

کامیابی کی راہ میں آپ کا زاد راہ

میگرین

محرك

ماہنامہ

بہترین زندگی کے لئے چند

مفید اور کارآمد ٹپس

شر میلے پن سے چھکا رہ

مگر کیسے؟

تاثیث نہ کرنے کے

صحت پر منفی اثرات

خودشناسی کی

نفسیات

مہندی خواتین کے سنگھار کی ایک

خوبصورت روایت

7

13

24

39

66

Jay M Temuri's

MAY 2022

3.99 \$

MAY 2022

Jay M Temuri's

ماہنامہ

میگرین

محر

کامیابی کی راہ میں آپ کا سارے راہ

مشکل ترین حالات میں بھی
پر امید رہنے کا ہنر

59

اداسی کی ایک بڑی وجہ
سوشل میڈیا کا غیر مناسب استعمال

64

ناکامی کے بعد

90

گرگٹ: رنگ بد لئے والا
انی نوعیت کا منفرد جانور

93



3.99 \$

جے ایم تیموری کی کتاب

نئی سوچ ہر روز

30%
OFF

700/- 500/-

کتاب لینے کے لئے اس نمبر پر
اپنا نام اور ایڈریس WhatsApp کریں۔

Self Help
Self Improvement

ایک ایکی کتاب جسے پڑھ کر
آپ کا میانی سے زیادہ دوستیں رہ سکتے

نئی سوچ
ہر روز

جے ایم تیموری

0310-4468923



0321-4900308

Jazz Cash

کامیابی کی راہ میں آپ کا نام راہ

محرک میگزین ماہنامہ

Chief Editor

JAY M TEMURI

Managing Editor

NAGHMAN ARSHAD

Sub Editor

SHEHRYAR AHMAD

HOORAIN FATIMA

Graphic & Art Editor

MANAN ARSHAD

Composing

HUMAIRA IDREES

For Contact

Timing : 10am to 10pm

Mobile : +92 310 4468 923

Email : themoharek@gmail.com

السلام وعليکم دوستو!

ایک تحقیق کے مطابق امریکہ میں ہر شخص اوسطًا 7 گھنٹے اسکرین کے سامنے گزارتا ہے۔ تقریباً یہ ہمارے وقت کا 30% فیصد بنتا ہے۔ یہ اتنا زیادہ وقت ہے کہ اگر ہم اس کا نصف بھی سعی خدا اور آگے بڑھنے میں صرف کریں تو ہماری کامیابی کی دنیا شاید دے۔ اسکرین موجودہ دور میں ہماری زندگی کا اہم ترین حصہ ہے۔ دنیا کو تکمیل ہو چکی ہے۔ ہم خود کو تکمیل سے دونوں رکھ سکتے، کاروبار اختریت پر منتقل ہو رہے ہیں اور تحقیقت یہ ہے کہ آنے والے وقت میں وہی کاروبار اپنا وجود بھی پچاہ کرے گا جو تو بھی مل ہوگا۔ اسکرین کو سمجھنے کا رابر کرنے اور کثیریت بنانے کے لئے استعمال کیا جائے پھر توبات کھجھ آتی ہے۔ مگر مسئلہ یہ ہے کہ لوگوں کی اکثریت ایسا کرنے کی وجہے اپنا قیمتی وقت اور راتاہی صرف سوچ میڈیا پر اسکرولنگ کرنے میں گزارتی ہے، اور اس کا نتیجہ کوئی کامیابی نہیں ہوتا۔ بلکہ دنیا کی بے شماری اور بے سمت معلومات ان کے دماغ کو آؤادہ بناری ہوتی ہے۔

اگر آپ محرک میگزین کے مستقل قاری ہیں تو ہمیں تکمیل کرنے کا قابل تدریج اور قیمتی باقیتی میکھلے گے ہوں گے اوس بات کو بھی سمجھتے ہوں گے کہ آپ کا وقت اور راتاہی قیمتی ہے۔ مگر اس کے باوجود میں یہ عرض کرنے لگا ہوں گا آپ اس بات کو ضرور پیچ کریں کہ آپ کا کتنا وقت اسکرین کے سامنے گزرتا ہے، اور آپ اسکرین پر کیا دیکھتے ہیں، اپنا تجویز کرنے کے بعد آگر آپ یہ سمجھتے ہیں کہ آپ کا وقت واقعی درست جگہ پر استعمال نہیں ہو رہا تو آپ اپنے سوش میڈیا کے وقت کو آدھا کر دیں اور اس وقت کو کسی ایسے کام میں صرف کریں جس کے آپ کو بثت تباہ جعل میں۔

لیکن، نیاشارہ حاضر خدمت ہے، پڑھیں، سیکھیں، لطف اخہائیں، دوسروں کے ساتھ شیر کریں اور اپنی قیمتی رائے سے ضرور آگاہ کریں۔

اور ہاں! آخر میں آپ کے لئے خوشخبری یہ ہے کہ محرک میگزین کو اب باقاعدہ پیڈی ایف سے موبائل اپیلی کیشن پر منتقل کیا جا رہا ہے، جس پر کام تیزی کے ساتھ جاری ہے۔ موبائل اپیلی کیشن کا آپ کو فائدہ یہ ہو گا کہ آپ اس میں میگزین پر بڑھنے کے ساتھ ساتھ دیگر بے شمار پیچ زیبی انجوائے کر سکیں گے۔

میرا اور میری نیجہ کا غرہ ہے

آپ کی کامیابی تک، ہم ہیں آپ کے ساتھ!!

مہر میگزین

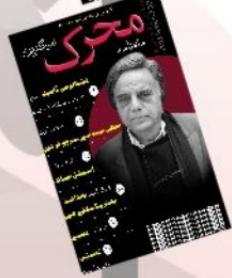
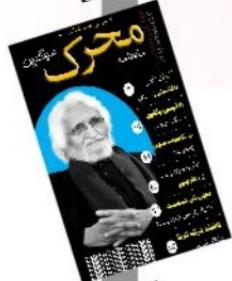
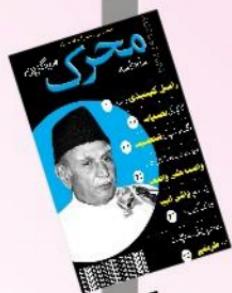
والسلام
چیف ایڈٹر
جی ایم ٹیوری

muughal@gmail.com



اس شمارے میں

		ادارہ	دکایت.....نفس کے تقاضے
6			بہترین زندگی کے لئے چند مفید اور کار آمد پیس
7		شہریار احمد	شر میلے پن سے چھکا رہا گر کیسے؟
13		ذیشان اکبر	ٹک فاسٹ: وقت کی اہم ضرورت
17		ام کاشم	محرك لا جبر بري
20		ادارہ	تیموری خیال
22		ادارہ	ناشتنہ کرنے کے صحت پر منقی اثرات
24		اسرار حسین	قارئین کے لئے خوشخبری
27		ادارہ	تبرہ.....نئی سوچ ہر روز
28		محمد خاور	خدائی دروس
29		خورشید احمد عون	مریم مختار (پاکستان کی پہلی شہید خاتون پاکستان)
34		حورین فاطمہ	خودشناصی کی نفیات
39		جے ایم تیموری	خون عطیہ کرنا صحت کے لئے کیا ہے؟
44		عاطق نوید	گاؤں میں ایک دن (آخری حصہ)
46		سید حسین کاظمی	طلیب: موسیقی کا قدیم اور منفرد آله
54		تاتیہ جہانزیب	مشکل ترین حالات میں بھی پر امید رہنے کا ہر
59		تبہم عارف	اواسی کی ایک بڑی وجہ سو شل میڈیا کا
64		علی کامران	غیر مناسب استعمال
66		ماہ جیں یونس	مہندی خواتین کے سنگھار کی ایک خوبصورت روایت
70		احمد ندیم قاسی	کفن دفن
88		ادارہ	ALL is LOST
90		اسرار جدون	ناکامی کے بعد
93		پرویز طفیل	گرگٹ: رنگ بد لئے والا اپنی نوعیت کا منفرد جانور



حکایت

نفس کے تقاضے

کسی غلہ فروش کے چند درہم ایک صوفی پر قرض ہو گئے۔ غلہ فروش ہر روز صوفی سے قرض کی ادائیگی کا تقاضا کرتا اور صوفی کو اچھی طرح ذلیل بھی کرتا۔ ایک دن صوفی کو اس کے ایک دوست نے کہا۔

”یہ غلہ فروش تمہیں رقم کے تقاضا میں روز ذلیل کرتا ہے اور تم ٹال مٹول کرتے رہتے ہو۔ معلوم ہوتا ہے کہ تم نے اپنی یہ عادت بنالی ہے۔ بہتر ہوتا کہ نفس کے تقاضے کو بھی آئندہ کل پر ٹال دیتے اور قرض کی مصیبت میں نہ پڑتے۔“

حاصل کلام:

وقت پر یثانی دور کرنے کے لیے قرض لینا اپنے آپ کو ہلاکت میں ڈالنا ہے۔





بہترین زندگی کیلئے چندر

شہریار احمد

مفید اور کارآمد ٹپس

بہترین اور خوبیوں بھری زندگی پر ہر شخص کا ہی بنیادی اور پیدائشی حق ہے۔ مگر اس کے باوجود ہم اردو گرد دیکھتے ہیں کہ ہمیں ان گنت لوگ بے شمار مسائل کی چکی میں پتے نظر آتے ہیں۔ لوگوں کے چہروں سے مسکراہٹ غائب ہو چکی ہے اور وہ ہنسا بھول چکے ہیں۔ انھیں ہر طرف بس مسائل کی دنیا ہی نظر آتی ہے۔ مگر درحقیقت ایسا نہیں ہے۔ ہمیں اس بات کو سمجھنا ہو گا کہ مسائل ہی زندگی کا صن ہیں، غم ہیں تو ہی خوشی کی قدر بھی ہے۔ غربت ہے تو ہی امارت کی طلب بھی ہے۔ لہذا ہمیں ان مسائل کو اپنے اوپر حاوی کرنے کی بجائے انہی کے ساتھ زندگی گزارنے اور مسکرانے کا فن سیکھنا ہو گا؛ ہمیں اس قابل بننا ہو گا کہ ہم مسائل کی دلدل میں ڈھنس کر بھی مسکرا سکیں، غموں کو خنده پیشانی سے خوش آمدید کہہ سکیں۔

اور پریشانیوں کا کھلے دل سے استقبال کر سکیں۔ تبھی ہم زندگی کی حقیقی معراج تک پہنچ سکتے ہیں۔ تبھی ہم زندگی کو حقیقی معنوں میں جی سکتے ہیں اور تبھی ہم ایک حقیقی اور پر لطف قہقهہ لگا سکتے ہیں۔ مگر ہم اس سطح تک کیسے پہنچ سکتے ہیں۔ یہ سوچنے کا معاملہ ضرور ہے مگر آئیے آپ کو چند آسان اور انہتائی مفید ٹپس کے بارے میں بتاتے ہیں، یہ یقیناً آپ کے اس عمل میں مددگار ثابت ہوں گی۔

خوبصورت مسکراہٹ کے ساتھ دن کا آغاز کریں:

ہم جس منہ کے ساتھ سوتے ہیں اسی کے ساتھ اٹھتے ہیں اور کاموں میں لگ جاتے ہیں۔ اور ایسا کرتے کرتے ہمیں جانے کتنے سال گزر چکے ہیں۔ کسی کی کیا خوبصورت بات ہے کہ ہم ایک ہی سال ستر دفعہ گزارنے کے بعد بھی اسے زندگی کہتے ہیں۔ ایک مخصوص اور گلی بندھی روٹین کے



مطابق شب و روز گزارنے کی وجہ سے ہی اکثر لوگ مردہ دلی کا شکار ہوتے جا رہے ہیں۔ ان کی زندگی میں چاشنی اور چمک دمک کم ہوتی جا رہی ہے۔ اس طرح کی صورت حال سے نکلنے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ ہر آنکھ کھلتے ہی خدا کا شکر ادا کریں اور ایک بھرپور مسکراہٹ کے ساتھ نئے دن کو خوش آمدید کہیں۔ ایک بار کر کے تو دیکھیں۔ اگر عمل آپ کو فائدہ دے تو اسے اپنی روزمرہ زندگی کا لازمی جزو بنالیں۔ ایسا کرنے سے آپ کے اندر یہ احساس جنم لے گا یہ زندگی واقعی ایک بیش

قیمتی چیز ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ آپ کا سارا دن بھی انتہائی ثابت اور تو انائی سے بھر پوگزرے گا۔ ایک نئی اور خوشیوں بھری زندگی کی جانب بڑھنے کا یہ پہلا قدم ہے۔

اپنی توجہ اپنی ذات پر رکھیں:

پریشانیوں کی ایک بڑی وجہ یہ بھی ہوتی ہے کہ ہم اپنی توجہ کا محور اپنی ذات کو بنانے کی بجائے دوسروں کو بنایتے ہیں۔ بلا وجہ کی امیدیں باندھ لیتے ہیں۔ اور پھر امیدیں ٹوٹنے پر دل برداشتہ ہو کر کسی کو نہ میں بھی بیٹھ جاتے ہیں۔ اس کے علاوہ اکثر لوگوں میں حسد اور کینہ کا جذبہ بھی ہوتا ہے۔ اور کوئی کسی دوسرے کو کامیاب ہوتا دیکھ کر احساسِ کمتری میں بستا ہو جاتا ہے۔ یہ سب عوامل منفی اور تو انائی نچوڑنے والے ہیں۔ حقیقی زندگی جیتنے کے لئے ان تمام سے توجہ ہٹا کر صرف اپنی ذات پر مرکوز کرنا سیکھیں۔ آپ کے ارد گرد کیا ہو رہا ہے اس بات کو بالکل سنجیدہ مت لیں۔ کسی کو آپ سے انس ہے تو بھی خوش آمدید اور کسی کو نفرت ہے تو بھی خوش آمدید۔ جب آپ کی ساری توجہ اور زاویہ نگاہ اپنی ذات پر ہو گا تو آپ دوسروں کی وجہ سے دکھی نہیں ہوں گے، آپ کی امیدیں نہیں ٹوٹے گی اور دکھی ہونے سے بھی بچ رہیں گے۔ اپنے دماغ کو پر سکون رکھیں، غصہ پر قابو پاپا نا اور اسے چینلا نہ کرنا سیکھیں۔ مراقبہ کرنا آپ کے لئے انتہائی مفید ثابت ہو سکتا ہے۔ اس کے علاوہ اپنی ذاتی نشوونما، شخصیت سازی اور ذاتی کامیابی پر خاص توجہ دیں۔ دراصل یہی چیزیں آپ کو اس مقام تک لے کر جائیں گی جہاں حقیقی خوشی رہتی ہے۔

نئے نئے لوگوں سے ملیں:

وقت کے ساتھ ساتھ ہمارے تعلقات اور دوست بھی بدلتے رہتے ہیں مگر ایک وقت ایسا بھی آتا ہے جب ہم ایک ہی طرح کے لوگوں میں پھنس جاتے ہیں اور عملی زندگی کے کاموں میں اس قدر مصروف ہو جاتے ہیں کہ ہمیں نئے لوگوں سے ملنے اور نئی دنیا دیکھنے کا نہ ہوش رہتا ہے اور نہ موقع ملتا ہے۔ مجھے معلوم نہیں کہ آپ عمر کے کس حصے میں ہیں مگر شاید کہ آپ کو بھی ایسا تجربہ ہوا ہو۔ انسان کے اندر یہ تجسس موجود ہے کہ وہ دوسروں کے بارے میں زیادہ سے زیادہ جانے۔ یہی

وجہ ہے کہ نئے نئے لوگوں سے ملتا اور ان سے تعلقات استوار کرنا ہمیشہ سے ہی انسان کو پسند رہا ہے اور ایسا کرنا نہ صرف ڈپریشن میں کمی کا سبب بنتا ہے بلکہ سیکھتا بھی بہت کچھ ہے اور نت نئے تجربات حاصل کرتا ہے۔ آپ بھی وقت نکالیں اور نئے نئے لوگوں سے تعلقات بنانا شروع کیجیے۔ بہت سے لوگ آپ کو ایسے بھی ملیں گے جو آپ کے مزاج اور سوچ کے مطابق نہیں ہوں گے مگر یقیناً ایسے لوگوں کی بھی کمی نہیں ہے جو آپ کے مزاج اور فطرت کے مطابق ہوں گے۔ ان سے مل کر یقین طور پر آپ پر نئی دنیا آشکار ہو گی، اور اپنی چند فٹ کی دنیا سے باہر نکلنے کا موقع بھی ملے گا۔

خدا کا شکر ادا کرنا ہرگز بھولیں:

ہماری زندگی میں بہت سے مسائل اس وجہ سے بھی آتے ہیں کہ ہم سارا کچھ کر رہے ہوتے ہیں مگر خدا کا شکر ادا کرنا بھول جاتے ہیں جو ہمیں یہ سارا کچھ کرنے کی ہمت اور توفیق دے رہا ہوتا ہے۔ قرآن میں اللہ واضح طور پر یہ کہتا ہے کہ ”اگر تم شکر ادا کرو گے تو میں تھیں اور دوں گا۔“ لہذا



شکرگزاری کی طاقت کو کبھی فراموش نہ کریں۔ اس عمل کو اپنی شخصیت اور فطرت کا کچھ اس طرح سے حصہ بنائیں کہ بے اختیار آپ کے منہ سے شکرانے کے الفاظ اور جملے نکلنا شروع ہو جائیں۔ اس کے بعد آپ اپنی زندگی میں دیکھیں گے کہ کیسے مجزے رونما ہوتے ہیں۔ آپ کے

مسائل کیسے حل ہوتے ہیں اور کیسے آپ کی زندگی امن و سکون کا گھوارہ بنتی ہے۔ مگر عمل شرط ہے۔

آرام کے لئے وقت مختص کریں:

جس طرح ٹینکنالوجی کا استعمال عام اور آسان ہوتا جا رہا ہے اسی طرح ہمارے شب و روز متاثر بھی ہو رہے ہیں۔ اس کی وجہ ٹینکنالوجی میں خرابی نہیں بلکہ ہمارے استعمال کرنے میں ہے۔ یہ کہنا بے جانہ ہو گا کہ تم نے اسے غیر ضروری طور پر خود پر سورا کر لیا ہے۔ بار بار کے نوٹیفیکیشنز اور واٹس ایپ کے میتھر کی وجہ سے فوکس کرنے کی صلاحیت کم ہوتی جا رہی ہے۔ لوگ اس بات کو بھول چکے ہیں انھیں اپنے کام اور آرام کے وقت میں ان چیزوں سے خود کو دور کرنا چاہیے۔ اکثر نوجوان سوتے بھی موبائل استعمال کرتے کرتے ہی ہیں۔ ایسا کرنے کے بے شمار منفی اثرات ہیں۔ حتی الامکان کوشش کریں کہ بے جا موبائل فون کا استعمال نہ کریں۔ خاص کر کام اور آرام کے وقت میں۔ ان چیزوں کے لئے وقت مختص کریں اور پھر اس وقت کی پابندی کی خود پر سختی کریں۔ ٹینکنالوجی اور سوچ میڈیا کو خود پر حادی نہ ہونے دیں۔ اگر ایسا ہو رہا ہے تو اس بات کو سمجھ لیں کہ آپ اپنے ہاتھوں سے خود اپنا نقشان کر رہے ہیں۔

خوشی کے لمحات یاد رکھیں:

اکثر لوگ کسی معمولی سے غم کو بھی صدیوں سینے سے لگائے رکھتے ہیں، بات بات پر یاد کرتے ہیں، دوسروں کو بتاتے ہیں اور کڑھتے ہیں۔ مگر انہی لوگوں سے ان کے پسندیدہ خوشی کے لمحات کے بارے میں پوچھا جائے تو ان کو کئی لمحے ایسے لمحات کو یاد کرنے میں لگ جاتے ہیں مگر اس کے باوجود وہ کوئی ثابت جواب نہیں دے پاتے۔ یقین جانیے کہ ایسا کرنا بھی ناشکری کے زمرے میں ہی آتا ہے اور آپ اور میں دونوں بخوبی جانتے ہیں کہ ناشکری خدا کو خنت ناپسند ہے۔ لہذا اپنی زندگی میں رنگینوں اور رنگوں کو تیز اور زیادہ کرنے کے لئے بجائے غموں پر تادیر کڑھنے کے، خوشی کے لمحات کو یاد رکھیں بے شک وہ باریک ہی کیوں نہ ہو، بس ایسے لمحے آپ کی یاداشت کا حصہ ہونے چاہیے جن میں آپ کے اور آپ کی وجہ سے کسی دوسرے کے ہونٹوں پر مسکراہٹ پھیلی

ہو۔ ہو سکتے تو ڈائری ضرور لکھا کریں۔ اور اس میں ایسے سنہری لمحات کو مقید کر لیں۔ ایسا کرنے سے وہ لمحات آپ کا مستقل اثاثہ بن جائے گے۔

نئی نئی چیزیں کریں:

ایک ہی طرح کی روٹین پر رہنا اور ایک ہی طرح کے کاموں میں الجھے رہنا بوریت کا سبب بنتا ہے اور بوریت اکتا ہے اور بیزاری کا توبہب بن سکتی ہے مگر خوشی اور مسکراہٹوں کا نہیں۔ لہذا اس سے پہلے کہ آپ اپنے کاموں سے بور ہونے لگے اور ان میں آپ کی دلچسپی کا سامان کم ہو جائے۔ روٹین کے کاموں کے ساتھ ساتھ کوئی مشغله ضرور پالیں۔ نئی نئی چیزیں اور کام کرنے کی کوشش کرتے رہیے۔ جیسا کہ سیر کو جانا، باہر کھانا کھانے جانا، کوئی شام اکیلے گزارنا، گھر میں باغچہ بنانا، قریبی موجود کسی درخت سے دوستی کرنا اور اس کی دلکشی بھال کرنا، منے منے دوست بنانا وغیرہ وغیرہ۔ ایسا کرنے سے آپ کی زندگی میں خوشگواریت عودہ آئے گی اور بوریت رفع ہو جاتی جائے گی۔

.....☆.....





شر میلے پن سے چھٹ کارہ مگر کسے؟

ذیشان اکبر

آج کل جدید ٹیکنالوژی کا دور ہے اور سوشل میڈیا کے اس زمانے میں اکثر بچے اس قدر پر اعتناد ہوتے ہیں کہ وہ کسی بھی کام اور کوئی بھی بات کہنے سے ذرا بھی نہیں جھکتے۔ مگر اس کے بر عکس کچھ لوگ ایسے بھی ہوتے ہیں جن کا شرمیلا پن لڑکپن کے بعد بھی ختم نہیں ہوتا۔ اس کی بہت سی وجوہات میں سے ایک بڑی وجہ خود اعتنادی کی کی اور اس بات کا خوف ہے کہ ”لوگ کیا کہیں گے۔“ اس آرٹیکل میں ہم اس کی مزید وجوہات پر بات نہیں کریں گے بلکہ آپ کو چند ایسی آسان اور قابل عمل ٹیکنالوژی کے بارے میں بتائیں گے جن کی مدد سے آپ بھی بڑی آسانی کے ساتھ شرمیلے پن سے نجات حاصل کر سکتے ہیں۔

دوسروں سے ملنا ملانا شروع کریں:

شر میلے پن کا شکار اکثر لوگ دوسروں سے ملنا ملانا انتہائی کم کر دیتے ہیں۔ دوسروں کے سامنے وہ خود کو غیر محفوظ سمجھتے ہیں اور کھل کر اپنے جذبات اور احساسات بیان کرنے سے کتراتے ہیں۔ اسی رویے کی وجہ سے ان کا یہ مسئلہ وقت کے ساتھ ساتھ کم ہونے کی بجائے مزید بڑھتا ہی جاتا ہے۔ اس کے علاوہ انھیں معاشرتی طور پر بھی بجائے حوصلے دینے کے، مزید دبایا جاتا ہے۔ جس کی وجہ سے ان کا باقی ماندہ مورال بھی گر جاتا ہے۔ اگر آپ نے شر میلے پن کو ختم کرنا ہے اور ایک قابل توجہ پر اعتماد شخصیت حاصل کرنی ہے تو سب سے پہلے اس بات کی پرواکرنا بالکل ترک کر دیں کہ کوئی آپ کے بارے میں کیا کہتا ہے اور لوگوں کی رائے آپ کے متعلق کیا ہے۔ اس کے بعد اپنے حلقہ احباب کو وسیع کرنا شروع کریں، نئے لوگوں سے میں، نئے اور اچھے دوست بنائیں، محفلوں اور پارٹیوں میں جانا شروع کریں۔ لوگوں سے کھل کر اور بلا جھگ بات چیت کریں۔ اس کے علاوہ تقریر کرنے کا فن سیکھیں۔ اس سے آپ کا یہ مسئلہ بالکل ختم ہو جائے گا۔ اور آپ کو اپنے اوپر یقین بھی آتا جائے گا۔

آئی کنٹکٹ بنا کیں:

شر میلے پن کی وجہ سے لوگ دوسروں سے براہ راست آنکھیں نہیں ملا سکتے۔ اسی وجہ سے ان کی بات کی ویلیو بھی زیر و ہی رہتی ہے۔ اگر آپ کے اندر بھی ضرورت سے زیادہ شر میلے پن ہے تو آج کے بعد کوشش کریں کہ جس کسی سے بھی بات کریں، اس کے ساتھ آئی کنٹکٹ ضرور بنائیں۔ اس کی آنکھوں میں دیکھ کر بھر پور خود اعتمادی کے ساتھ بات کریں۔ ایسا کرنے سے بھی کچھ ہی وقت میں آپ پر اعتماد ہو جائیں گے اور آپ کا شر میلے پن جڑ سے ختم ہو جائے گا۔

اپنے شر میلے پن کو قبول بیجیے:

کسی مسئلے کا حل تب ہی ممکن ہے جب اسے مسئلہ مانا جائے اور قبول کیا جائے۔ بہت سے لوگ اپنے مسائل اس لئے بھی حل نہیں کر पاتے کہ وہ انھیں مسئلہ سمجھتے ہی نہیں۔ اسی لئے ان کی توجہ

ان کے حل کی جانب بھی مبذول نہیں ہوتی۔

آپ کو چاہیے کہ اپنی شخصیت کا تجربہ کریں اور اپنی خامیوں کی فہرست مرتب کریں تاکہ آپ کو واضح طور پر پتہ ہو کہ آپ نے اپنی شخصیت کے کن کن شعبوں میں بہتری لانے کے لئے کام کرنا ہے۔ اسی طرح اگر آپ کا ایک مسئلہ شرمندیا پن بھی ہے تو اسے کھلے دل سے قبول کریں اور اس کے بعد اس کے حل کے بارے میں سوچیں۔ جو مناسب حل یا علاج نظر آئے اسے فوراً عمل میں لے آئیں۔



منفی سوچوں سے اجتناب کریں:

اگر انسان کا ذہن پر اختیار نہ ہو تو منفی اور بے معنی سوچیں ذہن کی مقدس سر زمین کو آلودہ کرنا شروع کر دیتی ہیں۔ اس بات کو بھی بھی اپنے ذہن سے محونہ ہونے دیں کہ ثابت سوچ کے ساتھ دنیا کا ہر مسئلہ حل کیا جاسکتا ہے۔ مگر منفی سوچ اچھے حالات کو بھی برے حالات میں بدل دیتی ہے۔ منفی سوچ کا سب سے بڑا نقصان یہ ہے کہ اس کی وجہ سے انسان کسی بھی چیز کے اچھے اور ثابت پہلو

دیکھنا ترک کر دیتا ہے اور دماغ مسئلے کے حل کی طرف جاتا ہی نہیں۔ لہذا آپ ثابت سوچنا سیکھ کر خود کو بہترین تکمیلے سکتے ہیں، اور منفی سوچ سے بچ کر خود کو بے شمار مسائل سے بچ سکتے ہیں۔

شر میلے پن سے نکلنے میں دوسروں کی مدد کریں:

آج اگر آپ کسی طرح کے مسائل کا شکار ہیں تو انشاء اللہ کل کو ضرور ان سے چھکا رہ بھی حاصل کر لیں گے۔ مگر اس بات کو ہرگز نہ بھولیں کہ دوسروں کی بے لوث ہو کر مدد کرنا بھی آپ کی ذمہ داری ہے۔ جس طرح کے مسائل کا آپ سامنا کر رہے ہیں اور ان سے نکلنے کی تگ و دو کر رہے ہیں اسی طرح کے مسائل اور بھی بہت سے لوگوں کی زندگی میں موجود ہیں۔ جیسے ہی آپ کو اپنے مسائل بھولوں ”شر میلے پن“ کا حل ملتا ہے۔ آپ اسے دوسروں کے ساتھ بھی شنیر کرنا شروع کر دیں۔ اس سے کسی دوسرے کا تو بھلا ہو گا ہی مگر سب سے بڑھ کر آپ کی ذات کا اپنا فائدہ ہے۔ آپ کی شخصیت کی کمزوریاں دور ہوں گی، معاشرے میں بہتر تشخص ابھرے گا اور خود اعتمادی میں بھی اضافہ ہو گا۔ اس کے علاوہ خدا کی طرف سے عطا کیے جانے والے صلے علیحدہ ہیں۔





ٹک فاست وقت کی اہم ضرورت

ام کاشم

ابھی حال ہی میں رمضان کا مبارک مہینہ اختتام پذیر ہوا ہے۔ اس مہینے میں ہم نے روزے رکھ کر بروزگاری، مساوات اور میانہ ورثی جیسی صفات کو اپنے کردار میں پیدا کیا اور ان کے مطابق زندگی گزارنے کا تہیہ کیا۔ ماہین کے مطابق روزہ رکھنے کے بے شمار فائدے ہیں۔ مہندبی لحاظ سے تو اس کا ثواب ہے، ہی ہے مگر اب سائنسی بنیادوں پر بھی اس کے بے شمار فائدے سامنے آچکے ہیں۔ روزہ رکھنے سے جہاں ضبط نفس حاصل ہوتا ہے وہیں بروزگاری، میانہ ورثی، دوسروں کے لئے احساس اور اس طرح کے دیگر بے شمار ثابت جذبات پروان چڑھتے ہیں یہی وجہ ہے کہ ماہین صحبت بھی اب روزہ رکھنے کا مشورہ دیتے نظر آتے ہیں۔

مگر موجودہ دور میں ہمیں کھانے پینے کا روزہ رکھنے کے ساتھ ساتھ کسی اور طرح کا روزہ رکھنے کی بھی شدید ضرورت ہے۔ یوں کہوں تو غلط نہ ہو گا کہ ایسا کرنا اب وقت کی اہم ترین ضرورت بن چکا ہے۔ سادہ الفاظ میں کہوں تو میں بات کر رہی ہوں ”ٹک فاست“ کی۔ یعنی کچھ وقت کے لئے

ٹیکنالوجی سے دور رہنا اور قدرت کے ساتھ وقت گزارنا۔ جس تیزی سے ٹیکنالوجی نے ترقی کی ہے اور عام آدمی کی زندگی میں داخل ہوئی ہے۔ اسی تیزی کے ساتھ اس نے عام آدمی کی زندگی کو متاثر بھی کیا ہے۔

سوشل میڈیا کے عام ہوتے ہی یہ سہولت ہر شخص کی دسٹرس میں آگئی اور اب بے شمار لوگوں کا قیمتی وقت اسی پر گزرتا ہے۔ لوگ اس بات کو بھول چکے ہیں کہ ان کا وقت کس قدر قیمتی ہے۔ اور وہ اس وقت کو کیسے اپنے بہتر مستقبل کے لئے استعمال کر سکتے ہیں۔ خاص کرو جوان طبقہ فیس بک، انشاگرام، اور واٹس ایپ پر بے مول کاموں میں اپنا بیش قیمتی وقت ضائع کر رہا ہوتا ہے۔ اس کا نتیجہ یہ نکل رہا ہے کہ معاشرے میں لوگ حقیقی رشتہوں سے کثر رہے ہیں، بغیر کسی وجہ کے دور یا لے رہا ہے۔



ٹیکنالوجی کسی بھی طور پر مضر نہیں ہے اگر اس کا ثابت اور سوچ سمجھ کر استعمال کیا جائے۔ ہاں اگر اسے خود پر حاوی کر لیا جائے تو اس سے زیادہ خطرناک چیز بھی اور کوئی نہیں ہے۔ یہ آپ کا فوکس، تو انائی اور کام کرنے کی صلاحیت صلب کر لیتی ہے اور آپ کی پروڈکٹیوٹی کو انتہائی محدود اور

کم کر دیتی ہے۔

لہذا تمیں چاہئے کہ اس کے استعمال میں محتاط رہیں۔ اسی لئے میں آپ کو اس آرٹیکل میں ایک نئی اصطلاح ”نک فاست“ دے رہی ہوں، جس کا مطلب یہ ہے کہ جس طرح آپ نے حال ہی میں رمضان میں روزے رکھے ہیں، اسی طرح آپ نک فاست رکھنے کا بھی خود سے عہد کریں۔ نک فاست کا مطلب یہ ہرگز نہیں ہے کہ آپ خود کو مہینے بھر کے لئے جدید دنیا سے دور کر لیں اور کسی کو نے میں چلے جائیں بلکہ اس کا مطلب یہ ہے کہ آپ اپنی سہولت کے مطابق ہفتے میں ایک دن، دو دن یا مینیٹ میں چار دن خود کو مکمل طور پر میکنا لو جی سے دور کر لیں، اور پوری توجہ کے ساتھ اپنی فیملی، دوستوں اور قدرت کے ساتھ وقت گزاریں۔ مراقبہ کریں، کتابیں پڑھیں اور اکیلے میں اپنی ذات کے ساتھ کچھ لمحات گزاریں، ایسا کرنے سے یقینی طور پر آپ اپنی جسمانی اور ذہنی صحت میں خاطر خواہ بہتری محسوس کریں گے۔ اس سے آپ کی نہ صرف پروڈکٹیوٹی میں بیش بہا اضافہ ہو گا بلکہ آپ کو ہنی سکون بھی ملے گا اور ارتکاز توجہ کا دورانیہ بھی بڑھے گا۔

مصنوعی دنیا سے دور ہوں گے تو حقیقی دنیا کی چاشنی اور محبتوں کا بھی حقیقی احساس جا گے گا اور اپنوں اور اپنوں سے جڑے لوگوں کے لئے دل میں محبت بھی بیدار ہو گی۔ دنیا کے جتنے کامیاب لوگ ہیں انھیں اسی طرح کی روٹین پر عمل کرتے دیکھا گیا ہے۔ یہ لوگ میکنا لو جی کو اپنے فائدے اور اپنے کاروبار میں ترقی کے لئے استعمال کرتے ہیں، ناکہ دوسروں کی تصویریں دیکھ دیکھ کر اپنا وقت ضائع کرنے کے لئے۔

اگر یہ لوگ سو شل میڈیا پر آتے بھی ہیں تو صرف چند لمحات کے لئے انھیں اپنے وقت، توجہ اور توانائی کی قیمت کا احساس ہوتا ہے اسی لیے یہاں سے اس طرح کے سنتے کاموں میں ضائع نہیں ہونے دیتے۔ میرا آپ کو مشورہ ہے کہ آپ بھی اگر واقعی زندگی میں کامیاب ہونا چاہتے ہیں اور چاہتے ہیں کہ آپ کی زندگی میں سکون اور بہتری آئے، فوکس کرنے کی صلاحیت میں اضافہ ہو اور ہنی سکون ملے تو آپ کو بھی نک فاست کے بارے میں سمجھیدگی سے ضرور سوچنا چاہیے۔





کامیابی کی راہ میں آپ کا زادِ راہ

محرك

میگزین
ماہنامہ

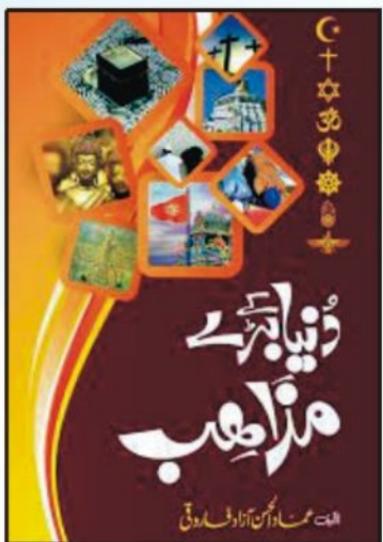
محرك ٹیم کا حصہ بنیں
آپ ریسروو کر سکتے ہیں یا ٹرانسیشن
تو محرك آفس کے دروازے آپ کے لئے کھلے ہیں۔

محرك لا بحری

اس ماہ کی تجویز کردہ کتابیں

دنیا کے بڑے مذاہب

عماد الحسن آزاد فاروقی



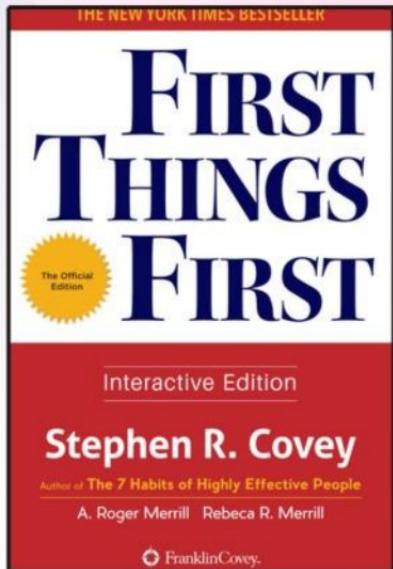
مہذب کیا ہے اور کیسے وجود میں آیا۔ دنیا کے بڑے مہذاہب کون کون سے ہیں اور ان کے عقائد کیا ہیں۔ یہ ایسی باتیں ہیں جن کے بارے میں جاننا ہر ذی شعور شخص کی خواہش ہے۔ عماد الحسن آزاد فاروقی نے طویل تحقیق کے بعد انہی سوالوں کے جواب دیتی ایک بہترین کتاب تحریر و مرتب کی ہے جس کا عنوان ”دنیا کے بڑے مذاہب“ ہے۔ اس کتاب میں مصنف نے تاریخی حوالوں کے ساتھ دنیا کے بڑے مذاہب پر بات کی ہے۔ ان کے عقائد اور تعلیمات پر روشنی ڈالی ہے۔ اگر آپ اس موضوع پر دلچسپی رکھتے ہیں تو یقیناً اس کتاب کے مطالعے سے آپ سیر حاصل علم حاصل کریں گے۔

اہم کام پہلے

سٹیفن آر کوے

سٹیفن آر کوے کا نام کسی تعارف کا محتاج نہیں۔ آپ اپنی کتابوں اور کام کی وجہ سے آدھی دنیا

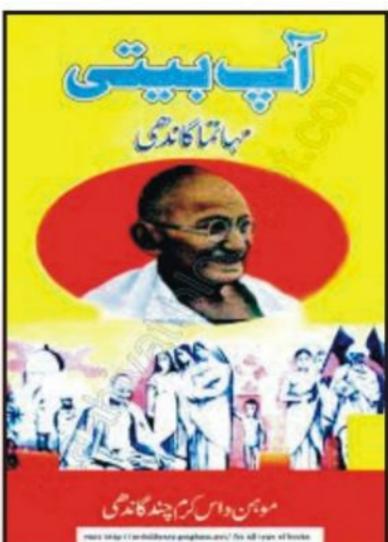
میں شہرت رکھتے ہیں۔ آپ کی کتاب First things first جس کا اردو ترجمہ "اہم کام پہلے" کے عنوان سے شائع ہوا ہے۔ اپنی نوعیت کی منفرد اور انتہائی اہم کتاب ہے۔ اس کتاب میں آپ نے اہمیت کے لحاظ سے اپنے کاموں کو تقسیم کرنے کا ہنسیکھا یا اور ان رازوں سے پرداہ اٹھایا جنہیں جان کر ہم اپنے وقت کو بہترین انداز میں استعمال کر سکتے ہیں۔ میرا مشورہ ہے کہ اس کتاب کو ایک بار ضرور پڑھیں۔



آپ بیتی مہاتما گاندھی

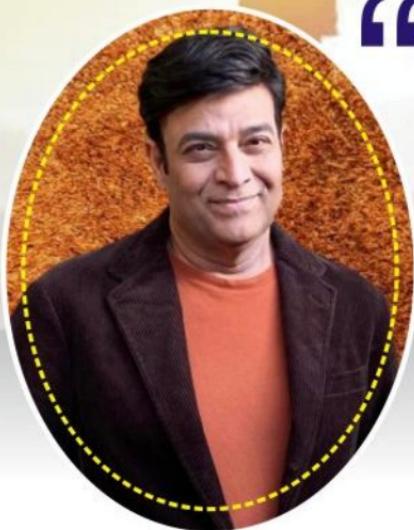
موہن داس کرم چند گاندھی

قائد اعظم کا مدمقابل ہندوستان میں جو بڑا رہنا تھا۔ بلاشبہ وہ گاندھی ہی تھا۔ قائد اعظم کے بارے میں ہم اکثر سنتے اور پڑھتے ہی رہتے ہیں مگر بہت کم لوگ ان کے مقابل کے بارے میں جانتے ہیں۔ مہاتما گاندھی کیسے انسان تھے ان کی سیاسی زندگی کی کیا اساس تھی اور تمام عمر ان کی کس طرح کی جہاد و جہد میں گزری۔ یہ سب آپ ان کی سوانح عمری پڑھ کر ہی جان سکیں گے۔



تیموری خیال

”کامیابی چاہتے ہیں تو ملنے والوں کے نام یاد رکھا کریں“



بہت سے لوگ ناموں کو محض اس لئے یاد نہیں رکھتے کہ وہ ان ناموں پر توجہ دینے، انہیں بار بار دھرانے اور انہیں اپنے ذہنوں پر نقش کرنے کے لئے وقت نہیں نکال پاتے۔ وہ یہ بہانہ کرتے ہیں کہ وہ بے حد مصروف ہیں۔

آپ کے ساتھ یہ واقع ضرور پیش آیا ہوگا کہ آپ کسی سے بڑی دیر کے بعد مل رہے ہیں مگر آپ کو اس کا نام یاد نہیں آ رہا۔ دوسرا شخص آپ کا نام لے کر پکارتا ہے تو آپ حیران ہوتے ہیں کہ مجھے اس کا نام یاد کیوں نہیں آیا۔ آپ دل میں اس کی عزت کرتے ہیں جس نے آپ کو آپ کے نام کے ساتھ یاد رکھا۔ اور شرمندہ بھی ہوتے ہیں۔

ہمارا کسی اجنبی سے تعارف ہو تو ہم اس سے بات چیت تو کر لیتے ہیں لیکن اس سے رخصت ہوتے وقت اس کا نام تک فراموش کر جاتے ہیں۔ ایک کامیاب سیاستدان ان سب سے پہلا سبق یہ سیکھتا ہے کہ کسی رائے دینے والے کا نام یاد رکھنا سیاست ہے۔ اس کو بھول جانا بہت بڑی بھول ہے۔

امیر تیور کے بارے میں مشہور ہے کہ اُس کو اپنی فوج کے چھوٹے سے چھوٹے افراد کا نام بھی از بر تھا۔ نام یاد رکھنے کی قابلیت جتنی ضروری سیاست میں ہے اتنی ہی لازمی تجارت اور سماجی تعلقات میں ہے۔ چنانچہ اگر آپ چاہتے ہیں کہ آپ لوگوں کے دلوں میں گھر کر جائیں تو آپ ان کا نام بلکہ پورا نام یعنی پہلا نام اور خاندانی نام یاد رکھیے۔ کسی بھی شخص کا نام اس کے لئے سب سے میلھا اور خاص ہوتا ہے۔ کامیابی کا یہ بھی ایک اصول ہے کہ ملنے والوں کے نام یاد رکھے جائیں۔



ناشترنہ کرنے کے صحت پر منفی اثرات

اسرار حسین

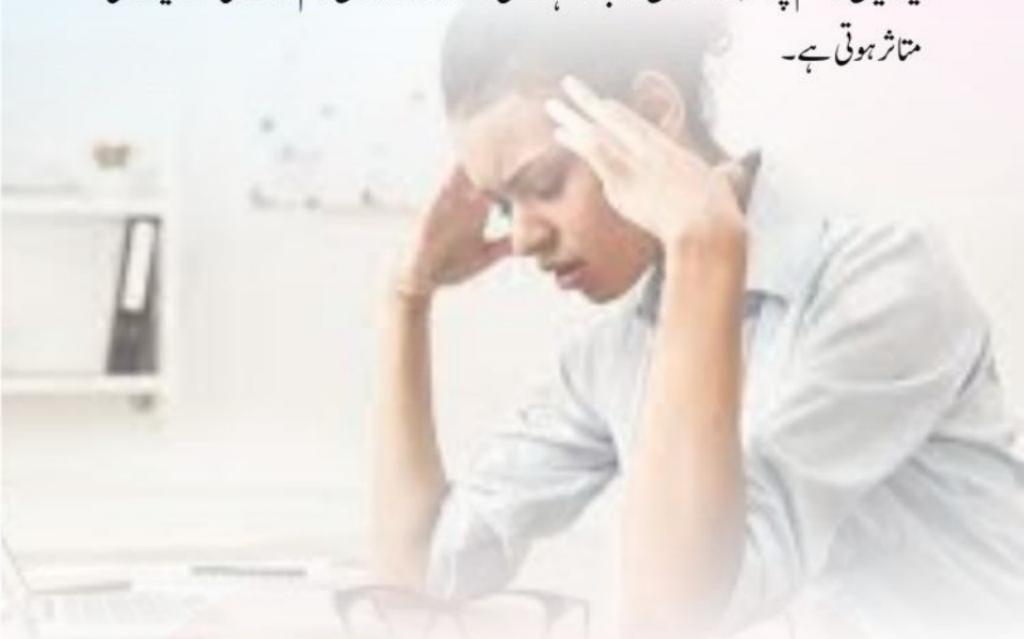
ماہرین اس بات پر متفق ہیں کہ صحیح کاناٹتہ ہماری تمام خوراک کا انتہائی اہم حصہ ہے۔ کیوں کہ یہ دن کا آغاز ہوتا ہے اور دن کا پہلا لکھانا ہوتا ہے کہ لہذا اسی کی وجہ سے ہمارے جسم میں تو اتنا تیکا بحال ہوتی ہے اور ہم آنے والے سارے دن کے لئے تیار ہوتے ہیں۔ ناشترنہ کرنے کی وجہ سے سارا دن ہم پرستی چھائی رہتی ہے اور کمزوری اور نقاہت کا احساس ہوتا ہے۔ جس کی وجہ سے ہمارے جسم پر منفی اثرات مرتب ہوتے ہیں اور ہماری پروڈکٹیوٹی متاثر ہوتی ہے اور ہم وہ سارے کام بہتر انداز میں نہیں کر سکتے جو ہمیں سارے دن میں کرنا ہوتے ہیں۔

ناشترنہ کرنے کے اس کے علاوہ کیا کیا کیا نقصانات ہو سکتے ہیں، آئیے ماہرین کی رائے کے

مطابق اسی بارے میں جانتے ہیں۔

قوتِ مدافعت میں کی:

ناشتناشی اس لئے اہم ترین ہوتا ہے کہ یہ ان اہم غذائی اجزاء پر مشتمل ہوتا ہے جن کی ہمارے جسم کو صحیح اٹھنے کے بعد فوری ضرورت ہوتی ہے تاکہ ہم بھرپور تو انائی کے ساتھ اپنے تمام کام سرانجام دے سکیں۔ مگر جب کوئی شخص مختلف وجوہات کی بنا پر ناشہ ترک کر دیتا ہے تو اس کے جسم کو وہ لازمی اجزاء نہیں مل پاتے۔ اس کا نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ جسم میں قوتِ مدافعت کی کمی ہونے لگتی ہے۔ یوں بیماریوں کا جسم پر حملہ کرنا آسان ہو جاتا ہے۔ اس کے علاوہ سارا دون کام کرنے کی صلاحیت بھی متاثر ہوتی ہے۔



ذیابیطس لاحق ہونے کے امکانات:

ایک طویل وقٹ کے بعد جب آپ ناشتناشی کرتے تو آپ کے جسم کا شوگر لیول اچانک بڑھ جاتا ہے تاکہ جسم کو تو انائی فراہم کر سکے۔ اس کی وجہ سے لوگوں کو زیادہ تر نائپ ٹو ذیابیطس ہونے کا خطرہ ہوتا ہے۔ اس لئے اپنی تمام مصروفیات کو بالائے طاق رکھ کر ناشتناشی کی عادت

ضرور اپنا کمیں، اور کوشش کریں کہ معیاری اور صحیت افزاء ناشستہ کریں۔ تاکہ آپ کو تمام دن بھر پور کام کرنے کے لئے ضروری قوانینی مل سکے۔

آدھے سر کا درد:

اکثر لوگوں کو آدھے سر کے درد کی شکایت ہوتی ہے اور ان کا درد اس قدر شدید ہوتا ہے کہ بات برداشت سے باہر ہو جاتی ہے۔ اس کی وجہ دیگر وجوہات ہوں گی ویسے اس کی ایک بڑی وجہ ناشستہ ترک کرنا بھی ہے۔

ناشستہ ترک کرنے کی وجہ سے جسم میں شوگر کی سطح گر جاتی ہے جس کے نتیجے میں بلڈ پریشر بڑھ جاتا ہے، بلڈ پریشر بڑھنے سے ابتداء میں تو سر میں ہلاکا درد لاحق ہوتا ہے جو بعد ازاں شدید مانگدیں یا آدھے سر کے درد میں تبدیل ہو جاتا ہے۔

وزن بڑھنا:

یہ پڑھنا یقیناً آپ کو عجیب ضرور لگے گا کہ ناشستہ کرنے سے وزن کیسے بڑھ سکتا ہے مگر ایسا ہوتا بھی ہے۔ آپ اگر ذرا را توجہ دیں تو آپ کو یہ بات بخوبی سمجھ آجائے گی کہ اگر آپ دن کے وسط تک بھوکے رہیں گے تو اس سے آپ کا جسم زیادہ کیلو ریز والی خوراک کی خواہش کرتا ہے، اس کی وجہ سے آپ میٹھی اور چکنی اشیا کھاتے ہیں تاکہ آپ کی بھوک ختم ہو جائے، لیکن یہ بھوک کو مٹانے کے ساتھ وزن میں اضافے کا سبب بنتا ہے۔



محرك میگزین

کے قارئین کیلئے خوشخبری

محرك

آپ کی پسند اور موجودہ جدید دور کے تقاضوں کو ملحوظ خاطر رکھتے ہوئے آپ کی مزید آسانی کے لئے محرك میگزین کو موبائل آپنکلیکشن پر منتقل کیا جا رہا ہے۔ بہت جلا ب آپ محرك میگزین کی ایپ ڈاؤن لوڈ کر سکیں گے اور اپنے پسندیدہ مضمایں اور فیچرز سے استفادہ حاصل کر سکیں گے۔ اس کے ساتھ ساتھ آپ کو ایپ پر مزید بھی ایسے کئی فیچرز ملیں گے جن سے آپ نہ صرف بہت کچھ سیکھیں گے بلکہ اٹف اندوز بھی ہو سکیں گے۔

.....☆.....

Self Help

Self Improvement

ایک ایسی کتاب ہے پڑھ کر
آپ کا میانی سے زیادہ درجنیں رہ سکتے

نئی سوچ ہر روز

جی جامن چھڈ دی

تحا۔ اس نام کو مزید سرچ کیا تو ان کی وال سے بہت کچھ سیکھنے کو ملا۔ مجھے سمجھ آئی مختصر جملہ میں گھری بات کہنا تیوری صاحب کا خاصا ہے۔ بس اسی دن سے ان کا فین ہوں۔ حال ہمیں ان کی نئی کتاب ”نئی سوچ ہر روز“، مارکیٹ میں آئی۔ اس کا اشتہار دیکھتے ہی آرڈر کیا۔

کچھ روز بعد یہ کتاب میرے ہاتھ میں کپڑی تھی اور میں اسے بے چینی سے لفافے سے باہر نکال رہا تھا۔ فہرست پر نظر ڈالی تو اسی طرح کے بیش قیمتی جملے نظر آئے جیسے میں ان کی وال پر دیکھ چکا تھا۔ آگے چل کر جس خوبصورت انداز میں تیوری صاحب نے اپنے جملوں کی وضاحت کی ہے اور وہ بھی اس قدر عام فہم انداز میں، وہ واقعی قابل تعریف ہے۔ دلچسپ بات یہ بھی ہے کہ اس کتاب کے چیپر زردا یتی کتابوں کی طرح بے حد طویل نہیں، بلکہ مختصر ہیں۔ جنہیں کوئی بھی شخص با آسانی چند منٹ میں پڑھ سکتا ہے۔ جیسا کہ اپنے نام کے مطابق یہ کتاب حقیقی معنوں میں نئی سوچ کا پیغام دیتی ہے اور وہ بھی خوبصورت اور سادہ ترین انداز میں۔ میں اسکے بارے میں مزید کیا کہوں بس اتنا ہی کہوں گا کہ یہ کتاب اپنے پیاروں کو تختہ دینے کے قابل ہے۔ اگر آپ نے ابھی تک یہ خوبصورت کتاب حاصل نہیں کی ہے تو میرا مشورہ ہے کہ اسے حاصل کرنے میں دیرینہ کریں۔

.....☆.....

کتاب نئی سوچ ہر روز

..... تبصرہ

محمد خاور (واہ کینٹ)

تیوری صاحب سے آشنائی فیس بک نے کراہی۔ کئی مہینے پہلے کی بات ہے کہ اتفاقاً فیس بک پر اسکرولنگ کرتے ایک جملہ نظر سے گزار تو آنکھیں اسی جملے پر ٹھہر گئیں۔ بغور پڑھا، بات دل کو لوگی۔ نیچے دیکھا تو ”جی ایم تیوری“، لکھا ہوا

خدائی دردسر

خورشید احمد عون

اگر تم نیک دل عیسائی ہو تو فریڈرک کی اطاعت بند کرو، یہ پوپ کافر مان ہے۔ پوپ فرماتے ہیں اگر فریڈرک کافروں کو مزار مسیح سے کافروں کو بے دخل کر دے تو اس کے گناہ بخش دیئے جائیں گے۔

جمع میں شور و غل بلند ہوا یوں لگتا تھا ہجوم کے جذبات تک آپس میں ٹکرار ہے تھے۔ کچھ سیاہ پوش اس سے اتفاق کر رہے تھے، کچھ خاموش تھے اور کچھ اختلاف ظاہر کر رہے تھے۔ کچھ دریوہ بھی خاموش تماشائی بنا کھڑا دیکھتا رہا، پھر اس نے اپنا گھوڑا آہستہ آہستہ آگے بڑھایا اور اس نائب کے قریب پہنچ کر رک گیا۔ نائب نے ایک نظر اس پر ڈالی، شناساً چہرہ دیکھ کر اطمینان سے سر ہلا�ا اور جمع کی طرف متوجہ ہوا۔ اس نائب کے دوسرا سیاہ پوش ساتھی جمع کے جذبات بھڑکانے میں مصروف تھے۔

ویسے مزار مسیح تو فریڈرک کے پاس ہے۔..... اس نے نائب کو خاموش دیکھ کر آہستہ سے کہا۔

نہیں ہمیں یروشلم چاہیے۔ مسجد اقصیٰ، قبۃ الصخرہ سب ہمیں چاہیے..... نائنٹ غرایا تو وہ سہم کر خاموش ہو گیا۔ اُسے سہاد کیجھ کرنا نائنٹ کے چہرے پر موجود تاؤ بھی ختم ہو گیا اور وہ جمع کی طرف دیکھنے لگا۔ سیاہ پوش چیخ رہے تھے۔ وہ بار بار مسح مصلوب کے مجسمے کی طرف اشارہ کر رہے تھے۔ وہ جمع کے عین وسط کھڑے تھے، مجسمہ ایک گھوڑے پر باندھا گیا تھا۔ جس کے ارڈگرڈ چند راہب کھڑے تھے۔ سیاہ پوش بھی صرف تین آدمی تھے۔ چند لمحے گزرنے کے بعد اس نے گھوڑے کو حرکت دی شاید وہ اس جمع سے دور جانا چاہتا تھا۔ ابھی اس کے گھوڑے نے رخ موڑا ہی تھا کہ نائنٹ نے اسے اونچی آواز میں زک جانے کو کہا۔ اس نے دھڑکتے دل کے ساتھ لگا میں کھینچیں۔ غیر ارادی طور پر اس کا ہاتھ تلوار کے دستے تک پہنچ گیا۔ اس کی تربیت میں بھی شامل تھا پھر وہ عیسائیوں کے نقش میں تھا۔ کسی بھی لمحے اس کی شناخت ظاہر ہو سکتی تھی۔

تمہارا کیا خیال ہے: فریدرک نے یہ اچھا کیا؟..... ملک الکامل کے ساتھ مل کے یروشلم کی تقسیم کا معابدہ کر کے..... اس نے نائنٹ کی آنکھوں میں دیکھا ان میں تجسس تھا، تاہم نائنٹ کا لہجہ نرم تھا۔ پھر وہ یہ بھی جانتا تھا کہ سارا جمع بھی نائنٹ سے متفق نہیں۔ چنانچہ اس نے بے دھڑک بولنا شروع کر دیا۔

ہاں میں سمجھتا ہوں کہ ایسا کرنے سے امن ہوگا۔ عیسائیوں کی مزید جانیں ضائع ہونے سے فوج جائیں گی۔

اس کا مطلب ہے تم بھی دین دار نہیں رہے ہو۔ تم اس کے کافرانہ خیالات میں شریک ہو۔ نائنٹ نہ صرف غصے سے چلایا بلکہ تلوار بھی نکال لی۔ اس نے بھی تلوار پر گرفت مضبوط کر لی۔ دیکھو! میں تمہیں سمجھانے کی کوشش کر رہا ہوں۔ پچھلے کئی سالوں سے تم حالت جنگ میں ہو۔ لوہے کی دیواروں میں بذریعہ کر دل بھی سخت ہو گیا ہے۔ کیا تمہیں ان جنگوں کی تباہ کاریاں نظر نہیں آ رہی۔ تم کتنے عرصے سے اپنے بیوی، بچوں سے دور ہو؟

نائنٹ کو سمجھانے کی کوشش میں اس کا دوسرا ہاتھ بلند ہوا مگر نائنٹ نے چیختے ہوئے نا صرف اُسے خاموش رہنے کو کہا بلکہ تلوار والا ہاتھ بھی فضا میں بلند کر دیا۔ اس نے بجلی کی تیزی سے اپنے سر

کو نیچے کیا۔ تلوار اس کی خود کو چھو کر گز رگئی۔ اس نے سنبھل کر جوابی وار کیا۔ نائٹ نے ڈھال کو آگے کر دیا۔ مگر اس کا وار اتنا شدید تھا کہ نائٹ خود سمیت گھوڑے سے نیچے گر گیا۔ نائٹ نے وہیں زمین پر گرے اپنے ساتھیوں کو پکارا!

لوگو! یہ کافر مرتد ہو گیا ہے۔ یہ فریڈرک کے خیالات کو اچھا سمجھتا ہے۔ اسے مار دو۔ مگر اس کی آواز اور دوسرا نائٹوں کے درمیان۔۔۔ میخ کا مجسمہ اور بجوم کے افراد حائل تھے۔ اور یہ وقت اس کے لیے بہت غنیمت تھا۔ اس نے تلوار میان میں ڈالی اور گھوڑے کو دوڑاتے ہوئے نظروں سے اوچھل ہو گیا۔



میں جہاد کے راستے پر نکلا ہوں مجھے اپنے بیوی بچوں کی پرواہ ہے نہ کھیتی باڑی اور مال مویشیوں کی..... مجھے تو سینکڑوں مسلمانوں کا خون نظر آ رہا ہے۔ جن کو عکہ کی سرز میں پر رچڑنے سر عام شہید کیا، سولی پر چڑھایا..... ارے کوئی قیدیوں سے ایسا سلوک کرتا ہے۔ ہمارے سلطان ایوبی کا طرز عمل دیکھا تھا۔ کیا انھوں نے عیسائی قیدیوں سے ایسا سلوک کیا تھا۔ (گالی)..... میرا جی چاہتا ہے یہ وثلم تو کیا سارے جہان سے عیسائیوں اور یہودیوں کو قتل

کر کے لاشیں دریائے عکھ میں پھینک دوں۔

تفقی الدین کے منہ سے جھاگ اڑنے لگی۔ یروشلم صرف اور صرف مسلمانوں کا ہے۔ سارا فلسطین ہمارا تھا، ہمارا رہے گا اور.....

ہاں ہاں وہ عیسائی نائب بھی کہہ رہا تھا کہ یروشلم پر صرف انہی کا حق ہے، میں نے اُسے سمجھانے کی کوشش کی مگر وہ مجھ پر حملہ آور ہو گیا۔ ادھر تم مسلمانوں کا بھی یہی حال ہے۔ سلطانِ الکامل نے بھی تو ان حافظوں اور قاضیوں کو باور کرنے کی کوشش کی کہ مسجدِ اقصیٰ، قبۃ الصخرہ اور حرم تو انہی کے پاس ہیں۔ عیسائیوں کو تو ہنڈرات دے کر ٹرخایا گیا ہے.....

عیسائیوں کا خون بہانا ضروری ہے کیا ایک دوسرے کا خون بہانا بند کرو، ایک دوسرے کی عبارت گا ہوں پر قبضہ کو نابند کرو۔ کبھی مسجدیں صاف کر کے گرجے بنائے جاتے ہیں، کبھی گرجوں کے گھنٹے آتار کر اذان کے لئے مینار بناتے ہو۔ کب تک۔۔۔ یروشلم کو تقسیم شدہ ہی رہنے والے، انسانیت تو وہمہ ہے لیکن یہ انسان نما جانور مختلف مذاہب کے پیروں کاروں کے روپ میں ایک دوسرے کو قتل کر رہے ہیں ان کی خون ریزی بند کرنے کے لیے ملکِ الکامل اور فریڈرک جیسے گنہگاروں کی ضرورت ہے۔

وہ بھی غصے میں بولتا چلا گیا یہاں تک کے اس کی سانس پھول گئی۔

تفقی الدین نے اس پر نفرت بھری نگاہ ڈالی اور بولا۔۔۔ بزرگ، دہریے، عیسائیوں اور یہودیوں کی جاسوسی کرتے کرتے تم خود بھی ان جیسے ہو گئے ہو۔ مولانا ٹھیک کہتے تھے ابو بکر کو کافروں کی صحبت خراب کر دے گی، عکھ کی عشرت گا ہوں میں عیسائی عورتوں کے ہاتھوں جام لندھاتے لندھاتے تم خود بھی بہک گئے ہو۔ آج مجھے یقین ہو گیا ہے تم نہ صرف کافر ہو گئے بلکہ مرتد اور واجب القتل بھی ہو۔ تمہاری سوچ دوسروں تک نہیں پہنچنی چاہئے۔

کفر کا فتویٰ لگتے ہی وہ اپنے انجام سے بے خبر ہو گیا، عیسائی نائب کے کفر کے فتوے سے تو نیچ گیا مگر مسلمان دوست کے فتوے کی رو سے قتل ہونا پڑے گا تاہم اس لشکر میں تو اس کا کوئی حامی بھی نہیں ہو گا۔ اس نے فوراً خیموں کی طرف نگاہ دوڑائی، خیموں سے آوازیں آرہی تھیں۔ کچھ جگہوں سے قشقہ بلند ہو رہے تھے۔ بعض کوشید جنگ ملنے کی خوشی ہو رہی تھی۔

اس کا ہاتھ میان کی طرف گیا۔۔۔ اوہ۔۔۔ یہ کیا تلوار۔۔۔ میری تلوار۔۔۔ وہ تو خیے میں پڑی رہ گئی۔ اس نے دوستوں کے ساتھ تلوار لے کر گھومنا ضروری نہیں سمجھا تھا۔ وہ اندر ہادھند خیے کی طرف دوڑا۔ مگر ترقی الدین اس کے تلوار کے جوہر سے واقف تھا۔ ایک نیزہ فضائیں لہرایا اور ابوکبر نیزہ کھا کر نیچے گر پڑا۔ شدید کرب سے اس نے نیزے کو پکڑ لیا۔ نیزہ کی انی اس کے پیٹ میں چلی گئی تھی، ترقی الدین نے آگے بڑھ کر اپنی تلوار بھی اس کے پیٹ میں گھونپ دی، اس نے بلبلا کر سر انٹھایا تو ترقی الدین نے اپنا پاؤں اس کے چہرے پر رکھ دیا اور اسے نیچے دباتے ہوئے زور سے نعرہ بلند کیا۔

اللہ اکبر۔۔۔ اوہ۔۔۔ خو۔۔۔ تھو۔۔۔ کافر۔۔۔ جہنم کا ایندھن۔

یہ کہہ کر اس نے اپنا پاؤں ہٹایا اور نفرت انگیز نظروں سے اس کے چہرے کو دیکھا۔ تاہم ابوکبر کے چہرے پر مسکراہٹ دیکھ کر اس کے چہرے پر حیرت پھیل گئی۔ اس نے تلوار بھینکی اور نیچے جھک کر ابوکبر کے چہرے پر نظریں گاڑ لیں۔

ت۔۔۔ تم۔۔۔ جا۔۔۔ نتے ہو۔ میں کیوں مسکرایا۔۔۔ ارے میں تو اس خدائی درود سر پر مسکرا انٹھا ہوں۔۔۔ کہ خدا مجھے مرنے کے بعد کن کے ساتھ انٹھائے گا۔ عیسائی کافروں کے ساتھ جو فریڈرک کی حمایت میں پوپ کے فتوؤں کی رو سے جہنم کے حق دار ٹھہرے یا ملکِ اکامل کے محل کو گھیرے میں لے کر بدعا کیں دینے والے علماء کی فتوؤں کی درستی میں کافر ٹھہرائے جانے والے کے ساتھ۔۔۔۔۔۔ تم بتا سکتے ہو۔۔۔

مرتفقی الدین اُس سے کیا بتاتا۔ اس کا خون عکھ کی سرز میں پر بہانہ قبہ الصخرہ کی چنان کے اطراف سے تہہ کر نیچے واڈی پر گرا۔ اس کا خون تو اس کچھڑی میں مل رہا تھا جو اس نے اور ترقی الدین دونوں کے نماز فجر کے لیے بھائے گئے پانی سے پیدا ہوا تھا۔

ترقبی الدین کچھ دیرا سے گھوتا رہا۔ پھر سر جھکلتے ہوئے خیے میں داخل ہو گیا۔ اسے گھر جانے کی جلدی تھی کیونکہ اب نجانے کتنے عرصے کے لیے عیسائی سے جہاد سے موقوف ہو گیا ہے۔ شاکدید ملکِ اکامل یا فریڈرک دونوں میں سے کسی ایک کی موت تک.....



اگر کسی سے پوچھا جائے کہ وہ زندگی میں کیا کرنا چاہتا ہے، اور کیا بننا چاہتا ہے تو اکثر کے جوابات ہوں گے کہ میں کچھ بڑا اور منفرد پر کرنا چاہتا ہوں، مگر کچھ بڑا اور منفرد کرنے کا حوصلہ اور ہم تھہر ایک میں نہیں ہوتی۔ وقت کے ساتھ ساتھ سب کے خواب سراب بن جاتے ہیں یا پانی میں بہہ جاتے ہیں، بہت ہی خاص اور اکاذ کا لوگ ہی ہوتے ہیں جو اپنے اندر اتنا حوصلہ رکھتے ہیں کہ حقیقی معنوں میں اپنے خوابوں کی طرف جاسکیں اور طوفانوں کا سامنا کر کے اپنے خوابوں کو حقیقت میں بدل سکیں۔

وہ بھی ان خاص الخاص لوگوں میں شامل تھی، جو اس بات پر کامل ایمان رکھتے ہیں کہ دنیا میں ان کا آنا بے وجہ نہیں ہے۔ جن کی آنکھوں میں خواب ہوتے ہیں اور جو کچھ بڑا کرنا چاہتے



حورین فاطمہ

مریم ختار

پاکستان کی پہلی شہید خاتون پائلٹ

ہیں، کچھ ایسا کہ باقی دنیا کیلئے کر عش عش کراٹھے۔ لوگ ان کی جانب دیکھیں تو بے اختیار ان کی ہمت و حوصلے کی داد دینے لگ پڑیں۔ اور پھر ساری دنیا نے دیکھا کہ جو خیالات اس کے ذہن میں



ہوتے تھے اور جو باتیں اس کی زبان پر ہوتی تھیں وہ حقیقت بنی اور جس طرح وہ سوچا کرتی تھی، اسی طرح اس کی کہانی سن کر دنیا اس کی ہمت اور حوصلے کی داد دینے پر بے اختیار مجبور ہو گئی۔ آپ کے اندازے کے بالکل عین مطابق پاکستان کے فخر اور پاکستان کی بہادر بیٹی مریم مختار ہی کی بات ہو رہی ہے۔

مریم نے اٹھارہ منی کو 1992ء کو روشنیوں کے شہر کراچی میں کچھ منفرد بننے اور منفرد کرنے کے خواب دل میں لئے آنکھ کھولی۔ ابتدائی تعلیم اپنے شہر سے ہی حاصل کی اور پھر آرمی پیلک اسکول جوانان کیا، میڑک کے بعد ملیر کالج کراچی سے انٹرمیڈیٹ کا امتحان پاس کیا۔ طالب علمی کے دور میں مریم نہ صرف ہونہار اور لائق فائن طالب تھی بلکہ اس کے ساتھ ساتھ غیر نصابی سرگرمیوں میں بھی بڑھ چڑھ کر حصہ لیتی تھی۔ یہی وجہ تھی کہ آپ نے فٹ بال میں اپنی صلاحیتوں کا لوہا منوایا اور نیشنل و مون فٹ بال چمپئن شپ میں بلوجتن یونائیٹڈ کی نمائندگی بھی کی۔

مریم کے خاندانی پس منظر کی اگربات کی جائے تو آپ کے والدآرمی میں کرنل تھے اور والدہ

ایک ٹپر۔ آرمی افسر ہونے کی وجہ سے آپ کے والد کی ٹرانسفر مختلف شہروں میں ہوتی رہتی تھی۔ اسی لیے ان کے ساتھ رہتے ہوئے آپ کو بھی کافی کچھ سکھنے کو ملا۔ والدہ کے شعبہ درس و تدریس سے وابستہ ہونے کا آپ کو یہ فائدہ ہوا کہ شروع سے ہی گھر میں عملی اور ادبی فضائلی۔ گھر میں کتابیں پڑھنے کا ماحول تھا، اس کے علاوہ آپ کی والدہ بھی آپ کو اسلامی ہیروز اور تاریخ کے دیگر نامور فاتحین کے بارے میں بتاتی رہتی تھیں، شائد یہی وجہ تھی کہ بچپن ہی سے دنیا کے نامور لوگوں کے بارے میں جانے اور دنیا کے بڑے بڑے فاتحین کی داستانیں سننے کی وجہ سے ہی آپ میں بھی کچھ بڑا اور منفرد کرنے کا خیال پیدا ہوا۔

ائز مرید یافت کے بعد جب یونیورسٹی میں داخلہ لینے کا وقت آیا تو مریم کا انتخاب ”نجینئر نگ“ بننا، وقتی انتخاب نجینئر نگ تھا مگر خواب کچھ اور تھا، یہی وجہ ہے کہ نجینئر نگ کے ساتھ مریم کی زیادہ بننیں پائی اور پہلے ہی سمیٹر کے بعد اسے خدا حافظ کہہ دیا۔ اس کی سب سے بڑی وجہ یہ تھی کہ مریم کی آنکھوں نے ائیر فورس میں جانے اور جہاز اڑانے کا خواب دیکھ لیا تھا۔ والدین کے لاکھ منع کرنے اور سمجھانے کے باوجود مریم نے ہمارنیں مانی۔ نتیجہ یہ نکلا یہ آپ کے والدین کو آپ کے فیصلے کے سامنے سر تسلیم کرنا ہی پڑا۔



2011ء میں ان کا ایڈیشن ایئر فورس میں ہو گیا دوسال مریم مختار نے پی اے ایف اکیڈمی رسالپور میں ٹریننگ کی پھر 24 ستمبر 2014ء میں باقاعدہ ان کی پوسٹنگ بطور پائلٹ ہو گئی۔ یوں مریم کے جہاز اڑانے کا خواب پورا ہوا، مگر قدرت دور کھڑی کچھ اور ہی سوچ رہی تھی، ہرگز رتے دن کے ساتھ اس کے حوصلے مزید بڑھ رہے تھے مگر ہرگز رتے لمح کے ساتھ ہی اس کا بلا وابھی قریب آتا جا رہا تھا۔

پھر چوبیس نومبر 2015ء کا ایک سیاہ دن بھی آگیا جب مریم اپنے انٹر کٹر سکوارڈن لیڈر شاپ عباسی کے ساتھ روٹین ٹریننگ Ft-7 طیارے پر تھیں تو طیارے میں ٹینکل خرابی پیدا ہو گئی وہ اور ان کے سکوارڈن لیڈر شاپ عباسی طیارے کو آبادی سے کچھ دور چلے گئے انہیں فوری طور پر اجیکٹ کرنا تھا جب ان کے انٹر کٹر سکوارڈن لیڈر شاپ عباسی کی طرف سے اجیکٹ کا آرڈر ملا اور جیسے ہی ان کے ہیڈ نے پیراشوت سے چھلانگ لگائی انہی لمحوں میں مریم مختار طیارے کو احتیاطاً اور آگے لے گئی تاکہ کسی کو نیچے فضان نہ پہنچ پھر جب انہوں نے پیراشوت کھول کر چھلانگ لگائی تو بہت دیر ہو چکی تھی کیوں کہ زمین سے فاصلہ بہت کم رہ گیا تھا اس وجہ سے وہ زمین پر آ کر گئی، انہیں اڑایہ بولنس میں ہسپتال لے جایا گیا لیکن وہ جانب نہ ہو سکی اور اپنے خالق حقیقی سے جا ملیں۔

ان کے انتقال کو عالمی میڈیا میں بھی کوئی توجہ ملی اور ان کی ہمت و حوصلے کو سراہا گیا۔ حکومت پاکستان نے بھی آپ کے کردار کو تمام خواتین کے لئے مثالی قرار دیا اور آپ کو کمال جرأت کا مظاہرہ کرنے پر 23 مارچ 2016 کو تمغہ بسالت سے بھی نواز گیا۔

دنیا کے بیشتر ملکوں نے آپ کی شہادت پر تعریت نامے بھیجے حتیٰ کہ ہندوستان جیسا از لی دشمن بھی اس ہونہار پائلٹ گرل کی تعریف کیے بغیر نہ رہ سکا۔

ملک بھر کی عوام نے بھی مریم کی قربانی کو منفرد انداز میں خراج عقیدت پیش کیا اور مختلف جگہوں اور اداروں کے نام مریم سے منسوب کیے۔ اس کے علاوہ مریم کی والدہ نے آپ کی زندگی پر ایک کتاب بھی تحریر کی جواب مارکیٹ میں دستیاب ہے۔



مریم کے نام پر ڈاکومنٹری بھی بنائی گئی اور ایک ڈرامہ "مریم" بھی بنایا گیا ہمیں بھی مریم کی طرح نذر اور اپنے ملک کے لیے کچھ کر گزرنے کے احساس کو تقویت بخشنی گئی ہے۔ اگر آپ مریم مختار کی زندگی اور ان کے اس عظیم سفر کی عکس بندی دیکھنا چاہتے ہیں تو ان کی زندگی پر بننے والی فلم ضرور دیکھیں۔

مریم مختار جیسی ہونہار بیٹیاں کسی بھی ملک کا سرمایہ ہوتی ہیں، آپ نے اس ملک پر جان تو قربان کر دی مگر بے شمار لوں میں اپنے لئے مستقل گھر بھی بنالیا۔ ہماری دعا ہے کہ خدا مریم پر خاص رحمت نازل فرمائے اور آپ کے والدین کو بھی مزید ہمت و حوصلہ عطا کرے۔

.....☆.....

اپنی ذات کے بارے میں آگاہی، خودشناصی ہے۔ جس کے عدم موجودگی کئی طرح کی مشکلات کھڑی کر دیتی ہے۔ بیشتر لوگ اپنی نشوونما کو اپنی لاشعوری پروگرامنگ کی وجہ سے خود ہی روک دیتے ہیں۔ جب کسی کے بچپن میں مسترد کیے جانے، ہالی گلوچ یا کسی اور حادثے کی وجہ سے اس کے والدین اس کو منفی رجحانات دے رہے ہوتے ہیں۔ تو وہ یہ محسوس کرنے لگتا ہے کہ دنیا بہت غیر محفوظ جگہ ہے۔ اس سوچ کے ساتھ ایک انسان کافی چھوٹی عمر میں نفسیاتی الجھنوں کا شکار ہو جاتا ہے۔ یہ پیچیدگیاں ایک Set of Patterns ہے جو ہمارے گھرے تجربات سے بننا شروع ہوتا ہے۔ ہم اپنے والدین کو ایسے تجربات کرتے دیکھتے رہتے ہیں اور یہ اور ہم ان سارے حالات کو الگ الگ طرح سے محسوس کرتے ہیں۔ بڑے ہونے کا ہر دور ایک چیز ہے۔ جس میں ہر قدم پر کوئی بھی حادثہ یا سانحہ ہونے کی کافی موقع ہوتے ہیں۔ جو کہ یقیناً ایک پیچیدگی کا باعث بنتے ہیں۔ جیسے اگر بچپن میں آپ کو اپنی مرضی کے لیے بہت ڈانیا پھر مارا گیا ہو۔ یا پھر آپ کو ایسا محسوس

بے ایم تیموری

خودشناصی کی نفسیات



کروایا گیا ہو کہ آپ جو بھی کرتے ہو غلط ہی کرتے ہو۔ تب آپ کے اندر ایک ایسی ابھنن یاد باہ پیدا ہو جائے گا جو آپ کی خود اعتماد (self esteem) کو ختم کر دے گا اور آپ دوسروں approval / منظوری لینا شروع کر دو گے آپ اپنے آپ کو ایک ناکام انسان سمجھو گے۔ یہ پیچیدی گی آپ کے اندر ایسے رجات پیدا کر دے گی کہ آپ کو آپ کی کامیابی کچھ بھی نہیں لگے گی۔ یہی چیزیں آپ کے فیصلوں اور روئیوں کو منفی طور پر پیش کرتی ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ بہت سے لوگ کچھ کیے بغیر ہی بہت کچھ حاصل کر لیتے ہیں جبکہ دوسرے اپنے اوپر اعتماد نہ ہونے کی وجہ سے آگے نہیں بڑھ پاتے ہیں اور ان کی زندگی کبھی نہ ختم ہونے والی بُری قسمت کی سائیکل میں چلتی رہتی ہے۔ ایک ماہر نفسیاتی JungCarl نے کہا تھا کہ جب تک آپ لاشعور کے اجزاء کو شعور میں نہیں لاؤ گے۔ تب تک وہ آپ کی زندگی کو نکشوں کرے گا اور آپ اسے اپنی قسمت کھو گے۔

حتیٰ کہ جرمن ماہر نفسیات فرانسیڈ کی شاگرد Karen ہورنائے نے بھی اپنے کام میں یہ بتایا ہے کہ ہر انسان کے اندر خود شناسی میں یا خود آگاہی کی صلاحیت قدرتی طور پر ہوتی ہے۔ اگر کسی انسان کو بچپن میں صحیح ماحول نہیں ملتا تو وہ راستے سے بھٹک جاتا ہے۔ اپنی پوری استعداد یا طاقت تک کبھی نہیں پہنچ سکتا ہے۔ آج ہم اس بارے میں بات کریں گے کہ آپ اپنے لاشعور کے اجزاء تک کبی کوچھوڑ کر خود آگاہی کیسے حاصل کر سکتے ہیں؟

realization Self کا مطلب ہے خود شناسی اور یہ سمجھنا کہ آپ کا اتنی بڑی کائنات میں کیا کردار ہے؟ تاکہ آپ اس دنیا میں کچھ مفتر کام کرسکو۔ اگر آپ کے اندر کسی بھی قسم کا فobia، مایوسی، ذہنی دباو یا باہمی احتصال اور کسی بھی طرح کا خالی پن نہیں ہے۔

آپ اپنی موجودگی کو لے کر مضطرب نہیں ہوتے ہیں۔ یا اپنے آپ کو آگے بڑھنے سے نہیں روکتے ہیں تو اس کا مطلب ہے آپ خود شناس ہیں۔ خود آگاہی یا خود شناسی آگے بڑھنے کے لیے صرف ایک انتخاب ہی نہیں بلکہ ہماری ضرورت ہے۔

نفسیاتی تجویز کے بانی فرانڈ نے اپنے مریضوں کا علاج کرتے ہوئے یہ پہلو دریافت کیا تھا کہ ان کے پاس آنے والے مریضوں کی تمام علامات غالب ہو جاتی تھیں۔ جیسے ہی ان کے

لاشعور کی یادوں یا جذبات کو شعور میں لا جاتا تھا۔ فرانس اس بات پر یقین رکھتا تھا کہ انسان اپنے لاشعور میں پائے جانے والے موارد صرف ایک تھراپی سے بات کر کے ہی دریافت کر سکتا ہے۔ کیرن کا کہنا تھا کہ ہم یہ اکیلے بھی خود احساسی کی رد سے کر سکتے ہیں کیرن کے مطابق Self analysis زیادہ تر کیسے میں روایتی تھراپی سے بہتر ہو سکتی ہے۔ کیونکہ جب بھی آپ ایک معانع کے پاس جاتے ہیں تو اس کو ممکن کچھ سال نہیں تو کچھ ممینے تو یہ سمجھنے میں لگتے ہیں کہ آپ کی پراملم اور آپ کی کہانی کیا ہے؟ لیکن ہر انسان اپنی کہانی سے خود زیادہ اچھی طرح واقف ہوتا ہے۔ اگر آپ اپنے لاشعور میں چھپی باتوں کو خود عیاں یا بے نقاب کر سکتے ہیں تو پھر آپ کے اندر ایک اعتماد آنے لگتا ہے۔ اور آپ ذہنی طور پر اپنے آپ کو مضبوط محسوس کرتے ہیں۔ کیونکہ آپ نے اس طریقے سے ایک نامعلوم علاقے کو صرف اپنے دم پر ڈھونڈا ہوتا ہے۔



درactual جو چیز ہمیں خود آگاہی میں جانے سے روکتی ہے تو وہ صرف خوف یا ڈر ہے۔ اگر ہم علماتی طور پر مثال دیں تو کئی لوگ اندھیرے میں جانے سے خوفزدہ ہوتے ہیں۔ یعنی اندھیرا اس طاقت کو پیش کرتا ہے جو حقیقی نہیں ہوتی ہے اور ہمارے لاشعور میں یہ بات ہوتی ہے کہ اندھیرے میں کچھ بھی ہو سکتا ہے۔ حقیقت میں ہم جسمانی طور پر اندھیرے میں چھپے بھتوں، جانوروں یا اور کسی ایسے ہی مخلوق سے خوفزدہ ہوتے ہیں۔ کیونکہ وہ ہمیں جسمانی طور پر نقصان پہنچا سکتے ہیں اور نفیاتی طور پر ہم اندھیرے میں ہم اپنے خود کے حادثات اور بری یادداشتیوں کا سامنا کرنے سے خوفزدہ ہوتے ہیں۔ اور ہم اپنی کہانی اپنی موجودہ شناخت کو سنانے سے ڈرتے ہیں۔ یہی وجہ ہے

کہ کیوں عام لوگ اپنی نفیات کی گہرائی میں جانے سے گھبراتے ہیں اور پھر ہم اپنی خود آگاہی کی جلست کو کسی بھی نئے یا بڑی لٹ کا سہارا لیکر دباتے ہیں۔ ہمیں خود آگاہی کا سامنا کرنے کا خوف ہوتا ہے لیکن اگر ہم ایسا کر لیں تو پھر یہ کئی گناہ مارے لیے مفید ہوتا ہے۔

اگر آپ اپنی ذاتی نشوونما چاہتے ہیں اور ممکنہ استعداد کی بلند ترین سطح پر پہنچنا چاہتے ہیں تو سب سے پہلے اپنے fears کا سامنا کرنا سیکھو اور اس بات پر دھیان دو کہ آپ کا لاشعور آپ کو کیا بتا رہا ہے۔ Horneay Karen کا کہنا تھا کہ وہ ہماری ذاتی نشوونما کی تحریک ہی یہی ہوتی ہے جس کا خود شناسی کی کامیابی یا ناکامی پر سب سے زیادہ انحصار ہوتا ہے۔ اپنی Karen کتاب Self Analysis " کے شک کے بغیر یہ بتاتا ہے کہ ایک انسان خود مشاہداتی کا تجربہ اپنی غیر معمولی صلاحیت سے خود ہی کر سکتا ہے اور جو شخص اپنے مسائل خود حل کرنے کی ضد پکڑ لیتا ہے تو وہ کچھ بھی کر کے اپنے مسائل کو سمجھ لیتا ہے۔ زیادہ تر لوگ جنہیں کسی احساس لکھتی کا احساس ہوتا ہے وہ اپنے مسائل کو قبول کرنے کی بجائے اپنی زندگی تسلیم نہ کرنے والی کیفیت میں بس رکرتے ہیں۔ ان کی جھوٹی شناخت، جھوٹی اناور عصوب اس بات کو جاننے میں رکاوٹ بنتے ہیں کہ وہ اصل میں کیا ہیں؟ اور ان کی ممکنہ استعداد ان کی سوچ سے کہیں زیادہ ہے۔ اپنی وجوہات کی وجہ سے خود آگاہی ناممکن ہے۔

اگر آپ شیشہ لے کر سامنے کھڑے ہو کر اپنی خامیوں کو بلاواسطہ نہیں دیکھ سکتے ہیں ہیں تو آپ ان کی گہرائی کو کبھی سمجھ ہی نہیں سکتے۔ اور اپنے کئی منتخب حصوں کو نظر انداز کر دو گے۔ جیسا کہ An کا کہنا تھا کہ اگر ایک انسان میں اتنی ہمت ہے کہ وہ اپنے بارے میں کڑاچ سجن سکتا ہے تو وہ انسان اپنی ہمت پر محفوظ طریقے سے اتنا اعتماد کر سکتا ہے کہ وہ اپنے خوف کے دوسرا جانب پہنچانے کے قابل ہے اور اپنے بارے میں کڑوے سچ کو جانے یعنی خود آگاہی کو حاصل کرنے کے کئی طریقے ہوتے ہیں۔

جیسے کہ پرچھائی / work Shadow جس میں آپ نے اپنے رد عمل اور فیصلے Judgement کا مشاہدہ کرنا ہوتا ہے۔ اپنے آپ سے ہی اپنی زندگی کے بارے میں

سوالات کرتے ہوتے ہیں اور اپنی marality / اخلاقیات کا جائزہ لینا ہوتا ہے کہ آپ کو کیا صحیح اور کیا غلط لگتا ہے۔ خود آگاہی کا دوسرا طریقہ ہے تحریر کرنا یا لکھنا۔ کیونکہ امریکی سوشل سائیکلوجسٹ جیز کی تحقیق کے مطابق وہ واضح طور پر بتاتی ہے کہ جتنا آپ اپنے ماضی کے بارے میں لکھتے ہو۔ اتنی ہی آپ کی یادداشت واپس آنے لگ جاتی ہے۔ جنہیں آپ بھول چکے ہوتے ہیں اور اس طرح سے آپ یہ سمجھ پاتے ہیں کہ آپ کے مسائل کہاں سے شروع ہوئے تھے۔

خود آگاہی کا تیسرا طریقہ مراتبی Meditation ہے۔ جو کہ ذہنی سکون کا باعث ہوتا ہے اور آپ کے لاشور کی آواز کھلا amplify / یعنی کہ بڑھادیتا ہے۔ تاکہ آپ وہ سب چیزیں دیکھو اور سن سکو جنہیں آپ کافی دیر سے نظر انداز کر رہے ہیں۔ تینوں میں سے چاہے آپ کوئی بھی طریقہ اپنائیں۔ چاہے تینوں ہی طریقے اپنا میں اور روزمرہ معمول میں شامل کر لیں۔ ہمارا ہم مقصد یہ ہے کہ ہم اپنی خود فہمیوں، فریبوں، دھوکوں اور تعصّب کو ختم کر سکیں۔ تاکہ ہمیں اپنے اصل مقاصد، خواہشات، احساسات اور نظریات کیا ہیں؟ اور ہماری سوچ کے کونے پہلو بس اصل میں ہماری پروگرامنگ کا حصہ تھے۔ آخر میں ہمیں اپنے ماحول کو بھی خود آگاہی کے لیے پر امید کرنا ہوگا۔ کیونکہ اگر آپ خود کو بہتر بنانا چاہتے ہیں تو آپ کے ارد گر در ہنے والے لوگ اس نئے پہلو کو شک کی نظر سے دیکھیں گے۔ اور وہ آپ کو تبدیل ہوتا ہو انہیں دیکھنا چاہتے تو وہ یقیناً آپ کے آگے بڑھنے میں رکاوٹ ڈالیں گے۔ حتیٰ کہ آپ کی بری عادتیں بھی رکاوٹ کا باعث بنیں گی۔ تب بھی حل یہی ہوگا۔ کہ آپ boundaries بنا سکھو اور اپنا رویہ ایسا رکھو کہ آپ کے راستے میں کوئی رکاوٹ بھی آئے وہ ہمیشہ آپ کے عزم کے آگے چھوٹی پڑے۔ اور جب بھی آپ کے دل و دماغ سے یہ آواز آئے کہ یہ مسئلہ توہہت بڑا ہے اور میں اس سے کبھی بھی باہر نہیں نکل پاؤں گا تو یہ سمجھ لیں کہ یہ آواز بھی لاشوری پروگرامنگ کا حصہ ہے جو آپ کے شعور کو محدود کر رہی ہے۔

ان سب سے بچاؤ کا راستہ صرف ایک ہی ہے اور وہ ہے خودشناگی، باقی سب کچھ اس کے بعد شروع ہوتا ہے۔



خون عطیہ کرنا صحت کیلئے کیسا ہے؟

عاطقہ نوید

ہسپتاں میں اکثر مریضوں کو جان بچانے کے لئے خون کی ضرورت ہوتی ہے۔ مگر بہت سے لوگ خون عطیہ کرنے سے بچکاتے ہیں اور اس بات سے ڈرتے ہیں کہ کہیں ان کے جسم میں خون کی کمی نہ ہو جائے یا ان کو کسی طرح کی بیماری کا سامنا نہ کرنا پڑے۔ کیا لوگوں کا یہ ڈر درست ہے؟ خون عطیہ کرنے کے صحت پر کیا اثرات مرتب ہوتے ہیں؟ اور کیا خون عطیہ کرنے سے واقعی جسم میں بیماریاں پیدا ہوتی ہیں یا یہ صرف ایک عام تاثر ہے۔ انہی سوالوں کے جواب تلاش کرنے کے لئے آسٹریلیا میں ایک طبی تحقیق ہوئی۔ جس کے نتائج کے مطابق خون اور پلازما عطیہ کرنے سے جسم میں موجود پی ایف اے الیک نامی زہر میلے مرکبات میں 30 فیصد تک کمی ہو سکتی ہے۔

اس کیمیکل کی تقریباً چار اقسام ہیں جو کہ برتاؤ سے لے کر قالین تک کئی اشیاء میں استعمال کیے جاتے ہیں۔

تاہم ان کی زیادہ مقدار آگ بجھانے والے فوم میں پائی جاتی ہے اور اسی لیے ایک فائر فائز کے خون میں پی ایف اے ایس کی مقدار دوسرے لوگوں کے مقابلہ میں زیادہ ہوتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ اس نئی تحقیق میں آسٹریلیا کے 285 فائر فائز کا انتخاب کیا گیا جن کے خون میں ایک ہی قسم کے پی ایف اے ایس کی زیادہ مقدار موجود تھی۔

تحقیق کرنے کے لیے ان فائر فائز کو تین گروپس میں تقسیم کیا گیا، اس کے بعد ایک سے کہا گیا کہ اس گروپ کے ممبرز ہر چھ ماہ بعد پلازمه عطیہ کریں، جبکہ دوسرے گروپ سے کہا کہ وہ ایک سال تک ہر 12 ہفتے بعد اپنے خون کا عطیہ دیں جبکہ تیسرا گروپ کو کچھ بھی عطیہ کرنے کو نہیں کہا گیا۔

اب اس کے بعد جب ان تمام گروپس کے خون ٹیسٹ کیے گئے تو جنہوں نے خون اور پلازمه عطیہ کیا تھا ان کے خون میں پی ایف اے ایس نامی زہر میلے مرکبات میں 30 فیصد تک کی دیکھی گئی جبکہ تیسرا گروپ کے ممبرز جنہوں نے خون اور پلازمه عطیہ نہیں کیا تھا ان کے خون میں کوئی فرق سامنے نہیں آیا۔

اس طرح تحقیق نے یہ بات ثابت کر دی کہ خون اور پلازمه عطیہ کرنے سے جسم میں موجود اس خطرناک کیمیکل کی تعداد کم کی جا سکتی ہے۔

خیال رہے کہ یہ کیمیکل جسم میں جا کر تویل عرصے تک موجود رہتا ہے، نامیاتی نظام کو متاثر کرتا ہے اور تھائی رائیڈ گلینڈ کو نقصان پہنچاتا ہے۔ اس لیے ماہین اس بات پر متفق ہوئے کہ خون عطیہ کرنے سے جسم میں کوئی منفی تبدیلی نہیں آتی اور نہ ہی اس کا کسی قسم کا کوئی نقصان ہو سکتا ہے۔ بلکہ یہ صحت کے لئے انتہائی مفید ہے۔ اسکے علاوہ عمل کا خیر کا بھی سبب بنتا ہے۔ کیوں کہ اس کی وجہ سے کسی مریض کو شفا ملتی ہے اور کسی کی جان بچ سکتی ہے۔

.....☆.....

COMPOSING CENTER



اگر آپ افسانے، ناول، غزلیں لکھتے ہیں تو

یہ اشتہار آپ کے لئے ہی ہے،

اور

کمپوزنگ کے لئے

ہماری خدمات حاصل کریں

CONTACT US

+92-321-4900-308

Facebook [Urdu.typing](#)

Email: compossingcenter786@gmail.com

آخری حصہ

گاؤں میں ایک دن

سید حسنین کاظمی

”کمرے میں کدھر جا رہے ہو دو گھری ہمارے پاس بھی ٹھہر جاؤ،“ ایک آنٹی نے مجھ سے مخاطب ہو کر کہا۔

”ماشاللہ کتنا بڑا ہو چکا ہے ہمارا شاہزادی مجھے وہ دن کل کی طرح یاد ہے جب یہ میرے، گل کے ساتھ کھیل کرتا تھا۔ مگر اب بھی یہ دیے کاویسا ہی شرمیلا ہے۔“ ایک اور آنٹی نے لفتمہ دیا۔ میں ان کے پاس سر جھکائے بیٹھا ان کی باتوں پر ہاں، ہوں اور جی کیے جا رہا تھا۔ باتوں کے دوران ہی چاپچی نے چائے سرو کی تو خوش گپیوں کے ساتھ چائے بھی نوش کی گئی۔

”چاندنی کہاں ہوتی ہے آ جکل؟“ فرحت نے چائے کی چکلی لیتے ہوئے پوچھا۔ چاندنی کے نام پر میرے دل کو ایک کھلا سالگا میں کیسے بھول سکتا ہوں گاؤں چھوڑ جانے سے پہلے اسی

کنویں پر میری محبت نے بھی تو جنم لیا تھا۔ اس کنویں کے پاس ہی میں بھی تو اکثر موجود ہوتا، چاندنی کی تلاش میں نظریں اور ادھر دوڑ اتارتا مگر وہ بہت کم گھر سے باہر آیا کرتی تھی۔ اور اس کی اس قسم ظریفی کا اکثر مجھے اس سے گلے بھی رہتا۔ اس کا اصل نام تو ریشم تھا مگر سارا گاؤں اسے اس کی خوبصورتی اور سفید دوہیار غلت کی وجہ سے چاندنی کہہ کر پکارتا۔ بڑی پھپھو کے گھر میں پہنچتے وقت میرے دل میں ایک بے چینی سی موجود تھی جہاں گاؤں اور بچپن سے وابستہ دیگر یادیں انگڑا بیاں لے رہی تھی تو وہیں ٹین میں اتح کی محبت کو دیکھنے کی خواہش بھی شدت پکڑ رہی تھی۔ بچپن کی اور بات تھی مگر اب میں چاہ کر بھی اس کا نام ابوں پر نہیں لاسکتا تھا۔ اب چھوٹی فرحت نے اس کا نام لیا تو میری بیقراری میں مزید اضافہ ہو گیا۔

”اس کی شادی کو تو سات سال ہو چکے ہیں اب تو ماشاء اللہ اس کے دو بیٹے اور ایک بیٹی بھی ہے۔ میرا رشید اس کی ہر ضرورت کا خیال رکھتا ہے میرے گھر کی رانی ہے وہ۔ بہت پیاری زندگی بسر ہو رہی ہے۔“

”اللہ نے چاند اور چاندنی کو اکٹھا کر دیا۔ ٹھہر، پتھر فرحت! تم لوگوں نے کونسا روز روز آنا ہے۔ میں چاندنی کو بلا کر لاتی ہوں۔“ ان ماسیوں میں سے ایک نے فرحت کی بات کا جواب بڑی تفصیل سے دیا اور چاندنی کو بلا نے اٹھ کر چلی گئیں۔

وہ آنٹی (جو یقیناً چاندنی کی ساس تھی) کی باتیں سن کر مجھے اپنے اندر کچھ ٹوٹتا ہوا محسوس ہوا، میرا وجد ریزہ ریزہ ہو گیا، آنکھوں کے سامنے ایک دم گھپ اندر ہیرا چھا گیا، کیونکہ میں اس رشید کو اچھی طرح جانتا تھا جس کے وہ محترمہ گن گاری تھی وہ ایک نمبر کا لوفر تھا عمر میں بھی اس سے کافی بڑا تھا۔ خود تو کوئی کام دھندا کرتا نہیں ھلاباپ کی کمائی کو آوارہ دوستوں، جوئے اور نشے میں اڑانا اس کا پسندیدہ مشغله تھا۔

ہمارے رے قسمت گاؤں کی وہ لڑکی جو اپنے حسن اور خوبصورتی کی وجہ سے چاندنی کے نام سے مشہور تھی اب ایک کلمو ہے کے مقدار میں باندھ دی گئی۔ انسان رسموں، رواجوں اور بزرگوں کی اناوں میں کتنی بری طرح سے جکڑا ہوا ہے کہ اس کو فقط سانس لینے کی آزادی ہی حاصل ہے باقی ہر

معاملے میں وہ بے اختیار ہے اللہ نے تو انسان کو آزاد پیدا کیا تھا۔ زندگی کے ہر معاملے میں اس کو حقوق دیئے مگر یہ نامنہاد عزتیں، انائیں، رسمیں کیوں کر انسان کو اپنی غلامی میں جکڑ لیتی ہیں انسان اتنا بے بس کیوں ہو جاتا ہے کہ اسے اپنی ہی زندگی گزارنے کی اجازت نہیں ہوتی۔ زندگی ہماری ہوتی ہے مگر اسے گزارنے دوسرے لوگ ہیں۔

میرا دل پھٹنے کے قریب تھا دل چاہ رہا تھا کہ ان نامنہاد عزتیں انااؤں سے بغاوت کر دوں۔ نہ جانے میں کیسے ضبط کیے بیٹھا تھا۔ سب کے سامنے پر سکون بیٹھا شہزادا پنے اندر کن کن طوفانوں کو برپا ہونے سے روکے ہوئے تھا کوئی کیا جانے۔ ان آٹھی کے جانے کے بعد سب کی باتوں کا مرکز چاندنی اور اس کی ازدواجی زندگی ہی تھی۔ رشید کے بارے میں گاؤں والوں کے خیالات بھی وہی تھے جو میرے تھے۔ اس کی قیامت خیز جوانی کے یوں بتاہ ہونے پر ہر کوئی افسوس کا اظہار کر رہا تھا۔ اسی دوران دروازہ کھلنے کی آواز آئی تو میری بیتاب نگاہیں دروازے کی طرف مڑ گئیں۔ دروازے سے ایک لڑکی اندر داخل ہو رہی تھی اس نے چھ سات مہینے کا بچا اٹھایا ہوا تھا۔ وہ چاندنی ہی تھی بارہ برس کے طویل فراق کے بعد بھی میں نے پہلی نظر میں ہی اسے پہچان لیا تھا۔ اس کے نچلے ہونٹ کے ساتھ موجود شہری تل اب بھی ویسے ہی کسی ننھے سے سورج کی طرح چمک رہا تھا جیسے بارہ برس قبل چمکتا تھا۔



میں کیسے بھول سکتا ہوں اس تل پر تو کبھی میں غزل لیں لکھا کرتا تھا۔ مگر اب چاندنی وہ چاندنی نہیں رہی تھی جو بارہ برس قبل تھی۔ وقت کی تجربیات اور ستم سہہ کراس کا حسن ماند پڑھ کا تھا۔ سفید دودھیا رنگت پر آنکھوں کے حلقات نمایاں نظر آرہے تھے۔ میری نظر اس کے ہاتھوں پر پڑی تو میری آنکھوں میں بے اختیار نمیں آگئی اس نے ابھی تک وہ چھلا پہننا ہوا تھا جو اسی محبتیں پھیلانے والے کنویں پر سب کی نظر سے اوچھل ہو کر میں نے اسے پہنایا تھا۔ اس کا دیا ہوا سیاہ دھاگا میں نجانے کب کام کر چکا تھا۔ میں تو شہر کی رونقتوں میں کھو کر شاید اس سے بے خبر ہو چکا تھا۔ مگر وہ تین بچوں کی ماں بن کر بھی مجھے اپنے دل سے نہ نکال پائی تھی اس بات کا ثبوت اس کے باہمیں ہاتھ کی درمیانی انگلی میں پہننا ہوا چھلا تھا۔ چاندنی نے اندر داخل ہوتے فرد افراد اس کو سلام کیا اور مجھے چند لمحے بغور دیکھنے کے بعد کہا۔

”شازی! کیسے ہو؟“

مجھے اس کے بغور دیکھنے اور اس کے اس جملے میں سینکڑوں نہیں بلکہ ہزاروں گلے شکوئے نظر آئے۔ اس کی آنکھوں کے گرد اگر حلقات نہ ہوتے تو وہ اب بھی ویسی ہی تھیں جھیل جیسی گھری۔ اور اس جھیل میں صرف میرے پیار کا پانی تھا۔ مجھے لگا کہ وہ جیسے مجھ سے کہہ رہی تھی کہ ”شازی! تم کم از کم ایک بار پلٹ کر دیکھ لیتے، کبھی حال پوچھ لیا ہوتا۔ پتہ تو کیا ہوتا کہ تمہاری چاندنی کس حال میں ہے۔ ایسا بھی میں نے کیا کر دیا تھا کہ تم نے عمر بھر کی جدائی میرے ماتھے پر لکھ کر شہر کو سدھا رکھے۔ اس سے تو ہزار بار بے بہتر تھا اپنے ہاتھوں سے زہر کھلا دیتے یوں میں کسی نشی آوارہ اور بد مざج شخص کی بیوی بننے سے تو فجح جاتی۔ اس کی آنکھوں میں وہی بارہ سال پہلے والی اپنائیت اور اپنے لئے بے شمار گلے شکوئے دیکھ کر مجھے خود سے نفرتی ہونے لگی اپنی بے وفاںی پر یقین آگیا۔ میں بھی تو کتنا خود غرض نکلا تھا جب تک گاؤں میں تھا تو اسی کے نام کا سانس لیتا تھا مگر گاؤں چھوڑنے کے ساتھ ہی میں شہر کی پر رونق زندگی میں اس طرح محو ہوا تھا کہ گاؤں کی اس چاندنی کو بھول گیا تھا۔ جس کی مہکتی روشنی صرف شہزاد کے لئے تھی۔

مگر اب چاندنی کو دیکھنے کے بعد مجھے احساس ہوا تھا کہ میں اب بھی اسی شدت سے اس سے

محبت کرتا ہوں جیسی بارہ برس پہلے کرتا تھا۔

محبت وقت طور پر د تو سکتی ہے مگر کبھی بھی ختم نہیں ہو سکتی۔ بالکل سورج کی کرنوں کی طرح جو ہر وقت چکتی رہتی ہیں مگر بعض اوقات بادلوں کے نقچ میں آجائے سے ان کی چمک میں معمولی سی کمی آجائی ہے۔ مگر بادلوں کے ہٹنے کے بعد یہ دوبارہ اسی شدت سے چکتی ہیں۔ میرا دل چاہ رہا تھا کہ میں کسی کی پروانہ کروں دنیا کی ان نام نہاد رسوم رواجوں کو پاؤں تلے روند کر، اناؤں کے بتوں کو توڑتا ہوا جا کر چاندنی کا ہاتھ پکڑ کر کسی الیک جگہ لے جاؤں جہاں اب ہمیں جدا کرنے والا کوئی نہ ہو۔

مگر اب بہت دیر ہو چکی تھی پانی سر سے گزر چکا تھا۔ مجھے حال احوال پوچھنے کے بعد وہ میرے بالکل سامنے صوف پر جا کر بیٹھ کر میری بہن فرحت اور بڑی آپی سے باقتوں میں معروف ہو گی۔ اس کی باتیں میری کانوں میں رس گھول رہی تھیں۔ میرا دل چاہ رہا تھا کہ وہ یوں ہی باتیں کرتی رہے اور میں مستار ہوں۔ اس کی باقتوں سے لگ رہا تھا کہ وہ میرے بارے میں جانا چاہ رہی ہے میں کیا کرتا ہوں، پڑھائی کتنی کی ہے، اور سب سے بڑھ کر کے میری شادی ہوئی ہے یا نہیں۔ اس دوران پاس بیٹھی ہوئی ایک بوڑھی اماں نے براہ راست مجھے مخاطب کرتے ہوئے پوچھ لیا۔

”پڑ تو آج کل کی کرنے پیا، پڑھائی کنی کیتی آ، تے نوکری شوکری کتھے پیا کرنے۔“

میں نے نظریں اٹھا کر اماں جی کی طرف دیکھا اور کن اکھیوں سے چاندنی کو بھی تک لیا وہ اپنی بات چھوڑ کر میرا جواب سننے کے لیے میری طرف ہی متوجہ تھی۔ میں نے ہلکی سی مسکراہٹ کے ساتھ اپنی بات کا آغاز کیا۔

”اماں جی میں ایم فل کر رہا ہوں اور فی الحال نوکری کوئی نہیں کرتا۔“

”پڑاے ایم فل کی ہوند اے؟“

”اماں جی یہ ڈگری ہوتی ہے 16 جماعتیں پاس کرنے کے بعد پھر یہ ہوتا ہے۔“
میں نے سادگی سے اماں جی کو سمجھایا۔

”اچھا اچھا.....! پڑاللہ کا میاب کرے۔“ اماں جی نے دعا دی اور پھر خواتین آپس میں باتیں کرنے لگیں۔ اور میں خاموش بیٹھا سنتا رہا۔ کچھ دیر بعد دو کہیں مسجد سے مغرب کی اذان کی آواز آنے لگی اور اس کے چند ہی لمحوں بعد دوسرے بھائی بھی واپس آگئے ابو اور چاچو بھی۔ پھر واپس جانے کی تیاریاں ہونے لگیں۔ میری نگاہ بار بار چاندنی کی طرف ہی اٹھ رہی تھی۔ میں اس کو اپنی آنکھوں میں قید کر لینا چاہتا تھا۔ میرے بس میں ہوتا تو میں اس کی زندگی خوبیوں، رنگوں اور خوشیوں سے بھر دیتا۔ دکھ، درد اور غم نام کی کسی چیز کو اس کے پاس بھٹکنے بھی نہ دیتا۔



وہ بھی خود کو دوسروں کی نظر و سے بچا کر میری طرف دیکھ اور بیوں پر مسکراہٹ بکھیر رہی تھی۔ مگر اس مسکراہٹ کے باوجود اس کی آنکھوں کی دیرانی مجھے صاف نظر آ رہی تھی۔ گاؤں کے بہت سے لوگ اور ہمارے رشتے دار بڑی پھوپھوان کی بیٹی، فیصل بھائی اور ان کی اہلیہ سب ادھر چاچو کے گھر آ پکھے تھے۔ سوابو نے یہیں سے رخصت ہونے کا فیصلہ کیا۔ سب نے بے حد اصرار کیا کہ اتنی مدت بعد آئے ہیں تو کم از کم ایک رات ہی رکتے جائیں مگر ابو نے جلد ہی پھر آنے کا کہہ کر اجازت چاہی۔ جیسے میرا گاؤں آنے کو دل نہیں چاہ رہا تھا اب ویسے ہی واپس جانے کا دل بھی نہیں کر رہا تھا۔ میں یہیں گاؤں میں ہی چاندنی کے در پر ہی کسی ملٹگ کی طرح عمر گزار دینا چاہتا تھا۔ مگر مجبوریوں کی زنجیروں میں جکڑے ہوئے مجھنا چار انسان کی سنتا کون.....؟

مجھے دکھ تو اس بات کا ہور ہاتھا کہ بارہ برس کے طویل فرaco کے بعد ہماری ملاقات ہوئی اور اس میں بھی ہم کوئی بات ہی نہ کر سکے۔ اتفاقاً چند لمحے ہی تھائی کے میسر آ جاتے۔ میں اس کے گلے شکوے ہی سن لیتا، اس کے دکھوں کو بانت لیتا، اسے مشکلات کو برداشت کرنے کا حوصلہ ہی دے دیتا، بچپن کی سنہری یادوں کو تازہ کرتے، محبتوں کے اس دور میں جا کر کہیں ماضی میں ہی دکھو جاتے، زندگی کی تجھیوں کو ایک دوسرے سے جدا ہو کر سہنے پر ایک دوسرے کے گلے لگ کر چند آنسو ہی بہایتے..... ایسا کچھ بھی تو نہیں ہو رہا تھا۔ سب کے سامنے میں اس سے کیسے بات کرتا۔ وہ اب بارہ برس پہلے والی چاندنی نہیں تھی۔ بلکہ اب وہ کسی کی زوجہ اور تین بچوں کی ماں تھی۔ ہزاروں باتیں تھیں جو میں اس سے کرنا چاہتا تھا اور شاید ہزاروں گلے شکوے اسے مجھ سے بھی تھے۔

مگر یہ سمندر ہمارے وجود کے اندر رٹھا ٹھیں مار رہا تھا اس کو بنہنے کا موقع ہی نہیں ملا۔ محبت بھی کتنا عجیب جذبہ ہے بارہ سال گزرنے اور تین بچوں کو جنم دینے کے بعد بھی مانند نہیں پڑتا۔ سب کو ملتے ملاتے، الوداعی باتیں کرتے کرتے، آہستہ آہستہ چلتے ہم گاڑی کے پاس پہنچے۔ ایک بار پھر سب کو گلے لگایا گیا بڑی پھوپھو نے ڈھیر ساری دعائیں دیں اور پھر سب گاڑی میں بیٹھ گئے۔ چاندنی سے یوں کوئی بات کئے بغیر واپس جانے پر میرا دل پھٹا جا رہا تھا۔ میں نے آخری بار اس کی طرف دیکھا تو آنکھوں کے پردے کے پیچھے رکھے آنسو ضبط کے سارے بندھن توڑ کر پلکوں سے نیچے آگرے۔ ادھر چاندنی بھی اپنی آنکھوں کی نئی کوچھا نے کی ناکام کوشش کر رہی تھی۔ میں سکتے کی حالت میں اسے دیکھے جا رہا تھا اور گاڑی چلنے لگی۔

آہستہ آہستہ وہ پہلے کی طرح آنکھوں سے دور ہوتی گئی اب کی بار شائد ہمیشہ کے لئے..... اور پھر چند لمحوں بعد آنکھوں سے اوچھل ہو گئی۔

میں نے سب کی نظروں سے بچ کر آنکھیں صاف کیں جیب سے موبائل اور ہیڈفون نکالے اور گاڑی کے دروازے کے ساتھ ٹیک لگا کر آنکھیں بند کر کے نصرت کو سننے لگا..... آج مل کر بھی ان سے نہ کچھ بات کی.....

ہائے مجبور یاں میرے حالات کی.....



میرے رشک قمر تو نے پہلی نظر
جب نظر سے ملائی مزا آگئیا
برق سی گرگئی کام ہی کر گئی
آگ ایسی لگائی مزا آگئیا.....

موسیقی میں پہلے بھی میری پسند نصرت پر ہی آ کر ختم ہوتی تھی..... مگر آج شاید میرے اندر کی دنیا بھی دیران تھی اسی لئے نصرت کا کہا ہوا ایک ایک لفظ وجود کو جھینوڑ کر روح کی گہرائیوں میں سرایت کرتا چلا جا رہا تھا۔

.....☆.....

”اگر آپ کوئی کتاب ڈھونڈ رہے ہیں
 تو آپ ہمیں نام بٹانے کے
 ہم آپ تک کتاب پہنچائیں گے

CONTACT US

Whatsapp No

+92-321-4900-308

Facebook Urdu.typing

Email: compossingcenter786@gmail.com



طبلہ: موسیقی کا قدیم اور منفرد آلہ

تاریخ جہانزیب

موجودہ دور میں جہاں دنیا نے دیگر ہر شعبہ ہائے زندگی میں ترقی کی ہے وہیں موسیقی میں بھی نت نے آلات ایجاد اور تخلیق ہوئے ہیں۔ ہر ہی آلہ موسیقی کی اپنی خصوصیت اور کام ہے۔ مگر موسیقی کا ایک آلہ ایسا بھی ہے جو صدیوں سے استعمال ہوتا آ رہا ہے۔ مگر اس کے باوجود اس کی اہمیت کم نہیں ہوئی بلکہ اگر یوں کہا جائے تو غلط نہ ہوگا کہ وہ موسیقی کی اثاث بن چکا ہے۔ اس کی دھمک کے بغیر موسیقی کی بہت سی اقسام ایسی ہیں جو آدھی ادھوری ہی رہتی ہیں۔ آپ درست سمجھے۔ طبلہ ہی کی بات ہو رہی ہے۔ طبلہ کی ابتداء کیسے ہوئی اور اس کا موجود کون تھا۔ اس بارے میں متفرق اراء پائی جاتی ہے۔

دوسرے ہندوستانی موسیقی کے آلات کی طرح، طبلہ کی ابتداء کے بارے میں بھی بہت سی افسانوی روایات موجود ہیں۔

مگر کافی مصنفوں اس بات پر متفق ہیں کہ اس کی ایجاد کا سہرا تیرھویں صدی عیسوی کے عظیم موسیقار امیر خسرو کے سر جاتا ہے۔ لیکن یہ بھی ایک رائے اور قیاس کے سوا کچھ نہیں، کیوں کہ اس بات کو تقویت فراہم کرنے کے لئے ثبوت موجود ہی نہیں ہیں۔

اس کے علاوہ طبلے کی ایجاد کو ایک اور شخص سدر خان دھری سے منسوب کیا جاتا ہے۔ جو اٹھارویں صدی میں درباری موسیقار ہوا کرتا تھا۔ مگر ایک اندازہ یہ بھی ہے کہ اس کی باقاعدہ ایجاد ہوئی ہی نہیں بلکہ وقت وقت کے ساتھ ساتھ جس طرح ارتقا کا عمل ہوتا ہے اسی طرح موسیقی میں بھی ڈھولک یا ڈھولکی اپنی اصل شکل میں موجود رہنے کے ساتھ ساتھ طبلے میں بھی بدلتی ہے۔

اگر طبلے کے نام پر غور کیا جائے تو ہمیں معلوم ہوتا ہے کہ لفظ طبلہ ڈھول کی عربی اصطلاح ”ثبل“ سے نکالتا ہے۔ اس طرح یہ بھی معلوم ہوتا ہے کہ طبلے کی ابتدائی شکل ڈھولک ہی تھی۔ تاریخی حوالوں سے یہ بات بھی ثابت ہوتی ہے کہ اٹھارویں اور انیسویں صدی میں ہندوستانی شاہی درباروں میں باقاعدہ طبلہ بجانے والے اور طبلہ اداکار موجود تھے۔ جن میں مسلمان فنکاروں کی بھی اچھی خاصی تعداد تھی۔

اس کی ساخت کی اگر بات کی جائے تو طبلے کے دو ڈرم ہوتے ہیں، جن کی مدد سے موسیقی کی مختلف حصیں اور ساز تخلیق کیے جاتے ہیں۔ ایک ڈرم سائز میں بڑا اور دوسرا چھوٹا ہوتا ہے۔ چھوٹے ڈرم کو دن ان کہا جاتا ہے اور یہ لکڑی سے بنتا ہے اور دوائیں ہاتھ سے کھیلا جاتا ہے۔ بڑے ڈرم کی اگر بات کی جائے تو بڑا ڈرم گہرا کھڑا ڈھول دھات سے بنتا ہے اور اسے بیان کے نام سے جانا جاتا ہے۔ دونوں ڈرموں میں بکرے یا گائے کی جلد کا احاطہ ہوتا ہے۔ ان میں سیاہ مدل داغ ہے جس میں لوہے کی بھریاں، کاجل اور مسون ہیں ہوتی ہیں، جو ڈھول کی آواز پر ایک گھنٹی نما آواز پیدا کرتی ہیں۔

اس حقیقت سے تو انکار نہیں کہ طبلہ ہندوستانی موسیقی کا اہم ترین جزو ہے۔ اس کے بغیر ہندستان کی کلاسیکی موسیقی ادھوری اور نامکمل ہے۔ اس کی منفرد ادا اور منفرد آواز اسے ہندوستانی کلاسیکی موسیقی کا ایسا لازمی جزو بناتی ہے کہ جس کے بغیر دلکش موسیقی کا تصور بھی ممکن نہیں ہو پاتا۔

طلبے کے ماہرین اور اس کے گھر انوں کا تذکرہ کیا جائے تو ہندوستان میں چھ ایسے تاریخی گھرانے ہیں جنھیں طبلے سے اور طبلے کو ان سے جدا نہیں کیا جاسکتا۔ ان میں دہلی، لکھنؤ، اجراہ، فرغ آباد، بنا ر اور پنجاب کے گھرانے شامل ہیں۔ ہر گھر ان مخصوص بول تراکیب اور طبلہ کی پوزیشنگ کی وجہ سے انوکھا ہے۔ اور اس کی اپنی الگ اور منفرد پہچان ہے۔

بادشاہی سرپرستی کے دنوں میں، گھرانے کی روایات کو برقرار رکھنا اور انہیں خفیر رکھنا ضروری تھا۔ لیکن آج طبلہ کھلاڑی زیادہ آزاد ہیں اور مختلف گھر انوں کے مختلف پہلوؤں کو کجا کر کے اپنی طرز میں تخلیل دیتے ہیں۔



کچھ موسیقی کے ماہرین کا کہنا ہے کہ گھرانے کی روایت عملی طور پر ختم ہوئی ہے کیوں کہ طرز زندگی میں تبدیلی اور تربیت کے طریقوں نے نسب طہارت کو برقرار رکھنا تقریباً ممکن کر دیا ہے۔ سننے میں تو طبلے کی آواز انتہائی سریلی اور منفرد ہے۔ کانوں کو بڑی بھلی لگتی ہے اور طبلہ سنتے ہوئے جی میں آتا ہے کہ دنیا کے تمام کام ترک کر کے اسی کے سحر سے لطف اندوڑ ہوا جائے۔ مگر حقیقت یہ بھی ہے کہ طبلہ بجانا کسی صورت آسان نہیں ہے۔ یہ ایک فن ہے اور اس فن پر مہارت حاصل کرنے میں کئی سالوں کی کڑی محنت شامل ہوتی ہے۔ تب جا کر کئی موسیقار یا طبلہ نواز استقبال بنتا ہے کہ اپنے ہاتھوں کی حرکت سے سحر بکھیر سکے۔ طبلے پر مہارت حاصل کرنے کے لئے

آپ کو اپنے ہاتھوں کی حرکت پر بہت زیادہ کنٹرول کرنے کی ضرورت ہے۔ ایک تجربہ کا ر طبلہ کھلاڑی مختلف کھڑکیوں پر مختلف آوازیں پیدا کرنے کے لئے اپنی ہتھیلوں اور انگلیوں کا استعمال کرتا ہے جس سے موسیقی کی تشکیل پر حیرت انگیز اثرات پیدا ہوتے ہیں۔

ہندوستانی موسیقی میں طبلہ ایک ہراول دستہ ہے جس میں ہندو بھجن، سکھوں، صوفی قوائی اور مسلم غزال شامل ہیں۔ ہندی پاپ میوزک اور بالی ووڈ کے ساتھ مذکور یہی طبلہ کا وسیع استعمال کرتے ہیں۔

وقت کے ساتھ ساتھ طبلہ مقبولیت کی سیر ہیاں طے کرتا گیا اور بالآخر اس نے ہندوستانی سرحدیں بھی پھلانگ ڈالی اور مغربی سرز میں پر قدم رکھا۔ وہاں پہنچتے ہی اپنا سحر قائم کرنا شروع کر دیا اور بے شمار لوگوں کو پناہ یوں نہیں بنالیا۔

1960ء کی دہائی میں، روی شنکرنے ستار اور ہندوستانی موسیقی کو عام طور پر مغرب میں مقبول کیا۔ پیلس کو اس قدر پسند کیا گیا کہ انھوں نے اپنے چند گانے میں طبلہ تاؤ سمیت ہندوستانی موسیقی کی نمائش کی۔ ہندوستانی اور مغربی موسیقاروں نے فیوض طرز تیار کرنے کے لئے تعاون کرنا شروع کیا۔

طبلے کے مشہور کھلاڑیوں کی بات نہ کی جائے تو طبلے کا تذکرہ بھی ادھورا ہی رہے گا کیوں کہ یہی وہ لوگ تھے جنھوں نے اس آئے کو شہرت دلائی اور اسے ہر خاص و عام کے دریں تک پہنچایا۔

مشہور طبلہ ماہرین میں ایک بڑا نام استاد احمد جان تھر کواخان کا ہے، جو اپنے وقت کے عظیم ترین طبلہ نواز سمجھے جاتے تھے۔ اس کے علاوہ ایک اور بڑا نام استاد انوخلیل مشرکا کا ہے۔ جو بہارس گھران میں مہارت حاصل کرتے تھے۔ وہ اپنی کھیلنے کی زبردست رفتار کے لئے مشہور تھے اور منفرد طور پر بہترین آواز تیار کرتا تھے کہ انھیں طبلے کی دنیا کا جادوگر کہا جانے لگا۔

پاکستان میں، استاد تاری خان نے ایک مجازی طبلہ نواز کی حیثیت سے اپنے لئے نام پیدا کیا۔ طبلہ کھلاڑی استاد طارق خانتاری خان کے اہم کارناموں میں نامور فلموں کے لئے میوزک کمپوز کرنا اور معروف فنکاروں کے ساتھ تعاون جس میں استاد نصرت فتح علی خان، استاد مہدی حسن

اور پرویز مہدی شامل ہیں۔

اس کے علاوہ بھی ایسے کئی عظیم لوگ ہیں جنہوں نے اپنی تمام عمر صرف اسی کام میں لگا دی اور اس منفرد اور لاکش آکے موسیقی پر مہارت حاصل کرنے اور اسے دنیا میں مقبول کرنے میں کوئی کسر نہیں چھوڑی۔ انہی عظیم لوگوں کے توسط سے آج طبلہ اپنی مقبولیت کی بلندیوں پر ہے۔ اور موسیقی کی شرگ بن چکا ہے۔ طبلہ کلائیکی موسیقی کی توجان ہے، مگر اس کے ساتھ ساتھ اب اس کی آواز پوپ اور فولک میوزک میں بھی سنائی دیتی ہے۔ جوان عظیم لوگوں کی محنت اور کامیابی کا منہ بولتا ثبوت ہے جنہوں نے ساری زندگی انہی دوڑ رموں کی خدمت میں لگا دی۔

.....☆.....



مشکل ترین حالات میں بھی

نبسم عارف

پر امید رہنے کا ہتر

مشکلات میں ہی زندگی کا حسن چھپا ہے۔ مشکلیں ہیں تو ہی آسانیوں کی طلب بھی ہے۔ خزانہ ہے تو ہی بہار کا انتظار بھی رہتا ہے۔ سخت دھوپ ہوتی ہے تو ہی چھاؤں کی بھی طلب ہوتی ہے۔ لہذا اگر ہم یہ کہیں کہ ہمیں بالکل آسان اور ہر مشکل سے پاک زندگی مل جائے، ہمیں زندگی بھر کسی تکلیف کا سامنا نہ کرنا پڑے۔ کبھی ہمیں کوئی کائناتہ چھبے، کبھی ہمارے گھروں پر غمتوں کا بیسران ہو، کبھی ایسا موقع نہ آئے جب ہماری آنکھوں سے آنسو نکلیں اور کبھی ایسی بارش نہ ہو جو ہماری طبیعت پر گراں گز رے تو ایسا ہونا ناممکن ہے۔ زندگی اتار چڑھاؤ کا ہی نام ہے۔ زندگی غموں، خوشیوں، راحتوں اور پریشانیوں کے مجموعے کا ہی نام ہے۔ ان کے بغیر زندگی کے معنی ادھورے ہو جاتے ہیں۔ لہذا کامیاب وہی لوگ ہوتے ہیں جو اس حقیقت کو جلدی اور پراثر اطریقے سے

سمجھ جاتے ہیں۔ ہمیں بھی بہتر اور اچھی زندگی کے لئے اس بات کو تسلیم کر لینا چاہیے کہ زندگی ہے تو مسائل اور مشکلات بھی ہوں گی۔ جب تک سانس چل رہی ہے ان سے دامن چھڑا کر بھاگ نہیں جا سکتا۔ لہذا بہتر یہی ہے کہ ان سے دامن چھڑانے کی بجائے ان کا سامنا کیا جائے اور ان کا مقابلہ کیا جائے۔ میرا مشورہ ہے کہ مشکلوں سے بھاگنے کی بجائے ابھی سے ہی ان کا سامنا کرنے کی عادت بنالیں، جو کام بھی مشکل لگا سے پہلے کریں۔ اگر کبھی مشکل اور ناپسندیدہ حالات کا سامنا ہوتا بھر پور خود اعتمادی کے ساتھ ان کے سامنا کریں۔ ایسا کرنے سے آپ کی زندگی سے مایوسی ، گلے شکوئے اور نا امیدی ختم ہو جائے گی اور آپ ایک پ्र اعتماد اور پر یقین شخصیت کے روپ میں ڈھلتے چلے جائیں گے۔ درج ذیل نقاط آپ کو مشکل حالات کا سامنا کرنے اور ان سے نبرد آزماء ہونے میں مدد فراہم کریں گے۔

خدا کی نعمتوں کو شمار کر کے اس کا شکریہ ادا کریں:

مشکل ترین اور ناپسندیدہ ترین حالات میں بھی خدا سے شکوئے شکایتیں نہ کریں۔ شکایتیں کرنا ناکام اور ہارے ہوئے لوگوں کا وظیرہ ہوتا ہے۔ کامیاب اور پر اعتماد لوگ مشکلوں کا سامنا کرتے ہیں اور ان سے سکھتے ہیں۔ بری سے بری صورتحال میں بھی آپ کے پاس کچھ تو ایسا ضرور موجود ہوگا جو آپ کے لئے اچھا ہوگا۔ اس کا خدا کا شکر ادا کریں۔ اپنی ذات پر اور اپنی فیملی پر نگاہ

دوڑائیں اور خدا کی عطا کردہ نعمتوں کا شکر ادا کرنا شروع کریں۔ ایسا کرنے سے آپ کا بوجھ بڑی حد تک ہلاکا ہو جائے گا۔ اور آپ کو خدائی مدد مانا بھی شروع ہو جائے گی۔

اپنے ساتھ مخلص ہوں:

بعض اوقات انسان جذبات میں آکر کچھ ایسا کر دیتا ہے جو اس کے حق میں ہونے کی بجائے اس کے خلاف ہوتا ہے اور اس کی مشکلیں کم کرنے کی بجائے مزید بڑھادیتا ہے۔ جیسے کہ کسی منفی صورت حال میں مزید غصہ کرنا اور اپنے اعصاب پر اختیار کھو دینا۔ یاد رکھیں ایسا کر کے کوئی بھی انسان اپنے ساتھ خود ہی دشمنی نبھارہا ہوتا ہے اور مزید اپنے لئے مسائل کی دلدل کو گہرا کر رہا ہوتا ہے۔ آپ کبھی بھی ایسا نہ کریں۔ مشکل سے مشکل حالات میں بھی تحمل مزاجی کا مظاہرہ کریں اور سب سے بڑھ کر اپنے ساتھ مخلص رہیں۔ کوئی ایسا کام ہرگز نہ کریں جس سے آپ کے مسائل میں مزید اضافہ ہو۔ برباری اور میانہ روی کا مظاہرہ کریں۔ ایسا کرنا ہی آپ کے حوصلوں کو بلند کرے گا۔ اور ناپسندیدہ صورت حال سے نکلنے میں مدد فراہم کرے گا۔

ذمہ داری لیں:

زندگی آپ کی ہے تو ذمہ داری بھی آپ ہی کی ہے۔ جو شخص اس بات کو جتنا جلدی سمجھ گیا وہ اتنا ہی جلدی بہتر اور مسن پسند حالات کی جانب چل پڑا۔ بہت سے لوگ غلطی یہ کرتے ہیں کہ وہ سارا وقت گلے شکوئے کرنے اور دوسروں کو موردا الزام لٹھرانے میں صرف کر دیتے ہیں۔ اسی لئے وہ تمام عمر ناکام بھی رہتے ہیں۔ آپ نے ایسا ہرگز نہیں کرنا۔ مسائل جتنے بھی ہیں، مشکلیں جتنی بھی ہیں، ان کا تدارک بھی تو آپ ہی نے کرنا ہے۔ لہذا اگر آپ بہتر اور کامیاب زندگی چاہتے ہیں تو اپنی زندگی کی سو فیصد ذمہ داری لیں۔ بات صرف مکمل سو فیصد ذمہ داری لینے سے ہی بنے گی۔ اگر آپ 99.99 فیصد بھی ذمہ داری لیتے ہیں اور صرف اعشار یہ صفا ایک فیصد بھی کسی اور پر چھوڑ دیتے ہیں تو آپ کے حالات آپ کی مرضی کے مطابق نہیں ڈھلے گے۔

مستقبل کے بارے میں پریشان ہونا چھوڑ دیں:

بہتر مستقبل کی تیاری کرنا اور خوابوں کو حقیقت میں بدلتے کے لئے محنت کرنا سب کی ذمہ داری ہے۔ مگر اس کے لئے پریشان رہنا اور مستقبل کے حوالے سے ان وہموں، وسوسوں اور اندریشوں کو اپنے ذہن میں جاگزیں ہونے دینا، جن کا ابھی تک کوئی وجود بھی نہیں ہے، کسی صورت درست نہیں۔ اپنے مستقبل کو سنوارنے کے لئے محنت ضرور کریں، اہداف ضرور مقرر کریں مگر اس کے لئے اتنی فکرنا کریں کہ آپ کا آج بھی اس سے متاثر ہونے لگے۔ اپنی ساری توجہ اور توانائی اپنے آج اور حال کو بہتر سے بہترین انداز میں گزارنے کی کوشش کریں۔ آپ کا مستقبل خود ہی سنوار جائے گا۔

ناکامی کو کامیابی کی بنیادی سیٹرھی سمجھیں:

ناکام ہونا ہمارے معاشرے میں ایسی اصطلاح کے طور پر لیا جانے لگا ہے کہ جس کے بعد مکمل تاریکی ہے۔ یہ قطعی درست نہیں۔ دنیا میں ایسا کوئی کامیاب شخص نہیں جو کبھی ناکام نہ ہوا ہو۔



۔ دراصل کامیابی چھوٹی بڑی ناکامیاں سنبھے اور ان سے سیکھ کر آگے بڑھنے سے ہی حاصل ہوتی ہے۔ لہذا ناکام ہونے کے خوف سے نکل جائیں اور ہر کام کھل کریں۔ چاہے اس کا نتیجہ آپ کی منشائے مطابق ہوتا ہے یا خلاف۔



مراقبہ کریں:

دنیا کی برق رفتاری کا مقابلہ کرتے ہمارا ذہن تھک بھی جاتا ہے اور اکتا بھی جاتا ہے۔ جس طرح ہمارے جسم کو دوبارہ سے تو انائی بحال کرنے کے لئے نیند کی ضرورت ہوتی ہے۔ اسی طرح سوچوں پر اپنا اختیار رکھنے اور ذہن کو پر سکون رکھنے لئے دماغ کو بھی سکون اور آرام کی ضرورت ہوتی ہے۔ بد قسمتی سے لوگوں کی اکثریت اس بارے میں توجہ نہیں دیتی۔ آپ کو ضرور توجہ دینی چاہیے اور اپنے دماغ کا خیال رکھنا چاہیے۔ ایسا کرنے کے لئے آپ کو مراقبہ کیکھنا چاہیے اور روزانہ کی پر روز مشق کرنی چاہیے۔ پندرہ منٹ سے شروع کر کے روزانہ کچھ لمحات بڑھاتے جائیں، آپ کا دماغ نہ صرف اس سے پر سکون ہوگا، غیر ضروری اور منفی سوچوں سے چھکارہ ملے گا بلکہ اس کے علاوہ بھی بے شمار فوائد حاصل ہوں گے۔

.....☆.....

”

کیا آپ کامیاب ہونا چاہتے ہیں؟

تو ہمارا چینل

ضرور جوائیں کریں

اس میں آپ کو وہ سب کچھ ملے گا

جو آپ بننا چاہتے ہیں۔

”

JAY MATEMURI

WRITER | VLOGGER | COLUMNIST | SPEAKER



ادا سی کی ایک بڑی وجہ

سوشل میڈیا کا غیر مناسب استعمال

علی کامران

سوشل میڈیا یا ہماری روزمرہ زندگی کا لازمی حصہ بن چکا ہے۔ اس کے بغیر زندگی اب ادھوری گئے گئتی ہے۔ لوگوں کی تصویریں دیکھنا اٹھیں لا یہیک کرنا، کمٹس کرنا اور اپنی تصویریں اپ لوڈ کر کے لا یہیکس اور کمٹس کا انتظار کرنا اب ایک عام سی بات ہے۔ اور اکثر نوجوان ایسے ہی کرتے ہیں، مگر آپ کے خیال میں کیا یہ ٹھیک رویہ ہے۔ کیا ایسا کرنا درست ہے؟ ماہرین کے مطابق ایسا کرنا بالکل بھی درست نہیں ہے۔ حال ہی میں ہونے والی ایک تحقیق کے مطابق سوшل میڈیا کا حادثے زیادہ استعمال حد کا احساس پیدا کر سکتا ہے۔ اس تحقیق میں خاص طور پر تنبیہہ کی گئی ہے کہ کسی سے بات کیے بغیر سوшل میڈیا کی صرف براوزر گ کرنے کے منفی اثرات مرتب ہوں گے۔

اس تحقیق میں ایک ہزار افراد سے بات کی گئی۔ تحقیق میں کہا گیا ہے کہ سو شل میڈیا خاص طور پر فیس بک کے استعمال سے صارف کی زندگی کے حوالے سے خیالات اور جذبات پر منفی اثرات پر سکتے ہیں۔

تحقیق دانوں کا کہنا ہے کہ دوسرا لوگوں کی سو شل میڈیا کی کہانیوں پر حد سے زیادہ وقت گزارنے سے موڑ خراب ہو سکتا ہے اور حسد پیدا ہو سکتا ہے۔

تاہم تحقیق میں کہا گیا ہے کہ سو شل میڈیا پر دوسرے افراد سے با تمیں کرنے سے ثابت اثرات مرتب ہوتے ہیں۔

تحقیق میں مزید کہا گیا ہے کہ اپنی زندگی کو بہتر بنانے کے لیے ایک طریقہ یہ بھی ہے کہ ایک ہفتے کے لیے سو شل میڈیا کو ترک کر دیا جائے۔ اور ایسا وقت فوتو کرتے رہنا چاہیے۔

.....☆.....



عید اپیشل

مہندی

خواتین کے سنگھار کی ایک

ماہ جنیں یونس

خوبصورت روایت

عید کی آمد آمد ہے اور ہر طرف رنگ بکھرے نظر آرہے ہیں، لوگ میٹھی عید کی خریداری کرنے اور اس کو خوشیوں سے بھر پور بنانے میں ملکن ہیں تو وہیں خواتین کی تیاریاں بھی عروج پر ہیں۔ اگر بات کی جائے خواتین کے سنگھار کی، اور اس میں مہندی کا تذکرہ نہ کیا جائے، تو بھلان کا سنگھار کیسے مکمل ہو سکتا ہے۔

مہندی مشرقی خواتین کے بناہ سنگھار کا لازمی حصہ ہے۔ یہ روایت صدیوں سے چلی آ رہی ہے اور صدیوں تک چلتی رہی گی۔ ہزاروں سال پہلے سے لے کر اب تک، ہر گزرتے وقت کے ساتھ اس کی مقبولیت بڑھی ہی ہے۔ کم کسی صورت نہیں ہوئی۔ شادی بیاہ کی رسم ہو یا خوشی کا کوئی اور تھواہ، ہر موقع پر ہی مہندی اپنے خوبصورت رنگ دکھاتی ہے اور اسی کی وجہ سے خواتین کا بناہ

سنگھار مکمل ہوتا ہے۔

بر صغیر کی خواتین مہندی کی مدد سے ہاتھوں پر خوبصورت پھول اور نقش و نگار بناتی ہے، پاؤں اور بازوں پر بھی اس کا استعمال کیا جاتا ہے۔ کچھ دیر بعد ہاتھوں کو دھونے سے مہندی کا رنگ ہاتھوں پر آ جاتا ہے جو کچھ وقت تک رہتا ہے۔ اس کے علاوہ اکثر خواتین سر کے بالوں کو بھی مہندی سے رنگنا پسند کرتی ہیں، دیپاں تو میں اکثر یہ دیکھا گیا ہے کہ بوڑھی خواتین اپنے سر کے سفید بال چھپانے کے لئے بالوں کو مہندی سے رنگ لیتی ہیں۔

مہندی کا آغاز کب ہوا اور کیسے یہ اس قدر مقبول ہو گئی کہ کسی بھی لڑکی کا سنگھار اس کے بغیر مکمل نہیں ہوتا۔ آئیے اسی بارے میں بات کرتے ہیں۔

یوں تو مہندی کی تاریخ صدیوں پرانی ہے آج سے چودہ سو سال قبل بھی اسلام کی تاریخ کا جائزہ لیں یا حادیث کی روشنی میں دیکھیں تو مہندی کا ذکر ملتا ہے۔ بر صغیر میں مہندی کی تاریخ پر نظر دوڑائی جائے تو پتہ چلتا ہے کہ مسلمانوں کی آمد سے قبل ہی مقامی ہندو خواتین اپنے ہاتھوں اور پیروں کی تلیوؤں پر مہندی کالیپ کیا کرتیں تھیں۔ اس کے ساتھ ساتھ ما تحفہ کی بندی بھی مہندی سے لگائی جاتی جو خوش رنگ ہونے کے ساتھ ساتھ دیر پا بھی رہتی، یہ خیال کیا جاتا تھا چونکہ مہندی کے اجزاء کی تاثیر بخندی اور فرحت بخش ہوتی ہے اس لیے دماغی سکون کے لیے اس کا استعمال عام تھا۔ اس کے علاوہ مہندی کے پتے دیسی ادویات میں استعمال ہوتے تھے۔ پھر وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ مہندی روایات میں شامل ہونے لگی۔

مغلیہ دور میں مہندی کو باقاعدہ ایک سنگھار کا درجہ دے دیا گیا۔ اس دور میں مغلیہ خاندان کی خواتین انگلیوں کی پوروں پر بھر کر مہندی لگایا کرتیں جبکہ ہتھیلی پر تنکی کی مدد سے نقش و نگار بنائے جاتے تھے۔ پھر رفتہ رفتہ مہندی باقاعدہ ایک صنعت کا درجہ اختیار کر گئی۔

مہندی کا آبائی علاقہ یوں تو مصر بتایا جاتا ہے دو ہزار سال قبل مسیح کی مصری تاریخ میں درج ہے کہ مختلف فرعون اپنے بال اور ناخنوں کو رنگنے کے لئے اس کا استعمال کیا کرتے تھے۔ جنوبی افریقہ، مشرق وسطی، انڈیا اور پاکستان میں پانچ ہزار سال سے اس کا استعمال ملتا ہے۔ پاکستان کے صوبے خیبر پختونخواہ کا ایک شہر بنوں ہے یہاں کی مہندی پوری دنیا میں اپنے رنگ اور خوبصوری وجہ سے مشہور ہے۔

جدید دور میں مہندی کی کئی اشکال سامنے آچکی ہیں۔ پہلے خواتین جو محض مہندی کے پتوں کو کوٹ کر لیپ کیا کرتیں تھیں۔ اب یہ کوں کی صورت میں ریڈی میڈ دستیاب ہے جس کو محض ہاتھوں پر لگانا ہوتا ہے لیکن اب اس میں مختلف طرح کے کمیکلز استعمال کیے جاتے ہیں۔

مہندی لگانا ایک قدیم روایت بھی ہے اور ثقافت بھی۔ زمانہ قدیم میں مرد بھی اس کا خاصا استعمال کرتے تھے لیکن بدلتے وقت کے ساتھ ساتھ یہ زیادہ تر خواتین تک محدود ہو کر رہ گئی ہے۔ یہ اون، ریشم اور گھوڑوں کے بال رنگنے اور قربانی کے جانوروں کو لگانے میں بھی استعمال ہوتی ہے۔ شادی بیاہ کے موقع یا عیدین کے تھواروں پر اس سے ہاتھوں اور پاؤں پر نیل بوٹے بنانے کا بھی رواج بہت پرانا ہے لیکن اب مہندی کو فیشن کے طور پر کبھی بھی لگایا جاتا ہے جس سے اس کی تھواروں والی حیثیت میں کچھ کمی آگئی ہے۔ اب اکثر دو شیزادوں اور خواتین کے ہاتھ مہندی کے خوبصورت ڈریزائیوں سے رنگ نظر آتے ہیں۔

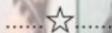
ایک سروے میں یہ بات سامنے آئی کہ خواتین عید الفطر پر مہندی لگانا بہت پسند کرتی ہیں اور ان کے مطابق اگر عید کے موقع پر مہندی نہ لگائی جائے تو عید کے دن انھیں کچھ کمی سی محسوس ہوتی رہتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ خواتین کی اکثریت چاندرات کو مہندی لگانے کا اہتمام کرتی ہے۔ البتہ مہندی لگانے کا طریقہ اور انداز اپنے اپنے علاقوں کی نسبت کی وجہ سے مختلف ہو سکتا ہے۔

جدید دور میں جہاں مہندی اپنائی مقبول ہو چکی ہے۔ ہر خاص و عام خاتون کے سگھار کی ضرورت بن چکی ہے۔ وہیں یہ اب ایک باقاعدہ صنعت بن چکی ہے۔ یوٹی سیلوز میں مہندی سیکھانے کے باقاعدہ کو رسکروائے جاتے ہیں، اور ان کی ہزاروں میں فیس بھی لی جاتی ہے۔ اس کے علاوہ خواتین بخوبی پارلر میں جا کر ہزاروں روپے دے کر اپنے ہاتھوں پر مہندی کے پھول بنوانا اور مختلف طرح کے خوبصورت ڈیزائن بنوانا پسند کرتی ہیں۔

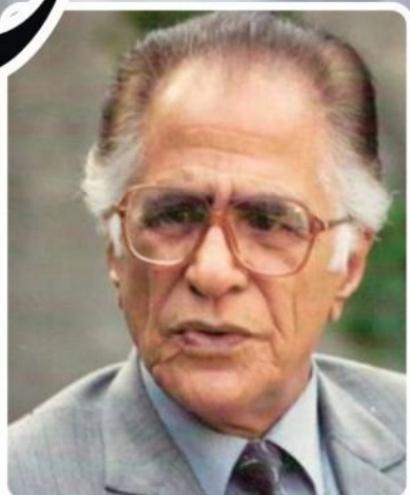
بناؤ سگھار کے اس خوبصورت آلے پر شاعروں نے بھی اپنے خیالات کا اظہار کیا ہے اور کئی خوبصورت نغمے اور گیت تخلیق کیے ہیں۔

اگر اسلامی نقطہ نظر سے دیکھا جائے تو بھی کئی روایات ایسی ہیں جو ثابت کرتی ہیں کہ مہندی لگانا جائز ہے، اور اس عمل پر خواتین کے لئے کسی قسم کی کوئی سرزنش یا خطا نہیں ہے۔ ہاں البتہ مردوں کو داڑھی کے بال مہندی سے رکنے کی اجازت ہے۔ اس کے علاوہ مردوں کے لئے مہندی کے استعمال پر ممانیت بتائی گئی ہے۔

جس طرح دنیا کے تمام کاموں میں وقت کے ساتھ ساتھ جہدت آتی ہے اسی طرح مہندی کی صنعت میں بھی جہدت آتی جا رہی ہے۔ اور ہر سال عین اور شادیوں کے یہ زن کے موقع پر نت نئے ڈیزائن متعارف کروائے جاتے ہیں۔ جنہیں خواتین کی بڑی تعداد پسند کرتی ہے۔ بلاشبہ مہندی نہ صرف ایک خوبصورت روایت ہے بلکہ خواتین کے لئے کسی صورت بھی سدا بہار فیشن سے کم نہیں۔ اس کے ساتھ ساتھ اس کی بڑھتی مانگ نے اسے باقاعدہ ایک صنعت کا درجہ بھی دے دیا ہے جس سے بے شمار لوگوں کا روزگار بھی وابستہ ہو چکا ہے۔



کفر دن



احمد نسیم قاسمی

برسون سے میاں سیف الحق کا معمول تھا کہ ”الصلوٰۃ خیر من النوم“، کی آواز پر جاگتے اور نیلا رومال کندھے پر کھکھ مسجد کی راہ لیتے اور بھی صح کی کلی پوری طرح چک نہ پاتی کہ صندل کی تسبیح پر استغفار کا ورد کرتے ہوئے گھروالپس آتے۔ تازہ اخبار کی آمد تک قرآن شریف کے چند رووع، دعائے گنج العرش اور قصیدہ بردہ پڑھ لیتے۔ اخبار والا اخبار کو گول کر کے اسے کھڑکی کے ٹوٹے ہوئے شیشے میں سے اندر پھینک دیتا اور کہتا، ”السلام علیکم میاں جی۔“ سینے کو چھو کے میاں سیف الحق ”آ گئے میاں؟“ پہلے کہتے اور ”علیکم السلام“ بعد میں۔ پھر وہ اخبار اٹھا لیتے اور دن شروع ہو جاتا۔

میاں سیف الحق جب نوکری سے الگ ہوئے تھے تو ڈپی کمشنر کے دفتر میں پرمند نہ تھے۔ تینوں بیٹے بڑے دفتروں میں بڑے بڑے کلرک تھے۔ چوتھا تار کے محلے میں کلرکی کا امیدوار تھا جب فسادات ہوئے تو وہ بازار سے گزرتے ہوئے مارڈا لا گیا۔ تینوں بیٹیاں لاہور کے مختلف محلوں میں اپنے اپنے گھر اور گودیں آباد کیے بیٹھی تھیں۔ میاں سیف الحق کی زندگی بالکل ہموار لک پھری چکتی ہوئی سڑک تھی جو حد نظر تک خط مستقیم میں جاتی تھی اور اس کے دونوں طرف قد آور درخت سایہ کی کھڑے تھے۔ وہ اس سڑک پر کچھ ایسی بے تکلفی اور روانی سے چل رہے تھے جیسے انسان کھانا کھاتے وقت چاہے بات جیلانوالہ باغ کی کر رہا ہو مگر نوالہ سید حامنہ کو جائے البتہ کبھی کبھی اس سڑک پر ایک فصیل سی ابھر آتی اور وہ ٹھنک کر خلا میں گھورتے رہ جاتے جہاں انھیں اپنے حاملہ کی کئی پچھٹی لاش سڑک کے عین وسط میں پڑی ہوئی دھکائی دے جاتی اور وہ سوچتے۔ ”تو کیا میرا بیٹا قیامت تک اسی طرح پڑا رہے گا؟“ یہ خیال آتے ہی وہ استغفار اللہ ربی من کل ذنب کا ورد کرنے لگتے۔ صندل کی تسبیح کے منکے ان کی پوروں سے رگڑ کر بھی بھی خوبصورت چھوڑتے۔ فصیل گرجاتی اور میاں سیف الحق آگے بڑھ جاتے۔

آج بھی وہ صحیح کی نماز کے بعد گھروالپس جا رہے تھا اور اپنی خوبصورت تسبیح پر استغفار پڑھ رہے تھے۔ صحیح اپنی طرح نہیں چکی تھی۔ فضائیل ہو رہی تھی۔ اکادکا پرندے یوں اڑے جا رہے تھے جیسے نیند سے بوچل ہو رہے ہوں اور ابھی گر پڑیں گے۔ شریف چرسی کی سگرٹ پان کی دکان سے وہ ہمیشہ کترکر نکلتے تھے۔ ایک بار صحیح، نور پیر کی گھریوں میں، چرس کے دھوئیں کے ایک بھبھکے نے انھیں کچھ ایسا چکرا دیا تھا کہ دن بھر حلق تک جیسے چرس سے ٹھنے پھرتے رہے۔ آج بھی وہ دکان سے نچ کر نکلے گئے مگر چند قدم آگے جا کر رک گئے۔ پلٹ کردیکھا اور سوچ کر جیب ٹوٹ لئے گے۔

سڑک پر ایک شخص سر سے پیر تک ایک چادر اوڑھے سید حامنہ اسی دوسرے اس کے پاس بے حس و حرکت بیٹھا تھا۔ میاں سیف الحق کی زندگی میں یہ پہلا اتفاق تھا کہ سورج ابھرنے سے پہلے ہی انھیں پڑی پر بھکاری بیٹھا نظر آیا ہو۔ وہ دن میں چند آنے کی خیرات ضرور تقسیم کرتے

تھے لیکن ان کی ہمیشہ یہ تمنا رہی کہ سورج نکلنے سے پہلے بھی انھیں کوئی بھکاری ملتا کیونکہ ان کے عقیدے کے مطابق یہی وقت ہاجب خدا اور انسان کے درمیان فرشتوں کی فوجیں حائل نہیں ہوتی تھیں۔

انھوں نے جیب سے ایک چونی نکالی اور دور ہی سے بھکاری کی طرف پھینک دی۔ انھوں نے کتنے کے سامنے ہڈی پھینکنے کے انداز میں خیرات آج تک نہیں دی تھی لیکن شریف چڑی کی دکان قریب تھی اور اگر چوہہ بند تھی مگر میاں سیف الحق کو ہمیشہ ایسا محسوس ہوتا تھا جیسے کواڑوں کی جھریلوں میں سے چس کا ڈھواں باہر امادا پڑ رہا ہے۔

میاں سیف الحق کی چونی لیٹی ہوئے شخص کے پیٹ پر گری اور بیٹھا ہوا شخص کچھ یوں ترپ کر اٹھ کھڑا ہوا جیسے اب تک سورہ تھا۔ میاں جی بھکاری کی اس بدحواسی کو سولہ پیسوں کی خطیر رقم کے جلال و جبروت پر محول کر کے خود آسودگی سے مسکرانے اور تسبیح کے منع گراتے اور خوشبو اڑاتے ہوئے اپنی راہ جانے لگے۔

اچانک انھیں اپنے پیچھے تیز قدموں کی آواز آئی۔ انھوں نے مڑ کر دیکھا۔ بھکاری ان کے بالکل پاس آگیا اور پھر اس نے میاں سیف الحق کی چونی میاں سیف الحق کے تسبیح والے ہاتھ میں دے دی۔ میاں جی نے دیکھا کہ بھکاری کا چہرہ بالکل کیچڑی ہو رہا تھا۔ میاں لے رنگ پر پھیلے ہوئے آنسو کیچڑی کی تو کیفیت پیدا کرتے ہیں۔ وہ کچھ ایسا مسلا اور نچڑا ہوا لگ رہا تھا جیسے رس نکلنے والے شکنخ میں سے کچلا ہوا گناہنک رہا ہو۔ میاں جی کو اس پر ترس آگیا اور وہ اپنی جیب کو ٹوٹ لئے ہوئے بولے، ”چونی کم تھی کیا؟“ بھکاری کی لپٹی ہوئی اور بندھی ہوئی آواز میں کچھ ایسی کیفیت تھی جیسے اس نے اپنے سر پر گرتی ہوئی چھٹ کو دنوں ہاتھوں سے بمشکل روک رکھا ہے۔ وہ بولا، ”میں بھکاری تو نہیں ہوں جی۔ پر چونی بہت کم تھی۔ مجھے تو پندرہ بیس روپے اور چند آدمی بھی چاہئیں۔“ میاں سیف الحق کا ہاتھ جیب سے نکل رہا تھا مگر اچانک یوں رک گیا جیسے سن ہو کر رہ گیا ہے۔ بھکاری نے بہت سی ہوا کوپانی کے ایک بڑے سے گھونٹے کی طرح نگل کر بولنے کی کوشش کی اور آنسو اس کے چہرے پر پھیلتے چلے گئے۔ ”اگر کفن ایک آنے میں مل جاتا تو میں آپ کو تین آنے

والپس کر دیتا، پر آج تو جی کپڑا بڑا مہنگا ہو رہا ہے۔ میں ایک چونی لے کر کیا کروں گا۔“
میاں جی اسی طرح سن کھڑے رہے۔

”یہ میری بیوی کی میت ہے۔“ وہ بولا۔ ”وہ مر گئی ہے۔“

”اللہ وَا نَا الیه راجعون۔“ میاں سیف الحق نے لرزتی ہوئی آواز میں کہا اور پھر اپنا نچلا ہونٹ دانتوں میں کس کر دبایا۔ ان کے نتھنے زور زور سے پھٹر کے اور ان کی ڈاڑھی کے بالوں نے ان کے بہت سے آنسو پرولیے اور وہ کچھ یوں فق سے ہو گئے جیسے انھیں بھی رس نکالنے والے شکنخ میں سے گزرنا پڑتا ہے۔

اخبار بیچنے والوں کا ایک انبوہ سڑک پر سے چینتھا چلا تا ہوا گزر گیا۔ شریف چرسی کی دکان کے بند دروازے میں سے شریف کی بھتی ہوئی کھانی کی آواز کے ساتھ چرس کی بو سے لدا ہوا دھوواں بھی آج صحیح باہر آنے لگا۔ بازاری کتوں کا ایک غول کدکڑے لگاتا ایک گلی سے نکل کر دوسرا گلی میں گھس گیا۔ درختوں پر چڑیوں کے انبوہ اتر آئے اور صحیح کی کلی کاسینہ چاک ہونے لگا۔

میاں سیف الحق لاش سے کچھ فاصلے پر جا کر رک گئے۔ ان کا نچلا ہونٹ اسی طرح دانتوں میں دبا ہوا تھا۔ ان کے چہرے پر غیر قدر تی سی سرخی آگئی تھی اور ڈاڑھی کے بالوں میں انکے ہوئے آنسو نئے آنسوؤں کے لیے جگہ خالی کرتے ہوئے ان کے سینے پر ٹپک رہے تھے۔ ”تو کیا اپنی بیوی کی لاش کو دفنانے کے لیے تمہارے پاس کفن بھی نہیں؟“ وہ ایک عجیب اجنبی سی آواز میں بولے، ”تو کیا میرے مولا کی دنیا میں ایسا بھی ہوتا ہے۔“ ذرا سار کر بے حد گھٹی اور پسی ہوئی آواز میں بولے، ”تو کیا میرے حامد کی لاش بھی۔۔۔“ وہ بچوں کی طرح بلک بلک کرو نے لگے اور انھیں یہ تک خیال نہ آیا کہ انھوں نے شریف چرسی کی دکان کے تختے کا سہارا لے لیا ہے اور ہوا میں چرس کی بوبس رہی ہے۔

اچانک انھوں نے کندھے پر سے رومال اٹھا کر اپنے چہرے کو یوں ماتھے سے گردان تک پوچھ ڈالا جیسے وضو کر کے اٹھے ہیں۔ پھر وہ لاش کے پاس آگئے اور گلا صاف کر کے بولے، ”تمہارا بیہاں کوئی بھی نہیں؟“

”جی نہیں۔“ وہ بولا۔ وہ لاش کے پاس اسی طرح بیٹھ گیا اور اس کی آنکھوں سے مسلسل آنسوگر رہے تھے جیسے آنسو کر گئے تو وہ مر جائے گا۔ ”تو پھر یہاں آئے کیوں؟“ میاں جی نے پوچھا۔ وہ کچھ یوں بولنے لگا جیسے سر پر سے ایک بہت بھاری گٹھری اتار رہا ہے اور جیسے میاں سیف الحق اس کا ہاتھ بٹا رہے ہیں۔ ”جب کلی کو تکلیف شروع ہوئی۔۔۔“ وہ رُزگار گیا۔ ایک لمحے کے بعد بولا، ”میری بیوی کا نام کلی ہے۔“ وہ پھر رُزگار گیا اور اس کی آنکھوں سے بہت سے آنسو کشھے بہے گئے۔ ”کلی تھا۔“ اس نے اپنی تصحیح کی۔ ”اس وقت اس نے کہا تھا، دیکھ غفورے، میری آنکھوں کے سامنے یہ جوت مرے سے ناج رہے ہیں تو ماں کہتی تھی یہ حضرت عزرا نبیل کے آنے کی نشانی ہے۔“ ”پھر سنیں گے۔“ میاں سیف الحق ایک بار پھر رومال سے چہرہ پوچھتے ہوئے ایک نیل گاڑی کی طرف بڑھے۔ ”ارے ریڑھے والے بھائی!“ انکھوں نے پکارا، ”سنوتو، ذرا سا کام کر دو گے؟“ ریڑھے والے نے نیل روک لیے۔ میاں سیف الحق نے اسے بتایا کہ یہیں ایک فرلانگ کے فاصلے پر ایک بی بی کی لاش لے جانی ہے۔ ”ریڑھے والا جیسے حواس باختہ ہو کر ریڑھے سے کوڈ پڑا۔“ کیا لو گے؟“ میاں سیف الحق نے پوچھا۔ ریڑھے والے نے حیرت اور ملامت کے ملے جلے جذبات سے میاں سیف الحق کی طرف دیکھا۔ ”جنازہ اٹھانے کے بھی کسی نے کبھی دام لیے ہیں بھولے بادشاہ۔“ وہ بولا۔ ”پربی بی سر زک پر کیسے مر گئی۔“

”میرے مولا کی دنیا میں ایسا بھی ہو جاتا ہے۔“ میاں سیف الحق بولے، ”خدا تمہارا بھلا کرے۔ ریڑھا دھر لے آؤ۔“

میاں سیف الحق واپس لاش کی طرف گئے تو غفور احیرت اور ادب کے جذبات سے انھ کھڑا ہوا اور میاں جی جیسے مقدمے کا فیصلہ سناتے ہوئے بولے، ”لاش میرے گھر جائے گی۔“

”آپ!“ غفور اہکلا کر رہ گیا۔

”یہ میری بیٹی ہے۔“ وہ بولے۔ ”اس کا کافن دفن میرے ذمہ ہے۔ میرے حامد کے جنازے کو بھی تو کسی نے اپنے ذمہ لیا ہوگا۔“

”جی!“ غفور اہی ان رہ گیا۔

مگر جب تک ریڑھا آگیا تھا۔ لاش کو اٹھانے سے پہلے میاں سیف الحق نے غفورے سے پوچھا، ”اجازت ہے؟“ اور غفورا زور زور سے روتا ہوا میاں جی کی ناٹگوں سے لپٹ گیا۔ سڑک پر جاتے ہوئے اکا دکا لوگ ٹھنک گئے اور ان کی طرف آنے لگے۔ شریف چرسی کی دکان کا دروازہ چینختا چلتا ہوا کھلا اور وہ اندر سے بولا، ”کیا ہو گیا بھتی لوگو؟“

بلند آواز سے ”اَشْهَدُ اَنَّ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُۚ“ ہوتے ہوئے میاں سیف الحق اور غفور نے لاش انھی کی تو چوڑیاں بچ اٹھیں اور غفورا یوں ٹوٹ کر رو دیا کہ اگر میاں سیف الحق لاش کو سنبھال نہ لیتے تو وہ سڑک پر گر پڑتی۔ حواس باختہ لوگ مدد دینے کے لیے بڑھے مگر میاں جی نے سب کو روک دیا۔ ”بی بی ہے۔“ وہ بولے۔ ”بی بی ہے!“ کسی نے حیرت سے کہا، ”اور بی بی سڑک پر مر گئی!“

”پولیس کو بلانا چاہیے۔“ پہلے نے پوچھا۔

”تم اس کے پچاگلتے ہو؟“ پہلے نے پوچھا۔

اور پھر میاں سیف الحق کی آواز آئی۔ ”لے چل بھتی، سیدھا لے چل، کلمہ شہادت پڑھتا جا۔“ اور وہ خود زور زور سے کلمہ شہادت پڑھنے لگے۔ ریڑھے نے ذرا سی حرکت کی تو اچانک غفورے نے چیخ کر ریڑھے والے کو روکا۔

”روکنا بھائی، بھیرنا ذرا! کلی کا سر ہل رہا ہے۔“ میاں سیف الحق نے کندھے کا رو مال کلی کے

سر کے ایک طرف رکھا۔ غفورے نے اپنی پگڑی دوسری طرف رکھ دی اور ریڑھا چلا۔ تینوں زیریں کلمہ پڑھتے رہے اور ریڑھے کے پیسے جیسے بچکیاں لیتے اور روتے رہے اور جب ریڑھا میاں جی کے مکان کے سامنے رکا تو ایک دم سارا محلہ جمع ہو گیا اور میاں سیف الحق کسی کو کچھ بتائے بغیر اندر لپک گئے۔

ذرا سی دیر کے بعد میاں سیف الحق کے گھر میں کہرام سامچ گیا اور آس پاس کے گھروں سے عورتیں کھڑکیوں سے آدمی آدمی لٹک کر میاں جی کے گھر کی طرف دیکھنے لگیں۔ میاں جی کی بیوی اور نوکرانی کے رونے کی آوازیں گلی میں کھڑے ہوئے لوگوں تک پہنچنے لگیں اور میاں جی اپنے بیٹوں کے ساتھ ایک پینگ لے کر باہر آئے۔ انہوں نے محلے کے ایک بزرگ کو الگ لے جا کر اسے ساری بات مختصر لفظوں میں سمجھائی اور پھر یہ بات سارے مجتمع میں نشر ہوئی۔ سارے محلے میں پھیل گئی۔ آس پاس کے محلوں میں بھی اس کا ذکر ہونے لگا اور لوگ میاں جی کی گلی میں جو قدر جوق جمع ہونے لگے۔

غفورے اور میاں سیف الحق نے کلی کی لاش کو پینگ پر رکھا مگر غفورے نے اب کے گلی کی چوڑیاں نہیں بجھنے دیں۔ پہلے چوڑیاں بھی تھیں تو غفورے کو ایسا لگا تھا جیسے کلی کی لاش پر سے چادر اتر گئی ہے۔ میاں جی نے غفورے سے کہا، ”یہ مرے بیٹے ہیں انھیں مر جو مہبی بی بی کے بھائی سمجھ لو۔“ اس کا گلا بھر آیا تھا اس لیے صرف ”جی“ کہہ کر رہ گیا اور ہجوم سے اپنے آنسو چھپانے کے لیے وہیں گلی میں بیٹھ کر سر گھٹنوں میں چھپا لیا اور لوگ اس کے ارد گرد جمع ہو گئے جیسے انھیں کوئی عجوہ ہاتھ آگیا ہے۔ میاں سیف الحق اور ان کے بیٹے کلی کی لاش کو اندر لے گئے اور جب پینگ کو صحن میں اتنا رات اس وقت پڑوں کے گھروں سے بہت سی عورتیں چھتیں پھانڈ کر میاں جی کے ہاں پہنچ پھی تھیں۔ رونے کا اتنا بڑا شور بلند ہوا کہ معلوم ہوتا تھا سارا لاہور ماتم کر رہا ہے۔

میاں جی کا ایک لڑکا قبرستان کی طرف چلا۔ دوسرا غسان بن کو بلاں نکل گیا۔ تیسرا کو میاں سیف الحق نے عطر خس اور مشک کا فور خریدنے کے سلسلے میں ہدایات دیں اور پھر کہا، ”کفن بہترین لٹھے کا ہو۔ مہنگا ہو تو ہوا کرے۔ یوں سمجھو کر تم حامد کے لیے کفن لارہے ہو۔“

پھر انہوں نے محلے کے ہمدرد بزرگوں کو بیٹھک میں بیٹھایا۔ نوجوان گلی میں ٹولیاں بنائے کھڑے رہے اور میاں جی غفورے کو ساتھ لے کر اس کمرے میں چلے گئے جہاں میز پر دھرے ہوئے حل میں قرآن شریف، دعائے گنْ العرش اور قصیدہ برداہ رکھے تھے اور ٹوٹے ہوئے شیشے والی کھڑکی کے نیچے تازہ اخبار پڑا تھا۔ اور وہاں غفورے نے اپنے سر پر سے بھاری گھٹری اتار دی اور اسے کھول کر اپنا ایک ایک دکھ میاں سیف الحق کے سامنے رکھ دیا۔ ”کلی امید سے تھی۔“ اس نے بولنا شروع کیا۔ مگر گلا بھر آیا اور رک گیا۔ پھر بولا، ”معاف کرنا میاں جی، رونا مردوں کا کام نہیں پر کلی تو میرا سارا غور لے گئی۔“

میاں سیف الحق کی آنکھیں بھی بھیگ گئیں جیسے غفورے کی تائید کر رہے ہوں۔ اب غفورے نے مسلسل بولنا شروع کر دیا۔ اس کی آواز بھی گھٹ جاتی۔ کبھی بھرا جاتی کبھی آنسوؤں میں گھل کر بہہ جاتی مگر وہ بولتا چلا گیا اور میاں سیف الحق بھیگی ہوئی آنکھوں سے اسکنکی باندھ دیکھتے چلے گئے۔

”کلی امید سے تھی۔“ اس نے کہا۔ ”وہ کہتی تھی دیکھ غفورے یہ جو میری آنکھوں کے سامنے تر مرتے ناچنے لگے ہیں تو یہ تو دوسرا دنیا کی نشانیاں ہیں۔ پچھلے دس دن اسے اتنی تکلیف ہوئی کہ اگر اس کی عمر سولہ سترہ کی نہ ہوتی۔ میری طرح پینتیس چالیس کی ہوتی تو وہ اسی تکلیف میں مر گئی ہوتی۔ میں چونیاں میں ڈاک خانے کے ایک بابو کا فوکر ہوں۔ وہاں ایک سیانی سے بات کی۔ وہ بولی، کلی کا پیٹ کٹے گا۔ نہیں کئے گا تو بچ مر جائے گا اور بچ پیٹ میں مر گیا تو یہ بھی مر جائے گی۔“

کلی بولی، دیکھ غفورے، میرا پیٹ کٹوادے، میں من نہیں چاہتی۔ میں نے تو تم سے ابھی بہت تھوڑا سا پیار کیا ہے۔ ایسا کہا تھا اس نے۔ میں نے سیانی سے کہا، کاٹ دو۔ وہ بولی، لا ہور لے جاؤ، پیٹ لا ہور میں اچھا کئے گا۔ میں اسے بچے کی طرح اٹھا کر لاری میں بیٹھا اور یہاں آگیا۔ یہاں مس نے کہا کہ کوئی پلنگ خالی نہیں ہے۔ میں نے کہا، ہم پلنگوں والے نہیں، ہمیں تو کھلو لا بھی نہ ملے تو زمین پر پڑ رہتے ہیں۔ اتنا بڑا ہسپتال ہے۔ اسے کسی کو نے کھدرے میں زین پر ہی ڈال دو، پر اس کا کچھ کرو۔ مس نے میری بات نہیں مانی۔ پھر کلی نے کہا، ہم کسی درخت تلے پڑ رہتے

ہیں۔ پر اس مس کو ترس آگیا اور اسے ایک پنگ دے دیا اور مجھ سے کہا، جاؤ سب ٹھیک ہو جائے گا۔

کلی نے یہ سنات تو زور زور سے رونے لگی اور کہنے لگی، دیکھ غفورے تو چلا گیا تو میں مر جاؤں گی۔ پرم مس مجھے وہاں سے زبردستی باہر لے آئی اور مجھ سے میرا پتہ پوچھنے لگی۔ میں نے چونیاں کا پتہ لکھوا یا تو بولی، یہاں کا پتہ بھی بتاؤ۔ میں نے کہا، میں تو ہر وقت ہپتال کے دروازے پر مل جاؤں گا۔ میں تو یہاں سے کہیں نہیں جاؤں گا۔ میں کہیں جا کر کیا کروں گا۔ پھر میرے پاس اتنی رقم بھی نہیں تھی اور کلی کہتی تھی قرض کبھی نہ لینا اور نہ عمر بھر قرض ہی لیتے رہو گے۔ پرسوں شام کو میں ہپتال میں گیا تو وہاں کوئی اور مس بیٹھی تھی۔ بولی، پیٹ کاٹنے سے پہلے ہی بچہ ہو گیا ہے۔ پر تم کلی کو نہیں دیکھ سکتے۔ وہ بے ہوش ہے۔ اس کا خون نہیں رکتا۔ پھر بولی، جاؤ بچکا نام سوچو۔

کل شام کو میں پھر اندر گیا۔ مس بولی، اب اس کی ناک سے بھی خون بہنے لگا ہے۔ میں کلی کے پاس گیا۔ وہ آنکھیں بند کیے لیٹی تھی۔ میں نے کہا، ”کلی!“ تو اس نے آنکھیں کھول دیں اور مسکرائے لگی۔ خدا کی قسم! میاں جی وہ مسکراتی۔ پھر وہ رودی اور بولی، ”دیکھ غفورے، تو نے مجھے یہ کیوں نہیں بتایا تھا کہ بچہ ہوتا ہے تو ایسا بھی ہو جاتا ہے۔“ میں نے میاں جی اس وقت اس کے ماتھے میں موت کی لاث جلتی دیکھ لی تھی۔ پیلی تو وہ بہت ہو گئی تھی۔ پر یہ میلارنگ پہلے اتنا چمکتا نہیں تھا۔ پرسوں رات چک رہا تھا۔ میں نے کہا، تو رونہیں کلی۔ تو اب ٹھیک ہو جائے گی۔ بولی، دیکھ غفورے دو پھر کو جب میری ناک سے خون جاری ہو گیا تھا تو اس ساتھ والی نے مس کو بلا کر کہا تھا، دیکھو یہڑ کی مر رہی ہے، تب سے میں بڑی ڈر گئی ہوں۔

غفورے ایک بار مس بچے کو میرے پاس لائی، ایسا لگا جیسے غفورا سمٹ کر نخاسا ہو گیا ہے۔ وہ میرے پاس آیا پر مجھے تو دودھ پلانا ہی نہیں آتا۔ میں نے کہا، کیسے پلاؤں۔ تو یہ ادھر ادھر والیاں ہنئے گیں۔ تب سے مجھے بڑا رونا آرہا ہے۔ ان کو پتہ نہیں ناک کہ یہ میرا پہلا بچہ تھا اور میں بے چاری تو چونیاں کی رہنے والی ہوں۔“ میں جب ہپتال سے آنے لگا تو اس نے میرا تھا پکڑ لیا۔ بولی، ”آج رات نہ جاؤ،“ پھر جب میں نے کہا، سب ملاقاتی اٹھے جا رہے ہیں اور وقت ہو گیا ہے تو وہ

بولي۔ ”داتا کج بخش لاہور میں ہے ناغفورے، اس کے پاس جاؤ اور کھو۔ داتا کلی مرے نہیں، کلی نے تیرے نام کی منت مانی تھی تو غفورے کو پالیا تھا اور کلی نے غفورے سے ابھی ذرا سا چنگلیا کے ناخن جتنا پیار کیا ہے۔“

اس کا ہاتھ بڑا ہی ٹھنڈا تھا میاں جی برف بھی ٹھنڈی ہوتی ہے پر وہ کچھ اور طرح ٹھنڈی ہوتی ہے۔ کلی کے ہاتھ میں کچھ عجیب سی ٹھنڈک تھی جو میری ہڈیوں تک میں اتر گئی اور میں کاپنے لگا اور میں وہاں سے بھاگ آیا۔ پھر میں داتا کے پاس گیا اور جب واپس ہسپتال کے دروازے پر آیا تو وہ پہلے دن والی مسادھ کھلے دروازے سے لگی کھڑی تھی۔ اس نے مجھے اپنے پاس بلایا اور بولی، کلی نے تم کو سلام بولا ہے۔ میں نے خوش ہو کر کہا، کلی تو لاہور میں آ کر کمیم ہو گئی ہے۔ سلام بولنے لگی ہے۔ مس نے میرا ہاتھ بڑی سختی سے کپڑا لیا۔ بولی دیکھو کلی نے تم کو آخری سلام بولا ہے۔ میں وہاں سے پاگلوں کی طرح بھاگا۔ میرے پیچھے چوکیدار بھاگنے لگا۔ چوکیدار کے پیچھے مس بھاگنے لگی اور میاں جی جب میں کلی کے پاس پہنچا تو اسے وہاں سے کہیں اور لے جانے کی تیاریاں ہو رہی تھیں اور مہترانیاں آئی ہوئی تھیں اور آس پاس کی عورتوں نے کروٹیں بدل لی تھیں۔ مہترانیوں نے مجھے روکا، چوکیدار نے مجھے کپڑا لیا مگر پھر مس آ گئی۔

اس نے بتایا کہ یہ کلی کا گھر والا ہے۔ میں نے کلی کے منہ پر سے کپڑا ہٹایا تو میاں جی میں نے دیکھا کہ کلی مر گئی ہے۔ اس کے اوپر کے ہونٹ پر کہیں کہیں خون جنم گیا تھا اور اس کی ناک میں مسوں نے روئی دے دی تھی۔ اس کی آنکھوں پر بھی کسی نے ہاتھ نہیں رکھا تھا اس کا ڈاٹھا بھی کسی نے نہیں باندھا تھا۔ ایسا لگتا تھا جیسے وہ ابھی کہے گی، ”دیکھ غفورے۔“ پرمیاں جی۔ وہ تو مر گئی تھی۔ مس نے مجھے میرا بچہ دکھایا۔ ایسا لگتا تھا کلی سمٹ کر بالکل نہیں سی ہو گئی ہے۔ مس بولی، تم کلی کو دفن کر آؤ، پھر آ کر لے لینا۔ پھر جب لاش کو ہسپتال سے باہر لایا گیا تو میں نے اسے یوں اٹھایا جیسے بچ کو اٹھاتے ہیں۔ میرے ہر قدم پر کلی کی چوڑیاں نجح اٹھی تھیں میاں جی۔ پہلے تو جی چاہا کہ انھیں توڑوں والوں پھر جب میں نے کلی کو زمین پر لٹایا اور اس کی کلامی دیکھی تو وہ بڑی اچھی لگ رہی تھی۔ میں وہاں سڑک پر بیٹھ گیا اور ساری رات بیٹھا رہا۔ پولیس والوں نے بار بار پوچھا تو میں نے

جیچ بتادیا اور وہ بولے، ”خدا کسی کو غریب نہ کرے۔“ ایک دوبار تو جی چاہا میاں جی کہ وہیں پنپوں سے زمین کھود کر کلکی کو سڑک کنارے دفن کر دوں، پر جنازہ بھی تو پڑھنا تھا۔ صبح کو اللہ نے آپ کو سچ دیا۔ آپ نہ آتے تو میں کلکی کو یوں اٹھائے پھرتا جیسے بندر یا اپنے مرے ہوئے بچے کو چھٹائے پھرتی رہتی ہے۔ بس یہ بات ہے میاں جی۔“

اس نے ایک لمبی گہری سانس لی اور سر کو جھٹک کر گڈڑی کے پلو سے آنکھیں پوچھیں اور پھر یوں بولا، جیسے ایک ضروری بات کہنا بھول گیا تھا۔ ”کلکی کو مجھ سے بڑا پیار تھا میاں جی۔ میں عمر میں اس سے کتنا بڑا ہوں پر وہ سب سے لڑ کر میرے پاس آگئی تھی اور میں نے بھی سب سے لڑ کر اس سے شادی کر لی۔ ہم نے ساری دنیا سے لڑ کر پیار کیا تھا میاں جی۔“

پھر وہ ذرا دیر کو کچھ سوچ کر میاں سیف الحق کے قدموں سے لپٹ گیا اور بولا، ”میں آپ کے سامنے کیسی باتیں کرنے لگا ہوں۔ میں نے تو ساری باتیں کر دیں آپ کے سامنے۔ آپ بھی کیا کہیں گے آپ برائونہیں نہیں گے میاں جی؟“

میاں سیف الحق نے اس کے کندھے کو تھپٹھپایا اور رومال سے منہ صاف کر کے باہر چلے گئے۔ کچھ دیر بعد واپس آئے اور بولے، ”غسانیں آگئی ہے، کفن بھی آگیا ہے، قبر کے لیے شفقت کہہ آیا ہے۔“ غفورا ان کے قریب آیا اور بچے کے سے بھولپن سے بولا، ”غسل ہو جائے میاں جی۔ تو ایک بار میں کلکی کو دیکھوں گا۔“

اور میاں سیف الحق منہ میں رومال ٹھوں کر باہر چلے گئے۔ پھر جب وہ آئے تو ان کے ہاتھوں سے عطر خس اور کافور کی بوآری تھی۔ غسل دیا جا چکا تھا۔ وہ غفورے سے کچھ نہیں بولے۔ بس کمرے میں آئے تو وہ میز پوش کے ایک کونے کو ہاتھ پر پھیلائے کر ٹھے ہوئے پھول دیکھ رہا تھا۔ اس نے میاں سیف الحق کو دیکھا تو انٹھ کھڑا ہوا۔ ان کے پاس آیا اور بولا، ”میاں جی میں آپ کو یہ تو بتانا بھول ہی گیا تھا کہ کلکی بڑا چھا کشیدہ کاڑھتی تھی۔“ میاں جی کچھ بولے بغیر واپس جانے لگے اور غفورا ان کے پیچھے پیچھے ہولیا۔ پھر دروازے پر زک کر بولا، ”آ جاؤں میاں جی؟“

”تم سے کون پر دہ کرے گا بھی؟“ وہ بولے اور آگے بڑھ گئے۔ غفورا ان کے پیچھے تھا۔ صحن

میں بہت سی عورتیں جمع تھیں۔ اکثر زار زار رورہی تھیں۔ چند ایک طرف بیٹھی قرآن شریف کی تلاوت کر رہی تھیں اور غفور اندر گیا تو اس سے کسی نے پرده نہیں کیا۔ اس کے پہنچتے ہی رونے میں زیادہ شدت پیدا ہو گئی۔ سب سے پہلے میاں جی نے پانچ روپے کا ایک نوٹ نکال کر غسانی کی طرف بڑھایا گکروہ سرخ آنکھیں مل کر بولی، ”میاں جی ایک دن مجھے بھی مرتا ہے، کیا خبر اسی طرح سڑک کنارے دم نکل جائے، نہیں جی میں نہیں لوں گی۔“

”سڑک کنارے!“ میاں جی کی یہوی کی چینیں نکل گئی۔ ”میرے حامد کی طرح۔“ اور میاں سیف الحق بھی عورتوں کی موجودگی میں بے پرواہ کر ٹوٹ کر رودیے۔ پھر انہوں نے رومال کو منہ میں ٹھوٹسا اور غفورے کے کندھے پر ہاتھ رکھ کر کھڑے ہو گئے۔ کچھ دیر کے بعد انہوں نے رومال نکالا اور بولے، ”میرے مولا کی دنیا میں کیا کچھ نہیں ہوتا۔ یہ بھی ہوتا ہے کہ کوئی سڑک کنارے مر گیا پر یہ بھی تو ہوتا ہے کہ اسے اچھا کافن فن مل گیا۔ تم کہتی ہو حامد برسوں پہلے مراتا۔ میں تو کہتا ہوں وہ آج مرا ہے اور اس کا جنازہ یہ ہمارے سامنے رکھا ہے۔“ عورتیں پھر زور زور سے رونے لگیں۔ غفورا چپ چاپ کھڑا کلی کی لاش پر بچھی ہوئی ریشمی گلابی چادر کو ہوا کے غیر محسوس جھونکوں میں ملتے ہوئے دیکھتا رہا۔ میاں جی کی یہوی نے اچھی طرح رو لینے کے بعد چادر ایک طرف سے انٹھائی، کلمہ شہادت پڑھتے ہوئے کلی کے چہرے پر سے کافن سر کا دیا اور غفورے کی طرف دیکھنے لگیں۔ سب عورتیں غفورے کی طرف دیکھنے لگیں۔ میاں سیف الحق نے بھی گھبرا کے غفورے کو دیکھا اور بولے، ”کیوں میاں، پہچانا نہیں کیا، یہ میرا حامد ہے، یہ تمہاری کلی ہے۔“

غفورے کی آنکھوں میں اندھے ہوئے آنسو بھی جیسے سوکھ گئے تھے اور دیر تک پلکیں جھپکے بغیر کلی کے چہرے کو دیکھتا رہا اور عورتیں بالکل خاموش ہو گئیں۔ پھر غفورے کے جسم میں حرکت پیدا ہوئی۔ اس نے کلی کو چھوٹے کے لیے ہاتھ بڑھایا تو میاں جی کی یہوی بولیں، ”نه، ایسا نہیں کرتے۔ یہوی کے مرنے کے بعد اب تم اس کے محروم نہیں رہے، تھاہرا تو اس پلک کو چھوٹا تک گناہ ہے۔“

غفورے پر جیسے سکتہ طاری ہو گیا۔ وہ ذرا دیر تک جھکا ہوا ہاتھ بڑھائے یوں کھڑا رہا جیسے مخدود ہو کر رہ گیا ہے۔ پھر وہ سیدھا ہو گیا اور کلی کے چہرے پر ٹکلکی باندھے رکھی۔ اچانک میاں سیف الحق

نے اسے دونوں کندھوں سے کپڑ کر جھنجھوڑ ڈالا اور بولے، ”روہ، خوب روہ، کھل کر روہ۔ تم روہ گے نہیں تو مر جاؤ گے۔ تمہارے دل کی حرکت بند ہو جائے گی۔ تمھیں سکتے ہو جائے گا۔ حامد را تھا تو مجھے بھی ایسا ہو گیا تھا۔ یوں سمجھو کہ یہ پتھے بر س میں نے سکتے کی حالت میں گزارے۔ میں آج روایا ہوں تو جیسے نئی زندگی پا گئی ہے۔“

”میں ٹھیک ہوں میاں جی۔“ غفور آہستہ سے بولا۔ پھر وہ چلنے لگا۔ وہ صحن کے اس کونے میں جا کر رک گیا جہاں کلی کو غسل دیا گیا تھا۔ اس نے مجرموں کی طرح میاں سیف الحق کی طرف دیکھا۔ پھر جھکا، ٹوٹی ہوئی چوڑیوں کے کلڑے پنے اور جیب میں ڈال لیے۔ اور عورتیں یوں ایک دم آڑک کڑک کر رونے لگیں کہ باہر بیٹھک میں بیٹھے ہوئے اور گلی میں کھڑے ہوئے لوگ بھی ایک بار تو دہل کر رہے گئے۔ اور جب غفور اچوڑیوں کے کلڑوں کو جیب میں ڈالے واپس آ رہا تھا تو میاں سیف الحق نے کہا، ”سب یہاں ایک طرف چلی جائیں، میں فتویٰ دیتا ہوں کہ غفور اپنی بیوی کی میت کو چھو سکتا ہے۔“

”نه چھو سکا تو پا گل ہو جائے گا۔“ انھوں نے قریب کھڑی ہوئی بیٹی کے کان میں سرگوشی کی۔ غفور اسی سکتے کے عالم میں آگے بڑھا۔ کلی کے چہرے پر جھک گیا۔ اس کے چمکتے ہوئے زرد ماتھے پر سے ایک بال ہٹا کر اوپر گیلے بالوں میں ملا دیا اور بجائے اس کے کلی کو مخاطب کرتا۔ بولا، ”وکیچ غفورے!“

پھر وہ اسی طرح خشک آنکھیں اور زرد چہرہ لیے باہر چلا گیا۔ اور میاں جی بولے، ”مجھے تواب اس بد نصیب کی فکر پڑ گئی ہے۔“

جب کلی کا جنازہ اٹھا تو اس کے ساتھ بہت بڑا ہجوم تھا۔ بہت بارونق نمازِ جنازہ پڑھی گئی۔ نہایت خوبصورت قبر تیار ہو چکی تو غفورے نے جیب میں ہاتھ ڈالا اور ٹوٹی ہوئی چوڑی کا ایک ٹکڑا نکال کر قبر پر رکھ دیا۔ اور میاں سیف الحق لوگوں سے کہرا ہاتھے، ”مجھے حامد کے کفن دفن کا موقع ملتا تو میں اس سے زیادہ اور کیا کرتا۔ میں نے تو صرف اپنا فرض ادا کیا ہے۔“

میاں سیف الحق جب قبرستان سے پلٹے تو ایک عقیدت مند ہجوم ان کے ہمراہ تھا۔ ہر شخص کی زبان پر میاں جی کی خدا ترسی اور نیک نفسی کے قصے تھے اور سب لوگ اس بات پر متفق تھے کہ اس چودھویں صدی میں بھی آدمیت مری نہیں۔ ابھی اس میں زندگی کی ایک رمق باقی ہے اور اس رمق کا نام میاں سیف الحق ہے۔ میاں سیف الحق یہ باتیں سنتے تو گھبرا جاتے۔ ”ارے بھتی میں کس لائق ہوں۔“ وہ احتجاج کرتے، ”بندہ کس لائق ہے، یہ تو توفیق کی بات ہے اور توفیق دینے والا میرا مولا ہے، یہ تو سب میرے مولا کا احسان ہے دوستو۔“

پھر ان کی آنکھوں میں عجیب چمکتے دکتے سے آنسو آ جاتے اور وہ ایک لمبی گہری سانس لے کر کہتے، ”میں نے ایک مسکین بی بی کو نہیں دفنایا۔ میں تو آج چھے برس کے بعد اپنے حامد کو دفاتار آ رہا ہوں۔ میں تو ہر محرم الحرام میں اس تربت پر فاتحہ پڑھنے اور پانی چھڑکنے آؤں گا۔“ اور لوگ ان کے چہرے کے ارد گرد ہلاک پھرتا ہوا دیکھنے لگتے۔ اپنی گلی میں آ کر میاں سیف الحق نے لوگوں کو رخصت کیا۔ چند بزرگوں کو وہ بیٹھک میں لے آئے اور پھر اچانک بولے، ”غفورا کہاں ہے؟“

بیٹھک میں چاروں طرف نظریں دوڑا کر وہ گلی میں آگئے اور بلند آواز میں جیسے اپنے آپ سے پوچھا، ”ارے بھتی غفورا کدھر گیا؟“ وہ گلی کے اس پارسڑک تک قریباً دوڑتے چلے گئے اور انھیں اسی حالت میں دیکھ کر گھروں کو جاتے ہوئے لوگ ان کے آس پاس جمع ہو گئے۔ ”جانے وہ غفورا کہاں گیا؟“ میاں جی بولے۔ ”ارے ہاں۔“ لوگوں نے ایک دوسرے کی طرف دیکھ کر کہا۔ ”وہ تو سارے رستے نظر نہیں آیا۔“

واپس آ کروہ سیدھے زنان خانے میں چلے گئے اور بولے، ”جانے وہ غفوراً کہاں غائب ہو گیا؟“ لیکن ان کی بیوی نے سوال کا جواب سوال میں دیا، ”اب مجھے کب لے چلیں گے قبر دھانے؟“

”لے چلیں گے۔“ میاں سیف الحق بولے۔

اور دوسرے روز وہ اپنی بیوی، تینوں بیٹیوں اور چاروں بیٹیوں کے ہم راہ قبر دیکھنے گئے۔ کلی کی رسم قل بھی ادا ہوئی۔ چالیسویں تک ہر جمعرات کو محلے کی مسجد کے امام صاحب کو دعوت پر بھی بلا یا اور فاتح پڑھوائی۔ پھر چالیسویں بھی ہوا اور اس روز حامد کی تصویر کو اس کی بہنوں نے ہار پہنائے۔ اور بہت بڑے نشیب کے بعد میاں سیف الحق کی زندگی بالکل ہموار لک پھری چکتی ہوئی سڑک بن گئی جو حد نظر تک خط مستقیم میں جاتی تھی اور جس کے دونوں طرف قد آور درخت سایہ کی کھڑے رہتے تھے۔ وہ اس سڑک پر پھر سے کچھ ایسی بے تکلفی اور روانی سے چلنے لگے جیسے انسان کھانا کھاتے وقت چاہے بات جیلانوالہ باغ کی کر رہا ہو گرنا اللہ سیدھا منہ کو جائے۔ اب اس سڑک پر وہ فصیل بھی نہیں ابھرتی تھی جس کے پاس کبھی کبھی ٹھنک کروہ خلا میں گھورتے رہ جاتے تھے۔ اب حد نظر تک مطلع صاف تھا۔

یہ کوئی سال بھر بعد کا ذکر ہے کہ میاں سیف الحق الصلوٰۃ خیر من النوم کی آواز پر جا گے اور نیلا رومال کندھے پر رکھ کر مسجد کی راہ لی۔ صندل کی تسبیح پر استغفار کا ورد کرتے ہوئے پلٹے۔ شریف چرسی کی دکان سے نج کرنکے اور گھر آگئے۔ قرآن شریف کے چند رووع، دعائے نج العرش اور قصیدہ برده پڑھے، اخبار والے نے اخبار گول کر کے اسے کھڑکی کے ٹوٹے ہوئے شیشے میں سے اندر پھینک دیا اور بولا، ”السلام علیکم میاں جی۔“ سینے پر چھوکر میاں سیف الحق نے کہا، ”آگئے میاں؟ و علیکم السلام و رحمۃ اللہ“ اور اخبار اٹھانے کو اٹھے۔

اچانک ایک بار پھر آواز آئی، ”السلام علیکم میاں جی۔“

”آگئے میاں؟“ انھوں نے عادتاً کہا اور علیکم السلام کہنے ہی کو تھے کہ ان کا منہ کھلا کا کھلا رہ گیا۔ اور ٹوٹے ہوئے شیشے کے اس پار انھوں نے کچھ یوں آنکھیں سکیڑ کر دیکھنا شروع کیا جیسے ان

کی نظروں کو کسی نے کس کرتا ان لیا ہے۔ ”میاں جی“، پھر آواز آئی۔ اور میاں سیف الحق نے اس دوران میں پہلی بار آنکھیں جھکیں اور دروازے کی طرف لپکے۔ ”آ جاؤ بھائی، آ جاؤ، سناؤ کہاں رہے تم؟ کہاں غائب ہو گئے تھے؟ میں تو اس روز تھیں گلی گلی پوچھتا پھر اور یہ کیا حالات بنارکی ہے؟ آ و اندر آ جاؤ، کمال ہے بھائی۔ میں تو سمجھا تھا کہ تم۔۔۔“

غفور اندر آ گیا۔ اس نے ایک میلی سی چادر لپیٹ رکھی تھی۔ سر پر کھدر کی ایک پرانی چیکٹ ٹوپی تھی۔ آنکھیں بہت پیچھے ہٹ گئی تھیں اور بھوؤں اور گالوں کی بڑیاں غیر فطری طور پر ابھری ہوئی معلوم ہوتی تھیں۔ ناک جھک آئی تھی۔ داڑھی بڑھی ہوئی تھی اور بالکل کھجڑی ہو رہی تھی۔ ہونٹ آپس میں کچھ یوں پیوست تھے جیسے الگ ہوئے تو ان سے خون بنتے گا۔ وہ میاں سیف الحق کے پیچھے آہستہ آہستہ چلتا ہوا کمرے میں آیا اور وہیں جا کر کھڑا ہو گیا جہاں بیٹھ کر اس نے میاں جی کو اپنی ساری کہانی الف سے یہ تک سناؤ ای تھی۔

میاں سیف الحق غفورے کو دیکھتے ہوئے بھی خلا میں گھورتے ہوئے معلوم ہو رہے تھے۔ وہ بھی وہیں جا کھڑے ہوئے جہاں بیٹھ کر انہوں نے غفورے کی کہانی سنی تھی۔ پھر میاں جی بیٹھے تو غفورا بھی بیٹھ گیا۔ کھڑکی کے نیچے تازہ اخبار پڑا تھا اور سامنے میز پر دھرے ہوئے رحل میں قرآن شریف، دعائے گنج العرش اور قصیدہ برداہ رکھے تھے۔ یوں معلوم ہوتا تھا جیسے غفورے نے جو کہانی آج سے ایک سال پہلے شروع کی تھی وہ اب تک جاری ہے اور اس شدت سے جاری ہے کہ وہ جس پہلو سے بیٹھے تھے اسی پہلو سے جم کر رہے گئے ہیں۔

”ہم تو سمجھتے تھے۔“ میاں سیف الحق بولے، ”کتم ہمیں بھول بھال گئے ہو گے۔“ ”میں آپ کو کیسے بھول سکتا ہوں میاں جی۔“ ”غفورابولا“، ”جب تک میں کلی کوئی بھوتا، آپ کو بھی نہیں بھولوں گا اور میں کلی کو تو عمر بھرنہیں بھول سکوں گا میاں جی۔“ ذرا سے وقفے کے بعد غفورا بولا، ”میاں جی! آپ کتنے نیک آدمی ہیں اور میں کتنا خود غرض آدمی ہوں۔ میں نے پہلی خود غرضی تو یہ کی کہ کلی دن ہو گئی تو آپ سے ملاتک نہیں اور چلا گیا۔ دوسرا خود غرضی یہ ہے میاں جی کہ مجھے کچھ ایسا لگتا ہے کہ رک کر اس نے آنکھیں ملیں اور بولا، ”مجھے ایسا لگتا ہے جیسے کلی اب تک سڑک

کنارے بے کفن پڑی ہے۔“
 ”پاگل تو نہیں ہو گئے تم۔“ میاں جی نے پیار سے ڈانتا۔ میں نے اس دن کہا تھا ناکہ کھل کر
 روؤں نہیں تو پاگل ہو جاؤ گے۔“
 ”نہیں میاں جی۔“ غفورا بولا۔ ”پاگل کہاں ہوا ہوں۔ پاگل ہونا ہوتا تو اسی دن نہ ہو جاتا
 جب مری ہوئی کلی کی کلاسیوں میں چوڑیاں بھی تھیں۔ میں سچ کہتا ہوں مجھے اس ایک سال میں ایک
 دن بھی تو ایسا نہیں ملا جب کلی کی یاد نے مجھے گالی نہ دی ہو اور یہ نہ کہا ہو کہ دیکھ غفورے میں تواب
 تک سڑک کنارے چادر میں لپٹی رکھی ہوں۔“
 ”تمھیں کچھ ہو گیا ہے بھتی۔“ میاں جی نے پریشان ہو کر کہا۔

”میاں جی۔“ اب غفورے کے آنسو آج سے ایک برس پہلے کی طرح بہنے لگے اور اس کی آواز
 بھرا نے اور گھٹنے لگی۔ ”کلی کو مجھ سے بڑا پیار تھا میاں جی۔ میں عمر میں اس سے کتنا بڑا تھا، پر وہ سب
 سے لڑ کر میرے پاس آ گئی تھی۔ ہم نے ساری دنیا سے لڑ کر آپس میں پیار کیا۔ پر میں کیا برا ہوں
 کہ میں اس کے جنازے پر ایک پیسہ بھی تو نہ لگا سکا۔ میں نے کلی کے مرنے کے بعد اس کا تو کوئی
 حق ادا نہ کیا تا میاں جی۔ میں نے اس ایک سال میں بڑی محنت کی۔ میں یہاں بھی ہو گیا۔ میں
 ہسپتال میں پڑا رہا۔ پر جو کچھ مجھ سے ہو سکا وہ کیا۔ میں نہیں جانتا آپ نے کلی کے جنازے پر کتنا
 خرچ کیا تھا۔ بہت کیا ہو گا کیونکہ آپ نے تو اسے بالکل اپنا بنا لیا تھا۔ اگر میں خود اس کے جنازے
 پر خرچ کر سکتا تو۔۔۔“ اس نے جیب میں ہاتھ ڈال کر چند نوٹ ٹکالے۔ انھیں فرش پر رکھ دیا اور
 بولا، ”تو اس سے زیادہ کیا کرتا کچھ کم ہی کرتا۔“

لمحہ بھر کوہ خاموش رہا۔ میاں جی بھی خاموش رہے۔ کہیں اندر سے کلاک کی نک نک کی دبی دبی
 آواز آنے لگی۔ پھر وہ بولا، ”میاں جی! یہ آپ لے لیجیے۔“ میاں سیف الحق تڑپ کر اٹھ کھڑے
 ہوئے۔ ”نہیں میاں جی۔“ غفورا بھی اٹھ کھڑا ہوا۔ ”میں آپ کو دکھ دینے نہیں آیا۔ یہ قم آپ لے
 لیجیے۔ آپ لے لیں گے تو میرے دل کو تسلی ہو گی۔ میں سمجھوں گا میں نے کلی کے کفن دن کا سامان خود
 کیا۔ کلی بھی مجھے گالیاں نہیں دے گی اور اس کی روح بھی خوش ہو گی۔ لے لیجیے میاں جی۔“

میاں سیف الحق جو اس دوران میں ہائپنے لگے تھے، گرجاٹھے، ”تو کیا میں نے تم سے کوئی سودا کیا تھا؟ لے جاؤ یہ روپے۔ کیا میں تمہارے ان چند روپوں کا بھوکا ہوں؟ کیا تم نے مجھے اپنی طرح---“ اور انھوں نے نوٹ اٹھا کر غفور رے کی طرف پھینک دیے۔ یہ نوٹ ایک ایک کر کے فرش پر بکھر گئے اور غفور اخاموش کھڑا رہا۔

پھر جب اس نے دیکھا کہ میاں سیف الحق کا پنپنے بھی لگے ہیں تو وہ آہستہ سے بولا، ”میاں جی دیکھئے، خفانہ ہو جئے۔ آپ نے مجھ پر اتنا بڑا احسان کیا ہے۔ میں ایسا کمیونیٹیں ہوں کہ اس احسان کو بھول جاؤں۔ پر بات یہ ہے میاں جی کہ آپ نے تو کلی کی جگہ حامد میاں کو دفن کیا تھا اور میری کلی تو وہیں سڑک کنارے بے کفن پڑی رہ گئی۔ ان روپوں کو چاہے آپ نالی میں پھینک دیجیے، پر میں نے تو آج ہی اپنی کلکی کو اپنے ہاتھوں سے قبر میں اتارا ہے میاں جی۔“

.....☆.....

آپ کی اور پاکستان کی ترقی

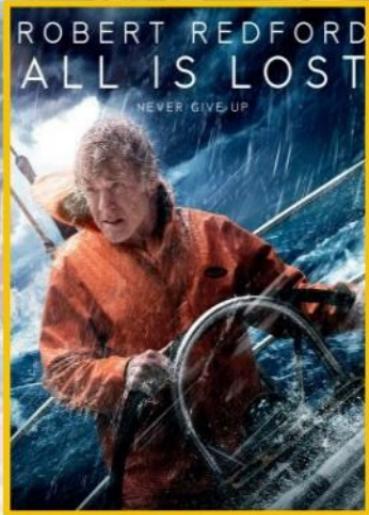
کے لئے بنایا گیا پیچ



JOIN
JAY M TEMURI
PAGE



اپنی ترقی سے پاکستان کو ترقی دینے کا آغاز کیجئے



ALL IS LOST

یہ کہانی ہے ایک ایسے شخص کی جو شپ پر تنہا سمندر کے نیچ میں پھنس جاتا ہے۔ اس کی شپ سے سمندر میں پڑا ایک کنٹیٹر مکراتا ہے جس سے اس کی شپ میں سوراخ ہو جاتا ہے اور سمندر کا پانی اس کی شپ میں داخل ہو جاتا ہے۔

اس کے بعد وہ جیسے تیسے کر کے اپنی شپ کی مرمت کرتا ہے، تو اس کے لئے نیامیداں کا رزار تیار ہوا پڑا ہوتا ہے۔

اس اکیلی جان کو بھوک، پیاس، بھٹنڈ، بارش اور سمندri طوفانوں کے ساتھ ساتھ دیگر لا تعداد مسائل کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ مگر وہ ہمتوں نہیں ہارتا۔ لڑتا رہتا ہے۔ اسے اپنے لئے کسی بیرونی مدد کی امید جاگتی ہے تو اگلے ہی لمحے وہ مر بھی جاتی ہے۔ آخر میں اس پر ایک وقت ایسا بھی آتا ہے کہ شدید سمندری طوفان سے لڑتے لڑتے اس کی ہمت ختم ہونے لگتی ہے، اس کی شپ بھی اس کا ساتھ چھوڑ دیتی ہے، اس کا آخری سہارا اس کی ایک چھوٹی سی ائیر بوٹ بنتی ہے۔ مگر وہ اس جان لیوا اور انہتائی خوفناک سمندر میں اس ائیر بوٹ کے سہارے کب تک رہ سکتا ہے، کیا وہ اپنی جان

بچانے کی جگہ میں کامیاب ہو پاتا ہے، یا ہمیشہ کے لئے کسی بچھری سمندری لہر کی نظر ہو جاتا ہے؟ اس کا آخری انجام کیا ہوتا ہے؟ یہ تو آپ کو فلم دیکھ کر ہی پتہ چلے گا۔

اس فلم میں انسان کی بقا کے تمام رازوں سے پرداہ اٹھایا گیا ہے، میرا مشورہ ہے کہ آپ یہ فلم ضرور دیکھیں، یہ فلم دیکھنا اس لئے بھی ضروری ہے کہ یہ ہمیں انسانی جہد و جہد اور انسان کے حوصلوں کے بارے میں بتاتی ہے۔ اس نوے منش کی فلم میں آپ انتہائی گھرے اور زندگی سے بھر پور سبق سے کھین گے۔ آپ کو حقیقی جہد و جہد کے بارے میں علم ہو گا، مشکلیں سہنا، درد برداشت کرنا اور طوفانوں کا مردانہ وار مقابلہ کرنا ہی وہ خاص انسانی وصف ہے، جس کی بنا پر انسان دنیا کے ہر امتحان میں کامیاب ہوا ہے۔





ناکامی کے بعد

اسرار جدون

ہر شخص کامیابی کے پیچھے بھاگا جا رہا ہے۔ ہر شخص ہی کامیابی کو اپنی دسترس میں کرنا چاہتا ہے اور اپنا نام فاتحوں کی فہرست میں درج کروانا چاہتا ہے۔ مگر جانے ہم کامیابی کا تعاقب کرتے کرتے اس بات کو کیوں بھول جاتے ہیں کہ کامیاب ہونے کے لئے کئی دفعہ ناکام ہونا پڑتا ہے۔ بار بار کی ناکامی کو سیریٹی بانا پڑتا ہے، دھوپ چھاؤں دیکھنی پڑتی ہے۔ تپتے صحراؤں سے گزرنا پڑتا ہے، برساتوں میں کھلے آسمان تلے راتیں بسر کرنی پڑتی ہے۔ تب جا کر کامیابی اپنی شکل دیکھاتی ہے۔ مگر بہت سے لوگ تو پہلے مرحلے میں ہی ہمت ہار جاتے ہیں اور خود پر اور اپنی صلاحیتوں پر ٹک کرنے لگتے ہیں۔ ان کا توکل کمزور ہونے لگتا ہے اور گر کر اٹھنے کی بجائے گرے رہنے میں ہی عافیت سمجھتے ہیں اور اسی کو اپنی منزل سمجھ لیتے ہیں۔ مگر درحقیقت ایسا ہوتا نہیں۔ کسی انسان کی منزل وہی ہوتی ہے جسے وہ منزل تسلیم کرتا ہے۔ ہمیں اس بات کو سمجھ لینا چاہئے کہ کامیابی ہمارے پاس آنے سے پہلے اور ہمارے کندھوں پر فخر بن کر جنے سے پہلے اپنی پوری پوری قیمت وصول کرتی ہے۔ وہ چاہتی ہے کہ میں جس شخص کے پاس جاؤں وہ مجھے سنبھالے کے قابل ہو اور

میری حفاظت کر سکے۔ یہی وجہ ہے کہ کامیابی کے راستے میں بار بار ناکامی کا سامنا کرنا پڑتا ہے تاکہ کوئی اگر کمزور دل اور کم حوصلہ ہوتا وہ راستے میں سے ہی پلٹ جائے۔ کچھ لوگ ایسے بھی ہوتے ہیں جو حقیقی طور پر کامیاب ہونا چاہتے ہیں اور ہر طرح کی ناکامی کو برداشت کرنے کے بعد ان میں دوبارہ اٹھ کر کھڑے ہونے کا حوصلہ بھی ہوتا ہے مگر وہ نہیں جانتے کہ کسی کام یا مشن میں ناکام ہونے کے بعد کیا کریں۔ اور کیسے دوبارہ اٹھ کر اسی راہ کی پیروی کریں جو ان کی منزل کی جانب جاتا ہے۔ آئیے آپ کو اسی بارے میں چند گروہ قدر نقاط کے بارے میں بتاتے ہیں۔ تاکہ اگر آپ کا کامیابی کی شاہراہ پر چلتے ہوئے کبھی ناکامی سے سامنا ہوتا آپ زیادہ پریشان نہ ہوں اور جلد ہی دوبارہ اٹھ کر آگے بڑھنے لگ جائیں۔

سیکھیں:

ناکامی ہمیں ناکام کرنے نہیں بلکہ سیکھانے آتی ہے۔ جس بھی کام یا مشن میں آپ کی پروگریس تعلیمی کاشکار ہے تو مزید کوشش کرنے سے پہلے چند لمحے رک جائیں، اپنے آپ پر اور اپنے کام کرنے کے طریقے پر غور کریں دیکھیں کہ آپ میں کس چیز کی کمی ہے جس کی وجہ سے حالات آپ کی مرضی کے مطابق نہیں چل رہے۔ اس چیز کو شناخت کر کے سیکھیں، اس کے علاوہ ناکامی ہمیں ایک بار پھر پورتیاری کرنے کا موقع بھی دیتی ہے۔ تاکہ ہم آنے والے وقت اور مرحلے کے لئے مکمل طور پر تیار ہو سکیں۔ لہذا ناکامی کو ناکامی سمجھنے کی بجائے سیکھنے اور آگے بڑھنے کی تیاری کرنے کا ایک خوبصوراً موقع سمجھیں اور اس سے پھر پور فائدہ اٹھائیں، سیکھیں، اپنا اور اپنی صلاحیتوں کا مکمل تجزیہ کریں اور پھر پھر پورتیاری کے ساتھ ایک بار پھر اپنے مشن پر روانہ ہو جائیں۔

اپنے کام کی کوالٹی کو مزید بہتر بنانی میں:

بعض اوقات ہم جس سطح پر ہوتے ہیں اور جس طرح کا کام کر رہے ہوتے ہیں، کامیابی کے لئے ہمیں اس سے آگے جانے اور مزید بہتر کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ بلکہ کامیابی نام ہی پہلے سے بہتر کرنے کا ہے۔ لہذا یہ کوشش کرتے رہیں کہ آپ کا کام اور کام کرنے کی صلاحیت ہر گزرتے دن کے ساتھ مزید بہتر سے بہتر ہو سکے۔ اپنے کام کی کوالٹی اور مقدار دونوں کو بڑھاتے

چلے جائیں۔ آپ کو آگے بڑھنے سے کوئی نہیں روک سکے گا۔

دوبارہ میدان میں جانے کے لئے خود کو تیار کریں:

دنیا میں ایسا کوئی کام نہیں ہے جو اگر انسان پہلی بار کرے اور پہلی ہی بار وہ کاملیت کی معراج حاصل کر لے۔ مشق اور تو اتر مشق ہی انسان کو بہتر سے بہتر بناتی ہے۔ لہذا کسی ایک آدھ بار کے سیٹ بیک کو مستقل ناکامی سمجھنے اور دل برداشتہ ہونے کی بجائے، خود کو پہلے بہتر اور مزید مضبوط ہو کر میدان میں جانے کے لئے تیار کریں۔ یاد رکھیں کہ انسان ہارتاتب ہی ہے جب وہ ہار مان لیتا ہے۔ لہذا اس بات کو اپنی زندگی کا اولین مقصد بنالیں کہ آپ نے ہر کام اور ہر چیز کا ڈاٹ کر مقابلہ کرنا ہے اور مردانہ اور مقابلہ کرنا ہے۔ چاہے کچھ بھی ہو جائے، ہماری نہیں ماننی۔ جب آپ میں یہ رو یا آگیا تو اس کے بعد اپنی کامیابی کی رفتار آپ خود ملاحظہ کر سکیں گے۔

پہلا قدم اٹھائیں:

کسی بھی کام کا نقطہ آغاز ہی سب سے مشکل مرحلہ ہوتا ہے خاص کر پہلی کوشش میں ناکامی ملنے کے بعد، انسان کے جو صلے پست ہو چکے ہوتے ہیں۔ امید یہ ٹوٹ چکی ہوتی ہیں اور یقین متزلزل ہو چکا ہوتا ہے۔ مگر جیتنے والوں کا سفر یہی سے ہی تو شروع ہوتا ہے۔ مجھے معلوم نہیں کہ آپ کو کس کام اور کیسے ناکامی کا سامنا کرنا پڑا ہے۔ مگر مجھے اس بات کا ضرور علم ہے کہ یہ صرف پہلی کوشش ہی تو تھی۔ جس نے آپ کے آگے جانے کے راستے ہموار کیے اور بہت کچھ سیکھایا اور ایسا تجربہ فراہم کیا جس سے پہلے آپ محروم تھے۔ اور اس کے ساتھ ساتھ یہ مجھے بوجھ بھی عطا کی کہ اس طریقے سے یہ کام کرنا مشکل ہے اور اسی طریقے سے دوبارہ کام کرنے سے غلطی کے امکانات زیادہ ہیں لہذا کوئی دوسرا صورت تلاش کرنا پڑے گی۔ ذرا سوچیں کہ آپ ایسا ناکرتے تو آپ اس قدر عقل سمجھ بوجھ اور عقل بھلا کہاں سے حاصل کر سکتے تھے۔ لہذا ان تمام عوامل سے یہیں اور اپنا تمام حوصلہ جمع کریں اور منزل کی نشاندہی کریں اور منزل حاصل کرنے کے عزم کو مزید پختہ کریں اور ابھی ہی پہلا قدم اٹھائیں۔ انشاء اللہ آپ کو ضرور بہتر اور آپ کی منشائے مطابق متائج ملیں گے۔



گرگٹ: رنگ بد لئے والا

اپنی نو عیت کا منفرد جانور

پرویز طفیل

ہماری دنیا میں لاکھوں طرح کے جانور ہیں اور ان لاکھوں طرح کے جانوروں کی کروڑوں اقسام ہیں۔ ہر جانور کی خصوصیات دوسرے سے اس قدر مختلف ہیں کہ وہ اسے منفرد اور یکتا بنا دیتی ہیں۔ انسان ان پر جب غور کرتا ہے تو بے اختیار بنانے والی کی قدرت پر عش کراٹھتا ہے۔ اس بات میں کوئی شک نہیں کہ ہماری دنیا کی رونق اور رنگینیاں انہی کی وجہ سے ہیں۔ آپ کو ایسے ہی ایک عجیب و غریب جانور کے بارے میں بتاتے ہیں شاکداش کے بارے میں آپ پہلے سے بھی جانتے ہوں مگر اس کی خصوصیات ایسی ہیں کہ جن کی بدولت یہ باقی تمام جانوروں سے منفرد ہو جاتا ہے۔ یقینی طور پر جو صلاحیتیں خدا نے اس کو دی ہیں وہ کسی اور نوع کے پاس نہیں ہوں گی۔

ہم بات کر رہے ہیں گرگٹ کی۔ اس کے نام سے جڑے آپ نے محاورے بھی سنے ہوں گے اور کسی بڑے بزرگ کی باتوں میں اس کا تذکرہ بھی۔

گرگٹ دنیا کے گرم علاقوں میں پایا جانے والا رینگنے والا جانور ہے۔ اس کی رہائش زیادہ تر صحراوں، پہاڑوں اور جنگلوں میں ہوتی ہے۔ اس کی اقسام کی اگر بات کریں تو اب تک اس کی ایک سو سالہ اقسام دریافت ہو چکی ہیں اور ماہرین اب بھی اس پر تحقیق کر رہے ہیں۔ یوں تو دنیا میں لاکھوں کی تعداد میں جانور پائے جاتے ہیں مگر گرگٹ کا تذکرہ اکثر ہوتا رہتا ہے۔ اس کی وجہ اس کی وہ منفرد صلاحیت یا خصوصیت ہے جو کسی دوسرے جانور میں نہیں۔ اس کی یہ خوبی اس کا ”رنگ بدلتا“ ہے۔

جیران کن طور پر اس میں یہ صلاحیت موجود ہے کہ یہ جب چاہے اور جہاں چاہے اپنی مکمل جلد کارنگ بدلتا ہے۔

گرگٹ اپنارنگ کیوں بدلتا ہے اس کے بارے میں لوگوں کی مختلف رائے ہیں کہ جیسے گرگٹ اپنارنگ اس لیے بدلتا ہے کہ یہ شکاری سے نجک سکے اور اپنے ماحول میں چھپ جائے۔ لیکن تحقیق نے اس بات کو غلط قرار دیا ہے ماہرین کے مطابق زیادہ تر گرگٹ کارنگ پہلے سے ہی اپنے آس پاس کے ماحول سے ہم آہنگ ہوتا ہے، مثال کے طور پر حمرائی گرگٹ بھورا ہوتا ہے اور جنگل میں رہنے والا گرگٹ عام طور پر سبز ہوتا ہے۔

گرگٹ کے رنگ بدلنے کی خوبی نفیا تی اور جسمانی و جوہات کی بنابر ہوتی ہے، اس کی مثال یہ ہے کہ اگر کوئی گرگٹ غصہ میں آجائے یا ڈریا خوف کا شکار ہو تو وہ اپنارنگ بدلتا ہے، غصہ یا مستقی کی عالت میں گرگٹ کارنگ بھڑکیلا ہوتا ہے، گرگٹ اپنے دشمن کو مات دینے کے لیے بھی رنگ بدلتا ہے، گرگٹ کی آپس کے پیغام رسانی بھی رنگ بدلنے کی وجہ سے ہوتی ہے۔

آس پاس کی روشنی اور درجہ حرارت ان کی رنگ بدلنے میں بہت کردار ادا کرتے ہیں، زیادہ تر گرگٹ اپنے آپ کو نیلا، سبز، خاکی، گندمی، گلابی، سرخ، اور سیاہ رنگ میں ہی بدلتا ہے یہ تحقیق یہ بات ثابت کرتی ہے کہ گرگٹ کچھ خاص رنگوں میں ہی اپنے آپ کو بدلنے میں عبور رکھتے ہیں، اس کے علاوہ وہ اپنے من چاہے کسی اور رنگ میں خود کو نہیں بدلتا۔

.....☆.....

eBook ای بک (ڈیجیٹل کتاب)

صرف 149\$ میں بنوائیں

اور اپنی کتاب تمام دنیا تک پہنچائیں پہلے سے لکھی
کتاب ہو یا نئی لکھی کتاب ہو نگیں ای بک میں منتقل کروائیں

ٹائٹل کو آپ کی پسند کا

رنگین صفحات

تمام کمپوزنگ

آپ ڈینگ

ایڈیننگ سروس

آئی ایس بی این

فری

آپ حاصل کر سکتے ہیں

موغالز مرکزی شعب آپ کتاب لکھیں اور ہمیں دے دیں باقی کام ہمارا

نیادور نئے تقاضے

آپ کا اعتماد ہمارا معیار

مزید معلومات کیلئے

موغالز گروپ آف پبلی کیشنز 516-289-8513

