دُنیا
21 تا 27 جولائی 2013ء
سنڈے میگزین

انسان کا پہناوا
بنتی مشینیں

ہسپتالوں میں مریضوں کے ساتھ
کیا ہو رہا ہے؟
--خصوصی فیچر

نوول کرونا وائرس
عرب ممالک کو دہشت زدہ کرنے والا مہلک جرثومہ

psi
Healthy lives. Measurable results.

greenstar
Social Marketing

سبزستارہ

ماں اور بچے کی صحت کا ستارہ

سبزستارہ

ہر گاؤں، ہر شہر میں صحت کی خوشیوں کا سفر جاری ہے.....

صحت کی آگاہی پہنچانے کا عزم لئے سبز ستارہ کے بہترین ڈاکٹرز، لیڈی ہیلتھ وزیٹرز اور تربیت یافتہ عملہ پاکستان بھر میں ممکن بنا رہا ہے کہ ہر ماں اور بچے تک صحت عامہ کی معیاری سہولیات اور مصنوعات فراہم کی جاسکیں۔ اب ہر چہرے پر صحت کی چمک اور ہر آنگن میں رونق ہوگی!

ہماری معیاری خدمات و مصنوعات سے فائدہ اٹھانے اور مزید معلومات کیلئے مفت کال کریں **0800 111 71**

کوالٹی پر بھروسہ... بچوں کی صحت پر NO سمجھوتہ

سرن گرائپ واٹر

بچوں کے نظام ہضم کے لئے بہترین

الکحل سے پاک

قدرتی اجزاء سے تیار سرن گرائپ واٹر ریاحی درد اور
دانت نکلنے کی تکلیف میں دے بچے کو فوری آرام

Purity ہی Quality ہے

SERNE®
Ispaghol
Natural Husk

100% Hygienic Jar

CITY HERBAL CARE LABORATORIES®
Web Site: www.cityherbal.com
E-mail: cityherbalcare@gmail.com

طرزِ زندگی میں جنم لیتی انوکھی تبدیلی

انسان کا پہناوا بنتی مشینیں

ہماری جسمانی ونفسیاتی کیفیات لمحہ بہ لمحہ نوٹ کرنے والے آلات کا بیان جو تندرستی کے ہرکارے ہیں مگر بعض اوقات نقصانات کا سندیسہ بھی

سید عاصم محمود

شہرہ آفاق برطانوی ڈرامہ نگار، ولیم شیکسپیئر اپنے ایک ڈرامے، ہنری پنجم میں لکھتا ہے: ''انسان وقت کا غلام ہے۔'' یہ قول دورِ جدید کے انسانوں پر موزوں بیٹھتا ہے جنہیں وقت کی پیمائش کا عمل اپنی گرفت میں لے چکا۔

مثال کے طور پر برطانوی صحافی، ایلسا چارٹ ہی کو لیجیے۔ 30 جون کو اس نے چار ٹیلی فون کیے اور اوسطاً 24 منٹ باتیں کرتی رہی۔ آخری کال 22 منٹ 23 سیکنڈ تک محیط تھی۔ یہ امر اسے فون پر نصب وقت بتانے والے ڈیجیٹل آلے کے ذریعے معلوم ہوا۔

اسی شام وہ بذریعہ ریل لندن کے علاقے، ویسٹ ریج اپنی سہیلی سے ملنے پہنچی۔ سمارٹ فون میں موجود سٹاپ واچ کی رو سے یہ سفر 30 منٹ 15 سیکنڈ میں طے ہوا۔ اگلے دن صبح سویرے حسب معمول دوڑنے نکلی۔ ایلسا نے پیڈومیٹر (pedometer) کے مطابق 5 میل کا فاصلہ 8 منٹ 45 سیکنڈ میں طے کیا۔

اسی دن ایلسا کو ایک اہم مضمون مکمل کرنا تھا، لہٰذا وہ صرف چار ہزار قدم چل سکی۔ حالانکہ ڈاکٹر نے اسے کہہ رکھا ہے کہ وہ تندرستی کی خاطر روزانہ دس ہزار میل ضرور چلا کرے۔ رات کو سونے سے قبل اس نے ایک کتاب 45 فیصد تک پڑھ ڈالی۔ یہ حقیقت اسے ای ریڈر، کنڈل کے ذریعے معلوم ہوئی۔

پہلے ایلسا کا خیال تھا کہ وہ دوران ورزش انگلیوں اور پنجوں کے بل پر ایک منٹ تک کھڑی ہو سکتی ہے۔ مگر گھڑی میں نصب سٹاپ واچ نے آشکار کیا کہ وہ 54 سیکنڈ ہی یہ ہیئت برقرار رکھ پاتی ہے۔

ایلسا اب کلائی والے آلے (wristband) کی مدد سے اپنی نیند کے اوقات بھی جان چکی۔ وہ زیادہ سے زیادہ 7 گھنٹے اور 20 منٹ سوتی ہے۔ یہ آلہ انسانی نیند کا وقت اور شدت بھی ریکارڈ کرتا ہے۔ اسی آلے کی بدولت ایلسا نے یہ بھی جانا کہ وہ رات کو نیند کی گولی نہ کھائے، تو بار بار آنکھ کھل جاتی ہے۔

انسان وقت کی مٹھی میں

اکیسویں صدی میں خوش آمدید جس کے ایک انسان کی ڈائری آپ کے زیر مطالعہ ہے۔ معمولات زندگی عیاں کرنے والی یہ ڈائری پڑھ کے احساس ہوتا ہے کہ انسان وقت کی مٹھی میں آ چکا۔ بیس پچیس سال قبل وقت کی اتنی قدر و قیمت نہیں تھی..... اب تو روزانہ کروڑوں لوگ سیکنڈوں کے حساب سے اپنے معمولات زندگی تشکیل دیتے ہیں۔ دورِ جدید کا یہ چلن فوائد رکھتا ہے اور نقصان بھی۔

ترقی یافتہ ممالک میں خصوصاً ذاتی صحت کی دیکھ بھال کا عمل اور وقت لازم ملزوم بن چکے۔ ماہرین کے مطابق وقت کی پیمائش کرنے والے ایسے سیکڑوں آلے ایجاد ہو چکے جو صحت کی کسی نہ کسی سرگرمی سے متعلق ہیں۔ مرد و خواتین میں کرائے گئے جائزے انکشاف کرتے ہیں کہ ان میں وزن اور غذا سے متعلق آلات بہت مقبول ہیں۔

انہی جائزوں سے منکشف ہوا کہ لاکھوں لوگ آلات پیمائش وقت کے ذریعے اپنی مخصوص بیماریوں کا حساب کتاب رکھتے ہیں، مثلاً بلڈ پریشر یا خون میں سطح شکر کی پیمائش۔ بعض مرد وزن یہ حساب کتاب اپنے ''ذہن'' میں محفوظ رکھتے، تو بیشتر کمپیوٹر یا کاغذ پہ اتار لیتے ہیں۔

امریکی الیکٹرونکس ایسوسی ایشن کا کہنا ہے کہ صرف امریکہ میں ہر سال 70 ملین ڈالر کے آلات وقت و پیمائش فروخت ہوتے ہیں۔ ان میں سمارٹ گھڑیاں اور سمارٹ عینکیں بھی شامل ہیں۔ ایسوسی ایشن کی رو سے 2018 تک دنیا بھر میں پچیس کروڑ انسان یہ آلات استعمال کر رہے ہوں گے۔ جبکہ اس کاروبار کی مالیت ایک تا ڈیڑھ ارب ڈالر (100 تا 150 ارب روپے) تک پہنچ جائے گی۔

دراصل اب آلات وقت و پیمائش روزمرہ زندگی کے دوران کئی مواقع پر کام آنے والے اوزار بن چکے۔ ماضی میں مخصوص لوگ ہی یہ آلات استعمال کرتے تھے۔ لیکن آج ان کی مدد سے عام انسان بھی سائنس داں کے روپ میں ڈھل چکا۔ مثلاً ذیابیطس کا مریض جو اپنے خون میں شکر کی سطح نظر میں رکھتا ہے تاکہ تندرست رہ سکے۔ بلکہ اب صحت مند انسان بھی انہی آلات کی مدد سے خود کو تندرست و توانا رکھتا ہے۔

حساب کتاب محفوظ کرنے والے آلات

ان برقی و مشینی آلات میں دلچسپی لینے کی بڑی وجہ یہ ہے کہ معاملات صحت اپنے ہاتھوں میں لے کر ہر انسان شعوری طور پر اطمینان محسوس کرتا ہے۔ یہ ایک مثبت سرگرمی ہے۔ کیونکہ اپنی صحت سے باخبر مرد و زن جعلی ماہرین صحت اور عطائیوں کے جھوٹے دعوؤں پر یقین نہیں رکھتے اور نہ ان کے جھانسوں میں آتے ہیں۔

ترقی یافتہ ممالک میں تو یہ چلن ہو چکا کہ آلات پیمائش و وقت کے ذریعے صحت کا جو خاکہ تیار ہو، لوگ اسے سوشل ویب سائٹوں پر دوسروں سے شیئر کرتے ہیں۔ مثلاً کوئی اپنا بی ایم آئی (Body mass index) فیس بک پر پوسٹ کرتا تو دوسرا اپنے ویٹ پر گئے اپنے قدم ٹویٹر میں لکھتا ہے۔

اب مشہور امریکی روزنامے، نیویارک ٹائمز کے رپورٹر، برائن ایلٹر کی مثال لیجیے۔ موصوف کھا کھا کر پھول کے کپا ہو گئے۔ ڈائٹنگ کا پروگرام بنایا مگر اس پر عمل نہ کر سکا۔ وہ لکھتا ہے ''میں نے پھر فیصلہ کیا کہ ٹویٹر سے مدد لی جائے۔ میں جو کھاتا، وہاں لکھ دیتا۔ یوں میں اپنے اور دوستوں کے کڑے عمل احتساب سے گزرا تو خود بخود ڈائٹنگ کی سمت راغب ہو گیا۔''

ماضی میں ہماری زندگی کی تلخ و شیریں یادیں دماغوں یا زیادہ سے زیادہ پرانی تصاویر و ڈائریوں میں محفوظ رہتی تھیں۔ لیکن آج روزمرہ زندگی کا حساب کتاب محفوظ کرنے والے ان گنت آلات وجود میں آ چکے۔ یہ سوتے جاگتے، اٹھتے بیٹھتے، کھاتے پیتے اور کام یا آرام کرنے کے دوران ہمارے معمولات زندگی نوٹ کرتے اور ہمیں خود سے باخبر رکھتے ہیں۔

انسان نے یہ آلات وقت و پیمائش یہی سوچ کر ایجاد کیے کہ اپنی صحت پر نظر رکھے، خود کو منظم کرے اور زندگی گزارنا آسان بنا لے۔ لیکن رفتہ رفتہ اس چلن کے خلاف سوال بھی اٹھ رہے ہیں۔ مثلاً یہ کہ کہیں ایسا نہ ہو، انسان پیمائشوں کے اس چکر میں اتنی بری طرح پھنسے کہ پھر نکل نہ سکے؟ اور یہ کہ اس عمل سے انسان کی رہی سہی پرائیویسی کا بھی جنازہ نکل جائے گا کیونکہ وہ سوشل میڈیا میں اپنی نجی زندگی ریکارڈ کرنے لگا ہے۔

اپنی ذات سے باخبر رہیے

دو سال قبل جب امریکی خاتون، لیزہ بینٹس پہلی زچگی سے گزری، تو شوہر مختلف آلات کے ذریعے اس موقع کی لمحہ بہ لمحہ رپورٹ ریکارڈ کرتا رہا۔ ظاہر ہے، اس خاندان کے لیے پہلے بچے کی پیدائش ایک یادگار واقعہ تھا۔

حال ہی میں لیزہ بینٹس نے اپنی ازدواجی زندگی کو بہتر بنانے کی خاطر ایک انوکھا کمپیوٹر پروگرام تخلیق کیا۔ اسے یہ پروگرام تیار کرنے کی ترغیب ایک کتاب ''بیوی کی ضروریات، شوہر کی ضروریات'' (His Needs, Her Needs) پڑھنے سے ملی۔ امریکی مصنف ولارڈ ہارلے کی لکھی اس کتاب کا نچوڑ یہ ہے کہ بعض باتیں شادی کو مضبوط بناتی جبکہ کچھ کمزور کر دیتی ہیں۔

لیزہ کا پروگرام بینک اکاؤنٹ کے مترادف ہے۔ روزانہ، ماہانہ اور سالانہ کے حساب سے میاں بیوی محبت و ہمدردی کے جو مثبت مظاہرے دکھائیں، وہ ان کے اکاؤنٹ میں ''ڈپازٹ'' ہو جاتے ہیں۔ لیکن کوئی خودغرضی، غصے یا نفرت کا مظاہرہ دکھائے، تو وہ اس کے مثبت مظاہروں میں سے منہا ہو جاتا ہے۔

مثال کے طور پر بیگم نے لڑائی کا آغاز کیا، تو اکاؤنٹ سے اس کا ایک مثبت مظاہرہ کٹ گیا۔ لیکن اس نے رات کو مزے دار کھانا بنایا، تو بیوی کے اکاؤنٹ میں ایک مثبت عمل کا اضافہ ہو گیا۔

لیزہ اور اس کا شوہر کامیابی سے اس پروگرام پر عمل پیرا ہیں۔ دونوں کا کہنا ہے کہ اس پروگرام کے ذریعے انہیں ازدواجی زندگی کی اونچ نیچ اور حقوق و فرائض سمجھنے میں بہت مدد ملی۔

48 سالہ لیزہ کمپیوٹر سائنس دان نہیں بلکہ ایک اداکارہ ہے۔ آبائی تعلق ٹورنٹو سے ہے۔ اپنے دونوں بچوں کو گھر میں پڑھاتی ہے۔ اپنے متعلق کہتی ہے ''میں مکمل طور پر بدنظم عورت ہوں جس کی سعی ہے کہ منظم ہو جائے۔''

لیزہ اور اس کا شوہر ان لاکھوں مرد و زن میں سے ایک ہیں جو ''باخبر ذات'' (Self-Quantifying) تحریک سے وابستہ ہیں۔ اس تحریک سے وابستہ لوگ جدید ٹیکنالوجی اور قابل پہناوا (Wearable) مشینی و برقی آلات کے ذریعے اپنے روزمرہ معمولات نوٹ کرتے ہیں تاکہ اپنی جسمانی و ذہنی حالت بہتر بنا سکیں۔ یہ تحریک لائف لاگنگ (lifelogging)، آٹو اینالگس (auto-analytics)، باڈی ہیکنگ (body hacking) اور سیلف ٹریکنگ (self-tracking) بھی کہلاتی ہے۔

ایک جدید انداز زندگی

باخبری ذات کی عام مثالیں تو پاکستان میں بھی ملتی ہیں۔ مثلاً راقم کے ایک جاننے والے یہ روزانہ ریکارڈ رکھ رہے ہیں کہ کیا کھن کھانے سے ان کی ذہنی صلاحیت میں اضافہ ہوا ہے؟ بلڈ گلوکوز مانیٹر کا سمارٹ گھڑی کو ڈیٹا بھجوانا بھی باخبری ذات کی عام مثال ہے۔

ترقی یافتہ ممالک میں اپنی صحت کی فکر کرنے والے روزانہ اپنا بی ایم آئی چیک کرتے، اپنی منزل کی پوری معلومات سے باخبر ہوتے، اپنا جینوم نکلواتے اور نفسیاتی ٹیسٹ دیتے ہیں۔ کئی لوگ قابل پہناوا آلات کے ذریعے جانتے ہیں کہ فلاں ورزش سے انہیں کتنا فائدہ ہوا تاکہ بہترین ورزشوں کا نظام اپنا سکیں۔ کئی دیوانے تو اپنے پاخانے کا بھی باقاعدگی سے معائنے کرتے ہیں۔

بعض ممالک میں تو باخبری ذات کے حوالے سے جانوروں کی خاطر مخصوص قابل پہناوا آلات ایجاد ہو چکے۔ مثلاً جی پی ایس کالر جس کی مدد سے پالتو جانور کی سرگرمیوں پر نظر رکھنا ممکن ہے۔ نیز ابھی امریکہ میں ایسا آلہ ایجاد ہوا جو نوزائیدہ بچے کی جلد کا درجہ حرارت اور بچگانہ حرکات نوٹ کر کے والدین کو بچے کی حالت سے باخبر رکھتا ہے۔

امور باخبری ذات لکھنے کے لیے ایک ویب سائٹ بھی ظہور میں آ چکی۔ وہاں مرد و زن روزانہ جنم لینے والی اپنی جسمانی و نفسیاتی کیفیات رقم کر کے ان کا تجزیہ کرتے ہیں۔ رسل پولڈرک تو اس تحریک کو تحقیق میں ڈھال چکا۔

ٹیکساس یونیورسٹی، امریکہ سے وابستہ رسل نیوروسائنٹسٹ اور مائیر اینجنگ ہے۔ وہ ہر ہفتے تین چار بار اپنے دماغ کا ایم آر آئی اسکین کراتا اور بدن سے خون نکلوا کر اس کا معائنہ کرتا ہے۔ دراصل وہ یہ جاننا چاہتا ہے ''ایک سال کے عرصے میں میرا دماغ کیونکر کام کرتا ہے۔ نیز میرے نظام استحالہ (Metabolism) میں کس قسم کی تبدیلیاں جنم لیتی ہیں۔ میری خواہش ہے کہ روزانہ اور ماہانہ کی بنیاد پر دماغی سرگرمیوں کی پیچیدگیاں سمجھ سکوں اور یہ کہ وہ دیگر جسمانی نظاموں پر کیونکر اثر انداز ہوتی ہیں۔''

برطانیہ میں پچھلے دنوں باخبری ذات تحریک سے منسلک ایک جوڑے کا خاصا چرچا رہا۔ یہ جوڑا روزانہ اپنے دو بچوں کی ایک ہی ہیئت میں تصاویر کھینچتا ہے۔ مدعا یہ ہے کہ بچوں کی نشوونما کا منفرد تصویری ریکارڈ معرض وجود میں آ سکے۔

صحت بخش فلسفہ

باخبری ذات کے عاشق بذریعہ قابل پہناوا آلات اپنی کئی سرگرمیوں کا ریکارڈ رکھتے ہیں۔ مثلاً لیزہ کئی ماہ تک ''زیو بینڈ'' (Zeo band) پہنتی رہی تاکہ جان سکے، وہ کب سوتی اور اٹھتی ہے۔ وہ اپنے وزن پر بھی نظر رکھتی ہے۔ اُدھر شوہر آلات کے ذریعے یہ نظام بنا چکا کہ اسے روزانہ معدنیات اور وٹامنوں کی کتنی ضرورت ہوتی ہے۔

لیزہ اور اس کے شوہر کا دعویٰ ہے کہ

مستقبل کی ڈیجیٹل زندگی

امریکہ کے مشہور ماہر مستقبلیات، ریمنڈ کرزویل کا دعویٰ ہے کہ 2045ء تک انسان حیاتیاتی مشین بن جائے گا..... گویا ہمیشہ کی زندگی پالے گا۔ اگر سائنسی ٹیکنالوجی ترقی کی رفتار دیکھی جائے، تو یہ محض حقیقت میں بدلتا محسوس ہوتا ہے۔

آپ چاروں طرف نظر دوڑایئے، آپ کو چھوٹی بڑی کئی مشینیں نظر آئیں گی۔ سمارٹ فون، انٹرنیٹ، قابل پہناوا آلات اور ننھے منے حساس سینسروں کی بدولت خصوصاً ترقی یافتہ ممالک میں یہ مشینیں روزمرہ زندگی کا حصہ بن چکی۔ ماہرین کی رو سے وہ دن دور نہیں، جب جسم کے اندر فٹ ہونے والی مشینیں بھی ایجاد ہو جائیں گی۔

انسانی جسم کا محور و مرکز دماغ ہے..... ایسا قدرتی سپر کمپیوٹر جو فی سیکنڈ 100 ارب پیائشیں انجام دینے کی صلاحیت رکھتا ہے۔ لیکن سائنس داں انسانی دماغ سے طاقتور سپر کمپیوٹر ایجاد کر چکے۔ مثلاً دنیا کا سب سے تیز رفتار چینی سپر کمپیوٹر، تیان ہی فی سیکنڈ تقریباً 34 کھرب پیائشیں انجام دیتا ہے۔

لیکن انسان ساختہ سپر کمپیوٹر ابھی جم میں انسانی دماغ کا مقابلہ نہیں کر سکتے۔ سپر کمپیوٹر کئی سو مربع گز جگہ گھیرتے ہیں، جبکہ انسانی دماغ ہتھیلی میں سما جاتا ہے۔ چنانچہ جس دن ماہرین انسانی دماغ سے چھوٹا مگر اس سے زیادہ طاقت ور سپر کمپیوٹر بنانے میں کامیاب ہوئے تب مشینی حکمرانی کا دور شروع ہو جائے گا۔

فی الوقت ہزارہا اقسام کی مشینیں زندگی آسان بنانے میں ہماری مدد کر رہی ہیں۔ ان میں قابل پہناوا اور گھریلو سینسری آلات عمل باخبری ذات سے بھی تعلق رکھتے ہیں۔ چونکہ اب زیادہ سے زیادہ لوگ ان سے استفادہ کر رہے ہیں لہٰذا آلات بنانے والی کمپنیاں سالانہ کروڑوں روپے تحقیق و تجربات پہ صرف کرتی ہیں تاکہ انہیں بہتر بنایا جا سکے۔

مثال کے طور پر 2009ء میں امریکی کمپنی، وی تھنگس (Withings) نے سمارٹ اسکیل (پیمانہ) نامی آلہ متعارف کرایا۔ اب وہ صحت پہ نظر رکھنے والا بہترین نظام فراہم کرتی ہے۔ نظام سے وابستہ ننھے منے آلات وزن نوٹ کرتے، چربی کی موٹائی کا حساب لگاتے، بیرونی سرگرموں پر نظر رکھتے اور نیند، دھڑکن قلب، بلڈ پریشر اور گھر میں ہوا کی کوالٹی چیک کرتے ہیں۔

سائنس دان اب ایسے آلات ایجاد کرنا چاہتے ہیں جو ہماری سوچ اور جذبات کو سمجھ سکیں، جان لیں کہ ہم کیا چاہتے ہیں؟ صبح ہمیں کیا چاہیے اور شام کو کیا شے درکار ہوگی؟ مثلاً باورچی خانے میں نصب آلات یہ جان لیں کہ ہمارے جسم میں وٹامن سی کی کمی ہے۔ لہٰذا وہ ایسا کھانا تیار کریں جس میں وٹامن سی وافر ہو۔ یا ہماری خواب گاہ ہمارے نیند میں جاتے ہی ٹیلی ویژن اور بتیاں بند کر دے۔

اس قسم کے آلات جب بھی ایجاد ہوئے، ''ڈیجیٹل گھر'' وجود میں آئے گا — ایسا گھر جہاں نصب سیکڑوں چھوٹے بڑے آلات روزمرہ کام کاج میں انسانوں کی بھرپور مدد کریں گے۔ یہ تمام آلات سمارٹ فون، کمپیوٹر اور دیگر نیٹ ورک نظاموں کی بدولت ایک دوسرے سے منسلک ہوں گے۔ ماہرین نے اس قسم کی نیٹ ورکنگ کو ''انٹرنیٹ آف تھنگس'' کا خطاب دیا ہے۔

آج قابل پہناوا آلات انسانی صحت کی دیکھ بھال کرتے ہیں۔ لیکن اگلے دس سے بیس سال میں ایسے آلات وجود میں آئیں گے جو ہمارے جذبات پہچان سکیں گے۔ وہ ہم سے اشکامات لے کر مختلف کام کریں گے۔ یوں کام کاج کی انسانی زندگی میں نیا انقلاب جنم لے گا۔

فی الوقت انسانی صحت و سرگرمیوں پر نظر رکھنے والے کئی آلات وجود میں آ چکے۔ ان میں فٹ بٹ ٹریکر، ویک میٹ، زیو، جیبر بی 1 بینڈ، باڈی میڈیا فٹ وغیرہ نمایاں ہیں۔ ٹیکنالوجی کی تیز رفتاری اور اخراجات کم ہونے کے باعث مغرب میں اس قسم کے آلات تیزی سے ایجاد ہو رہے ہیں۔

عمل باخبری ذات نے انہیں گوناں گوں فوائد پہنچائے۔ مثلاً پہلے وہ نیند کی کمی، ازدواجی جھگڑوں، وزن بڑھنے وغیرہ کے مسائل سے نبرد آزما رہتے تھے۔ اب وہ بذریعہ آلات یہ مسائل حل کر چکے لہٰذا سکون سے زندگی گزار رہے ہیں۔

آسٹریلیا کی ہنی وال اور امیلا گرین ہال بھی باخبری ذات تحریک سے وابستہ ہیں۔ 28 سالہ ہنی کمپیوٹر انجینئر ہے۔ وہ بتاتی ہے ''میں نے سب سے پہلے آلات کے ذریعے یہ جاننے کا فیصلہ کیا کہ مجھے کتنے گھنٹوں کی نیند درکار ہے۔'' وہ ایک ہفتے میں جان گئی کہ ساڑھے سات گھنٹے میں اس کی نیند پوری ہوتی ہے۔ چنانچہ وہ رات گیارہ بجے سو کر صبح کسی الارم کے بغیر صبح ساڑھے چھ بجے اٹھنے لگی۔ وہ خوشی سے بتاتی ہے ''یوں میں نے برسوں سے چلے آ رہے عارضہ کمی نیند سے چھٹکارا پا لیا۔''

26 سالہ امیلا کمپیوٹر پروگرام ہے۔ اس نے وزن کم کرنے کو مرکز نگاہ بنایا۔ وہ صبح دوڑنے کے بعد روزانہ اپنا وزن ریکارڈ کرنے لگی۔ اس پروگرام پر عمل درآمد کرنے سے اسے یہ فائدہ ہوا کہ وہ جاننے لگی ''میرا وزن گھٹ رہا ہے یا بڑھوتری کی جانب گامزن ہے۔ میں دباؤ کا شکار ہوں یا میری نیند کم ہو چکی۔''

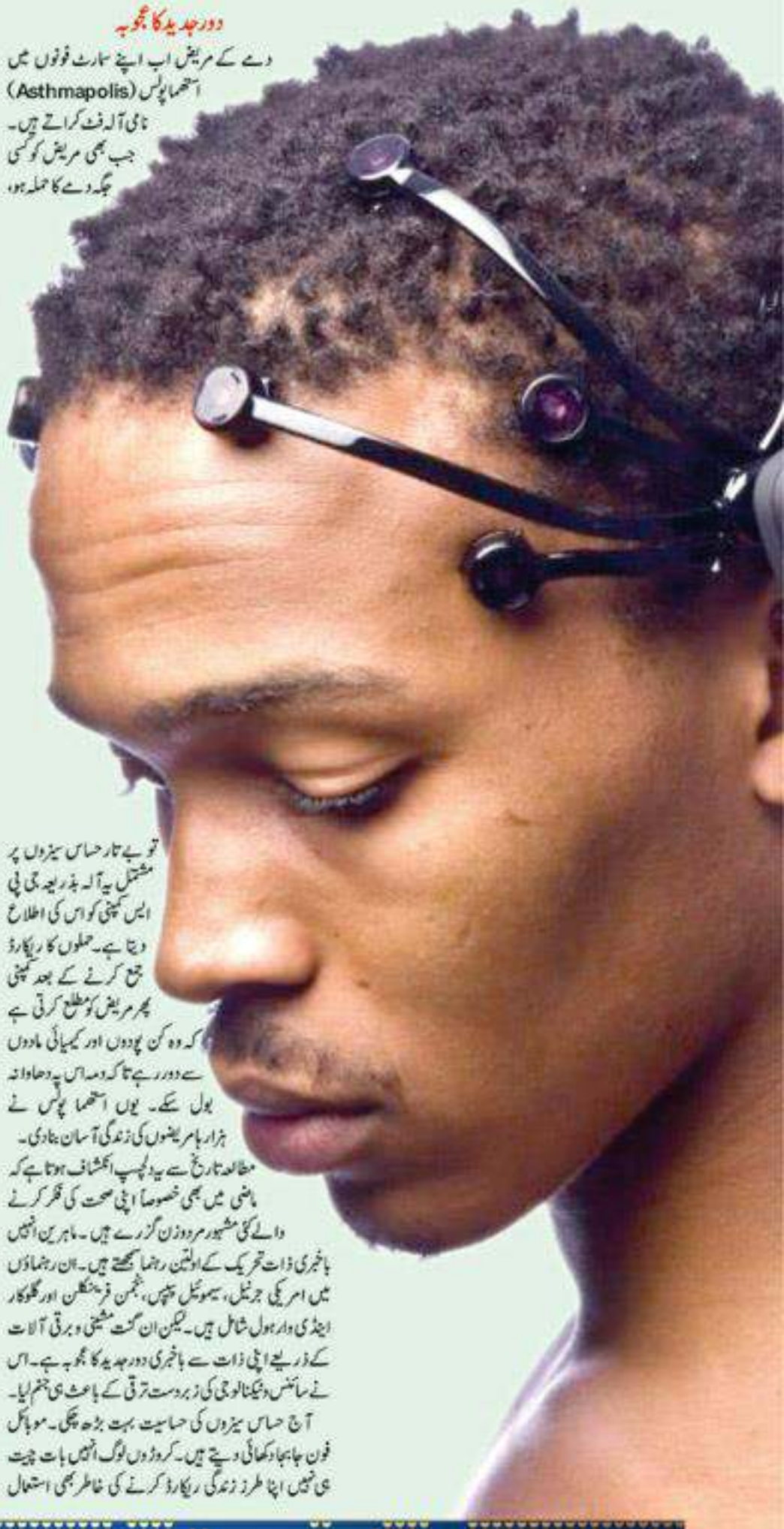
امریکی سحابی، گیری وولف کا شمار باخبری ذات تحریک کے بانیوں میں ہوتا ہے۔ پچھلے دنوں اس نے مشہور عالمی کانفرنس، ٹیڈ ٹاک (TED talk) میں گفتگو کرتے ہوئے بتایا کہ وہ برقی آلات سے اپنے متعلق جاننے میں کچھ یوں مدد لیتا ہے: ''میں رات کو سوتے میں کتنی بار اٹھتا ہوں؟ فی منٹ دل دھڑکنے کی رفتار کیا ہے؟ روزانہ کتنی کیلوریز معدے میں انڈیلتا ہوں۔''

گیری وولف کے نزدیک عمل باخبری ذات اپنے متعلق جاننے کا بہترین طریق کار بن چکا۔ وہ اس تحریک کو صحت بخش فلسفہ قرار دیتا ہے۔ اس کا خیال ہے، انسان کو بہ شکل اعداد و شمار اپنے روزمرہ معمولات کی تفصیلی معلومات مل جائے، تو وہ باآسانی اپنی زندگی بہتر بنا سکتا ہے۔

یہ سچ ہے کہ بعض معلومات یا ڈیٹا کارآمد ہوتا ہے۔ مثلاً اگر آپ اپنی غذائی عادات کا ریکارڈ رکھیں، تو اس کی مدد سے صحت بخش غذائیں کھا سکتے ہیں۔ اسی طرح خون میں شکر کی زیادتی یا کمی مسلسل نوٹ کرنے سے ذیابیطس پہ قابو آسان ہو جاتا ہے۔

دور جدید کا عجوبہ

دمے کے مریض اب اپنے سمارٹ فونوں میں استھماپولس (Asthmapolis) نامی آلہ فٹ کراتے ہیں۔ جب بھی مریض کو کسی جگہ دمے کا حملہ ہو، تو بے تار حساس سینسروں پر مشتمل یہ آلہ بذریعہ جی پی ایس کمپنی کو اس کی اطلاع دیتا ہے۔ حملوں کا ریکارڈ جمع کرنے کے بعد کمپنی پھر مریض کو مطلع کرتی ہے کہ وہ کن پودوں اور کیمیائی مادوں سے دور رہے تاکہ دمہ اس پہ دھاوا نہ بول سکے۔ یوں استھما پولس نے ہزارہا مریضوں کی زندگی آسان بنا دی۔



مطالعہ تاریخ سے یہ دلچسپ انکشاف ہوتا ہے کہ ماضی میں بھی خصوصاً اپنی صحت کی فکر کرنے والے کئی مشہور مرد و زن گزرے ہیں۔ ماہرین انہیں باخبری ذات تحریک کے اولین رہنما سمجھتے ہیں۔ ان رہنماؤں میں امریکی جرنیل، سیموئیل ہیپس، بنجمن فرینکلن اور گلوکار ایڈی وارہول شامل ہیں۔ لیکن ان گنت مشینی و برقی آلات کے ذریعے اپنی ذات سے باخبری دور جدید کا عجوبہ ہے۔ اس نے سائنس و ٹیکنالوجی کی زبردست ترقی کے باعث ہی جنم لیا۔

آج حساس سینسروں کی حساسیت بہت بڑھ چکی۔ موبائل فون جا بجا دکھائی دیتے ہیں۔ کروڑوں لوگ انہیں بات چیت ہی نہیں اپنا طرز زندگی ریکارڈ کرنے کی خاطر بھی استعمال کرتے ہیں۔ چنانچہ اربوں موبائل و سمارٹ فون جو ہر گھنٹے لاکھوں میگا بائیٹ کے حساب سے مختلف ڈیٹا جنم دیتے ہیں، دراصل عمل باخبری ذات ہی کا حصہ ہیں۔ ایک رپورٹ کے مطابق دنیا بھر میں روزانہ 3 ارب ای میلیں بھیجی یا وصول کی جاتی ہیں۔

یہی حقائق مدنظر رکھ کر ''بگ ڈیٹا'' (Big Data) نامی مشہور کتاب کا امریکی مصنف، کیتھ کوکیئر کہتا ہے ''باخبری ذات تحریک سے وابستہ انسان باآسانی بگ ڈیٹا میں سما سکتے ہیں۔'' آج پوری دنیا میں وسیع پیمانے پر معلومات جمع کر کے اسے تجزیاتی عمل سے گزارا جا رہا ہے۔ ماہرین نے اسی عمل کو ''بگ ڈیٹا'' کا خطاب دیا۔ کوکیئر نے اپنی کتاب میں اسی جدید دانوں کے عمل کو تفصیل سے بیان کیا ہے۔

کیتھ کوکیئر مزید کہتا ہے: ''بگ ڈیٹا کا محض سائنسی سے تعلق نہیں، مدعا یہ بھی ہے کہ بے پناہ معلومات سے جو نئی باتیں سامنے آئیں، ان سے بھرپور فائدہ اٹھایا جائے۔'' آج انسان اپنی جسمانی و نفسیاتی کیفیات سے متعلق اتنا زیادہ ڈیٹا جمع کر رہا ہے کہ یہ مجموعہ انسانی تاریخ میں پہلے کبھی سامنے نہیں آیا۔ قابل ذکر بات یہ کہ عام انسان تحقیقی لیبارٹریوں کے بغیر اس ڈیٹا کا تجزیہ کر رہے ہیں۔

عام انسان ماہر خصوصی بننے لگا

ماہرین کے نزدیک باخبری ذات تحریک کا اصل ہدف یہ ہے کہ انسان اپنے تمام ذاتی معاملات کے سلسلے میں خود اپنا ماہر (Expert) بن جائے۔ آج کے سائنسی دور میں دوا کی افادیت سے لے کر ووٹ ڈالنے کے طریق کار تک ہزارہا سرگرمیوں کے متعلق اعداد و شمار سے بھرپور تحقیقی رپورٹیں موجود ہیں۔ لیکن وہ کسی ایک فرد کی ضروریات کے متعلق زیادہ حقائق عیاں نہیں کرتیں۔

اسی باعث جان لیئر کا خیال ہے، اگر عام انسان ہی سائنس دان اور ماہر خصوصی بن جائیں، تو وہ اپنے ذاتی مسائل زیادہ آسانی و خوش اسلوبی سے حل کر سکیں گے۔ جان لیئر امریکی کمپیوٹر سائنس دان اور تیزی سے مقبول ہوتی کتاب ''مستقبل کا مالک کون'' (Who Owns the Future?) کا مصنف ہے۔ وہ مزید کہتا ہے:

''سائنسی ترقی کے باوجود امیر ممالک میں بھی عام لوگ اپنی ذات کی گہرائیوں میں نہیں جھانک سکتے۔ مگر عمل باخبری ذات ہمیں اس قابل بناتا ہے کہ اپنی جسمانی و نفسیاتی کیفیات کو براہ راست دیکھ سکیں۔ میں پچاس سال کا ہوں اور اب آ کر سیکھنے لگا ہوں کہ اپنا بدن کیونکر استعمال کروں۔''

اس ضمن میں کیتھ کوکیئر کہتا ہے ''عمل باخبری ذات دراصل ذاتی دیکھ بھال کا ایک طریق کار ہے۔ ماضی میں سائنس دان اور ڈاکٹر طویل عرصہ تحقیق میں مصروف رہتے تھے۔ تبھی وہ مختلف بیماریوں کے علاج دریافت کر پاتے۔ لیکن آج کئی قابل پہناوا آلات انسان کو مختلف امراض سے نجات دلاتے ہیں۔ مثلاً میں صرف ایک سوڈالرمالیت کا یو پی بینڈ پہنتا ہوں۔ یہ میری نیند کو مانیٹر کرتا اور بروقت مجھے اٹھاتا ہے۔ یوں میں صبح تازہ دم اٹھتا ہوں۔''

گویا عمل باخبری ذات انسان کو اس قابل بناتا ہے کہ وہ خصوصاً اپنی صحت کے معاملات اپنے ہاتھوں میں لے سکے۔ تب ضروری نہیں رہتا کہ انسان ہر قدم اٹھانے سے قبل ڈاکٹر سے اجازت لے یا مشورہ کرے۔ بلکہ اپنے معاملات صحت سے باخبر ہو کر انسان پھر ڈاکٹر سے نئے سوال کرتا ہے تاکہ اپنی تندرستی یقینی بنا سکے۔

منفی پہلو

تاہم ہر کام کے مانند باخبری ذات کا عمل منفی پہلو بھی رکھتا ہے۔ مثال کے طور پر یہ کہ انسان بذریعہ آلات ہمہ وقت اپنا معائنہ کرنے لگے، تو عین ممکن ہے، انہیں یہ وہم چمٹ جائے کہ کوئی بیماری حملہ کرنے والی ہے۔ حالانکہ علامات ٹھوس نہیں محض شماریاتی ہوں۔ بعض ترقی یافتہ ممالک مثلاً امریکہ میں ڈاکٹروں کو اس خلل، ہائپوچونڈریا (Hypochondria) میں گرفتار مرد و زن سے اثر پالا پڑتا ہے۔

قابل توجہ امر یہ ہے کہ ایک انسان سے متعلق سارا ڈیٹا اس کے خلاف بھی استعمال ہو سکتا ہے۔ مثلاً ڈیٹا پڑھ کر ایک کمپنی جان سکتی ہے کہ آپ امراض قلب یا کینسر جیسی خطرناک بیماریوں میں مبتلا ہیں۔ تب ممکن ہے کہ وہ آپ کو ملازمت دینے سے انکار کر دے۔ گویا کم از کم دنیائے انٹرنیٹ میں اپنی ذات کے بارے میں کثیر معلومات دے کر انسان خود کو مختلف منفی حملوں کا نشانہ بنا لیتا ہے۔

مزید برآں ذاتی ڈیٹا مشتہر کرنے سے انسان کی پرائیویسی بھی جاتی رہتی ہے۔ تب پوری دنیا جان لیتی ہے کہ وہ کب ہوتا، اٹھتا، کھاتا پیتا اور کام کرتا ہے۔ پچھلے دنوں ایک برطانوی کمپنی نے زبردستی اپنے ملازمین کو قابل پہناوا آلات پہنائے تاکہ جان سکے، ان کا طرز زندگی کتنا صحت مند ہے۔ پرائیویسی پہ اس حملے کو انسانی حقوق کی تنظیموں نے شدید تنقید کا نشانہ بنایا۔

انسان کا اپنے متعلق جمع کردہ ڈیٹا تصویر کا ایک رخ ہے۔ آج خصوصاً ترقی یافتہ ممالک میں جگہ جگہ مثلاً واٹر پمپوں، اسپتالوں، چوکوں، گلیوں وغیرہ میں نصب حساس سینسر آتے جاتے لوگوں کی سرگرمیاں نوٹ کرتے ہیں۔ اس ڈیٹا کو انسانوں اور انٹرنیٹ کے ڈیٹا سے ملایا جائے، تو معلومات کا سمندر وجود میں آ جاتا ہے۔ اسی لیے کئی ماہرین دہائی دیتے ہیں کہ آج دنیا ایسا خطہ بن چکی جہاں کوئی ذی حس نگرانی سے مستثنیٰ نہیں۔

پچھلے دنوں انکشاف ہوا کہ امریکہ، برطانیہ، فرانس اور دیگر ممالک کی حکومتیں انٹرنیٹ اور موبائل فون دنیاؤں میں وسیع پیمانے پر اپنے شہریوں اور غیر ملکیوں کی سرگرمیاں ریکارڈ کر رہی ہیں۔ غرض ان دنیاؤں کا حصہ بن کر دنیا کا کوئی انسان اپنی پرائیویسی محفوظ نہیں رکھ سکتا۔

عمل باخبری ذات کا ایک منفی پہلو یہ ہے کہ بنی نوع انسان جب اس پر حد سے زیادہ انحصار کرنے لگی، تو وہ اعداد و شمار اور مشینی آلات کی غلام بن سکتی ہے۔ اور دوسرا منفی پہلو یہ کہ انسانوں میں ''یادوں کا سرمایہ'' مختلف معنی پہن لے گا۔ آج ہم اپنے بچپن یا نوجوانی کا زمانہ کھلونوں، سیکڑوں تلخ و شیریں واقعات، پہلی محبت، دوستوں کی یادوں وغیرہ سے سجاتے ہیں۔ لیکن آنے والی نسلوں کی یادیں شاید نبضوں، چلنے کی رفتار، دل کی دھڑکنوں وغیرہ سے سجی ہوں۔

لیکن تمام منفی پہلوؤں کے باوجود عمل باخبری ذات مرد و زن میں تیزی سے مقبول ہو رہا ہے۔ آج لوگ اس تحریک پہ عمل پیرا انسانوں کو استہزایہ نظر سے دیکھتے ہیں۔ لیکن مستقبل میں یہ چلن صحت و تندرستی کا پیغام بن سکتا ہے..... اور تب سبھی انسان اسے اپنانے پہ مجبور ہوں گے۔

☆☆☆

۔۔۔اچھے مسیحا ہو دعا کیوں نہیں دیتے

ہسپتالوں میں مریضوں کے ساتھ کیا ہو رہا ہے؟

ڈاکٹرز، نرسنگ سٹاف، پیرا میڈیکس سٹاف اور مریضوں کے درمیان تعلقات میں زوال کی وجوہات کا احاطہ کرتا ہوا فیچر

کرامت علی بھٹی

غلام فاطمہ بی بی عمر 55 سال، محنت کش گھرانہ، ضلع شیخوپورہ کے ایک دور دراز گاؤں میں رہائش، پتے میں پتھری تھی جس کی وجہ سے پیٹ میں مسلسل درد رہتا۔ اردگرد کے اتائی، حکیم اور جھاڑ پھونک والے سبھی آزما لئے پر افاقہ نہ ہوا۔ ایک شام ذبح کیے بکرے کی مانند تڑپنے لگی تو غریب شوہر گدھا گاڑی پر لاد کر بس سٹاپ تک لایا اور جیسے تیسے لاہور کے بڑے سرکاری ہسپتال کی ایمرجنسی وارڈ پہنچ گیا۔ ''ہاں چاچا! کیہہ گل اے'' (ہاں چاچا بتاؤ کیا مسئلہ ہے) پرچی کاٹنے والے لڑکے نے ٹیلی فون کان سے لگائے ہوئے پوچھا۔ قبل اس کے کہ چاچا کوئی جواب دے، خود فون پہ مصروف ہو گیا۔ چند ہی لمحوں میں پرچی کے تین ضرورت مند اور آ گئے۔ فون سننے والے نے گپ شپ سے فارغ ہو کر مریضہ کا نام، عمر، علاقہ وغیرہ پوچھ کر پرچی بنا دی۔ چاچا بینچ پر بیٹھی بیوی کو سہارا دیکر ایمرجنسی میں لے آیا۔ کوئی بیڈ خالی نہ تھا۔ کچھ دیر یونہی کھڑا اندر کے رش کا جائزہ لیتا رہا پھر مریض کی حالت کے پیش نظر آگے بڑھا اور ہمت کر کے غلام فاطمہ کو ایک نیم بے ہوش مریضہ کے پاؤں کی جانب بٹھا دیا۔ وہ چند لمحے ہی بیٹھ سکی پھر اذیت کے مارے نڈھال سی ہو کر پڑ رہی۔ شوہر ڈاکٹر کو بلانے گیا جو شاید ابھی نیا نیا ہی آیا تھا۔ مریضوں کے رش، چیخ و پکار اور ''پہلے مجھے دیکھو'' کے ماحول نے اس کے اوسان خطا کر رکھے تھے۔ اس کا لہجہ تیکھا اور لاتعلقی والا تھا۔ بہرحال کچھ دیر کے تکلیف دہ انتظار اور داد فریاد کے بعد وہ غلام فاطمہ کے بستر پر آیا۔ دو ایک سوال کیے اور ہاتھ میں پکڑی پرچی پر چند لکیریں کھینچ کر یہ جا وہ جا۔ اب دوائی کہاں سے ملے گی؟ ساتھ کھڑے مریض کے تیماردار نے رہنمائی کی۔ ڈسپنسری پر پہلے سے قطار لگی تھی۔ ساتھی لڑکی سے کسی بات میں الجھا نوجوان فارغ ہوا تو بزرگ کی باری آ گئی۔ دوائی لیکر ڈاکٹر کے پاس پہنچا جو دوبارہ رش میں گھرا تھا۔ اس نے اک ذرا گردن اٹھائی تو پرچی پیش کر دی۔ ڈاکٹر بدک اٹھا۔ چاچا میری جان چھوڑ بھی دے۔ یہ پرچی نیکانرس کو دے، وہ لگائے گی۔ یہ میرا کام نہیں ہے۔ خفت اور بے بسی کے شدید احساس میں ڈوبے چاچے نے ایک نظر درد سے کراہتی بیوی پر ڈالی پھر جلدی جلدی قدم ایک نرس کی جانب بڑھا دیے۔ نرس کسی اور مریض کو انجکشن لگا رہی تھی۔ فارغ ہوئی تو چاچے نے اپنے مریض کا سامان اور پرچی پیش کر دی۔ ''اچھا آتی ہوں!'' یہ کہہ کر نرس اگلے بیڈ کی طرف بڑھ گئی۔ چاچا بھی ہمراہ چلتا گیا۔ نرس اس بیڈ سے باہر کی جانب جانے لگی تو چاچے نے گھگھیاتے ہوئے ایک بار پھر پرچی آگے بڑھا دی۔ ''پتر بڑی تکلیف میں ہے وہ، ہم بڑی دور سے آئے ہیں، اسے ذرا دیکھ لو!'' جواب ملا ''بابا! یہاں سارے تکلیف والے ہی آتے ہیں۔ اپنی خوشی سے کوئی نہیں آتا۔'' یہ کہہ کر نرس ڈسپنسری کی طرف بڑھ گئی۔ چاچا اس سے دلبرداشتہ ہوا تو کاؤنٹر پر اپنی نیل پالش کو نکتی نرس کے پاس جا کر فریاد کر دی۔ وہ نجانے پہلے ہی بیزار بیٹھی تھی۔ ''بابا صبر کر لو تھوڑا، آ جاتی ہے، آخر انسان ہے وہ۔'' ''انسان تو وہ بھی ہے جسے کتنی دور سے تڑپتی ہوئی لایا ہوں۔ جو کتنی دیر سے آپ کی منتظر ہے۔'' دل ہی دل میں یہ سوچتا چاچا خاموشی سے اپنی بیوی کے پاس جا کر کھڑا ہو گیا۔ کچھ وقت گذرا تو چاچے کی امید بھی بھر آئی۔ پہلے والی نرس آتی دکھائی دی۔ چاچے نے اسے راستے ہی میں جا لیا۔ پتر! اب میری مریض کی باری ہے۔ نرس نے چاچے کو غور سے دیکھا مگر بولی کچھ نہیں، بس ساتھ چل پڑی اور بیڈ پر پہنچ کر مریضہ کو انجکشن لگا دیا۔ اس سے پہلے کہ مریضہ کو کچھ افاقہ ہوتا، بیڈ پر پہلے سے موجود مریضہ نے اچانک ٹانگ سیدھی کرنے کی کوشش کی تو وہ سیدھی غلام فاطمہ کے پیٹ میں جا لگی۔ ایک تیکھی چیخ ہر سو گونج گئی۔ اب کیا ہو؟ پھر وہی ڈاکٹر، ڈسپنسری، نرس اور مزید انجکشنوں کا چکر۔ بوڑھا چاچا تقریباً پندرہ گز کے رقبے میں کولہو کے بیل کی طرح گھومتا رہا۔ گھنٹے دو گھنٹے بعد غلام فاطمہ کے جسم میں کچھ جان پڑتی دکھائی دی تو ڈاکٹر آدھمکا۔ بابا میں نے آپ کی مریضہ کو ڈسچارج کر دیا۔ یہ اب بالکل ٹھیک ہے۔ اسے گھر لے جاؤ بکل اتوار ہے۔ پرسوں آؤٹ ڈور میں اسے ضرور دکھا دینا۔ اسے وارڈ میں داخل کرنے نہ کرنے یا آپریشن وغیرہ کا فیصلہ وہیں پر موجود ڈاکٹر کرے گا۔ بیمارات کا وقت ہے۔۔۔ کہاں جائیں گے۔ صبح ہونے میں چند گھنٹے باقی ہیں، یہیں گزارنے دو، صبح ہوتے ہی چلے جائیں گے۔ بابا یہ ہسپتال کی ایمرجنسی ہے، مسافر خانہ نہیں، مریض پر مریض آ رہے ہیں۔ دیکھتے نہیں کیا حال ہو رہا ہے۔ بستر فوراً خالی کرو۔ بابا بے چارا مرتا کیا نہ کرتا۔ غلام فاطمہ کو جیسے سہارا دے کر لایا تھا ویسے ہی سہارا دیکر اسے باہر لے آیا۔ ہسپتال کے باہر سے رکشہ کرائے پر لیا، لاری اڈے پہنچا، اور چند گھنٹے وہاں گزارے، صبح ہوئی تو میاں بیوی اپنے علاقہ کو جانے والی وین پر سوار ہو گئے۔ بات یہیں پہ ختم نہیں۔ اگلی داستان طویل ہے اور دلچسپ بھی لیکن مختصر بیان کچھ یوں ہے۔ سوموار کو چاچا ہسپتال داخلے کیلئے کسی جاننے والے کے دوست سرکاری افسر کا میڈیکل سپرنٹنڈنٹ کے نام رقعہ لانا نہ بھولا۔ جسے پڑھ کر ایم ایس نے نیا رقعہ لکھا اور انہیں ایک اور ڈاکٹر کے پاس بھیج دیا۔ جس نے کمرہ نمبر 9 میں بھیج دیا۔ میاں بیوی وہاں پہنچے تو کمرہ نمبر 15 میں جانے کا مشورہ ملا۔ وہاں گئے تو ایمرجنسی وارڈ کی طرف جانے کو کہا گیا۔ پیدل چل چل کر غلام فاطمہ کو دوبارہ سے درد شروع ہو چکا تھا۔ خوش قسمتی سے ایمرجنسی میں اس وقت کسی نسبتاً مہربان ڈاکٹر کی ڈیوٹی تھی۔ وہ پرچی پڑھ کر پہلے تو مسکرایا، پھر بابا جی کو واپس 9 نمبر کمرے میں جانے کے لیے کہا، معاً بابا جی کے منہ پہ حواس باختگی کو ڈیرے ڈالے دیکھا تو اس کا دل پسیج گیا اور ان کے مریض کی ایمرجنسی مریض کے طور پر ہسپتال داخلے کی سفارش کر دی۔ یوں جو ریلیف سسٹم دیتا نظر نہ آیا انسانی ہمدردی کی وقتی لہر نے دے ڈالا۔ چار دن بعد غلام فاطمہ کے پتے کا آپریشن کر دیا گیا۔ اسے مزید دو دن ہسپتال میں رکھ کر گھر جانے کی اجازت دے دی گئی۔ بوڑھی غلام فاطمہ اور اس کے نیک دل شریک زندگی کی پریشانی تو ختم ہو گئی لیکن اس کا کیا کیا جائے کہ پورے ملک کے سرکاری ہسپتالوں میں روزانہ غلام فاطمہ ایسی سینکڑوں، ہزاروں مریض خواتین اور چاچے بیماری کی اذیت، لاپروائی کی مصیبت سہتے اور اپنی غربت کا خراج ادا کرنے پر خود کو مجبور پاتے ہیں۔ بزرگوں کو دعا کرتے ہوئے اکثر سنا کرتے تھے کہ اے خدا ہسپتال، تھانے اور کچہری کے چکروں اور بکھیڑوں سے بچانا حالانکہ تھانے اور کچہری میں تو انسان چلتا پھرتا ہی آتا جاتا ہے مگر ہسپتالوں میں درماندہ پہنچتا ہے تو وامانده ہو کر ہی نکلتا ہے۔ سرکاری ہسپتالوں کی صورتحال بہت خراب ہے پر کوئی ناخن تدبیر سلیقے سے بروئے کار آیا تو گرہ کھلتے دیر بھی نہیں لگے گی۔ ہسپتالوں کا ماحول مریضوں کیلئے دوستانہ بنانے کیلئے تمام اسٹیک ہولڈرز کا اعتماد جیتنا انتہائی ضروری ہے۔ حکومت کے علاوہ ہسپتالوں میں ڈاکٹرز، نرسز اور پیرا میڈیکل سٹاف وہ بنیادی ستون ہیں جو مریضوں کو ہمدردانہ اور پرخلوص ماحول دے سکتے ہیں تاہم ریاست ایسا فریق ہے جس پر کسی اسٹیک ہولڈر کا اعتماد نہیں۔ ڈاکٹرز سے پوچھو تو کم تنخواہ اور ناکافی ترغیب اور مرد خواتین کی محبت سے بچاؤں گا چاہے وہ آزاد ہوں یا غلام۔

☆اپنی پیشہ وارانہ زندگی میں روزمرہ مشاہدے میں آنے والی تمام باتیں دوسروں سے پوشیدہ رکھوں گا۔

☆اگر میں اس حلف کی پاسداری کروں تو خدا کرے کہ میں اپنے فن سے لطف اٹھاؤں اور انسانوں کی جانب سے عزت سے نوازا جاؤں اور اگر میں حلف کی پاسداری نہ کروں تو اس کے برے اثرات میری زندگی پر مرتب ہوں۔

☆☆☆

اس بقراطی حلف نامے میں حالات اور وقت کے تقاضوں کے مطابق تبدیلیاں آتی رہیں۔ 1948ء میں ورلڈ میڈیکل ایسوسی ایشن کی جنرل اسمبلی نے جنیوا میں معالجین کیلئے جو حلف نامہ اپنایا اسے بقراطی حلف نامے کی ترقی یافتہ شکل قرار دیا جاتا ہے۔

پاکستان سمیت دنیا کے اکثر ممالک میں اسی Physician's Oath کو اپنایا گیا ہے۔ اس حلف نامے کا متن بھی وقتاً فوقتاً تبدیلیوں کی زد میں رہا۔ آخری بار اس میں 6 سال قبل تبدیلی کی گئی۔ طبی شعبہ میں شمولیت کے وقت لئے جانے والے تازہ ترین حلف نامے کی عبارت درج ذیل ہے۔

دنیا میں معالجوں کیلئے رائج حلف نامے

ہر حلف نامہ میں مریض کے حقوق کو مرکزی حیثیت دی گئی ہے

بقراطی حلف نامہ (Hippocratic Oath)

یونانی معالج بقراط نے پانچ صدیاں قبل سائنٹیفک میڈیسن کی بنیاد رکھی۔ اسے فادر آف میڈیسن قرار دیا گیا۔ بقراط پہلا شخص تھا جس نے میڈیکل کی تعلیم کو فلسفیانہ قیاس اور توہم پرستی سے نجات دلائی۔ روایتی طور پر بقراط کو بقراطی حلف نامے کا بانی سمجھا جاتا ہے تاہم بعض روایات کے مطابق یہ حلف نامہ اس کے طلبہ نے لکھا۔ تاریخی طور پر یہ حلف نامہ پیشہ ور معالجوں اور دوسرے طبی عملے سے لیا جاتا ہے۔ یہ حلف لینے والے مبینہ طور پر صحت دینے والے یونانی دیوی دیوتاؤں کا حوالہ دے کر اپنے فرائض مریضوں کے مفاد میں ایمانداری سے ادا کرنے کا عہد کرتے ہیں۔

اس حلف نامے کی عبارت درج ذیل ہے۔

''میں شفا دینے والے اپالو (Apollo)، اسکلیپیس (Asclepius) اور ہائجیا (Hygieia) اور پناشیہ (Panacea) سمیت تمام دیوی دیوتاؤں کی قسم کھاتا ہوں کہ اپنی صلاحیت اور قوت فیصلہ کے مطابق مندرجہ ذیل حلف اور معاہدے کی پابندی کروں گا۔

☆اس علم کو سکھانے والوں کا اپنے والدین کی طرح احترام کروں گا۔ ان کے ہمراہ معمول کی زندگی بسر کروں گا اور اگر ضروری ہوا تو اپنے آلات ان کے ساتھ شیئر کروں گا۔ ان کے بچوں کو اپنا بھائی جان کر یہ فن سکھاؤں گا۔ میں یہ فن صرف اپنے بچوں، اساتذہ کے بچوں اور ان شاگردوں کو سکھاؤں گا جو طبی قوانین اور دستاویزات کے پابند ہوں گے۔

☆میں اپنی صلاحیت اور قوت فیصلہ کے مطابق اپنے مریضوں کی بہتری کیلئے دوا تجویز کروں گا اور کسی کیلئے نقصان کا باعث نہیں بنوں گا۔

☆میں کسی کے کہنے پر مہلک دوا تجویز نہیں کروں گا نہ ہی کسی عورت کو ایسی دوائی دوں گا جس سے اسقاط حمل ہو بلکہ اپنی زندگی اور فن کے حوالے سے پاکیزگی برقرار رکھوں گا۔

☆میں پتھری کیلئے آپریشن نہیں کروں گا۔ ان کا بھی نہیں جو اس مرض میں مبتلا ہوں گے۔ میں اس طرح کا آپریشن متعلقہ ماہر کیلئے چھوڑ دوں گا۔

☆میں جس بھی گھر میں جاؤں گا اپنے مریض کی بھلائی مقصود ہوگی۔ خود کو تمام طرح کے برے کاموں،

سہولتوں کی دہائی ہے۔ پھر عدم تحفظ کا ماحول ہے۔ میسحاؤں کو ایک شکایت یہ بھی ہے کہ ان کے مریض ایک تو تعداد میں بہت زیادہ ہیں پھر اکثر ان پڑھ ہیں۔ ایک ہی بات بار بار سمجھانے کے باوجود یاد نہیں رکھ پاتے۔

نرسنگ سٹاف الگ سے پریشان ہے کہ اتنے زیادہ مریض کیسے سنبھالے جائیں۔ پھر مریضوں اور ان کے لواحقین کا افسوسناک بلکہ بعض صورتوں میں شرمناک طرز عمل بھی مریضوں کو مناسب ماحول فراہم کرنے میں رکاوٹ ہے۔ ایک مریض، پانچ تیماردار ہمراہ لے آئے، اور وہ بھی ایسے کہ آدھے گھورتے باقی جھڑکتے ہوں اور ہر کوئی یہی چاہتا ہو کہ صرف انکے مریض کو ہی توجہ ملے۔ اب ایک وقت میں ایک ہی مریض اٹینڈ ہوسکتا ہے۔ دوسرے کی باری پانچ منٹ بعد آئے گی۔ اسی طرح اگلے کی باری مگر اس بات کو مریض نہیں سمجھتے۔ بعضوں کو تو اپنی عزت کا خیال ہے نہ ہی کسی اور کی عزت کا۔ نرسنگ سٹاف کی قلت ایک بڑا ایشو ہے۔ بعض بیماریاں ایسی ہیں جہاں ایک مریض کے ساتھ ایک وقت میں ایک تو کبھی دو نرسیں ضروری ہے۔ اب اتنی تعداد کہاں سے آئے؟ ڈاکٹرز اور دوسرا سٹاف تو ڈیوٹی دے کر چلا جاتا ہے مگر نرسیں 24 گھنٹے وارڈ میں ہیں۔ ایسے میں نرسوں کی کم تعداد، سخت ڈیوٹی کے تقاضے، کم وسائل کے ساتھ کیسے نبھائے جائیں۔ بڑی وارڈز مثلاً سرجیکل، آنکالوجی وغیرہ میں تو عملے کی قلت اور بھی شدید مسائل پیدا کرتی ہے۔

یہ تو بات نرسنگ سٹاف کی تھی۔ اب مریضوں کی سنیے تو ڈاکٹرز اور دوسرے طبی عملے کے بارے میں اتنی تفصیل سے اور اتنی تعداد میں شکایات سننے میں آئیں گی کہ آپ سنتے سنتے بار جائیں گے اور وہ سناتے ہوئے نہ تھکیں گے۔ سب سے بڑا گلہ یہی ہوتا ہے کہ ڈاکٹر دھیان سے بات نہیں سنتے۔ دوبارہ پوچھو تو تلخی سے پیش آتے ہیں۔ ایک ڈیڑھ منٹ کے لیے 'توجہ' کا موقع ملتا ہے۔ وہ بھی پوری طرح مسئلہ کا بیان شروع بھی نہیں ہوتا کہ تشخیص سمیت نسخہ ہاتھ میں تھما کر اگلے مریض کو آگے بڑھنے کا اشارہ کر دیا جاتا ہے۔

ڈاکٹرز پر ایک الزام یہ بھی ہے کہ پرائیویٹ پریکٹس کے لالچ میں پیشہ وارانہ اخلاقیات کا جنازہ نکال دیا گیا ہے۔ بعض شکایات کی نوعیت ایسی بھی ہوتی ہے کہ ادویات ہسپتال میں موجود ہونے کے باوجود باہر کی مہنگی دوائیاں لکھ کر دیتے ہیں تاکہ کمپنیوں سے اپنا کمیشن وصول کیا جاسکے۔ پھر یہ بھی کہ ہماری تکلیف کو سنجیدہ نہیں لیا جاتا۔ سفارش والے سفارش کے زور پر اپنے سے زیادہ بیمار لوگوں کا حق سلب کرتے ہیں۔ ڈاکٹرز اور دوسرے عملے پر نجی فون پر مصروف رہنے کی شکایت بھی اب نئی نہیں۔ مریضوں کے خیال میں سرکاری ہسپتالوں میں مفت علاج ہونا چاہیے مگر اب یہاں علاج کسی صورت پرائیویٹ ہسپتالوں سے کم مہنگا نہیں۔ یا کم از کم یہاں کی سروسز ایسی ہیں کہ جو سکت رکھتا ہے اس بات کو ترجیح دیتا ہے کہ اپنا علاج کسی پرائیویٹ ہسپتال سے کرالے۔

کئی اور مسائل بھی ایسے ہیں جو مریض اور ڈاکٹر کے درمیان قابل بھروسہ تعلقات میں مزاحم ہیں۔ ان میں ہسپتالوں کی لیبارٹریوں میں ناکافی ساز وسامان کی فراہمی ہے۔ آپ نے ایکسرے کرانے ہوں، سی ٹی سکین کا مسئلہ ہے، یا دوسرے ضروری آلات کی ضرورت، سرکاری ہسپتال خواہ وہ ملک کے کسی بھی حصے میں ہو، زبردست قلت ہے۔ افرادی قوت کی کمی اس پر اضافہ ہے۔ سینئر ڈاکٹرز کی طرف سے موزوں نگرانی کا نہ ہونا بھی ایسے ماحول کو جنم دیتا ہے جو بالآخر مریض کی مایوسی اور مسائل میں اضافہ ہی کرتا ہے۔ مریضوں کی زیادہ تعداد اور اس کے مقابلے میں بیڈز کا نہ ہونا بھی ہسپتالوں کے معمول کے آپریشن میں اس طرح رکاوٹ بنتا ہے کہ ایک ایک بیڈ پر دو دو مریض لٹانا پڑتے ہیں جس سے صحت وصفائی اور انتظامی مسائل پیدا ہوتے ہیں۔ پھر بہت کم ہسپتالوں میں استعمال ہونے والے آلات کو جراثیم سے پاک کرنے کا قابل بھروسہ انتظام ہے۔ سٹاف نئے امراض اور مسائل کا مقابلہ پرانی تربیت اور طریقہ کار سے کرنے پر یقین رکھتا ہے۔ اس حوالے سے ریفریشر کورسز کا انتظام ہے نہ ہی نصابی کتب میں نئے موضوعات پر علوم کو شامل کرنے کی کوئی کوشش نظر آتی ہے۔

پنجاب کے 36 ضلعی ہیڈ کوارٹرز ہسپتالوں میں سہولتیں نہ ہونے کے سبب بڑے شہروں کے ہسپتالوں کے 70 فیصد مریض باہر سے آتے ہیں۔ یہ مریض انجانی ماحول میں انجانی لوگوں کے درمیان وسائل کی قلت اور کسی قسم کے تعلقات نہ ہونے سے سخت پریشانی میں مبتلا رہتے ہیں۔ رش کے سبب مریض پوری طرح صحت یاب بھی نہیں ہو پاتا اور اسے گھر بھیجنے کا چارہ کیا جاتا ہے تاکہ نئے مریضوں کو ایڈجسٹ کیا جاسکے۔ باہر کے ممالک میں جہاں ہر ڈاکٹر روزانہ 5 سے دس مریض چیک کرتا ہے اور ہمارے ہاں یہ تناسب پچاس سے ڈیڑھ سو مریضوں تک کا ہے۔

بعض ماہرین کا کہنا ہے مریضوں کی پریشانی کی ایک وجہ ناموثر ابلاغ ہے۔ مریضوں کی اکثریت لاعلم رہتی ہے کہ ڈاکٹر نے انہیں مرض یا علاج سے متعلق کیا بتایا۔ ثقافتی فرق ایک اور چیلنج ہے۔ ڈاکٹر ایسی زبان میں مریض کو سمجھانا چاہتے ہیں جو بتاتی نہیں تو اس سے الگ بھی نہیں۔ کہا جاتا ہے کہ مریض کی بات توجہ سے سننے کے لیے درست تکنیک استعمال کی جائے تو ڈیڑھ سے ڈھائی منٹ بھی کافی ہیں۔ مریضوں کو ایک شکایت یہ ہے کہ ڈاکٹرز کی گفتگو ان کی جذباتی ضرورت کو پورا نہیں کرتی۔ جس کا لازمی نتیجہ ڈیپریشن ہے۔ دیکھا گیا ہے کہ اہل ڈاکٹر بھی موثر ابلاغ نہیں کر پاتے۔ یوں ان سے کم اہل مگر ابلاغ کے فن میں طاق لوگ ان سے آگے نکل جاتے ہیں۔

دانش ور اور قلم کار ڈاکٹر عاصم اللہ بخش نے کنگ ایڈورڈ میڈیکل کالج سے گریجوایشن کی لیکن پروفیشن کیلئے گارمنٹس کا بزنس اپنایا۔ ان سے مریضوں اور طبی عملہ کے درمیان تعلقات کار سے متعلق سوال کیا گیا تو کچھ یوں گویا ہوئے "طبی عملہ کی کمی اور مریضوں کا رش ایک بڑی وجہ ہے سرکاری ہسپتالوں میں مسائل کے پیدا ہونے کی، پھر مریضوں کے لواحقین بھی مارجن نہیں دیتے۔ صورتحال کے بعد

پھڈا ڈالتے اور میڈیا کو بلا لیتے ہیں۔ اس سے غیر اطمینان بخش صورت حال جنم لیتی ہے کیونکہ میڈیا محض واقعیت کے بجائے خبروں کے چٹخارے کا رسیا ہے۔ اس لیے بعض اوقات معاملات پرسنل سے ہو جاتے ہیں۔ حکومت کی ذمہ داری ہے کہ اپنے وعدے پورے کرے۔ دیکھنا ہوگا کہ یہ کس فیکلٹی کو کیا دے رہی ہے اور بدلے میں تقاضا کس چیز کا ہے۔ حکمران عوام سے مفت علاج کے وعدے کرتے ہیں لیکن اس بات کو یقینی نہیں بناتے کہ آلات اور دوائیاں ہی پوری دے دیں۔ جبکہ ڈاکٹر خود میڈیسن ہے نہ ہی اس کا متبادل۔ ایسے عدم اعتماد کے ماحول میں ڈاکٹر مریض کے درمیان موزوں تعلق کیسے جنم لے سکتا ہے۔ جب مریض پہلے سے ہی ذہن بنالے کہ ڈاکٹر نے تو ٹھیک طریقے سے نہیں دیکھنا ہے۔ ہمارے خیال میں کمرشل ازم نے ڈاکٹرز کے احساس ذمہ داری کو متاثر کیا ہے۔ یہ جس چیز کے لیے تنخواہ لیتے ہیں اسی کام کو کرنا اپنے لیے بوجھ سمجھتے ہیں۔ کمرشل ازم کے سبب ان کی کوشش ہوتی ہے کہ کم سے کم وقت میں زیادہ سے زیادہ مریض دیکھیں۔ ظاہر ہے اس عمل سے جس کی بنیاد خلوص اور محبت کے بجائے عجلت پر استوار ہو، کیا بہتری آسکتی ہے۔ اصل بات یہ ہے کہ ڈاکٹر مریض میں اچھے تعلقات نہیں تو اس کا ذمہ دار کوئی ایک فریق نہیں، سبھی کو اس کے بارے میں اپنی اپنی جگہ پر سوچنا ہوگا۔

جنیوا اعلامیہ
(Declaration of Geneva)

ڈاکٹرز کی ملک گیر تنظیم پاکستان اسلامک میڈیکل ایسوسی ایشن (PIMA) نے مسلمان ڈاکٹرز کیلئے جو حلف نامہ تیار کیا ہے اس کی عبارت یہ ہے۔

میں خدائے بزرگ وبرتر کو گواہ بنا کر عہد کرتا ہوں کہ میں

☆ اپنے فرائض کی ادائیگی میں خدائی ہدایات کو رہنما رکھوں گا۔

☆ ہر لحظہ تمام حالات میں انسانی زندگی کی حفاظت کروں گا۔ اسے موت، بیماری، اذیت اور بے چینی سے نجات دلانے کی ہر ممکن کوشش کروں گا۔

☆ لوگوں کے وقار اور مرتبے کو قائم رکھوں گا، ان کے نجی معاملات کو مخفی رکھوں گا اور ان کے رازوں کی حفاظت کروں گا۔

☆ اللہ تعالیٰ کی رحمت کا نمائندہ ہونے کی حیثیت سے اپنے پرائے، اچھے برے اور دوست دشمن سب تک اپنی خدمات حاضر رکھوں گا۔

☆ اپنے علم اور مہارت کو ہمیشہ انسانیت کی بھلائی ہی کی خاطر استعمال کروں گا۔

☆ اپنے اساتذہ کا احترام کروں گا۔ ماتحت ساتھیوں تک علم پہنچاؤں گا۔ ہم پیشہ افراد کے ساتھ رشتۂ اخوت استوار رکھوں گا۔

☆ خلوت اور جلوت میں اپنے ایمان کی حفاظت کروں گا۔ ہر اس کام سے اجتناب کروں گا جو مجھے خدا، اس کے رسول ﷺ اور اپنے دینی بھائیوں کی نظر میں شرمسار کرے۔

اللہ تعالیٰ مجھے یہ عہد پورا کرنے کی توفیق دے۔

آمین

☆☆☆

'لوگ' عزت بھی چاہتے ہیں اور مریضوں کو لوٹنا بھی!

پروفیسر ڈاکٹر محمود شوکت
پرنسپل علامہ اقبال میڈیکل کالج لاہور

ڈاکٹر اور مریض کے درمیان تعلقات کا معاملہ معاشرتی زوال اور روّیے سے نچڑا ہے۔ کمرشل ازم نے جس طرح ماں باپ، استاد شاگرد کے رشتے کو ضعف پہنچایا اسی طرح معالج اور مریض کے تعلق اور روّیے پر بھی اثر انداز ہوا۔ 'لوگ' مریضوں کو علاج کے نام پر لوٹنا بھی چاہتے ہیں اور عزت بھی چاہتے ہیں، یہ کیسے ممکن ہے۔ عزت محض عمل سے نہیں ملتی۔ یہ صرف علاج کردینے ہی کا نام نہیں کیونکہ علاج کرانے والا بھی تو سوچتا ہے کہ میں نے اس کے لیے پیسے دیے ہیں، اب ڈاکٹر نے علاج کر دیا تو بات ختم ہوئی۔ اس کا مطلب ہوا کہ عزت محض علاج کردینے میں نہیں، مصیبت زدہ کی مشکل دور کرنے، پر خلوص رویے، اور محبت کا اظہار کرنے سے ملتی ہے۔ ایسا ہوگا تو مریض فیس بھی دے گا اور دعا بھی دے گا۔ اب مصیبت یہ ہے کہ اخلاص آپ کے اندر ہوگا تو نظر بھی آئے گا، ورنہ نہیں۔ لوگ کیوں سیاستدانوں کی عزت نہیں کرتے۔ اس لیے کہ وہ جتنا بھی لوگوں کے آگے پیچھے پھریں، لوگوں کا احساس ہوتا ہے کہ یہ سب کچھ اپنے مطلب کے لیے کر رہے ہیں۔ تو اپنی خدمت کو مطلب سے اوپر اٹھانا پڑے گا، تب بات بنے گی۔ مریض کو انسان سمجھنا ہوگا۔ ایک اور بات کہ مریضوں کو مسائل سے بچانا ہے تو حکومت کو سفارش کا کلچر بدلنا ہوگا کیونکہ ایسا ماحول انسانیت کی اچھائی سلب کر لیتا ہے۔ مریض، ڈاکٹر میں مسائل کی ایک اور وجہ پرانا نصاب بھی ہے جو اپنے دور کے حالات، ضرورت اور بیماریوں کے پیش نظر ترتیب پاتا ہے۔ ماحول اور وقت کے مطابق ان میں تبدیلی لانا اشد ضروری ہے۔ طبی عملے میں باہمی تعلقات، اور موثر ابلاغ کا واضح شعور ضروری ہے۔ عشرے بیت گئے۔ ریاست نے اپنی گنجائش نہیں بڑھائی۔ لاہور کے سرکاری ہسپتالوں میں 70 فیصد مریض باہر سے آتے ہیں۔ اب جو بے چارہ رحیم یار خان سے علاج کرانے یہاں آتا ہے، اس کا دماغ خراب ہے کہ حکومت اسے مقامی طور پر ایسی ہی سہولت دے تو پھر بھی وہ دھکے کھانے یہاں آئے۔ اس طرح کی لاتعلقی کا رویہ مریض اور ڈاکٹر کے درمیان اچھے تعلقات کی روح کو متاثر کرتا ہے۔ ان تعلقات میں بہتری کے لیے میری تجویز ہے کہ پرائیویٹ پریکٹس پر پابندی لگا دی جائے۔ ہفتے میں پانچ دن صبح 8 بجے سے شام 5 بجے تک ڈاکٹر موزوں بیکنج پر سرکاری ہسپتالوں میں کام کریں۔ کم از کم تین ہسپتال اس مقصد کے لیے چن لیے جائیں۔ اس حوالے سے آغا خان ہسپتال، شوکت خانم اور SIUT رہنما مثال کے طور پر سامنے رکھے جائیں۔ سارے ڈاکٹر پرائیویٹ پریکٹس نہیں کرنا چاہتے۔ حکومت انہیں مناسب ماحول اور ترغیب دے۔ اگر شک ہے کہ ڈاکٹر آگے نہیں بڑھیں گے تو اس ذمہ داری کے لیے سب سے پہلے میں اپنے آپ کو پیش کرتا ہوں۔ دیکھتا ہوں اس تجویز پر عمل درآمد سے مریض اور ڈاکٹر کے درمیان ماحول کیسے بہتر نہیں ہوتا۔

☆☆☆

افرادی قوت اور وسائل کی کمی، مسئلے کی ایک بڑی وجہ

پلاننگ اینڈ ڈویلپمنٹ ڈویژن کے اعداد وشمار بتاتے ہیں کہ اس وقت ملک پاکستان میں کل 149202 رجسٹرڈ ڈاکٹرز ہیں۔ جس کا مطلب یہ ہوا کہ 1206 افراد کے لیے صرف ایک ڈاکٹر۔ ملک میں مجموعی طور پر 76244 رجسٹرڈ نرسیں ہیں جبکہ ہر 1665 افراد کے لیے سرکاری ہسپتال میں صرف ایک بستر دستیاب ہے۔ وہ ملک جہاں منہ کے کینسر کے مریضوں کی تعداد بہت زیادہ ہے اس میں کل 10,958 رجسٹرڈ دندان ساز ہیں۔ اس تعداد کو ملک کی مجموعی آبادی پر تقسیم کیا جائے تو 16426 افراد کے ایک دانتوں کا ڈاکٹر دستیاب ہے۔ ایسے میں منہ سے متعلق علاج معالجہ بجائے خود گنگڑی ہی لگتا ہے۔ امریکی امداد سے طبی شعبے میں خدمات کے لیے سرگرم ایک ڈاکٹر کے بقول 18 کروڑ کی آبادی میں دائیوں کی تعداد 6 ہزار ہے جبکہ مریضوں کے لیے درکار تعداد 60 ہزار ہے۔ ہر شخص سال میں 2200 روپے صحت پر خرچ کرتا ہے جن میں 14 سو روپے وہ اپنی جیب سے جبکہ 8 سو روپے حکومت دیتی ہے۔ ملک کے تمام ضلعی ہیڈ کوارٹرز ہسپتالوں میں 35 سے 45 فیصد اموات صحت کی ناکافی سہولتوں کے سبب ہوتی ہیں جبکہ 5 فیصد لوگ حادثہ کے بعد ہسپتال منتقل کرنے کے دوران ٹرانسپورٹ کے بروقت نہ ملنے کے سبب ہلاک ہوجاتے ہیں۔

☆☆☆

خدمت بھی زیادہ، بوجھ بھی زیادہ: ملک منیر احمد
چیئرمین پنجاب پیرامیڈیکس الائنس

کوئی بھی مریض جب ہسپتال پہنچتا ہے تو سب سے پہلے ہم ہی اسے ریسیو کرتے ہیں۔ پھر چیک اپ، ٹیسٹ، داخلے، آپریشن، صحت وصفائی سے متعلق امور کی باری آتی ہے۔ حتیٰ کہ اسے رخصت بھی ہم ہی کرتے ہیں۔ خدمات کا سب سے زیادہ لوڈ ہم پر ہے اور سب سے زیادہ پس بھی ہم لوگ ہی رہے ہیں۔ گریڈ ایک سے سولہ پر مشتمل درجنوں کیٹگریز کے ایک لاکھ دس ہزار پیرامیڈیکس شدید بحران کا شکار ہیں۔ سب سے پہلا مسئلہ سروس سٹرکچر پر عملدرآمد، پھر افرادی قوت اور آلات کی کمی کا ہے۔ لیبارٹری سے لے کر ڈسپنسری، ایم آر آئی، سی ٹی سکین سیکشن پھر وارڈ بوائے تک کی تعداد مریضوں کی تعداد کے مقابلے میں انتہائی کم ہے۔ ایک مثال جناح ہسپتال ہے جس کی لیبارٹری میں صرف ایک ٹیکنیشن ہے جبکہ روزانہ ایک ہزار مریضوں کا وہاں آنا جانا ہے۔ اس صورتحال سے مریض تو ڈسٹرب ہوں گے ہی۔ یہی صورتحال باقی شعبوں کی ہے۔ جہاں تیس آدمی چاہئیں وہاں ایک ہے، بہت تیر مارا تو دو سے کام چلایا جارہا ہے۔ ایسے میں بدمزگی کے واقعات تو ہوں گے۔ کون بدبخت ایسا ہے کہ بیمار سے ہمدردی نہ رکھے مگر محض ہمدردی سے تو کام نہیں چلتا پھر ہمارے اپنے حالات کار دیکھ لیں۔ 64 سال تو سروس سٹرکچر ہی نہ بدل سکا۔ لوگ جس سکیل میں بھرتی ہوتے اس میں 25 سال بعد ریٹائر ہوجاتے۔ نومبر 2011ء میں شہباز شریف حکومت نے اس پر نظرثانی کرتے ہوئے نوٹیفکیشن جاری کیا۔ مگر اس پر عملدرآمد کی نوبت آج نہیں آسکی۔ اب آپ ہی انصاف سے بتادیں ایسے ماحول میں نہ چاہتے ہوئے بھی کوتاہی ہوجائے تو اس کا قصوروار کون ہے۔

☆☆☆

مردہ مریض کے اسلحہ لہراتے تیماردار

کچھ عرصہ قبل ایک سروے ہوا جس کا مقصد سرکاری ہسپتالوں میں مریضوں کو درپیش مسائل کے بارے میں جاننا تھا۔ اس سروے میں 31 خواتین ڈاکٹرز اور 19 مرد ڈاکٹرز سے سوالات پوچھے گئے۔ ان ڈاکٹروں کی مجموعی تعداد کے 84 فیصد نے کم تنخواہ، ناکافی سہولتوں اور ڈاکٹروں کے عدم تحفظ کو مریضوں کے مسائل کی وجہ بتایا۔ غریبوں کا ان پڑھ ہونا اور غربت بھی اس مسئلے کا ایک پہلو تھی۔ عدم تحفظ کا اس سروے میں بھی ذکر ہے۔ اس ماحول سے جڑا ایک واقعہ کچھ عرصہ قبل ہماری نظر سے گزرا۔ امید ہے اس سے مسئلے کی ایک جہت پر زیادہ گہرائی کے ساتھ تجزیہ میں سہولت ملے گی۔ نیویارک میڈیکل سنٹر میں کام کرنے والے ایک ڈاکٹر کا کہنا ہے کہ وہ امریکہ آنے سے قبل جناح پوسٹ گریجوایٹ میڈیکل سنٹر میں کام کرتا تھا۔ اس ڈاکٹر کے بقول: جب مجھے وہاں کام کرنے کا موقع ملا تو میں بہت پرجوش تھا کیونکہ یہاں مریضوں کا رش تھوڑے وقت میں نئے ڈاکٹروں کو سیکھنے کے بے شمار مواقع فراہم کرتا ہے۔ ایک روز مقامی مسجد میں دھماکہ ہوا تو مجھے ایمرجنسی ڈیوٹی پر طلب کرلیا گیا۔ زخمیوں اور مردہ اجسام سے بھری ایمبولینس مسلسل ہسپتال آرہی تھی جو بجائے خود ایک ہولناک تجربہ تھا۔ بہرحال ایک سیاسی گروہ کے افراد مردہ جسم ہمراہ لیے وہاں آئے اور اسلحہ میری طرف لہراتے ہوئے مجھ سے مریض کے علاج کا مطالبہ کیا۔ میں شاک کی کیفیت میں تھا کیونکہ جس مریض کے علاج کے لیے کہا جارہا تھا وہ پہلے ہی مرچکا تھا۔ تاہم میں نے صورت حال کی نزاکت کے پیش نظر لاش کو "وینٹی لیٹر" پر ڈالنے کا فیصلہ کیا کیونکہ اس کے سوا کوئی چارہ نظر نہیں آرہا تھا۔ اس دن سے لے کر میں نے کبھی پاکستان اور پاکستانی لوگوں کے لیے مزید خدمت کا نہیں سوچا۔

حجاج کرام... نئی بیماری سے خبردار رہیں

نوول کروناوائرس

عرب ممالک کو دہشت زدہ کرنے والا مہلک جرثومہ

عبدالستار ہاشمی

2003ء میں عالمی ادارہ صحت نے ایک وائرس کا پتہ چلایا تھا جسے سارس (Sars) کا نام دیا گیا۔ اس وائرس نے ساری دنیا کو پریشان کردیا تھا۔ اس سال ایک اور وائرس تباہی کا منہ کھولے بیٹھا ہے۔ حج اور عمرہ کے لیے سعودی عرب جانے والے عازمین کیلئے احتیاطی تدابیر میں یہ تجویز کیا گیا ہے کہ ایک نئے وائرس سے ہر ممکن بچا جائے اور اس وائرس کا نام ہے نوول کروناوائرس یا Mers۔ یہ وائرس بھی سارس کی طرح بہت تیزی سے پھیلتا ہے۔ اس سال سارس نے تقریباً 800 سے زائد لوگوں کو متاثر کیا تھا۔ سائنس دانوں کے مطابق مارس اور سارس ایک ہی فیملی سے تعلق رکھنے والے وائرس ہیں اور یہ اس قدر تیزی سے پھیلتے ہیں کہ بچاؤ کی تدابیر دھری کی دھری رہ جاتی ہیں۔ لوگ اس کا نشانہ بنتے ہیں یہاں تک کہ ہسپتال کا عملہ بھی اس سے محفوظ نہیں رہتا۔ اس سے بہت سے مریض موت کے منہ میں چلے گئے ہیں اور بہت سے متاثرہ افراد زندگی اور موت کے بیچ لٹکے ہوئے ہیں۔ عالمی ادارے اور صحت کے ماہرین اس کی کھوج میں دن رات ایک کئے ہوئے ہیں لیکن کوئی سراغ ہاتھ نہیں لگ رہا۔ ابتدائی علامات کے مطابق یہ مرض بنیادی طور پر مشرقی وسطیٰ سے تعلق رکھتا ہے اور آج کل سعودی عرب کی سرزمین کے لوگ اس کی خوراک بن رہے ہیں۔ اس نئی بیماری کو بائیولاجیکل سائنس دانوں نے Middle East Respiratory syndrome کا نام دیا جس کا مختصر Mers بنتا ہے۔ اسی وائرس کو نوول کرونا وائرس بھی کہا جارہا ہے۔

سعودی عرب میں mers یا نوول کروناوائرس کے مریضوں کی تعداد 60 تک پہنچ چکی ہے جن میں 38 اموات واقع ہوئی ہیں۔ گزشتہ تلخ تجربے کی بنا پر عالمی ادارہ صحت نے جلد ہی اس پر کام شروع کردیا۔ یاد رہے کہ 2003ء میں سارس کے پہلے مریض کا پتہ چلا تھا اور یہ اتنی تیزی سے پھیلا کہ پوری دنیا میں پریشانی کا باعث بنا۔ اب تک کی تحقیقات کے مطابق یہ دونوں وائرس جانوروں سے جیسے بکری، اونٹ اور بلیوں سے پھیلتے ہیں۔ اس مرض میں سب سے پہلے مویشیوں کی دیکھ بھال کرنے والے اس کا نشانہ بنتے ہیں اور اس کے بعد یہ دوسروں تک پھیلتا ہے۔ جون ہوپ کنز میڈیسن کے ڈاکٹر عمرش پرل کے مطابق Mers کا وائرس سارس سے ملتا جلتا ہے۔ ڈاکٹر پرل کے مطابق یہ کھوج لگانے کی کوشش کی جارہی ہے کہ آخر یہ مرض اتنی تیزی سے کیسے پھیلتا ہے۔ اس کے پھیلاؤ کی شرح 52 فیصد جبکہ مرنے والوں کی شرح 8 فیصد ہے۔

نوول کرونا وائرس یا Mers نے عرب ممالک کو دہشت زدہ کردیا ہے۔ کویت عراق یمن اور متحدہ عرب امارات اس کی زد میں آنے والے عرب ممالک ہیں اور سعودی عرب میں تو ہر سال لاکھوں کی تعداد میں حاجی اور کارکن آتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ سعودی عرب کو اس مرض سے نپٹنے کے لیے خصوصی انتظامات کرنے پڑ رہے ہیں۔ اس کی تحقیق کے لیے خصوصی فنڈز کا اجراء بھی کیا گیا ہے اور ایئرپورٹس سے لیکر ہوٹلوں اور گھروں تک تمام افراد کو خصوصی احتیاطی تدابیر اختیار کرنے کی ترغیب دی جارہی ہے۔ ایک اور یورپی ڈاکٹر کیمرون جو کہ سعودی عرب میں تعینات ہیں نے بتایا کہ ایک مریض ہسپتال آیا فوراً ہی اس کی موت واقع ہوگئی حالانکہ اس کی جان بچانے کے لیے فوری طور پر ممکنہ اداروں کا استعمال دواؤں کا استعمال کرانے کی کوشش کی گئی تھی۔ اس مرض کی بھینٹ چڑھنے والوں میں بڑی تعداد حاجیوں کی ہوسکتی ہے۔ لوگ پوری دنیا سے حج کی سعادت اور خدا کے گھر کی زیارت کے لیے سعودی عرب آتے ہیں۔ اس عالمی اجتماع کو یہ مرض متاثر کرنے کے لیے تیار بیٹھا ہے لہٰذا حاجیوں کو از خود ہی حفاظتی تدابیر اختیار کرنا ہوگی۔ سعودی عرب کی حکومت اس ضمن میں کسی قسم کی لاپرواہی کا مظاہرہ نہیں کرتی۔ یہاں تک کہ یہاں آنے کے لے پولیو کے قطرے بھی پینے پڑتے ہیں حالانکہ سعودی عرب کے اس اقدام پر مذاق بھی اڑایا جاتا ہے۔ اب نوول کروناوائرس یا Mers سعودی عرب کے لیے ایک چیلنج ہے اور اس چیلنج سے نبٹنے کے لیے ساری دنیا کے عازمین کو بھی ساتھ دینا ہوگا۔ ماہرین کو اس بات کی فکر کھائی جارہی ہے کہ رمضان کے موقع پر عمرے کے لیے آنے والے زائرین اس کی لپیٹ میں نہ آجائیں اور یوں یہ مرض سعودی عرب سے نکل کر پوری دنیا میں پھیل جائیگا۔

پہلی رپورٹ

نوول کرونا وائرس یا Mers کے حوالے سے پہلی رپورٹ 24 ستمبر 2012 میں ماہر وائرس ڈاکٹر علی محمد ذکی نے جدہ میں چھاپی۔ اس مصری ڈاکٹر نے 60 سالہ مریض جو کہ نمونیہ کے مرض میں مبتلا ہوکر ڈاکٹرز کے پاس آیا تھا۔ ڈاکٹر ذکی نے اس کی تشخیص کر کے اپنے تمام مشاہدات کو پروميڈ میل میں بھجوائے۔ مارس کی علامات میں شدید نوعیت کا نمونیہ اور کھانسی شامل ہے۔ مارس کے پہلے مریض کو 7 دن بخار رہا اس دوران اسے شدید کھانسی کا دورہ پڑتا اور سانس لینا مشکل ہوجاتا تھا۔ مارس کا دورانیہ تقریباً 12 دن کا ہے۔

سعودی عرب میں نوول کروناوائرس

سعودی عرب کی وزارت صحت کے حکام نے سعودی عرب آنیوالے زائرین کو ہدایت کی ہے کہ وہ کروناوائرس سے بچاؤ کیلئے ماسک کا استعمال کریں۔ برطانوی نشریاتی ادارہ کی رپورٹ کے مطابق وزارت صحت نے بڑی عمر کے زائرین کیلئے ضروری اشیاء کی ایک طویل فہرست جاری کی ہے اور شدید بیمار مریضوں کو ہدایت کی ہے کہ وہ سعودی عرب زیارت کیلئے آنے کا اپنا پروگرام ملتوی کردیں۔ امسال ماہ اکتوبر میں دنیا بھر سے لاکھوں افراد سعودی عرب حج کرنے کیلئے آئیں گے جبکہ رمضان میں دنیا بھر کے مسلمانوں کی بڑی تعداد عمرے کے لئے بھی یہاں آتی ہیں۔ یہ لوگ حجاج کرام حج کی سعادت حاصل کرنے کے علاوہ دیگر مقامات کی زیارت اور خصوصاً مسجد نبوی میں 40 نمازوں کی ادائیگی کیلئے مدینہ منورہ بھی جائیں گے۔ وزارت صحت نے زائرین کو ہدایت کی ہے کہ وہ اپنی ذاتی صحت وصفائی کا معیار برقرار رکھیں اور چھینک اور کھانسی آنے کی صورت میں نشو پیپر استعمال کریں اور ضروری ویکسینیشن کرائیں۔

اردن میں نوول کروناوائرس

اپریل 2012ء کو اردن کے ایک ہسپتال میں چھ کارکنوں کی سانس بغیر کسی کسی وجہ کے بند ہوئی تو تشخیص کرنے پر بات سامنے آئی کہ یہ لوگ نوول کروناوائرس کا شکار ہوئے ہیں۔ چھ میں سے دو مریض موت کا شکار ہوئے۔ ان مریضوں کی تشخیص پر مئی رپورٹ یورپین سنٹر کو بھجوا دی گئی۔ یہاں کی لیبارٹری میں مرنے والے مریضوں کے خون کا تجزیہ کیا گیا تو نوول کروناوائرس کی تصدیق ہوگئی۔

انگلینڈ میں نوول کروناوائرس

فروری 2013ء کو انگلینڈ میں نوول کرونا وائرس کا پہلا کیس سامنے آیا۔ ایک ادھیڑ عمر کا مریض جس نے حال ہی میں پاکستان اور سعودی عرب کا دورہ کیا تھا اس مرض کا شکار ہوا۔ عالمی سطح پر اس مرض کا یہ دسواں کیس تھا۔ اس مریض کی موت 19 فروری 2013ء کو ہوگئی۔ انگلینڈ کا ایک اور شہری جو 49 سال کا تھا اور سعودی عرب کے دورے پر تھا تو اسے سانس کی بیماری کا مسئلہ درپیش آیا۔ اسے فوری طور پر ایئر ایمبولینس کے ذریعے دوہا سے لندن شفٹ کیا گیا جہاں اسے سینٹ میری ہسپتال میں داخل کروادیا گیا۔ مختلف ٹیسٹوں کے بعد یہ شخص بھی نوول کروناوائرس کا شکار ثابت ہوا۔ اس طرح کا ایک اور مریض جو مڈل ایسٹ سے انگلینڈ لوٹا تھا 28 جون 2013ء کو موت کا شکار ہوا۔

فرانس میں نوول کروناوائرس

7 مئی 2013 کو ایک شخص جو دبئی اور متحدہ عرب امارات سے فرانس لوٹا تو اسے سانس کی بیماری کا عارضہ ہوا۔ فرانسیسی منسٹری آف سوشل افیئرز اینڈ ہیلتھ نے اس شخص کو بھی اس وائرس کا شکار قرار دیا۔ فرانس کی سرکار نے نوول کرونا وائرس کے پہلے اس مریض کی موت کی تصدیق کردی۔ یہ شخص 28 مئی 2013ء کو موت کی وادی میں اتر گیا۔

تیونس میں نوول کروناوائرس

20 مئی 2013ء کو اس وائرس سے متاثرہ ایک شخص زندگی کی بازی ہار گیا۔ تیونس دنیا کا آٹھواں ملک ہے جہاں اس وائرس سے اموات واقع ہوئیں۔ تیونس کے علاوہ اردن، سعودی عرب، قطر، انگلینڈ، فرانس، جرمنی اور متحدہ عرب امارات میں یہ وائرس اپنے شکاروں کی تلاش میں دھاک لگائے بیٹھا ہے۔

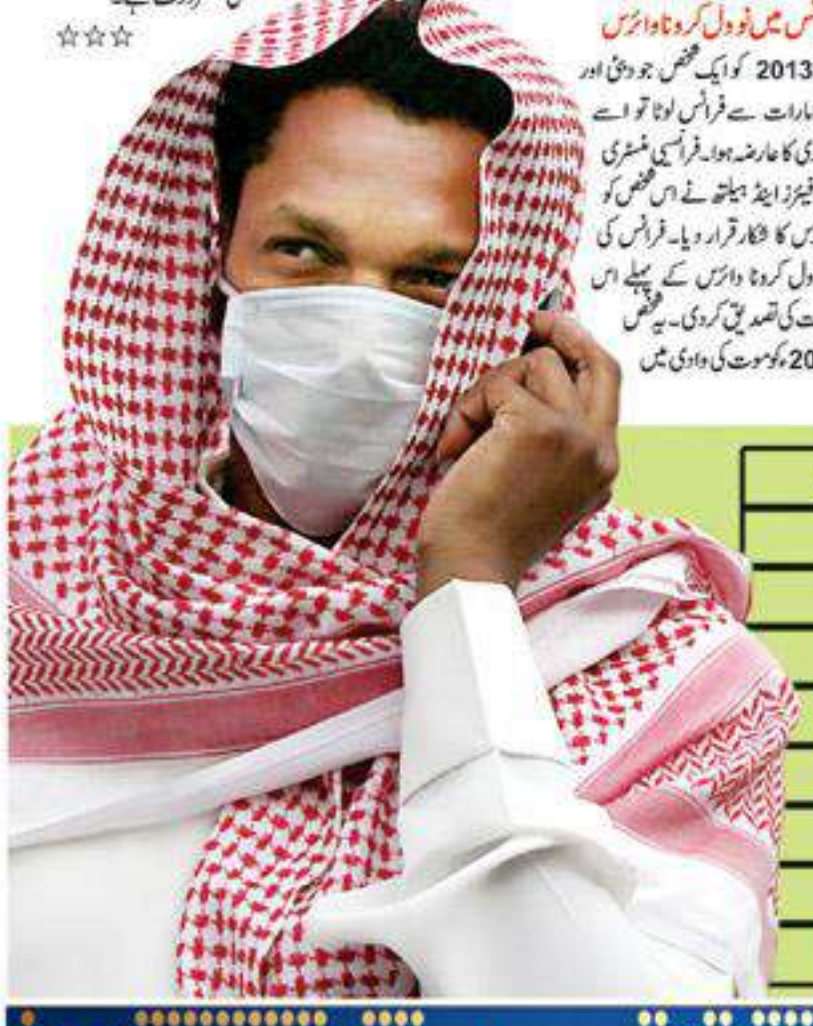
نئے وائرس کا نام

جراثیم اور وائرس کے ناموں کی اپنی تاریخ ہوتی ہے۔ مشرق وسطیٰ اور یورپ میں لوگوں کو ہلاک کرنے والے اس نئے وائرس کو طرح طرح کے ناموں سے پکارا جارہا ہے۔ جب گزشتہ سال پہلی مرتبہ اسے دریافت کیا گیا تو اس ''ہیومن بیٹا کروناوائرس ٹوسی ای ایم سی'' کہا گیا۔ اس میں ٹوسی انگلینڈ اور قطر کیلئے تھا پھر اردن میں دریافت کے بعد اسے اردن این تھری کہا گیا۔ آخر میں ماہرین نے اسے 'نوول کروناوائرس' کا نام دیا۔ جس کا مطلب ہے تاج کی شکل جیسا وائرس۔ لیکن عالمی ادارہ صحت کے مطابق جس انداز سے اموات ہورہی ہیں وہ بہت تشویشناک ہیں۔ اسے ماہرین نے ایک اور نام دیا ہے اور وہ ہے'' ایم ای آر ایس'' یعنی مڈل ایسٹ ریسپائریٹری سنڈروم۔

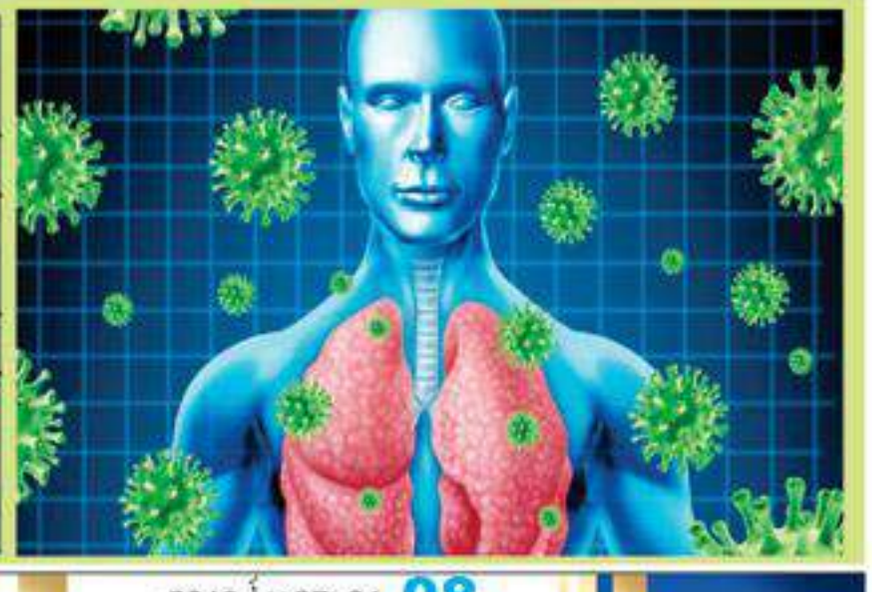
اقوام متحدہ کی وارننگ

اقوام متحدہ نے خبردار کیا ہے کہ دنیا کسی نئے وائرس کی وبا سے نمٹنے کی اہلیت نہیں رکھتی۔ چین میں نئے برڈ فلو وائرس H7N9 اور مشرق وسطیٰ میں نوول کروناوائرس نمودار ہونے کے تناظر میں یہ بات کہی گئی ہے۔ اقوام متحدہ کے تحت عالمی ادارہ صحت نے کہا ہے کہ دنیا تیزی سے پھیلنے والی وائرسی وبا کا مقابلہ اس لئے نہیں کرسکتا کہ فوری ردعمل اور روک تھام کا کوئی نظام سامنے نہیں آسکا۔ جبکہ ان وائرس کے بارے میں ابھی ہماری معلومات بھی ناکافی ہیں۔ جب لوگ نئی نمودار ہونے والی بیماریوں سے متاثرہ ہوتے ہیں تو یہ ممکن نہیں ہوتا کہ آپ کوئی کتاب دیکھیں اور اس سے علاج کریں۔' عالمی ادارہ صحت سے وابستہ ماہر کانجی فوکوڈا نے کہا کہ اگر دونوں وائرس (کرونا اور ایبولا) بڑے پیمانے پر امراض پھیلاتے ہیں تو دنیا ان کا مقابلہ نہیں کرسکتی۔ سارس کی طرح کے نئے نوول کروناوائرس کا ذکر کرتے ہوئے انہوں نے کہا کہ اس کا تیزی سے پھیلنا ایک غیر معمولی عالمی واقعہ ہے۔ فوکوڈا نے کہا کہ شاید ہمارے سامنے 2003 جیسی صورتحال ہے جب دو سارس وائرس نمودار ہوئے تھے۔ آج ہمیں اس وائرس کو ختم کرنے کے لئے دنیا کے تعاون کی ضرورت ہے۔

☆☆☆



ملک	کیس	اموات	شرح اموات
فرانس	2	1	50%
اٹلی	3	-	-
اردن	2	2	100%
قطر	2	1	50%
سعودی عرب	66	38	57%
یو اے ای	2	1	50%
یوکے	3	2	67%
تیونس	2	0	-



خوش رہنا سیکھیں

زندگی کو بہترین انداز میں گزارنے کے گر آزمائیں

ندا مقصود

زندگی نشیب و فراز کا مجموعہ ہے جس میں کبھی خوشیاں ملتی ہیں تو کبھی غموں کے پہاڑ سر اٹھائے سامنے کھڑے ہوتے ہیں۔اس لیے کوشش کرنی چاہیے کہ اس حقیقت کو تسلیم کرتے ہوئے زندگی گزاریں۔پریشانیوں اور مسائل پر ہمت نہ ہاریں بلکہ ان کا سامنا کریں۔اسی طرح زندگی میں چھوٹی چھوٹی خوشیوں سے جی بھر کر لطف واندوز ہونے کی کوشش کریں۔چھوٹی چھوٹی خوشیاں اور تہوار بھرپور انداز میں منائیں تاکہ وہ لمحے آپ کی زندگی کے یادگار لمحے بن جائیں۔

معمولی باتوں کو اہمیت نہ دیں

ایسی تقریبات منعقد کریں جس میں شرکت کر کے آپ اپنی پریشانیوں سے وقتی نجات حاصل کرسکیں نہ صرف خود ٹینشن فری ہوجائیں بلکہ پارٹی شرکاء کے لیے بھی اسے یادگار بنادیں۔ہلکی مذاق اور نت نئے کھانے کھانے سے آپ کا ذہن بھی تروتازہ ہوگا اور آپ فضول سوچوں سے بھی نجات حاصل کرلیں گے۔چھوٹی چھوٹی پریشانیاں زندگی کا حصہ ہوتی ہیں اس لیے ان کا بہادری سے سامنا کرنا چاہیے کیوں کہ پریشانی سے مسائل حل ہونے کے بجائے مزید الجھتے ہی چلے جاتے ہیں۔پرسکون اور پرفضاء مقام پر بیٹھ کر ان پریشانیوں کا حل تلاش کرنے کی کوشش کریں۔

تحائف کا تبادلہ

تحفہ دینے سے محبت بڑھتی ہے یہ جملہ تو آپ نے سنا ہوگا یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ تحفے دینے اور وصول کرنے میں ایک انوکھی خوشی ملتی ہے۔مختلف تہواروں اور چھوٹے چھوٹے مواقع پر دیئے جانے والے یہ تحائف زندگی بھر کے لیے یادگار بن جاتے ہیں اس کے لیے قیمت کی کوئی اہمیت نہیں ہوتی،اس لیے گھر کے مختلف افراد کی جانب سے ملنے والے تحائف کو بہت اہمیت دیں اور اور عید،سالگرہ اور دوسرے مواقع پر اپنے دوستوں کو تحائف دیتے رہیں۔آپ کے دیئے ہوئے یہ تحائف انہیں خوشی کا احساس دینے کے علاوہ ہمیشہ آپ کی یاد دلائیں گے۔فرینڈ شپ ڈے کے موقع پر دوستوں کو فرینڈ شپ کے کارڈ دینا کر دینا اور فرینڈ شپ بینڈ دینا بظاہر ایک معمولی سا تحفہ ہے لیکن یہ نہ صرف آپ کی دوستی کو مضبوط بناتا ہے بلکہ اس کے ذریعے آپ ہر سال اپنی دوستی کی تجدید بھی کرتے ہیں۔

دوستوں اور رشتہ داروں سے رابطے میں رہیں

تنہائی پسند ہونا انسان کو مایوسی اور ڈپریشن جیسی بیماریوں میں مبتلا کردیتا ہے۔اس لیے کوشش کریں کہ اپنا حلقہ احباب وسیع کریں،دوستوں،عزیزوں اور کولیگز کے ساتھ رابطے میں رہیں۔اپنے بہترین دوست سے اپنے مسائل شیئر کریں۔ان کے ساتھ مل کر پکنک اور پارٹی کے انتظامات کریں۔اس کے علاوہ اگر آپ کمیونٹی سسٹم کے تحت رہ رہے ہیں تو اپنی کمیونٹی کے ساتھ اپنے تعلق کو مضبوط بنائیں کیوں کہ یہ کمیونٹی سسٹم آپ کو کسی بھی مشکل میں تنہا نہیں کرتا بلکہ آپ کے مسائل کا سدباب کرتا ہے۔خود کو مختلف کاموں،سماجی خدمات میں مصروف رکھیں اس طرح آپ کا ذہن بٹا رہتا ہے اور پریشانیاں آپ پر حملہ آور نہیں ہوتیں۔

قدرتی مناظر سے لطف اندوز ہوں

زندگی کے معمولات کو ترتیب دیں۔دیگر مصروفیات کی طرح کچھ وقت اپنی ذات کے لیے بھی نکالیں جس میں آپ خود کو پرسکون محسوس کریں۔فطرت سے قریب ہونے کی کوشش کریں۔صبح سویرے اٹھیں اور تازہ ہوا میں جاکر لمبے لمبے سانس لیں صبح کی تازہ ہوا آپ کی صحت میں حیرت انگیز تبدیلیاں لائے گی۔چہل قدمی کو اپنا معمول بنالیں۔اپنے لان یا کسی خوب صورت پارک میں بیٹھ کر قدرت کی رنگینیوں سے لطف اندوز ہونے کی کوشش کریں،آپ خود بخود تبدیلی محسوس کریں گے۔چہچہاتی چڑیوں،ٹھنڈی ہوا کے جھونکوں اور پھولوں اور پودوں کی تازگی آپ کو خوشگوار احساس دے گی اور آپ دن بھر چاق وچوبند رہیں گے۔صبح کے وقت آپ دن بھر کی انرجی سٹور کرسکتے ہیں کیوں کہ اس وقت آپ خود کو فطرت سے قریب تر محسوس کرتے ہیں۔

اپنے ذہن کو تروتازہ رکھیں

دن بھر کی مصروفیات اور زندگی کے جھمیلوں میں الجھ کر انسان جسمانی طور پر تو تھکتا ہی ہے ذہنی طور بھی بری طرح تھک جاتا ہے۔ہمیں ایسا محسوس ہونے لگتا ہے جیسے ہم احساسات وجذبات سے عاری ایک مشین بن چکے ہیں ہم سانس تو لے رہے ہیں لیکن درحقیقت ہماری زندگی ایک ہی روش پر چلتے ہوئے بری طرح متاثر ہوئی ہے۔اس لیے یہ بہت ضروری ہے کہ اپنے ذہن سے کچھ دیر کے لیے پریشانیوں کو بالکل جھٹک دیا جائے۔اس کے لیے کچھ ذہنی مشقوں کا سہارا لینا چاہیے۔گھٹنوں کو دونوں اطراف میں پھیلا کر پرسکون حالت میں بیٹھیں۔ہتھیلیوں کو سیدھا رکھیں اور آنکھیں بند کرلیں۔اس وقت کسی بھی قسم کی پریشانی کو پاس نہ آنے دیں اور ذہن کو پرسکون کرنے کی کوشش کریں تاکہ آپ کے دماغ پر جو بوجھ اور تناؤ کی سی کیفیت ہے وہ کم ہوسکے۔

مثبت چیزوں کو سراہیں

زندگی میں اچھا کھانا اور پینا جہاں جسمانی ضرورت ہے وہاں من پسند کھانا انجوائے منٹ کا باعث بھی بنتا ہے۔اس لیے اپنے من پسند کھانے بہترین انداز سے انجوائے کرتے ہوئے کھائیں۔اور اس کی دل کھول کر تعریف کریں اور اللہ کا شکر ادا کریں۔جو چیزیں آپ کو متاثر کرتی ہیں انہیں سراہیں اس میں کسی قسم کی کنجوسی سے کام نہ لیں اور نہ ہی اس میں کسی قسم کی انا کو آڑے آنے دیں۔ہر اچھے کام کی تعریف کریں۔اپنی کارکردگی کا بھی جائزہ لیں اور دیکھیں کہ آج سارا دن میں آپ نے ایسے کون سے کام کیے ہیں جو قابل تعریف ہیں۔جو کام آپ کو مطمئن کریں اس پر خود کو شاباش دیں،اس سے آپ کی ذات میں مثبت تبدیلیاں آئیں گی۔کوشش کریں کہ منفی پہلوؤں کو تلاش کرنے کے بجائے تصویر کا مثبت رخ دیکھیں اور اس کو فروغ دیں۔

کامیابی کو بھرپور انداز میں منائیں

جب ہم دل لگا کر اور یکسوئی سے کوئی کام کرتے ہیں تو یہ بات یقینی ہے کہ ہمیں کامیابی ضرور ملتی ہے۔کامیابیوں کو سرسری انداز میں نہ لیں بلکہ یہ سوچیں کہ یہ کامیابی آپ کی محنت کے انعام کے طور پر ملی ہے اس لیے اپنی کامیابی کی خوشی بھرپور انداز میں منائیں۔دوستوں کو دعوت دیں۔ان کے ساتھ مل کر اچھا سا کھانا کھائیں،بلکہ گاکریں اس کامیابی کو یادگار بنانے کی بھرپور کوشش کریں۔چاہے آپ جاب کرتے ہوں یا طالب علم ہوں۔کامیابیوں سے ہمکنار ہونا ایک قابل فخر بات ہے اس لیے اگر آپ کوئی اعلیٰ پوزیشن حاصل کرتے ہیں اس وقت بھی اسے معمولی نہ سمجھیں بلکہ اپنا موازنہ دوسرے طلبہ کے ساتھ کریں کہ آپ نے محنت کے بل بوتے پر کتنے ساتھی طلبہ سے سبقت حاصل کی ہے یہ چیز آپ کی مزید حوصلہ افزائی کرے گی اور آپ دوبارہ بھی بہترکارکردگی کا مظاہرہ کرسکیں گے۔

دوستوں کے ساتھ ہلکی مذاق اور ہلہ گلہ

انسان بچپن سے لڑکپن،لڑکپن سے جوانی اور جوانی سے بڑھاپے کی جانب سفر کرتا ہے جیسے جیسے اس کی عمر بڑھتی جاتی ہے اسی طرح اس کے دوستوں،دلچسپیوں اور مشاغل میں بھی تبدیلی آجاتی ہے اور پرانے دوست احباب اور ساتھی ماضی کا حصہ بنتے جاتے ہیں اور ان کی جگہ دوسرے لوگ لیتے جاتے ہیں،لیکن اگر اچانک آپ کو کہیں ماضی کا کوئی دوست یا جاننے والا مل جاتا ہے تو اس وقت آپ کا جوش وخروش اور خوشی کا جو عالم ہوتا ہے اسے لفظوں میں بیان نہیں کیا جاسکتا۔اس لیے کوشش کرنی چاہیے کہ پرانے دوستوں سے بالکل قطع تعلق نہ کیا جائے اور نہ ہی انہیں وقتی ضرورت کا ایک حصہ سمجھا جائے بلکہ ان سے رابطے میں رہنا چاہیے اور کبھی کبھار ان تمام ادوار کے دوستوں کے ساتھ مل کر گیدرنگ رکھنی چاہیے تاکہ آپ اپنے زمانہ طالب علمی کی شرارتیں،نوجوانی کے قصے اور دیگر یادوں کو ان کی مدد سے تازہ کرسکیں یہ گیدرنگ آپ کی زندگی میں خوشگوار تبدیلی لائے گی اور آپ خود کو تروتازہ محسوس کریں گے اور آپ کو ایسا ہی لگے گا کہ جیسے آپ اس زمانے میں پہنچ گئے ہیں۔

خاموشی بہترین نعمت ہے

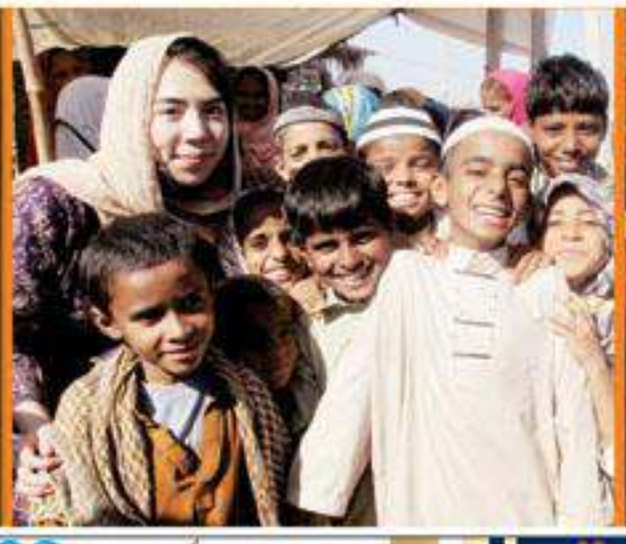
سارا دن کے شوروغل اور بھاگ دوڑ کے بعد ایک وقت ایسا ہوتا ہے کہ آپ کسی ایسی پرسکون جگہ پر چلیں جائیں جہاں بالکل خاموشی ہو نہ ٹریفک کا شور ہو،نہ مشینوں کی آوازیں بلکہ ہر طرف خاموشی کا راج ہو۔اور ایسے مواقع زندگی میں کم ہی میسر آتے ہیں اس لیے جب بھی موقع ملے اس صورت حال کا فائدہ اٹھائیں اور اپنے روزمرہ معمول میں اس بات کو شامل کریں کہ آپ دن میں آدھا ایک گھنٹہ ایک کمرے میں پرسکون انداز میں گزاریں گے اس وقت کے لیے تمام گھر کے افراد کو بھی خصوصی ہدایات جاری کردیں کہ اس وقت آپ کو کوئی بھی ڈسٹرب نہ کرے نہ ہی اس وقت کوئی فون کال یا ایس ایم ایس ریسیو کریں یہ معمول آپ کی زندگی میں ایک بہتر تبدیلی لائے گا اور آپ بہتر محسوس کریں گے۔

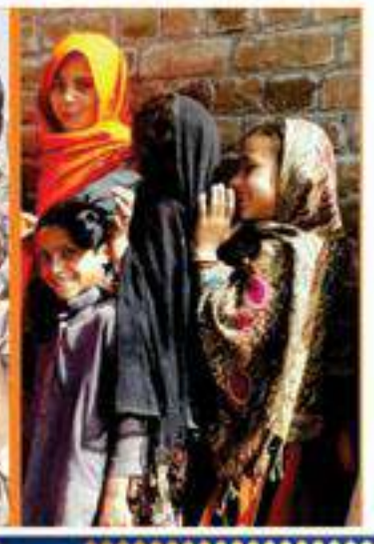
اپنی ذات سے محبت کرنا سیکھیں

زندگی اللہ تعالیٰ کا بہترین انعام ہے اور اللہ تعالیٰ نے ہر انسان کو خوب صورت بنایا ہے۔آپ کی صحت اور زندگی اللہ تعالیٰ کی امانت ہے اس لیے اس کی حفاظت کریں اور اپنا بھرپور خیال رکھیں کسی کو بھی اس بات کی اجازت نہ دیں کہ وہ آپ کی تضحیک کرسکے یا آپ کی ذات کو مذاق کا نشانہ بنائے خود سے محبت کریں اور اپنی صحت اور خوب صورتی برقرار رکھنے کی کوشش کریں۔صحت بخش اور متوازن غذا کا استعمال کریں خوش رہیں،ورزش کریں۔اپنی ذات کا موازنہ دوسروں سے نہ کریں نہ ہی کسی کی خوب صورتی سے حسد کریں اس بات پر یقین رکھیں کہ آپ کی ظاہری خوب صورتی سے زیادہ اہم آپ کی باطنی خوب صورتی ہے۔آپ کو افسوس اس وقت ہونا چاہیے جب آپ باطنی طور پر یہ محسوس کریں کہ دوسرے آپ سے زیادہ آگے ہیں۔اخلاق،بردباری اور ملنساری کو اپنا شعار بنائیں۔

ڈائری لکھیں

آپ نے وہ بات تو سنی ہوگی راز اسی صورت میں راز رہتا ہے جب وہ محض آپ کی ذات تک محدود ہوتا ہے جب بات آپ کے منہ سے نکل جاتی ہے تو پرائی ہوجاتی ہے اور اسے دوسروں تک پہنچنے سے روکنا آپ کے اختیار میں نہیں رہتا اس لیے آپ اپنے بہترین رازداں خود ہی ہوسکتے ہیں اس لیے اگر آپ اپنے دل کی بات کسی سے کہہ کر اپنے دل کا بوجھ ہلکا کرنا چاہتے ہیں تو یا تو اپنے کسی قابل اعتبار دوست سے کہہ ڈالیں یا اگر کوئی زیادہ ہی اہم راز ہے تو بجائے کسی سے کہنے کے ڈائری میں لکھیں اپنی ایک ڈائری بنائیں اور روزانہ کی بنیاد پر ڈائری لکھیں اس سے آپ کا کتھارسس بھی ہوجاتا ہے اور زندگی میں پیش آنے والے اہم واقعات کا ریکارڈ بھی آپ کے پاس محفوظ ہوجاتا ہے جنہیں آپ زندگی کے کسی بھی مقام پر پڑھ کر ان یادوں کو تازہ کرسکتی ہیں۔ڈائری لکھنے سے ڈپریشن اور پریشانی سے بھی کسی حد تک نجات مل جاتی ہے۔





باب وڈورڈ (Bob Woodward) امریکہ کے مایہ ناز انسوسٹی گیٹو صحافی اور نان فکشن مصنف ہیں۔ انہوں نے 1971ء میں واشنگٹن پوسٹ سے رپورٹر کی حیثیت سے کیریئر کا آغاز کیا اور اس وقت اخبار کے ایسوسی ایٹ ایڈیٹر کے طور پر فرائض انجام دے رہے ہیں۔ باب وڈورڈ نے کارل برنسٹائن کے ساتھ مل کر "واٹر گیٹ سکینڈل" پر تحقیق کی۔ یہ امریکہ کی قومی سیاسی تاریخ کا ایک اہم ترین سکینڈل ہے جس کے باعث صدر رچرڈ نکسن کو بھی اقتدار سے رخصت ہونا پڑا۔ بہت سے سینئر صحافیوں نے واٹر گیٹ سکینڈل پر ان دونوں صحافیوں کی کاوشوں کو سراہا اور اسے رپورٹنگ کی معراج قرار دیا۔ 1999ء میں باب وڈورڈ کی کتاب "Shadow" شائع ہوئی جو واٹر گیٹ سکینڈل پر ایک معتبر حوالہ ہے جس کے لیے انہوں نے سابق صدر فورڈ کے علاوہ بہت سی شخصیات کے انٹرویوز کیے اور مختلف تاریخی ذرائع سے استفادہ کیا۔ زیر نظر کتاب میں جیرالڈ فورڈ کے علاوہ چار سابق امریکی صدور جمی کارٹر، رونلڈ ریگن، جارج بش اور بل کلنٹن کے ادوار کا جائزہ لیا گیا ہے، یوں یہ امریکہ کی سیاسی تاریخ کا ایک معتبر حوالہ قرار پاتی ہے جسے قارئین کی دلچسپی کے پیش نظر قسط وار شائع کیا جا رہا ہے:

(قسط نمبر 7)

نامور صحافی باب وڈورڈ کی تہلکہ خیز کتاب "شیڈو" کی تلخیص

علی عباس

8 نومبر 1994ء کو ڈیموکریٹس سینٹ اور ایوان میں اکثریت سے محروم ہو گئے۔ یہ ایک بدترین شکست تھی، خاص طور پر ایوان میں ڈیموکریٹس 40 برس بعد اکثریت سے محروم ہوئے تھے۔ صدر کلنٹن اور ہلیری کو اس پر خاصی مایوسی ہوئی۔ یہ واضح ہو گیا تھا کہ کانگریس وائٹ واٹر سکینڈل پر تفتیش کر کے از سر نو انتخابات کے مرحلے میں صدر کو شکست سے دوچار کرنے جا رہی تھی۔ چناں چہ لوئڈ کٹلر کی پارٹنر جین شربرن (Jane Sherburne) سے رابطہ قائم کیا گیا، وہ کٹلر کے ساتھ وائٹ ہاؤس میں خدمات انجام دے چکی تھی۔ شربرن مکمل طور پر خود مختار تھی اور صرف وائٹ ہاؤس کے ڈپٹی چیف آف سٹاف ہیرلڈ اکز کو جواب دہ تھی جس پر وائٹ ہاؤس کے قونصل اہنر جے مکوا نے ناگواری کا اظہار بھی کیا۔ دوسری جانب صدر کلنٹن نے مائیکل پی سی کارنز کا نام سی آئی اے کے ڈائریکٹر کے طور پر پیش کیا تو مکوا نے اس پر اعتراض کیا کیوں کہ کارنز ایک فلپائنی ہاؤس بوائے کے سوشل سیکورٹی واجبات ادا نہیں کر پائے تھے، ان کا خیال تھا کہ سینٹ سی آئی اے کے ڈائریکٹر کے طور پر ایسے کسی بھی شخص کی توثیق نہیں کرے گی جس نے قانون توڑا ہو۔ چناں چہ چناں چہ صدر کلنٹن کو ان کی نامزدگی واپس لینا پڑی۔

صدر کلنٹن کو مسائل اور سکینڈلوں کے بارے میں سننا پسند نہیں تھا اور اکثر اوقات وہ بُری خبر سنانے والے پر ہی اپنا غصہ نکال دیتے۔ یہ صدر کلنٹن کی شخصیت کا ایک اہم پہلو تھا اور مکوا کے خیال میں بہت کم لوگوں کو اس کا ادراک تھا۔ خاتونِ اول کا بری خبروں پر ردعمل یکسر مختلف ہوتا۔ مکوا نے صدر کلنٹن اور ہلیری کو خود مختار قونصل کے بارے میں آگاہ کیا کہ وہ ایک متوازن شخصیت کا حامل معتدل کنزرویٹو ہے۔ بعد ازاں جب کین سٹار نے تفتیش شروع کی تو انہوں نے مکوا سے رابطہ قائم کیا اور کہا کہ صدر اور خاتونِ اول حلفیہ بیان دیں۔ مکوا نے

وائٹ ہاؤس مستقل طور پر تنازعات میں گھرا رہا، پہلی بار کسی خاتونِ اول نے گرینڈ جیوری کے روبرو گواہی دی

ہلیری نے سیاسی حریفوں کا ڈٹ کر مقابلہ کیا

وائٹ ہاؤس کی تلاشی سے خاتونِ اول کی انگلیوں کے نشانات تک..... وائٹ ہاؤس کے مکینوں نے تفتیش کاروں کے ساتھ مکمل تعاون کیا

رضامندی ظاہر کر دی لیکن اس کے لیے چھٹی کا دن اور دوپہر کا وقت منتخب کیا۔ اس کا ایک فائدہ یہ ہوتا کہ مکوا جب اس حوالے سے خبر جاری کرتے تو وہ اخبارات کے صفحۂ اول پر شائع نہیں ہو سکتی تھی۔ سٹار نے اس پر رضامندی ظاہر کر دی۔

سٹار نے صدر سے تفتیش کا آغاز کیا۔ انہوں نے سوالوں کے براہ راست جوابات دیے۔ وہ ناخوش دکھائی نہیں دیتے تھے۔ یہ سیشن دو گھنٹوں پر محیط رہا۔ صدر کلنٹن کے بعد خاتونِ اول سے تفتیش کا آغاز ہوا۔ انہوں نے یہ تاثر دیا کہ وہ اس پر خوش نہیں ہیں۔ صدر کلنٹن کے وکیل ڈیوڈ کینڈال کا سٹار کے سوالات پر ردعمل محتاط تھے جن میں سے بیش تر کا کلنٹن خاندان کی سیاسی زندگی سے کوئی تعلق دکھائی نہیں دیتا تھا۔

اسی دوران اٹارنی جنرل جینے رینو نے کامرس سیکرٹری ایچ براؤن کے کاروباری معاہدوں کے حوالے سے تفتیش کرنے کے لیے خود مختار قونصل کی خدمات حاصل کرنے کا اعلان کر دیا۔ یہ صدر کلنٹن کے لیے ناقابل یقین تھا۔ براؤن صدر کلنٹن کے سیاسی اتحادی اور قریبی دوست تھے۔ قبل ازیں ہاؤسنگ سیکرٹری ہنری سسنیروز (Henry Cisneros) سے تفتیش کے لیے بھی خود مختار قونصل تعینات کرنے کی درخواست کی گئی تھی۔ یوں پوری انتظامیہ ہدف پر تھی۔ صدر کلنٹن نے براؤن سے کہا کہ ان کو دورانِ تفتیش مستعفی ہونے کی ضرورت نہیں ہے۔

دوسری جانب سینٹ وائٹ واٹر سکینڈل پر ونس فوسٹر کی موت اور ان کے دفتر سے دستاویزات کی منتقلی سے سماعت کا آغاز کرنے جا رہی تھی۔ شربرن کے نزدیک یہ چیئرمین اور نیویارک سے تعلق رکھنے والے ریپبلکن سینیٹر الفونسے ڈی اماتو کا ایک شاطرانہ فیصلہ تھا۔ اس کہانی کے بہت سے حصے بیان کیے جا چکے تھے لیکن کسی نے عوام کو اس کی مربوط تصویر پیش نہیں کی کہ حقیقت میں کیا ہوا تھا؟

صدر کلنٹن کے قانونی مشیروں نے یہ فیصلہ کیا کہ کمیٹی کے روبرو تفصیل پیش کرنے سے بہتر ہے کہ ونس فوسٹر کی دستاویزات جاری کر دی جائیں اور اسے نیوز ویک کے رپورٹر مائیکل ازوکاف (Michael Isikoff) کے حوالے کر دیا جو کہ صدر کلنٹن کے حوالے سے مشکوک تھا۔ اس کی خبر اہمیت کی حامل ہوتی اور یہ طے ہو جاتا کہ آنے والے دنوں میں میڈیا پر مذکورہ سکینڈل کی کوریج کس طرح ہوگی؟ ازوکاف کی کہانی جولائی کے دوسرے ہفتے میں شائع ہوئی۔ یہ شہ سرخی نہیں تھی لیکن اس کی سرخی سرورق پر شائع ہوئی "وہ رات جب فوسٹر کی موت واقع ہوئی۔" ازوکاف کی کہانی نے کئی طرح سے وائٹ ہاؤس کے دفاع کا کام کیا۔ بعد ازاں ویک اینڈ پر شربرن نے بڑے صحافتی اداروں سے منسلک رپورٹروں کو دستاویزات سے متعلق بریفنگ دی جس کا ایک مقصد صحافیوں کو بور کرنا بھی تھا، تاکہ یہ ظاہر کیا جا سکے کہ ڈی اماتو کی سماعت بے نتیجہ رہے گی۔ یہ سیشن کامیاب رہا اور نیویارک ٹائمز، لاس اینجلس ٹائمز اور واشنگٹن پوسٹ میں عمومی طور پر وائٹ ہاؤس کے حق میں خبریں شائع ہوئیں۔ ڈی اماتو کے لیے ان خبروں کی اشاعت پریشان کن تھی۔ ان کے سٹاف نے یہ خبر پھیلا دی کہ وائٹ واٹر سے متعلقہ مواد کا صرف ایک حصہ جاری کیا گیا ہے۔ رپورٹرز نے اس بارے میں وائٹ ہاؤس سے رابطہ قائم کیا۔ وائٹ واٹر کے ٹیکس معاملات سے متعلق سو صفحات جاری نہیں کیے گئے تھے۔ 1992ء کی انتخابی مہم کے دوران کلنٹن خاندان کی جانب سے ایک رپورٹ شائع کی گئی جس میں یہ دعویٰ کیا گیا تھا کہ وائٹ واٹر میں 68 ہزار ڈالرز کا نقصان ہوا تھا لیکن فوسٹر کی دستاویزات کے مطابق یہ رقم صرف 5800 ڈالرز تھی۔ بہر حال یہ دستاویزات بھی میڈیا میں جاری کر دی گئیں۔ یہ خبر تمام اخبارات کے صفحۂ اول پر شائع ہوئی جن میں وائٹ ہاؤس پر زبردست تنقید کی گئی تھی۔

دوسری جانب سٹار نے ایک بار پھر صدر کلنٹن اور خاتونِ اول کے ساتھ سیشن کرنے کی درخواست کی۔ صدر کلنٹن سے ساڑھے تین گھنٹے اور ہلیری کلنٹن سے دو گھنٹے تک تفتیش کا سلسلہ جاری رہا۔ اسی دوران اگست 1995ء میں نیوز ویک میں ایک مضمون شائع ہوا جس میں صدر کلنٹن، ہلیری اور ان کی انتظامیہ پر زبردست تنقید کی گئی تھی جس پر خاتونِ اول نے فوری ردعمل ظاہر کرتے ہوئے کہا کہ وہ کانگریس کی کمیٹی کے روبرو پیش ہوں گی۔ کینڈال نے اس کی مخالفت کی کیوں کہ وائٹ واٹر کے حوالے سے سٹار کی گرینڈ جیوری کی تفتیش جاری تھی اور ان حالات میں خاتونِ اول کے کمیٹی کے روبرو بیان حلفی دینے سے ریپبلیکنز کو فائدہ ہوتا۔ خاتونِ اول کو ان کے والدین بھی یہ کہتے رہے تھے کہ ان کو دوسروں کی رائے کے مطابق خود کو نہیں ڈھالنا چاہیے: "تمہیں اپنی ذات کے ساتھ جینا چاہیے۔" لیکن ان کا خیال تھا کہ ان کے خاموش رہنے سے ان پر عائد کیے گئے الزامات درست ثابت ہوتے ہیں۔ ہلیری نے روتے ہوئے کہا: "میں ایسی نہیں ہوں جیسا کہ انہوں نے پیش کیا ہے۔ میں لوگوں کی فکر کرتی ہوں۔" شربرن کو ادراک ہوا کہ خاتونِ اول نے خود کو ایک ایسی شخصیت کے روپ میں ڈھال لیا تھا جو وہ نہیں بننا چاہتی تھیں۔ یہ صرف شناخت سے محرومی نہیں تھی۔ یہ اس سے بھی بدترین صورت حال تھی۔ یوں محسوس ہوتا تھا کہ خاتونِ اول کو معلوم تھا کہ ان کی شناخت کھو گئی تھی۔ ان کی شخصیت پر وہ رنگ غالب آ گیا تھا جس کو وہ ناپسند کرتی تھیں۔

اس دوران مکوا اور شربرن کے پیشہ ورانہ تعلقات میں مزید تلخی پیدا ہو گئی۔ خاتونِ اول اور اکز کے ایما پر شربرن بہت سے ایسے قانونی فیصلے کر رہی تھی جس کے کلنٹن، خاتونِ اول اور صدارت کے لیے بہت سے مضمرات ہو سکتے تھے۔ انہوں نے تمام حالات کا جائزہ لینے کے بعد مستعفی ہونے کا اعلان کر دیا لیکن اس بات پر زور دیا کہ حکومت میں چار دہائیاں گزارنے کے بعد یہ ان کے لیے ریٹائرمنٹ کی طرح ہے۔ دوسری جانب وائٹ ہاؤس کے قانونی مشیروں نے خود مختار قونصل سٹار کی سیاسی وابستگی کو بے نقاب کرنے کا فیصلہ کیا۔

کلنٹن، لیونسکی سکینڈل کی شروعات

نومبر 1995ء کے وسط میں وفاقی حکومت نے ایک طرح سے کام بند کردیا کیوں کہ صدر کلنٹن اور کانگریس میں ریپبلکن پارٹی کے اکثریتی ارکان کے درمیان اختلافات پیدا ہوگئے تھے۔ یہ صدر کلنٹن کی صدارت کے لیے سب سے بڑا جوا تھا۔ بحران کے دوسرے روز 15 نومبر کو جب کوئی مستقل اہلکار ملازمت پر نہیں تھا، وہ پریشانی کے عالم میں چیف آف سٹاف کے دفتر میں ایک نوجوان انٹرن کے ساتھ تنہا بیٹھے تھے اور وہ اسے پسند کرنے لگے تھے۔ بعدازاں اس نے رات کے آٹھ بجے اوول آفس سے ملحق سینو پاؤلس کے دفتر میں صدر کو تنہا دیکھا اور یہ تاثر دیا کہ وہ ان کے لیے آئی ہے۔ اس نے صدر سے کہا کہ وہ ان کو پسند کرتی ہے جس پر ان کے چہرے پر مسکراہٹ دوڑ گئی۔ یہ مونیکا لیونسکی تھی۔ صدر کلنٹن نے خبردار کیا کہ وہ انٹرن ہے اور اس کو محافظ کے بغیر وائٹ ہاؤس کے اس حصہ میں آنے کی اجازت نہیں ہے۔ دو روز بعد مونیکا نے صدر کو آگاہ کیا کہ اس کو وائٹ ہاؤس میں کل وقتی ملازمت مل گئی ہے اور اس کے لیے محافظ کے بغیر وائٹ ہاؤس کے اس حصہ میں آنا ممکن ہوگیا ہے۔

واشنگٹن کے اخبار لیگل ٹائمز سے رابطہ قائم کرکے اس کے ایک رپورٹر کو سٹار سے متعلق معلومات فراہم کی گئیں۔ یہ مضمون اکتوبر میں شائع ہوا جس میں یہ دعویٰ بھی کیا گیا تھا کہ وائٹ ہاؤس نے اس پر کوئی تبصرہ کرنے سے انکار کردیا ہے۔

ان دنوں ہی شربرن کو معلوم ہوا کہ وائٹ ہاؤس کے ٹریول آفس کے سٹاف کی برطرفی میں خاتونِ اول کا بھی کردار تھا جس کی انہوں نے قبل ازیں تردید کی تھی۔ ایک میمو کے ذریعے اس بارے میں پتہ چلا اور شربرن کے خیال میں یہ معاملات کو پوشیدہ رکھنے کی بدترین کوشش تھی۔ ہلیری نے اس میمو کو رد کردیا۔ اس بارے میں بھی کانگریس میں سماعت جاری تھی۔ شربرن نے یہ دستاویزات اس امید کے ساتھ کانگریس کو ارسال کردیں کہ شاید کسی طرح یہ نظرانداز ہوجائیں۔ وائٹ ہاؤس ایک بار پھر مشکلات میں گھر گیا تھا۔ فوسٹر نے خودکشی کے نوٹ میں لکھا تھا کہ اس کی خودکشی کی وجہ یہ ہے کہ ٹریول ہاؤس کی برطرفیوں کا الزام ہلیری پر نہ آئے لیکن اس میمو سے یہ واضح ہورہا تھا کہ خاتونِ اول کے اصرار پر ایسا کیا گیا تھا۔ یہ میمو صدر کے ایڈمنسٹریشن اور بجٹ کے اسسٹنٹ ڈیوڈ واٹکنز (David Watkins) نے لکھا تھا جسے گالف آؤٹنگ کے لیے سرکاری ہیلی کاپٹر استعمال کرنے کی پاداش میں ملازمت سے برطرف کردیا گیا تھا۔ وائٹ ہاؤس کی قانونی ٹیم نے اس نکتے پر غور شروع کردیا کہ کیا واٹکنز کی ساکھ متاثر کرنے کی کوشش کرنی چاہیے؟ کیا وہ یہ کہہ سکتے ہیں کہ واٹکنز نے بدلہ لینے یا بلیک میل کرنے کے لیے یہ میمو لکھا؟ صدر کلنٹن کی سپیشل اسسٹنٹ کیرولین ہوبر کو بھی کچھ دستاویزات کا پتہ چلا جو فوسٹر کے دفتر سے ملی تھیں اور ان کے بارے میں کلنٹن و خاتونِ اول کے علاوہ وائٹ ہاؤس کو بھی سمن جاری ہوچکے تھے۔ شربرن نے اس بارے میں صدر کو آگاہ کیا اور یہ بتایا کہ وہ اسے سٹار کے حوالے کرنے جارہی ہے۔ لیکن سب سے اہم مسئلہ یہ ہے کہ وہ انصاف کے تقاضے پورے نہ کرنے کی بنا پر مشکوک ٹھہرائے جائیں گے، صدر کلنٹن نے یکسر مختلف رائے کا اظہار کیا۔ بالآخر سٹار نے ہلیری کلنٹن کو گرینڈ جیوری کے سامنے پیش ہونے کے لیے سمن جاری کردیے۔ اسی دوران خاتونِ اول نے ایک ریڈیو پروگرام میں شرکت کی جس میں انہوں نے یہ دعویٰ کیا کہ 1992ء میں وائٹ واٹر سے متعلق تمام دستاویزات جاری کردی گئی تھیں لیکن حقیقت اس کے برعکس تھی جس کے باعث ان کو تردیدی بیان جاری کرنا پڑا۔

انتخابات کا برس آن پہنچا تھا۔ صدر کلنٹن نے وائٹ ہاؤس کے قونصل کے لیے نائب صدر الگور کے چیف آف سٹاف جیک کوئین کو منتخب کیا۔ کینڈال، کوئین، شربرن اور ایک اور وکیل نے سٹار سے ملاقات کی تاکہ وہ خاتونِ اول کے گرینڈ جیوری کے روبرو پیش ہونے کا سمن واپس لے لیکن سٹار نے کہا کہ وہ تمام معاملات کو شائستگی کے ساتھ دیکھے گا۔ شربرن کی سٹار کے بارے میں رائے تبدیل ہوگئی۔ سٹار نے کہا کہ گرینڈ جیوری کے ضابطے پر عمل کرنا انتہائی اہم ہے۔ گرینڈ جیوری کے 23 اراکین خواہاں ہیں کہ گواہ ان کے روبرو پیش ہوں تاکہ ان کی صداقت پر یقین کیا جاسکے۔ سٹار مشورہ کے لیے اپنے نمائندوں کو ایک دوسرے کمرے میں لے گیا۔ اس نے کہا کہ گرینڈ جیوری کی بہت زیادہ اہمیت ہوگی، اگر اس میں یہ ثابت ہوجائے کہ کوئی جھوٹی گواہی دے رہا ہے کیوں کہ 23 لوگوں کے سامنے جھوٹ بولنا انتہائی مشکل ہے۔ سٹار نے کینڈال، کوئین اور شربرن کو آگاہ کیا کہ سمن واپس نہیں لیا جائے گا۔ اس نے کہا کہ وہ سمن یا بیانِ حلفی کے بارے میں کوئی اعلان نہیں کرے گا۔ اس نے یہ وعدہ بھی کیا کہ وہ اسے خفیہ رکھنے کے لیے ہرممکنہ اقدام کرے گا۔ یہ وائٹ ہاؤس اور ہلیری کلنٹن نے فیصلہ کرنا ہے کہ ان کو کیا کہنا ہے۔ وائٹ ہاؤس میں اس بحث کا آغاز ہوگیا کہ کیا گرینڈ جیوری کے سمن کے بارے میں اعلان کردینا چاہیے یا اسے پوشیدہ رکھنے کی کوشش کرنی چاہیے، حتیٰ کہ خاتونِ اول مزید مشکلات کا شکار ہوجائیں؟ شربرن اور ان کے نائب مارک فیلڈنگ کو پریشانی تھی کہ یہ خبر میڈیا میں نہ پہنچ جائے۔ انہوں نے محسوس کیا کہ اگر خبر باہر نکل جاتی ہے تو اس کے منفی اثرات مرتب ہوں گے۔ وہ چاہتے تھے کہ وائٹ ہاؤس کی جانب سے اس بارے میں خبر جاری کردی جائے، تاکہ اسے غیرمعمولی طور پر اہمیت دی جائے۔ اس حوالے سے وائٹ ہاؤس کے قانونی مشیروں کا اجلاس بھی ہوا جس میں رابرٹ اے بینٹ نے خاتونِ اول کے گرینڈ جیوری میں پیش ہونے سے دو روز قبل یہ مشورہ دیا کہ ان کو ایک خط کے ذریعے یہ اعلان کردینا چاہیے کہ خاتونِ اول رضاکارانہ طور پر ڈی اماتو کے روبرو پیش ہورہی ہیں، اگلے ہفتے کے اوائل میں ہی ایسا ممکن بنادیا جائے۔ یہ خبر ٹیلی ویژن پر نشر ہونے کے بعد جمعہ کے روز ہونے والے گرینڈ جیوری کے اجلاس پر اثرانداز ہوگی۔ کینڈال نے سوچا کہ یہ حماقت ہے۔ اس قدر وقت نہیں کہ خاتونِ اول کو اس کے لیے تیار کیا جاسکے۔ کانگریس کی سماعت کا کوئی اختتام نہیں ہوتا۔ ان کے لیے خود کو ان سوالوں سے بچانا مشکل ہوگا اور اس کی تیاری کے لیے کئی روز اور ہفتوں کا وقت درکار ہوتا ہے۔ ان دونوں وکلا کے درمیان تلخی پیدا ہوگئی۔ بینٹ نے کہا کہ وہ پریقین ہیں کہ کانگریس کے روبرو پیش ہونا کلنٹن کے حق میں بہترین ہوگا۔ ان دونوں میں بحث جاری رہی۔ اگرچہ اس میٹنگ کا اختتام ہوگیا لیکن بینٹ پاؤلا جانز کے کیس کے ساتھ جڑے رہے۔ کینڈال کا خیال تھا کہ ڈی اماتو کی کمیٹی کے روبرو پیش ہونے کی کوئی اہمیت نہیں ہے، خاص طور پر جب ہلیری عوام کا سامنا کرنے جارہی ہیں۔ امریکہ کی تاریخ میں ایسا پہلی بار ہونے جارہا تھا جب کسی خاتونِ اول نے گرینڈ جیوری کے روبرو پیش ہونا تھا۔

خاتونِ اول اپنے وکلا کے ہمراہ کٹہرے میں پیش ہوئیں۔ گرینڈ جیوری کے بیش تر ارکان سیاہ فام تھے اور ان کی نصف تعداد خواتین پر مشتمل تھی۔ کمرۂ عدالت میں ہلیری نے خود کو مضبوط لیکن نافرمان گواہ ثابت نہیں کیا۔ انہوں نے پریقین انداز میں براہ راست جوابات دیے۔ سوالات اس نکتے پر مرکوز تھے کہ بلنگ ریکارڈز قبل ازیں کہاں پر تھے اور یہ وائٹ ہاؤس کے رہائشی حصے میں کس طرح پہنچے؟ ہلیری نے کہا کہ 1992ء کی انتخابی مہم کے دوران جب ان کا کمپیوٹر پرنٹ لیا گیا تھا تو انہوں نے یہ ریکارڈز دیکھے تھے لیکن ان کو کچھ معلوم نہیں کہ یہ دفتر میں کس طرح پہنچے۔ اس پر وہ کسی بھی دوسرے شخص کی طرح پریشان ہیں۔ خاتونِ اول نے وائٹ ہاؤس کی مصروفیات کے بارے میں آگاہ کرنے کی کوشش کی لیکن یہ تاثر نہیں دیا کہ انہوں نے کبھی احتیاط کا دامن ہاتھ سے چھوڑا۔ کئی مواقع پر جیوری کے ارکان نے ان کی بات سے اتفاق کیا۔ خاتونِ اول کو یقین تھا کہ وہ فتح حاصل کرلیں گی۔ کچھ عرصہ قبل خاتونِ اول نے بچوں کی ایک کتاب بھی لکھی تھی جو بیسٹ سیلر لسٹ میں نمبر ایک پر جارہی تھی۔ جیوری کے ایک رکن نے اس پر خاتونِ اول سے آٹوگراف مانگے۔ ان پر واضح نہیں تھا کہ وہ کیا کریں؟ انہوں نے ایک پراسیکیوٹر کے کہنے پر کتاب پر دستخط کردیے۔ گرینڈ جیوری پر نظر رکھنے والے جج نے بعدازاں اس رکن کو پینل سے نکال دیا۔ یہ توقع کی جاتی ہے کہ گرینڈ جیوری کا کوئی رکن گواہ سے بات نہیں کرے گا اور اس سے کوئی چیز نہیں لے گا۔ چار گھنٹوں کی خفیہ گواہی کے بعد جب ہلیری باہر آئیں تو انہوں نے دیکھا کہ رپورٹرز کی ایک بڑی تعداد جمع ہوچکی تھی۔ ہلیری نے کہا ”بہت خوب! میں دیکھ سکتی ہوں کہ آپ لوگ ہنوز یہاں پر موجود ہیں۔“ خاتونِ اول کے لیے یہ ایک شاندار موقع تھا۔ انہوں نے کہا ”میں خوش ہوں کہ یہ دستاویزات بازیاب ہوسکیں کیوں کہ ان سے میرے دعوؤں کی تصدیق ہوتی ہے۔“

دوسری جانب سٹار کے دفتر میں یہ فیصلہ کیا گیا کہ مزید گواہوں کی ضرورت ہے تاکہ پتہ چل سکے کہ کیا ہوا تھا۔ اگرچہ سٹار نے کیرولین ہوبر اور وکلا کینڈال اور شربرن کے نام سمن جاری کردیے تھے لیکن اس بارے میں کچھ واضح نہیں ہوسکا تھا کہ بلنگ ریکارڈز اچانک غائب ہوکر کہاں سے برآمد ہوگیا۔ سٹار نے خاتونِ اول کی انگلیوں کے نشانات لینے کے لیے کہا تاکہ ان کا دستاویزات پر سے ملنے والے نشانات کے ساتھ موازنہ کیا جاسکے۔ کینڈال پرامید تھے کہ خاتونِ اول مزید توہین برداشت کرسکتی ہیں۔ کیا حکومت کے پاس ان کی انگلیوں کے کوئی نشانات تھے؟ لیکن جب وہ دستیاب نہیں ہوسکے تو ایف بی آئی نے ان کی رہائش گاہ پر ایک ایجنٹ کو بھیجا۔ خاتونِ اول کو ہر انگلی (اور دونوں انگوٹھوں) پنسلی اور ہاتھوں کے مکمل نشانات دینا تھے۔

کچھ ہفتوں بعد ڈی اماتو کے معاون جان بیٹس نے شربرن کو کال کی اور کہا کہ ”ہمیں گھر کی تلاشی لینے کی ضرورت ہے اور میں یہ نہیں جانتا کہ سرچ وارنٹ حاصل کیے بغیر یہ کس طرح کیا جاسکتا ہے؟“ شربرن نے چلا کر کہا کہ ”کیا تم ذہنی توازن کھو بیٹھے ہو؟“ انتخابات کے انعقاد میں چھ ماہ رہ گئے تھے۔ اگر ایسا ہوتا تو ٹی وی چینلوں کے لیے یہ ایک بڑی خبر ہوتی۔ شربرن نے کہا ”یہ ممکن نہیں ہوسکتا۔“ بیٹس نے کہا کہ ”ایک متبادل موجود ہے اور وہ یہ ہے کہ تم ایسا کرسکتی ہو۔“ شربرن نے جب اس بارے میں استفسار کیا تو بیٹس نے بتایا کہ وائٹ ہاؤس کے رہائشی حصہ میں ایک ڈبہ ہے جس پر ”ونس فوسٹر“ کا نام لکھا ہے لیکن وہ اس کے سائز کے بارے میں آگاہ نہیں تھا۔ ظاہر ہے کہ کسی گواہ نے ایسا کوئی الزام عائد کیا تھا۔

جب شربرن نے پوچھا کہ اس کو رہائشی حصہ میں کہاں کی تلاشی لینا ہے تو بیٹس نے کہا کہ وہ اس بارے میں کوئی پابندی عائد کرسکتا۔ ”یہ تم پر ہے کہ تم کہاں پر تلاش کرتی ہو اور تم ہر اس جگہ تلاش کرو جہاں پر تمہارے خیال میں وہ ڈبہ ہوسکتا ہے۔“ بیٹس نے کہا کہ وہ چاہتا ہے کہ دوسری اور تیسری منزل کی مکمل تلاشی لی جائے اور اس کو پہلی منزل پر تلاش کرنے کی ضرورت نہیں کیوں کہ سرکاری ریسپشن رومز ہیں۔ بیٹس نے مزید کہا کہ کینڈال کے لیے یہ کرنا ممکن نہیں کیوں کہ اگر کچھ ملتا ہے تو اس صورت میں اس پر یہ ذمہ داری عائد ہوتی ہے کہ وہ اپنے کلائنٹس کا تحفظ یقینی بنائے۔ شربرن سرکاری وکیل ہے جس کے باعث وہ کسی بھی ممکنہ جرم کے بارے میں آگاہ کرنے کی ذمہ دار ہے۔ بیٹس نے کہا کہ اس دوران وائٹ ہاؤس کے چیف کیتھرین کیری گیری والٹرز کا اس کے ساتھ رہنا ضروری ہے۔ شربرن وائٹ ہاؤس اور کینڈال رہائش گاہ کے قانونی معاملات کے نگران تھے، چناں چہ اگر وہ ایسا کرتی تو یہ حدود سے تجاوز کرنے کے مترادف ہوتا۔ شربرن نے کینڈال سے مشورہ کرنے کے لیے اس کو فون کیا، وہ میٹنگ میں آگے لیکن انہوں نے کہا کہ اس کو یہ کرنا ہوگا۔ اس کے بارے میں زیادہ بات نہیں ہوسکتی اور ایسا کرنا بہرحال ایف بی آئی کی تفتیش سے بہتر ہے۔ شربرن چاہتی تھی کہ اس بارے میں کسی کو کچھ پتہ نہ چلے اور وہ فوری طور پر اسے عملی جامہ پہنائے۔ صدر موجود نہیں تھے چناں چہ اس نے اس بارے میں خاتونِ اول سے خود گفتگو کی۔ خاتونِ اول نے اسے خفیہ رکھنے پر اتفاق کیا اور پریشانی کا کوئی تاثر نہیں دیا۔

شربرن نے تیسری منزل سے تلاشی کا آغاز کیا۔ اس میں کلنٹن خاندان کی تمام ضروری اور بہ ظاہر غیرضروری اشیا رکھی تھیں۔ اس کو ایسا کوئی ڈبہ نہیں ملا جس پر فوسٹر لکھا ہوتا۔ انہوں نے دوسری منزل پر تلاش شروع کی۔ وہ خوف زدہ تھی کہ اگر کچھ مل جاتا ہے تو اس صورت میں کیا ہوگا؟ اس نے پنسلی کی خواب گاہ میں بھی دیکھا۔ بعدازاں اس نے صدر کلنٹن کے کمرے کی تلاشی لی۔ ایک مرحلے پر خاتونِ اول نے مطالعہ کے لیے رہائشی حصے کا رُخ کیا، لیکن تلاش جاری رہی۔ کئی گھنٹوں بعد شربرن نے اپنا کام مکمل کرنے کے بعد بیٹس کو کال کی اور کہا ”میں نے رہائشی حصے میں ہر جگہ کی تلاشی لی ہے اور مجھے کوئی ڈبہ نہیں ملا۔“ حقیقتاً بیٹس صرف یہ چاہتا تھا کہ وائٹ ہاؤس کے قونصل آفس سے منسلک کسی شخص کو رہائشی حصہ کی تلاشی کا ذمہ دار قرار دیا جاسکے۔ شربرن نے جہاں اس پر اپنی توہین محسوس کی، وہاں پر طمانیت کا سانس بھی لیا۔ شربرن نے کہا کہ وہ اس کے نام خط لکھے گی جس میں یہ تذکرہ کرے گی کہ اس نے تلاش کی اور اسے ایسا کوئی بھی ڈبہ یا ونس فوسٹر سے متعلقہ کوئی چیز نہیں مل سکی۔

ہاؤس کمیٹی کے سربراہ ولیم کلنگر نے ایک خط میں وائٹ ہاؤس کے خلاف کارروائی کرنے کا الٹی میٹم دیا جو وہ اس سے قبل تین مرتبہ دے چکے تھے جس پر کوئین نے جوابی خط لکھا: ”اس دھمکی کو ایک ایسی کہانی میں جان ڈالنے کی مایوسانہ سیاسی سرگرمی کے علاوہ کیا کہا جاسکتا ہے جو بہت عرصہ قبل دم توڑ چکی ہے۔“ شربرن نے جب یہ پڑھا تو اس نے کوئین سے اس بارے میں استفسار کیا۔ وائٹ ہاؤس کی حکمتِ عملی کے تحت مذاکرات کے لیے خانہ خالی رہنا چاہیے تھا لیکن یہ کھلا اعلانِ جنگ تھا۔ کوئین نے اس کو یاددہانی کروائی کہ وہ صدر کا قونصل ہے۔ وہ خط اس کے نام آیا اور اس نے اس کا ایک مناسب جواب دیا۔ شربرن نے کہا کہ وہ تفتیش سے متعلق تمام معاملات کی نگران ہے اور جواب دینا اس کی ذمہ داری تھی۔ اگر ایسا نہیں ہے تو وہ اس ملازمت سے مستعفی ہوجائے گی جس پر چیف آف سٹاف لیون پنیٹا نے ان دونوں کو اپنے دفتر طلب کیا۔ شربرن نے کہا کہ سکینڈل سے متعلق ردعمل اس کی طرف سے جانا چاہیے یا دوسری صورت میں وہ یہ فرائض مزید انجام نہیں دے سکتی۔ اس نے تقریباً ڈیڑھ برس تک ملازمت کی تھی۔ اس کی حکمتِ عملی نے ثابت کیا تھا کہ وہ کامیاب رہی تھی۔ کوئین نے کہا کہ ”وہ کانگریس کی کمیٹی کو دباؤ ڈالنے کی اجازت نہیں دے سکتے، ان کو جوابی وار کرنا ہوگا۔ صدر کے قونصل کی حیثیت سے وہ پالیسی کے نگران ہیں۔ یہ ممکن نہیں ہے کہ کچھ قانونی معاملات الگ سے انجام دیے جائیں۔“ لیون پنیٹا نے اس پر ان دونوں سے پوچھا کہ کیا ایسا کوئی راستہ نہیں کہ تم دونوں مل کر کام کرسکو؟ شربرن نے نفی میں سر ہلاتے ہوئے کہا کہ ”ہم دونوں کی حکمتِ عملی میں بہت زیادہ فرق ہے۔“ لیون پنیٹا نے انتخابات کا حوالہ دیا اور کہا کہ وہ اس بارے میں غور کرے کیوں کہ چھ ماہ بعد انتخابات ہونے جارہے ہیں۔ شربرن نے کہا کہ وہ اس بارے میں غور کرے گی۔ اگلے روز جب وہ وائٹ ہاؤس آئی تو پنیٹا نے اس سے کہا کہ ”صدر کلنٹن خواہاں ہیں کہ تم اپنی ذمہ داریاں ادا کرتی رہو۔“ شربرن نے کہا ”اس کی صرف ایک شرط ہے کہ وہ اپنے انداز سے کام کرے گی اور کوئین دخل اندازی نہیں کرے گا۔“ پنیٹا نے فوری طور پر رضامندی ظاہر کردی۔

حادثہ یہ کیسے کیسے

غلام محی الدین

شیخوپورہ میں 6 جولائی کو پیش آنے والا حادثہ 15 افراد کی جانیں لے گیا مگر ہمارے لیے کئی سوال چھوڑ گیا ہے۔ یہ تو طے ہے کہ حادثہ انسانی غفلت کا نتیجہ تھا مگر یہ طے نہیں کہ اس غفلت کا مرتکب کون کون ہُوا؟ چنگ چی رکشا ڈرائیور، ریلوے حکام، ٹرانسپورٹ حکام یا ٹریفک پولیس؟

اخباری اطلاعات کے مطابق یہ حادثہ رکشا ڈرائیور کی غفلت کا نتیجہ بتایا جاتا ہے مگر ہم نہ تو ریلوے حکام کو اس سے بری الذمہ قرار دے سکتے ہیں، نہ روڈ ٹرانسپورٹ اتھارٹی کو اور نہ ہی ٹریفک پولیس کو۔ اس بات میں کوئی شائبہ نہیں ہے کہ حادثے کے شکار رکشا میں اگر گنجائش سے زیادہ افراد سوار نہ ہوتے تو ہلاکتوں کی تعداد یقیناً کم ہوتی، اور یہ ذمے داری روڈ ٹرانسپورٹ اتھارٹی اور ٹریفک پولیس دونوں ہی کی بنتی ہے کہ وہ اوورلوڈنگ پر کنٹرول کریں، دوسری طرف حادثے کے مقام پر اگر ریلوے پھاٹک نصب ہوتا تو یہ حادثہ ہوتا ہی نہیں۔ مگر ریلوے لائنوں پر ملک بھر میں سینکڑوں مقامات ایسے ہیں جہاں نہ تو ریلوے پھاٹک ہیں اور نہ ہی کوئی ریلوے اہل کار متعین ہوتا ہے بلکہ محض ایک انتباہی بورڈ ریلوے لائن کے دونوں اطراف نصب کر کے ریلوے کا محکمہ یہ سمجھتا ہے کہ اس نے اپنی ذمے داری پوری کر دی ہے۔

جائے وقوع پر اصل صورت حال کیا تھی، ہم اس کے چشم دید گواہ تو نہیں لیکن چشم دید گواہوں کے بیانات سے یہ پتا چلتا ہے کہ ٹرین، کراسنگ سے زیادہ دور نہیں تھی مگر رکشا ڈرائیور نے جلد بازی کا مظاہرہ کرتے ہوئے چنگ چی رکشا کو ریلوے لائن عبور کرانا چاہا مگر اس کا پہیا پٹریوں میں پھنس گیا اور چند ہی لمحوں میں موت مسافروں کے سر پر قیامت بن کر ٹوٹ پڑی اور رکشے میں سوار 17 افراد میں سے 14 بشمول رکشا ڈرائیور اسی وقت لقمۂ اجل بن گئے جب کہ ایک زخمی مسافر نے اسپتال میں دم توڑ دیا۔ ایک زخمی اسپتال میں ہے اور ایک بچہ جو رکشے کی چھت پر بیٹھا ہوا تھا وہ خوش قسمتی اس لیے بچ گیا کہ وہ زور دار ٹکر سے اُچھل کر دور جا گرا تھا۔ ان حالات سے یہ بات تو واضح ہے کہ ٹرین، ریلوے کراسنگ کے قریب تھی اور رکشا ڈرائیور نے صبر نہیں کیا کیوں کہ اگر ٹرین زیادہ فاصلے پر ہوتی تو یقینی طور پر مسافر خطرہ دیکھ کر رکشے سے کود جاتے مگر انہیں مہلت نہیں ملی۔

صوبائی حکومت نے جاں بحق ہونے والوں کے لیے پانچ پانچ لاکھ روپے معاوضے کا اعلان کیا ہے اور رسمی طور پر حادثے کی تحقیقات کا حکم بھی دیا ہے مگر پانچ لاکھ روپے کے عوض کسی کی زندگی واپس نہیں لائی جا سکتی۔ 15 افراد کی ہلاکت کا مطلب پندرہ جانیں نہیں بلکہ پندرہ خاندانوں کے لیے اگر طبعی موت نہیں تو ان کی معاشی موت تو کسی نہ کسی صورت ضرور قرار پائے گی۔ تحقیقات اگر ہوئی اور اس کی رپورٹ بھی آ گئی تو اس کا کوئی نتیجہ نکلنے کی امید کم ہی ہے کیوں کہ شیخوپورہ کا یہ واقعہ صرف ایک نہیں ملک بھر میں روزانہ سیکڑوں ڈرائیور یقینی طور پر اسی طرح کی بے صبری کا مظاہرہ کرتے ہوں گے، کیوں کہ قانون انہیں کسی بڑی چھوٹی سی غلطی پر تو کیا بڑی خلاف ورزی پر بھی نہ روکتا ہے نہ ٹوکتا ہے اور نہ ہی سزا دیتا ہے۔ ملک کے ہر چھوٹے بڑے شہر میں چنگ چی رکشے گزشتہ دو دہائیوں کے دوران عفریت کی شکل اختیار کر گئے ہیں۔ چنگ چی رکشا کے ڈیزائن کی اختراع جس کسی نے بھی کی ہے، بڑی خاماں نہ تھی ہے کیوں کہ عام رکشا میں دو سواریاں اور ایک رکشا ڈرائیور بیٹھ سکتا ہے اور ایک زمانے میں رکشا میں دو سے زائد سواریاں بٹھانے پر چالان ہو جایا کرتا تھا مگر رفتہ رفتہ ان رکشوں کو قانون کی طرف سے ڈھیل ملنے لگی اور ان میں پانچ پانچ، اور چھ چھ مسافر سفر کرنے لگے۔ جب انہیں یہ آزادی ملی تو کسی نے موٹر سائیکلوں پر رکشوں کی زیادہ گنجائش والی باڈیاں نصب کرانا شروع کر دیں اور بالعموم ان کاروباج ان علاقوں میں ہُوا جہاں دوسری سواریاں نہیں چلتی تھیں۔ ابتدا میں یہ سواری گاؤں، دیہات تک کے لیے ایک موزوں اور سستی سواری سمجھی جانے لگی، اس سواری نے تانگوں کو چلتا کیا اور یہ سواری آمدنی اور روزگار کے لحاظ سے کام یاب بھی رہی۔ یہی وجہ تھی کہ اس کا پھیلاؤ گاؤں دیہات کے کچے راستوں سے پکی سڑکوں پر، پھر بڑی بڑی پبلک ٹرانسپورٹ کے خلاف کوڈ میں یہ بھی درج ہے کہ مسافروں کے لیے نشستوں کا سائز کیا ہونا چاہیے، گاڑیوں کا انجن درست حالت میں ہو، دوران سفر گاڑی کے اندر کوئی کیل، یا پن کا ٹکڑا وغیرہ نہ لگا ہو جس سے مسافروں کو خراش آنے یا ان کے کپڑے پھٹ جانے کا امکان ہو۔ مگر ہم دیکھتے ہیں کہ پورے ملک میں شاید ہی کہیں ان باتوں کا خیال رکھا جا رہا ہو۔

ٹرانسپورٹروں کو اس بات سے غرض ہی نہیں ہوتی کہ مسافروں کو دوران سفر کن مشکلات کا سامنا کرنا پڑتا ہے، وہ چاہے بسوں، کوچز کی چھتوں پر یا سڑک پر اپنی دہشت پھیلا رکھی ہے وہ نہایت پریشان کن ہے۔

گزشتہ دنوں کی بات ہے، ایک چنگ چی رکشہ والا سڑک پر کبھی ادھر کبھی اُدھر رکشا چلا رہا تھا اور وہ دو مرتبہ ہماری گاڑی سے ٹکراتے ٹکراتے بچا، جب وہ ایک اسٹاپ پر رکا تو ہم نے اسے غلط ڈرائیونگ پر ٹوکا تو بجائے اس کے کہ وہ نادم ہوتا ہم پر اُلٹا غصہ ہونے لگا اور لڑنے پر آمادہ ہو گیا۔ حالاں کہ وہ ہم سے عمر میں بھی کم ہو گا۔ یہ صرف ایک چنگ چی والے کی کہانی نہیں اور لاہور جیسے شہروں میں دس سے بارہ برس کے لڑکے آزادی کے ساتھ چنگ چی رکشا اہم شاہراہوں پر چلاتے دیکھے جا سکتے ہیں جو ایک وقت میں بارہ تیرہ مسافروں کو لادنے کا کام کرتے ہیں۔ دل چسپ بات یہ بھی ہے کہ مسافروں کی زیادہ تعداد کی وجہ سے بعض چنگ چی ڈرائیوروں نے کنڈیکٹر بھی ملازم رکھ چھوڑے ہیں۔ قریباً ہر رکشا میں پچھلی نشست کے ساتھ دو اضافی چھوٹی چھوٹی سیٹیں بھی لگا دی جاتی ہیں جس کی وجہ سے اکثر ان رکشوں کے اگلے پیچھے ہوا میں معلق اور پچھلی نشستوں پر بیٹھے لوگ نیچے سڑک پر لڑھکتے ہوئے نظر آتے ہیں۔ ان رکشوں کی بڑی تعداد غیر رجسٹرڈ ہے اور جو رجسٹرڈ ہیں ان کے نمبر بھی عقبی جانب لگانے کا تصور ہی محال ہے۔ جہاں چند رکشا والوں کا ایک گروہ جمع ہُوا وہاں از خود ہی ایک روٹ تشکیل دے لیا جاتا ہے اور پھر ایک شخص اس روٹ کا ٹھیکے دار بن کر ہر رکشا والے سے فی پھیرا ایک خاص رقم وصول کرتا ہے۔ یعنی اگر یہ رکشے والے کسی ضابطے میں لائے جائیں تو ٹھیکے دار کی جیبوں میں جانے والی رقم سرکار کی تجوریوں میں آ سکتی ہے۔ لہٰذا جہاں چنگ چی رکشا والے سواریوں کی جانوں کے لیے خطرہ ہیں وہیں حکومت کو بھی خاصی آمدنی سے بھی محروم کر رہے ہیں۔

چنگ چی والوں کے لیے نہ تو کوئی باقاعدہ اسٹاپ ہوتا ہے نہ

بے لگام ٹرانسپورٹ اور مفاد پرست مافیا کو قابو کرنا ضروری ہے

جتنی زیادہ اوورلوڈنگ اتنے ہی زیادہ جانی نقصانات

اس بات میں کوئی شبہ نہیں کہ ٹریفک حادثات میں ہونے والے جانی نقصانات میں اموات کی تعداد کا تعلق گاڑی میں سوار مسافروں کی تعداد سے بہت گہرا ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ اوورلوڈنگ دنیا کے ہر ملک میں ٹریفک قوانین کی سنگین خلاف ورزی تصور کیا جاتی ہے۔ مگر ہمارے ملک میں اوورلوڈنگ کی طرف کوئی دھیان نہیں دیا جاتا اور اس ضمن میں ٹریفک چالان برائے نام ہی ہوتے ہیں۔ حالاں کہ ٹریفک پولیس اوورلوڈ گاڑیوں کو اس جرم میں سڑکوں پر روکتی تو نظر آتی ہے مگر اس کا مقصد چالان کرنا نہیں بلکہ اپنی مٹھی گرم کرنا ہوتا ہے۔ منی بسوں کی چھتوں پر بھی مسافروں کو بٹھانا عام سی بات ہے۔ شیخوپورہ کراسنگ حادثے میں محفوظ رہنے والا بچہ حادثے کے شکار چنگ چی کی چھت ہی پر سفر کر رہا تھا۔ کچھ عرصے قبل ہمارے بھانجے ڈائیو کے ذریعے لاہور پہنچے۔ ڈائیو کے ٹرمینل سے انہیں ٹرین لینے کے لیے لاہور ریلوے اسٹیشن جانا تھا انہوں نے ایک چنگ چی والے سے معاملہ طے کیا اور وہ اس میں بیٹھ گئے۔ مگر انہیں حیرت ہوئی کہ رکشا والے نے دو مزید مسافر رکشا پر سوار کرا لیے۔ چوں کہ رکشا والے نے ہمارے بھانجوں سے معاملہ طے کیا تھا لہٰذا اس نے ان مسافروں کو رکشا کے اندر نہیں بلکہ اس کی چھت پر بٹھایا اور افسوس ناک بات یہ تھی کہ طویل راستہ طے کرنے کے دوران کسی ٹریفک پولیس اہل کار نے اس رکشا والے کو نہیں روکا۔

شاہراہوں تک ہو گیا، یوں یہ سواری شہروں میں بھی کوئی احساس دلائے بغیر داخل ہو گئی اور اب تو پاکستان کا شاید کوئی بڑا شہری اس سے بچا ہو۔

سہولت اگر عوام کے لیے ہو تو شہروں کی انتظامیہ کسی حد تک اس سلسلے میں بے ضابطگیاں بھی نظر انداز کر دیتی ہے جو قطعی غلط ہے کیوں کہ روزگار چاہے کیسا بھی ہو اسے کسی بھی قیمت پر دوسروں کی جانوں، ان کے سکون کی قیمت پر ہرگز نہیں ہونا چاہیے مگر چوں کہ ہمارے ملک میں ٹرانسپورٹ کی کوئی پالیسی نہیں ہے لہٰذا یہ توجہ کون دیتا ہے کہ کتنے مسافر کہاں سے کہاں تک اور کن اوقات میں سفر کرتے ہیں اور ان کی آسانیوں کے لیے کون سی اور کس قسم کی سواریوں کی ضرورت ہے اور ملک میں اس عدم توجہی کی وجہ سے ہمارا ریلوے نظام تباہی کے دہانے پر پہنچ گیا ہے اور عوام پبلک ٹرانسپورٹروں کے رحم و کرم پر ہیں۔

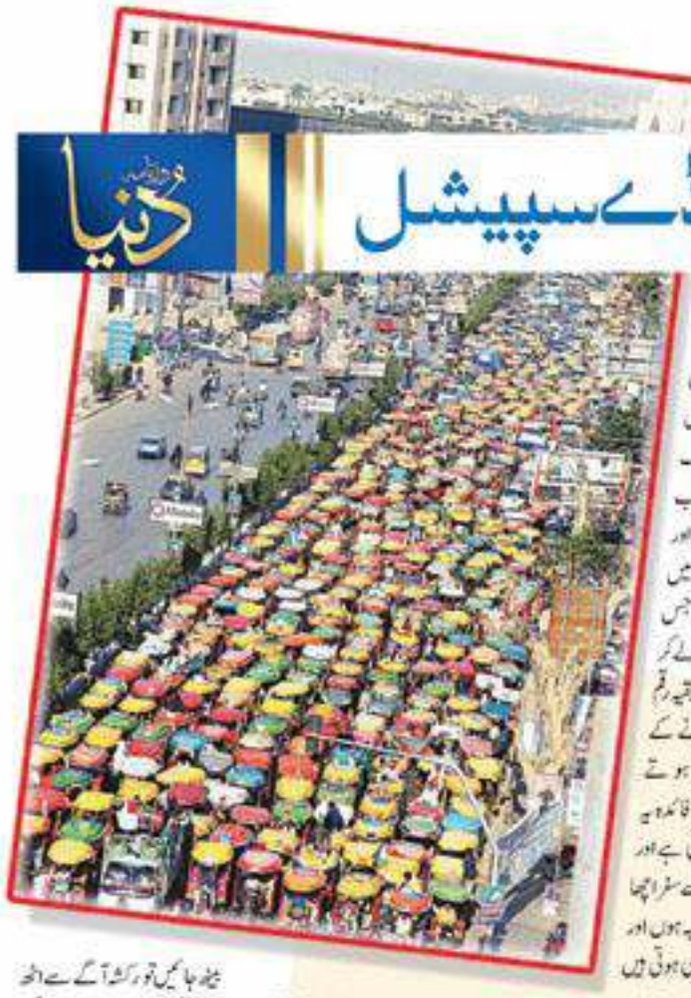
مرغا بن کر سفر کریں۔ وہ تو بس زیادہ سے زیادہ کمانے کے چکر میں رہتے ہیں۔ بسوں کی نشستیں چھوٹی سے چھوٹی اور ان کا درمیانی فاصلہ بھی کم سے کم تر ہوتا گیا اور اب ان نشستوں پر بیٹھ کر سفر کرنا اپنے بدن کے جوڑوں اور رگ و پٹھوں کو امتحان میں ڈالنا ہوتا ہے۔ مگر چنگ چی رکشے والوں نے تو کمال ہی کر دیا، انہوں نے تو ایسے ایسے کارنامے انجام دیے ہیں کہ اس سواری کا تذکرہ اب شاید گنیز بک آف ورلڈ ریکارڈ میں شامل کر لیا جائے۔

ایک رپورٹ کے مطابق کراچی جیسے بڑے شہر میں چنگ چی رکشوں کی تعداد لگ بھگ 33 ہزار ہو گئی ہے۔ دوسرے رکشوں کی تعداد اس کے علاوہ ہے۔ یہ کوئی قابل اعتراض بات نہیں ہے مسافروں کی سہولت اور بے روزگاروں کے لیے یہ ضرورت بن گئی ہے مگر جس بے لگام طریقے سے ان کی تعداد دن بہ دن بڑھتی جا رہی ہے اور جس طرح انہوں نے کراچی کی اہم ترین سڑکوں پر بلکہ ہر

چنگ چی رکشا

مقبول مگر نامعقول سواری

ردا احمد



کراچی کی سڑکوں پر پہلے بڑی بڑی بسیں دوڑتی نظر آتی تھیں پھر ان بسوں کی منی بسوں نے لے لی ان کے بعد ٹیکسی اور رکشہ بھی بڑی تعداد میں نظر آنے لگے۔ سی این جی رکشوں کا دور شروع ہوا تو اس سے بھی لوگوں نے فائدہ اٹھایا۔ لیکن اب کراچی اور لاہور جیسی بڑی سڑکوں پر چنگ چی رکشوں کا راج نظر آرہا ہے اور یہ نہ صرف پاکستان میں بلکہ جنوبی ایشیا کے دیگر ممالک میں بھی مقبول ہیں البتہ ان کے ڈیزائن وہاں تھوڑے مختلف ہیں۔ یہاں یہ موٹر سائیکل کے ساتھ رکشے کی باڈی جوڑ کے بنائے جاتے ہیں اور عام رکشوں کے ڈیزائن سے ذرا مختلف ہوتے ہیں۔ ان رکشوں میں چھ سے سات افراد کے بیٹھنے کی گنجائش ہوتی ہے۔

گزشتہ دو تین برس سے چنگ چی رکشہ شہروں کی سڑکوں پر بے تحاشہ نظر آرہے ہیں اور عموماً ایسے روٹس پر چلتے ہیں جن پر بسیں یا منی بسیں چلتی ہی نہیں یا ان روٹس پر ان کی قلت ہوتی ہے۔ عام شہریوں کا خیال ہے کہ چنگ چی رکشوں نے مختصر فاصلوں کے سفر کو آسان بنا دیا ہے اور یہ مسافروں کو ان کی منزل سے قریب تر پہنچا دیتے ہیں۔ لہٰذا اب بیش تر مسافر خصوصاً خواتین اور بچے ان رکشوں میں سفر کو ترجیح دیتے ہیں۔ یہ رکشے نہ صرف بڑی شاہ راہوں پر چلتے ہیں بلکہ بعض بستیوں کے اندر چھوٹی چھوٹی سڑکوں اور گلیوں میں بھی ایک مخصوص روٹ پر چلتے نظر آتے ہیں۔ اور یہ بھی دیکھا گیا کہ چنگ چی رکشہ مالکان نے اپنی اور مسافروں کی سہولت کے بعض روٹس بھی مقرر کر لیے ہیں اور ان روٹس کے نمبر بھی دے رکھے ہیں۔ گو کہ ان رکشوں کی وجہ سے شہریوں کو سفر کی سہولتیں بھی میسر آرہی ہیں مگر یہ رکشے شہر اور شہریوں کے لیے کئی مسائل بھی پیدا کر رہے ہیں۔ دنیا بھر میں سڑکوں پر چلنے والی گاڑیوں اور خصوصاً پبلک ٹرانسپورٹ کے لیے علیحدہ ٹریفک قوانین ہوتے ہیں مگر یہاں یہ چنگ چی رکشہ ہر قوانین سے آزاد نظر آتے ہیں۔

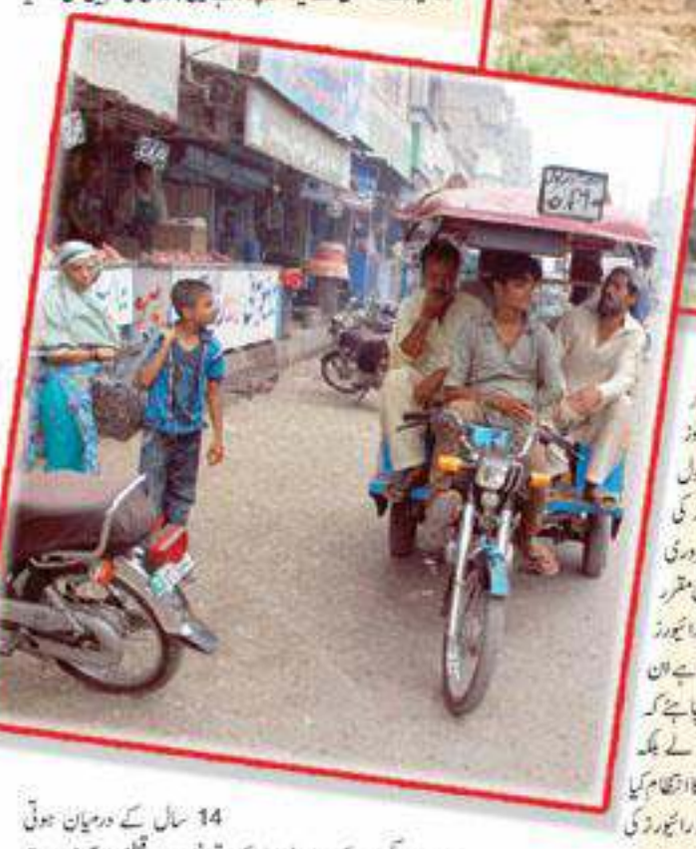
اسی قسم کا انتظام کرنے کی وجہ سے ہوا تھا اور اس حادثے میں 19 معصوم بچے جاں بحق ہو گئے تھے۔ رکشوں میں تو یہ انتظام اس لیے بھی زیادہ خطرناک ہے کہ ان کے مسافر سگریٹ بھی پیتے نظر آتے ہیں اور پیٹرول میں آگ پکڑنے کے لیے تو معمولی سی چنگاری بھی بہت ہوتی ہے۔

گجرات کے واقعے کے بعد پنجاب کی انتظامیہ نے دیگر شہروں اور اسکول وینز کے خلاف کریک ڈاؤن شروع کیا اور ناقص گیس سلنڈر ضبط کرنا شروع کر دیے مگر اب شیخوپورہ کا سانحہ رونما ہو گیا جو اس بات کا ثبوت ہے کہ پبلک ٹرانسپورٹ میں صرف ایک خرابی نہیں ہے بلکہ بے شمار خرابیاں ہیں اور حکومت کو ہر خرابی دور کرنے کے لیے ایک ملک گیر آپریشن کرنا ہوگا۔ اگر روزگار کمانا پبلک ٹرانسپورٹروں اور ان کے ڈرائیوروں کا حق ہے تو سستا، باسہولت اور باعزت سفر شہریوں کا بھی حق ہے جس کے لیے حکومت کچھ نہیں کر رہی۔ یہ بات بھی یاد رہے کہ کوئی بھی کاروبار یا روزگار انسانوں کی جانوں یا ان کے سکون کی قیمت پر ہرگز نہیں ہونا چاہیے۔

ان کی روز بروز بڑھتی ہوئی تعداد، بغیر رجسٹریشن اور بغیر روٹس پرمٹس سڑکوں پر چلنا، ٹریفک قوانین کی کھلے عام دھجیاں بکھیرنا، بے آرام نشستیں، خطرناک ڈرائیونگ ہمارے خراب ٹریفک نظام کو خراب تر کر رہی ہیں۔ زیادہ تر چنگ چی رکشہ ڈرائیور کم عمر ہیں یعنی تیرہ چودہ برس کے لڑکے بھی سڑکوں پر آزاد انہ رکشے دوڑاتے نظر آتے ہیں۔ پولیس ان کم عمر رکشہ ڈرائیوروں کو پکڑتی تو ہے لیکن رشوت لے کر چھوڑ دیتی ہے۔ زیادہ سے زیادہ پیسہ کمانے کے چکر میں یہ رکشہ ڈرائیور گنجائش سے زیادہ مسافروں کو بھر لیتے ہیں اور اب تو سائڈ میں دو چھوٹی نشستیں مزید بنا دی گئی ہیں جن پر چھوٹے بچوں کو بٹھا دیا جاتا ہے جو کسی بھی ناگہانی حادثے کا شکار ہو سکتے ہیں اور تو اور بسوں کی طرح ان رکشوں میں بھی لوگ پائیدان پر کھڑے ہو کر یا لٹکتے ہوئے کرتے ہیں اور لوڈ ہونے کی وجہ سے یہ رکشے اکثر الٹ بھی جاتے ہیں۔

عام طور پر ان رکشوں کے ڈرائیور اصل مالکان نہیں ہوتے بلکہ دیہاڑی یا کرائے پر رکشے چلاتے ہیں۔ اس سلسلے میں سرجانی ٹاؤن کے جہاں زیب نے بتایا ''کرائے کے رکشے کے لیے کم از کم 200 سے 350 روپے یومیہ ادا کرنے پڑتے ہیں جس میں اس کی ٹوٹ پھوٹ وغیرہ اگر سو روپے سے کم ہو تو ڈرائیور کو خود ہی دینا پڑتی ہے۔ اور اگر سو سے زائد ہو تو یہ رقم مالک ادا کرتا ہے۔ دیگر رکشہ ڈرائیور نے یہ بھی بتایا کہ چوں کہ ان کے روٹس سرکاری سطح پر منظور نہیں ہوتے اس لیے انہیں سرکاری خزانے میں کوئی فیس جمع نہیں کرانی پڑتی بلکہ ایک خاص رقم بطور فیس خاص افراد کو ادا کرنی پڑتی ہے جو دراصل ایک بھتے کی شکل ہوتی ہے اور یہ بھتہ کوئی سرکاری اہل کار نہیں لیتے بلکہ علاقے کی مذہبی، سیاسی یا پریشر گروپ کا کوئی کارکن یا بدمعاش وصول کرتا ہے اور ان کی سرپرستی علاقے کے پولیس اہل کار بھی کرتے ہیں۔ رکشہ ڈرائیوروں کے مطابق وہ اپنے اپنے روٹس کے 8 سے 12 چکر لگا لیتے ہیں۔ ان کا یہ بھی کہنا ہے کہ بعض مسافر تو کرایہ دیئے بغیر بھاگ جاتے ہیں اس صورت حال کی وجہ سے کچھ رکشہ ڈرائیوروں نے کرایہ وصول کرنے کے لیے کنڈیکٹر بھی رکھ لیے ہیں جو عموماً چھوٹے بچے ہوتے ہیں۔

چنگ چی رکشے کے ایک مسافر نے اس کی سہولتوں کے بارے میں بتاتے ہوئے کہا اس کی سب سے بڑی سہولت تو یہ ہے کہ اس کا کرایہ اس روپے ہوتا ہے۔ یہ رکشے بہت تیز رفتار نہیں ہوتے۔ لہٰذا حادثات کا خطرہ کم ہو جاتا ہے اور سب سے بڑی سہولت ہمیں یہ ہے کہ چوں کہ ہمیں ہماری منزل تک جانی ہیں جب کہ یہ رکشے علاقے کے اندر آخری سرے تک بھی پہنچا دیتے ہیں اور زیادہ پیدل نہیں چلنا پڑتا یہ بھی اطمینان ہوتا ہے کہ پورا سفر بیٹھ کر ہی گزرے گا جب کہ بسوں میں عموماً کھڑے ہو کر بھی جانا پڑتا ہے۔ ایک طالبہ نے اس بارے میں بات کرتے ہوئے کہا میری نظر میں تو چنگ چی آج کل کے دور کی بہترین سواری ہے کیوں کہ اس سے لیے سفر کم پیسوں میں با آسانی طے کیے جا سکتے ہیں۔ یہ رکشے بسوں کی طرح منٹ منٹ پر نہیں رکتے بس میں جانا ہو تو وقت سے آدھے ایک گھنٹے پہلے ہی گھر سے نکلنا پڑتا ہے جب کہ چنگ چی رکشے ہر وقت ملتے ہیں اور وقت پر پہنچا بھی دیتے ہیں۔ اس میں کنڈیکٹر کی پریشانی بھی نہیں رہتی جس طرح بسوں میں عموماً کنڈیکٹر کرایہ لے کر پیچھے کی جانب چلے جاتے ہیں اور بقیہ رقم نہیں دیتے ان رکشوں میں سفر کرنے کے بعد خود اتر کر ڈرائیور کو پیسے دینے ہوتے ہیں اس کے علاوہ مجھے سب سے بڑا فائدہ یہ لگتا ہے کہ مستقل ہوا لگ رہی ہوتی ہے اور حبس بالکل نہیں ہوتا جس کی وجہ سے سفر اچھا گزر جاتا ہے۔ میں چوں کہ خود طالبہ ہوں اور میرے ساتھ کئی اور طالبات سفر کر رہی ہوتی ہیں تو میرے نزدیک تو اسٹوڈنٹس اس سے سب سے زیادہ فائدہ اٹھا رہے ہیں۔ مجھے اس کا نقصان صرف یہ نظر آتا ہے کہ اس کی بناوٹ میں تھوڑی اور بہتری ہونی چاہیے کیوں کہ اگر دو سے تین مسافر اور بیٹھ جائیں تو اس کے الٹنے کا خطرہ رہتا ہے۔ اس کے علاوہ خواتین کے لحاظ سے ہمیں یہ پریشانی ہے کہ آگے چوں کہ مرد اور پیچھے عورتیں ہوتی ہیں تو ان کے بیچ کی جگہ نامناسب حد تک کم ہوتی ہے اس بیریئر کو تھوڑا اور بڑھا دیا جائے تو میرے نزدیک یہ بہترین سواری ہے۔



پیٹرول ختم

چنگ چی رکشوں میں موٹر سائیکل کا اگلا حصہ لگایا جاتا ہے جو پیٹرول سے چلتی ہیں۔ چوں کہ بیش تر رکشہ ڈرائیور دیہاڑی پر یا آدھے دن کے لیے یہ رکشہ چلاتے ہیں۔ لہٰذا ہر ڈرائیور ٹنکی میں اتنا ہی پیٹرول ڈلواتا ہے جو اس کی ڈیوٹی کے دوران کے لیے ہی پورا ہو سکے۔ کئی بار سڑکوں پر دیکھا گیا کہ کبھی ان کا اندازہ غلط ہو جاتا ہے اور پیٹرول اچانک ختم ہو جاتا ہے تو ڈرائیور تمام مسافروں کو رکشہ سے اتار کر رکشہ آگے سے اس طرح اٹھاتا ہے کہ اس کا اگلا پہیا معلق ہو جاتا ہے جس کے بعد ٹنکی کے کونے کھانچوں میں موجود پیٹرول کا ریزرو میں آجاتا ہے اور رکشہ پیٹرول پمپ تک پہنچ جاتا ہے۔ بعض رکشہ ڈرائیوروں نے اس مسئلے کا حل یہ نکالا ہے کہ وہ متبادل واٹر کی بوتل میں تھوڑا سا پیٹرول رکھتے ہیں۔ لہٰذا پیٹرول ختم ہونے پر انہیں رکشہ کو آگے سے اٹھانے کی زحمت نہیں کرنا پڑتی۔

کم عمر ڈرائیور

شہر میں چلنے والے چنگ چی رکشوں کی بڑی تعداد نہ صرف رجسٹریشن کے بغیر چل رہی ہے بلکہ ان کے بیش تر ڈرائیور بھی بغیر ڈرائیونگ لائسنس کے یہ رکشہ چلا رہے ہیں بلکہ ان کی عمریں بھی 12 یا 14 سال کے درمیان ہوتی ہیں۔ یہ کم سن رکشہ ڈرائیور ٹریفک قوانین سے قطعی نا آشنا ہوتے ہیں۔ اس سلسلے میں اگر کبھی ٹریفک پولیس ان کے چالان کرنے کی کوشش کرے تو رکشہ ڈرائیور زا کٹھے ہو کر سڑکیں بلاک کر دیتے ہیں اور احتجاج کر کے پولیس اور انتظامیہ کو دباؤ میں لے آتے ہیں۔ غرض انہیں روکنے کی کوئی بھی جرات نہیں کر سکتا۔ تقریباً ڈیڑھ دو برس پہلے ان رکشہ والوں نے روٹ پرمٹ کی خلاف ورزیوں پر پولیس کی کارروائی کے خلاف بہت بڑی احتجاجی ریلی نکالی تھی اور پورے شہر کا ٹریفک درہم برہم کر دیا تھا۔

تکلیف دہ سواری

چنگ چی رکشہ سے اگر مسافروں کو سہولتیں تو میسر آئی ہیں تو دوسری طرف یہ سفر چاہے طویل ہو یا مختصر بہت پریشان کن ہوتا ہے۔ سب سے زیادہ تکلیف دہ ان رکشوں کی نشستیں ہوتی ہیں جو محض خوامخواہ گہری ہوتی ہیں۔ دونشستوں والی سیٹوں پر تین اور بسا اوقات چار افراد بھی بٹھائے جاتے ہیں۔ کبھی کبھار پچھلی نشستوں پر زیادہ مسافر بیٹھ جائیں تو رکشہ آگے سے اٹھ جاتا ہے اور ڈرائیور آگے نصب موٹر سائیکل سمیت ہوا میں معلق ہو جاتا ہے۔ نشستوں پر فوم کی تہہ بھی برائے نام ہوتی ہے جن پر بیٹھا مسافر تھوڑی ہی دیر میں تھکن محسوس کرنے لگتا ہے۔

مسافروں کی چنگ چی سفر کرنے کی ترجیح، اس کی تعداد میں روز بروز اضافہ کر رہی ہے جس پر کنٹرول انتہائی ضروری ہے۔ رکشہ ڈرائیورز کی رجسٹریشن اور لائسنس یافتہ ہونا ضروری ہے اور ان کے لیے باقاعدہ روٹس مقرر ہونے چاہئیں اور چوں کہ بعض ڈرائیورز نے بھتہ خوری کو بھی بڑا مسئلہ بتایا ہے ان کے لیے سرکاری سطح پر انتظام ہونا چاہئے کہ یہ خاص فیس روٹس کی انتظامیہ نہ لے بلکہ سرکاری سطح پر ان پیسوں کے لینے کا انتظام کیا جائے تاکہ اس رقم سے ان رکشہ ڈرائیورز کی بہتری کے لیے کام کیا جائے۔

آپ بھی پوچھیئے

صغیرہ بانو شیریں سینئر کلھاری اور ادیبہ ہیں، ان کا تعلق دہلی کے معروف سادات خاندان سے ہے، شیریں صاحبہ بلا کی سگھڑ اور سلیقہ شعار خاتون ہونے کے ساتھ ہربل میڈیسن میں مہارت رکھتی ہیں۔ وہ بچوں کے لئے سینکڑوں اور کوکنگ پر درجنوں کتب کی مصنفہ ہیں۔ ان کا گھریلو مشوروں پر مبنی کالم "آپ بھی پوچھیئے" ہر ہفتے روزنامہ دنیا کے سنڈے میگزین میں شائع ہوتا ہے۔

مچھر مجھے کیوں کاٹتے ہیں؟

میں نے ایک بات نوٹ کی ہے۔ مچھر زیادہ تر مجھے کاٹتے ہیں اوروں کو نہیں۔ یہ کیا مسئلہ ہے۔ میرے کسی بہن بھائی کو مچھر نہیں کاٹتے۔ نشان پڑ جاتا ہے۔ افشاں

واقعی یہ بات صحیح ہے کہ کچھ خواتین اور مردوں کو مچھر کاٹتے ہیں ورنہ اُڑ جاتے ہیں۔ کچھ لوگوں کے جسم میں ایسی عجیب سی انجانی خوشبو ہوتی ہے جن کو مچھر قدرتی طور پر محسوس کر لیتے ہیں۔ اور پھر کاٹ لیتے ہیں۔ کالے رنگ کے اور گہرے رنگوں کے کپڑے ان کو پسند آتے ہیں۔ آپ کو چاہیے پوری آستین کی قمیض پہنیں اور پاؤں میں بھی کاٹن کے موزے پہنیں۔ صبح کے وقت اور غروب آفتاب کے وقت باہر نکلنے سے گریز کریں۔ یہی مچھروں کے کاٹنے کا وقت ہوتا ہے۔ گھر کے باہر گملوں میں پانی بھی نہ بھریں۔ چھوٹے چھوٹے گڑھوں میں پانی بھرا رہے تو وہاں مچھروں کی افزائش ہونے لگتی ہے۔ چھوٹی چھوٹی احتیاط کرنے سے آپ مچھروں کے کاٹنے سے بچ سکتی ہیں۔ پہلے زمانے میں مفروضے تھے کہ جن کا خون میٹھا ہوتا ہے ان کو مچھر کاٹتے ہیں۔ ایسی کوئی بات نہیں، جسمانی بو پر مچھر آتے ہیں۔

چھرے کی جھریاں

میری عمر 28 سال ہے میرے چہرے پر جھریاں پڑ گئی ہیں بہت پریشان ہوں۔ رئیس صاحب میاں چانوں سے پوچھتے ہیں۔ آمنہ بھی چہرے کی جھریاں دور کرنے کا ٹوٹکہ پوچھتی ہیں۔ علی گجر سرگودھا سے سیاہ چھائیوں کا پوچھتے ہیں۔

جھریاں دور کرنے کے لیے ایک چمچ ملتانی مٹی عرق گلاب میں بھگوئیے اس میں آدھے لیموں کا رس بھی ملائیے دودھ کی بالائی بھی آدھا چمچ شامل کر کے چہرے پر ماسک کی طرح پانچ سات منٹ لگائیے پھر اتار کر منہ دھو کر صرف گلاب کا عرق لگائیے۔ اگر چہرے پر جلن محسوس ہو تو فوراً ہی اتار دیں۔ خربوزے کے چھلے ہوئے بیج ایک چمچ لیں۔ گلاب کے عرق کا چھینٹا دے کر باریک پیس لیں۔ ایک پکا ہوا کیلا لیں۔ دو تین چمچے کے قریب گودا اچھی طرح کانٹے سے مسل کر خربوزے کے پسے بیج ملا کر جھریوں پر لگائیے۔ بعد میں منہ صاف کر لیجیے۔ جھریاں آہستہ آہستہ دور ہوں گی۔

ناک سے خون آتا ہے

عاطف محمود مرزا ظفروال سے کہتے ہیں۔ آج کل میری ناک سے خون آتا ہے اور رات کو نیند بہت آتی ہے۔ کوئی علاج؟

حلوائی کے ہاں میٹھے کی مٹھائی ملتی ہے۔ دو ٹکڑے لے کر رات کو تھوڑے پانی میں بھگوئیے۔ ایک گلاس پانی میں بھی بھگو سکتے ہیں۔ صبح نہار منہ مٹھائی کھائیے۔ پانی پی لیں۔ دس پندرہ دن کھائیے۔ گرمی سے اپنے سر کو بچائیے۔ ٹھنڈی چیزیں استعمال کریں۔ کم نمک مرچ کا کھانا اور سلاد دہی کا استعمال ضرور کریں۔ اسی طرح سوکھے ہوئے ناریل کا تقریباً دو انچ کا ٹکڑا توڑ کر شام کو مٹی کے پیالہ میں پانی بھر کے بھگوتے ہیں صبح ناریل کھا کر پانی پی لیتے ہیں۔ دس گیارہ دن کھائیے ہو سکتا ہے کمزوری کی وجہ سے نیند زیادہ آتی ہو۔ تکسیر ٹھیک ہو گی تو نیند بھی کم ہو جائے گی رات کو سادہ کھانا لینا چاہیے۔ اور تھوڑی چہل قدمی ضرور کرنی چاہیے تاکہ کھانا ہضم ہو جائے۔

ٹانسلز

میرا قد ٹانسلز کی وجہ سے نہیں بڑھ رہا ہے اس کے لیے کیا کروں؟ رمشاء پوچھتی ہیں۔

آپ نے اپنی عمر نہیں لکھی۔ ٹانسلز ویسے بھی تنگ کرتے ہیں۔ بازار میں قسط شیریں پنساری سے ملے گی۔ چھوٹی پیلی سی ہوتی ہیں۔ ایک پاؤ لے کر پیس کر رکھ لیں۔ بازار سے شربت شہتوت سیاہ لیں۔ ایک بڑا چمچ شربت میں آدھا چھوٹا چمچ قسط شیریں کا سفوف ڈال کر ملا کر چاٹ لیں۔ شہد خالص ملے تو اس میں بھی ملا کر صبح شام چاٹ سکتے ہیں۔ تین سے چار ہفتے استعمال کر کے چھوڑ دیجئے۔ زیادہ ٹھنڈا پانی نہ پئیں۔ صبح شام غرارے کریں۔ چائے کا بچا ہوا قہوہ ہو تو اس سے بھی آپ غرارے کر سکتی ہیں۔ انشاء اللہ بہتری ہو گی۔ کھٹی، ٹھنڈی چیزیں آئس کریم وغیرہ نہ کھائیں۔

آنکھوں کی پلکیں

شاہ زین نیازی کا مسئلہ یہ ہے کہ ان کی آنکھوں کی پلکیں نہیں ہیں کیا کرنا چاہیے؟

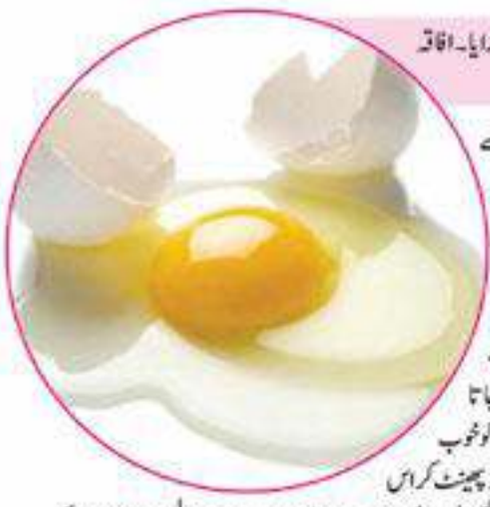
آپ نے پوری بات نہیں لکھی۔ پلکیں کب سے نہیں ہیں۔ عمر کتنی ہے۔ ساری بات مجھے اپنا پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ میں میگزین میں بھجوائیے۔ بچوں کی پلکوں کے لیے نیم کے پھولوں کا کاجل کسٹر تیل میں بنا کر لگاتی تھی۔ ہومیوپیتھی میں ایسے عوارض کا علاج ہے۔ مکمل پتہ شہر کا نام بھجوائیے۔ آپ کو کسی قریبی ڈاکٹر کا نمبر لکھ دوں گی بعض دفعہ بیماری کے بعد بھی پلکیں گر جاتی ہیں۔ کچھ لوگوں کی خصوصاً خواتین کی پلکیں چھدری ہوتی ہیں کسٹر تیل رات کو سوتے وقت لگانے سے فرق پڑ جاتا ہے۔

ایڑیاں پھٹ جاتی ہیں

ہما فیصل آباد سے پھٹی ہوئی ایڑیوں کا پوچھ رہی ہیں۔ عامر علی دریا خان سے پاؤں کی ایڑیاں سردی گرمی پھٹ جاتی ہیں کیا کریں؟

پاؤں کو دس پندرہ منٹ کے لیے پانی میں بھگوئیں۔ پھر ان کو صاف کریں۔ صاف پاؤں بدبو بھی نہیں کرتے اور نہ پھٹتے ہیں۔ گندگی میل جب پھنستا ہے تو پاؤں خراب ہونے لگتے ہیں۔ سب سے اچھا آسان ٹوٹکہ یہ ہے سفید موم بتی لے کر دھاگہ نکال کر کسی برتن میں گرم کریں۔ اس میں اگر گھی مل جائے تو موم بتی کے برابر گھی ڈال دیں۔ پگھل جائے تو چولہا بند کر کے ایک چمچ ہلدی ڈال کر رکھ لیں۔ اچھی طرح ملا کر رکھیے۔ رات کو حسب ضرورت نکال کر چمچ میں گرم کریں۔ پاؤں دھو کر پونچھی ہوئی ایڑیوں میں بھر دیں۔ چند دن میں ایڑیاں صاف ہو جائیں گی۔ اسی طرح سرسوں کا تیل اور تھوڑا سا نمک، موم گرم کر کے بھی بھر سکتے ہیں۔ سردی میں آپ قصائی سے کہہ کر گردے کی چربی اور حرام مغز کا گودا لیں۔ چربی گرم کر کے اس میں گودا ملا کر پاؤں کی ریخوں میں بھریں۔ کچھ نہ ملے تو گلیسرین، گلاب کا عرق، لیموں کا عرق۔ شہد دو دو چمچے لے کر ملا لیں اور پاؤں میں لگائیں۔ پاؤں نرم ہو جائیں گے۔ گرمی کے موسم میں مہندی لگانے سے بھی فرق پڑ جاتا ہے۔ موم بتی میں سرسوں کا تیل بھی ملا سکتے ہیں۔

بال گرتے ہیں



میری بیگم کے سر کے بال بہت گرتے ہیں۔ بہت علاج کرایا۔ افاقہ نہیں ہوتا وہ بہت پریشان ہیں۔ میجر محمد بابر

معلوم نہیں آپ کی بیگم کونسا شیمپو استعمال کر رہی ہیں۔ اسے بدلیے۔ سر کے بالوں کے گرنے کی کئی وجوہات ہیں۔ بعض دفعہ حمل کے دوران دودھ پلانے کے دوران اور کمزوری کی وجہ سے بھی بال گرتے ہیں ہارمونز کا مسئلہ اور مختلف قسم کے ہیئر ڈائی لگانے سے بھی مسئلہ ہو جاتا ہے۔ مانع حمل گولیوں کے استعمال سے بھی بالوں پر اثر پڑتا ہے۔ بلیچ کرنے سے زیادہ ہیئر ڈرائر کرنے سے، تیل نہ لگانے سے بھی فرق پڑ جاتا ہے۔ فی الحال آپ ایک انڈے کی صرف زردی لے کر اس کو خوب پھینٹ لیں اس میں تقریباً پانچ بڑے چمچے پانی کے ملا کر مزید پھینٹ کر اس میں زیتون کے تیل کے چار قطرے ملا کر بالوں کی جڑوں میں اچھی طرح لگائیے۔ پندرہ بیس منٹ بعد سر دھو لیں ہر دس دن کے بعد صرف ایک دن زردی لگانی ہے۔ انڈے میں کیلشیم آئرن، وٹامن اے، بی وغیرہ ہوتے ہیں جو بالوں کو غذائیت دیتے ہیں۔ ہفتہ میں ایک بار تیل ضرور لگائیے۔ اب تو اچھے دواخانے آملہ کا تیل بناتے ہیں۔ تیل میں تھوڑا سا دہی ملا کر بھی آپ سر میں لگا سکتے ہیں۔ اپنے ڈاکٹر سے مل کر آپ وٹامن ضرور تجویز کرائیے۔

بیٹے کا مسئلہ

میرا بیٹا ایک سال کا ہو گیا ہے۔ اس کو قبض ہے۔ ڈاکٹر نے شربت دیا مگر ٹھیک نہیں ہوا۔ بہت مشکل سے زور لگا کر موشن کرتا ہے۔ گورمیت سنگھ نکانہ صاحب

جو بچے ڈبے کا دودھ پیتے ہیں۔ ان کے ساتھ یہ مسئلہ ہوتا ہے۔ اس کی دوا تو ہومیوپیتھی میں ہے اس سے فائدہ ہوتا ہے۔ گاؤں دیہات میں آج بھی خواتین تھوڑی سی اُبلی گھی دودھ میں بچے کو دیتی ہیں۔ آپ بچے کو پھل کھلائیے۔ موٹے بچوں کو اکثر قبض رہتا ہے۔ اسی طرح اگر گھٹی دی جائے تو پیٹ صاف ہو جاتا ہے۔ آپ اپنے بچے کو شربت وغیرہ نہ دیجئے۔ کھانے پینے سے ہی وہ ٹھیک ہو جائے گا۔ گرائپ واٹر آپ دے سکتے ہیں۔ انگور آئے ہوئے ہیں۔ میٹھے انگور بچے کو کھلائیے۔ ناشپاتی دیں۔ ٹھوس غذا شروع کریں۔

ہاتھ خراب ہیں

لائبہ کہتی ہیں۔ میری ماما کے ہاتھ اور انگلیاں بہت خراب ہیں جھریاں پڑ جاتی ہیں۔ ناخن ٹوٹ جاتے ہیں۔ اس کا کوئی حل ہے؟

لائبہ بیٹا آپ اپنی ماما کا دھیان رکھتی ہیں۔ مجھے اچھا لگا۔ ہاتھ عموماً برتن وغیرہ دھونے سے خراب ہوتے ہیں۔ ہاتھ سے کپڑے دھوئے جائیں۔ تو بعض دفعہ ناقص پاؤڈر سے بھی ہاتھ خراب ہونے لگتے ہیں۔ ایک کپ عرق گلاب میں آدھا چمچ شہد گلیسرین کا ملائیں اور آدھے لیموں کا رس چھان کر ملا کر فرج میں رکھ لیں گھر کے کام کاج سے فارغ ہو کر ہاتھ دھو کر اسے لگایا کریں۔ ہاتھ ملائم رہیں گے۔ خصوصاً رات کو سوتے وقت۔ ڈاکٹر کو دکھا کر کوئی وٹامن تجویز کرائیے۔ کس چیز کی کمی سے ناخن خراب ہو رہے ہیں۔ ماما سے کہیے دودھ ضرور پیا کریں۔ پھل وغیرہ خوب کھائیں۔

قارئین کرام! آپ بھی اپنا مسئلہ دریافت کر سکتے ہیں۔
برائے خط: روزنامہ دنیا، میگزین سیکشن، 8A۔ ایبٹ روڈ، لاہور
ای میل: feedback@dunya.com.pk
ایس ایم ایس: 0344-444-4466

وِگورین®

چلڈرن سیرپ

BMA
Since 1952

60 YEARS

میعار اور اعتماد کے 60 سال

صحتمند بچوں کا تصویری مقابلہ 2013

1 پرائز
1 لاکھ روپے کیش

2 پرائز
50,000 روپے کیش

3 پرائز
25,000 روپے کیش

10,000 روپے کیش کے 10 انعامات

5,000 روپے کیش کے 40 انعامات

مزید تفصیلات کے لیے
Facebook
وزٹ کریں

انٹریز بھیجنے کا طریقہ: بچے کی تصویر وگورین کی کسی بھی خالی ڈبی کے ساتھ اپنے نام، پتہ، فون نمبر اور شناختی کارڈ کی کاپی کے ہمراہ بھیجیں۔

شرائط:
- تصویر کے ہمراہ قومی شناختی کارڈ کی کاپی بھیجنا لازمی ہے۔
- بچے یا بچی کی عمر 4 سال یا اس سے کم ہو۔
- تصویر صاف طور پر کھینچی گئی ہو اور اس کا سائز کم از کم 7" x 5" ہو۔
- انعام جیتنے والے بچے کو تقسیم انعامات کی تقریب میں لانا لازمی ہے۔
- کمپنی اور کا فیصلہ حتمی اور نا قابل تبدیل ہوگا۔

بھیجنے کا پتہ: بی۔ایم۔اے فارما 1.5 کلومیٹر فیصل آباد روڈ اوکاڑہ

Facebook.com/
B.M.A Pharma.

یقیناً بہترین..!!

بچوں کی اچھی صحت اور
بہترین نشوونما کے لیے

سمجھدار ماؤں کا پہلا انتخاب

وِگورین®
چلڈرن سیرپ

میرز انسائیکلوپیڈیا محبت کی ہے

فروا حسن

لالانی

www.lasanipharma.com

نام بھی لالانی معیار بھی لالانی

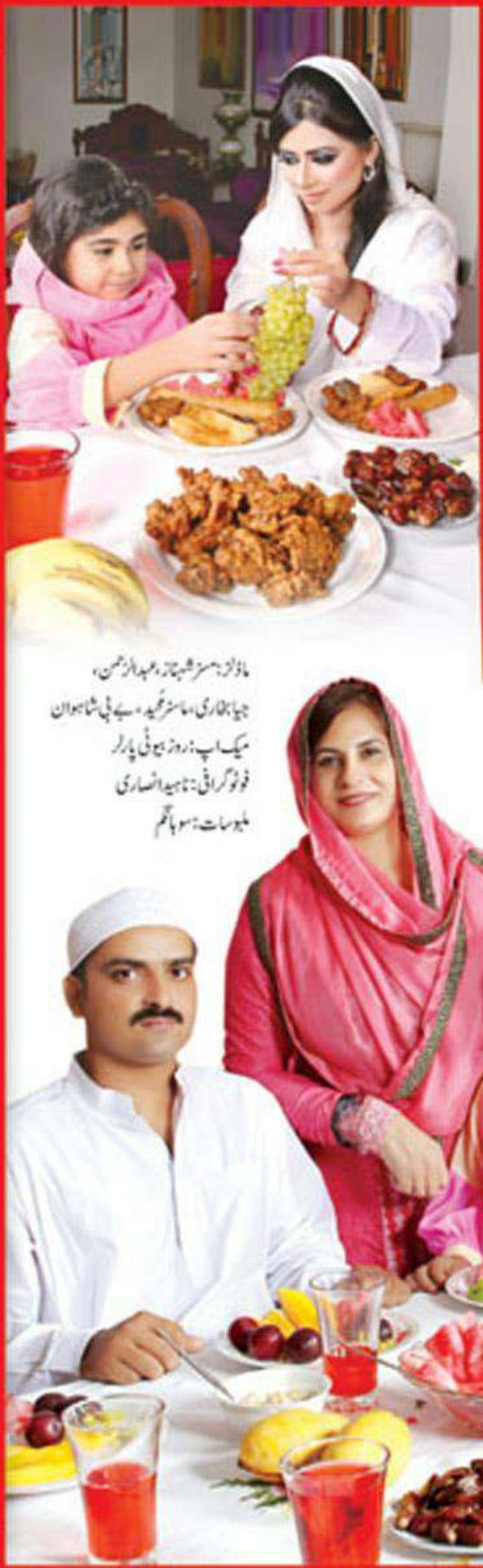
No Side Effect

خریدتے وقت بوتل پر
جدید پلاسٹک لیبل،
معلوماتی لٹریچر اور
لالانی کی کوالٹی سیل
ضرور دیکھ لیں۔

وزن گھٹائیں صحت پائیں

ہر قسم کے موٹاپے کی وجوہات کو
کم کرنے کیلئے مؤثر دوا

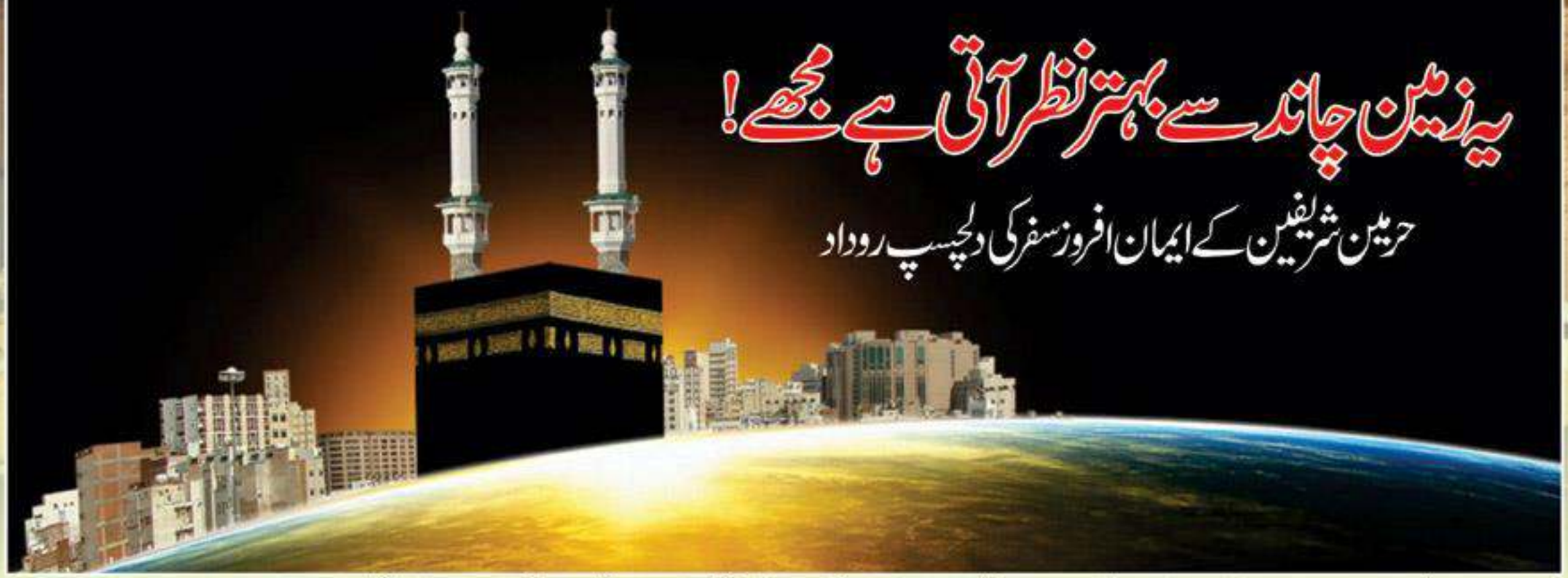
ای میل info@lasanipharma.com



ماؤنٹر: مسز شہناز عبدالرحمن،
چیا بخاری، ماسٹر مجید، بے بی شاہوان
میک اپ: روز بیوٹی پارلر
فوٹو گرافی: ناہید انصاری
ملبوسات: سوہا گم

یہ زمین چاند سے بہتر نظر آتی ہے مجھے!

حرمین شریفین کے ایمان افروز سفر کی دلچسپ روداد



احمد کامران

وہ نامعلوم وسعتوں تک پھیلا ہوا سنسان بیابان تھا۔ تپتی ہوئی ہوا تھی، خاموش فضا تھی۔ چلچلاتی دھوپ پڑ رہی تھی۔ لو کے جھونکے دم بدم آ رہے تھے۔ دور تک کوئی متنفس موجود نہ تھا، فضا میں کوئی بھولا بھٹکا پرندہ بھی نظر نہیں آیا۔ دائیں بائیں حد تک نظر تک کالے کالے میلے پہاڑ کھڑے تھے۔ انہی پہاڑوں کے بیچم بیچ ایک شفاف سڑک کسی خوش خصال حسینہ کی مانگ کی طرح سیدھی چلی جا رہی تھی، میں بس کی کھڑکی سے بعد اشتیاق آنکھیں پھاڑ پھاڑ کر ہر طرف دیکھ رہا تھا۔ کیوں نہ دیکھتا؟ یہ شاہراہ جدہ تھی۔ بس تن بہ تقدیر اڑی جا رہی تھی۔ دنیا کا سب سے زیادہ مقدس شہر مکہ مکرمہ قریب تر آ رہا تھا، مجھے اپنی خوش نصیبی پر حیرت ہو رہی تھی۔

کہاں میں، کہاں یہ مقام اللہ! اللہ!

زبان پر لبیک اللھم لبیک کا زمزمہ تھا اور مولانا عبدالمالک مجاہد کو دعائیں دے رہا تھا۔ جنہوں نے میرے لئے عمرے کا انتظام کر کے میرے دیرینہ خواب اور اضطراب کو حقیقت بنا دیا۔

یہ پچھلے سال کی بات ہے، یہی فضا تھی، یہی دن تھا، میں نے ارجنٹ فیس دے کر پاسپورٹ بنوایا، جونہی پاسپورٹ ہاتھ لگا، دل مچل گیا، جی چاہا کہ ابھی جدہ کا ٹکٹ کٹوالوں اور جلدی سے عمرہ کر آؤں۔ اگلے دن دفتر گیا۔ منیجر حافظ عبدالعظیم اسد دروازے ہی میں مل گئے۔ انہوں نے مجھے جناب رسالت مآب ﷺ کی ایک حدیث مبارک سنائی کہ عالی مرتبت ﷺ نے فرمایا ہے جس شخص نے رمضان میں عمرہ کیا، وہ ایسا ہی ہے جیسے اس نے میرے ساتھ حج کیا۔

اتنی بڑی بشارت سننے کے بعد شوق چمک گیا۔ میں رمضان المبارک کی آمد کا انتظار کرنے لگا۔ تھوڑے دن گزرے ہوں گے کہ یہ مبارک موقع آ گیا۔ الحمدللہ! مجھے عمرے کا شرف نصیب ہوا لیکن مجھے اس عظیم عبادت کا ڈھنڈورا پیٹنا پسند نہیں۔ کوشش کرتا ہوں کہ اللہ پاک کسی نیکی کی توفیق عطا فرمائے تو اسے امکان بھر چھپائے رکھوں تاکہ وہ نیکی آخرت کے دن حسرت کے ہجوم و ہیجان میں میری مغفرت کا ذریعہ بن جائے۔ میں یہ سطریں اس لئے لکھ رہا ہوں کہ شاید یہ عمرہ اور حج کے عازمین کے کام آئیں اور وہ ارض مقدس میں ممکنہ پریشانیوں سے بچ جائیں۔

میں مکہ مکرمہ پہنچا۔ ہوٹل والے نے ایک کمرے کا نمبر بتایا۔ میں وہاں گیا۔ اس کمرے میں تین ساتھی تھے، یہ بڑے متقی لوگ تھے، ٹیکسلا کے رہنے والے تھے۔ وہ حرم کعبہ میں جانے کیلئے پابہ رکاب تھے۔ مجھ پر تھکاوٹ کا غلبہ تھا۔ پھر بھی جلدی جلدی نہایا۔ احرام باندھا اور ان حضرات کے ساتھ بیت اللہ کی طرف چل پڑا۔ جونہی اے سی سے مزین ہوٹل سے باہر نکلا لو کے تھپیڑے لگنے لگے۔ پھر ایسا معلوم ہوا، جیسے میں چنگاریوں سے لڑ رہا ہوں۔ الحمدللہ! 15 منٹ میں حرم پہنچ گیا۔ وہاں زبردست ہجوم تھا، کعبے سے کعبا نہیں چھل رہا تھا بلکہ منہ سے منہ بھڑ رہا تھا۔ میں پاکستان سے مسنون دعائیں یاد کر کے گیا تھا۔ حرم مقدس میں ان دعاؤں کا ورد شروع کر دیا۔ شدید گرمی اور عازمین عمرہ کے ہجوم کی وجہ سے میرے لئے کعبہ مشرف تک پہنچنا اور طواف کرنا محال ہو گیا۔ ایک بھلا نوجوان مل گیا، یہ پاکستانی تھا، اس نے مجھ سے 100 ریال لئے، کرسی پر بٹھایا، پھر سرمنڈانے تک عمرے کے سارے مراحل بخیر و خوبی طے کرا دیئے۔ جب میں سعی کر رہا تھا تو صفا و مروہ کی انتہائی خوبصورت مجسمہ ہوئی عمارت دیکھ کر مجھے کوئی خوشی نہیں ہوئی بلکہ دھیرے دھیرے افسردگی طاری ہو گئی۔ میری نظر صفا اور مروہ کی ان چوٹیوں کو ڈھونڈتی رہی جن پر سیدہ ہاجرہؑ پانی کی تلاش میں بھاگتی رہیں۔ پیاس ستاتی تھی تو وہ صفا و مروہ کی بلندیوں پر چڑھ جاتی تھیں اور جب اپنے لخت جگر کی تشنگی اور تنہائی کا خیال آتا تو دیوانہ وار واپس بھاگی چلی آتی تھی۔ بھلا چشم فلک نے اللہ کی راہ میں ایسا صبر آزما منظر کب دیکھا ہوگا؟ میں اس مقام کو دیر تک تکتا رہا۔ رہ رہ کر خیال آتا رہا کہ کاش! سعودی حکومت صفا و مروہ پر پرشکوہ عمارت تعمیر کراتے وقت ان مقدس پہاڑیوں کے دو ننھے ننھے ٹکڑے ہی محفوظ کرا دیتی تاکہ ایسی نشانی تو باقی رہتی جو یہ یاد تازہ کار رکھتی کہ ان مبارک پہاڑیوں پر سیدنا اسماعیلؑ کی عظمت مآب ماں کے پائے مقدس کے نشانات ثبت تھے۔ اب وہاں کچھ نہیں ہے۔ پہاڑیاں معدوم ہو چکی ہیں۔ سادگی کی شان اڑ گئی ہے، وادی کا تصور عنقا ہو گیا، اب وہاں نور کا سیلاب ہے، فلک بوس عمارتیں ہیں اور سنگ و خشت کی سلیں ہیں۔ انہیں دیکھ کر دل سے ہوک اٹھی۔

میں ناخوش و بیزار ہوں مرمر کی سلوں سے
میرے لئے مٹی کا حرم اور بنا دو!

جب پہلی دفعہ حرم میں داخل ہوا اور ہجوم میں چلتے چلتے خانہ کعبہ کا ایک کونہ دکھائی دیا تو زبان پر بے تحاشا دعائیں مچل پڑیں۔ اپنے لئے، اہل و عیال کیلئے اور پوری امت مسلمہ کی فلاح کیلئے خوب دعائیں مانگیں۔ پھر معمول بنا لیا کہ ایسی جگہ نماز پڑھوں جہاں سے کعبہ نظر آتا رہے۔ میں خانہ کعبہ کو بہت غور سے دیکھتا رہا۔ یہ نشیب میں خاصی نیچی سطح پر ہے، ایسا لگتا ہے جیسے خانہ کعبہ بہت بڑے پیالے کے بیچ میں رکھا ہوا ہے۔ یہ صورتحال دیکھ کر اندازہ ہوا کہ خانہ کعبہ میں سیلاب کیوں آتے رہے اور حضور ﷺ کے عہد مبارک میں اس کی تعمیر نو کی ضرورت کیوں پیش آئی۔ حرم کعبہ آتے جاتے میں جس سڑک سے بھی گزرتا تھا یہی خیال جھلملاتا تھا کہ شاید اللہ کے رسول ﷺ بھی اس رہگزر سے بھی گزرے ہوں گے۔

ہر راہ کو دیکھا ہے محبت کی نظر سے
شاید کہ وہ گزرے ہوں اسی راہگزر سے

پانچ دن کے بعد ہوٹل والے نے اعلان کر دیا کہ سب مسافر تیار ہو جائیں، کل صبح مدینہ منورہ کو روانگی ہے۔ یہ اعلان سنا تھا کہ صدیوں کی قدامت سٹ گئی اور چشم تصور کے سامنے تاریخی یادوں کے قمقمے یکے بعد دیگرے جگمگاتے چلے گئے۔ خیال آیا کہ وہ تاریخ انسانیت کا کتنا عجیب و عظیم یادگار دن تھا جب رسول اللہ ﷺ نے مکہ مکرمہ کو چھوڑ کر، غار ثور میں پناہ لی اور تپتے صحرا کے نشیب و فراز عبور کرتے ہوئے یثرب کی طرف ہجرت فرما گئے۔ حضرت عمرؓ کی قیادت میں اجل صحابہؓ نے اسی ہجرت کو رسول اللہ ﷺ کا سب سے عظیم عمل قرار دیکر سن ہجری کا آغاز فرمایا تاکہ مسلمانوں کو یہ حقیقت ہمیشہ یاد رہے کہ اللہ کی راہ میں نکلنا سب سے بڑی عبادت ہے۔ دوران سفر حضور ﷺ کے راستے میں ایک بستی آئی اور ایک بدوی خاتون کی قسمت چمک اٹھی۔ آپ ﷺ اس خاتون کے جھونپڑے پر رک گئے اور اس سے قیمتاً دودھ طلب فرمایا۔ خاتون نے نہایت افسوس سے کہا کہ مجھ خاک بسر کے ہاں دودھ کہاں!..... سامنے ایک مریل بکری کھڑی تھی۔ یہ اتنی لاغر تھی جیسے چار مچھیوں پر بکری کا سر اور کھال منڈھ کر اس پر بکری کی تہمت لگا دی گئی ہو۔ رسالت مآب ﷺ نے اس بکری کی طرف اشارہ کرتے ہوئے خاتون سے فرمایا اسے میرے قریب لاؤ۔ وہ بولی یہ تو مدت سے دودھ نہیں دیتی آپ ﷺ نے اللہ کا نام لیکر اس بکری کو دوہنا شروع کیا تو چھاجوں دودھ اتر آیا۔ یہ خاتون حیرت سے دیدے پھاڑ پھاڑ کر یہ منظر دیکھتی رہی۔ حضورؐ نے پہلے اپنے محترم رفیق سفر سیدنا صدیق اکبرؓ اور ان کے غلام کو دودھ مرحمت فرمایا۔ پھر خود نوش کیا، بعد کو اس خاتون کے گھر کا ہر چھوٹا بڑا برتن دودھ سے لبریز کر کے آگے چل دیئے، خاتون نہال ہو گئی۔

شام کو اس خاتون کا خاوند بکریاں چرا کر واپس آیا وہ گھر میں دودھ کی فراوانی دیکھ کر ہکا بکا ہو گیا۔ پوچھا یہ دودھ کہاں سے آیا؟ بیوی نے جواب دیا یہاں سے ایک انتہائی معزز مسافر گزرے ہیں۔ وہی یہ مہربانی فرما گئے ہیں

اک تبسم سے عمر بھر کے لئے
روشنی دے گئے خیالوں کو!

خاوند نے معزز مسافر کا حلیہ پوچھا۔ اس خاتون نے جن وجد آفرین الفاظ میں رسالت مآب ﷺ کا حلیہ مبارک بیان کیا، وہ قیامت تک آب زر سے لکھے جائیں گے اور رہتی دنیا تک کوئی بڑے سے بڑا ادیب بھی اس ان پڑھ خاتون کے اسلوب بیان کی دلکشی سے آنکھ نہیں ملا سکے گا۔ اس خاتون نے حضورؐ کا سراپا یوں بیان کیا:

"چمکتا ہوا رنگ، بہت روشن چہرہ، نہایت خوبصورت ساخت، قد نہ اتنا لمبا کہ ناگوار لگے، نہ اتنا چھوٹا کہ نگاہ میں نہ جچے نہ نکلی ہوئی توند کا عیب، نہ گنجے پن کی خامی، جمال جہاں تاب کے سانچے میں ڈھلا ہوا پیکر، حیا کے بوجھ سے جھکی ہوئی سرگیں آنکھیں، لمبی پلکیں، باریک باہم ملے ہوئے ابرو، لمبی گردن، کالے کالے چمکیلے بال، خاموش ہونٹ، بڑی واضح اور پروقار بات کرتے ہیں۔ دو ٹوک، نہ بہت مختصر، نہ فضول، انداز نظم ایسا جیسے موتی بکھر رہے ہیں، وہ ایسی شاخ کی طرح ہیں جو دو شاخوں کے بیچ بڑی شاداب اور خوش منظر دکھائی دیتی ہے۔ دور سے دیکھنے میں بھی نہایت خوش جمال ہیں۔ قریب سے دیکھنے میں بھی سب سے زیادہ خوبصورت ہیں، وہ نرم گو ہیں، ترش رو نہیں ہیں۔ ان کے رفقائے سفر ان کے اردگرد ادب سے حلقہ باندھے کھڑے تھے۔"

میں عالم انسانیت کی اسی سب سے بڑی شخصیت ﷺ کا مشک بار تصور لیکر مدینہ جانے والی بس میں سوار ہوا اور ڈرائیور کے بالکل پاس والی سیٹ پر بیٹھ گیا۔ صحرائے بیدا پر حد نظر تک دھوپ جمی ہوئی تھی۔ میں دائیں بائیں دیدہ عقیدت سے دیکھتا رہا کہ شاید اس بدوی خاتون کی تاریخی بستی پر سعودی حکومت نے کوئی یادگاری تختی ہی لگا رکھی ہو، کاش وہ تختی ہی میری آنکھوں کے آگے جلوہ بار ہو جائے۔ یہ محض ایک تمنا تھی۔ ہر تمنا بھلا کب پوری ہوتی ہے۔ سراپا خطا ہونے کے باوجود مجھ پر حضور رسالت مآب ﷺ کی شخصیت کا تصور نور فشانی کرتا رہا۔ میں متواتر درود شریف پڑھ رہا تھا۔ جوں جوں بس آگے بڑھتی جا رہی تھی دل کی حالت متغیر ہوتی جا رہی تھی۔ نہ جانے مجھ پر کیا گزری، اچانک سب کچھ بھول گیا۔ بس میں بیٹھے بیٹھے ہی آنکھوں سے بوندا باندی ہونے لگی اور حلق میں سسکیاں بھر گئیں۔ دل عجیب چیز ہے، کبھی کبھی ناممکنات کی آرزو کرنے لگتا ہے۔ شہر مدینہ قریب آ گیا تھا۔ بستیوں کی عمارتیں صاف دکھائی دے رہی تھیں۔ میرے دل کی گہرائیوں میں آپ ہی آپ یہ یقین انگڑائیاں لے رہا تھا کہ جونہی مدینہ میں داخل ہوں گا کسی نہ کسی رہگزر پر رسالت مآب ﷺ کی زیارت نصیب ہو جائے۔ یہ محض ایک عاجز عقیدت مند کی تصوراتی لہر تھی جو بار بار جھلملاتی تھی اور دور نکل جاتی تھی.....

ہم مدینہ پہنچ گئے۔ بس ایک ہوٹل کے سامنے رکی Reception والوں سے متعلقہ کمرے کی چابی لی۔ غسل کیا۔ کپڑے بدلے اور فوراً مسجد نبوی پہنچ گیا۔ یہاں بھی ویسا ہی ہجوم عاشقاں تھا جیسا حرم مکہ میں تھا۔ مجھے اپنے سے بھی زیادہ ایک سالخوردہ بزرگ ملے۔ یہ راولپنڈی کے رہنے والے تھے، دعاؤں کا ایک کتابچہ ہر وقت بغل میں دابے رکھتے تھے۔ مجھے ان پر ترس آیا۔ میں نے ان کا بازو مضبوطی سے تھام لیا مبادا یہ ہجوم میں گر جائیں۔ ہم ریاض الجنۃ پہنچے۔ یہاں نفل پڑھنے کی آرزو تھی۔ خدا جانے کیسے اور کس طرف سے انسانوں کا ایک ریلا آیا اس کی زد میں آ کر کچھ ہوش نہ رہا۔ مردہ بدست زندہ۔ میں اپنے اختیار ہی سے دستبردار ہو گیا۔ خدا جانے کس طرح ہجوم کی موجوں پر تیرتا رہا۔ چند لمحوں بعد ہوش آیا تو وہ بزرگ جن کا ہاتھ میں نے مضبوطی سے پکڑ رکھا تھا وہ دور مجمع کے دوسرے کنارے پر نظر آئے۔ میں نے اضطراری حالت میں ریاض الجنۃ میں دو نفل پڑھے۔ شرطے لوگوں کو دور بھگائے جا رہے تھے۔ ابھی لوگ پوری طرح نفل پڑھنے بھی نہ پاتے تھے کہ انسانوں کا ایک نیا سیل رواں آ جاتا تھا۔ تشنہ پشتم ہانپتا کانپتا روضہ رسول ﷺ پر حاضر ہوا۔ ہزار اشتیاق کے باوجود روضہ مبارک کی جالی تک پہنچنا نصیب نہ ہوا۔ ہجوم کو چیرنا اور زبردستی آگے بڑھتے چلے جانا میرے بس کی بات نہیں تھی، ناچار ایک کونے میں ادب سے کھڑا ہو گیا، زبان درود و سلام پڑھتی رہی اور آنکھیں آنسوؤں کی سوغات پیش کرتی رہیں۔ اپنے لئے جو دعائیں کیں سو کیں۔ امت مسلمہ کی حالت زار عرض کرنے کیلئے میں نے مولانا ظفر علی خان مرحوم کا سہارا لیا۔

جاگ اے یثرب کی مٹتی نیند کے ماتے کہ آج
لٹ رہا ہے آنکھوں آنکھوں میں تری امت کا راج
سر چھپانے کا ٹھکانا بھی انہیں ملتا نہیں
جن کی ہیبت لے چکی ہے سارے عالم سے خراج
تیرے بچے ہو رہے ہیں ساری دنیا میں ذلیل
کیا نہیں اے قبلہ عالم تجھے بچوں کی لاج
ہم ہیں ننگے سر اٹھ اے شان عرب، آن عجم!
اور پہنا دے ہمیں پھر سطوت کبریٰ کا تاج
اب دوا سے کام کچھ چلتا نہیں بیمار کا
اب تو ہے تیری دعا ہی تیری امت کا علاج

مسجد نبوی ہوٹل سے 10 منٹ کی مسافت پر تھی الحمدللہ مسجد نبوی ہی میں روزہ بھی افطار کرتا رہا اور نماز بھی پڑھتا رہا۔ مدینہ یونیورسٹی کے ایک متقی طالب علم یوسف قمر ملے۔ انہیں میرے بارے میں دوستوں نے لاہور ہی سے فون کر دیا تھا۔ انہوں نے اپنی گاڑی میں تمام مقامات مقدسہ کی زیارت کرا دی۔ احد کے میدان میں پہنچا تو جنگ احد کی پوری تاریخ آنکھوں میں پھر گئی۔ وہ پہاڑی دیکھی جہاں رسول اللہ ﷺ نے تیراندازی مجاہدوں کو مامور فرمایا تھا اور تاکید کی تھی کہ ہمیں فتح نصیب ہو یا شکست تم لوگ یہاں سے نہ ہٹنا۔ قسمت کے لکھے کو کون ٹال سکتا ہے۔ بہت سے تیرانداز پہاڑی سے اتر گئے اور مسلمانوں کی فتح شکست میں بدل گئی۔ یہ چھوٹی سی پہاڑی ہمیشہ یہ اعلان کرتی رہے کہ جو بھی رسول اللہ ﷺ کے احکام و ہدایات کی خلاف ورزی کرے گا، وہ ہمیشہ خسارے میں رہے گا۔

عرصہ ہوتا ہے پاکستانی فوج کے ایک جرنیل عبدالحمید خان ایک موقع پر میدان احد پہنچے تو اس پہاڑی کو دیکھ کر حیرت میں ڈوب گئے۔ ان کا کہنا تھا کہ میدان احد میں اس پہاڑی مورچے کا تصور کر کے رسول اللہ ﷺ کی بے خطا فراست سامنے آ جاتی ہے اور یہ اعتراف کرنا پڑتا ہے کہ محسن انسانیت ﷺ کو حرب و دفاع کے معاملات پر بھی کتنی زبردست مہارت حاصل تھی۔

شہدائے احد کا قبرستان دیکھا تو آنکھیں گیلی ہو گئیں۔ کیسے کیسے نامور فرزندان اسلام یہاں نہ خاک بے نام و نشان اور بے سائبان پڑے ہیں۔ حالت یہ ہے کہ

دن کو سورج کی شعاعیں انہیں گرماتی ہیں
رات کو چادر مہتاب تنی رہتی ہے!

یوسف صاحب نے ایک نوکیلے پتھر کی طرف اشارہ

کرتے ہوئے کہا کہ حضرت حمزہؓ کی آخری آرام گاہ کی نشانی ہے۔ افسوس ہوا کہ حق کی حمایت میں ہر آن سینہ سپر ہو جانے والا حضورؐ کا مقدس چچا کیسی گمنامی کی چادر تانے سو رہا ہے۔

ع ترے نام پر مٹا جو اسے کیا غرض نشاں سے

سید الشہداءؓ کو یقیناً اپنے نام کی یادگاری تختی کی ضرورت نہیں۔ وہ تو تاریخ کے ایوان میں ہمیشہ درخشاں رہیں گے لیکن امت مسلمہ حمایت حق کا سبق سیکھنے کے لیے ہر آن سیرت حمزہؓ کی محتاج رہے گی۔

حکومت نے تمام قبروں کے قبے گرا دیئے، چبوترے، ٹھیک کیا، لیکن تو قبے اور آستانے ڈھانے کے ساتھ ساتھ عشق اور تاریخ کے ایوان بھی مسمار کر دیئے۔ یہی حال جنت البقیع میں دیکھا۔ وہاں امت کی کتنی عظیم مائیں، حضورؐ کی کیسی عالی رتبہ صاحبزادیاں اور کیسے کیسے اجل صحابہؓ مٹی کی چادر اوڑھے آسودۂ خواب ہیں۔ مگر کسی کی قبر کا کوئی نشان نہیں ملتا۔ بس شرطوں کے بیان پر اکتفا کرنا پڑتا ہے۔

میں نے مسجد قبا کی زیارت کی، مسجد قبلتین دیکھی۔ سیدنا عثمانؓ نے اپنے پلے سے زر کثیر خرچ کر کے مسلمانوں کے لیے جو کنواں خریدا، وہ دیکھا، اس خیال سے دل بجھ گیا کہ اسی کنویں سے سیدنا عثمانؓ کو ایک بوند بھی لینے نہیں دی گئی۔ حضرت عثمانؓ نے روزہ افطار کیے بغیر شدید بھوک اور پیاس کی حالت میں صرف امت مسلمہ کو باہم خونریزی سے بچانے کی خاطر بے دریغ اپنی جان کی بازی لگا دی رحمۃ اللہ تعالیٰ رحمۃ واسعۃ۔

میدان احمد سے واپس آتے وقت جنوبی مدینہ میں یہودیوں کے بنا بستی شہزادے کعب بن اشرف کا قلعے کے کھنڈر بھی دیکھا۔ آثار بتا رہے تھے کہ یہ کبھی بڑا پرتعیش اور مستحکم قلعہ رہا ہوگا، اس وسیع کھنڈر میں کنوؤں اور پانی کے حوض کے نشانات ابھی تک موجود ہیں۔ حوض کے کئی حصے ہیں۔ پتہ چلتا ہے کہ اس قلعہ میں پانی کی بہم رسانی کا بڑا اچھا انتظام تھا۔ کعب بن اشرف مسلمانوں کا دشمن تھا، خفیہ طور پر مسلمانوں کی ہر نقل و حرکت کی اطلاع مشرکین مکہ کو پہنچاتا تھا۔ جنگ احد کے شعلے بھڑکانے کے لیے اس شخص نے بہت ایندھن ڈالا۔ یہ بڑا بے ادب تھا۔ مسلمانوں کی جلیل القدر خواتین کی شان میں گستاخیاں کرتا تھا اور بے ہودہ اشعار کہتا تھا۔ رسول اللہ ﷺ اس شخص کی فتنہ انگیزیوں سے تنگ آ گئے۔ آپ ﷺ نے چند صحابہؓ کو کارروائی کا حکم دیا، ان صحابہؓ کی دانائی اور دلیری پر بہت حیرت ہوتی ہے کہ وہ اتنے مضبوط قلعے میں بے خطر جا گھسے اور اس بدبخت کے پرخچے اڑا آئے۔

میں نے اس جگہ کی زیارت بھی کی جہاں رسول اللہ ﷺ نے سیدہ عائشہؓ کے ساتھ دوڑ لگانے کا مقابلہ کیا تھا۔ دل میں نازک سا خیال آیا کہ اللہ کے پیارے رسول ﷺ کتنے باریک بین نفسیات شناس تھے۔ ام المومنین سیدہ خدیجہؓ سے آپ ﷺ کا جو برتاؤ رہا اس میں سیدہ کا بڑا پاس لحاظ پایا جاتا ہے۔ اس کے برعکس سیدہ عائشہؓ سے جو سلوک تھا، اس میں بے تکلفی کی شان نظر آتی ہے۔ سیدہ عائشہؓ کی عمر چھوٹی تھی اس لیے آپؐ ان کی دلجوئی اور تفریح طبع کا خاص خیال رکھتے تھے، کرتب دکھانے والے حبشی آتے تھے تو آپ ﷺ سیدہ عائشہؓ کو پس پشت کھڑا کر لیتے تھے، اس طرح سیدہ عائشہؓ پس پردہ رہ کر کھیل تماشے دیکھ لیا کرتی تھیں۔ کتنی بڑی ہستی ﷺ اپنی اہلیہ کی دل آسائی اور خوشنودی کے لیے کیسا محفوظ و مہذب اہتمام کرتی تھی، کیا آج کوئی بڑے سے بڑا مہربان شوہر اپنی بیوی کے لطیف احساسات کا اسی طرح پاس لحاظ کر سکتا ہے جس طرح سید المرسلین فخر انسانیت حضرت محمد ﷺ کیا کرتے تھے؟

رخصتی کے دن آ گئے، ہوٹل والوں نے چند دن بعد مدینہ منورہ سے مکہ مکرمہ واپسی کا اعلان کر دیا۔ آخری دن مسجد نبوی سے واپس آتے ہوئے بڑا ملال ہوا۔ میں مڑ مڑ کر روضہ رسول ﷺ کی طرف دیکھتا رہا۔

ع..... مرے خیال کے صحرا میں چل رہا تھا کوئی

رو رہ کر یہ خیال گھمیرا ؤ کر رہا تھا کہ اللہ جانے اب اس محسن انسانیت ﷺ کی دہلیز پر حاضری کا شرف کب نصیب ہوگا، میں انہی محسوسات کے ساتھ واپس مکہ مکرمہ پہنچا اور حرم کعبہ کی برکتوں میں چھپ جانے کی کوشش کرتا رہا۔ مکہ کب تک، آخر کار جدائی کی گھڑی قریب آ گئی، میں جدہ گیا اور پی آئی اے کے طیارے میں جا بیٹھا۔

یہ جمعہ کا دن تھا۔ ہلکی ہلکی بارش ہمارا خیر مقدم کر رہی تھی۔ سحر ہوتے ہوتے ہمارا جہاز علامہ اقبال ایئرپورٹ لاہور پر اتر گیا۔

اب میں آخر میں عازمین حج و عمرہ سے چند ضروری گزارشات کرنا چاہتا ہوں۔ ان باتوں کا خاص خیال رکھیے:

1۔ حرم کعبہ اور حرم نبوی میں جب بھی جایئے اپنے جوتے شاپر میں ڈال کر سامنے رکھیے۔ بصورت دیگر جوتے گم ہو جانے کا بڑا خطرہ ہے۔ میرے جوتے دو مرتبہ کھو گئے۔ اور بڑی پریشانی اٹھانی پڑی۔

2۔ پاکستان سے جاتے وقت نہانے اور کپڑے دھونے کا وافر صابن اور ضرورت کی دوسری چیزیں ضرور ساتھ لے جایئے۔ وہاں صابن بہت مہنگا ہے اور دور دراز کی دکانوں پر ملتا ہے۔ مکہ مکرمہ اور مدینہ طیبہ کے ہوٹل والے لانڈری کی سہولت فراہم کرنے کے لیے ہلتے کو بھی تیار نہیں ہوتے۔ میرے سامنے مدینہ طیبہ کے ہوٹل میں ایک شخص واش روم کی غلاظت صاف کرانے کی بار بار دہائی دے رہا تھا۔ ہوٹل کی انتظامیہ کے کان پر جوں بھی نہیں رینگی۔ مجبوراً گندا واش روم ہی برداشت کرنا پڑا۔

3۔ مہنگائی پاکستان میں بھی ہے لیکن سعودی عرب کی مہنگائی سے اللہ بچائے۔ ارض مقدس کا موسم اتنا گرم ہے کہ تھوڑی دور چلتے ہی پیاس لگنے لگتی ہے۔ اس لیے پانی کی بوتل ساتھ رکھیے۔ میں نے پہلے دن ایک لیٹر پانی کی بوتل خریدی تو معلوم ہوا کہ یہ پاکستان کی کرنسی کے حساب سے 29 روپے کی ہے۔ اگر آپ ہوٹل کا کھانا کھانے کی بجائے خود کھانا تیار کریں تو بڑی اچھی بات ہے مگر سعودیہ میں گائے کا گوشت نہ خریدیں۔ یہ بہت مہنگا ہے۔ بکرے کا گوشت خریدیں۔ یہ سستا ہے۔ بنگالی دکانداروں سے کچھ مت خریدیں۔ اکثر بنگالی تاجر گاہکوں کو بہت بری طرح لوٹتے ہیں۔

4۔ چلچلاتی دھوپ سے بچاؤ کے لیے چھتری ضرور لے کر جائیں۔ وہاں چھتریاں مہنگی ہیں۔ بعض مخیر حضرات فی سبیل اللہ چھتریاں بانٹتے نظر آئے۔

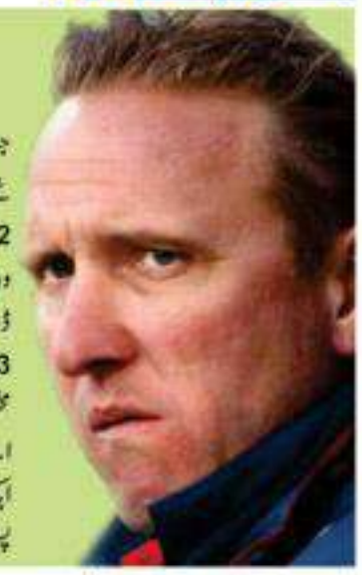
5۔ سعودی حکومت کی سلیقہ مندی نے مثالی امن قائم کر رکھا ہے لیکن وہ ڈرائیوروں کی برق رفتاری پر قابو نہیں پا سکی۔ وہاں کے ڈرائیور سبحان اللہ قسم کے لوگ ہیں۔ حج اور عمرہ کے موقعوں پر کرائے بڑھا دیتے ہیں، ان سے ہوشیار رہنا چاہیے۔ سڑکوں پر جا بجا خفیہ کیمرے لگے ہوئے تا کہ ضرورت سے زیادہ تیز رفتار ڈرائیوروں کو پکڑا جا سکے۔ لیکن اکثر ڈرائیور کیمروں کو بھی جل دے جاتے ہیں۔ یہ اپنی گاڑیوں کی پلیٹوں کے نمبروں میں سے کسی ایک ہندسے پر کالی پٹی چپکا دیتے ہیں۔ کیمرہ یہ نمبر نوٹ کرتا ہے تو ٹریفک حکام کو مطلق پتہ نہیں چلتا کہ یہ کس شخص کی گاڑی کا نمبر ہے۔ وہاں ٹیکسیوں کے کرائے ہوشربا اور رکشے ناپید ہیں۔ کہیں ویگن ملتے ہیں انہیں 'ہالہ' کہا جاتا ہے۔ ان کے کرائے تعیمت ہیں۔

6۔ ہوٹل کے کمرے خاص طور پر غسل خانے کے دستی قفل کھولنے بند کرنے کی مشق ہوٹل میں گھستے ہی کر لیں ورنہ بڑی مصیبت پیش آتی ہے۔ وہاں کے قفل یورپین ساخت کے ہیں۔ یہ پاکستانی تالوں سے بالکل مختلف چیز ہیں۔ بعض دروازوں پر نہایت ناقص قفل لگے ہوتے ہیں۔ مکہ مکرمہ پہنچنے کے بعد دوسرا دن تھا، میں نماز ظہر کے لیے حرم جانے سے پہلے غسل خانے گیا، اچھی طرح نہایا اب جو باہر نکلنے کے لیے دروازہ کھولنا چاہا تو ہزار جستجو کے باوجود دروازہ نہ کھل سکا۔ میں قید ہو کر رہ گیا۔ ستم بالائے ستم کہ میں اکیلا ہی تھا۔ میرے کمرے کے ساتھی حرم جا چکے تھے۔ ورنہ وہ باہر سے ویٹل گھما کر دروازہ کھول دیتے۔ میرے ساتھیوں کا معمول تھا کہ وہ زیادہ اوقات حرم ہی میں بسر کرتے تھے۔ فقط سحری کھانے کے لیے ہوٹل آتے تھے۔ موبائل بھی پاس نہ تھا کہ ہوٹل کی انتظامیہ کو اطلاع کر دیتا۔ غسل خانے کے روشن دان سے نیچے بازار میں جھانکا تو میرے ہوش اڑ گئے۔ لوگ حشرات الارض کی طرح رینگتے نظر آئے۔ میں چاہے کتنی ہی بلند آہنگی سے مدد کے لیے چلاتا لیکن 10 ویں منزل کی بلندی سے بازار تک میری آواز کی رسائی ناممکن بات تھی۔ ادھر غسل خانے کی گرمی پگھلائے دیتی تھی، میں گھڑی گھڑی نل کھول کر اپنے بدن پر پانی بہانے لگتا تھا تا کہ گرمی قابل برداشت ہو جائے۔

اس دوران عصر کی اذان ہوئی، پھر افطار کا وقت آیا۔ مغرب کی اذان ہوئی۔ میں نے نل کا پانی پی کر ہی روزہ کھول لیا۔

میں مسلسل 8 گھنٹے تک اس اچانک اور بھیانک اذیت کو جھیلتے جھیلتے اتانڈ حال ہوا کہ بے اختیار فرش پر ڈھیر ہو گیا، پھر کچھ پتہ نہ چلا، ایسی غفلت اور نشے کی نیند آئی کہ آنکھ اسی وقت کھلی جب میرے کمرے کے ساتھی سحری کھانے کے لیے حرم سے واپس آئے۔ انہوں نے باہر سے ہتھی گھمائی تو غسل خانہ کھل گیا۔ انہیں یہ دیکھ کر بڑا تعجب ہوا کہ میں غسل خانے کے فرش پر سو رہا ہوں۔ بہر حال میں اٹھا، اپنی بپتا کا حال سنایا تو ایک ساتھی نے کہا کہ آپ کی طرح میں بھی بند ہو گیا تھا لیکن اللہ کا کرم تھا کہ اس وقت ساتھی کمرے میں موجود تھے اور انہوں نے ہتھی گھما کر دروازہ کھول دیا تھا۔ ان حضرات کو میرا ماجرا سن کر اتنا غصہ آیا کہ وہ فوراً نیچے گئے اور انتظامیہ والوں سے کہا کہ ہمارا کمرہ بدل دو یا غسل خانے پر صحیح قفل لگاؤ۔ انتظامیہ نے تالہ ٹھیک کرنے کے لیے ایک بنگالی کاریگر بھیجا، میرے ساتھیوں نے میری طرف انگشت نمائی کی اور کاریگر سے کہا کہ تمہاری غفلت کی وجہ انہیں شدید مصیبت جھیلنی پڑی ہے۔ بے چارا بنگالی "چ چ چ" کرنے لگا، زبان دانتوں تلے دبانے لگا اور ٹوٹی پھوٹی اردو میں معذرت کرتا رہا۔ میرے کمرے کے ساتھی بھی بار بار اظہار افسوس کرتے رہے۔ میں نے کہا کوئی بات نہیں۔ جو ہوا سو ہوا، مجھے اس مقدس سرزمین سے بڑا لگاؤ ہے۔ اللہ کرے میں بار بار یہاں آتا رہوں کیونکہ یہاں انتہائی برگزیدہ پیشانیوں کے سجدے اور بہت پاک آنکھوں کے آنسو جذب ہیں۔ اسی لیے۔

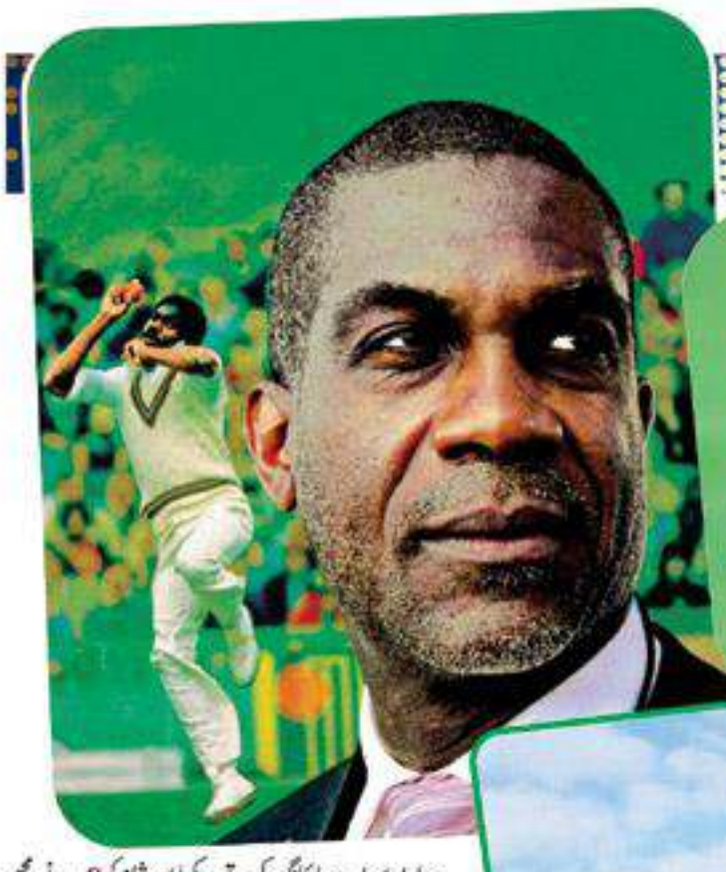
ع..... یہ زمین چاند سے بہتر نظر آتی ہے مجھے!

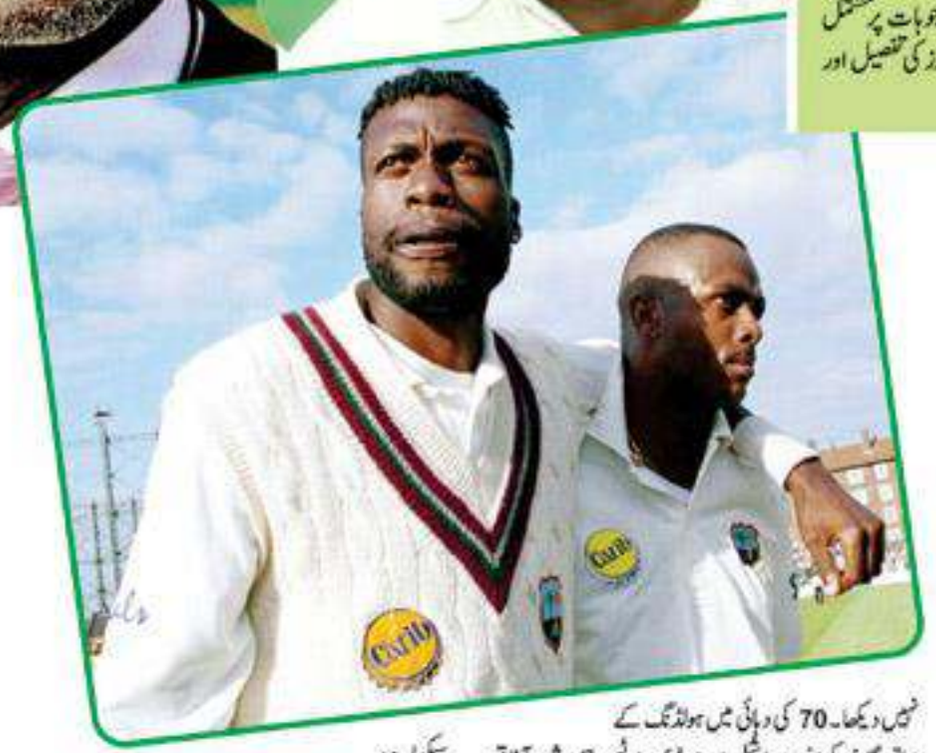


ایلین ڈونلڈ: میرے پسندیدہ تیز ترین باؤلرز

جنوبی افریقہ کے ایلین ڈونلڈ سے کون متعارف نہیں۔ وہ اپنے وقت کے کامیاب ترین تیز باؤلر تھے۔ 1998ء میں آئی سی سی ٹیسٹ ریٹنگ میں ان کا نام سرفہرست تھا۔ انہوں نے 18 اپریل 1992ء میں ویسٹ انڈیز کے خلاف اپنا پہلا ٹیسٹ میچ کھیلا۔ شان پولاک کی ٹیم میں آمد سے قبل وہ اپنی ٹیم کے مین سٹرائیک باؤلر تھے۔ 72 ٹیسٹ اور 164 ون ڈے میچز کھیل کر ایلین ڈونلڈ نے 24 فروری 2002 میں آسٹریلیا کے خلاف آخری ٹیسٹ میچ اور 27 فروری 2003ء میں کینیڈا کے خلاف آخری ون ڈے میچ کھیل کر ریٹائرمنٹ کا اعلان کر دیا تھا۔ وہ دنیا کی مختلف ٹیموں میں بطور باؤلنگ کوچ کام کر چکے ہیں۔ انٹرنیٹ کی ایک معروف سائیٹ پر ایلین ڈونلڈ نے اپنے پسندیدہ 11 فاسٹ باؤلرز کے بارے میں اپنی رائے اور پسند کرنے کی وجوہات پر مشتمل ایک مضمون لکھا ہے۔ قارئین کی دلچسپی کے لیے ان کے پسندیدہ فاسٹ باؤلرز کی تفصیل اور پسندیدگی کی وجہ سے ان کی ہی زبانی پیش خدمت ہے۔

عبدالستار ہاشمی





کرٹلی امبروز

میں نے کرٹلی امبروز کو پہلی مرتبہ سہ ملکی سیریز میں دیکھا۔ یہ سیریز ویسٹ انڈیز، آسٹریلیا اور نیوزی لینڈ کے مابین کھیلی جارہی تھی۔ میزبانی کے فرائض آسٹریلیا سرانجام دے رہا تھا۔ ڈین جونز نے کرٹلی امبروز سے کہا کہ وہ اپنی کلائی سے سفید بینڈ اتار دیں۔ امبروز دکٹ کے درمیان میں رک گئے اور گھور کر دیکھنے لگے لیکن ڈین جونز کی وضاحت کے بعد وہ مطمئن ہوکر اپنے رن اپ مارک کی طرف چل دیئے۔ ڈین نے بتایا کہ چونکہ گیند کا رنگ سفید ہے اور آپ کی کلائی پر باندھا بینڈ بھی سفید، جس سے بلے باز کی توجہ ہٹ سکتی ہے۔ میرا خیال ہے کہ کرٹلی نے سمجھا ہوگا کہ شاید ڈین کوئی نسلی امتیاز کی بات کررہا ہے۔ وہ کبھی بھی منہ سے ایک لفظ نہیں بولتا لیکن اس کے چہرے کے تاثرات اور آنکھیں بہت سے پیغام دے جایا کرتی تھیں۔ میرا یہ کہنا ہے کہ وہ شاندار باؤنسر پھینکنے والا باؤلر تھا۔ اس نے ہمیشہ اپنے لمبے قد سے فائدہ اٹھایا اور چھوٹی چھوٹی آنکھوں سے بلے باز کی کمزوری کو بھانپ لینے میں اس کا ثانی کوئی نہیں تھا۔ میں نے اسے آسٹریلیا کے سٹیوو اکے خلاف باؤلنگ کراتے دیکھا تو وہ سپیل آج بھی میری نظروں کے سامنے ہے۔ یہ میچ ٹرینٹ بیٹ وکٹ پر کھیلا جارہا تھا۔ یہ مقابلہ ایک جنگ تھی ایسے جیسے دونوں ایک دوسرے کے جانی دشمن ہو۔ سٹیوو ا بہت جواں مردی سے اس کی تیز گیندوں اور باؤنسرز کا سامنا کررہا تھا۔ گیند کبھی اس کے بازو کو تو کبھی پسلیوں پر لگ رہا تھا مگر وہ ڈٹ کر کھڑا تھا۔ دونوں میں سے کسی نے بھی ہار تسلیم نہیں کی۔ شاندار باؤلنگ دیکھنے والے شائقین نے کرٹلی امبروز کی بہترین گیندوں سے لطف اندوز اٹھایا اور بلے بازی کے شائقین نے کھڑے ہوکر سٹیوو ا کو داد دی کہ کس قدر دلیری سے اس نے کالی آندھی کا سامنا کیا۔ اس طرح کا ایک اور سپیل پرتھ میں دیکھا گیا تھا جہاں اس نے 1 رن کے عوض 6 وکٹ اڑائے۔ اسی طرح انگلینڈ کے خلاف اس نے باؤنسرز کی بوچھاڑ کی تو انگلینڈ کے کھلاڑی سہم گئے۔ تکنیکی اعتبار سے کہوں تو کرٹلی امبروز کے پاس بہترین کلائی ہے جس کا استعمال کرنا اس سے بہتر کوئی دوسرا نہیں جانتا۔ اس نے کبھی بھی اپنی گیند کی رفتار بڑھانے کی بات نہیں کی لیکن وہ ایک تیز رفتار باؤلر ہے اور وہ وکٹ کو دیکھ کر اپنے ذہن میں ایک پلان بنالیتا تھا۔ اگر کوئی بلے باز یہ پلاننگ کر کے آتا تھا کہ اس کے باؤنسر کو چھوڑ دے گا تو وہ غلطی پر ہوتا تھا، اس لیے کہ وہ باؤنسر سیدھا اس کی وکٹوں کو ہٹ کرتا اور بلے باز کو پویلین کی راہ دیکھنی پڑتی۔ میں ایک مرتبہ پھر 1992ء میں ویسٹ انڈیز کے خلاف دورے کے ایک میچ کی بات کرتا ہوں جہاں کرٹلی امبروز اور وسیم اکرم نے کلین وسیم کیا تھا۔ ہماری بیٹنگ لائن کی دھجیاں اڑا کر اس کے چہرے پر فاتحانہ مسکراہٹ کو آج تک نہیں بھول سکا۔ ویسٹ انڈیز کا کپتان جب بھی گراؤنڈ میں کھلاڑیوں کی میٹنگ میں کوئی شارٹ ٹرم پلان ڈسکس کیا کرتا تھا تو وہ ایک سطر میں امبروز کو ذمہ داری سونپ دیا کرتا تھا اور امبروز اس کی توقع پر صد فیصد پورا اترتا تھا۔ میں سمجھتا ہوں کہ ویسٹ انڈیز کی سرزمین تیز باؤلرز کے لیے بہت زرخیز ہے۔ بدقسمتی سے یہ خطہ برے معاشی حالات کا شکار ہوا اور یہاں کے نوجوان کرکٹ کی بجائے باسکٹ بال کے کھیل میں قسمت آزمانے لگے جس کی وجہ سے ویسٹ انڈیز ٹیم کو تنزلی کا سامنا کرنا پڑا۔ آج بھی پرکشش معاوضے اور مستقبل کی یقین دہانی یہاں سے 80 کی دہائی کے تیز باؤلر پیدا کرسکتی ہے۔

مائیکل ہولڈنگ

میں نے اپنا پہلا سیزن 1987ء میں مائیکل ہولڈنگ کی ٹیم کے خلاف کھیلا تھا۔ یہ ویسٹ انڈیز کے تیز باؤلرز کے عروج کا دور تھا۔ دنیا کے بڑے بڑے بلے باز ان باؤلرز کے سامنے تنکوں کی طرح بکھر جایا کرتے تھے۔ میں نے اس دورے سے قبل مائیکل ہولڈنگ کی باؤلنگ کی ویڈیو دیکھی تھی۔ مجھے 19 سال کی عمر میں مائیکل ہولڈنگ کی باؤلنگ کا سامنا کرنا پڑا۔ وہ 15 گز کے فاصلے سے گیند کرواتا تھا اس لیے کہ سنڈے لیگ قوانین کے مطابق رن اپ کا زیادہ سے زیادہ فاصلہ 15 گز تک کا ہے۔ ہاں تو میں بتا رہا تھا کہ دورے سے قبل میں نے ہولڈنگ کی باؤلنگ کی ویڈیوز دیکھیں تو جانچنے کے باوجود بھی اس کی نقل کرنے سے محروم رہا۔ ہولڈنگ کی گیند میں رفتار، ایکوریسی اور کنٹرول تھا۔ میں نے چاہا کہ صرف اس کے ایکشن کو نقل کرلوں لیکن آئن بوتھم نے اس کی وضاحت بہت خوبصورتی سے کی۔ بوتھم کہتے ہیں کہ ”مائیکل ہولڈنگ کی سب سے خطرناک تکنیک یہ نہیں تھی کہ وہ بہت شاندار گیند پھینکتا ہے۔ اس پر بھی کوئی دو رائے نہیں لیکن میں سمجھتا ہوں کہ جس طرح وہ رن اپ سے بلے باز پر چڑھ دوڑنے کے لیے آتا وہی ہیبت ناک ہوتا تھا۔“

1987ء کے دورے کے اختتام پر میں نے ہولڈنگ سے پوچھ ہی لیا کہ آپ کی گیندوں میں اتنا دھم کیسے آتا ہے تو اس نے بتایا کہ اس کے لیے اسے سخت محنت کرنا پڑی اور وہ اب بھی اس مشق کو نہیں چھوڑتا۔ وہ اپنے رن اپ کی کثرت سے مشق کرتا تھا۔ مجھے ہولڈنگ کی بات سمجھ آئی کہ بلے باز کو دہشت زدہ کرنے کے لیے رن اپ پر بھاگنا ایک اہم عمل ہے۔ عام طور پر فاسٹ باؤلرز اسے نظرانداز کردیتے ہیں۔ اس دن سے یہی چیز میری بھی مشق کا حصہ بن گئی۔ میں نے ہولڈنگ کی باؤلنگ کے ردھم اور ایکشن سے بہتر کوئی دوسرا باؤلر نہیں دیکھا۔ 70 کی دہائی میں ہولڈنگ کے ساتھ گارنر، کرافٹ، مارشل اور اینڈی رابرٹس جیسے شہرہ آفاق باؤلرز ٹیم کا حصہ ہوتے تھے اور اس ٹیم پر اس سے اچھا تبصرہ کوئی دوسرا نہیں ہوسکتا کہ ہولڈنگ ویسٹ انڈیز کے تیز باؤلرز میں رولز رائس کی طرح ہیں۔

میلکم مارشل

میں نے پہلی مرتبہ میلکم مارشل کو وارکشائر کاؤنٹی کی طرف سے کھیلتے دیکھا۔ پھر ایک وقت آیا جب میں مارک نکولس کی قیادت میں وارکشائر کے خلاف میدان میں اترا۔ ان دنوں مارشل کا طوطی بولتا تھا۔ وہ بہت خطرناک باؤلر کے طور پر جانے جاتے تھے۔ میں نے ہوم ورک کی صورت میں مارشل کی بہت سی ویڈیوز دیکھیں۔ اس کے علاوہ ونڈن کرکٹ میگزین میں ان کے بارے میں شائع ہونے والے مضامین بھی پڑے۔ ٹمی کرونئے کے گھر ہم سب کرکٹرز نے ان کی باؤلنگ کے شاندار سپیلز پر مشتمل ویڈیو ٹیپ دیکھی۔ یہ ویڈیو ویسٹ انڈیز بمقابلہ انگلینڈ کے کسی میچ پر فلمائی گئی تھی۔ اس کے بعد جب میں کاؤنٹی کھیلنے کے لیے آیا تو میں نے سارا دن میلکم مارشل کا رن اپ دیکھا۔ صبح وشام نیٹ میں نے گراؤنڈ کے کنارے نصب کھمبے کی آڑ میں اس تیز رفتار باؤلر کو دیکھا اور بہت کچھ سیکھا۔ وہ کوئی لمبے قد کا کھلاڑی نہ تھا لیکن وہ تیز رفتار تھا، ماہر تھا، اپنی دھن کا پکا اور گیند کو دونوں اطراف گھمانے کا ماہر۔ اس نے تین دنوں میں 11 وکٹ لیے۔ میں بلے بازی کے لیے کریز پر آیا تو وہ میرے پاس آئے اور کہا یہ تم ہی ہو جو کل مجھے مشق کرتے دیکھ رہے تھے۔ یاد رکھنا کھیل دیکھنے سے نہیں مشق کرنے سے آتا ہے۔ یہ کہہ کر وہ اپنے رن اپ کی طرف چلے گئے۔ جاتے جاتے گڈ لک بیٹے کہہ گئے۔ مجھے صرف دو گیندیں کھیلنے کا موقع ملا۔ دوسری ہی گیند پر میں نے پیچھے مڑ کر دیکھا تو میری دھجیاں بکھری پڑی تھیں۔ یوں پویلین واپس جاتے ہوئے ایک ہی بات کی سمجھ آئی کہ مہارت ہی سب کچھ ہے۔ 89 میں وہ اتنا تیز باؤلر نہ تھا لیکن پھر وقت کے ساتھ ساتھ وہ جارحانہ اور تیز ہوتا چلا گیا۔ مجھے یاد ہے کہ میلکم کا کپتان اس کی گیند پر فلیٹ وکٹ پر بھی تین سلپ لے کر فیلڈ سیٹ کرتا تھا۔

پھر 1999ء میں وہ افسوسناک دن آیا جب دنیا میں میلکم مارشل کی بیماری کی تشخیص ہوئی۔ ورلڈ کپ کے فوراً بعد ہی انہیں کینسر کے مرض کی اطلاع دی گئی۔ مجھے یاد ہے جب میں نے 1995ء میں انہیں ہیمپشائر کے لیے کھیلتے دیکھا تھا۔ میں نے سارا دن اسے باؤلنگ کرتے دیکھا اور شام کو اس نے مجھے وقت دیا۔ وہ بولتا جارہا تھا اور میں سنتا بلکہ سچ تو یہ ہے کہ اس کے سامنے بیٹھنے والے کو بولنے کا موقع ہی نہیں ملتا اس لیے کہ اپنے موضوع پر جتنی گرفت میلکم مارشل کو تھی وہ کسی کو نصیب نہ تھی۔ میلکم نے مجھے بتایا کہ کس طرح آسٹریلیا کے خلاف کیفین واش کیا۔ باؤلنگ کرواتے وقت اس کے ذہن میں کیا چل رہا ہوتا ہے۔ وہ بلے باز کی کمزوریوں کو کس طرح سمجھتا ہے۔ وہ اپنے فیصلے کس طرح کرتا ہے۔ میں نے اس نشست سے بہت کچھ سیکھا۔ میلکم نے اپنے کیریئر کا اختتام دو گیندوں سے کیا۔ کرکٹ کی تاریخ میں یہ دو گیندیں ہمیشہ یاد رکھی جائیں گی۔ میں نے کلائیو لائیڈ کی وہ فوٹو دیکھی جس میں وہ میلکم کی گیند پر زمین پر گرے پڑے ہیں یہ ایک کاؤنٹی میچ کا معرکہ تھا۔ اس سے عمدہ گیند شاید کسی نے نہ دیکھی ہو۔ دنیا اسے ایک عظیم باؤلر کے حوالے سے یاد کرتی ہے میرے لیے اس کا درجہ کسی استاد سے کم نہ تھا۔

کورٹنی والش

کورٹنی والش قد کاٹھ میں تو کرٹلی امبروز کے ہم پلہ تھے لیکن باؤلنگ میں ان کے مختلف حربے انہیں ممتاز بناتے ہیں۔ کورٹنی والش کی آنکھیں بہت کچھ دیکھتی ہیں اور بلے باز کی کمزوری کا تعاقب کرتے ہوئے اس سے فائدہ اٹھانے کا کوئی موقعہ ہاتھ سے جانے نہیں دیتی تھیں۔ وہ بلے باز پر نظر رکھتا اور جہاں موقع ملتا اسے پچھاڑنے سے نہیں چوکتا تھا۔ آپ اندازہ کریں کہ ایک اینڈ سے کورٹنی والش باؤلنگ کے جوہر دکھا رہا ہو تو دوسرے سے کرٹلی امبروز تو بلے باز کس قدر مشکل میں ہوگا۔ ایک میچ میں دونوں باؤلرز کی موجودگی میں 16 اوورز میں صرف 24 رنز بن پائے اور ایک کھلاڑی آؤٹ ہوا۔ اولڈ ٹریفورڈ کے میدان میں انگلینڈ اور ویسٹ انڈیز کے مابین میچ جاری تھا۔ ناصر حسین کی بلے بازی پورے جوبن پر تھی۔ ایک گیند پر ناصر حسین کریز پر اچھلے اور گیند کو بلے سے اٹچ دیا اور چار رنز اپنے کھاتے میں لکھوالیے۔ ہلمٹ کے پیچھے ناصر حسین کی دلکش مسکراہٹ والش کو یہ کہہ رہی تھی کہ دوبارہ ایسی ہی گیند کراؤ تاکہ ایک مرتبہ پھر اسے باؤنڈری کی سیر کرائی جائے۔ کورٹنی رن اپ کی طرف جاتے ہوئے رکے، پیچھے مڑ کر دیکھا اور ناصر حسین کو گھور کے دیکھا اور دوبارہ اپنے رن اپ مارک کی طرف چل دیئے۔ وہ پوری رفتار اور ردھم سے گیند کرانے آئے اور اتنی خوبصورتی سے سلو گیند کروائی کہ ناصر حسین دام میں آگئے اور کھیلنے کی غلطی کر گئے۔ نتیجے کے طور پر وہ اپنی وکٹ گنوا بیٹھے۔ والش اپنی دھن کا پکا کھلاڑی تھا اور اس کا عمل ہمیشہ اس کی کارکردگی کی زبان بولتا۔

جس طرح پاکستانی باؤلر وسیم اکرم اور وقار یونس کی جوڑی اپنے ملک کی فتح کی ضمانت ہوئی تھی، اسی طرح کورٹنی والش اور کرٹلی امبروز کی جوڑی دنیا کے بڑے بڑے بلے بازوں کی شراکت کو توڑنے میں اپنا مقام رکھتی تھی۔ دونوں سست نہ تھے لیکن جب جہاں چاہا گیند کو باؤنس کرالیا یا سلو ڈیلوری دے کر بلے باز کو جھانسے میں لاکر شکار کرلیا۔ بے شک وہ ایک خطرناک باؤلر تھا جس کو سمجھنے کے لئے تجربے کے ساتھ ساتھ ہوشیاری کی بھی ضرورت تھی۔

لیورا روبنسن...
عالمی نمبر 1 ٹینس پلیئر بننے کی خواہاں

برطانیہ کی ٹینس کھلاڑی لیورا روبنسن نے برطانیہ کی نمبر 1 کھلاڑی کا اعزاز حاصل کیا۔ اس پر مسرت موقع پر وہ کہتی ہیں کہ ''میں یہ تو نہیں کہوں گی کہ میں اس اعزاز کی مستحق تھی لیکن اتنا ضرور ہے کہ میں نے اسے پانے کے لیے سخت محنت کی اور مجھے میری محنت کا پھل مل گیا۔ اور اس کا ایک بڑا فائدہ یہ ہوا کہ مجھے ومبلڈن کھیلنے کا موقع مل رہا ہے۔ یہ سال کا بہترین ٹورنامنٹ ہے اور میں چاہوں گی کہ وہاں بھی اپنا نام سنہری حروف میں لکھا دیکھ سکوں۔ میری اس کامیابی کے پیچھے میری ماں کی دعاؤں کا اثر ہے۔ وہ بوڑھی عورت ہمیشہ میرے لیے نیک خواہشات کا اظہار کرتی ہے

اور مجھے اس سے بہت محبت ہے اس کے علاوہ یہ گرینڈ سلام چونکہ میرے اپنے ملک میں ہوا تھا اور مجھے یہاں کے عوام کی مکمل سپورٹ حاصل رہی جس سے میرا حوصلہ بلند رہا اور میں نے میدان مار لیا۔ اسی طرح کی سپورٹ ہمیں اولمپکس میں بھی ملی تھی۔'' لیورا روبنسن سے ان کے نام کے بارے میں پوچھا گیا تو وہ بتاتی ہیں کہ'' جب میں جونیئر کھلاڑی کے طور پر کھیلا کرتی تھی تو مجھے روبنسن ریچ بلایا جاتا تھا لیکن مجھے ریچ پسند نہ تھا۔ میں نے تصورات میں بہت سے نام پکارے تو ان میں ایک نام لیورا مجھے پسند آیا اور برٹش اوپن کھیلنے سے قبل میں نے اپنا نام لیورا روبنسن رکھ لیا۔'' ایک اور سوال کے جواب میں لیورا نے بتایا کہ عام طور پر ہوم کراؤڈ فائدہ دیتا ہے لیکن اس کے ساتھ ساتھ ان کی امیدوں پر پورا اترنا بھی ایک چیلنج بن جاتا ہے۔ مداحین جیت اور فتح کی امید لیکر سٹیڈیم آتے ہیں اور اگر نتیجہ برعکس آئے تو لوگ دل گرفتہ ہو کر میدان سے جاتے ہیں لہٰذا بہت مرتبہ اپنے مداحین کے چہروں پر خوشی کی لہر دیکھنے کے لیے غیر معمولی کھیل پیش کرنا پڑتا ہے اس کے لیے فٹ ہونا بہت ضروری ہوتا اور فٹنس کے لیے مجھے بہت سی قربانیاں بھی دینا پڑتی ہیں۔

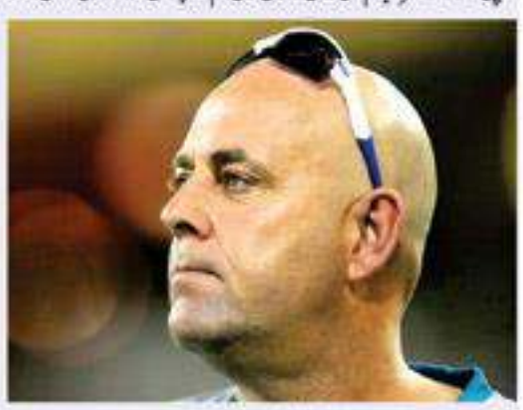
لیورا نے بتایا کہ میں نے اپنی کوچنگ کے لیے عارضی طور پر اینڈی مرے کے کوچ کی خدمات مستعار لیں جو میرے عزم کی عکاسی کرتا ہے۔ میں اپنی تمام کمزوریوں پر قابو پانا چاہتی ہوں اور آنے والے وقتوں میں خود کو دنیا کی نمبر 1 کھلاڑی کے طور پر سامنے لانا میرا خواب ہے جسے ہر صورت پورا کروں گی۔

لیورا روبنسن 21 جنوری 1994ء کو میلبورن آسٹریلیا میں پیدا ہوئیں تھیں۔ انہوں نے اپنے پروفیشنل کیریئر کا آغاز 2007ء میں (ITF) کی جانب سے شروع کیا تھا اور 14 سال کی عمر میں ویمبلڈن جونیئر گرلز چیمپئن شپ اپنے نام کرنے میں کامیاب ہوئیں۔ 10-2009ء میں وہ دو مرتبہ آسٹریلیا اوپن کے نائنل تک پہنچی اور 2008ء میں اس نے اپنا پہلا پروفیشنل ٹورنامنٹ بھی جیتا تھا۔ لیورا کے والد باسکٹ بال کے معروف کوچ تھے اور روزگار کی تلاش میں یہ خاندان سنگاپور آ گیا۔ اس وقت لیورا صرف چھ ماہ کی تھیں تاہم چھ سال کی عمر میں وہ اپنے والدین کے ہمراہ مستقل سکونت کے لیے انگلینڈ چلی آئیں۔ باسکٹ بال کے برعکس بچپن میں ان کا دھیان ٹینس کی طرف تھا۔ لیورا کی دلچسپی کو دیکھتے ہوئے ان کے والدین نے اسی کھیل میں حوصلہ افزائی شروع کر دی۔ چھوٹی عمر میں لیورا کو اینڈے مرے کے ساتھ اولمپک 2012ء میں وکٹوریہ ازرینکا اور کِم مرے کے خلاف میچ کھیلنے کا موقع ملا جس میں یہ جوڑی رنر اپ رہی۔ آئندہ دنیا کی نمبر 1 کھلاڑی ہونے کے سپنے سجانے والی لیورا سخت محنت کر رہی ہے اور محنت کبھی رائیگاں نہیں جاتی۔

ڈیرن لیمن بکھری آسٹریلوی ٹیم کو متحد کر دے گا۔ گلکرسٹ

ایڈم گلکرسٹ کا نام کسی تعارف کا محتاج نہیں۔ انہوں نے انٹرنیٹ کی سپورٹس سائٹ پر آسٹریلوی کوچ کی تبدیلی پر اپنے خیالات پر مشتمل درج ذیل مضمون لکھا جسے شائقین کی دلچسپی کیلئے پیش کیا جا رہا ہے۔

ایک لمحہ ہی پرتوں کے پل باندھ دیتا ہے کوئی لمحہ کامیابیوں کی نوید لیکر آتا ہے تو کوئی تباہیوں کی داستان رقم کر جاتا ہے۔ وہ ہفتے قبل مجھے نہیں لگتا تھا کہ ایشز سیریز کنگروز کیلئے کوئی اچھا ایونٹ ثابت ہوگا۔ کیونکہ بکھری ہوئی ٹیم ایک اور شکست سے ڈالتوں کے نئے گڑھوں میں گر سکتی ہے۔ عام طور پر نئے کوچ کے ابتدائی ہفتے تو ہنی مون پیریڈ ہوتا ہے لیکن میری یہ منصوبہ رائے ہے کہ لیمن ہنی مون منانے کی بجائے آسٹریلوی ٹیم کو متحد کرنے میں کامیاب ہو جائیں گے۔ مجھے ڈیرن لیمن کے ساتھ کام کرنے کا موقع ملا تھا۔ اس میں کوچنگ کرنے کے گر بھرے پڑے ہیں۔ وہ جانتا ہے کہ کس کی صلاحیت کو کیسے اجاگر کرنا ہے اور کس کی خامی کو خوبی میں بدلنا ہے۔ ڈیرن نے پہلی مرتبہ آئی پی ایل میں بطور کوچ اپنی خدمات سرانجام دی تھیں۔ میں اس ٹیم کا کپتان تھا اور اسی سال کنگز الیون نے آئی پی ایل کا میدان مار لیا تھا۔



ڈیرن ہمیشہ دوستانہ ماحول بناتے ہیں اور کھلاڑیوں کو دباؤ سے نکالنے میں کامیاب رہتے ہیں۔

آج کرکٹ کھیلنا آسان نہیں رہا یہ ایک ایسی سائنس ہے جس میں نت نئے تجربوں نے کھلاڑیوں کیلئے کئی مشکلات کھڑی کر دی ہیں۔ کوئی مستقل ہیرو نہیں ہے ایک میچ میں ایک ہیرو ہے تو دوسرے میں کوئی دوسرا اور کوچ کا کام یہ ہے کہ وہ اپنے ہیرو کے میچ کو برقرار رکھے۔ ڈیرن لیمن پرانی طرز کا کھلاڑی ہے لیکن اس کا دماغ کرکٹ کے نئے آئیڈیاز سے بھرا پڑا ہے۔ آپ کسی پریکٹس سیشن کو جادوئی نہیں بنا سکتے لیکن ڈیرن سیشن کو سحر انگیز بنا دیتا ہے اور پریکٹس کے بعد ہر کھلاڑی محسوس کر رہا ہوتا ہے کہ اس کے پاس اب کھیلنے کو نئی ٹیکنیک اور جذبہ ہے۔

2009ء میں انٹرا اسکواڈ پریکٹس میں ڈیرن نے تجویز دی کہ برفیلے پانی میں کود کر ہمسائی درجہ حرارت کو بہتر بنایا جائے۔ کھلاڑی ایک دوسرے کا منہ دیکھنے لگے کہ آئس باتھ کیسے لیا جائے۔ تھوڑی دیر بعد دیکھا تو ڈریسنگ روم سے ڈیرن نیکر پہنے آئے اور ٹھنڈے پانی میں چھلانگ لگا دی اور زور سے پکارا اگر میں برفیلے پانی میں ہوں تو تم لوگ کیوں نہیں اگرچہ یہ تجویز قہقہوں میں اڑا دی گئی لیکن ایک بات واضح ہوئی وہ جو کہتے پہلے کر کے دکھاتے اور اس طرح کھلاڑی کا حوصلہ بڑھا۔ وہ پریکٹس سیشن میں خوشگوار موڈ میں آتے۔ لطیفے سناتے اور اپنے مطلب کا ہدف مقرر کر کے کھلاڑیوں کے پسینے بھی چھڑا دیا کرتے ہیں۔

گریم سوان آسٹریلیا کے بائیں ہاتھ کے بلے بازوں کیلئے مشکل کھڑی کریں لیکن اس کے ساتھ ساتھ انگلینڈ کی بیٹنگ لائن میں کئی خامیاں ہیں جن کی نشاندہی کر کے ڈیرن اپنے باؤلرز کو تیار کریں گے اور ڈیرن آسٹریلیا کی ٹیم کے پیچھے ایک خاموش مگر بہت بڑی طاقت ہوگا۔

برطانوی پروفیشنل باکسر.... کیتھی براؤن

ایک یتیم بچے کا چیمپئن بننے تک کا سفر

کیتھی براؤن سابق پروفیشنل برطانوی باکسر ہیں جو 28 جولائی 1970ء کو پیدا ہوئیں۔ اس وقت وہ کوچ اور سپورٹس تھراپسٹ کے طور پر اپنی خدمات سرانجام دے رہی ہیں۔ وہ براؤ کاسٹر کے علاوہ بہترین فوٹوگرافر بھی ہیں۔ اپنے کیریئر میں اس نے 9 اعزازات کیلئے باکسنگ کے مقابلے کیے اور جب باکسنگ سے ریٹائرڈ ہوئیں تو ان کے کھاتے میں WBF یورپین فلائی ویٹ اور BBB کے باتھم ویٹ کے اعزاز شامل تھے۔ وہ عالمی سطح پر رینکنگ کے اعتبار سے نمبر 3 کھلاڑی قرار پائیں۔ کیتھی ان دنوں لندن کے مشہور سپورٹس کمپلیکس سے منسلک ہیں جہاں بڑوں کے ساتھ ساتھ بچوں کو بھی باکسنگ کی تربیت دی جاتی ہے۔ کیتھی اپنی نرم مزاجی کی وجہ سے ''دی سول ٹرینٹر'' کے طور پر جانی جاتی ہیں وہ عورتوں اور مردوں کی صحت سے متعلق ہیلتھ میگزین میں باقاعدگی سے لکھتی بھی ہیں اس کے علاوہ کھیلوں اور تندرستی کے حوالے سے ریڈیو اور ٹیلی ویژن پر مختلف پروگرام پروڈیوس بھی کرتی ہیں۔

کیتھی کی زندگی میں بہت سی خفیاں تھیں۔ پیدا ہوتے ہی اسے یتیم خانے بھرتی کروا دیا گیا۔ پھر ایک بے اولاد جوڑے نے کیتھی کو گود لے لیا اور اس کی زندگی میں ایک خوشگوار تبدیلی آئی۔ اس کے منہ بولے والدین اس کا بہت خیال رکھتے تھے۔ 1992ء میں وہ لندن منتقل ہوئیں تا کہ فوٹو گرافی میں اپنا مستقبل تلاش کر سکے۔ کیتھی نے بطور فوٹوگرافر 1998ء تک کام کیا۔ 1992ء میں مشغلے کے طور پر باکسنگ شروع کی اور تین ماہ بعد اس کے کوچ نے اسے بتا دیا کہ اگر تم دلجمعی سے باکسنگ سیکھو گے تو تمہارا مستقبل بہت ہی تابناک ہوگا۔ اس دن کے بعد جیسے کیتھی کی زندگی ہی بدل گئی۔ وہ دن رات محنت میں جت گئی۔ باکسنگ کی تیکنیک کو بہتر بنانے کیلئے اس نے اپنے کوچ کی ہدایات پر دل و جان سے عمل کیا یہی وجہ ہے کہ اپنے پہلے مقابلے سے 25 فائٹس تک وہ ناقابل شکست رہی۔

کیتھی نے 1998ء میں اپنا پروفیشنل باکسنگ لائسنس حاصل کیا۔ اپنی کامیابی کے حصول کیلئے اس نے میڈیا پر وہ تمام حربے استعمال کیے جس سے وہ خبروں کی زینت بنی۔ لیکن اس کے باوجود کیتھی کے مالی حالات بہتر نہ ہو سکے چنانچہ اسے ''دی تھرڈ سیس'' میں بطور ٹرینر جاب کرنا پڑی۔ کیتھی نے اپنے پہلے مقابلے میں بلجیم کی ویرلی براسٹنکس کو اکتوبر 1999ء میں شکست دی اور جولائی 2000ء میں یورپین فلائی ویٹ افراز بھی اپنے نام کیا۔ جون 2002ء میں وہ WIBE کے اعزاز کیلئے میدان میں اتری لیکن مناسب کوچنگ کی کمی کی وجہ سے یہ مقابلہ ہار گئی۔ اس ہار نے کیتھی کی زندگی پر بڑے گہرے اثرات مرتب کیے اس نے اپنا کوچ بدل لیا اور ڈیوڈ ہے کو نئی ذمہ داری سونپی۔ 2005ء میں اٹلی میں اس کی فائٹ دوبارہ سٹیفن بناچائی سے ہوئی لیکن وہ پھر شکست خوردہ رہی لیکن اس نے ہمت نہ ہاری۔ 24 ستمبر 2006ء کو کیتھی ان تھک محنت کے بعد جولیٹ ونٹر کو انگلش ویلٹر باکسر کے ٹائٹل میں شکست دینے میں کامیاب ہوئی۔ اس فتح سے وہ BBB آف C کی چیمپئن قرار پائیں۔ اس فتح پر اس کے پروفیشنل کیریئر کا خاتمہ ہوا اور وہ ریٹائر ہو کر کوچنگ اور کھیلوں کے فروغ سے منسلک ہو گئی۔

ریکارڈ کی دنیا

جفت اعداد میں سکورنگ

چیمپئنز ٹرافی کے ابتدائی میچ میں ویسٹ انڈیز کے خلاف کھیلتے ہوئے پاکستان نے جتنے بھی رنز بنائے وہ جفت اعداد میں تھے یہاں تک کہ ایکسٹرا رنز بھی جفت ہی تھے۔ اوول میں کھیلا جانے والا یہ 3364 واں ون ڈے میچ تھا اور پاکستان کی اننگز کے تمام رنز جفت میں تھے، اسی طرح کا ملتا جلتا ایک ریکارڈ اور بھی ہے جو پاکستان کے ہی کھاتے میں لکھا گیا۔ 1980ء میں کراچی میں ہونے والے ایک میچ میں تمام بلے بازوں نے جفت اعداد میں ہی سکور کیے تھے لیکن ایکسٹرا رنز 11 تھے۔ کرکٹ کی تاریخ میں یہ انوکھی بات ہے۔

9 میچز میں 25 وکٹیں

نیوزی لینڈ کے لیفٹ آرم فاسٹ باؤلر مچل میک کلیناگن نے 9 میچز میں 25 وکٹیں لے کر ریکارڈ بنایا ہے۔ اس سے قبل ریان ہیرس اور اجنتھا مینڈس نے دس، دس اننگز اجیت اگرکر اور وائن برانے 11 وکٹ لیے ہوئے ہیں۔ اگرکر، ہیرس اور مینڈس 13 میچز میں 30 وکٹیں لے چکے تھے۔ البتہ مینڈس کو یہ اعزاز حاصل ہے کہ اس نے ایک ODI میچ میں 9 وکٹیں لیں۔

لیفٹ آرم سپنر کی 20 وکٹیں

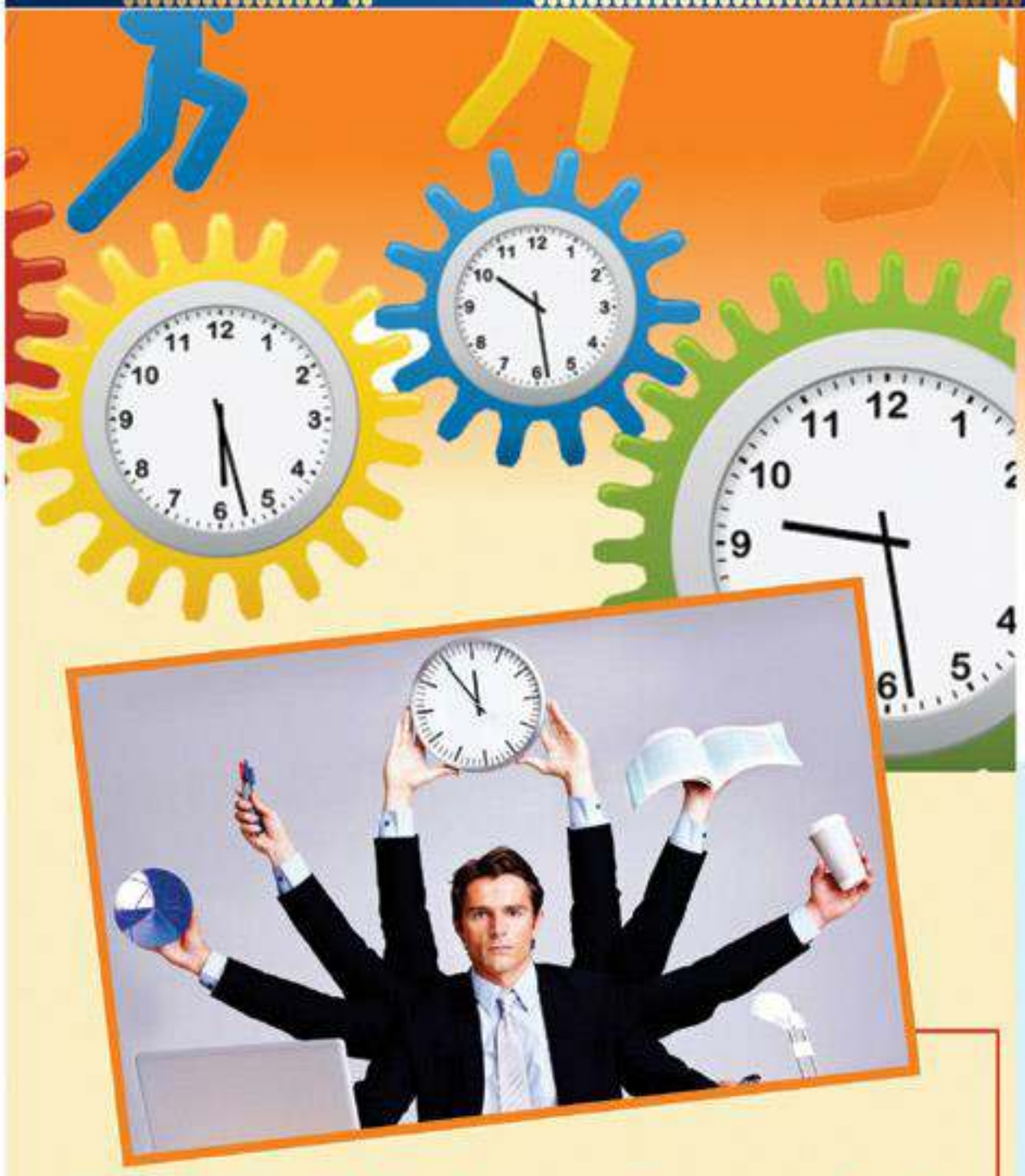
رنگانا ہیرتھ نے حال ہی میں اپنی 200 وکٹیں مکمل کیں۔ 200 ویں وکٹ بنگلہ دیش کے کپتان مشفق الرحیم کی وکٹ تھی جو مارچ میں کولمبو میں ہونے والے ٹیسٹ میچ میں کھیل رہے تھے۔ ہیرتھ دنیا کے چوتھے لیفٹ آرم باؤلر ہیں جنہوں نے 200 کا ہدف پایا۔ بھارت کے بشن سنگھ بیدی 266 وکٹ، ڈیرک انڈروڈ 297، اور ڈینل وٹوری نے 360 وکٹ حاصل کیے ہیں۔ مرلی دھران 795 اور وقار یونس کی 355 وکٹوں کے ساتھ نمایاں ہیں۔

کم عمری میں ٹیسٹ کیریئر کا خاتمہ

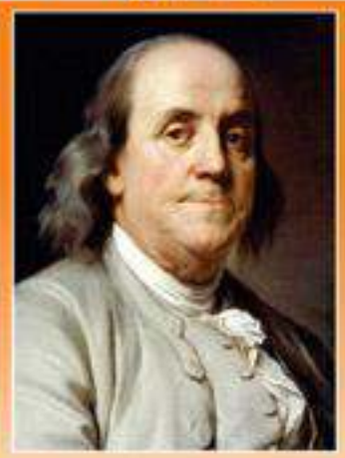
پاکستان کے خالد حسین وہ واحد کھلاڑی ہیں جن کا 16 سال اور 350 دن کی عمر میں ٹیسٹ کیریئر اختتام کو پہنچا۔ ان کی 17 ویں سالگرہ میں چند دن باقی تھے کہ وہ انگلینڈ کے خلاف ٹیسٹ میچ کھیلے۔ انہوں نے ڈینس کیمپوئن کو آؤٹ کیا جو کہ 278 رنز بنا چکے تھے۔ خالد حسین کا یہ پہلا اور آخری ٹیسٹ میچ تھا۔ انہوں نے 21 اوورز میں 116 رنز دے کر 2 کھلاڑی آؤٹ کیے۔ یہ ٹیسٹ میچ 1954ء میں ٹرینٹ برج میں کھیلا گیا تھا۔ اس کے علاوہ بھارت کے سنجیوا ویر بلگو لیگ سپنر بھی اپنی 18 ویں سالگرہ سے قبل کرکٹ کے کیریئر کا خاتمہ کر چکے ہیں۔ انہیں 1985ء میں سری لنکا کے خلاف کولمبو میں کھیلے جانے والے ٹیسٹ میچ میں ٹیسٹ کیپ دی گئی۔ یہ ان کا پہلا اور آخری ٹیسٹ تھا۔ اسی طرح کا ایک اور ریکارڈ پاکستان کے پاس ہے۔ 17 سالہ یاسر کو 2003ء میں بنگلہ دیش کے خلاف ملتان ٹیسٹ میں کھیلنے کا موقع دیا گیا۔ ون ڈے سنچری میں دو ئی کے رام ویرائے اور ہمرومورا کے میک لیرن سمتھ نے بھی 16 سال کی عمر میں اپنا پہلا ون ڈے میچ کھیلا۔ پاکستان کے حسن رضا نے بھی 18 ویں سالگرہ سے پہلے پاکستان کی طرف سے 16 ون ڈے میچ کھیلے ہیں۔

سنچری میچز کھیلانے والے ایمپائرز

صرف دو ایمپائر ایسے ہیں جنہوں نے 100 ٹیسٹ میچز میں ایمپائرنگ کے فرائض سرانجام دیئے۔ ان میں ایک جمیکا کے سٹیو بکنر اور دوسرے جنوبی افریقہ کے روڈی کورٹزن ہیں۔ دونوں نے بالترتیب 128 اور 108 میچوں میں اپنے فرائض سرانجام دیئے تھے۔ بھارت کے سری نیواس وینکٹ راگھوان نے بھارت کی طرف سے 57 ٹیسٹ کھیلے اور 72 میچز میں ایمپائرنگ کی۔ سری لنکا کے رانجن مدوگالے نے 21 ٹیسٹ میچ کھیلے اور 141 میچز میں ایمپائرنگ کی۔ ویسٹ انڈیز کے کلائیو لائیڈ 53 میچز میں ریفری بنے جبکہ انہوں نے 110 ٹیسٹ میچ کھیلے تھے۔



ٹائم مینجمنٹ کے لیے بنجمن فرینکلن کی بہترین عادات



ن۔م

کامیابی حاصل کرنے کے لیے زندگی پر کنٹرول کرنا ضروری ہے اور زندگی پر کنٹرول کرنے کے لیے وقت پر کنٹرول ہونا چاہیے۔ وقت کو بہترین انداز میں استعمال کرنا ہی مہارت ہے۔ کامیابی کا ایک اہم کلیہ ٹائم مینجمنٹ ہے۔ کامیاب لوگ اپنے وقت کو بہترین انداز اور اعلیٰ مقاصد کے حصول کے لیے استعمال کرتے ہیں۔ زندگی میں وہی لوگ کامیاب ہوتے ہیں جن کے پاس اپنے تمام کاموں کی انجام دہی کے لیے وقت ہوتا ہے اور وہ کبھی بھی وقت کی کمی کا رونا نہیں روتے۔ گھڑی کی سوئیاں اپنی مخصوص رفتار کے ساتھ رواں رہتی ہیں وہ کسی فرد کے اپنے ساتھ ہم آہنگ ہونے کا انتظار نہیں کرتیں اس لیے یہ بات تو طے ہے کہ وقت کبھی بھی ملا نہیں کرتا بلکہ اسے حاصل کیا جاتا ہے۔ ایسے لوگ جو زندگی میں نام پیدا کرتے ہیں اور کامیاب زندگی گزارتے ہیں ان کے پاس بھی ایک دن میں چوبیس گھنٹے ہی ہوتے ہیں اور ایسے افراد کے پاس بھی جو وقت کی کمی کا راگ الاپتے رہتے ہیں۔ کامیاب افراد ایک طے کردہ اصول کے مطابق اپنے وقت کو اپنے کاموں میں صرف کرتے ہیں اور عظیم کامیابیاں حاصل کرتے ہیں۔ ان کے لیے وقت ایک بے لگام گھوڑے کی مانند ہوتا ہے جو سرپٹ دوڑتا رہتا ہے اس لیے اس گھوڑے کی لگام تھامنے کے لیے سمجھدار افراد اپنے وقت کو غیر ضروری چیزوں میں ضائع نہیں کرتے۔ وقت نہایت قیمتی متاع ہے۔ اس کی اہمیت دولت سے کہیں زیادہ ہے۔ دولت کو دوبارہ بھی حاصل کیا جاسکتا ہے لیکن جو وقت ایک بار گزر جاتا ہے اسے دوبارہ واپس لانا انسان کے دائرۂ اختیار میں نہیں ہے۔ جس طرح ایک برف پگھل کر ضائع ہوجاتی ہے اور اس کا وجود ختم ہوجاتا ہے اسی طرح گزرا ہوا وقت بھی نہ تو محفوظ کیا جاسکتا ہے اور نہ ہی اسے کسی بھی طرح روکا جاسکتا ہے۔ ایک مشہور فاتح نپولین بوناپارٹ نے ایک نہایت خوب صورت بات کہی تھی کہ ”میں ایک جنگ ہار سکتا ہوں لیکن اپنا ایک منٹ کسی بھی صورت نہیں ہار سکتا یا ضائع کرسکتا“ اس جملے سے بھی وقت کی اہمیت پوری طرح عیاں ہوجاتی ہے۔ اس لیے جو لوگ چاہتے ہیں کہ وہ زندگی میں نمایاں مقام حاصل کریں اور کبھی بھی وقت کی کمی کا شکار نہ ہوں وہ اپنے وقت کو بہترین انداز میں گزارنے کے گر سیکھیں۔

تقریباً تین سو سال قبل بنجمن فرینکلن نے ٹائم مینجمنٹ اور وقت گزارنے کی عادات کو تبدیل کرنے کے لیے ایک نیا نقطہ نظر پیش کیا۔ اس عظیم دانشور نے اپنی سوچ کو عملی جامہ پہنانے کے لیے 12 امتیازی اقدار کی فہرست ترتیب دی اور ان کی ایک مختصر اور جامع تعریف تیار کی۔ یہ خصوصیات کردار کا وہ اہم امتیازی رنگ تھیں جن کا فقدان اس نے اپنی ذات میں محسوس کیا تھا۔ وہ جانتا تھا کہ ان عادات کی وجہ سے زندگی میں مثبت تبدیلی پیدا کی جاسکتی ہے۔

فرینکلن نے اپنی فہرست میں ترتیب وار ہر نقطے پر ایک ہفتہ عمل کیا۔ صبح کے وقت وہ یہی سوچنے میں گزارتا تھا کہ پورا دن کس طرح اس نئی عادت کو مضبوط بنایا جاسکتا ہے۔ سارا دن وہ اس نئی عادت کے متعلق خود کو بار آور کرواتا رہتا اور دن کے اختتام میں یہ تجزیہ ضرور کرتا کہ آج وہ کتنی بار اپنی پرانی عادت کی طرف متوجہ ہوا تھا۔

فرینکلن یہ کرنے کے بعد بہت حیران ہوا کہ پہلے وہ کتنے غلط انداز سے اپنے وقت کو گزار رہا تھا۔ اس نے 12 بختوں پر مشتمل اس فہرست پر پورا اترنے کے عمل کو سال میں چار بار دہرایا اس نے اپنی سوانح عمری میں لکھا ہے کہ اس نے بہت بہتری محسوس کی اور ان عادات نے اس کی زندگی کافی تبدیل کرکے رکھ دی۔

جدید ماہرین نفسیات نے فرینکلن کے عادات میں تبدیلی کے تین سو برس پرانے طریقہ کار سے تین اہم بنیادی نکات اخذ کیے ہیں۔

۱۔ اس نے نئے رویے کے ساتھ مصروف عمل رہنا شروع کردیا تھا۔

۲۔ ایک وقت میں ایک ہی عادت پر کام کیا۔

۳۔ اس کے علاوہ اس نے یاددہانی کے لیے انہیں تحریری طور پر ساتھ رکھا۔

بنجمن فرینکلن کے طریقہ کار پر عمل درآمد

یہاں آپ کے لیے اس سال کو بہتر بنانے کے لیے عادات کی تبدیلی سے متعلق وہ تجاویز دی جارہی ہیں جن پر آپ اپنی مرضی سے عمل پیرا ہوسکتے ہیں۔ آپ جو بھی کرنا چاہیں اس کے لیے اس بات کا خیال رکھیں کہ بنجمن فرینکلن کے طریقہ کار کو استعمال کرتے ہوئے ہر ہفتے ایک ہدایت پر ہی کام کریں۔

1. مستعد ہونے کی کوشش

جہاں تک ممکن ہوسکے اپنی ذات سے مخلص ہونے کی کوشش کریں۔ آپ کیا چاہتے ہیں؟ کیا کررہے ہیں اور کیوں کررہے ہیں؟ یہ بات آپ پر اچھی طرح واضح ہونی چاہیے۔ جب آپ ان سوالات کے جوابات تلاش کرلیں گے تو یقینی طور پر آپ اپنے وقت کو بہترین انداز میں گزارنے کے قابل ہوسکیں گے۔

2. قابل بھروسہ رشتوں کی طرف داری

وہ تمام افراد جو آپ کی زندگی میں اہمیت رکھتے ہیں اور جن پر آپ بھروسہ رکھتے ہیں ان سے اپنے رشتے کو مضبوط بنانے کے لیے اپنی تمام تر کوششیں صرف کردیں اور اس بات کو بھی یقینی بنائیں کہ وہ لوگ بھی آپ پر نہ صرف اعتماد کریں بلکہ آپ کی اہمیت سے آگاہ ہوں۔

3. ایسا طرز زندگی اپنائیں جو آپ کو توانائی بخشے

دن بھر خود کو توانا رکھنے کے لیے ایک ہفتے میں کم از کم تین بار پرسکون ماحول میں ورزش کریں۔ ہلکا پھلکا کھانا کھائیں۔ اور زیادہ سے زیادہ نیند لیں۔ اپنی حیاتیاتی تبدیلیوں کو دیکھتے ہوئے دن بھر کا معمول منظم کریں۔

4. جسمانی صحت کے مطابق معمولات ترتیب دیں

باقاعدگی سے دن بھر میں اپنی جسمانی اور ذہنی توانائی کی سطح میں اتار چڑھاؤ پر توجہ دینے کی عادت اپنائیں اور اس کی بنیاد پر حاصل ہونے والے نتائج کی روشنی میں اپنے اہداف کو پورا کرنے کے لیے معمولات ترتیب دیں۔

5. کم ترجیحات طے کریں اور اس پر سختی سے جمے رہیں

ایک وقت میں زیادہ سے زیادہ صرف دو چیزوں کا انتخاب کریں جو آپ کی اولین ترجیح ہوں اور ان پر کام کرنے کے لیے وقت طے کریں اور اس کا لائحہ عمل ترتیب دیں۔

6. جو چیزیں آپ کی ترجیحات سے مطابقت نہیں رکھتیں انہیں تبدیل کردیں

ایسی تمام باتیں جو آپ کی ترجیحات اور اہداف کو پورا کرنے کی راہ میں رکاوٹ ثابت ہوتی ہیں انہیں فوری طور پر اپنے معمولات سے خارج کردیں۔ اس طرح یقیناً آپ بہت اچھا محسوس کریں گے۔

7. خصوصی کوشش کے لیے علیحدہ سے وقت مقرر کریں

صرف ایک چیز پر کام کرنے اور اس پر توجہ مرکوز کرنے کی کوشش کرنے کے لیے روزانہ ایک معمول ترتیب دیں اور اس کے لیے علیحدہ سے وقت نکالنے کی کوشش کریں۔

8. بہتر اور تیز رفتاری سے کام کرنے کے طریقوں کی تلاش

ہمیشہ بہتر اور تیزی سے کام کرنے کے طریقے تلاش کریں۔ اپنے اہداف کو پورا کرنے کے لیے بار بار کوشش کریں اور اس کی نگرانی کرتے رہیں اس کے ساتھ ساتھ اس کو بہتر طور پر انجام دینے کے لیے نئے راستوں کی تلاش بھی جاری رکھیں۔

9. غلط طریقہ کار اپنائیں

ایک حتمی طریقہ کار طے کریں جس کے تحت آپ کے ادھورے کام آپ کی توجہ کے بغیر بھی پایہ تکمیل تک پہنچ سکیں۔

10. مسائل کی نشاندہی اور ترجیحی بنیاد پر حل کی کوشش

یہ سوچنے کے لیے ایک وقت مقرر کریں کہ آپ کو کون سی پریشانیاں لاحق ہیں اور جس قدر ہوسکے تمام مشکلات کا بہادری سے سامنا کریں اور انہیں حل کرنے کی کوشش کریں۔

11. کام کی تقسیم اور ایک وقت میں ایک کام پر زور

اپنے مقاصد کو کام کی چھوٹی اکائیوں میں تقسیم کریں اور ایک وقت میں ایک ہی اکائی پر کام کریں۔ کوشش کریں کہ آپ کے اہداف پر زیادہ سے زیادہ کام آپ کی نگرانی میں ہی ہو۔ اس کے علاوہ بڑے مقاصد کے لیے خواب دیکھنے سے پرہیز کریں۔

12. اہم کاموں کی ترجیحی بنیادوں پر تکمیل

جو کام اہم ہے اسے فوراً مکمل کریں اور جو زیادہ قابل قدر یا اہم نہیں ہے اسے وقتی طور پر ترک کردیں۔ کبھی بھی اس کام کو پایہ تکمیل تک پہنچنے سے نہ روکیں جسے آپ نہایت اہم سمجھتے ہیں یہاں تک کہ آپ کو اس کے ختم کرنے کی یا ادھورا چھوڑنے کی کوئی مناسب وجہ نہ مل جائے۔

صرف 30 دِن میں

قد بڑھائیں

جتنا آپ چاہیں

32 سال کی عمر تک اب آپ بھی اپنے قد میں "5 تا "8 تک اضافہ کر سکتے ہیں

مکمل کورس پیکنگ 1 ماہ

Rs.1200

چھوٹے قد والوں کیلئے بڑی خوشخبری

کیا چھوٹے قد اور کمزور صحت کی وجہ سے اکثر آپ کے بیٹے اور بیٹیوں کے رشتے نہیں ہو پاتے۔ کیا چھوٹے قد کی وجہ سے آپ سسرال اور شوہر کے طعنوں کا شکار ہو کر پریشان ہیں۔ کیا آپ کو چھوٹے قد اور کمزور جسم کی وجہ سے نوکری نہیں مل رہی۔ چھوٹے قد اور کمزور صحت آپ کی صلاحیتوں کو زنگ لگا دیتے ہیں تو پریشان ہونا چھوڑ دیں

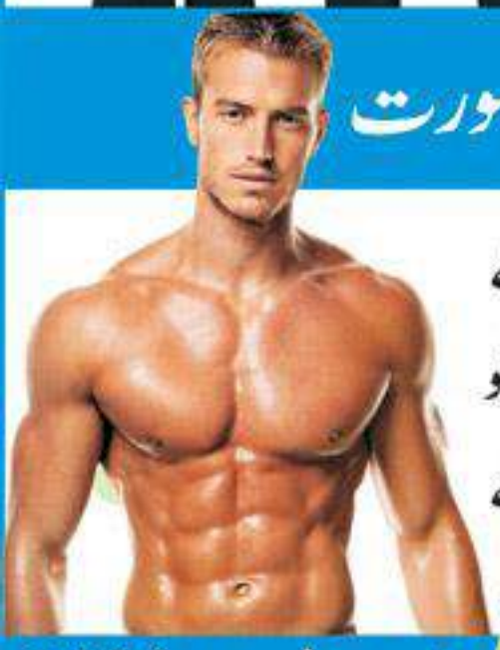
گھر بیٹھے میڈیسن منگوانے کیلئے رابطہ کریں 0331-7770707 - 0332-7770707

کالی رنگت سے چھٹکارا۔۔۔۔! ایمان گولڈ کورس Rs.1200

چہرے کے دانے، داغ دھبے، چھائیوں، کالی رنگت ہر قسم کے داغوں کا مستقل علاج، صرف ایک ماہ کے استعمال سے آپ کی رنگت نکھر جائے گی اور آپ اپنی گوری رنگت کو محسوس کیئے بغیر نہ رہ سکیں گے۔

گھر بیٹھے میڈیسن منگوانے کیلئے رابطہ کریں 0331-7770707

پچکے گال، کمزور جسم چند دِن میں موٹا اور خوبصورت

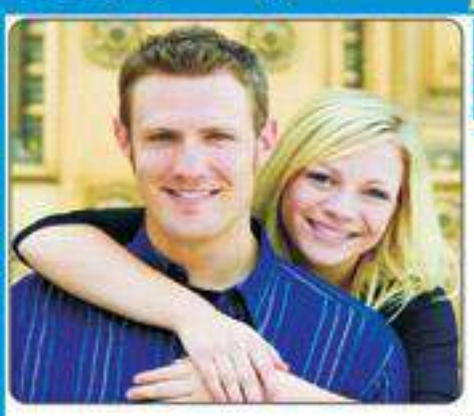


جسم کو سمارٹ، پرکشش اور خوبصورت بنائے، چہرے کے ڈینٹ نکال کے خوبصورت اور گول بنائے ہڈیوں کو کیلشیم فراہم کر کے، بھوک بڑھائے، غذا کو جذو بدر بنا کر خون کے سرخ ذرات میں اضافہ کرے کمزور جسم کو موٹا کر کے پتلے پن سے ہمیشہ کیلئے نجات دلائے

فائدہ نہ ہو تو رقم واپس

گھر بیٹھے میڈیسن منگوانے کیلئے رابطہ کریں 0344-7776660

فاسٹ فیٹ -1200



کمزور جراثیم، بانجھ پن اور ہر طرح کی کمزوری کا مکمل علاج

بے پناہ طاقت فوری رزلٹ

کستوری کورس

ماہرین کی کاوشوں کا نچوڑ، ایک ایسا ذو داثر فارمولا جس سے اب تک ہزاروں مریض صحت یاب ہو چکے ہیں بے اولاد حضرات کیلئے پیغامِ شفاء مایوس اور لا علاج مریض ایک دفعہ کستوری کورس ضرور استعمال کریں

قیمت 1500 روپے

گھر بیٹھے میڈیسن منگوانے کیلئے رابطہ کریں 0344-7776660

نہ ڈائیٹنگ نہ پرہیز نہ ورزش

موٹاپا ختم، بڑھا ہوا پیٹ جسمانی فالتو چربی گارنٹی سے ختم

- پیٹ کی فالتو چربی اور جسم کا بھاری پن دور کرتا ہے۔
- معدہ جگر کی خصوصی اصلاح کر کے بھوک کی کمی گیس اور قبض دور کرتا ہے۔
- موٹے بھدے بے ڈول جسم کو دُبلا پتلا اور سڈول بناتا ہے۔
- "5 تک کمر کم کر کے یورک ایسڈ اور جوڑوں کا درد ختم کرتا ہے۔

پیکنگ 1 ماہ سلم کورس قیمت 1200

پیکنگ 1 ماہ سلم پلس کورس قیمت 2200

گھر بیٹھے میڈیسن منگوانے کیلئے رابطہ کریں 0302-7776660

شوگر کا علاج کل نہیں آج

شوگر کے مریضوں کیلئے میٹھی سی خوشخبری

نہ پرہیز نہ احتیاط

شوگر یا تو موت دیتی ہے یا موت جیسی زندگی

لیبلے کا علاج کروائیں اور زندگی صحت مند اور تندرست گزاریں

شوگر جیسی مہلک بیماری سے ہمیشہ کیلئے نجات، شوگر کی وجہ سے ہونے والی بیماری خرابی خون ہاتھ پاؤں کی انگلیوں کا خراب ہونا، پنڈلیوں کا درد، جوڑوں کا درد، طاقت کی کمی، سستی کا مکمل علاج، اپنی کھوئی ہوئی پر مسرت ازدواجی زندگی کو دوبارہ شروع کریں، ذیابطیس شکری آنے میں یہ دوا مفید ہے اور بار بار پیشاب آنے کو مکمل کنٹرول کرے، شوگر کو چند دِن میں کنٹرول کر کے لیبلے کے افعال کو درست کرے اور انسولین کی پیداوار کو بڑھائے

شوگر کیئر کورس

Rs.1600

گھر بیٹھے میڈیسن منگوانے کیلئے رابطہ کریں

گھر بیٹھے میڈیسن منگوانے کیلئے رابطہ کریں 0306-7776660 - 0336-7776660

Stop Addiction

پورے دُنیا میں کامیابی کے بعد اب پاکستان میں بھی دستیاب ہے

نشے سے چھٹکارا۔ زندگی کو سہارا

کیا آپ نشے کی وجہ سے بڑی صحبت کا شکار ہو چکے ہیں

کیا نشے کی بری عادت آپ کو بے چین کرتی ہے کیا آپ نشے کی بری عادت چھوڑنا چاہتے ہیں

کیا آپ یا آپ کا کوئی دوست یا رشتہ دار اس بری عادت میں مبتلا ہے

نشے سے علاج کا فیصلہ کل نہیں آج

ابھی طلب کریں

Stop Addiction

نشے کی وجوہات گھریلو جھگڑے، بری سوسائٹی، احساس کمتری جوا، بری عادتیں، ضد وغیرہ کا مکمل علاج

اسپیشل رمضان آفر قیمت 2500 کورس قیمت 4200

یہ پروڈکٹ گھر بیٹھے حاصل کرنے کیلئے اِس نمبر پر رابطہ کریں

0341-7777000 , 0342-7777000

جیلوں میں رہنے والے معصوم بچوں کے لیے نئی امید

پشپا بسنت

"ہیرو آف دی ایئر" اور ELGA یوتھ ایوارڈ کی حامل نیپالی خاتون کی کہانی

اے ایس ہاشمی

نیپال کی پشپا بسنت کو معروف نشریاتی ادارے CNN نے "ہیرو آف دی ایئر" قرار دیا ۔ یہ فیصلہ پبلک ووٹوں کے نتائج کی روشنی میں کیا گیا۔ جیلوں میں بند قیدیوں کے بے گناہ بچوں کی رہائی اور ان کے روشن مستقبل کی تعمیر کے لیے پشپا بسنت کی جانب سے کی جانے والی ان تھک کوششوں اور خدمات کا اعتراف کرتے ہوئے لوگوں کی بڑی تعداد نے ان کے حق میں ووٹ دیا۔ ایوارڈ دینے کی تقریب لاس اینجلس میں منعقد ہوئی جہاں پشپا بسنت کے علاوہ دیگر 9 ٹاپ CNN ہیروز کو بھی "ہیرو آف دی ایئر" کا ایوارڈ دیا گیا۔ اس تقریب میں پشپا کو 250,000 امریکی ڈالر کا کیش بھی دیا گیا۔ 29 سالہ پشپا نے اس موقع پر کہا "جیل میں سڑنے والے بچوں نے کچھ غلط نہیں کیا ہوتا، وہ کسی کے ناکردہ گناہوں کی سزا کیوں بھگتیں۔ انہیں بھی آزاد زندگی گزارنے کا حق حاصل ہونا چاہیے۔ انہوں نے کوئی جرم نہیں کیا ہوتا مگر انہیں وہ سزا لازمی طور پر کاٹنی ہے جو ان کے والدین کو دی گئی ہوتی ہے، تاہم میری جیسی کئی این جی اوز کی مدد سے سزا یافتہ مجرموں سے پیدا ہونے والے بچوں کو ایک پائیدار اور محبت کرنے والا گھر اور کامیابی کی امید مل رہی ہے۔ اس وقت میری عمر صرف سترہ سال تھی اور میں معاشرے پر کوئی اثر ڈالنے کے مواقع تلاش کر رہی تھی۔ وہاں پر موجود بچوں کے مصائب دیکھ کر مجھے خیال آیا کہ یہ موقع میرے لیے ہے۔ میں نے جیل سے ایک چھوٹی بچی کو لیا جو میرے ساتھ میرے کرایے کے فلیٹ پر رہنے لگی اور میں نے یہ عزم کیا کہ میں اپنا کیریئر ان بچوں کی مدد کے لیے وقف کردوں گی۔ اگر ہم انہیں جیل کے اندر بڑا ہونے دیں گے تو یہ معاشرے کے لیے بہت بڑا چیلنج ہوگا کہ انہیں بعد میں کیسے سنبھالا جائے اور معاشرے کے ذمہ دار شہری بنایا جائے۔"

پشپا بتاتی ہیں کہ پہلے پہل، لوگوں نے مجرموں کے اہل خاندان کی مدد کرنے کی کوشش پر اسے حقارت سے دیکھا۔ اس کے باوجود وہ تبدیلی لانے کی امید کے ساتھ آگے بڑھتی رہی۔ اس نے اس پروگرام کے واضح اثرات کی طرف اشارہ کرتے ہوئے کہا کہ اب حالات بدل گئے ہیں۔ میں نے جس بچی کو بچایا تھا اب وہ ایک خودمختار خاتون ہے"۔

دنیا کے غریب ترین ممالک میں سے ایک ہونے کے ناطے، نیپال میں ایسے بچوں کے لیے جن کے والدین کو کسی جرم میں گرفتار یا جرم ثابت ہونے پر قید کیا گیا ہو، کے لیے سماجی تحفظ کا کوئی نظام موجود نہیں ہے۔ عمومی طور پر جب کوئی سرپرست موجود نہیں ہوتا، تو گرفتار شدہ والدین یا تو اپنے بچوں کو اپنے ساتھ جیل لے جاتے ہیں یا انہیں سڑکوں پر چھوڑ جاتے ہیں۔ اس کے نتیجہ میں، نیپال کی جیلوں کی اکثریت میں ایسے قیدی اور ان کے اہل خاندان موجود ہیں جو ان کے ساتھ ان برے حالات میں رہنے پر مجبور ہیں۔ ان بچوں کو وہاں سے نکالنا ایک علاج ہے۔ ہمیں اس بات پر توجہ مرکوز کرنی چاہیے کہ ایسے اقدامات کیے جائیں جن سے ان بچوں کو جیل پہنچنے ہی نہ دیا جائے۔

پشپا بسنت ایک سماجی کارکن اور ایتزل چائلڈ ہڈ ڈیولپمنٹ سنٹر ECDC اور بٹر فلائی ہوم کی بانی ممبر ہیں۔ دوران تعلیم پشپا کو اپنی اساتذہ کے سلسلے میں کھٹمنڈو کی ایک خواتین کی جیل جانے کا اتفاق ہوا۔ اس نے دیکھا کہ بہت سے معصوم بچے اپنے مستقبل سے بے خبر جیل کی سلاخوں کے پیچھے بند کوٹھڑیوں میں کھیل رہے ہیں۔ کئی قیدی خواتین کی گودوں میں بھی شیر خوار بچے دودھ پیتے نظر آئے۔ پشپا کے ذہن میں سوال آیا کہ ان معصوم بچوں کا کیا قصور ہے اور وہ کس جرم کی پاداش میں یہاں زندگی بسر کر رہے ہیں۔ اس نے جیل سپرنٹنڈنٹ سے پوچھا لیکن کوئی جواب نہ ملا۔ وہ مختلف وکلاء سے ملی اور ان کے سامنے یہ سوال رکھا کہ مجرم یا ملزم خواتین کو تو ملکی قوانین کے مطابق جیل میں رکھا جاتا ہے لیکن ان کے ساتھ رہنے والے بچوں کے جرائم کی کیا نوعیت ہے اور وہ کس قانون کے تحت زندان اور پابند سلاسل رہتے ہیں۔ کوئی قانون دان، سماجی کارکن اور ایوان اقتدار پر قابض شخص پشپا کے سوال کا جواب نہ دے سکا۔ پشپا نے ان بچوں کی جیل سے رہائی اور روشن مستقبل کے تعمیر کی ٹھان لی۔ اس کے دماغ میں بٹر فلائی ہوم بنانے کا خیال آیا۔ اس نے اپنے رشتہ داروں اور دوستوں سے اس مقصد کے لیے فنڈز ریز کیے۔ 70 ہزار روپے اکٹھے ہوئے۔ پشپا نے 2005ء میں ان بچوں کے لئے پہلا ڈے کیئر سنٹر کھولا۔

2007ء میں پشپا نے ایک ایسے ہوسٹل نما سکول کی بنیاد رکھی جس میں قیدی ماؤں کے معصوم اور بے گناہ بچوں کو رکھنے کے پروگرام کو حتمی شکل دے کر 100 بچوں کو بھرتی کیا گیا۔ ان بچوں کے حصول کے لیے پشپا کو دن رات محنت کرنا پڑی، کہیں وہ قانون سے تو کہیں قانون دانوں سے الجھتی نظر آئی۔ اسے کہیں ان ماؤں کو گھنٹوں لیکچر دے کر اس بات پر راضی کرنا پڑا کہ اپنے بچوں کو ہوسٹل میں داخل کروائیں تاکہ وہ زیور تعلیم سے آراستہ ہو کر مفید شہری بن سکیں اور جب آپ لوگ اپنی سزائیں بھگت کر جیل سے باہر آئیں تو آپ کی اولاد ایک مفید ذمہ دار شہری کی حیثیت سے نہ صرف آپ کا استقبال کریں بلکہ آپ کے حقوق کے تحفظ کا ضامن بھی ہو۔ سکول میں قیدی ماؤں کے بچوں کے لئے تعلیم رہائش، کھانا اور میڈیکل کی سہولیات میسر ہیں۔

2009ء میں اپنے پروجیکٹ کی کامیابی کے بعد "چینج فیوژن نامی" این جی او کی مدد سے جیلوں میں خواتین قیدیوں کے لیے دستکاری کا پروجیکٹ شروع کیا۔ جس کا بنیادی مقصد خواتین قیدیوں میں جینے کی امنگ پیدا کرنے کے لیے ہنر کا سکھانا تھا تاکہ وہ جیل کی چاردیواری سے باہر جا کر اسی جرم کے ارتکاب نہ کر سکیں اور مناسب روزگار سے اپنی روزی کما کر بچوں کا پیٹ پال سکیں۔ وہ اپنی این جی او کے اراکین کے ساتھ نیپال کی مختلف جیلوں کا دورہ کرتیں اور جیل انتظامیہ کی مدد سے بچوں اپنے سکول میں داخل کروانے کے پروگرام کو آگے بڑھاتی۔ پشپا بسنت جلد ہی نیپال میں حق کی آواز بلند کرنے اور معصوم بچوں کے حقوق کی بازیابی کی آئیکون بن گئیں۔ پشپا بسنت کے کام کو دیکھتے ہوئے نیپال کے کئی خیراتی اداروں نے دل کھول کر فنڈز دیے جس کا نتیجہ یہ نکلا کہ ECDC کے سکول کا معیار بلند تر ہوتا چلا گیا۔

پشپا کی نیک نامی کی ہوا صرف نیپال تک محدود نہ رہی۔ اسے Babies behind bars نامی تنظیم کی طرف سے جارج واشنگٹن بلوایا گیا اور اس کے اعزاز میں کھانا دیا گیا۔ ELGA فاؤنڈیشن تنظیم نے پشپا کو ELGA یوتھ ایوارڈ سے نوازا۔ اس تقریب کا انعقاد سیئول چانگ کانفرنس ہال جنوبی کوریا میں کیا گیا۔ پشپا وہ واحد غیر ملکی خاتون تھی جسے جنوبی کوریا کا یہ اعلیٰ سطحی ایوارڈ دیا گیا۔ CNN نشریات کا مستند ادارہ ہر سال غیر معمولی کارنامے سرانجام دینے والے لوگوں کو ہیرو آف دی ایئر کا ایوارڈ جاری کرتا ہے جس کا مقصد ایسے لوگوں کی حوصلہ افزائی کرنا ہے جو انسانیت کے لیے دن رات کام میں جتے ہوئے ہیں اور مثبت نتائج سے معاشرے میں ایک بڑی تبدیلی کی وجہ بنتے ہیں۔

CNN کی تقریب میں جب یہ آواز گونجی "اس کا نام پشپا بسنت اور وہ صرف 29 سال کی ہیں، ان کا تعلق نیپال سے ہے جو کہ دنیا کے غریب ترین ممالک میں سے ایک ہے جہاں کے حالات اور غربت کے اعداد و شمار اس جواں جذبہ خاتون کے ارادوں کو متزلزل کرنے میں ناکام رہے۔ ان کی تنظیم ECDC جیل میں بند خواتین قیدیوں کے معصوم اور بے گناہ بچوں کو جیل کی سلاخوں سے نکال کر انہیں معاشرے کا مفید شہری بنانے کا کام کرتی ہے۔" تو پورا ہال تالیوں سے گونج اٹھا۔ ایوارڈ وصول کرتے ہوئے پشپا نے شکریہ کے الفاظ میں ان بچوں کا ذکر کیا جو انہیں پشپا ماما کہہ کر پکارتے ہیں۔ پشپا نے جیل سے لائے جانے والے چند بچوں کی عمریں اور معصوم خواہشیں بتا کر حاضرین کو بھی رلا دیا۔ پشپا نے کہا کہ اس ایوارڈ کے ساتھ وصول ہونے والا کیش میرے خوابوں کو بہترین تعبیر دینے میں معاون ثابت ہوگا جس کے لیے میں CNN کی مشکور ہوں۔ پشپا نے حاضرین کو بتایا کہ نیشو شاہ کی عمر صرف دس سال ہے مگر اس نے ابھی سے اپنے پیشے کا انتخاب کر لیا ہے اور اسے اپنے مجرم کا علم ہے۔ دس سالہ نیشو شاہ کو کھٹمنڈو کی چارخال جیل سے اس وقت نکالا گیا جب وہ صرف شیر خوار بچی تھی۔ دوسری جماعت کی طالبہ، نیشو دوسروں کی مدد کرنے کے لیے نرس بننے کا ارادہ رکھتی ہے۔ نوعمر طالبہ بتاتی ہیں کہ "بڑے ہو کر میں ایک نرس بننا اور لاچار لوگوں کی مدد کرنا چاہتی ہوں"۔ اگرچہ اس کے لیے حالات بہت زیادہ غیر موافق تھے مگر ایک نیا امدادی پروگرام ان خوابوں کے حصول میں اس کی مدد کر رہا ہے۔ چار خال جیل کے تکلیف دہ اور درشت حالات کی بجائے جہاں کہ اس کی ماں قید ہے، نیشو ان تیس بچوں میں سے ایک ہے جنہیں ECDC کے ذریعے نیا گھر ملا ہے۔

گھر کی ایک اور رہائشی، چودہ سالہ شبنم نیپال جلد ہی جلد ہی اپنے روزمرہ کے کام کرتی ہے کیونکہ وہ گھر میں منعقد کیے جانے والے سماعت ٹیسٹ کے لیے بہت پرجوش ہے۔ اس گھر کے تمام نوجوان رہائشی جیلوں سے آئے ہیں جہاں ان کے والدین یا سرپرست قید ہیں۔ اس کا مقصد ایسے بچوں کو اس قابل بنانا تھا کہ وہ اپنے آپ کو درپیش ناموافق حالات پر قابو پا سکیں۔

ECDC کے علاوہ نیپال کی قیدیوں کی ایسوسی ایشن، جس کی سنکھو، پاپا، جھپا اور براٹنگر میں چار شاخیں موجود ہیں، کے پاس ملک بھر میں 365 بچے موجود ہیں۔ اس تنظیم نے نیپال بھر کی انیس جیلوں سے بچوں کو بچایا ہے۔ کھٹمنڈو وادی میں دو گھر ہیں، ایک نیا بازار میں اور دوسرا سنکھو میں واقع ہے۔ ان دونوں گھروں میں مشترکہ طور پر 90 بچوں کو پناہ ملی ہے جس میں 18 سالہ نیلام بھی شامل ہیں۔ نیا نے بتایا کہ "میں جب چھوٹا تھا تو میری والدہ کا انتقال ہو گیا۔ میرے والد کو قتل کے الزام میں قید ہو گئی اور میں نے ان کے ساتھ جیل میں رہنا شروع کر دیا پھر مجھے یہاں پر لایا گیا۔ رہائی کے بعد میرے والد بیرون ملک چلے گئے اور مجھے ان کا اتا پتہ معلوم نہیں ہے"۔ اس نے شرماتے ہوئے مسکرا کر کہا کہ "میں یہاں رہتے ہوئے اپنے آپ کو خوش قسمت محسوس کرتا ہوں۔ میرا یہاں پر خیال رکھا جاتا ہے اور مجھے پیار ملتا ہے۔ اب یہی میرا خاندان ہے۔ میں مستقبل میں تھانکا بننا اور معاشرے کا قرض اتارنا چاہتا ہوں"۔

اس طرح کے پروگرام اس خلا کو پورا کرنے میں مدد کرتے ہیں جو کہ ان معاملات پر حکومت کے پروگراموں کی غیر موجودگی کے باعث موجود ہیں۔ جیل کے بچوں کے لیے کوئی خصوصی پروگرام موجود نہیں ہے۔ غیر سرکاری تنظیمیں ان بچوں کو بچانے میں بہت قابل قدر کام کر رہی ہیں۔ پشپا نے ایک ایسے نیک کام کی بنیاد رکھی ہے جس میں ہر ملک کے خیر خواہ حضرات کو آگے بڑھ کر حصہ لینا چاہیے تاکہ جیلوں میں رہنے والے معصوم بچے اپنا مستقبل بنا سکیں۔

رمضان میں کئی امراض سے جان چھڑانا آسان ہے

پانی خوب پئیں، مگر چٹ پٹی، مرچ مسالے دار اشیا سے پرہیز کریں

ڈاکٹر اسلم سعید

آج کی جدید سائنس اس بات کی تصدیق کررہی ہے کہ رمضان میں، روزے رکھنے والے افراد کے جسم کی اوور ہالنگ ہوجاتی ہے اور بارہ مہینوں میں سے ایک مہینے روزے کی پابندی کرنے سے جسم کے اندر کے تمام نظام ایک طرح سے نئے ہو جاتے ہیں۔ روزے کے اثرات کے حوالے سے مغربی ممالک میں، جو تحقیقات سامنے آئی ہیں، ان کے مطابق، جو روزے دار، سحری و افطاری میں متوازن غذا اور افطار میں پیٹ بھر کر کھانے سے بچتے ہیں، ذہنی وجسمانی طور پر روزے کے تمام فوائد حاصل کر لیتے ہیں۔ چناں چہ موجودہ دور کے مغربی ماہرین صحت، ہر طرح کے مرض کے علاج کے لیے اب فاقہ تجویز کررہے ہیں، جو اس بات کا منہ بولتا ثبوت ہے کہ روزہ رکھنا انسانی صحت کے لیے کتنا ضروری ہے۔

روزے کی حالت میں پیشاب کی مقدار، خون اور پیشاب کے نمکیات، تیزاب کا میزان اور نائٹروجن کا اخراج، سب معمول کی حدود میں رہتا ہے، البتہ اس مہینے میں روزے رکھنے والے افراد کے وزن میں خاصی کمی ہوسکتی ہے، بشرطیکہ غذا قدرے کم کھائی جائے، مگر رمضان المبارک میں عام طور پر مرغن اور گوشت والے کھانوں کا رواج ہو چلا ہے، اس لیے اکثر اوقات وزن بڑھنے کے کیسز سامنے آتے ہیں۔ دل کے مریضوں میں ایسے افراد، جو افطار میں مرغن اور ثقیل اشیا، استعمال کرتے ہیں، ان کے دل میں درد کی شکایت اور جسمانی تھکن بڑھ سکتی ہے، چناں چہ، دل و دماغ، درد و گردہ اور معدے کے السر میں مبتلا افراد کے لیے روزے رکھنا مناسب نہیں۔ ایسے افراد کے لیے بہتر یہی ہے کہ وہ اس سلسلے میں اپنے معالج سے مشورہ کرلیں۔ اسی طرح، دمے کے مریض، جن کا مرض معمولی نوعیت کا نہ ہو اور انہیں تکلیف کی صورت میں سانس کے ساتھ اندر جانے والی ادویہ (انہیلر) استعمال کرنا پڑتی ہوں، روزہ رکھنے کی صورت میں معالج کے مشورے سے دیر پا اثر والی ادویہ، بعد از افطار اور قبل از سحری استعمال کرکے روزے کے فوائد حاصل کرسکتے ہیں۔ جو افراد مرگی، بلند فشار خون، بار موفل اور نفسیاتی امراض میں مبتلا ہیں یا خون پتلا کرنے والی ادویہ استعمال کررہے ہیں، ان کے لیے معالجین طویل الاثر ادویہ تجویز کر کے روزے رکھنے کے قابل بنا سکتے ہیں۔ اسی طرح، جن افراد کے گردوں کے فعل میں کمی آگئی ہو، ان میں روزہ رکھنے سے پانی کی کمی لاحق ہو سکتی ہے یا جن کے گردے خراب ہو چکے ہوں اور ان کے خون کی ڈائی لیسس ہوتی رہتی ہے، ان میں دو ڈائی لیسس کے وقفے میں پوٹاشیم میں اضافہ اور وزن میں زیادتی ہوسکتی ہے، اس کے علاوہ جسم کے تیزاب میں بھی اضافے کا امکان ہوتا ہے۔ ایسے افراد اگر افطاری کے وقت یارات کو زیادہ کھا لیں، تو ان کا وزن بڑھ سکتا ہے، جو نقصان دہ ہے، لہٰذا ایسے افراد بھی روزے نہ رکھیں۔ البتہ وہ افراد، جن کا گردہ تبدیل ہو چکا ہے اور وہ صحت مندانہ زندگی گزار رہے ہیں، تو انہیں روزے سے کوئی فرق نہیں پڑنا چاہیے، لیکن وہ بھی اپنے معالج سے مشورہ کرلیں تو زیادہ بہتر ہے۔

چھوٹی موٹی بیماریوں میں مبتلا افراد روزے کی حالت میں سکون محسوس کرتے ہیں اور کئی قسم کے معمولی امراض سے جان چھڑا لیتے ہیں۔ روزے رکھنے سے کچھ افراد قبض کا شکار ہوجاتے ہیں، بعد ازاں بواسیر، فشر یا بدہضمی کی بھی شکایت ہو جاتی ہے اور کچھ کو گیس کی شکایت کا بھی سامنا رہتا ہے۔ اس کی بنیادی وجوہ سحری و افطاری میں بہت زیادہ مسالے دار چٹ پٹے کھانے ہیں۔ اس کے علاوہ، سحری اور افطاری کے بعد پانی کا استعمال بہت کم کرنے والوں کو بھی یہ شکایت رہتی ہے۔ پھر وہ غذائیں، جن میں مناسب مقدار میں ریشہ شامل ہوتا ہے، استعمال نہ کرنے سے بھی قبض اور بواسیر کے مسائل کا سامنا رہتا ہے۔ رمضان میں چٹ پٹے کھانوں اور مرچ مسالے دار اشیا سے پرہیز کریں، افطاری اور سوتے وقت تک وقفے وقفے سے پانی پیتے رہیں اور ہمیشہ بے چھنے آٹے کی روٹی استعمال کریں۔

بہت زیادہ پسینہ آنا، کم زوری محسوس ہونا، تھکاوٹ و نقاہت، غنودگی، خصوصاً اس وقت، جب بیٹھنے یا لیٹنے کے بعد اٹھا جائے۔ اسی طرح، چہرے کی رنگت زردی مائل ہونا یا بہت زیادہ کمی سے بے ہوشی طاری ہونا، یہ وہ علامات ہیں، جو بلڈ پریشر کی کمی والے مختلف افراد روزے رکھنے کے دوران محسوس کرتے ہیں اور یہ علامات عموماً بعد از دوپہر محسوس ہوتی ہیں۔ یہ علامات ایسے افراد میں زیادہ دیکھی جاتی ہیں، جو سیال اشیا (پانی یا جوس وغیرہ) بہت کم یا نہ ہونے کے برابر استعمال کرتے ہیں، نمک نہ کھانا یا کم کھانا بھی اس کی ایک وجہ ہے۔ ایسے افراد قبض سے پرہیز کریں، پرسکون رہنے کی کوشش کریں اور سحری و افطاری میں سیال اشیا اور نمک زیادہ استعمال کریں۔

روزے کی حالت میں عموماً کچھ افراد سردرد کی شکایت کرتے ہیں، یہ شکایت پورے سر یا آدھے سر درد کی صورت میں ظاہر ہوسکتی ہے۔ سردرد کے ساتھ ساتھ افطار سے کچھ دیر قبل متلی و قے کی شکایت بھی ہوسکتی ہے، کیفین ملے مشروبات اور شراب نوشی کرنے والے افراد جب روزہ رکھتے ہیں تو انہیں ان اشیا کی طلب کی وجہ سے سردرد کی شکایت ہوتی ہے، نیند کی کمی کے سبب بھی سردرد لاحق ہوسکتا ہے۔ کچھ لوگ بھوک برداشت نہیں کر پاتے اور سحری میں بھی کچھ کھانے سے قاصر ہوتے ہیں، تو انہیں عموماً دوپہر کے بعد سے سردرد کی شکایت ہو جاتی ہے۔ ایسے افراد کو کیفین ملے مشروبات سے پرہیز کرنا چاہیے۔

رمضان المبارک میں روزے رکھنے سے کچھ افراد میں شدید کم زوری، تھکاوٹ، تو جہ مرکوز کرنے میں دُشواری، جسم میں کپکپاہٹ، جسمانی کسرت کرنے کی نااہلی، سردرد اور دل کی دھڑکن کی تیزی جیسی علامات پیدا ہوتی ہیں اور یہ تمام علامات خون میں شوگر کی کمی کی علامات کو ظاہر کرتی ہیں۔ ایسے افراد، جنہیں ذیابطیس کا عارضہ نہیں، وہ اگر سحری اور افطاری میں ایسی غذائیں استعمال کریں، جن میں بہت زیادہ مٹھاس ہو، تو عموماً ان علامات کا شکار ہو سکتے ہیں۔ سحری کے وقت بہت زیادہ کاربوہائیڈریٹس استعمال کرنے سے بھی جسم میں شوگر لیول زیادہ ہو جاتا ہے اور انسولین اسے قابو کرنے کے لیے خارج ہونے لگتی ہے، اس لیے بھی شوگر لیول کی نارمل مقدار کم ہو جاتی ہے، سحری میں بالخصوص اور افطاری میں بالعموم، ایسی غذائیں کھائیں، جو متوازن مٹھاس لیے ہوں۔

معدہ جب خالی ہو، تو عموماً تیزابیت کا لیول بڑھ جاتا ہے اور ایسی حالت میں سینے کی جلن، السر کی شکایت، گیس کی پیدائش اور ہیاٹس ہرنیا کی علامات پیدا ہونے لگتی ہیں۔ ایسے افراد، جو سحری و افطار میں بہت زیادہ مرچ مسالے والی اشیا، استعمال کرتے ہیں، ان میں یہ علامات نمایاں ہوتی ہیں۔ اس کے علاوہ کافی، چائے اور کولا مشروبات کی کثرت سے بھی یہ علامات ہونے لگتی ہیں۔ اس مرض کا سبب بننے والی اشیا سے پرہیز کریں اور زود ہضم کھانا کھائیں۔ وہ افراد، جو ہائیٹک السر یا معدے و آنتوں کی سوزش کے مریض ہوں، اپنی ادویہ جاری رکھیں اور سحری و افطاری میں کھانے پینے کے معمولات کے حوالے سے معالج سے مشورہ ضرور کرلیں۔

کئی افراد یہ شکایت کرتے ہیں کہ روزے رکھنے سے گردوں میں پتھری بننے لگتی ہے، حالاں کہ یہ محض ایک مغالطہ ہے۔ ہاں، یہ بات الگ ہے کہ روزے کی حالت میں جسم کے اندر پانی یا سیال اشیا کی کمی ہوجاتی ہے، اس لیے گردے کی پتھری کی علامات نمودار ہونے لگتی ہیں، جیسے گردوں کے مقام پر درد، پیٹ میں درد اور کھچاؤ یا پیشاب کی وقتی رکاوٹ وغیرہ پھر سیال مواد کی قلت کے سبب عموماً گردوں کے مقام پر کھچاوٹ اور درد کی شکایت رہنے لگتی ہے۔ ایسے افراد، جنہیں گردوں کی پتھری کی شکایت لاحق ہو یا ماضی میں لاحق رہی ہو، انہیں چاہیے کہ افطار کے بعد پانی کی مقدار وقفے وقفے سے پوری کرتے رہیں۔

ادھیڑ عمر یا کم زور جسم کے مالک افراد، رمضان کے دوران، چوں کہ غذائی بے اعتدالیوں کا شکار ہوجاتے ہیں اور وہ، جو جسمانی مشقت کا کام کرتے ہیں، خاص طور پر فربہ افراد، انہیں مکمل طور پر توانائی نہیں مل پاتی، اس لیے جوڑوں کے درد کی شکایت پیدا ہوجاتی ہے، تو انہیں وقتاً فوقتاً جوڑوں، بالخصوص ٹانگوں کی ہلکی پھلکی ورزش کرنی چاہیے۔ ذیابطیس سے متاثرہ مریض، جو انسولین کا استعمال کرتے ہیں، انہیں بھی روزے نہیں رکھنے چاہئیں، کیوں کہ ان کے مرض کو کنٹرول کرنا مشکل ہوسکتا ہے۔ اس کے برعکس انسولین نہ لینے والے مریضوں کو ان مشکلات کا سامنا نہیں کرنا پڑتا بلکہ ان میں مثبت اثرات مرتب ہوسکتے ہیں۔ روزے سے متعلق عام طور پر ذیابطیس سے متاثرہ افراد، جو شکایت کرتے ہیں، وہ شوگر کی فوری کمی یعنی ہائپو کی شکایت ہے اور یہ عموماً درج ذیل وجوہ کی بنا پر ہوتی ہے:

سحری میں کم کھایا، سحری میں محض دوا کھانے پر اکتفا کیا اور کھانا نہ کھایا، عصر و مغرب کے درمیانی وقت میں ورزش کی جائے یا اس دوران کوئی جسمانی مشقت والا کام کیا جائے، سحری کے بعد ورزش کی جائے، انسولین یا دوا کی زیادہ مقدار لے لی جائے، جب کہ سحری کی دوا افطاری میں اور افطاری کی دوا سحری میں لی جائے۔

ہائپو سے متاثرہ افراد میں دل کی دھڑکن تیز ہوجائے، نقاہت یا کم زوری محسوس ہو، ہونٹوں پر سنسناہٹ ہو، جسم کپکپائے، آنکھوں کے سامنے دھبے آئیں یا دو دو دکھائی دیں، چڑچڑا پن اور شدید غصہ آئے، زبان لڑکھڑائے، پسینہ آئے اور سردرد، غنودگی جیسی علامات ظاہر ہوں، تو فوراً شوگر چیک کرائیں اور معالج سے رابطہ کر کے مکمل صورت حال سے آگاہ کریں۔ اگر معالج روزہ توڑنے کا مشورہ دے تو اس پر عمل کرنا چاہیے۔ ہائپو عام طور پر ان مریضوں میں ہوتا ہے، جو اپنے معالج کی تجویز کردہ غذا استعمال نہیں کرتے یا کم غذا استعمال کرتے ہیں۔

ذیابطیس سے متاثرہ افراد کو افطار میں مرغن غذاؤں، تلی ہوئی اشیا، جیسے سموسے، پکوڑے، رول اور مٹھائیاں وغیرہ، چینی ملا شربت، چینی سے بنی اشیا، بلکہ ایسی فروٹ چاٹ، جس میں چینی کی آمیزش کی گئی ہو، سے مکمل پرہیز کرنا چاہیے۔ ان افراد کی غذا کا 45 سے 55 فی صد حصہ نشاستے پر مشتمل ہونا چاہیے اور رمضان المبارک میں یہ نشاستہ کچھ اس طرح تقسیم کریں کہ سحری میں 15 سے 20 فی صد نشاستے والی غذائیں لیں، جو ایک پراٹھے (ایک چمچ تیل میں پکا ہوا) اور چائے سے حاصل ہوسکتا ہے۔ افطار میں 25 سے 30 فی صد نشاستے والی غذا کھائیں، جو ایک پیالی فروٹ چاٹ، تین چوتھائی کپ چھولے اور ایک سے دو پکوڑوں پر مشتمل ہوسکتی ہے۔ رات کا کھانا 40 سے 45 فی صد نشاستے والی غذا پر مشتمل ہو، جو ایک چپاتی، تین چوتھائی کپ دال اور تین چوتھائی کپ چاول سے حاصل کیا جاسکتا ہے۔ رات سوتے وقت 5 سے 10 فی صد نشاستے والی غذا ضروری ہے، جو ایک کپ دودھ اور ایک پھل سے حاصل کی جاسکتی ہے۔ اس ماہ مقدس کے دوران، ذیابطیس سے متاثرہ افراد، اگر روزے رکھیں، تو وہ درج ذیل مینو (یہ مینو تقریباً 1800 کیلوریز پر مشتمل ہے) کو اپنالیں تو اُمید ہے کہ وہ کسی پیچیدگی کا شکار نہیں ہوں گے، البتہ پرانے مریض اپنے معالج سے مشورہ کر کے اس میں ردّوبدل کرسکتے ہیں:

سحری: ایک پراٹھا (ایک چمچ تیل میں پکا ہوا)، دو انڈوں کی سفیدی (ایک چمچ تیل میں تلی ہوئی یا سالن کی صورت میں)، آدھا کپ دہی یا لسی اور ایک کپ چائے۔

افطار: ایک کھجور اور فروٹ چاٹ (بغیر چینی والی)، ایک کپ لیموں کا جوس یا لسی، ایک سے دو پکوڑے، تین چوتھائی کپ چنے، چھولے (سفید یا کالے) لیے جائیں۔

کھانا: ایک چپاتی، آدھا کپ سبزی کا سالن (ایک چمچ تیل میں پکا ہوا)، تین چوتھائی کپ دال (ایک چمچ تیل میں پکی ہوئی)، تین چوتھائی کپ اُبلے ہوئے چاول، دو بوٹی گوشت (مرغ یا مچھلی) لی جائے اور سوتے وقت دودھ پی لیا جائے۔

روزے رکھنے سے کچھ افراد قبض کا شکار ہوجاتے ہیں، کچھ کو گیس کی شکایت کا بھی سامنا رہتا ہے۔ اس کی بنیادی وجوہ سحری و افطاری میں بہت زیادہ مسالے دار چٹ پٹے کھانے ہیں۔ سحری اور افطاری کے بعد پانی کا استعمال بہت کم کرنے والوں کو بھی یہ شکایت رہتی ہے

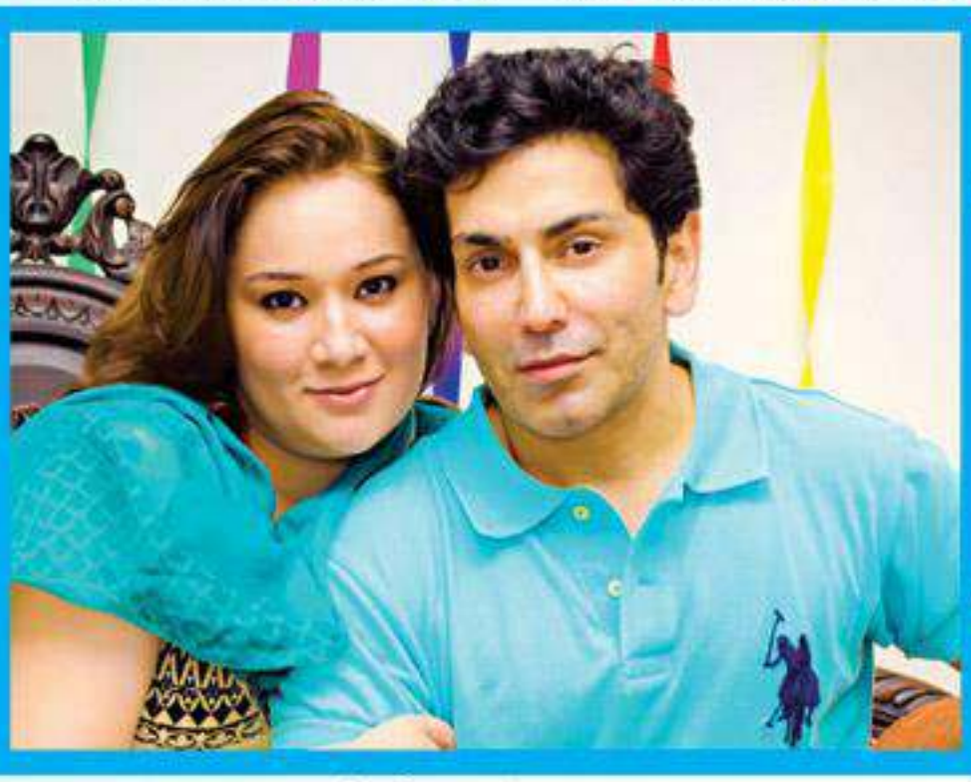
شادی کے لئے میں نے پروپوز کیا: فاخر

محبت اور اعتماد نے ہمارے رشتے کو مضبوط بنایا: مہرین فاخر

نوشین نقوی

معروف پاکستانی پاپ سنگر اور موسیقار فاخر نے اپنے کیریئر کا آغاز بہت بڑے بینڈ ''آواز'' سے کیا تو اس کی آواز نے ہر طرف سے بے حد پزیرائی حاصل کی۔ بینڈ سے علیحدگی کے بعد بہت کم لوگوں کے حصے میں وہی شہرت اور پسندیدگی آتی ہے جو بینڈ کا حصہ رہتے ہوئے ملے مگر فاخر کا شمار ان خوش قسمت گلوکاروں میں ہوتا ہے جنہوں نے بینڈ سے ہٹ کر اپنی انفرادی حیثیت کو بھی منوایا۔ فاخر کی 4 البمز مارکیٹ میں آچکی ہیں، پہلی البم ''آتش'' 2002ء میں ریلیز ہوئی اس کے ایک سال بعد ''سب توں سوہنے''، 2005ء میں ''منترا'' اور 2011ء میں ''جی چاہے'' ریلیز ہوچکی ہیں، ان تمام البمز کے علاوہ لائیو کانسرٹس میں بھی فاخر نے اپنے فن کا لوہا منوایا ہے۔ سگریٹ نوشی پر قابو پانے کے لئے فاخر وفاقی حکومت کی جانب سے 'ورلڈ ہیلتھ آرگنائزیشن'' کے گڈول ایمبیسیڈر کے طور پر خدمات بھی سرانجام دے رہے ہیں، اس کے ساتھ ساتھ پاکستان میں اقوام متحدہ کے چیف نے فاخر کو انسانی ترقی اور صحت بارے شعور پیدا کرنے کے لئے گڈ ول ایمبیسیڈر مقرر کیا ہے۔ اتنی کم عمری میں فاخر آرٹ اور کلچر میں نمایاں خدمات سرانجام دینے پر سب سے بڑا سول ایوارڈ پرائیڈ آف پرفارمنس بھی حاصل کر چکے ہیں۔ فاخر واحد پاکستانی پاپ گلوکار ہیں جنہوں نے تاحال انڈیا میں کام نہیں کیا اس کے باوجود وہ دو بار 'سہارا سنگیت ایوارڈ' حاصل کر چکے ہیں۔ فاخر کے پاس بہت سے ایوارڈز اور اعزازات ہیں۔ اس کی وجہ یہ بھی کہی جا سکتی ہے کہ انہیں موسیقی اور پاکستان سے شدید محبت ہے، وہ ان دونوں کی خراب حالت پر دکھی ہیں لیکن مایوس نہیں ہیں بلکہ سمجھتے ہیں کہ اجتماعی کوششوں سے ہم بہتری لا سکتے ہیں اور اپنا کھویا ہوا وقار حاصل کر سکتے ہیں۔ الیکٹریکل انجینیر ہونے کے باوجود انہوں نے موسیقی کو بطور کیریئر اپنایا جس پر انہیں کوئی افسوس نہیں ہے۔ ان کا کہنا ہے ''میں نے موسیقی کو کیریئر کے طور پر اس وقت اپنایا جب لوگ اس کو محض شوق یا وقت گزاری سمجھتے تھے، لوگ کسی بھی فنکار یا گلوکار سے پوچھتے تھے، آپ اس کے علاوہ کیا کرتے ہیں۔ یہ میرا شوق اور جذبہ ہی تھا، جس نے مجھے آگے بڑھنے پر مجبور کیا۔ اور آج میں وہاں ہوں جہاں کا لوگ خواب دیکھتے ہیں۔''

فاخر کا شمار ان فنکاروں میں ہوتا ہے جن پر قسمت اور شہرت کی دیوی کچھ اس طرح سے مہربان ہوئی جس کا اندازہ خود ان کو بھی نہیں ہو سکتا تھا۔ ''آواز'' بینڈ سے علیحدگی کے بعد کوئی سوچ بھی نہیں سکتا تھا کہ معصوم چہرے والا سادہ سا نوجوان اس قدر شہرت حاصل کرنے میں کامیاب ہو جائے گا، لیکن پھر سب نے دیکھا کہ کیسے اپنے شوق اور جذبے کے زور پر اس نے اپنے ہم عصروں کو پیچھے چھوڑ دیا۔ ان کے گیتوں کو انڈیا میں کاپی کیا گیا۔ اس کو وہ اپنی کامیابی سمجھتے ہیں کہ لوگ یہاں سے وہاں کام کی تلاش میں جاتے ہیں لیکن انہیں اس چکر میں وہاں کی خاک نہیں چھاننا پڑی۔ فاخر کی شادی کو دس سال گزر چکے ہیں اور وہ اپنی ننھی سی بیٹی سمون اور بیگم مہرین کے ساتھ خوش گوار زندگی گزار رہے ہیں۔ حال ہی میں ہم نے ان کی زندگی کے مختلف پہلوؤں پر بات کرنے کے لئے فاخر اور مہرین سے ایک ملاقات کی۔ دلچسپ گفتگو پیش خدمت ہے۔



دنیا: گلوکاری کا خیال کب اور کیسے آیا؟

فاخر: میں نے اپنے اندر چھپی صلاحیتوں اور میوزک سے محبت کے جذبے کو بہت جلدی بھانپ لیا تھا۔ اس لئے اس طرف آیا، پہلے بطور الیکٹریکل انجینیر اپنی ڈگری مکمل کی اور پھر فل ٹائم میوزک کی طرف دھیان دیا۔

دنیا: گھر والوں کا کیا رسپانس تھا؟

فاخر: گھر والوں نے کبھی بھی میری صلاحیتوں پر شک نہیں کیا اس لئے مجھ میں اعتماد پیدا ہوا کہ میں اپنے خوابوں کی تعبیر پا سکتا ہوں۔

دنیا: اپنی ویڈیوز میں ایکٹنگ کرتے ہیں، کبھی ڈراموں یا فلموں میں کام کرنے کا خیال آیا؟

فاخر: بالکل بھی نہیں۔ مجھے ایکٹنگ میں کبھی دلچسپی نہیں رہی اس کے باوجود شاید شکل کی وجہ سے کافی لوگوں نے اپروچ کیا مگر میں جانتا تھا اور ذہن بنا کر آیا تھا کہ یہ کام نہیں کرنا اس لئے کبھی غلطی سے بھی اس طرف جانے کا نہیں سوچا۔ جہاں تک وڈیوز میں کام کرنے کے حوالے آپ نے بات کی ہے تو یہ بھی ڈائریکٹرز کے پریشر اور خواہش پر کیا ہے! ایکٹنگ ایک الگ اور مختلف کام ہے جو میں کرنا چاہتا ہوں اور نہ ہی مجھے آتی ہے۔ آئندہ بھی میری ماضی کی طرح کوشش ہو گی کہ میری ویڈیوز میں کوئی اور لوگ کام کریں، تاکہ مجھے یہ کام نہ کرنا پڑے۔

دنیا: گلوکاری میں کس نے آپ کو متاثر کیا؟

فاخر: دنیا کا ہر وہ گلوکار جو اچھا گاتا ہے، جس کو سُر کی سمجھ ہے جس کو میوزک کا پتا ہے اس نے مجھے متاثر کیا ہے۔

دنیا: آپ کے گیت کون لکھتا ہے؟

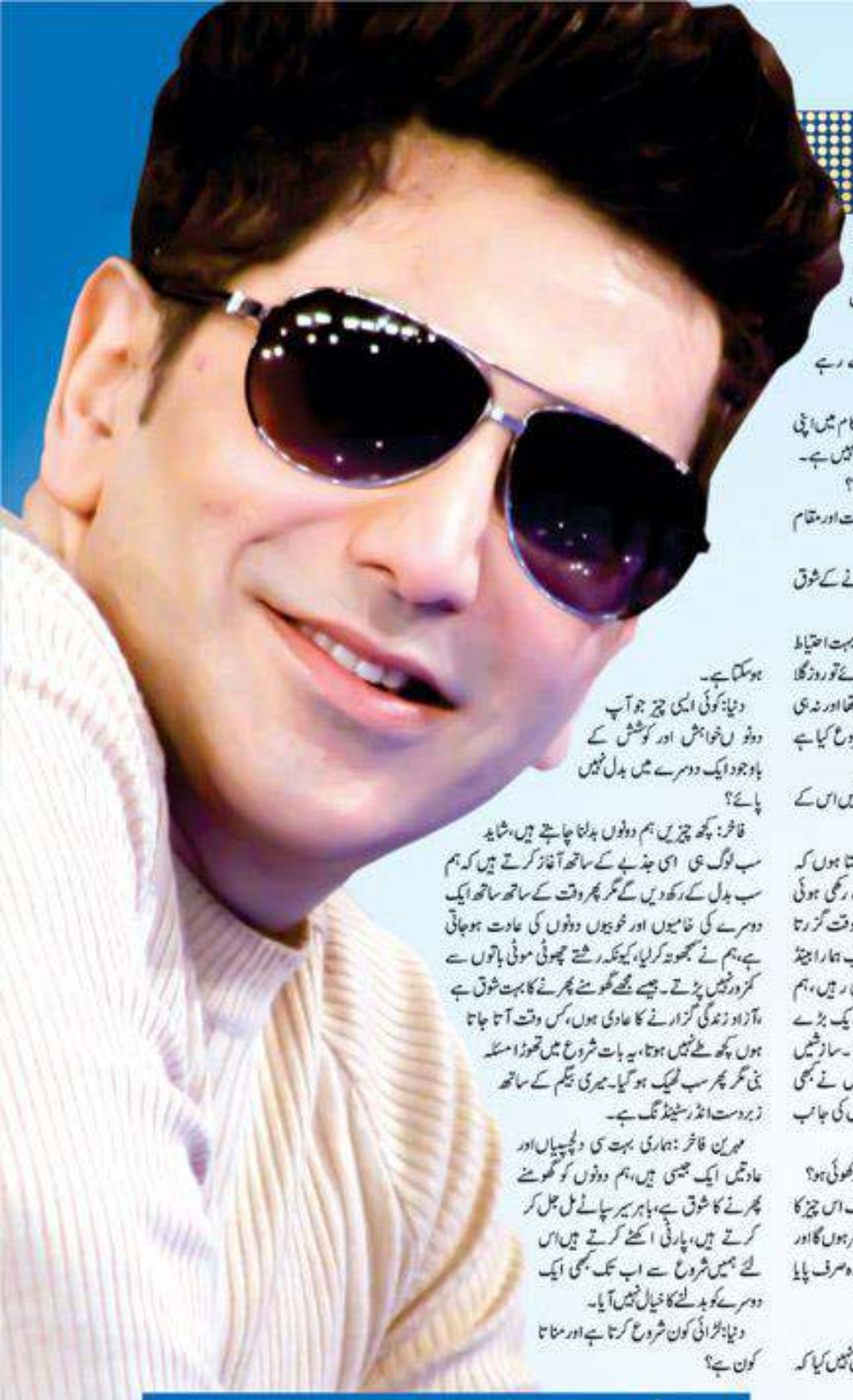
فاخر: میں نے مختلف وقتوں میں مختلف لوگوں سے گیت لکھوائے ہیں، کبھی بھی کسی ایک شاعر پر اکتفا نہیں کیا کیونکہ میرا خیال ہے مختلف لوگوں میں مختلف موضوعات پر لکھنے کی صلاحیتیں ہوتی ہیں اس لئے ملی نغمے کسی سے لکھوائے تو پاپ گیت کسی اور سے لکھوائے ہیں کسی ایک شاعر پر اکتفا نہیں کیا کبھی۔ اور ایسا ہی ہونا بھی چاہئے آج کل لوگوں کے پاس کام نہیں ہے اس لئے جو لوگ کام کر رہے ہیں ان کو چاہئے کہ مختلف لوگوں کو موقع دیں۔

> گھومنے پھرنے کا بہت شوق ہے، آزاد زندگی گزارنے کا عادی ہوں، کس وقت آتا جاتا ہوں کچھ طے نہیں ہوتا، یہ بات شروع میں تھوڑا مسئلہ بنی مگر پھر سب ٹھیک ہو گیا، بیگم کے ساتھ زبردست انڈرسٹینڈنگ ہے: فاخر

دنیا: ایک وقت تھا کہ اچھی فیملیز کے لڑکے لڑکیاں شوبز میں نہیں آتے تھے، مگر اب حالات مختلف نظر آتے ہیں، یہ صورتحال شوبز کی بہتری کے لئے کس قدر معاون ثابت ہو گی؟

فاخر: یہ صورتحال بہتر ثابت ہو سکتی ہیں کیونکہ ہمیں بہت سے نئے ٹیلنٹ اور نئے لوگوں کی ضرورت ہے، ہماری تمام انڈسٹریز آخری دموں پر ہیں اگر پڑھے لکھے لوگ سامنے آئیں گے تو ہی حالات میں بہتری آ سکتی ہے۔ میں نے جب اس فیلڈ کا انتخاب کیا تو لوگ اس کو پروفیشن سمجھتے ہی نہیں تھے۔ گرچہ اب اس فیلڈ میں بہت مسائل بھی ہیں

ہماری بہت سی دلچسپیاں اور عادتیں ایک جیسی ہیں، ہم دونوں کو گھومنے پھرنے کا شوق ہے، سیر سپاٹے مل جل کر کرتے ہیں، پارٹی اکھٹے کرتے ہیں اس لئے ہمیں شروع سے اب تک کبھی ایک دوسرے کو بدلنے کا خیال نہیں آیا: مہرین فاخر



،انڈسٹری زوال کا شکار ہے، لوگ اس طرف آتے ہوئے ڈرتے ہیں، مگر ہمیں مایوسی کو ترک کر کے بہتری کے راستے تلاش کرنے چاہئیں جو اچھے اور نئے لوگوں کی وجہ سے ہی نظر آئیں گے۔

دنیا: پاپ میوزک کا مستقبل کیا نظر آتا ہے؟

فاخر: جیسا کہ میں نے پہلے بھی کہا ہم عروج کی بجائے زوال کی طرف سفر کر رہے ہیں، پاپ میوزک کو دیکھیں تو ہم 20 سال پیچھے چلے گئے ہیں، کسی بھی ملک میں ثقافت، میوزک یا آرٹ سے جڑے کام اس وقت ترقی کرتے ہیں جب مجموعی طور پر ترقی ہو رہی ہو۔ لیکن ہمارے ملک میں ترقی اور کامیابی کا سفر رک چکا ہے جس نے شوبز اور میوزک کو بھی متاثر کیا ہے۔ یہ سب چیزیں اس وقت ترقی کریں گی جب ملک میں امن اور آسانیاں ہوگی۔ نئے لوگوں کے لئے مواقع فراہم کئے جائیں گے۔ ہمارے ملک میں بلا شبہ بہت ٹیلنٹ ہے، اور میوزک کا مستقبل بھی تاریک نہیں ہے اگر ملکی حالات بہتر ہوجائیں تو سب ٹھیک ہوسکتا ہے۔

دنیا: ہمارے گلوکار بھارت جا کے پرفارم کرنا فخر سمجھتے ہیں، آپ یہ فخر حاصل کیوں نہیں کر رہے؟

فاخر: (ہنستے ہوئے) جب بھیجی دھماکے ہوئے اس وقت میں کچھ پراجیکٹس کے لئے بھارت میں موجود تھا، لیکن پھر دھماکوں کی وجہ سے سب کچھ درمیان میں ہی رہ گیا، اس کے بعد کوئی وجہ نہیں بن پائی وہاں جانے کی۔ انہوں نے میرا گیت ''مرجاواں'' کاپی کر لیا، میں بار بار یہ کہتا ہوں کہ ہمارے پاس پاپ میوزک میں خصوصاً بہت ٹیلنٹ ہے لیکن ہم نے انڈیا کی طرف دیکھتے ہوئے خود کوشش کرنی ہی چھوڑ دی ہے کہ ہم بھی کام کر سکتے ہیں، کتنے لوگ ہیں جو انڈیا جا کر نام، پیسہ اور شہرت کمار ہے ہیں، انگلیوں پر ان کی تعداد اور نام گنے جا سکتے ہیں، جب کہ ہم نے اپنے ہاں نئے پراجیکٹ کرنے بالکل ختم کر دیئے ہیں، تو کیا سب لوگ اپنا کام لے کر بھارت جائیں اور وہاں سے کام لے کر آئیں.....؟ نہیں ایسا ہو نہیں سکتا ان کی محتاجی کے ساتھ ہم سروائیو نہیں کر سکیں گے اس لئے اپنا سوچ لیں تو بہتر ہے۔ مجھے وہاں سے آفرز ہیں لیکن میں یہاں ہی خوش ہوں۔

دنیا: اچھا گلوکار بننے کے لئے کیا خوبیاں ہونی ضروری سمجھتی ہیں؟

فاخر: پیدائشی فنکار ہونے کے ساتھ ساتھ پریکٹس ضروری ہے، آج کل گلوکار پریکٹس سے بھاگتے ہیں جس وجہ سے معیاری کام سامنے نہیں آتا۔

دنیا: فنکار اور کھلاڑی سیاست میں دلچسپی لے رہے ہیں، آپ کب اس میدان میں اتریں گے؟

فاخر: (ہنستے ہوئے) کبھی بھی نہیں، میں اپنے کام میں اپنی صلاحیتیں آزمانا چاہتا ہوں، سیاست میں کوئی دلچسپی نہیں ہے۔

دنیا: انجینئرنگ چھوڑ کر گلوکاری کی، کبھی ملال ہوا؟

فاخر: کبھی بھی نہیں، اس کام نے اتنی عزت، شہرت اور مقام دیا ہے کہ ملال کا سوال پیدا نہیں ہوتا۔

دنیا: گلے کی خوبصورتی قائم رکھنے کے لئے کھانے کے شوق کی قربانی دینا پڑتی ہے؟

فاخر: مجھے اس کے الٹ لگتا ہے پہلے جب میں بہت احتیاط کے ساتھ کھایا پیا کرتا تھا، کہ کہیں گلا خراب نہ ہو جائے تو روز گلا خراب ہو جاتا تھا، نہ تو پہلے میں آئس کریم کھاتا تھا اور نہ ہی ٹھنڈا پانی پیتا تھا، مگر جب سے یہ سب کھانا پینا شروع کیا ہے مجھے لگتا ہے کہ میرا گلا لکڑ ہضم، پتھر ہضم ہو گیا ہے۔

دنیا: بہت بار آپ کے خلاف سازشیں بھی کی گئیں اس کے بارے میں کیا کہیں گے؟

فاخر: میں ان کو سازشیں نہیں سمجھتا میں سمجھتا ہوں کہ مختلف لوگوں نے اپنے لئے مختلف مصروفیات رکھی ہوئی ہیں۔ کچھ لوگوں کو ڈسکس کر کے کچھ لوگوں کا وقت گزرتا ہے اس لئے اس سلسلے کو روکنا نہیں چاہئے۔ جب ہمارا ایشو ''آواز'' ٹوٹا تو بہت دن تک بہت باتیں ہوتی رہیں، ہم نے بھی وہ باتیں ہونے دیں، میڈیا نے اسے ایک بڑے المیے کے طور پر چھاپا، اور آخر یہ سلسلہ رک گیا۔ سازشیں تب کامیاب ہوتیں اگر میں ناکام ہو جاتا، میں نے کبھی منفی پروپیگنڈا پر دھیان نہیں دیا، بلکہ اپنی منزل کی جانب سفر کرتا رہتا ہوں۔

دنیا: کوئی ایسی چیز جو آپ نے شہرت کی قیمت پر کھوئی ہو؟

فاخر: بس یہ کہ فیملی کو وقت نہیں دے پایا صرف اس چیز کا افسوس ہوتا ہے، جیسے اس عید پر بھی میں گھر سے باہر ہوں گا اور فیملی مجھے میں فیملی کو مس کروں گا، بس اس کے علاوہ صرف پایا ہے اور بہت کچھ سوچ سے بڑھ کر حاصل کیا ہے۔

دنیا: اگر گلوکار نہ ہوتے تو؟

فاخر: (ہنستے ہوئے)۔ پتا نہیں کیا ہوتا کبھی پلان نہیں کیا کہ یہ بن جاتا یا وہ بن جاتا، بس کچھ ہوتا، جانے کیا۔

دنیا: اپنی ذاتی زندگی کے بارے میں بتائیں؟

فاخر: میری شادی کو دس سال ہو گئے ہیں، ایک چھوٹی سی بیٹی ہے اور جلد ہماری فیملی میں ایک فرد کا اضافہ بھی ہونے والا ہے۔

دنیا: لو میرج ہے یا ارینج؟

فاخر: ہماری لو میرج ہے۔

مہرین فاخر:

دنیا: پہلے کس کی طرف سے پروپوزل پیش کیا گیا، اور پروپوزل قبول ہونے میں کتنا وقت لگا؟

فاخر: پہلے ظاہر ہے میں نے پروپوز کیا جو تھوڑے سوالوں جوابوں کے بعد قبول کر لیا گیا۔

مہرین فاخر:

دنیا: شوہر کے کسی افیئر کا پتا چل جائے تو کیا ردعمل ہو گا؟

مہرین فاخر: (ہنستے ہوئے) ہم ایک دوسرے کے ساتھ محبت اور خواہش کے ساتھ رہ رہے ہیں، ہمارا تعلق کسی زبردستی کا نتیجہ نہیں، اسی لئے مجھے نہیں لگتا ایسا ہو سکتا ہے۔

دنیا: کوئی ایسی چیز جو آپ دونوں خواہش اور کوشش کے باوجود ایک دوسرے میں بدل نہیں پائے؟

فاخر: کچھ چیزیں ہم دونوں بدلنا چاہتے ہیں، شاید سب لوگ ہی اسی جذبے کے ساتھ آغاز کرتے ہیں کہ ہم سب بدل کے رکھ دیں گے مگر پھر وقت کے ساتھ ساتھ ایک دوسرے کی خامیوں اور خوبیوں دونوں کی عادت ہو جاتی ہے، ہم نے سمجھوتہ کر لیا، کیونکہ رشتے چھوٹی موٹی باتوں سے کمزور نہیں پڑتے۔ جیسے مجھے گھومنے پھرنے کا بہت شوق ہے آزاد زندگی گزارنے کا عادی ہوں، کس وقت آتا جاتا ہوں کچھ طے نہیں ہوتا، یہ بات شروع میں تھوڑا مسئلہ بنی مگر پھر سب ٹھیک ہو گیا۔ میری بیگم کے ساتھ زبردست انڈرسٹینڈنگ ہے۔

مہرین فاخر: ہماری بہت سی دلچسپیاں اور عادتیں ایک جیسی ہیں، ہم دونوں کو گھومنے پھرنے کا شوق ہے، باہر سیر سپاٹے مل جل کر کرتے ہیں، پارٹی اکھٹے کرتے ہیں اس لئے ہمیں شروع سے اب تک کبھی ایک دوسرے کو بدلنے کا خیال نہیں آیا۔

دنیا: لڑائی کون شروع کرتا ہے اور مناتا کون ہے؟

شوبز کبھی وجہ اختلاف نہیں بنا، مجھے پتا ہے ان کا کام ہے جیسے سب لوگ کوئی نہ کوئی کام کرتے ہیں، اس لئے شوبز کی مصروفیات کی وجہ سے کبھی جھگڑا نہیں ہوا: مہرین فاخر

فاخر: ہم دونوں لڑ لیتے ہیں، کسی بھی بات پر بحث ہو سکتی ہے، مگر لیول سے باہر کی لڑائی نہیں کرتے۔ کوئی بات ہو بھی جائے تو منانے کی نوبت نہیں آتی خود ہی ٹھیک ہو جاتے ہیں۔

مہرین فاخر: سنجیدہ لڑائی کی نوبت نہیں آتی تھوڑی ان بن ہو جائے تو دونوں ہی منا لیتے ہیں۔

دنیا: کبھی شادی کے فیصلے پر پچھتاوا ہوا؟

فاخر: ہرگز نہیں۔ یہ ایک خوش گوار تجربہ ہے۔

دنیا: شادی سے پہلے کی زندگی ایک خواب لگتی ہے یا بعد کی زندگی خوبصورت لگی؟

فاخر: دونوں کی اپنی اپنی جگہ خوبصورتی ہوتی ہے اور اپنے اپنے وقت پر دونوں کو انجوائے کیا ہے۔ وہ بھی زبردست تھی یہ بھی زبردست ہے۔

مہرین فاخر: محبت اور اعتماد نے ہمارے رشتے کو مضبوط بنایا ہے۔ ہم نے شادی سے پہلے کی زندگی کو بھی زندہ دلی سے جیا ہے اور ایک دوسرے کو ساتھ کو بھی انجوائے کیا ہے۔

دنیا: ایک دوسرے کی سالگرہ اور شادی کی سالگرہ کا دن کون زیادہ یاد رکھتا ہے اور کس کو یاد دلانا پڑتا ہے؟

مہرین فاخر: دونوں یاد رکھتے ہیں، اگر فاخر کو بھول جائے تو میں یاد کروا دیتی ہوں اس بات کو کبھی مسئلہ نہیں بنایا۔

دنیا: بہترین تحفہ جو آپ کو لائف پارٹنر کی طرف سے دیا گیا؟

مہرین فاخر: ہم تحفے تحائف دیتے رہتے ہیں اور ہر بار پہلے سے بہترین تحائف دیتے ہیں۔

دنیا: دونوں میں سے اچھا کھانا بنانا آتا ہے؟

مہرین فاخر: (ہنستے ہوئے) فاخر بھی بہت سی ڈشز اچھی بنا لیتے ہیں۔ اور میں بھی۔

دنیا: شوبز دونوں میں کبھی وجہ اختلاف بنا؟

مہرین فاخر: شوبز کی وجہ سے کبھی اختلاف نہیں ہوا، مجھے پتا ہے ان کا کام ہے جیسے سب لوگ کوئی نہ کوئی کام کرتے ہیں، اس لئے شوبز کی مصروفیات کی وجہ سے کبھی جھگڑا نہیں ہوا۔

☆☆☆

جب ہمارا ایشو ''آواز'' ٹوٹا تو بہت دن تک بہت باتیں ہوتی رہیں، میڈیا نے اسے ایک بڑے المیے کے طور پر چھاپا، اور آخر یہ سلسلہ رک گیا، سازشیں تب کامیاب ہوتیں اگر میں ناکام ہو جاتا، کبھی منفی پروپیگنڈا پر دھیان نہیں دیا، بلکہ اپنی منزل کی جانب سفر کرتا رہتا ہوں

طیبہ بخاری

نویں قسط

بالی وڈ کے 100 سال

عجیب داستاں ہے یہ ---کھاں شروع ---کھاں ختم

ٹرینڈ سیٹرز اداکار کسی بھی انڈسٹری کے ہوں، لوگ انہیں دیکھتے، پسند کرتے اور کاپی کرتے ہیں۔ ممبئی نگریہ اس حوالے سے خاصی ''زرخیز'' اور ''خوش قسمت'' رہی ہے۔ اسے ماضی میں بھی ایک سے بڑھ کر ایک ٹرینڈ سیٹر آرٹسٹ ملا اور موجودہ دور میں بھی ان کی کوئی کمی نہیں۔ ہیرو ہو یا ہیروئن مایا نگری کا ہر آرٹسٹ فلم بینوں پر اپنا ''اثر'' رکھتا ہے۔ ٹرینڈ سیٹرز اداکاروں کے بارے میں بات کیلئے ایک طویل نشست درکار ہوگی، جس پر ہم پھر کبھی گفتگو کریں گے آج صرف مختصر ذکر کر کے اپنے موضوع کو آگے بڑھائیں گے۔ بالی وڈ کے پرانے ٹرینڈ سیٹرز اداکاروں میں کے ایل سہگل، دلیپ کمار، دیو آنند، شمی کپور، منوج کمار، دھرمیندر، راجیش کھنہ اور امیتابھ بچن کے نام لئے جاتے ہیں جبکہ نئے ٹرینڈ ٹرینڈ سیٹرز فنکاروں میں جتے ندت، جیکی شروف، انیل کپور، عامر خان، سلمان خان، رتک روشن اور شاہد کپور کے نام شامل ہیں۔ ان اداکاروں کے چلنے، کہا جائے یا ''بالی وڈ''۔ اکثر فنکاروں کو یہ کہتے ہوئے سنا جاتا ہے کہ'' مجھے تو اس نام پر ہی اعتراض ہے، یہ بالی وڈ سے لیا گیا نام لگتا ہے جب کہ اس کا ایک اور اوریجنل نام ہونا چاہئے تھا''۔ اپنے صد سالہ دور میں ہندوستانی فلم نے کئی نشیب و فراز دیکھے، فلم نے کئی ادوار کا سامنا کیا، کئی بہاریں اور خزائیں دیکھیں ایک طرف اس نے فلمی شائقین کو محظوظ کرنے میں کافی حد تک کامیابی حاصل کی تو دوسری جانب فحاشی بڑھانے اور عریانیت پھیلانے کا الزام بھی جھیلا، سماج میں پھیلی برائیوں پر آواز اُٹھائی تو اُس کی منفرکشی اور پیش کرنے کا جو طریقہ کار اپنایا اُس پر کڑی تنقید کا سامنا کرنا پڑا۔ اسی طرح وطن پرستی کے جذبے کو لے کر درجنوں فلمیں بنائیں تاہم ایسی فلموں میں کم وبیش ایک مخصوص ملک کو ہی اکثر نشانہ بنایا گیا۔

ہمارا اصل موضوع ہندوستانی فلم کے ٹرینڈ اور اس کے ٹرینڈ سیٹرز ہیں۔ جہاں تک تعلق ٹرینڈ کا ہے تو ابتدائی دنوں میں انڈین فلموں کا اہم موضوع مذہبی اقدار ہوتی تھیں جبکہ گاہے بہ گاہے شاہی دور حکومت پر بھی فلمیں بنائی جاتی رہیں۔ اُس کڑی مانے جاتے ہیں

جہاں تک اداکاراؤں کا تعلق ہے تو دیویکا رانی اور دُرگا کھوٹے نے اپنی دمدار اداکاری سے ہر رول میں خود کو منوایا وہیں للیتا پوار نے خاتون ولن کے طور پر اپنی منفرد چھاپ چھوڑی۔ اداکارہ نادیہ نے ''ہنٹر والی'' فلم کے ذریعے یہ ثابت کیا کہ ایک خاتون بھی بڑے دلنوں کا اکیلے مقابلہ کرسکتی ہے۔ انہیں پہلی خاتون ایکشن سٹار کہا جاسکتا ہے۔

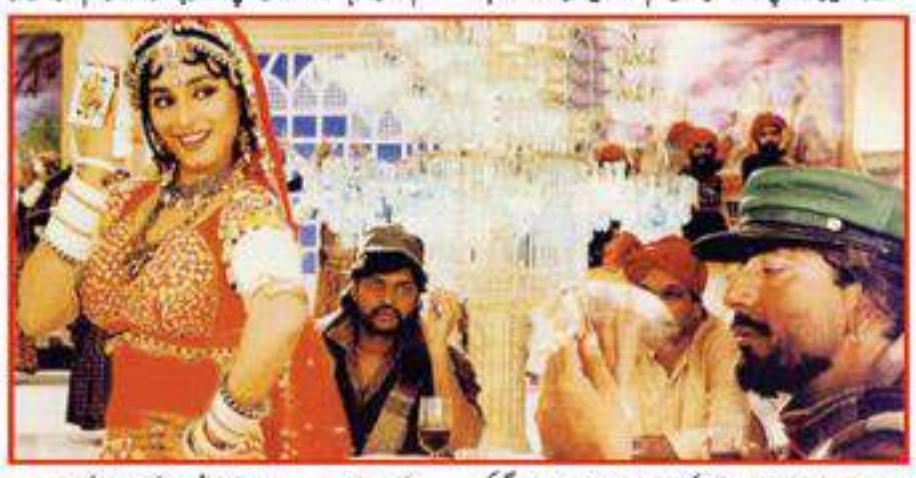
اداکاراؤں میں زینت امان اور پروین بابی پردہ سکرین کو مزید گلیمرس بنانے والی مانی جاتی ہیں جنہوں نے خواتین کے پردے پر پیش کئے جانے والے دائرے کو کافی وسعت بخشی۔ اِس دوران اشوک کمار نے اپنی منفرد پہچان بنائی اُن کی فلمیں ''قسمت'' (1943ء) ہو یا ''محل'' (1949ء) یا پھر ''سنگرام'' (1943ء)۔ 1943ء سے 1993ء کے دوران اُنہوں نے کئی ایسی فلمیں دیں جن میں وہ اینٹی ہیرو کے طور پر نظر آئے۔ ان کی تقلید کہیں یا منفرد انداز رومانس کے بادشاہ شاہ رخ نے اداکار اور اداکاری کی تعریف کو نئی جہت دی ''بازیگر'' اور ''ڈر'' میں منفی کردار نبھا کر انہوں نے یہ ٹرینڈ سیٹ کیا کہ صرف رومانی اور مثبت کردار کی ادائیگی ہی ہیرو کا کام نہیں۔ یہ وہ ایسی فلمیں ہیں جن میں شاہ رخ خان نے منفی کردار ادا کرنے کے باوجود واہ واہ اور ایوارڈز دونوں حاصل کئے دیو آنند، شمی کپور اور راجیش کھنہ جہاں ماضی کے سٹائل آئیکون تھے وہیں آج کے سٹائل آئیکون سلمان خان مانے جاتے ہیں

عامر مسٹر پرفیکشنسٹ کے طور پر جانے جاتے ہیں۔ رتک روشن بھی کم وبیش اسی نقش قدم پر چل رہے ہیں جنہوں نے 13 سال کے اپنے فلمی سفر میں صرف 20 فلمیں کی ہیں۔

اداکاراؤں میں سادھنا، شرمیلا ٹیگور اور مالا سنہا کا اس ضمن میں نام لیا جاسکتا ہے۔ سادھنا سٹائل تو آج بھی خواتین کے دل ودماغ سے اوجھل نہیں ہو پایا۔ مدھوبالا، ڈمپل کپاڈیہ مادھوری، کرینہ اور سونم کپور کے بالوں اور کپڑوں کے سٹائل خواتین میں بے حد مقبول ہیں۔

گذشتہ نشست میں ہم 1990ء تک کی فلموں کا جائزہ لے چکے ہیں۔ آج ہم 1991ء سے 1993ء تک کی فلموں پر نظر دوڑائیں گے۔ 1991ء میں 127 سے زائد فلمیں ریلیز ہوئیں۔ ٹاپ 10 میں جس فلم نے میدان مارا وہ تھے

جن کے سن گلاسیز اور ٹی شرٹس کا نوجوانوں میں خاص کریز ہے کچھ اور بھی اداکار رہے ہیں جن کے بالوں کا انداز یا چشمہ نوجوانوں میں خاصا مقبول ہوا۔ راجیش کھنہ، امیتابھ بچن سے آگے بڑھتے ہوئے اجے دیوگن اس کڑی کا حصہ ہیں۔ ان سبھوں کے بالوں کا انداز نوجوانوں پر برسوں اثر انداز رہا۔ شترو گھن سنہا اور ونود کھنہ دو ایسے ستارے رہے ہیں جنہوں نے اپنے فلمی سفر کا آغاز بطور ولن کیا مگر وقت کیساتھ ساتھ خود کو نامور ہیرو کی فہرست میں کامیابی کے ساتھ شامل کروایا اور کئی ہٹ فلمیں دیں۔ ان کے برعکس حال ہی میں دادا صاحب پھالکے ایوارڈ حاصل کرنے والے پران اور پریم ناتھ ایسے اداکار رہے جنہوں نے شروعات تو ہیرو کے طور پر کی تھی مگر فلمی شائقین انہیں ولن کے طور پر یاد رکھتے ہیں اور وہ بھی ایسے ولن جو کسی بھی فلم میں اداکار سے کم اہمیت نہیں رکھتے تھے۔ دلیپ کمار سال میں ایک یا دو فلمیں کرنے کیلئے جانے جاتے تھے۔ آج عامر خان ان کی تقلید کرتے ہوئے دیکھے جاسکتے ہیں۔ دلیپ کمار جہاں شہنشاہ جذبات مانے جاتے رہے ہیں تو وہیں

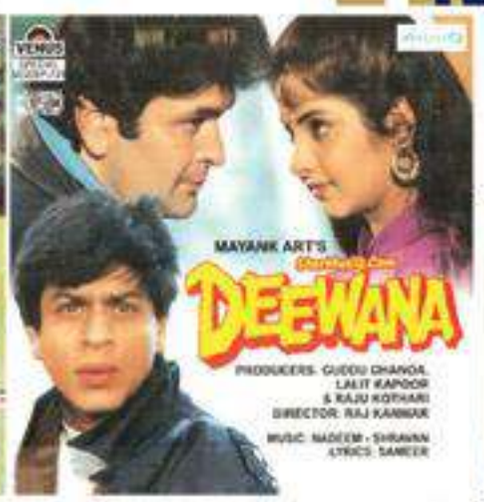


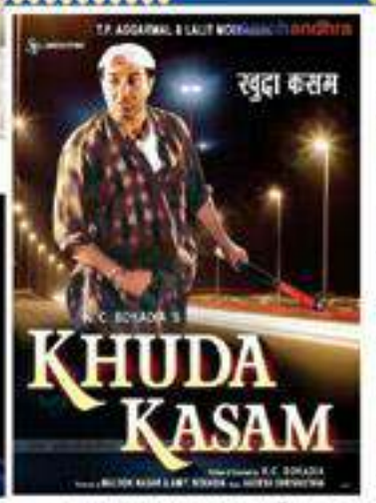
نے خوب مقبولیت حاصل کی۔ چوتھے نمبر پر اجے دیوگن، مدھو اور امریش پوری کی اداکاری سے سجی فلم ''پھول اور کانٹے'' رہی۔ امیتابھ بچن، رجنی کانت، گووندا، کمی کاتکر، شلپا شروڈکر، انوپم کھیر اور ڈینی کی دمدار اداکاری والی فلم ''ہم'' پانچویں نمبر پر رہی۔ اس فلم کے گانے ''اری او جمعہ، میری جان من من'' میوزک چارٹس میں پہلے نمبر پر آتا رہا۔ عامر خان ہو'' قیامت سے قیامت'' تک کی بلاک بسٹر کامیابی کے بعد نوجوانوں کے ہردلعزیز ہیرو بن چکے تھے ٹاپ 10 میں اُن کی فلم ''دل ہے کہ مانتا نہیں'' چھٹے نمبر پر آئی۔ اس فلم میں اُن کی ہیروئن جوہی چاولہ یا مادھوری نہیں بلکہ آج کی کامیاب پروڈیوسر اور جدائیکارہ پوجا بھٹ تھیں اس فلم میں پوجا بھٹ کے ہیر سٹائل کو خاصی شہرت ملی۔ ''دل ہے کہ مانتا نہیں'' عامر خان اور پوجا بھٹ کیساتھ انوپم کھیر کیلئے بھی کامیاب فلم ثابت ہوئی۔ انوپم بالی وڈ میں درسٹائل اداکار کے طور پر مانے جاتے ہیں۔ اس فلم میں اُنہوں نے ثابت کیا کہ وہ ''کرما'' کے کامیاب ولن'' ڈاکٹر ڈین'' بن سکتے ہیں تو پوجا بھٹ کے امیر باپ کے کردار میں ایک کامیڈین کی حیثیت سے جان بھی ڈال سکتے ہیں۔ فلم میں ایک مقام ایسا آتا ہے جس میں وہ اپنی بیٹی (پوجا بھٹ) کو شادی کے منڈپ سے بھاگ جانے کا مشورہ دیتے ہیں اور جب بیٹی بھاگ جاتی ہے تو وہ چلا چلا کر خوش ہو کر لوگوں کو بتاتے ہیں'' کہ میری بیٹی بھاگ گئی'' حقیقی زندگی میں کوئی باپ شادی کے دن اپنی بیٹی کے گھر سے بھاگ جانے پر خوش نہیں ہوسکتا لیکن'' دل ہے کہ مانتا نہیں'' میں انوپم کھیر کی'' خوشی'' اور بے ساختہ اداکاری نے فلم بینوں کو خوب محظوظ کیا۔ ٹاپ 10 میں ساتویں نمبر پر آنے والی فلم تھی'' پریم قیدی''، اس فلم کے اداکار تھے، ہریش کرشنہ کپور پریش راول، دلیپ تاہل راما ویج اور شفیع انعام دار۔ سنی دیول، ڈمپل کپاڈیہ، اوم پوری، جونی لیور، روی بہل اور ارمیلا ماتونڈکر کی فلم'' نرسمہا'' آٹھویں نمبر پر رہی۔ 1991ء میں ہی پاکستانی اداکارہ زیبا بختیار کی فلم'' جنا'' ریلیز ہوئی۔ اس فلم کے دیگر فنکار رشی کپور، اشونی، رضا مراد، سعید جعفری اور کرن کمار تھے۔ یہ پہلی مرتبہ ہوا تھا کہ بالی وڈ کی کسی فلم میں پاکستانی اداکارہ کو ہیروئن لیا گیا تھا

کے بعد ساجی ایشوز نے فلم میں مرکزیت حاصل کرلی۔ ایک دور ایسا بھی آیا جب سیاسی سسٹم اور اُس کی برائیوں پر ہدایت کاروں کی نظریں پڑیں اور انہوں نے اپنی فلموں میں سیاستدانوں، سرکاری اداروں اور خاص کر محکمہ پولیس کو نشانہ بنایا۔ 60ء کی دہائی کے نصف حصے سے 70ء کی دہائی کا نصف حصہ رومانوی دور رہا تو اُس کے بعد 80ء کی نصف دہائی اسٹیبلشمنٹ مخالف فلموں کا رہا۔ اسی دوران اینگری ینگ مین کے طور پر امیتابھ بچن پردہ سیمیں کے اُفق پر آئے اور چھا گئے۔ 90ء کی دہائی سے فلم کا ٹرینڈ کافی بدل چکا ہے اور آج ہم کئی ایسی فلمیں دیکھتے ہیں جو لیک سے ہٹ کر مانی جاتی ہیں۔ ٹرینڈ سیٹرز شہنشاہ جذبات دلیپ کمار، اور پنچل شومین راج کپور اور مغربی اداکاروں کا انداز اپنانے والے دیو آنند ایسے اداکار تھے جن کے مداحوں کی تعداد بہت بڑی تھی۔ ان کی اداکاری کے دیوانے اور اُن پر مرمٹنے کو تیار حسینائیں ان اداکاروں کو دیکھنے کیلئے ہی تھیٹر پہنچتے تھے۔ ان سے پرے کچھ ایسے اداکار بھی آئے جو'' نیچرل ایکٹنگ'' کیلئے جانے جاتے تھے۔ ان میں موتی لال اور بلراج ساہنی کیساتھ ساتھ سنجیو کمار کے نام قابل ذکر ہیں۔ ان ہی کی تقلید کرتے ہوئے نصیر الدین شاہ اور اوم پوری نے اداکاری کے دم پر اپنی خاص شناخت بنائی۔ موجودہ دور کے اداکاروں میں عرفان خان اور نواز الدین صدیقی اس کی

ناچنے، کھانے، بولنے کا انداز ہی نہیں ڈریس اور ہیر سٹائل سب'' کاپی'' ہوتا ہے۔ آج کل تو حالات اس نہج تک پہنچ چکے ہیں کہ اداکار کون سا موبائل، پرفیوم اور گاڑی استعمال کرتا ہے شائقین اسے بھی'' کاپی'' کرتے ہیں۔ دلیپ کمار، دیو آنند، راجیش کھنہ اور امیتابھ بچن کے بالوں کے انداز کو کاپی کرنا نوجوانوں کا من پسند مشغلہ ہوتا تھا۔ مایا نگری کے اولین سپر سٹار راجیش کھنہ نے چینٹ کے ساتھ گُرتا پہننے کا منفرد انداز متعارف کروایا یہ انداز آج بھی بوڑھوں اور نوجوانوں میں مقبول ہے۔ مسٹر پرفیکشنسٹ عامر خان اپنی ہر فلم میں نیا روپ دھارنے میں ماہر ہیں۔ ''دل ہے کہ مانتا ہی نہیں'' میں اُن کی ٹوپی کو اتنا پسند کیا گیا کہ آج بھی نوجوان نت نئے انداز کی ٹوپیاں پہن کر ان کو کاپی کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ باقی تمام اداکاروں کے ٹرینڈز کے بارے میں پھر کبھی تفصیل سے بات کریں گے

''راجا ہریش چندر'' کی نمائش کے ساتھ ہندوستانی فلم نے اپنے سفر کا جو آغاز کیا تھا اُس کو 100 برس مکمل ہو چکے ہیں صد سالہ سفر کے دوران اسے ایک انڈسٹری کا درجہ حاصل ہو چکا ہے جسے آج بالی وڈ کے نام سے جانا جاتا ہے۔ حالانکہ اس نام پر بھی بحث وتکرار جاری ہے مایا نگری سے جُڑی کئی بڑی شخصیات بھی ابھی یہ طے نہیں کر پائیں کہ ممبئی نگریہ کو انڈین فلم انڈسٹری





فلم کی کامیابی نے زیبا کو بالی وڈ میں مقبول اور مصروف اداکارہ بنا ڈالا لیکن یہ مقبولیت اور مصروفیت صرف چند فلموں تک ثابت ہوئی۔ ٹاپ 10 میں دسویں نمبر پر آنے والی جیکی شروف، سنگیتا بجلانی، گلشن کروور شکتی کپور کی فلم ''عزت'' تھی۔ اس کے علاوہ جن فلموں نے کامیابی حاصل کی اُن میں ''100 days''، آدھی میمنسا، آدمی اور اپسرا، آگ لگا دو ساون کو، آج کا سیمسن، آخری چیخ، افسانہ پیار کا، عجوبہ، اکیلا، آئی ملن کی رات بارش، بات ہے پیار کی، بدنام رشتے، بنجارن، بے گناہ، بے نام بادشاہ، بھابھی، ڈانسر، دیش واسی، دھرم سنکٹ، دکشا، دو متوالے، دشمن دیوتا، ایک ڈاکٹر کی موت، ایک گھر، اک سانس زندگی، فرشتے، فتح، فرسٹ لو لیٹر، گنگا جمنا کی لالکا، گرجتا، گھر پریوار، گریٹ ٹارگٹ، گنہگار کون، ہفتہ بند، ہائے میری جان حق، ہاؤس نمبر 13، اندراجیت، انصاف کا خون، انسپکٹر دھنوش، ارادہ، جان کی قسم، جان پہچان، جینا تیری گلی میں، جیسے کی سزا، جیون داتا، جھوٹی شان، جگر والا، جنگل بیوٹی قدردان، قرض چکانا ہے، قصب، کون کرے قربانی، خلاف، خون کا قرض، خونی پنجہ، خونی رات، کہرام، قربان، لکھپتی، لکشمن ریکھا، لمحے، لو، ماں، مست قلندر، مینا بازار، میت میرے من کے، مہندی بن گئی خون، ہنسی پسی، مصالحہ، نمکین، ناچنے والے گانے والے، نظر، نہری آدمی، پاپ کی آندھی، پتھر کے پھول، پھول بنے انگارے، پتا پربار، پیار کا سایہ، پیار بھرا دل، قربانی رنگ لائے گی، رادھا کا سنگم، رام گڑھ کے شعلے، رنبھومی، روحانی طاقت، رکوا میتز میشن، روپیہ دس کروڑ، ساتھی، سادھو سنتھ، صنم بے وفا، سپنوں کا مندر، سو کروڑ، سوگندھ، شنکرا، شانتی کرانتی، شکاری، شیو رام، سورگ جیسا گھر، سورگ یہاں نرگ یہاں، سویم

تلپاپتھی، دی میکنی فیشنٹ گارڈین، ترشنترا، ویرتا، وش کنیا، وشنو دیوا، یارا دلدارا، یہ آگ کب بجھے گی، یودھا، زہر کے نام قابل ذکر ہیں۔

1992ء میں 123 سے زائد فلمیں ریلیز ہوئیں۔ جن میں ''بیتا''، دیوانہ، خدا گواہ، شعلہ اور شبنم، یلغار، وشواتما، جگر، بول رادھا بول، انگار، کھلاڑی'' ٹاپ 10 فلمیں ثابت ہوئیں۔ انیل کپور، مادھوری ڈکشت، اروِنا ایرانی، انوپم کھیر اور کلشی کانت بروے نے ''بیتا'' میں شاندار پرفارمنس کا مظاہرہ کیا، یہی وجہ ہے کہ روایتی کہانی پر مبنی ہونے کے باوجود فلم 1992ء کی نمبر ون فلم ثابت ہوئی۔ اداکاری کیساتھ ساتھ فلم کا میوزک بھی لاجواب تھا۔ دوسری جانب کوئی نہیں جانتا تھا کہ ''دیوانہ'' میں سائیڈ ہیرو کا کردار ادا کرنے والا شاہ رخ خان آگے چل کر بالی وڈ کا کنگ خان کہلائے گا، واقعی ایسی دیوانگی دیکھنے کو کم ہی ملتی ہے۔ شاہ رخ خان، دیویا بھارتی اور رشی کپور کی اداکاری سے سجی ''دیوانہ'' ٹاپ 10 میں دوسرے نمبر پر رہی۔ ''تو مجھے قبول۔۔۔ میں تجھے قبول، اس بات کا خدا گواہ'' جی ہاں! اتنا لاجواب گانا جس فلم میں ہو اور وہ ناکام ہو ایسا ہو ہی نہیں سکتا۔ سری دیوی، ایتابھ بچن، ڈمپل، شلپا شروڈکر، کرن کمار اور وکرم گوکھلے کی فلم ''خدا گواہ'' نے ٹاپ 10 میں تیسری پوزیشن حاصل کی۔ یہ دیویا بھارتی کا سال تھا اُن کی تین فلموں نے ٹاپ 10 میں میدان مارا۔ گووندا دیویا بھارتی اور انوپم کھیر کی ''شعلہ اور شبنم'' چوتھے نمبر رہی۔ نجے دت، فیروز خان اور کبیر بیدی کی ''یلغار'' پانچویں نمبر پر آئی۔ سنی دیول، چنکی پانڈے، نصیرالدین شاہ سونم، دیویا بھارتی، مہیش آنند اور امریش پوری کی ''وشواتما'' چھٹے نمبر پر آئی اے دیوگن، کرشمہ کپور، ارجن، مادھوری اور پریش راول کی ''جگر'' ساتویں نمبر پر، رشی کپور، جوہی چاولہ، قادر خان مواسنیش بہل، الوک ناتھ، شکتی کپور، کرن کمار کی ''بول رادھا بول'' آٹھویں نمبر پر، جیکی شروف، ڈمپل کپاڈیہ، اوم پوری، کرن کمار، مظہر خان اور قادر خان کی لاجواب اداکاری سے سجی ''انگار'' نویں نمبر پر جبکہ اکشے کمار، عائشہ جھلکا، دیپک

ظلم کی حکومت کے نام شامل ہیں۔

1993ء میں 122 سے زائد فلمیں ریلیز ہوئیں۔ جن میں مشہور زمانہ فلم ''کھل نائیک'' ٹاپ 10 میں پہلے نمبر پر آئی۔ اس فلم نے باکس آفس پر کمائی اور مقبولیت کے تمام ریکارڈ توڑ ڈالے۔ سبھاش گھئی، جیکی شروف کی کیمسٹری نے فلم کی کامیابی میں بھرپور کردار ادا کیا۔ ''چولی کے پیچھے کیا ہے'' جیسا مشہور و معروف گانا بھی اسی فلم کا حصہ تھا۔ مادھوری ڈکشت کی دمدار اداکاری نے فلم کو چار چاند لگا دیئے۔ راکھی اور اوم پوری کے منگل جیسے سینئر اداکار بھی اس فلم کا اہم حصہ تھے۔ فلم میں راکھی نے اپنی شاندار اداکاری سے ثابت کیا کہ وہ بیک وقت دو ایسے بیٹوں کی ماں کا کردار بخوبی نبھانا جانتی ہیں جن میں ایک ''کھل نائیک'' ہے اور دوسرا ''نائیک''۔ فلم کا سکرپٹ میوزک، پکچرائزیشن اور اداکار سب کے سب لاجواب تھے۔ بالی وڈ کی تاریخ میں اس فلم کو ہمیشہ یاد رکھا جائیگا۔ نجو بابا نے اپنی حرکتوں، چہرے کے اُتار چڑھاؤ اور ڈائیلاگ ڈیلیوری سے ثابت کیا کہ وہ ہیرو کا سافٹ امیج رکھنے کے باوجود ایک خطرناک، اینگری ینگ مین اور ولن کا کردار نبھانے کی صلاحیتوں کے مالک ہیں اور اُن میں ایک ایسا ورسٹائل اداکار چھپا بیٹھا ہے جو موقع ملنے پر اپنے آپ کو منوانا جانتا ہے۔ جیکی شروف کی توبات ہی کچھ الگ ہے۔ اپنی پہلی سپر ہٹ فلم ''ہیرو'' میں وہ ایک غنڈے کے روپ میں متعارف ہوئے تھے لیکن ''کھل نائیک'' میں انہوں نے ثابت کر ڈالا کہ وہ ''نائیک'' تھے اور ''نائیک'' رہیں گے۔ 1993ء کی ٹاپ 10 فلموں میں جیکی شروف کی دو فلموں نے میدان مارا۔ ان کی دوسری فلم ''گردش'' نے بھی زبردست کامیابی حاصل کی۔

1980ء سے 1990ء تک کے کامیاب ہدایتکار

ستیہ جیت رائے

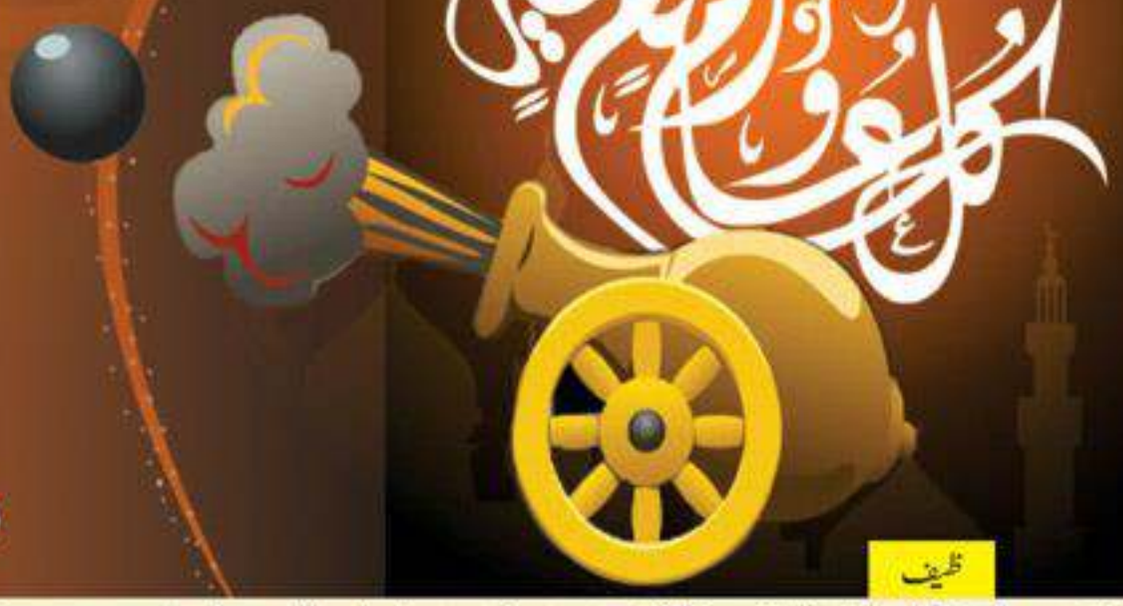
بھول، مجھے انصاف چاہئے، اندھا قانون، انقلاب، جون جانی جناردھن، انصاف کی پکار، سنسار)، ٹینو آنند (فلم: کالیا، یہ عشق نہیں آسان)، جوتی سروپ (فلم: چورنی)، جوگیندر (فلم: پیاسا شیطان)، جے پی دتہ (فلم: غلامی، یتیم)، جے اوم پرکاش (فلم: اپنا بنا لو، ارپن، بھگوان دادا)، چیتن آنند (فلم: قدرت)، رگھوید را راؤ (فلم: تحفہ)، راج کھوسلہ (فلم: مٹی مانگے خون، میرا دوست میرا دشمن)، روی کانت نگیش (فلم: ترکیب، دی گولڈ میڈل، شجاعت)، رجت رکشت (فلم: رکشا بندھن)، راج کپور (فلم: رام تیری گنگا میلی، پریم روگ)، روی چوپڑا (فلم: دلہن)، راجیو مہرا (فلم: پیار کے دو پل)، رمیش تلوار (فلم: بسیرا، سوال، دُنیا)، رندھیر کپور (فلم: بیوی او بیوی)، راجیندر کمار (فلم: لوسٹوری)، رشی کیش مکھر جی (فلم: نرم گرم، بے مثال، کسی سے نہ کہنا، رنگ برنگی، اچھا برا، لاٹھی)، راما راؤ (فلم: جیون دھارا)، روی ٹنڈن (فلم: خوددار، دو گورو، آن اور شان، راہی بدل گئے، ایک میں اور ایک تو، نذرانہ)، راج پسی (فلم: ستے پہ ستہ، شیوا کا انصاف، قیامت، جیوا، لوہا، تھانیدار)، رمیش پسی (فلم: شکتی، ساگر، زمین)، راج کمار کوہلی (فلم: بدلے کی آگ، نوکر بیوی کا، راج تلک، پتی پتنی اور طوائف)، راما نند ساگر (فلم: بغاوت)، راکیش کمار (فلم: یارانہ)، رمیش بہل (فلم: پکار)، رام سیتھی (فلم: جھنکھرو)، راہول رویل (فلم: ڈکیت، جیون اک سنگھرش)، رمن کمار (فلم: راہی)، راکیش روشن (فلم: خودغرض)، راج ہیر (فلم: دیپ)، راجیو رائے (فلم: تری دیو)، راج کمار سنتوشی (فلم: گھائل)، رام گوپال ورما (فلم: شیوا)، علی رضا (فلم: جانور)، عباس مستان (فلم: ساجن تیرا سمجھنا)، ڈیوڈ دھون (فلم: دو قیدی، سورگ، آندھیاں، آگ کا گولہ، شعلہ اور شبنم، یلغار، وشواتما، جگر، بول رادھا بول، انگار، کھلاڑی'' ٹاپ 10 فلمیں ثابت ہوئیں۔ انیل کپور، مادھوری ڈکشت، اروِنا ایرانی، انوپم کھیر اور کلشی کانت بروے نے ''بیتا'' میں شاندار پرفارمنس کا مظاہرہ کیا، یہی وجہ ہے کہ روایتی کہانی پر مبنی ہونے کے باوجود فلم 1992ء کی نمبر ون فلم ثابت ہوئی۔ اداکاری کیساتھ ساتھ فلم کا میوزک بھی لاجواب تھا۔ دوسری جانب کوئی نہیں جانتا تھا کہ ''دیوانہ'' میں سائیڈ ہیرو کا کردار ادا کرنے والا شاہ رخ خان آگے چل کر بالی وڈ کا کنگ خان کہلائے گا، واقعی ایسی دیوانگی دیکھنے کو کم ہی ملتی ہے۔ شاہ رخ خان، دیویا بھارتی اور رشی کپور کی اداکاری سے سجی ''دیوانہ'' ٹاپ 10 میں دوسرے نمبر پر رہی۔ ''تو مجھے قبول۔۔۔ میں تجھے قبول، اس بات کا خدا گواہ'' جی ہاں! اتنا لاجواب گانا جس فلم میں ہو اور وہ ناکام ہو ایسا ہو ہی نہیں سکتا۔ سری دیوی، ایتابھ بچن، ڈمپل، شلپا شروڈکر، کرن کمار اور وکرم گوکھلے کی فلم ''خدا گواہ'' نے ٹاپ 10 میں تیسری پوزیشن حاصل کی۔ یہ دیویا بھارتی کا سال تھا اُن کی تین فلموں نے ٹاپ 10 میں میدان مارا۔ گووندا دیویا بھارتی اور انوپم کھیر کی ''شعلہ اور شبنم'' چوتھے نمبر رہی۔ نجے دت، فیروز خان اور کبیر بیدی کی ''یلغار'' پانچویں نمبر پر آئی۔ سنی دیول، چنکی پانڈے، نصیرالدین شاہ سونم، دیویا بھارتی، مہیش آنند اور امریش پوری کی ''وشواتما'' چھٹے نمبر پر آئی اے دیوگن، کرشمہ کپور، ارجن، مادھوری اور پریش راول کی ''جگر'' ساتویں نمبر پر، رشی کپور، جوہی چاولہ، قادر خان مواسنیش بہل، الوک ناتھ، شکتی کپور، کرن کمار کی ''بول رادھا بول'' آٹھویں نمبر پر، جیکی شروف، ڈمپل کپاڈیہ، اوم پوری، کرن کمار، مظہر خان اور قادر خان کی لاجواب اداکاری سے سجی ''انگار'' نویں نمبر پر جبکہ اکشے کمار، عائشہ جھلکا، دیپک

شکتی سامنتھ (فلم: برسات کی ایک رات، عیاش، آر پار، الگ الگ)، شیام بینیگل (فلم: کلیوگ، منڈی، تریکال، Susman)، شیکھر کپور (فلم: معصوم، مسٹر انڈیا، جوشیلے)، ستیش وکل (فلم: کھیل محبت کا)، ششیلا نائیر (فلم: کرم داتا)، شیتل (فلم: یہ پریت نہ ہوگی کم)، شامی (فلم: پگھلتا آسمان)، شیومترا (فلم: آگ ہی آگ، سیتا پور کی گیتا، پاپ کی دنیا، ناکہ بندی)، ڈلال گوہا (فلم: ڈھوال، میرا کرم میرا دھرم)، دیپک بھیرے (فلم: ہم سے بڑھ کر کون، ہم سے ہے زمانہ، دو جو حسینہ)، دیا تند (فلم: گم سم)، دارا سنگھ (فلم: رستم)، دیش گوتم (فلم: دل ہی دل میں)، دیپ کھرجی (فلم: کرانے)، دیو آنند (آنند اور آنند، اول نمبر)، دیال نہلانی (فلم: اندھا یودھ)، دیپک شیو دسانی (فلم: دادا گیری، باغی)، دیپک بلراج (فلم: سیلاب)، سومو کھرجی (فلم: فنٹی فنٹی)، سبھاش گھئی (فلم: کرودھی، ودھاتا، ہیرو، میری جنگ، کرما، رام لکھن)، بہائی پرنجپائے (فلم: چشم بدور)، سکھ دیو آہلووالیہ (فلم: کھلتے سمن)، سلیل دت (فلم: راکی، درد کا رشتہ)، ساون کمار (فلم: ساجن کی سہیلی، لیلی، پریتی)، ستیا جیت رے (فلم: سدگتی)، سلیل ایم گھوش (فلم: بھیگی پلکیں)، سورج پرکاش (فلم: در در دل)، سعید اختر مرزا (فلم: موہن جوشی حاضر ہو)، سوہن لال کنور (فلم: پاپی پیٹ کا سوال ہے)، سیودھ مکھرجی (فلم: اُلٹا سیدھا)، سلطان احمد (فلم: دھرم کانٹا)، بی وی سریدھار (فلم: دل نادان)، منے خان (فلم: کالا دھندہ گورے لوگ)، سوشیل ملک (فلم: ایماندار)، ستین بھوس (فلم: دو دن آینگا)، منوج کمار (فلم: کرانتی)، منموہن ڈیسائی (فلم: نصیب، دیش پریمی، مرد)، مظفر علی (فلم: امراؤ جان، اگمان)، مہیش بھٹ (فلم: سندر، آگ اور شعلے، ہمت اور محنت، مجال، مرد کی زبان، وقت کی آواز، سونے پہ سہاگہ، پیار کا مندر)، کے مورالی موہنا راؤ (فلم: دل والے)، کیتن مہتا (ہولی، مرچ مصالحہ، پہلا قدم)، کے بالا چندر (فلم: اِک دوجے کیلئے)، کیشو رامسے (فلم: ڈاک بنگلہ، میرا شکار)، کے روی شنکر (فلم: سندور)، قادر خان (فلم: شیخ)، خالد سی (فلم: کھیا)، ورندرا (فلم: کھیل مقدر کا)، وِنود پانڈے (فلم: سٹار)، وجے تلوار (فلم: لوری)، وجے سدھانا (فلم: پیار جھکتا نہیں، ایسا پیار کہاں)، ویش چوپڑا (فلم: سلسلے، منگیتر، فاصلے، وجے، چاندنی)، ویکھ ٹنڈن (فلم: اگر تم نہ ہوتے، دوسری دلہن)، فیروز خان (فلم: جانباز، دیاوان)، طاہر حسین (فلم: تم میرے ہو)، پرناسین (فلم: 36 چورنگی لین)، ارجن ہنگورانی (فلم: قاتلوں کے قاتل)، اے سی تریلوچندر (فلم: تیری قسم)، آر سی تندا (فلم: بھائی آخر بھائی ہوتا ہے)، اسماعیل شروف (فلم: دل آخر دل ہے، جھوٹا سچا)، انور پاشا (فلم: دولہا بکتا ہے)، اشوک (فلم: پینٹر بابو)، انیل شرما (فلم: بندھن کچے دھاگوں کا، حکومت)، آر پی سوامی (فلم: مان مریادا)، امت کھنہ (فلم: شیشے کا گھر)، اتیل دت (فلم: انقلاب کے بعد)، ایم این یاسین (فلم: کانچ کی دیوار)، اشوک تیاگی (فلم: سُر خیاں)، اشوک چوپڑا (فلم: ناسور)، انمول پالیکر (فلم: آنکھیں، تھوڑا رومانی ہو جائیں)، اومیش مہرا (فلم: اشانتی)، آتما رام (فلم: پیار کے راہی)، آر سی تندا (فلم: بھائی آخر بھائی ہوتا ہے)، ایس یو سید (فلم: سات سال بعد)، اشوک رائے (فلم: ڈاکو حسینہ)، اے کشیپ (فلم: نام و نشان)، انیل گنگولی (فلم: سڑک چھاپ)، اندرا کمار (فلم: دل)، بھرت رنگا چارے (فلم: بات بن جائے)، بھرت کپور (فلم: تیری پوجا کرے سنسار)، بابو بھائی مشرا (فلم: مایا بازار)، بالو مہیندرا (فلم: صدمہ)، باپو (فلم: وہ سات دن، محبت، پیاری بہنا، میرا دھرم، بے زبان، دل ملے)، بابر سبھاش (فلم: ڈسکو ڈانسر، ڈانس ڈانس)، بی آر چوپڑا (فلم: نکاح، طوائف، عوام)، بی آر اشرا (فلم: کھر اکھوٹا، لوگ کیا کہیں گے، وہ پھر آئینگی)، باسو چٹر جی (فلم: شوقین، ہماری بہو الکا، پسند اپنی اپنی، لاکھوں کی بات، اک رُکا ہوا فیصلہ، کرایہ دار، زیور)، بلونت دولت (فلم: احسان)، پرکاش مہرا (فلم: لاوارث، نمک حلال، آؤ پیار کریں، شرابی، مقدر کا فیصلہ)، پراوین بھٹ (فلم: بھانونا)، پرکاش مہرا (فلم: ہپ ہپ ہُرے، پرم پرا، ایک اور اتہاس)، پرمود چکرورتی (فلم: شترو)، پریاگ راج (فلم: حفاظت)، پنچ پرشار (فلم: چالباز)، ترن دت (فلم: بندیا چیکے گی)، نی راما راؤ (فلم: ایک ہی

راج پسی — امول پالیکر — سبھاش گھئی — شیام بینگل — گلزار

دیس دیس کے رنگ

ماہِ رمضان منانے کے مختلف انداز



ظریف

پاکستان سمیت دنیا بھر میں سحری و افطاری پر کچھ خاص روایات کو پیش نظر رکھا جاتا ہے جن کا بہ ظاہر مذہب سے کوئی تعلق نظر نہیں آتا لیکن ان کی اہمیت سے انکار ممکن نہیں۔ کچھ عرصہ قبل تک پاکستان میں سحری کے وقت ڈھول بجا روزہ داروں کو جگانے کا اہتمام کیا کرتے، لیکن رفتہ رفتہ یہ روایت ماند پڑنے لگی۔ اس کی ایک وجہ ٹیکنالوجی کے شعبہ میں آنے والی جدت تھی۔ لوگوں نے الارم کلاک، ٹی وی اور دوسرے ذرائع پر انحصار کرنا شروع کر دیا، لیکن اس کے باوجود دور دراز کے دیہات میں ڈھول بجا کا تصور عام ہے۔ علاوہ ازیں مختلف مساجد سے سائرن کی آواز سنائی دیتی ہے جو درحقیقت اس رمضان توپ کا متبادل ہے جو دنیا کے مختلف ممالک میں اب بھی مقبول ہے۔ یہ سائرن علاقے کی مسجد میں موجود کوئی بھی شخص بجا سکتا ہے، یہی وجہ ہے کہ سحری و افطاری کے وقت آپ کو ہر طرف سے سائرن بجنے کی آواز سنائی دے گی۔ اسی طرح خاندان کے تمام افراد کا ایک ساتھ سحری و افطاری کرنا بھی روایت کا حصہ ہے جس پر تمام مسلمان ممالک میں یکساں طور پر عمل کیا جاتا ہے۔ سحری و افطاری کے پکوان مقامی ثقافتوں کی نمائندگی کرتے ہیں۔ مثال کے طور پر پاکستان میں افطاری پر دہی بھلے، پکوڑے، سموسے، پکوریاں اور اس قسم کے چٹ پٹے پکوان مقبول ہیں لیکن روزہ کھولنے کے لیے کھجور، نمک اور پانی کو ہی ترجیح دی جاتی ہے۔ دلچسپ اَمر یہ ہے کہ دنیا کے مختلف مسلمان ممالک میں رمضان المبارک کی روایات خاصی حد تک ایک دوسرے سے مماثلت رکھتی ہیں۔ آیئے اِدیکھتے ہیں کہ ماہِ رمضان کے دوران کہاں پر کیا خصوصی اہتمام کیا جاتا ہے اور وہ کیا خاص روایات ہیں جن پر عمل کرنا لازم تصور کیا جاتا ہے؟

مصر: فانوس

مصر میں رمضان المبارک کے دوران بچے چمکتے ہوئے فانوس (لالٹین) اٹھا کر گلیوں کے چکر لگاتے ہیں، یہ روایت ایک ہزار برس سے زائد پرانی ہے۔ کہا جاتا ہے کہ 969ء میں اہلِ مصر نے قاہرہ میں خلیفہ معزالدین اللہ کا فانوس جلا کر استقبال کیا تھا جس کے بعد سے رمضان المبارک کے دوران فانوس جلانے کی روایت کا آغاز ہوا۔ ایک اور روایت کے مطابق فاطمی خلیفہ الحاکم بامراللہ کی یہ خواہش تھی کہ قاہرہ میں رمضان المبارک کے دوران افطاری کے بعد چراغاں کیا جائے، چناں چہ انہوں نے یہ حکم جاری کیا کہ تمام مساجد پر لالٹین روشن کی جائے۔ یہ بھی کہا جاتا ہے کہ فاطمی خلیفہ جب رمضان المبارک کا چاند دیکھنے کے لیے گئے تو بچوں نے لالٹین اٹھا رکھی تھی اور وہ حمد و نعت پڑھ رہے تھے۔ ایک اور روایت یہ بھی ہے کہ خلیفہ الحاکم نے یہ شرط عائد کی کہ خواتین گھروں سے رات کے وقت اسی صورت میں نکل سکتی ہیں جب ان کے ساتھ بچہ ہو اور اس نے لالٹین تھام رکھی ہو۔ یہ حکم بھی جاری کیا گیا کہ تمام گھروں کے باہر لالٹین جلائی جائے۔ اس سے قطع نظر کہ حقیقت کیا ہے؟ ماہِ رمضان کے دوران مصر میں فانوس یا لالٹین روشن کرنا روایت کا حصہ بن گیا۔ اس وقت یہ روایت معدوم ہوتی ہوئی دکھائی دیتی ہے اور کہا جا رہا ہے کہ آنے والے برسوں میں شاید اس کا تذکرہ کتابوں میں ہی پڑھنے کو ملے۔

رمضان توپ

ایک جرمن ملاقاتی نے مملوک سلطان الظاہر سیف الدین کو ایک توپ تحفتاً پیش کی۔ دلچسپ امر یہ ہے کہ مملوک سلطان کے سپاہیوں نے یہ توپ شام کے وقت چلائی، رمضان المبارک کا مہینہ تھا اور اتفاق سے افطاری کا وقت تھا۔ شہریوں نے یہ تصور کیا کہ یہ ان کو افطار کے وقت سے آگاہ کرنے کے لیے ہے جس پر انہوں نے روزہ کھول لیا۔ جب سلطان کے حواریوں کو یہ ادراک ہوا کہ رمضان المبارک کے دوران سحری و افطاری کے وقت توپ چلانے سے ان کی شہرت میں اضافہ ہوا ہے تو ان کو یہ روایت جاری رکھنے کا مشورہ دیا گیا۔ آنے والے برسوں کے دوران اس نے خاصی مقبولیت حاصل کر لی اور دنیا کے مختلف مسلمان ملکوں نے بھی اسے اختیار کر لیا۔ کہتے ہیں کہ سلطان کے حواریوں نے یہ تجویز ملکہ فاطمہ کو پیش کی کیوں کہ شاہ مصر ملک سے باہر تھے، چناں چہ اس توپ کا نام ملکہ سے منسوب کر دیا گیا۔

مساہراتی (منادی کرنے والا)

مصر میں سحری کے وقت دیہاتوں اور شہروں میں ایک شخص لالٹین تھامے ہر گھر کے سامنے کھڑا ہو کر اس کے رہائشی کا نام پکارتا ہے یا پھر گلی کے ایک کونے میں کھڑا ہو کر ڈرم کی تھاپ پر حمد پڑھتا ہے۔ اگرچہ اسے کوئی باقاعدہ تنخواہ نہیں ملتی لیکن ماہِ رمضان کے اختتام پر لوگ مختلف تحائف دیتے ہیں۔ یہ روایت صرف مصر سے مخصوص نہیں اور اسلام کے ابتدائی دور سے ہی مروج ہے۔

اسلامی روایات کے مطابق مسلمانوں کے اولین مساہراتی حضرت بلال حبشیؓ تھے جو اسلام کے پہلے مؤذن بھی تھے۔ حضور اکرمؐ نے حضرت بلالؓ کی ذمہ داری لگائی کہ وہ اہلِ ایمان کو سحری کے لیے بیدار کریں۔ بغداد میں عباسی خلیفہ المنصیر کے عہد میں مساہراتی کا تصور درست معنوں میں تشکیل پایا۔ انہوں نے ابُونوقاتہ نام کے ایک شخص پر خود کو اور شہریوں کو بیدار کرنے کی ذمہ داری لگائی۔ مکہ المکرمہ میں مساہراتی کو زمزمی کہتے ہیں۔ وہ فانوس اٹھا کر شہر کے مختلف علاقوں کے چکر لگاتا ہے تاکہ اگر کوئی شخص آواز سے بیدار نہیں ہوتا تو وہ روشنی سے جاگ جائے۔ سوڈان میں مساہراتی گلیوں کے چکر لگاتا ہے اور اس کے ساتھ ایک بچہ ہوتا ہے جس کے ہاتھ میں ان تمام افراد کی فہرست ہوتی ہے جن کو سحری کے لیے آواز دے کر اٹھانا مقصود ہوتا ہے۔ رمضان کے اختتام پر اسے ہر گھر سے کچھ نہ کچھ روپے مل جاتے ہیں۔ دلچسپ اَمر یہ ہے کہ مساہراتی نسل در نسل یہ کام سرانجام دیتے ہیں، چناں چہ ان کا حافظہ قابل داد ہوتا ہے اور وہ علاقے کے ہر شخص کے نام سے آگاہ ہوتے ہیں۔ مساہراتی اپنا ڈرم خود بناتے ہیں اور اسے بنانے کا طریقہ صرف ان کو ہی معلوم ہے۔ اس ڈرم کی خوبی یہ ہے کہ اس کی گونج دور تک سنائی دیتی ہے۔

سعودی عرب

مکہ المکرمہ اور ملک کے دوسرے شہروں میں رمضان المبارک کے دوران خاصا جوش و خروش دیکھنے میں آتا ہے۔ ایسی بہت سی روایات ہیں جو نسل در نسل منتقل ہوئی ہیں یا ان پر دوسری ثقافتوں کا گہرا اثر ہے۔ لوگ گھروں پر فانوس یا بلب لگاتے ہیں، دکانوں پر بھی خصوصی انتظامات کیے جاتے ہیں تاکہ رمضان المبارک کا جوش و ولولہ نظر آئے۔ مصر کی طرح سعودی عرب میں بھی سحری کے وقت توپ چلائی جاتی ہے۔ اسی طرح زمزمی (مساہراتی) روزہ داروں کو جگانے کے لیے پورا ماہ رضاکارانہ طور پر خدمات انجام دیتے ہیں۔ افطاری سے سحری تک ریستوران کھلے رہتے ہیں، تاکہ لوگوں کو روزہ رکھنے یا کھولنے میں دشواری نہ ہو۔

برونائی دارالسلام

برونائی دارالاسلام میں افطار کے وقت مقامی مساجد میں اہلِ علاقہ یا حکومت کی جانب سے بوفے کا اہتمام کیا جاتا ہے۔ افطار کے وقت بیدوگ (ایک طرح کا ڈرم) بجایا جاتا ہے جب کہ دارالحکومت بندر سری بیگوان میں توپ چلائی جاتی ہے۔

انڈونیشیا

انڈونیشیا میں بھی سحر و افطار کے وقت بیدوگ بجایا جاتا ہے۔ عصر کی نماز کے بعد روایتی رمضان بازار کھل جاتے ہیں جہاں پر افطار کے لیے کھانے پینے کی مختلف اشیا فروخت کے لیے پیش کی جاتی ہیں۔

ایران

ایران میں افطاری کچھ مخصوص اشیا سے کی جاتی ہے جن میں چائے، نون (ایک خاص طرح کی روٹی)، پنیر، مختلف قسم

کی مٹھائیاں، کھجور اور حلوہ شامل ہے۔ عام طور پر خاندان کے افراد مل کر روزہ کھولتے ہیں۔ وہ بچے جن پر روزہ فرض نہیں ہوتا، اور وہ روزہ رکھنے کے خواہاں ہوتے ہیں تو وہ مقامی زبان میں ''کلہ بجلکی'' رکھتے ہیں جس کا لغوی معنی ''چڑیا کا سر'' ہے، وہ ظہر کی نماز کے وقت تک کچھ کھاتے یا پیتے نہیں ہیں اور اس کے بعد روزہ کھول لیتے ہیں اور دوسرا روزہ رکھتے ہیں جو غروب آفتاب تک جاری رہتا ہے۔ واضح رہے کہ پاکستان میں بھی بچے ''چڑی روزہ'' رکھتے ہیں۔

ملائشیا

ملائشیا میں زیادہ تر روزہ دار نماز تراویح کے بعد رات کے کھانے مورے سے لطف اندوز ہوتے ہیں جن میں روایتی پکوان اور گرم چائے شامل ہوتی ہے۔ سحری کا انتظام خاندان کے افراد مل کر کرتے ہیں۔ ملائشیا میں رمضان کے دوران

رات کے وقت بھی مارکیٹ کھلی رہتی ہے جو اہلِ ملائشیا میں خاصی مقبول ہیں۔ رمضان المبارک کے دوران پوری قوم تسبیح کے دانوں کی طرح مالا میں پروئی ہوئی نظر آتی ہے۔ یہ غیر معمولی نہیں ہے کہ آپ سحری کے وقت مالے پکوان سے لطف اندوز ہوں۔ رات میں چائنز ڈنر کریں یا ہندوستانی کھانوں سے لطف اندوز ہوں۔ اس مخلوط ثقافت کا اثر ہمسایہ ممالک سنگاپور، انڈونیشیا اور برونائی میں بھی نظر آتا ہے۔ کوالالمپور اور سنگاپور میں افطار کی تیاریاں یا مقامی زبان میں ''بوکا پوسا'' کا اہتمام گھر سے باہر یا فوڈ کورٹس میں کیا جاتا ہے۔

متحدہ عرب امارات

امارات میں رمضان المبارک کے دوران کام کے اوقات کار کم کر دیے جاتے ہیں۔ رمضان نہیوں کی تنصیب عمل میں آتی ہے جہاں پر مختلف قومیتوں کے لوگ روزہ افطار کرتے ہیں۔ شاپنگ مال رات دیر تک کھلے رہتے ہیں تاکہ لوگوں کو عید کی خریداری کرنے میں دشواری نہ ہو۔ اسی طرح رات بھر رمضان مارکیٹ کھلی رہتی ہے۔

ٹرینیڈاڈ اینڈ ٹوبیگو

ٹرینیڈاڈ اینڈ ٹوبیگو میں اگرچہ مسلمانوں کی آبادی صرف چھ فی صد ہے لیکن اس کے باوجود رمضان المبارک میں خاص جوش و جذبہ دیکھنے میں آتا ہے اور مساجد میں افطار کا خصوصی انتظام کیا جاتا ہے۔ اس کے علاوہ مختلف خاندان مساجد، کمیونٹی سنٹرز یا مساجد میں روزہ افطار کروانے کا اہتمام کرتے ہیں اور تقریباً ہر خاندان پر یہ ذمہ داری عائد ہوتی ہے کہ وہ رمضان المبارک کے دوران ایک بار روزہ ضرور افطار کروائے۔

ترکی

ترکی میں رمضان المبارک کی روایات کا تعلق سلطنت عثمانیہ کے عہد سے ہے۔ افطار کے وقت مساجد کی بتیاں روشن کر دی جاتی ہیں جو صبح سحری تک روشن رہتی ہیں۔ مختلف شہروں کی بلند ترین پہاڑی سے مقررہ وقت پر رمضان توپ چلائی جاتی ہے جو روزہ کھلنے کا اعلان ہوتا ہے۔ ترکی میں دوسرے ممالک کی طرح رمضان کے دوران ریستورانوں یا ہوٹلوں کی بندش کا کوئی قانون نہیں ہے اور نہ ہی ایسی کوئی پابندی ہے کہ آپ رمضان کے دوران عوامی مقامات پر کچھ کھا پی نہیں سکتے۔ ترکی میں بھی مساہراتی رمضان المبارک کے دوران رضاکارانہ طور پر روزہ داروں کو جگاتے ہیں لیکن اب یہ روایت ماند پڑتی ہوئی نظر آتی ہے کیوں کہ بہت سے لوگ اسے شور کی آلودگی سے منسوب کرتے ہیں۔

سپین

سپین اور دوسرے مسلم اقلیتی ممالک میں رمضان المبارک کا اہتمام مساجد میں کیا جاتا ہے۔ لوگ دوست، احباب کے ساتھ مل کر روزہ افطار کرتے ہیں۔

روس

روس میں رمضان عام طور پر مسلم اکثریتی ریاستوں داغستان، چیچنیا اور دیگر علاقوں میں منایا جاتا ہے۔ ماسکو میں

یہ ایک روایت بن چکی ہے کہ ملک کی مفتی کونسل کی جانب سے ماسکو میں اجتماعی افطار کے لیے رمضان ٹینٹ کا اہتمام کیا جاتا ہے۔ بعض عرب ممالک کی طرح روس میں بھی کچھ جگہوں پر رمضان توپ چلائی جاتی ہے۔

مراکش

مراکش میں ایک شخص نیفار بگل بجا کر رمضان کے آغاز اور اختتام کا اعلان کرتا ہے، یہ روایت ملک کے بڑے شہروں میں تقریباً ختم ہو گئی ہے۔ سحری کے اوقات میں ڈرم بجا کر لوگوں کو جگانے کی روایت قائم ہے جس کا مقصد یہ ہوتا ہے کہ لوگ اٹھ کر سحری کی تیاری کر سکیں۔

رحمتوں اور برکتوں سے عبارت ماہِ رمضان کے اختتام پر عیدالفطر کا تہوار دنیا بھر کے مسلمانوں کے چہروں پر خوشی بکھیر دیتا ہے جو ان کی عبادت کا ثمر ہوتی ہے۔

LOFTY
LABORATORIES

لوفٹی آئلی سکن کیئر کٹ

آئلی جلد کے تمام مسائل کا حل اب ایک بکس میں

اب چپ چپاتی گرمی اور حبس میں بھی رکھیں
چہرہ دن بھر تر و تازہ اور چکنائی سے پاک

صرف 5 پراڈکٹس کے جادو سے آئلی جلد کی ہر طرح کی پرابلم اُڑن چھو

پراڈکٹ-1

لوفٹی اینٹی ایکنی فیس واش

لوفٹی اینٹی ایکنی فیس واش کے روزانہ استعمال سے آپ کی جلد دن بھر غیر ضروری آئل سے پاک رہتی ہے۔ اس میں شامل ایکٹو اجز اشدید گرمی اور حبس میں بھی جلد کو غیر ضروری چکنائی سے محفوظ رکھتے ہوئے مساموں کو بند ہونے سے روکتے ہیں۔ آپ کی جلد زیادہ آسانی سے سانس لیتی ہے اور دیر تک تر و تازہ رہتی ہے۔

پراڈکٹ-2

لوفٹی اینٹی ایکنی ٹونر

لوفٹی اینٹی ایکنی ٹونر جلد کے مساموں کو ٹائٹ کرتا ہے، تاکہ مساموں کے اندر گرد اور جراثیم پرورش نہ پا سکیں۔ اس کے روزانہ استعمال سے جلد ایکنی اور پمپلز سے دن بھر محفوظ رہتی ہے۔

پراڈکٹ-3

لوفٹی اینٹی ایکنی فیس سپریڈ

اگر آپ کی جلد پر پہلے سے ہی پمپلز اور کھلے ہوئے مسام موجود ہیں تو لوفٹی اینٹی ایکنی فیس سپریڈ اُن کے خلاف بہترین محافظ ہے۔ یہ نہ صرف پہلے سے موجود ایکنی اور پمپلز کو ختم کرتا ہے بلکہ اُن کو مزید پھیلنے سے روکتا ہے، اس میں شامل نیچرل ٹی ٹری آئل آپ کی جلد کو جراثیموں کے خلاف لڑنے میں مدد دیتا ہے۔

پراڈکٹ-4

لوفٹی اینٹی ایکنی مڈ ماسک

اگر آپ جلد پر غیر ضروری چکنائی سے پریشان ہیں تو لوفٹی اینٹی ایکنی مڈ ماسک استعمال کریں۔ صرف پندرہ منٹس میں چپ چپاتی جلد سے نجات مل جائے گی۔ حبس اور چپ چپاتی گرمی میں اس کا روزانہ استعمال آپ کے چہرے کو ہمیشہ تر و تازہ اور جاذب نظر رکھتا ہے۔

پراڈکٹ-5

لوفٹی اینٹی ایکنی ڈے اینڈ نائٹ کریم

لوفٹی اینٹی ایکنی ڈے اینڈ نائٹ کریم نہ صرف آپ کی جلد کو خشک ہونے سے بچاتی ہے بلکہ جراثیموں سے بھی حفاظت کرتی ہے۔ اس کو اسطرح سے بنایا گیا ہے کہ یہ مساموں کو بند نہیں کرتی اور دھوپ میں رنگ کالا ہونے سے روکتی ہے۔

لوفٹی آئلی سکن کیئر کٹ کیا ہے؟

اگر آپ کی جلد آئلی ہے اور آپ بار بار ایکنی یا پمپلز کے نکلنے اور جلد کے چپ چپانے سے پریشان ہیں تو لوفٹی آئلی سکن کیئر کٹ استعمال کیجئے اور ان مسائل سے چھٹکارہ پائیے۔ لوفٹی لیبارٹریز آسٹریلیا نے انتھک ریسرچ اور تجربات کے بعد انتہائی مؤثر پراڈکٹس متعارف کرائی ہیں جو آئلی جلد کے تمام مسائل کو ختم کرنے میں آپ کی مدد کرتی ہیں۔ مزید معلومات کے لئے آئلی سکن کیئر کی کٹ میں شامل گائیڈ کا مطالعہ کیجئے اور اِس چپ چپاتی گرمی میں بھی اپنی جلد کو صاف ستھرا اور ایکنی دانوں سے محفوظ رکھیں۔

مزید معلومات کیلئے رابطہ: 0321-2128212

● لوفٹی آئلی سکن کیئر کٹ اپنے قریبی دوکاندار سے نام لے کر طلب کیجئے!

پاکستان کونسل آف سائنٹیفیک اینڈ انڈسٹریل ریسرچ PCSIR ٹیسٹ میں مُلکی اور غیر مُلکی پمپس میں نمبر 1 رزلٹ کے ساتھ

پاکستان نیشنل انرجی کنزرویشن سنٹر ENERCON سے بجلی کی یقینی بچت کیلئے نمبر1 کا اعزاز لیئے

گورنمنٹ پنجاب کمیونیکیشن اینڈ ورکس ڈیپارٹمنٹ C&W سے منظور شدہ

شہزاد پمپس

رجسٹرڈ

ISO 9001:2008 CERTIFIED

Tested & Approved by

PCSIR ENERCON NFC C&W

ریسرچ اور جدت

ہر سال

ہر روز

ہر لمحہ

اب

سیلف پرائمنگ

Upto 50% بجلی کی یقینی بچت

طاقتور موٹر، زیادہ دور سے سیکشن، زیادہ پانی، زیادہ بلندی

0.75Hp 100 ft Length 3200Ltr/H 100 ft

SELF SPRING

EBS سیلف سپرنگ SCREW PUMP

گھریلو، کمرشل اور سروس اسٹیشن کیلئے

انجینئر بابر شہزاد، انجینئر ثاقب شہزاد کی شب و روز محنت کا نچوڑ، جسے EBS کا نام دیا گیا ہے۔ ڈونکی (Displacement pump) پمپ سے یقیناً بہتر انتخاب ہے۔ پائپ لائن سے پانی کھینچنا ہو یا 100 فٹ بلندی تک پانی اٹھانا ہو جبکہ بجلی کی بچت بھی ضروری ہو اور روز روز کی رپیئرنگ سے بھی نجات چاہیے، سروس اسٹیشن اور 200 پاؤنڈ پریشر سے پانی لگانا ہو تو EBS پر اعتماد ہی آپ کا انتخاب ہوگا۔

ماڈل EBS0.28، EBS1 اور EBS2 گھریلو استعمال کیلئے

مختلف قسم کے واٹر پمپس جن سے آپکو ضرورت کے مطابق انتخاب میں آسانی ہوگی

تعارف اور خصوصیات

شہزاد پمپس پاکستان کے مایہ ناز کوالیفائیڈ انجینئرز کی زیرنگرانی جدید مشینری پر تیار کئے جاتے ہیں

شہزاد پمپس گھریلو۔ کمرشل۔ انڈسٹریل اور زرعی استعمال کیلئے تیار کئے جاتے ہیں

شہزاد پمپس "1 سے "6 تک مونو بلاک، سمرسیبل پمپس، ڈیپ ویل، جیٹ پمپس، سیلف پرائمنگ پمپس ڈیزل، تیل اور کیمیکل پمپس، سکریو پمپس، HI-SPEED پیڈسٹل فین امپورٹڈ سیلنگ فین گارنٹی کے ساتھ فروخت کئے جاتے ہیں

شہزاد پمپس پولٹری سپرے اور سروس اسٹیشن کیلئے ماڈل EBS 3

شہزاد پمپس میں اسپیشل 2RS/v3 ہائی سپیڈ بیرنگ استعمال کئے جاتے ہیں

شہزاد پمپس میں اعلیٰ میٹریل۔ امپورٹڈ مکینیکل سیل اور 99.9% خالص کاپر وائر استعمال کی جاتی ہے

شہزاد پمپس میں تھرمل اوورہیٹ پروٹیکٹر (TOP) استعمال کیا گیا ہے۔

شہزاد پمپس 30 سے **60** فیصد تک بجلی کی یقینی بچت کی ضمانت دیتا ہے۔

شہزاد پمپس پریشر سوئچ (آٹومیٹک ٹینکی) کو بند کرنے کی بہتر صلاحیت رکھتا ہے۔

غرض وہ سب کچھ جو آپ کسی اچھے موٹر پمپ میں دیکھنے کا تصور کر سکتے ہیں

نیز ہر قسم کے پمپس کی بعد از فروخت رپیئرنگ کیلئے جدید ورکشاپ کی سہولت موجود ہے

الیکٹرونکس انجینئر محمد بابر شہزاد 0307-7619344

الیکٹریکل انجینئر محمد ثاقب شہزاد 0332-7619344

مکینیکل انجینئر محمد بلال شہزاد 0300-7619344

Jhang Road Faisalabad. 041-2656244, 2659644

info@shahzadpumps.com , www.shahzadpumps.com