

روزنامہ (ٹیلی فون نمبر 047-6213029) FR-10

الفصل

web: <http://www.alfazl.org>
email: editor@alfazl.org

ایڈیٹر: عبدالسمیع خان

جمرات 29 دسمبر 2011ء 3 صفر 1433 ہجری 29 فتح 1390 ہش جلد 61-96 نمبر 293

صحابہ اور تابعین کی برکت

حضرت ابوسعید خدریؓ بیان کرتے ہیں کہ آنحضرت ﷺ نے فرمایا:

لوگوں پر ایک ایسا زمانہ آئے گا کہ وہ جنگ کریں گے اور ان سے پوچھا جائے گا کہ کیا تم میں کوئی صحابی رسولؐ موجود ہے وہ کہیں گے ہاں اور ان کو فتح دے دی جائے گی۔ پھر ایک جنگ میں پوچھا جائے گا کہ کیا تم میں کوئی تابعی ہے چنانچہ اس کی برکت سے انہیں فتح دے دی جائے گی۔

(صحیح بخاری کتاب المناقب باب علامات النبوة حدیث نمبر 3327)

سیدنا بلالؓ فنڈ۔ ایک اعزاز

جماعت احمدیہ کیلئے اپنی جان کی قربانی پیش کرنے والوں کے ناموں کی کفالت کیلئے حضرت خلیفۃ المسیح الرابع نے 14 مارچ 1986ء کے خطبہ جمعہ (مطبوعہ خطبات طاہر جلد 5 صفحہ 213) میں ایک فنڈ کا اعلان اور اس کی حکمت بیان کرتے ہوئے فرمایا۔

”میں جماعت کو یہ بھی تسلی دلانا چاہتا ہوں کہ اللہ کے فضل سے جماعت احمدیہ میں کوئی بھی خدا کی راہ میں مارا جائے والا ہرگز یہ وہم لے کر یہاں سے رخصت نہیں ہوتا کہ میرے بیوی بچوں کا کیا بنے گا۔ جماعت احمدیہ میں ایسے لوگوں کے بچے یتیم نہیں ہوا کرتے۔ یہ ایک زندہ جماعت ہے اور یہ ناممکن ہے کہ جماعت اپنے قربانی کرنے والوں کے اہل و عیال کو اور ان کے حقوق کو بھول جائے۔ ایسی جماعتوں کی زندگی کی ضمانت اس بات میں ہے کہ ان کے قربانی کرنے والوں کو اپنے پسماندگان کے متعلق کوئی فکر نہ رہے۔“

اس فنڈ کی عظمت اور اس کی اہمیت کے بارے میں حضور نے فرمایا۔

”یہ ہرگز صدقہ کی تحریک نہیں بلکہ جو شخص اس میں حصہ لے گا وہ اسے اعزاز سمجھے گا اور خیال کرے گا کہ مجھے جتنی خدمت کرنی چاہئے تھی اتنی نہیں کی بلکہ بہت ہی معمولی خدمت کی توفیق پائی ہے۔“

اس تحریک میں حصہ لینے والوں کو نصح کرتے ہوئے حضور نے فرمایا۔

”پوری طرح صبر اور محبت کے جذبہ سے جو دینا چاہتا ہے وہ دے، ادنیٰ سا بھی تردد یا بوجھ ہو تو وہ ہرگز نہ دے۔ یہ ایک خاص نوعیت کی تحریک ہے جس میں بلاشبہ طبع ہی ضروری نہیں بلکہ طبیعت کا دباؤ ضروری ہے۔ دل سے بے قرار نہ بننا اٹھ رہی ہو، یہ خواہش پیدا ہو رہی ہو کہ میں اس میں شامل ہوں۔ آج ایک آنے بھی جس کو توفیق ہو وہ بھی بہت عظیم دولت ہے وہ بھی خدا تعالیٰ کی طرف سے ایک بہت بڑی سعادت ہوگی۔“

اس اعلان کے ایک روز بعد یعنی 15 مارچ 1986ء کو حضرت خلیفۃ المسیح الرابع نے اس تحریک کو سیدنا بلالؓ فنڈ کا نام عطا فرمایا۔

اس فنڈ میں چندہ کی ادائیگی کرنے والے احباب کے ناموں کی فہرست دعا کیلئے ہر ماہ حضور انور ایدہ اللہ تعالیٰ کی خدمت میں پیش کی جاتی ہے۔

(صدر سیدنا بلالؓ فنڈ کمیٹی)

ارشادات عالیہ حضرت بانی سلسلہ احمدیہ

یہ عجیب بات ہے کہ خدا جو غیر متبدل اور حییٰ و قیوم ہے وہ مومن کامل کی اس پاک تبدیلی کے بعد جب کہ مومن خدا کے لئے اپنا وجود بالکل کھود دیتا ہے اور ایک نیا چولا پاک تبدیلی کا پہن کر اس میں سے اپنا سر نکالتا ہے۔ تب خدا بھی اس کے لئے اپنی ذات میں ایک تبدیلی کرتا ہے مگر یہ نہیں کہ خدا کی ازلی ابدی صفات میں کوئی تبدیلی ہوتی ہے۔ نہیں بلکہ وہ قدیم سے اور ازل سے غیر متبدل ہے۔ لیکن یہ صرف مومن کامل کے لئے جلوہ قدرت ہوتا ہے اور ایک تبدیلی جس کی ہم کنہہ نہیں سمجھ سکتے مومن کی تبدیلی کے ساتھ خدا میں بھی ظہور میں آجاتی ہے مگر اس طرح پر کہ اس کی غیر متبدل ذات پر کوئی گردو غبار حدوث کا نہیں بیٹھتا۔ وہ اسی طرح غیر متبدل ہوتا ہے اور جس طرح وہ قدیم سے ہے لیکن یہ تبدیلی جو مومن کی تبدیلی کے وقت ہوتی ہے یہ اس قسم کی ہے جیسا کہ لکھا ہے کہ جب مومن خدا تعالیٰ کی طرف حرکت کرتا ہے تو خدا اس کی نسبت تیز حرکت کے ساتھ اس کی طرف آتا ہے اور ظاہر ہے کہ جیسا کہ اللہ تعالیٰ تبدیلیوں سے پاک ہے۔ ایسا ہی وہ حرکتوں سے بھی پاک ہے۔ لیکن یہ تمام الفاظ استعارہ کے رنگ میں بولے جاتے ہیں اور بولنے کی اس لئے ضرورت پڑتی ہے کہ تجربہ شہادت دیتا ہے کہ جیسے ایک مومن خدائے تعالیٰ کی راہ میں نیستی اور فنا اور استہلاک کر کے اپنے تئیں ایک نیا وجود بناتا ہے اس کی ان تبدیلیوں کے مقابل پر خدا بھی اس کے لئے ایک نیا ہو جاتا ہے اور اس کے ساتھ وہ معاملات کرتا ہے جو دوسرے کے ساتھ کبھی نہیں کرتا۔ اور اس کو اپنے ملکوت اور اسرار کا وہ سیر کراتا ہے جو دوسرے کو ہرگز نہیں دکھلاتا۔ اور اس کے لئے وہ کام ظاہر کرتا ہے جو دوسروں کے لئے ایسے کام کبھی ظاہر نہیں کرتا۔ اور اس قدر اس کی نصرت اور مدد کرتا ہے کہ لوگوں کو تعجب میں ڈالتا ہے۔ اس کے لئے خوارق دکھلاتا ہے اور معجزات ظاہر کرتا اور ہر ایک پہلو سے اس کو غالب کر دیتا ہے اور اس کی ذات میں ایک قوت کشش رکھ دیتا ہے جس سے ایک جہان اس کی طرف کھنچا جاتا ہے اور وہی باقی رہ جاتے ہیں جن پر شقاوت ازلی غالب ہے۔

(براہین احمدیہ - روحانی خزائن جلد 21 صفحہ 242)

مرد گھر کا نگران ہے اپنی ذمہ داری پوری کرے

سیدنا حضرت خلیفۃ المسیح الخامس ایدہ اللہ تعالیٰ بنصرہ العزیز خطبہ جمعہ فرمودہ 5 مارچ 2004ء میں سورۃ النساء کی آیت 136 تلاوت کی اور فرمایا :-

یہاں میں اب گھر کی مثال لیتا ہوں، ہر شادی شدہ مرد اپنے اہل و عیال کا نگران ہے، اس کا فرض ہے کہ ان کی ضروریات کا خیال رکھے، مرد تو ام بنا یا گیا ہے، گھر کے اخراجات پورے کرنا، بچوں کی تعلیم کا خیال رکھنا، ان کی تمام تعلیمی ضروریات اور اخراجات پورے کرنا، یہ سب مرد کی ذمہ داری ہے۔ لیکن افسوس سے کہنا پڑتا ہے کہ جماعت میں بھی بعض مرد ایسے ہیں جو گھر کے اخراجات مہیا کرنے تو ایک طرف، الٹا بیویوں سے اپنے لئے مانگتے ہیں اور کہتے ہیں کہ ہمارے خرچ پورے کرو، حالانکہ بیوی کی کمائی پر ان کا کوئی حق نہیں ہے۔ اگر بیوی بعض اخراجات پورے کر دیتی ہے تو یہ اس کا مردوں پر احسان ہے۔ تو مردوں کو اس حدیث کے مطابق ہمیشہ یاد رکھنا چاہئے کہ اگر اللہ تعالیٰ کی رحمتوں سے حصہ پانا ہے، اللہ تعالیٰ کے نور کے حقدار بننا ہے تو انصاف کے تقاضے پورے کرتے ہوئے اپنی ذمہ داریاں نبھانی ہوں گی۔ بچوں کی تربیت کا حق ادا کرنا ہوگا، ان میں دلچسپی لینا ہوگی، ان کو معاشرے کا ایک قابل قدر حصہ بنانا ہوگا۔ اگر نہیں تو پھر ظلم کر رہے ہو گے۔ انصاف والی تو کوئی چیز تمہارے اندر نہیں۔

بعض لوگ یہاں انگلستان، جرمنی اور یورپ کے بعض ملکوں میں بیٹھے ہوتے ہیں، معاشرے میں، دوستوں میں بلکہ جماعت کے عہدیداروں کی نظر میں بھی بظاہر بڑے مخلص اور نیک بنے ہوتے ہیں۔ لیکن بیوی بچوں کو پاکستان میں چھوڑا ہوا ہے اور علم ہی نہیں کہ ان بچاروں کا کس طرح گزارا ہو رہا ہے، یا بعض لوگوں نے یہاں بھی اپنی فیملیوں کو چھوڑا ہوا ہے۔ کچھ علم نہیں ہے کہ وہ فیملیاں کس طرح گزارا کر رہی ہیں۔ جب پوچھو تو کہہ دیتے ہیں کہ بیوی زبان دراز تھی یا فلاں برائی تھی اور فلاں برائی تھی تو اگر یہ مان بھی لیا جائے کہ ایسے لوگوں کی بات ٹھیک ہے۔ تو پھر انصاف اور عدل کا تقاضا یہ ہے کہ جب تک وہ تمہاری طرف منسوب ہے اس کی ضروریات پوری کرنا تمہارا کام ہے۔ بچوں کی ضروریات تو ہر صورت میں مرد کا ہی کام ہے کہ پوری کرے۔ بیوی کو سزا دے رہے ہوں تو بچوں کو کس چیز کی سزا ہے کہ وہ بھی دردر کی ٹھوکریں کھاتے پھریں۔ ایسے مردوں کو خوف خدا کرنا چاہئے۔ احمدی ہونے کے بعد یہ باتیں زیب نہیں دیتیں۔ اور نہ ہی نظام جماعت کے علم میں آنے کے بعد ایسی حرکتیں قابل برداشت ہو سکتی ہیں یہ میں واضح کر دینا چاہتا ہوں۔ ہمیں بہر حال اس تعلیم پر عمل کرنا ہوگا جو..... نے ہمیں دی اور اس زمانے میں حضرت اقدس مسیح موعود نے نکھار کر وضاحت سے ہمارے سامنے پیش کی۔

ایک حدیث ہے، حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا مومنوں میں سے کامل ترین ایمان والا شخص وہ ہے جو ان میں سے سب سے بہتر اخلاق کا مالک ہے۔ اور تم میں سے بہترین وہ لوگ ہیں جو اپنی عورتوں سے بہترین سلوک کرنے والے ہیں۔

(ترمذی کتاب الرضاع باب ما جاء فی حق المرأة علی زوجہا)
(روزنامہ افضل 15 جون 2004ء)

تفریحی میلے میں احمدیہ بکسٹال

خدا تعالیٰ کے فضل و کرم سے جماعت احمدیہ تفریحی دعوت الی اللہ کے میدان میں مختلف وسائل بروئے کار لاتے ہوئے پیغام حق پہنچانے کا فریضہ سرانجام دے رہی ہے جن میں سے ایک ذریعہ مختلف تجارتی وزری میلوں میں دینی کتب پر مشتمل بکسٹال کا اہتمام کرنا ہے۔

ہرسال جولائی کے مہینے میں تفریحی ساحلی شہر دارالسلام میں بڑے پیمانے پر تجارتی میلے کا اہتمام کیا جاتا ہے جو کہ وقت گزرنے کے ساتھ عالمی میلہ بن چکا ہے کیونکہ اس میلے میں شامل ہونے کے لئے کثرت سے لوگ دیگر ممالک سے بھی آتے ہیں۔ جماعت احمدیہ تفریحی گزشتہ کئی دہائیوں سے اس میلے میں اپنا بکسٹال لگاتی ہے جس کے ذریعہ ہزاروں افراد تک پیغام حق پہنچتا ہے۔ اس سال یہ تجارتی میلہ یکم تا 10 جولائی کو سب سے سچے مقام پر منعقد ہوا جو ایک تاریخی مقام ہے۔ احمدیوں نے اپنے بکسٹال کے لئے مخصوص جگہ کو وقار عمل کے ذریعہ صاف کیا اور کمرہ کورنگ و روشن کیا اور دیواروں پر جماعتی سلوگن لکھے گئے۔

حضرت مسیح موعود کی ایک بڑی تصویر Main Entrance کے قریب رکھی گئی تھی جبکہ خلفاء کی تصاویر سامنے والی دیوار پر آویزاں تھیں۔ MTA کا انتظام بھی کیا گیا تھا۔ نماز پڑھنے کے لئے ایک جگہ مخصوص گئی تھی جہاں مردوں اور عورتوں کے لئے الگ الگ پردہ کا انتظام تھا۔

اس سال بکسٹال پر قرآن کریم مع ترجمہ سواحلی زبان، قرآن کریم مع دیگر زبانوں میں تراجم، سواحلی زبان میں ایک سو مختلف موضوعات پر مشتمل دینی کتب، انگریزی، عربی اور اردو میں طبع شدہ دینی کتب، جماعت احمدیہ تفریحی کے اخبار "Mapenzi Ya Munau" یعنی "خدا کی محبت" جو 1936ء سے شائع ہو رہا ہے اور پہلا دینی اخبار ہے جو 1936ء میں ٹانگانیکا (موجودہ تفریحی) سے جماعت احمدیہ نے شائع کرنا شروع کیا تھا۔ علاوہ ازیں تلاوت قرآن کریم، نظموں اور دعوت الی اللہ کی تقریروں پر مشتمل CDs اور DVDs بھی رکھی گئی تھیں۔

خدا تعالیٰ کے فضل سے اس میلے کے دوران قرآن کریم کے سواحلی ترجمہ کے 97 نسخے، سواحلی زبان میں 1944 کتب اور دیگر زبانوں میں پچاس کتب فروخت ہوئیں جن سے 31 لاکھ اڑتالیس ہزار سے زیادہ تفریحی شلنگ کی رقم حاصل ہوئی۔ CDs کی فروخت سے آٹھ لاکھ

مصنفین کے لئے ہدایات

ہر شخص کو کوئی نہ کوئی شوق لگا ہوا ہوتا ہے اگر علمی مذاق رکھنے والے لوگ اپنی فرصت کے اوقات میں کوئی کتاب ہی لکھ دیں تو اس میں کیا حرج ہے۔ مگر یہ ضروری بات ہے کہ جو کتاب لکھیں وہ معقول ہو اور علمی رنگ میں لکھی گئی ہو۔ بعض لوگ نہایت نامعقول کتاب لکھتے ہیں اور پھر اصرار کرتے ہیں کہ اس کو اسی شکل میں شائع کرنے کی اجازت دی جائے۔ گویا وہ اس اصل کو اختیار کرتے ہیں کہ ع

اگرچہ گندہ است مگر ایجاد بندہ است
(خطابات شوری جلد 2 ص 215)
..... مصنف وہ ہوں جو ہوش و حواس قائم رکھتے ہوں اور عقل و فکر سے کام لینے والے ہوں۔ یہ بھی ضروری نہیں کہ وہ کوئی ایسا فلسفہ نکالیں جس سے دُنیا میں تہلکہ مچ جائے۔ بلکہ ایسی باتیں لکھی جائیں جو عام سمجھ کے مطابق ہوں اور جن میں (دین) پر جو اعتراضات کئے جاتے ہیں ان کا حل کیا گیا ہو۔ مثلاً مؤرخین کی کتابیں ہیں ان میں مسلمان بادشاہوں پر سخت ظلم کئے گئے اور ان پر نہایت گندے الزامات لگائے گئے ہیں۔ ہم پیشک ان کی بے جا تعریف نہیں کر سکتے مگر جتنی نیکی ان میں تھی اُس کو قائم بھی تو رکھنا چاہئے۔
(خطابات شوری جلد 2 ص 216)

سانحہ بیت النور لاہور میں جان نچھاور کرنے والے میرے پیارے ابا مکرم محمود احمد شاد صاحب مربی سلسلہ

خاکسار نے اپنی 22 سالہ زندگی میں سے اپنی ہوش میں اپنے ابا کے ساتھ جو وقت گزارا گو کہ وہ نسبتاً کم ہے مگر جب بھی ان حسین لمحوں کی یاد آتی ہے تو جہاں دل اللہ تعالیٰ کی ان نعمتوں اور احسانوں پر اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کرتا ہے، وہاں ایک غم اور دکھ کی کیفیت بھی ساتھ ہوتی ہے کہ اب انہی خوبصورت اور نہ بھلائی جانے والی یادوں کے سہارے جینا ہے۔ اس پر مجھے یہ بہت خوبصورت شعر یاد آ رہا ہے۔

آنکھ سے دور سہی دل سے کہاں جائے گا
جانے والے تو ہمیں یاد بہت آئے گا
ایک انتہائی شفیق باپ کی شفقتیں، ان کی توجہ، پیار بھرے برتاؤ، سے شاید ہم محروم ہو گئے ہوں، مگر ساتھ ساتھ اس بات پر تسلی اور خوشی بھی ہے کہ وہ ان چند خوش نصیبوں میں شامل ہونے کی سعادت پا گئے جو اپنی جانیں دین کی آبیاری کے لئے نچھاور کرنے میں جرأت و بہادری کی داستانیں رقم کر جاتے ہیں۔ وہ ہمارے لئے دعاؤں کا خزانہ چھوڑ گئے ہیں، ہم اپنے واحد و یگانہ خدا پر یقین رکھتے ہیں کہ وہ ہر لمحہ ہمیں ان دعاؤں کا وارث بناتا چلا جائے گا۔

خاکسار کے والد محترم محمود احمد شاد صاحب مورخہ 28 مئی 2010ء کو ماڈل ٹاؤن لاہور میں راہ مولیٰ میں قربان ہو گئے۔ اللہ تعالیٰ ان کے درجات بلند فرمائے۔ آمین۔ میں اپنے ابا کی چند یادوں کا ذکر کرنا چاہتا ہوں۔

آپ پیدا ہی وقف تھے اور دادا جان نے شروع سے ہی آپ کی تعلیم و تربیت کا خوب خیال رکھا۔ ہمارے ابا 6 بہنوں کے اکٹوتے بھائی تھے، آپ کے والد نے کبھی بھی آپ سے بہنوں کے مقابلے میں امتیازی سلوک نہیں کیا اور تربیت کے لحاظ سے دادا جان نے ہر پہلو پر توجہ دی۔ دادا جان نے اچھی تربیت کے حصول کی غرض سے چھوٹی عمر میں ہی آپ کو ربوہ کے سکول میں تعلیم دلوائی تاکہ مرکز میں رہتے ہوئے جماعت سے پختہ تعلق قائم ہو سکے۔

ابا جان کی خواہش تھی کہ وہ ڈاکٹر بنیں، مگر دادا جان کی خواہش تھی کہ آپ بطور مربی سلسلہ جماعت کی خدمت کریں۔ ابا نے دادا جان کی خواہش کو اپنے لئے قبول کیا اور 1979ء میں جامعہ امیر ربوہ میں داخلہ لے لیا۔ 1986ء میں آپ نے جامعہ سے ”شاہد“ کی ڈگری حاصل کی۔ پاکستان میں خوشاب، منڈی بہاؤ الدین

اور کھاریاں میں خدمت کی توفیق پائی اور پھر 11 سال تنزانیہ کے مختلف علاقوں میں خدمت کرنے کی سعادت حاصل ہوئی اور اس کے بعد راولپنڈی اور آخر پر لاہور میں اپنے فرائض سرانجام دیے۔

آپ کو ہمیشہ خلافت احمدیہ کا فدائی پایا اور بطور مربی سلسلہ ہمیشہ ہی سلسلہ کا در رکھے والے اور نظام جماعت کی اطاعت کرنے والے تھے۔ ہمیشہ آپ اس بات کا اقرار کرتے تھے اور کہتے تھے کہ مجھ میں بشری کمزوریاں ہیں مگر جذبہ اور ایمان میں کوئی کمی نہیں ہے اور ساتھ ہی یہ دعا بھی کرتے کہ اللہ تعالیٰ وقف کو قبول فرمائے اور سلسلہ کا وفادار خادم بنا دے۔

خلافت احمدیہ سے انتہائی عشق و وفا کا تعلق تھا۔ آپ ان حسین لمحات کی یادوں کو تازہ کرنے کے لیے ہمیں واقعات سناتے، جو لمحات آپ نے خلفاء کرام کی خدمت میں گزارے ہوتے اور قریب سے بے پناہ شفقتیں سمیٹی ہوتیں۔ حضرت خلیفۃ المسیح الثالث شفقت سے ہمارے ابا کو، ان کا چھوٹا قد ہونے کی وجہ سے ”بکری“ کہہ کر بلا یا کرتے تھے اور پھر حضور نے ازراہ شفقت آپ کو گرمیوں کی چھٹیوں میں کوہاٹ بھجوا یا تھا تاکہ بہتر آب و ہوا کی وجہ سے قد بڑھنے میں کچھ مدد حاصل ہو سکے۔ اس بات پر ابا بہت خوش ہوا کرتے تھے۔ پھر حضرت خلیفۃ المسیح الرابع کی آپ پر بہت سی شفقتیں تھیں، جس کا اظہار ہم نے خود بھی دیکھا۔ حضرت خلیفۃ المسیح الرابع نے ابا کی دعوت الی اللہ اور جماعتی خدمات پر خوشنودی کا اظہار فرماتے ہوئے آپ کو اپنی گچڑی تھنہ کے طور پر عنایت فرمائی۔

ایں سعادت بزرگ بازو نیست
ہمارے ابا اپنے واقف زندگی ہونے کا ہمیشہ ہر موقع پر اور ہر کسی کے سامنے فخر سے ذکر کرتے تھے اور اس بات کا بھی شکر کرتے کہ ان کو اللہ تعالیٰ کی اس پیاری جماعت کی خدمت کرنے کی توفیق مل رہی ہے اور اپنے اوپر جماعت کے بے شمار اور ان گنت احسانوں کا بھی ہمیشہ عاجزی اور انکساری سے ذکر کرتے اور اس پر ہمیشہ شکر گزار رہتے تھے۔

ابا کا خلافت سے انتہائی عشق و وفا کا تعلق تھا اور یہ جذبہ اور فدائیت کی روح وہ اپنی اولاد میں بھی دیکھنا چاہتے تھے اور ہمیشہ ہمیں اس کی تلقین بھی کرتے تھے۔ جب 2000ء کے جلسہ سالانہ یو۔ کے پر حضرت خلیفۃ المسیح الرابع نے آپ کے، بطور نمائندہ شرکت کی منظوری دی تو آپ کی خوشی

کی انتہائیت تھی اور پھر آپ نے اس خواہش کا بھی اظہار کیا کہ میرے بچے بھی حضور سے ملیں اور حضور کو قریب سے دیکھنے کی سعادت پائیں۔ اس خواہش کو پورا کرنے کی خاطر ابا نے تنگی کاٹی اور قرض بھی اٹھایا تاکہ ہم بھی حضور سے مل سکیں۔ اس طرح ہم بھی حضور کو قریب سے دیکھنے والے، ان کا قرب اور شفقتیں پانے والے خوش قسمتوں میں شامل ہو گئے۔ الحمد للہ

پھر جب حضرت خلیفۃ المسیح الخامس ایدہ اللہ تعالیٰ بنصرہ العزیز نے 2005ء میں تنزانیہ کا دورہ فرمایا تو اس وقت بھی ابا ہمیں کہتے تھے کہ یہ دس دن ہمارے لئے بہت ہی خوش قسمت ہیں کہ ہمیں حضور کو قریب سے دیکھنے کا موقع نصیب ہوا ہے اور ڈیوٹیاں دے کر خدمت کی توفیق مل رہی ہے۔ اس دورہ کے دوران میری والدہ کو حضور انور کے لیے کھانا بنانے کی سعادت ملی۔ اس سعادت پر ہمارے ابا کو بہت ہی ناز تھا اور شکر کے جذبات کے ساتھ ہر ملنے والے سے اس کا ذکر کیا کرتے تھے۔ اس دورہ کے دوران ہماری والدہ صاحبہ کو یہ سعادت بھی نصیب ہوئی کہ Dar es salam سے Mtware تک کا جہاز کا سفر حضور انور کے قافلے کے ساتھ کرنے کا سنہری موقعہ میسر آیا۔ اس بات پر بھی ابا رشک کیا کرتے تھے اور ہماری والدہ سے کہا کرتے تھے کہ تم خوش قسمتی میں مجھ سے بھی آگے نکل گئی کیونکہ حضور کے ساتھ سفر کرنا نصیب ہوا ہے۔

یہ بھی خلافت سے وفا کا تعلق ہی تھا کہ ابا کو خلفاء کے خطبات اور تقاریر سننے کا جنون کی حد تک شوق تھا۔ حضرت خلیفۃ المسیح الرابع کی انگلینڈ ہجرت کے بعد جب حضور کے خطبات آڈیو کیسٹس کی صورت میں ملتے تھے، تو ابا شاید ان پہلے چند لوگوں میں سے ہوتے تھے۔ جو خود کیسٹ سنا کرتے تھے اور پھر بعد میں دوسرے مر بیان آپ سے کیسٹس عاریتاً لے کر یہ خطبات سنا کرتے تھے۔ اب بھی الماریاں بھری ہوئی ہیں ان مختلف کیسٹس کی، جو آپ نے بہت لمبے عرصے میں جمع کی ہیں۔ پھر MTA کا بہت ہی شوق تھا اور اس کے پروگرامز (خطبات، مجالس عرفان، وغیرہ وغیرہ) خود بھی دیکھنے اور ہمیں بھی دکھاتے اور دیکھنے کی تلقین کیا کرتے تھے۔ جہاں تک مجھے یاد ہے میری ہوش میں بہت کم میں نے دیکھا ہے کہ ابا نے کبھی جمعہ کے روز سفر اختیار کیا ہو، وہ اسے بہت ناپسند کرتے تھے کیونکہ اس سے جمعہ ضائع ہونے کا خدشہ ہوتا تھا اور حضور کے LIVE خطبات سننے میں بھی رکاوٹ بنتی تھی۔ کبھی بھی کوئی خطبہ، تقریر وغیرہ نہیں چھوڑا تھا، ہمیشہ حضور انور کے خطبات LIVE سنا کرتے تھے اور ہمیں بھی اسی کی عادت ڈالی۔

آپ بہت ذہین تھے، آپ کو حضرت اقدس مسیح موعود اور خلفاء کرام کے اقتباسات زبانی یاد تھے جن کو وہ بار بار دہراتے تھے اور اس کے ساتھ

ساتھ حضرت اقدس مسیح موعود اور خلفاء کرام کا منظوم کلام بھی بہت یاد تھا۔ جن کو آپ اپنی تقاریر میں بھی بار بار استعمال کیا کرتے تھے۔

آپ کی طبیعت انتہائی نرم تھی اور کبھی کسی سے ناراضگی نہیں کرتے تھے۔ آپ نے کبھی کسی سے لڑائی نہیں کی یا کسی کا دل نہیں دکھایا۔ ابا کے ایک دوست کہتے ہیں کہ ان کی اپنی کلاس میں کبھی بھی کسی کے ساتھ کوئی لڑائی نہیں ہوئی یا کبھی بول چال بند نہیں ہوئی، ہمیشہ ہی ہر ایک سے حسن سلوک کرنے کی بھرپور کوشش کی۔ میرے ابا کا کوئی بھائی نہیں تھا مگر اللہ تعالیٰ نے ان کو بھائیوں جیسے اچھے دوستوں سے نوازا، میرے ابا کا اپنے دوستوں کے ساتھ بہت اچھا اور گہرا تعلق تھا اور ان دوستوں نے بھی ہمیشہ ہی ہر حال میں ابا کا ساتھ دیا۔ آج بھی ابا کے جامعہ کے زمانے کے دوست جہاں ان کی مزاح اور شرارتی طبیعت کو یاد کرتے ہیں وہاں ان کی بہت سی خوبیوں کا بھی ذکر کرتے ہیں۔ آپ ہمیشہ ہر کسی سے مسکرا کر ملتے، ہر کسی کے ہمدردی اور احساس کے جذبات رکھتے تھے۔ ہر کسی سے اپنی دوستی قائم رکھی اور اپنے خاص دوستوں سے بہت ہی بے تکلفی کا تعلق تھا جسے انہوں نے ہمیشہ قائم رکھا۔

تمام رشتہ داروں سے صلہ رحمی کا سلوک کرتے۔ تمام رشتہ بھائے ہیں، خواہ وہ سسرال کے ہوں یا اپنے عزیز و اقارب ہوں، ہر کسی سے دوستانہ تعلق تھا اور دونوں خاندانوں میں ہی اپنی دوستانہ اور طنز و مزاح کی طبیعت کے باعث سب کی آنکھ کا تارا تھے۔ اپنے تمام رشتہ داروں کے ساتھ تعلق قائم رکھا اور کبھی کسی کو نہیں چھوڑا۔ یہاں تک کہ تمام غیر از جماعت عزیز و اقارب سے بھی آپ نے تعلق جوڑے رکھا اور گاؤں سے ہجرت کر کے ربوہ میں آباد ہو جانے کا باوجود ان سے ہر قسم کا تعلق رکھا اور ہر خوشی و غمی کے موقع پر ان کے ساتھ شریک ہوئے۔ ان کے اسی خلق کی وجہ سے تمام رشتہ دار اب بھی ان کی یہ خوبیاں یاد کرتے ہیں۔

صبر اور بلند حوصلہ ان کی بڑی صفت تھی۔ ہمیشہ صبر کرتے اور سامنے والا کوئی بڑی سے بڑی بات بھی کہہ دیتا تو اسے مسکرا کر سن لیتے اور کبھی پلٹ کر جواب نہیں دیا۔ ہمیشہ اس بات پر توجہ دلاتے کہ اگر دوسرا برا کر رہا ہو تو ہمیں بھی اس کے ساتھ برا نہیں بن جانا چاہئے ورنہ ہم بھی برا کرنے والوں میں شمار ہو جائیں گے اور ہم میں اور اس میں فرق ہی کیا رہ جائے گا۔ اس پر حضرت اقدس مسیح موعود کی اس تحریر کا حوالہ ہمیشہ دیا کرتے تھے کہ ”سچے ہو کر جھوٹے کی طرح تمل اختیار کرو“ اور حضرت خلیفۃ المسیح الثالث کے الفاظ کے مفہوم میں ہمیں یہی نصیحت کرتے کہ ”دوسروں سے صلح کی خاطر اگر اپنے حق بھی چھوڑنے پڑیں تو چھوڑ دینے چاہئیں“۔ اللہ تعالیٰ ہمیں ان نصائح پر پوری طرح عمل کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین

آپ بزرگان سلسلہ کی بہت عزت اور قدر کرتے تھے۔ خود بھی سب سے ملتے تھے اور ہمیں بھی ملواتے تھے۔ دادا جان نے شروع ہی سے آپ کی تربیت کے ہر پہلو پر توجہ دی اور ہمیشہ ہی آپ کو بزرگوں سے ملوایا تاکہ اہم شخصیات سے تعارف ہو اور ایک رشتہ قائم ہو سکے۔ اس طرح آپ کو خاندان حضرت اقدس مسیح موعود کا بھی گہرا تعارف حاصل تھا اور آپ ہم سب کو وقتاً فوقتاً سب کے بارے میں بتایا کرتے تھے۔ اسی طرح آپ کا حافظہ ماشاء اللہ بہت اچھا تھا اور آپ کے ملنے والوں کا حلقہ احباب بہت وسیع تھا۔ آپ ہر کسی کے ساتھ کسی نہ کسی حوالہ سے تعلق نکال ہی لیتے تھے اور پھر یاد بھی رکھتے تھے اور یہ تعلق قائم بھی رکھتے تھے۔ آپ کے دوست مذاق میں کہا کرتے تھے کہ اگر کسی آدمی کے ساتھ رشتہ داری نکلوانی ہے تو محمود شاد کے سامنے بٹھا دو اور پھر واقعی ابا اس کے ساتھ کوئی تعلق نکال ہی لیتے تھے۔

آپ کو دین حق کا پیغام پہنچانے کا انتہائی شوق تھا اور اس فرض کو آپ نے خوب نبھایا ہے۔ سب سے پہلے تو اپنے غیر جماعت رشتہ داروں کو دین حق کا پیغام پہنچایا۔ 1995ء میں جب آپ پہلی مرتبہ خدمت دین کے لئے تنزانیہ گئے تو وہاں جا کر سب سے پہلے آپ نے اپنی غیر جماعت پھوپھو کو ایک تفصیلی خط لکھا جس میں انہوں نے تحریر کیا کہ وہ اتنی دور اپنے بیوی بچوں کو چھوڑ کر جماعت کی خدمت کرنے آئے ہیں تو یہ سوچتے ہوئے کہ سب سے پہلے اپنے گھر سے پیغام حق پہنچانے کا آغاز ہو، انہوں نے اپنے بزرگوں کو سچے دل سے اللہ تعالیٰ سے ہدایت مانگنے کی توجہ دلائی اور جماعت میں داخل ہونے کی دعوت دی۔ اسی طرح جب بھی گاؤں جاتے تو وہاں بہت سے عزیز رشتہ داروں کے ساتھ آپ کی بحث چلتی اور آپ ان کو دلائل سے قائل کرنے کی کوشش کرتے مگر تمام دلائل کو سمجھنے اور ماننے کے باوجود کوئی بھی اس طرف نہ آتا تھا۔ اس پر ہم کئی بار ابا کو کہا کرتے تھے کہ انہوں نے دادا کو بھی اپنی زندگی میں دیکھا ہے اور اب آپ کو اور ہمیں بھی دیکھتے ہیں کہ جماعت کے ساتھ وابستہ رہ کر ہم نے کیا پایا اور یہ کن نعمتوں سے محروم ہیں لیکن اگر پھر بھی وہ غور نہ کریں تو ان سب سے سرکھپانے کا کیا فائدہ ہے، مگر ابا ہمیشہ یہی کہتے تھے کہ ہمیں پیغام حق پہنچانے کا اپنا فرض ادا کرتے چلے جانا ہے، چاہے کوئی مانے یا نہ مانے۔ اس کا معاملہ اللہ کے ساتھ ہے۔ لیکن ہمیں کبھی اپنے ان فرائض سے غفلت نہیں کرنی چاہئے۔ اسی طرح تنزانیہ میں بھی کئی مرتبہ ایسا ہوتا کہ گھر کے کسی کام سے بازار کو نکلے ہیں اور راستے میں کوئی مل گیا جس سے بحث چھڑ گئی، پھر سب کام بھول کر دین حق کا پیغام پہنچانے کی طرف متوجہ ہو جاتے اور اس میں جو توجہ کا یہ عالم تھا کہ اکثر اس وجہ سے گھر کے کام میں تاخیر

ہو جاتی یا بعض اوقات کام کے بغیر ہی واپس آ جاتے۔

آپ ایک نہایت ہی شفیق باپ تھے۔ ہمیشہ ہماری ہر جائز خواہش پوری کی اور ہمیشہ ہی ہمیں خوش رکھا۔ اپنی ہر خواہش کی قربانی دینے والے تھے تاکہ اپنے بیوی بچوں کی خواہشات اور ضرورتیں پوری کر سکیں۔ ہم ہمیشہ ابا کے ساتھ ہی اپنے کپڑوں کی خریداری کے لئے جایا کرتے تھے۔ ہمیں تو ہماری خواہش اور پسند کے مطابق چیز دلوادیتے مگر جب بھی امی کا یا ہمارا اصرار ہوتا کہ وہ بھی کچھ اپنے لئے خریدیں تو یہ کہہ کر ہمیں ٹالنے کی بھر پور کوشش کرتے کہ ابھی کوئی ضرورت نہیں ہے اور ایسے ہی گزارا چل جائے گا۔ آپ کی طبیعت میں کسی قسم کا کوئی تکلف یا کوئی دکھاوا نہیں تھا۔ ہمیشہ سادہ مگر صاف ستھرا لباس پہنتے۔ ابا کو سیر و تفریح کا بھی بہت شوق تھا اور ہمیں بھی بہت سیریں کروائی ہیں۔ ہم دو بھائی ہیں اور ہم میں ہمیشہ ہی برابری کا سلوک کیا ہمیشہ کچھ خریدتے تو ایک ہی طرح کی چیز ہوتی تاکہ لڑائی کی کوئی بھی وجہ نہ بنے۔ آپ کا گھر میں رعب بہت تھا اور بڑی حکمت سے کام لینا جانتے تھے۔ لیکن اس کے ساتھ ساتھ آپ کی طبیعت میں مزاح کا پہلو بھی بہت نمایاں تھا۔ گھر کے ماحول میں ہمیشہ مسکراہٹیں بکھیرتے اور ہنسی کا ماحول قائم رکھتے، ہمیشہ لطف اور بہت نفیس مذاق سے سب کو خوش کر دیتے۔ کبھی بھی ہم نے آپ کو پریشانی میں ہمت ہارتے نہیں دیکھا۔ بہت کم ان کے چہرے پر غم اور پریشانی کے آثار دیکھے ہیں۔ آپ دوسروں کو بھی پریشانیوں اور مشکلات کے دوران ہمیشہ حوصلہ رکھنے اور خوش رہنے کی تلقین کرتے اور خود اپنے نمونہ سے اس کا اظہار بھی کرتے۔

آپ کو اللہ تعالیٰ کی ذات پر بہت ہی توکل تھا اور اللہ تعالیٰ نے بھی ہر مشکل گھڑی میں محض اپنے فضل سے اپنی قدرت اور پیار کا سلوک فرماتے ہوئے ہمیشہ آپ کی مدد کی اور ہر امتحان میں سرخرو کیا۔ بعض اوقات جماعتی دشمنی کی وجہ سے تنزانیہ میں لوکل عرب لوگوں نے آپ پر جھوٹے مقدمے کروا کر جیل بھجوانے کی کوشش کی اور کبھی وہاں کی انتظامیہ اور پولیس کے سامنے بے بنیاد الزامات لگا کر جماعت کے مخالف کرنے کی کوششیں کیں، یا کبھی آپ کی طرف بے بنیاد باتیں منسوب کر دی گئیں جس کی وجہ سے آپ کو بہت سی مشکلات کا سامنا کرنا پڑا اور بہت سے ابتلاؤں سے گزرنا پڑا۔ مگر ہمیشہ ہی اللہ تعالیٰ نے اپنے خاص فضل سے آپ کی ہر طرح مدد فرمائی اور ہر امتحان اور ابتلا سے آپ کو نکالا۔

آپ کی عالمی زندگی جنت نظیر اور اپنے پیارے آقا کی ہدایات پر عمل کرنے کی زندہ مثال تھی۔ اس پر مجھے ابا کے اس خط کا وہ حصہ یاد آتا ہے جو انہوں نے حضور انور کے جلسہ سالانہ جرمنی

2009ء کے اختتامی خطاب کے بعد حضور انور کی خدمت میں لکھا۔ اس خط میں ابا نے حضور انور سے عہد کرتے ہوئے لکھا: ”سیدی! میں صدق دل سے یہ عہد کرتا ہوں کہ پوری تندی سے حضور نے جو نصائح فرمائی ہیں ان پر عمل کرنے کی کوشش کروں گا۔“ اپنے اندر وسعت حوصلہ اور عاجزی اور اعلیٰ ساری پیدا کرنے کی پوری کوشش کروں گا اور دوسروں کے جذبات کا خیال رکھوں گا۔ اپنے گھر بیلو ماحول کو جنت نظیر بنانے کی کوشش پہلے بھی کرتا رہا ہوں اور آئندہ اس سے بڑھ کر کروں گا۔“ میں اس بات کی گواہی دیتا ہوں کہ ابا نے حضور انور سے اس خط میں کئے ہوئے اور بہت سے وعدوں کی طرح اس عہد کو بھی خوب نبھایا اور گھر کے ماحول کو جنت نظیر بنانے کی ہمیشہ کوشش کی۔

ابا اپنے والدین کے لئے ہمیشہ دعا گو رہتے اور بار بار اس بات کا ذکر کرتے کہ میں اپنے ابا کا احسان مند ہوں جنہوں نے ہمیں گاؤں کے پسماندہ ماحول سے نکالا اور تربیت کی غرض سے ہمیں ربوہ میں آباد کیا، تاکہ جماعت کے ساتھ تعلق میں ترقی ہو سکے۔ اس ضمن میں ابا یہ واقعہ بھی سناتے تھے کہ جب دادا جان گاؤں چھوڑ کر ربوہ میں آباد ہونے کے بارے میں سوچ رہے تھے تو ایک آدمی نے میرے دادا سے کہا کہ چوہدری صاحب آپ یہ اتنی قیمتی زمین اور جائیداد بیچ کر کیوں ربوہ جانا چاہتے ہیں تو دادا نے ان کے سامنے ایک ہی سوال رکھا کہ میرے پاس دو ہی راستے ہیں کہ یا تو میں اپنی یہ زمین اور جائیداد بیچ دوں اور یا پھر اپنی اولاد کا ایمان بیچ دوں۔ یہ سن کر وہ کہنے لگے کہ چوہدری صاحب نے تو مجھے لا جواب ہی کر دیا ہے اور میرا منہ بند کر دیا ہے۔ ابا ہمیشہ ہی اپنے والدین کے لئے بہت دعائیں کرتے اور اس بات کا بار بار اظہار کرتے کہ مجھے زندگی میں کامیابیاں اپنے ابا کی دعاؤں کی بدولت ہی ملی ہیں اور یہی دعائیں تھیں جو خدا کے حضور قبولیت کا درجہ پا گئیں، ان کی بدولت ابا نے مقبول و نفع کی زندگی گزاری اور شہادت کی موت نصیب ہوئی اور یوں وہ اپنے خاندان اور والدین کا نام ہمیشہ کے لئے امر کر گئے۔ اللہ تعالیٰ ان حقیر قربانیوں کو قبول فرمائے اور ہمارے ایمانوں میں پہلے سے زیادہ مضبوطی پیدا فرمائے۔

آخری فون جو ابا نے مجھے کیا بروز بدھ 26 مئی کو، اس میں بھی مجھ سے تعلیمی سرگرمیوں کا ہی پوچھتے رہے اور پیپرز کی تیاری کے بارے میں پوچھتے رہے۔ مجھے اپنی والدہ سے بات کرنے کی بھی بے چینی اور جلدی ہوا کرتی تھی تو اپنے مخصوص مزاح کے انداز میں مجھے کہا جیسا کہ حدیث میں آنحضرت ﷺ نے کسی کے پوچھنے پر فرمایا کہ اولاد پر سب سے پہلے ماں کا حق ہے، پھر پوچھا گیا تو پھر فرمایا کہ ماں کا حق ہے، تیسری بار پوچھا گیا تو آپ نے پھر فرمایا کہ ماں کا حق ہے اور چوتھی مرتبہ

پوچھنے پر آپ نے فرمایا کہ والد کا حق ہے۔ تو ابا نے مزاح سے کہتے ہوئے کہ باپ کی باری تو چوتھے نمبر پر آتی ہے یہ کہہ کر فون امی کو دے دیا۔

جب ابا کو دھمکیوں کے فون آئے تو انہوں نے حضور کو دعا کی غرض سے خط لکھا جس میں ساری تفصیل بیان کی اور اس کے آخر میں لکھا کہ ”حضور انور کی خدمت میں عاجزانہ درخواست ہے کہ اگر اللہ تعالیٰ نے میری قربانی یعنی ہے تو مجھے ہمت اور حوصلہ دے اور اولاد کو بھی میں نے یہ نصیحت کی ہے کہ ہمیشہ خلافت احمدیہ کے ساتھ چمٹے رہنا۔ اللہ تعالیٰ ان کو بھی اس کی توفیق دے (آمین)“ اللہ تعالیٰ نے محض اپنے فضل سے ابا کو ہمت اور حوصلہ عطا فرمایا اور انہوں نے دشمن کی آنکھوں میں آنکھیں ڈال کر اپنی جان کا نذرانہ پیش کیا۔ اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ وہ اس قربانی کو قبول فرمائے اور ہمیں بھی اپنے ابا کی خواہش کے مطابق خلافت احمدیہ کے ساتھ مضبوط تعلق قائم رکھنے کی، اس میں ہمیشہ ترقی کرنے کی اور ہمیشہ خلافت احمدیہ کے دامن سے چمٹے رہنے کی توفیق عطا فرماتا رہے۔ آمین

شہادت سے ایک روز قبل یعنی 27 مئی 2010ء کی شام کو آپ نے MTA پر نثر ہونے والے عہد و فائے خلافت کو بہت رقت کے ساتھ دوہرایا اور گھر میں اس بات کا ذکر کیا کہ کل یعنی جمعہ کے روز وہ احباب کے ساتھ یہ عہد دوہرا نہیں گئے۔ مگر اللہ تعالیٰ کی تقدیر کے تحت اس دن ان کو یہ عہد دوہرا نہ کر سکا۔ مگر خطبہ جمعہ دیتے ہوئے ہی اللہ تعالیٰ نے انہیں اس عہد کو پورا کرنے کی توفیق عطا فرمادی اور راہ مولیٰ میں اپنی جان کا نذرانہ پیش کرنے کی توفیق سے نوازا اور ان لوگوں میں شامل فرمایا جن کے بارہ میں اللہ تعالیٰ خود فرماتا ہے کہ یہ زندہ ہیں۔

ہو فضل تیرا یارب یا کوئی ابتلا ہو راضی ہیں ہم اسی میں جس میں تیری رضا ہو

بقیہ صفحہ 6

مریضوں کو اپنے علاج کے سلسلے میں معالج کے علاوہ بیماری کی مہازنوں اور انتظامیہ کے تعاون کی بہت ضرورت ہے تاکہ ادویہ کی فراہمی اور دیگر سہولیات میسر آسکیں۔ مریضوں کے ساتھ پوری ہمدردی کے ساتھ پیش آنا ضروری ہے اور اگر ممکن ہو سکے تو مریضوں کی اپنی انجمنیں قائم کر کے اپنی مدد آپ کرنی چاہئے تاکہ وہ ایک دوسرے کے تجربات سے بھی فائدہ اٹھاسکیں۔ ٹائپ ون ذیابیطس چونکہ چھوٹی عمر کے لوگوں کو ہوتی ہیں اس لئے ان کو بہت زیادہ مدد کی ضرورت ہے جو انسانی ہمدردی کے طور پر معاشرہ کی طرف سے ملنی چاہئے۔ ایسے افراد کی تعلیم، کاروبار، شادی بیاہ، زچگی، بیماری غرض ہر مشکل وقت میں معاشرہ ان کی مدد کرے تاکہ یہ سب افراد کامیاب زندگی گزار سکیں۔

ذیابیطس پر کنٹرول ممکن ہے

ورزش، غذا اور دوا کے ذریعہ اس پر قابو پایا جاسکتا ہے

ابتدائی معلومات:

ہوتی ہے اور بوقت ضرورت غذاؤں یا جسم میں موجود چربی اور گوشت کے کاربن کا عنصر اسی کام کے لئے استعمال ہو سکتا ہے۔

ایک تندرست انسان میں گلوکوز اور آکسیجن کی مقدار خون میں ہمیشہ ایک خاص مقدار سے کم یا زیادہ نہیں ہوتی۔ چلنے پھرنے، دوڑنے بھاگنے اور ورزش کرتے وقت جسم کے عضلات خوب کام کرتے ہیں اور انہیں زیادہ توانائی کی ضرورت ہوتی ہے اس لئے گلوکوز اور آکسیجن دونوں زیادہ استعمال ہوتی ہیں اور ان کی مقدار خون میں کم ہو جاتی ہے۔ ان کی مقدار کو دوبارہ مقررہ سطح پر لانے کے لئے جسم میں ایک نظام ہے چنانچہ ہم دیکھتے ہیں کہ انسان کے سانس اور دل کی رفتار تیز ہو جاتی ہے اور زیادہ آکسیجن خون میں جذب ہو کر اپنی سطح کو برقرار رکھتی ہے۔ اسی طرح شوگر کی سطح کو برقرار رکھنے کے لئے بھی ایک باقاعدہ نظام ہے جو جسم کے سنور سے گلوکوز نکال کر خون میں داخل کر دیتا ہے اور اس کی سطح کو خطرناک حد تک کم ہونے سے روکتا ہے کیونکہ اگر اس کی سطح بہت کم ہو جائے تو بیہوش ہونے بلکہ ہلاک ہونے کا خطرہ ہوتا ہے۔ اب ہم گلوکوز کو کنٹرول کرنے کے اس نظام کو تھوڑی سی تفصیل سے بیان کریں گے۔

جسم میں گلوکوز کنٹرول کرنے کا نظام:

ورزش کرنے کے نتیجے میں خون میں گلوکوز کی سطح کم ہو جاتی ہے اور کھانا کھانے کے بعد یہ بڑھ جاتی ہے۔ اس سطح کو صحت مند مقدار میں برقرار رکھنے کے لئے انسولین (insulin) اہم کردار ادا کرتی ہے۔ یہ ایک مرکب ہوتا ہے جسے ہارمون کہتے ہیں اور جسم میں اس کو بنانے کی فیٹری ہے جو لیلے (جسے انگریزی میں pancreas کہتے ہیں) میں ہوتی ہے۔ یہ خاص قسم کے خلیات ہوتے ہیں جنہیں بیٹا سیلز beta cells کہتے ہیں۔ ان خلیات میں ہر وقت انسولین تیار ہوتی رہتی ہے اور ایک یونٹ فی گھنٹہ کے حساب سے خون میں داخل ہوتی رہتی ہے۔ کھانا کھانے کے بعد اس کی پروڈکشن 5 سے 10 گنا زیادہ ہو جاتی ہے اور 24 گھنٹے میں ایک تندرست جوان انسان کا لیلے تقریباً 40 یونٹ انسولین پیدا کرتا ہے۔ انسولین بہت طاقتور مرکب ہے جس کی بہت تھوڑی مقدار خون میں گلوکوز کی مقدار کو کم کر دیتی ہے۔ لیلے میں ہی ایک اور خلیات کا مجموعہ ہوتا ہے جنہیں الفا سیلز

alpha cells کہتے ہیں جہاں ایک اور ہارمون بنتا ہے جو گلوکوز کی سطح کو اگر وہ کم ہو جائے تو زیادہ کر دیتا ہے۔ اسے گلوکاگون (glucagon) کہتے ہیں۔ اس ہارمون کے تمام اثرات انسولین کے اثرات کی مخالف سمت میں ہوتے ہیں اور ذیابیطس میں اس ہارمون کی مقدار بہت زیادہ بڑھ جاتی ہے۔ ان دو مرکبات کے علاوہ بھی بعض اور ہارمون ہیں جو گلوکوز کی سطح کو بلند کرتے ہیں اور ان کی مقدار ورزش کرنے سے بڑھ جاتی ہے۔ یہ تمام ہارمون خون میں گلوکوز کی سطح سے متاثر ہو کر اپنا اثر دکھاتے ہیں اور ان کا مجموعی اثر یہ ہوتا ہے کہ حرکت اور سکون دونوں حالتوں میں نیز بھوکے پیٹ یا کھانے کے بعد ہر حالت میں خون میں گلوکوز ایک خاص مقدار سے کم یا زیادہ نہیں ہوتی اور یوں انسان کی صحت برقرار رہتی ہے۔

ذیابیطس کی اقسام:

مندرجہ بالا حقائق کی روشنی میں ذیابیطس کی کم از کم دو اقسام سامنے آتی ہیں۔

ایک وہ جس میں لیلے میں بیٹا سیلز کام نہ کرتے ہوں یا کسی وجہ سے ختم ہو جائیں۔ ایسی حالت میں جسم کی اپنی انسولین خون میں موجود ہی نہیں ہوتی اور خون میں شوگر کی مقدار بڑھ جاتی ہے اسے ٹائپ ون ذیابیطس Type 1 diabetes کہتے ہیں اور

دوسری وہ جس میں لیلے میں بیٹا سیلز موجود ہوں اور کام بھی کرتے ہوں اور انسان میں جسم میں بننے والی انسولین موجود بھی ہو لیکن پھر بھی خون میں شوگر کی مقدار بڑھی ہوئی ہو چنانچہ ایسی ذیابیطس کو ٹائپ ٹو ذیابیطس Type 2 diabetes کہتے ہیں۔ پہلی قسم تو سمجھ میں آ جاتی ہے کہ چونکہ جسم میں انسولین ہی نہیں ہے اس لئے خون میں شوگر بڑھ گئی لیکن دوسری قسم میں شوگر کے بڑھنے کی کیا وجہ ہے جبکہ جسم میں پیدا ہونے والی انسولین بھی موجود ہے۔ اس کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ انسولین کا اثر خلیات قبول نہیں کرتے اور اس کی موجودگی کے باوجود گلوکوز کم نہیں ہوتی۔ ایسا کیوں ہوتا ہے اس کی کئی وجوہات ہیں اور ان میں سے ایک انسولین کے اثرات کی مخالفت کرنے والے ہارمونز کی زیادتی بھی ہوتی ہے چنانچہ جگہ کے دوران جس ذیابیطس کا مشاہدہ ہوا ہے وہ اسی قسم سے تعلق رکھتی ہے۔ لیکن کھانے میں بے اعتدالی، چلنے پھرنے اور ورزش کی کمی وغیرہ بھی بعض وجوہات ہیں۔ موروثیت کا بھی کچھ حصہ معلوم ہوتا ہے۔ غرض اس موضوع پر بہت تحقیق کی جا رہی ہے اور نئے نئے انکشافات اس میدان میں کئے جا رہے ہیں اور امید ہے کہ وقت گزرنے کے ساتھ اس بیماری کو سمجھنے اور بہتر علاج کرنے کے طریقے معلوم ہو جائیں گے۔

ذیابیطس کی تشخیص:

ذیابیطس کی کوئی بھی قسم ہو اس کی تشخیص کے لئے خون میں گلوکوز کی مقدار دیکھی جاتی ہے اور اگر وہ ایک خاص مقدار سے زیادہ ہو تو ذیابیطس کی تشخیص کی جاتی ہے۔ اگر یہ ٹیسٹ مہم ہو تو دوسرا ٹیسٹ یہ ہوتا ہے کہ مریض کو گلوکوز کی ایک خاص مقدار کھلانے کے بعد وقفے وقفے سے خون میں گلوکوز کی مقدار جانچی جاتی ہے اور ایک گراف بنایا جاتا ہے۔ ذیابیطس کے مرض میں یہ گراف ایک خاص قسم کا ہوتا ہے اور اس سے تشخیص میں مدد ملتی ہے۔ ایک تیسرا ٹیسٹ بھی کیا جاتا ہے جو دو تین ماہ کی مدت میں خون میں گلوکوز کی مقدار کی نشاندہی کرتا ہے اور علاج کی موزونیت کا آئینہ دار ہوتا ہے اسے HbA1c کہا جاتا ہے۔

خون میں گلوکوز کی بڑھی ہوئی مقدار کے

بد اثرات:

خون میں شوگر کے بڑھنے کا اثر یوں تو جسم کے ہر حصے پر پڑتا ہے لیکن گردے خاص طور پر متاثر ہوتے ہیں۔ جسم میں گردش کرتے ہوئے خون کی صفائی کرنا گردوں کا کام ہوتا ہے۔ اس مقصد کے حصول کے لئے گردوں میں سے گزرنے والا تمام خون چھلنیوں میں چھانا جاتا ہے اور خون کا تمام مائع حصہ پچھرا لیلوں کے ذریعہ دوبارہ خون میں جذب ہو جاتا ہے۔ اس عمل کے دوران جسم میں موجود فاسد مادے پیشاب بن کر جسم میں سے خارج ہو جاتے ہیں جبکہ جسم کی تمام اہم اشیاء جن میں گلوکوز بھی شامل ہے مکمل طور پر جذب ہو کر خون میں واپس آ جاتی ہیں اور پیشاب میں خارج نہیں ہوتیں۔ لیکن اگر خون میں گلوکوز کی مقدار زیادہ ہو جائے تو چھلنیوں میں سے چھننے والی گلوکوز کی مقدار گردوں کی جذب کرنے کی طاقت سے زیادہ ہو جاتی ہے اور کچھ گلوکوز پیشاب میں بھی خارج ہونے لگ جاتی ہے اور ٹیسٹ کرنے پر پیشاب میں موجود ہوتی ہے۔ اس کے نتیجے میں مریض کو بار بار پیشاب آتا ہے اور پانی کی کمی ہو جاتی ہے جس کو دور کرنے کے لئے پیاس بڑھ جاتی ہے اور مریض بار بار پانی پیتا ہے اور ذیابیطس کی یہ علامات ظاہر ہو جاتی ہے۔ کچھ عرصہ اسی کیفیت میں گزرنے کے بعد گردوں کی نالیاں زیادہ مقدار میں گلوکوز جذب کرنے لگ جاتی ہیں اور باوجود خون میں گلوکوز کی مقدار زیادہ ہونے کے پیشاب میں شوگر نہیں ہوتی۔ کچھ مزید عرصہ گزرنے کے بعد گردوں کی چھلنی glomerulus متاثر ہو جاتی ہے اور ان میں سے پروٹین خارج ہونے لگ جاتی ہیں جس کے بعد بلڈ پریشر بڑھ جاتا ہے اور آخر کار گردے کام کرنا چھوڑ دیتے ہیں۔

آنکھیں بھی متاثر ہوتی ہے اور آنکھوں کا لینز جو تدرستی میں شفاف ہوتا ہے دودھیا ہو جاتا ہے

اور اس میں سے نظر آنا بند ہو جاتا ہے اس لینز کو آپریشن کر کے نکالنا پڑتا ہے اور مصنوعی لینز اس کی جگہ لگانا پڑتا ہے تو بصارت بحال ہوتی ہے۔ آنکھوں کے پردے پر بھی برا اثر پڑتا ہے جس کی وجہ سے بینائی آہستہ آہستہ کم ہوتی چلی جاتی ہے۔ اس اثر کو دور کرنے کے لئے ضروری ہے کہ خون میں گلوکوز کی مقدار کم سے کم رکھی جائے۔

خون کی نالیاں بھی خراب ہو جاتی ہیں اور ان کا اندرونی سوراخ تنگ ہو جاتا ہے جس کے نتیجے میں خون، دل، دماغ اور جسم کے دوسرے اعضاء تک کم مقدار میں پہنچتا ہے اور دل کی بیماریاں، فالج اور پاؤں میں خون کی کمی کے امراض ہو جاتے ہیں۔

دماغ کی رگیں nerves بھی خراب ہو جاتی ہیں اور ہاتھ پاؤں سن ہونے شروع ہو جاتے ہیں۔ حس نہ ہونے کی وجہ سے چوٹ محسوس نہیں ہوتی اور پاؤں میں زخم بڑھتے چلے جاتے ہیں یہاں تک کہ ٹانگ کا ٹکٹنک نوبت پہنچ جاتی ہے۔

جسم کی قوت مدافعت بھی متاثر ہوتی ہے اور اگر جراثیم حملہ کریں تو جسم جلدی بیمار ہو جاتا ہے اور تپ دق، نمونیا اور دوسرے خطرناک امراض کی شکل میں بیماریاں ظاہر ہوتی ہیں۔

ذیابیطس کے علاج کے طریقے:

گلوکوز پر جن چیزوں کا اثر ہوتا ہے اس کا خلاصہ یہ ہے کہ ورزش، غذا اور جسم میں بننے والے ہارمون بشمول انسولین کی مقدار کا گلوکوز پر اثر ہوتا ہے۔ اس لئے اگر گلوکوز خون میں بڑھی ہوئی ہو تو اس کو کم کرنے کے لئے یہی تین امور ہیں جن پر توجہ دینے کی ضرورت ہے اور یہی ذیابیطس کا علاج ہے۔ اب ہم ایک طریقے کو علیحدہ علیحدہ لے کر ان پر غور کریں گے۔

ورزش:

انسانی جسم میں عضلات یا پٹھوں کا ایک بہت بڑا اور وسیع نظام ہے اور جسم کو حرکت دینا، سانس لینا، خون کو دل کے ذریعے سے گردش میں رکھنا، آنٹوں میں ہوا پانی اور غذا کو آگے ہی آگے چلاتے رہنا، دوزنا، بھاگنا، چنانچا، کودنا وغیرہ سب پٹھوں کے ہی کام ہیں اور ان کے سکڑنے اور پھیلنے کے لئے توانائی کی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ توانائی گلوکوز اور چربی کے کاربن ایٹم کے آکسیجن سے ملنے سے پیدا ہوتی ہے اور یہ تمام چیزیں وہیں پر پٹھوں کے خلیات میں موجود ہوتی ہیں۔ چنانچہ ہر حرکت کے نتیجے میں گلوکوز استعمال ہوتی ہے اور خون میں اس کی مقدار کم ہو جاتی ہے۔ گویا خون میں اگر گلوکوز بڑھ جائے تو اس کو کم کرنے کا ایک بہت مؤثر ذریعہ ورزش ہے۔ پٹھوں کو تیزی سے حرکت دینے اور چلنے پھرنے سے گلوکوز کم کیا جاسکتا ہے اور یہ ذیابیطس کے کنٹرول کرنے کا ایک بہت عمدہ

طریقہ ہے۔ ضرورت اس بات کی ہے کہ ایک پروگرام کے مطابق اور سوچے سمجھے طریقے سے اس کو کیا جائے۔ زیادہ توانائی استعمال کرنے کے نتیجے میں موٹاپا بھی دور ہو جاتا ہے اور یہ بھی اس کام میں مدد دیتا ہے۔ موجودہ مشینی دور میں اس بیماری کی وبائی شکل میں پھیلنے کی وجہ یہی ورزش کی کمی معلوم ہوتی ہے۔

غذا کا استعمال:

کھانا کھانے کے بعد گلوکوز بڑھ جاتی ہے اور تجربات سے پتہ چلا ہے کہ بعض قسم کی غذا میں گلوکوز کو فوری طور پر بڑھاتی ہیں جبکہ بعض دوسری غذا میں آہستہ آہستہ ایسا کرتی ہیں لیکن سب سے زیادہ اہمیت غذا سے حاصل ہونے والی توانائی کو حاصل ہے۔ ضرورت اس بات کی ہے کہ جس قدر توانائی کی جسم کو ضرورت ہو اتنی ہی توانائی اسے فراہم کی جائے۔ توانائی کے پیمانے کو کیلوری کہا جاتا ہے اور یہ اتنی توانائی ہوتی ہے جو ایک گرام پانی کا درجہ حرارت ایک ڈگری سنٹی گریڈ بڑھا دے۔ لیکن طبی دنیا میں کلوکیوری کا پیمانہ استعمال ہوتا ہے جو ایک ہزار کیلوری کے برابر ہوتا ہے۔

توانائی کی ضروریات ناپنے اور اس کے مطابق غذا تشکیل دینے کے بہت سے طریقے رائج ہیں اور یہ ایک باقاعدہ سائنس ہے لیکن ہم اس پیچیدگی میں نہیں پڑتے اور ایک آسان طریقہ عام لوگوں کے لئے بتاتے ہیں جس کے ذریعے سے یہ اندازہ ہو جاتا ہے کہ روزمرہ کی ضرورت کے مطابق توانائی حاصل ہو رہی ہے یا نہیں اور وہ طریقہ یہ ہے کہ ایک قابل اعتماد وزن کرنے کی مشین کے ذریعے سے ہر ہفتے دو ہفتے کے بعد اپنا وزن ایک ہی مقررہ وقت پر اور ایک ہی لباس میں کیا جائے اور اس کا ریکارڈ رکھ لیا جائے تو اندازہ ہو جاتا ہے کہ جسم کو اس کی ضرورت کے مطابق یا کم یا زیادہ توانائی مل رہی ہے۔ غذا سے حاصل ہونے والی توانائی اگر روزمرہ کی ضروریات سے کم ہو تو وزن کم ہونا شروع ہو جاتا ہے اور اگر اس سے زیادہ ہو تو وزن بڑھنا شروع ہو جاتا ہے۔ یہ اندازہ کر نیکیے بعد اپنی غذا کی مقدار کو کم یا زیادہ کیا جاسکتا ہے۔

اس کے بعد غذا کے اجزاء کا مختصر سا بیان کرنا بھی ضروری ہے کیونکہ اس بیماری کے کنٹرول میں انکی اہمیت ہے۔ پھل اور سبزیاں مناسب مقدار میں مفید ہیں لیکن یہ صاف ستھری اور تازہ ہونی چاہئیں۔ روزانہ ایک پھل اور کچھ سبزیاں سلاڈکی شکل میں کھالینی چاہئیں۔ شربت، چینی، جوس، سوڈے کی بوتلیں، مٹھائی، کولا مشروبات وغیرہ سے خون میں گلوکوز ایک دم بڑھ جاتی ہے اس لئے ان کو اپنی غذا کا حصہ نہیں بنانا چاہئے۔ دودھ، دہی اور مکھن نکلے ہوئی لسی میں پروٹین کے علاوہ کیشیم بھی ہوتا ہے اور اس کا استعمال مفید ہے۔ گوشت مناسب مقدار میں کھایا جائے اور تلی ہوئی چیزوں کو کم سے

کم استعمال کیا جائے تو یہ بھی صحت پر اچھا اثر ڈالتا ہے۔ ٹیوں میں ملنے والے پھل اور غذائیں چینی اور کیمیائی مرکبات کے ذریعے سے درست حالت میں رکھی جاتی ہیں اور ذیابیطس میں ان کا استعمال مضر ہے۔ اسی طرح مصنوعی مٹھاس جیسے سکرین ہے یہ بھی اچھی نہیں ہوتی اور اسے بھی استعمال نہ کرنا ہی بہتر ہے۔

شہد کے متعلق بھی مختلف آراء ہیں۔ یاد رکھنا چاہئے کہ شہد میں دو قسم کی شوگرز ہوتی ہیں جن میں سے ایک گلوکوز ہے اور دوسری فرکٹوز۔ گلوکوز تو خون میں گردش کرتی ہے اور انسولین کے اثر کے تحت خلیات میں جاتی ہے اور توانائی فراہم کرتی ہے جبکہ فرکٹوز خلیات میں داخل ہونے کے بعد استعمال ہوتی اور توانائی دیتی ہے۔ اس لئے سائنسی اعتبار سے یہی معلوم ہوتا ہے کہ غذا میں مٹھاس کے لئے مناسب مقدار میں شہد استعمال کرنا مضر نہیں ہے۔ البتہ یہ جاننا ضروری ہے کہ بعض علاقوں میں شہد جعلی بھی ہوتے ہیں جو مضر ہیں۔

دواؤں کا استعمال:

1921ء میں انسولین دوا کے طور پر استعمال ہونی شروع ہوئی۔ اسے جانوروں کے لبلبے سے نکالا جاتا تھا۔ اس دریافت کے بعد ذیابیطس کے علاج میں ایک انقلاب آ گیا اور ایسے مریض جو لاعلاج سمجھے جاتے تھے اور جلد یا بدیر انکی ہلاکت ہو جاتی تھی وہ تندرست زندگی گزار کر بڑھاپے کی عمر کو پہنچنے لگے۔ اب انسولین بنانے میں بھی انقلاب آ گیا ہے اور موجودہ دور میں انسولین جانوروں کے لبلبے سے نکالی نہیں جاتی بلکہ جدید طریقوں سے بیکیٹیریا کے ذریعے سے بنائی جاتی ہے اور زیادہ صاف ستھری اور آلائش سے پاک ہوتی ہے۔ اس کی کئی قسمیں ہیں جو سب کی سب ٹیکے کے ذریعے سے دی جاتی ہیں۔ بعض تو ٹیکہ لگتے ہی فوری طور پر اثر کرتی ہیں۔ بعض ٹیکے لگنے کے آدھے گھنٹے کے بعد اثر کرنا شروع کرتی ہیں اور انکا اثر چار چھ گھنٹے رہتا ہے۔ بعض کا اثر دس بارہ گھنٹے رہتا ہے اور بعض چوبیس گھنٹے تک اثر دکھاتی ہیں۔

وہ مریض جو کھانے کی دوا میں استعمال کرتے ہیں ان میں سے بہت سی ایسی ہوتی ہیں جو مریض کے لبلبے میں بیٹا سیلز پر اثر انداز ہو کر جسم کے انسولین پیدا کرنے کے نظام کو تیز کر دیتی ہیں اور مریض اپنے ہی جسم میں زیادہ انسولین بنانا شروع کر دیتا ہے اور شوگر کم ہو جاتی ہے۔ ممکن ہے کہ بعض جڑی بوٹیاں بھی اسی طرح کا اثر رکھتی ہوں اور ذیابیطس کے علاج میں مفید ہوں۔ اسی طرح ہومیوپیتھک طریقے علاج میں بھی ٹیسٹوں کے ذریعے سے آسانی سے معلوم کیا جاسکتا ہے کہ کوئی ہومیوپیتھک علاج مؤثر ہے یا نہیں۔

بعض ادویہ مصنوعی ذیابیطس بھی کر دیتی ہیں ان میں سب سے اہم ہارمون ہیں جو انواع و اقسام کی

بیماریوں میں استعمال ہوتے ہیں اور ہر قسم کے ڈاکٹر اور حکیم ان کو دم، گنٹھیا، الرجی، جلد کی بیماریوں اور دستوں کی بیماریوں میں مریضوں کو استعمال کرواتے ہیں اور اس کے نتیجے میں خون میں شوگر بڑھ جاتی ہے جو دوائی چھوڑنے کے بعد کم ہو جاتی ہے۔ اسی طرح بعض عورتوں میں زچگی کے دوران ہارمونز کے زیر اثر ذیابیطس ہو جاتی ہے جو بعد میں ٹھیک ہو جاتی ہے۔ بلڈ پریشر کم کرنے والی بعض دواں بھی اسی قسم کے اثرات دکھاتی ہیں۔ اس لئے جہاں دوائیں خون میں شوگر کی مقدار کم کرتی ہیں تو بعض اسے زیادہ بھی کر دیتی ہیں اور علاج کرتے وقت ان امور کا خیال رکھنا ضروری ہے۔

ذیابیطس کی پیچیدگیوں کا علاج:

گردوں پر نظر رکھنے کی ضرورت ہے۔ گردوں سے پروٹین ضائع ہونے لگے تو گردے خراب ہو جاتے ہیں لیکن باقاعدگی سے دوائی کھانے سے گردے محفوظ ہو جاتے ہیں۔ اسی طرح بلڈ پریشر پر نظر رکھنی ضروری ہے اور اگر یہ بڑھ جائے تو اس کو کم کرنا بہت ضروری ہے۔

آنکھیں کئی طرح سے متاثر ہوتی ہیں۔ ایک تو سفید موتیا ہے جس میں آنکھ کا لینز دودھیا ہو جاتا ہے اور آپریشن کے ذریعے نیا مصنوعی لینز لگا کر ٹھیک کیا جاسکتا ہے۔ پھر ایک کلا موٹیا glaucoma ہے جس میں آنکھ کے اندر پانی کا دباؤ بڑھ جاتا ہے جس کی وجہ سے آنکھ کا اندرونی نظام برباد ہو جاتا ہے۔ اس کا علاج بھی آپریشن اور ادویہ کے ذریعے سے کیا جاسکتا ہے۔ سب سے خطرناک آنکھ کے اندرونی پردے retina کی بیماری ہے جس میں خون کی باریک نالیاں خراب ہو جاتی ہیں اور بینائی متاثر ہوتی ہے۔ اس کا علاج یہی ہے کہ خون میں شوگر کو پورے طور پر کنٹرول کیا جائے اور صحت مند سطح پر برقرار رکھا جائے۔ آنکھوں کی ان پیچیدگیوں کی وجہ سے ذیابیطس کے مریضوں کی آنکھوں کا تفصیلی معائنہ ہر سال ہونا ضروری ہے تا کہ کوئی بھی پیچیدگی پیدا ہو تو اس کا علاج فوری طور پر کیا جاسکے۔

ذیابیطس میں خون کی شریانوں کی بیماریاں ہونے کا احتمال زیادہ ہوتا ہے۔ اس کے نتیجے میں دل کی بیماریاں، فالج اور پاؤں کے زخم خاص طور پر تکلیف دہ ہوتے ہیں۔ ان پر بھی نظر رکھنے کی ضرورت ہوتی ہے اور جب ضرورت پڑے تو فوری علاج کرنا چاہئے۔

اسی طرح دماغ کی رگیں بھی متاثر ہو جاتی ہیں اور اگر خون میں شوگر کی مقدار صحت مند سطح پر رہے تو یہ رگیں بھی صحت مند رہتی ہیں۔

خلاصہ کلام یہ ہے کہ ذیابیطس ایک قابل علاج مرض ہے لیکن اسکے کنٹرول میں ورزش، غذا اور باقاعدگی سے علاج بہت اہمیت رکھتا ہے۔

نماز جنازہ حاضر وغائب

مکرم میر احمد جاوید صاحب پرائیویٹ سیکرٹری لندن تحریر کرتے ہیں کہ حضرت خلیفۃ المسیح الخامس ایدہ اللہ تعالیٰ بنصرہ العزیز نے مورخہ 22 دسمبر 2011ء کو بمقام بیت الفضل لندن قبل نماز ظہر و عصر درج ذیل افراد کی نماز جنازہ حاضر وغائب پڑھائی۔

نماز جنازہ حاضر

مکرم چوہدری عبداللہ امانت صاحب

مکرم چوہدری عبداللہ امانت صاحب المعروف لالہ جی (آف اسلام آباد) مورخہ 19 دسمبر 2011ء کو مختصر علالت کے بعد 81 سال کی عمر میں وفات پا گئے۔ آپ 1990ء میں یورپ کے آئے۔ آپ کو اسلام آباد میں حضرت خلیفۃ المسیح الرابع کے مزار پر ڈیوٹی کی سعادت نصیب ہوئی۔ آپ اپنی ذمہ داری بڑے شوق اور محبت سے ادا کرتے تھے۔ انتہائی سادہ لوح، شریف النفس، صوم و صلوة کے پابند اور بڑے ہی مخلص انسان تھے۔ پسماندگان میں ایک بیٹی اور دو بیٹے یادگار چھوڑے ہیں۔ آپ مکرم مجید احمد صاحب سیالکوٹی مرہبی سلسلہ وکالت تصنیف لندن کے بڑے بھائی تھے۔

نماز جنازہ غائب

مکرم چوہدری ظفر اللہ وڑائچ صاحب

مکرم چوہدری ظفر اللہ وڑائچ صاحب چک 9 پنیار تحصیل بھلوال ضلع سرگودھا مورخہ 23 نومبر 2011ء کو بقضائے الہی وفات پا گئے۔ آپ حضرت چوہدری حاکم علی صاحب پنیار رفیق حضرت مسیح موعود کے بیٹے تھے۔ نمازوں کے پابند خوش اخلاق، انتہائی صابر و شاکر اور خدا تعالیٰ کی رضا پر راضی رہنے والے ایک نیک انسان تھے۔ جماعت کے کاموں میں ہمیشہ بڑھ چڑھ کر حصہ لیتے تھے۔ مرحوم موہی تھے۔ پسماندگان میں اہلیہ کے علاوہ تین بیٹیاں اور پانچ بیٹے یادگار چھوڑے ہیں۔ آپ مکرم نسیم احمد صاحب باجوہ مرہبی سلسلہ مورڈن کے ماموں تھے۔

مکرم کیپٹن ڈاکٹر اقبال احمد خان صاحب

مکرم کیپٹن ڈاکٹر اقبال احمد خان صاحب آف مظفر گڑھ مورخہ 26 نومبر 2011ء کو 92 سال کی عمر میں وفات پا گئے۔ آپ جماعت مظفر گڑھ کے پہلے صدر رہے اور پھر لمبا عرصہ امیر ضلع کی حیثیت سے خدمت کی توفیق پائی۔ مرحوم نمازوں کے پابند، تہجد گزار، غریب پرور اور مخلص

انسان تھے۔ مالی تحریکات میں نمایاں حصہ لیتے تھے۔ قرآن کریم کی تلاوت بڑی باقاعدگی سے کیا کرتے تھے اور حضرت مسیح موعود کی کتب اور دیگر جماعتی کتب اور رسائل کا مطالعہ بڑے شوق سے کیا کرتے تھے۔ پسماندگان میں ایک بیٹی اور تین بیٹے یادگار چھوڑے ہیں۔ آپ مکرم ظفر احمد سرور صاحب مرہبی سلسلہ یو ایس اے کے ماموں اور خسر تھے۔

مکرم چوہدری بشارت احمد صاحب

مکرم چوہدری بشارت احمد صاحب اوچانماگٹ مورخہ 6 اکتوبر 2011ء کو 82 سال کی عمر میں وفات پا گئے۔ آپ حضرت مولوی فضل الدین صاحب رفیق حضرت مسیح موعود کے بیٹے تھے۔ آپ نے فوج سے ریٹائرمنٹ کے بعد کچھ عرصہ مجلس انصار اللہ مرکزیہ میں بطور کارکن کام کیا۔ بڑے نیک، ملنسار، صلہ رحمی کرنے والے اور غریب پرور انسان تھے۔ مرحوم موہی تھے۔ پسماندگان میں تین بیٹیاں اور دو بیٹے یادگار چھوڑے ہیں۔ آپ مکرم نسیم احمد خادم صاحب مرہبی سلسلہ غانا کے خسر تھے۔

مکرم محمد یعقوب صاحب

مکرم محمد یعقوب صاحب آف چک نمبر 64 پتوکی ضلع قصور مورخہ 19 ستمبر 2011ء کو 72 سال کی عمر میں وفات پا گئے۔ آپ نے اپنی جماعت کے صدر اور زعیم انصار اللہ کی حیثیت سے خدمت کی توفیق پائی۔ نیک، مخلص اور باوفا انسان تھے۔

مکرم چوہدری ظہور احمد صاحب

مکرم چوہدری ظہور احمد صاحب صابو بھڈیار ضلع سیالکوٹ مورخہ 10 ستمبر 2011ء کو 90 سال کی عمر میں وفات پا گئے۔ مرحوم نے اپنی جماعت میں صدر، سیکرٹری مال اور امام الصلوة کی حیثیت سے خدمت کی توفیق پائی۔ صوم و صلوة کے پابند، تہجد گزار، ملنسار اور مخلص انسان تھے۔ خلافت سے پیار و وفا کا بہت گہرا تعلق تھا۔

مکرم زبیدہ محمود صاحبہ

مکرم زبیدہ محمود صاحبہ اہلیہ مکرم محمود احمد کمال صاحب آرکیٹیکٹ کراچی مورخہ 27 جولائی 2011ء کو 68 سال کی عمر میں وفات پا گئیں۔ مرحومہ نماز جمعہ بڑی باقاعدگی سے اپنے سنٹر پر ادا کیا کرتی تھیں۔ جب حالات کی وجہ سے خواتین کو جمعہ پر جانے سے منع کر دیا گیا تو آپ بڑی رنجیدہ رہتی تھیں اور اکثر اس کا اظہار کیا کرتی تھیں۔ مرحومہ موہیہ تھیں۔

مکرم ملک آفتاب اسلام صاحب

مکرم ملک آفتاب اسلام صاحب ابن مکرم عبدالسلام صاحب راولپنڈی مورخہ 28 جنوری 2011ء کو بقضائے الہی وفات پا گئے۔ بڑے خوش اخلاق، ملنسار اور مخلص انسان تھے۔ جماعتی پروگراموں میں باقاعدگی کے ساتھ شامل ہوتے اور اپنے چندہ جات بروقت ادا کیا کرتے تھے۔

مکرم چوہدری مسعود احمد ناصر صاحب

مکرم چوہدری مسعود احمد ناصر صاحب آف لاہور مورخہ 3 نومبر 2011ء کو 68 سال کی عمر میں وفات پا گئے۔ آپ کو وحدت کالونی لاہور میں مختلف عہدوں پر لمبا عرصہ خدمت کا موقع ملا۔ انتہائی نیک، وفا شعار اور خلافت سے گہری وابستگی رکھنے والے مخلص انسان تھے۔ پسماندگان میں ایک بیٹی اور ایک بیٹا یادگار چھوڑے ہیں۔ مرحوم موہی تھے۔

مکرم امۃ القیوم صاحبہ

مکرم امۃ القیوم صاحبہ اہلیہ مکرم شیخ محمد سلیم صاحب دنیا پوری مرحوم اسلام آباد مورخہ 3 دسمبر 2011ء کو وفات پا گئیں۔ آپ حضرت منشی حبیب الرحمن صاحب رفیق حضرت مسیح موعود کی پوتی تھیں۔ مرحومہ نہایت ملنسار، صابر و شاکر، صوم و صلوة کی پابند، تہجد گزار، نیک اور مخلص خاتون تھیں۔ آپ کو بہت سے احمدی اور غیر احمدی بچوں کو قرآن مجید ناظرہ اور با ترجمہ پڑھانے کی توفیق ملی۔ مرحومہ موہیہ تھیں۔

مکرم محمودہ خانم صاحبہ

مکرم محمودہ خانم صاحبہ اہلیہ مکرم چوہدری جمال الدین صاحب قادیانی مورخہ 7 دسمبر 2011ء کو 78 سال کی عمر میں وفات پا گئیں۔ مرحومہ نہایت نیک، دعا گو، نمازوں کی پابند اور بہت اچھے اخلاق کی مالک تھیں۔ خلافت سے آپ کو بے پناہ عشق تھا۔ چھوٹے بچوں کو قرآن کریم ناظرہ پڑھایا کرتی تھیں۔ پسماندگان میں ایک بیٹی اور تین بیٹے یادگار چھوڑے ہیں۔ مرحومہ موہیہ تھیں۔

مکرم چوہدری سلطان محمود صاحب ملتانی

مکرم چوہدری سلطان محمود صاحب ملتانی چک نمبر 74/P ضلع رحیم یار خان مورخہ 5 نومبر 2011ء کو لمبی بیماری کے بعد وفات پا گئے۔ آپ نے مدرسہ احمدیہ قادیان میں تعلیم حاصل کی اور

بیت اقصیٰ قادیان میں نداء دینے کی توفیق پائی۔ گاؤں میں صدر جماعت کی حیثیت سے خدمت کا موقع ملا۔ بہت ہمدرد، غریب پرور نمازوں کو خشوع و خضوع سے ادا کرنے والے، نڈر اور مخلص احمدی تھے۔ مرحوم موہی تھے۔

مکرم سکینہ بھٹی صاحبہ

مکرم سکینہ بھٹی صاحبہ اہلیہ مکرم بشیر احمد صاحب بھٹی فیکٹری ایریا ربوہ مورخہ 10 نومبر 2011ء کو 80 سال کی عمر میں وفات پا گئیں۔ پچھوتہ نمازوں کی پابند، تہجد گزار، مہمان نواز، غریبوں کی ہمدرد، مالی قربانی میں بڑھ چڑھ کر حصہ لینے والی مخلص خاتون تھیں۔ مرحومہ موہیہ تھیں۔ پسماندگان میں ایک بیٹی اور دو بیٹے یادگار چھوڑے ہیں۔ آپ مکرم اقبال احمد بھٹی صاحب سابق باڈی گارڈ حضرت مصلح موعود کی ہمیشہ تھیں۔

مکرم روشن جہاں بیگم صاحبہ

مکرم روشن جہاں بیگم صاحبہ اہلیہ مکرم محمد بشیر بھٹی صاحب آف 96 گ ب ضلع فیصل آباد مورخہ 12 نومبر 2011ء کو 77 سال کی عمر میں وفات پا گئیں۔ آپ 13 سال قادیان میں رہائش پذیر ہیں اور اس دوران آپ کو حضرت اماں جان سے ملاقات کا شرف حاصل ہوا۔ آپ نے اپنے گاؤں میں صدر لجنہ کی حیثیت سے خدمت کی توفیق پائی۔ گھر میں بچوں کی دنیاوی تعلیم کے ساتھ ان کی دینی تعلیم کا بھی باقاعدہ اہتمام کیا کرتی تھیں۔ آپ مکرم چوہدری عبدالرحیم خان صاحب سابق آڈیٹر صدر انجمن احمدیہ کی بیٹی تھیں۔

اللہ تعالیٰ تمام مرحومین سے مغفرت کا سلوک فرمائے۔ انہیں اپنی رضا کی جنتوں میں اعلیٰ مقام عطا فرمائے اور لواحقین کو صبر جمیل کی توفیق دے۔ آمین

دورہ نمائندہ مینیجر روزنامہ افضل

مکرم نسیم احمد صاحب اٹھواں نمائندہ مینیجر روزنامہ افضل آجکل توسیع اشاعت، وصولی واجبات اور اشتہارات کے حصول کیلئے ضلع شیخوپورہ کے دورہ پر ہیں۔ احباب جماعت و اراکین عاملہ، مربیان کرام اور صدران جماعت سے خصوصی تعاون کی درخواست ہے۔

(مینیجر روزنامہ افضل)

☆.....☆.....☆

نئے ذوق اور جدت کے ساتھ گولڈ میگزین ہلال ایڈموبائل گیمز رنگ خوبصورت انٹرنیٹ بیکوریشن اور لنڈیز کھانوں کی لامحدود روٹی زبردست انٹرنیٹ سٹورنگ (بنگ جاری ہے) 047-6212758, 0300-7709458 0300-7704354, 0301-7979258

ربوہ میں طلوع و غروب 29- دسمبر	
طلوع فجر	5:38
طلوع آفتاب	7:05
زوال آفتاب	12:10
غروب آفتاب	5:15

17 لاکھ سے زائد گھرتا ہونے، رواں برس برساتوں کے بعد آنے والے سیلاب سے ایک کروڑ کے لگ بھگ لوگ متاثر ہوئے جبکہ 15 لاکھ سے زائد گھرتا ہونے۔ دریں اثناء اقوام متحدہ کے قدرتی ٹھکانوں سے متعلق ادارے کی رپورٹ کے مطابق پاکستان میں قدرتی آفات سے 37 لاکھ سے زائد گھرتا ہونے، کم سے کم 80 لاکھ گھروں کی قلت کا سامنا ہے۔ پاکستان میں ہر سال مزید 2 لاکھ 70 ہزار گھروں کی قلت ہوتی ہے۔ آئندہ 8 برسوں میں کراچی اور لاہور کی آبادی مزید 30 فیصد بڑھ جائے گی اور ملک میں گھروں کی قلت شدت اختیار کر جائے گی اور کروڑوں افراد محفوظ رہائش گاہ سے محروم ہو جائیں گے۔

(روزنامہ میکسپریس 18 دسمبر 2011ء)

15 سالہ امریکی لڑکا جو ڈن رومیر و دنیا کے 7 براعظموں کی بلند ترین چوٹیاں سر کرنے والا سب سے کم عمر انسان بن گیا

15 سالہ امریکی لڑکا جو ڈن رومیر و دنیا کے 7 براعظموں کی بلند ترین چوٹیاں سر کرنے والا سب سے کم عمر انسان بن گیا ہے۔ وہ 25 دسمبر 2011ء کو براعظم انٹارکٹیکا کی سب سے اونچی چوٹی ماونٹ لسن پر پہنچا۔ ریاست کیلیفورنیا سے تعلق رکھنے والے جو ڈن رومیر و نے چوٹیاں سر کرنے کا سلسلہ 5 برس قبل شروع کیا تھا۔

2006ء میں 10 برس کی عمر میں اس نے افریقہ کی ماونٹ کلی منجار اور مئی 2010ء میں 13 برس کی عمر میں دنیا کی بلند ترین چوٹی ماونٹ ایورسٹ سر کی تھی۔

خبریں

60 فیصد پاکستانی بنیادی سہولیات سے محروم ہیں، پاکستان معاشی لحاظ سے کمزور ہو چکا اور انسانی ترقی کے حوالے سے 145 ویں نمبر پر آ گیا پاکستان کی 60 فیصد آبادی سماجی اور زندگی کی بیشتر بنیادی اور اہم سہولیات سے محروم ہے جبکہ انسانی ترقی کے حوالے سے پاکستان 145 ویں نمبر پر آ گیا ہے۔

اقوام متحدہ کے ادارے یو این ڈی پی کی ایک رپورٹ کے مطابق پاکستان ایسے ممالک کی فہرست میں شامل ہو گیا ہے جہاں انسانی زندگی مسائل اور پریشانیوں میں گھری رہتی ہے اور ملک کی مجموعی آبادی کا 60 فیصد حصہ بیشتر اہم اور بنیادی سہولیات سے محروم ہو چکا ہے۔ رپورٹ کے مطابق پاکستان انسانی وسائل کی ترقی کے حوالے سے انتہائی کم ترقی کرنے والے ممالک کے گروپ میں شامل ہے اور دنیا کے 187 ملکوں میں پاکستان کا نمبر 145 واں ہے جبکہ بھارت کا 134 نمبر پر ہے۔ انسانی ترقی کے حوالے سے آبادی کے لحاظ سے دنیا کے سب سے بڑے ملک چین کا 101 واں نمبر ہے، سری لنکا 79 ویں نمبر اور بھوٹان 141 ویں نمبر پر ہے۔ رپورٹ میں خبردار کیا گیا ہے کہ جنوبی ایشیاء کے خطے میں سب سے زیادہ فضائی آلودگی پاکستان میں ہے اور مسلسل 2 سالوں سے موسمی تبدیلیوں کے باعث آنے والے سیلاب سے خطے میں اقتصادی ترقی متاثر ہو سکتی ہے جبکہ پاکستان معاشی لحاظ سے کمزور ہو چکا ہے۔ اقوام متحدہ کے مہاجرین سے متعلق ادارے یو این سی ایچ آر کے مطابق 2010ء میں پاکستان میں آنے والے تارخ کے بدترین سیلاب میں 2 کروڑ افراد متاثر ہوئے جبکہ

ایم ٹی اے انٹرنیشنل کے پروگرام

30 دسمبر 2011ء

1:40 pm	سنواری ٹائم۔ بچوں کے لئے دینی کہانیاں
1:55 pm	سوال و جواب
2:45 pm	خطبہ جمعہ فرمودہ 30 دسمبر 2011ء
3:55 pm	انٹرنیشنل سروس
5:00 pm	تلاوت قرآن کریم
5:10 pm	سنواری ٹائم۔ بچوں کے لئے دینی کہانیاں
5:30 pm	الترتیل
6:00 pm	انتخاب سخن Live
7:00 pm	بنگلہ سروس
8:05 pm	گلشن وقف نو
9:20 pm	راہ ہدی Live
11:00 pm	ایم ٹی اے عالمی خبریں
11:15 pm	گلشن وقف نو

5:00 am	ایم ٹی اے عالمی خبریں
5:20 am	تلاوت قرآن کریم
5:30 am	ان سائٹ
5:45 am	گفتگو پروگرام
6:25 am	لقاء مع العرب
7:40 am	ترجمہ القرآن
9:00 am	غزوات النبی ﷺ
10:15 am	لجنہ اراء اللہ یو۔ کے اجتماع 2009ء
11:05 am	تلاوت قرآن کریم
11:25 am	گفتگو پروگرام
12:00 pm	گلشن وقف نو
1:05 pm	سرایکی سروس
1:50 pm	راہ ہدی
3:20 pm	انٹرنیشنل سروس
4:25 pm	تلاوت قرآن کریم
5:00 pm	سیرت صحابیات رسول ﷺ
6:00 pm	خطبہ جمعہ Live
7:15 pm	درس حدیث
7:25 pm	بنگلہ سروس
8:30 pm	ریئل ٹاک
9:30 pm	خطبہ جمعہ فرمودہ 30 دسمبر 2011ء
11:00 pm	ایم ٹی اے عالمی خبریں
11:30 pm	مجلس انصار اللہ یو۔ کے 2009ء

خریداران افضل متوجہ ہوں

وہ احباب جو روزنامہ افضل انجمنی سے حاصل کرتے ہیں ان کی خدمت میں اطلاع ہے کہ بل ماہ دسمبر 2011ء مبلغ 220/- روپے بنتا ہے۔ احباب جلد ادائیگی کر دیں۔

نئے سال کا کیلنڈر مفت حاصل کریں

ناصر و احسان گول بازار ربوہ

مفت طلبی مشورے

صبح 10 تا 12 بجے فون پر ڈاکٹر صاحب سے مفت طلبی مشورے حاصل کریں اور ہماری ویب سائٹ پر مفید مفت طلبی معلومات حاصل کریں۔ (ڈاکٹر نذیر احمد مظہر ربوہ)

0334-6372686, 0342-7514710
web: www.drmaazhar.com

Homoeopathy The Nature's Wonder

سرجری سے پہلے جہاں اور بھی ہیں

خدا نخواستہ آپ یا آپ کا کوئی عزیز کسی ایسی بیماری میں مبتلا ہے جس کے لئے آپریشن تجویز کیا گیا ہے تو ہمارا مشورہ ہے کہ ایک بار تشریف لائیں۔ بہت سے خواتین/حضرات ہمارے تجویز کردہ علاج سے آپریشن کی صعوبت اور اخراجات سے محفوظ ہو چکے ہیں اپنی رپورٹس اور نسخہ جات لے کر اختتام کے ساتھ تشریف لائیں

فیس آپریشن کیمرز اور دیگر پیچیدہ بیماریاں - 200/- روپے
پرائی عام بیماریاں - 60/- روپے
نزلہ زکام بخار وغیرہ - 30/- روپے

We Treat: Incipient Tuberculosis/Tumors Warts, Wens, Abdominal Fat Breast Tumors/Stony Hardnes, Overian Fibroids, Cysts, Enlarged Heart, Piles, Prostatitis, Tonsillitis, Short Limbed Fetus/child, Atrophy/ Hyperophy of liver, Dysmenorth ea and other Disorders, Mirasmus, Excessive bleedding (Passive or Active)Obesity/Carpulence Etc Etc

ڈرنگرانی بسکواڈرن لنڈر (ر) عبدالماط (ہومیو فزیشن)
سنسٹرنار کراک ڈیزیز طارق مارکیٹ اقصی روڈ ربوہ
0300-7705078 047-6005688

FR-10

31 دسمبر 2011ء

12:20 am	یسرنا القرآن
12:40 am	فقہی مسائل
1:30 am	خطبہ جمعہ فرمودہ 30 دسمبر 2011ء
3:00 am	ان سائٹ
3:20 am	راہ ہدی
5:00 am	ایم ٹی اے عالمی خبریں
5:20 am	تلاوت قرآن کریم
5:30 am	بین الاقوامی جماعتی خبریں
6:00 am	لقاء مع العرب
7:00 am	فقہی مسائل
7:35 am	خطبہ جمعہ فرمودہ 30 دسمبر 2011ء
8:40 am	سیرت صحابیات رسول ﷺ
9:25 am	راہ ہدی
11:00 am	تلاوت قرآن کریم
11:30 am	بین الاقوامی جماعتی خبریں
12:00 pm	الترتیل
12:35 pm	جلسہ سالانہ قادیان 2009ء