خواتین کے لئے درس قرآن ڈاٹ کام کا آن لائن میگزین

ای میگزین

پیامِ حیاء

شمارہ نمبر 34

JANUARY 2024 رجب المرجب 1445ھ

PAYAM-E-HAYA

فہرست:

مضامین	صفحہ نمبر
قرآن وحدیث	4
نعت (ساجدہ بتول)	5
مسجد اقصیٰ اور بیت المقدس..... تاریخ، فضائل اور اہمیت (حضرت مولانا محمد اسماعیل ریحان صاحب	6
رب کو پکاریں (فاطمہ سعید الرحمن)	8
دُعا کے فائدے (ابو محمد)	9
طیبہ کے طبیب ﷺ (عذرا خالد	10
خواتین کے مسائل (مفتی عقیل منیر صاحب)	12
بدلتے رنگ اور بدلتی سوچ (عمارہ)	14
موسم سرما کے لئے بیوٹی ٹپس	17

مضامین	صفحہ نمبر
عورت تحفظ ختم نبوت میں کیا کردار ادا کر سکتی ہے؟ (ناجیہ شعیب احمد)	18
توہین رسالت نظم (بنت احمد)	20
ابھی کچھ آس باقی تھی (کشف ریا)	21
شیشے کی دیوار اور باپ (عبد الباسط ذوالفقار)	23
اقوال زریں (ام عمر)	24
مری ذات ذرہ بے نشان (ساجدہ بتول)	25
موسم سرما کی سوغات کشمیری چائے (شمائلہ شکیل)	26
خشک میوہ جات کے فوائد	27

پیام حیاء ٹیم

مدیر اعلیٰ: مولانا محمد اسماعیل ریحان صاحب

ایڈمن وایڈیٹر: فاطمہ سعید الرحمن

معاونات: سیمار ضوان۔ عمارہ فہیم

ناجیہ شعیب احمد۔ عذرا خالد

Published at

www.Darsequran.com

Editorial Address:

payamehaya@darsequran.com

پیام حیا میگزین کے لیے تحریر کیسے بھیجیں؟

ان پیج فائل / ورڈ فائل بھیجیں۔

پی ڈی ایف بھیجیں۔

وٹس ایپ پر بھیجیں

پیامِ حیاء کے لیے تحریر کہاں بھیجیں؟

ای میل ایڈریس پر بھیجیں۔ payamehaya@darsequran.com

واٹس ایپ نمبر پر میسج کریں۔ **+92 313 2127970**

آپ کہانی، مضمون لکھ سکتے ہیں۔ مستقل سلسلے جیسے حمد و نعت، اقوال زریں، معلومات عامہ، نظم، صحت، بیوٹی ٹپس، ٹیکنالوجی اور اپنی رائے کے لیے بھی تحریریں ارسال کر سکتے ہیں۔

اپنا اور شہر کا نام ضرور واضح کریں۔

القرآن

"اسی کو پکارو اُس سے ڈرتے ہوئے بھی اور اس کی رحمت کی امید رکھتے ہوئے بھی، یقیناً اللہ کی رحمت نیکوکاروں کے قریب تر ہے۔"

(الأعراف ۵۶)

الحدیث

رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا:

"آدمی کو اپنے رب کی سب سے زیادہ قربت اس وقت حاصل ہوتی ہے جب وہ سجدہ کی حالت میں ہوتا ہے چنانچہ حالت سجدہ میں بہت کثرت سے دعائیں کیا کرو۔"

(صحیح مسلم)

نعتِ رسولِ مقبول صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم

دلوں کے پر پھڑ پھڑا رہے ہیں حضور ہم کو بلا رہے ہیں
یہ دیکھو دن پھر سے آ رہے ہیں حضور ہم کو بلا رہے ہیں

بہت سے ہم نے ہیں درد جھیلے بہت غموں سے ہے کی لڑائی
تو غم کو ہم سے چھڑا رہے ہیں حضور ہم کو بلا رہے ہیں

جو ان سے دوری کے دکھ پہ ہم نے بتول بس صبر کر لیا تھا
وہ سارے دکھ اب ستا رہے ہیں حضور ہم کو بلا رہے ہیں

ہزار آنسو مچل رہے تھے تو لاکھ آہیں بھی پل رہی تھیں
وہ اشک مجھ کو ہلا رہے ہیں حضور ہم کو بلا رہے ہیں

مری خطاؤں کی تھی نحوست کہ بند در ان کا ہو گیا تھا
معاف کر وہ خطا رہے ہیں حضور ہم کو بلا رہے ہیں

یہ اولیاء کی ہی ہے کرامت کہ در وہ آقا کا کھل گیا ہے
جو روٹھے رب کو منا رہے ہیں حضور ہم کو بلا رہے ہیں

جو اس تمنا کا خون ہائے گلی گلی میں ہی بہہ گیا تھا
اسی میں عاشق نہا رہے ہیں حضور ہم کو بلا رہے ہیں

جدائی میں جو ہے وقت کاٹا وہ ہائے واللہ بہت کڑا تھا
وہ لمحے مجھ کو رلا رہے ہیں حضور ہم کو بلا رہے ہیں

مرے وہ محبوب ، میرے آقا وہ رہبر و دلبر و حسیں تر
بتول پھر یاد آ رہے ہیں حضور ہم کو بلا رہے ہیں

اگرچہ امت نے آہ ان کو بہت ہی رنج و الم دیا ہے
وہ دیکھو پھر بھی نبھا رہے ہیں حضور ہم کو بلا رہے ہیں

ساجدہ بتول

مسجد اقصیٰ اور بیت المقدس..... تاریخ، فضائل اور اہمیت

مولانا محمد اسماعیل ریحان صاحب

غزہ میں فلسطینیوں کے حالیہ قتل عام پر اسرائیل کے خلاف عالم اسلام میں شدید احتجاج جاری ہے مگر عملی طور پر مسلم سربراہوں نے کوئی ایسا قدم نہیں اٹھایا جسے اسرائیل کے مظالم کا جواب کہا جاسکے ۔حماس کی جرات وعزیمت نے مسئلہ فلسطین کو ایک بار پھر زندہ کر دیا ہے اور دنیا مشرق وسطی کی صورتحال کو شدید تشویش کی نگاہ سے دیکھ رہی ہے۔

اسرائیل کے قیام سے قبل ہی خونریزی اور مسلم کشی کا یہ سلسلہ شروع ہو چکا تھا جو اب عروج پر ہے۔ تقریباً ایک صدی سے جاری اس کش مکش کا محور بیت المقدس ہے جو یہود، نصاریٰ اور مسلم اُمہ تینوں کے نزدیک مقدس و محترم شہر ہے۔

شہر کا نام:

مسلمان اسے ”بیت المقدس“ کہتے ہیں۔اس کا فصیح تلفظ میم مفتوح، قاف ساکن اور دال مسور کے ساتھ ہے یعنی بیت المقدس“۔ تاہم اسے بَیْتُ الْمُقَدَّس“(میم مضموم اور دال مشدد کے ساتھ پڑھنا بھی درست ہے۔اس کے علاوہ اسے القُدُس یا القدس“ بھی کہا جاتا ہے، یعنی دال کو ساکن یا مضموم دونوں طرح پڑھنا صحیح ہے۔

(فتح الباری: ۳ ص ۶۴)

یہود و نصاری اسے یروشلم“ یا”جروشلیم“کہہ کر یاد کرتے ہیں۔ اس کے مضافات میں ”ایلیا“ نامی ایک بستی تھی۔اس کی مناسبت سے اس شہر کو ایلیاء بھی کہا جاتا رہا۔ اسے یروشلم کا نام بنی اسرائیل کے بعض انبیاء نے دیا تھا اور کہا تھا: اے اوری شلیم ! عن قریب گدھے پر سواری کرنے والا نبی تجھ میں داخل ہو گا اور اس کے بعد اونٹ پر سواری کرنے والا نبی آئے گا۔المنتظم لابن الجوزی ۱ص ۳۹۷

گدھے پر سواری کرنے والے نبی سے مراد حضرت عیسی علیہ السلام ہیں جبکہ اونٹ پر سواری کرنے والے نبی سے مراد رسول عربی ﷺ ہیں جن کی سرزمین میں زیادہ تر اونٹ پر سواری کی جاتی تھی۔ ختم الرسل ہی یہاں شب معراج میں تشریف لائے تھے۔

یروشلم کا مطلب، اسلام نگر:

اوری یا جیر و کا مطلب ہے ”شہر جبکہ شلیم “کا معنی ہے:”سلام۔

پس یروشلم کا مطلب ہوا: "شہر سلام" اس نام میں بھی اس جانب اشارہ ہے کہ یہ شہر سلامتی والے مذہب کا گہوارہ ہوگا اور بلاشبہ یہ مذہب اسلام ہے، اس لحاظ سے یروشلیم کا مطلب ہوا شہر اسلام یا اسلام نگر۔ الغرض انبیائے سابقین کی پیش گوئی بھی اسے اسلام اور مسلمانوں کا مرکز قرار دیتی ہے۔

اس شہر کے مقدس مقامات:

نصاری کے نزدیک یہاں مقدس مقام "چرچ قمامہ" ہے۔ نصاری کے مطابق اس چرچ کے احاطے میں حضرت عیسیٰ کی مرقد ہے جو دنیا کا متبرک ترین مقام ہے۔

یہود کے نزدیک اس شہر کے مقدس مقامات "صخرہ مقدسہ" اور "ہیکل سلیمانی" ہیں۔ یہود کے مطابق بازنطینیوں نے جس عمارت کو تباہ کیا تھا، وہ ہیکل سلیمانی یعنی حضرت سلیمان علیہ السلام کا محل یا دربار تھا اور اس کی بنیادیں مسجد اقصیٰ کے نیچے ہیں۔ یعنی یہود کے مطابق مسلمانوں نے مسجد کو ان کے مقدس مقام کے اوپر بنا رکھا ہے۔ اس لیے وہ مسجد کو منہدم کر کے وہاں ہیکل سلیمانی تعمیر کرنا چاہتے ہیں۔

مسلمانوں کے نزدیک یہاں کے مقدس مقامات یہ ہیں:

(۱) صخرہ (چٹان) جس پر سنہرے گنبد والی عمارت بنو امیہ کے دور میں تعمیر کی گئی تھی، نہایت مقدس ہے۔

(۲) مسجد اقصیٰ کا ۱۳۵ ایکٹر کا احاطہ اور اس میں موجود انبیائے کرام کی مختلف یادگاریں بھی مقدس ہیں۔

مسلمانوں اور نصرانیوں کا اختلاف بیت المقدس شہر کی تولیت پر ہے اگرچہ شہر کے اندر ان کے مقدس مقامات الگ الگ ہیں۔ جبکہ مسلمانوں اور یہودیوں کے درمیان شہر کے علاوہ خاص مسجد اقصیٰ کی تولیت بھی مختلف فیہ ہے اور ہر ایک اسے اپنے مذہبی میراث سمجھتا ہے، اس حوالے سے یہاں مسلمان اور یہودیوں کا اختلاف نہایت شدید ہے۔

اولین تعمیر:

یہود و نصاری کے نزدیک مسجد اقصیٰ کی بنیاد حضرت یعقوب علیہ السلام نے رکھی تھی۔ وعند اھل الکتاب ان یعقوب علیہ السلام ھو الذي اسس المسجد الاقصی.
البدایة والنھایة: ۱ص۳۵، ط دار ھجر

مسلمانوں کے ہاں مسجد اقصیٰ کے بانی کے بارے میں چار اقوال ہیں:

(۱) حضرت سلیمان علیہ السلام۔ (۲) حضرت یعقوب علیہ السلام۔ (۳) حضرت ابراہیم علیہ السلام۔ (۴) حضرت آدم علیہ السلام یا ان کے بیٹے۔

حضرت سلیمان علیہ السلام کے مسجد بیت المقدس تعمیر کرنے کا ذکر ایک صحیح حدیث میں ہے۔ اس کے مطابق حضرت سلیمان علیہ السلام نے جب بیت المقدس کی تعمیر مکمل کی تو اللہ تعالی سے چند خاص دعائیں کیں۔ عن عبد اللہ بن عمرو، عن رسول اللہ صل اللہ علیہ وسلم ان سلیمان بن داود صل اللہ علیہ وسلم لما بنی بیت المقدس سئل اللہ عز وجل خلالا ثلاثة... الخ (سنن النسائي، ح: ۶۹۳ فضل المسجد الاقصی۔ سنن ابن ماجة، ح: ۱۴۰۸ باب ماجاء في الصلاة في مسجد بيت المقدس) صححه الحافظ ابن حجر (فتح الباري (۶ ص ۴۰۸)

مگر محققین نے وضاحت کی ہے کہ یہ مسجد اقصیٰ کی اولین تعمیر نہ تھی بلکہ تجدید اور توسیع تھی۔

رب کو پکاریں

قلم: فاطمہ سعید الرحمٰن

انسان کی فطرت میں ہے کہ وہ مشکلات اور پریشانیوں میں اللہ تعالیٰ کو پکارتا ہے جیسا کہ اللہ تبارک وتعالیٰ کا ارشاد ہے: جب انسان کو تکلیف پہنچتی ہے تو اپنے رب کو پکارتا ہے اور دل سے اس کی طرف رجوع کرتا ہے۔ (سورۃ الزمر:۸) حضور اکرم ﷺ نے فرمایا: دُعا عبادت کی روح اور اس کا مغز ہے۔ (ترمذی) اور فرمایا: دُعا عین عبادت ہے۔ (ترمذی) اللہ تعالیٰ نے انبیاء کرام وصالحین کی دعاؤں کا ذکر اپنے پاک کلام (قرآن کریم) میں متعدد مرتبہ فرمایا ہے۔

ہر شخص محتاج ہے اور زمین آسمان کے سارے خزانے اللہ تعالیٰ ہی کے قبضہ میں ہیں، وہی سائلوں کو عطا کرتا ہے، ارشاد باری ہے: اللہ بے نیاز ہے اور تم سب محتاج ہو۔ (سورۃ محمد:۳۸) انسان کی محتاجی اور فقیری کا تقاضہ یہی ہے کہ بندہ اپنے مولیٰ سے اپنی حاجت وضرورت کو مانگے اور اپنے کسی بھی عمل کے ذریعہ اللہ سے بے نیازی کا شائبہ بھی نہ ہونے دے کیونکہ یہ مقام عبدیت اور دعا کے منافی ہے۔ اللہ معبود ہے سب دینے والی ذات ہے سب عطا کرنے والا ہے۔ ہر قسم کا فیصلہ کرنے والا ہے۔ دعا بلند آواز سے نہیں دل کے تڑپ سے قبول ہوتی ہے۔ رب سے ہی جوتے کے تسمہ سے لے کر اعلیٰ مقام تک ہر شئ کی طلب ہو دین کے ساتھ خیر کی دنیا مانگی جائیں، کلمہ والی موت کے ساتھ پر سکون زندگی مانگی جائیں۔

اور پختہ یقین کے ساتھ رب سے مانگا جائیں تو رب کریم ہمیں اپنے خزانوں سے عطا فرمائیں گے۔ ہمیشہ دنیا کے معاملے میں خیر وعافیت مانگا جائیں۔

دعا مانگتے وقت اپنے گناہوں کو یاد کرنا، اللہ کا خوف طاری ہونا، بے اختیار رونا آجانا، بدن کے روئیں کھڑے ہو جانا، اس کے بعد اطمینان قلب اور ایک قسم کی فرحت محسوس ہونا، بدن ہلکا معلوم ہونے لگنا، گویا کندھوں پر سے کسی نے بوجھ اُتار لیا ہو۔ جب ایسی حالت پیدا ہو تو اللہ کی طرف خشوع قلب کے ساتھ متوجہ ہو کر اس کی خوب حمد وثنا اور درود کے بعد اپنے لئے، اپنے والدین، رشتہ داروں، اساتذہ اور مسلمانوں کے لئے گڑ گڑا کر دُعا کریں۔ انشاء اللہ اس کیفیت کے ساتھ کی جانے والی دعا ضرور قبول ہو گی۔ دعا کی قبولیت میں جلدی نہیں کرنی چاہئے کیونکہ دعا کی قبولیت کا وقت معین ہے اور نا اُمید بھی نہیں ہونا چاہئے اور یوں نہیں کہنا چاہئے کہ میں نے دعا کی تھی مگر قبول نہ ہوئی، اللہ تعالیٰ کے فضل سے نا امید ہونا مسلمان کا شیوہ نہیں۔ دعا کی قبولیت میں اللہ تعالیٰ کبھی کبھی مطلوب سے بہتر کوئی دوسری شئ انسان کو عطا فرماتا ہے، یا کوئی آنے والی مصیبت دور کر دیتا ہے۔

دعا کے فائدے

ابو محمد

دعا ایک عظیم عمل ہے جو انسان کو روحانی، جسمانی، اور معاشرتی بہتری میں مدد فراہم کرتا ہے۔ دعا کے فائدے گنے جاتے ہیں:

روحانی تسکین:

دعا کا عمل انسان کو روحانی تسکین دیتا ہے۔ اللہ سے مدد مانگنا اور اپنے دل کی باتیں بیان کرنا انسان کو دل کی چین اور اطمینان فراہم کرتا ہے۔

سکونِ قلب:

دعا انسان کے دل کو سکون و آرام دیتی ہے۔ جب انسان اللہ کی حفاظت میں رہتا ہے اور اپنے مشکلات کو اس پر چھوڑ دیتا ہے، تو اس کا دل امن و سکون سے بھر جاتا ہے۔

دینی اور معاشرتی بہتری:

دعا انسان کو نیکیوں کی راہوں پر چلنے کی توجیہ دیتی ہے۔ یہ شخص کو دوسروں کے لئے دعا کرنے کی عادت ڈالنے میں مدد فراہم کرتا ہے، جو معاشرتی بہتری کی راہوں میں اہم ہے۔

ذہانتوں کی بڑھوتری:

دعا انسان کی ذہانتوں اور مہارتوں میں بڑھوتری پیدا کرتا ہے۔ جب انسان خود کو اللہ کے حفاظت میں رکھتا ہے اور دوسروں کے بھلے کے لئے دعا کرتا ہے، تو اللہ اسے اچھے کاموں میں کامیابی دینے میں مدد فراہم کرتا ہے۔

دل کی پاکیزگی:

دعا انسان کے دل کو صاف اور پاک رکھتی ہے۔ اللہ سے مغفرت چاہنا اور گناہوں کی معافی مانگنا انسان کو اچھے اخلاقی اقدار کی طرف مائل کرتا ہے۔

حکمت و فہم:

دعا انسان کو حکمت و فہم میں بڑھوتری دیتی ہے۔ اللہ سے راہنمائی اور دانائی کی تمنا کرنا انسان کو صحیح فیصلوں کے لئے راہنمائی حاصل کرتا ہے۔

صحت و تندرستی:

دعا انسان کو صحتمند رہنمائی میں مدد فراہم کرتی ہے۔ اللہ سے صحت و تندرستی کی دعا کرنا انسان کو بیماریوں سے حفاظت میں رکھتا ہے اور اچھی صحت کی طرف راہنمائی دیتا ہے۔

حوصلہ و اعتماد:

دعا انسان کو حوصلہ اور اعتماد بڑھانے میں مدد فراہم کرتی ہے۔ اللہ سے مدد مانگنا اور اس کی بھرم میں رہنا انسان کو مشکلات کا سامنا کرنے میں مدد فراہم کرتا ہے۔

خیرات و برکت:

دعا انسان کو اللہ سے خیرات اور برکت کی تمنا کرنے میں مدد فراہم کرتی ہے۔

طیبہ کے طبیب صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم

عذرا خالد (ام عمر) کراچی

دین اسلام مکمل ضابطہ حیات دیتا ہے اسلام میں صحت مند زندگی گزارنے کے اصول وضوابط بھی بیان کئے گئے ہیں۔ رب تعالیٰ نے انسان کو عالم امر اور عالم خلق دونوں میں پیدا کیا ہے۔

اس کو بہت خوبصورت انسانی شکل اور وضع قطع کے ساتھ ساتھ شعور جیسی نعمت سے نوازا۔ اس کو علم جیسی بے بہا نعمت دے کر اشرف المخلوقات کے درجے پر فائز کیا۔

انسان کو اپنی بہترین مخلوق بنانے والا خالق یہ چاہتا ہے کہ انسان اپنی جسمانی خوبصورتی اور شعور کو برقرار رکھے اس کے لئے اللہ تعالیٰ نے ہر دور میں دنیا کے ہر حصے میں اپنے نبی اور پیغمبر لوگوں کی اخلاقی تعلیمات کے ساتھ ساتھ صحت مند زندگی گزارنے کے پیغام کے ساتھ لوگوں کی تربیت کے لئے مقرر فرمائے۔

جب نبی ﷺ کو دنیا میں معبوث فرمایا گیا تو اس دور میں سارا عالم بالعموم اور عرب دنیا بالخصوص طب یا طبی علم سے ناواقف تھی بلکہ اس پر اعتقاد کو دین کی ضد تصور کیا جاتا تھا۔

سب سے پہلے نبی ﷺ نے طب، دوا اور مرض کے تدارک کے لئے اللہ تعالیٰ کے بتائے ہوئے طبی طرز علاج کو اپنانے کی تلقین فرمائی۔

یہ طبی علاج اپنے جسم کی صفائی سے شروع کیا۔

اپنے جسم کے اعضاء اور دانتوں کو دن میں کم از کم پندرہ دفعہ دھونا اور ہفتہ میں ایک دفعہ نہانا۔

کھانے پینے کی اشیاء کو ڈھک کر رکھنا، صاف پانی استعمال کرنا رات کا کھانا جلدی کھانا ان جیسے بہت سے اصول نبی رحمت صلی اللہ علیہ وسلم اج سے ساڑھے چودہ سو سال اپنی امت کو بتا کر گئے ہیں۔ اج کی جدید سائنس یا جدید طریقہ علاج ان کو بیان کرتا نظر اتا ہے۔

رب العزت قرآن مجید میں فرماتا ہے کہ ہم نے نبی محترم ﷺ کو علم اور حکمت سکھادی ہے۔ کسی چیز کے بارے میں اس کا بنانے والا ہی جان سکتا ہے اس کے علاوہ اور کون جان سکتا ہے۔ بنانے والا علیم بھی ہے اور حکیم بھی۔ جس ذات اعلیٰ ﷺ نے براہ راست اپنے خالق حقیقی سے علم حاصل کیا اس کی قابلیت کیا اعلیٰ وارفع ہوگی۔

قرآن کریم ہدایت کے ساتھ ساتھ بیماریوں سے نجات اور شفا کا بھی زریعہ ہے۔ رب تعالیٰ قران کریم میں سورہ یونس میں فرماتے ہیں!

تمہارے پاس تمہارے رب کی طرف سے ہدایت کا ایک خزانہ آگیا ہے۔ جس میں سینے میں پائی جانے والی تمام بیماریوں کے لئے شفا ہے۔

اس آیت ربانی کو سمجھنے سے اندازہ ہوتا ہے کہ قرآن کریم میں سینے کے تمام مسائل چاہے وہ جسمانی ہوں یا نفسیاتی تمام بیماریوں کا مکمل اور شافی علاج موجود ہے۔ قرآن

کریم تو ہم کو یہ نوید دے رہا ہے کہ یہ کتاب سینے کے مسائل سے شفا حاصل کرنے کا ذریعہ ہے اور ہم اس سے مراض صدر کا علاج تلاش کریں۔

ہمارے پیارے نبی ﷺ کا ارشاد ہے کہ!

جب تم متعدی بیماریوں کے مریضوں سے بات کرو تو اپنے اور ان کے درمیان ایک سے دو تیر کے برابر فاصلہ رکھا کرو۔

ناک کی اکثر بیماریوں کا علاج طب نبوی ﷺ میں مل جاتا ہے۔ یہ علاج اسان، سادہ اور کم خرچ ہونے کے ساتھ یقینی شفا بھی دیتا ہے۔

ناک کی تمام بیماریوں کے لئے ایک بڑا چائے کا چمچ شہد صبح نہار منہ اور شام میں عصر کے وقت ابلتے ہوئے پانی میں ملا کر پینے سے آرام آتا ہے اس کے علاوہ رات کو چائے کی طرح گرم پانی میں ایک چمچ شہد ملا کر پینے سے آرام ملتا ہے۔ اس کے ساتھ ہی طب نبوی ﷺ میں شہد کے ساتھ زیتون کے تیل کا بڑا چمچ پینے کا بھی کہا گیا ہے اس طریقہ علاج سے اکثر مریض ایک ہفتہ زیتون کا تیل استعمال کرنے سے شفایاب ہو جاتے ہیں۔

نبوی ﷺ کا علاج کرنے سے پہلے دو نفل نماز اور درود شریف پڑھ لینا زیادہ اجر و ثواب حاصل کرنے کا ذریعہ ہے۔

اس بات پر یقین کامل ہونا چاہیے رب العزت نے زمین پر کوئی ایسی بیماری نہیں اتاری جس کا علاج نہ ہو۔ جب دوا کے اثرات بیماری کی ماہیت کے حساب سے ہوتے ہیں تو اللہ تعالیٰ کے حکم سے مریض شفایاب ہو جاتے ہیں۔

اللہ تعالیٰ ہم سب کو اللہ تعالیٰ کے احکامات پر اور نبی ﷺ کی تعلیمات پر عمل کرنے والا بنا دے۔

خواتین کے مسائل

مفتی محمد عقیل منیر دارالافتاء الاخلاص

سوال: آج کل عورتیں بہت باریک لباس پہنتی ہیں جس سے اکثر اوقات ان کے جسم کی رنگت جھلکتی ہے تو کیا عورتوں کا ایسے باریک کپڑے میں نماز پڑھنا درست ہے؟

عورت کا باریک کپڑوں میں نماز پڑھنا

الجواب حامدا ومصلیا۔۔۔

واضح رہے کہ عورت کا ایسے باریک کپڑے میں نماز پڑھنا جس سے اس کے بدن کی رنگت نظر آئے، درست نہیں ہے، البتہ اگر وہ ان کپڑوں کے اوپر ایسی موٹی چادر اوڑھ لے جس سے جسم کی رنگت نظر نہ آئے تو ایسی صورت میں اس کی نماز درست ہو جائے گی۔

الھندیہ: (۵۸/۱)وبدن الحرة عورة إلا وجهها وكفيها وقدميها۔

سوال: کیا مڈل سکول میں لڑکے اور لڑکیاں ایک ساتھ کھیل کود اور پڑھائی کر سکتے ہیں اور کیا ایک دوسرے کا لباس پہن سکتے ہیں؟

مڈل اسکول میں لڑکے لڑکیوں کا ایک ساتھ پڑھنا اور کھیل کود کرنا اور لڑکے لڑکیوں کا ایک دوسرے کا لباس پہننا

الجواب حامدا ومصلیا۔۔۔

(۱)واضح رہے کہ بالغ یا قریب البلوغ لڑکیوں پر شرعی تعلیمات کی روشنی میں پردے کا اہتمام کرنا ضروری ہے اور پردے کا اہتمام نہ کرنے والوں کے لیے احادیث مبارکہ میں سخت ترین وعیدیں آئی ہیں، نیز حدیث شریف میں دس سال کی عمر ہونے پر بچوں کے بستر الگ کرنے کا حکم دیا گیا ہے، اس سے معلوم ہوتا ہے کہ بچے بچیاں جب تک چھوٹے ہوں، ان کا ایک ساتھ تعلیم حاصل کرنا درست ہے، لیکن جب وہ بالغ ہو جائیں یا قریب البلوغ ہوں تو ان کو ایک ساتھ تعلیم نہیں حاصل کرنی چاہیے۔

لہٰذا پوچھی گئی صورت میں مڈل اسکول میں بڑی عمر کے لڑکے لڑکیوں کو اکھٹے پڑھنے اور کھیل کود سے اجتناب کرنا چاہیے، جبکہ چھوٹی عمر کے بچے بچیاں ایک ساتھ پڑھ سکتی ہیں، تاہم بہتر یہ ہے کہ ابتداء سے ہی بچے بچیوں کے نظام تعلیم کو الگ کر دیا جائے اور بچوں کی تعلیم کے لیے ایسے اداروں کا انتخاب کیا جائے جہاں مخلوط تعلیمی نظام نہ ہو۔

(۲)حدیث شریف میں مردوں اور عورتوں کو ایک دوسرے کا لباس پہننے کی سخت ممانعت آئی ہے، جیسا کہ ایک حدیث پاک میں ہے:

"عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ: لَعَنَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الرَّجُلَ يَلْبَسُ لِبْسَةَ الْمَرْأَةِ، وَالْمَرْأَةَ تَلْبَسُ لِبْسَةَ الرَّجُلِ. (سنن أبي داؤد: حديث نمبر: ٤١٠٠)

ترجمہ: حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ: "اللہ کے رسول ﷺ نے ایسے مرد پر لعنت کی ہے جو عورت جیسا لباس پہنے اور ایسی عورت پر لعنت کی ہے جو مرد جیسا لباس پہنے"۔

لہٰذا بالغ لڑکے لڑکیوں کو ایک دوسرے کا لباس پہننے سے

احتراز کرنا لازم ہے اور اگر نابالغ بچے بچیاں بلا ضرورتِ شدیدہ ایسا کرتے ہوں تو انہیں بھی منع کرنا چاہیے۔

سنن أبي داود:(رقم الحدیث:۴۹۵)

سوال: اگر کوئی خاتون دوسرے سجدے کے بعد پیروں کو گھسیٹ کر قیام طرف لے کر جائے یا پیروں کو اٹھالے تو کیا اس کی اجازت ہے؟ کیونکہ میں نے بہت سی خواتین سے سنا ہے کہ پیروں کو دوسرے سجدے کے بعد اٹھانے سے نماز ٹوٹ جاتی ہے، قیام میں جانے کے لیے پیروں کو گھسیٹ کر قیام کی طرف جانا چاہیے۔ براہ کرم رہنمائی فرمادیجیے۔

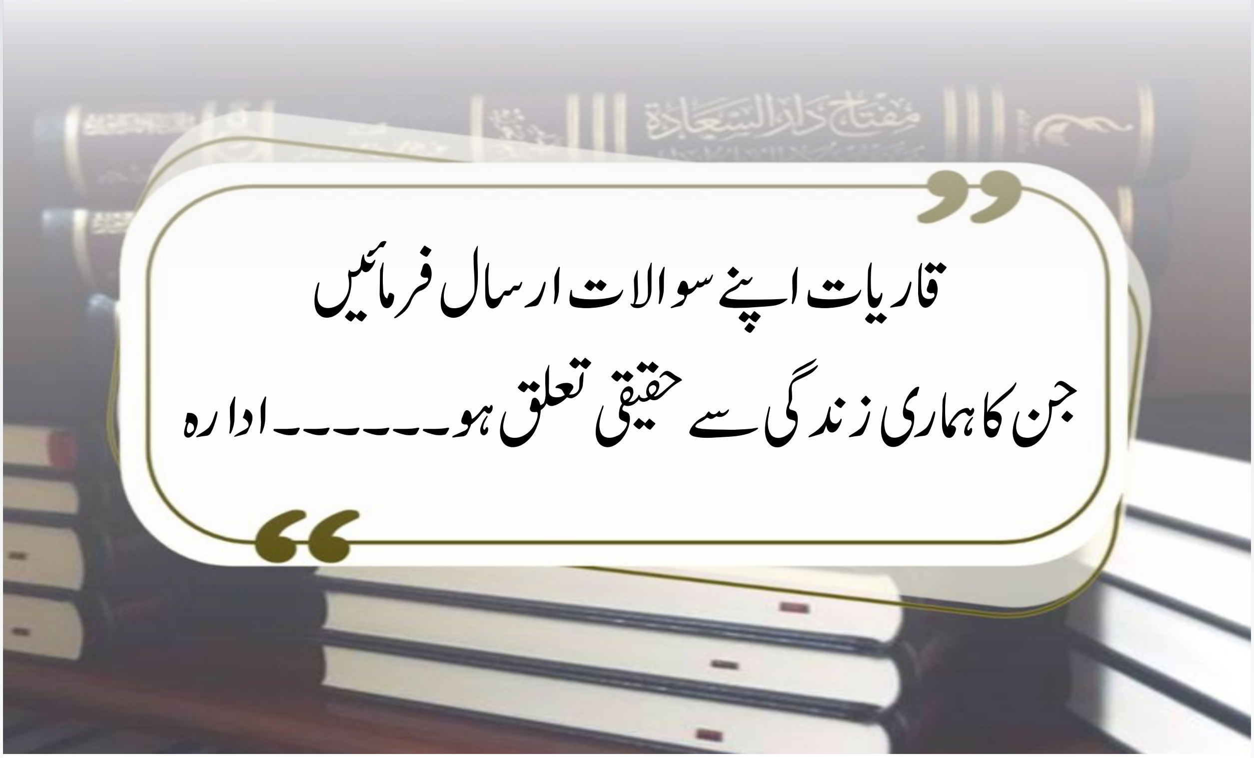
خواتین کے لیے دوسرے سجدے سے قیام کی طرف جانے میں پیر اٹھانے کا طریقہ

الجواب حامداومصلیاً۔۔۔

خواتین کے لیے دوسرے سجدے کے بعد قیام کی طرف جانے کا بہتر طریقہ یہ ہے کہ دونوں پاؤں گھسیٹ کر قیام کی طرف لے جائیں، کیونکہ خواتین کے لیے نماز میں ستر کا زیادہ سے زیادہ اہتمام کرنے کا حکم ہے، جو اس طریقے میں زیادہ ہے، البتہ اگر خواتین دوسرے سجدے کے بعد مردوں کی طرح پیروں کو اٹھائیں، تب بھی نماز ہو جائے گی، لیکن اس میں چونکہ پہلے طریقے کی بنسبت ستر کا اہتمام کم ہے، لہذا اس طریقے کے بجائے پہلے طریقے سے نماز پڑھنا زیادہ بہتر ہے۔

الدر المختار:(۱/۵۰۴،ط:سعید)(والمرأة تنخفض)فلا تبدي عضديها(وتلصق بطنها بفخذيها)لأنه أستر

واللہ تعالیٰ اعلم بالصواب دارالافتاء الاخلاص، کراچی



بدلتے رنگ اور بدلتی سوچ

عمارہ فہیم

مائرہ اسکول سے واپس آکر اپنا بیگ اور بچوں کے امتحانی پرچے ایک طرف رکھ کر کھانے اور نماز سے فارغ ہو کر بیٹھی تھی کہ امی کی آواز سنائی دی۔ "تمہیں معلوم ہے! ایسا بل پاس ہونے والا ہے جو بہت خطرناک اور بہت عجیب سا ہے۔" "آپ کو یہ کس نے کہا!

مائرہ نے ماں سے پوچھا۔" ابھی تمہارے موبائل پر ہی ایک بیان سن رہی تھی اس میں مولانا صاحب بتا رہے تھے، تم لوگ مجھے کچھ بتاتے کب ہو۔" ماں نے خفگی سے کہا۔" تو امی! اسی لئے تو نہیں بتاتے کہ آپ پریشان ہو جاتی ہیں، پھر آپ کی طبیعت خراب ہو جاتی ہے۔"

مائرہ نے مسکراتے ہوئے کہا۔" اچھا اچھا! اب بتاؤ ایسا کچھ ہو رہا ہے کیا؟" ماں بھی اب تک فکر مند تھیں۔" آپ اس معاملے کو جانے بغیر چھوڑیں گی نہیں۔"

امی دیکھیں! سب سے پہلے تو یہ سمجھ لیں کہ یہ بل پاس نہیں ہونے والا بلکہ پاس تو کیا جا چکا تھا، لیکن اس کے نقصانات اور اس سے پیدا ہونے والے مسائل جب واضح طور پر سامنے آنے لگے تو مشتاق احمد صاحب نے اس بل کے خلاف ترمیم کے لئے درخواست جمع کروائی ہے، جس کا اکتوبر کے مہینے میں فیصلہ سنایا جائے گا، اب تمام لبرل جماعتیں اور یہودی تنظیمیں اس کوشش میں ہیں کہ اس ترمیم کے بل کو ریجیکٹ کر دیا جائے اور ٹرانس جینڈر کا یہ ایکٹ مضبوطی کے ساتھ باقی رہے۔"

مائرہ نے مختصر انداز میں جب ماں کو یہ بتایا کہ بل تو کب کا پاس کیا جا چکا ہے تو ماں حیران و پریشان انداز میں اسے دیکھنے لگیں۔"کیا کہا تم نے کہ بل پاس کیا جا چکا ہے۔؟" "جی امی! تین سال پہلے ۲۰۱۸ میں یہ پاس ہو کر قانون کی حیثیت بھی اختیار کر چکا ہے، جیسے کہ میں نے آپ کو بتایا کہ جب اس کے نقصانات کا اندازہ ہوا تو مشتاق احمد صاحب نے ۱۵ نومبر ۲۰۲۱ میں اس ایکٹ کے خلاف ترمیم کا بل پیش کیا۔" یہ ٹرانس جینڈر بے حیائی کو فروغ دینے اور اللہ کے عذاب کو کھلے عام چیلنج دینے جیسا ہے۔ دیکھیں! میں آپ کو بتاتی ہوں، اس ایکٹ میں ٹرانس جینڈر کی تین تعریفیں پیش کی گئیں، جن میں سے پہلی تعریف تو درست ہے مگر اس کے لئے لفظ ٹرانس جینڈر نہیں بلکہ انٹر سیکس یا ہرمافروڈائٹ استعمال کیا جاتا ہے، اور باقی دو تعریفیں تو سراسر غلط ہیں۔

پہلی تعریف میں یہ کہا گیا ہے کہ؛ وہ شخص جس کے اعضاء میں پیدائشی صنفی ابہام ہے، وہ ٹرانس جینڈر ہے۔ دوسری تعریف یہ کی گئی کہ وہ مرد جو مکمل طور پر مرد ہے مگر کسی وجہ سے جیسے ایکسیڈنٹ وغیرہ کی وجہ سے وہ مردانہ صلاحیت سے محروم ہو گیا ہو۔ (جبکہ وہ مکمل طور پر مرد ہے، اس کی صلاحیت، احساسات، جذبات بائیولوجیکل ساخت مردانہ ہے تو ایسے شخص کو ٹرانس جینڈر نہیں کہا جائے

گا۔) تیسری تعریف یہ کی گئی کہ کوئی بھی مرد یا عورت جو پیدائشی طور پر مکمل مرد یا عورت ہو اور کسی بیماری، ڈپریشن وجہ سے اپنی جنس سے ناخوش ہو تو اسے بھی اس ایکٹ میں ٹرانس جینڈر کہا گیا۔(جبکہ یہ بھی مکمل طور پر مرد یا عورت ہے تو اسے بھی ٹرانس جینڈر نہیں مانا جائے گا۔)

آسان لفظوں میں اگر میں کہوں تو اس ٹرانس جینڈر کا مطلب ہے کہ کوئی مرد خود کو عورت اور عورت خود کو مرد کہے تو قانون اسے نہیں روکے گا، نا اس کا چیک اپ و ڈاکٹری معائنہ ہو گا، بلکہ اس کے کہنے اور اس کی خواہش کے مطابق اسے مرد یا عورت لکھ دیا جائے گا۔ اور اس ایکٹ کا اصل مقصد ہم۔ جنس پرستی کو فروغ دینا ہے۔ اور جب ایسا ہو گا تو اللہ کے عذاب سے کیسے بچیں گے۔

"اللہ رب العزت نے واضح فرمایا ہے: لتاتون الرجال شہوۃ ہم جنس پرستی میں پڑ کر حد سے تجاوز نہ کرو۔

مائرہ کی آواز میں درد تھا۔" استغفر اللہ! اللہ کے بندے نسلوں کو اور کیسے کیسے حربوں سے برباد کریں گے، اللہ ایسے لوگوں کے شر سے سب کو بچائے آمین۔"

ماں نے تڑپ کر دعا کی۔"امی! جانتی ہیں" قوم لوط اسی فعل بد میں مبتلا تھے، ان کے مرد مردوں سے تعلقات بنانے اور عورتیں عورتوں کے ساتھ تعلق بنانے کو پسند کیا کرتیں، یہ وہ قوم تھی جنہیں تین دن تک کی مہلت بھی نہ دی گئی بلکہ سیدھا عذاب بھیجا گیا۔

اللہ نے قرآن میں فرمایا: فجعلنا عالیھا سافلھا وامطرنا علیھم حجارۃ من سجیل ، ان فی ذلک لایات للمتوسمین ، وانھا لبسبیل مقیم۔ پھر ہم نے ان بستیوں کو الٹ کر ان کے اوپر والے حصہ کو نیچے کر دیا، اور ان لوگوں پر کنکر، پتھر برسائے اس واقعہ میں اہل بصیرت کے لئے بہت سی عبرتیں ہیں اور ان کی بستیاں لبِ سڑک واقع ہیں۔

ماں بیٹی اپنی باتوں میں مصروف تھیں کے پیچھے سے دروازے کے قریب کھڑی مائرہ کی کزن سحر جو کچھ دیر پہلے ہی بچوں کے بنائے ہوئے سینڈوچ چچی اور مائرہ کے لئے لے کر آ رہی تھی کہ مائرہ کی آواز سن کر وہیں رک گئی اور بالآخر ہچکیوں سے رونے لگی۔

"سحر! کیا ہوا؟ رو کیوں رہی ہو؟ اور تم کب آئیں؟ کیا ہوا ہے کچھ تو بولو۔" سحر کی ہچکیوں کو سن کر مائرہ اور چچی جب متوجہ ہوئی تو پریشان ہو گئیں کہ آخر اسے کیا ہوا۔

"مائرہ آپی! میں نے آپ کی اور چچی کی ساری باتیں سن لیں، آپ کو معلوم ہے میں جب بھیا اور چھوٹو کو دیکھتی تھی نا! تو یہی سوچتی تھی کہ ان کے کتنے مزے ہیں اپنی مرضی سے جو دل چاہے کریں، ایک ہم لڑکیاں ہیں، سارے ظلم ہم پر ہی ہوتے ہیں، اور پھر میں کہتی تھی کہ کاش میں لڑکا ہوتی یا کسی طرح لڑکا بن جاتی۔"

سحر کے رونے میں شدت آ گئی تھی، مگر مائرہ نے اسے رونے دیا تاکہ پہلے وہ اپنے اندر کا غبار نکال کر ہلکی پھلکی ہو جائے اور پھر بعد میں اس میں کچھ ڈالا جائے کیونکہ بھرے برتن میں کبھی کچھ ٹھہرتا نہیں ہے۔

"مگر آپ کی ساری باتیں سن کر مجھے اپنی سوچ پر

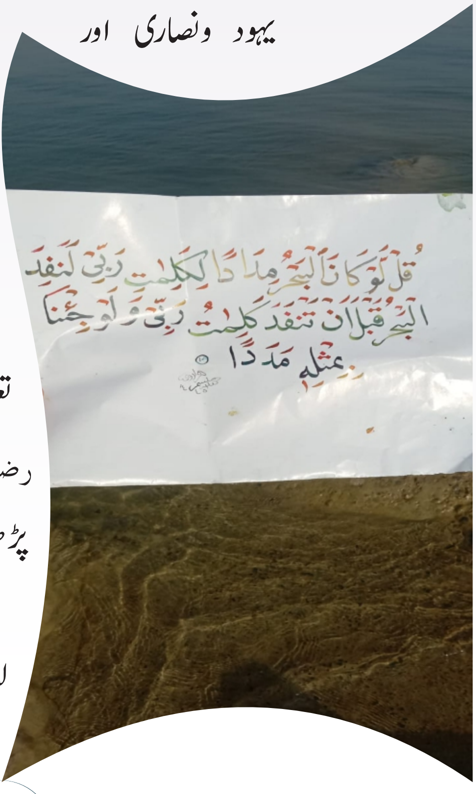
افسوس ہو رہا ہے، بلکہ مجھے تو ڈر لگ رہا ہے کہ اللہ تعالیٰ مجھ سے کتنے ناراض ہوتے ہوں گے اور مجھے کہیں سزا تو نہیں مل جائے گی اب۔" سحر روتی جا رہی تھی اور اپنے دل کا بوجھ ہلکا کرتی جا رہی تھی، جب اس کے رونے میں کچھ کمی ہوئی تو مائرہ نے اسے پہلے پانی پلایا، منہ صاف کیا اور پھر گویا ہوئی۔

"دیکھو چھوٹی! پہلے تو تم یہ سمجھ لو کہ اللہ تعالیٰ اپنے بندوں سے بہت پیار کرتے ہیں وہ کبھی اپنے بندوں پر ظلم نہیں کرتے ، یہ ہم ہی ہوتے ہیں جو اللہ تعالیٰ کو غصہ دلاتے ہیں، ناراض کرتے ہیں، مگر اللہ رب العزت پھر بھی اپنی رحمت و مغفرت کے دروازے ہمارے کھول کر رکھے ہوئے ہیں، اور جب ہمیں اپنی غلطی کا احساس ہو جائے اور سچے دل سے اللہ تعالیٰ سے معافی مانگ لیں آئندہ وہ کام نہ کرنے کا عزم بھی کر لیں تو اللہ تعالیٰ ہمیں معاف بھی کرتے ہیں اور ہمیں ان شاء اللہ اجر و ثواب بھی دیں گے۔

دوسری بات یہ کہ اللہ تعالیٰ ہمارے خالق ہیں، مالک ہیں وہ ہمارے لئے ہر ایک سے بلکہ ہم سے بھی زیادہ ہمیں جانتے ہیں اور ہمارے لئے کیا صحیح ہے اور کیا غلط سب جانتے ہیں، وہ جانتے ہیں کسے لڑکا بنانا ہے، کسے لڑکی، کس کو کیا دینا ہے اور کس کو کیا۔ اللہ نے اگر کسی کو لڑکا بنایا ہے تو اس میں اس کے لئے بہت سی خیریں پوشیدہ ہوں گی، ظاہر ہے لڑکا نعمت ہے، ایک مرد سربراہ ہوتا ہے، اللہ نے مرد کو قوی بنایا کیونکہ اس کے سپرد بہت سی ذمہ داریاں کیں، اسی طرح ایک لڑکی رحمت ہوتی ہے، اللہ نے اسے نازک بھی بنایا اور چٹانوں سے زیادہ مضبوط بھی، گھر بار کو دیکھنا، بچوں کی پیدائش سے پرورش تک مشقت کو کس طرح اعلیٰ ظرفی سے ایک عورت پورا کرتی ہے یہ کسی اور کے بس کی بات نہیں۔

یہود ونصاری اور اسلام دشمن ذہن والوں کو اسلامی نظام بھلا نہیں لگتا، ان کا بس نہیں چلتا کہ کس طرح مسلمان نسلوں کو تباہی و برباد کر دیں، اور کم عقل لوگ ان کی سازش کو پہچانتے نہیں بلکہ ان کا شکار ہو جاتے ہیں، اور معاشرے میں پھیلتے اس بدبودار محلول سے لوگوں کے رنگوں کے ساتھ سوچیں بھی بدلتی جاتی ہیں اور پھر ایک بھیانک روپ اختیار کر لیتی ہیں۔ اس لئے ہر وقت اللہ تعالیٰ سے خیر مانگنی چاہئے اور اللہ سے ہر وقت راضی رہنا چاہئے۔ دعا ہے نا! رضیت باللہ ربا و بالاسلام دینا و بمحمد نبیا صلی اللہ علیہ وسلم "اس دعا کو بھی پڑھنا چاہئے۔"

سحر نے اطمینان سے مائرہ کی بات سنی اور اللہ تعالیٰ سے معافی مانگ کر لوگوں کو اس سازش سے آگاہ کرنے کی نیت کی۔



موسم سرما کیلئے بیوٹی ٹپس

سردیوں کی آمد کے ساتھ ہی ہوا میں نمی کا تناسب کم ہو جاتا ہے جس کا اثر ہماری جلد پر پڑتا ہے اور جلد کھردری اور خشک ہونے کے ساتھ پھٹنے لگتی ہے۔ماہرین کے مطابق سرد موسم میں جلد کی حفاظت پر تھوڑی سی توجہ دے کر اس کی خوبصورتی اور نکھار میں اضافہ کیا جاسکتا ہے۔

ہاتھوں اور پیروں کی حفاظت

جن لوگوں کی جِلد نازک ہوتی ہے، سردی کے موسم میں ان کے ہاتھوں اور پیروں کی جِلد بہت زیادہ اترنے لگتی ہے اور ایڑیوں کے پھٹنے جیسے مسائل در پیش آتے ہیں۔ اس کیلئے ایک گلاس عرق گلاب میں دو بڑے چمچ گلیسرین اور ایک بڑے لیموں کا رس ملا کر کسی بوتل میں محفوظ کر لیں، پھر رات کو سوتے وقت اس سے مساج کریں اور صبح دھو کر کوئی اچھا سا لوشن لگائیں۔ اس کے علاوہ پانی کا کام کم کریں یا پھر دستانے استعمال کریں۔

نیم گرم پانی

ہم جانتے ہیں کہ سرد موسم میں غسل کرنے کے لیے ہر ایک کی خواہش یہ ہوتی ہے کہ تیز گرم پانی کا استعمال کیا جائے۔ لیکن اگر آپ کو اپنی جِلد سے محبت ہے تو تیز گرم پانی سے غسل یا چہرہ دھونے کے بجائے نیم گرم پانی کا استعمال کریں اور غسل کا دورانیہ ۱۰ منٹ سے زیادہ نہ ہو۔ زیادہ گرم پانی جِلد کے لیے نقصان دہ ہے، جو قدرتی چکنائی کو ختم کر دیتا ہے۔ گرم پانی جِلد پر خشکی لانے کا سبب بن جاتا ہے اور اگر نہانے کے فوراً بعد جِلد کو موئسچرائز نہ کیا جائے تو ایگزیما اور جھریوں جیسے مسائل کا بھی سامنا کرنا پڑ سکتا ہے۔ اسی لیے غسل یا چہرہ دھونے کے فوری بعد ایسا موئسچرائزر استعمال کریں، جس میں hyaluronic acid شامل ہو۔ یہ آپ کی جِلد کو جھریوں سے محفوظ رکھتا اور پھٹنے یا خشک ہو جانے جیسے مسائل سے تحفظ فراہم کرتا ہے۔

جِلد کی حفاظت

اگر آپ ورکنگ ویمن ہیں تو سرد موسم میں بھی جِلد کی دیکھ بھال بے حد ضروری ہے۔ آنکھوں کی حفاظت کے لیے سن گلاسز کا انتخاب کریں، ہاتھوں میں دستانے اور سر پر کیپ لازمی پہنیں۔ اس کے علاوہ ایسے سن اسکرین کا انتخاب کریں، جس میں ٹائٹینیم ڈائی آکسائیڈ اور زنک آکسائیڈ کی خصوصیات موجود ہوں۔ عام طور پر خواتین سرد موسم میں سن اسکرین کا استعمال ترک کر دیتی ہیں لیکن اس بات کا لازمی خیال رکھیں۔ کہ گرم موسم کے علاوہ سرد موسم میں بھی جِلد کی حفاظت کے لیے الٹرا وائلٹ پروٹیکشن کو برقرار رکھنا بے حد ضروری ہوتا ہے۔

عورت تحفظ ختم نبوت
میں کیا کردار ادا کرسکتی ہے؟

سیدہ ناجیہ شعیب احمد

عقیدۂ ختم نبوت ہر بندۂ مومن کے ایمان کا جزوِ لازم ہے۔ مسلمانوں کے لہو میں دوڑتے اس پاکیزہ عقیدے کے حوالے سے امتِ مسلمہ کا ہر فرد عقلی وجذباتی ہر دو سطح پر یقین کے اس پختہ مرحلے میں ہے کہ بظاہر اسے کسی دلیل و برہان کی ضرورت نہیں۔

حضرت ابو ہریرہؓ بیان کرتے ہیں کہ نبی آخر الزماں حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ”میری اور مجھ سے پہلے کے تمام انبیاء کی مثال ایسی ہے جیسے ایک شخص نے ایک گھر بنایا اور اس میں ہر طرح کی زینت پیدا کی لیکن ایک کونے میں ایک اینٹ کی جگہ چھوٹ گئی۔ اب تمام لوگ آتے ہیں اور مکان کو چاروں طرف سے گھوم کر دیکھتے ہیں اور تعجب میں پڑ جاتے ہیں لیکن یہ بھی کہتے جاتے ہیں کہ یہاں پر ایک اینٹ کیوں نہ رکھی گئی؟ تو میں ہی وہ اینٹ ہوں اور میں خاتم النبیین ہوں۔“ (کتاب المناقب باب ۱۸، حدیث: ۳۵۳۵، صحیح البخاری)

اللہ سبحانہ وتعالیٰ نے عقیدۂ ختمِ نبوت کے ذریعے امت مسلمہ پر احسانِ عظیم کیا ہے کہ عقیدۂ توحید کے ساتھ ساتھ عقیدۂ ختمِ نبوت نے دنیائے عالم کے پونے دو ارب مسلمانوں کو وحدت کے عَلَم کے نیچے جمع کر رکھا ہے۔ اسی جذبۂ حب محمدی سے سرشار خطۂ پاک وہند کے مسلمان روزِ اول سے ہی ختمِ نبوت کے محافظ تھے۔

تاریخ کے مختلف ادوار میں منکرینِ ختمِ نبوت اہلِ ایمان کے لیے سخت آزمائش کا باعث بھی بنتے رہے ہیں۔ ایسے ہر دور میں اہلِ علم ودانش اور مجموعی طور پر پوری امت مسلمہ اس فتنے کے سدِّباب کے لیے بھرپور مزاحمت کرتی رہی ہے۔

برصغیر پاک وہند کے علاقے قادیان میں پیدا ہونے والے ایک شخص مرزا غلام احمد قادیانی نے دعویٰ کیا کہ وہ ہی مسیح موعود اور مہدی آخر الزمان ہے اور بعد ازاں نبی ہونے کا دعویٰ بھی کیا۔ ۱۸۸۸ء میں مرزا نے اعلان کیا کہ اسے بیعت لے کر ایک جماعت بنانے کا حکم ملا ہے اور اس طرح ۲۳ مارچ ۱۸۸۹ء کو لدھیانہ میں پہلی بیعت لے کر جماعت احمدیہ جسے قادیانیت اور مرزائیت بھی کہا جاتا ہے، کی بنیاد رکھی۔ اس مرزا ملعون نے انگریزوں کے ماتحت رہتے ہوئے اور ان سے تربیت پاکر، ایک مسلمان کی حیثیت سے ختم نبوت پر ایمان اور یقین رکھنے کے بجائے خود نبوت کا جھوٹا دعوی کر دیا۔ جبکہ مسلمانوں کے عقیدے کے مطابق حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ آخری اور رہتی دنیا تک نبی ہیں، نزولِ عیسیٰ علیہ السلام ختمِ نبوت کے منافی نہیں ہے کیونکہ عیسیٰ علیہ السلام بھی آپ ہی کی شریعت پر چلیں گے۔

اس عقیدے کی رو سے قادیانی غیر مسلم اور کافر ہیں۔ پاکستان میں دیگر مذاہب کے پیروکاروں کی طرح وہ اقلیت قرار دیے گئے ہیں۔ پیارے نبی ﷺ کے دشمن کبھی اسلام اور مسلمانوں کے کبھی بھی خیر خواہ نہیں ہوسکتے۔ اسی

بھرپور خسارے اور امت محمدیہ کی مدافعت اور مخالفت کا سامنا کرنا پڑے گا۔اور اس طرح ان کا مال ودولت ختم نبوت کے خلاف کاروائیوں میں خرچ نہ ہو سکے گی۔ گھر گھر میں ختم نبوت کی مہم چلائیں۔ سارا سال یہ ذکرِ خیر جاری رکھیں۔ ختم نبوت کی یاد دہانی کے لیے خواتین اپنے گھروں، مدارس، اسکولوں، کالج، رفاہی اداروں، دفتروں، فیکٹریوں، دکانوں، شاپنگ سینٹرز، وغیرہ کی دیواروں اور اہم ونمایاں جگہوں پر عقیدۂ ختم نبوت کی آیات اور احادیث کے چارٹ یا فلیکس جا بجا آویزاں کریں۔

اللہ کے محبوب بندے اور آخری رسول ﷺ کی سیرت طیبہ کا مطالعہ خود بھی کریں اوروں کو بھی ترغیب دیں۔ سیرتِ سرورِ کائنات پر سختی سے عمل پیرا ہو کر آپ ﷺ کی روشن سنتوں کا چرچا ہر سو عام کریں۔ غرض یہ کہ ہر طبقے کی خواتین اپنے اپنے دائرہ کار میں رہتے ہوئے نبی جی ﷺ کی سیرت، محبت اور اطاعت واتباع کے واضح بیج بوتی رہیں اور ان کی جانفشانی سے ان کی آبیاری کرتی رہیں۔ سیرتِ مطہرہ اور عقیدۂ ختمِ نبوت مختلف عنوانات پر گھروں اور تعلیمی اداروں میں بیانات، مکالمے، تحریری و تقریری مسابقات اور کوئز مقابلہ جات وغیرہ منعقد کریں۔

سوشل میڈیا پر فعال خواتین وقتاً فوقتاً عقیدۂ ختم نبوت اور تحفظ ناموس رسالت کو اجاگر کرتی رہیں۔ نبی جی کی پیاری امتی صرف زبانی کلامی محبت رسول ﷺ کا دعویٰ نہیں کریں بلکہ اپنے قول وفعل، سچی اطاعت وفرمانبرداری سے یہ طرح قادیانی پاکستان اور پاکستانیوں کے خیر خواہ بھی نہیں ہیں۔ پاکستان عقیدۂ ختم نبوت کے خلاف قادیانیوں کی سازشوں کا مرکز رہا ہے۔ ان کی سازشوں کا بھانڈا پھوڑ کر انہیں صفحۂ ہستی سے مٹانے کے لیے ہر مسلمان کا چاق وچوبند رہنا اور ان کی دجل وفریب سے باخبر ہونا اشد ضروری ہے۔ تحفیظ ختمِ نبوت اور دفاعِ ختم نبوت کے لیے تاریخ میں صحابیات نے نہایت اہم کردار ادا کیا۔ ہر دور میں خواتین اس سلسلے میں اپنا بھرپور کردار ادا کرتی رہی ہیں۔

آج بھی قوم کی غیور ونڈر مائیں، بہنیں اس عظیم الشان عقیدے کی پاسداری کر سکتی ہیں۔ گھروں میں دادی نانیاں سیرتِ نبوی اور ختمِ نبوت کی صحابہ کرام اور دیگر مُحبانِ و عاشقان رسول ﷺ کی سچی کہانیاں اور واقعات سنایا کریں۔ مائیں اپنے بچوں کو سیرت النبی ﷺ کے سانچے میں ڈھلنے اور عمل پیرا ہونے کے لیے مسلسل آمادہ کرتی اور ترغیب دلاتی رہیں۔ انہیں ختم نبوت والی آیات مع تراجم اور چھوٹی چھوٹی احادیثِ مبارکہ مع تراجم حفظ کروائیں۔ مدارس، اسکول، کالج اور یونیورسٹیوں میں اپنے طلباء وطالبات کو عقیدۂ ختم نبوت کی اہمیت اور حفاظت کے بارے میں ممکنہ حد تک آگاہی دیتے رہیں۔

نوجوان نسل کو معیشت کے میدان میں تمام قادیانی مصنوعات (products) خصوصاً شیئرز ان کا مکمل بائیکاٹ کرنے کی سخت تاکید وتلقین کریں انہیں یہ بھی بتائیں کہ اگر اس بائیکاٹ کو مسلسل جاری رکھا جائے تو قادیانیوں کو

ثابت کریں کہ جن سے محبت وعقیدت ہوتی ہے، ان کی کامل اتباع کی جاتی ہے۔ قادیانی ہمسایوں یا عزیزوں کی مذہبی عبادات، تہواروں وغیرہ میں کبھی بھی شامل نہ ہوں۔ تاکہ خصوصاً مسلمان بچے اور بچیاں ان کی تہذیب وتمدن اور طور طریقوں سے متاثر ہو کر دین سے متنفر نہ ہو جائیں۔ اپنے بچے بچیوں کے رشتے قادیانیوں سے ہر گز نہ کریں۔

عزیز اخوات! ختمِ نبوت کوئی وقتی مسئلہ نہیں ہے۔ آپ کی ایک لمحہ کی غفلت زندگی بھر کی محنت پر پانی پھیر سکتی ہے۔ آپ کی نسلوں کی دنیا ہی آخرت بھی برباد کر دے گی۔ سو دلوں کو گرمانے کے لیے حب نبی کی آگ بھڑکانا ضروری ہے۔

توہینِ رسالت

شاعرہ بنت احمد کراچی

توہین رسالت کے مجرم کو سزا دیں گے
اس جرم کے خالق کو دنیا سے مٹا دیں گے
کفار کی ظلمت کو ایماں کی حرارت سے
تاریک فضاؤں کو پر نور بنا دیں گے
اسلام کے دشمن کا منہ توڑ کے رکھ دیں گے
محمود و قاسم کی پھر یاد دلا دیں گے
اے گی جو تاریکی رستے میں مجاھد کرے
ھم اپنے لہو سے بھر ایک شمع جلا دیں گے
کمزور نہیں ہر گز ایمان مسلماں کا
اسلام کی عظمت پھر دنیا کو دکھا دیں گے
ناموس رسالت پر ہو جان کنول قرباں
ناموسِ رسالت پر گھر بار لٹا دیں گے
توہین رسالت کے مجرم کو سزا دیں گے
اس جرم کے خالق کو دنیا سے مٹا دیں

قطب الارشاد حضرت مولانا رشید احمد گنگوہی رحمہ اللہ
برائے دفع بلیات ومصائب

جو لوگ پریشانی میں مبتلا ہوتے تھے ان کو اکثر آپ "حَسْبُنَا اللّٰهُ وَنِعْمَ الْوَكِيْل" پانچ سو مرتبہ بعد نماز عشاء سوتے وقت پڑھنے کے لیے تعلیم فرماتے تھے اور اگر اس وقت نہ ہو سکے تو جس وقت بھی ممکن ہو سکے تو متفرق اوقات میں اس تعداد کو پورا کر کے دُعا مانگو اور اگر پانچ سو مرتبہ نہ ہو سکے تو سو مرتبہ ضرور پڑھ لیا کرو اور اگر سائل بہت ہی زیادہ پریشانی میں مبتلا ہوتا تو تعداد اُٹھا دیتے اور یوں فرمایا کرتے تھے کہ چلتے پھرتے اُٹھتے بیٹھتے وضو بے وضو اس کو جتنا بھی ہو سکے پڑھتے رہو سینکڑوں لوگوں نے اس پر عمل کیا اور کامیاب ہوئے... تنگ دستی و افلاس میں مبتلا کو آپ "یَا بَاسِطُ" گیارہ سو مرتبہ بعد نماز عشاء پڑھنا تعلیم فرماتے تھے، اوّل و آخر گیارہ گیارہ مرتبہ دُرود شریف پڑھا جائے ادائے قرض اور وسعت رزق دونوں فائدے اس سے حاصل ہوتے ہیں...

ابھی کچھ آس باقی تھی

کشف ریا

یہ حسن و عشق تو دھوکا ہے سب مگر, پھر بھی وہ

ایک ایک کر کے تمام کاغذات کو بن میں پھینکتی جا رہی تھی.

ایک دم اس کے ہاتھ ٹھر گئے وہ ایک تصویر تھی جو کافی فرسودہ حالت میں تھی. لڑکی کی آنکھوں میں چمک ابھری. شاید نہیں یقیناً وہ اس تصویر کو ہی تلاش کر رہی تھی. اس نے باقی کاغذات کو جلدی جلدی بن میں ڈالا اور تصویر اٹھا کر بیڈ کی طرف آپ آئی اور بیٹھ کر اس کو دیکھنے لگی.

وہ تیس سال کا ایک خوبصورت جوان تھا.

مسکراتے ہو اس کے بائیں گال میں ایک گڑھا واضح نظر آ رہا تھا. اس نے فوجی وردی پہنی ہوئی تھی اور دائیں ہاتھ میں بڑی سی رائفل پکڑے سینے سے لگائے ہوئے تھا. اس کی وردی سے واضح تھا کہ وہ پاک آرمی کا سپاہی ہے. مگر وہ ایک سپاہی تھا "پاک سپاہی" "ایک گمنام ہیرو۔

اس کی گہری نیلی آنکھوں کی چمک سامنے والے کو گھائل کر دینے والی تھی. وہ ایسا ہی تو تھا لوگوں کو اپنا گرویدہ بنا لینے والا جس طرح اس نے تین سال پہلے ماہی کو اپنا دیوانہ بنا لیا تھا۔

تین سال پہلے وہ ۹ دسمبر کی حسین اور ٹھنڈی شام تھی. ماہی پارک کی بینچ پر بیٹھی آئسکریم کھا رہی تھی چاہے سردی ہو یا گرمی وہ روزانہ یہیں بیٹھ کر آئسکریم کھاتی تھی وہ جنون کی حد تک آئسکریم کی دیوانی تھی. اس کی ناک اور گال ٹھنڈ کے باعث گلابی پڑ رہے تھے مگر وہ اس سے بے پرواہ آئسکریم کھانے میں مگن تھی. پارک اس کے گھر سے پانچ منٹ کی دوری پر تھا. اس کی آئسکریم ابھی باقی ہی تھی کہ اچانک ایک کتا اس کی طرف بھونکتا ہوا آنے لگا. اس کو دیکھ کر ماہی کے اوسان خطا ہو گئے. وہ اپنے آپ کو بچانے کے لیے اٹھ کر بھاگنے لگی. ہاتھ میں پکڑی آئسکریم چھوٹ کر نرم گھاس پر گر گئی. وہ بھاگتے بھاگتے پتھریلی روش پر آ گئی تھی. اچانک اس کا پیر پھسلا اور وہ زور سے پتھریلی زمین پر گری کتا اب اس کے قریب آ رہا تھا. خوف کے مارے اس نے آنکھوں پر ہاتھ رکھ لیے اور زیر لب کچھ پڑھنے لگی. اچانک اسے کسی مرد کے پکارنے کی آواز آئی "buddy buddy" وہ شاید اس شخص کا ہی کتا تھا۔

ماہی نے آنکھوں سے ہاتھ ہٹا اور آواز کی جانب نظر اٹھائی اس چھ فٹ کے نوجوان کو غصے سے گھورا جو اب اپنے کتے کی رسی پکڑے ماہی کے نزدیک آ رہا تھا. "نہیں اسے میرے پاس نہیں لانا, پلیز!" وہ چلائی.

جب کہ وہ شخص اس کی یہ حالت دیکھ کر ہنسنے لگا.

اس کے گال پر گڑھا واضح ہوا اور یہیں ماہی اسکی گہری نیلی آنکھوں میں ٹھاٹھیں مارتے سمندر میں ڈوب کر اپنا دل ہار بیٹھی تھی۔

"اوکے سر" تیمور فون بند کر کے اس کی طرف پلٹا. ماہی بیڈ پر بیٹھی بھیگی آنکھوں سے اسے ہی دیکھ رہی تھی. وہ قدم قدم چلتا اس کی طرف آیا اور دونوں ہاتھوں

سے اس کے خوبصورت گلابی چہرے کو تھام لیا اور اس کی پیشانی پر بوسہ دیا. "مجھے جانا ہو گا ماہی, میں جلد لوٹ آوں گا اور نہیں آیا تو تم رونا نہیں. ہم دوسرے جہان میں پھر سے ملیں گے. جس رب نے اس جہان میں تمھیں میرا شریک حیات بنایا مجھے یقین ہے وہ جنت میں بھی ہمیں ساتھ رکھے گا. تمھارے ساتھ گزارے ہو یہ دو سال میری زندگی کے خوبصورت ترین سال ہیں. اس جنہیں میں کبھی نہیں بھول سکتا."

نم آنکھوں کے ساتھ اسے دیکھ رہی. اس اس کی آنکھیں برداشت کی زیادتی کے باعث سرخ پڑ رہی تھیں. "میں نہیں روؤں گی تیمور". یہ کہتے ہوئے ماہی اس کے گلے لگ گئی. وہ نہیں چاہتی تھی کہ اس کے آنسو تیمور کے قدموں کی زنجیر بنیں. ایک دم سے بیڈ پر لیٹا ننھا سالار رونے لگا. وہ دونوں چونک کر اس کی طرف متوجہ ہوئے۔

تیمور اس کو اٹھا کر چپ کرانے لگا, اور پھر وہ چپ ہو گیا. تیمور نے اسے پیار کیا. "سالار اپنی ماما کا بہت خیال رکھنا" اس نے ننھے سالار کو دیکھتے ہوئے کہا.

ماہی مسکرا دی اور پھر وہ اپنی بہت سی یادیں چھوڑے رخصت ہو گیا. وہ پاک سپاہی تھا. ماہی جانتی تھی کہ اس کے شہید ہونے کے بعد کسی کو بھی اس کی لاش کا پتہ نہیں چلتا کم از کم ایک سال تک ***

ایک سال بعد.. آج چودہ اگست کا دن تھا ہر طرف رونقیں لگی تھیں. سفید اور ہرے رنگ کی گویا بہار سی آ گئی تھی. ماہی اپنے گھر کے برآمدے میں کرسی ڈالے بیٹھی تھی. سامنے سالار نرم نرم گھاس پر گھٹنوں گھٹنوں چل رہا تھا. آج تیمور کو پورا ایک سال ہو چکا تھا. ماہی نے انگلیوں پر حساب کیا. آج وہ بتیس سال کا ہو گیا تھا. کاش وہ آج یہاں ہوتا میں اس کے لیے کیک بیک کرتی اور میں اور سالار اسے وش کرتے ماہی سوچنے لگی. جیسے پچھلے سال اس نے کیک بنایا اتنی محنت کے باوجود بھی کیک تھوڑا سا جل گیا تھا جس پر ماہی اداس ہو گئی تھی مگر پھر بھی تیمور نے مزے لے لے کر کھایا تھا. اور دل سے تعریف کی تھی جس سے ماہی کا چہرہ کھل اٹھا تھا ماہی نے سامنے بیٹھے ہوئے ننھے سالار کو دیکھا اس کی آنکھیں تیمور کی آنکھوں جیسی تھیں.

ماہی کو ایک دم شدت سے تیمور یاد آیا اور وہ بے قابو ہوتے ہوئے رو دی آنکھوں کے بند ٹوٹتے چلے گئے وہ روتے ہو نیچے گھاس پر بیٹھ گئی. ننھا سالار اپنی ماں کو روتا دیکھ کر اس کے پاس آیا اور اس کی گود میں بیٹھ کر اپنے ننھے ہاتھ اس کے چہرے پر پھیرنے لگا گویا اسے دلاسا دے رہا ہو. ماہی نے اس کو گلے سے لگا لیا. آنسو اور شدت سے بہنے لگے. ایک دم سے کسی نے پیچھے سے اس کی آنکھوں پر ہاتھ رکھا. ماہی کو لگا جیسے اس کی سانس تک رک گئی ہو.

"تم نے وعدہ کیا تھا ناماہی کہ روؤ گی نہیں". اس کی آواز ماہی کی سماعتوں میں رس گھول رہی تھی. "تیمور" ماہی کے لب پھڑ پھڑا. اور پھر اس کو لگا کہ وہ ایک طرف ڈھ رہی ہے. تیمور نے اسے تھام کر گلے سے لگا لیا. دونوں کی آنکھوں سے اشک شکر بہ رہے تھے. ماہی ننھا سالار دونوں کو دیکھ کر کھلکھلا کر ہنس دیا..

شیشے کی دیوار اور باپ

(عبدالباسط ذوالفقار)

ہمارے ہاں باپ بیٹے کے درمیان ایک دیوار حائل ہوتی ہے۔شاید احترام کی قبض ہوتی ہے۔بیٹیاں باپ کے قریب مگر بیٹے ایک طویل فاصلہ رکھتے ہیں۔ابا حضور سمجھ رہے ہوتے ہیں کہ میرا احترام ہو رہا ہے۔حد درجہ احترام کی وجہ سے دونوں ایک دوسرے کو دیکھتے ضرور ہیں مگر دوستانہ ماحول میں نہ بات ہوتی ہے نہ ہی بیٹے کو باپ کے ساتھ کھیلتے، یا گلے میں لٹکتے دیکھا جائے گا۔ ابا اس خوف نما احترام کو سمجھتے ہیں اور جان بوجھ کر یا سمجھتے ہی نہیں اور بغیر جانے دوام بخشتے ہیں۔انہیں فکر نہیں ہوتی کہ بیٹا دور ہے تو کیوں؟

باپ کا بے محل ٹوکنا، خود کا رعب دار لہجہ سن کر بزعم خود سمجھنا کہ میرا احترام ہو رہا ہے۔میرا خوف ہے جب کہ بیٹا جان چرا رہا ہوتا ہے کہ ابا آگئے کھسکو اب، خوامخواہ کیڑے نکالیں گے۔اپنی تقریر کا شوق پورا کریں تو بیٹا جان چرا لیتا ہے۔آپ والد ہیں اور آپ کا بیٹا آپ کے آتے ہی کھسک جاتا ہے یا آپ کے دروازے سے داخل ہوتے ہی گھر میں سکوت طاری ہو جاتا ہے تو آپ کو چاہیے کہ آئینہ کے سامنے کھڑے ہوں اور خود سے سوال کریں۔ضرورت ہے کہ آپ فکر کریں۔

اچھا، بچے چوں کہ گھر پر ماں کی نگرانی میں ہوتے ہیں تو مائیں کچے ذہنوں میں باپ کا خوف بھی بھر دیتی ہیں۔ خوامخواہ کا خوف بچے کو دامن گیر ہوتا ہے۔کانچ ٹوٹ گیا۔ رکو، تمہارے ابو آئیں میں انہیں بتاؤں گی۔ماں نے آواز لگائی۔بچے کو کھیلتے میں دیر ہو گئی، تمہارے کانوں پر تو بات لگتی ہی نہیں۔ آنے دو اپنے ابا کو۔ بات ان سنی کر دی، دوسرے بچے سے لڑ گیا، روٹھ گیا، شرارت کر لی۔بس آنے دو ابو کو میں بتاؤں گی۔ابو بھی آ کر اماں کے بنائے بت ثابت ہوتے ہیں۔ اور رعب، دھاڑ، مار اور بھینس کی آنکھوں کا مقابلہ کرتے ہوئے آنکھیں نکال کر ڈرانے میں کسر نہیں رکھتے۔ نتیجتاً بچہ جوں جوں بڑا ہوتا ہے دور ہوتا جاتا ہے۔

ابا کو ایسا دکھانے میں ماوں کا ہاتھ ہوتا ہے وہ ہمیشہ خود کے قریب تو رکھتی ہیں مگر ابا، ابا کو ایک خوفناک لفظ بنا کر دماغ میں چسپاں کر دیتی ہیں۔دیگر لوگوں کے ساتھ مل کر بس یہ نام ہوّا بن جاتا ہے۔شور مت مچانا ابو سو رہے ہیں۔ دروازہ مت کھولنا، نہیں، سائیکل مت چلانا، والیوم بند کرو، پاؤں اٹھا کر چلو۔ آواز نیچی کرو۔ تمہارے ابا سو رہے ہیں۔ بیٹے کی زبان بندی، دماغ بندی، دل بندی کے بعد یہی احترام کی قبض ہوتی ہے جو بیٹے اور باپ کے درمیان دیوار کھڑی کر دیتی ہے۔

حالاں کہ یہ سب باتیں پیدا کرنے سے قبل نہ صرف سوچ لینی چاہییں بلکہ آپس میں تبادلہ خیال بھی کر لینا چاہیے کہ ہم پیدا کرنے جا رہے ہیں سو بعد میں معاملات یوں، یوں، یوں ہونے ہیں۔ ورنہ اپنی غلطی کو بعد میں بچے پر شور کر

کے نہیں بدل سکیں گے۔

البتہ بچوں کو خود سے بد ظن کر دیں گے۔ اور ہم مڈل کلاسیوں کے ہاں بچوں کو بد ظن کرنا کارِ ثواب ہے۔ بیٹے کو باپ سے اس قدر ڈرا دیا جاتا ہے کہ وہ خود کوئی بات کر ہی نہیں سکتا۔ ایک ان دیکھا خوف لاحق ہوتا ہے۔ پھر جو بات

ہو گی ماں کے گوش گزار کرو، ماں ابا کی سیکرٹری کا کردار بخوبی نبھاتی ہیں لیکن ایسا نہیں کرتیں کہ جو دیوار حائل ہے اس کو توڑیں، اس حصار کو ختم کریں اور باپ بیٹے کو روبرو کر کے مکالمہ کی فضا بنائیں۔ بیٹا دور مزید دور ہوا چلا جاتا ہے۔ اب باپ کو کوئی بات، کوئی حکم جاری کرنا ہے یا پوچھ گچھ کا سیشن ہے ماں جزِ لازم ہیں ان کے بغیر باپ بیٹے کے بیچ کوئی بات نہیں ہو گی۔

ابا بھی تو اس شور غوغا پر پورے اترتے ہیں۔ حالاں کہ ماں کا برابر پارٹنر سائبان ہی ہے۔ جیسے ماں سے محبت، ویسے ہی باپ سے محبت ضروری ہے۔ خوا مخواہ کے احترام سے بہت اچھا ہے کہ آپ اپنے بیٹے سے دوستی کر لیں۔ اس سے مل کر اودھم مچائیں، گھر کو سر پر اٹھائیں، کھیلیں، گنگنائیں۔ بیٹے کو مختلف چیزوں کے متعلق بتائیں۔ ا پنی زندگی، اپنا بچپن دکھائیں۔ باپ ہر زندگی کا ایک خوبصورت کردار ہے۔

پھر فادرز ڈے پر بچے جھوٹ موٹ کی تعریفیں لکھ کر ٹرینڈ کا حصہ بنتے ہیں۔ حقیقت میں باپ سے بدکتے ہیں مگر سوشل میڈیا پر عزت رکھنے ہر ایک بہترین باپ کا اسٹیٹس چڑھاتا ہے۔ شاید یہ بھی اک خوف ہے کہ ابا کے متعلق کوئی شکایت لکھ دی، دل کی بات کہہ دی تو لوگ کیا سوچیں گے؟ سوشل میڈیائی تعریفوں کے ساتھ اگر اپنے ابا کو جپھی ڈال لیں تو یہ درمیان کی دیوار گر سکتی ہے۔ چلیں اس دیوار کو دھکا لگاتے ہیں۔ کیا خیال ہے؟

اقوال زریں

اقوال زریں حضرت عمر فاروق رضی اللہ عنہ

*سب سے بڑا ہوش مند وہ ہے جس کا زادِ راہ خوف خدا ہو۔

*اُن لوگوں کے اقوال قلم بند کر د جو دُنیا سے بے نیاز ہیں۔ کیونکہ اللہ عزوجل نے ایسے فرشتے مامور فرماتے ہیں جو ان کے منہ پر اپنے ہاتھ رکھے رہتے ہیں اور اُن کو صرف وہی بات کہنے کی اجازت دیتے ہیں جو خدائے پاک اُن سے کہلوانا چاہتا ہے۔

(انتخاب: ام عمر)

میری ذات ذرۂ بے نشاں

قسط 2

ساجدہ بتول

"سنواوبدبخت شیطانو! تم سب کے سب مرجاو"

یہ اس کا مخاطب کرنے کا انداز تھا۔"تم بھی مرو۔کمینے!بدذات"

عادت کے مطابق سب شیاطین اسے بددعا دینے لگے تھے۔""سنواوخبیثو!تم سب کوایک کام دیاجارہاہے۔تم سب زمانہ جاہلیت جیسا کوئی کام کرنے کی کوشش کرو۔جس کا کام سب سے گھٹیا ہوا،اس کو ترقی دلادی جائے گی۔گندے نالے کے وسط والی بڑی کرسی اس کو دے دی جائے گی۔"

اس کے بعد وہ سب ایک دوسرے کو گالیاں دیتے ہوئے رخصت ہوگئے تھے۔وہاں سے نکلتے ہی مردود ایک محلے میں چلا آیا تھا۔وہ اس وقت ایک سیاہ ہیولے کی شکل میں تھا۔اڑتے ہوئے وہ کھلی کھڑکی سے اندر داخل ہُوا۔یہ باورچی خانہ تھا۔جس میں ایک عورت ڈرم میں سے آٹا نکال رہی تھی۔

"آج آٹا مت گوندھو۔"اس نے اس کے کان میں سرگوشی کی

"واہ واہ"وہ طنزیہ مسکرائی"آٹا نہ گوندھوں اور شوہر کی ڈانٹ کھاوں!جا بھی جا"

وہ مایوس ہو کر وہاں سے نکل آیا کیونکہ وہ کسی کی سوچ کے مطابق ہی اس سے کوئی کام کرواسکتا تھا۔ساتھ والے گھر کی دیوار کے اوپر سے اڑ کر وہ اس دوسرے گھر میں داخل ہو گیا۔سامنے ہی دو لڑکیاں کپڑے دھو رہی تھیں۔ایک واشنگ مشین میں سے کپڑے نکال رہی تھی۔دوسری کھنگال رہی تھی۔وہ ایک کے کان کے قریب ہوا"چھوڑو ان کپڑوں کو۔جا کے ٹی وی دیکھو""اور پھر اماں سے مار کھاؤں؟

جو پہلے ہی سسرال کا نام لے لے کے ڈراتی رہتی ہیں۔"مردود ذرا سا کھسیانہ ہوا لیکن پھر حوصلہ کرکے دوسری کے پاس گیا۔"دنیا چاند پہ پہنچ گئی مگر تم ابھی تک گھر کے کاموں میں الجھی ہو۔چھوڑو ان کپڑوں کو۔منہ ہاتھ دھو کے اچھے سے کپڑے پہنو۔کسی پارلر میں جاکر بالوں کی کٹنگ کرواؤ اور خوب گھومو پھرو۔انجوائے کرو۔""میرا اماں کے جوتے کھانے کا کوئی ارادہ نہیں۔اس نے بھی اسے ٹھینگا دکھا دیا تھا۔وہ وہاں سے نکل آیا تھا۔جلد ہی وہ ایک اور گھر میں تھا۔یہاں کا منظر اسے اپنے حق میں محسوس ہو رہا تھا۔سامنے ہی ٹی وی چل رہا تھا۔ایک شخص کوئی ڈرامہ دیکھ رہا تھا۔کچن سے پریشر ککر کی سیٹی کی آواز سنائی دے رہی۔تھی اچانک شوں کی آواز سنائی دی۔یعنی سیٹی اتار دی گئی تھی۔اسی وقت ایک عورت کچن سے باہر نکلی۔

"چلو ناں!تم بھی چل کر ڈرامہ دیکھو۔"اس عورت کی آہ نکلی۔"مدت ہوئی ڈرامے دیکھے ہوئے۔اب تو گھر کی ذمہ داریاں ہی بے تحاشا ہیں۔جب تک حذیفہ اور مناہل نہیں تھے تو ایک آدھ ڈرامہ دیکھ لیتی تھی مگر یہ دونوں جڑواں ہی چلے آئے۔اب بس انہی کی ڈرامے دیکھتی ہوں۔"مردود کی آہ نکلی۔(جاری ہے)

موسم سرما کی سوغات کشمیری چائے

شمائلہ شکیل حیدر آباد

اشیاء:

سبز چائے کی پتی چار کھانے کے چمچ

پانی چار کپ

گل بادیان آدھا پھول

سبز الائچی آٹھ عدد (دانے نکال کر پیس لیں)

میٹھا سوڈا چوتھائی چائے کا چمچ

نمک دو چٹکی

تیز ٹھنڈا پانی دو کپ

دودھ دو کپ

چینی حسب ذائقہ

پستہ دو عدد

ترکیب:

ایک کھلے منہ کے برتن میں چار کپ پانی، گل بادیان، الائچی اور سبز چائے کی پتی ڈال کر چولہے پر چڑھا دیں۔ اور آنچ تیز رکھیں۔ ابال آنے پر آنچ درمیانی کر دیں۔ جب پانی دو کپ رہ جائے تو میٹھا سوڈا، نمک اور دو کپ ٹھنڈا پانی شامل کر دیں۔ اور کسی گہرے چمچ سے تقریباً چھ انچ اونچائی سے خوب اچھی طرح پھینٹتے رہیں۔ یہاں تک کہ قہوے کا رنگ گہرا سرخی مائل ہو جائے اور دو کپ رہ جائے تو اسے چولہے سے اتار کر چھان لیں۔ اور ٹھنڈا ہونے پر کسی جار میں ڈال کر فرج میں محفوظ کر لیں۔ اس قہوے کو ایک ہفتے تک استعمال کر سکتے ہیں۔

دو کپ کشمیری چائے بنانے کے لیے کسی برتن میں دو کپ دودھ لے لیں۔ اس میں حسب ذائقہ چینی شامل کر لیں۔ جب دودھ میں ابال آجائے تو چوتھائی کپ قہوہ شامل کر کے دو تین منٹ تک پکالیں اور کپوں میں نکال لیں۔ اب پستہ باریک کاٹ کر ڈال دیں۔ لیجیے مزیدار کشمیری چائے تیار ہے۔

خشک میوہ جات کے فوائد

سردیاں آتے ہی اپنے ساتھ اس موسم کی سوغات بھی لے آتی ہیں۔ جہاں موسم سرما میں خشک میوہ جات کا استعمال بڑھ جاتا ہے وہیں بیشتر افراد اس میں موجود چکنائی سے بھی خوف زدہ ہو جاتے ہیں۔

لیکن پریشان ہونے کی ضرورت نہیں ہے، خشک میوہ جات بالخصوص بادام میں موجود چکنائی صحت بخش ہے، جو دل اور کولیسٹرول کے لیے مفید ہے۔ ان میں موجود متعدد وٹامنز جسمانی صحت کے ساتھ ساتھ اس کی خوبصورتی پر بھی مثبت اثرات مرتب کرتے ہیں۔

تاہم کیا آپ کو معلوم ہے کہ روزانہ مٹھی بھر خشک میوہ جات بالخصوص بادام کے استعمال سے صحت پر حیرت انگیز فوائد حاصل ہوتے ہیں۔

خشک میوہ جات میں پائے جانے والی غذائیت بخش عناصر اچھے طریقے سے جذب ہو جاتے ہیں اور ان کو کھانے کے طبی فوائد کسی نقصان کے بغیر حاصل ہو جاتے ہیں۔

کوئی شخص اگر خشک میوہ جات کے باعث الرجی کا شکار ہوتا ہے تو اسے ڈاکٹر کی ہدایات پر عمل کرنا چاہیئے۔

مختلف میوہ جات اور ان کے فوائد:

مونگ پھلیاں:

مونگ پھلیوں میں وٹامن ای، نیاسین، فولک ایسڈ، پروٹین اور مینگنیز کے حصول کا بہترین ذریعہ ثابت ہوتی ہیں۔ یہ ایک بے رنگ خوشبودار تیل ریسویراٹرول بھی فراہم کرتی ہیں جو ایسا اینٹی آکسائیڈنٹ ہے جو سرخ انگوروں میں بھی پایا جاتا ہے۔

اخروٹ:

اخروٹ دیکھنے میں ہی دماغ جیسے نظر نہیں آتے بلکہ یہ دماغ کے لیے اس وقت بہترین بھی ہیں جب انہیں خام شکل میں جلد سمیت کھایا جائے۔ اس کے خول کا اوپری سفیدی مائل تہہ در تہہ حصہ ذائقے میں کچھ تلخ ہو سکتا ہے مگر وہ فینولک اینٹی آکسائیڈنٹ سے بھرپور ہوتا ہے، دماغ کی شکل کی باقی گری بی میگنیشیم، وٹامن ای اور

دل کے لیے صحت مند مونو انسیچوریٹڈ فیٹ سے بھرپور ہوتی ہے۔

بادام:

بادام کے اوپر موجود بھورا چھلکا تینن نامی نامیاتی مرکبات ہوتے ہیں جو غذائیت کے جذب ہونے میں مزاحمت کرتے ہیں۔ چھلکے اتار کر باداموں کو رات بھر پانی میں بھگویا جائے تو وہ ایک انزیم (پروٹینی خامرہ) خارج کرتے ہیں جو چربی کو ہضم کرنے کے لیے مفید ثابت ہوتا ہے، بلڈ پریشر کو کنٹرول کرتا ہے جبکہ پٹھوں اور ہڈیوں کو مضبوط بنانے کے بھی کام آتا ہے۔

باداموں کا دودھ اور مکھن کو جانوروں کی مصنوعات کے متبادل کے طور پر بھی تجویز کیا جاتا ہے۔ بادام کے دودھ اور مکھن میں نہ تو کولیسٹرول ہوتا ہے اور نہ لیکٹوز (دودھ میں مٹھاس)، اسے آپ آسانی گھر پر بلینڈر کی مدد سے تیار کر سکتے ہیں۔

یہ دونوں پروٹین سے بھرپور ہوتے ہیں اور ان میں متبادل ڈیری مصنوعات کے مقابلے میں زیادہ فائبر، کیلشیئم، پوٹاشیم، آئرن اور میگنیز ہوتے ہیں۔

کاجو:

کاجو کو اگر رات بھر بھگو کر کھاجائے تو وہ بھی دودھ یا مکھن میں تبدیل ہو جاتے ہیں۔ مٹھاس سے پاک کاجو کے دودھ کے ایک کپ میں صرف ۲۵ کیلوریز، ۲ گرام چربی اور اوجی سیچوریٹڈ فیٹ ہوتا ہے۔

دوسری جانب ایک کپ کاجو ں میں ۶۱۵ کیز لیوریز ہوتی ہیں۔ اس کو جس شکل میں بھی کھایا جائے وہ جلد کے لیے بہترین ہوتے ہیں اور سورج سے ہونے والے نقصان سے تحفظ دیتے ہیں۔

یہ حل پذیر فائبر اور میگنیز، پوٹاشیم، آئرن، میگنیشیم، زنک، تانبے اور سیلینیم سے بھرپور ہوتے ہیں۔

کاجو ں کو ان میں موجود ایک اہم فلیوونوئڈ اینٹی آکسائیڈنٹ zea-xanthin کے لیے بھی جاناجاتاہے جو آنکھوں کے لیے مفید ہوتا ہے۔

پستے:

پستے خشک میوہ جات کے تاج کے سبز ہیرے ہوتے ہیں۔ بلاشبہ صحت بخش جن میں دیگر خشک میوہ جات کے مقابلے میں پروٹین کی بھرپور مقدار شامل ہوتی ہے جبکہ چربی اور کیلوریز بہت کم۔ سادہ اور بغیر نمک کے پستوں میں پوٹاشیم اور فاسفورس کی کافی مقدار ہوتی ہے مگر سوڈیم (نمک) نہیں ہوتا جو کہ فشار خون کے شکار افراد کے لیے اچھی خبر ہے۔

چلغوزے:

چلغوزے بازار میں دستیاب سب سے مہنگی چیز ہی نہیں بلکہ ہاتھوں کو گندہ بھی کر دیتے ہیں، مگر پھر بھی ان کے ذائقے کے سامنے مزاحمت کرنا بہت مشکل ہوتا ہے۔
بیشتر چلغوزے کی طرح یہ بھی دل کے لیے صحت بخش، توانائی بڑھانے اور متعدد وٹامنز اور منرلز سے بھرپور ہوتے ہیں۔