک



دستیاب ہیں۔

موسم گرمیوں میں بھی یہاں رات بہت سرد ہوتی ہے۔ حتیٰ کہ لحاف یا کبیل میں بھی شدید ٹھنڈ لگتی ہے۔ موسم برسات میں شوگران میں بہت زیادہ بارش پڑتی ہے۔ جگہ جگہ نت نئی جڑی بوٹیاں افزائش پکڑتی نظر آتی ہیں۔ کئی گنام اور کارآمد جڑی بوٹیوں کے علاوہ عام مقامی طور

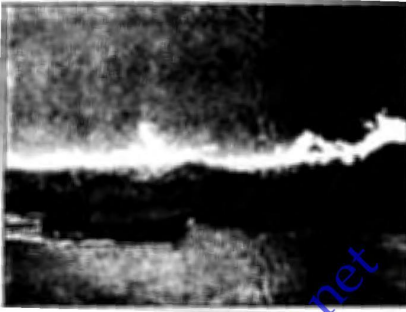


کنارے آکر آکھ چولی کھیلتا محسوس ہوتا ہے۔

چائے پینے والی جڑی بوٹیاں موٹھی کالا (بخار کے لیے مفید)، سورگنڈو، چورہ، نیرہ، پتریس، ماہ میخ (کمر درد) کھسک وغیرہ اہم ہیں۔

صبح کے دھند کے میں باریک موٹوں پر سے بڑرتے ہوئے کنڈ بگم (2055 میٹر بلند) کا منظر بہت دیدنی ہوتا ہے۔ شدن گلی تک اپنے ساز و سامان کو لے جانے کے لیے گھوڑے کا انتظام بھی اشد ضروری ہے۔ شدن گلی سے آگے چاقوکی دھان ماہند جھاڑوں پر چلتے چلتے آپ ”واوی کاغان“ اور ”سیرن“ کا دو طرفہ نظارہ کر سکتے ہیں۔ شدل کاغان سے سیرن آنے جانے والوں کا ایک لازمی اسٹاپ ہے۔ کہا جاتا ہے کہ موٹی ایک چرواہا تھا جس نے اس پہاڑی پر نماز ادا کرنے کی ٹھانی تھی۔ یہاں سے ملکہ پررت اور بڑی بہک والی چوٹی کا سبز ڈھلوانوں کے پار نظارہ دل کو موہ لینے والا ہوتا ہے۔ بکھری چٹانوں سے ابھری سطح (500 میٹر لمبی) کے آخری کنارے پر پتھروں کے جھگٹے پر کئی رنگے جھنڈے لہرا رہے ہوتے جو موٹی کا مصلیٰ کی چوٹی کا نشان منزل ہیں۔

شوگران کے مشرق میں سری پائے اور کڑا پہاڑ موجود ہیں۔ یہاں سے مغرب میں موٹی کا مصلیٰ اپنے جلوے دکھا کر باہمت لیا ہوا، کو اپنی چٹانوں پر وہ نوروی کی دعوت دے رہا ہے۔ شمال میں بیرنگ، مانا مینڈوس، شنکیاری کے مقامات دیکھ سکتے ہیں۔ جبکہ جنوب میں پر سکوت گھاٹا جنگل اپنی دھماکا باریک ہے۔ نواحی چراگاہوں اور سیاحت کے قابل مقامات میں سری پائے، مانا مینڈوس، مانشی، درشی، شازان، شنکیاری بہت زیادہ معروف اور پرسکون ہیں۔ نواحی جنگلات میں گری، لکنڈی، جوانس، لولانی، بیرنگ اور کھیتر استے گھنے ہیں۔ دن کو بھی ان کی تہہ تک سورج کی روشنی نہیں پہنچ پاتی۔ شوگران کے مغرب میں شتران کے دیدنی نظارے دن موہ لیتے ہیں۔ درشی کا بن (جنگل) کئی رومانوی داستانوں سے اتا پڑا ہے۔ جرید اور پارس میں اخروٹ اور دیار کی لکڑی یہ ہنرمند بہت دیدہ زیب و ڈورک کرتے ہیں۔ یہی نفس و ڈورک اور فرنیچر شوگران میں سوہنیر اور تحائف کی دکانوں سے ہسانی اور مناسب قیمت پر



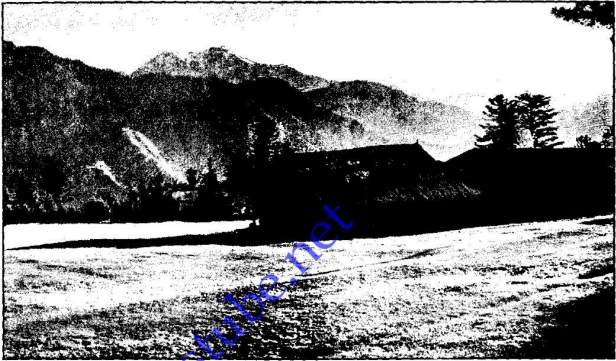
موسیٰ کا مصلیٰ، ڈھیر پر اسی اور  
ملکہ پر بت کی چوٹیاں شوگران سے  
نمایاں نظر آتی ہیں۔ موسیٰ کا مصلیٰ  
کے دامن میں نباتات سے بھرپور  
مقام شاٹاؤن بھی واقع ہے۔ موسیٰ کا  
مصلیٰ بچھی ہوئی ایک چوٹی ہے جو دور  
سے دیکھنے میں قبر کی مانند لگتی ہے۔  
اول شنکیاری شاہراہ قراقرم  
سے متصل، کنڈ بنگلہ (8200 فٹ

بند)، شہد پانی، شدن گلی (فارست ریٹ ہاؤس بھی  
موجود ہے) ٹھنڈ گلی (ریٹ ہاؤس کے لیے معروف  
ہے)۔ دو نم، ڈاور، جیوڑی، ساٹچے (یہ نسبتاً آسان  
ہے)۔ سوئم، شاٹاؤن، مایاں کے رتے سے ہے۔  
کڑا کی چوٹی بالا کوٹ سے مغرب میں واقع ہے۔  
اس چوٹی کا نظارہ بھی شوگران سے ممکن ہے اس  
چوٹی کے جنوب میں ”نال لونڈی“ واقع ہے۔ مزے  
کی ماٹھ بچھی ڈھلوانیں لیے، زیریں کاغان میں منفرد،  
”کڑا“ پر چڑھائی کے لیے شوگران سے سیری کا  
مشکل سے بھرپور پیدل ٹریک کر کے آپ کڑا کے  
جیس کیپ تک پہنچ سکتے ہیں۔ دو حصوں پر مشتمل  
برف میں مستور اس چوٹی پر

جانا عام میڈیائی سیاح کے لیے جوئے شیر لانے کے  
مترادف ہے کیونکہ بندی بڑھنے کے ساتھ ساتھ  
آکسیجن کم ہوتی چلی جاتی ہے۔ کڑا چوٹی کو برسات  
کے موسم میں اس وقت تک کرنا کہ جب موسم دھندلا  
ہو اور گہرے بادل چھائے ہوں، خطرے سے خالی  
نہیں۔ کیونکہ یہاں، بادلوں کے چھٹے (Cloud  
Burst) کے خطرات عموماً رہتے ہیں۔ بندی پر بارش  
کے دوران بجلی کے چمکنے گرجنے کی آواز کمزور دل  
حضرات کا پتہ پانی کرنے کے لیے کافی ہے۔ غیظ و  
غضب کا پیلہ مختلف بادل باہم بند آوازی کا مقابلہ  
کرتے نظر آتے ہیں۔







حاصل ہوئیں تھکا دینے اتارنے کے لیے اچھی جگہ ہے۔

سیاحوں کے لیے شوگران میں انواع و اقسام کی دلچسپیاں ہیں۔ گھڑ سواری، ہائیکنگ، پہاڑوں میں پیسل چلنا، سرمائیں اسکیننگ، پرندوں کا مطالعہ کرنا، نباتات اور جڑی بوٹیوں کا ملاحظہ کرنا اور انہیں جمع کرنا، ہونٹوں کی چھتوں پر بیٹھ کر دور برف پوش چوٹیوں کا رنگ کر دینے والا نظارہ کرنا، مون سون بارشوں سے افزائش کوئی نباتات کے مظاہر دیکھنا، یہاں کی مقبول عام سرگرمیاں ہیں۔

شہری زندگی کی کشمکشوں، ٹریفک کے شور شرابے، موبائل فون کی مسلسل گھنٹیوں، ہر دم بڑھتے ذہنی تناؤ، مادیت پرستی کی دوڑ جیسے مسائل سے شوگران، جہاں جرائم نہ ہونے کے برابر ہیں، آپ کو فطرت کی قربت کا موقع فراہم کرتے ہوئے انجانی خوشی سے روشناس کراتا ہے۔



شوگران سے ”گھوڑی تنگ“ تین یوم کا ٹریک بھی کیا جاسکتا ہے۔ سری (8800 فٹ بلند) اور پائے (9500 فٹ بلند) کی خوبصورت چراگاہوں کے نواح سے گزر کر آپ 13700 فٹ بلند کڑاکی چوٹی پر پہنچ سکتے ہیں۔

مناظرے مزید دو سے تین یوم آگے کا ٹریک شہری شور و شب سے دور دراز ہمیں فطرت کے قریب تر کر دیتا ہے۔ لیکن اس ٹریک کو سر کرنے کے لیے ایک تجربہ کار سہری رہنما اول ہے۔ بلندی پر کھانے کے لیے پیاز، ٹافیان، سلیم ج کی بالا بنفشی شعاعوں سے بچاؤ کے لیے سن برن کریم اور کناری ٹوپی، ایشائے خورد و نوش (اگلے ہوئے اٹلے، ذیل روٹی، نمکو، کباب، پنے، آخروت، بادام، چیونگم چھلک وغیرہ) چڑھائی چڑھنے کے لیے ایک چھتری اور نیمہ جات اور چولہا از حد ضروری ہیں۔

ادوی کاغان کی طرف ”نادی بگلہ“ کا ریسٹ ہاؤس ٹھہرنے اور موسیٰ کے مصلیٰ کی چڑھائی سے

# بچوں کا روحانی ڈائجسٹ

سیدہ زینبیا گیلانی - کراچی

سید عماد الحسن گیلانی - کراچی

ہیڈ - کراچی

صبح و قاص / صبح ملک - اٹک

# انوکھی چیزیں

ملتی، جو بہت انوکھی ہو۔

دکان دار نے اسے جواب دیا کہ میرے پاس ایک

تھے۔ بادشاہ اپنے ملک کی باگ ڈور سنبھالتے ایسا انوکھا پھل ہے، یہ پھل کسی مریض کو تھوڑا سا

سنبھالتے تھک گیا تھا، اب وہ یہ سلطنت اپنے بیٹوں کے حوالے کر دینا چاہتا تھا، لیکن اس سے پہلے وہ تینوں بیٹوں کی

آزمائش کرنا چاہتا تھا، تاکہ معلوم ہو سکے کہ وہ سلطنت سنبھالنے کے اہل ہیں، یا نہیں۔

ایک دن بادشاہ نے اپنے تینوں بیٹوں کو دربار میں طلب کیا۔ بادشاہ نے تینوں بیٹوں

سے خواہش ظاہر کی کہ وہ سلطنت کے انتظامات

سنبھالیں، لیکن اس سے پہلے وہ تین ایسی انوکھی

چیزیں تلاش کریں، جو آج تک کسی نے نہ دیکھی ہوں۔

انگے دن تینوں نے بادشاہ سے اجازت لی اور سفر پر روانہ ہو گئے۔ اپنی اپنی منزلوں پر جانے سے پہلے

ان تینوں بھائیوں شمشیر، حاکم اور شہر ورنے ایک جگہ مقرر کر لی، جہاں سفر کے اختتام پر ان تینوں کو ملنا

تھا۔ جگہ کا تعین کرنے کے بعد وہ تینوں بھائی اپنی اپنی منزل پر روانہ ہو گئے۔

شمشیر اپنی منزل طے کرتے کرتے ملک شہستان جا پہنچا۔ اس نے سارا شہر چھان مارا، لیکن اسے کوئی

انوکھی چیز نہ ملی۔ اس طرح کئی دن گزر گئے۔ ایک دن وہ پھل خریدنے کی غرض سے بازار گیا۔ شمشیر

نے دکان دار سے پوچھا کہ کیا یہاں کوئی ایسی چیز نہیں

فریحہ احمد۔ کوئٹہ



دکان دار نے اسے جواب دیا کہ میرے پاس ایک

تھے۔ بادشاہ اپنے ملک کی باگ ڈور سنبھالتے ایسا انوکھا پھل ہے، یہ پھل کسی مریض کو تھوڑا سا

سنبھالتے تھک گیا تھا، اب وہ یہ سلطنت اپنے بیٹوں کے حوالے کر دینا چاہتا تھا، لیکن اس سے پہلے وہ تینوں بیٹوں کی

آزمائش کرنا چاہتا تھا، تاکہ معلوم ہو سکے کہ وہ سلطنت سنبھالنے کے اہل ہیں، یا نہیں۔

ایک دن بادشاہ نے اپنے تینوں بیٹوں کو دربار میں طلب کیا۔ بادشاہ نے تینوں بیٹوں

سے خواہش ظاہر کی کہ وہ سلطنت کے انتظامات

سنبھالیں، لیکن اس سے پہلے وہ تین ایسی انوکھی

چیزیں تلاش کریں، جو آج تک کسی نے نہ دیکھی ہوں۔

انگے دن تینوں نے بادشاہ سے اجازت لی اور سفر پر روانہ ہو گئے۔ اپنی اپنی منزلوں پر جانے سے پہلے

ان تینوں بھائیوں شمشیر، حاکم اور شہر ورنے ایک جگہ مقرر کر لی، جہاں سفر کے اختتام پر ان تینوں کو ملنا

تھا۔ جگہ کا تعین کرنے کے بعد وہ تینوں بھائی اپنی اپنی منزل پر روانہ ہو گئے۔

شمشیر اپنی منزل طے کرتے کرتے ملک شہستان جا پہنچا۔ اس نے سارا شہر چھان مارا، لیکن اسے کوئی

انوکھی چیز نہ ملی۔ اس طرح کئی دن گزر گئے۔ ایک دن وہ پھل خریدنے کی غرض سے بازار گیا۔ شمشیر

نے دکان دار سے پوچھا کہ کیا یہاں کوئی ایسی چیز نہیں

دکان دار نے اسے جواب دیا کہ میرے پاس ایک

## بلو کی سفری

بلو کی سفری فاتح کی ماری  
کھاتی ہے تڑکے اٹھ کے نہاری  
دلی کی عادت اس کو ہے پیاری  
پیٹو کھلائے ناحق بے چاری  
ایلوں پہ دن بھر اس کی سواری  
اس کے پروں پہ ہے گونا کناری  
ہونے دو اس کو کچھ اور بھاری  
کھائیں گے اس کو آنے دو باری  
باری ہے اس کی اگلے ہی سٹھے  
دے لے یہ انڈے ایک اور سٹھے  
بلو کی سفری کھاتی ہے ڈھٹھے  
دیتی ہے انڈے سٹھے کے سٹھے  
(مرسلہ: غلیل احمد لاہور)

شیشے میں سارا منتظر سامنے آگیا۔ انہوں نے دیکھا کہ  
دربار کے لوگ پریشان ہیں، کیونکہ بادشاہ سلامت کی  
طبیعت ناماز ہے۔ یہ دیکھ کر وہ تینوں بھی پریشان  
ہو گئے، پھر وہ تینوں شہر دڑکے قالین پر بیٹھے اور صحت  
سے اپنے ملک پہنچ گئے اور دربار میں حاضر ہو گئے۔ پھر  
ان تینوں نے بادشاہ سلامت کو اپنی اپنی نایاب چیزوں  
کے بارے میں بتایا، جس سے بادشاہ سلامت بہت ہی  
خوش ہوئے اور اپنی ساری سلطنت ان تینوں کے نام  
کردی اور پھر وہ ہنسی خوشی زندگی گزارنے لگے۔

یہاں کیوں آیا ہے۔ اس نے اپنی ساری داستان سنائی۔  
اس کی کہانی سن کر ایک دکان دار نے اس کو ایک ایسا نایاب  
شیشہ دیا، جس میں وہ ہر چیز دیکھ سکتا تھا۔ جب حاکم نے یہ  
شیشہ دیکھا، تو وہ بہت خوش ہوا اور ان کا شکر یہ ادا کر کے  
واپس اپنی منزل کی طرف روانہ ہو گیا۔

اب تیسرا بھائی یعنی شہر و سفر طے کرتے کرتے  
چین جا پہنچا۔ وہ بھی نایاب چیز کی تلاش میں مارا مارا  
رہا تھا کہ اچانک اسے اپنا ایک پرانا دوست ملا۔ وہ اسے  
وہاں دیکھ کر حیران ہوا۔ دوست نے یہاں آنے کا  
مقصد پوچھا، تو شہر و نے اپنی ساری کہانی سنائی۔ اس کا  
دوست سب کچھ سن کر اسے ایک قالین کی دکان پر  
لے گیا۔ اس نے دکان دار سے کہا، اسے کوئی نایاب  
ساقالین دیکھاؤ۔ اس نے ان دونوں کو ایک چھوٹا سا  
قالین نکال کر دکھایا اور بتایا کہ یہ قالین اڑتا ہے۔  
شہر و نے فوراً قالین خرید لیا اور اپنے دوست کا شکر یہ  
ادا کر کے واپسی کے سفر کے لیے روانہ ہو گیا۔

جب تینوں بھائی اس مقررہ مقام پر پہنچے تو ایک  
دوسرے کو دیکھ کر بہت خوش ہوئے، تینوں نے اپنی  
اپنی چیزوں کی تصویبات ایک دوسرے کو بتائیں۔  
شمشیر نے کہا میرے چل سے تمام بیمار شفا یاب  
ہو سکتے ہیں۔ حاکم نے کہا کہ میرے پاس ایسا شیشہ  
ہے، جس سے میں دنیا کے کچھ جہنم سے میں ہونے  
والے حالات و واقعات دیکھ سکتا ہوں، شہر و نے کہا  
کہ میرے پاس ایسا قالین ہے، جس سے میں دور دراز  
فاصلہ کم وقت میں طے کر سکتا ہوں۔

شمشیر نے حاکم سے کہا کہ ذرا تم اپنے شیشے میں  
دیکھو کہ ہمارے دربار کا کیا حال ہے اور بادشاہ  
سلامت کیسے ہیں۔ جب اس نے شیشے کو حکم دیا، تو

# نیا کھیل

آج بی بندریا اور ان کے

ساتھی گہری سوچ میں گم تھے۔ آج

تھا۔ پھر آخر کار انتظار کی گھڑیاں ختم ہوئیں اور صبح ہو گئی۔ دو مہینے بنائی گئیں، ہر نیم چھ کھلاڑیوں پر مشتمل تھی۔ ایک ہاف پندرہ منٹ کا مقرر کیا گیا۔ یہ میچ 2 ورنز اور وکٹری 2 کے درمیان تھا۔ 2 ورنز کی ٹیم میں چیتا، جیل، کوا، تیل بکر اور عقاب تھے۔ دوسری ٹیم لومڑی، گیدڑ، زرافہ، مرغ، بلیغ اور زبیر اپر مشتمل تھی۔

انہیں کوئی ایسا کھیل کھیلتا تھا، جو انہوں نے کبھی نہ کھیلا ہو، لیکن کافی سوچ بچار کے بعد بھی کوئی نیا کھیل ذہن میں نہیں آ رہا تھا۔ کچھ دیر بعد بارش شروع ہو گئی، سب جلدی سے اپنے اپنے گھر کی طرف روانہ ہو گئے۔ رات بھر بارش ہوتی رہی۔

صبح ہونے پر بادل چھٹ گئے، سورج کی کرنیں

درختوں کو چھونے لگیں۔ سب

جانور دوبارہ سے کسی نئے کھیل

کے بارے میں سوچنے لگے۔

بی لومڑی کو ایک جگہ بہت

سارے ناریل نظر آئے۔

بی لومڑی جوش میں اٹھیں اور



ناریل کو سر سے ادھر ادھر کھکانے لگیں۔ ایک ناریل اڑ

کر درخت پر جا کر لگا۔ اتنے میں بی بندریا کو خیال آیا کہ

یہ ناریل سے ہی کھیلا جائے۔ سب جانوروں نے

ناریل پر لڑائی شروع کر دی۔ جب سب تھک گئے، تو

انہوں نے اس کھیل کا میچ کرانے کا سوچا۔ میچ کرانے سے

پہلے بادشاہ سلامت شیر سے اجازت لینی تھی۔ اس کام کے

لیے سب نے بی مرغی کا نام تجویز کیا، جو بہت تیز دار

تھی۔ بادشاہ سلامت سے بھی اجازت مل گئی۔ سب نے

کھیلنے کی تیاریاں شروع کر دیں۔

جیل اور عقاب کا کام تھا کہ وہ تیز آنکھوں سے اچھا سا

میدان ڈھونڈیں، بندر اور چوہے کا کام تھا کہ وہ گول کے

لیے کھڑکیاں جمع کریں۔ چیتے اور لومڑی کی یہ ذمہ داری

تھی کہ وہ کھڑکیوں کو اچھے طریقے سے سنوار کر گول

بنائیں۔ باقی جانوروں نے بھی گراؤنڈ بنانے میں بڑھ چڑھ

کر حصہ لیا۔ شتر مرغ نے اپنا رکنے فرمائش انجام دیے۔

اب میچ شروع ہو چکا تھا۔

پہلے پانچ منٹ میں تو کسی کو کھیلتا

ہی نہیں آ رہا تھا۔ زرافے نے

اتنی اونچی کیک ماری کہ سب

جانور دیکھتے ہی رہ گئے۔ پھر

عقاب ہلکی سے اڑا اور گیند کو

لے آیا۔ چھ منٹ میں جیل نے چیتے کو بہت تیز پیاں دیا۔

چیتے نے اپنی برق رفتاری دکھائی اور لومڑی کو گراتے

ہوئے بہت تیز کیک مار کر 2 ورنز کی طرف سے گول کی

شروعات کیں۔ پندرہ منٹ ختم ہونے تک لومڑی نے

بہت کوشش کی، مگر وہ گول بنانے میں ناکام رہی۔

اب دوسرے ہاف کے بارہ منٹ گزر چکے تھے،

اب وکٹری 2 کے لیے گول کرنا ضروری ہوتا جا رہا تھا۔

زرافے نے گیدڑ کو پاس دیا کہ زرافے نے بلیغ کی جانب گیند

اچھا دی۔ بلیغ نے گول کرنے کی کوشش کی، مگر کو سے

نے عمدہ گول کیٹنگ کرتے ہوئے گول بچا لیا۔ اس کے

ساتھ میچ کا اختتام ہو گیا۔ میچ کے مہمان خصوصی جنگل

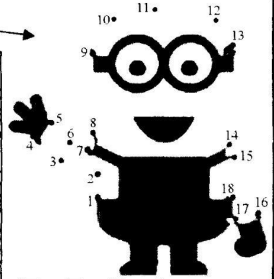
کے بادشاہ شیر نے سب کھلاڑیوں کو انعامات سے نوازا۔

آخر کار میچ کے فاتح 2 ورنز رہے۔ تمام جیتنے اور ہارنے والے

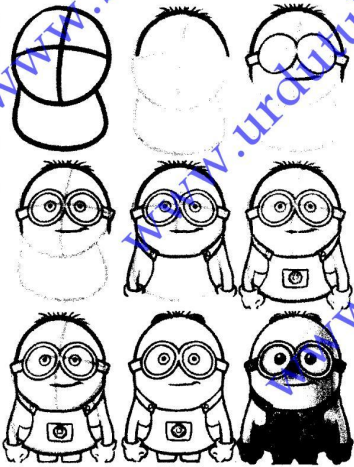
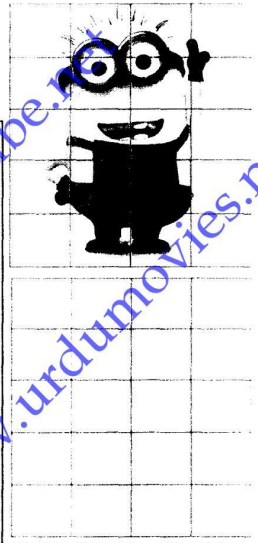
جانوروں نے مل کر خوشی کے نغمے گائے اور بہت خوش

ہوئے کہ آج انہوں نے جنگل میں ایک نیا کھیل کھیلا۔

نقطے ملائیں اور رنگ بھریں



تصویر دیکھ کر نیچے دئے گئے خانوں میں کا اس  
تصویر کا ہو، ہو عکس بنائیں....



مصور بنیں



☺.... ایک دوست (دوسرے جہاں دونوں اکٹھے نہیں گزر دوست سے): اگر دنیا میں پانی نہ ہو تا تو....؟

ایک کو ضرور سائڈ پر ہونا پڑتا۔

اب کچھ دیر تو وہ کھڑے رہے۔

آخر ایک صاحب بولے: میں

گدھوں کو راست نہیں دیا کرتا۔

یہ سن کر دوڑے صاحب

مسکراتے ہوئے ایک طرف ہو گئے

اور کہا: میں دے دیا کرتا ہوں۔

دوسرا دوست: مجھ بہت مزا آتا، کم از کم دودھ تو خواہش ملتا۔

(مرسلہ: نہ جھانہ جین۔ حیدرآباد)

☺.... دکان دار (گاہک سے): آپ

ریڈیو کی آدھی قیمت کیوں دینا

چاہتے ہیں....؟

گاہک: جناب، میں ایک کان سے

بہرہ ہوں۔

(مرسلہ: مصباح شیخ - کراچی)

☺.... احمد: مجھے ریاضی کے استاد بالکل

انتہے نہیں لگتے

حلیل کیوں کیا ہوا....؟

احمد: کل انہوں نے تالیہ چلا کر ایک پانچ

ہوئے ہیں اور آج کہہ رہے تھے دو تین

پانچ ہوتے ہیں۔

(مرسلہ: کاشان علی - میرپور خاص)

☺.... استاد: اگر تمہیں بچوں کے لیے

کوئی نیک کام کرنے کو کہا جائے تو تم

کیا کرو گے....؟

شاگرد (معصومیت سے): جناب! میں

اسکول بند کر دوں گا

(مرسلہ: حبیب ناصر - لاہور)

☺.... دو افراد جن کے درمیان

بہت ناراضگی تھی ایک ایسی پتی گلی

میں آئے سائے آگے۔

☺.... ایک گھنچے کی ایک آدمی

سے لڑائی ہو گئی۔ لڑتے لڑتے گھنچے

نے کہا: تم تو میرے سر پر چڑھے

جار ہے ہو۔

دوسرا آدمی بولا: چھوڑ یاد تیرے

سر پر چڑھ کر مجھے پھسلانے۔

(مرسلہ: محمد اصغر - لاہور)

☺.... ایک صاحب ویسے کی دعوت

میں بڑی تیزی سے بریانی کی پلیٹوں

پر ہاتھ صاف کر رہے تھے، ایک

واقف کار نے انھیں ٹوکتے ہوئے

کہا: جناب! پانی کے لیے بھی

گھنچا لیں۔

اس موقع پر انہوں نے ایک

خوبصورت جملہ ارشاد فرمایا: بھائی!

بس کتنی ہی بھری ہوئی کیوں نہ ہو،

کند کڑا اپنی جگہ خود بنا لیتا ہے۔

(مرسلہ: زینب رضا - کراچی)

☺.... مالک (نوکر سے): چلو جا کر

پودوں کو پانی دو۔

نوکر: صاحب پہلے ہی بہت بارش ہو

رہی ہے۔

مالک: لڑکھا ہوا، یہ قوف! چستری

سے لے کر پانی دے دو۔

(مرسلہ: نوید احمد - لاہور)

☺.... گاہک (دکاندار سے): مجھے

ایک خالی بوتل کی ضرورت ہے۔

دکاندار: خالی بوتل دو روپے کی ہے

لیکن اگر اس میں کچھ ڈلوالو تو بوتل

کی قیمت نہیں لی جائے گی۔

گاہک: اچھا تو اس میں پانی ڈال دیں۔

(مرسلہ: شہزاد علی - فیصل آباد)

☺.... مادہ کیسٹرو گھر میں داخل ہوئی تو

زکیہ نگر نے پوچھا: مٹا کہاں ہے....؟

یاد نگر نے جھک کر نیچے دیکھا اور چلا اٹھی۔

ادہ میرے خدا! کسی نے میری جیب

کات لی۔

(مرسلہ: محمد یاسر - راولپنڈی)



# مرکزی مراقبہ ہال

سر جانی ٹاؤن کراچی میں  
جدید خدمت خلق کے  
تحت بیچے کے روز خواتین و حضرات کو بلا معاوضہ روحانی علاج  
کی سہولت مہیا کی جاتی ہے۔ خواتین و حضرات کو جسے کی صبح

## مجلس مراقبہ



7:45 بجے ملاقات کے لئے نمبر دیئے جاتے ہیں اور ملاقات صبح 8 سے 12 بجے  
دوپہر تک ہوتی ہے اور ہفتے کی دوپہر 3:45 بجے نمبر دیئے جاتے ہیں اور ملاقات  
4 بجے سے شام 7 بجے تک ہوتی ہے۔ ہر ہفتے، بعد نماز جمعہ صبح جامع مسجد  
سر جانی ٹاؤن میں اجتماعی مجلس مراقبہ منعقد ہوتی ہے جس میں درود شریف، آیت  
کریمہ کا قلم اور اجتماعی مراقبہ کے بعد دعا کی جاتی ہے۔ بیچے اور بچھٹے کے علاوہ  
خواتین و حضرات ملاقات کے لئے زحمت نہ کریں۔ مجلس مراقبہ میں دعا کے لئے اپنا  
نام، والدہ کا نام اور مقصد دعا تحریر کر کے ارسال کیجیے۔ جن خوش نصیبوں کے حق میں  
اللہ رحیم و کریم نے ہماری دعائیں قبول فرمائی ہیں وہ اپنے گھر میں مجلس میلاد کا انعقاد  
کرائیں اور حسب استطاعت غریبوں میں صلوات تقسیم کریں۔

### کراچی:

آئندہ آئندہ بیگم۔ آئندہ شاکر۔ آئندہ  
آئندہ طاہر۔ آئندہ خان۔ آئندہ حسن۔ آصف علی۔ آصف محمود۔  
احسان اللہ خان۔ احسان ریاض۔ احسن ریاض۔ احمد فیصل۔ اختر  
حسین۔ ارسلان کیم۔ ارسلان خان۔ ارم خالد۔ ارم علی۔ اسد ارم۔  
اسد شفیق۔ اسماعیل فاروقی۔ اشتیاق شاہد۔ اشفاق احمد گوندل۔ اشفاق  
احمد۔ آصف صدیقی۔ اعجاز ہوائی۔ اعظم علی۔ آفتاب احمد۔ آفتاب  
شکوہ۔ انوری بیگم۔ انیسین علی۔ افضل خان۔ آکبر علی۔ اکرم  
دلدار۔ امتیاز احمد۔ امتیاز علی۔ امتیاز حسین۔ امیر الدین۔ انجم صدیق۔  
انجم شاکر۔ انعم نور۔ انور جہاں۔ انیدہ بانو۔ انیس ریاض۔ انیلہ حسن۔ انیلہ  
ریاض۔ انیس خان۔ ایوب شیخ۔ بخاری بانو۔ بشری آفتاب۔ بشری  
احمد۔ بشری فیاض۔ بلال حادیت۔ بلال قریشی۔ بلال فیاض۔ بلال فیاض  
اشتیاق۔ بی بی خدیجہ۔ پرویز انور۔ پرویز اختر۔ تابش بیگم۔ تابش  
الدین۔ حسین سٹیج۔ حسین طاہر۔ حسین صبا۔ خیر اختر۔ حمید  
انور۔ حمیدہ منصور۔ تیمور خان۔ ثاقب سہرودی۔ ثروت سلطانہ۔  
ثروت شہزاد۔ ثریا راشد۔ ثریا بی بی۔ عمیدہ منظور۔ عمیدہ شمشیر۔ ثوبہ  
پرویز۔ جاوید اصغر۔ جاوید علی۔ جمشید اقبال۔ جمیلہ بیگم۔ جمیلہ بانو۔  
جمیلہ اختر۔ جویریہ سحر۔ جیا محمود۔ حاجی مراد۔ حاجی یعقوب۔ حافظ  
اشفاق گوندل۔ حافظہ جمال۔ حبیب احمد۔ حسن فاروق۔ حسین محمد۔  
حفصہ احمد۔ حفیظ بی بی۔ حمیرا اجین۔ حمیرا رئیس۔ حمیرا شاہنواز۔ حنا

شاکر۔ خالدہ جاوید۔ خاور اسلم۔ حفصہ شاہد۔ حفیظ الامان۔  
دانش حسن۔ دانش علی۔ دانش عامر۔ درخش انجم۔ درخش  
محمود۔ دروازہ بنت غازی۔ دلاور حفور۔ ذکیرہ رخسانہ۔ ذیشان کمال۔  
ذیشان احسن۔ رئیس النساء بیگم۔ راجہ عبدالملک۔ راجہ علی۔ راحت  
اخلاق۔ راجیلہ نسیم۔ راشد محمود خان۔ رائی۔ رحمت بی بی۔ رخسانہ بی  
بی۔ رخسانہ یاسین۔ رخشہہ ظفر۔ رضوان احمد۔ رضوانہ ناز۔ رضوانہ  
ناصر۔ رضیہ اقبال۔ رحمتہ منصور۔ رفعت عابد۔ رفعت ہار۔ رفیقہ  
فرویں۔ رمشا احمد۔ رمیز یاسر۔ روینہ اسلم۔ روینہ اکرم۔ روینہ  
ذوالفقار۔ روینہ یاسین۔ روینہ اسلم۔ روینہ اشرف۔ روٹی شاہ۔  
ریاض ضمیر۔ ریحان علی۔ ریحان خانم۔ ریحانہ ملک۔ ریحانہ ناز۔ ریحانہ  
یاسین۔ ریحانہ جاوید۔ زاہد حسین۔ زاہد سعید۔ زاہدہ لطیف۔ زاہدہ  
پرویز۔ زہیدہ ناز۔ زہیدہ علی۔ زر قاضی۔ زرینہ احمد۔ زرین صدیقی۔  
زیبا نسیم۔ زفر خالد۔ زلفقار شاہد۔ زینب عادل۔ سازہ بی بی۔ ساجد  
سحر۔ سحر احمد۔ سحر قریشی۔ سعیدہ افتخار۔ سعیدہ یاسین۔ سعیدہ ناز۔ سعیدہ  
احمد۔ سعیدہ بی بی۔ سکینہ بانو۔ سلطانہ وی۔ سلطان علی۔ سلمان  
خان۔ سلمان سعید۔ سلمان علی۔ سلمی بیگم۔ سلمی آفتاب۔ سلیمان  
اعظم۔ سمیرا انصاری۔ سمیرا اکٹول۔ سمنیل طاہر۔ سمنیل ریاض۔ سنیلا  
الطہر۔ سید احمد علی۔ سید اصف علی۔ سید امان علی۔ سید احمد حسین۔ سید



توصیف حیدر۔ سید حسن جاوید۔ سید خرم عالم سید راشد علی۔ سید شاہ احمد۔ سید شہاب احمد۔ سید عارف علی۔ سید عرفان جعفری۔ سید عرفان علی۔ سید عظمت علی۔ سید علی سجاد۔ سید قاضی علی۔ سید نواز احمد۔ سید مرشد حسین۔ سید نعمان علی۔ سیدہ قرنشاہ۔ سیدہ یاسمین۔ شائستہ ارم۔ شاذیہ تیمور شاذیہ سعید شاذیہ عادل۔ شاذیہ عامر۔ شاذیہ مقبول۔ شاذیہ نور۔ شان عباس۔ شاہہ انور۔ شاہہ بشیر۔ شاہہ بیگم۔ شاہہ پروین۔ شاہہ عاشق۔ شاہہ محمود۔ شاہہ نسرتین۔ شاہہ۔ شاہدہ شہانہ کتول۔ شاہدہ ناز۔ شاہدہ سلیم۔ شہینہ مجید۔ شرف الدین۔ شعیب خان۔ شعیب ماجد۔ شکیل خان۔ شکیلہ پروین۔ شکیلہ طاہر۔ شمس الدین شمس النساء۔ شمشاد۔ شمشیر انور۔ شمیم احمد صدیقی۔ شمیم سعیدہ۔ شوکت حسین۔ شیریار۔ شیراز عبدالرحمن۔ شیراز مختار۔ شہناز فخری۔ شہناز کارمن عزیز۔ شیخ کامران عزیز۔ شیر علی خان۔ شیرین۔ صائمہ ایوب۔ صائمہ راشدہ۔ صائمہ زرین۔ صائمہ صافحہ۔ صافحہ حسن۔ صافحہ زہیر۔ صلاح الدین۔ صنوبر اقبال۔ صوفیہ بانو۔ طارق سعید۔ طارق مجید۔ طارق سلیم۔ طارق محمود۔ طارق ملک۔ طاہرہ احمد۔ طاہرہ اقصیٰ۔ طاہرہ بیگم۔ طلعت ریاض۔ طلعت حبیبہ۔ طہیہ طاہر۔ ظفر اقبال۔ ظہیر الحسن شاہ۔ عائشہ عابدہ۔ عائشہ ناصر۔ عائشہ وادیہ۔ غلام عباس۔ عارف علی۔ عارف بیگم۔ عارف تبسم۔ عارف سلطان۔ عاتق علی۔ عاصم رضا۔ عاصم قریشی۔ عارف سلمان۔ عالیہ شاہدہ۔ عامر الحسن۔ عالم خان۔ عامر مرزا۔ عبدالرحمن۔ عبدالرزاق۔ عبدالعلیم۔ عبدالغفار۔ عبدالواہد۔ عبدالولی۔ عتیق الرحمن۔ عثمان حبیب۔ عدیلہ ندیم۔ عرفان جعفری۔ عرفان شہیر۔ عروان راشد۔ عمرت شاہدہ۔ عصمت معراج۔ عطیہ حاتمہ۔ عطیہ پرین۔ عطیہ توصیف۔ عطیہ عزیز۔ عطیہ عمران۔ عطیہ کامران۔ علی احمد۔ علی الطہر۔ عظیم الدین۔ أم کلثوم۔ عمران خان۔ عمران عباس۔ عنایت بیگم۔ عشرین صدیقی۔ عینی زاہدہ۔ غزالہ پروین۔ غزالہ فاروق۔ غضنفر علی۔ غلام اکبر۔ غلام دیکھیر۔ غلام سول۔ غلام صفدر۔ غلام علی۔ غلام حسین۔ غلامہ عزیز۔ فاطمہ یوسف۔ فاطمہ احمد۔ فاطمہ علی۔ فاطمہ بیگم۔ فاطمہ عادل۔ فراد حسین۔ فرح راشد۔ فرح سلطنت۔ فرح عالمہ۔ فرح فاطمہ۔ فرح ناز۔ فرحان علی۔ فرحانہ فرحان۔ فرحت حسین۔ فرحت ناز۔ فرحت جمیل۔ فرحانہ مجید۔ فرح جمال۔ فردوس شاہ۔ فرزانہ انعام۔ فرزانہ۔ فریحہ جمیل۔ فریحہ حسین۔ فریہ بانو۔ فریہ جمال۔ فضل معبود۔ فقیر حسین۔ فواد عالمہ۔ فوزیہ شہینہ۔ فریدیہ بکلی۔ فریمہ بیگم۔ فریحہ بیگم۔ فیصل ناصر۔ فیضان علی خان۔ قاسم محمود۔ قاضی شیر محمد۔ قرۃ العین۔ قیصر سلطانہ۔ کاشف۔ کامران اعجاز۔ کرن جاوید۔ کریمہ جمال۔ مکھوم انور۔ کلثوم بانو۔ کتول ریاض۔ کوثر اقبال۔ لایبہ عادل۔ لعلی اشفاق۔ لعلی نور۔

محمد عزیز۔ ماجد محمود۔ ماجدہ ناز۔ ماریہ محمود۔ ماہ نور علی۔ مجاہد حسین۔ مجیب احمد۔ محبوب عالم۔ محسن سکندر۔ محمد ابراہیم۔ محمد احسن۔ محمد احمد۔ محمد اسلمہ۔ محمد اسماعیل۔ محمد آصف۔ محمد الطہر۔ محمد آفتاب۔ محمد افضل خان۔ محمد افضل شاہد۔ محمد افضل علی۔ محمد اکرم۔ محمد امین۔ محمد انس۔ محمد انور الدین۔ محمد اونس۔ محمد عبد الغفور۔ محمد پروین۔ محمد جنید۔ محمد حسن شاہد۔ محمد حسن عظیمہ۔ محمد حسین علی۔ محمد حنیف۔ محمد خالد خان۔ محمد خروان۔ محمد رفیق۔ محمد زہیر خان۔ محمد ساجد لطیف۔ محمد سران۔ محمد سرور شاہ۔ محمد سلطان۔ محمد سلیم خان۔ محمد سلیمان۔ محمد شاہد۔ محمد شفیق۔ محمد ظفر۔ محمد عارف۔ محمد ناصر۔ محمد عثمان۔ محمد فیروز۔ محمد علی۔ محمد عمر۔ محمد عمران۔ محمد منیب خان۔ محمد ناصر۔ محمد نبیل مصطفیٰ۔ محمد ندیم خان۔ محمد نجم۔ محمد نعیم۔ محمد نوید احمد۔ محمد باغی۔ محمد یاسر۔ محمد یوسف۔ محمد یونس۔ محمد اعظم۔ محمد حنیف۔ محمود عالم۔ محمود یاسر۔ مدثر عالم۔ اد خان۔ مرزا زاہد باہر۔ مرزا عمیر حفیظ۔ مریم نبیل۔ مسز اورنگ۔ مسز کاظمی۔ مسعود احمد۔ مسعود کمال۔ مشتاق احمد۔ مصدق خان۔ مصطفیٰ سلیم۔ مصطفیٰ علی۔ مطلب حسین۔ معزم حیدر۔ مقبول عالم۔ مقصود احمد۔ منصور عالم۔ میر احمد علیہ خان۔ علیہ سعید۔ ممتاز الطہر۔ منصور۔ منظور عالم۔ منار باہر۔ منور سلطانہ۔ منیبہ باغی۔ منیرہ سلیم۔ موسیٰ خان۔ میر النساء۔ میرین اشہد۔ میر اتین۔ میر ظہیر الدین۔ میوند طاہر۔ ناز فرزانہ ناز جمال۔ ناصر عزیز۔ ناہیدہ ارم۔ نبی طاہر۔ نبیل خان۔ نبیلہ تبسم۔ نجمہ عرفان۔ مدام منظور۔ ندیم راشد۔ نوبتہ آزاد۔ نسرین اختر۔ نسرین زور۔ نسرین جاوید۔ نسرین حبیبہ۔ ناصر فہد۔ نسیم احمد۔ نسیم اختر۔ نسیم صوبیر۔ نسیم مسعود۔ نصرت ارشد۔ نصیر الدین۔ نعمان خان۔ نسیم بیگم۔ نسیم عظیمہ۔ نسیمہ وحیدہ۔ نقیرہ ریاض۔ نعیم احمد۔ نقیہ سیمہ۔ ناہیدہ آفریدی۔ نمرہ کتول۔ نمرہ نواز۔ نواز شاہ۔ نور احمد۔ نورجہاں۔ نوشین۔ نوید احمد۔ نوید سعید۔ نوید فیض۔ نوید فیصل۔ نوالہ محمد صدیقی۔ واجد حفی۔ واصف حسین۔ وجیہہ خان۔ وحید انور۔ ڈاکٹر جمیلہ۔ ہانیس۔ ہمایوں خورشید۔ ہمایوں عظیمہ۔ یاسمین۔ یاسمین یوسف۔

**حیدر آباد:** اسماعیل۔ احمد سعید۔ احمد کبیر۔ احمد نسیم۔ احمد۔ احمد علی۔ اختر محمد۔ ارجمند۔ ارسلان۔ ارشاد۔ ارشد علی۔ ارم۔ اسد۔ اسد۔ اصرا حسین۔ آصف قریشی۔ آصف۔ اعظم۔ افتخار احمد۔ اقصیٰ۔ اقبال علی۔ اقبال۔ اقرا۔ اکبر بھٹی۔ امیرین۔ امجد محمود امیر بنگم۔ امیر۔ آمینہ۔ انجم سعیدہ۔ انیلا۔ بدر علی۔ بشری شاہد۔ بشری سعیدہ۔ بشری ریاض۔ بہاؤ الدین۔ ہانہ۔ ہنجل حسین۔ تصور جمیل۔ تنویر۔ توصیف۔ ثاقب۔ ثروت۔ ثریا بانو۔ عینہ نور۔ عینہ شاہ فاطمہ۔ شاہ فیصل۔ شاکلہ۔ شاہ نور۔ شانہ جان محمد۔ جاوید جعفر۔ جنید۔ جہانزیب۔ حارث۔ حافظہ نسیم۔ حافظہ حبیب عالم۔ حسین

بخش۔ حسین۔ حسین۔ حسین۔ حافظ عارف۔ حفظ۔ حمید۔ حمیرا۔ حمیر علی احمد۔ حمیر۔ خادم علی۔ خالدہ۔ خرم شہزاد۔ خرم۔ خلیل۔ خواجہ راجو۔ دانش۔ درخشاں۔ دلاور حسین۔ دانشاد۔ راجو۔ راحت۔ قاسم۔ راجیل۔ راشدہ۔ رحمان۔ رحمت۔ رحیم۔ رخشاں احمد۔ رسول بخش۔ رضاعلی۔ رضوان طاہر۔ رضیہ مجید۔ رفیق شکور۔ روینہ غوری۔ روینہ اشرف۔ ریاست علی۔ ریاست خان۔ ریحان علی۔ زاہد محمود۔ زینت عاشر۔ زینت بچین۔ زہرہ حمید۔ ساجدہ شفیق۔ سجاد احمد۔ سدرہ کاشمی۔ سدرہ شاہد۔ سعدیہ منصور۔ سلمان رفیع۔ سلمان قاسم۔ سلفی علی۔ سبح اللہ۔ سبح غفور۔ سونالی۔ سید امجد علی شاہ۔ سید کاشف۔ سید محمد منور۔ سیدہ عزیزین بانو۔ سیماکر۔ سیمائشاہت رضا۔ شاہ زینب۔ شاہد جمال۔ شاہدہ نسرتین۔ شاہدہ بانو۔ شرین کونول۔ شفیقتہ غابد۔ شاکلہ فاروق۔ شمس الدین۔ شمع حمیر۔ شمیم جہاں۔ شہزاد خالد۔ شہناز خالد۔ صائمہ مجید۔ صادق حمید۔ صبا علی۔ صدف نقیس۔ صفیر حسن۔ صفیہ اختر۔ صفیہ بیگم۔ صنوبر شفیق۔ ضمیر رضوان۔ ضیاء خالد۔ طارق جمیل۔ طاہر محمود۔ طاہر احمد۔ طاہرہ طفیل۔ عارفہ جمیل۔ عاصم بی بی۔ ناصر احمد۔ عامر سبح۔ عامر ضیاء۔ عامر اسد علیہ الغفور۔ عبداللہ۔ عبدالعظیم غوری۔ عبدالغفور۔ عبدالغنی۔ عبدالرحمن۔ عبدالوہید۔ عزیزین۔ علی اکبر علی۔ علی صادق۔ علی رضوان۔ علی نواز۔ علیشاہ زہرا۔ عمران خان۔ غلام علی۔ غلام قاسم۔ قاسم علی۔ فرحان احمد۔ فرحان طاہر۔ فرزندہ جادو۔ فرزانہ جمیلہ۔ فرقان علی۔ فرقان صنیف۔ فکریہ شہباز۔ ملک محمد۔ فہیمہ اختر۔ حکیم اللہ۔ سترہ محمود۔ کول مجید۔ کونول علی۔ کوشمہ روبن۔ کوشمہ کوثر شاہد۔ کوشمہ شہناز۔ گلزار مجید۔ لایبہ قرمہ۔ لاریب علی۔ لعلی رضا۔ ماریہ انجم۔ ماریہ کاشف۔ ماریہ فاضل۔ متین احمد۔ متین علی۔ محمد حسن۔ محمد راشد۔ محمد اسلم۔ محمد اعظم۔ محمد امان اللہ۔ محمد امجد۔ محمد انور۔ محمد جاوید۔ محمد جمیل۔ محمد حمید۔ محمد جو اور۔ محمد حیات۔ محمد دانش۔ محمد زینبہ شہناز۔ محمد شہب۔ محمد طارق۔ محمد علی۔ محمد عظیم۔ محمد غلام۔ محمد عمران۔ محمد جمیل۔ محمد گل۔ محمود حسین۔ مشتاق احمد۔ مصطفیٰ حمید۔ مطلوب احمد۔ نسیم۔ حسن۔ منصور رضیہ۔ منصور مرزا۔ منور سلطانہ۔ منیر خالد۔ منشی خان آفریدی۔ ناصر نعمان۔ ناپیہ اختر۔ نجمہ اکبر۔ زینت حسین۔ نسرتین جمال۔ نسیم احمد۔ نسیم احمد۔ نسیمہ بیگم۔ نور امین۔ نور النساء۔ نور جہاں۔ نور محمد۔ نور نظر۔ نورین اختر۔ نورین۔ نوشاہی قیوم۔ نوشین اطہر۔ نوید اقبال۔ نیاز احمد۔ واقع علی۔ واصف علی۔ وصیہ علی۔ ہارہہ بی بی۔ ہارون اشرف۔ ہانیق۔ ہمز طاہر۔ یاسر عرفان۔ یاسین کوثر۔ یحییٰ شاہزیب۔ یعقوب ابراہیم۔

**گھور:-** ابو بکر احمد اقبال۔ احمد حسن۔ اسلم شاہد۔ ارشدہ احمد علی۔ ارم۔ اسمہ۔ اسمہ جاوید۔ اسمہ نسیم۔ اشتیاق۔ اشرف۔ اصغر۔

آصف۔ آصف۔ انجرا احمد۔ اقبال۔ اکرام اللہ۔ آمنہ بی بی۔ آمنہ۔ انعم رضا۔ انیدہ بنت۔ باسط اقبال۔ بشری۔ بلال صابر۔ پانیزہ۔ پروین۔ تنویر۔ ثمن۔ ثمنیدہ۔ ثناء۔ ثویبہ۔ جاوید۔ جاویدہ۔ چناغیم۔ حنا عمر۔ حیدر علی۔ خالدہ۔ ظلیل احمد۔ دادو۔ دعا قاسم۔ دل نواز۔ ذیشان۔ رامیل احمد۔ رضوان۔ رفعت۔ رقیہ۔ رملہ اشرف۔ روینہ۔ زاہد حسین۔ زاہد محمود۔ زاہد۔ زاہدہ بیگم۔ زاہدہ۔ زینت۔ سائرہ بانو۔ سائرہ۔ ساجدہ بیگم۔ سبحان جاوید۔ سدرہ سعدیہ۔ سلمان۔ سلمیٰ اشفاق۔ سمر۔ سمیرا۔ سمیل احمد۔ سید واصف علی۔ شائستہ جمیل۔ شاذیہ۔ شاہد رحمان۔ شاہد مول۔ شاہد محبوب۔ شاہدہ شہانہ۔ شہیرہ حسین۔ شکیلہ۔ شکیلہ۔ صائمہ۔ سحر جاوید۔ ضمیر الحق۔ طاہرہ علیم۔ طارق لطیف۔ طفیلہ۔ ظفر احمد۔ ظہورہ عائشہ۔ عابدہ بیگم۔ عاشر۔ عاشق حسین۔ عاصم۔ عاصمہ۔ عباس۔ عثمان۔ عرفان۔ عرفان عطیسی۔ عرفان محمود۔ عرفان علی۔ عرفان جاوید۔ عروسہ۔ علی۔ عمر۔ عمران افضل۔ عمران۔ غزالہ۔ غلام جمیل۔ غلام محمد۔ قاترہ۔ فاروق احمد۔ قاسمہ۔ فریہ جاوید۔ فریدہ۔ قرۃ العین۔ کائنات۔ کامران۔ کامران۔ مارہہ مبارک علی۔ مہشورہ۔ محمد احمد۔ محمد ارشد خان۔ محمد اسلم۔ محمد اصغر۔ محمد باہر۔ محمد ناصر۔ محمد زبیر۔ محمد شہزاد۔ محمد عرفان۔ محمد علی۔ محمد عمر۔ محمد عمران۔ محمد جاوید۔ محمد نواز۔ محمد نور۔ محمد وقاص۔ مہر بیبت۔ مہر حسین۔ مریم۔ منقبر اقبال۔ ملک۔ عامر سعید۔ ملک حمید۔ منظور احمد۔ منیر احمد۔ مہرین ناصر۔ میک۔ مہناز جوگی۔ مناس مشتاق احمد۔ نجمہ۔ نسرتین۔ نعمت۔ نعمان۔ نسیم احمد۔ نسیم علی محمد۔ نورین۔ نوید احمد۔ نوید حسین۔ نسیم۔ نسیم نسیم۔ وقاص۔ یحییٰ۔ یوسف۔ یحییٰ علی۔ یعقوب علی۔

### راولپنڈی / اسلام آباد :-

آصف۔ آصف عباس۔ اہسان محمد ملک۔ بشیر بیگم۔ بلال حسین۔ بہروز حمید۔ بیتش حسن۔ بیتش ناصر۔ سانجہ۔ تنویر اقبال۔ ثریا۔ ثویبہ تبسم۔ حافظہ مہناز۔ حسن اختر۔ حمیدہ۔ حمیرہ۔ خالدہ محمود اجمان۔ خالدہ بی بی۔ خالدہ بیگم۔ خورشید بی بی۔ خورشید بی بی۔ یوسف۔ خورشید بیگم۔ ذانیل۔ محمد ذوالفقار۔ ذیشان محمد ملک۔ راجوہ بی بی۔ رابعہ۔ رادہ محمد اقبال۔ رحمت بی بی۔ رحیم جہاں۔ رضیہ بیگم۔ اہمل۔ رقیہ بی بی۔ اشرف روینہ۔ ریحان بی بی۔ ریحانہ۔ زبیرہ بی بی۔ زبیرہ۔ زینب بی بی۔ سائرہ۔ سبط الحسن۔ سین۔ سحرش شہزاد۔ سرداران بانو۔ سرداران بی بی۔ سہرا۔ سانجہ۔ سعدیہ۔ ساندرا اجمان۔ سکندر خان۔ سکینہ بی بی۔ سلطنتہ بیگم۔ سلمان حمید۔ سفیدہ۔ شاذیہ۔ شانزہ کونول۔ شائستہ۔ شاہد امان بی بی۔ شبنمہ رشیدہ۔ شہانہ۔ شہیرہ۔ شہیبہ۔ کمال۔ شرجمیل۔ شفیقتہ ناز۔ شمسہ بی بی۔ شمسہ حسن۔ شمیم اختر۔ شمیم۔ شہناز بوج۔ شیدا بی بی۔ صائمہ ملک۔ صائمہ۔ صدیقہ بیگم۔ صفورہ بیگم۔





عاشق علی۔ عبدالحفیظ۔ عبد الرؤف۔ عبد السلام۔ عامر خان۔ سعید علی۔ سعید محسن۔ عدیل عرفان۔ غلام محمد گھڑا۔ عرفان چیمہ۔ عزیز علی رضاد۔ علی رضا۔ عمر۔ نوٹ اختر۔ فرحت جہاں۔ فرحت بی بی۔ فریدہ جال۔ فریدہ اوصاف۔ فقیر محمد اعجاز۔ فوزیہ زاہد۔ فہم۔ فہیم حسن۔ فیصل۔ قاضی توقیر۔ قاضی ظفر۔ قاضی غفر۔ قاضی عادل عباس۔ قاضی مسعود عباس۔ قاضی مشرف۔ قاضی ذر۔ قاضی نادر۔ کاشف عظیم۔ کاشف کلیم۔ کرن نیل۔ کرن نذر حسین۔ لالہ رش۔ محمد ابراہیم۔ محمد ارشاد۔ محمد ارشد۔ محمد اسحاق۔ محمد اسلم شاہد۔ محمد اسلم بیگ۔ محمد افضل۔ محمد اقبال۔ محمد اقبال۔ محمد انور کمال۔ محمد انور۔ محمد بخش۔ محمد حسین۔ محمد رضافریدی۔ محمد رضوان۔ محمد زاہد۔ محمد سعید انظر۔ محمد شاہد سمیر۔ محمد شہزاد۔ محمد صادق۔ محمد طاہر۔ محمد طاہر رضوان۔ محمد طاہر جاوید۔ محمد عارف۔ محمد غلام۔ محمد عظیم۔ محمد علی رضاد۔ محمد علی۔ محمد عمیر۔ محمد عمیر فیض۔ محمد فیاض شاہ۔ محمد فیصل۔ محمد گلزار۔ محمد ندیم۔ محمد نعیم۔ محمد یعقوب۔ مشتاق خان۔ معاذ صدیقی۔ ملک عابد شاہ۔ ملک عابد۔ ملک کاشف۔ ملک کاشف۔ ملک محمد حنیف۔ منشی نور۔ منشی یونس۔ منشی یاقوت۔ منیر احمد۔ منیر سکندر۔

**انک:** - آصف۔ آفتاب احمد۔ آفتاب جہاں۔ آفتاب حسین۔ آفتاب احسان الدین۔ امر شاہ۔ امر شاہ عمران۔ ادرخ شہزاد۔ اریبہ نوید۔ اٹشان۔ انجم بلال۔ انور مقصود۔ اویس مریم۔ اکیل شاہد۔ امیر امیر بیگم۔ عبد الرزاق۔ پروین اختر۔ خورشید احمد۔ خورشید نذیر۔ خورشید شاہین۔ حاجی خوشنود احمد۔ حاجی عبد الرزاق۔ حاجی عبد العزیز احمد۔ حمیرا یاسمین۔ حمید احمد۔ حمید خوشنود۔ راجہ سلیم۔ روبینہ سمیر۔ زاہدہ یاسمین۔ زاہدہ وسیم۔ سجاد۔ سعید احمد۔ سعید خان۔ سعیدہ بی بی۔ سہیل خوشنود۔ شازیہ۔ شاہد محمود۔ شاہدہ یاسمین۔ شمیمہ وسیم۔ شکیل احمد۔ شہین بی بی۔ شہباز۔ شیراز اجمل۔ صائمہ شیراز۔ صادق۔ صغرا بی بی۔ طارق۔ عبد حیات۔ طارق محمود۔ طیبہ۔ عابد علی شاہ۔ عابدہ صادق۔ عبدالدین۔ عباس علی قادر۔ عبد الرشید۔ عبد الوحید۔ غدرانی بی بی۔ غلام مقصود۔ عظمت سلطان۔ عظیمہ صدیقی۔ عزیزین اسلم۔ فیصل سلطان۔ فیصل خوشنود۔ کاشف عظیم۔ گلزار عظیم۔ گلزار بخش۔ مابن۔ مہارک علی۔ منبر عالم۔ محمد احمد سلمان۔ محمد ارسلان۔ محمد اسلم ملک۔ محمد آصف صادق۔ محمد اعظم۔ محمد انور جاوید۔ محمد حسین۔ محمد سلیم۔ محمد سلیم حیدر۔ محمد صادق۔ محمد فرحان شاہد۔ محمد قیوم۔ محمد مسکین۔ محمد نعمان صادق۔ محمد عثمان صادق۔ محمود عالم۔ محمود مدثر عالم۔ محمد یحییٰ قادر۔ مریم مشتاق۔ مریم عمیر۔ مصباح وقاص۔ ملک گلگاہ دین۔ نادر اعجاز۔ نادیہ انور۔ نازیہ بی بی۔ ناصر اویس۔ ندیم اویس۔ نسیم فروس۔ نصیر الدین۔ نصیر احمد۔ نجف عباس۔ نور البشیر۔ نوید اسلم۔ نویدہ خوشنود۔ داہدہ قاریہ۔ دیکھ سعید۔ ہاتھہ شیراز۔

**جھلم:** - آسامہ گلزار۔ آسامہ احمد۔ اقبال بیگم۔ حبیب احمد۔ حماد۔ حنا حنون۔ راشد محمود۔ ربیعہ طارق۔ رشیدہ خاتون۔ زبیدہ کوش۔ سجاد حسین۔ سلمان احمد۔ سلیم بی بی۔ سید قمر النساء۔ سید منظور حسین شاہ۔ شہنشاہ بیگم۔ صائقہ نسیم۔ طاہر۔ ظہیر حسین۔ عابدہ شائین۔ عالیہ کوش۔ عثمان احمد۔ عدیل احمد۔ عدیل احمد۔ عظمت علی شاہ۔ فرحت یاسمین۔ فریدہ خانم۔ فریدہ کوش۔ فریدہ بیگم۔ قادری ارشاد حسین دار۔ کلثوم بی بی۔ محفوظ بیگم۔ محمد اصغر۔ محمد امین۔ محمد سعید۔ محمد عظیم۔ محمد قرہ۔ محمد مسعود۔ محمد یاسر محمود۔ محمد آصف۔ محمد یعقوب۔ محمد یحییٰ طارق۔ مس تقصود۔ منجول بیگم۔ منیر حسین۔ نائلہ صیف۔ نادیہ اختر۔ نعمان احمد۔ نقوی۔ نوید احمد۔ ولایت بیگم۔ ذاکر نور حسین۔

**سیخو پورہ:** - امتیاز باقی۔ بشری سلطانہ۔ بلال سعید۔ پروین اختر۔ تنویر۔ جمیل اختر۔ جنت بی بی۔ جنید۔ حسن بی بی۔ خاور۔ دیبا۔ رخسانہ۔ رضیہ بی بی۔ رضیہ ظفر۔ رفعت رشیدہ۔ رمضان۔ زبیدہ۔ فوزیہ۔ سحر انجم۔ سیر انجم۔ سمیرا یاز۔ شازیہ۔ شکیلہ صدیق شہناز اختر۔ صائمہ زرین۔ عابدہ شہین۔ عابدہ محمود۔ عظمیٰ شہزادی۔ فرحانہ بتول۔ فرحانہ یاسمین۔ کاشف حرا علی۔ کوش النساء۔ لیلیٰ اشرف۔ محمد احتشام۔ محمد اسحاق۔ محمد شفیق۔ محمد ذوقا احمد۔ مسرت فزا۔ مسرت ہاشمی۔ نادیہ اشرف۔ نازیہ جاوید۔ ناصرہ نسیم۔ نوید سعید۔

**شاہ کوٹ:** - است الرحیم۔ انوری یعقوب۔ پروین اختر۔ پروین۔ تنسیم اختر۔ شامہ جمیلہ اختر۔ جنت بی بی۔ چاندہ مظفر۔ زبیدہ۔ سحر انجم۔ سفیدہ بی بی۔ سمیرا یاز۔ شازیہ اشرف۔ شازیہ انجم۔ شائلہ نورین۔ شہناز اختر۔ عابدہ شہین۔ عارفہ محمود۔ عظمیٰ اشرف۔ عظمیٰ شہزادی۔ کوش النساء۔ لیلیٰ اشرف۔ مسرت انوار۔ نادیہ پروین۔ یاسر حسین۔ یاسمین علی۔

**کوٹ ادو:** - اشرف علی۔ اقصیٰ اشرف۔ اکبر علی۔ امان اللہ۔ امتیاز علی۔ بار حسین۔ بشری بار۔ شتار۔ جاوید اقبال۔ چہدہری اصغر علی۔ حجاب طاہرہ۔ راشدہ شامہ محمود۔ رفعت بی بی۔ روبینہ شائین۔ سعیدہ سعید۔ سکینہ بی بی۔ شکیلہ احمد۔ شامکہ بلالہ نسیم اختر۔ صابرہ بی بی۔ ظفر اقبال۔ عاقبہ تار۔ عباس علی۔ عبد الحفیظ۔ عبد الحمید پاشا عبد الحمید کرمانی۔ عبد الرحمن۔ عبد الستار خان۔ عبد الطیف۔ عبد القاسم۔ عطا محمد۔ غلام مصطفیٰ۔ فیصل شہزاد۔ قیسر امین۔ محفوظ الرحمن۔ محمد احمد غفور۔ محمد اختر۔ محمد اشرف۔ محمد اشرف۔ محمد اویس بارہ۔ محمد برہان۔ محمد ہمال۔ محمد بناری۔ محمد خورشید۔ محمد شاہ ندیم۔ محمد شہزاد۔ محمد عابدہ بیگم۔ محمد یاسمین۔ محمودہ اشرف۔ محمد یحییٰ بارہ۔ مستنصر باللہ ندیم۔ مظفر مہدی۔ میان عبد الرؤف۔ ناصرہ پروین۔ نقیس ستار۔ ذاکر عرفان صدیقی۔ ین شاہد۔ یاز خان۔ یاسین فراز۔



# عرس مبارک ابدالِ حق قلندریا بابا اولیاء



وہی آخر ہے وہی ظاہر ہے وہی باطن ہے۔ اللہ تعالیٰ خود فرماتے ہیں کہ جہاں تم دوہو گے وہاں تیسرا میں ہوں، نحسن اقرب الیہ من حبل الورد۔ یعنی جو رگ جان سے بھی زیادہ

قریب ہوں (اللہ تعالیٰ نے یہ بھی فرمایا ہے کہ تمہاری موت تمہاری حیات سب میری دوسری میں

قاری صاحبزادہ محمود حسین نے تلاوت قرآن پاک، سید اسد ایوب نے نعت اور انیس حجازی نے منقبت پیش کی، احتشام الحق نے نظامت کے راضی سر انجام دیئے۔

سلسلہ عظیمیہ کے امام حضرت قلندریا بابا اولیاء رضی اللہ عنہ کے چھتیسویں یوم وصال کی مرکزی تقریب 27 جنوری 2015ء کو مرکزی مراقد ہال، سر جانی روڈ، کراچی میں منعقد ہوئی۔ شرکاء سے خطاب کرتے ہوئے سلسلہ عظیمیہ کے شہد حضرت خواجہ غس الدین عظیمی صاحب نے فرمایا:



”مکانے میں مالک اور خالق ہستی اللہ تعالیٰ ہے۔ جو چیز اللہ کی طرف سے آتی ہے اور اللہ کی طرف لوٹ جاتی ہے“۔ اللہ تعالیٰ نے یہ بھی فرمایا کہ وہی اول ہے،



صلوٰۃ و سلام پیش کیا جا رہا ہے



ہاں! آپ ہمارے رب ہیں....

تو ہم نے اللہ کو ملنا، اقرار کیا، سجدے میں گئے، تو اللہ کو اب کیوں نہیں دیکھ سکتے۔ اللہ تعالیٰ کو جاننے کے لیے ضروری ہے کہ آدمی سب سے پہلے اپنے آپ کو پہچانے، من عرف نفسه فقد عرف ربه جس نے خود کو پہچان لیا اس نے اپنے رب کو پہچان لیا۔

وما ادراك ما علين ، وما ادراك ما مسحين ،  
کتاب المعروف۔ ہر وہ عمل جو خیر ہے علیین ہے، اور یہ جو دنیا کی زندگی میں خرافات ہیں، یہ سب محسین ہے، ہر عمل کی ویڈیو فلم بن رہی ہے۔

ہے۔ رزق بھی ملتا ہے، بصارت بھی دیتا ہوں، ذہن، عقل، فہم، شعور ہے۔ اللہ کا عطا کردہ ہے، اللہ ماں کے پیٹ میں آبیاری کرتا ہے۔

میرا آپ سب حضرات سے سوال یہ ہے کہ جب سب کچھ اللہ ہے، اللہ نے آپ کو بھیجا، مرے کے بعد بھی اللہ کے پاس آدمی چلا جاتا ہے۔ تو کوئی آدمی ایسا ہے جو یہ کہے کہ جی میں نے اللہ کو دیکھا ہے۔

قرآن اس بات کی تصدیق کرتا ہے۔ روزِ ازل اللہ تعالیٰ نے فرمایا تھا! لست بر حکم.... ”کیا میں تمہارا رب نہیں ہوں؟“.... مخلوق اللہ کو دیکھتی ہے، کہتی ہے ”جی

اقدس میں ہدیہ صلوة والسلام پیش کیا گیا اور ملک میں امن و امان کی صورت حال میں بہتری کے لیے، ملک کی سلامتی و خوشحالی کے لیے دعائیں مانگی گئیں۔

اس تقریب میں پاکستان کے مختلف شہروں کے علاوہ امریکہ، کینیڈا، برطانیہ، ہالینڈ، روس، آسٹریلیا، انڈونیشیا، متحدہ عرب امارات اور بحرین سے مختلف شعبہ ہائے زندگی سے تعلق رکھنے والے ہزاروں افراد نے شرکت کی۔ تقریب کی نظامت کے فرائض احتشام الحق نے سرانجام دیے۔

سلسلہ عظیمیہ کے کارکنان نے زائرین کو سہولتوں کی فراہمی کے لیے بہت اچھے انتظامات کئے تھے۔ باہر سے آنے والے زائرین نے ان انتظامات کو سراہا اور عظیمیہ کارکنان کی بہت تعریف کی۔

ورکشاپ اور عرس کے انتظامات کے لیے ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی گزشتہ کئی سال سے مختلف کمپنیاں قائم کرتے ہیں۔ یہ کمپنیاں کوارڈینیٹس کمیٹی اور ورکشاپ کمپنیاں کہلاتی ہیں۔ ان کمپنیوں کے ارکان انتہائی عقیدت اور احترام سے قلندر بابا اولیاء کے عرس کے زائرین کی مہمان نوازی اور دیگر خدمات سرانجام دیتے ہیں۔

رپورٹ: آصف کامران تصاویر: رحمن اللہ

عام طور پر چھ سات سال کے بچوں کی عمر میں یاد رہتی ہیں، ابھی آپ آنکھیں بن کر کے کوئی بھی اچھے دس سال کی عمر کی بات سوچئے، آپ کو اس عمر کی کوئی بات یاد آتی ہے۔ آپ نے محض دو منٹ کے لیے غور کیا اور زندگی کا ریکارڈ آپ کے سامنے آگیا، اور زیادہ دیر کرتے تو اور بھی یاد آجاتا۔ اب وہ جو آپ نے اللہ کو کہا تھا کہ قالوا بلی جی ہاں آپ ہمارے رب ہیں۔ وہ کیوں نہیں دیکھ سکتے؟...

اس کا مطلب یہ ہوا کہ ہر انسان اگر چاہے تو وہ چیزیں جو ازل میں دیکھ چکا ہے۔ جو اللہ کی ربوبیت کا اقرار کر کے سجدہ کر چکا ہے، اگر وہ اس پر کنسنٹریشن کر لے، تو وہ اس عالم کو بالکل اسی طرح دیکھ لیتا ہے جس طرح وہ اپنا بچپن دیکھ لیتا ہے۔...

قبل ازیں قاری صاحبزادہ محمود حسین نے قرآنی آیات کی تلاوت کی۔ نعت رسول مقبول ﷺ معروف نعت خواں سید اسد ایوب نے پیش کی انیس تجازی نے حضرت قلندر بابا اولیاء کی شان میں شہادت پڑھی۔ سلسلہ عظیمیہ کے ان دوستوں کے لیے جو گزشتہ سال اس دنیا سے رخصت ہو گئے، دعائے مغفرت کی گئی۔ محفل کے اختتام پر نبی آخر حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کی خدمت

افتح کے کالم میں اشاعت کے لیے رپورٹس ارسال کرنے والے نواتین و حضرات سے درخواست ہے کہ تقریب کے انعقاد کے فوراً بعد رپورٹ ارسال کر دیا کریں، نیز رومانی ڈائجسٹ میں شائع شدہ رپورٹس کا مطالعہ کریں اور اسی انداز کو مد نظر رکھ کر نوٹش تحریر میں ایک سطر چھوڑ کر صفحے کے ایک جانب لکھ کر ارسال کریں۔ مقررین کی تصاویر کی پشت پر بال پوائنٹ سے ان کے نام ضرور تحریر کریں۔ رپورٹس کی اشاعت ان کی اہمیت اور نوعیت کی بنیاد پر کی جاتی ہے۔ در سے موصول ہونے والی، بے ترتیب اور غیر واضح رپورٹس شائع نہیں کی جاسکیں گی۔ (ادارہ)



امریکن مارکیٹ میں

اپنے کاروبار کے فروغ کیلئے

ایک بہترین ذریعہ

ہفت روزہ

# نیوز پاکستان

امریکہ کا سب سے زیادہ پڑھا جانے والا اردو اخبار

Weekly

## NEWS PAKISTAN

Contact:

**Ph:** 718-558-6080 **Fax:** 718-558-6079

**Email:** newspakistan@aol.com

248-04 Hookcreek Blvd, Rosedale, New York-11422 USA

روزنامہ ڈائجسٹ

198



تیسرا ایڈیشن

الحمد لله

ڈاکٹر وقار حسین عظیمی کی کتاب

# نکاح و عداوت شرعی سے حفاظت

کا تیسرا ایڈیشن شائع ہو گیا ہے

قرآنی آیات، احادیث نبوی ﷺ  
اور اولیاء اللہ کی تعلیمات کی روشنی میں  
نکاح و عداوت شرعی کی وضاحت اور ان سے  
حفاظت و حفاظت کے لیے اوراد و وظائف...



اس کتاب میں جنات کی حقیقت اور انسانوں کے ساتھ  
جنات کے رابطوں اور تعلقات کا ذکر بھی شامل ہے۔

اپنے دل سے طلب فرمائیں یا  
بذریعہ رجسٹرڈ ایڈریس یا ای میل کے لیے رابطہ کریں

سرکولیشن ایڈیٹر، مکتبہ روحانی ڈائجسٹ

1-D, 1/7، ٹی 1-36606329، فون: 021-36606329

ای میل: manager\_roohanidigest@yahoo.com

صوفی بزرگ خواجہ شمس الدین عظیمی کی زیر ادارت

# ماہنامہ قلندر شعور کراچی

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

ایڈیٹر: علیم سلام عارف عظیمی

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

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

فون نمبر: 021-36912020

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



غصہ ٹھنڈا ہو جائے گا تو میں تمہیں واپس لے جاؤں گا۔

پانچ ماہ سے میں اپنے گھر میں ہوں، انہوں نے اپنے بیٹے پر بھی پابندی لگا دی ہے کہ وہ مجھ سے نہ ملے۔ میرے شوہر اپنی ماں سے چھپ کر مجھ سے ملنے آتے ہیں۔ میں کہتی ہوں کہ فلاں دن ڈاکٹر کے پاس چیلڈ آف کے لیے جانا ہے تو بہت خوف زدہ ہو جاتے ہیں کہ اگر ماں کو پتا چل گیا تو گھر میں ان کی شامت آجائے گی۔

جوں جوں وقت گزرتا جا رہا ہے میرے ذہن میں عجیب عجیب خیالات آتے لگتے ہیں۔ پتا نہیں بچہ کی پیدائش کے بعد ساں کا رویہ کیا ہوگا۔

جواب: رات سوئے سے پہلے 101 مرتبہ سورہ الملک (67) کی پہلی دو آیات گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے حالات کی بہتری، خیر و برکت اور پرسکون زندگی کے لیے اللہ تعالیٰ کے حضور دعا کریں۔

یہ عمل نوے روز تک جاری رکھیں۔

ساس کا راج

☆☆☆

سوال: میری شادی خاندان سے باہر ہوئی ہے۔ میرے شوہر کے پانچ بھائی اور ایک بہن ہے۔ شوہر بھانپوں میں چوتھے نمبر پر ہیں۔ سسرال میں ساں صاحبہ کی مرضی کے بغیر کوئی کام نہیں ہو سکتا۔ میرے سسر بھی ان کے معاملات میں مداخلت نہیں کرتے۔

ساں صاحبہ نے مجھے اور میرے شوہر سے کہا کہ جب تک میں نہ کہوں تم لوگ اولاد پیدا نہیں کرو گے۔ شوہر نے دو سال تک پرہیز کیا۔ اس کے بعد جیسے ہی پرہیز ختم کیا اللہ کے فضل و کرم سے میری کو دبھر گئی۔ ساں صاحبہ کو پتا چلا تو وہ غصے میں آپے سے باہر ہو گئیں اور بیٹے کو حکم دیا کہ فوراً حمل ضائع کر دو۔ میرے شوہر نے اپنی ماں کی بات نہ مانی اور ابارشن کروانے سے منع کر دیا۔ اس پر ساں صاحبہ نے مجھے کہا کہ تم میرے گھر سے نکل جاؤ۔ شوہر نے ماں کے غصے کو دیکھتے ہوئے مجھے میری والدہ کے گھر چھوڑ دیا کہ کچھ دنوں بعد ماں کا

## مکان بمبیں فروخت کر دو ورنہ....!!

☆☆☆

سوال: ہم شہر کے ایک پوش علاقے میں گزشتہ پانچ سال سے رہ رہے ہیں۔ چھ ماہ پہلے ہمارے گھر کی بیک سائیڈ والا مکان فروخت ہوا تھا۔ اس کے ایک ماہ بعد انہوں نے میرے شوہر سے ہمارا مکان خریدنے کی خواہش ظاہر کی۔ میرے شوہر نے کہا کہ ہمارا مکان بیچنے کا کوئی ارادہ نہیں ہے۔

اس کے بعد ایک ماہ میں ہمارے گھر مختلف دنوں میں پانچ چھ افراد آئے کہ ہمیں آپ کا مکان خریدنا ہے۔ شوہر نے سب کو منع کر دیا۔ ان میں آنے والی آخری پارٹی نے ہمارے انکار پر کہا کہ دیکھتے ہیں کہ تم یہ مکان کیسے فروخت نہیں کرتے۔ تم یہاں رہ کر تود کھاؤ۔

اس بات کے چند روز بعد ایک رات میں اور شوہر سے سوچے تھے کہ ہم دونوں کی اچانک آنکھ کھل گئی اور ہمیں بے کمرے میں عجیب سی وحشت محسوس ہونے لگی۔ ہم اسے کمرے سے باہر نکل آئے۔ اس رات ہم دونوں سو نہیں سکے۔

صبح میں شوہر کے پتے لینے الماری کے پاس گئی تو الماری سے لے کر بیڈ تک خون کا باریک باریک لکیریں پڑی ہوئی تھیں۔ جنہیں میں سے صاف کر دیا۔ دوسرے دن پھر خون کی لکیریں پورے بیڈ روم میں پڑی ہوئی تھیں۔ اس کے بعد سے گھر کے تمام افراد بے چینی محسوس کرنے لگے اور بات بے بات آپس میں لڑنے لگے ہیں۔ شوہر کے مزاج میں بھی غصہ آ گیا ہے۔ اب وہ اکثر سر میں درد اور طبیعت بوجھل رہنے کی شکایت کرتے ہیں۔

میں بھی بیمار رہنے لگی ہوں۔ آپ سے درخواست ہے کہ آپ بتائیں کہ ہمارے ساتھ کیا معاملہ ہو رہا ہے اور اس سے نجات کے لیے ہم کیا کریں۔

جواب: صبح اور شام کے وقت آکسیں آکسیں مرتبہ سورہ البقرہ (02) کی آیت 109 اور سورہ حشر (59) کی آیت 22 تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر شہد پر اور تھوڑے پانی پر دم کر لیں۔ دم کیا ہوا شہد ایک ایک چمچی دونوں میاں بیوی پیئیں۔ یہ دم کیا ہوا پانی گھر کے چاروں کونوں میں دیواروں پر چھڑک دیں۔

رات ہونے سے پہلے سات مرتبہ سورہ فلق، سات مرتبہ سورہ الناس اور تین مرتبہ آیت انکس پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیں۔

A-4 سائز کے ایک سفید کاغذ پر سیاہ روشنائی سے سورہ الزلزال لکھ کر یا پرنٹ آؤٹ نکلوا کر بیڈ روم میں اس کے سرہانے کی طرف دیوار پر آویزاں کر دیں۔

حسب استطاعت صدقہ بھی کر دیں۔  
ضد ونا فرمانی

☆☆☆

سوال: میری شادی کو پچیس سال ہو گئے ہیں۔ میری چار بیٹیاں ہیں۔ سب سے چھوٹی بیٹی پچھلے سال آٹھویں کلاس میں فیل ہو گئی تھی۔ بہنوں نے اسے سمجھایا تو وہ بہنوں سے ناراض ہو گئی۔ اس کی یہ ناراضگی رفتہ رفتہ اتنی بڑھی کہ اب وہ گھر میں بات بے بات بہنوں سے لڑتی جھگڑتی ہے۔

تینوں بڑی بہنیں اس سے بہت محبت کرتی ہے۔ چھوٹی بیٹی گھر کا کوئی کام نہیں کرتی، گھر کی چیزوں کو بے ترتیب کر کے خوش ہوتی ہے۔ اگر سمجھاؤں تو غصہ

زین العابدینؑ

## عظیمی ریکی سینٹر..... تاثرات

(محمد آصف.... کراچی)

میں سینئر ایئر کاسٹوڈنٹ ہوں۔ دو سال سے شدید ڈسٹ الرجی کے مرض میں مبتلا تھا۔ گھر یا آفس میں تھوڑی سے ڈسٹنگ کی جائے تو مجھے فوراً الرجی شروع ہو جاتی اور سانس رکنے لگتا، آنکھیں سرخ ہو جاتیں، ناک سے پانی بہنے لگتا، سر درد ہو کر بخار کی کیفیت بھی رہنے لگی۔

اس الرجی اور سانس کی تکالیف کی وجہ سے میری پڑھائی متاثر ہوئی۔ کافی علاج کروایا مگر وقتی افاتہ ہی ہوتا پھر تکلیف ہو جاتی۔ ایک دوست نے عظیمی ریکی سینٹر سے رابطہ کرنے کا مشورہ دیا۔ عظیمی ریکی سینٹر میں ریکی کے چند سیشن لینے کے بعد مجھے محسوس ہوا کہ میری قوت مدافعت میں نمایاں اضافہ ہوا ہے۔ اب گردوغبار سے تکلیف تو ہوتی ہے لیکن پہلے کی طرح نہیں۔ اب میں کافی دیر تک خود پر قابو رکھنے میں کامیاب رہتا ہوں۔ ناک سے پانی بہنے کی شکایت میں کمی کی آہنی ہے۔

انتقال کر گئے۔

میں تو زچھوڑ شروع کر دیتی ہے۔

میرے ساتھ نکاح کے بعد ان کے ساتھ بھی یہی مسئلہ درپیش ہوا جو میری پہلی شادی میں ہوا تھا مگر یہ کہتے ہیں کہ میں صحت مند ہوں۔ مجھے نہیں معلوم کہ میرے ساتھ ایسا کیوں ہو رہا ہے۔

میرے شوہر نے ڈاکٹر سے رجوع کیا ہے۔ وہ کہتے ہیں کہ سب ہارٹ ہے۔

جب شوہر میرے پاس آنے کی کوشش کرتے

ہیں تو ان کے سر میں درد شروع ہو جاتا ہے اور پھر ان

کے جذبات سرد پڑ جاتے ہیں۔ میری سمجھ میں کچھ نہیں

آ رہا کہ یہ کوئی بیماری ہے یا پھر کسی حسد یا نظر کا اثر ہے۔

اس سلسلے میں ہم میاں بیوی کو آپ کی رہنمائی اور

مدد کی ضرورت ہے۔ ایک جاننے والی خاتون نے آپ

سے سننے کا کہا ہے۔ ہم حیدرآباد میں رہتے ہیں۔ اگر آپ

کہیں تو میرے شوہر آپ سے آکر مل لیں۔

جواب: آپ کے شوہر چاہیں تو کسی روز مطب

میں تشریف لے آئیں۔

جواب: رات سوئے سے قبل 101 سورہ

بنی اسرائیل (17) کی آیت نمبر 53 گیارہ گیارہ مرتبہ

دودھ شریف کے ساتھ پڑھ کر چھوٹی بیٹی کا تصور کر کے دم

گردیں اور بڑی بہنوں کے ساتھ حسن سلوک اور آپ کی

فرمانبرداری و سعادت مند بننے کی دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم

چالیس روز تک جاری رکھیں۔ رہ جانے والے دن

شمار کر کے بعد میں پورے رکھیں۔

ازدواجی حقوق سے محرومی

☆☆☆

سوال: میری شادی تین سال پہلے میرے ایک

کزن کے ساتھ ہوئی تھی۔ جو چار ماہ بعد ہی ختم ہو گیا

تھی کیونکہ وہ حق زوجیت ادا کرنے کے قابل نہ تھے

اور نہ ہی اپنا علاج کروانے پر تیار تھے۔

دو ماہ پہلے میری دوسری شادی ایک شادی شدہ

شخص سے ہوئی۔ ان کی بیوی کا چار سال پہلے انتقال ہو گیا

تھا۔ ان کے ہاں دو بیٹے ہوئے تھے جو چند ماہ بعد

درج ذیل فون نمبر پر رابطہ کر کے مزید معلومات

021-36688931-021-36685469

پرموشن ہوجائے....

☆☆☆

سوال: میرے شوہر ایک سرکاری محکمے میں بیس سال سے ملازمت کر رہے ہیں۔ وہ اپنا کام بڑی ایمانداری اور محنت سے کرتے ہیں اس کے باوجود پتا نہیں کیا بات ہے کہ ان کی پرموشن دوسرے درجہ میں روک کر ان سے جو تیز افراد کو ترقی دے دی گئی ہے۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد 101 مرتبہ سورہ ابراہیم (14) کی آیت 12 گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اللہ تعالیٰ کے حضور شوہر کے پرموشن میں حائل رکاوٹیں دور ہونے کی دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔

چھوٹے بیٹے کا حق ملا جائے

☆☆☆

سوال: میرے شوہرنے دو شادیاں کی تھیں۔ میں ان کی دوسری بیوی ہوں۔ پہلی بیوی سے دو بیٹے ہیں اور مجھ سے میں بیٹے ہیں۔

شوہر کا ایک بیٹروں پر چاہا۔ ماشاء اللہ معاشی خوشحالی تھی۔ اچھے وقت میں شوہرنے ہر بیٹے کے لیے ایک ایک مکان لیا تھا اور جس گھر میں ہم رہ رہے ہیں یہ انہوں نے میرے چھوٹے بیٹے کے نام کر دیا تھا۔ پانچ سال پہلے شوہر پر اچانک فالج کا حملہ ہوا۔ ان کے علاج پر ایک بڑی رقم خرچ ہوئی۔ چار سال میں ہی سارا کاروبار ٹھپ ہو گیا۔ بڑے بیٹے نے اپنا کاروبار شروع کرنے کے لیے چھوٹے بیٹے کے نام گھر کی فائل لی کہ ایک سال میں واپس کر دوں گا۔ اب اس کا کاروبار

سیٹ ہو گیا ہے لیکن وہ میرے چھوٹے بیٹے کے گھر کی فائل واپس نہیں کر رہا ہے۔

سب بھائیوں نے بھی بڑے بھائی کو سمجھانے کی کوشش کی لیکن وہ کسی کی بات ماننے پر تیار نہیں ہے۔ آپ کوئی وظیفہ بتائیں کہ کسی لڑائی بھگڑے کے بنا میرے بیٹے کا حق اسے مل جائے۔

جواب: رات سونے سے قبل اکیس مرتبہ سورہ الاعراف (7) کی آیت نمبر 157 میں سے

يَا أَيُّهَا هُمْ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَاهُمْ عَنِ الْمُنْكَرِ  
وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ  
الْخَبَائِثَ وَيَضَعُ عَنْهُمْ إِصْرَهُمْ وَالْأَغْلَالَ  
الَّتِي كَانَتْ عَلَيْهِمْ فَالَّذِينَ آمَنُوا بِهِ  
وَعَزَّزُوا وَتَصَبَّرُوا وَاتَّبَعُوا النُّورَ الَّذِي أُنزِلَ  
مَعَهُ أُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اس بیٹے کا تصور کر کے دم کر دیں اور دوسرے بھائی کے حق کی ادائیگی کی توفیق ملنے کی دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک یا نوے روز تک جاری رکھیں۔

بات بچی ہونے کے بعد

انکار ہوجاتا ہے

☆☆☆

سوال: میری عمر تیس سال ہے۔ میری ابھی تک شادی نہیں ہوئی۔ پچیس سال کی عمر میں پچازاد سے رشتہ طے ہوا تھا۔ خاندانی رنجش کی وجہ سے یہ رشتہ دو سال بعد ختم ہو گیا۔ اس کے ایک سال بعد میرا رشتہ فیملی سے باہر طے ہوا۔ شادی کی تاریخ طے ہونے والی دعوت میں لڑکے کی والدہ نے کسی بات کا برا منایا اور گھر جا کر رشتے سے انکار کر دیا۔

رمضان ۱۴۳۸ھ

رہتے ہیں۔ پتا نہیں کس کی نظر لگھائی کہ میرے شوہر کی نشہ کرنے والوں سے دوستی ہوگئی۔ بڑی صحبت میں پڑ کر وہ بھی نشہ سے بھری سگریٹ پینا شروع ہو گئے۔

وقار عظمیٰ صاحب.... آپ کوئی وظیفہ عنایت فرمائیں کہ میرے شوہر کو نشہ کی عادت سے نجات ملے۔  
جواب: عشاء کی نماز کے بعد اکتالیس مرتبہ سورہ مانده (5) کی آیت 90 گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اللہ تعالیٰ کے حضور دعا کریں کہ آپ کے شوہر کو نشہ کی عادت سے نجات ملے۔ عمل کی مدت نوے روز ہے۔ نانہ کے دن شمار کر کے بعد میں پورے کر لیں۔

پڑھائی سے بے زاری

☆ ☆ ☆  
سوال: میرے شوہر کا دس سال پہلے انتقال ہو گیا تھا۔ میں نے جاب کر کے اپنی دونوں بیٹیوں کو پڑھایا۔ میری بڑی بیٹی بی بی ایس۔ سی کر رہی ہے اور چھوٹی بیٹی ایف۔ اے میں ہے۔ دونوں بچیاں ماشاء اللہ مجھ وار اور ذہین ہیں۔

اس سال برہنہ بیٹی کو پڑھائی میں دشواری پیش آرہی ہے۔ وہ جب کبھی پڑھنے بیٹھتی ہے تو اس پر بے زاری طاری ہو جاتی ہے۔ کئی بار پڑھتے ہوئے سر میں درد بھی شروع ہو جاتا ہے۔

میں نے آئی اسپیشلسٹ سے اس کی آنکھیں چیک بھی کروائیں۔ اس کی نظر بالکل ٹھیک ہے۔ اب اس کا دل پڑھائی میں نہیں لگتا۔ پڑھنے کے نام سے ہی اسے گھبراہٹ ہونے لگتی ہے۔ محلے کے مولوی صاحب کہتے ہیں کہ نظر ہے۔ انہوں نے پڑھنے کو بتایا۔ میں نے دم کیا تو کچھ بہتر ہوئی لیکن چند

اس کے بعد سے میرا کوئی رشتہ نہیں آیا۔ میرے والد حیات نہیں ہیں۔ والدہ صاحبہ میری فکر میں بیمار اور ڈپریشن میں رہنے لگی ہیں۔

جواب: صبح اور شام کے وقت اکتالیس اکتالیس مرتبہ سورہ الانعام (6) کی آیت 102 سات سات مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیں اور اللہ تعالیٰ کے حضور دعا کریں۔  
وضو بے وضو کثرت سے یا کحفیظ یا وکیل کا ورد کرتی رہیں۔

شک اور یقین کے درمیان ....

☆ ☆ ☆  
سوال: والد صاحب کے انتقال کے بعد ان کی تمام پر اپنی ہم تین بھائیوں اور تین بہنوں میں تقسیم کر دی گئی۔ میں ایک جگہ ملازمت کر رہا ہوں لیکن چاہتا ہوں کہ ملنے والی رقم سے کوئی کاروبار بھی شروع کروں۔  
تجربہ نہ ہونے کے سبب میں ہچکچا رہا ہوں۔ میرے ایک دوست نے مشورہ دیا کہ ان کے محلے میں ایک صاحب لوگوں کے انوسٹمنٹ سے کاروبار کرتے ہیں اور ہر ماہ معقول منافع دیتے ہیں۔

میں نے اپنے بھائیوں سے مشورہ کیا تو انہوں نے یہ کام کرنے سے سختی سے منع کیا ہے لیکن میرا دل کہتا ہے کہ یہ موقع ہاتھ سے نہ جانے دوں۔  
جواب: بہتر ہو گا کہ آپ اپنے بھائیوں کے مشورے پر عمل کریں۔

نشہ کی لت لگ گئی

☆ ☆ ☆  
سوال: میری شادی کو پانچ سال ہو گئے ہیں۔ میرے دو بچے ہیں۔ ہم کرائے کے مکان میں



دنوں بعد پھر وہی کیفیت ہوگئی۔

جواب: شام کے وقت تین سو مرتبہ

اَلْمَلِكِ الْقُدُّوسِ ○

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی پر دم کر کے اپنی بیٹی کو پلائیں اور پڑھائی میں دل لگنے کی دعا کریں۔ یہ عمل ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

بیٹی سے کہیں کہ وہ رات سونے سے پہلے سات مرتبہ سورہ فلق، سات مرتبہ سورہ الناس اور تین مرتبہ آیت الکرسی پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیں۔ یہ عمل کم از کم اکیس روز تک جاری رکھیں۔

حسب استطاعت صدقہ بھی کر دیں۔

بیٹی سے کہیں کہ وہ چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے یا حَفِيظًا يَا عَلِيْمًا يَا سَلَامًا ۞ درود کرتی رہیں۔

رشتے نہیں آتے

☆☆☆

سوال: میرے دو بیٹے اور تین بیٹیاں ہیں۔ بیٹیوں کی شادیاں لگ چکی ہیں لیکن میری بیٹیوں بیٹیوں کی شادی نہیں ہوئی۔ ماشاء اللہ خوبصورت اور اعلیٰ تعلیم یافتہ اور اچھے عہدوں پر کام کرتی ہیں۔

میری بیٹیاں تعلیم اور کیریئر کے معاملہ میں تو کامیاب ہو گئیں لیکن ازدواجی خوشحالی سے محروم ہیں۔ بڑی بیٹی کی عمر تیس سال ہو گئی لیکن اس کے رشتے آتے ہی نہیں ہیں۔

کچھ عرصے سے بڑی دو بیٹیوں نے شادی سے عدم دلچسپی ظاہر کر دی۔ وہ اب اپنے کیریئر پر مکمل توجہ دینا چاہتی ہیں لیکن ایک ماہ ہونے کے ناطے میں بیٹیوں کو گھر بٹھا کر نہیں رکھ سکتی۔

دونوں چھوٹی بیٹیوں کے رشتے بہت کم آئے لیکن

اب اگر کوئی بھولا رشتہ آجھی جائے تو وہ لڑکے والوں کے سامنے جانے میں اپنی بے عزتی محسوس کرتی ہیں اور بہت اصرار راضی ہوتی ہیں۔

میں پیار، شوگر، بلڈ پریشر کی مرلیض ہوں۔ بیٹے اپنی بیوی اور بچوں کے ساتھ ساتھ میرا اور بہنوں کا بہت خیال رکھتے ہیں لیکن وہ بھی اس معاملے میں کیا کر سکتے ہیں۔

بیٹیوں کی عمریں نکلی جا رہی ہیں۔ ان کا کیا ہو گا یہ سوچ سوچ کر ڈپریشن بھی رہنے لگا ہے۔

جواب: آپ عشاء کی نماز کے بعد 101 مرتبہ سورہ بقرہ کی آیت، 163 گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر بیٹیوں کے لیے اچھے رشتے آنے اور خیر و عافیت کے ساتھ شادی اور خوش و خرم ازدواجی زندگی کے لیے دعا کریں۔ یہ عمل نوے دن تک جاری رکھیں۔

رات سونے سے پہلے آتا لیس مرتبہ

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ

لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ ○  
سات سات مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی پر دم کر کے بیٹیوں کو پلا دیں یا بیٹیاں خود پڑھ کر پانی پر دم کر کے پی لیں۔ یہ عمل کم از کم اکیس روز یا ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

حسب استطاعت ہر جمعرات اکیس یا آتا لیس روپے خیرات کر دیا کریں۔

متوازن غذا اور ورزش

☆☆☆

سوال: میری عمر بائیس سال ہے۔ میں انزکا اسٹوڈنٹ ہوں۔ میں بچپن ہی سے جسمانی طور پر بہت کمزور ہوں۔ اس وجہ سے میں شدید احساس کمتری میں مبتلا ہوں۔

میرا ذہن منتشر رہتا ہے۔ یادداشت بے حد کمزور

رُحْمَانَ الرَّحْمٰتِ

ہو چکی ہے۔ خود اعتمادی بھی نام کو نہیں ہے۔

جواب: بہتر ہوگا کہ صبح فجر کی نماز کے بعد کم از کم 45 منٹ تک جاگنگ اور ہلکی پھلکی ورزش کریں۔ کچھ عرصے بعد کسی قریبی ہیلتھ کلب میں داخلہ لے لیں۔ لیکن وہاں بھی شروع میں زیادہ وزن نہ اٹھائیں، بلکہ یا درمیانی وزن کے ساتھ مناسب ورزش کریں۔

روزانہ صبح شام ایک ایک گلاس نیم گرم دودھ ضرور پیئیں۔ کھانوں میں گوشت کے علاوہ روزانہ سبزیاں اور دالیں بھی لیا کریں۔ یونانی مرکب جوارش شامی اور شربت جگر کا صبح شام استعمال بھی مفید رہے گا۔

استخارہ کر لیں

☆☆☆☆

سوال: میرے دو بیٹے ہیں۔ دونوں ایک ساتھ کاروبار کرتے ہیں۔ بڑے بیٹے کا ایک دوست بیرون ملک مقیم ہے۔ اس نے میرے بیٹے کو وہاں کاروبار شروع کرنے کا شور دیا ہے۔ میں اور میرا بیٹا مل کر اس میں ہیں۔ سمجھ نہیں آتا کہ ہاں کریں یا انکار کریں۔

جواب: بہتر ہوگا کہ استخارہ کر لیا جائے۔ استخارے کا ایک طریقہ حسب ذیل ہے۔

رات سونے سے پہلے وضو کر لیں اور آیتیں مرتبہ  
اَفْتَحْ اَفْتَحْ

يَا بَدِيعُ الْعَجَائِبِ بِالْخَيْرِ يَا بَدِيعُ

تین تین مرتبہ درود بختری

صَلِّ اللَّهُ تَعَالَى عَلَيَّ حَبِيبِهِ

مُحَمَّدٍ وَآلِهِ وَسَلَّمَ

پڑھیں۔ اس کے بعد ستر پرائیں کر وٹ لیٹ کر چہرے

کے نیچے دائیں ہاتھ کی ہتھیلی رکھ کر سو جائیں۔ اگر پہلی رات جواب واضح نہ ہو تو استخارہ تین یا پانچ راتوں تک کر لیا جائے۔ انشاء اللہ خواب میں واضح اشارہ مل جائے گا۔

پیٹ کم ہو جانے

☆☆☆☆

سوال: میری عمر پینتیس سال ہے۔ میری دو بیٹیاں ہیں۔ دوسری بیٹی کی پیدائش کے بعد سے میرا پیٹ بہت بڑھ گیا ہے۔ وزن بھی بڑھ رہا۔ پیٹ کم کرنے کے لیے میں نے روزانہ صبح ایک گھنٹہ واک کرنا شروع کر دی ہے۔ ایک ماہ ہو گیا ہے لیکن کوئی خاص فرق نظر نہیں آ رہا ہے۔

آپ کے ادارے کی ہر بل مہینہ کے بارے میں بہت سنا ہے کہ اس کے استعمال سے کئی خواتین نے اپنا وزن کم کیا ہے۔ میں بھی مہینہ استعمال کرنا چاہتی ہوں۔

بڑے کرم یہ بتائیں کہ مجھے مہینہ کتنے عرصے استعمال کرنا ہوگی اور اگر کوئی پرہیز ہو تو وہ بھی تحریر فرمادیں۔

جواب: وزن کم کرنے کے لیے برسوں سے استعمال ہونے والی عطیسی لہیا ٹیبلٹ کی تیار کردہ ہر بل ٹیبلٹ مہینہ بہت مفید پائی گئی ہے۔

صبح نہار منہ اور شام کے وقت دو دو گولی مہینہ پانی کے ساتھ لیں۔

کھانوں میں شکر، مٹھائیاں، سوفا ڈرنگس، آسکریم وغیرہ نہ لیں۔ کھانا کھانے کے فوراً بعد پانی نہ پیئیں۔

ہر بل ٹیبلٹ مہینہ کی ہوم ڈیلوری کے لیے درج ذیل فون نمبر پر آڈر بک کروایا جاسکتا ہے۔

021-36604127



اپریل 2015ء

## شک

☆☆☆

درود شریف کے ساتھ 101 مرتبہ سورہ الزمر (39) کی آیت نمبر 33-34 گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر بیٹی کی اچھے خاندان میں شادی اور خوش گوار ازدواجی زندگی کے لیے دعا کریں۔  
یہ عمل کم از کم چالیس روز اور زیادہ سے زیادہ نوے روز تک جاری رکھیں۔

تین ماہ تک ہر جمعرات کو کم از کم ایک مستحق شخص کو دو وقت کا کھانا کھلائیں یا کسی اور طرح ضرورت مند کی مدد کریں۔

### دمہ کی تکلیف

☆☆☆

سوال: میرے بچے کی عمر آٹھ سال ہے۔ اسے گزشتہ دو سال سے دمہ کی تکلیف ہے۔  
ڈاکٹری علاج ہو رہا ہے۔ بعض مرتبہ اتنا شدید دورہ پڑتا ہے کہ سانس گھٹ جاتا ہے۔ سینے میں بلغم بھرا رہتا ہے۔

جواب: ڈاکٹری علاج اور ضروری پرہیز کے ساتھ بخور و روحانی علاج صبح شام اکیس اکیس مرتبہ ”یا فآرقی“ پڑھ کر ایک ایک پیالی نارنجی شاعموں میں تیار کردہ پانی پر دم کر کے پیئیں۔  
نارنجی شاعموں میں تیار کردہ تیل سینے پر جگے ہاتھ سے ماس کریں۔ ایک نیبل اسپون ادھر کارس نیم گرم رات سونے سے پہلے پیئیں۔

### حمل ضائع ہو جاتا ہے

☆☆☆

سوال: شادی کے دو سال بعد مجھے حمل ٹھہرا لیکن وہ دو ماہ بعد ہی ضائع ہو گیا تھا۔ دوبارہ حمل ٹھہرا لیکن یہ حمل بھی تین ماہ پورے ہونے سے پہلے ہی ضائع

سوال: ہم تین بھائی ہیں۔ میری والدہ گزشتہ چھ سال سے والد صاحب پر شک کرنے لگی ہیں۔ ہمارے والد صاحب پر کشش و خوبصورت ہونے کے ساتھ ساتھ بہت شریف النفس بھی ہیں۔

والدہ بہت شکی طبیعت کی ہوتی جلدی ہیں۔ ہم اپنی والدہ کو سمجھاتے ہیں کہ امی آپ ایسا نہ کریں۔ والد صاحب کے ساتھ ساتھ اب ہمارے ساتھ بھی ان کا رویہ تبدیل ہو جاتا ہے۔

جواب: رات سونے سے پہلے آنتالیں مرتبہ سورہ نحل (16) کی آیت نمبر 119 گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنی والدہ کا تصور کر کے دم کر دیں اور اللہ تعالیٰ کے حضور دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔  
ہم پلا رشتہ ....

☆☆☆

سوال: میری بیٹی نے ایم ایس سی کیا ہوا ہے اور ایک پرائیویٹ ادارے میں اچھے عہدے پر کام کرتی ہے۔ میں گزشتہ پانچ سال سے بیٹی کے لیے اچھا رشتہ تلاش کر رہی ہوں لیکن مجھے ایسا کوئی رشتہ نہیں ملا جو میری بیٹی کے ہم پلا ہو۔

میں نے کئی لوگوں سے کہہ رکھا ہے۔ انہوں نے بھی بس ایسے واجبی سے رشتے بتائے جو ہمیں پسند نہیں آئے، بعض رشتے ہمارے معیار کے مطابق تھے لیکن ہم ان کو سمجھ نہیں آئے۔

آپ سے گزارش ہے کہ ہمیں کوئی وظیفہ بتائیں کہ ہمارے معیار کے مطابق رشتہ مل جائے۔  
جواب: عشاء کی نماز کے بعد گیارہ گیارہ مرتبہ

ہو گیا۔ اس کے بعد میں کبھی امید سے نہ ہوئی۔ ہم نے کئی ڈاکٹروں اور حکیموں کو دکھایا، ہر ایک نے کئی کئی ماہ کے کورس کروائے لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوا۔

جواب: مناسب طبی علاج کے ساتھ ساتھ بطور حاتی علاج رات سونے سے پہلے آتالیس مرتبہ سورہ مومنون (23) کی آیت 12 تا 14 گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی پر دم کر کے پیئیں اور اپنے اوپر دم بھی کر لیں۔ یہ عمل نوے روز تک جاری رکھیں۔

چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے یا مَصْوُور کا ورد کرتی رہا کریں۔

حسب استطاعت صدقہ کریں۔

### علیحده گھر کا مطالبہ

سوال: میری شادی کو سات ماہ ہو گئے ہیں۔ میرے دو بیٹے ہیں۔ دوسرے بیٹے کی ولادت کے بعد سے میری بیوی اپنے نیسے بیٹھی ہوئی ہے۔ اس کا مطالبہ ہے کہ اسے علیحدہ گھر چاہئے۔

میری والدہ اب تک ہیں کہ تم اپنا گھر الگ کر لو لیکن میں اس کے لیے تیار نہیں ہوں۔ جب بچپن میں میرے والد کا انتقال ہو گیا تھا تو میری والدہ ہی نے بہت محنت کر کے مجھے کسی قابل بنایا۔ والدہ کو عمر کے اس حصے میں چھوڑنے کا میں سوچ بھی نہیں سکتا۔

اگر میں یہ گھر چھوڑ کر چلا گیا تو میری بوڑھی ماں اکیلے رہ جائے گی۔

دقار عظیمی صاحبہ....! یہ سب بتا کر اب میں آپ سے یہ پوچھنا چاہتا ہوں کہ آپ بتاتے ہیں کہ اگر بیوی اپنے لیے علیحدہ گھر کا مطالبہ کرے تو شوہر کو یہ مطالبہ پورا کرنا چاہئے، یہ حق عورت کو اسلام نے دیا

ہے۔ لیکن جو صورت حال مجھے درپیش ہے، بیوی کے اس حق کو دیکھا جائے یا بیوہ ماں کو دیکھا جائے...؟

جواب: اسلام دین فطرت ہے۔ اللہ تعالیٰ حسن سلوک کو پسند کرتے ہیں۔ قرآن کہتا ہے کہ احسان کا بدلہ احسان ہے۔ موجودہ حالات میں آپ کی بیوی کا مطالبہ غیر منصفانہ معلوم ہوتا ہے۔

### لاکھوں کا مقروض

☆☆☆☆

سوال: میں گزشتہ تیس سال سے اپنا کاروبار کر رہا ہوں۔ اللہ کے فضل و کرم سے بڑے اچھے حالات تھے لیکن چند سالوں سے صورتحال یہ ہے کہ جو کام کرتا ہوں وہ اٹنا ہو جاتا ہے۔ جو پر اپنی خریدتا ہوں اس میں نقصان ہو جاتا ہے۔ کئی مارکیٹ میں مندی کے حالات ہو جاتے ہیں۔ مسلسل نقصان کی وجہ سے بہت بڑی رقم بھنس گئی ہے جس کی واپسی کی کوئی صورت نظر نہیں آتی۔ لاکھوں روپوں کا مقروض ہو گیا ہوں۔

جواب: رات سونے سے قبل با وضو ہو کر ایک ہزار مرتبہ اسم الہی

### یا فتاح

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر وسائل میں اضافے اور قرض کی ادائیگی آسانی سے ہونے کی دعا کریں اور بات کے بغیر سو جائیں یہ عمل مقصد پورا ہونے تک جاری رکھیں۔ وضو بے وضو کثرت سے اسم الہی یا رزاق کا ورد کرتے رہا کریں

ہر جمعرات کم از کم گیارہ روپے خیرات کر دیا کریں۔

### B.A. سٹائٹس سال میں

☆☆☆☆

سوال: میری عمر ستائیس سال ہے۔ میں نے

دوڑ میں تو آپ پیچھے ہی رہ گئے بلکہ اس دوڑ سے آپ باہر نکل چکے ہیں۔ اس ناکامی کے باوجود معاشی لحاظ سے ایک کامیاب فرد دینے کے کئی اقدامات بہر حال اپنی جگہ موجود ہیں۔

آپ دل سے ارادہ کر لیں تو اب بھی کامیابی کی راہوں پر چلنے کے قابل ہو سکتے ہیں۔

سب سے پہلی ضرورت ارادہ کرنے کی اور اس ارادے کی تکمیل کے لیے بھرپور عزم کی ہے اور پھر عملی قدم اٹھانے کی ہے۔ بہت لوگ ارادہ کرتے ہیں لیکن بہت عمل بھی کرتے ہیں لیکن پھر گھر بیٹھ جاتے ہیں۔

ایسا کیوں ہوتا ہے.... دیکھئے!... ایسے لوگوں کے ارادے اور عمل کے درمیان دراصل عزم کی کمی ہوتی ہے۔ ہر عمل کو ارادہ اور عزم سے ملانے کا مظہر ہونا چاہیے۔ آپ ایک کامیاب آدمی بننے کا ارادہ کر لیں۔ اس ارادے کو پورا کرنے میں کوئی دشواری محسوس کریں اور عاقلوں کا سہارا لینا چاہیں تو دوبارہ رابطہ کر سکتے ہیں۔

### گھبراہٹ اور خوف

☆ ☆ ☆  
سوال: گزشتہ تین سالوں سے میں شدید ذہنی انتشار میں مبتلا ہوں۔ مجھے اپنے ذہن پر بالکل کنٹرول نہیں ہے۔ معمولی سی بے معنی سی بات بھی میرے ذہن سے چپک کر رہ جاتی ہے۔ گھبراہٹ اور خوف میں رہتی ہوں۔ ڈر و خوف سے اپنے کاموں سے بیگانہ ہو کر میں خیالات کی دنیا میں کھوئی رہتی ہوں۔

مجھے شادی سے بھی بہت گھبراہٹ ہوتی ہے۔ ایک دو مرتبہ میری شادی کی باتیں ہوئیں تو میری

سولہ سال کی عمر میں میٹرک کر لیا تھا۔ میٹرک تک پڑھائی بہت اچھی رہی۔ کالج میں آنے کے بعد آزاد ماحول میں آ گیا۔ کالج میں آکر اپنے دوستوں کے کہنے پر پہلے تو میں نے شو میں سگریٹ پینی شروع کر دی۔

دوستوں کے ساتھ زیادہ وقت گزرنے کی وجہ سے پڑھائی پر پوری توجہ نہیں دے پایا۔ نتیجہ میٹرک میں A گریڈ لینے اور فرسٹ ایئر میں میرے مارکس C اور D گریڈ والے آئے۔

میرے دوستوں نے کہا کہ فکر نہ کرو انٹر کے امتحان میں ہم سب مل کر خوب محنت کریں گے اور ہماری پرستش بہتر ہو جائے گی۔ امتحانات کے قریب دنوں میں سب دوست پڑھائی کے لیے اکٹھے تو ہوئے لیکن زیادہ وقت باتوں میں گزارتے رہے۔ اس کا نتیجہ یہ نکلا کہ میں دو پیپرز میں فیل ہو گیا۔ اس طرح میرا ایک سال ضائع ہو گیا اور میں کسی اچھی یونیورسٹی میں داخلے کے قابل نہ رہا۔

میں نے گریجویٹیشن کرنے میں بھی نئی سال ضائع کئے۔ میرے ساتھ میٹرک کرنے والے لڑکے آج بھی اور اس میں تعلیم پا کر کوئی ڈاکٹر، کوئی انجینئر، کوئی کچھ اور قابل شخص بن چکا ہے۔

میرا حال یہ ہے کہ کوئی قابلیت نہ ہونے کی وجہ سے خود کو ایک بے کار آدمی تصور کرتا ہوں۔ سگریٹ بہت پیتا ہوں۔ میرے اخراجات میرے گھر والے اٹھاتے ہیں۔ میرے والدین میری طرف سے کچھ بہت پریشان ہیں۔ میری والدہ سمجھتی ہیں کہ میری شادی کرنی جائے تو میں ایک ذمہ دار اور کامیاب آدمی بن جاؤں گا۔

جواب: تعلیمی میدان میں اچھی کارکردگی اور مناسب ڈگری کا بروقت حصول کئی شعبوں میں اچھے کیریئر کے لیے بنیادی شرائط میں شامل ہے۔ اس

حالت ایسی ہوگئی جیسے میں ابھی مر جاؤں گی۔

صبح کے وقت آتا لیس مرتبہ اسم الہی یتا و دُودُ  
گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی یا  
دودھ پر دم کر کے شوہر کو پلائیں اور دعا کریں۔  
یہ عمل ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

### فالج

☆☆☆

سوال: میری امی پر فالج گر گیا تھا۔ وہ ایک ہاتھ  
اور ایک پیر سے معذور ہوگئی ہیں۔ انہیں شوگر کی بیماری  
تھی ہے۔ چار سال سے علاج ہو رہا ہے۔ آپ سے  
درخواست ہے کہ کوئی روحانی علاج بتادیں۔

جواب: سورہ یوسف (12) کی پہلی آیت  
الر تلتک آیات الکتاب المبین

الر حیمہ الر حیمہ الر حیمہ

چینی کی سفید پلینوں پر زعفران اور عرق گلاب سے لکھ  
کر ایک پلٹ صبح ایک شام اور ایک پلٹ رات کو سونے  
سے پہلے پانی سے دھو کر پلائیں تین ماہ تک۔  
پیریز اور ڈاکٹری علاج پابندی سے جاری رکھیں۔  
برجھرات کے دن گیارہ روپے خیرات کر دیں۔

بے راہ روی

☆☆☆

سوال: میرا چھوٹا بھائی جس کی عمر سترہ سال  
ہے۔ برسے دوستوں کی صحبت میں پھنس گیا اور بے راہ  
روی کی وجہ سے کمزور ہوتا جا رہا ہے۔ اب وہ اپنی اس  
بری عادت سے نجات چاہتا ہے۔

جواب: والدین اور اساتذہ کا فرض ہے کہ وہ  
بڑھتی ہوئی عمر کے بچوں کو مختلف فطری تقاضوں کے  
بارے میں درست معلومات اور رہنمائی فراہم کریں۔

نوجوانی کی ایک بری عادت پر قابو پانے کے

جواب: صبح شام اکیس اکیس مرتبہ  
لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْعَظِيمُ الْحَلِيمُ. لَا إِلَهَ إِلَّا  
اللَّهُ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ  
السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَرَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ  
پڑھ کر ایک ایک ٹھیل اسپون شہد پر دم کر کے پئیں۔  
وضو بے وضو کثرت سے یا می یا قیوم کا ورد کریں۔  
اذیت دے کر خوش ہونا

☆☆☆

سول: میری شادی کو پانچ سال ہو گئے  
ہیں۔ میرے سسرال والے بہت شریف لوگ ہیں۔  
ہم دونوں میاں بیوی اللہ رکھتے ہیں۔

میرے شوہر شادی سے پہلے مٹے جھلنے والوں  
کے ساتھ ایسا رویہ رکھتے تھے کہ لوگوں کو شدید اذیت کا  
سامنا کرنا پڑتا تھا۔ ان کے رویے اور ان کی  
لا تعلقی جیسی باتوں پر بعض تو کھری کھری سنا دیتے  
اور جھن ملنا بند کر دیتے۔

شادی کے بعد ان کی اس عادت کا سامنا میرے  
گھر والوں کو کرنا پڑا۔ داماد ہونے کا انہوں نے بھر پور  
فائدہ اٹھایا۔ میرے والدین باہن بھائی اگر کبھی کبھار  
مجھ سے ملنے آجائیں تو انہیں دیکھتے ہی وہ شدید آتا بہت  
و بے زاری کا اظہار کرنے لگتے ہیں۔ میرے شوہر اپنے  
رویے سے میرے والدین، بہن بھائیوں کو تکلیف  
پہنچانے کی کوشش کرتے ہیں۔

جواب: رات کو سونے سے پہلے 100 مرتبہ ام  
الہی یتا صانع گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے  
ساتھ پڑھ کر آنکھیں بند کر کے اپنے شوہر کا  
تصور کر کے دم کر دیں اور دعا کریں۔

اپنے بیٹے سے کہیں کے وہ چلتے پھرتے وضو با وضو کثرت سے یا سحی یا قیوم کا ورد کرتا رہے۔  
غصہ سے نجات

☆☆☆

سوال: میری پانچ بیٹیاں ہیں۔ تین بیٹیاں شادی شدہ ہیں دو بیٹیوں کی بات کچی ہو چکی ہے۔ ہمارے ساتھ کوئی معاشی مسئلہ بھی نہیں ہے لیکن پھر بھی مجھے غصہ بہت جلد آنے لگا ہے۔

گھر میں آئے دن معمولی بات پر میں کبھی اپنے شوہر سے اٹھ پڑتی ہوں تو کبھی بیٹیوں کو باتیں سنانے لگتی ہوں۔

میں خود اپنے آپ کو کنٹرول کرنے کی بہت کوشش کرتی ہوں لیکن غصہ جب آتا ہے تو سب کچھ بھول جاتی ہوں۔

جواب: صبح نہار منہ ایسے مرتبہ سورہ الفرقان (25) کی آیت نمبر 63 تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی پر دم کر کے پی لیا کریں۔ یہ عمل ایک ماہ تک جاری رکھیں۔  
چلتے پھرتے وضو با وضو کثرت سے یا سحی کا ورد کرتی رہا کریں۔



## روحانی فون سروس

گھر بیٹھے فوری مشورہ کے لئے

حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی کی

روحانی فون سروس

کراچی 021-36688931, 021-36685469

اوقات: پیر تا جمعہ شام 5 سے 8 بجے تک

روحانی ڈائجسٹ

لیے مختلف طریقوں سے مدد لی جاسکتی ہے۔ ان میں سے ایک زیادہ تروتا با وضو رہنا اور اسمائے الہیہ کا ورد کرنا بھی ہے۔

اپنے بھائی سے کہیں کہ وہ صبح اٹھ کر ضروریات سے فراغت پا کر وضو کر لے اور سارا دن با وضو رہے لیکن وضو قائم رکھنے کے لئے طبیعت پر جبر نہ کیا جائے۔ اگر وضو ٹوٹ جائے تو دوبارہ کر لیں۔ رات سونے سے قبل ایک مرتبہ پھر تازہ وضو کر لیں۔

دن بھر کثرت سے اللہ تعالیٰ کے اسماء یا سحی یا قیوم کا ورد جاری رکھا جائے۔ پانچ وقت نماز کی پابندی کی جائے۔

## اداس و دلیشان

☆☆☆

سوال: میرا شادی شدہ بیٹا کچھ عرصے سے اداس رہنے لگا ہے لیکن اگر کچھ پوچھو تو نہیں کوئی بات نہیں ہے کہہ کر خاموش ہو جاتا ہے۔

میری بہو بھی بہت سلیقہ شعار ہے۔ ہمارا اور اپنے شوہر کا بہت خیال رکھتی ہے۔ سمجھ نہیں آ رہا کہ بیٹا کیوں اداس و پریشان رہنے لگا ہے۔ اسے کس بات کی فکر لاحق ہے۔ اس کے دفتر سے معلوم ہوا کہ اس نے کسی خاتون کی مدد کی تھی اب وہ خاتون اس کو بیک میل کر رہی ہے۔

ہم نے کسی نہ کسی طرح یہ معاملہ حل کیا لیکن اس کے باوجود اس کی اداسی دور نہیں ہوئی۔

جواب: رات سونے سے پہلے آتا لیس مرتبہ سورہ حم السجدہ (41) کی آیت 35 اور 36 گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے سینے کا تصور کر کے دم کر دیں اور اس کے لیے دعا کریں۔