







## بوجھ

افسانہ



جیند جازب

کر دیا تھا۔ پھر بھی نئی فصل کے تیار ہو جانے تک اس کے پاس پرانا غلہ پڑا تھا جو خراب ہونے لگا تو اس نے کچھ ناداروں کو بلا کر دان کر دیا۔ اگلے سال انھی لوگوں کو لگا کر اس نے کھیت سے متصل بے کار پڑی زمین سے خود رو پیڑ پودے کٹوائے اور اس میں بوائی کر دی۔

اپنے خالی وقت کو اس نے دوسری مشغولیات میں بانٹ لیا۔ سماجی اور ثقافتی سرگرمیوں میں حصہ لینا اب اس کے لیے آسان تھا۔ جلد ہی اس کا شمار معاشرے کے سرکردہ لوگوں میں ہونے لگا۔ گھر، کھیت، گنچپٹر، جنگل، تالاب کے گرد گھومنے والی زندگی میں اب گویا نئی ترجیحات نے جگہ بنائی تھی۔

کام کا بوجھ کچھ ہلکا کرنے کے لیے اس نے ایک مشین خرید لی تھی۔ اور یہ فیصلہ اس کے لیے بہت فائدہ مند ثابت ہوا۔ اب نہ صرف اس کا وقت بچ رہا تھا اور مشقت کم ہو گئی تھی بل کہ فصل کی پیداوار میں بھی خاطر خواہ اضافہ دیکھنے کو ملتا تھا۔

اپنی سال بھر کی ضرورتوں کا حساب لگانے کے بعد اُس سال کچھ اناج اس نے مارکیٹ میں فروخت بھی

صحت تو خیر اس کی پہلے بھی بہت اچھی تھی اب بچوں کے جسمانی محنت نہ کے برابر تھی اس کا ڈیل ڈول مزید نکھر گیا۔ یہ سب مشین کی بہ دولت ممکن ہو پارہا تھا جو کسی نعمت غیر مترقبہ کی طرح آ کر اس کی کایا پلٹ رہی تھی۔

خون پسینے سے سینچے ہوئے ان تین دیو قیامت بیڑوں کو کاٹ بیچنے کا دکھ اسے ضرور ہوا تھا جن سے مشین کی قیمت ادا کی گئی تھی لیکن اب وہ پوری طرح مطمئن تھی۔ مشین اپنی قیمت سے زیادہ قیمتی تھی۔

سب کچھ ٹھیک ٹھاک چل رہا تھا کہ ایک دن اچانک مشین چلتے چلتے رک گئی۔ پچھلے سالوں کا تجربہ استعمال میں لاتے ہوئے اس نے بہتیرا کوشش کی کہ کیل پڑے کس کس کے ٹھیک کر لے لیکن ناکام رہا۔ اس سے پہلے جب بھی کبھی اس میں مرمت کی ضرورت پیش آتی تھی آسانی سے ہو گئی۔ لیکن

اس بار وہ سارے حربے اور ارد گرد کے سبھی مستری آزما چکا تھا۔ دس دنوں کے انتظار کے بعد شہر سے بیچنے والا انجنیئر بھی ہار مان کر جا چکا تھا۔

کھیتی کا موسم جا رہا تھا اس لیے فی الحال اسے اپنے آپ پر ہی تکیہ کرنا تھا۔ ستور سے پرانے اوزار نکال کر وہ کھیت کی طرف چل پڑا۔ اس روز اسے احساس ہوا کہ بڑھاپے نے اس کے جسم پر حق جمانا شروع کر دیا تھا۔

کام شروع کرنے سے پہلے اس نے سوچا کہ پہلے مشین کو کھیت سے باہر ہٹا دے۔ اس نے مشین بہ مشکل کا ندھے پر اٹھائی اور کھیت کے اس حصے کی جانب چل دیا جہاں کچھ کبڑا رکھا تھا۔

”کہاں جا رہے ہو؟“ یہ آواز مشین کی تھی۔ لیکن وہ اسے اپنا وہم سمجھ کر نظر انداز کر گیا۔

”میں نے پوچھا کہاں جا

رہے ہو؟“ اب کی بار مشین کا ایک بڑا سا پرزہ زور سے اس کی کمر پر آ کر بجا۔ وہ حیرت زدہ رہ گیا۔

”تمہیں کھیت سے باہر رکھنے جا رہا ہوں۔“

”اچھا تو جب تک میں کام کی

تھی ساتھ چٹائے رکھا، اور اب کام کی نہیں رہی تو مجھ سے چھوٹا راجھا ہے

ہو۔“

”ہاں ایسا ہی سمجھو۔“

”لیکن میں تمہیں چھوٹا راجھا

دوں تب نا!“ مشین کے دو پرزے

لاڑھکتے ہوئے اس کی گردن کے گرد

جھانکے ہو گئے۔

”کیا مطلب؟“ وہ کچھ سہما

لیکن آگے بڑھتا گیا۔

”مطلب یہ کہ اب تم مجھے

اپنے کا ندھے سے اتار نہیں سکتے۔“

”اوہ مہم مہم..... دیکھتے ہیں،“

اس نے پورا زور لگا کر اس بوجھ کو پھینکنے

کی کوشش کی۔ لیکن مشین نے اس کا اوپری دھڑکڑایا۔ اس نے اپنے بازوؤں میں پوری ہمت جٹا کر پھر کوشش کی کہ اس آفت کو اپنے جسم سے الگ کر سکے لیکن اس بار مشین کی پکڑ اور زیادہ مضبوط بل کہ دردناک تھی۔

ایک درخت کے منڈ کا سہارا لینا چاہا لیکن سوکھا ہوا پیڑ اندر سے سڑ بھی چکا تھا۔ اچھا یہ ہوا کہ وہ اس کے اوپر آگرنے کی بہ جائے اس کے چھوٹے ہی دھڑام سے دوسری طرف جا گرا۔

”چلتے جاؤ“ مشین نے گرفت

کچھ ڈھیلی کرتے ہوئے حکم صادر کیا۔

مشین کا وزن ہر لمحے بڑھ رہا

تھا اور وہ مسلسل چلتا جا رہا تھا۔ کھیت

کھلیاں، گاؤں، چراہ گاہ، تالاب،

جنگل، پہاڑ، دریا، نالے سب پیچھے

چھوٹ گئے لیکن وہ چلتا جا رہا تھا۔

والدین کو بیٹے کی جدائی نے زندہ لاش

بنا دیا تھا۔ وہ مشکل سے زندگی کا بوجھ

ڈھور رہے تھے۔ جینا نہیں چاہتے تھے

، ہو سکتا ہے اس میں کمی آجائے۔ یہ

سوچ کر وہ والدین کے کمرے میں گیا

اور دراز سے نیند کی گولیاں نکالنے

لگا۔ اس کی نظر ماں کے چہرے پر

پڑی، کس قدر کرب زدہ چہرہ ہو گیا تھا

ماں کا، وقت سے پہلے ہی بوڑھی ہو گئی

تھی۔ وہ ماں کے قریب گیا، مگر یہ کیا

، ماں گہری نیند میں ہوتے ہوئے بھی

آنسوؤں بہا رہی تھی۔ آنسو دھیرے

دھیرے سٹپے میں جذب ہو رہے تھے

۔ عمر بید دیکھ کر اٹھا، اس نے سوئی

ہوئی ماں کا آنسوؤں سے تر چہرہ چوم

لیا۔ یہ مائیں بھی کتنی پیاری ہوتی ہیں،

اپنی اولاد کو نیند میں بھی نہیں بھلا سکتیں

۔ دواؤں کے زیر اثر بھی ماں بیٹے کی

جدائی میں آنسو بہا رہی تھی۔ اس کے

لئے دور ہو گیا تھا۔

## نظم

غیصہ شاہ

جب غم میں جینا ہو تو کیا لگتا ہے  
وہ اشک دیکھنے والا کوئی نہیں؟

جب تمہارے ہونے والے کوئی نہیں؟

جب آفتوں نے چاروں طرف گھیر کر رکھ دیا ہو، کیا لگتا ہے، تمہارا محفاظ  
کوئی نہیں؟

ارے لوگوں ذرا آفتاب کی طرف ایک نظر ڈالو  
اگر وہ خالق اُس آفتاب کا مالک ہے،

کیا وہ آفت اُس آفتاب سے بڑھی۔

ارے لوگوں ذرا اُس کی قدرتوں کی طرف ایک نظر ڈال کر تو دیکھ لو،  
کیا وہ نظر تمہیں اُس کی بناوٹ کی خوبصورتی سے متاثر نہ کر پائی؟

ارے لوگوں ذرا اُس خالق سے دل سے مانگ کر تو کچھ دیکھو  
بے شک وہ نتیجہ بے مثال ہوگا

پھر یہ بات کہہ کر دیکھنا کہ نبی

جو ٹوٹ کر پایا، جو میں نہ کر پایا،

وہ میرا ذوالجلال واکرام کر دکھایا!

## زندہ لاشوں کا آخری سہارا

افسانہ

ظالموں کو ایک نہ ایک دن  
ضرور سزا ملے گی ماں“ وہ روندھے  
ہوئے گلے سے بولا۔

عمر ماں باپ کی حالت دیکھ  
اند رہی اندر ٹوٹ کر بکھر گیا تھا۔

ماں کی حالت دیکھ اُسے اپنا دل کٹا ہوا  
محسوس ہوتا۔ بھائی کی یاد اک پل بھی

دل سے جدا نہیں ہوتی تھی۔ رات کی  
تنبہائی میں اپنے بھائی کی یاد اسے

زیادہ ستانے لگتی۔ اُس کی کمرے میں  
رکھی گئی چیزیں اسے بے چین کر دیتیں

۔ دونوں بھائیوں کا کمرہ مشترک تھا  
۔ کمرے کی اک اک چیز دیکھ کر محسوس

شاہد کی یاد آنے لگتی۔ مسلسل رنگوں  
کی وجہ سے اس کی حالت خراب

ہو رہی تھی۔ سردرد اس کا ساتھی بن کر  
رہ گیا تھا۔ سردرد کی کتنی گولیاں لیں مگر

بے کار

اف، سردرد سے پھٹا جا رہا  
ہے، کاش چند پل کی ہی مجھے نیند

آجاتی تھوڑا آفاقہ ہو جاتا۔ وہ  
سوچنے لگا مگر نیند تو مدت ہوئی اُسے

رٹھی ہوئی تھی۔ بھائی کی جدائی میں  
نیند اسے کوسوں دور ہو گئی تھی۔ ماں

باپ کی حالت دیکھ وہ خود دن میں کتنی  
بار ٹوٹا پھر ڈکھی زخمی دل پر صبر کے

مرہم لگاتا، مگر ڈکھ جب دل مسیں  
سرایت کر جاتا ہے تو دل کو سمجھانا

مشکل ہو جاتا ہے۔ وہ سوچتا کہ  
میرے سوا ان کا کون ہے تو مضبوطی کا

خول خود پر چڑھا لیتا، دل اندر سے تار  
تار تھا، پھر بھی وہ اپنے ماں باپ کو

تسلیم دیتا رہتا۔ انہیں سمجھاتا رہتا  
کہ موت اور ظالموں کے آگے ہم

سب بے بس ہیں۔ شدت کرب سے  
وہ تڑپ رہا تھا تو اُسے یاد آیا اُسکی ماں

نیند کی گولیاں لیتی ہے، جو کڈا کٹرنے  
آرام کے لئے دی تھیں، اس

”کتنے لوگ رہتے ہیں  
تمہارے گھر میں؟“

”جی ہم دونوں میاں بیوی  
اور ہمارے دو بیٹے“

”دوسرا بیٹا کہاں ہے؟“

”جی وہ کسی کام سے باہر گیا  
ہوا ہے۔“ وہ کانپتے ہوئے بولا۔

”اچھا! ہوں“ اس نقاب  
پوش آدمی نے دوسرے کو کچھ اشارہ کیا

اور اس نے آ کر شاہد کی بازو پکڑ لی۔  
”چلو ہمارے ساتھ“ وہ

اُسے گھینٹا ہوا بولا  
”کہاں؟، کیوں؟ چھوڑو

مجھے“ وہ محسوس خود کو چھڑاتے ہوئے  
بولا

”تمہیں کس نے اجازت  
دی، سوال جواب کرنے کی؟ چلتا

ہے سیدھی طرح کہ دو چار لاسٹ  
گھونٹے کھائے گا۔“ نقاب پوش غصے

سے بولا۔  
”نہیں نہیں، آپ میرے

بیٹے کو نہیں لے جاسکتے، آخراں کی کیا  
غلطی ہے؟ کیا قصور ہے میرے بیٹے

کا؟“ وہ زار و قطار روتے ہوئے  
بولی۔

”یہ آپ لوگ میرے بیٹے  
کو کہاں لے کر جا رہے ہیں؟“ اس کا

باپ بے بسی سے ڈکھی لہجے مسیں  
بولا۔ مگر ان ظالموں نے اس بے بس

ماں باپ کے آنسوؤں پر کوئی دھیان  
نہ دیا اور اسکے بیٹے کو ساتھ لے کر چلے

گئے۔ وہ دونوں میاں بیوی روتے  
بلکتے رہ گئے، آہ وزاری کرتے رہ

گئے۔ عمر جب گھر پہنچا تو ساری بات  
سُن کر کچھ تھام کر رہ گیا۔

آپ نے چھوٹے کو کیوں  
ان ظالموں کے ساتھ جانے دیا؟“ وہ

ہاتھ کی پشت سے آنسو صاف کرتے



جمعرات ۱۹ فروری ۲۰۲۶ء بمطابق یکم رمضان المبارک ۱۴۴۷ھ

(اقوال ذریعہ)  
”تمہاری سب سے بڑی دشمنی تمہارے اپنے نفس سے ہے، اسے قابو میں رکھو“

ماہ رمضان اور ہم

اللہ تعالیٰ کی نعمتوں میں رمضان ایک عظیم نعمت ہے جسے اللہ رب العزت نے ہم بندوں کو خصوصی طور پر عطا فرمایا ہے۔ اس ماہ کی عظمت و رفعت کے لیے حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کا یہ قول ہی کافی ہے یعنی رمضان مقدس اللہ تعالیٰ کا مہینہ ہے۔ ساتھ ہی اس مبارک مہینے میں اللہ تعالیٰ کی جانب سے مختلف شہنشاہوں میں بے شمار انعامات و اکرامات کی بارشیں ہوتی ہیں جو اس کے فضائل و برکات کی روشن دلیل ہیں، مثلاً: اس کے علاوہ بھی اللہ تعالیٰ نے اپنے بندوں کو دیگر چھوٹے بڑے اعمال پر بہت سی انعامات و اکرامات سے نوازا ہے، جیسے افطار کرانے والے کو روزہ دار کے برابر ثواب ملانا، نفل اعمال کے بدلے ستر فضائل کے برابر ثواب ملنا اور فرض اعمال کے بدلے ستر فضائل کے برابر ثواب ملنا۔

اس سے واضح ہو گیا کہ اللہ رب العزت نے ہم بندوں پر اس ماہ مقدس میں بے انتہا فضل و کرم فرمایا ہے، لیکن سوال یہ ہے کہ ان انعامات و اکرامات سے ہم کس حد تک فیضیاب ہو رہے ہیں؟ رب کریم تو اپنی شانِ محبوبیت کا مظاہرہ کر رہے ہیں لیکن کیا ہم حق بندگی اور اگر بارے ہیں؟ ان تمام پہلوؤں پر غور و فکر کرنے کی ضرورت ہے، پھر اگر ہم احکام الہی کی تعمیل کا حق ادا کر رہے ہیں تو ٹھیک، ورنہ ہم سب کو اپنا اپنا مجاہد کرنا چاہیے اور مجاہدے کا سیدھا سطر یقہ یہ ہے کہ ہم یہ نہیں فرمائیں کہ اللہ کی دی ہوئی ان نعمتوں کی قدر ہم کہاں تک تلاوت سنتی بار کرتے ہیں، اگر اس کی تلاوت میں عام دنوں کی طرح رمضان میں بھی سستی سے کام لے رہے ہیں تو گویا ہم قرآن عظیم نعمت کی ناقدری کر رہے ہیں جب کہ اس نعمت کے نور سے قلب کی گندمی دور ہوتی ہے۔ پھر اس کے باوجود ہم پابندی سیروزہ رکھ رہے ہیں اس کے لوازمات و شرائط پوری نہیں کر رہے ہیں تو گویا روزہ کے نام پر ہم بھوکے پیاسے ہیں اور یہ روزہ جیسی نعمت کی ناقدری ہے، جب کہ حق تو یہ ہے کہ روزہ کی حالت میں تمام ظاہری و باطنی برائیوں سے دوری اختیار کی جائے، جیسے جھوٹ، نفیث، جھگلی، حسد، کینہ، بغض اور اس طرح کی تمام بری باتیں وغیرہ۔

اگر ہم سحری اس نیت سے کھارے ہیں کہ اللہ تعالیٰ نے اس میں برکت رکھی ہے اور اس کا کھانا اللہ و رسول کا حکم بھی ہے، تو ہمیں جسمانی اور روحانی دونوں تازگی حاصل ہوتی اور اگر سحری صرف اس نیت سے کھارے ہیں کہ پیٹ بھر جائے اور دن میں بھوک پیاس کی تکلیف محفوظ رہے، تو یہ مقصد تو حاصل ہو جائے گا لیکن باطنی سرور حاصل نہیں ہو جائے گا جو اصل مقصود ہے۔ اسی طرح اگر ہم افطار میں حلال اور پاک چیزوں کا اہتمام نہیں کرتے ہیں تو گویا ہم افطار جیسی نعمت کی ناقدری کر رہے ہیں۔ اس کے علاوہ ایک اور خرابی جو ہم اپنے اندر عام طور پر پاتے ہیں وہ یہ ہے کہ افطار میں ہم اپنے ہم پلہ لوگوں کے ساتھ بیٹھنے کی کوشش کرتے ہیں اور اپنے افطار کا لین دین بھی ان ہی لوگوں سے کرتے ہیں جو ہمارے برابر کے ہوں، اور خود سے کم تر پلہ لوگوں کو کسی خاطر میں نہیں لاتے، یہ نہایت ہی بری بات ہے۔ اس سے جہاں افطار کی برکتیں ختم ہونے کا خدشہ رہتا ہے وہیں ایک دوسرے کی دل شکنی کا بھی خوف رہتا ہے اور یہ دونوں باتیں محرومی کی وجہ ہیں۔

پھر اگر ہم پابندی سے نماز تراویح ادا نہیں کرتے ہیں تو اس کی پابندی کریں، یا نماز تراویح پابندی سے ادا کرتے ہیں، لیکن ان کی شرائط پوری نہیں کر پاتے تو اس کا لحاظ رکھیں، اسی طرح ان تراویح کی نمازوں میں ایک نفل بھی دیکھنے کو ملتا ہے کہ جب امام صاحب کبھی فرات کرتے ہیں، تو اس نفل میں سے کچھ مقتدی نہیں مارنے میں لگ جاتے ہیں اور کچھ مقتدی جانے کی چٹکی لینے میں مشغول ہو جاتے ہیں، پھر جیسے ہی امام صاحب نیرکوع کے لیے اللہ اکبر کہتا ہے، لوگ دوڑتے بھاگتے جماعت میں شریک ہوتے ہیں اور اپنے خشوع و خضوع کی مٹی پلیدو کرتے ہیں، ساتھ ہی دوسرے نمازیوں کے خشوع و خضوع پر بھی ڈاکہ ڈالتے ہیں جو نہ انفرادی اعتبار سے درست ہے اور نہ شرعی اعتبار سے لائق معافی۔ لہذا نماز تراویح جیسی نعمت الہی کی بے قدری نہ کی جائے۔

پھر اعتکاف کے معاملے میں یہ مشکل بھی سامنے آتی ہے کہ ہم میں ہر کوئی اعتکاف کی عظمت بیان کرتا ہے لیکن جب اعتکاف میں بیٹھنے کی باری آتی ہے تو سب اپنی اپنی باتیں جھانکنے لگتے ہیں اور خوش خوشی اعتکاف میں بیٹھنے کے لیے ہم میں سے کوئی تیار نہیں ہوتا اور اگر کوئی اعتکاف کے لیے سامنے آتا بھی ہے تو سب سے بوڑھا شخص۔ جیسے ہم میں سے کوئی لوگ اس وقت حج کا ارادہ کرتے ہیں جب ہم پر گناہ یا ہر طرح کے معیوب کام کرنے سے مجبور ہو جاتے ہیں۔ اس سے انکار نہیں کہ ایسے شخص کے مختلف ہونے بھی اعتکاف ادا ہو جائیگا، لیکن اس کی جو روحانیت ہے وہ شاید ہی حاصل ہو۔ مزید یہ کہ ہم میں سے جو کوئی مختلف ہو، اس کے لیے ضروری ہے کہ وہ زیادہ تر ذکر و دعا میں مشغول رہے، ایسا نہ ہو کہ ہمیشہ سوتا ہی رہے۔ مختلف خصوصیات و گفتگو میں نہایت احتیاط سے کام لینا چاہیے بلکہ کم بولنا چاہیے تاکہ اس اعتکاف کی اصل لذت حاصل ہو سکے۔ اسی طرح رمضان کی آخری طاق راتوں میں شب قدر کی تلاش کرتے وقت ہم میں سے اکثر لوگ نفل، تلاوت اور ذکر الہی میں مصروف رہنے کی بجائے یا تو مٹریں میں پوری رات گزار دیتے ہیں یا پھر اوصم بازی میں سارا وقت برباد کر دیتے ہیں اور شب قدر جیسی عظیم رات کی ناقدری کر بیٹھتے ہیں، اس لیے ایسی راتوں میں فالٹو جاننے کے بجائے اللہ کو یاد کرتے کرتے سوچنا چاہیے کہ یہ خیال میں زیادہ بہتر ہے۔ ایسے ہی صدقہ فطری کی شکل میں اللہ نے ہم بندوں کو ایک عظیم نعمت عطا فرمائی ہے، جس کے دوہرے فائدے ہیں: ایک یہ کہ صدقہ فطرا کر کے ہم اپنے روزوں سے نقصان کو دور کرتے ہیں اور دوسرے یہ کہ صدقہ فطر کے ذریعے ہم غم اور فقر کی حاجتوں کو پوری کر سکتے ہیں اور دوسرے ان کی مدد کر سکتے ہیں۔ نیز خود اللہ کی بارگاہ میں سرخرو ہوئے ہیں اور انھیں بھی دنیا کے سامنے خفت و شرمندگی اٹھانے سے محفوظ رکھتے ہیں۔ اس طرح ان انعامات الہیہ کی قدر بھی ہوگی ہے اور ان سے فیض بھی حاصل ہوگا۔



(حافظ) انوار احمد قادری

حج، پورن پور، چلی بھیت، مغربی اتر پردیش دنیا کی گردش ایام میں کچھ ساتتیس ایسی آتی ہیں جو صرف وقت کا حصہ نہیں ہوتیں بلکہ آسمانی عنایات کا عنوان اور ربانی نوازشات کا مظہر ہوتی ہیں۔ اسلامی سال کے بارہ مہینوں میں رمضان المبارک وہ مہینہ ہے جسے خالق کائنات نے اپنی خصوصی نسبت عطا فرمائی، نزول قرآن کی سعادت بخشی، مغفرت و رحمت اور نعمات کا پیامبر بنایا۔ جیسے ہی شعبان المعظم کی آخری گھڑیاں سنتی ہیں اور رمضان المبارک کی آمد کی نوید سنائی دیتی ہے تو اہل ایمان کے دلوں میں ایک نورانی کیفیت جاگزیں ہو جاتی ہے۔

مساجد کے مینار منتظر دکھائی دیتے ہیں، گھروں میں سحری کی تیار یوں کا اہتمام شروع ہو جاتا ہے اور فضا میں ایک روحانی سرشاری محسوس ہونے لگتی ہے۔ یہی وہ لمحہ ہوتا ہے جب ایک عاشق صادق کی زبان سے بے ساختہ یہ صدا بلند ہوتی ہے:

ساقی میں تیرے صدقے سے دے رمضان آیا یہ مصرع امام احمد رضا خان قادری علیہ الرحمہ کی والہانہ فکر کا مظہر ہے۔ اس شعر میں بھی بظاہر صوفیانہ انداز ہے مگر اس کے باطن میں بندہ مومن کی وہ تڑپ پوشیدہ ہے جو رمضان المبارک کی آمد پر اپنے رب سے مزید قرب، رحمت اور مزید نوری ظہار ہوتی ہے۔ ساقی یہاں اس ذات کریم کی طرف اشارہ ہے جو بندوں کو اپنے فضل و کرم سے نوازتی ہے، خطاؤں کو معاف کرتی ہے، تشنگان معرفت کو سیراب کرتی ہے۔

سے سے مراد وہ روحانی سرشاری ہے جو عبادت کی لذت، تلاوت کی حلاوت، ذکر کی مٹھاس اور دعا کی قبولیت سے پیدا ہوتی ہے۔ جب رمضان المبارک آتا ہے تو گویا رب کریم خود اپنے بندوں کو دعوت دیتا ہے کہ آؤ میں تمہیں رحمت کا جام پلاؤں، مغفرت کی شراب عطا کروں اور تقویٰ کی سے تمہارے دلوں کو سرشار کر دوں۔

رمضان المبارک دراصل روح کی پیاس بجھانے کا مہینہ ہے۔ سال بھر کی غفلتیں، لغزشیں اور دنیاوی مشاغل انسان کے باطن پر گرد جما دیتے ہیں۔ دل کی زمین سخت ہو جاتی ہے اور آنکھوں کی نمی کم پڑ جاتی ہے۔ مگر جو نبی رمضان

المبارک کی ساتتیس وارد ہوتی ہیں تو گویا رحمت کی بارش برسنے لگتی ہے۔ روزہ انسان کے اندر تقویٰ کی شمع روشن کرتا ہے۔ سحری کی بیداری اسے نظم و ضبط سکھاتی ہے، افطار کی گھڑی اسے شکر گزاری کا سبق دیتی ہے اور تراویح کی محفل اسے قرآن کے نور سے منور کر دیتی ہے۔ یہی وہ سے ہے جس کی التجا عاشق اپنے ساقی سے کرتا ہے۔ یہ مہینہ قرآن مجید کا مہینہ ہے۔ اسی مقدس مہینے میں کلام الہی نازل ہوا جو قیامت تک کے لیے ہدایت کا سرچشمہ ہے۔ رمضان المبارک میں جب مساجد میں قرآن مجید کی تلاوت گونجتی ہے، حفاظ کرام آیات ربانی سناتے ہیں اور سامعین خشوع و خضوع سے سنتے ہیں تو محسوس ہوتا ہے کہ آسمان سے نور برس رہا ہے۔ بندہ جب بندہ میں گرتا ہے، جب آنکھوں سے آنسو بہتے ہیں اور دل گناہوں پر نادم ہوتا ہے تو یہی وہ لمحہ ہوتا ہے جب اسے روحانی سرشاری عطا کی جاتی ہے۔

رمضان المبارک روح کی پیاس بجھانے کا مہینہ

ہے۔ رمضان المبارک صرف بھوک اور پیاس کا نام نہیں بلکہ ایک جامع ترقیاتی نظام ہے۔ یہ انسان کو صبر، تحمل اور برداشت کی مشق کراتا ہے۔ وہ اپنی زبان کو لفظوں سے روکتا ہے، اپنی نگاہ کو حرام سے بچاتا ہے اور اپنے دل کو حسد و کینہ سے پاک کرنے کی کوشش کرتا ہے۔ گویا یہ مہینہ باطن کی صفائی اور کردار کی تعمیر کا عملی کورس ہے۔ یہی وہ کیفیت ہے جو انسان کو رب العالمین کے قریب لے جاتی ہے اور اس کی زندگی میں حقیقی انقلاب برپا کرتی ہے۔

رمضان المبارک کا ایک پہلو سماجی ہمدردی بھی ہے۔ جب انسان بھوک اور پیاس کی شدت محسوس کرتا ہے تو اسے غریبوں کی حالت کا احساس ہوتا ہے۔ زکوٰۃ اور صدقات کے ذریعے معاشرے میں توازن پیدا ہوتا ہے اور اخوت و مساوت کو فروغ ملتا ہے۔ افطار کی محفلیں محفل دسترخوان نہیں ہوتیں بلکہ دلوں کو جوڑنے کا ذریعہ بنتی ہیں۔ اس طرح رمضان المبارک فرد اور معاشرہ دونوں کی اصلاح کا ذریعہ بن جاتا ہے۔

آج کے مادی دور میں جہاں انسان اپنی خواہشات کا امیر بن چکا ہے، رمضان اسے یاد دلاتا ہے کہ اصل کامیابی نفس کی غلامی میں نہیں بلکہ اس کی تربیت میں ہے۔ یہ مہینہ ہمیں بتاتا ہے کہ دنیا کی چمک دکھ عارضی ہے اور دائمی کامیابی رب العالمین کی رضا میں مضمر ہے۔ اگر بندہ اس مہینے میں سچے دل سے توبہ کرے، اپنے اعمال کا

روزہ اور میڈیکل سائنس

کمیونٹی سائنس کا ایک شعبہ ہے جو طبی علم اور زندگی کے مسائل کو حل کرنے کے لیے طبی سائنسوں کے ساتھ ساتھ دیگر سائنسی شعبوں سے استفادہ کرتا ہے۔ روزہ اور میڈیکل سائنس کے درمیان ایک گہرا تعلق ہے۔ روزہ کے ذریعے جگر کو کم سے کم آرام مل جاتا ہے۔ یہ روزہ کے ذریعے غیر ملکی ماکرو نائٹروجن کے لیے بے حد معمولی مقدار کی خوراک بھی ملتی ہے اور یہی ماکرو نائٹروجن جسم کو مدد دیتا ہے کہ وہ اپنے جسم کو تازہ رکھ سکے۔ روزہ کے دوران اعتدالی نظام کو آرام کی حالت میں ہوتا ہے۔ عبادت کی بجائے آدھی حالت میں حاصل شدہ تسکین ہماری تمام کمزوریوں اور غصے کو دور کر دیتی ہے۔ اس سلسلے میں زیادہ خشوع و خضوع اور اللہ کی مرضی کے سامنے سرگولہ ہونے کی وجہ سے پریشانیوں بھی تحلیل ہو کر ختم ہو جاتی ہیں اور یوں شدید سے شدید تر مسائل جو اعصابی دباؤ کی صورت میں ہوتے ہیں تقریباً ختم ہو جاتے ہیں پھر روزہ کے دوران جنسی خواہشات چونکہ علیحدہ ہو جاتی ہیں اس وجہ سے بھی اعصابی نظام پر منفی اثرات مرتب نہیں ہوتے اور انمول طاقت بھی بحال ہونے لگتی ہے۔

روزہ اور وضو کے مشترکہ اثر سے جو مضبوط ہم آہنگی پیدا ہوتی ہے، اس سے دماغ میں دوران خون کا بے مثال توازن قائم ہو جاتا ہے، جو صحت مند اعصابی نظام کی نشان دہی کرتا ہے۔ اندرونی غددوں کو جو آرام ملتا ہے وہ پوری طرح اعصابی نظام پر اثر پڑ رہتا ہے۔ جو

کے لیے جائز خواہشات کو ترک کر سکتے ہیں تو حرام کاموں سے بچنا اور بھی آسان ہونا چاہیے۔ تراویح ہمیں یاد دلاتی ہے کہ قرآن صرف سننے کے لیے نہیں بلکہ سمجھنے اور اس پر عمل کرنے کے لیے نازل ہوا ہے۔ سحری کی بیداری ہمیں غفلت کی نیند سے جگانے کا استعارہ ہے اور افطار کی ساعت ہمیں یہ پیغام دیتی ہے کہ صبر کے بعد راحت ضرور ملتی ہے۔ آج ضرورت اس بات کی ہے کہ ہم رمضان المبارک کو نرم سننے دیں بلکہ اسے اپنی اصلاح کا ذریعہ بنائیں۔ اپنے گھروں کو نماز اور تلاوت کا گوارا بنائیں، اپنی زبان کو ذکر و توبہ سے ترنگیں، اپنے دلوں کو کینہ و حسد سے پاک کریں اور اپنے معاملات کو دیانت و صداقت سے مزین کریں۔

اگر ہم نے اس مہینے میں اپنے اندر تقویٰ کی شمع روشن کر لی تو یہ تیس سال بھر ہماری رہنمائی کرے گی۔ اگر ہم نے اپنے نفس کو قابو میں کرنا سیکھا تو یہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم کی زندگی کے برکتوں کی رحمتیں بے کنار ہیں مگر یہ صرف اسی

کے حصے میں آتی ہیں جو سچے دل سے طالب ہو۔ مغفرت کے دروازے کھلے ہیں مگر دستک دینا ہماری ذمہ داری ہے۔ نجات کی راہیں روشن ہیں مگر ان پر چلنا ہمیں خود ہے۔ کہیں ایسا نہ ہو کہ یہ مہینہ ہمارے سامنے سے گزر جائے اور ہم خالی ہاتھ رہ جائیں۔ کہیں ایسا نہ ہو کہ قیامت کے دن ہم پر حسرت کریں کہ کاش ہم نے رمضان کی قدر پہچانی ہوتی۔ پس آئیے اس آخری ساعتوں میں اپنے رب کریم کے حضور جھک جائیں، اپنے گناہوں کا اعتراف کریں، اپنی کوتاہیوں پر ندامت کے آنسو بہائیں اور عہد کریں کہ ہم اپنی زندگی کو اس کے احکام کے مطابق ڈھالیں گے۔ یہی رمضان کا اصل پیغام ہے، یہی اس کی حقیقی سے ہے اور یہی وہ سرشاری ہے جس کی طلب میں ایک عاشق پکارا رہتا ہے: ساقی میں تیرے صدقے سے دے رمضان آیا۔ اللہ تعالیٰ ہمیں رمضان المبارک کی قدر کرنے، اس کی رحمتوں سے بھر پور استفادہ کرنے اور اپنے دلوں کو نور ایمان سے منور کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔ ہمیں بھی وہ روحانی سرشاری نصیب ہو جس کی التجا امام احمد رضا خان قادری علیہ الرحمہ نے اپنے شعر میں کی ہے۔ ہمارے سگاہوں کو معاف فرمائے، ہماری کوتاہیوں کو درگزر فرمائے اور ہمیں ان سعادت مند بندوں میں شامل فرمائے جو رمضان کے صدقے بخش دیے جاتے ہیں۔

آمین یا رب العالمین (مضمون نگار معروف صحافی و تجزیہ نگار ہیں) iftikharahmadquadri@gmail.com

روزہ کا اس انسانی نظام پر ایک اور احسان ہے پھر انسانی تحت الشعور، جو رمضان المبارک کے دوران عبادت کی بدولت صاف، شفاف اور تسکین پزیر ہوتا ہے، اعصابی نظام پر ہم کے تازہ اور ابھرنے کو دور کرنے میں مدد دیتا ہے۔ خون ہڈیوں کے گودے میں بنتا ہے۔ جب کبھی جسم کو خون کی ضرورت محسوس پڑتی ہے تو ایک خود کار نظام ہڈی کے گودے سے حرکت پزیر کر دیتا ہے۔ کم زور اور لاغر لوگوں میں یہ گودا بطور خاص ست حالت میں ہوتا ہے۔ یہ کیفیت بڑے بڑے شہروں میں رہنے والوں میں بھی پائی جاتی ہے۔ اس وجہ سے پڑھو گی اور پیلے چہروں سے روز بروز اضافہ ہوتا جاتا ہے مگر روزہ کے دوران جب خون میں غذائی مادے کم ترین سطح پر ہوتے ہیں، تو ہڈیوں کا گودا خود بخود حرکت پزیر ہوتا ہے۔ اس کے نتیجے میں لاغر لوگ روزہ رکھ کر آسانی سے اپنے اندر زیادہ خون پیدا کر سکتے ہیں۔ ہاں، جو شخص خون کی چھیدہ بیماری میں مبتلا ہو، اسے طبی معائنے اور ڈاکٹر کی تجویز کو ملحوظ خاطر رکھنا چاہیے۔ روزہ کے دوران جگر کو ضروری آرام مل جاتا ہے۔ یہ ہڈی کے گودے کیلئے ضرورت کے مطابق اتنا ہی مواد مہیا کرتا ہے جس سے با آسانی اور زیادہ مقدار میں خون پیدا ہو سکے۔ اس طرح روزہ سے متعلق بہت سے اقسام کی حیاتیاتی برکات کے ذریعے ایک پتلا دہلا شخص نہ صرف اپنا وزن بڑھا سکتا ہے بلکہ موٹے اور فربہ لوگ بھی اپنی سختی پر روزہ کی عمومی برکات کے ذریعے وزن کم کر سکتے ہیں۔

جگر پر روزہ کی برکات میں سے ایک وہ ہے، جو خون کے یہ کیا عمل پر اس کی اثر اندازی سے متعلق ہے۔ جگر کے انتہائی مشکل کاموں میں ایک کام اس توازن کو برقرار رکھنا بھی ہے، جو غیر ہضم شدہ خوراک کے درمیان ہوتا ہے۔ اسے یا تو لٹے کو اسٹور کرنا ہوتا ہے یا پھر خون کے ذریعے اسے ہضم ہو کر تحلیل ہو جانے کے عمل کی گمانی کرنا ہوتی ہے۔ روزہ کے دوران اعصابی نظام مکمل سکون اور آرام کی حالت میں ہوتا ہے۔ عبادت کی بجائے آدھی حالت میں حاصل شدہ تسکین ہماری تمام کمزوریوں اور غصے کو دور کر دیتی ہے۔ اس سلسلے میں زیادہ خشوع و خضوع اور اللہ کی مرضی کے سامنے سرگولہ ہونے کی وجہ سے پریشانیوں بھی تحلیل ہو کر ختم ہو جاتی ہیں اور یوں شدید سے شدید تر مسائل جو اعصابی دباؤ کی صورت میں ہوتے ہیں تقریباً ختم ہو جاتے ہیں پھر روزہ کے دوران جنسی خواہشات چونکہ علیحدہ ہو جاتی ہیں اس وجہ سے بھی اعصابی نظام پر منفی اثرات مرتب نہیں ہوتے اور انمول طاقت بھی بحال ہونے لگتی ہے۔







امریکہ کی ترجیح ہے کہ ایران کے پاس جوہری ہتھیار نہ ہوں: بے ڈی وینس

مذاکرات کا دوسرا دور بعض صورتوں میں تعمیری رہا ہے

واشنگٹن، 18 فروری (یو این آئی) - نائب امریکی صدر بے ڈی وینس نے کہا کہ مذاکرات کے دوران بعض صورتوں میں تعمیری کام ہوا ہے۔



بے ڈی وینس نے کہا کہ مذاکرات کے دوران بعض صورتوں میں تعمیری کام ہوا ہے۔

سعودی عرب میں رمضان میں حرمین

ہائی اسپڈ ٹرین سروس کا آپریشن پلان جاری

ریاض، 18 فروری (یو این آئی) - سعودی عرب میں ریلوے حکام نے ماہ رمضان کے دوران حرمین ہائی اسپڈ ٹرین سروس کا آپریشن پلان جاری کر دیا ہے۔



پلان تیار کیا ہے۔ واضح رہے کہ حرمین ہائی اسپڈ ٹرین کا شمار دنیا کی تیز رفتار ریلوں میں ہوتا ہے جس کی انتہائی رفتار 300 کلومیٹر فی گھنٹہ ہے۔

اسرائیلی وزیر خارجہ نے مغربی کنارے کو سرکاری اراضی قرار دینے پر مسلم ممالک کے مذمتی بیان کو بے بنیاد، گمراہ کن قرار دیا

اسرائیلی وزیر خارجہ نے مغربی کنارے کو سرکاری اراضی قرار دینے پر مسلم ممالک کے مذمتی بیان کو بے بنیاد، گمراہ کن قرار دیا

تل ابیب، 18 فروری (یو این آئی) - اسرائیلی وزارت خارجہ نے مغربی کنارے میں اراضی کے سرکاری ملکیت قرار دینے اور ان کے رجسٹریشن اور ملکیت کے تصفیے کے طریقہ کار کی منظوری کے اسرائیلی حکومت کے فیصلے کی سخت مذمت کی ہے۔

جوہری مذاکرات: امریکہ کے ساتھ بنیادی اصولوں سے متعلق مباحث پر پہنچ گئے: وزیر خارجہ ایران

جوہری مذاکرات: امریکہ کے ساتھ بنیادی اصولوں سے متعلق مباحث پر پہنچ گئے: وزیر خارجہ ایران

تہران، 18 فروری (یو این آئی) - ایرانی وزیر خارجہ نے کہا کہ امریکہ کے ساتھ بنیادی اصولوں سے متعلق مباحث پر پہنچ گئے ہیں۔

تہران، 18 فروری (یو این آئی) - ایرانی وزیر خارجہ نے کہا کہ امریکہ کے ساتھ بنیادی اصولوں سے متعلق مباحث پر پہنچ گئے ہیں۔

امریکی بحری بیڑے پلک جھپکتے میں سمندر برد کیے جاسکتے ہیں: خامنہ ای

امریکی بحری بیڑے پلک جھپکتے میں سمندر برد کیے جاسکتے ہیں: خامنہ ای

تہران، 18 فروری (یو این آئی) - ایرانی صدر نے کہا کہ امریکہ کے بحری بیڑے کو سمندر برد کیے جاسکتے ہیں۔

تہران، 18 فروری (یو این آئی) - ایرانی صدر نے کہا کہ امریکہ کے بحری بیڑے کو سمندر برد کیے جاسکتے ہیں۔

فرانس اور الجزائر تعلقات کی بحالی پر متفق ہو گئے

فرانس اور الجزائر تعلقات کی بحالی پر متفق ہو گئے

پاریس، 18 فروری (یو این آئی) - فرانس اور الجزائر نے تعلقات کی بحالی پر متفق ہو گئے ہیں۔

پاریس، 18 فروری (یو این آئی) - فرانس اور الجزائر نے تعلقات کی بحالی پر متفق ہو گئے ہیں۔

یوکرین - روس مذاکرات میں با معنی پیش رفت ہوئی: امریکہ

اس مہلک تنازعے کو ختم کرنے کے قریب ہیں

واشنگٹن، 18 فروری (یو این آئی) - امریکی سفارت کار اسٹیو کوف نے کہا کہ یوکرین اور روس کے درمیان جنگ ختم کرنے کی کوشش میں با معنی پیش رفت ہوئی ہے۔

واشنگٹن، 18 فروری (یو این آئی) - امریکی سفارت کار اسٹیو کوف نے کہا کہ یوکرین اور روس کے درمیان جنگ ختم کرنے کی کوشش میں با معنی پیش رفت ہوئی ہے۔



واشنگٹن، 18 فروری (یو این آئی) - امریکی سفارت کار اسٹیو کوف نے کہا کہ یوکرین اور روس کے درمیان جنگ ختم کرنے کی کوشش میں با معنی پیش رفت ہوئی ہے۔

رمضان اللہ کی بے شمار نعمتوں کی قدر دانی

کابا برکت اور مقدس مہینہ: صدر ٹرمپ

واشنگٹن، 18 فروری (یو این آئی) - امریکی صدر ڈونلڈ ٹرمپ نے مسلمانوں کو رمضان المبارک کی آمد پر مبارکباد دی ہے۔

واشنگٹن، 18 فروری (یو این آئی) - امریکی صدر ڈونلڈ ٹرمپ نے مسلمانوں کو رمضان المبارک کی آمد پر مبارکباد دی ہے۔

نیویارک کے گرجا گھر میں دھماکہ

پانچ افراد زخمی

نیویارک، 18 فروری (یو این آئی) - امریکی ریاست نیویارک کے قصبے بٹول کے گرجا گھر میں ہونے والے دھماکے کے نتیجے میں پانچ افراد زخمی ہو گئے۔

نیویارک، 18 فروری (یو این آئی) - امریکی ریاست نیویارک کے قصبے بٹول کے گرجا گھر میں ہونے والے دھماکے کے نتیجے میں پانچ افراد زخمی ہو گئے۔

آن لائن بھیک مانگنے والوں کو 3 ماہ قید اور 10 ہزار ڈالر جرمانہ ہوگا

دبئی پولیس کی تنبیہ

دبئی، 18 فروری (یو این آئی) - دبئی پولیس نے آن لائن بھیک مانگنے والوں کو 3 ماہ قید اور 10 ہزار ڈالر جرمانہ ہوگا۔

دبئی، 18 فروری (یو این آئی) - دبئی پولیس نے آن لائن بھیک مانگنے والوں کو 3 ماہ قید اور 10 ہزار ڈالر جرمانہ ہوگا۔

ہم، ہجرت کی حوصلہ افزائی کریں گے: سمووٹچ

ہم ایک عرب دہشت گرد ریاست کے تصور کو ختم کر دیں گے

تل ابیب، 18 فروری (یو این آئی) - اسرائیلی وزیر خارجہ نے کہا کہ وہ سعودی عرب کی ہجرت کی حوصلہ افزائی کریں گے۔

تل ابیب، 18 فروری (یو این آئی) - اسرائیلی وزیر خارجہ نے کہا کہ وہ سعودی عرب کی ہجرت کی حوصلہ افزائی کریں گے۔